

المهارة لتوظيف العمالة (الإدارة إماراتية)

خدماتنا

- ممرضين
- مريبات
- طبائخين
- كوافيرات
- سائقين أثني / ذكر

Mob: +971 55 4588774 - Tel: +971 2 444 7457 - P.O.Box:29449 Abu Dhabi-uae
Email: info@maharahrecruit.com - website:www.maharahrecruit.com

منوعات الفكر

سكيور لاستقدام العمالة
Secure Manpower Recruitment
أبوظبي

استمتع بالحياة
باستخدام خدمات متخصصة

تسهيلات استخدام الخدمات
جودة عالية - استقدام سريع - اجراءات فورية

الخدمات المتوفرة حالياً

إندونيسيا	الفلبين
سبيلانكا	الهند
كينيا	إثيوبيا
بلجلاديش	يوغندا

أبوظبي
طريق المطار - نورة خياطة البناء
mailauh.secure@gmail.com
0529935519 02-4469546
whatsapp now
0529935519

الوقت مكتب: 9:00 حتى 3:35 - 5:00 حتى 10:00 الجمعة عطلة

المراسلات: ص.ب 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

الثلاثاء 27 فبراير 2018 م - العدد 12261
Tuesday 27 February 2018 - Issue No 12261

إنقاذ أسدين من سوريا والعراق

نقل أسدان، أنقذا من حديقتي حيوان في مناطق القتال داخل العراق وسوريا عام 2017، جوا إلى جنوب أفريقيا بعد التعافي من صدمة جسدية ونفسية داخل محمية للحوانات بالأردن. كان الأسدان يتناولون شراخ من اللحم داخل القفص قبل نقلهما إلى شاحنة بضائع كبيرة من محمية الماوي للحوانات البرية إلى مطار الأردن. وأضدت منظمة "الكفوف الأربعة" لحقوق الحيوان الأسدين الأفريقيين، من حديقة حيوان "ماجيك وورلد" في حلب، وحديقة حيوان الموصل، حيث نفقت أغلب الحيوانات. وصل الأسدان إلى الأردن وهما في حالة هزال وخفاف، وفقاً لما ذكرته حارسة الحيوانات في محمية الماوي، ديانا برناس. وتلقى الأسدان رعاية طبية تضمنت عملية تقويم عبر قطع الفتاة الداقة وتنظيف أسنان، كما زاد وزنها عبر اتباع نظام غذائي ثابت يتناول لحم خراف، فيما سافر الأسدان مع مربيهما من عمان إلى جوهانسبرغ.

أحجار من الثلج بفيضانات كندا

أظهر مقطع فيديو حجم الدمار الناتج عن الفيضانات التي ضربت مدينة برانتفورد جنوب غربي مقاطعة أونتاريو في كندا، وبيات قطع الثلج تطفو على طول نهر غراند مع وصول مستويات المياه إلى مستويات غير مسبوقة. واستمرت الفيضانات على طول نهر غراند في أونتاريو بكندا، مع مستويات مياه تقترب من رقم قياسي منذ عام 2013، فيما قتل طفل (3 سنوات) بينما كان يحاول الفرار من سيارة مغمورة جزئياً. وفي وقت سابق، أعلنت السلطات الكندية، حالة الطوارئ بمدينة برانتفورد، وأصدرت أوامر إخلاء لآلاف السكان. وقال عمدة المدينة مريس فريل: "إن 2200 منزل صدرت لهم أوامر إخلاء كما تم إجلاء 4900 شخص، ولن يتم السماح للسكان بالعودة إلى منازلهم حتى تستقر الأوضاع في المدينة".



حقائق هامة يجب معرفتها عن اكتئاب ما بعد الولادة

آخرين. وكان قد طلب من الآباء والأمهات تقييم مستوى سعادتهم على مقياس متدرج من واحد لعشرة، وذلك خلال عامين، هما العام الذي سبق الإنجاب والعام الذي أعقب الإنجاب. وخلصت الدراسة إلى أن إنجاب طفل قلل من مستوى السعادة بواقع 1.3 نقطة. وقال البروفيسور ميكو ميرسكيلا من كلية الاقتصاد بلندن ومدير معهد ماكس بلانك بألمانيا إن "تجربة الزوجين فيما يتعلق بالطفل الأول وبعد إنجابها تساعد في التكهن بحجم الأسرة في نهاية الأمر. وأضاف " يتعين على السياسيين الذين يشعرون بالقلق إزاء انخفاض معدلات المواليد الاهتمام بأحوال الوالدين الجدد بشكل عام وبعد إنجاب طفلهم الأول". وكشفت الدراسة، التي شملت 20 ألف شخص في الفترة من 1984 إلى 2010، أن وفاة شريك أو عدم الحصول على وظيفة يقللان من معدل السعادة بواقع نقطة 0.6. وعلى الرغم من أن الآباء والأمهات لم يقدموا أسباباً لعدم سعادتهم بإنجاب الطفل الأول، فقد قال ميكو ميرسكيلا إن هناك أبحاث أخرى أظهرت أن الآباء والأمهات الجدد يشكون بوجه عام من عدم القدرة على النوم والتوتر في العلاقة والشعور بفقدان الحرية والسيطرة على حياتهم. وأضافت الدراسة أن العام الذي يسبق إنجاب الطفل، تكون معدلات السعادة فيه مرتفعة استعداداً للمولود الجديد.

حذر خبراء ألمان من مغبة الاستهانة بعلاج نوبات اكتئاب ما بعد الولادة. وقالت عالمة النفس سيلفيا أودو-زومرلد بقسم التوليد في مستشفى فرانكفورت الجامعي إن ما يتراوح بين 10 و 15 بالمئة من الأمهات يعانين من نوبات اكتئاب ما بعد الولادة. ومن جانبها، قالت رئيسة التأمين الصحي في ولاية هيسن الألمانية باربارا فوس أن هذا المرض لا يتم تشخيصه على نحو سليم منذ فترة طويلة. وأرجع مدير مستشفى الطب النفسي التابع لجامعة فرانكفورت الألمانية البروفيسور أندرياس رايف، مشكلة التشخيص الخاطئ لهذا المرض إلى أن حجم المعرفة بأعراضه وطبيعته ليست جيدة كما يجب أن تكون. وأشار إلى أن الكثير من النساء لا يتحدثن من الأساس عن شعورهن بالاكتئاب بسبب مشاعر الخجل التي تسيطر عليهن، ما يؤدي إلى صعوبة اكتشاف المرض من الأساس. **إنجاب الطفل الأول قد يؤدي إلى تعاسة والديه** ينتظر الزوجان غالباً بفارغ الصبر ولادة طفلهم الأول، لكن دراسة بريطانية كشفت أن إنجاب الطفل الأول لا يجلب السعادة لمعظم الأزواج. وخلصت الدراسة إلى أن ثلثي المتزوجين يعانون من التعاسة بعد إنجاب الطفل الأول. أشارت دراسة نشرتها صحيفة ديلي ميل البريطانية إلى أن نقص مستوى السعادة لدى الوالدين لدى استقباليهما طفلهم الأول يمنهما من التفكير في إنجاب أطفال

تجاهل الحالة. إذا تركت اكتئاب ما بعد الولادة دون علاج قد يستمر لبضعة أشهر أو سنوات. لا تنتهي هذه المشكلة من تلقاء نفسها، ومعظم الأمهات اللاتي تجاهلن الأمر رعيت المشكلة معهن سنوات. رعاية الطفل. ليست كل من لديها اكتئاب ما بعد الولادة غير قادرة على رعاية المولود، فقط الحالات الشديدة هي التي تؤثر على رابطة الأم والطفل. تقلبات المزاج. من الأعراض الشائعة لاكتئاب ما بعد الولادة تقلب المزاج، لكن هناك أعراض أخرى لابد من رصدها قبل تشخيص الأمر بأنه هذا النوع من الاكتئاب. العلاج. اكتئاب ما بعد الولادة مشكلة قابلة للعلاج، والذي يعتمد على جلسات مع معالج نفسي، وفي بعض الأحيان يتم وصف أدوية. الاكتئاب والهرمونات. تتأثر حالة اكتئاب ما بعد الولادة بانخفاض مستوى هرموني الاستروجين والبروجسترون بعد خروج الطفل إلى النور، ما يؤدي إلى تغيرات كيميائية في الدماغ تزيد من حالة القلق لكن المشكلة لا تقتصر على التغير الهرموني، هناك عناصر أخرى تتضافر وتؤدي إلى هذا الاكتئاب. **خبراء يحذرون من الاستهانة باكتئاب ما بعد الولادة** تختلط المشاعر التي تنتاب الأمهات بعد الولادة، بين شعور بالفرحه بقدم المولود الجديد، ونوبات قلق وخوف، لكن مشاعر القلق قد تتحول لدى البعض إلى ما يعرف باكتئاب الولادة. وهي حالة يحذر الخبراء الألمان من الاستهانة بها.

كيف تكسب المال من مقنناتك القديمة؟

يمثل التخلص من المقننات القديمة هاجساً بالنسبة للكثيرين وخاصة بعد تراكمها وعدم الحاجة لاستخدامها، إلا أن الكثيرين يجهلون بأن هذه الأشياء القديمة يمكن أن تكون مصدر رزق إضافي لهم. وتمثل خزنة الملابس المكان الأفضل للبدء منه، حيث يمكن للمرء أن يبيع الملابس التي لا يحتاج إليها في أسواق الملابس القديمة سواء على أرض الواقع أو في المواقع الإلكترونية المختصة بهذا النوع من التجارة. ويعتبر التسوق على المواقع الإلكترونية من أكثر السبل نجاحاً في بيع الملابس المستعملة بأسعار معقولة، وخاصة الملابس التي تحمل إحدى الماركات العالمية الشهيرة ولا تحتوي على أية عيوب. وتعتبر الحقائب والأحذية من أكثر البضائع المستعملة التي يطلبها الكثير من الزبائن عبر مواقع الإنترنت الأمر الذي يشجع الكثيرين على عدم التخلص منها والإعلان عنها بأسعار تشجيعية. وبحسب خبير التسوق الإلكتروني فاني موزانت فإن حقائب اليد النسائية التي تحمل ماركات تجارية مميزة مثل شانيل، وهيرمز، وسان لوران وسيلين، هي الأكثر مبيعاً عبر موقع " Vestiaire Collective"، وفق ما ورد في صحيفة ديلي ميل البريطانية.

حقائق صادمة عن العاملين في ماك دونالدز

كشفت عاملة سابقة في أحد مطاعم ماك دونالدز في بريطانيا عن حقائق صادمة، تتعلق بطبيعة العمل في سلسلة المطاعم الشهيرة على مستوى العالم. وتحدثت رويين، التي سبق وعملت في فرع ماك دونالدز جنوب شرقي لندن، عن تجربتها لواقع فيمبل، وكشفت عن أن النظافة بين العاملين في المطعم كانت دون المستوى، حيث كان زملاؤها يفسلون أيديهم 3 مرات فقط خلال مناوبتهم، بدلاً من غسلها كل نصف ساعة، وفقاً لمتن نص عليه سياسة ماك دونالدز. وأشارت رويين خلال حديثها، إلى ممارسات العاملين في المطعم، مثل التنقيب عن أنوفهم، وإخراج صناديق القمامة دون غسل أيديهم، قبل وقت قصير من تقديم الوجبات للزبائن، بحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية. وفي نفس الوقت، تقول رويين، إن التعامل مع عدد كبير من الزبائن لم يكن بالأمر اليسير على الإطلاق، وفي إحدى المرات، شاهدت أحد الزبائن، يتابع مشاهد إباحية على هاتفه المحمول، وهو ينتظر دوره في الطابور. وتطلب ماك دونالدز عادة من موظفيها غسل أيديهم كل نصف ساعة على الأقل، لكن رويين تقول إن الأمر لم يكن كذلك في المطعم الذي عملت فيه، حيث كان النظافة والعمال يقومون بأشياء مثيرة للاشمئزاز، وهم يعملون على تحضير وجبات الطعام، واقتصر غسل يديهم على مرات قليلة طوال فترة العمل. **أطول وشاح في العالم** بدأ كمبوديون محاولة نسج أطول وشاح في العالم لتسجيله بموسوعة جينيس للأرقام القياسية. وشارك في عملية نسج الشاح زوار في محاولة أن يصل طوله إلى ألف متر. ويعرف الشواح التقليدي في كمبوديا باسم كراما. وبدأ المتطوعون ومعظمهم سناجون متمرسون وأيضاً يسمحون لزارعين بالمشاركة في العمل بعد تدريبهم لفترة وجيزة. ويقول منظمو الحملة إنها تهدف لتوعية أكبر بتقليد النسج وباهمية كراما وتحفيز الناس لحشد جهودهم لتسجيل رقم قياسي عالمي. كما تحدث رئيس الوزراء هون سين مع عمال النسج لتشجيعهم على الانتهاء من المهمة التي لم يتحدد موعد لاستكمالها. يذكر أن إمارة دبي دخلت العام 2015 موسوعة جينيس للأرقام القياسية العالمية، وذلك بوشاح جاء بألوان علم دولة الإمارات العربية المتحدة وتم تصميمه بمناسبة الذكرى السنوية الأولى ليوم الشهيد بطول ألف وتسعمائة واحد وسبعين متراً.

الطائرات بدون طيار.. عارضات جدد لدولتشي آند جابانا

فتحت دار الأزياء الإيطالية الشهيرة دولتشي آند جابانا أبواب عالم ساحر بعرض مذهل شاركت فيه طائرات بدون طيار وذلك ضمن آخر فعاليات أسبوع ميلانو للموضة. واستقبلت الدار ضيوفها بالترانيم المسيحية وضعت على المشى بواية ذهبية كتبت فوقها عبارة "عبادة الموضة" وسعت مسحاتم للانكحة وسحب. وفي مستهل العرض قرعت الأجراس وفتحت البوابة لتخرج منها طائرات بدون طيار تحمل حقائب اليد النسائية الفاخرة للدار الشهيرة وتسير بها على المشى. كانت دولتشي آند جابانا قد طلبت في الماضي ممن يطلق عليهم "المؤثرين" الشبان عرض أزيائهم وكذلك المدونين والمشاهير على موقع استرجام لتبادل الصور ممن لديهم ملايين المتابعين ويعتبرون أيقونات للموضة في عيون محبيهم. لكن الثنائي الإيطالي الشهير عاد هذا العام للاستعانة بعارضات الأزياء المحترفات. وحملت مجموعة دولتشي آند جابانا هذه المرة طابعا كئيباً مثل بذلة رجالية بياقة زي القس وفستان يشبه ثياب الكهوتون. كما كانت هناك تلميحات للجنة للدار كرسوم كاريكاتيرية للانكحة تضع نظارات شمس على تانير وسترة جلدية مبهرجة بجناحين عند منطقة الظهر. لكن مجموعة دولتشي آند جابانا لخريف وربيع 2018-2019 لم تفقد السمات المميزة للدار الإيطالية مثل الفساتين السوداء الضيقة والزهور واستلهاهم عادات وتقاليد جنوب إيطاليا.



هل هذه أغرب كعكة عيد ميلاد؟

من المعروف أن كعكة عيد الميلاد عنصر أساسي في الاحتفال بهذه المناسبة، لكن أحد المطاعم البريطانية، قرر أن يقدم بديلاً فريداً من نوعه للمحتفلين بعيد ميلادهم. وبدل الدقيق والكرمية والفواكه، ابتكر مطعم أورانتج بوفالو في لندن، كعكة عيد ميلاد مصنوعة بالكامل من أجنحة الدجاج، لأي شخص يريد الاحتفال بعيد ميلاده، ويفضل الحصول على وجبة دسمة بدل الحلويات. وكما هو الحال بالنسبة للكعكات التقليدية، تقدم كعكة أجنحة الدجاج مع الشموع، وأنواع عديدة من الصلصات والنكهات المختلفة، بحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية. ورغم أنها قد لا تكون خياراً مناسباً للجميع، إلا أن كعكة أجنحة الدجاج، يمكن أن تجذب عشاق هذا النوع من الأطعمة، وفي حال أحضرت 10 أشخاص إلى الحفلة، تحصل على كعكتك مجاناً.

متى تصبح كثرة مشاهدة التلفزيون قاتلة؟

وجدت دراسة جديدة أن الإفراط في مشاهدة التلفزيون يزيد خطر حدوث جلطات صغيرة في الدم، على الرغم من ممارسة التمارين الرياضية والتردد على صالة (الجميم) وترتيب كثرة مشاهدة التلفزيون ينمط الحياة المستقر الذي تترتب عليه مشاكل السمنة والسكري. وتوصلت الدراسة التي أجريت في جامعة مينسوتا إلى أن الذين يشاهدون التلفزيون بإفراط يتضاعف لديهم خطر تكون جلطات الدم. وعلى الرغم من أن الأنشطة البدنية تساعد على تقليل الآثار السلبية لنمط الحياة المستقر، إلا أن الدراسة الجديدة

التي نُشرت في مجلة "سيركوليشن" المتخصصة في مشاكل الدورة الدموية قد وجدت أن التمارين لا تقلل كثيراً من التأثير السلبي لمشاهدة التلفزيون على مدى 5 أو 6 ساعات متصلة كل يوم. وتحدثت هذه الجملطات في الشرايين والأوردة الدقيقة، وتتسبب في 10 بالمائة من الوفيات الشهرية في الولايات المتحدة. وكانت دراسة يابانية نشرت العام قبل الماضي قد أشارت إلى ارتباط الإفراط في مشاهدة التلفزيون بالجلطات لدى الرجال.



بمشاركة 280 باحثاً من مختلف دول العالم

المؤتمر الدولي الخامس للطاقة المتجددة يستعرض واحد وتسعون ورقة علمية على مدى ثلاثة أيام

التي تناسب مع حركة السير وذلك لتقادي وقوع تصادمات بين المركبات وبالتالي الحد من حوادث الطرق. هذا ويستعرض البروفيسور سعيد حلاج من الولايات المتحدة الأمريكية اليوم ضمن المؤتمر سبل تخزين الطاقة والطاقة الخضراء منها الشمس والهواء وكذلك الوقود الحيوي. ويتناول المؤتمر العديد من الأوراق البحثية منها تكنولوجيا النانو ودورها في البيئة إضافة إلى قوانين الحفاظ على البيئة وشبكة الطاقة الذاتية وكذلك المباني الخضراء. الجدير بالذكر أن كلية الهندسة بجامعة الإمارات تشرف على مركز الإمارات للطاقة حيث يقوم المركز بتقديم الاستشارات إلى جامعة إجراء البحوث العلمية وتطوير طرق إنتاج الطاقة.

تم اختيار جامعة دبي لإقامة يوم الطلاب التابع للمعهد في الثامن والعشرين من إبريل القادم. كما تحدث في افتتاح المؤتمر البروفيسورة الزبائث كوكس من جامعة شيكاغو بالولايات المتحدة الأمريكية حيث استعرضت النقلة النوعية في الاعتماد على الطاقة المتجددة بدلا من الطاقة التقليدية ليكون من بين الطاقة المتجددة طاقة الرياح والشمس والأمواج. وتطرقت في ورقة العمل التي قدمتها تأثير الطاقة المتجددة على عمليات النقل باستخدام التوصيلات خاصة النقل الجماعي والشحن كما استعرضت أحدث التقنيات المستخدمة في النقل ومن بينها القيادة الذاتية وقالت أن هذه تعد من التجارب الجديدة في الحياة العامة حيث تعتمد المركبات على وجود حساسات تسهم في التحكم بها وأخذ المسارات

بستكي رئيس جامعة دبي حيث استعرض إنجازات معهد المهندسين الكهربائيين والالكترونيين الدولي ومقره نيويورك بالولايات المتحدة الأمريكية وله فرع بالإمارات وقال الدكتور بستكي أن المعهد ساهم في تنظيم العديد من المؤتمرات والندوات العلمية الخاصة بالتكنولوجيا ومن بينها الالكترونيات والاتصالات والحاسب والأمن الإلكتروني، كما تناول الدكتور عيسى بستكي دور المعهد في نقل التكنولوجيا الحديثة إلى دولة الإمارات. وأشار الدكتور بستكي إلى أن المعهد يحتوي على واحد وثلاثون فرعاً طلابياً بالدولة تشارك في مسابقات مشاريع التخرج بالجامعات الموجودة بدولة الإمارات إضافة إلى مسابقة التصميم الهندسي المشترك وكذلك التصميم الهندسي العام إلى جانب هندسة البرامج وخدمة المجتمع وقال إنه

•• العين- الفجر
تصوير- محمد معين

شهد الدكتور غالب الحضرمي نائب مدير جامعة الإمارات للبحوث والدراسات، افتتاح المؤتمر الدولي الخامس للطاقة المتجددة "الإنتاج والتطبيقات" الذي عقد بقاعة المؤتمرات الكبرى بكلية تقنية المعلومات بمشاركة مائتان وثمانون باحثاً من مختلف دول العالم حيث يستعرض المؤتمر الذي تتواصل فعالياته ثلاثة أيام واحد وتسعون ورقة عمل. وتحدث في افتتاح المؤتمر الذي تنظمه كلية الهندسة بجامعة الإمارات بمتابعة من عميد الكلية الدكتور صباح الكاس وإشراف الدكتور موسى حسين من قسم الهندسة الكهربائية تحدث الدكتور عيسى

منوعات الفجر

18



أمسية شعرية ومعزوفات لموسيقى شرطة أبوظبي في مهرجان المربعة

•• العين - الفجر

نظمت اللجنة العليا المنظمة لمهرجان المربعة التراثي الثاني، بمدينة العين أمسية شعرية بعنوان "قصائد زايد" ضمن مبادرات شرطة أبوظبي في عام زايد 2018. وقدمت موسيقى شرطة أبوظبي مجموعة من المعزوفات الوطنية نالت إعجاب الحضور وتفاعلهم.

وقرأ الشاعر والإعلامي حمدان الدرعي مجموعة من قصائد المغفور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان "طيب الله ثراه" من ديوانه الشعري الذي أعده وقدمه الشاعر والأديب الراحل حمد خليفة بوشهاب. وتضمنت القصائد التي القاها الدرعي بمصاحبة عازف العود عبدالله البلوشي الصقور المخضرم والتي كتبها الشيخ زايد أثناء عودة القوات المسلحة من معركة تحرير الكويت، ويا طير التي كتبها الشيخ زايد في المناسبات ومشغوب ويا ركن عود الهوى وفنه وأنا ما سعدت بطيب وقتي وشطن بي الغزلاني ووحيا يا حي فضل الله وصوتك الموسيقي بالهاتف لثاني، وهدفت الأمسية إلى التعريف بإرث الشيخ زايد والتذكير بقيم الخير والعطاء والمحبة والسلام التي تحلى بها الشيخ زايد لتظل راسخة وباقية وحية لدى الأجيال الحديثة في دولة الإمارات وتكريس تاريخ وترث الإمارات الأصيل.

كما قدمت فرقة موسيقى شرطة أبوظبي ضمن المهرجان مجموعة من المعزوفات الوطنية من إنتاج شرطة أبوظبي وشملت أغنية "شكراً محمد بن زايد" من كلمات الشاعر الإماراتي على الخوار وأداء الفرقة، وأغنية "جنود الوطن" كلمات العميد سيف الشامي وألحان وأداء الفنان سعيد السالم عضو الفرقة.

وقال الرائد راشد خصيف الوحي رئيس قسم الموسيقى في إدارة المراسم والعلاقات العامة بقطاع المالية والخدمات إن الفرقة تشارك في المهرجان بثلاث فرق هي العسكرية والتراثية والورتية. وأكد أن الفرقة حريصة على المشاركة في مختلف الفعاليات والمناسبات الوطنية والتراثية والاجتماعية والرياضية وفي معظم مناسبات أصحاب الهمم والهيئات الدبلوماسية والمؤسسات الحكومية والخاصة، فضلاً عن المشاركات الخارجية.



تحت شعار (ملتزمون في التعايش بين الإنسان والطبيعة)

حديقة الحيوانات بالعين تنظم يوم المشي من أجل البيئة في عامه الخامس وسط مشاركة مجتمعية كبيرة

•• العين - الفجر

استقبلت حديقة الحيوانات بالعين أمس الاول جموع المشاركين في فعالية (المتشي من أجل البيئة) المبادرة التي تقام للعام الخامس ضمن رسالة الحديقة في الحفاظ على علاقة الإنسان بالطبيعة واقتترابه منها في انشطته ونمط حياته اليومي.

وتتبنى مبادرة المتشي هذا العام نهج المغفور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان في الحفاظ على البيئة من خلال شعارها المستوحى من مقولته الشهيرة "لقد كنا ولا نزال ملتزمين بمبدأ التعايش بين الإنسان والطبيعة" منسجمة بذلك مع عام زايد 2018 ومحقة لرؤيته الثاقبة في أهمية الحفاظ على البيئة واستدامة المستقبل.

وعلق عمر يوسف البلوشي مدير إدارة التسويق والاتصال المؤسسي قائلاً: أننا نحرض من خلال مبادرة المتشي السنوية هذه على تحويل شعار الحديقة (أقرب على الطبيعة) إلى واقع نعيشه ونشجع من خلاله المجتمع على العودة إلى الطبيعة، مجددين التزامنا بمنهج المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان في الحفاظ على البيئة وصون ثراوتها الطبيعية التي منحنا الله إياها.

وأردف "ولنجعل المبادرة متممة ونحقق الهدف التوعوي من لها نكتف بالمشي إنما قدمنا يوماً تقييفياً حول ممارسة الرياضة والمشي بشكل صحيح يحقق الأهداف المرجوة من الفعالية، بصحة وسلامة الزوار والموظفين من أولوياتنا لذلك جاءت هذه المبادرة حفاظاً على الطبيعة من خلال تشجيع أفراد المجتمع على المشي واعتماده كأسلوب حياة لفتاؤه البدنية والذهنية مع الاستمتاع بالأجواء والمناظر الجميلة في الحديقة". تضمنت فعاليات مبادرة المتشي التي انطلقت من الثالثة بعد الظهر حتى الساعة مساءً أفلاماً بيئية تعرض مقتطفات من علم الحيوان للباحثين وأخرى حول البيئة وكيفية الحفاظ على ثراوتها، وفيلم حول أثر الطبيعة والرياضة على صحة وسلامة الأفراد، بالإضافة لورش التدوير والرسم على الوجوه للأطفال ومسابقات متنوعة مع جوائز للمشاركة في الفعالية، فيما استمتع المشاركون أثناء المشي بفرقة الطبول الأفريقية وعروضها الكرنفالية الحماسية.



في إطار التعاون المشترك

مركز خليفة للتقانات الحيوية بجامعة الإمارات يستقبل وفد الصندوق الدولي للحفاظ على الحباري

معتبرات الأحياء الجزيئية وزراعة الأنسجة وأبحاث التحول الجيني لأنواع النباتات المحلية، والأبحاث التي تسهم في تحسين القيمة الغذائية في نمو النباتات الصحراوية للحفاظ على التوازن البيئي. وأوضح أن التعاون بين مركز خليفة للتقانات الحيوية والهندسة الوراثية والصندوق الدولي للحفاظ على الحباري يشمل عدة مجالات أبرزها كيفية تطوير الابتكارات العلمية في استخدام النباتات الصحراوية، وتحسين جودة المادة الغذائية فيها، لتكون أكثر ملائمة للغذاء الحيواني إضافة إلى بحث تدريب الكفاءات الوطنية في هذا المجال.

شبكة من المشاريع للمحافظة على النوع داخل الموائل الطبيعية وخارجها لطائر الحباري، حيث يوفر الصندوق رافداً معلوماتياً مهماً للباحثين والمعينين بالشأن البيئي، إضافة إلى مبادراته الرائدة والبحوث العلمية التي يقدمها للإسهام في تطوير تقنيات الاستدامة، وتقديم الدعم للجهات المهتمة في هذا المجال بالدولة. ويديره قدم الدكتور خالد أميري -مدير مركز خليفة للتقانات الحيوية والهندسة الوراثية، شرحاً حول آليات عمل المركز الذي يجمع الباحثين المهتمين في الحقول الواسعة في التقانات الحيوية والهندسة الوراثية، وأشار إلى أهمية

شاملة للحفاظ على طائر الحباري على امتداد نطاق الانتشار للنظام البيئي، وتحقيق الاستدامة من خلال التعاون الاستراتيجي بين الصندوق الدولي للحفاظ على الحباري وجامعة الإمارات. وأشاد معالي ماجد المنصوري - العضو المنتدب للصندوق الدولي للحفاظ على الحباري بالإمكانات العلمية المتميزة والخبرات الحديثة التي يتمتع بها مركز خليفة للتقانات الحيوية والهندسة الوراثية بجامعة الإمارات، مؤكداً على أن حكومتنا الرشيدة، تسعى من خلال دعم جهود الصندوق إلى إجراء الأبحاث التطبيقية والأساسية في هذا المجال، وبناء

•• العين - الفجر

قام معالي ماجد المنصوري - العضو المنتدب للصندوق الدولي للحفاظ على الحباري بدولة الإمارات، والوفد المرافق له بزيارة مركز خليفة للتقانات الحيوية والهندسة الوراثية بجامعة الإمارات العربية المتحدة، تأتي هذه الزيارة في إطار بحث سبل التعاون المشترك وتحسين نمو النباتات الصحراوية، وكيفية تطوير التقانات العلمية والبحوث التطبيقية في هذا المجال الحيوي المهم، والمحافظة على التراث الطبيعي والتقاليد للأجيال القادمة، وقيادة مبادرات



الإمارات تحصد جائزة أفضل جناح في معرض البحرين الدولي للحدائق

•• أبوظبي - الفجر

الضأن والماعز وتصنيع مشتقاته كالألبان والأجبان والصابون الطبيعي، للتعرف على هذه التجربة الرائدة والاستفادة منها. ونظم الجهاز كذلك زيارات إلى المسائل الحكومية التابعة لوزارة الأشغال وشؤون البلديات والتخطيط العمراني في مملكة البحرين، وزيارة محطات الأبحاث والتدريب الخاصة بتطوير مهارات المزارعين البحرينيين وتمكينهم من كافة المهارات والخبرات اللازمة لتنمية عملياتهم الزراعية، وأطلع الجهاز على الجهود الحكومية المتبعة في هذا الشأن بهدف تعزيز الخبرات واستقطاب أحدث الوسائل المتبعة في عملية توعية وتوجيه المزارعين. كما استعرض مركز خدمات المزارعين بأبوظبي خلال مشاركته أهم الجهود التي يبذلها في مجال مكافحة الآفات الزراعية وتطبيق الممارسات الجيدة لما بعد الحصاد، واستعراض الماكينة المرموقة التي حققتها المنتج المحلي في إمارة أبوظبي تحت العلامة التجارية "حصان مرزعا" والتي بهدف المركز من خلالها للارتقاء بمفهوم الترويج للمنتج المحلي وتعزيز مساهمته في السوق، حيث نظم المركز جولة على سوق المزارعين البحرينيين للتعرف على الوسائل المتبعة في عملية تسويق المنتجات الزراعية المحلية.

لتحقيق الأهداف المنشودة والصحة المشتركة في كافة المجالات، لاسيما في مجال الأمن الغذائي والزراعي، وتسهيل الضوء على السمعة المتميزة لإمارة أبوظبي بشكل خاص والدولة بشكل عام من خلال تعريف المشاركين بالتشريعات الغذائية والزراعية المتقدمة التي يتبناها الجهاز في مجال السلامة الغذائية واستدامة القطاع الزراعي، إلى جانب تبادل الخبرات من الجهات الحكومية وغير الحكومية المشاركة بالمعرض وتصدير المعرفة والخبرات التي يمتلكها الجهاز لضمان تحقيق أكبر فائدة ممكنة منها للعالم. وشهدت مشاركة الجهاز كذلك زيارات ميدانية للمنشآت الغذائية رافق خلالها الوفد الإماراتي فرق التفتيش التابعة لقسم مراقبة الأغذية بإدارة الصحة العامة في وزارة الصحة البحرينية للاطلاع على إجراءات التفتيش المتبعة وأهم التحديات التي تواجه المفتشين، إلى جانب تنظيم عدد من الزيارات لبعض المزارع النموذجية للتعرف على الممارسات الزراعية المطبقة وآليات مكافحة الآفات وأنظمة الري والتسميد المعمول بها، للاستفادة من التجربة البحرينية وتبادل الخبرات في هذا المجال، وزيارة أحد مزارع الثروة الحيوانية الخاصة بإنتاج حليب

وركن خاص بالابتكار الزراعي، ونشر وتوزيع الكتيبات التوعوية، وعرض مرئي بشأن إنجازات الجهاز، وعروض أخرى عن مشروع سلامة زادنا. وأشاد المهندس ثامر راشد القاسمي رئيس الوفد الإماراتي المتحد الرسمي باسم الجهاز بجهود اللجنة المنظمة للمعرض وحسن استضافتها لجناح الدولة، مؤكداً أن المعرض استطاع أن يرسخ مكانته بين المحافل الدولية ذات الصلة بقطاع الزراعة والاستدامة، ليصبح في مصاف الأنشطة الحضارية التي تتناول قضايا الغذاء والزراعة على مستوى العالم، مثنياً حسن الضيافة والاستقبال الذي حظيت به مشاركة الدولة بفعاليات المعرض، الأمر الذي يجسد أصالة وصلابة العلاقات المتميزة التي تجمع البلدين الشقيقين، والذي انعكس على تقابل رواد المعرض من المواطنين البحرينيين مع جناح الدولة، معرباً عن تقديره لجهود فريق عمل الجهاز ومركز خدمات المزارعين أعضاء الوفد في إيصال رسائل جناح الدولة وإبراز الجهود التي تبذلها الإمارات في مجال السلامة الغذائية والاستدامة الزراعية. وبين القاسمي حرص الجهاز خلال مشاركته بالمعرض على تنمية وتعزيز التواصل الدائم بين المؤسسات الحكومية على مستوى دول مجلس التعاون الخليجي

حصد جناح دولة الإمارات العربية المتحدة ممثلة بجهاز أبوظبي للرقابة الغذائية في معرض البحرين الدولي للحدائق 2018 جائزة أفضل جناح مشارك في الركن التوعوي بالمعرض عن فئة المؤسسات الحكومية، وذلك خلال مشاركته بفعاليات المعرض الذي أقيم برعاية كريمة من حضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة عاهل مملكة البحرين حفظه الله ورواه، وبدعم متواصل من صاحبة السمو الملكي الأميرة سبيكة بنت إبراهيم آل خليفة قرينة ملك مملكة البحرين الشقيقة في الفترة 21-25 من فبراير الجاري في المنامة. جاء ذلك خلال حفل الإعلان عن الفائزين بجوائز المعرض والذي أقيم بحضور سعادة الشيخة مرام بنت عيسى آل خليفة الأمين العام للمبادرة الوطنية لتنمية القطاع الزراعي في البحرين والمشاركين بالفعاليات، حيث شهد الحفل الإعلان عن الفائزين وتكريم سعادتهم لهم. وتمثلت مشاركة الجهاز بجناح خاص استعرض خلاله الأنشطة والخدمات التي يقدمها للمجتمع، وجهوده في توعية الجمهور بممارسات السلامة الغذائية،

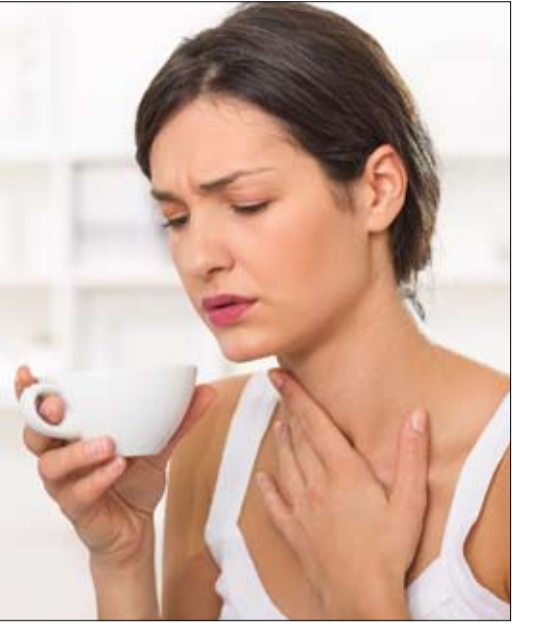
منوعات الفكر

19

لحماية جهازك المناعي

15 طعاماً مضاداً للميكروبات

ركّز على تناول مأكولات تحمي جهاز المناعة لتجاوز هذه الفترة بأفضل طريقة ممكنة. فيما يلي ١٥ طعاماً مضاداً للميكروبات.



ويمكن أن نستهلك عصير التوت الطبيعي، وهو أفضل من العصائر التي تحتوي على ماء وسكر.

عصير الرمان... مضاد أكسدة

يحتوي الرمان على كمية من الجزيئات المضادة للأكسدة التي تنشط بإيقاع متناغم، يهتم الباحثون بالرمان نظراً إلى مفعوله المضاد للميكروبات والالتهابات والسرطان. ويعتبر العصير أكثر إثارة للاهتمام من الفاكهة الكاملة لأنه يحتوي على مضادات الأكسدة الموجودة في الأغشية. ولكن يحتوي بعض عصائر الرمان على كمية كبيرة من السكر، لذا من الأفضل أن تختار عصيراً نقياً بالكامل ونخفقه بقليل من الماء لتخفيف حموضته.

المحار... ملك العناصر الزهيدة

مثل جميع الكائنات الحية في البحر، يحتوي المحار على كمية كبيرة من المعادن. إنه أغنى غذاء بالزنك الذي يشارك في تركيب الحمض النووي وإطلاق الردود المناعية. كذلك يشكل مصدراً جيداً للسيلينيوم المضاد للأكسدة، والحديد المضاد للتعب، والنحاس الذي يقوي دفاعات الجسم، وتبقى سرعته الحرارية قليلة، يجب أن تأكل المحار مع عصير الليمون وبلا زبدة مملحة.

خبز العجين المخمر لتسهيل الهضم وتجديد المعادن

يحتوي معظم منتجات الخبز على الخميرة التي تنفخ العجينة المخمرة غنية بأنزيمات وجراثيم لبنية تحسّن امتصاص المعادن وتسهّل هضم الخبز وتُخفّض مؤشر سكر الدم فيه. يمكن أن نتناول وجبة من هذا الخبز في الصباح مع كمية قليلة من العسل أو نحلّ غذاء سريعاً على شكل سندويتش من السلمون المدخن والخضراوات النيئة.

الأسماك الدهنية غنية بالأوميغا 3

تفيد عناصر الأوميغا 3 جهاز القلب والأوعية الدموية وتعطي مفعولاً مضاداً للالتهاب وتمنع تطور بعض الأمراض. يمكن إيجادها في بعض الزيوت وفي جميع أنواع الأسماك الدهنية التي تحتوي أيضاً على الفيتامين D الذي ينشط بدوره جهاز المناعة. من الأفضل أن نختار الأسماك الصغيرة مثل الماكريل والسردين والرنكة لأنها أقل تلوثاً من غيرها. تبقى الخيارات الطازجة محبّبة ولكن المنتجات المعلّبة جيدة أيضاً.

شاي كمبوتشا لتسهيل الهضم

يُعدّ هذا الشاي الآسيوي المخمر بكائنات دقيقة (خميرة وجراثيم) تحتوي على خليط من العناصر المفيدة: محفزات حيوية، أنزيمات، أحماض عضوية... كذلك يعثني بالبينة العوية وتسهّل هضم المغذيات كي يستفيد منها الجسم. يمكن أن نشرب كوباً من هذا الشاي في بداية وجبة الطعام لتسهيل الهضم. لكنه منتج نشط ويجب أن نشربه بكمية منطقية. يمكن تحويله إلى خليط علاجي لتجاوز التغيرات الموسمية.

التوت البري... حليف النساء

يحتوي هذا التوت على مضادات أكسدة تساهم في الوقاية من الالتهابات البولية ومعالجتها كونها تمنع التصاق جراثيم الإي كولاوي بجدران المثانة. يمكن استعمال التوت البري الجاف بدل الزبيب في العصيدة والسلطات والتبولة... لكن من الأفضل أن نختاره بلا سكر.

بالواد الفلافونوية التي تحمي الخلايا من الجذور الحرة المسؤولة عن إضعاف الجسم وتعريضه للالتهابات. كذلك يشكل مصدراً جيداً للفيتامين C الذي يسرع امتصاص الحديد ويكافح التعب. على صعيد آخر، يقوي الليمون وظيفة الكبد المسؤول عن تنقية الجسم من السموم. يمكن أن نعصره في كوب ماء أو فوق الأطباق، لكن يجب ألا نبالغ في تسخينه للحفاظ على الفيتامين C.

الكيوي... مخزون من الفيتامين C

تغطي حبة الكيوي حاجات الجسم اليومية إلى هذا الفيتامين القيم الذي يحفز الدفاعات المناعية ويعزز امتصاص الحديد المضاد للتعب وتسهّل مداواة الجروح ويحمي الخلايا من الجذور الحرة. يجب أن نتناوله نيئاً للحفاظ على الفيتامين C ويمكن استهلاكه مع مشروب مخفوق، أو في سلطة، أو تقطيعه بكل بساطة إلى النصف وتذوق محتواه بملعقة صغيرة.

اللين... مصدر غني للمحفزات الحيوية

يحتوي وعاء من اللين على مليارات الجراثيم الحية المفيدة، أي المحفزات الحيوية. تعدد السلالات الفاعلة، تعزز الألياف التقليدية (مثل المكورات العقدية) عملية الهضم، وتُحفّز المبينة المشقوفة تفريغ الأمعاء، وتقوّي أنواع أخرى الدفاعات المناعية. يجب أن نتناول اللين سريعاً لأن عدد المحفزات الحيوية التي يحتوي عليها يتراجع مع مرور الوقت ويمكن خلطه أحياناً مع الموز أو الشوفان كي تنمو الجراثيم المفيدة بفضل الألياف الموجودة في تلك الأصناف.

يعتني الكركم أيضاً بالأعضاء ويخفّف الاضطرابات الهضمية ويحمي الجسم من التهاب المعدة والأمعاء.

لا يمتص الجسم الكركم وحده بطريقة فاعلة بل يجب خلطه مع مادة دهنية لتسهيل امتصاصه ومع اللفل الأسود لتفعيل منافعه. يمكن اختيار الكركم العضوي أو الطازج.

العسل لمكافحة الجراثيم

يسمح العسل بمعالجة الالتهابات التنفسية وتنشط جزيئاته المتعددة لمداواة الجروح ومكافحة الميكروبات وتنشيط الجسم. يجب ألا نسخن العسل ونحاول استهلاكه في سنة إنتاجه. عسل الزعتر والخزامى الأكثر فاعلية في مكافحة الجراثيم. يمكن إضافته إلى خلطات التقيح أو إلى الجبنة البيضاء أو الكريما أو الأرز بالحليب في نهاية الطبخ.

الثوم لطرد الميكروبات

يُعتبر الثوم مضاداً للأكسدة والميكروبات والسرطان والكولسترول! إنه غذاء خارق وأثبتت منافعه في محاربة عدد من الأمراض والالتهابات بفضل احتوائه على الكبريت. كذلك، يهاجم هذا المضاد الحيوي الطبيعي الجراثيم السيئة من دون إيذاء الجراثيم المفيدة. يقضي الطبخ على جزء من أهم عناصره، لذا من الأفضل تناوله نيئاً أو إضافته في نهاية مدة الطبخ. أما من من يجدون صعوبة في هضمه فيمكنهم تقطيعه إلى النصف وسحقه لإطلاق جزيئاته المفيدة ثم فرمه.

الليمون مفيد على الجبهات كافة الليمون غني



زيادة وجبات الطعام الصغيرة خطة مبرمجة

يؤيد بعض الخبراء مبدأ تجزئة وجبات الطعام. لكن ما صحة النظرية القائلة إن زيادة وجبات الطعام الصغيرة منافع كثيرة؟



الحادية عشرة. ويمكن أن نأكل وجبة خفيفة في الخامسة بعد الظهر بانتظار العشاء لتجنب الإفراط في أكل المكسرات في طريق العودة إلى المنزل!

تصغير الوجبات لتسهيل الهضم

كانت هذه الخطة الغذائية تستهدف الأشخاص الذين يخضعون لجراحة في المعدة والجهاز الهضمي أو يريدون تحقيق الخفاقة لاستعادة نظام غذائي طبيعي بوتيرة تدريجية. اليوم، يوصى بتجزئة الوجبات لكل من يريد تسهيل الهضم تزامناً مع تلبية حاجات الجسم. كذلك هي خطوة مفيدة لمرضى السكري وللمرأة الحامل لأن الجنين الذي ينمو في أحشائها يزيد الضغط على معدتها. على صعيد آخر، تنعكس هذه الخطة إيجاباً على معدل ضغط الدم وتساهم في تخفيض مستوى الكولسترول.

طريقة بسيطة للرشاقة

تسمح تجزئة الوجبات بحرق السرعات الحرارية لأن عملية الهضم تحتاج إلى الطاقة. إنها خطة مثالية لكل من يريد أن يخف. لكن لا تناسب هذه الخطوة الأشخاص الذين اعتادوا تناول وجبات عشوائية كبيرة على مرّ اليوم. لن تساعدهم تجزئة الوجبات لأن سلوكهم الغذائي لا يرتبط بحاجة فيزيولوجية. في هذه الحالة، لا بد من تحديد سبب المشكلة؛ إذا كانوا يشعرون بالملل، يمكنهم أن يجدوا نشاطاً يستمتعون به. وإذا كانت المشكلة تتعلق بالضغط النفسي، يمكنهم أن يمارسوا التأمل أو اليوغا أو التلويح أو أي نشاط يعزز استرخاءهم ويلهيهم عن الأكل.

حل فاعل لمنع الأكل العشوائي

لا يرتبط الأكل العشوائي بين وجبات الطعام بحاجة فيزيولوجية، إلا إذا لم تكن كمية الأكل في الوجبة السابقة كافية، بل يتعلق بالضغط النفسي والملل وقد يكون طريقة لسد فراغ معين.

يتركز الأكل في هذه الحالة على الأصناف المألحة والحلوة والدمية، فينتقل الجسم لسرعات حرارية لا تفيد التوازن الغذائي العام. ويؤدي فائض السرعات إلى وزن زائد أو بداية أمراض في القلب والأوعية الدموية... لذا قد تكون تجزئة وجبات الطعام مفيدة في هذا المجال لأنها خطة مبرمجة. من خلال تقسيم كميات الطعام على مرّ اليوم، يمكنك أن تقاوم رغبتك في تناول أصناف عشوائية. إذا كنت تشعر برغبة في أكل المسكويات خلال فترة الصباح مثلاً، يمكنك أن تتناول حصة فاكهة أو نوعاً من مشتقات الحليب في الساعمة

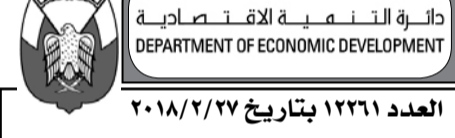




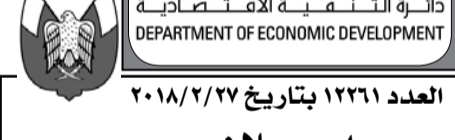
إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/مركز ريل تايم للتدريب والتطوير ذ.م.م.
 رخصة رقم: CN 1000507 قد تقدموا الينا بطلب تعديل الشركاء تنازل وبيع
 اضافة سعيد عبدالله علي عبدالله النياذي %١٠
 تعديل الشركاء تنازل وبيع
 حذف دحام الفندي راشد زايد بوحيميد المزروعى
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



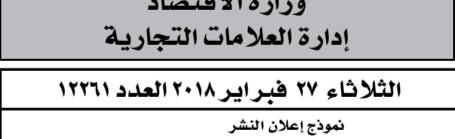
إلغاء اعلاه سابق
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بخصوص الرخصة رقم: CN 1717113 بالاسم التجاري اوكسيور سيستمز بالغاء طلب تعديل الرخصة واعادة الوضع كما كان عليه سابقاً.
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



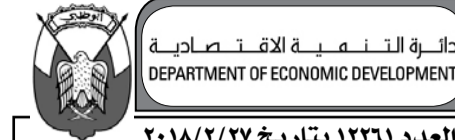
إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ريتناول سوليوشنز اند سيرفييس ش.ذ.م.م. فرع ابوظبي رخصة رقم: CN 1173949 قد تقدموا الينا بطلب تعديل الشركاء تنازل وبيع
 اضافة بروفيديت انفستمنستس مالكها عبدالعزيز عيسى الياس يحي شركة الشخص الواحد ذ.م.م. PROVIDENT INVESTMENTS OWNED BY AB ELAZIZ EISA ALYAS YAHYA ONE PERSON COMPANY LLC
 تعديل الشركاء تنازل وبيع
 حذف سالم عبدالله سالم سعيد الشامسي
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/كافيتريا مورا رخصة رقم: CN 1021231 قد تقدموا الينا بطلب تعديل الشركاء تنازل وبيع
 سائد اسعد احمد عرمان من مالك الى وكيل خدمات تعديل نسب الشركاء
 سائد اسعد عرمان من ١٠٠٪ الى ٠٪
 تعديل الشركاء تنازل وبيع
 اضافة ماهر خليل صالح عزوقه %١٠٠
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



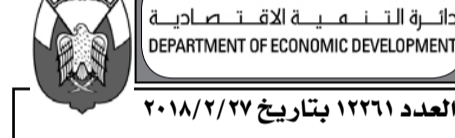
إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/عيادة افنتي لطب العام ذ.م.م. رخصة رقم: CN 1835959 قد تقدموا الينا بطلب تعديل لوحة الاعلان/اجمالي من مساحة ١٠١ الى ١٠١
 تعديل اسم تجاري من/عيادة افنتي لطب العام ذ.م.م. INFINTI CLINIC FOR GENERAL MEDICINE LLC
 الى/مركز افنتي الطبي ذ.م.م. INFINTI MEDICAL CENTER LLC
 تعديل نشاط/اضافة عيادة اذن وانف وحجرة (٨٢٢٠١٤)
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية



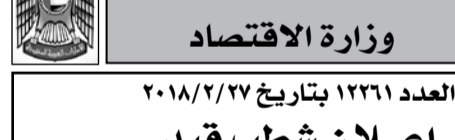
إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/بلو مارك للمقاولات والصباية العامه ذ.م.م. رخصة رقم: CN 1085726 قد تقدموا الينا بطلب تعديل نسب الشركاء
 الشيخ سعيد طهون صقر بن زايد ال نهيان من ٨٠% الى ٥١%
 تعديل الشركاء تنازل وبيع
 اضافة عاطف عبدالله سعيد محمد %٢٩
 تعديل الشركاء تنازل وبيع
 اضافة عبدا السلام محمد احمد العوض محمد فضل %٢٠
 تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف عبدالله سيف عبدالله سعيد
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



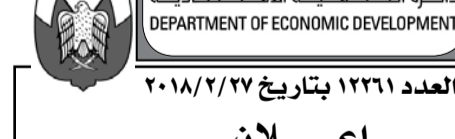
إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/الامازيغ الشرقية لاعمال الديكور رخصة رقم: CN 2091023 قد تقدموا الينا بطلب الغاء رخصة
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ابو جوهر لانظمة الهوائيات رخصة رقم: CN 1034440 قد تقدموا الينا بطلب تعديل لوحة الاعلان/اجمالي من مساحة ٤٠٨ الى ١٠١
 تعديل اسم تجاري من/ابو جوهر لانظمة الهوائيات الى/تووس للهواتف المتحركة والاتكرونيات TOOS MOBILE PHONES & ELECTRONICS
 تعديل نشاط/اضافة اصلاح اجهزة الحاسب الالي وصيانتها (٩٥١١٠٠)
 تعديل نشاط/اضافة اصلاح الهوائيات المتحركة (٩٥١٢٠٢)
 تعديل نشاط/حذف بيع الهوائيات وجهزة الاستقبال- بالتجزئة (٤٧٥٩١٠)
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



إعلان شطب قيد
 تعلن وزارة الاقتصاد بان السادة/شركة ويس جاني الينتر انجينيريز اركيكتكس ماتيريالز ساينتيستس ذ.م.م. (الجنسية: الولايات المتحدة) قد قدمت بطلب شطب قيد فرع الشركة في اماره ابوظبي (العنوان: الدفاع- طراش سلطان الهاملي- ص.ب: ١٢٧٥٥٧) والمقيدة تحت رقم (٥١٥٤) في سجل الشركات الاجنبية في الوزارة.
 وتفتيذا لاحكام القانون الاتحادي رقم (٢) لسنة ٢٠١٥م في شأن الشركات التجارية وتعديلاته و القرار الوزاري رقم (٣٧٧) لسنة ٢٠١٠م في شأن اعتماد دليل اجراءات الترخيص لفرع ومكاتب المنشآت المؤسسة بالخارج والمناطق الحرة بالدولة. - يرجى من السادة اصحاب الحق في الاعتراض ان يتقدموا باعتراضهم الى الوزارة في ميعاد لا يتجاوز شهر من تاريخ النشر على العنوان التالي: وزارة الاقتصاد ادارة التسجيل التجاري ص.ب: (٩٠١) - ابوظبي.



إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/عيادة افنتي لطب العام ذ.م.م. رخصة رقم: CN 1835959 قد تقدموا الينا بطلب تعديل لوحة الاعلان/اجمالي من مساحة ١٠١ الى ١٠١
 تعديل اسم تجاري من/عيادة افنتي لطب العام ذ.م.م. INFINTI CLINIC FOR GENERAL MEDICINE LLC
 الى/مركز افنتي الطبي ذ.م.م. INFINTI MEDICAL CENTER LLC
 تعديل نشاط/اضافة عيادة اذن وانف وحجرة (٨٢٢٠١٤)
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية



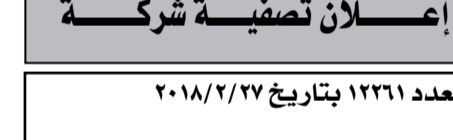
إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/تيم فيجن للمقاولات الميكانيكية ذ.م.م.
 رخصة رقم: CN 2010906 قد تقدموا الينا بطلب تعديل نسب الشركاء
 بالان ثونديفالايل ثونديفالايل كاتان من ٢٤٪ الى ٤٩٪
 تعديل الشركاء تنازل وبيع
 حذف بديع بن راشد بن مرشد الغربي
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



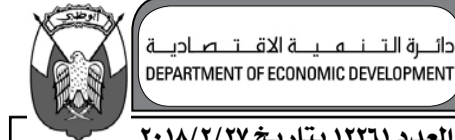
إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/مدرسة الايمان الخاصة ذ.م.م. رخصة رقم: CN 1001929 قد تقدموا الينا بطلب تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة مريم عبيد خلفان المطروشي %١٠٠
 تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف عبداليدع السيد علي صقر
 تعديل وثة/ حذف ابراهيم عبداليدع السيد صقر
 تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف حسن محمد رسم احمد الحمادي
 تعديل لوحة الاعلان/اجمالي من مساحة ٣٠٠ الى ١٠١
 تعديل شكل قانوني/من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م. تعديل اسم تجاري من/مدرسة الايمان الخاصة ذ.م.م. AL EMAN PRIVATE DCHOOL LLC الى/مدرسة الايمان الخاصة - شركة الشخص الواحد ذ.م.م. AL EMAN PRIVATE DCHOOL - SOLE PROPRIETORSHIP LLC
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



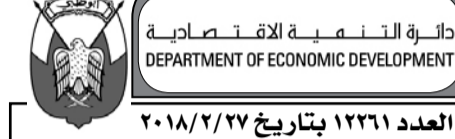
إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/خدمات المدينة للمقاولات والصباية العامه ذ.م.م. رخصة رقم: CN 1389564 قد تقدموا الينا بطلب تعديل لوحة الاعلان/اجمالي من مساحة ٢٠٠ الى ١٠١
 تعديل اسم تجاري من/خدمات المدينة للمقاولات والصباية العامه ذ.م.م. CITY SERVICES CONTRACTING & GENERAL MAINTENANCE LLC الى/خدمات المدينة للصيانة العامه ذ.م.م. CITY SERVICES GENERAL MAINTENANCE LLC
 تعديل نشاط/حذف مقاولات مشاريع المباني بانواعها (٤١٠٠٠٢)
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



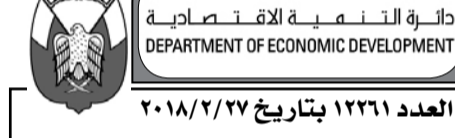
إعلان تصفية شركة
بيزل جيرل لتجارة الملابس النسائية بالجمله - ذ م م
 يعلن مكتب ميرال عبد الحبيب لتدقيق الحسابات والاستشارات الادارية انه بموجب قرار اجتماع الجمعية العمومية غير العادية الصادر بتاريخ ٢٠١٨/٠٢/١٩ بحل وتصفية شركة
بيزل جيرل لتجارة الملابس النسائية بالجمله - ذ م م
 فعلى من لديه اي اعتراض او مطالبة التقدم الى مكتب المصفي المعين هاتف رقم ٠٢٦٦١٦٠٥ فاكس ٠٢٦٦١٦٠٤ ص.ب ٥٣١٨ ابوظبي بالنادي السياحي بناية سعيد عبدالله الجنبلي الطابق (٤) مكتب رقم (٤٠٣) واحضار المستندات الثبوتية، وذلك خلال مدة اقصاها ٥ يوما من تاريخ هذا الاعلان.



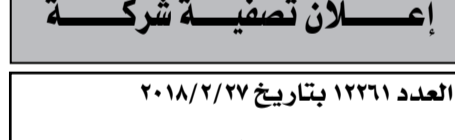
إلغاء اعلاه سابق
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بخصوص الرخصة رقم: CN 1171246 بالاسم التجاري داربار الخضراء للحلويات بالغاء طلب تعديل الرخصة واعادة الوضع كما كان عليه سابقاً.
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



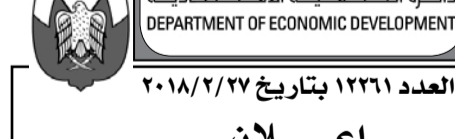
إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/الفارس الاسود للتجارة اليدوية رخصة رقم: CN 2072540 قد تقدموا الينا بطلب تعديل الشركاء تنازل وبيع/محمد جاعد عبيد احمد الحميري من مالك الى شريك تعديل نسب الشركاء/ محمد جاعد عبيد احمد الحميري من ١٠٠٪ الى ٥١٪
 تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة ممدوح كميل سمان عفاص %٤٩
 تعديل رأس المال/من ١٥٠٠٠ الى ١٥٠٠٠
 تعديل لوحة الاعلان/اجمالي من مساحة ١٠١ الى ١٠١
 تعديل شكل قانوني/من مؤسسة فردية الى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل اسم تجاري من/الفارس الاسود للتجارة اليدوية AL FRES AL ASWAD MANUAL CARPENTRY الى/الفارس الاسود للتجارة اليدوية AL FRES AL ASWAD MANUAL CARPENTRY LLC
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/السراج الاخضر للصيانة العامة رخصة رقم: CN 1180852 قد تقدموا الينا بطلب تعديل الشركاء تنازل وبيع/فهد صالح مساعد بن شحبل التميمي من مالك الى شريك تعديل نسب الشركاء/ فهد صالح مساعد بن شحبل التميمي من ١٠٠٪ الى ٥١٪
 تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة محمد الامين شوهوري منجور الحق %٤٤
 تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة شفيق العلم سيد نور العاليم %٥
 تعديل لوحة الاعلان/اجمالي من مساحة ١٠١ الى ١٠١
 تعديل شكل قانوني/من مؤسسة فردية الى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل اسم تجاري من/السراج الاخضر للصيانة العامة ALSIRAJ GREEN GENERAL MAINTENANCE الى/السراج الاخضر للصيانة العامة ALSIRAJ GREEN GENERAL MAINTENANCE LLC
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (ابوظبي)



إعلان تصفية شركة
اجنحة السلام للدراسات والاستشارات الاعلانية ذ م م
 يعلن مكتب/ زروق والحوسني المحاسبون القانونيون- ابوظبي انه بموجب قرار الجمعية العمومية غير العادية بتاريخ ٢٠١٨/٠٢/١٨ بحل وتصفية شركة
اجنحة السلام للدراسات والاستشارات الاعلانية - ذ.م.م.
 فعلى من لديه اي اعتراض او مطالبة التقدم الى مكتب المصفي المعين هاتف رقم ٠٢٦٤٤٠٠٨ موبايل رقم: ٥٠٤٤٩٦١٦٥ فاكس ٠٢٦٤٣٠٩٨٠ ص.ب ٥١٤٣٧ ابوظبي شارع حمدان بناية بنك البحرين الطابق (الثاني) مكتب رقم (٩) واحضار المستندات الثبوتية، وذلك خلال مدة اقصاها ٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.



إعلان
 تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ورشة باب الحصن للحداثة واللحام رخصة رقم: CN 2306927 قد تقدموا الينا بطلب الغاء رخصة
 فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث تستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية



منوعات العمل

23

الإمارات الأولى عالمياً في أعلى نسبة نفاذ للألياف الضوئية

•• برشلونة-وأم:

تصدرت دولة الإمارات - للعام الثاني على التوالي - دول العالم بتحقيقها أعلى نسبة نفاذ في توصيل شبكة الألياف الضوئية للمنازل FTTH وذلك بحسب التقرير الصادر عن المجلس العالمي للألياف الضوئية

الواصل للمنازل. وأظهر التقرير تربع الإمارات على رأس قائمة الدول التي تمتلك شبكات الألياف الضوئية على مستوى العالم بربطها 94.3% من المنازل في الدولة بشبكة الألياف الضوئية لتتجاوز بذلك كل من سنغافورة 90.3% وكوريا الجنوبية 81.6% وهونج كونج 75.6% واليابان 53.9%.

وقال المهندس صالح عبدالله العبدولي الرئيس التنفيذي لـ "مجموعة اتصالات" إن شبكة اتصالات هي الركيزة الأساسية التي تبنيت منها استراتيجية المجموعة الطموحة طويلة الأمد والرامية إلى تمكين ودفع عجلة التحول الرقمي .. مشيراً إلى أن تحقيق الإمارات أعلى نسبة نفاذ في توصيل شبكة الألياف الضوئية للمنازل يؤكد ريادة اتصالات في نفاذ شبكة الألياف الضوئية على مستوى العالم وهو ما شكل معياراً جديداً في صناعة الاتصالات. وتقدم العبدولي بالشكر الجزيل إلى القيادة الرشيدة في الدولة .. موضحاً أن هذا الإنجاز لم يكن ليحقق لولا الرؤية الثاقبة في دعم مسيرة التطوير والتحديث للبنية التحتية لقطاع الاتصالات.

وأضاف أن "اتصالات" قد ضخّت استثمارات كبيرة تجاوزت 31 مليار درهم لتطوير بنية تحتية شبكية فائقة الإمكانيات وعلى جميع المستويات الأمر الذي أدى إلى إطلاق خدمات مبتكرة قادرة على تلبية الاحتياجات التنموية والمتغيرة لعملائنا في أنحاء الدولة كافة.

يذكر أن اتصالات تواصل الاستثمار في الابتكار وتقنيات الجيل القادم جنباً إلى جنب مع اهتمامها المستمر بتعزيز قدراتها الشبكية. ومع استراتيجية اتصالات الطموحة والمتمثلة في "قيادة المستقبل الرقمي لتمكين المجتمعات" فإن شبكة اتصالات تعد العامل الرئيسي في تمكين التحول الرقمي لعملائنا كما ركزت اتصالات بشكل مستمر على الاستثمار في الابتكار وتقنيات وخدمات الجيل القادم لتعزيز قدرات الشبكة وإثراء تجربة العملاء.

ويظل هذا العالم المتصل تأتي أهمية "شبكة الألياف الضوئية" في قدرتها على تمكين التقنيات المستقبلية مثل الواقع المعزز والروبوتات والدكاء الاصطناعي كما تلعب تقنية الحوسبة السحابية دوراً محورياً في مسيرة التحول الرقمي عبر قدرتها في دعم حالات الاستخدام المتقدم من تطبيقات وتقنيات حديثة وتمكن المستخدمين من الاستفادة من السرعات والنسب العالية التي تتطلبها تطبيقات الواقع الافتراضي والألعاب الرقمية الحديثة، علاوة على الاستماع بمشاهدة فيديو عالي الوضوح.

غرفة أبوظبي تحتضن ندوة التدقيق على ضريبة القيمة المضافة

•• أبوظبي-وأم:

نظمت غرفة تجارة وصناعة أبوظبي في مقرها ندوة تحت عنوان دور التدقيق الداخلي في التدقيق على ضريبة القيمة المضافة. وناقشت الندوة التي نظمتها مركز أبوظبي للحوكمة، التابع لغرفة بالتعاون مع أكاديمية PWC المبادئ العامة لضريبة القيمة المضافة، والمجالات التي يمكن أن تشملها ضريبة القيمة المضافة في الدوائر الحكومية، ومخاطر ضريبة القيمة المضافة في الدوائر الحكومية، إضافة إلى التدقيق الداخلي على ضريبة القيمة المضافة في الدوائر الحكومية.

تدشين مشروع «الوكيل المعتمد للتسجيل والترخيص الاقتصادية» بعجمان

•• عجمان-وأم:

أكد سعادة علي عيسى النعيمي مدير عام دائرة التنمية الاقتصادية في عجمان أن الدائرة تعمل على تطوير خدماتها كافة خاصة المقدمة للمستثمرين في الإمارة.

وأوضح - في تصريح له بمناسبة إطلاق "مشروع الوكيل المعتمد للتراخيص الاقتصادية في إمارة عجمان" الذي دشنته سمو الشيخ عمار بن حميد النعيمي ولي عهد عجمان - أن هذا المشروع يأتي في إطار جهود الدائرة المتواصلة بتقديم أفضل الخدمات التي تسهل ممارسة الأعمال وتعزيز البيئة الاقتصادية فضلاً عن حرصها على تشجيع ودعم الأنشطة الاقتصادية كافة.

وأكد النعيمي سعي الدائرة من خلال المشروع إلى تعزيز الكفاءة التشغيلية لخدماتها وتوفير نظام عمل موحد لإجراءات التراخيص الاقتصادية الذي ينظم عمل الوكلاء المعتمدين ويربطهم مع مراكز خدمة عملاء الدائرة بما يضمن سرعة إنجاز المعاملات وتقليل فترات الانتظار وتوفير مناخ خدمي مرن يناسب الفئات كافة في مجتمع الأعمال في إمارة عجمان.

ويهدف المشروع الجديد إلى تطوير آلية عمل متكاملة لإنجاز التراخيص الاقتصادية في الإمارة حيث يعمل على تقديم وإنجاز المعاملات الاقتصادية من خلال الوكلاء المعتمدين بالنظام ويساهم في تعزيز التنافسية بين أقسام التراخيص الاقتصادية في جميع دوائر التنمية الاقتصادية في الدولة. ويعمل على رفع مستوى أداء قسم التراخيص الاقتصادية من خلال توفير وقت كاف للموظفين في إدارة مهام عملهم بحيث يتم إدخال البيانات من قبل وكيل معتمد بينما يتم الاعتماد أو التدقيق فقط من قبل موظفي خدمة عملاء دائرة التنمية الاقتصادية إضافة إلى استيعاب أكبر عدد من العملاء في نفس الوقت وتخفيف أعباء العمل عن مراكز خدمة عملاء الدائرة.

وتم عرض نظام حجز الأسماء التجارية عن طريق الخدمات الإلكترونية والذي يساهم بشكل فعال بتقليص مدة إنجاز المعاملة خلال عشرة دقائق وتم أخذ آراء واقتراحات مجموعة من المتعاملين حول النظام. ويتيح النظام تجديد الرخصة التجارية خلال دقائق وعبر منافذ متعددة لتقديم الخدمات الاقتصادية ويخفف الأخطاء البشرية ويمكن المراجعين من إنفاذ إجراءات التراخيص الاقتصادية دون مراجعة الدائرة.



سعيد بن طحنون يفتتح فرع أسواق الهدايا

الافتتاح للفرع الرابع في مدينة العين بدعم توجه شركة هايبر ماركيت لتقديم كل المستلزمات المطلوبة حسب المعايير المطلوبة من أفراد المجتمع.

المستلزمات المناسبة التي تلبى التطلعات بما يضمن دعم التسويق المجتمعي من خلال القنوات المختلفة في الدولة، مشيراً في الوقت نفسه إلى أن ما شاهدته عقب

أفراد المجتمع. وقال معالي الشيخ سعيد بن طحنون آل نهيان، إن الجهود التي تبذل لتقديم الخدمات للمجتمع تحظى بالاهتمام والتقدير وذلك لتوفير

ماركت بمدينة العين بحضور محمد المرزوقي صاحب الفرع ومسؤولي الشركة وذلك ضمن إطار تنشيط التسويق المجتمعي وتقديم الخدمات المناسبة

•• العين - الفجر

افتتح معالي الشيخ سعيد بن طحنون آل نهيان، الفرع الرابع لأسواق الهدايا هايبر

تزامنا مع احتفاء الدولة بشهر الإمارات للابتكار

«دافزا» تفتتح «غودفورس لاب» أول حاضنة إسلامية متخصصة في دعم الشركات الناشئة

•• دبي-الفجر:

أعلنت سلطة المنطقة الحرة بمطار دبي «دافزا» عن افتتاح حاضنة «غودفورس لاب - Goodforce Lab»، وهي أول حاضنة للابتكار تعمل على تحويل قصص الشركات الناشئة في قطاعات الاقتصاد الإسلامي وصناعات الحلال إلى قصص نجاح عالمية، حيث تستعمل الحاضنة على إنعاش السوق الإسلامية من خلال بناء منصة لتطوير المشاريع، وذلك عبر اختيار نخبة من الشركات الناشئة والصغيرة والمتوسطة عالمياً بهدف دعمها لتوليد إيرادات سنوية بقيمة 50 مليون دولار أمريكي وإحداث أثر اجتماعي ملموس.

وتم تدشين الحاضنة الجديدة بدعم من «دافزا»، إحدى المناطق الحرة الرائدة عالمياً، ومركز دبي لتطوير الاقتصاد الإسلامي، الجهة المسؤولة عن تعزيز مكانة دبي كعاصمة عالمية للاقتصاد الإسلامي، وتكنولوجيا الرائدة في بناء الشركات واستقطاب رؤوس الأموال للشركات الناشئة، وهي منظمة دولية مكرسة لتعزيز الممارسة الأخلاقية في مجال الأعمال التجارية.

وتم افتتاح حاضنة «غود فورس لاب» في احتفال خاص شهد حضور ناصر المدني، مساعد المدير العام في دافزا، وأمنة لوتاه، مساعد المدير العام لقطاع المالية والعمليات التجارية وعلاقات المتعاملين، المشرف على وحدة الابتكار والمستقبل في دافزا، وسعيد خرياش نائب المدير التنفيذي الاستراتيجي والتخطيط في مركز دبي لتطوير الاقتصاد الإسلامي، ورفيع الدين شيكو، مدير «غودفورس لاب - Goodforce Lab»، مدير التنفيذي لشركة «دينار ستاندارد» بمشاركة نخبة من رواد الأعمال وخبراء في مجال الاقتصاد الإسلامي والمستثمرين، وذلك تزامناً مع احتفاء الدولة بشهر الإمارات للابتكار.

هذا وتهدف الحاضنة إلى مساعدة الشركات والشركات الناشئة في إنشاء وإدارة أعمالهم وتطويرها لتصبح شركات عالمية مدمجة بتحقيق أثر اجتماعي. كما وتقدم «غودفورس لاب - Goodforce Lab» مجموعة من الخدمات الرئيسية للشركات



الحلال ونشر نمط الحياة الإسلامي الذي يجمع الثقافة والفنون والسياحة العالمية حول العالم. وأضاف لوتاه: «نغز هذه المبادرة أهداف استراتيجية دافزا للاقتصاد الإسلامي التي أتت تماشياً مع استراتيجية دبي كعاصمة الاقتصاد الإسلامي، حيث تهدف إلى تنمية قطاعات هذا الاقتصاد وبمختلف تشعباتها، بما يحقق مكانته ويدعم سياسة التنوع الاقتصادي التي تعتمدها دولة الإمارات، فضلاً عن خلق بيئة مشجعة على الابتكار والاستثمار السليم والتنمية الحقيقية، بغية دعم مجموعة المبادئ والأصول الاقتصادية الواردة في نصوص القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة، والتي تحكم نشاط الاقتصاد الإسلامي.»

وقال عبدالله محمد العور، المدير التنفيذي لمركز دبي لتطوير الاقتصاد الإسلامي: «تستكمل من خلال هذه المبادرة خطتنا الاستراتيجية في تصميم مبادرات تدعم الشركات الناشئة التي تتطلع إلى الاستفادة من إمكانيات النمو التي يتيحها الاستثمار في قطاعات الاقتصاد الإسلامي. وأضاف: نؤمن بأن الشركات الصغيرة والمتوسطة تلعب دوراً محورياً في تنشيط الاقتصاد بشكل عام ونجاحها بشكل مشيراً لتقديم مسيرة التنمية الاجتماعية والاقتصادية التي تنتهجها

الراغبة في تأسيس وتطوير أعمالها، بدءاً من التصميم والتسويق، وإدارة العمليات وتقديم أحدث التقنيات المتطورة، وصولاً إلى تحقيق الأهداف المرجوة والمتمثلة بالنمو المالي والتأثير الاجتماعي وإطلاق مكانتها التجارية والاستثمارية. تركز أكثر من 400 شركة ناشئة على نمط الحياة الإسلامية منذ إنشائها قبل خمس سنوات. ومنذ ذلك الحين، تم إنشاء منظومة تضم أكثر من 2500 شركة في هذا المجال. وتعاني معظم الشركات الناشئة العاملة في قطاعات الاقتصاد الإسلامي والتي تندرج ضمن إطار السوق الأخلاقية الكثير من المشكلات، فتصارع من أجل النمو والبقاء، في الوقت الذي تواجهها العديد من الصعوبات والتحديات التي تشمل غياب أي نمو في الإيرادات. وتعليقاً على الحدث، قال ناصر المدني مساعد المدير العام في سلطة المنطقة الحرة بمطار دبي: تؤكد استضافتنا لغودفورس لاب - Goodforce Lab، على دورنا المحوري كشريك أساسي وفخال في ترسيخ مكانة دبي كعاصمة للاقتصاد الإسلامي وتعزيز موقعها كمركز عالمي له ومرجع للمعايير والابتكار في كافة قطاعاته. حيث ستلعب هذه الحاضنة دوراً محورياً في دعم الصناعات الإسلامية وتطوير قطاع

لتعزيز حضور الشركات الصينية في فعاليات المركز

وفد صيني يبحث مجالات التعاون مع «اكسبو الشارقة»

•• الشارقة-الفجر:

بحث سعادة سيف محمد الفرج الرئيس التنفيذي لمركز اكسبو الشارقة، مع زهو جونغفاو ممثل المجلس الصيني لتعزيز التجارة الدولية CCPIT، مجالات التعاون بين المركز والمجلس لتعزيز حضور الشركات الصينية في فعاليات المعرض التي يستضيفها وينظمها «اكسبو الشارقة» على مدار العام. كما ناقش الجانبان خلال زيارة تعارفية وتساورية لممثل المجلس الصيني لتعزيز التجارة

المشترك على تطويرها وتعزيزها بما يخدم مصلحة الجانبين، مؤكداً حرص الشركات الصينية على تعزيز حضورها في الفعاليات الاقتصادية التي تقام على أرض مركز اكسبو الشارقة وكذلك استقطاب الشركات العاملة في الشارقة للمشاركة في الفعاليات الاقتصادية التي تقام في الصين بما يدعم التبادل التجاري بين البلدين ويعزز العلاقات العربية بين الجانبين الصيني والإماراتي. وتشهد العلاقات بين الإمارات والصين نمواً متصاعداً، ويتوقع أن تتجاوز حركة التبادل التجاري غير

المركز بما يساعدها على تعزيز حضورها وانتشارها في أسواق المنطقة، مؤكداً حرصه على تطوير الأعمال بين الشارقة والصين بالاستفادة من صناعة المعارض التي تلعب دوراً حيوياً في بناء الشراكات بين الجانبين وزيادة التبادل التجاري ودعم مختلف القطاعات الاقتصادية الأخرى. من جانبه، أشاد زهو جونغفاو ممثل المجلس الصيني لتعزيز التجارة الدولية، بمستوى العلاقات الاقتصادية القائمة بين بلاده والشارقة والحرص





الفجر

تحسن سيولة الأسهم يرفع التداول فوق نصف مليار درهم

•• أبو ظبي - وام:

تحسنت شهية التداول في أسواق المال الإماراتية خلال الجلسة الثانية من تعاملات الأسبوع وتضاعفت تقريبا قيمة السيولة المتداولة والتي ارتفعت الى فوق حاجز نصف مليار درهم وفقا لما يظهره الرصد اليومي. وارتفع المؤشر العام لسوق أبو ظبي للأوراق المالية الى 4593 نقطة بزيادة نسبتها 0.25% مقارنة مع 4582 نقطة في جلسة أمس في حين ثبت المؤشر العام لسوق دبي المالي عند 3306 نقاط في ختام التعاملات. وقال وسطاء في السوق إن تحسن شهية التداول يعكس الرغبة لدى المستثمرين في الشراء خاصة بعد انخفاض غالبية أسعار الأسهم لمستويات مغرية، مشيرين الى أنه ويرغم أن جزءا من السيولة تركز على أسهم محددة إلا أن ذلك يبقى أمرا إيجابيا بشكل عام. وكان سهم شركة "جي أف أتش" ذات الأرباح المزدوج استقطب جزءا كبيرا من السيولة التي بلغت قيمتها نحو 140 مليون درهم وارتفع السهم الى 1.46 درهم، وجاء النشاط على السهم بعد الإعلان عن تعيين رئيس مجلس جديد لإدارة الشركة. وشملت قائمة الأسهم الراجعة في سوق دبي المالي سهم الاتصالات المتكاملة الذي ارتفع الى مستوى 5 دراهم الى جانب سهم دبي للاستثمار المغلق عند 2.30 درهم كما صعد سهم الاتحاد العقارية الى 0.901 درهم. وعلى الجانب الآخر من الصورة فقد جاء الدعم في سوق أوبوظبي للأوراق المالية من سهم بنك أوبوظبي الأول المرتفع الى 11.40 درهم بالإضافة لبعض أسهم الاستثمار. ووصل عدد الأسهم المتداولة في السوقين الى 358 مليون سهم مقارنة مع 164 في جلسة أمس فندت من خلال 3819 صفقة. وعلى صعيد حركة المؤشر السعري بلغ عدد الأسهم الراجعة 29 سهما من إجمالي سهم 67 شركة جرى تداولها امس في حين انخفضت أسعار سهم 25 شركة ولم يطرأ تغيير على أسعار سهم 13 شركة.

406 ملايين درهم قيمة تصرفات العقارات في دبي امس

•• دبي - وام:

حققت التصرفات العقارية في دائرة الأراضي و الأملاك ف دبي أكثر من 406 ملايين درهم حيث شهدت الدائرة امس تسجيل 132 مبيعة بقيمة 242 مليون درهم منها 20 مبيعة للأراضي بقيمة 71 مليون درهم و 112 مبيعة للشقق والفلل بقيمة 171 مليون درهم. وجاءت اهم مبيعات الأراضي بقيمة 15 مليون درهم في منطقة وادي العمرد ليأتيها مبيعة بقيمة 12 مليون درهم في منطقة ورسان الأولى تليها مبيعة بقيمة 11 مليون درهم بمنطقة نافيد. وتصدرت منطقة ورسان الأولى المناطق من حيث عدد المبيعات إذ سجلت 6 مبيعات بقيمة 21 مليون درهم ولتها منطقة مجمع دبي للاستثمار الثاني بتسجيلها 5 مبيعات بقيمة مليون درهم وثالثة في البرشاء جنوب الرابعة بتسجيلها مبيعة بقيمة مليونين درهم. وفيما يتعلق بأهم مبيعات الشقق والفلل جاءت مبيعة بقيمة 8 ملايين درهم بمنطقة جزيرة 2 كأهم المبيعات لتأتيها مبيعة بقيمة 7 ملايين درهم في منطقة نخلة جميرا وأخيرا مبيعة بقيمة 5 ملايين درهم في منطقة مرسى دبي. وتصدرت منطقة الخليج التجاري المناطق من حيث عدد مبيعات الشقق والفلل إذ سجلت 22 مبيعة بقيمة 25 مليون درهم وثلاث منطقة الكثاف بتسجيلها 20 مبيعة بقيمة 39 مليون درهم وثالثة في مرسى دبي بتسجيلها 9 مبيعات بقيمة 20 مليون درهم. وسجلت الهراتان قيمة قدرها 164 مليون درهم منها 21 رهن أرض بقيمة 115 مليون درهم و 38 رهن فلل وشقق بقيمة 49 مليون درهم و كان أهمها بمنطقة سيح شعيب 2 بقيمة 70 مليون درهم وأخرى في منطقة ندم الشيا الأولى بقيمة 8 ملايين درهم.

1.7 مليار درهم إيرادات تطبيق الأفكار والابتكارات الجديدة في جمارك دبي

•• دبي - وام:

بلغت الإيرادات جمارك دبي من تطبيق الأفكار والابتكارات المقدمة لتطوير أداؤها نحو 1.7 مليار درهم منذ انطلاق الأنظمة المؤسسية لتلقي الأفكار بالدائرة في العام 2004 وحتى العام 2017. وبلغ عدد الأفكار 26 ألفا و 28 فكرة وابتكارا. وتوجت جمارك دبي فعاليتها في أسبوع دبي للابتكار ضمن شهر الامارات للابتكار بالمشاركة الفاعلة كراعي رئيسي في ملتقى العرب للابتكار الذي تنظمه مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للمعرفة في مركز دبي التجاري العالمي خلال الفترة من 26 إلى 28 فبراير الجاري. وأكد أحمد محبوب مصبح مدير جمارك دبي في كلمة رئيسية القاها في جلسة الافتتاح بملتقى العرب للابتكار أن الملتقى يمثل فرصة ذهبية لتفاعل أفكار المبدعين والمبتكرين العرب والتعريف بنخبة من الابتكارات التي طورها المبتكرون في الدوائر والمؤسسات الحكومية. وأضاف جمارك دبي توابك مسيرة الابداع والابتكار في الدولة من خلال الابتكارات المتميزة التي طورتها الدائرة لتحسين مستوى الأداء في مختلف جوانب العمل الجمركي وقد بلغ عدد الأفكار والابتكارات المقدمة لتطوير الأداء في جمارك دبي من قبل الموظفين والعملاء والجمهور منذ انطلاق الأنظمة المؤسسية لتلقي الأفكار بالدائرة في العام 2004 وحتى العام 2017 نحو 26 ألفا و 28 فكرة وابتكارا وبلغ مجموع الإيرادات المتراكمة وترشيد الانفاق المحقق من تطبيق الأفكار والابتكارات التي تم تنفيذها خلال هذه الفترة نحو 1.7 مليار درهم. وحصلت الدائرة على أكثر من 120 جائزة في مجال الابداع والابتكار وبلغ عدد جوائز التميز المؤسسي التي حصلت عليها جمارك دبي 35 جائزة. وأوضح أن موظفي جمارك دبي قاموا بتطوير ابتكارات نوعية بهدف تقديم الخدمات الجمركية المتطورة ورفع مستويات الأداء وتسهيل التجارة وحركة المسافرين. وقدمت جمارك دبي للمشاركين في ملتقى الامارات للابتكار معالم من تجربتها في الابداع والابتكار عبر معرض للصور أقامته الدائرة ضمن فعاليات الملتقى في مركز دبي التجاري العالمي لأفضل 10 ابتكارات طورها الموظفون في الدائرة خلال السنوات الماضية.

لبنى القاسمي تفتتح فعاليات الابتكار ل «الاتحادية للجمارك»

•• أبو ظبي - وام:

افتتحت معالي الشيخة لبنى بنت خالد القاسمي رئيسة جامعة زايد فعاليات الابتكار التي نظمتها الهيئة الاتحادية للجمارك في مقر الجامعة بدبي خلال الأسبوع الرابع من مشاركة الهيئة في شهر الإمارات للابتكار لعام 2018. وتضمنت فعاليات الهيئة استعراض الشاحنة الذكية التي تحتوي على جهاز المسح الجانبي للركبات Backscatter، أمام طالبات الجامعة بواسطة فريق عمل من موظفي الهيئة. كما تم عرض لعبة منفذ الحظ التي ابتكرتها الهيئة كلعبة تفاعلية لتعريف الطالبات وفتات المجتمع بالمنافذ العالمية في الدولة، بالإضافة إلى تنظيم معرض شامل للتعريف بدور الهيئة الاتحادية للجمارك في العمل الجمركي وعرض إنجازاتها على الصعيد المحلي والإقليمي والدولي. وشهدت الفعاليات تفاعلا كبيرا من قبل طالبات الجامعة اللاتي حرصن على إجراء تجارب تفتيش شخصية على البضائع بواسطة الشاحنة الذكية. وأبدت معالي الشيخة لبنى القاسمي مساعتها بالإنجازات التي حققتها الهيئة الاتحادية للجمارك وقطاع الجمارك في الدولة على صعيد الابتكار وتطوير العمل الجمركي مما ساهم في ارتفاع الدولة في مؤشرات التنافسية العالمية إلى المراكز الأولى في بعض

المؤشرات أبرزها مؤشر مدى فعالية هيئات الجمارك. وأكدت معاليها أن إنجازات قطاع الجمارك في الدولة تمثل مصدر فخر واعتزاز لكل مواطن إماراتي، مشيرة إلى أهمية قطاع الجمارك في حماية أمن المجتمع وتيسير التجارة وتعزيز التعاون مع العالم الخارجي. من ناحية أخرى، نظم فريق الابتكار في الهيئة فعالية خاصة في ملتقى زايد بن محمد العائلي بدبي أوائل الأسبوع الجاري لعرض الشاحنة الذكية وجهاز المسح الجانبي Backscatter، ولعبة منفذ الحظ، حيث تم تخصيص مكان لعرض الشاحنة وللعبة في منتصف السوق الشعبي بالملتقى، مما ساهم في زيادة عدد الزوار ورتبتهم

في خوض تجربة لعبة منفذ الحظ والاطلاع على جهاز المسح وتجربته. وأبدى معالي المفوض علي بن صبيح الكعبي رئيس الهيئة، سعاده بالفعاليات التي تنظمها الهيئة في إطار شهر الإمارات للابتكار، كما أبدى سعاده بمستوى الإقبال الجماهيري على تلك الفعاليات والمشاركة فيها، مما يعكس ارتفاع مستوى الوعي لدى فئات المجتمع، خصوصا طلبة المدارس والجامعات، بدور الجمارك في حماية المجتمع وتيسير الإجراءات. ولفت معاليه إلى أن الابتكار في العمل الجمركي يأتي في مقدمة محاور العمل الجمركي في الهيئة ودوائر الجمارك المحلية، مشيرا إلى أن قطاع الجمارك في الدولة حقق مراكز متقدمة

يبحث على مدار يومين آفاق الشراكات والفرص الاستثمارية

المنتدى العالمي للأعمال لدول أمريكا اللاتينية ينطلق اليوم

•• دبي - الفجر:

تحت رعاية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي (رعاه الله)، تنطلق فعاليات الدورة الثانية من المنتدى العالمي للأعمال لدول أمريكا اللاتينية التي تنظمها غرفة تجارة وصناعة دبي اليوم الثلاثاء في فندق أتلانتس دبي، وذلك تحت شعار "تواصل، تعاون، نمو". ويستقطب المنتدى نخبة من كبار الشخصيات على مستوى الفارة، والذين يأتي في مقدمتهم رؤساء دول حاليين وسابقين، ووزراء للخارجية والاقتصاد والمختصين والذين سيبحثون آفاق الارتفاع بالواقع الاقتصادي عبر إيجاد الحلول للتحديات الحالية. ويلقى سعادة ماجد سيف الغرير، رئيس مجلس إدارة غرفة تجارة وصناعة دبي الكلمة الافتتاحية للمنتدى والتي يؤكد فيها على أهمية المنتدى ودوره في تعزيز وبناء علاقات اقتصادية مستدامة مع دول أمريكا اللاتينية، كما تلقي معالي ريم إبراهيم الهاشمي، وزيرة دولة لشؤون التعاون الدولي، المدير العام مكتب إكسبو 2020 دبي، كلمة دولة الإمارات، في حين ستشهد فعاليات المنتدى جلسة حوارية خاصة مع فخامة الرئيس خوان كارلوس فاريلار رودريغيز، رئيس جمهورية بنما الذي سيبحث فيها آفاق فتح الأبواب أمام التجارة في ظل التغيرات التي يشهدها العالم اليوم، مع الاستفادة من تجربة دبي الريادية في مجال الاقتصاد الإسلامي والمنتجات المواءمة مع أحكام الشريعة الإسلامية. كما تشهد فعاليات المنتدى مشاركة أكثر من 15 مسؤولا حكوميا لاتينيا منهم معالي مانويل غونزاليس سائز وزير الخارجية في جمهورية كوستاريكا، ومعالي إغوستو أروسمينا وزير التجارة والصناعة في جمهورية بنما، ومعالي دولسيدو دي لا غوارديا وزير الاقتصاد والمالية في جمهورية بنما. ويشارك في المنتدى كذلك وفد رفيع المستوى من جمهورية الباراغواي يضم معالي غوستافو ليتي وزير الصناعة والتجارة، ومعالي ليا جينينز، وزير المالية، ومعالي ميمبرت كولمان، نائب وزير الاقتصاد، بالإضافة



لحضور ومشاركة معالي المهندس بابلو كامبانا وزير التجارة الخارجية في جمهورية الإكوادور، ومعالي أرنالدو كاستيلو وزير التنمية الاقتصادية في جمهورية هندوراس، ومعالي هوغو ريفيرا فرنانديز، نائب وزير خارجية جمهورية الدومينيكان للشؤون الاقتصادية والتعاون الدولي. كما يشارك في المنتدى كذلك مجموعة من وزراء جمهورية فنزويلا وهم معالي خوسيه غريغوريو فيلما مورا وزير التجارة الخارجية، ومعالي الدكتور مارلي جوزيفينا كونتريراس هيرنانديز، وزير السلطة الشعبية للسياحة، ومعالي فيليكس بلاسنسيا، نائب وزير السلطة الشعبية لآسيا والمحيط الهادئ والشرق الأوسط، ومعالي رامون جورديلز، نائب وزير السلطة الشعبية للتعاون الاقتصادي.

وقال سعادة حمد بوعميم مدير عام غرفة تجارة وصناعة دبي: "اليوم ومع انطلاق فعاليات الدورة الثانية من المنتدى العالمي للأعمال لدول أمريكا اللاتينية 2018، فإننا نشهد آفاقاً أوسع لتطوير العلاقات، والاستفادة من النصبة العالية التي يتيحها المنتدى لبحث العقبات التي تواجه اقتصادات دول أمريكا اللاتينية، والبحث عن رؤية مستقبلية لبناء جسور تمكن من بناء روابط مستدامة تعزز من قوة شركات أمريكا اللاتينية في المنطقة وفي الأسواق العالمية، وتفتح المجال في الوقت ذاته أمام مجتمع الأعمال في المنطقة لاكتشاف الفرص الاستثمارية الواعدة في أسواق الفارة. وبين سعاده أن المنتدى يعد واحداً من أكبر المنصات العالمية التي تجمع هذا الحضور رفيع المستوى لبحث مستقبل القطاعات الاقتصادية المتنوعة وكيفية تحقيق الاستفادة بين مجتمعات الأعمال، كما أنه يؤكد سعي غرفة دبي على العمل بشكل متواصل لاكتشاف أفضل الفرص في الأسواق الناشئة وتوفير الأسس المتينة لبناء علاقات اقتصادية مبنية على حقائق ومعلومات دقيقة، وبما يسهم في تعزيز التعاون الاقتصادي. وتبرز أهمية المنتدى ضمن سعي الشركات العاملة في أمريكا اللاتينية لإعادة التفكير باستراتيجيات النمو التي تنتهجها، والتطلع إلى اتخاذ خطوات جريئة لتبني آليات جديدة لتنمية القطاع الخاص، وتدليل

غرفة الشارقة تبحث تطوير مهرجانات التسوق والعروض الترويجية

•• الشارقة - الفجر:

أكدت غرفة تجارة وصناعة الشارقة عزيمتها تطوير مهرجانات التسوق والعروض الموسمية التي تنظمها على مدار العام، ومواصلة الارتقاء بمكانة الإمارة في قطاع تنظيم المهرجانات والعروض الترويجية وتعزيز أثره الإيجابي على النهوض بقطاع تجارة التجزئة في الشارقة. كما أكدت الغرفة حرصها على تعزيز أطر التعاون مع مجموعة عمل قطاع

على تنفيذي المهرجان والعروض، وأمل الحوسني محرر إلامي، إلى جانب محمد بن فارس رئيس قسم التصاريح التجارية في دائرة التنمية الاقتصادية في الشارقة. في حين شارك في الاجتماع من جانب مجموعة عمل قطاع مراكز التسوق، كل من لينا حمد مدير التسوق في سيتي سنتر الشارقة، ومحمد سرور مدير التسوق في مركز ميغا مول، ونسرين بكار مساعد مدير التسوق في مركز ميغا مول، وحمد اللواتي مدير المراكز

المجتمعية متاجر، وبدريه محمد مديرة التسوق لدى "متاجر". وقال إبراهيم راشد الجروان مدير إدارة العلاقات الاقتصادية والتسويق في الغرفة، إن الاجتماع بحث مستقبل مهرجانات التسوق والعروض الترويجية التي تنظمها الغرفة على مستوى الإمارة، وناقش عددا من المريات التي من شأنها أن تقدم إضافة قيمة لكافة الشارقة في مجال تنظيم المهرجانات والعروض وتنعكس بشكل إيجابي على النهوض بقطاع تجارة التجزئة بالإمارة. وأكد الجروان حرص الغرفة على التعاون الفاعل مع قطاع مراكز التسوق والعمل المشترك وإيجاد تصورات جادة للخروج بفعاليات استثنائية في المرحلة المقبلة، عبر تفعيل الجانب الترويجي وتقديم مزيد من الفعاليات خلال مواسم التسوق في المراكز التجارية والأسواق المركزية، إلى جانب تنوع الجوائز المقدمة للمتسوقين الفائزين بالسحوبات اليومية والأسبوعية والختامية خلال المهرجانات والعروض. وأشار الجروان إلى أن الاجتماع ناقش وضع آليات جديدة لتحفيز الجهات الحكومية المعنية على المشاركة بهذا النوع من الأحداث الترويجية، لما لذلك من



منوعات

العجوة

25

عبر منصة «النوتة العطرية» في جميع فروعها

«عبد الصمد القرشي» توظف

«الذكاء الاصطناعي» لخدمة عملائها

•• العين - الفجر

أعلنت شركة عبدالصمد القرشي رائدة صناعة العطور وتوظيف «الذكاء الاصطناعي» لخدمة عملائها وتمكينهم من تحليل هويتهم العطرية واختيار الأصناف العطرية المناسبة لهم، إذ يحمل المشروع الذي يعد الأول من نوعه مسمى «النوتة العطرية».

ويحسب بيان الشركة فإن الخدمة ستوفر في معارضها المنتشرة حول العالم والتي يزيد عددها عن الـ 400 صالة عرض اعتباراً من الشهر الحالي، حيث تتلخص فكرة المشروع في توظيف الذكاء الاصطناعي كسوكو تم تطويره وفق خصائص معينة، لتمكين البرامج الحاسوبية من محاكاة القدرات الذهنية البشرية وأنماط عملها، لمساعدة العميل على الوصول إلى العطر المناسب لهتاماته.

ويعمد اختيار العطر على العواطف الى جانب المنطق الذي يمثل أحد عناصر الذكاء الاصطناعي لتتبع عطورك المفضلة من نفس العائلة العطرية، والعائلة التي ينتمي إليها العطر من خلال تحليل المكونات التي تصنع الرائحة.

ويمكن تقسيم العائلات العطرية إلى فئات ثانوية، على سبيل المثال، حيث تملك عائلات العطور الشرقية أربعة فئات: الشرقية الناعم، الزهور الشرقية، الخشب الشرقي، شرقيات أخرى، وكل عائلة عطرية تملك شخصية فريدة، وبالغزيرة ستختار العطور التي تُشعر العميل بأنها مناسبة، عندما تجد رائحتك المفضلة.

«بنك الصحة» بالشراكة مع «تجربة دبي الصحية»

يطلق حزمة ذكية لتعزيز السياحة العلاجية في دبي

•• دبي- الفجر

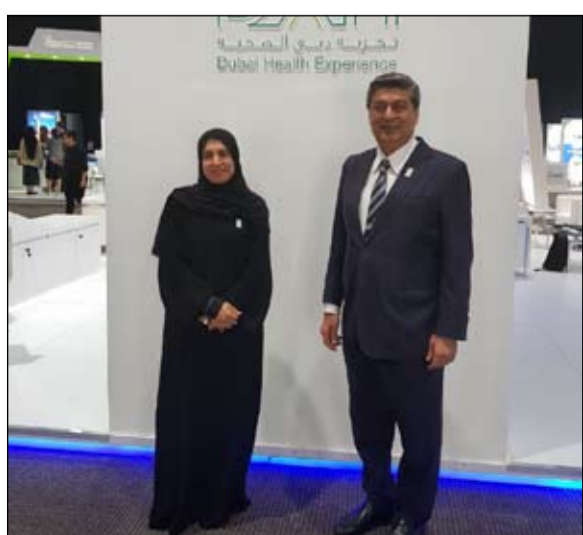
أعلن «بنك الصحة»، الشركة العالمية التي تعمل في مجال إدارة الرعاية الصحية، بالشراكة مع «تجربة دبي الصحية»، وهي العلامة التجارية التي أطلقتها هيئة الصحة بدبي لتعزيز مكانة الإمارة كوجهة عالمية للسياحة العلاجية، وتشهد حزمة خدمات ذكية تحمل اسم «سمارت كير» لتعزيز السياحة العلاجية في دبي، وتشكل سمات كبيرة منصة تواصل موحدة لرغابي السياحة العلاجية تضمن بسلاسة التنسيق بين شركات تقديم الرعاية الصحية، والحصول على رأي طبي ثانٍ، وتسهيل حجوزات الطيران، وخدمة إصدار التأشيرات، والإقامة، والاتقال من وإلى المطار، والأنشطة الترفيهية، ودعم ما بعد العلاج.

وتعكس هذه الخدمة المتطورة ما توفره إمارة دبي من حلول لا مثيل له لأفضل ما يمكن تقديمه في مجال الصحة والرعاية مع ضيافة على مستوى عالمي وخدمات متكاملة، إلى جانب أماكن جذب سياحي متعددة، تلبى احتياجات الزوار القادمين من مختلف أنحاء العالم. وقال رضا جعفر، رئيس مجلس إدارة «بنك الصحة»: «يقدم بنك الصحة خدمات متكاملة ذات جودة عالية مع خدمة عملاء متميزة وذلك من خلال محفظة شاملة، وفي ضوء الإيقاع السريع للحياة وكثرة ارتباطات الحياة اليومية للأفراد ووفرة الخدمات المتاحة عبر الإنترنت وتعدد خيارات التخصصين والفرص العلاجية، فقد أضحت من الصعوبة اتخاذ القرارات الصحية وترتيب خطة علاج ناجحة.

وأضاف جعفر: «تقدم سمات كير أرقى تجارب الاستجمام لرغابي السياحة العلاجية من خلال وضع إطار تنظيمي لا يميح حقوق هؤلاء السياح فحسب، وإنما يقدم أيضاً خدمات متميزة وتنسيقاً متكاملاً بين شركات تقديم الخدمات مع ضمان أعلى المعايير الدولية للجودة والتميز».

وسيحظى السياح القادمون للعلاج في دبي بفريق يتمتع بخبرة كبيرة وذلك لمساعدتهم في المقارنة والوصول إلى أفضل الأسعار، والعودة على الاختصاصي المناسب، وترتيب المواعيد، وذلك لضمان الوصول على تجربة سفر سهلة ومرحة، وستصاحب خدمات «سمارت كير» السياح خلال مختلف فترات الرحلة العلاجية من خلال تقديم خدمات شاملة تركز على راحة المريض، وتشمل على سبيل المثال، وليس الحصر، إجراءات التأشيرة، وحجوزات الطيران والفنادق، فضلاً عن توفير مجموعة من الخدمات اللوجستية، وكما تمكن الخدمة السياح الباحثين عن خدمات علاجية من التخطيط بشكل مسبق لرحلة العلاج الطبي أو علاج الأسنان أو العلاج التجميلي أو الرعاية الطبية قبل سفرهم.

وتقدم سمات كير التابعة لتجربة دبي الصحية، والتي يمكن الوصول إليها من خلال الموقع الإلكتروني www.dhx.ae ثلاثة خيارات: الأزرق وهي الحزمة الأساسية التي تقدم البحوث والإحالات فيما يتعلق بخيارات العلاج، بينما تقدم العضوية الفضية والذهبية خدمات تنظيم الرحلة مع مدير حسابات مخصص وخدمة الاستقبال وتنسيق الرعاية الصحية الشاملة.



أبوظبي تبرم اتفاقية امتياز مع شركة «إنبكس» اليابانية

سلطان الجابر؛ الاتفاقية تؤكد على أهمية العلاقات الاقتصادية بين دولة الإمارات واليابان

•• أبوظبي-وام-

وقعت شركة بترول أبوظبي الوطنية «أدنوك» اتفاقية مع شركة «إنبكس» اليابانية حصلت بموجبها الأخيرة على 10% في امتياز حقل زاكوم السفلي البحري. ووفقاً للاتفاقية تتولى شركة تطوير النفط اليابانية زاكوم السفلي «جودكو زاكوم السفلي» المملوكة لشركة إنبكس إدارة حصة الشركة الأم في الامتياز. وقع الاتفاقية عن أدنوك معالي الدكتور سلطان بن أحمد الجابر وزير دولة الرئيس التنفيذي لشركة بترول أبو طلي الوطنية أدنوك ومجموعة شركاتها.. فيما وقعها عن إنبكس توشياكي كيتامورا الرئيس والرئيس التنفيذي لشركة إنبكس.

وتسري الاتفاقية لمدة 40 عاماً ويبدأ العمل بها اعتباراً من التاسع من مارس المقبل.. فيما تم أيضاً تمديد حصص شركة إنبكس في امتياز سطح وأم الدلخ لمدة 25 عاماً حيث ستحتفظ بحصتها البالغة 40% في سطح وستزيد حصتها في امتياز حقل أم الدلخ من 12% إلى 40%.

وقدمت شركة إنبكس 2.2 مليار درهم رسم مشاركة

في امتياز زاكوم السفلي الذي ستولّى إدارته أدنوك البحرية - إحدى شركات مجموعة أدنوك - نيابة

عن الشركاء الآخرين كما قدمت إنبكس 920 مليون درهم لتمديد حصتها في امتياز سطح وأم الدلخ. وبهذه الخطوة تنضم إنبكس إلى ائتلاف الشركات الهندية الذي تتقوده شركة النفط والغاز الطبيعي الهندية فيديش كشرليك في امتياز زاكوم السفلي. ويمثل امتياز زاكوم السفلي إحدى مناطق الامتياز الثلاثة الجديدة الناتجة عن تقسيم الامتياز السابق لشركة «أما العاملة» في المناطق البحرية بهدف تعزيز العائد الاقتصادي وتوسيع نطاق الشراكات الاستراتيجية وتبادل الخبرات التقنية وتمكين الوصول إلى الأسواق بشكل أكبر. وقال معالي الدكتور سلطان بن أحمد الجابر «تؤكد هذه الاتفاقية على أهمية العلاقات الاقتصادية بين دولة الإمارات واليابان حيث تمتد الشراكة الاستراتيجية بين أدنوك وإنبكس وجودكو لأكثر من 40 عاماً قامت خلالها الشركتان بدور مهم في تطوير حقول النفط والغاز في المناطق البحرية والبرية في إمارة أبوظبي.. وتهدف هذه الاتفاقية إلى توسيع نطاق علاقات الشراكة الراضة بين دولة



انطلاق الملتقى الدولي السادس للصخور الصناعية والتعدين بالفجيرة

•• الفجيرة -وام-

افتتح الشيخ الدكتور راشد بن حمد الشرقي رئيس هيئة الضجيرة للثقافة والإعلام امس أعمال الملتقى الدولي السادس للصخور الصناعية والتعدين والمعرض المصاحب له الذي تنظمه مؤسسة الفجيرة للموارد الطبيعية على مدار ثلاثة أيام تحت شعار «استثمار ثرواتنا أولوية وطنية على نهج زايد الخير» بمشاركة أكثر من 400 متخصص وخبير من أكثر من 20 دولة عربية وأجنبية يناقشون 50 ورقة عمل.

حضر الافتتاح الشيخ المهندس محمد بن حمد بن سيف الشرقي رئيس دائرة الحكومة الإلكترونية بالفجيرة والشيخ عبد الله بن حمد بن سيف الشرقي رئيس اتحاد الإمارات لبناء الأجسام واللياقة البدنية ومعالي سعيدي محمد الرقباني المستشار الخاص لصاحب السمو حاكم الفجيرة.

وأكد الشيخ الدكتور راشد بن حمد الشرقي رئيس هيئة الضجيرة للثقافة والإعلام حرص حكومة الفجيرة

بالمضي قدماً نحو التطور والارتقاء بنجد العهد بأننا على الدرب ساترين متسلحين بالعلم والمعرفة والعمل الجاد نضع نصب أعيننا أن مواكبة المستجدات واستشراف المستقبل أسلوب حياة يضعنا على دروب التميز انسجاماً مع الرؤية الاستراتيجية لدولة الإمارات العربية المتحدة.

وقال المهندس عادل الصقر المدير العام للمنظمة العربية للتنمية الصناعية والتعدين أن هذه الدورة تواكب مرور مئة عام على ميلاد القائد المؤسس لدولة الإمارات الغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه والتي تشهد إنجازاته على النهضة والمشروعات العظيمة التي ترسم المستقبل لأجيال الإمارات. وأكد صقر أن الملتقى والمعرض المصاحب له يشكل منصة عربية ودولية هامة لجميع الجهات المعنية بقطاع التعدين لعرض ابتكاراتهم المختلفة بهدف تحقيق تنمية شاملة. وقام الشيخ الدكتور راشد بن حمد الشرقي بتكريم رعاة الملتقى والمشاركين فيه قبل ان يتقبل درعاً تكريمياً من المنظمة العربية للتنمية الصناعية والتعدين قدمها

في علمنا العربي يواجه عددا من التحديات أهمها عدم القدرة على الحصول على أحدث التقنيات التي تساهم في رفع الكفاءة التشغيلية للقطاع مشيراً إلى الدور الرائد للمنظمة العربية للتعدين والصناعة في الشروع بمناقشة إمكانية وضع دليل استرشادي لأسس نجاح قطاع التعدين في الدول العربية.

وقال المهندس محمد سيف الأفخم رئيس مجلس إدارة مؤسسة الفجيرة للموارد الطبيعية في كلمته ان الهدف من الملتقى تنجلي في تلبية متطلبات البناء والتشييد وتنمية الصناعات الصغيرة والمتوسطة وتقييم الآثار البيئية في استغلال الصخور الصناعية، إضافة إلى تنمية الاستثمارات العربية والأجنبية في المنطقة العربية في مجال الصخور الصناعية والتعدين وتعزيز التعاون العربي بين القطاع العام والخاص.

وأضاف «نحن هنا في لؤلؤة الساحل الشرقي إمارة الضجيرة وفي ظل التوجيهات السامية من الوالد صاحب السمو الشيخ حمد بن محمد الشرقي عضو المجلس الأعلى حاكم الفجيرة

الزيودي يفتح أعمال المؤتمر العربي الأول لإدارة الأراضي والعقارات بدبي

•• دبي -وام-

افتتح معالي الدكتور ثاني بن أحمد الزيودي وزير التغير المناخي والبيئة امس أعمال المؤتمر العربي الأول لإدارة الأراضي والعقارات الذي تنظمه دائرة الأراضي والأملاك في دبي ويستمر ثلاثة أيام في فندق «سانت ريجس» الجيتو بدبي تحت شعار «نحو تطوير عمراني مستدام» ويأتي المؤتمر في إطار الفعاليات التي تنظمها الدائرة بالتزامن مع «شهر الإمارات للابتكار 2018» وذلك بالشراكة مع البنك الدولي والشبكة العالمية لأدوات الأراضي ومؤهل الأمم المتحدة وجامعة الدول العربية والاتحاد العربي للمساكن. ويهدف المؤتمر إلى تبادل المعرفة وتطوير التعاون الإقليمي وتنمية القدرات والابتكار في مجال إدارة الأراضي والإصلاح العقاري لتعزيز التنمية الاجتماعية والاقتصادية في المنطقة العربية.

وقال معالي ثاني الزيودي في كلمة افتتح خلالها المؤتمر أن دولة الإمارات شهدت تغيرات مماثلة في العقود الأربعة الماضية إذ تضاعف عدد السكان ومساحة المدن والمناطق الحضرية عدة مرات مؤمناً أن مع ذلك استطاعت دولة الإمارات بفضل السياسة الحكيمة التي انتهجتها قيادتنا الرشيدة السيطرة على تلك العوامل والتخفيف من أثرها الاجتماعي والاقتصادي والبيئي إذ استندت سياسة التخطيط الحضري وإدارة الأراضي والعقارات في الإمارات على فهم كامل وعميق لدوافع ومحركات النمو الحضري وعلى التنبؤ بالتغيرات المستقبلية والاستعداد لها.



تسجيل الأراضي والعقارات وسياسات التقييم العقاري وضرائبها و«خبرة دبي الثرية في الحصول على الأراضي للأغراض العقارية والأعمال المستدامة والاستثمار».

وإشتملت الجلسة الثالثة على ثلاثة محاور فنية متزامنة تناولت على التوالي «حقوق المرأة وحقوق الملكية» و«حماية الأراضي وحقوق الممتلكات للنازحين واللاجئين» والتقنيات الجديدة لدعم نظم تسجيل الأراضي والعقارات وتقييم الممتلكات والسياسات والضريبية. وفي الجلسة الرابعة تم تسليط الضوء على 4 موضوعات شملت «تنمية القدرات بشأن حوكمة الأراضي في شمال أفريقيا» و«الحصول على الأراضي لأغراض الأعمال المستدامة والاستثمار» و«التقنيات الجديدة لدعم نظم تسجيل الأراضي والعقارات» و«تقييم الممتلكات والسياسات الضريبية».

30 دقيقة لاسيما وأن جميع البيانات العقارية مسجلة في السجل العقاري في قاعدة بيانات أراضي دبي. وقال: «إن قانون التسجيل الميدني الذي تم إنشاؤه في العام 2008 لأول مرة على مستوى العالم فقط في دبي تم التعديل عليه في العام 2013 حيث تسجل دبي سنويا أكثر من 75.000 عملية تسجيل لافتاً إلى أن «أراضي دبي» حققت العديد من الإنجازات حيث استطاعت تحويل نظامها إلى تقنية «البلوك تشين» كما تتطلع خلال السنتين القادمتين إلى إطلاق التسجيل الذاتي الذي يمكن الجميع من التسجيل في أي مكان حول العالم حتى لو كان خارج دبي».

وتم خلال المؤتمر تسليط الضوء على موضوعات «استخدام إدارة المعلومات الجغرافية المكانية والتقنيات الحديثة لدعم الحوكمة الجيدة للأراضي وإدارة الأراضي» وإسهام حوكمة

وخلال الجلسة الحوارية للمؤتمر العربي الأول لإدارة الأراضي والعقارات أشار سعادة سلطان بطي بن مجرن مدير عام دائرة الأراضي والأملاك في دبي إلى التطورات الكثيرة التي شهدتها أراضي دبي لافتاً إلى ما وصلت إليه من إنجازات غير مسبوقة إقليمياً وعالمياً منذ نشأتها في العام 1960. وأشار ابن مجرن إلى الدور المهم والبارز الذي تلعبه الدائرة في حفظ حقوق جميع المستثمرين ومن ضمنها المرأة التي تمتلك اليوم حوالي 30 بالمائة من العقارات في دبي إضافة إلى قاعدة البيانات في الدائرة التي تظهر تملك 220 جنسية مختلفة في سوق دبي العقاري.

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر - ملتمض ضد ه
في الدعوى رقم ٢٠١٦/٩٧ ببيع عقار مرهون

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٦/٩٧ ببيع عقار مرهون

العقار
اعلان بالنشر لحضور المدعي عليها/
ستير لينج للاستثمار
اجتماع الخبرة

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
القضية رقم ٢٠١٧/٦٥٨ تجاري كلي ابوظبي - محكمة ابوظبي الابتدائية

العقار
اعلان بالنشر لحضور المدعي عليها/
شركة جراموند لتجارة المواد الغذائية
البحرية ذ م م اجتماع الخبرة

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
القضية رقم ٢٠١٧/٦٥٨ تجاري كلي ابوظبي - محكمة ابوظبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر المنتفض ضد ه
في الدعوى رقم ٢٠١٠/٨٩٦ تنفيذ تجاري

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٠/٨٩٦ تنفيذ تجاري

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر للمنتفض ضد ه
في الدعوى رقم ٢٠١٦/٧٥٠ تنفيذ عقاري

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٦/٧٥٠ تنفيذ عقاري

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر للمنتفض ضد ه
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٧٩٢ تنفيذ تجاري

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٧٩٢ تنفيذ تجاري

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر للمنتفض ضد ه
في الدعوى رقم ٢٠١٢/٧٩٢ تنفيذ تجاري

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٢/٧٩٢ تنفيذ تجاري

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
انذار عدلي بالنشر
رقم ٢٠١٨/١١٨٦

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٦/٩٧٣ تنفيذ مدني

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر - للمنتفض ضد ه
في الدعوى رقم ٢٠١٦/٨٢٢ ببيع عقار مرهون

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٦/٨٢٢ ببيع عقار مرهون

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم الشركة: كاس في اف جي لتجارة البطاقات الائتمانية - ذ م م

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة: كاس في اف جي لتجارة البطاقات الائتمانية - ذ م م

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
انذار عدلي بالنشر
رقم ٢٠١٨/١١٨٦

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
انذار عدلي بالنشر
رقم ٢٠١٨/١١٨٦

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
انذار عدلي بالنشر
رقم ٢٠١٨/١١٠١

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٨٤٤ مدني جزئي

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم الشركة: فين الثراث للحسابات

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٣٦١ بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة: فين الثراث للحسابات



بكل أمان وعبر الكريمات والليزر

أفضل الطرق للتخلص من البقع البنية

تكره النساء البقع الجلدية التي تشوه لون البشرة. إليك أفضل الطرائق لمحوها بكل أمان عبر الكريمات والليزر.

الوحيد باستعمال واق شمسي تتراوح قوته بين 30 و50، صيفاً وشتاءً.

هرمونية أو معطيات وراثية أو عوامل بيئية.

كيف يمكن التمييز بين البقع؟

تظهر البقع الشمسية على الوجه والعنق والكتفين واليدين وتنتشر ضمن مساحة معينة. أما بقع قناع الحمل، فتظهر على الجبين وزاوية العيون والخدين وتمتد على مساحة أوسع.

هل تعاود البقع الظهور بعد العلاجات؟

لا تتجدد البقع الشمسية بعد معالجتها. لكن قد تظهر أنواع أخرى في أماكن مختلفة من الوجه أو الجسم. للوقاية من هذه المشاكل، يفضي الحل

البثور لكنها تتلاشى خلال بضعة أسابيع. تخلف هذه التقنية ندوباً أحياناً، لذا تبرز الحاجة إلى مضاعفة الجلسات العلاجية (بين اثنتين وثلاث) لإزالة الاصطباغ بلا مخاطر. لكن يجب أن تتجنبتي هذه التقنية إذا كانت بشرتك جافة، وإذا تعديت البقع، ربما يقترح الطبيب الليزر المتحول (كيو).

بقع العنق والكتفين

ترتبط البقع في هاتين المنطقتين باحمرار واسع ينجم عن ضربات شمس سابقة. يفضي أفضل علاج في هذه الحالة باستعمال الصابغ الخاطفة التي تعالج المنطقة المستهدفة خلال جلستين أو ثلاث جلسات، بحسب حدة الأضرار التي تسببها الأشعة. يتحول الضوء الذي تمتصه البقع إلى حرارة ويؤدي إلى تدمير الخلايا الصغية المسؤولة عن المشكلة. بعد الجلسة العلاجية، يجب أن تدهني كريمة لعناية الندوب في المنطقة المتضررة التي تصبح بنية خلال خمسة أيام قبل أن تتعافى بالكامل.

ماذا تظهر البقع الجلدية أصلاً؟

تنجم البقع السطحية أو النمش عن التعرض لأشعة الشمس أو حصول تفاعلات التهابية أو استعمال العطور. أما البقع العميقة مثل الكلف أو قناع الحمل، فتنتشر على نطاق أوسع لكن يبقى سببها الحقيقي غير مؤكد. قد ترتبط مثلاً باضطرابات

بقع الوجه

يتعرض الوجه للأشعة فوق البنفسجية يومياً لذا يكون أكثر عرضة للبقع. يفضي أفضل علاج في هذه الحالة باستعمال الليزر. لاستهداف البقع (السطحية)، مثل النمش والبقع الشمسية، يبقى الليزر الصبغي المتحول (كيو) المرجح الأساسي. تبث هذه التقنية طاقة فائقة على مساحة صغيرة خلال مدة قصيرة جداً. يكفي أن تخضعي لجلستين أو ثلاث جلسات وسرعان ما تسقط القشور خلال أسبوع. أما ليزر (بيكوشور)، فيستهدف المشكلة بسرعة مضاعفة، ما يعني تراجع عدد الجلسات اللازمة وعدم تشكل أي قشور. تختفي البقع سريعاً في هذه الحالة. ترتفع كلفة هذا العلاج لكن يكفي الخضوع لجلسة واحدة. قد تكون تقنيات الليزر فاعلة، لكنها لا تناسب الكلف ولا البشرة الجافة والداكنة بسبب احتمال تجدد الاصطباغ؛ قد تتشكل بقع في المناطق التي لم تخضع للعلاج.

بقع اليدين

يمكن أن تكشف هذه البقع عمرك الحقيقي وتسمى عموماً (بقع الشيخوخة). يفضي أفضل حل باستعمال العلاج بالتبريد. خلال الجلسة، يُستعمل النتروجين السائل على الاصطباغ لتجميد البقعة، ثم تصبح البشرة زهرية اللون ويظهر أحياناً بعض



عززي قوته وصحته

خطوات بسيطة للمحافظة على رطوبة شعرك

لن تتمكني من تغيير طبيعة شعرك، لكنك تستطيعين أن تتعايشي معه وتحسني وضعه عبر خطوات يومية بسيطة. الشعر الرقيق يحتاج إلى الترطيب، لذا لا بد من اتباع الخطوات التالية للحفاظ على رطوبته:

تصفني شعرك يومياً.
• عالج الجذور: لتجديد حيوية شعرك، ادھني رغوغة مغذية على جذوره ثم جففيه عبر رفع الجذور بأصابعك ووضع مجفف الشعر تحت الخصل. إذا أردت أن تسرحي شعرك، طبقي الطريقة نفسها لكن استعملي الفرشاة بدل أصابعك.
• خلال الفترة الفاصلة بين غسل الشعر بالشامبو، لا تترددي في استعمال منتج جاف. إنه خيار مثالي للتخلص من الإفرازات الدهنية وتجديد كثافته. وزعي المنتج على الجذور وتركيه ينتقع دقيقتين ثم سرحيه.
• الرذاذ الجاف مفيد أيضاً لتسريع الشعر في الصباح. لكن لا تستعملي التراكيبات المبللة أو الشمعية على الشعر الرقيق. أخيراً، لا تدهني شعرك بمجموعة من المنتجات كي لا تتراكم عليه وتجعله باهتا.

أسنانه كبيرة.
• الاعتداءات الخارجية تمنع في أضعاف الشعر
أطلي الفترة الفاصلة بين حصص غسل الشعر بالشامبو؛ كلما كررت استعمال الشامبو، سيزيد الإفرازات الدهنية. لذا يكون الشعر الرقيق دهنياً عموماً مع أن أسباب ضعف الشعر أو ميله إلى إفراز الدهون كثيرة ومختلفة، من بينها المعطيات الوراثية والضعف الأيضي واختلال الهرمونات الجنسية والغدة الدرقية. ما لم تتواجدي في مكان ملوث أو وسط روائح قوية، لا داعي لغسل الشعر بالشامبو يومياً، بل اكتفي به مرتين أسبوعياً. كذلك تجنبي المنتجات الغنية بالسليكون لأنها تثقل الشعر. في المقابل فزيد المنتجات المرطبة لأنها تخترق الجلد وتصلح الشعر وتلطفه. دعي الشعر ينتقع بالمنتج بين 3 و5 دقائق لتحسين مفعوله وتهوئه جذوره. إذا لم تتمكني من تجنب غسل الشعر يومياً، اختاري نوعاً خفيفاً وملطفاً من الشامبوهات.
• راقبي مستوى الحديد في جسمك: تتراجع سماكة الشعر طبيعياً مع التقدم في السن لكن يمكن أن يتعلّق سبب المشكلة أحياناً بنقص الحديد. لذا راقبي مستواه وخذي مكملات عند الحاجة.

قص الشعر يزيده قوة

اختاري قصّة شعر مناسبة: لتنشيط شعرك وتجديد حيويته، تقضي الخطوة الأولى بإيجاد القصّة التي تناسبه وتزيد كثافته. القصّات المرغمة مناسبة كونها توحى بزيادة سماكة الشعر، كذلك تحقق الغرة الهدف نفسه، فيما يسهل تصفيف الشعر القصير الذي يعطي انطباعاً بأن كثافته زادت. لكن بغض النظر عن الأسلوب الذي تختارينه، احرص على قص أطراف الشعر من وقت إلى آخر للحفاظ على صحته. في المقابل، يجب أن تتجنبي القصّات المترددة لأنها تضعف الشعر وتكشف عيوبه. إذا كانت القصّة مناسبة، سيسهل عليك أن

• استعملي علاجاً عميقاً قبل الشامبو، مرة أو مرتين أسبوعياً: حان الوقت كي تستعملي زيتاً مغذياً أو قناعاً تصحيحياً. لما كنت تسلين شعرك لاحقاً بالشامبو، فستتجنّبين إبقائه بهذه الطريقة. ادھني المنتج على شعر جاف وركري على الأطراف والشعيرات التي يتغير لونها. لكن استعملي نصف الكمية التي اعتدت عليها. يجب أن يخفي المنتج المستعمل بشكل شبه كامل في ألياف الشعر. دعيه ينتقع طوال 30 دقيقة ثم استعملي الشامبو. لضمان فاعلية هذا العلاج، يجب أن تخلو المنتجات من السليكون.
• استعملي رذاذاً بعد الشامبو من دون شطف الشعر: اختاري منتجاً غنياً بالبروتينات لترطيب الشعر وتحسين نوعيته. يسمح هذا الخيار بفك الخصل المتشابكة ويزيد سماكة الشعر. لكن تجنبي الكريمات والزيتون الجافة. رشي ثلاث دفعات من الرذاذ على الخصل وأفضلي بينها بمشط

منوعات الفكر

30

أهم 4 معلومات عن المخاض

تؤثر أربعة عوامل أساسية على طول المخاض وحدته. تتداخل هذه العوامل في ما بينها فتجعل كل مخاض مختلفاً عن غيره.

ممر الزامي

إنه الطريق الذي يسلكه الطفل فيما يتجه إلى العالم الخارجي. يتألف هذا الممر من الحوض وفتحة عنق الرحم وقناة الولادة. خلال أول مرحلة من المخاض، يتجاوز الطفل عنق الرحم الذي يفتح فيما يضغط الجنين نزولاً. وحين يتجه نحو المهبل، سيواجه ثبات جلدية متعددة تكون تخزنت استعداداً لهذه المرحلة التي تتطلب مساحة إضافية في المهبل. يتمدد الأخير كي يسع رأس الطفل الذي يتجه نحو الخارج مروراً بالحوض العظمي. يمكن التحكم بحجم الحوض وشكله عبر وضعيات الجسم خلال المخاض. يجمع نسيج ضام أو مجموعة أربطة عظام الحوض الثلاث وتسمح هرمونات الحمل لتلك الأربطة بالتمدد كي تتباعد العظام أثناء المخاض وتسمح للطفل بالخروج بسهولة من منطقة الحوض. يمكن تسهيل هذه العملية عبر اتخاذ وضعيات مستقيمة والمشي أثناء المخاض.

راكب منتظر

يكون الطفل المنتظر راكباً مؤقتاً في بطن أمه، ويؤثر حجمه ووضعيته في الرحم في مسار المخاض بطرائق عدة. تؤدي قدرته على تغيير وضعيته والنزول رداً على انقباضات الرحم إلى إبطاء المخاض أو تسريعه أحياناً. إذا قرر مثلاً أن يرفع رأسه، قد يصعب عليه المرور.

في آخر أسابيع الحمل، يجب أن تحرص المرأة على الجلوس بوضعية مستقيمة قدر الإمكان تزامناً مع إحناء حوضها إلى الأمام. كذلك يسمح الجلوس على كرة الحمل بتحسين وضعية الطفل وتسهيل مروره عبر الحوض. لا بد من الحفاظ على هذه الوضعيات طوال فترة المخاض.

محرك القوة

يشكل الرحم محرك القوة خلال المخاض كونه ينقبض بشدة من الأعلى لفتح عنق الرحم. تؤثر قوة الانقباضات وقوتها في تطور مسار المخاض، وتسمح القوية منها والمتماصة بفتح عنق الرحم سريعاً أكثر من تلك الضعيفة والمتباعدة.

تزداد سماكة الجهة العليا من الرحم مع كل انقباض، ما يضمن قوة كافية لدفع الطفل نحو قناة الولادة. ولما كانت قوة الرحم تزداد بفضل وضعية جسم الأم وقدرتها على الاسترخاء خلال الانقباضات، فتعاوني مع جسمك وساعديه عبر احترام الإيقاع الذي يحدده.

الحالة النفسية

تؤثر عواطف الأم في تجربة المخاض وطريقة التعامل مع الألم. مثلاً، تؤدي مقاومة الانقباضات إلى إطالة مدة المخاض وزيادة أوجاعه. قد يصعب عليك أن تحافظي على استرخائك خلال هذه الفترة الصعبة، لكن يسمح الاسترخاء بتسريع المخاض. من خلال إرخاء العضلات التي ترتبط مباشرة بالمخاض، يمكنك الحفاظ على طاقتك لتحمل الضغوط في هذه المرحلة. ويمكنك أن تؤثر إيجاباً في فترة المخاض عبر اتخاذ تدابير ووضعيات مريحة تعلمها حصص الاستعداد للولادة.



منوعات

الفكر

31



عمرو سلامة منزعج من تسريب تفاصيل (طابع)

طلب المخرج عمرو سلامة من أبطال مسلسله الجديد (طابع) عدم التحدث إعلامياً عن العمل الذي تدور أحداثه الرئيسية في صعيد مصر حول تجارة الآثار.

سلامة عبر عن انزعاجه من تسريب تفاصيل بعض الشخصيات الرئيسية لوسائل الإعلام خلال الفترة الماضية رغم حالة السرية التي يفرضها على التصوير ومنع تصوير الديكورات.



رشا شربتجي تواصل تصوير (طريق)

عبر صفحتها على أحد مواقع التواصل الاجتماعي، أعلنت المخرجة رشا شربتجي بدء تصوير (طريق) من بطولة نادين نسيم نجيم وعابد فهد، إعداد سلام كسيري، عن رواية للكاتب الكبير نجيب محفوظ، ومن المقرر عرضه في شهر رمضان المقبل.

نشرت رشا صورة للإعلان الخاص بالمسلسل، وظهر على الغلاف كل من نادين وعابد، وعلقت: (طريق... بلشنا الطريق بأول خطوة، الحب وحده يوصلتنا لبقاء على الطريق الصحيح. ادعوا لنا).



مادلين طبر ضيفة شرف (نسر الصعيد)

طلبت الفنانة مادلين طبر زيادة مشاهدتها في مسلسل (نسر الصعيد) الذي تشارك فيه مع الفنان محمد رمضان، وسيعرض خلال الشهر الفضيل المقبل.

مادلين وافقت على المشاركة ضيفة شرف في المسلسل، علماً بأنه التجربة الوحيدة التي ستطل من خلالها في شهر رمضان المقبل على الشاشة.

أحب الغناء، ولكنني لا أتعامل معه بشكل جدي

ميرفا قاضي: المسألة بالنسبة لي لا ترتبط بمساحة الدور بل بأهميته

هي لا تندم على أي قرار تتخذه، برغم اعترافها بأن اختياراتها لا تكون صائبة دائماً.

إنها الفنانة اللبنانية ميرفا قاضي التي طرحت أغنياتها المفضلة (A Fleur De Toi) بإحساسها الخاص، ثم باشرت تصوير خماسية (الشهر السابع) إلى جانب الفنانة سيرين عبدالنور، حيث تؤدي دور عشيقه حبيبها (حبيب سيرين) الذي يجسده رودريغ سليمان. ميرفا قاضي تطل حالياً على الشاشة الصغيرة في مسلسل (50 ألف) المقتبس، وهي صورت أيضاً مع المخرج السوري نجدة أنزور فيلماً بعنوان (رجل الثورة).

وأشارت ميرفا إلى أنها فوّتت على نفسها الكثير من الفرص في سورية بسبب خوفها من الوضع هناك، ولكنها تشجعت وأصرّت على أن تصوّر عملاً مع مخرج الكل يتمنى التعامل معه.

مشاريعها كثيرة، وهي تتحضر في الفترة المقبلة لإصدار أغنية جديدة، كما للسفر إلى كندا لاستكمال مسلسل سبق أن بدأت تصويره هناك خلال الفترة الماضية.

العام الماضي شاركت في العديد من الأعمال المهمة كما شاركت في فيلم سوري من إخراج نجدة أنزور بعنوان (رجل الثورة). هل ترين أنك محظوظة لأنه يتم اختيارك لأعمال ذات قيمة فنية على مستوى المضمون؟
- بكل صراحة وتواضع، هذه الأعمال لا تشكل سوى 2 في المئة من العروض التي تصلني. أنا فنانة متطلبة وانتقائية جداً، ولا أقبل بكل ما يُعرض عليّ، بل أفكر كثيراً قبل الموافقة على أي عمل، علماً أن قراراتي لا تكون دائماً في محله، فالإنسان لا ينجح دائماً في أن يكون صائباً في كل قراراته. وأحياناً يُقال لي: (أين أنت؟ لم نشاهدك منذ فترة على الشاشة؟)، ويكون سبب غيابي رفضي لبعض العروض لأنني لم أقتنع بها. لكن ليس بالضرورة أن تكون كل قراراتي صائبة، ولكنني أحاول أن أكون كذلك.

هل هذا يعني أنك ندمت على رفضك لبعض الأعمال؟
- هناك أعمال لم أشارك فيها، وتبين أنها أهم بكثير من تلك التي وافقت عليها، وهذا يعني أن عامل الاختيار لم يكن في مكانه الصحيح. لكنني أفتخر بكل عمل أشارك فيه، وأؤمن أن يحب الناس مسلسل (50 ألف) الذي أقدم فيه شخصية جديدة لم أعملها سابقاً. والعمل رومانسي- كوميدي ويعيد عن التراجيديا، والناس يفضلون هذه الأعمال، لأنهم ملوا من (وجع الرأس) والتدمر والبيكاء.

هل يمكن أن تنكري ما الأعمال التي ندمت على رفضك إياها؟
- لست نادمة، وطوال حياتي لم أندم على شيء. في الأساس هي ليست أخطاء فادحة كي تجعني أشعر بالندم. أنا أتكلم عن اختيار يكون غير صائب أحياناً، ولا يوجد إنسان في العالم تكون خياراته صائبة بنسبة 100 في المئة طوال حياته.

بدأت الانتقادات لتلاحق مسلسل (50 ألف)، ولعل أبرزها أنه مقتبس عن عمل تركي، والبعض يتساءل: كيف يمكن لمسلسل أن يناقش عملاً مأخوذاً عنه في حين أن المسلسل التركي (حب للإيجار) لا يزال يعرض حتى الآن؟

- المناهضة غير واردة على الإطلاق. صنّاع العمل لم يكذبوا أو ينكروا وقالوا إنه (format) تركي وكوري، وأنهم أحبوا أن يعيدوا تقديمه على الطريقة اللبنانية، علماً أن المسلسل تمّت ترجمته إلى أكثر من لغة وليس إلى التركية والكورية فقط. هناك الكثير من المسلسلات التي تقتبس عن أعمال تركية ومكسيكية. وما دام المسؤولون عن العمل اعترفوا بذلك، فلا أجد أن هناك مشكلة. القرار أولاً وأخيراً يعود إلى المنتج ومحطة التلفزيون التي قرّرت أن تعرض هذا النوع من الأعمال، وأنا لا رأي لي في هذا الموضوع، لأن مسؤوليتي تنحصر في الدور الذي أؤديه، ويمكن أن أزد على الانتقادات التي تتوجه إلى دوري فيه. النجاح من الله، وهناك مسلسلات وأغنيات تحقق النجاح، مع أننا لا نتوقع لها ذلك على الإطلاق، والعكس صحيح أيضاً.

شاهدنا فيديو يجمعك بعدد من الفنانين بينهم نادين نجيم في عيد ميلاد أحد المصوّرين، هذا يعني أنه ترتبط علاقة صداقة بعدد من الفنانين؟

- لا يوجد لدي أصدقاء، بل أحب كل الناس. أنا إشيبة زوجة المصور شربل بو منصور، وتربطني بهما صداقة عمرها أكثر من 12 عاماً. هو أقام حفلاً بمناسبة عيد ميلادها ودعا إليه عدداً من الفنانين، ومن بينهم نادين نجيم وأنا أحبها.

هذا جيد، خصوصاً أنه لا توجد صداقات في الوسط الفني؟

- لدي صداقات حقيقية وهي نتيجة عشرة عمر مع الشخص وتخللها مواقف وثقة ولا مكان للمصالح والغايات فيها، كذلك لدي معارف وأنا أحبهم كثيراً، ولكنهم ليسوا أصدقاء بما تعنيه كلمة صداقة، ويمكن القول إن غالبية علاقاتي في الوسط الفني هي معارف.

بالنسبة إلى فيلم (رجل الثورة) الذي أخرجه نجدة أنزور، كم أضاف إليك دورك فيه مع أن حجمه ليس كبيراً؟

- لا علاقة لأهمية الدور بمساحته. الفيلم يدور حول الحرب في سورية، ودوري فيه جميل جداً وأنا الفنانة الوحيدة التي شاركت فيه. التجربة مع المخرج نجدة أنزور كانت جيدة، لأنه أستاذ كبير في الإخراج، والكل يتمنى أن يعمل معه.

كانت تصلني الكثير من العروض من سورية في الأعوام الأخيرة، وخصوصاً لأعمال رمضان، ولكنني رفضتها لأنني كنت أخاف من السفر والتصوير هناك بسبب الأوضاع، غير أنني كسرت حاجز الخوف، وعندما عرض نجدة أنزور المشاركة في الفيلم وافقت، وقلت: حرام أن أرفض مثل هذا العمل، وقلت (الي بدو يصير بدو يصير).

هل ترين أنك نلت ما تستحقينه على مستوى النجومية والبطولات الأولى؟

- لا أحب استخدام مثل هذه التعابير. في الأساس لا أعتقد أن أحداً يشعر بأنه أخذ حقّه، لأن الإنسان الطموح لا يكتفي.

ولكن أي فنان في العالم يجب أن يكون بطل العمل الذي يشارك فيه؟

- هذا الموضوع موجود في العالم العربي، بينما في الأفلام العالمية لا يتوقفون عند هذه الأمور، ويمكن أن يلعب نجم مهم دوراً ثانوياً في فيلم، ولكنه يكون دوراً مؤثراً.

المسألة لا ترتبط بمساحة الدور بل بأهميته. ويمكن أن يظهر الممثل في غالبية مشاهد العمل، ولكن دوره فيه لا يكون فاعلاً ومؤثراً.

ما تحضيراتك للفترة المقبلة؟
- صورت في كندا بعض الحلقات من مسلسل جميل جداً، وسأسافر مجدداً لاستكمال تصويره، كما أنني سأحضر لأغنية ثانية جديدة.

• طرحت (كليب) لأغنية أجنبية بعنوان (A Fleur De Toi) التي حازت إعجاب الكثيرين على المواقع الإعلامية، لماذا اخترت طرح الأغنية في هذا التوقيت؟
- المسألة لا ترتبط بتوقيت معين. لظالماً أحببت الغناء وهو ليس بالأمر الجديد عليّ، أنا أحب الأغنيات الأجنبية كثيراً، وأغنية (A Fleur De Toi) تعني لي أشياء كثيرة وموضوعها جميل جداً، وهو يمكن أن ينطبق على كل الناس، ولذلك أحببت أن أعيد تسجيلها بصوتي وتأديتها بأسلوبتي الخاص.

• من المعروف أنك تقنين بين فترة وأخرى، ولكنك ممثلة في الأساس، فهل الغناء يبقى مجرد هواية بالنسبة إليك؟
- أنا ممثلة بالطبع. وحتى الآن أنا ممثلة، ولكنني لا أعرف ماذا يمكن أن يطرأ في المرحلة المقبلة. كلمة فنان تشمل كل شيء، وأنا أحب الغناء، ولكنني لا أتعامل معه بشكل جدي. وقد صورت الكليب الخاص بالأغنية بطريقة احترافية، ولأنها أغنياتي المفضلة أحببت أن أوصّلها بإحساسي الخاص. عندما يجب الفنان العمل الذي يقدمه فلا بد أن يصل إلى الناس بأفضل طريقة، وأنا أحببت أن أطرح (كليب) مطابقتاً للمواصفات.

قلت إن الفن كلمة تشمل كل شيء، فهل هذا يعني أنك يمكن أن تحترفي الغناء مستقبلاً؟

- لا أعرف. أنا لا أتعدى على الغناء وكل ما فعلته أنني أدبّت الأغنية بطريقتي والناس أحبوا، ولا شك أنني سأقدم غيرها الكثير، وحياناً أنا بصدد التحضير لأغنية جديدة.

• تشاركين النجمة سيرين عبد النور بطولة (خماسية) بعنوان (الشهر السابع)، وستُعرض في رمضان المقبل. كيف تتحدثين عن دورك فيه؟

- قصة المسلسل سرّيت، وهي أصبحت معروفة، كل ما يمكنني قوله إن العمل جميل جداً.

• هناك اتجاه نحو تقديم الخماسيات والسباعيات وكأنها تحوّلت موضه. فهل هذه الأعمال تشبع رغبات (تفش خلق) الممثل بالرغم من عدد حلقاتها المحدود، أم أنه يفضل عليها المسلسل المؤلف من 30 حلقة؟

- القصة هي الأساس، ولا علاقة لعدد الحلقات بهذا الموضوع، سواء كان العمل خماسية أو مسلسلاً كاملاً، لأن القصة هي التي (تفش خلق).

• المسلسل.



الفكر

تعاني من الإمساك .. 7 حلول تغنيك عن الطبيب



تسهل حركة الأمعاء وتبعد الإمساك.
- الألياف.. لضمان عدم تجدد مشكلة الإمساك يمكنك عمل بعض التعديلات الغذائية لزيادة كمية الألياف في الطعام، مثل تناول الخبز الأسمر، والأرز البني، والكرونة المصنوعة من القمح الكامل، والفول والبقول.
- القهوة.. تساعد القهوة على انقباض الأمعاء وتسهل الإخراج.
- قشر الفواكه والخضروات.. تناول قشر التفاح والبطاطس والبطاطا الحلوة.
- زيت الكتان والزيتون.. تناول ربع فنجان من زيت الزيتون أو زيت بذور الكتان لتسهيل عملية الإخراج.

في بعض الأحيان يصبح الإمساك مشكلة تعرقل تركيز الإنسان وقدرته على التفاعل مع ما حوله، لكن بالإمكان التخلص من هذا الضيق ببعض الإجراءات البسيطة دون تناول أدوية تضطر إلى تجديدها كل فترة للحفاظ على سهولة الإخراج.
إليك ما يمكن عمله لعلاج الإمساك:
- الخوخ المجفف (الأراسيا).. من أفضل الأطعمة التي تساعد على الإخراج.
- الكيوي والتين.. من الحلول السهلة أيضاً تناول الكيوي والتين يومياً للحفاظ على حركة منتظمة للأمعاء.
- التمارين.. المشي والركض من أفضل أشكال الحركة البدنية التي

جلد إلكتروني يُعيد الإحساس لأصحاب الأجهزة التعويضية

تمكن علماء من تطوير جلد إلكتروني قابل للطبي، ذاتي الشفاء، يعاد تدويره بالكامل، يمكن استخدامه في الأجهزة الطبية الحيوية، مثل الأطراف الصناعية. ويحتوي الجلد الإلكتروني الجديد، على أجهزة استشعار مدمجة؛ لقياس مستويات الضغط، ودرجة الحرارة والرطوبة، ومدى تدفق الهواء، كما يشبه أنسجة شبكة البوليمر الصناعية الطبيعية. وقال الدكتور جيانليانج شاو أستاذ الكيمياء بجامعة كولورادو الأمريكية: إن النسيج الإلكتروني يعتبر نوعاً فريداً من الأنسجة بفضل خامة البوليمر المستخدمة في إنمائه، مضيفاً: "يمكن من الشفاء الذاتي وإعادة التدوير بالكامل في درجة حرارة الغرفة". وتابع موضحاً: "بالنظر إلى ملايين الأطنان من النفايات الإلكترونية في جميع أنحاء العالم سنوياً؛ فإن إعادة تدوير جلدنا الإلكتروني تعطي جدوى اقتصادية وبيئية جيدة".

أسوأ 5 أطعمة تؤثر على صحة مخك .. احذر الدقيق والعصائر

يعتبر المخ من أهم أجهزة الجسم والمتحكم في كافة أعضائه، لذلك يجب الاهتمام بتناول أطعمة تحافظ على صحتك بصفة عامة، وقد أثبتت الأبحاث العلمية أن هناك أطعمة ضارة على صحة المخ، وفي هذا التقرير نستعرض أهم الأطعمة وفقاً لما ذكره الموقع الأمريكي "Health Line".

المشروبات السكرية
يسبب الإفراط في تناول المشروبات السكرية مثل المشروبات الغازية و الطاقا، العصائر، زيادة خطر الإصابة بالزهايمر، وقد أظهرت الدراسات الطبية أن تناول السكريات يؤدي لمقاومة الأنسولين في الدماغ ما يسبب انخفاض وظائف الذاكرة والتعلم وتشكيل الخلايا العصبية في الدماغ. الكربوهيدرات
تناول الدقيق الأبيض، الحبوب المعالجة ترفع معدلات الأنسولين في الدم، وتضعف وظائف الدماغ وتسبب مرض الزهايمر. الدهون المتحولة
هي نوع من الدهون غير المشبعة وتوجد في الأطعمة المصنعة والوجبات السريعة والزيت النباتية المهدرجة، وقد أثبت العلماء أن زيادة استهلاك هذه الدهون يسبب زيادة خطر الإصابة بالزهايمر وتراجع الذاكرة والتدهور المعرفي الإدراكي. الأسبرتام
وهو مادة تستخدم في المحليات الصناعية وبعض أنواع "سكر الدايت"، وقد أكدت دراسات على تأثيره السلبي على الدماغ. الأسماك الغنية بالزئبق
وتشمل سمك القرش، سمك أبو سيف، وذلك لاحتوائها على الزئبق السام، الذي يسبب اضطراب الجهاز العصبي وتلف الدماغ.



ناشطة بيئية خلال فعالية رمزية تسمى (الزواج من الشجرة) للتوعية بأهمية الأشجار وضرورة وقف قطع الأشجار غير القانوني بولاية أواساكا بالكمسيك. (ا ف ب)

قرأت لك

فوائد الشيكولاتة

قالت الدكتورة هندي شيحة، أخصائي التغذية العلاجية بالمعهد القومي للتغذية، بالقاهرة، إن الشيكولاتة يتم تصنيعها من حبيبات الكاكاو الخام، تحتوي على الكربوهيدرات، ونسبة من الدهون والنشويات، ومادة الكافيين، التي تمنحها اللون الغامق والقدرة على التركيز. وأشارت الدكتورة هندي شيحة، أخصائي التغذية العلاجية بالمعهد القومي للتغذية، إلى أن الشيكولاتة الداكنة قليلة السكر التي تحتوي على العناصر الطبيعية هي التي تمنح قيمة غذائية عالية، عكس أصناف الشيكولاتة المنتشرة بالأسواق الغنية بالدهون، التي تمثل عبئا على الجهاز الهضمي لصعوبة هضمها، كما تساعد أيضا على زيادة الشعور بالخمول. وأضافت الدكتورة هندي شيحة، إن هناك فوائد عديدة لتناول الإنسان الشيكولاتة بأنواعها المختلفة التي منها، تساهم في تحسين الحالة المزاجية للأشخاص الذين يعانون من الاكتئاب والتوتر والقلق، نظرا لأن تناولها يزيد من إفراز هرمون السيروتونين الذي يطلق عليه هرمون السعادة. تعزز طاقة الإنسان نظرا لأنها غنية بالكربوهيدرات، تساعد على التركيز والانتباه لاحتوائها على مادة الكافيين. لذلك توصي الدكتورة هندي، بتناول الشيكولاتة، لكن بشرط عدم الإسراف في تناولها حتى لا تتحول فوائدها إلى أضرار.



سؤال وجواب

• متى أعلن استقلال الولايات المتحدة ؟

- أعلن استقلال الولايات المتحدة الأمريكية في الرابع من شهر يوليو لعام 1776 وكان الاتحاد من 13 ولاية فقط، وكتب توماس جيفرسون الجزء الأعظم من وثيقة الاعلان عاونه فيها مشاهير مثل جون آدمز - بنيامين فرانكلين
• ما معنى كلمة بنغلاديش ؟ وعلى ما يطلق ؟
يطلق اسم بنغلاديش على مكان يعرف سابقا باسم (باكستان الشرقية) ومعناه البنغال الحر .
• ما هي القاعدة الصحية في أعمار الحيوانات والنباتات ؟
القاعدة الصحية هنا تقول إنه كلما أبطأ النبات أو الحيوان في نموه طال عمره فمن الحشرات ما لا يعيش في طور البلوغ أكثر من ساعات بينما يطول عمر السلاحف والإنسان إلى قرن أو أكثر وتعيش بعض الأشجار آلاف السنين.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الكبد هو العضو الوحيد الذي يمكنه أن يحول البروتينات و ما تحويه من أحماض أمينية إلى مادة الجلوكوز أو السكر.
- هل تعلم أن نقص فيتامين ب الموجود في الخمائر واللبن والبيض واللحم والأجاص والفول والحنطة غير المصنعة والحبوب كالفاصولياء واللوبيا والبطاطا يؤخر النمو ويسبب تهيجات واضطرابات في الأعصاب وامساكا حاداً .
- هل تعلم أن بعض الخضروات مثل الخيار والباذنجان يمكن أن يكون لها تأثير ضار على الإنسان حيث أثبتت البحوث أن الخيار لو تحول لونه من الأخضر إلى الاصفرار نتج عنه مواد لها تأثير سام على الإنسان كما أثبتت أن الخيار المرة ذات الشكل المموج لها تأثير سام على الإنسان .. و هذه المادة السامة توجد في قلب الخيارة .. كما أثبتت البحوث أن أكل الباذنجان بكثرة يؤثر على الجهاز العصبي للإنسان.
- هل تعلم أن تناول الفول المدمس يمنع الإصابة بالأزمات القلبية .. فهو يقضي على ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم .. و بذلك يخفض تناول الفول المدمس نسبة واحد بالمائة من المواد التي تؤدي إلى تصلب الشرايين.
- هل تعلم أن الأذن اليسرى أضعف سمعاً من الأذن اليمنى.
- هل تعلم أن أقوى عضلة في جسم الإنسان هي عضلة الفك.
- هل تعلم أن الجسم يحتمل حرارة حتى 128 درجة مئوية

قصة الطالب المجتهد

كان رمزي نشيطاً جداً يعمل دائماً باجتهاد.. يذاكر، يلعب الكرة، يسبح، ثم قليلاً من الشطرنج قبل أن يذاكر مرة أخرى يتخلل ذلك الصلاة وبعض الطعام الخفيف، يحضر طبقاً من الفاكهة يشترك أخواته معه، ثم يدخل ليرسم قليلاً، بعض اللعب على الكمبيوتر، تدوين بعض الأفكار والملاحظات.. أشياء كثيرة يقوم بها طوال اليوم وعندما يذهب للنوم يكون مضطرباً ودائماً يقول أتمنى أن يكون النهار 42 ساعة فيقول والده منذ أن جئت من المدرسة وأنت لا ترتاح فيقول أحب ذلك وأتمنى أن يكون النهار 42 ساعة.. أه أسمع بعض الموسيقى وأنا أقرأ ثم بعدها أنام لكنه لا ينام يقوم ويذاكر مرة أخرى وهكذا حتى يصرخ عليه والده فينام، وفي أحد الأيام قال رمزي لوالده لماذا لا يكون النهار 42 ساعة سكت الأب قليلاً ثم قال حسناً لك ما تريد غداً سيكون النهار 42 ساعة.
جاء رمزي من المدرسة فجلس يتناول طعامه مع والده ثم ذهب ليعمل ما يفعله كل يوم من عمل متواصل وعندما حل المساء وكان الأب قد نام في النهار وارتاح دخل رمزي ليلعب في غرفته ودخل أبوه معه وبعد الانتهاء طلب منه والده أن يدرس قليلاً ثم أن يصلي ويرسم ويديق بعض الأبحاث على البيانو ويديق بعض ملاحظات اليوم... أعمال كثيرة كثيرة طلبها الوالد لكن رمزي وصل إلى مرحلة لا يستطيع أن يرفع يديه وأخذ يقاوم حتى لا ينام ووالده ينظر إليه ويتحدث معه حتى بزغ الفجر فانهار فوق فراشه وغط في نوم عميق.. استيقظ بعد أذان الظهر متعباً مهزولاً بعد أن خسر يوماً دراسياً وكان أبوه قد جاء من العمل فنظر إليه وقال هل ما زلت تريد النهار 42 ساعة فهم رمزي سؤال والده وقال لا يا أبي لبيدتك عليك حق وسبحان من جعل لنا وقتاً للعمل ووقتاً للراحة.. الحمد لله أن منحنا الليل والنهار.

مساحة للتلوين

