

انطلاق الدراسة العملية
في جامعة أبوظبي في
المختبرات والاستوديوهات

ندا موسى:
فكرة الخير المطلق والشر
المطلق غير منطقية بالمرة



للحفاظ على صحتك ..

ص 23 السيلوليت .. كيف نمنع تكونه؟



دار أزياء سكياباريلى تعرض مجموعة جديدة بلمسات سرىالية

عرضت دار أزياء سكياباريلى مجموعة الثالثة من الملابس الجاهزة وقدمت تصميمات أنيقة بلمسات سرىالية تصيف العام المقبل. وكشفت الدار النقاب عن مجموعتها الجديدة عبر الفيديو بسبب جائحة فيروس كورونا. وفي القطع المصور يظهر المصمم دانيال روزييري المدير الإبداعي لدار أزياء سكياباريلى وهو يرسم التصميمات ويصور العارضات في شوارع مدينة باريس. وعلق روزييري (35 عاماً) على انتقاله من النشأة في أسرة محافظة بولاية تكساس الأمريكية إلى تعيينه في دار أزياء سكياباريلى العريقة في أبريل (نيسان) 2019 وقال: "ما زلت أشعر أنني أعيش في حلم". وتضمنت مجموعة روزييري أزياء لا غنى عنها وأخرى تخطف الأبصار تعبيراً عن رغبته في دفع علامة سكياباريلى التجارية للأمام مع الاحتفاء ببارت مصممة الأزياء الإيطالية إلسا سكياباريلى التي أسست الدار في أواخر العشرينات في باريس. وقال روزييري "ربما أكون هذا يحنون إلى الماضي لكن هذا لا يحدث هنا. أعتقد أنه أمر مخيف فما قدمته إلسا كان ممتازاً وأصيلاً للغاية. أحاول فقط أن أفعل ما أرى أنه الأفضل". وتزينت التصميمات بقلاند وخواتم كبيرة الحجم تتخذ أشكال رموز الأبراج الفلكية أو تكوينات وجوه بلمسات سرىالية على الحقائب.

أديل تعاول توطيد علاقتها بـ (سكيتت)

يبدو أن النجمة العالمية أديل تحاول توطيد علاقتها بمغني الراب العالمي سكيتت. إذ أنها قامت بالاحتفال بعيد ميلاده 38 سنة بطريقة مميزة، مقدمته له هدية بقيمة 16000 جنيه إسترليني، والتي هي عبارة عن سلسلة ذهبية. وأشارت التقارير إلى أن النجمة البالغة من العمر (32 عاماً) كانت تقضي شهرة مميزة مع مغني الراب وقدمته له الهدية، وأخبر أسدقاء الشانتي أديل وسكيتتا موقع "The Mirror" أنه في حين أن نجوم الموسيقى ليسوا في علاقة رسمية حتى الآن، لكن في الحقيقة الأمور تسير في هذا

اكتشف العلاقة بين ظهور الشيب وعمل جهاز المناعة

يبدو أن عجلة العلم ماضية بقوة في اكتشاف بعض

أسباب علامات الشيب، الذي يغطي شعر الإنسان

غالباً في مراحل عمرية متقدمة نوعاً ما. دراسة

علمية حديثة تخلص إلى أن هناك علاقة

بين الجينات المسؤولة عن تصبغ الشعر

والمناعة. فكيف ذلك؟

توصلت دراسة حديثة إلى أن هناك

علاقة بين الجينات المسؤولة عن ظهور

الشيب والجينات المتحكمة في جهاز

المناعة في الجسم، والتي تحميه من الإصابة

بأمراض، طبقاً لما أشار إليه الموقع العلمي

المتخصص neurosciennews.



تتفاعل في ظروف مختلفة، وأحياناً تتغير بطريقة لا نتوقعها، فيما قال ويليام بافان أحد المشاركين في الدراسة "هذا الاكتشاف الجديد يشير إلى أن الجينات، التي تتحكم في صبغ الشعر والجلد تعمل أيضاً على التحكم في نظام المناعة". هذا، وكانت دراسة سابقة صادرة عن جامعة القاهرة شارك فيها حوالي 545 رجلاً، قد خلصت إلى أن الرجال الذين يظهر لديهم الشيب في الرأس يكونون أكثر عرضة من غيرهم للإصابة بأمراض على غرار أمراض الأوعية الدموية والقلب.

هل يسبب التوتر الشيب؟
المعروف أن التوتر قد يؤدي إلى تغييرات على صحة المرء، ولكن هل هناك علاقة بين التوتر واشتعال الرأس من الغدة الكظرية في حالات الخوف، مثلما يحدث للمرء حينما يركب أفعوانية أو يتعرض لموقف مرعب.

وقد وجد الباحثون أن الضغط الذي تسببوا فيه أدى إلى انخفاض دائم في مستوى البروتين "p53"، والذي يساعد على إصلاح الأضرار التي لحقت بالجينوم.

ويرى ليفكوتز أن هذا قد يفسر كيف يمكن أن يؤدي الإجهاد إلى جميع أنواع الاضطرابات، بدءاً من التجميل، مثل الشيب، إلى الأمراض التي تهدد الحياة مثل الأورام السرطانية.

وأوضحت الدراسة الصادرة بتعاون بين خبراء في المعاهد الوطنية للصحة في الولايات المتحدة الأمريكية، وجامعة ألاباما برمنغهام أنه عندما يتعرض الجسم لهجوم من قبل الفيروسات أو البكتيريا، يأخذ جهاز المناعة مهمة الدفاع عن الجسم، وأضافت أن الخلايا تمتلك القدرة على كشف التهديدات الخارجية المحيطة بالجسم، إذ تنتج الخلايا جزيئات إشارة تدعى الإنترفيرون (خلايا تحارب البكتيريا والفيروسات).

وجاء في نفس الدراسة أن جزيئات الإنترفيرون، تحطى بدورها إشارة إلى الخلايا الأخرى من أجل تغير جيني، يحول دون تكاثر الفيروسات، ويُنشط الخلايا المناعية التي تعمل على حماية الجسم.

وأشارت الدراسة إلى أن رد فعل جهاز المناعة إزاء الهجمات يؤثر في بروتين يُدعى "MITF"، حيث يُمكن الخلايا الصبغية (خلايا موجودة فيصيلات الشعر) من العمل، وأضافت أنه عندما يفقد بروتين "MITF" سيطرته على استجابة الإنترفيرون في الخلايا الجذعية (الصبغية)، قد يتحول الشعر إلى رمادي (شيب) مع مرور الوقت.

وقالت الشرفة على الدراسة ميليسا هاريس: "نحن مهتمون بالجينات التي تؤثر على كيفية الحفاظ على الخلايا الجذعية الخاصة بنا مع مرور الوقت"، وأضافت، وفق ما أشار إليه الموقع العلمي المتخصص "scienedaily"، أن "أدوات الجينوم تسمح لنا بتقييم كيف أن كل الجينات الموجودة في الجينوم البشري

آلام البطن .. عرض لأكثر من مرض

قال المركز الاتحادي للتوعية الصحية إن آلام البطن تعد من المتاعب الصحية، التي يصعب تشخيصها، نظراً لأنها تعتبر عرضاً عاماً يشير إلى أكثر من مرض. وأوضح المركز الألماني أن آلام البطن قد ترجع إلى القرحة مثل القرحة الهضمية وقرحة الاثنى عشر أو الالتهابات مثل التهاب الأمعاء والتهاب البنكرياس والتهاب الزائدة الدودية أو الفتق مثل الفتق الإربي وفتق جدار البطن والفتق السري أو الحصوات كحصوات الكلى وحصوات المرارة.

ومن الأسباب الأخرى لآلام البطن عسر الهضم والحموضة والإسماك والقولون العصبي ومشاكل الكبد وآلام الحوض والمساك البولية. ومن خلال تحديد موضع الآلام والظروف، التي تحدث فيها، يمكن للطبيب تحديد السبب الحقيقي الكامن وراء آلام البطن، ومن ثم تحديد العلاج المناسب.

الكتابة اليدوية تجعل الأطفال أكثر ذكاء

أظهرت نتائج العديد من الدراسات أن الأطفال والبالغين يتعلمون أكثر ويتذكرون بشكل أفضل عند الكتابة باليد. وقد أكدت دراسة جديدة على أن استخدام الكتابة اليدوية يعطي تعلماً وذاكرة أفضل من الكتابة باستخدام الكمبيوتر.

قام فريق من العلماء بقيادة البروفيسور أودري فان دير مير من مركز "إن تي إن يو" الطبي الأمريكي، بفحص النشاط الدماغي لدى 20 طالباً تتراوح أعمارهم بين السابعة والرابعة عشرة. وأجرى العلماء عمليات تتبع وتسجيل لنشاط موجات الدماغ، حيث ارتدى المشاركون خوذة خاصة تحتوي على 250 قطباً كهربائياً.

ينتج الدماغ نبضات كهربائية عندما يكون نشطاً، فتقوم الحساسات الموجودة في الأقطاب الكهربائية بالتقاط النشاط الكهربائي الذي يحدث في الدماغ. وقد استغرق كل اختبار 45 دقيقة لكل مشارك، وأظهرت النتائج أن الدماغ لدى كل من الشباب والأطفال يكون أكثر نشاطاً عند الكتابة باليد منه عند الكتابة على لوحة المفاتيح.

وقال البروفيسور فان دير مير: "إن استخدام القلم والورق يمنح الدماغ المزيد من القدرة على الاحتفاظ بالكريات، ويخلق نشاطاً أكثر بكثير في الأجزاء الحسية من الدماغ. يتم تنشيط الكثير من الحواس عن طريق الضغط على القلم، ورؤية الرسائل التي تكتبها وسماع الصوت الذي تصدره أثناء الكتابة. تخلق هذه التجارب الحسية اتصالاً بين أجزاء مختلفة من الدماغ وتفتح الدماغ للتعلم".

وقد أكد الباحثون على أهمية السماح للأطفال بالكتابة والرسم في سن مبكرة وخاصة في المدرسة، والتقليل من استخدام الأجهزة الإلكترونية مثل الكمبيوتر والأجهزة اللوحية للكتابة، لتعزيز قدراتهم الذهنية، وفق ما نقلت صحيفة تايمز أوف إنديا أونلاين.

زيت الجزر .. سر جمال بشرتك وشعرك

يعد زيت الجزر (Carrot oil) بمثابة سر جمال البشرة والشعر؛ حيث إنه يحارب تجاعيد البشرة ويمنحها مظهراً نقياً يشع نضرة وحيوية، كما أنه يحارب تقصف الشعر ويمنحها مظهراً لامعاً يأسر الأبصار. وأوضحت مجلة "Elle" أن زيت الجزر غني بمادة الكاروتين المضادة للأكسدة، التي تحارب ما يعرف بـ "الجذور الحرة" (Free Radicals)، التي تهاجم الخلايا وتُعجل بشيخوخة البشرة. ويشتمل زيت الجزر أيضاً على البيتا كاروتين (بروفيتامين أ) وفيتامين أ (الريتينول)، وهي مواد فعالة تعمل على حماية الخلايا وإبطاء عملية الشيخوخة.

وأضافت المجلة المعنية بالصحة والجمال أن زيت الجزر يمتاز بتأثير مضاد للبكتيريا والالتهابات، ما يجعله سلاحاً طبيعياً فعالاً لمحاربة شوائب البشرة. ويعمل زيت الجزر أيضاً على ترطيب البشرة الجافة والمتشققة ويمنحها ملمساً مخملياً، كما أنه يعد مثالياً لبشرة الحساسة بفضل مكوناته الطبيعية. وبالإضافة إلى ذلك، يمنح زيت الجزر البشرة إطلالة برونزية ساحرة؛ حيث تبدو البشرة كما لو كانت الشمس قد طبعت قبلة عليها، فضلاً عن أنه يوفر للبشرة حماية من الأشعة فوق البنفسجية الضارة؛ حيث إنه يمتاز بمعامل حماية من أشعة الشمس (SPF) يبلغ 13.

ما هي أفضل أنواع الأسماك للشوي؟

يعد السمك المشوي من وجبات الطعام الشهية والمغذية في نفس الوقت، لكن البعض يتساءل عن أفضل أنواع الأسماك التي يمكنهم شويها في المنزل.

وفيما يلي مجموعة من أفضل الأسماك للشوي، بحسب موقع سي نت، سمك التونة، تحتوي التونة على الكثير من النكهات الغنية، لذا فكل ما تحتاجه هو القليل من الليمون والملح والقليل. ومع ذلك تجنبي الإفراط في شوي سمك التونة، ولا تعرضيها للنار لأكثر من دقيقتين لكل جانب حسب السماكة.

سمك السلمون: على الرغم من أنه ليس لحمياً تماماً مثل سمك أبو سيف والتونة، إلا أن سمك السلمون خيار جيد على الشواية. ولا يزال البعض يفضلون لف شرائح السلمون بالرقائق أو شواء الشرائح فوق ألواح خشب الأرز. ويمكن تقديم سمك السلمون المشوي مع صلصة الفول السوداني والقليل من الليمون وقليل البهارات أو الفلفل الحار والليمون.

سمك أبو سيف: سمك أبو سيف لحمي بشكل كبير وله نكهة خفيفة، ويمكنك تقديمه مع تبيلة من الأعشاب، أو يمكنك تقطيع سمك أبو سيف الشوي وتقديمه في سندويشات التاكو مع الأفوكادو والكريمة.

سمك السردين: هذه الأسماك الصغيرة المألحة خيار جيد للشوي، فقط اغسلي أسماك السردين واتركيها حتى تجف، ثم ضعها على الشواية بحيث يكون جانب الجلد لأسفل فوق اللهب، ثم قدميه مع زيت الزيتون والليمون والملح والفلفل.

هل تضع حماية ظهرك في الحسبان عند قيادة الدراجة الهوائية؟

مشيرة إلى أن الأفضل للظهر والساقين والذراعين يتوقف على عوامل مختلفة. وأحد تلك العوامل هو المانعة من حالة طبية. فإذا كان المرء يعاني من التهاب مفاصل الورك، على سبيل المثال، فإن المقعد المنخفض للغاية يمكن أن يسبب التهاباً في المفاصل، نظراً لأنه كلما زاد ثني الساقين، فإن ذلك سوف يضغط على عظم الفخذ، حسبما تقول زايبيرت.

وهذا يمكن أن يكون مؤلماً. وتساعد الوضعية المنحنية إلى الأمام قليلاً في حماية العمود الفقري عند ركوب الدراجة، حسبما يقول خبراء الظهر بشكل عام. وفي هذه الوضعية، تكون عضلات الظهر مشدودة قليلاً وتوفر الدعم المطلوب عند ركوب الدراجة في المناطق الوعرة.

الظهر. تقول طبيبة العظام كريستين زايبيرت: "الوضعية في الدراجة الهوائية بشكل عام هي مسألة تفضيل شخصية".



رويال أوبرا هاوس تبني

إحدى لوحاتها لصعوبات مالية

أعلنت دار الأوبرا الملكية في لندن "رويال أوبرا هاوس" أنها ستعرض للبيع في مزاد علني لوحة للرسام البريطاني ديفيد هوكني تمثل مديرها القديم، بسبب الصعوبات التي يعانيها القطاع الثقافي البريطاني جراء جائحة كوفيد-19. وقال المدير الحالي لدار أليكس بيرد في بيان إن بيع اللوحة التي رسمها ديفيد هوكني وتمثل مدير الدار بين العامين 1945 و1970 السير ديفيد ويستر "يشكل جانباً حيوياً" من خطتها للتعافي في وقت تواجه أكبر أزمة في تاريخها.

وأوضحت "رويال أوبرا هاوس" لوكالة فرانس برس أن اللوحة ستباع في مزاد علني تنظمه دار "كريستيز" في 22 تشرين الأول/أكتوبر الجاري.

وتوقعت صحيفة "ذي أوبزرفر" أن يحقق بيع اللوحة إيرادات تراوح ما بين 11 و18 مليون جنيه استرليني (بين 12 و20 مليون يورو). وأوضح بيرد أن الأرباح من بيع اللوحة "ستستخدم لتمكين أفضل فناني العالم من العودة مجدداً إلى خشبة الدار".

برامج ماجستير تربية جامعة الإمارات تواكب متطلبات سوق العمل محلياً وعالمياً عميد كلية التربية بالإناثة: الكلية تقوم حالياً على تطوير خطط تعاون وشراكة دولية بين البرنامج وعدد من برامج الماجستير في جامعات مرموقة



•• العين - الفجر

أعلنت كلية التربية عن حزمة من تطوير برامج الماجستير في ظل التطوير المستمر للبرامج الأكاديمية والتعليمية المستمرة لجامعة الإمارات ومواكبتها لأحدث التطورات العلمية والبحثية للمستقبل وضمان جودة التعليم ومتطلبات سوق العمل محلياً وعالمياً، حيث تطرح الكلية "برنامج الماجستير في التربية" للعام الأكاديمي 2021-2020، في تخصصات المناهج وطرق التدريس لعدة مسارات، وأصول التربية، والتربية الخاصة ويهدف البرنامج إلى تطبيق المعارف والمهارات المتقدمة التي يكتسبها الطلبة من البرنامج في المجال التربوي الذي يعملون به بعد التخرج، وتصميم بيئة تعليمية يكون المتعلمون فيها محوراً مهماً للممارسات التربوية، والتفكير في الممارسات المهنية وأثرها على المتعلمين، بالإضافة إلى القيام بأدوار قيادية لبناء شراكة فاعلة مع الهيئات والوزارات والمراكز البحثية، والتركيز على إجراء بحوث كمية وكيفية (نوعية)، تؤدي إلى تحسين وتطوير العملية التعليمية.

وأوضحت الدكتورة نجوى الحوسني - عميد كلية التربية بالإناثة "بأن الكلية تقوم حالياً على تطوير خطط تعاون وشراكة دولية بين البرنامج وعدد من برامج الماجستير في جامعات مرموقة في هونغ كونغ وسنغافورة والولايات المتحدة الأمريكية وفنلندا بهدف تبادل الخبرات والارتقاء بالبرنامج، الذي يهدف الطلبة من الناحية النظرية الأكاديمية من جهة والتطبيقية العملية من جهة ثانية، وقد تم الحصول على الاعتماد الأكاديمي من عدد من الجهات المحلية والدولية والمؤسسات العالمية المرموقة." ومن جهته أشار الأستاذ الدكتور علي شحادة - منسق برنامج الماجستير في التربية "إلى أن كلية التربية

الجهات الدولية والمؤسسات العالمية المرموقة أبرزها الاعتماد الأكاديمي الوطني من وزارة التربية في الإمارات العربية المتحدة، هيئة الاعتماد الأكاديمي Commission for Academic Accreditation-CAA، والرابطة الغربية للمدارس والكلية في الولايات المتحدة Western Association of Schools and Colleges-WASC، ومركز ضمان الجودة في التعليم الدولي في الولايات المتحدة الأمريكية Center for Quality Assurance in International Education-CQAIE، بالإضافة إلى المجلس الوطني لاعتماد تعليم المعلمين National Council for the Accreditation of Teacher Education (NCATE)

في مختلف الاختصاصات التي يطرحها البرنامج وهم يمثلون أكثر من 25 جنسية، وفي كل تخصص من تخصصات البرنامج يمكن للطلبة ان يختار بين أن يعد رسالة ماجستير او يقدم مشروع تخرج ماجستير، وكذلك يمكن للطلبة ان يكون متفرغاً للدراسة بشكل كامل او غير متفرغ حيث يدرس بشكل جزئي الى جانب عمله أو وظيفته الأساسية. كما يمكن للطلبة أن ينجز هذا البرنامج في مدة زمنية تقدر بـ سنتين دراسيتين للطلبة المتفرغ (أي خمسة فصول دراسية بما في ذلك الفصل الصيفي) وستين ونصف للطلبة غير المتفرغ (أي ستة فصول دراسية بما في ذلك الفصل الصيفي)، ويحد أقصى قدره ثمانية فصول دراسية في كل الأحوال. جدير بالذكر أن برنامج الماجستير في التربية قد حاز على الاعتماد الأكاديمي من عدد من

جامعة الإمارات تطرح ثلاثة تخصصات رئيسية هي: المناهج وطرق التدريس، والقيادة التربوية، والتربية الخاصة، بالإضافة إلى 5 مسارات أخرى فرعية تحت تخصص المناهج وطرق التدريس وهي: اللغة الإنجليزية، واللغة العربية، والرياضيات، والعلوم والدراسات الاجتماعية". ونوه إلى أن برنامج الماجستير في التربية يقوم بالتدريس والإشراف على رسائل الماجستير ومشاريع التخرج فيه نخبة من الأساتذة المتخصصين والباحثين من ذوي الكفاءات العالية والخبرة الطويلة في المجال التربوي وينتمي أعضاء هيئة التدريس إلى أكثر من 14 جنسية حول العالم بما في ذلك عدد من الأساتذة الإماراتيين. وذكر الدكتور شحادة بأن عدد الطلبة المتسجلين للبرنامج يبلغ حالياً أكثر من 140 طالباً وطالبة

منوعات الفكر

22



خلال اجتماعه الثالث لعام 2020

مجلس جامعة زايد يعتمد عدداً من السياسات لتطوير البيئة التعليمية

•• دبي - الفجر

عقد مجلس جامعة زايد اجتماعه الثالث لعام 2020 والأول للعام الأكاديمي 2020-2021 عبر تقنية الاتصال المرئي برئاسة نورة بنت محمد الكعبي وزيرة الثقافة والشباب رئيسة جامعة زايد، لاستعراض جملة من المواضيع المدرجة على جدول أعماله. ورحبت نورة الكعبي في بداية الاجتماع بأعضاء المجلس، مشيدةً بالجهود الخلفية التي يقومون بها، ومساعدتهم الدؤوبة لتعزيز التقدم الذي تحققه الجامعة على مختلف الأصعدة، الأكاديمية والبحثية والإدارية والاجتماعية، ومتابعتهم المتواصلة لمسيرة الجامعة، وهناك نورة الكعبي انضمام سعادة موزة إبراهيم محمد الكرف السويدي، وكيل وزارة تنمية المجتمع، كمضو جديد في مجلس جامعة زايد، متمنية لها دوام التوفيق والسداد. وتناول المجلس خلال اجتماعه عدداً من الموضوعات وأقر تنفيذ عدد من التوصيات والتعيينات الإدارية والأكاديمية الجديدة بجامعة زايد انطلاقاً من حرص المؤسسة على إعداد جيل من الخريجين المؤهلين من خلال بيئة تعليمية مبتكرة وواعية، والارتقاء في مستوى التعليم والبحث العلمي لتلبية تطلعات القيادة الرشيدة.

كما أقر اعتماد عدد من لوائح السياسات والإجراءات المتعلقة بالقطاع الأكاديمي والإداري والتي تأتي ضمن مستجدات وأولويات العام الدراسي 2020-2021 الجاري، إضافة إلى إقرار سياسة تطوير العلاقات الاستراتيجية مع عدد من الجهات الخارجية كالجامعات المحلية والعالمية وعدد من الجهات الحكومية المعنية، إضافة إلى مؤسسات القطاع الخاص، وذلك بهدف استكمال مسيرة الريادة والتميز الأكاديمي على المستوى الإقليمي والعالمي وفق خطة الجامعة الاستراتيجية، والارتقاء بمستوى الخدمات المقدمة لأسرة الجامعة، وأطلع أعضاء المجلس على مستجدات الخطط الاستراتيجية للأعوام 2022-2026، واعتمد قرار إعادة تشكيل لجنة التوظيف والموارد البشرية.

حضر الاجتماع أعضاء مجلس الجامعة: معالي سارة بنت يوسف الأميري، وزيرة دولة للتكنولوجيا المتقدمة نائب رئيس مجلس الجامعة، وسعادة موزة إبراهيم محمد الكرف السويدي، وكيل وزارة تنمية المجتمع، وسعادة عبد الناصر التتالي مساعد الوزير للشؤون الاقتصادية بوزارة الخارجية والتعاون الدولي، وسعادة شذى الهامشي مستشارة، وحدة الاستشارات التنفيذية، مكتب المدير العام، مكتب رئاسة مجلس الوزراء، وسعادة حميد مطر سالم الظاهري، الرئيس التنفيذي لمجموعة شركة أبوظبي الوطنية للمعارض (أدنيك)، وسعادة مريم سعيد غباش نائب رئيس مجلس إدارة شركة أبوظبي للاستثمار، والسيد سعيد سلطان الظاهري، رجل أعمال، و د. روبرت ويلان، أستاذ فخري وخبير في التخطيط الاستراتيجي، والسيد حسن النجار، رجل أعمال ورئيس رابطة الخريجين بجامعة زايد، والسيد بدر آل علي - رئيس قسم شؤون المجالس واللجان، ووزارة شؤون مجلس الوزراء.

ارتفاع معدل زيادة الوزن والسمنة بين أطفال المدارس والمراهقين في مدينة العين

•• العين - الفجر

قام فريق إدارة التغذية المجتمعية في مستشفى توم، أحد منشآت شركة أبوظبي للخدمات الصحية - "صحة" بعمل دراسة حول معدل انتشار زيادة الوزن والسمنة وعوامل الخطر المرتبطة بها لدى طلبة المدارس في مدينة العين 2020..

تعتبر السمنة في مرحلة الطفولة والمراهقة مشكلة صحية خطيرة لأنها قد تؤدي على المدى الطويل إلى زيادة الوزن والسمنة في مرحلة البلوغ، تهدف الدراسة إلى تقييم مدى انتشار زيادة الوزن والسمنة والتقصي في علاقتها بمدى النوم وعوامل نمط الحياة الأخرى ذات الصلة "الجنس والعمر والوقت المتقضي على التلفزيون-ألعاب الفيديو والأجهزة الذكية والسلوكيات الغذائية والتعليمي للوالدين والوضع المعيشي للأسرة ونوع ومرحلة المدرسة والنشاط البدني" بين الطلاب في سن المدرسة.

شملت هذه الدراسة عينة إجمالية من 1611 طالباً تتراوح أعمارهم بين 10 إلى 18 سنة من مدينة العين، في دولة الإمارات العربية المتحدة. وقد تبين من نتائج الدراسة أن معدل انتشار السمنة والبداية بين طلاب المدارس في مدينة العين يصل إلى 42.4%، وهو معدل مرتفع، هذا وترتبط عوامل عدم كفاية مدة النوم وعوامل نمط الحياة الأخرى مثل المراحل العمرية المتقدمة، والخمول البدني، والوقت المتقضي على التلفزيون-ألعاب الفيديو والأجهزة الذكية، والحالة المعيشية والتعليمية للوالدين والسلوكيات الغذائية بشكل كبير بزيادة الوزن والسمنة في دولة الإمارات.



مع الالتزام بالتدابير الوقائية وتقديم فحص كوفيد- 19 للطلبة

انطلاق الدراسة العملية في جامعة أبوظبي في المختبرات والاستوديوهات

والخيرية وأنشطة الاستوديوهات في كلية الهندسة في الحرم الجامعي بمدينة أبوظبي خلال الأسبوع الأول الجاري من شهر أكتوبر، بينما ستم إعادة فتح المختبرات في الحرم الجامعي بالعين خلال الأسبوع الأول من شهر نوفمبر، كما ستعيد مختبرات وصفوف كلية الآداب والعلوم نشاطها اعتباراً من الأسبوع الأول من شهر نوفمبر في كلا الحرم الجامعيين في أبوظبي والعين.

وحرصاً على ضمان أعلى مستويات الصحة والسلامة، قامت جامعة أبوظبي بتعديل نظام التقييم الخاص بها، حيث سيتم الآن إجراء الامتحانات النهائية والنصفية عن بعد خلال فصل الخريف الدراسي. ومع بدء تفعيل منظومة التعليم عن بُعد، دشنت كلية الهندسة بجامعة أبوظبي عدد من التقنيات والأدوات والاستراتيجيات التي تعزز من التعلم عن بعد وتضمن تكيف طرق وأساليب التعليم لتغطي الشق العملي من عملية تدريس البرامج الهندسية، حيث تعتمد البرامج الهندسية اعتماداً كبيراً على الرياضيات والعلوم التطبيقية، وتركز بالدرجة الأولى على تعزيز اكتساب المهارات العملية.



هذه المرافق بتقديم نتيجة سلبية لفحص كوفيد-19 (PCR) خلال 14 يوماً والتسجيل في تطبيق الحصن. وستتم إعادة تشغيل الأنشطة البحثية الاستفادة من موارد المكتبة الجامعية سواء خلال تواجدهم في الحرم الجامعي أو عبر منصة المكتبة الإلكترونية، ويتعين على الطلبة الراغبين باستخدام

•• أبوظبي - الفجر

انطلقت الدراسة العملية في جامعة أبوظبي في المختبرات والاستوديوهات اعتباراً من بداية هذا الأسبوع في الحرم الجامعي في أبوظبي، وفي ظل تشي وباء كوفيد 19، اتخذت جامعة أبوظبي كافة الإجراءات اللازمة لتفعيل منظومة التعليم عن بُعد والبدء بتقديم تجربة تعليمية رقمية للطلبة من خلال سلسلة من التقنيات التعليمية الحديثة المتوفرة في الجامعة. وحرصت الجامعة على مواصلة تتبع بيئة عملها عن كثب ووضع آلية ضمان استمرارية أعمالها، مع اعتماد جملة من الإجراءات الوقائية والاحترازية اللازمة لضمان صحة وسلامة الطلبة والعاملين. ومع استقبال العام الدراسي الجديد 2020-2021 في شهر سبتمبر الماضي والذي شهد تبني نظاماً تعليمياً هجيناً، أعلنت جامعة أبوظبي عن جاهزيتها التامة لإعادة فتح مختبراتها والاستوديوهات اعتباراً من شهر أكتوبر الجاري، وذلك تماشياً مع الإجراءات الاحترازية وبروتوكولات التباعد الاجتماعي لضمان صحة وسلامة كافة الطلبة، كما ويمكن للطلبة

أكاديمية سيف بن زايد تكرم المحاضرين احتفالاً بيوم المعلم العالمي

•• أبوظبي - الفجر

كرمت أكاديمية سيف بن زايد للعلوم الشرطية والأمنية عدداً من المحاضرين من منتسبها تزامناً مع الاحتفال بيوم المعلم العالمي والذي يصادف الخامس من أكتوبر سنوياً.

وأثنى العميد ثاني بطي الشامي مدير أكاديمية سيف بن زايد للعلوم الشرطية والأمنية على الدور الكبير الذي يقوم به المعلمون في مسيرة النهضة والتطوير، متمنياً لهم المزيد من العطاء والسداد والتطوير، مسيرتهم العملية لافتاً إلى جهودهم المتميزة في تخرج كوادر شرطية مسلحة بالمعلم والمعرفة تسهم بدورها في تعزيز مسيرة الأمن والأمان والطمأنينة في المجتمع.

وأعرب عن اعتزازه بكافة المحاضرين في الأكاديمية، مؤكداً أهمية دورهم الريادي ورسالتهم السامية في إعداد رجال أمن مثقفين وواعين يخدمون الوطن. وتأتي الاحتفالية في إطار حرص شرطة أبوظبي على تقدير دور المعلم في تحقيق رسالته التربوية السامية وجهوده في تخرج كوادر شرطية مثقفة تسهم في تحقيق تطلعات مسيرة الوطن العطاء.



منوعات الفكر

23

إنه فصل الصيف! أخيراً، حلت العطلة المستحقة التي نحتاج إليها جميعاً ومنتظرها طوال العام. نشعر بالحاجة إلى الراحة والتخلي عن الروتين اليومي. ومع أنه يجب أن نسمح لأنفسنا أحياناً بتناول ما نحب من مأكولات وفعل ما نريد، علينا أن نتذكر دائماً أنه لا يجدر بنا أن نتخلى في الصيف عن عاداتنا الصحية حفاظاً على نمط حياة سليم. السر إذاً هو الاستمتاع بهذه العطلة المستحقة، مع إيجاد الوقت المناسب للاعتناء بأنفسنا، عبر ممارسة التمارين الرياضية بانتظام والسعي قدر الإمكان إلى الحفاظ على عاداتنا الغذائية السليمة. إنها الطريقة المناسبة لتجنب كل (العيوب) الصغيرة التي نخشاها دائماً نحن السيدات. وبالحدث عن العيوب، فلنتوقف عند العيب الأشهر بينها: السيلوليت.

للحفاظ على صحتك

السيلوليت . . كيف نمنع تكونه؟



باختصار، من أجل تجنب ظهور السيلوليت، يجب اعتماد روتين يومي ومنظم، على أن يكثف خلال فصل الصيف، عندما تكون البشرة أكثر عرضة للتأثيرات الضارة، مثل أشعة الشمس والتلوث وعادات الأكل غير المنتظمة والجفاف. ويجب الحفاظ على عادات يومية جيدة عبر اختيار الأطعمة المناسبة والعناية بالبشرة. لكن الأهم هو ممارسة الرياضة بانتظام لزيادة الكتلة العضلية وشدها، والحد من تراكم الدهون بهدف منع تكون السيلوليت وجعل السيلوليت التي سبق أن تكونت في الجسم تبدو أصغر حجماً.

عندما ينضم إلى أصدقائي وأفراد من عائلتي). تتألف التمارين الرياضية التي أمارسها في المنزل خلال العطلة من تدريبات بسيطة تشمل الجسم بكامله (أركز في شكل خاص على القسم السفلي من الجسم) عبر استخدام بعض الأشرطة المتمطعة: إنها طريقة عملية لبدل مجهود أكبر من دون أن أضطر إلى نقل جميع المعدات الرياضية معي. أخيراً، أقوم ببعض التمارين لشد عضلات المعدة... ثم أصبح جاهزة للهرولة والعدو السريع ممارسة التمارين الرياضية متمعة أكيدة ومضاعفة في فصل الصيف.



لجسم، وبناء العظام، والعضلات، والفاصل. - حرق الدهون المتراكمة في الجسم، والتخلص من السوائل الزائدة والمحتبسة في الجسم. - يعالج مشاكل الأمعاء الغليظة ويقي من إصابتها بالسرطان. - يحتوي على نسبة عالية من الحديد ويرفع من الهيموغلوبين في الدم. - يحمي من الإصابة بالأمراض السرطنة وذلك لاحتوائه على

يحتوي على نسبة عالية من الألياف الطبيعية التي تزيد مستوى الأيض وتساعد في عملية الهضم، بالإضافة إلى أنه يمنح الشخص الشعور بالشبع والإمتلاء وبالتالي التقليل من عدد الوجبات. - يحتوي على الألياف التي تمتص الجلوكوز من الدم وتعمل الألياف على تخفيض نسبة الكوليسترول ويقي بالتالي من أمراض القلب والأوعية الدموية وتصلب الشرايين. - يحتوي على نسبة عالية من الكالسيوم والفسفور، ويساعد بالتالي على النمو السليم



الخطوة 4: ممارسة التمارين الرياضية بانتظام إنه مسك الختام، النقطة الأساسية بالنسبة إلي. الرياضة ضرورية للحد من تراكم الدهون في الجسم في شكل عام. حذار مما تقرأون وتسمعون: لسوء الحظ، ليست هناك تمارين رياضية قادرة على معالجة السيلوليت في شكل مباشر، وجعلها تختفي). إذا ما فائدة التمارين الرياضية؟ إنها بالطبع الطريقة الأكثر فاعلية لتجنب تكون السيلوليت عبر الحد من تراكم الدهون. وهي أيضاً الوسيلة الفضلى لتقوية الأماكن المعرضة لتكون السيلوليت في الجسم، عبر شد الكتلة العضلية وزيادتها. يجب أن تكون جميع أعضاء الجسم (العلوية والسفلية) مشمولة بالتمارين اليومية، ويتبني ممارسة التمارين المعروفة بتمارين المقاومة.

ابدأوا بتمارين وزن الجسم (bodyweight exercises). ومع الوقت انتقلوا إلى تمارين حمل الأثقال، مع زيادة الأثقال تدريجاً. لا تخافوا من حمل الأثقال، لن تصبح عضلاتكم منتفخة، بل إنها تساعد على شد الجسم وتمنحك قواماً رقيقاً. في حال ظهور بشرة مترهلة في الجزء السفلي من الجسم، ركزوا أكثر على الوركين والساقين في التمارين اليومية من خلال ممارسة تمارين السكوات، واللونج، والبريدج والكلب باك (لشد الوركين)، وتمرين سومو سكوات (للفخذ الداخلي).

أنواع التمارين الرياضية يجب ممارسة هذه التمارين بالطريقة الصحيحة، أي على 3-4 دفعات مع تكرار الحركة 15 مرة في كل دفعة، والاستراحة لمدة 30 ثانية بين كل دفعة وأخرى، ودقيقة واحدة بين كل تمرين وآخر. إشارة أيضاً إلى أن ممارسة تمارين الكارديو لمدة 15-20 دقيقة بعد الرياضة تساعدك في تحقيق نتائج أفضل على صعيد خسارة الدهون. الصيف هو الفصل الأفضل لممارسة المشي السريع في الهواء الطلق أو الهرولة الخفيفة، عندما أكون في عطلة، غالباً ما أمارس الركض لمدة نحو 45 دقيقة موزعة على الشكل الآتي: هرولة خفيفة لمدة دقيقتين ثم عدو سريع لمدة دقيقة، وذلك بعد التمارين الرياضية التي أمارسها في المنزل يومياً. ومن خلال الهرولة في الهواء الطلق، أكتشف أماكن ومناظر جديدة وهكذا تصح الرياضة نمط حياة يبعث على المتعة والبهجة (وتكون المتعة مضاعفة

على التخلص من الترسيبات والسموم التي تعتبر سبباً مباشراً لتكون السيلوليت. الخطوة 3: العناية بالبشرة البشرة من أهم مكونات الجسم، لكنها الأكثر تعرضاً للعوامل الخارجية. ولذلك العناية بالبشرة أمر ضروري خلال فصل الصيف لأنها تكون معرضة للتسلط لأشعة الشمس، ما يؤدي إلى تكون السموم. ينصح بفرك البشرة (بخفة وفي حركة دائرية) بواسطة الليفة أو فرشاة البشرة عند الاستحمام، فهذا قد يساهم في منع تكون السيلوليت عبر تحفيز السائل اللمفوي والدورة الدموية، والتخلص من الخلايا الميتة على سطح البشرة.

ويجب استخدام مرهم ترطيب البشرة يومياً بعد الاستحمام، مع تدليك دائري خفيف عند النقاط الحساسة (أي الأماكن الأكثر عرضة لظهور السيلوليت، لا سيما الوركين والساقين والوركين...). بالإضافة إلى تجنب الاستحمام بمياه ساخنة جداً، فإياه الباردة تساعد على تحسين الدورة الدموية.



ما السيلوليت وما أسبابها الرئيسية؟ السيلوليت كلمة تستخدم للإشارة إلى الدهون التي تتجمع تحت النسيج الضام في البشرة، فتعطي الجلد مظهراً منتفخاً. يمكن أن تظهر السيلوليت على الفخذين والساقين والذراعين والردفين. لسوء الحظ، يرتبط ظهور السيلوليت بمكون جيني قوي جداً، ومكون آخر على صلة بالتقدم في العمر، والأمران لا مفر منهما، إنما يمكن بالطبع ضبط السيلوليت والحد منها. ويمكن أيضاً السيطرة عليها بواسطة العوامل البيئية والتعديلات في نمط الحياة. إذا، ولحسن الحظ، يمكن تجنب ظهور السيلوليت وتأخيرها والسيطرة عليها عبر تغيير بعض العادات البسيطة.

الخطوة 1: الحفاظ على نظام غذائي صحي يجب الابتعاد عن المأكولات الغنية بالسكر والدهون السيئة (الدهون المشبعة)، وتشمل بالطبع الأطعمة المقلية، والحلويات، والمشروبات الغازية، والسكريات، والبسكويت والشوكولا، وأضيف إليها أيضاً كل المأكولات المصنعة والمعلبة التي تحتوي على كميات كبيرة من المواد الحافظة والدهون المهدرجة (trans fats) (دهون سيئة مشابهة جداً للدهون المشبعة). ويجب أيضاً تجنب استخدام مختلف أنواع الزيوت النباتية والسمنة والزبدة في الطهو.

أما المأكولات التي يُنصح بتناولها فهي الفواكه (3 حصص/اليوم)، والخضار (5 حصص على الأقل)، ولا سيما الخضار الورقية، ومصادر الدهون الجيدة (المكسرات النيئة، الأفوكادو على أن تستهلك باعتدال)، وبالطبع زيت الزيتون في الطهو. إليكم (معلومة سحرية) لتجنب ظهور السيلوليت: اشربوا كمية كافية من الماء يوميا (ليترين على الأقل) لتنقية أجسادكم والحوول دون تراكم السموم. تجنبوا أيضاً تناول المنتجات التي تحتوي على كميات كبيرة من الملح والسكر، لأنها قد تسبب باحتباس المياه في الجسم ما يؤدي إلى ظهور السيلوليت.

الخطوة 2: التخلص من (السموم) في نمط حياتنا يجب الابتعاد حكماً عن التدخين لأنه السبب الرئيس لشبوخة البشرة المبكرة، ويتبني أيضاً تناول المشروبات الكحولية باعتدال يُفضل احتساء النبيذ الغني بالبوليفينولات أو متعددات الفينول بدلاً من المشروبات التي تحتوي على نسبة عالية من الكحول، والتي تتحول دهوناً في الجسم). يتسبب التدخين والإسراف في شرب الكحول في تبطيء عمل الكبد والكليتين وتضررها، ما يحد من قدرة الجسم

أهم فوائد الترمس على صحتك



حمض السيستايين الذي يدخل في تركيب الجلوتاثيون وهو مضاد الأكسدة. - يهدئ المعدة، ويحفز إفرازات الأنزيمات الهاضمة. لكن حذاري تناوله بكميات كبيرة او عند المرأة الحامل لأنه يسبب بمشاكل صحية كالبلغم وعسر الهضم واضطرابات في البصر... لذا احرصي على تناول القليل منه لتحصلي على النتيجة المرجوة.

يُعرف الترمس بفوائده العديدة لاسيما في مسألة الحفاظ على الوزن والوقاية من الأمراض المزمنة. نسمع عنه كثيراً لكن ما هي حقيقة اهم فوائده وكيف يمكن الاستفادة منه لخسارة الوزن والحفاظ على الرشاقة واللياقة البدنية. هو ليس بسر، فالترمس من أشهر أنواع الحبوب الطبيعية الغنية بالعديد من العناصر المعدنية والفيتامينات والألياف والأحماض. لذا سنقدم لك أهم فوائد الترمس على صحتك:

يحتوي على نسبة عالية من الألياف الطبيعية التي تزيد مستوى الأيض وتساعد في عملية الهضم، بالإضافة إلى أنه يمنح الشخص الشعور بالشبع والإمتلاء وبالتالي التقليل من عدد الوجبات. - يحتوي على الألياف التي تمتص الجلوكوز من الدم وتعمل الألياف على تخفيض نسبة الكوليسترول ويقي بالتالي من أمراض القلب والأوعية الدموية وتصلب الشرايين. - يحتوي على نسبة عالية من الكالسيوم والفسفور، ويساعد بالتالي على النمو السليم



هدف رسم ملامح مستقبل القطاع وتطوير تجربة مبتكرة وأمنة للمسافرين

6 شركات عالية تتأهل للمرحلة النهائية لسرعات مختبر مستقبل الطيران في منطقة 2071

•• دبي-الفجر:

أعلن مختبر مستقبل الطيران في "منطقة 2071" عن تأهل 6 شركات من دولة الإمارات والولايات المتحدة واسكتلندا وهنلندا إلى المرحلة النهائية لتحدي رفاهية المسافرين، الذي يهدف لتوظيف الأفكار المستقبلية في إيجاد حلول ومبتكرة وجاهزة للتطبيق الفوري لتنشيط قطاع السفر ومواكبة التغييرات المتسارعة في قطاع الطيران.

واستقطب التحدي الذي تم إطلاقه ضمن برنامج مسرعات مختبر مستقبل الطيران أكثر من 107 شركات متخصصة في قطاع التكنولوجيا الحديثة من 30 دولة، قدمت مشاريعها المقترحة لتوفير تجربة أكثر أماناً وصحة للمسافرين في ظل الظروف والتحديات التي فرضتها جائحة فيروس كورونا المستجد بما يسهم باستعادة الثقة في أسواق السفر العالمية.

وعملت لجنة تحكيم متخصصة تضم خبراء في قطاع الطيران والابتكار على اختبار المشاريع المتأهلة، بناء على مجموعة معايير شملت إمكانية تنفيذ الأفكار، وأثرها على الارتقاء بمعايير صحة المسافرين وسلامتهم، خلال الرحلات الجوية وبعد وصولهم إلى وجهاتهم.

مها المزينة، توظيف التكنولوجيا الحديثة وتعزيز الشراكات الدولية وأكدت مها المزينة مدير "منطقة 2071"، التي تشرف عليها مؤسسة دبي للمستقبل، أن التغييرات الكبيرة التي يشهدها العالم تفرص تسريع تبني التكنولوجيا الحديثة، وتعزيز الشراكات الدولية لمواكبة التوجهات الجديدة، وتبني التكنولوجيا المستقبلية لتطوير خدمات ومنتجات وحلول مبتكرة تلبي الاحتياجات وتسهم بشكل إيجابي في عملية التحول الرقمي لمختلف القطاعات الرئيسية. وقالت المزينة: "تجسد الشراكة مع مختبر مستقبل الطيران هدفنا المشترك في خلق فرص جديدة قائمة على توظيف التكنولوجيا الحديثة لمواجهة التغييرات العالمية، لا سيما في ظل



وتسهم بشكل إيجابي في عملية التحول الرقمي لمختلف القطاعات الرئيسية. وقالت المزينة: "تجسد الشراكة مع مختبر مستقبل الطيران هدفنا المشترك في خلق فرص جديدة قائمة على توظيف التكنولوجيا الحديثة لمواجهة التغييرات العالمية، لا سيما في ظل

التحديات غير المسبوقة في قطاع الطيران، وذلك عبر شراكات فعالة مع الجهات الحكومية والشركات العالمية والناشئة من دولة الإمارات وخارجها.

مختبر تطوير وتنفيذ الأفكار المستقبلية

ويضم مختبر مستقبل الطيران (Aviation X Lab) فرق عمل لخمس من أكبر الشركات العالمية تشمل كلاً من: "طيران الإمارات" و"إيرباس" و"جي إي" و"تاليس" و"كولنز"، ويهدف إلى دعم الأبحاث العلمية والشرايع الهندسية، وتبسيط الضوء على الأفكار المستقبلية والابتكارات الحديثة في قطاع الطيران الذي يشهد نمواً متواصلاً بفضل التكنولوجيا وابتكار مفاهيم جديدة للتقل

الناقلات الوطنية .. مسارات خير وعطاء إماراتية تجوب العالم خلال كورونا

يوم الإمارات للطيران المدني .. احتفاء بمسيرة ملهمة من الريادة والإنجازات

قطاع الطيران المدني يضم 8656 طياراً و37694 مضيفاً

27 رخصة لشركات طيران و105 شركات شحن

قطاع الطيران المدني هو العمود الفقري للاقتصاد الوطني، ويساهم في تحقيق التنمية المستدامة. كما تم تدشين جائزة محمد بن راشد العالمية للطيران أكبر جائزة لتكريم رواد قطاع الطيران المدني بالعالم حيث تبلغ قيمة جوائزها مليون دولار وتهدف إلى تكريم المتميزين بقطاع الطيران المدني عالمياً. ووقعت الهيئة العامة للطيران المدني 21 اتفاقية نهائية للربط الجوي إضافة إلى 7 اتفاقيات بالبحر الأولي و9 مذكرات تفاهم إضافة إلى عقد مباحثات نقل جوي مع 23 دولة.

وتعد الإمارات من الدول التي تمتلك أكبر أسطول من الطائرات عريضة البدن في العالم مع 777 كما ارتفع إجمالي عدد الطائرات المسجلة في الدولة إلى 881 طائرة بنهاية العام 2019 إضافة إلى 27 رخصة لشركات طيران و105 شركات شحن و3 موزعين مرخصين للملاحة الجوية، فيما تواصل مطارات الدولة الـ 10 تألقها على خارطة صناعة الطيران العالمية محققة معدلات نمو سريعة وفتحات نوعية في تصنيفها الدولي متفوقة على مطارات دولية ذات تاريخ عريق.

وعلى الصعيد الدولي.. نجحت دولة الإمارات بالفوز بعضوية المجلس التنفيذي ضمن المنظمة العربية للطيران المدني بصفتها على 17 صوتاً من أصل 20 صوتاً من أعضاء الجمعية العمومية للمنظمة والذي يمثل إيجاباً على ثقة الدول العربية في دور دولة الإمارات باعتبارها أحد المحركين الرئيسيين في هذا القطاع على الصعيد الخليجي والعربي. وقدمت الهيئة العامة للطيران المدني ضمن مشاركتها في اجتماعات الجمعية العمومية الأربعين بالمنظمة الدولية للطيران المدني أكبر عدد من أوراق العمل مقارنة بـ 193 دولة مشاركة والتي كانت ذات قيمة وأثر كبير في إجراء عدد من التغييرات التي تهدف الى الارتقاء بمستويات الأمن والسلامة

والمسافرين والشركاء في كافة مطارات الدولة وعلى متن الرحلات القادمة لها والنطلقة منها.

وتتخذ قطاع الطيران المدني مجموعة من الإجراءات والتدابير الاحترازية لمواجهة "كوفيد-19" وذلك بالتنسيق مع جميع الجهات المعنية في الدولة حيث تم توفير تقنيات متطورة وحديثة في المطارات من بوابات التعقيم وأنظمة التحكم بالمساعد بدون لس وتقنية التعقيم الذاتي للسلالم الكهربائية وكاميرات الرصد والكشف الحراري وتحليل البوليوميراز المتسلسل PRC.

وتحتف قطاع الطيران جهودها في إجلاء مواطني دولة الإمارات ومرافقيهم ممن تواجدوا في الخارج أوقات ذروة أزمة "كورونا" وتصاعدها في حين تم إجلاء رعايا الدول الشقيقة والصديقة بالإضافة للأجانب على متن الناقلات الوطنية التابعة للدولة وتأمين عودتهم، إلى دولهم سالمين آمنين.

وكما عهدت الإمارات منذ تأسيسها ونشأتها على يد زايد الخير كان لا بد من مد يد العون واستكمال نهج العطاء حيث أغانت الإمارات الكثير من الدول المتضررة في أزمة "كورونا" من خلال المساعدات المرسله على متن الناقلات الوطنية والتي وصلت إلى أكثر من 118 دولة حول العالم تحمل أطناناً من المساعدات الإغاثية والطبية.

ويشهد قطاع الطيران في الدولة تطوراً كبيراً لاسيما مع امتلاك الإمارات لناقلات عالية بأساطيل تجارية ناجحة ومطارات متطورة وبنى تحتية توابك أحدث التطورات والابتكارات عالمياً إذ تتبوأ الإمارات مكانة عالمية مرموقة في مجال صناعة الطيران بفضل توجيهات القيادة الرشيدة بإرساء أسس البنية التحتية السليمة والأنظمة والاستثمارات الهائلة إضافة إلى اتباع أعلى المعايير المعتمدة في مجال السلامة والأمن ومواصلة تفعيل الابتكار وجعل

بلدية دبي تطلق غرفة التحكم عن بعد في محطة معالجة مياه الصرف

•• دبي - وام:

الأخرى. وأشار مدير عام بلدية دبي إلى أن منظومة الصرف الصحي الضخمة والتي أنشأتها بلدية دبي بدعم حكومي كامل كان لا بد لها من أنظمة تشغيل وتحكم عن بعد نظراً لضخامتها وانتشارها واتساع رقعتها الأمر الذي يجعل إدارتها وتشغيلها أمراً صعباً لولا مواكبة الأنظمة الحديثة والتطبيقات الذكية. وأكد أن مكونات منظومة الصرف الصحي في دبي يبلغ فيها طول خطوط شبكات الصرف الصحي باختلاف أقطارها 3 ملايين متر طولي في حين يبلغ عدد محطات الضخ الفرعية 56 محطة ويقابلها عدد 10 محطات ضخ رئيسية إضافة إلى محطتين لمعالجة مياه الصرف الصحي في جبل علي وورسان . ويتيح نظام المراقبة والتحكم عن بعد

أطلق سعادة المهندس داوود الهاجري مدير عام بلدية دبي غرفة أنظمة التحكم عن بعد في محطة معالجة مياه الصرف الصحي في جبل علي. وتقدم سعادتة سير العمل فيها وأية عملها في المراقبة الشاملة لمنظومة الصرف الصحي وتشغيلها والتحكم بمكوناتها المختلفة والتي تشمل على خطوط الصرف الصحي والمحابس "الصمامات" والمضخات ولوحات التوزيع الكهربائية وغيرها.

واستمع إلى شرح تفصيلي عن الرقابة الآمنة للمنظومة المذكورة مما يسهم بشكل كبير في سرعة اتخاذ القرارات الفنية اللازمة في حال رصد أية كسور في خطوط الشبكة أو أعطال في صماماتها ومضخاتها والمكونات



الفكرة

25 رواد وسعيد يوفران بطاقة مزايا خاصة لرواد الأعمال

•• الشارقة-وام:

أعلنت مؤسسة الشارقة لدعم المشاريع الريادية "رواد" التابعة لدائرة التنمية الاقتصادية بالإمارة بالتعاون مع مركز الشارقة لخدمات المستثمرين (سعيد) التابع لمكتب الشارقة للاستثمار الأجنبي المباشر (استثمر في الشارقة) عن توفير بطاقة مزايا خاصة لرواد الأعمال من أصحاب المشاريع الأعضاء في المؤسسة، وبموجبها سيتم منح الأعضاء هذه المزايا ضمن خدمات الجهات الحكومية المقدمة في مبنى المركز للمستثمرين. وبموجب الاتفاق بين الطرفين سيتم منح أعضاء مؤسسة "رواد" بطاقة رواد الأعمال سارية لمدة 5 سنوات ومرتبطة بسنوات الدعم المقدمة لصاحب المشروع من قبل المؤسسة، وسيحصل

المستفيدون على مجموعة واسعة من المزايا والتسهيلات منها الإعفاء من رسوم المركز "رسوم الخدمة المستجلة"، وخصم 10% من رسوم تأجير المجلس الواقع في المركز، بالإضافة إلى توفير خصم 20% على كل من رسوم النافذة الإعلامية ورسوم مندوب المركز.

كما سيحصل رواد الأعمال على إمكانية الاستخدام والاستفادة المفتوحة لقاءات الاجتماعات المتوفرة في المركز والزودة بأفضل الخدمات والتقنيات فضلاً عن وجود مستشار خاص لمساعدة العميل في إتمام الأعمال، جاء ذلك على ضوء زيارة قام بها فريق من مؤسسة "رواد"

إلى مبنى المركز في منطقة القصية، استهدفت مناقشة مجالات وأفاق التعاون بين الطرفين بهدف تطوير خدمات الدعم المقدمة لرواد الأعمال المواطنين أصحاب المشاريع، أعضاء المؤسسة.

وأوضح سعادة حمد علي عبدالله الحمود مدير مؤسسة "رواد"، أن الزيارة تندرج ضمن الخطط والبرامج الرامية إلى توسيع خدمات الدعم المقدمة لمجموعة المشاريع الريادية النسبية إلى عضوية المؤسسة، وخلق المزيد من البرامج المشتركة مع الجهات الحكومية والخاصة في إمارة الشارقة وخارجها بهدف تمكين أصحاب المشاريع الصغيرة والمتوسطة من توسيع أعمالهم والوصول إلى أكبر شريحة ممكنة من العملاء، ومساعدتهم في تطوير خدماتهم بحيث تحقق قيمة إضافية ذات تأثير إيجابي على المجتمع.

وأشاد الحمود بجهود مركز الشارقة لخدمات المستثمرين "سعيد" وخدمات المستثمرين "سعيد" وخدماتهم النوعية والمتشيرة والتي تسهم في تسهيل تأسيس المشاريع الجديدة وممارسة الأعمال وإنجاز التراخيص التجارية والمعاملات الخاصة بالمستثمرين والربط مع الجهات الحكومية في الإمارة.

من جهته، قال مروان صالح العجيلة، مدير عام مركز الشارقة لخدمات المستثمرين "سعيد" إن المركز يسعى إلى تعزيز الخدمات والمزايا لصالح المستفيدين من خلال منصة فاعلة وموحدة ومباشرة تلبى احتياجات جميع المستثمرين وأصحاب الأعمال ومعالجتها المرتبطة مع الجهات الحكومية في الإمارة، مشيراً إلى أن المركز باشر أعماله في نوفمبر 2019، ويندرج ضمن محفظة شركات ومبادرات هيئة الشارقة للاستثمار والتطوير /شروق/، ويعد الأول من نوعه على مستوى الإمارة، ويعمل وفق رؤية واضحة واستراتيجية طموحة نحو المساهمة في تعزيز مكانة إمارة الشارقة الاقتصادية كمنطقة صديقة للأعمال وتقديم حلول وخدمات للمستثمرين بما يجعلها بوابة إقليمية باتجاه الأسواق العالمية. وأكد وجود فرص واسعة للتعاون بين الطرفين، حيث إن الكثير من رواد الأعمال بحاجة إلى بيئة أعمال تحضن مشاريعهم الريادية وتوفر لهم المرافق الملائمة والمجهزة للانطلاق في رحلتهم في مجال العمل التجاري الحر.

ضبط الانفاق يقلص قروض البنوك لشراء

السيارات بنسبة 7.6% خلال 2019

•• أبوظبي-وام:

شهدت جميع فئات قروض قطاع الأفراد تطورات متفاوتة خلال المرحلة الماضية شكلت في مجملها مؤشرات على ضبط الانفاق الاستهلاكي على الكماليات في خطوة وصفت بأنها تنسجم مع إعادة ترتيب أولويات أوجه الصرف التي باتت تتركز على الاحتياجات الأساسية من جهة وتتواكب مع الساعي الحكومية لضبط وترشيد الانفاق من جهة أخرى. وفي مؤشر على ترسخ سلوك ضبط الانفاق لدى الأفراد على الكماليات فقد أظهرت الإحصائيات الصادرة عن مصرف الإمارات المركزي تقلص القروض البنكية لشراء السيارات بنسبة 7.6% خلال العام 2019 وقد تراجعت متوسط فئات الإقراض الأخرى لقطاع الأفراد ما بين تراجع بنسبة 2.3% في القروض الاستهلاكية إلى ارتفاع بنسبة 2.9% في القروض الموجهة للأغراض العقارية.

ويؤكد المصرف المركزي أن قطاع الأفراد يقوم بدور مهم في الاستقرار المالي، وذلك نظراً لكونه يشكل مصدراً مهماً للأموال المودعة لدى الجهاز المصرفي، مشيراً إلى أنه ونتيجة التطور المتزايد لأنماط ادخار الأفراد واستثماراتهم فمن المهم الاهتمام بهذه الشريحة من العملاء. وشكلت القروض الموجهة لقطاع الأفراد القيمين حوالي خمس قروض القطاع المصرفي في دولة الإمارات بقيمة بلغت 333 مليار درهم في 2019، وتمثل حوالي 30% من الناتج المحلي الإجمالي غير النفطى للإمارات.

ويحسب إحصائيات مصرف الإمارات المركزي التي تضمنتها تقرير الاستقرار المالي فإن ودائع الأفراد القيمين في الجهاز المصرفي سجلت نمواً مضطرباً بنسبة 8% لتصل إلى 452 مليار درهم خلال عام 2019 وتقفوت بذلك على رصيد قروضهم، في حين تقلصت ودائع غير القيمين بنسبة 1.3% لتصل إلى 25 مليار درهم في العام ذاته.

وفي حين يودع معظم الأفراد أموالهم كودائع تحت الطلب أو ودائع ادخارية والتي تشكل حوالي ثلاثة أرباع الودائع، يتم الاحتفاظ بالباقي كودائع لأجل .. علماً بأن نحو 88% من مخرجات قطاع الأفراد مقوم بالعملة المحلية، بينما الباقي مقوم بعملة أجنبية.

مبادرة جديدة تستهدف الاستفادة من وسائل التواصل الاجتماعي لتعزيز وعي القطاع الخاص

أسأل غرفة دبي تجيب على استفسارات مجتمع الأعمال بفيديوهات قصيرة لمسؤولي الغرفة



لا انتشار الفيروس، حيث تضم الصفحة الإلكترونية أخباراً و موارد اقتصادية وتقنية ورؤى اقتصادية متنوعة ذات علاقة بالتحديات الحالية القائمة وسبل مواجهتها، بالإضافة إلى احتوائها على فيديوهات ترويجية قصيرة حول مختلف المواضيع المتعلقة بقطاع الأعمال وأخرى شاركة ممثلي القطاع الخاص في حملة الغرفة. وتتميز المنصة بالتنوع والتفاعل وخصوصيتها لبيئة الأعمال والقطاع الخاص في إمارة دبي، وتنوع مواضيعها لتوفر نصائح وإرشادات لرواد الأعمال والشركات الصغيرة والمتوسطة وخطط العمل عن بعد، وكيفية مواجهة التحديات القائمة.

قيمة مضافة لجميع الشركات المهتمة بالتوسع الخارجي، ولفت خان إلى أن الغرفة تمتلك حالياً 11 مكتباً تشبهاً منتشرة حول العالم، يلعب كل منها دوراً رئيسياً في إجراء الدراسات المتخصصة على الأرض والتعريف بالفرص الاستثمارية والمشاريع القائمة والمستقبلية والمشاركة في الفعاليات والمعرض وتنظيم فعاليات متخصصة وبمناخ تجاري إلى دبي بالإضافة إلى تعزيز التواصل مع الأطراف المعنية الحكومية والخاصة في هذه الأسواق. وتهدف منصة "ملتقى الأعمال" على تخطي التحديات الاقتصادية

ومستوى التعليم، والنقل، والقدرات اللوجستية، مؤكداً إن تحديد البلد المناسب يعتمد على هذه العوامل ومدى توافقها ظروفه مع نقاط قوة النشاط التجاري وما الذي يمكن أن تضيفه لذلك الاقتصاد. وحول كيفية مساعدة غرفة دبي للشركات الراغبة بالتوسع الخارجي قال خان إن الغرفة تقدم العديد من الخدمات التي يمكن تلخيصها بثلاثة جوانب للدعم وتشمل التندبات والفعاليات الدولية التي تنظمها وتستهضيها الغرفة، والدراسات والأبحاث والتقارير الدقيقة بالإضافة إلى المكاتب الخارجية التمهيلية للغرفة، معتبراً أن هذه الجهود توفر

على المنصة المعلوماتية الجديدة أيضاً. وستتيح هذه المبادرة الجديدة لجميع المهتمين والعنيين طرح أسئلتهم حول ممارسة الأعمال في دبي، والأعمال المسؤولة والمستدامة وريادة الأعمال والتوسع الخارجي بالإضافة إلى مواضيع أخرى على علاقة بفرص الاستثمار ولقاءات الأعمال والأبحاث والدراسات الاقتصادية. ودشنت الغرفة هذه السلسلة من الفيديوهات التوعوية بقاء مع عمر خان، مدير المكاتب الخارجية في غرفة دبي، الذي أجاب على استفسارات المهتمين بما يتعلق بتوسع الأعمال من دبي إلى الأسواق الخارجية، وكيف يمكن لغرفة دبي ومكاتبها الخارجية المساعدة في دعم التوسع الخارجي لشركات الإمارة في الأسواق الواعدة. وأجاب عمر خان في الفيديو الأول على سؤال حول العوامل التي يجب على الشركات في دبي أخذها بعين الاعتبار عند التخطيط لدخول أسواق جديدة.. مشيراً إلى أنه يجب على الشركات التركيز على ميزاتها التنافسية، وعلى خصائصها الفريدة التي يمكن أن تضيفها على المعادلة، ومن ثم محاولة إيجاد نوع من التناغم بينها وبين متطلبات كل دولة، مضيفاً أنه يجب على الشركات البحث عن المعلومات الاقتصادية الرئيسية في الأسواق المستهدفة مثل الاستقرار السياسي والاقتصادي، ومؤشرات سهولة ممارسة الأعمال، والمشاريع الجديدة، والتغيرات الجديدة، بالإضافة إلى قوة العملة المحلية،

•• دبي-الجزيرة:

أطلقت غرفة تجارة وصناعة دبي مبادرة "أسأل غرفة دبي" على قنوات التواصل الاجتماعي والتي تستهدف الإجابة على استفسارات رجال الأعمال وممثلي القطاع الخاص ورواد الأعمال والمهتمين بالاستثمار في الإمارة وخارجها عبر فيديوهات قصيرة لعدد من مسؤولي الغرفة لتعزيز التفاعل مع مجتمع الأعمال. وتأتي هذه المبادرة التفاعلية التي تم إطلاقها بالتعاون مع مجلة "انتربرنر الشرق الأوسط" استكمالاً لاستحداث الغرفة لنصحة "ملتقى الأعمال"، المنصة المعلوماتية المتكاملة الخاصة بمتابعة تطورات وتأثيرات انتشار فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19) على الاقتصاد وقطاع الأعمال في إمارة دبي. وتشكل مبادرة "أسأل غرفة دبي" جزءاً من جهود الغرفة لتعزيز وعي القطاع الخاص بالمتطلبات والجوانب المختلفة لممارسة الأعمال في إمارة دبي، وتهدف الاستفادة من وسائل التواصل الاجتماعي لإيصال المعلومة الصحيحة لأصحاب الشأن. وتقوم المبادرة على إتاحة المجال للعملاء لطرح أسئلتهم على مسؤول معين من الغرفة متخصص بمجال محدد، وبعد جمع الأسئلة يتم انتقاء أبرزها ليتم الرد عليها من خلال فيديو قصير يتم بثه ونشره على قنوات التواصل الاجتماعي المختلفة للغرفة بالإضافة إلى قنوات التواصل الخاصة بشريك المحتوى "انتربرنر الشرق الأوسط"، ويتم تحميله كذلك

الغرفة

26

أبوظبي للزراعة تواصل إجراءات نقل بعض الاختصاصات لـ «القبضة»

•• أبوظبي-وام:

تواصل هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية بالتعاون مع شركة "سلان" للغذاء والتكنولوجيا المملوكة بالكامل للقبضة العمل على تنفيذ قرار المجلس التنفيذي لإمارة أبوظبي بنقل بعض الاختصاصات ومهام الهيئة إلى شركة "سلان" إحدى الشركات التابعة لـ القبضة ADQ، وذلك لدعم منظومة الأمن الغذائي وتعزيز التنمية المستدامة لإمارة أبوظبي.

ووفقاً لقرار المجلس التنفيذي تتولى شركة "سلان" إيجاد قنوات تسويقية وترويجية للمنتجات الزراعية المحلية وإنشاء وإدارة مخزون احتياطي للطوارئ من الغذاء بالتعاون مع الجهات المعنية على أن تستمر الهيئة بمهمة الرقابة على هذا الاختصاصات والعمليات المرتبطة به في كافة الأوقات بما فيها الأزمات والطوارئ والكوارث. وقال سعادة سعيد البحري العامري مدير عام هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية إن هذه الخطوة مهمة لتعزيز كفاءة قطاع الزراعة والغذاء في إمارة أبوظبي



وتطبيق معايير الحوكمة للفصل بين الدور التنظيمي والرقابي للهيئة والأدوار التشغيلية المتصلة بالأنشطة التجارية حيث تنتقل إلى الشركة المهام التشغيلية الخاصة بتسويق المنتج المحلي وإنشاء وإدارة المخزون الاحتياطي بينما تركز الهيئة على

تفعيل مهام الرقابة والتنظيم وإعداد الاستراتيجيات الداعمة للتنمية الزراعية المستدامة. وأوضح سعادته أن "سلان" هي شركة مملوكة بالكامل لـ القبضة ADQ، وتمتلك وتدير جميع الأصول الخاصة بعمليات تسويق وترويج المنتجات المحلية وذلك لاستكمال مسيرة هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية لتطوير سلسلة القيمة الغذائية ودعم المنتج المحلي وتعزيز تنافسيته في السوق. وأكد التزام الهيئة بدعم توجهات الشركة ومساعدتها على تحقيق



الأهداف التي تأسست من أجلها حيث يتم نقل إدارات التسويق الزراعي والأصول التجارية والمخزون الاحتياطي وكوادرها الوظيفية لتعزيز عملياتها التشغيلية وتطوير سلسلة القيمة لإنتاج الغذاء المحلي من المزرعة إلى المستهلك. أكد التزام هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية والقبضة ADQ/ بأستمرار العمليات التشغيلية لنظام توريد منتجات المزارعين بطريقة سلسلة فعالة بالتعاون مع شركاء قطاع التجزئة وتجار الجملة ودعم وتشجيع المزارعين بما يضمن زيادة العائد الاقتصادي على الزراعة ويشجع المزيد من المزارعين على الاستثمار في المنتجات الزراعية بالإضافة إلى زيادة مساهمة القطاع الزراعي في الناتج المحلي غير النفطي لإمارة أبوظبي.

أكثر من 1.2 مليار درهم مبيعات نخيل من الفلل العائلية الجاهزة للسكن

•• دبي- وام:

أعلنت شركة "نخيل" للتطوير العقاري عن تحقيقها أكثر من 1.2 مليار درهم من مبيعات الفلل الجاهزة للسكن منذ شهر مارس من العام الجاري وذلك نظراً لإقبال المشترين على الاستثمار العقاري أو ترقية وتوسيع منازلهم. ومع بيع أكثر من 500 منزل بين شهري مارس وسبتمبر 2020 تكون "نخيل" قد باعت فللها العائلية الفاخرة في "الفرجان" بالكامل وطرحت حالياً المرحلة السادسة من فللها الفاخرة في "ند الشبا" وذلك بعد بيع ما يقرب من 450 وحدة سكنية. وقال عقيل كاظم الرئيس التنفيذي للشؤون التجارية لدى شركة "نخيل" إن الأشهر الستة الماضية شهدت زيادة في مبيعات المساكن العائلية الضخمة ذات الجودة العالية حيث قام المستثمرون بشراء منزلهم لأول مرة أو الانتقال إلى منزل أكبر مستفيدين من العروض والأسعار الجذابة. وأوضح أن التغييرات في نمط الحياة بسبب فيروس كورونا أدت إلى زيادة الطلب على المساحات العيشية العائلية الداخلية والخارجية الواسعة حيث أبدى المشترين اهتمامهم أيضاً بوجود حديقة خاصة بهم وذلك للتمتع وقضاء أوقات راحة مع العائلة خلال الأجواء الباردة القادمة. وأشار إلى أن نخيل قامت ببيع الفلل في "الفرجان" بالكامل وتواصل بشكل يومي تسجيل مبيعات في "ند الشبا" كما أنها تستعد لزيادة المبيعات في الأسابيع المقبلة. يقع مشروع "فلل ند الشبا" التابع لشركة "نخيل" في واحدة من أكثر المناطق المرغوبة للسكن بدبي ويحظى بشعبية كبيرة بين المواطنين والخليجيين نظراً للروابط الأسرية ورغبتهم في تملك منزلهم الخاص في نفس المنطقة ليكونوا بالقرب من أقاربهم.



بقدره إنتاجية تصل إلى 50 ألف طن

إمبارور تنهي أعمال الأساسات في محطة تبريد جديدة بمنطقة زعبيل

•• دبي - الجزيرة:

أعلنت مؤسسة الإمارات لأنظمة التبريد المركزي (إمبارور)، أكبر مزود لخدمات تبريد المناطق في العالم عن إنتهاؤها من أعمال الأساسات في محطة تبريد جديدة في منطقة زعبيل وذلك جزء من خطة الشركة لتقديم خدماتها لمشاريع عمرانية ضخمة متعددة الاستخدامات قائمة وأخرى قيد الإنجاز في منطقة زعبيل الحيوية في الإمارة. وأشارت المؤسسة إلى أن حجم الطاقة الإنتاجية الإجمالية للمحطة الجديدة سيصل إلى 50.000 طن تبريد فور الإنتهاء من بنائها، وسيتم ربط محطة زعبيل الجديدة بمحطة مركز دبي المالي العالمي لتصل الطاقة الإنتاجية إلى 112.000 طن سنخمد المنطقتين إلى زيادة التواصلية تبريد. حيث تشهد هذه المناطق زيادة



مضطربة في عدد المباني وسيستفيد من خدمات تبريد المناطق، كل من مباني مركز دبي التجاري العالمي، ومشروع أبراج "ن زعبيل" المملوكة بالكامل لمؤسسة دبي للاستثمارات الحكومية وغيرها من المشاريع الجارية والمتواجدة في مركز دبي المالي العالمي. لافتة إلى أن تصميم المحطة الجديدة يراعي ويلبي أعلى المعايير العالمية في إنشاء وتصميم المباني، حيث تم مراعاة معايير الأبنية الخضراء المستدامة، والتطورات العمرانية الحديثة بدبي، إضافة إلى المظهر العام للمنطقة، والشكل الخارجي للمباني الأيقونية الموجودة في منطقة زعبيل. سيتم ربط محطة زعبيل الجديدة بمحطة مركز دبي المالي.

عصرية في إطار منهجي استراتيجي يقوم على تطبيق التنمية المستدامة المحطت لها، وذلك وفق توجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، التي تهدف إلى خفض معدلات استهلاك الكهرباء والمياه بنسبة 30%، وجعل الإمارة مركزاً عالمياً لاقتصاد الأخضر والبيئة الأمل في البصمة الكربونية على مستوى العالم بحلول 2050. موضحة أن محطة تبريد منطقة زعبيل ستعمل بتقنيات ذكية ومبتكرة طورتها إمبارور وكانت قد نالت عليها تقديراً عالمياً لاسيما تلك التقنيات المتعلقة بتخزين الطاقة الحرارية (TES) مما يساهم في توفير كم هائل من الطاقة الكهربائية، كما تستخدم المؤسسة تقنية المياه المعالجة TSE في العمليات

التشغيلية للمحطة، والتي تساهم في تقليل استهلاك المياه العذبة، والحفاظ على الموارد الطبيعية للأجيال القادمة. كما تستخدم المؤسسة تطبيقات الذكاء الصناعي وتحليل بيانات تنبؤات الأحوال الجوية. هذا غير ربطها عند التشغيل بمرکز التحكم الذكي لإمبارور والمعروف بقدرة على قراءة مليونين من البيانات المتعلقة وأبراج التبريد والمحولات والمبردات وإمدادات المياه وغيرها باستخدام نظام سداد المتقدم حيث يعمل المركز من خلال شبكة ذكية ذات كفاءة عالية تساعده على الاستجابة الدقيقة والسريعة لأي طارئ يقع في عمليات محطات التبريد. والجدير ذكره، أن إمبارور، تقدم خدمات تبريد المناطق لأكثر من 1180 مبنى، وأكثر من 120 ألف متعامل كما تصل القدرة الإنتاجية للشركة إلى أكثر من

موانئ دبي وجافزا تشاركان في مؤتمر حول تمكين قطاع البلاستيك في الهند

•• دبي- وام:

شاركت موانئ دبي العالمية - إقليم الإمارات والمنطقة الحرة لجزيل علي "جافزا" مع جمعية كل الهند لصنعي البلاستيك في مؤتمر افتراضي بعنوان "تمكين قطاع البلاستيك في الهند للوصول إلى العالمية" حيث تم مناقشة التطورات المستجدة في تجارة البلاستيك دولياً وتبادل الأفكار حول تخطي العقبات والوقائق الرئيسية لتطوير هذا القطاع. شارك في المؤتمر نخبة من كبار المبتغين والمصنعين المتخصصين في الصناعات التحويلية للبلاستيك من جميع أنحاء العالم واستعرضوا خبراتهم ومعارفهم حول أفضل الممارسات وأحدث التقنيات المستخدمة في الصناعة مؤكداً بنسوخ العلاقة بين الهند

الدولية ويمتاز بتوافر سلسلة إمداد دولية مرنة وبمبسطة مدعومة بعمليات موانئ دبي العالمية المنتشرة عبر 40 دولة. وأضاف أن صناعة البلاستيك الهندية خفرت منذ نشأتها الكثير من التفاؤل وحققت نمواً متسارعاً وتنوعاً على مر السنين وقد بلغت صادرات البلاستيك الهندية 7.045 مليار دولار أمريكي خلال الفترة بين أبريل 2019 ونovمبر 2020. لافتاً إلى أن جمعية كل الهند لصنعي البلاستيك قد ساعدت على تطوير شراكاتهم وتعاونهم بإمكانات الهند الصناعية والتجارية الهائلة وتعد هذه فرصة فريدة لجمع رؤى العنيين بصناعة البلاستيك للتأكيد على مساهمة موانئ دبي في دعم القطاع في كل من الهند ومنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا والعالم أجمع.

وإدارة تطوير الأعمال بموانئ دبي العالمية - إقليم الإمارات عبر مبادرة "الجسر الهندي الإماراتي" التي أطلقتها موانئ دبي العالمية. بينما ناقشت إتسام الكعبى رئيس قسم المبيعات في جافزا دور المنطقة الحرة في مساعدة قطاع التجارة وتعزيز سلسلة التوريد إقليمياً للمواد والسلع التي تساهم في تمكين تصنيع البلاستيك للشركات الهندية. ونظراً لما تمتلكه موانئ دبي العالمية من موارد وقدرات متمثلة في ميناء جبل علي ذي المعايير العالمية وجافزا الممكن الرائد لقطاع الأعمال فإنها تشكل مركزاً مثالياً لتطوير قطاع البلاستيك الهندي. ويعتبر جبل علي وجافزا الوجهة المفضلة في المنطقة لممارسة

الأعمال بفضل قرب مرافقهما من مصادر المواد الخام إلى جانب توافر الأراضي المخصصة لأغراض التصنيع ووجود منظومة لوجيستية مركزية على الميناء لتحويل البولييمرات إضافة إلى اتصالها بالأسواق في الشرق الأوسط وتوافر خدمات دعم القيمة في سلسلة إنتاج البولييمرات البلاستيكية ووجود قدرات التعبئة والتخزين والخدمات اللوجيستية والتوريد من بداية دورة الإنتاج وحتى نهاية عمليات التصدير كل ذلك مشمولاً ضمن الحلول المتطورة لسلسلة التوريد والقدرات الرقمية المتكاملة. وفي هذا الصدد أوضح محمد المعلم المدير التنفيذي ومدير عام موانئ دبي العالمية - إقليم الإمارات، المدير التنفيذي لجافزا أنه كمرکز لوجستي وصناعي توفر المنظومة المتكاملة في جبل علي اتصالاً متعدد النطاقات بالأسواق

تساعد الشركات لاستقطاب أفضل الكفاءات

معهد دبي العقاري يطلق منصة «مسار» للتوظيف والتدريب العقاري

•• دبي- الجزيرة:

في بادرة تعد الأولى من نوعها على مستوى المنطقة، أطلق معهد دبي العقاري التابع لدائرة الأراضي والأملاك في دبي، وبالتعاون مع شركة بلوقو الشرق الأوسط المتخصصة بتطوير تقنيات وأنظمة التوظيف المدعومة بالذكاء الاصطناعي والتعلم الذكي، بوابة التوظيف والتدريب العقاري "مسار" المدعومة بتقنية الذكاء الاصطناعي، والوصف الوظيفي. وتتيح البوابة الجديدة للمتخصصين في المجالات العقارية المختلفة من جميع الجنسيات، فرص التقدم للبحث عن فرص عمل في المجالات ذاتها، كما تتيح للشركات المتخصصة عرض فرصها على المنصة مقابل رسوم مادية نظير الاشتراك بالخدمة. وتأتي هذه المنصة الذكية لتلبية حاجات جميع الأطراف العاملة في السوق العقاري، بمن في ذلك الأفراد والشركات، لاسيما وأن هذه البوابة المتخصصة تراعي المؤهلات

بمنصة مسار. ومن الخدمات الأخرى التي ستكون متاحة للشركات، النشر غير المحدود للوظائف، وسيكون هنالك قسم من الصفحة على المنصة لتذكر أسماء الشركات وأصحاب العمل المميزين، كنوع من الدعاية. ليس هذا فحسب، بل ستمتلك الشركة من التواصل مع الخريجين العشر الأوائل من معهد دبي العقاري، كما يمكنها إنشاء صفحة للوظائف خاصة بها ضمن الرابط الإلكتروني للشركة المتصل بمنصة مسار، لعرض الوظائف على صفحتها للوظائف. وسيحصل الباحثون عن عمل على العديد من الخدمات، ومن أهمها إدراج السير الذاتية على المنصة، والترويج على قنوات التواصل الاجتماعي من خلال نشر الملفات الشخصية للباحثين عن عمل لزيادة فرص حصولهم على الوظائف. ويمكن لهذه الفئة أيضاً الاستفادة من الدروس التي يتم توفيرها عبر الإنترنت، والتسجيل في الدورات العقارية.

اللازم للخريجين المسجلين فيها، بما في ذلك إتاحة فرص التدريب والتأهيل لهم لتصل مهاراتهم وإرشادهم، بما يمكنهم من تحقيق الاستفادة القصوى من هذه المنصة على أكمل وجه. وتعمل المنصة أيضاً على الربط مع البرامج الموجهة للمواطنين، ومنها على سبيل المثال برنامج الوسيط الوطني المعتمد لدى كل من مؤسسة التنظيم العقاري التابعة لدائرة الأراضي والأملاك في دبي، ومؤسسة محمد بن راشد للتنمية المشاريع الصغيرة والمتوسطة التابعة لاقتصاد دبي، وذلك بهدف تعزيز دور مواطني الدولة، وتحفيزهم على مُزاولة مهنة الوساطة العقارية، بما يرفع مستوى مشاركتهم في القطاع العقاري، كونه يمثل أحد أهم القطاعات الاقتصادية في الإمارة. وتتيح المنصة للشركات العقارية الإعلان عن الوظائف الخاصة بالمجال العقاري، مع إمكانية التواصل مع الخريجين العشر الأوائل من معهد دبي العقاري، والحصول على صفحة وظائف خاصة بالشركة تكون مربوطة



التوجيه والاستشارة، توفر منصة "مسار" العديد من البرامج والمسارات المتخصصة لمساعدة المشتركين على الاستفادة القصوى من فرص التعليم والتدريب المستمر، من أجل إكسابهم المهارات اللازمة للنجاح في مختلف المهن العقارية. ويتولى معهد دبي العقاري، بصفته الجهة المشرفة على المنصة، توفير الدعم

والخبرات اللازمة، وتساعدهم على مواصلة النجاح في مختلف المسارات المهنية العقارية. وقالت هند المري المدير التنفيذي لمعهد دبي العقاري: "تشكل بوابة التوظيف والتدريب العقاري "مسار" حلقة وصل بين خريجي معهد دبي العقاري أو المتخصصين في مجالات العقارات المختلفة والشركات المختصة في المجال العقاري. وتساعد المنصة هذه الأطراف على تحقيق العديد من الأهداف الاستراتيجية، ومن أبرزها الشراكة الفاعلة بين جميع الجهات لتمكين خريجي المعهد من الاستفادة من طاقاتهم وقدراتهم وخبراتهم من خلال الالتحاق بسوق العمل. وأصبح المجال مفتوحاً الآن أمام خريجي معهد دبي العقاري والمتخصصين في مجالات العقارات المختلفة، ممن يرغبون بالعمل في هذا القطاع التسجيل في المنصة الإلكترونية عبر الرابط <http://masar.drei.gov.ae>. وإضافة إلى فرص التوظيف وخدمات

السكرتير الدائم في وزارة المجتمع والاقتصاد الرقمي في تايلاند؛

إكسبو 2020 دبي فرصة استثنائية لتايلاند لتكون جزءاً من استجابة مشتركة لعالم متغير



•• دبي- الفجر

تماشياً مع المحريات الحاصلة في 2020 وما حمله للعالم من تحديات، قالت أجارين باتانابنتشي، السكرتير الدائم في وزارة المجتمع والاقتصاد الرقمي بتايلاند والمفوض العام لتسليم جناح تايلاند في أكسبو دبي، أن التغييرات تشهدنا البشرية تجعلنا حريصين على الالتفات إلى الداخل لرعاية أنفسنا. ولكن بعد عام واحد من الآن سيوفر إكسبو 2020 دبي منصة استثنائية لتجتمع من أجلنا مع العالم مرة ثانية، وأنها بحق فرصة لنا للاستجابة للكيفية التي تغير بها عالمنا والمضي سوياً لمعالجة أولويات ملحة مثل تغير المناخ.

وبتاريخ 1 أكتوبر 2021 حتى 31 مارس 2022، سيبدأ إكسبو 2020 إلى العالم أجمع ميزة الالتقاء معاً بروح من التضامن والتعاون، إنه يمثل منتدى عالمي يظهر مدى الحاجة والرغبة في التغيير الإيجابي ويزخر بالفرص الملموسة لتحقيق ذلك على أكمل وجه.

ونوهت باتانابنتشي، إلى إن مشاركة تايلاند في إكسبو 2020، تعبر عن التزامنا بالمساعدة في تعزيز مستقبل متطور ومستدام، حيث يجب على

أجارين باتانابنتشي؛ بعد عام واحد من الآن سيكون معرض إكسبو 2020 دبي منصة مبتكرة وغير مسبوقة لتعزيز سبل تشكيل مستقبل أفضل

تايلاند مع التطور التكنولوجي والابتكار الرقمي الذي سيحول المملكة إلى مركز إقليمي للتنمية الرقمية في جنوب شرق آسيا. وأوضحت باتانابنتشي، بأن جناح تايلاند يعزز تقديم قائمة من الأنشطة الفريدة على مدار 6 أشهر في معرض إكسبو الدولي 2020 دبي، بهدف أن يستمتع زوار الجناح بالعرض اليومي الرائع حيث تلتقي الثقافة التايلاندية الأصيلة بالفنون المعاصرة وهما جزءاً من تايلاند لزواره باختصار عن إحساس الضيفاء التايلاندية والإضافات التي طرأت عليها لتبرهن عن مميزات تايلاند الذكية من الحكمة إلى الابتكار المستقبلي مع الابتسام. وسيتم إمامة اللثام من موضوع رئيسي داخل الجناح يأتي تحت عنوان "موبيليتي فور فيوتشر" من خلال تجربة متعددة الحواس في أربع قاعات عرض. ولن يختبر الزوار الثقافة والتقاليد الريعية للبلاد والجمال الطبيعي فحسب، بل سيختبرون أيضاً "سمارت

مسبوقة لإيجاد حلول تعاونية للتغلب على هذه التحديات، حيث يوحد أكثر من 190 دولة ضمن مبادئ الإيمان الراسخ بأن الأشياء العظيمة تحدث عندما تجتمع معاً. وسيرحب جناح تايلاند في إكسبو 2020 بالزوار لتعريفهم عن كثر بثقافة وتراث البلاد وأحدث التقنيات التكنولوجية التي يعرضها الجناح للملايين من الجمهور الذي سيحضرون فعاليات هذه الحدث الكبير. وسيكشف جناح تايلاند لزواره باختصار عن إحساس الضيفاء التايلاندية والإضافات التي طرأت عليها لتبرهن عن مميزات تايلاند الذكية من الحكمة إلى الابتكار المستقبلي مع الابتسام. وسيتم إمامة اللثام من موضوع رئيسي داخل الجناح يأتي تحت عنوان "موبيليتي فور فيوتشر" من خلال تجربة متعددة الحواس في أربع قاعات عرض. ولن يختبر الزوار الثقافة والتقاليد الريعية للبلاد والجمال الطبيعي فحسب، بل سيختبرون أيضاً "سمارت

الجميع أن يلعبوا دورهم في هذه المجال، لأنه من خلال الاعتراف بإنسانيتنا المشتركة، سنقوي تنسيق هدهنا ونسرع من تقدمنا المشترك. ومن خلال إكسبو 2020 القادم سنكون قادرين على عرض إنجازاتنا والاحتفال بها كونه المكان الذي يوسع أهدافنا إلى أبعد حد ممكن. من جهة أخرى، يقع على عاتق إكسبو 2020 دبي مسؤولية إعلام وإلهام كوكبنا الذي يستحق غداً أكثر إشراقاً، ونحن أيضاً من واجبنا المساهمة في إنجاز هذا الهدف وتمكين الأجيال القادمة من أجل الازدهار. وأشارت باتانابنتشي بقولها، في الوقت الذي نتعامل فيه مع تداعيات أزمة فيروس كورونا "كوفيد-19، COVID-19، يواجه العالم من جانب آخر العديد من التحديات بما في ذلك ضمان مستقبل صديق للمناخ وإمدادات غذائية مستدامة والمساواة في الوصول إلى التعليم والرقمنة والرعاية الصحية. لذلك يُعد إكسبو 2020 فرصة غير

بنك الإمارات دبي الوطني يطلق منصة رقمية لتمويل سلاسل التوريد

لدى الشركات في دولة الإمارات العربية المتحدة، اكتسب بنك الإمارات دبي الوطني سمعة مرموقة كمزود موفوق للحلول الذكية والمبتكرة لتسهيل ممارسة الأعمال التجارية ودعم توجهات الدولة نحو تعزيز الخدمات الرقمية ضمن مختلف قطاعات الأعمال. ويأتي إطلاق منصة التمويل الذكي لسلاسل التوريد في إطار التزامنا بإشراء فرص النمو لعملائنا من الشركات وتحسين رأس مالهم العامل. ويسعدنا تزويد قطاع الأعمال في الدولة بمنصة آمنة وسلسة توفر رؤية متكاملة لمعاملاتهم التجارية ومرونة عالية في عمليات الدفع وتعزيز السيولة النقدية لورددهم.

بدأً من تسجيل بيانات الموردين إلى عمليات الدفع والتسوية بالإضافة إلى تدفقاتهم النقدية. ويأتي إطلاق منصة التمويل الذكي لسلاسل التوريد (سمارت اس سي اف) في إطار مساعي البنك لتلبية احتياجات العملاء المتزايدة لتحويل عمليات إدارة وتمويل سلاسل التوريد إلى عمليات رقمية، والتي برزت كواحدة من الأولويات الرئيسية لعملاء البنك من الشركات والمؤسسات عبر مختلف القطاعات. وفي هذا السياق، قال أحمد القاسم، نائب رئيس تنفيذي أول، رئيس الأعمال المصرفية للشركات والمؤسسات لجموعة بنك الإمارات دبي الوطني: "انطلاقاً من مكانته كإبنك المفضل



لتعزيز تعاونهم ضمن سلاسل التوريد وتحسين رأس المال العامل والحد من تكاليف المعاملات. وتتيح المنصة للعملاء الاستفادة من تحسين كفاءة التدفق النقدي بينما يتمكن الموردون من الاستفادة من مزايا السداد المبكر لفوائدهم، دون الحاجة إلى تقديم ضمانات، وبأسعار تنافسية. وتم تصميم منصة التمويل الذكي لسلاسل التوريد (سمارت اس سي اف) لتساهم في تعزيز الكفاءة التشغيلية لكل من عملاء الشركات وموردهم. ويمكن للموردين الانضمام بأنفسهم من خلال الحلول الرقمية المتوفرة في المنصة، والتي تعتبر الأولى من نوعها في المنطقة. وتضم المنصة أيضاً حلول متطورة

لتعزيز تعاونهم ضمن سلاسل التوريد وتحسين رأس المال العامل والحد من تكاليف المعاملات. وتتيح المنصة للعملاء الاستفادة من تحسين كفاءة التدفق النقدي بينما يتمكن الموردون من الاستفادة من مزايا السداد المبكر لفوائدهم، دون الحاجة إلى تقديم ضمانات، وبأسعار تنافسية. وتم تصميم منصة التمويل الذكي لسلاسل التوريد (سمارت اس سي اف) لتساهم في تعزيز الكفاءة التشغيلية لكل من عملاء الشركات وموردهم. ويمكن للموردين الانضمام بأنفسهم من خلال الحلول الرقمية المتوفرة في المنصة، والتي تعتبر الأولى من نوعها في المنطقة. وتضم المنصة أيضاً حلول متطورة

وزارة التغير المناخي والبيئة؛ نعمل عبر منظومة متكاملة لدعم الصيادين المواطنين واستدامة الثروة السمكية

الجسمي حرص الوزارة على توعية وتنقيف مختلف شرائح المجتمع بما في ذلك الصيادين والمستهلكين من أفراد المجتمع والشركاء الاستراتيجيين والجهات المعنية بالبيئة ومناهج بيع الأسماك حيث تقوم الوزارة بتنظيم حملات توعوية دورية بالتعاون مع الجهات الأعضاء في اللجنة الوطنية للتثقيف والتوعية البيئية عن القوانين والقرارات التي تنظم عملية صيد الأسماك في الدولة بما في ذلك الأدوات المستخدمة في الصيد ومواسم حظر صيد الأسماك والأطوال المسموح باصطيادها للحفاظ على ثروتنا السمكية من أجل غذاء مستدام لنا وللأجيال القادمة كما تشمل حملات التوعية زيارات ميدانية لواقع تجمع الصيادين في الأسواق. وأوضحت أن الوزارة تعمل على المحافظة على الثروة السمكية الأمر الذي يساهم في الحفاظ على مهنة الصيد للأجيال القادمة من خلال سن القوانين والتشريعات التي تهدف لحماية البيئة وتنمية الثروات المائية الحية، كما تحرص

الأولية في توزيع هذا الدعم للصيادين المتفرغين لمهنة الصيد الذين يمارسون المهنة على قواربهم بأنفسهم أو يتوب عنهم أبناؤهم، وذلك تشجيعاً لهم للعمل في مهنة الصيد وتناقلها إلى الأجيال القادمة. وقالت إن الوزارة سلمت في عام 2019، 400 " من المحركات البحرية المدعومة بقوة 150 حصاناً من نوع "ميركوري" للصيادين، وذلك من خلال مراكز تسجيل قوارب الصيد في كافة إمارات الدولة على أن يكون هذا الدعم مستحق للصيادين كل ثلاث السنوات الأمر الذي يضمن استفاضة أكبر عدد ممكن من الصيادين من مواد الدعم. وأضافت إن الوزارة قدمت أيضاً بطاقة موروثنا التي تعنى بتقديم خصومات مميزة للمواطنين العاملين في مهنتي الصيد والزراعة من خلال تقديم حزمة من التسهيلات والخصومات لتحفيزهم على العمل بمهنتي الصيد والزراعة باعتبارها موروث حضاري يشكل ملامح الزمن القديم لدولة الإمارات. وأكدت

الأولية في توزيع هذا الدعم للصيادين المتفرغين لمهنة الصيد الذين يمارسون المهنة على قواربهم بأنفسهم أو يتوب عنهم أبناؤهم، وذلك تشجيعاً لهم للعمل في مهنة الصيد وتناقلها إلى الأجيال القادمة. وقالت إن الوزارة سلمت في عام 2019، 400 " من المحركات البحرية المدعومة بقوة 150 حصاناً من نوع "ميركوري" للصيادين، وذلك من خلال مراكز تسجيل قوارب الصيد في كافة إمارات الدولة على أن يكون هذا الدعم مستحق للصيادين كل ثلاث السنوات الأمر الذي يضمن استفاضة أكبر عدد ممكن من الصيادين من مواد الدعم. وأضافت إن الوزارة قدمت أيضاً بطاقة موروثنا التي تعنى بتقديم خصومات مميزة للمواطنين العاملين في مهنتي الصيد والزراعة من خلال تقديم حزمة من التسهيلات والخصومات لتحفيزهم على العمل بمهنتي الصيد والزراعة باعتبارها موروث حضاري يشكل ملامح الزمن القديم لدولة الإمارات. وأكدت

تتمثل مشاريع استدامة مهنة الصيد والحفاظ على الثروة البحرية في دولة الإمارات أحد الأولويات الاستراتيجية لوزارة التغير المناخي والبيئة خصوصاً وأن مهنة الصيد لا تمثل نشاط تجاري وراحد رئيس للأمن الغذائي المحلي فحسب، بل ترتبط بثقافة وراث المجتمع الإماراتي. وأكدت حليلة عيسى على الجسمي رئيسة قسم الثروة السمكية في وزارة التغير المناخي والبيئة لوكالة أنباء الإمارات " وام .. أن الوزارة تعمل عبر منظومة متكاملة تشمل إيجاد بنية تشريعية متكاملة وإطلاق المبادرات والمشاريع والبرامج لحماية قطاع الصيد ودعم الصيادين المواطنين وتذليل كافة التحديات التي تواجههم لتحقيق الاستفادة مشيرة إلى أن الوزارة وفرت للصيادين محركات صيد البيئة ذات الانبعاثات كربونية أقل بنصف قيمة التكلفة وقد أعطيت

•• رأس الخيمة - وام؛

الفجر

27 مطار رأس الخيمة الدولي يرحب بجمع الركاب اعتباراً من 15 أكتوبر العالي

•• رأس الخيمة - وام؛

أكدت دائرة الطيران المدني في رأس الخيمة السماح بدخول المقيمين عبر مطار رأس الخيمة الدولي اعتباراً من تاريخ 15 أكتوبر الحالي دون الحاجة للحصول على الموافقات المسبقة وذلك وفق الإجراءات والإشترارات المعتمدة في الدولة المتضمنة إجراء فحص مسبق قبل القدوم إلى الدولة بما لا يتجاوز 96 ساعة من تاريخ السفر على أن تكون النتائج الفحص سلبية. وذلك حسب البروتوكولات الوقائية الصحية المعدة من الجهات الصحية المختصة في الدولة. و سيتم لدى الوصول إلى المطار إجراء فحص مختبري آخر أو PCR/و يتكفل المسافر أو الكفيل على نفقته الخاصة العزل الصحي للحالات الايجابية الي جانب تحميل تطبيق الحصن . والسماح بدخول السياح من جميع الدول عبر مطار رأس الخيمة الدولي بشرط استيفاء شروط الدخول التالية ومنها حجز تذاكر السفر وضرورة الحصول على تأمين صحي للسائح قبل قدومه إلى البلاد كما يجب على السائح الحصول على نتيجة الفحص المختبري PCR/ قبل أربعة أيام من وقت السفر من بلد المغادرة واطهار ما يثبت ذلك عند دخوله عبر مطار الامارة مع إجراء فحص مرة اخرى عند الوصول على القادمين وكذلك يجب التوقيع على التعهد وتعبئة نموذج الإفصاح الصحي للقادمين من جميع الوجهات وتسليمه إلى الجهات المختصة في المنفذ وضرورة تحميل تطبيق الحصن وتسجيل بياناتهم فيه لتسهيل إمكانية التواصل مع الجهات الصحية وسوف يكون العزل الصحي بشأن الحالات الإيجابية حسب الإجراءات المتبعة والمتبعة من قبل وزارة الصحة ووقاية المجتمع في الدولة . ويكون السماح لمواطني الدولة والمقيمين بالسفر إلى مختلف الدول حسب خطة الرحلة المجدولة عبر مطار رأس الخيمة وفق إجراءات الدول بلدان المقصد في دخول المسافرين حيث يتطلب من المسافرين إجراء فحص مختبري PCR/قبل السفر في غضون 96 ساعة من التاريخ المحدد للسفر إلى الوجهات التي تتطلب ذلك التقييد بالأجراءات المتبعة في دول المقصد مع ضرورة وجود تأمين صحي عند السفر للخارج ولتمن المهندس الشيخ سالم بن سلطان بن صقر القاسمي رئيس دائرة الطيران المدني الرؤية الحكيمه لصاحب السمو الشيخ سعود بن صقر القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم رأس الخيمة والمتابعة الحثيثة لسمو الشيخ محمد بن سعود بن صقر القاسمي ولي عهد رأس الخيمة ورئيس المجلس التنفيذي لسيرة النمو والازدهار التي تشهدها الإمارة في شتى المجالات .

هيئة مطار الشارقة؛ يوم الإمارات

للطيران المدني رحلة طويلة من الإنجازات

•• الشارقة - وام؛

أكد سعادة علي سالم المدفع رئيس هيئة مطار الشارقة الدولي أن يوم الإمارات للطيران المدني الذي يتزامن مع ذكرى هبوط أول طائرة في مطار إماراتي وهو مطار المحطة عام 1932 مناسبة وطنية نشعرنا بالفخر والاعتزاز بدولتنا الحبيبة وبإماتنا الباسمة لأنها كانت شرارة الإطلاق لرحلة طويلة من الإنجازات والنجاحات التي جاءت نتيجة للتوجهات الحكيمه من قيادتنا الرشيدة التي طالما حرصت على إيلاء هذا القطاع أهمية خاصة للمساهمة في نهضته والارتقاء به. وقال سعادته " بالرغم من التحديات التي شهدها العالم مؤخراً فإن دولة الامارات أثبتت مرونتها وقدرتها على تسريع وتيرة تعالي وإنعاش قطاع الطيران الذي تأثر بشكل كبير بالجائحة وجاء ذلك نتيجة للجهود المبكرة والجدارة في البحث والتطوير والاستثمار بالبنى التحتية التي جعلت الإمارات رائدة في صناعة الطيران العالمية بحيث بات قطاع الطيران داعماً للنمو الاقتصادي ونموذجاً عالمياً يحتذى به في تطبيق معايير السلامة وكفاءة التشغيل والانتظام وما زال القطاع يواصل مسيرة الريادة العالمية التي حققها على مدى العقود الماضية..

ارتفاع مؤشر مديري المشتريات في

الإمارات إلى أعلى مستوى في 11 شهراً

•• أبوظبي- وام؛

سجل مؤشر مديري المشتريات الرئيسي الصادر عن مجموعة IHS MARKIT في الإمارات، ارتفاعاً من 49.4 نقطة في شهر أغسطس إلى 51 نقطة في سبتمبر. وتعد هذه القراءة الأعلى للمؤشر في الإمارات منذ 11 شهراً، والتي تعكس توسعاً جديداً في القطاع الخاص غير المنتج للنفط. ويعرف مؤشر IHS MARKIT بأنه مؤشر مركب يعدل موسمياً ويتم إعداده ليقدم نظرة عامة دقيقة على ظروف التشغيل في اقتصاد القطاع الخاص غير المنتج للنفط. وذكر التقرير الصادر عن المجموعة أن الشركات الإماراتية أفادت بزيادة أخرى في الإنتاج في نهاية الربع الثالث، ما يمدد سلسلة النمو إلى 4 أشهر. يشار إلى أن التوسع قد تسارع منذ شهر أغسطس، لكنه ظل أضعف من أعلى مستوى له مؤخراً في شهر يوليو. وكان ارتفاع مستويات النشاط مدعوماً بالارتفاع القوي في الأعمال التجارية الجديدة، حيث سجلت الشركات انتعاشاً إضافياً في طلب المستهلكين بعد تخفيف قيود فيروس كورونا، كما أفادت الشركات بارتفاع مبيعات التقدير للمرة الثانية فقط في 8 أشهر، لكنها لم تشهد سوى زيادة طفيفة بشكل عام. وأشارت البيانات الأخيرة لمؤشر مديري المشتريات إلى أن الشركات الإماراتية غير المنتجة للنفط شهدت تحسناً متجدداً في اقتصاد القطاع الخاص في شهر سبتمبر. وسجل مؤشر مديري المشتريات الرئيسي أعلى من 50 نقطة للمرة الثالثة فقط منذ طرح تدابير الإغلاق الخاصة بفيروس كورونا، وذلك مدفوعاً بزيادة أسرع في مستويات الإنتاج وزيادة إضافية في الأعمال الجديدة.



طيران الإمارات توسع شبكتها في أوروبا

•• دبي - وام؛

أعلنت طيران الإمارات أنها ستستأنف تشغيل رحلاتها إلى بودابست 21 أكتوبر المقبل وإلى بولونيا ودوسلدورف وهامبورغ 1 نوفمبر المقبل وإلى ليدون 4 نوفمبر المقبل. وبذلك يرتفع عدد الوجهات الأوروبية التي أعادت الناقله خدمات الركاب إليها إلى 31 مدينة تتوفر لعملائها عبر العالم مزيداً من فرص السفر الآمن والريح إلى دبي وعبرها. ومع إضافة الوجهات الخمس الجديدة يرتفع عدد المحطات التي تغطيها شبكة طيران الإمارات العالمية إلى 99 وجهة وتواصل الناقله الاستئناف التدريجي لعمليات نقل الركاب مع حرصها على

سلامة وصحة المسافرين والموظفين واجتماعات. وستعمل رحلات طيران الإمارات إلى بودابست وليون يومي الأربعاء والسيبت في حين ستعمل رحلات الناقله بين دبي وبولونيا ودوسلدورف وهامبورغ يومي الجمعة والأحد وستخدم الناقله الوجهات الخمس بطائرات البوينج 777-300ER. ويمكن حجز الرحلات عبر الموقع الشبكي emirates.com أو تطبيق طيران الإمارات أو عن طريق وكلاء السفر أو مكاتب المبيعات ومراكز اتصال طيران الإمارات ويمكن للعملاء من مختلف محطات طيران الإمارات التوقف في دبي مع إعادة فتح أبواب المدينة أمام الزوار من رجال الأعمال والساحنين الدوليين.

•• أبوظبي- وام:

ينظم متحف اللوفر أبوظبي وجامعة نيويورك أبوظبي، خلال الفترة من ١٦ إلى ١٨ نوفمبر ٢٠٢٠ ندوة رقمية مفتوحة للجمهور للمرة الأولى، بعنوان "المتاحف بإطار جديد" لمناقشة، المسؤوليات والتحديات الجديدة التي تواجه قطاع المتاحف في المرحلة الراهنة إلى جانب الفرص المبتكرة التي يمكن للمتاحف الاستفادة منها.

وتتيح الندوة المجال أمام المساهمات الجماعية للباحثين من مختلف دول العالم والأكاديميين والفنانين من المشاهير والناشئين وخبراء المتاحف العالمية، من خلال مناقشة مستقبل المتاحف الفنية وإعادة تصوّره كما يبحث المشاركون في الندوة الركائز الأساسية الثلاث التي يتم تصنيف المتاحف بناءً عليها، وهي "المجموعات الفنية"، و"المبنى أو الموقع"، و"الأشخاص".

ويمكن التسجيل لحضور الندوة الرقمية المتاحة للجمهور مباشرة عبر الإنترنت.

اللوهر أبوظبي وجامعة نيويورك ينظمان ندوة رقمية بعنوان «المتاحف بإطار جديد»

لم يشاركوا في تأسيسها... ما الدور الذي يمكن أن تلعبه القطع الفنية غير الموثقة المصدر في المتاحف... هل يمكن للمتاحف أن تنافس مجالات الترفيه...؟
وأضافت ويستمران "تعد أبوظبي الموقع المثالي للنقاشات التي تثيرها هذه التساؤلات الجوهرية، ولو عبر الحوار الرقمي. ففي العام 2010، عندما كانت جامعة نيويورك أبوظبي على وشك الافتتاح وفيما كانت رؤية متحف اللوفر أبوظبي تتشكل، استضفنا ندوة - متاحف الفن هنا والآن - حيث ناقش الحضور تصوراتهم لدور المتاحف في دولة الإمارات والتغيرات التي قد تحدثها المتاحف العالمية العريقة إذا قدر لها أن تبدأ من الصفر... وبعد مرور عقد من الزمن، نجد أنفسنا أمام فرصة استثنائية لمناقشة هذه المسائل بحساس متجدد بالشغف إلى جانب كبار مدراء المتاحف وأسنان المتاحف والباحثين في مجالات الفن والثقافة..



والحاح هذه القضايا، مثل دور المتاحف وهوية الجمهور المستهدف، وصراع البقاء في العصر الرقمي. لذا سنعالج هذه التحديات ونلقي الضوء على بعض التساؤلات الأخرى مثل: ما أهمية المتاحف بالنسبة إلى الأشخاص الذين

يسعدنا أن نشارك متحف اللوفر أبوظبي في تنظيم هذه الندوة الرقمية حول المتاحف في المرحلة الراهنة والمستقبلية، فلطالما واجهت إدارات المتاحف وزوارها ومموليها عددا من التحديات الجوهرية، وقد زادت جانحة كوفيد19- من أهمية

المتاحف والخبراء من جميع أنحاء العالم، لمناقشة مستقبل المتاحف الفنية، لذا ندعو الجميع إلى المشاركة في هذا النقاش الهام.. من جانبها قالت مارييت ويستمران، نائب رئيس جامعة نيويورك أبوظبي

الثقافة فهذه أسئلة ملحة تقوم على تحديات معقدة لا يمكن معالجتها إلا بالحوار الشامل. وقال "من خلال العمل مع شركائنا في جامعة نيويورك أبوظبي، سنجمع بين مؤرخي الفن البارزين والعلماء وأمناء

بها، وأضاف إن فتح النقاشات حول استدامة المتاحف وصول الجمهور إليها إلى جانب تقديمها محتوى متنوع وشامل، وتفرض على المتاحف طرح تساؤلات حول الوضع الراهن وإعادة النظر في قوانين المجال

ويحظى برنامج فعاليات ندوة "المتاحف بإطار جديد" بدعم من العديد من الأصوات العالمية المؤثرة، حيث جرى توجيه دعوة واسعة النطاق على مستوى القطاع، للتعرف إلى وجهات النظر بهدف توفير متابعة آنية لأبرز التحديات والحلول قبل الندوة، ما يضمن وصول مختلف الآراء في خلال هذه النقاشات العالمية.

وحول أهمية المشاركة في استضافة هذه الندوة، قال مانويل راباتييه، مدير متحف اللوفر أبوظبي: "في الوقت الذي نحتفل فيه بالذكرى السنوية الثالثة لافتتاح متحف اللوفر أبوظبي في نوفمبر، فإننا نؤكد أهمية دور المتاحف في تعزيز الشعور بالراحة والتعاطف، وإدراك ما تمر به المجتمعات في هذه الأوقات الصعبة أكثر من أي وقت مضى، إلا أن البنية التحتية للمتاحف تواجه تهديدات عديدة، ما يتطلب منا إعادة النظر في نماذج العمل التي تعمل من خلالها والمهام النشطة

بهدف تعريف المشاهدين بتاريخ المنطقة الشرقية وطبيعتها وحيات سكانها

الشرقية من كلباء تروي حكايات الأجداد وارتباطهم ببيئتهم في (رواسي)

مشوقة في عرض البحر الذي كان شريان الحياة للمدن الساحلية لدولة الإمارات عامة والمنطقة الشرقية لإمارة الشارقة على وجه الخصوص، ليرصد حكايات وطقوس الإبحار مستعيناً بضيوف لهم خبرة طويلة في مجال الصيد وأنواع الأسماك.
أما برنامج "رواسي"، الذي سينطلق بموسمه الثاني خلال شهر أكتوبر الجاري، فيركز على البيئة الجبلية في المنطقة الشرقية، حيث يقدم قصصاً تاريخية تتناول حكايات الأجداد في هذه المنطقة وارتباطهم بالبحر والتغيرات الزمنية التي عاصروها وكيفية تعاضدهم معها بدءاً من طرق توفير الماء وانتهاء بسكنهم في هذه الجبال.
ويخاطب البرنامج جميع فئات المجتمع المحلي لإطلاعهم على الأبعاد التاريخية للمنطقة الشرقية وحيات سكانها، حيث تستند حلقاته في سردها للحكايات على رواية حياة الأبناء الحالية ثم الانتقال بهم إلى الجبل الذي عاشوا وتربوا فيه للتذكير بحياة الأجداد، وتسليط الضوء كذلك على أوجه الاختلاف بين الماضي والحاضر في المعيشة والسكن، وذلك من خلال استضافة شخصيات عاصرت فترات زمنية مختلفة.

الشارقة- الفجر:
انطلاقاً من حرصها على إظهار جمالية مناطق إمارة الشارقة، خصصت هيئة الشارقة للإداعة والتلفزيون عبر شاشة قناة "الشرقية من كلباء"، برنامجين الأول بعنوان "طلعة بحر" والثاني بعنوان "رواسي" بهدف تسلط الضوء على البيئة الجبلية في المنطقة الشرقية وحيات البحرية وأساليب الصيد المستخدمة فيها.
ويصنف برنامج "طلعة بحر" الأسبوعي الذي ينطلق بموسمه الأول خلال شهر أكتوبر الجاري، ضمن البرامج الوثائقية، حيث يركز على أماكن صيد السمك المنتشرة في المنطقة الشرقية من إمارة الشارقة وأنواع الأسماك فيها والطرق المتبعة لصيد أصناف بعينها بهدف تعريف المشاهدين بثقافة الصيد وارتباطها بطبيعة المنطقة.
ويبت البرنامج مساء الجمعة في الساعة السادسة مساءً، ويعاد بثه يوم السبت للمرة الأولى في الساعة 11 ظهراً وللمرة الثانية في الساعة 11.15 مساءً.
ويأخذ البرنامج المشاهدين في كل حلقة من حلقاته الـ 16 في رحلة

استقبلت ما يزيد عن 1000 عمل فني

ناشئة الشارقة تغلق باب المشاركة في معرضها الافتراضي (الفن للجميع)

"الكولاج"، والفن الرقمي، كما تلقت المؤسسة ما يقارب 500 طلب للمشاركة في المعرض من الفئات المستهدفة.
وتجرى حالياً مرحلة فرز الأعمال الفنية التي تم استقبالها لاختيار أفضلها للعرض، حيث تخضع جميع الأعمال إلى التقييم من قبل لجنة مختصة وفقاً لمجموعة من المعايير، من أهمها جودة العمل الفني ومدى تطبيق التقنيات الفنية المختلفة، إضافة إلى دقة العمل ووضوحه، وتوافقه مع موضوع النسخة الأولى للمعرض ومجالات المشاركة، إضافة إلى تناسق وتكامل كافة مكونات العمل الفني من حيث ترابط التصميم والفكرة والمضمون.
ويشمل جدول أعمال المعرض العديد من البرامج وورش العمل الفنية التي يقدمها نخبة من الفنانين، بما يعزز الطاقات الإبداعية لمنتسبي ناشئة الشارقة والمشاركين في المعرض، وتلبي احتياجات المهتمين بالمجال الفني، عبر تبادل المعرفة واكتساب المهارات من الفنانين من ذوي الخبرات بما يثري معارفهم ويساهم في زيادة الإنتاجية الفنية.

الشارقة- الفجر:
أعلنت "ناشئة الشارقة" التابعة لمؤسسة "ربع قرن" لصناعة القادة والمبتكرين، عن انتهاء مرحلة استقبال الأعمال والمشاركات الفنية، وإغلاق باب المشاركة في معرض "الفن للجميع" الذي تنطلق نسخته الأولى على مدار يومي 28، و29 أكتوبر الجاري 2020. تحت شعار "في التباعد تضامن"، بهدف توفير منصة رقمية تتيح الفرصة لمنتسبي ناشئة الشارقة والهواة من مختلف الفئات العمرية في دولة الإمارات العربية المتحدة، في عرض أعمالهم الفنية في بيئة حاضنة للإبداع.
واستقبلت ناشئة الشارقة ما يزيد عن 1000 عمل فني، خلال مرحلة استقبال المشاركات التي انتهت مساء الخميس 1 أكتوبر، وذلك في جميع مجالات المشاركة التي تشمل الرسم الزيتي، والنسفساء والموزاييك، والنحت والتصوير الضوئي، والطبعات الفنية، إضافة إلى التصميم، وفن كتابة الخط، وفنون الوسائط المتعددة، إضافة إلى فن التصليق

جمعية المسرحيين تطلق مجموعة مبادرات

مسابقات في التأليف المسرحي والبحوث وإحياء ملتقى المسرح المحلي



والمجتمع.. التأثير والتأثر" ويتضمن 3 محاور: المسرح الجماهيري ماله الانتشار وما عليه، مسرح النخبة.. الانتشار والانكفاء، مسرح الطفل المحتوي والفرجة وتأثيرها في ثقافة الطفل، وستقدم هذه المحاور الثلاثة من خلال أوراق بحث تتم مناقشتها خلال جلسة الملتقى هذا العام تحت عنوان "المسرح

أما بخصوص ملتقى المسرح المحلي، فسيقام في نهاية شهر أكتوبر من كل عام، والذي يهدف إلى إثراء الساحة المسرحية بخطاب فكري يواكب المنتج الإبداعي المسرحي، ويرصد جماليات الإبداع المسرحي الإماراتي والقاء الضوء على مكان التماعاته، وسيقام الملتقى هذا العام تحت عنوان "المسرح

الإمارات فقط، أما جائزة البحث المسرحي فهي مفتوحة للمواطنين والمقيمين على أرض الإمارات، وبدأت جمعية المسرحيين بتلقي النصوص للمشاركة في المسابقة، وسيظل الباب مفتوحاً لتلقي المشاركات حتى شهر يوليو من العام 2021 ولا تقبل النصوص المرسله بعد ذلك التاريخ.

الشارقة- الفجر:
أطلقت جمعية المسرحيين في الإمارات العديد من المبادرات المسرحية المهمة، أهمها جائزتا التأليف المسرحي للكبار وللأطفال، وجائزة البحوث المسرحية، والإعلان عن الموعد الجديد للملتقى المسرحي المحلي، جاء ذلك في المؤتمر الصحفي الذي عقد في مقر الجمعية بحضور رئيس مجلس إدارة الجمعية، الأمين العام للهيئة العربية للمسرح السيد إسماعيل عبدالله، ورئيس اللجنة الثقافية في جمعية المسرحيين السيد مرعي الحلبيان والمسؤول المالي في الجمعية السيد أحمد ناصر الزعابي، ولقبي من الصحفيين والإعلاميين.
وفي ذلك، أكد رئيس مجلس إدارة الجمعية، على ضرورة إعادة تفعيل الحراك المسرحي المحلي، بعد التوقف الذي أصابه جراء جائحة كورونا، التي ما تزال آثارها واضحة على الثقافة والمسرح والفنون، وقال: "نسعى بكل الطرق المتاحة إلى إعادة ضخ النبض في الجسد المسرحي المحلي، والرجوع تدريجياً إلى فنون الخشبية بعد نصف عام من القطيعة عانى فيها مسرحنا ما عانى نتيجة انتشار الوباء، إذ أطلقنا في جمعية المسرحيين قبل شهر من



منوعات

الوجه الآخر

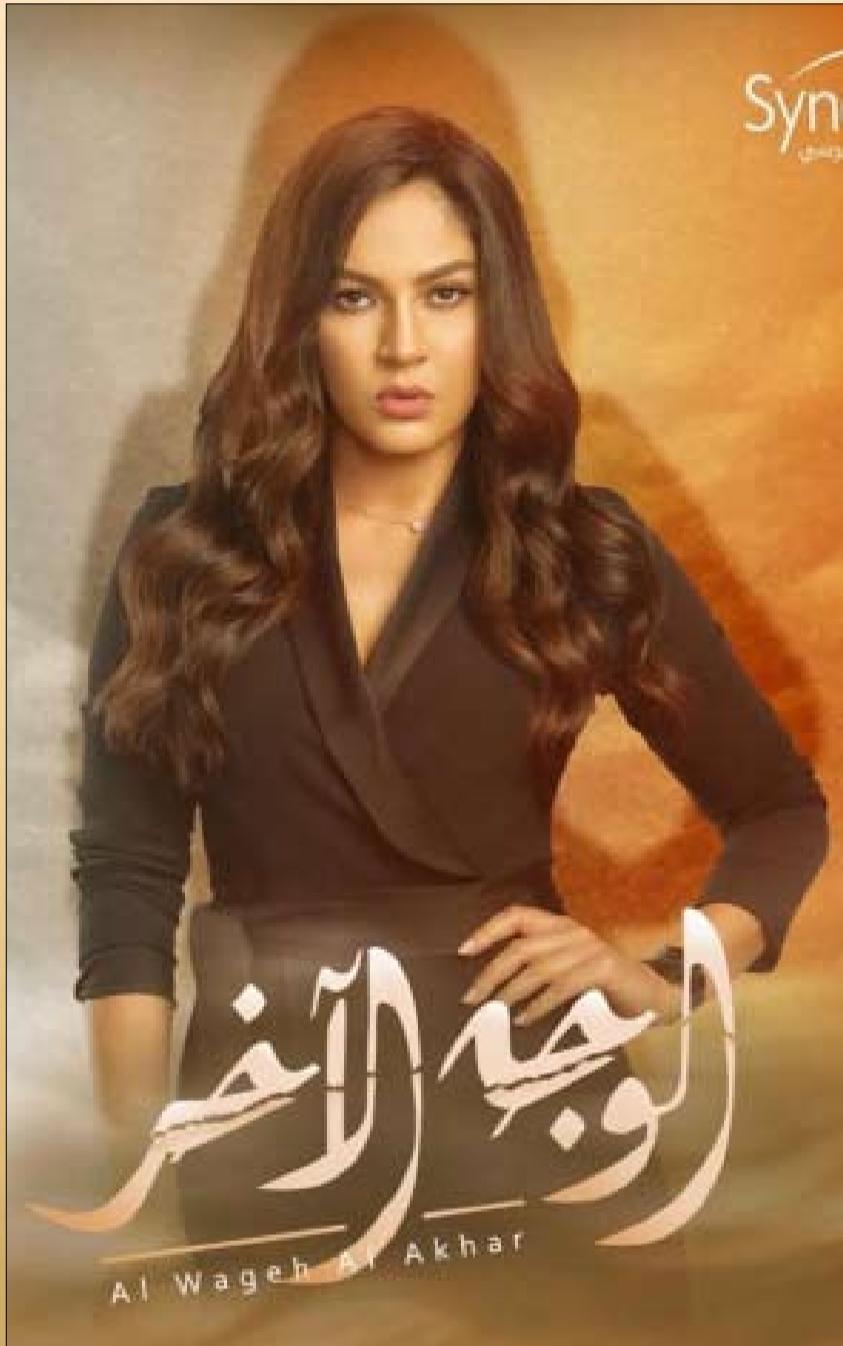
31

فنانة جمعت بين الموهبة والجمال، استطاعت أن تقدم العديد من الشخصيات بمنتهى السلاسة والتلقائية، لعت وتألقت في الدراما والسينما والمسرح، صنفها الكثيرين من النقاد بأنها أبرز نجومات جيلها، قدمها للساحة الفنية النجم الكبير محمد صبحي، من خلال مسلسل "ونيس وأيامه"، لتشارك بعد ذلك في العديد من الأعمال الهامة وحققَت من خلالها نجاحاً كبيراً، هي الفنانة ندا موسى التي خطفت الأنظار مؤخراً بشخصية "فرح" في مسلسل "الوجه الآخر" الذي يعرض على شبكة قنوات "cbc".
عن أسباب مشاركتها في هذا العمل، والكثير من التفاصيل كان معها هذا الحوار:

"الوجه الآخر" مختلف في كل شيء من فكرة وتركيبه شخصيات وحبكة

ندا موسى: فكرة الخير المطلق والنشر المطلق غير منطقية بالمرّة

حالياً أستكمل تصوير "هجمة مرتدة" المقرر عرضه خلال شهر رمضان القادم، بالإضافة لاستكمال تصوير الحلقات المتبقية من مسلسل "الوجه الآخر".



• في البداية.. ما الذي حسمك للمشاركة في مسلسل "الوجه الآخر"؟
- هناك أكثر من شيء، فالعمل مختلف في كل شيء من فكرة وتركيبه شخصيات وحبكة، بالإضافة إلى إن السيناريو مكتوب بحرفية شديدة، كما أن الشخصية كانت تحدياً بالنسبة لي، بالإضافة إلى إن ماجد المصري كان متحمساً جداً لتواجدي معه في هذا العمل، كل ذلك دفعني للمشاركة في هذا المسلسل.
• كيف وجدت التعاون مع ماجد المصري؟
- سبق وتعاونت مع ماجد المصري، لكن لم تكن هناك فرصة أن نلتقي ونقدم معا هذا الكم من المشاهد مثلما حدث في "الوجه الآخر"، وأنا سعيدة جداً بذلك لأنه من الشخصيات الجميلة فهو حريص على أن يساعد من معه وعلى أن يظهر الجميع بأحسن صورة، والتجربة كانت معه ممتعة جداً.
• حديثنا عن ردود الأفعال على المسلسل؟
- في الحقيقة لم أستطع متابعة ردود أفعال الجمهور بشكل كبير بسبب انشغالي في تصوير الحلقات المتبقية، لكن وصلتني بعض تعليقات من الناس
ومعظمها إيجابية، وفي النهاية نحن نقدم عمل لمتعة الجمهور، لذلك لا تشغلني فكرة المنافسة، لأنني أتمنى أن تقدم جميعاً أعمالاً جيدة وأن تظهر بأحسن صورة.
• وما الصعوبات التي واجهتك في شخصية "فرح"؟
- لا توجد شخصية قدمتها كانت سهلة خصوصاً شخصية "فرح"، لأنها تمر بالكثير من المراحل والتقلبات وفداء الشندويلي كاتب الشخصية بطريقة فيها غموض ومع كل حلقة يظهر جانب جديد منها وتحمل الكثير من المفاجأة خلال الأحداث.
• هل هناك أشياء مشتركة بينك وشخصية "فرح"؟
- شخصية "فرح" بعيدة عني تماماً، وفي الواقع لم أقدم أي شخصية تشبهني، لكن اكتشفت مؤخراً أن الشخصيات التي قدمتها أثرت على ويبقي منها جزء معي في الحقيقة، لكني أحاول أن أكون أكثر حرصاً لأنني وصلت لمرحلة أنني أعالج نفسي، لذلك أذهب لطبيرة نفسية قبل وبعد كل عمل.
• ألم تقلقين من كره الجمهور للشخصية؟
- لا على العكس، لأنه إذا ما كانت الشخصية مكتوبة بطريقة الهدف منها أن يكرهها المشاهد يجب أن يحدث ذلك، ومن وجهة نظري أنه لا يجب أن نحب أو نكره شخصية، وأنا كممثلة عندما أقدم دوراً لم أجد مبررات تصرفاتها وأدافع عنها لن أستطيع تجسيدها، لذلك تعاطفت مع شخصية "فرح"، كما أن فكرة الخير المطلق والنشر المطلق غير منطقية بالمرّة لأننا بشر ونخطئ ونصيب، لذلك لا يجب أن نحكم لكن من الممكن أن نفكر إذا ما كان هذا التصرف الذي قامت به الشخصية صحيح أم خاطئ، واعتقد أن هذه هو هدف الدراما أن نجعلنا نفكر.
• المسلسل يحمل اسم "الوجه الآخر".. فما الأشياء التي لا يعرفها الجمهور عنك؟
- أنا أكتب شعراً وقصصاً، وأغني وأعزف لكنني لست محترفة، فالأمر لا يتجاوز فكرة الأداء السليم في الغناء، وسبق وقدمت أغاني في مسرحية "3 أيام في الساحل".
• في النهاية.. ما الجديد الذي تحضرين له في الفترة القادمة؟



سميرة سعيد: مشروع مع متسابق ذا فويس ليس دويتو

إتفروا على ذا فويس سينير، عابزة أفولكم إنه من أمتع الحاجات التي عملتها في حياتي ذا فويس سينير يستاهل إنكم تتفروا عليه... هكذا دعت الديفا سميرة سعيد جمهورها لمشاهدة أولى حلقات الموسم الأول من برنامج اكتشاف المواهب الغنائية ذا فويس سينير للمواهب فوق الستين.
فمن المقرر بدء عرض أولى حلقات البرنامج ليلة يوم غد 7 أكتوبر عبر شاشة ال(أم بي سي) بعد سلسلة من التراجيلات، لتضم لجنة التحكيم إلى جوار سميرة سعيد شمس الأغنية اللبنانية نجوى كرم وهاني شاكر وملحم زين لأول مرة معاً. وبعيداً عن البرنامج، لسميرة سعيد خطة فنية خاصة تعلن عن تفاصيلها.



مشروع ذا فويس
رغم أنها أكدت أن هناك مشروعاً غنائياً جديداً يجمعها بمتسابق ذا فويس المغربي رضوان الأسمر الذي تراه سميرة سعيد من أجمل الأصوات في الوطن العربي، لكن حقيقة الأمر التي أكدتها سميرة سعيد في تصريحات خاصة لنوع أن المشروع الذي يجمعها برضوان الأسمر ليس دويتو كما تردد، بل عمل غنائي جديد باللهجة المغربية من ألحان رضوان الأسمر، ومن المقرر أن يكون مشروعها الغنائي الجديد بعد نجاح أحدث أعمالها الغنائية "قط وفار" التي تجاوزت المليون مشاهدة خلال الأيام الأولى من طرحها.
لوك سميرة
على سعيد آخر، اختارت سميرة سعيد اللون الأحمر لتلطف به في البوستر الرسمي لبرنامج ذا فويس سينير مع اعتماد الشعر القصير، كما اختارته أيضاً في تصوير الترويج الخاص بالبرنامج، ولكن هذه المرة اعتمدت الشعر الطويل "الباروك".
جدير بالذكر أن برنامج ذا فويس سينير ستقدمه أنابيل هلال برفقة ياسر السقاف.

نيلى كريم تهاجم الرجال في (قعدة رجالة)

جدة، هم قيس الشيخ نجيب، ونيقولا معوض، وخالد سليم، وهو من إخراج هيثم عزو وإنتاج سالي والي Productions. حيث سيستضيفون في كل حلقة واحدة من ألع نجومات الصف الأول بأسلوب درامي وأحياناً مشاعب، يستعرضون من خلاله وجهات نظر ذكورية حول قضايا مختلفة للحصول على ردود فعل عفوية وجريئة في معظم الأحيان من الضيفات.

في ثاني حلقات برنامج "قعدة رجالة" بموسمه الجديد، هاجمت نيلى كريم بقوة الرجال الثلاثة نيقولا معوض، خالد سليم وقيس الشيخ نجيب ناطقة بصوت كل النساء، وشارحة لهم مفهوم كلمة رجل الذي تمنناه أي امرأة... فماذا تعني كلمة رجل عند نيلى كريم؟



مواصفات الرجل
رأت نيلى أن الرجل "ليس ذلك الشخص الذي يجبر زوجته على ملازمة المنزل، وتابعت: "هناك بعض الرجال كي يشعروا بقوتهم ويفرضوا نفوذهم، يجبرون نساءهم على المكوث في المنزل، كي لا يصبح لها كيافاً وكي لا تتمكن من الاستقرار في المستقبل، وتظل دائماً بحاجة إليه".
وأشارت في معرض حديثها إلى أن الرجل يأخذ باله من السيدة أي يسعدها؛ فقد تكون زوجاً مخلصاً تلبى لزوجتك كل احتياجاتها، ولكن غير قادر على جعلها سعيدة، وهنا أكدت نيلى كريم أن مفهوم الدور الذي يؤديه الرجل في علاقته بزوجته هو أن يخلق لها السعادة. ويعد برنامج "قعدة رجالة" أول الإنتاجات الأصلية لـ OSN. وقد حصد الجزءان الأول والثاني منه على مشاهدات تجاوزت الـ 60 مليون مشاهدة. وقد أطلق الموسم الثالث مع 3 مضيفين

الفكر

تناول المزيد من الألياف واللبن يخفف فرص الإصابة بسرطان الرئة

ومزلاؤها في البحث "تشير دراستنا إلى فائدة صحية جديدة محتملة لزيادة الألياف واللبن في الغذاء في مجال الوقاية من سرطان الرئة". وظلت الصلة قائمة بين انخفاض احتمالات الإصابة بسرطان الرئة وبين تناول المزيد من الألياف واللبن حتى بعد ما رصد الباحثون عادات التدخين. وخلصت الدراسة إلى أن من لم يسبق لهم التدخين تقل احتمالات إصابتهم بسرطان الرئة بنسبة 31 بالمئة عند تناولهم أعلى مقدار من الألياف واللبن مقارنة مع 24 بالمئة عند المدخنين و34 بالمئة عند المدخنين السابقين.

عرضة بنسبة 19 في المئة للإصابة بسرطان الرئة. وقال الباحثون في دراستهم التي نُشرت في دورية الجمعية الطبية الأمريكية لطب الأورام إنه تبين أن من تناولوا أكبر قدر من الألياف الغذائية كانوا أقل عرضة بنسبة 17 بالمئة للإصابة بسرطان الرئة. أما من تناولوا أكبر قدر من الألياف وأعلى كمية من اللبنة فكانت نسبة إصابتهم بسرطان الرئة أقل بنسبة 33 بالمئة عن تناولوا أقل قدر منهما. وكتبت الدكتورة شيوا أو شو من المركز الطبي التابع لجامعة فاندربيلت في ناشفيل بولاية تينيسي

أشارت مراجعة بحثية إلى أن من يتناولون المزيد من الألياف واللبن (الزبادي) قد يكونون أقل عرضة للإصابة بسرطان الرئة حتى وإن كانوا مدخنين مقارنة بمن لا يستهلكون الكثير من هذه الأطعمة. ودرس الباحثون بيانات عشر دراسات سابقة شملت نحو 1.45 مليون شخص بالغ في آسيا وأوروبا والولايات المتحدة. وبعد متابعة على مدى 8.6 عام في المتوسط تم توثيق 18822 حالة إصابة بسرطان الرئة. ومقارنة بمن لم يتناولوا اللبنة الزبادي على الإطلاق، كان من استهلكوا أكبر قدر منه أقل



أعراض نقص الفيتامينات في الجسم

نقص الفيتامينات في الجسم قد يسبب مشكلات صحية عديدة، منها التعب والإرهاق لفترات طويلة، وقد يصبح الشخص عرضة للبكتيريا والفيروسات. ويجب على الشخص الذي تظهر عليه هذه العلامات أن يقوم بإجراء فحص للدم، للتأكد من العناصر التي يحتاجها جسمه. أعراض نقص الفيتامينات في الجسم، حسبما ذكرت رند الديسي اختصاصية التغذية العلاجية، في الآتي:

- 1 - شحوب الوجه
قد يكون شحوب الوجه أحد علامات نقص الفيتامينات في الجسم، وينتج عن نقص فيتامين بي 12 بالتحديد؛ حيث يصبح لون الوجه مائلاً للاصفرار، فنقص فيتامين بي 12 يسبب تكسر خلايا الدم الحمراء، حيث لا يعود بإمكان هذه الخلايا النمو بالطريقة الصحيحة، وينتج عن هذا التكسير إنتاج مادة تسمى البيليروبين في الجسم والتي تتسم باللون الأصفر، وتسبب اصفرار وشحوب الجلد. وللحصول على فيتامين ب 12، من الضروري تناول اللحوم والأسماك بشكل مستمر.
- 2 - انتفاخ العيون
يعد انتفاخ العيون من الأعراض البارزة التي تشير إلى نقص الفيتامينات في الجسم، وخصوصاً نقص معدن اليود، الذي يتواجد بكثرة في الوجبات الغذائية البحرية. ولتعويض نقص معدن اليود بالجسم؛ يجب تناول كميات مناسبة من الملح المدعم باليود. والأشخاص الأكثر عرضة لنقص اليود هم الذين يعانون من مشاكل في ضغط الدم.
- 3 - الشفاه الشاحبة
الشفاه الشاحبة لدى الأشخاص دليل على نقص معدن الحديد، وهذا العارض ليس الوحيد لنقص الحديد، إنما يصاحبه أعراض أخرى كالتهاب اللسان، والحمول، واصفرار العيون، وتكسر الأظافر. يحتاج الجسم من الحديد 18 ميكروجراماً في اليوم، بينما تزداد هذه النسبة عند النساء في فترة الدورة الشهرية لتصل إلى 21 ميكروجراماً. ويسبب نقص معدن الحديد انخفاض تدفق الدم في الجسم. وهناك عدة مصادر للحديد كاللحوم والأسماك، والحبوب مثل العدس والحمص.
- 4 - التهاب اللثة
يعود التهاب اللثة إلى نقص الفيتامين سي C، وتبلغ احتياجات الفرد جراماً يومياً من فيتامين سي، ولتعويض نقصه يجب تناول مكمل غذائي إلى جانب المصادر الغذائية الغنية بالفيتامين سي مثل الحمضيات والجوافة والملفوف والقليل من الخضراوات...
- 5 - الشعر الجاف
تعود مشكلة الشعر الجاف أو تساقطه إلى نقص البيوتين أو فيتامين بي B7. ولتعويض النقص يجب تناول كميات من الفواكه والخضراوات واللحوم والأسماك والفطر. وفي حال نقص البيوتين؛ فلا حاجة إلى مكمل غذائي، إنما يحتاج الشخص إلى تحسين نوعية الغذاء، مثل تناول اللون، البيض، الكبد، الأحيان الصفراء، الجوز واللوز...



مدرب يقبل ببغاءه خلال عرض في حديقة سفاري دبي. ا ف ب

قرأت لك

البروكلي



يعتبر البروكلي معنا لا ينضج من الفيتامينات والعناصر الغذائية المهمة لصحة الانسان إلا أن آية حمايته للشرابين لم تكن معلوم تفاصيلها حتى الآن إلى أن توصل فريق من العلماء البريطانيين إلى تفسير وكشف النقاب عن هذه الآلية. فقد توصل فريق من العلماء بالكلية الملكية إلى دلائل علمية جديدة تشير إلى احتواء البروكلي وعد من الخضراوات الورقية على مركبات كيميائية تعمل على تعزيز ورفع كفاءة الآليات الدفاعية الطبيعية في الجسم لحماية الشرايين ووقايتها من الجلطات المسببة للإزمات القلبية. وكشفت الأبحاث الأولية التي أجريت على فئران التجارب أن المركب الكيميائي الطبيعي "سولفورافين" المتواجد في البروكلي لديه القدرة على إثارة وتعزيز عمل البروتينات الواقية والمدافعة عن الشرايين لوقايتها من الإصابة بالجلطات الخطيرة. تأتي هذه الدراسة لتفسر بالدليل القاطع فوائد الخضراوات خاصة البروكلي لصحة الانسان ولتدعم الصبحات المطالبة بضرورة زيادة الاستهلاك من الخضراوات المفيدة لصحة القلب.

سؤال وجواب

• ما وزن الهواء ؟

يرتفع الهواء فوق قامتنا مائة ميل تقريبا وعلى الرغم من كونه يبدو لنا عديم الوزن فإنه يضغط على الأرض ككل الأجسام الصلبة إنه بوزن 10 طن طول على كل ياردة مربعة من الأرض

• لماذا تبدو لنا السماء زرقاء اللون ؟

اثناء النهار يتسلل ضوء الشمس ليصل الى عيوننا لا تتحرك الشمس جميعها بخط مستقيم اللون الأبيض هو في الحقيقة جميع الألوان (الوان قوس قزح) ممتزجة ينتشر اللون الأزرق في كافة أرجاء الفضاء ليصل الينا من مختلف زوايا الكون ولهذا تبدو لنا السماء زرقاء.

• ما هو البرق الخلب ؟

لا يبدو البرق الخلب على شكل خط متعرج يخترق السماء كالبرق العادي إنه ومضه مفاجئة تعم الفضاء لا يختلف في تكوينه عن البرق العادي إنه بكل بساطة برق ياردة يخترق الغيوم البرق الخلب غير مصحوب بمطر

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الحوت يستطيع البقاء ساعة تحت المياه بدون تنفس
- هل تعلم أن الحوت الأزرق هو أكبر حيوان على الكرة الأرضية
- هل تعلم أن الحيتان الزرقاء تستطيع التخاطب بواسطة غنائها على مسافة 850 كم
- هل تعلم أن نافورة الماء التي تدفع من رأس الحوت فوق جمجمته يصل ارتفاعها أحيانا إلى 9 أمتار
- هل تعلم أن وزن الفيل يصل إلى 5 أطنان ومع ذلك تصل سرعته إلى 40 كم / الساعة
- هل تعلم أن المشوار الذي يقطعه الدم في مجراه كل يوم يبلغ 168 مليون ميل
- هل تعلم أن الطفل الطبيعي يبدأ في تركيز عينيه على الأشياء المتحركة وتحريك أطرافه في الأسبوع السادس من العمر ، وفي الفترة ذاتها يستجيب للأصوات المفاجئة
- هل تعلم أن صداع الشقيقة يصيب الأطفال أيضا ولكن بنسب أقل مما يصيب الكبار
- هل تعلم أن الجسم البشري يتكون من 206 قطعة عظم
- هل تعلم أن الزرافة تطول رقبتها فهي لا تنام في اليوم الواحد إلا تسع دقائق وليست على مرة واحدة إنما على ثلاث مراحل كل مرة ثلاث دقائق
- هل تعلم أن شرايين الجسم البشري يبلغ طولها 600000 كم

قصة غضب الطبيعة

غضب الطبيعة على الغابة الجميلة لان الاشجار كانت ترفض ان يقف عليها الغراب والطيور ترفض ان تصادق الغراب حتى النهر رفض ان يشرب منه الغراب فيكى الغراب كثيرا ، وقال ما ذنبي ان يكون لوني اسود وشكلي ليس جميلا؟ ما ذنبي؟ وبكى كثيرا وعاش حزينا وحيدا لكن احدا لم يعره اي اهتمام.. دعت امه ان يصبح الجميع مثله بلون اسود حتى يشفيه الله مما هو فيه من حزن وفي الصباح استيقظت الطيور لتجد نفسها فقدت الوانها الجميلة واصبحت سوداء فقط، ووجدت الاشجار نفسها عاجزة عن الحركة وتجمدت واصبحت كالحجارة، توقفت مياه النهر عن الجريان وصارت مثل الزجاج، فاندش الجميع ،بصرخت احدى الاشجار وقالت: ماذا حدث؟ فقالت العجوز: انه غضب الطبيعة، لقد اغضبتموها، والان لقد صارت جميع الطيور سوداء، والمياه مثل الزجاج لا يستطيع احد ان يشربها ولا يستطيع الاشجار ان ترفض ان يقف عليها، فاحس الجميع بندمهم وقالوا: صحيح كنا نعرف الغراب بلونه فكان مميذا وعصفور الكناري لونه اخضر وطائر الحناء بطوقه والحمام اصبح كله اسود فابن الطوقة والرمادية الحنون والعصافير كلها اختلطت..كم نحن اسفون، ليت النهر يجري فنحن عطشى سنموت كم نحن اسفون ،ولا نستطيع الحركة فمن سيحرك الهواء ياليتنا ما اغضبنا الطبيعة ويات كل شئ يبكي ندما فمسحت دموعهم قلب الطبيعة وقالت لقد سامحتكم لقد سامحتكم ومنذ ذلك الوقت والجميع اصدقاء حتى الغراب .

مساحة للتلوين

