



بيانات جديدة تكشف عن فرص العمل

ص 23 بالتلقيح الاصطناعي بناء على العمر



النوم في الضوء.. مخاطر لا تخطر على البال

إذا كنت ممن يفضلون النوم وسط الأضواء ربما يتعين عليك تغيير عاداتك سريعاً، حيث ربطت دراسة طبية حديثة بين البيئة المظلمة أثناء النوم ومخاطر الإصابة بأمراض القلب والسكري. وتوصلت الدراسة التي أجراها باحثون بجامعة نورث وسترن الأميركية في شيكاغو، إلى أن إطفاء جميع الأنوار وإغلاق الستائر قبل النوم، يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب والسكري. وأرجعت الدراسة التي نشرت نتائجها في مجلة "وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم"، النتيجة التي توصل إليها العلماء، إلى أن الجسم لا يستطيع أن ينعم الراحة بشكل صحيح عندما يكون الضوء قوياً، مما يتسبب في ارتفاع معدل ضربات القلب.

وأشار الباحثون إلى أن حتى الإضاءة الخافتة من مصادر طبيعية أو اصطناعية أثناء النوم، يمكن أن تضر بوظيفة القلب والأوعية الدموية، وتزيد من مقاومة الأنسولين، إذ تكافح الخلايا في العضلات والدهون والكبد من أجل امتصاص الجلوكوز من الجسم. واكتشف الباحثون أن التعرض المعتدل للضوء تسبب في دخول الجسم في حالة تأهب، وهو ما ترافق مع زيادة في معدل ضربات القلب وكذلك القوة التي ينقبض بها، ومعدل سرعة توصيل الدم إلى الأوعية الدموية بالجسم لتدفق الدم المؤكسج.

فرقة العنق خطر على الصحة

يميل الكثير من الأشخاص إلى عادة فرقة العنق التي تمنحهم بعض الشعور بالراحة، غير مدركين أنها يمكن أن تسبب لهم مشاكل صحية خطيرة. ويمكن أن تؤدي هذه العادة إلى حدوث تشقق أو طفح على رقبته على المدى القصير، إلا أن هناك عواقب أكثر خطورة على المدى الطويل. وفي الواقع، هناك حالات تسبب فيها طفح العنق في حدوث سكتة دماغية.

الصوت الذي نتحدث عنه هنا والصادر من فرقة الرقبة ناتج عن تمدد لطيف يؤدي إلى انفصال مؤقت لأسطح الفاصل وتكوين فقاعة هوائية، ومع ذلك، من خلال القيام بذلك، فإنك معرض لخطر الإصابة بتمزق صغير (تسلخ) في البطانة الداخلية للشريان، مما يؤدي إلى تكوين جلطات دموية.

وهناك احتمال أن تدوب هذه الجلطات من تلقاء نفسها، لكن في بعض الحالات يمكن أن تنتقل وتؤدي إلى انسداد في الشريان في اتجاه مجرى الدم. وبدوره، قد يتسبب هذا في حدوث سكتة دماغية، حيث يتم قطع إمدادات الدم عن الدماغ. وينضم الشريانان الرئيسيان في الرقبة - الشرايين القفريّة - وشكلا الشريان القاعدي الذي يمد الجزء الخلفي من الدماغ بالدم. وعندما نثني رقبتنا أو نديرها، تتمدد هذه الشرايين وتصبح عرضة للإصابة.

الكهرباء تعافى على أنسجة الكلى قبل زراعتها

توصلت أبحاث جديدة في جامعة ساوث فلوريدا إلى إمكانية توصيل الكلى التي يتم التحضير لزراعتها بأقطاب كهربائية للحفاظ على عمل الأنسجة البيولوجية. ويقلل ذلك من قصور وظائف الكلى بعد زراعتها، وكذلك من احتمال رفض الجسم لها.

وبحسب البروفيسور رويشينج ليو المشرف على هذا التطوير: "يمكن استخدام هذه الطريقة مع أعضاء مزروعة أخرى غير الكلى". ونشرت نتائج الأبحاث في دورية "ساينس ترانسليشنال ميديسن"، وقالت: "إن انخفاض مستوى الأكسجين أثناء حفظ الكلى في الجليد تحضيراً لإعادة زرعها، يقلل إنتاج مركب يسمى ATP والذي يعمل على انخفاض مستوى الصوديوم وإبقاء مستوى اليوتاسيوم مرتفعاً داخل الخلايا، ويتسبب ذلك في إتلاف إنزيمات ومواد كيميائية حيوية أخرى داخل الأنسجة".

وقد أظهرت الأبحاث أن توصيل الكلى بالكهرباء وتشغيل مجال كهربائي متذبذب خلال الـ 24 ساعة السابقة لإعادة زراعتها يحافظ على حيوية الأنسجة، ويعزز من فرص تقبلها في الجسم الجديد، وقدرتها على أداء وظائف الكلى بنجاح.

وتم تطبيق هذه التجربة على 5 أزواج من الكلى البشرية، بتوصيلها بأقطاب كهربائية خلال 24 ساعة، وأظهرت النتائج حيوية أكثر لانسجتها بعد فترة التخزين. لكن لم تتم زراعة الكلى المعالجة بالكهرباء بعد في أجسام مرضى من البشر.

خبير تغذية يفصح عن كلمة

السر لحماية الكتلة العظمية!

تعد أمراض لين وهشاشة العظام أحد الآثار الجانبية المؤرقة المصاحبة

لعملية التقدم في العمر. يوضح الخبراء أنه مع مرور كل عام بعد سن

الثلاثين تقريباً، يعاني كل شخص من انخفاض في كثافة المعادن في

العظام (المحتوى المعدني للعظام لكل وحدة من العظام)، وهي

حالة تصيب النساء بسرعة أكبر من الرجال. عندما تنخفض

الكتلة العظمية إلى ما دون القيم الصحية، فيما يُعرف باسم

قلة العظام، والتي يمكن أن تكون مقدمة لأمراض العظام

أو هشاشة العظام. ويعد لين العظام هو حالة ضعف في

التمعدن الناجم عن نقص فيتامين D والكالسيوم، في حين

أن هشاشة العظام هي انخفاض شديد في كثافة المعادن في

العظام مما يضعف الهيكل العظمي، ويزيد من مخاطر

التعرض للكسور. بحسب تقرير، أعدته اختصاصي

التغذية دكتور مولي همبري، والذي نشره موقع Eat

This Not That، يلعب الكالسيوم وفيتامين D

أدواراً محورية في نمو العظام. يصعب الحصول على

فيتامين D بشكل طبيعي من الأطعمة مالم يتم الحرص على

تناول عناصر مختارة، من بينها صفار البيض والأسماك.

سبل تقوية العظام

يمكن أن تساعد العديد من العادات الصحية في تأخير فقدان العظام أو تقوية العظام الموجودة مثل التخلص من الوزن الزائد واتباع نظام غذائي صحي متوازن بشكل عام والالتزام بممارسة نشاط بدني كافٍ. ولكن تعد إحدى أفضل الطرق لمنع فقدان العظام هي استهلاك كمية كافية من الكالسيوم أيضاً.

تقول دكتور همبري يجب أن يسعى معظم الأطفال والبالغين للحصول على 1300 ملليغرام يومياً، من مزيج من الأطعمة الكاملة والمُدعمة، بما يشمل المكملات الغذائية عند الحاجة.

فيما يلي بعض أفضل الأطعمة للمساعدة في الوصول إلى المستويات الموصى بتناولها من الكالسيوم يومياً:

1. الحليب

تنصح دكتور همبري بأن يتم تناول ثلاث حصص تشتمل على كوب واحد من الحليب يومياً، حيث أن أفضل خيارات الكالسيوم تتوافر في مجموعة الحليب البقري والزبادي وكذلك الحليب المدعم وحليب اللوز أو بدائل فول الصويا المدعمة بالكالسيوم.

2. خضروات ذات أوراق داكنة

تأتي السبانخ على رأس قائمة الخضروات الورقية التي تفيد الصحة بشكل عام. ولكن تحذر دكتور همبري من أن تحسين مستويات الكالسيوم في الجسم لا يعد أحد الفوائد التي يتم الحصول عليها عند تناول السبانخ، لأنها تحتوي على مركب يسمى "أكسالات"، الذي يثبط قدرة الجسم على امتصاص الكالسيوم. لذا، فإنها تنصح بإضافة خضروات ورقية داكنة أخرى إلى جانب وجبة السبانخ

مثل الكالي أو الكرنب أو الخردل أو اللفت للحفاظ على نظام غذائي متوازن وتجنب التأثير السلبي.

3. الحبوب والعناصر المدعمة بالكالسيوم
تضيف دكتور همبري أن اختيار عبوات الحبوب الكاملة، التي تحمل عبارة "مدعمة بالكالسيوم"، إلى جانب تناول كوب حليب بقري أو حليب اللوز أو كوب من عصير البرتقال المدعم بالكالسيوم في الصباح، يمكن يغطي ثلثي الكمية الموصى بتناولها من الكالسيوم في اليوم الواحد.

4. سلمون وطحينة ولوز

تختتم دكتور همبري نصائحها موضحة أن السلمون والسردين الملب يحتوي على حوالي 118 إلى 300 ملليغرام من الكالسيوم لكل 100 غرام، فيما توفر ملعقة كبيرة من الطحينة حوالي 60 ملليغرام من الكالسيوم، أما ربع كوب من اللوز فيمنح 95 ملليغرام من الكالسيوم.

هذا الفيتامين يدعم صحة القلب ويقيوي العظام

يعد فيتامين K عنصرٌ غذائيًا أساسيًا لصحة العظام والقلب والدماغ. لذا، يجب أن يوفر النظام الغذائي كل احتياجات الجسم من فيتامين K، بحسب ما نشرته صحيفة "إكسبريس" Express البريطانية. وينبغي أولاً معرفة ما إذا الشخص يتناول الأطعمة التي تحتوي على فيتامين K، ولماذا يحتاج إلى تناول المزيد منه. تحتوي الخضروات على ما يقرب من 7 أضعاف الحد الأدنى الموصى به من فيتامين K. وبالتالي إذا كان ممن يحرصون على تناول الخضروات فإنه بالتأكيد يتمتع بثروة مناسبة من فيتامين K.



ووجدت الأبحاث أن تناول نظام غذائي غني بفيتامين K يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب بنسبة تصل إلى 34%، بناءً على بيانات من أكثر من 50.000 شخص.

كما أظهرت العديد من الدراسات أن فيتامين K يسهم في تقوية العظام، بما يمنحها وقاية أو يقلل من خطر الإصابة بالكسور، علاوة على أن نقص فيتامين K بالجسم يعد من الأسباب الرئيسية للإصابة بهشاشة العظام.

ورجحت إحدى الدراسات أن فيتامين K يمكن أن يساعد أيضاً في أداء أفضل للذاكرة، بما يشمل الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 70 عاماً.

ويستخدم جسمك فيتامين K لإنتاج بروتين يسمى البروثرومبين وهو مهم لتخثر الدم – وبالتالي يساعد في التئام الجروح– وأيضاً العظام.

ومن السهل الحصول على الكميات التي إليها الجسم من فيتامين K عبر اتباع نظام غذائي يعتمد على أنواع معينة من الخضروات غنية به دون الحاجة إلى تناول مكمل غذائي.

وتأتي الخضروات الورقية على رأس قائمة المصادر الغذائية الغنية بفيتامين K. ويحتل المرتبة الأولى بينها الكرنب، الشهير في الأسواق باسم "كيل". يمنح كل 100 غرام فقط من الكرنب ما يقرب من 700% من احتياجات الجسم من فيتامين K في اليوم الواحد. كما يحتوي الكرنب، بالإضافة إلى فيتامين K، على فيتامينات A وC وB6، فضلاً عن كونه منخفض السعرات الحرارية ومرتفع نسبياً بالألياف والبروتين. وتشمل قائمة الخضروات الغنية بفيتامين K على السبانخ والبروكلي والملفوف.

مهنة الصباغة.. لوحات

على أجساد النساء

لم تكن فاطمة تعتقد أن لعبها مع صديقات الطفولة وبنات الجيران في مدينة كيهيدي، جنوب موريتانيا، سيكون بداية مشوارها المهني. كانت أم الجيران سيدة مجال الصباغة وأوانها، فما كان في كيهيدي من لا يعرف باتا كانني كويتا.. وكان فضول البنات يقودهن إلى متابعة أعمال الصباغة ومحاولة تقليد ما يقوم به الكبار.

"لم أكن أعتقد أنني سأتعلم شيئاً وأنا في تلك السن الصغيرة" تقول فاطمة بنت موسى الديمانى الملقبة (Poulla)، وتمضي محدثة لموقع سكاى نيوز عربية: "كانت أمي تحثني على تعلم الصباغة لكنني لم أكن أحمل ذلك على محمل الجد.. ومع ذلك فقد تعلمت وتطورت بالتدريج".

بدأت فاطمة مع مهنة الصباغة منذ أكثر من عشرين عاماً وهي الآن من أشهر الصباغات في كيهيدي. تأخذ الملحفة قطعة قماش بيضاء وتخرج من بين يديها تحفة تكسو من ترتديها رونقا ونهاء.

وتتخذ الملاحف أشكالاً وألواناً مختلفة، وتبعاً لذلك تتنوع أسماء الملاحف حتى أنها "قد تحمل اسم مسلسل تلفزيوني أو بطة مسلسل مدبلج مثلاً، أو اسم موضوع شهد حدثاً لافتاً، وقد تحمل اسم حدث ما أو شخص شهير ساهم في حدث متزامن مع ظهور الثوب في السوق".. تقول ميمونه بنت محمد "تاجرة، 38 سنة" محدثة لموقع سكاى نيوز عربية.

تشتهر مدينة كيهيدي الواقعة على ضفة نهر السنغال جنوب موريتانيا، بصباغة فريدة تحمل اسم المدينة وتزيد قيمة الثوب سواء كان ملحفة أو دراعة. وقد ظلت هذه المدينة لعقود تنفرد بهذه الميزة، لكن مدينة روصو الواقعة قريبا من مصب النهر، باتت تنافس كيهيدي في جودة الصباغة، خصوصا مع ظهور صيغة "أبير التورس" كما توضح الثالثة بنت إبراهيم لموقع سكاى نيوز عربية.

أوراق الزيتون بديلا عن مسكنات آلام المفاصل

توصلت دراسة إلى أن حبة دواء مصنوعة من أوراق الزيتون قد تعمل كمسكن طبيعي للألم لدى بعض الأشخاص، وخصيصا الذين يعانون من آلام شديدة في مفصل الركبة. وأوضح باحثون سويسريون قادوا الدراسة أن مستخلص أوراق الزيتون يمكن أن يوفر بديلا لمسكنات الألم التقليدية التي يمكن أن تسبب آثارا جانبية عند استخدامها لوقت طويل.

وبحسب الدراسة تحتوي الأوراق الرقيقة والمسطحة لأشجار الزيتون على مستويات عالية من المركبات التي تسمى بوليفينول والتي تعرف بتأثيرها كمضاد للالتهابات، وتعد هذه الالتهابات أحد أكبر العوامل التي تصيب المرضى الذين يعانون من آلام المفاصل المزمنة.

وشارك في الدراسة التي نشرت في مجلة التطورات العلاجية في مجلة الأمراض العضلية الهيكلية، 124 شخصا تبلغ أعمارهم 55 عاما وأكثر، تم تقسيم المشاركين بالتساوي بين الرجال والنساء وكان أكثر من نصفهم بقليل يعانون من زيادة الوزن. وتم إعطاء 62 شخصا بالضبط 125 ملغ من مستخلص أوراق الزيتون على شكل أقراص مرتين في اليوم، بينما تلقى النصف الآخر من المشاركين دواء وهميا. على مدى ستة أشهر، أكمل المشاركون دراسة استقصائية لتقييم مستويات الألم لديهم، والمعروفة باسم مجموع إصابة الركبة ودرجة نتيجة هشاشة العظام "koos".

ووجدت الدراسة أن المستخلص له تأثير كبير على الأشخاص الذين يعانون من أعلى مستويات الألم في البداية، حيث قال الباحثون في الورقة البحثية: "المكمل الغذائي قد يحسن القدرة الوظيفية للمفاصل لدى كبار السن الذين يعانون من آلام شديدة في مفصل الركبة".

نصائح لتبدين أكثر شباباً

غالبًا ما يُقال لنا إن غسل وجوهنا واستخدام منشتر جيد للتنظيف هو أفضل طريقة للتخلص من البقع، ولكن سيدة بريطانية تحافظ على نظارة وشباب بشرتها بغسل وجهها مرتين فقط في الأسبوع. وتقول بريندا غابرييل (40 عاما) إن عدم غسل وجهها كل يوم ساعدها في الحفاظ على شباب مظهرها الذي يتحدى تقدم العمر. وتحافظ مديرة العلاقات العامة على غسل وجهها مرتين فقط في الأسبوع، وغالبًا ما تقوم بالتنظيف بزيت الزيتون أو الجوجوبا بدلا من العلاجات التقليدية القائمة على الماء. وقالت بريندا "أنا في الواقع مثل كامبيرون دياز لأنني لا أغسل وجهي كل يوم، وكلما تقدمت في العمر، تميل بشرتي إلى الجفاف أكثر قليلا، لذا ما أفعله الآن هو التنظيف بالزيت". وفيما يتعلق بالادعاء بأن فالنض الزيت على الوجه يسبب ظهور الحبوب، قالت بريندا "هذا غير صحيح، خاصة عندما تكبر في السن. إنه أحد أفضل الأشياء لتنظيف وجهك". وتتبع بريندا نظاماً غذائياً غنياً بالبروتين.

حقائق حول الخبز الأسمر

لا يعرفها الكثيرون

يعد الخبز عنصرًا غذائيًا أساسيًا في جميع الوجبات، ومع الاتجاه المتزايد نحو الأكل الصحي، يتحول الناس تدريجيًا إلى بدائل صحية، مثل الخبز الأسمر الذي يعتبر بديلاً صحياً للخبز الأبيض.

فيما يلي مجموعة من الحقائق التي لا يعرفها الكثيرون عن الخبز الأسمر، وفق ما أوردت صحيفة تايمز أوف إنديا:

مفيد لصحة القلب: يحتوي الخبز الأسمر على حوالي 28 جراماً من الحبوب الكاملة لكل وجبة، والتي وفقاً للدراسات يمكن أن تساعد في تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب. وبحسب إحدى الدراسات، فإن تناول حبوب القمح بشكل معتدل يساعد في تقليل مستوى الكوليسترول في الدم ويقلل من خطر الإصابة بالثغوبات القلبية.

يحسن الهضم: يمكن أن يساعد استبدال الخبز الأبيض بالخبز الأسمر في تحسين عملية الهضم، وذلك لأن وجود الألياف الغذائية في القمح الكامل يساعد في تحسين حركة الأمعاء حيث يعمل كملين طبيعي، مما يساعد في تعزيز الهضم وكذلك صحة الأمعاء. يقلل الالتهابات المزمنة: وفقاً لدراسات متعددة، تبين أن إضافة الحبوب الكاملة إلى النظام الغذائي يساعد في تقليل الالتهابات المزمنة. يعد الخبز الأسمر مصدراً جيداً للحبوب الكاملة الغنية بالألياف التي تساعد في تقليل الالتهابات.



منوعات الفكر 22

موريشيوس تحتفل بيومها الوطني في إكسبو 2020 دبي

ذات الاهتمام المشترك، ومن بينها التجارة والسياحة والتنمية المستدامة". وقادت مصممة الرقصات الموريشيوسية أنا باتن العرض الفني الذي سلط الضوء على الموسيقى النابضة بالحياة في البلاد وأشكال الرقص الغنية بالتفاصيل. وصور الفنانون جذور تراثهم الثقافي الغني، الذي انتقل عبر الأجيال من خلال الموسيقى والرقص، وأخذوا الجمهور في رحلة إلى عمق روح وثقافة موريشيوس المتعددة الثقافات.

يعرض جناح موريشيوس في إكسبو 2020 دبي، الذي يقع في منطقة الفرص، هويته كنموذج مصغر للعالم، ويدعو الزوار إلى استكشاف البيئة الاستوائية، وركوب الأمواج في المحيط الهندي أثناء تجربة التنوع الثقافي، والضيافة لشعب موريشيوس، إلى جانب موجز عن إنجازات الشعب في هذه الدولة.

صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، وصاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، "تدعونا موريشيوس من خلال مشاركتها للتعرف على التنوع الفريد في طبيعتها وثقافتها، وكيف أحدثت تحولاً في اقتصادها ليكون أحد الاقتصادات الأكثر تنافسية في أفريقيا، حيث تقدم موريشيوس كل شيء، بداية من التجارب السياحية الأسرية، ووصولاً إلى بيئة الأعمال الجاذبة للمستثمرين".

وأضاف، "تعزز دولة الإمارات بالعلاقات الثنائية الدائمة النمو التي تربطها بموريشيوس، والتي تشمل التعاون في مشروعات مهمة في مختلف المجالات، ونتطلع كذلك إلى استكشاف مزيد من أطر التعاون في المجالات

وكان في استقبال فخامة الرئيس بريثفيرا جسينغ رويون فور وصوله أرض موقع الحدث الدولي لحضور الاحتفال، معالي الشيخ نهيان مبارك آل نهيان، وزير التسامح والتعايش والمفوض العام لإكسبو 2020 دبي، يرافقه معالي الشيخ شخبوط نهيان بن مبارك، وزير دولة.

وقال فخامة الرئيس رويون: "تتطلب رؤيتنا التنموية الدعم المستمر من شركائنا الكرام. وفي هذا الصدد، نتطلع إلى تطوير علاقاتنا مع دولة الإمارات العربية المتحدة، ودبي على وجه الخصوص، فخلال السنوات الماضية، أحرز تعاوننا الثنائي تقدماً كبيراً في العديد من المجالات، لا سيما في مجال الربط الجوي، وتطوير الموانئ، والطاقة المتجددة، والقطاع الصحي".

وأضاف: "لقد أحرزت العلاقات الثنائية بيننا تقدماً كبيراً بفضل قيادة

•• دبي إكسبو - الفجر
رسالة إكسبو - محمد جاهيم
محمد معين الدين

احتفلت دولة موريشيوس الجزرية بيومها الوطني في إكسبو 2020 دبي، حيث أشاد فخامة الرئيس بريثفيرا جسينغ رويون، رئيس جمهورية موريشيوس، بدولة الإمارات العربية المتحدة لإلهامها المستمر للدول الأخرى، معتبراً أن إكسبو 2020 دبي أحدث مثال على ذلك.

وشهد الحفل الرسمي لليوم الوطني لجمهورية موريشيوس في ساحة الوصل عرضاً فنياً عكس النسيج الثقافي الغني في هذه الدولة، وتاريخ شعبها، وأهم الملامح المرتبطة بالحياة الموريشيوسية الغنية بالتفاصيل.



نظمتها وزارة التسامح والتعايش في إكسبو 2020 دبي:

انطلاق الدورة الثانية من الملتقى السنوي لأندية التسامح بالجامعات عفراء الصابري: أندية التسامح منارات لتعزيز التعايش والتعاطف والحوار بالحرم الجامعي

من التطور والتأثير، مشيدة بدور الجامعات وإدارتها وأساتذتها وطلابها، لإيمانهم العميق بأهمية التسامح والتعايش، وسعيهم الدؤوب بالتعاون مع وزارة التسامح والتعايش لتعزيز هذه القيم في نفوس طلاب الجامعات من خلال مبادرة "أندية التسامح" وموضحة أن هذه الأندية بذلت جهوداً كبيرة خلال العامين الماضيين برغم التحديات التي فرضتها جائحة كورونا، حيث عمل الطلبة معاً، وبمزم وإصرار حتى حققت هذه المبادرة أهدافها وأصبحت واقعاً تعيشه أغلب الجامعات الإماراتية.

والفائزين في مسابقة غاليريا التسامح، كما كرمت الوزارة أيضاً أفضل ثلاثة أندية تفاعلاً بإسهائهم درع التسامح للتميز في مبادرة أندية التسامح خلال السنة الأكاديمية 2021-2022 وعبرت سعادة عفراء الصابري في مستهل كلمتها في افتتاح الملتقى من سعادتها الفاعرة بالمشاركة في هذا الملتقى للعام الثاني على التوالي، والتعريف على رؤية أعضاء أندية التسامح بالجامعات من الطلبة والطالبات، وأفكارهم ومبادراتهم المبتكرة، مؤكدة أن هذا الملتقى الذي يحضنه إكسبو 2020 دبي له أهمية كبرى، في إطار سعيها جميعاً إلى مزيد

التسامح بالجامعات، حيث تم استعراض أهم إنجازات هذه الأندية على مدى عامين، وتبادل الأفكار والخبرات واستعراض أهم مبادرات هذه الأندية، وبلورة رؤية موحدة من أجل مزيد من الإثراء والفعالية داخل الحرم الجامعي، وذلك بالتعاون مع وزارة التسامح والتعايش لتحقيق الهدف الأساسي للأندية وهو بث قيم الإنسانية والتعايش السلمي والتسامح في البيئة الجامعية وبين الشباب، وفي ختام أنشطة الملتقى السنوي كرمت وزارة التسامح والتعايش الجامعات المشاركة في المبادرة، وكرمت أعضاء أندية التسامح المتميزين،

انطلقت بإكسبو 2020 دبي، فعاليات الدورة الثانية من الملتقى السنوي لأندية التسامح بالجامعات الإماراتية والدولية، والذي تنظمه وزارة التسامح والتعايش سنوياً. بالتعاون مع مختلف جامعات الدولة، احتفالاً بإنجازات هذه الأندية، وضم الملتقى جلسة نقاشية افتتحتها سعادة عفراء الصابري المدير العام بوزارة التسامح والتعايش، وشارك بها كافة رؤساء وأعضاء أندية

تركيز إكسبو 2020 دبي على الصغار يؤتي ثماره..

2.7 مليون طفل زاروا موقع الحدث الدولي منذ افتتاحه



الليلة"، 200 ألف كيس هدايا للأطفال تحتوي المكسرات والحلويات. كما يستضيف موكب الهجن، الذي يضم 50 جملاً، الزوار الصغار في المساء، في حين ستوفر الأختام الخاصة بهذه الفعالية في بعض مراكز خدمة الزوار وفي أحدث موقع ترفيهي عائلي في إكسبو 2020 دبي، "ذا فاميلي بليس". وستضم الجالس القريبة من مراكز خدمة الزوار هذه لوحات تشرح معنى وأهمية "حق الليلة".

أما بالنسبة إلى الفعاليات البارزة الأخرى في الموقع، فقد شهدت التشكيلة الاستثنائية من النجوم الأسبوع الماضي حضوراً مميزاً لنجم الغناء الإماراتي حسين الجسمي، سفير إكسبو 2020 دبي وأحد المشاركين في الأغنية الرسمية للحدث الدولي "هذا وقتنا". حيث غنى بصوته الفريد باقة من أروع الأغاني التي تفاعل معها الجمهور في ساحة الوصل.

جولات تعليمية في أنحاء مناطق الموضوعات النابضة الثلاث التي يضمها موقع الحدث الدولي (أي الفرص، والتنقل، والاستدامة)، وكذلك في أجنحة توفر تجارب تتماشى مع مختلف المناهج التعليمية في دولة الإمارات. ويرحب إكسبو 2020 دبي، بالتعاون مع وزارة الثقافة ووزارة تنمية المجتمع، يوم الجمعة الموافق 18 مارس، احتفالاً بـ "حق الليلة"، بالأطفال والعائلات في فعالية مميزة مليئة بالمرح والمتعة في حديقة الفرسان. و"حق الليلة" هو احتفال يجسد العطاء ويحتفل به في ليلة النصف من شعبان، إيداناً بقدوم شهر رمضان المبارك بعد أسبوعين. حيث يرتدي الأطفال الإماراتيون ملابس تقليدية ملونة في المساء، ويطفون على البيوت في حبيهم وهم ينشدون الأغاني مقابل الحلويات. وسيوزع إكسبو 2020 دبي، احتفالاً بـ "حق

"تيدكس" في العالم، محاضرة في لقاء للكتاب تمحور حول "تغيير صغير، فرق كبير" وأقيم في جناح المكسيك، وتحدثت في أنحاء موقع الحدث الدولي في إطار فعاليات الأسبوع الدولي للمرأة، فيما صمم طلبة من زوار جناح دبي العطاء "مدرسة الأحلام" الخاصة بهم، وذلك في تحدٍ يقضي بمساعدة منطقة وهمية ضربها زلزال مدمر.

وفي الخامس من مارس، التقت مجموعة من المبتكرين الصغار من الطلبة ومعلميهم في مركز دبي للمعارض للمشاركة في النسخة الرابعة من مسابقة الإمارات للعالم الشاب، التي تشكل جزءاً من المهرجان الوطني للعلوم والتكنولوجيا والابتكار، وذلك من أجل استعراض ابتكاراتهم لصنع مستقبل أفضل.

أما برنامج إكسبو 2020 للمدارس فيتيح أربع رحلات غامرة، تتيح للطلبة فرصة خوض

•• دبي - الفجر

دعم تركيز إكسبو 2020 دبي على الأطفال والتعليم زيادة عدد زيارته، الذي ففز ليبلغ 19.009.065 زيارة، أي ارتفع بواقع 1.6 مليون زيارة تقريباً في غضون أسبوع واحد، ويكون بذلك عدد الأطفال ممن هم دون سن 18 عاماً، الذين زاروا موقع الحدث الدولي منذ افتتاحه العام المنصرم، قد وصل إلى 2.7 مليون طفل.

وإذ لم يعد يتبقى سوى أسبوعين حتى إسدال الستار على فعاليات إكسبو 2020 دبي، يتطلع الحدث الدولي إلى إرثه والجيل المقبل من المبتكرين، من علماء ناشئين إلى مفكرين كبار.

وفي وقت سابق من الشهر الجاري، أفتت كيارا كور، وهي أصغر متحدثة معتمدة من منصة

فرقة تيكوباوين الجزائرية تُلحّن بجمهورية إكسبو 2020 دبي في سماء الموسيقى الصحراوية

•• دبي - الفجر

استمراراً للأسميات الفنية والغنائية المشوقة التي ينظمها إكسبو 2020 دبي لإسعاد زواره من أنحاء العالم، أحييت فرقة تيكوباوين أو "سيوف الصحراء" الجزائرية حفلاً غنائياً على مسرح دبي ميلينيوم بحضور عدد كبير من زوار الحدث الدولي وحشد من أبناء الجالية الجزائرية في الدولة وعشاق هذا النوع من الموسيقى.

وقدم أعضاء فرقة تيكوباوين الموسيقى الغنائية، القادمين من الصحراء الجزائرية، مجموعة من الأغاني الرائعة التي حظيت بتفاعل كبير من الجمهور. وحلّق عضوا الفرقة، المطربان والممثلان الرائعان حسين دقار وسعيد بن خيرة، بإحساسهما المرفه وصوتيهما العذبيين بجمهور مسرح دبي ميلينيوم في رحلة غنائية وموسيقية مشوقة تعرف خلالها الجمهور إلى أجمل الأغاني والمقطوعات الموسيقية الشعبية ذات الطابع العصري، المستمدة من موروثات وعادات وتقاليد أهالي الصحراء في دولة الجزائر. وتبادل الثنائي حسين دقار وسعيد بن خيرة أداء الأغاني الفردية والجماعية وسط حماس كبير وتصفيق حار من الجمهور.

تأسست فرقة تيكوباوين قبل ما يزيد على نحو عشر سنوات في الصحراء الجزائرية، ونجحت في إصدار ألبومين غنائيين لقيا رواجاً كبيراً بين عشاق موسيقى الصحراء، لاسيما في دول شمال أفريقيا. كما قدمت الفرقة الكثير من الحفلات الغنائية في العديد من الدول.

إكسبو 2020 دبي يستضيف لأول مرة يوم الموضة المحتشمة يوم الموضة المحتشمة من إندونيسيا يستحضر الحرفية الفنية إلى الإمارات العربية المتحدة

إكسبو 2020 دبي يجمع 20 مصمماً إندونيسياً للأزياء المحتشمة مع مصممين إماراتيين في أول عرض للأزياء المحتشمة احتفاءً بإندونيسيا من خلال المنسوجات الجاهزة

•• دبي - الفجر

في شهر مارس الجاري، قدم معرض إكسبو 2020 دبي عرض الأول للأزياء المحتشمة. تسلط هذه الفعالية الضوء على 20 مصمماً إندونيسياً ومصممين إماراتيين، وذلك احتفاءً بالمنسوجات، والفن والثقافة من خلال تعاون فريد في عالم الموضة. ويكمن الهدف من ذلك في دعم المصممين الإندونيسيين الذين تأثروا بالجائحة إلى حد كبير، ناهيك عن السعي لبناء علاقة طويلة الأمد بين قطاع المنسوجات الإندونيسية والإمارات العربية المتحدة، جرت الفعالية التي حملت عنوان يوم الموضة المحتشمة من إندونيسيا، وهي جزء من الأسبوع المميز لبنك إندونيسيا في إكسبو 2020 وبرنامج الاستعداد لتولي إندونيسيا رئاسة مجموعة العشرين في عام 2022، في 13 مارس الجاري في جناح إندونيسيا من الساعة 4 بعد الظهر حتى 6 مساءً، حيث التقت مختلف عناصر عالم الموضة المحتشمة من بلدين وهما: إندونيسيا والإمارات العربية المتحدة. إلى جانب

عروض الأزياء، تَحلّل الفعالية عرض متقن حول المنسوجات الإندونيسية، بالإضافة إلى معرض مصغّر. وهكذا التقت المواهب الإندونيسية والإماراتية لتسلط معاً الضوء على الملمسات الحرفية في الأزياء المحتشمة. اكتشفت المجموعات تصاميم نسائية ورجالية على حد سواء، تحمل توقيع علامات مشهورة عالمياً ومواهب ناشئة من جزر مختلفة في إندونيسيا، بالإضافة إلى تصاميم أعادت إحياءها مصمماتان إماراتيتان معروفتان بأعمالهما الناجحة في عالم الموضة المحتشمة، بواسطة منسوجات إندونيسية. اكتشف إندونيسيا – الأرخيل الذي يحتضن عشرات الآلاف من الجزر المشهورة بغناها بالمنسوجات التقليدية والحرف الرائعة. للحفاظ على فنّ الحياكة، تصنع البلاد منذ قرون منتجات يدوية بمسادة أكثر من 300 قبيلة. فهي مشهورة بالتصاميم

طارق يماني يقدم إيقاعات الجاز بنكهة عربية في إكسبو 2020 دبي

•• دبي - الفجر

قدم الملحن وعازف البيانو الحائز جوائز طارق يماني، بصحبة عازف الغيتار إيلي عفيف وعازف الإيقاع خالد ياسين، حفلاً موسيقياً فريداً على مسرح دبي ميلينيوم في إكسبو 2020 دبي. ولد يماني وترعرع في بيروت، وعلم نفسه كيف يعزف موسيقى الجاز في سن التاسعة عشرة، وذاع صيته في جميع أنحاء العالم لبراعته الموسيقية وإمهاراته الارتجالية الأسرية للقلوب. وتفاعل جمهور إكسبو 2020 دبي مع هذه التجربة الفريدة من نوعها للفنان الجريء، الذي خاض غمار الابتكار في مجال موسيقى الجاز المتماهية مع الإيقاعات العربية المميزة.



منوعات الفكر 23

يعد وجود توقع واقعي لفرص الحمل والوقت الذي قد يستغرقه، هو الحد الأدنى لما هو على المحك بالنسبة للوالدين المحتملين اللذين يفكران في استخدام تقنيات المساعدة على الإنجاب.

وتظهر البيانات الجديدة التي جمعها باحثون أستراليون أن معظم الناس يحتاجون إلى أكثر من دورة واحدة من الإخصاب في المختبر (IVF)، للحصول على فرصة معقولة للنجاح، وأن هذه الاحتمالات تنخفض مع تقدمك في السن.



بيانات جديدة تكشف عن فرص الحمل بالتلقيح الاصطناعي بناء على العمر!



الرجال والنساء تأخير العمر على الخصوبة وأن التلقيح الاصطناعي لا يمكن أن يتغلب تماما على العقم بسبب تقدم العمر". ومثل النساء، تبدأ خصوبة الرجال في الانخفاض في سن الأربعين تقريبا، وبحلول سن 45، يمكن أن يستغرق الرجل خمس مرات وقتا أطول للحمل مما كان عليه في العشرينات من العمر. ومن المهم ملاحظة أن هذه البيانات على مستوى السكان لا تأخذ في الاعتبار العوامل الفردية التي تؤثر على فرصة الفرد في نجاح التلقيح الاصطناعي. ويتضمن ذلك الصحة العامة للزوجين والوزن والعوامل الأخرى التي تؤثر على الخصوبة مثل الانتباذ البطاني الرحمي، وعدد البويضات التي تحتفظ بها المرأة (ينخفض هذا مع تقدم العمر).



ولم تكشف البيانات أيضا عن الأزواج الذين قرروا إيقاف العلاج. والتلقيح الاصطناعي مكلف، حيث تكلف كل جولة آلاف الدولارات، ناهيك عن كونها مؤلمة ومخيبة للأمال ومشحونة عاطفيا. وترسم الاتجاهات العالمية لولادات التلقيح الاصطناعي صورة أكثر اكتمالا من البيانات الأسترالية. وتشير دراسة أجريت عام 2019 إلى أن معدلات المواليد في عمليات التلقيح الاصطناعي بلغت ذروتها في حوالي عام 2001، واستقرت بعد ذلك، وتراجعت في معظم أنحاء العالم.

وكتب طبيب التوليد وأمراض النساء نوربرت غليشر، من جامعة روكفلر بنيويورك، واثان من زملائه في وقتهم البحثية، أن زيادة تكاليف التلقيح الاصطناعي، والاستخدام المؤسف للإجراءات الإضافية المدعومة بأدلة قليلة، وانخفاض معدلات النجاح أدى إلى تقليل الرضا. وكتب غليشر وزملاؤه: "على مدار العقد ونصف العقد الماضيين، تسبب التلقيح الاصطناعي في

النجاح الإجمالية ارتفعت خلال العقد الماضي مع التحسينات التدريجية في التكنولوجيا. وتستند هذه الأرقام الأخيرة إلى معدلات المواليد الأحياء لآلاف النساء اللاتي بدأن التلقيح الاصطناعي في عام 2016 في ولاية فيكتوريا الأسترالية. وتتبع الباحثون نتائج الولادة على مدى خمس سنوات حتى عام 2020. لإنتاج تقدير لمدى احتمالية إنجاب المرأة لطفل بعد إكمال جولة أو جولتين أو ثلاث من عمليات التلقيح الاصطناعي. وقالت كارين هامبريرغ، باحثة الخصوبة من جامعة موناش، إن المجموعة الجديدة من البيانات تظهر أنه لا ينبغي النظر إلى التلقيح الاصطناعي على أنه "بوليصة تأمين" وأن الأشخاص الذين يريدون إنجاب طفل يجب أن يحاولوا في أقرب وقت ممكن. وهامبريرغ تابعة أيضا لهيئة المعالجة الإنجابية المساعدة فيكتوريا، التي تنظم مقدمي علاج الخصوبة وتكلف باجراء البحث كجزء من تقاريرها السنوية. ولا تخضع البيانات لمراجعة الأقران ولكنها تتوافق مع الإحصاءات الوطنية.

وتتضمن الدورة النموذجية للإخصاب في المختبر تحفيز مبيض المرأة على إنتاج بويضات، يتم جمعها وتخصيبها في طبق لتكوين أجنة متبرعمة، ثم يتم نقلها مرة أخرى إلى الرحم. وفي كثير من الأحيان، على الرغم من ذلك، يركز الأطباء على خصوبة المرأة ويهملون صحة الرجل أو عمره. وتظهر الأبحاث أن فرص الرجال في إنجاب طفل من خلال التلقيح الاصطناعي تنخفض بنسبة 4% كل عام، بغض النظر عن عمر الشريك، على الرغم من أن دراسات أخرى وضعت حدا أعلى لهذا الاتجاه. ويقول لوك رومباوتس، أخصائي الخصوبة في جامعة موناش: "من المهم أن يدرك كل من

وكان لدى النساء اللاتي بدأن التلقيح الاصطناعي في سن الأربعين فرصة 13% فقط لإنجاب طفل بعد دورة واحدة، في حين أن النساء اللاتي بدأن العلاج إما في منتصف الثلاثينيات أو قبل بلوغ سن الثلاثين لديهن فرصة 40% و43% على التوالي. وفي جميع الفئات العمرية، تزداد فرص إنجاب طفل مع كل دورة متتالية من التلقيح الاصطناعي، لكن هذه الفرص ما تزال تتجه نحو الانخفاض مع تقدم العمر.

ووجد التحليل أن النساء اللاتي بدأن العلاج في سن 35 حققتن معدل نجاح حوالي 60% بعد ثلاث دورات IVF. وانخفض هذا إلى 25% بعد ثلاث جولات للنساء في سن 40 عاما.

وبالنظر إلى أن العمر هو العامل الوحيد الذي يؤثر على الخصوبة، فمن المتوقع أن تكون الاتجاهات متوقعة. والبيانات مهمة لأن الناس يميلون إلى المبالغة في تقدير فرص نجاحهم في التلقيح الاصطناعي، وربما يكون ذلك مدعوما بحقيقة أن معدلات



على الرغم من وجود العديد من العلاجات الطبية

ثلاثة أعشاب قوية للمساعدة في مكافحة تساقط الشعر وتعزيز نموه

يشعر معظمنا بالقلق بشأن تساقط الشعر، وعلى الرغم من أن هناك العديد من العلاجات الطبية المتاحة لهذه الحالة، إلا أن البعض يرغبون دائما في اعتماد العلاجات الطبيعية. وأظهرت الأبحاث أن بعض الأعشاب قد تساعد في تقوية الشعر، أو دعم صحة فروة الرأس، أو تحسين كثافة الشعر، أو تحفيز دورة نمو الشعر. ومن بينها:



طب الأمراض الجلدية في كلية الطب بجامعة هارفارد: "هناك العديد من الأسباب المختلفة لتساقط الشعر. بعضها مرتبط بالتهاب في الجسم". وهذا هو السبب في أن جذر الهندياء قد يساعد في الحد من تساقط الشعر بسبب قدرته على مكافحة الالتهابات.

الهندياء

تساعد الهندياء على تقليل إنتاج السيروتونينات المؤيدة للالتهابات، وهي مركبات تشارك عادة في التهاب الجسم. وتوضح الدكتورة ديبورا سكوت، الأستاذة المساعدة في

تعمل كدع حامية للشعر من إتلاف الجذور الحرة. والجذور الحرة هي ذرات ضارة يتم إنتاجها في أجسامنا، ويمكن أن يرتفع عددها بشكل كبير بسبب النظام الغذائي غير الصحي والسموم البيئية والشوخة الأكثر رعبا. ولا يساعد نبات القراص في مكافحة تساقط الشعر فحسب،

بل يمكن أن يساعد أيضا في إعادة نمو الشعر. وأوراق نبات القراص غنية بالسيليكا والكبريت مما يجعل الشعر أكثر لمعانا وصحة. ويُنصح بشطف الشعر بمستخلصات نبات القراص والماء ما يؤدي إلى إعادة نمو الشعر المفقود وهو ما يساعد أيضا في استعادة لون الشعر الأصلي.

قش الشوفان

قش الشوفان هو عشب مغذٍ يعقم مليء بالفيتامينات والمعادن وخاصة السيليكا التي تساعد في ترقق الشعر. والقش هو عبارة عن منتج زراعي ثانوي، حيث يتكون من السيقان الجافة الباقية من محاصيل الحبوب، بعد إزالة الحبوب والبذور منها. ومن المعروف أن قش الشوفان يساعد في علاج الحكة والقشرة. ويمكن استهلاك قش الشوفان في شكل مكمل غذائي، أو شربه كشاي أو يمكن وضعه مباشرة على فروة الرأس.

الشعر الجديد.

وأوراق نبات القراص غنية أيضا بالمعادن مثل الحديد والمغنيسيوم والزنك، والتي يمكن أن تعزز البصيلات.

ومن المعروف أن نبات القراص غني بمضادات الأكسدة مثل الكاروتينات والفلافونويد وفيتامين C، والتي

أوراق نبات القراص

وفقا لدراسة أجريت عام 2018، يحتوي مستخلص أوراق نبات القراص على كميات عالية من الخصائص المضادة للالتهابات ومضادات الأكسدة التي يمكن أن تساعد في حماية فروة الرأس من التلف وتحفيز نمو



الفتح

25



غرفة أبوظبي تكرم المدير العام لاتحاد الصناعة الهندية

.. أبوظبي-وام:

كرّمت غرفة أبوظبي رجل الأعمال الهندي السيد شاندراجيت بانيرجي المدير العام لاتحاد الصناعة الهندية، وسلّمت له الإقامة الذهبية التي رُشح لها ضمن مبادرات غرفة أبوظبي لدعم وجذب المستثمرين لإمارة أبوظبي والدولة، وذلك بالتعاون مع الهيئة الاتحادية للهوية والجنسية. جاء ذلك خلال اجتماعه في مقر الغرفة مع سعادة يوسف علي موسليام النائب الثاني لرئيس مجلس إدارة غرفة أبوظبي، وسعادة محمد هلال المهيري مدير عام غرفة أبوظبي.

وشهد الاجتماع البحث في مجالات التعاون الاقتصادي والاستثماري، والجهود المشتركة لدعم مستهدفات التحول إلى نموذج الاقتصاد الدائري، حيث اتفق الجانبين على توقيع اتفاقية تعاون لجذب المزيد من الاستثمارات، وتعريف المستثمرين بأهم المشاريع المتاحة، بما يوائم خطط النمو الاقتصادي المستدام بين أبوظبي والهند، وزيادة حجم التبادل التجاري.

وعبّر السيد شاندراجيت بانيرجي عن خالص امتنانه لهذا التكريم، مؤكداً أن ذلك يشكل حافزاً لمضاعفة الجهود لتعزيز الفرص الاستثمارية المشتركة بين الهند ودولة الإمارات مع العديد من المستويات، موجهاً الشكر والتقدير للقيادة الرشيدة في دولة الإمارات لبصيرتهم الفذة ورؤيتهم الثاقبة التي جعلت من دولة الإمارات مركزاً عالمياً للاستثمار، وموطن الفرص لأكثر من 200 جنسية تعيش على أرضها الطيبة.

ومن جهته، أكد سعادة يوسف علي موسليام النائب الثاني لرئيس مجلس إدارة غرفة أبوظبي أن هذا التكريم يتماشى مع استراتيجية غرفة أبوظبي تجاه دعم المستثمرين وتوسيع أفعالهم في أبوظبي، إضافة إلى تعزيز التدفقات الاستثمارية الأجنبية المباشرة داخل الإمارة، وجعلها بوابة التوسع للأسواق الإقليمية والعالمية.

وأكد أن منح الإقامة الذهبية للسيد شاندراجيت بانيرجي جاءت كتقدير لدوره البارز في تعزيز التعاون الاقتصادي بين الهند ودولة الإمارات، فضلاً عن مساهماته في توسيع آفاق التعاون التجاري والاستثماري وزيادة حجم التبادل التجاري بين الجانبين.

الإمارات .. شركات اقتصادية شاملة مع ربع سكان العالم وحقبة جديدة من النمو المستدام

.. أبوظبي -وام:

يوماً بعد يوم.. تخطو دولة الإمارات باستراتيجيات ورؤى مبتكرة في صناعة المستقبل لتعزيز مكانتها مركزاً اقتصادياً عالمياً قائماً على اقتصاد مستدام وشراكة اقتصادية شاملة تستهدف في مرحلتها الأولى 8 دول يشكل عدد سكانها نحو 26% من إجمالي سكان العالم، مدشنة بذلك مرحلة جديدة من التعاون الاستراتيجي مع هذه الدول.

يأتي توجه الإمارات نحو إبرام اتفاقيات الشراكة الاقتصادية الشاملة مع هذه المجموعة المختارة من الأسواق ذات الأهمية الاستراتيجية إقليمياً وعالمياً تنفيذاً لبرنامج الاتفاقيات الاقتصادية العالمية الملن في سبتمبر الماضي ضمن «مشاريع الخمسين» التي تشمل حزمة مشاريع ومبادرات استراتيجية للخمسين عاماً المقبلة، وتستهدف اتفاقيات الشراكة الاقتصادية الشاملة المساهمة في تعزيز النمو المستدام للاقتصاد الوطني ومضاعفته من 1.4 تريليون درهم إلى 3 تريليونات درهم بحلول 2030، ورفع التبادل التجاري مع هذه الأسواق والذي يبلغ 257 مليار درهم بمقدار 40 مليار درهم سنوياً.

وتحقق هذه الشراكات المستهدفة في العام المختارة - ومنها، الهند، أندونيسيا، إسرائيل، جورجيا، كولومبيا، الفلبين، وتركيا - النفاذ إلى الأسواق العالمية واستقطاب الاستثمارات وخلق المزيد من الفرص الجديدة للنمو، كما تشكل هذه الاتفاقيات جسوراً من الشراكة الاستراتيجية مع العالم استناداً للمكانة المرموقة التي اكتسبتها الدولة خلال العقود الماضية ما يوفر مستقبلاً واعداً للاقتصاد والتجارة والاستثمار.

ويستهدف برنامج الاتفاقيات الاقتصادية العالمية ترسيخ مكانة الإمارات بوابة رئيسية للتجارة والاستثمار في العالم ومضاعفة الاقتصاد الوطني وترسيخ نموه المستدام عبر إبرام شراكات اقتصادية مع أسواق واعدة. وتم تحديد قائمة الدول ذات الأولوية لبدء التفاوض معها خلال عام 2021، وفقاً لدراسات الجدوى الاقتصادية التي أعدتها وزارة الاقتصاد، وجرى تشكيل اللجنة العليا للشراكات الاقتصادية العالمية والتي تهدف إلى العمل على تنفيذ برنامج الاتفاقيات الاقتصادية العالمية وصياغة المواقف التفاوضية للدولة لعقد الشراكات الاقتصادية الجديدة بما يسهم في تعزيز الانفتاح على الأسواق العالمية وتنمية التجارة الخارجية.

واعتمد مجلس الوزراء العام الماضي، تشكيل اللجنة العليا للشراكات الاقتصادية للإمارات، وتشرف اللجنة على استراتيجية توسيع الشراكات الاقتصادية لدولة الإمارات مع الأسواق العالمية ووضع تطبيق الخطط التنفيذية المتعلقة بهذا الأمر، بهدف تحقيق الاستفادة القصوى من هذه الشراكات وتطوير الشراكات القائمة حالياً وتوسيع نطاقها وتنويع مجالاتها، فضلاً عن بناء شراكات جديدة مع الشركاء المستهدفين وفتح مجالات وفرص اقتصادية واستثمارية وتجارية جديدة للدولة تساعد في تعزيز النمو المستدام للاقتصاد الوطني ويترأس اللجنة العليا للشراكات الاقتصادية معالي عبدالله بن طوق المري وزير الاقتصاد. كما تم الإعلان عن تشكيل الفريق الوطني المنوط به إجراء المحادثات الهادفة إلى التوصل إلى اتفاقيات الشراكة الاقتصادية الشاملة ويضم ممثلين عن كل الجهات المعنية على المستويين الاتحادي والمحلي.



استكشاف التعاون في المجالات الواعدة التي تسهم في تحقيق النمو الاقتصادي المستدام

سلطان الجابر يلتقي رئيس الحكومة المغربية وعدداً من الوزراء لبحث تعزيز العلاقات الاستراتيجية وفرص الاستثمار المشترك

.. الرباط-وام:

التقى معالي الدكتور سلطان بن أحمد الجابر وزير الصناعة والتكنولوجيا المتقدمة، المبعوث الخاص لدولة الإمارات للتغير المناخي، بحضور سعادة المصري سعيد أحمد الظاهري سفير الدولة لدى المملكة المغربية، مع معالي عزيز أخنوش، رئيس الحكومة المغربية. ونقل معاليه في بداية الاجتماع تحيات قيادة وحكومة وشعب دولة الإمارات إلى المملكة المغربية الشقيقة قيادة وحكومة وشعباً، كما تناول النقاش سبل تعزيز العلاقات الثنائية بين البلدين وفرص الاستثمار والتعاون المشترك في المجالات التي من شأنها أن توصل العلاقات



التاريخية الأخوية الوثيقة بين البلدين الشقيقين. وأكد معاليه خلال لقائه مع رئيس الحكومة المغربية على أن توجيهات القيادة الرشيدة في دولة الإمارات هي استكشاف فرص التعاون والاستثمار المشترك في مجالات حيوية من ضمنها الطاقة التقليدية والمتجددة، والصناعة، والمعادن، والبنية التحتية، والاتصالات، والسياحة، والعقار، والزراعة، والخدمات وغيرها من المجالات الواعدة التي تسهم في تحقيق النمو الاقتصادي المستدام. جاء ذلك على هامش مشاركة معالي الدكتور سلطان بن أحمد الجابر في الدورة الخامسة عشر من مؤتمر الطاقة في الرباط الذي يقام تحت رعاية جلالة الملك محمد السادس، ملك المملكة المغربية الشقيقة،

والذي شاركت فيه دولة الإمارات كضيف شرف. كما التقى معالي الدكتور سلطان بن أحمد الجابر مع عدد من الوزراء والمسؤولين في حكومة المملكة المغربية، حيث عقد اجتماعاً مع معالي ناصر بوريطه وزير الشؤون الخارجية والتعاون الإفريقي والمغاربة المقيمين بالخارج، وتمت مناقشة عدد من القضايا الإقليمية والعالمية ذات الاهتمام المشترك، وأكد الجانبان على أهمية التنسيق والتشاور بين البلدين في هذه الملفات خصوصاً في ظل التطورات الدولية الأخيرة.

وعقد معاليه اجتماعاً آخر مع معالي رياض مزور، وزير الصناعة والتجارة في الحكومة المغربية، لمناقشة سبل تعزيز التعاون في قطاع الصناعة والصناعات المتقدمة،

تنظمه غرفة تجارة دبي وإكسبو 2020 دبي يومي 23 و 24 مارس الجاري

المنتدى العالمي للأعمال لدول أمريكا اللاتينية يستقطب حضوراً حكومياً رفيع المستوى يضم رؤساء دول وثلاثة عشر وزيراً

.. دبي-الجزر:

تستقطب الدورة الرابعة للمنتدى العالمي للأعمال لدول أمريكا اللاتينية 2022 التي تنظمها غرفة تجارة دبي وإكسبو 2020 دبي، برعاية كريمة من صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله"، مشاركة رفيعة المستوى تتمثل في عدد من رؤساء الدول ورئيس وزراء وثلاثة عشر وزيراً ومسؤولاً حكومياً بالإضافة إلى مجموعة كبيرة من كبار الشخصيات وصناع القرار من مختلف دول أمريكا اللاتينية وحوض الكاريبي.

وتقام الدورة الرابعة من المنتدى تحت شعار "اقتصاد راسخ لقد واعد" وتتمحور الدورة حول ثلاث ركائز أساسية: هي: "الإصلاح والتكثيف والنمو"، وثُمام فعاليتها في مركز دبي للمعارض في إكسبو 2020 دبي يومي 23 و24 مارس الجاري بمشاركة من فخامة جايير بولسونارو، رئيس جمهورية البرازيل الاتحادية، وفخامة إيفان دوكي ماركيز، رئيس جمهورية كولومبيا، وفخامة أرييل هنري، رئيس وزراء هايتي، وأكثر من 13 عشر وزيراً ومسؤولاً حكومياً من أمريكا اللاتينية.

وتضم قائمة الحاضرين من دولة



الإمارات مسؤولين حكوميين وصناع قرار أبرزهم معالي الدكتور ثاني بن أحمد الزيودي، وزير دولة للتجارة الخارجية، ومعالي عبدالعزيز الغرير، رئيس مجلس إدارة غرف دبي، وسعادة سلطان بن سليم، رئيس مجلس إدارة غرفة دبي العالمية، وسعادة حمد بوعميم، مدير عام غرف دبي، وفهد القرقاوي، المدير التنفيذي لمؤسسة دبي لتنمية الاستثمار.

وقال سعادة حمد بوعميم، مدير عام غرف دبي: "إن الاهتمام المتزايد من رؤساء ووزراء وكبار الشخصيات من دول جنوب القارة الأمريكية وحوض الكاريبي لحضور المنتدى العالمي للأعمال لدول أمريكا اللاتينية في دورته الرابعة لالة واضحة على المركز الريادي العالمي للإمارات عموماً



ودبي خصوصاً بوصفها عاصمة للمال والأعمال. ونهدف من خلال هذا المنتدى لهئية المناخ الملازم عبر جمع صانعي القرار الاقتصادي وقادة الأعمال البارزين تحت مظلة واحدة لرسم تصورات المشهد الاقتصادي العالمي، وبناء جسور من التعاون الاقتصادي الاستراتيجي بما يسهم في دفع عجلة التنمية، كما يشترك في المنتدى ثلاثة عشر وزيراً ومسؤولاً من أمريكا اللاتينية من بينهم: معالي رودولفو سولانو كيروس، وزير الخارجية في جمهورية كوستاريكا، ومعالي داريل ماثيو، وزير التعليم والعلوم والتكنولوجيا في أنتيغوا وبربودا، ومعالي ميغيل سيارا، وزير الاقتصاد والتخطيط والتنمية في جمهورية الدومينيكان، ومعالي



لورياتو أورتيغا المستشار الرئاسي للاستثمار والتجارة والتعاون الدولي في جمهورية نيكاراغوا؛ ومعالي محمد لاشطار، وزير ومستشار ومفوض بالأعمال لرئيس جمهورية نيكاراغوا إلى إفريقيا والشرق الأوسط والدول العربية؛ ومعالي لويس ألبرتو كاستيلوني وزير الصناعة والتجارة في جمهورية باراغواي.

إضافة إلى ذلك، سيشترك بالمنتدى في دورته الحالية كل من ماركوس تريويخو رئيس بنك التنمية الجديد، ومعالي لورينا كوناخن، نائبة وزير التجارة الخارجية في جمهورية الإكوادور؛ وفخامة ميشال تامر، رئيس البرازيل السابق؛ ومعالي غوستافو موراييس نونيس، عمدة إيبايتيجا في جمهورية البرازيل الاتحادية؛ ومعالي راميرو



سامانييغو، نائب وزير الصناعة في جمهورية الباراغواي؛ ومعالي إستانفانيا لاتيريزا، نائب وزير الاستثمار وترويج الصادرات في جمهورية الباراغواي؛ ودييورا ريفاس سافيدرا، نائب وزير التجارة الخارجية والاستثمار في جمهورية كوبا؛ ومعالي ماورييسيو كلايفر كاروني، رئيس بنك التنمية للبلدان الأمريكية، ومعالي مارثا ديلغادو نائب وزير الخارجية المكسيكي للشؤون المتعددة الأطراف في المكسيك. ويعد المنتدى العالمي للأعمال لدول أمريكا اللاتينية 2022 جزءاً من سلسلة منتديات الأعمال العالمية الرائدة لخرقة دبي، التي أطلقت في عام 2013، والتي استكشفت الإمكانيات الاقتصادية في إفريقيا ومنطقة الآسيان وأمريكا اللاتينية.

أبوظبي البحرية تطلق حزمة من المشاريع التطويرية تتضمن إنشاء مراسٍ ومحطات بحرية وعبارات حديثة

.. أبوظبي-وام:

أعلنت أبوظبي البحرية، التابعة لمجموعة موانئ أبوظبي، بالتعاون مع دائرة البلديات والنقل في أبوظبي، عن إطلاق عدد من المشاريع يتم بموجبها إنشاء مراسي ومحطات بحرية في أبوظبي، إلى جانب خططها الرامية إلى تعزيز خدمات العبارات النظفنة لإعانة التدوير، وشركة سينسوتيك في المملكة المتحدة، وفي خطوة تعد الأولى من نوعها في منطقة الشرق الأوسط، تتميز تقنية إنترنت الأشياء (IoT)، بأنها ستسهم في تمكين محطة معالجة مخلفات الهدم والبناء من زيادة وقت التشغيل إلى الحد الأقصى مع تحسين كفاءة الطاقة، حيث تعمل من خلال مستشعرات الحركة اللاسلكية الذكية على مراقبة أصول وأليات العمل في المحطة، وربط كل جهاز بالمتصلة السحابية التي تسمح بتحليل مفصل لحالة الجهاز. وباستخدام التقنية تعمل أنظمة المراقبة اللاسلكية في المحطة على

مشروع مرسى وتطوير المحطة البحرية في منطقة جبل الظنة ومن المقرر الانتهاء من إنجازه في الربع الثالث من عام 2023. وستوفر هذه المشاريع التطويرية، محطات بحرية ذات تصميم عصري، خدمات مختلفة من ضمنها مرافق رسو، مواقف جافة، ومنزائل، إلى جانب مناطق مخصصة للأطعمة والمشروبات ومنافذ بيع. ستسهم هذه المشاريع في تميز البنية التحتية البحرية في الإمارة وزيادة عدد مرافق الرسو والمواقف الجافة ب 246 موقف جديد. بدورها ستسهم العبارات الجديدة في تحسين خدمات النقل البحري بجزيرة العالية وجزيرة دلم، وستزيد من الطاقة الاستيعابية



قياس صحة وحالة الأجهزة مثل درجة الحرارة ومعدل الاهتزاز لكل دقيقة، مما يوفر المعلومات اللازمة التي تقلل من احتمالية توقف الأجهزة عن العمل، وزيادة العمر الافتراضي لها وبالتالي تحسين الكفاءة الكلية للمصنع. وبهذا الصدد قال المهندس عبد الحسن مبارك

الكثيري، مدير إدارة المشاريع والمنشآت في مركز أبوظبي لإدارة النفايات (تدوير): "إن تطبيق تقنية إنترنت الأشياء (IoT) في محطة معالجة مخلفات الهدم والبناء التابعة للمركز، يسهم مع جهود "تدوير" الرامية إلى مواكبة وتوظيف أحدث التقنيات والتكنولوجيا

المتطورة في المنشآت والمرافق التابعة لها وبما يحقق مستهدفات المركز الاستراتيجية الرامية إلى بناء أنظمة متكاملة لإدارة النفايات ومعالجتها من خلال بناء شراكات واسعة مع الجهات المختصة والاستثمار في الأصول والموارد المالية والتقنية، حيث ستسهم التقنية الأولى من نوعها في الشرق الأوسط بفضل التكنولوجيا المتطورة التي تتميز بها.. ومن جانبه قال أحمد طاهر، المدير العام لشركة الظفرة لإعادة التدوير: يسرنا أن تكون أول من يستخدم حلول مراقبة الحالة اللاسلكية في المنطقة والتي ستسهم في إبلاغ برامج الصيانة الخاصة بنا في الموقع. ولقد قمنا بتركيب أجهزة استشعار على الأصول الهامة والآليات مثل المطاحن والشاشات الأقفية، حتى تتمكن من منع توقف الأجهزة غير المخطط له وتحسين الكفاءة في الموقع، وذلك بما يتماشى مع أهداف الإنتاج



المستدامة، إذ أنه ومن خلال ضمان تشغيل الأجهزة بكفاءة، فإننا على منع حوادث فشل الآليات الخطيرة والمكلفة.. وبدوره قال أدير بوداود المدير التنفيذي لشركة سينسوتيك: " تعتبر محطة معالجة مخلفات الهدم والبناء التابعة لمركز أبوظبي لإدارة النفايات (تدوير) أول من طبق تقنية إنترنت الأشياء وعمل على توظيف حلولنا الشاملة لتحسين كفاءة المعدات والأجهزة في منطقة الشرق الأوسط، وننتقل مع خلال التعاون مع "تدوير"، وشركة الظفرة لإعادة التدوير إلى المساهمة في تحسين كفاءة وفعالية العمل في المحطة، والمساهمة في دعم التحول نحو تطبيقات الاقتصاد الدائري في قطاع إدارة النفايات..

26

اجتماع الجمعية العمومية السابع والثلاثين



تجربة الإقراض للشركات الصغيرة والمتوسطة



وزارة المالية تنظم ورشة عمل حول مشروع جمع إحصاءات مالية الحكومة

The screenshot displays a Zoom session with a presentation slide titled "معايير العرض:" (Presentation Standards:). The slide features a central target icon with an arrow hitting the bullseye. To the left of the target are four orange circular icons containing Arabic text, and to the right are two more such icons. At the bottom left, there's a small logo for "الجمعية الوطنية للتعليم" (National Association for Education) and its website "www.nae.edu.jo".

- استعراض القوائم القصيرة
- التوضيح لطعام الاستعجال
- طريقة التفكير
- توضيح الجوانب التي تحتاج اهتماماً
- أهمية البيانات الكمية
- استخدام أدوات العرض

On the right side of the screen, there's a "More activities" panel and a video feed showing three participants. One participant is speaking, indicated by a red bar at the bottom of their video frame.

الفجر

27 مليار درهم إيرادات مجموعة «يلا المحدودة» في 2021

.. دبي-وام:

حققت مجموعة “يلا المحدودة” نمواً في الإيرادات بنسبة 102.4% لتصل إلى مليار و2 مليون درهم في العام 2021 فيما بلغ صافي ربح المجموعة 464.57 مليون درهم بنسبة نمو 97.7% لعام 2021 مقارنة بالعام 2020 والتي سجلت فيها أرباح وصلت 235 مليون درهم بحسب البيانات المالية الصادرة أمس عن المجموعة. وارتفعت إيرادات الربع الأخير من العام الماضي بنسبة 39.7 ؟ على أساس سنوي لتصل إلى 248.2 مليون درهم، بينما ارتفع صافي الربح غير المطابق للمبادئ المحاسبية المقبولة عموماً إلى 101.3 مليون درهم بنسبة نمو بلغت 18.1% على أساس سنوي في حين ظل صافي هامش الربح مرتفعاً بنسبة 40.8%. كما نما متوسط عدد المستخدمين النشطين شهرياً بنسبة 71.0 % من 16.4 مليون في الربع الرابع من عام 2020 إلى 28.1 مليون في الربع الرابع من عام 2021. وقال يانغ تاو رئيس مجلس إدارة مجموعة “يلا المحدودة” بالنتائج المالية التي حققتها المجموعة، مؤكداً أن العام المالي الماضي كان حافلاً بالنجاحات والإنجازات حيث واصلت الشركة مسيرة نموها وتوسع نطاق أعمالها من خلال مبادرات التنمية والاستثمار والتعاون المشترك. ومن جهته أكد صيفي إسماعيل، رئيس مجموعة يلا المحدودة سعي الشركة مواصلة زخم نموها من خلال توسيع قاعدة المستخدمين وتعزيز قدراتها على زيادة الدخل. مشيراً أن الربع الرابع من العام المالي الماضي شهد تحقيق نمواً كبيراً في إيرادات المجموعة حيث ارتفعت بنسبة 39.7% على أساس سنوي لتصل إلى 248.2 مليون درهم.

إحصاء أبوظبي يوقع اتفاقية تعاون مع إيكونوميست إمباكت العالمية

.. أبوظبي-وام:

وقع مركز الإحصاء في أبوظبي اتفاقية مع إيكونوميست إمباكت العالمية ضمن جهود المركز لإعداد دراسات بحثية لتطوير مؤشرات جودة الحياة في إمارة أبوظبي عبر شبكة متكاملة من البيانات الإحصائية الدقيقة لمجالات الرعاية الصحية والثقافة والبيئة والتعليم والبنية التحتية. وتأتي هذه الاتفاقية في إطار خطة المركز لتطوير منظومة العمل الإحصائي في الإمارة وزيادة حجم البيانات والمعلومات المستخدمة في تحسين مؤشرات جودة الحياة بناءً على رؤى وتحليلات تراعي أهم المتغيرات والتحديات الاقتصادية والاجتماعية. ويطور المركز هذه الرؤى والتحليلات الإحصائية لاستخدامها في بناء تصورات مدروسة تدعم صنع القرار وتستشرف مستقبل أهم الأنشطة الاقتصادية والاجتماعية. وفي هذا الإطار، تعمل إيكونوميست إمباكت على إجراء دراسات متخصصة يمكن الاعتماد عليها في التعرف على فرص التحسين والتطوير.

وقال سعادة أحمد محمود فكري مدير عام مركز الإحصاء في أبوظبي بواصل المركز العمل على بناء شبكة متكاملة للمعلومات والبيانات الإحصائية والتطبيقات المتطورة التي توفر مؤشرات إحصائية موثوقة لرصد التقدم المحرز في تنفيذ رؤية أبوظبي 2030 وتحسين جودة الحياة في الإمارة. وأضاف في هذا الإطار، يتخذ المركز خطوات مدروسة نحو تطوير القدرات الإحصائية للإمارة من خلال بناء شراكات استراتيجية مع القطاعين العام والخاص لتوفير حزمة متكاملة من خدمات المسوح، واستطلاعات الرأي والاستشارات الإحصائية التي ترقي بجودة البيانات الإحصائية في أبوظبي.

من جانبه، قال دانيال موريس، المدير التجاري لمؤسسة إيكونوميست إمباكت.. تنطلق إلى العمل مع مركز الإحصاء – أبوظبي، وتوفير الدعم المطلوب في عملية جمع البيانات المحلية وإعداد تقارير تعكس سمات وخصائص الإمارة مع تحديد أولويات التطوير بها.

يذكر أن مركز الإحصاء في أبوظبي أطلق مؤخراً منصة التحليل والاستقراء كمنظومة متطورة توفر بيانات إحصائية ونماذج تحليلية وعمليات محاكاة متقدمة باستخدام أحدث تقنيات الذكاء الاصطناعي في مجال تحليل البيانات، وتوفر المنصة لصناع القرار إمكانية دراسة أثر الخطط والسياسات في شتى القطاعات كما يمكنها التنبؤ بالمتغيرات بما يحقق أعلى درجات الكفاءة في الإدارة وتكامل الموارد.

طيران الإمارات تطلق رحلات يومية إلى تل أبيب اعتباراً من 23 يونيو

.. دبي - وام:

تبدأ طيران الإمارات تشغيل رحلاتها اليومية إلى تل أبيب اعتباراً من 23 يونيو المقبل.. مستخدمة طائراتها الحديثة من طراز بوينج 777-300ER.

وتطلع عدنان كاظم الرئيس التنفيذي للعمليات في طيران الإمارات للترحيب بالمسافرين على متن رحلاتنا الموجهة إلى ومن تل أبيب هذا الصيف وتزويدهم بقدرات اتصال كبيرة تتيح لهم السفر إلى وعبر مركزنا في دبي وذلك في ظل استمرارية التخفيف من القيود المفروضة على السفر حول العالم بسبب جائحة “كوفيد-19” وفتح المزيد من الدول أبوابها أمام الزوار..

وقال “إنه بالإضافة إلى إطلاق الطلب الكامن على السفر فإن بدء تشغيل رحلات طيران الإمارات إلى إسرائيل سوفهر المزيد من الخيارات للسفر إلى مختلف أنحاء العالم وأيضاً اتاحة المزيد من الفرص للمستهثمرين ورجال الأعمال وممثلي الشركات لزيارة دبي والكثير من الوجهات ضمن شبكة رحلاتنا التي تضم نحو 130 وجهة فضلاً عن التمتع بالضيفة المتميزة التي اشتهرت بها طيران الإمارات عالمياً وتجربة السفر النوعية الحائزة على العديد من الجوائز العالمية المرموقة..

وأكد التزام طيران الإمارات بإتاحة فرص جديدة للشركات والسياحة وتعزيز الروابط الثنائية بين الإمارات وإسرائيل.. معرباً عن ثقته بأن الخدمات الجديدة سيكون لها تأثير إيجابي يتمثل في تحسين مستويات اتصال إسرائيل بالوجهات العالمية الرئيسية.. موجهاً شركه لجهات المعنية في الإمارات وإسرائيل على دعمهما المستمر الذي أتاح تقديم هذه الخدمات.



افتتحت مهرجان «سكة للفنون والتصميم» في نسخته العاشرة

لطيفة بنت محمد: نعمل على تحقيق رؤية محمد بن راشد بجعل دبي عاصمة للاقتصاد الإبداعي بحلول 2025 نسعى لاستقطاب الطاقات المبدعة العالمية وتشجيعها على تأسيس أعمالها في دبي تعزيزاً لفرص النهوض بالاقتصاد الإبداعي

.. دبي-وام:

والفائتة، عاكساً المشهد الفني المزدهر في دبي. وأضافت سمو الشيخة لطيفة قائلة “تعتبر يكون المهرجان من مبادرات دبي للثقافة ضمن جهودنا العديدة لتمكين الفنانين والمبدعين وغيرهم من رواد الأعمال في مجال الصناعات الإبداعية من عرض أعمالهم ومنتجاتهم الفنية والثقافية في المساحات الفنية، امتداداً لمساعدتنا نحو جعل الإمارة مركزاً ثقافياً رائداً وتطوير بيئة مستدامة للقطاعات الثقافية والإبداعية.. يشارك في مهرجان “سكة” هذا العام أكثر من 250 فناناً سواء بالحضور الفعلي أو عن بعد، والذين عملوا على تطوير أعمالهم الفنية من وحي شعاره: من بينهم 79 فناناً إماراتياً يشاركون حضورياً ويشكلون 50% من إجمالي عدد المشاركين، بالإضافة إلى 34 فناناً عربياً مقيمين في دولة الإمارات والخليج العربي و45 فناناً من الفنانين الأجانب المقيمين في دولة الإمارات ودول الخليج العربي. ويقدم مهرجان سكة للفنون والتصميم هذا العام عدداً من المشاريع الخاصة: منها “بيت سكة” و “بيت التصميم

وأكدت سموها أهمية هذه الاحتفالية الفنية المتميزة محلياً وإقليمياً، وقالت “بعد مهرجان سكة للفنون والتصميم الحدث الأبرز من نوعه على خارطة الفنون في المنطقة، وهو من الفعاليات ذات الأهمية الكبيرة بالنسبة لنا في دبي للثقافة؛ إذ يوفر مهرجان سكة منصة فريدة للمواهب الناشئة محلياً وخليجياً لعرض جديد إبداعاتهم، وذلك ضمن التزامنا برعاية رواد المستقبل في مجال الفنون والثقافة، واستقطاب الطاقات المبدعة العالمية وتشجيعها على تأسيس أعمالها في دبي، والذي يسهم في النهوض بالاقتصاد الإبداعي للإمارة بينما نواصل مسيرتنا نحو تحقيق أهداف استراتيجية دبي للاقتصاد الإبداعي التي أطلقها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، والرامية إلى جعل دبي عاصمة عالمية للاقتصاد الإبداعي بحلول 2025..

وأضافت سمو رئيسة دبي للثقافة “يقدم مهرجان سكة في أحد أهم الأحياء العريقة في دبي وهو حي الفهيدى، وعلى

افتتحت سمو الشيخة لطيفة بنت محمد بن راشد آل مكتوم، رئيسة هيئة الثقافة والفنون في دبي “دبي للثقافة” عضو مجلس دبي.. النسخة العاشرة من “مهرجان سكة للفنون والتصميم” الذي يشكل أحد أهم مكونات المشهد الإبداعي للإمارة، وتتواصل فعالياته خلال الفترة من 15 إلى 24 مارس الجاري 2022 في حي الفهيدى التاريخي، في إطار موسم دبي الفني 2022، متضمناً مجموعة متنوعة من المبادرات الرائدة والشراكات الجديدة. وقامت سموها بجولة في أرجاء المهرجان الذي ينطلق هذا العام تحت شعار “نحتفي بالنش، نحتفي بالازدهار”، واطلعت على جانب من الأعمال الفنية المعروضة وأبرز الفعاليات التي يضمها، معربة عن تقديرها للفنانين المشاركين في المهرجان الهادف لإتاحة منصة تجمع شتى أنواع الفنون ونحتفي بالمواهب الواعدة والفنانين الشباب من الإمارات والمنطقة، ترسيخاً لمكانة دبي مدينة عالمية للإبداع وحاضنة للمبدعين.

يعد صعب الشبكة والمسؤول عن التحكم بجميع العمليات التشغيلية لشبكة السكك الحديدية. كما اطلع معاليه على أنظمة تشغيل القطارات، وتجرول في مرافق المركز ومنشأته التي تشهد تطوراً ملموساً على صعيد الأعمال الإنسانية وفق أعلى المعايير والمستويات العالمية، وبما ينسجم مع الخطة الزمنية المعتمدة من قبل الشركة. وخلال الزيارة، استمع معاليه إلى شرح من الكوادر الوطنية ومديري المشروع والمهندسين حول تقدم سير العمل في مشروع قطار الاتحاد، وربطه مع دول مجلس التعاون الخليجي، بالإضافة إلى اطلاعه على النموذج التشغيلي للمشروع، ومحطات قطار الشحن، وأهم إنجازات المرحلة الأولى وتطورات المرحلة الثانية



سهيل المزروعي يتفقد تقدم سير عمل مشروع قطار الاتحاد في إمارة أبوظبي

.. أبوظبي-الفجر:

في الآونة الأخيرة بما فيها توقيع اتفاقية بين شركة الاتحاد للقطارات وبينك أبوظبي الأول، وذلك لتمويل مشروع خدمات السكك الحديدية لنقل الركاب بقيمة 1.990 مليار درهم إماراتي، حيث يتولى بنك أبوظبي الأول بموجبه مهام النظم الرئيس المعتمد للفرض. وأشاد معالي وزير الطاقة والبنية التحتية خلال الجولة، بالتقدم الذي حققه مشروع “قطار الاتحاد” ويجهود شركة الاتحاد للقطارات والموظفين الذين يعملون على إنجاز المشروع، والذين برهنوا من خلاله التزامهم بتنفيذ المشروع بخطوات متسارعة ومدروسة وفق أفضل المماريس والممارسات العالمية المتبعة.

ومن جانبه، توجه سعادة شادي ملك، الرئيس التنفيذي لشركة الاتحاد للقطارات، بالشكر لوزارة الطاقة والبنية التحتية ولمعالي سهيل المزروعي، وزير

المركز الرئيس للتشغيل والصيانة الذي يعد صعب الشبكة والمسؤول عن التحكم بجميع العمليات التشغيلية لشبكة السكك الحديدية. كما اطلع معاليه على أنظمة تشغيل القطارات، وتجرول في مرافق المركز ومنشأته التي تشهد تطوراً ملموساً على صعيد الأعمال الإنسانية وفق أعلى المعايير والمستويات العالمية، وبما ينسجم مع الخطة الزمنية المعتمدة من قبل الشركة. وخلال الزيارة، استمع معاليه إلى شرح من الكوادر الوطنية ومديري المشروع والمهندسين حول تقدم سير العمل في مشروع قطار الاتحاد، وربطه مع دول مجلس التعاون الخليجي، بالإضافة إلى اطلاعه على النموذج التشغيلي للمشروع، ومحطات قطار الشحن، وأهم إنجازات المرحلة الأولى وتطورات المرحلة الثانية

تفقد معالي سهيل المزروعي في الزيارة، سعادة المهندس حسن محمد جبعة المنصوري، وكيل الوزارة لشؤون البنية التحتية والنقل، وكان في استقبالهم سعادة شادي ملك، الرئيس التنفيذي لشركة الاتحاد للقطارات، وعدد من المسؤولين في الشركة، حيث تفقدوا موقع إنشاء

تفقد معالي سهيل المزروعي في الزيارة، سعادة المهندس حسن محمد جبعة المنصوري، وكيل الوزارة لشؤون البنية التحتية والنقل، وكان في استقبالهم سعادة شادي ملك، الرئيس التنفيذي لشركة الاتحاد للقطارات، وعدد من المسؤولين في الشركة، حيث تفقدوا موقع إنشاء

موارد الشارقة تنظم برنامجاً دولياً للتسويق الرقمي للباحثين عن عمل

.. الشارقة-الفجر:

وقد تم تطوير مقرر البرنامج بناءً على آراء مستخدمي الحاسوب والخبراء المهتمين بالمجال والمهنيين من المربين المحترفين في التسويق الرقمي من جميع أنحاء العالم.

فيما يتعلق بتغطية المهارات الأساسية والمفاهيم الرئيسية المتعلقة بالتسويق الرقمي، ويحصل المشاركون عند اجتياز البرنامج على شهادات تدريبية معتمدة في المجال.

المجتمع وتطويره، ويأتي تماشياً مع رؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى، حاكم إمارة الشارقة، بما يتعلق بتنفيذ البرامج التطويرية والتأهيلية التي تهدف إلى رفع كفاءة الكوادر الوطنية الوظيفية وتعزيز قدراتها العلمية والمهنية. ولفت إلى أن توفير الكوادر الوطنية المؤهلة والمتحلية بالمعرفة والخبرات العملية لفرص العمل المتاحة يأتي عبر تصميم برامج تدريبية مهنية ممنهجة، تحقق التكيف مع المتغيرات على الساحة المحلية والعالمية. وقال، إن أهمية تدريب الباحثين عن عمل من خريجي تخصص التسويق وإدارة الأعمال على برنامج التسويق الرقمي يأتي من أجل رفع كفاءة هؤلاء الباحثين وتحقيق رؤية الاستثمار الأمثل في الموارد البشرية. كما أشاد سعادته بالإمكانيات والخبرات

تنظم دائرة الموارد البشرية بالشارقة بالتعاون مع جامعة الشارقة برنامجاً تأهلياً دولياً في التسويق الرقمي لفئة الباحثين عن عمل من خريجي تخصص التسويق أو إدارة الاعمال. ويقام خلال الفترة من من 14 وحتى 23 مارس الحالي. ويقام البرنامج الدولي المعتمد من مؤسسة الرخصة الدولية (Digital Marketing Certification) والذي نظمته الدائرة، بمركز التعليم المستمر والتطوير المهني بجامعة الشارقة، عن طريق نظام التعليم عن بعد عبر منصة البلاك بورد (Blackboard). ويديره أكد سعادة الدكتور طارق بن سلطان بن خادم عضو المجلس التنفيذي رئيس الدائرة، أن البرنامج يبرز من تنفيذ الخطة الوطنية لتنمية

تنظم دائرة الموارد البشرية بالشارقة بالتعاون مع جامعة الشارقة برنامجاً تأهلياً دولياً في التسويق الرقمي لفئة الباحثين عن عمل من خريجي تخصص التسويق أو إدارة الاعمال. ويقام خلال الفترة من من 14 وحتى 23 مارس الحالي. ويقام البرنامج الدولي المعتمد من مؤسسة الرخصة الدولية (Digital Marketing Certification) والذي نظمته الدائرة، بمركز التعليم المستمر والتطوير المهني بجامعة الشارقة، عن طريق نظام التعليم عن بعد عبر منصة البلاك بورد (Blackboard). ويديره أكد سعادة الدكتور طارق بن سلطان بن خادم عضو المجلس التنفيذي رئيس الدائرة، أن البرنامج يبرز من تنفيذ الخطة الوطنية لتنمية





GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة التنفيذ



DUBAI COURT

70021

العدد ١٤٩٤ بتاريخ ٢٠٢٢/٣/١٦

إعلان بالنشر

إلى المقتضى ١/د - محمد عمر سفر - (جوجل محل الامانة)

٢٠٢١/٢٠٢٢/٧٨٩ تنفيذ تجاري

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر - تفاصيل الإعلان بالنشر

بما أن الطالب التنفيذ/ محمد عمر سفر (الشرق الاوسط) ش.م.ب (م) الامارات (حاليا) شركة امريكان اكسبرس (الشرق الاوسط) ش.م.ب (سابقا)

قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه ولزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٥٧٠٣٠) درهم إلى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة.

وعليه فإن المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة



GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة دبي الابتدائية



محكمة دبي
DUBAI COURT

70197
العدد ١٢٩٤٤ بتاريخ ٢٠٢٢/٣/١٦

اعلان بالشر

في المنازعة رقم: ١١١/٢٠٢٢/٢٦٥ نزاع تجاري

المطروحة، في الشقوة الدوينة للمنازعة القائمة رقم ٧٥٧

موضوع المنازعة : المطالبة بالزام الدائم عليها عليه بسداد مائة الف درهم (٣٥.٠٠٠) درهم والرسوم والمصاريف والتعاقب

مطالبة والالفة بدوافع : في تاريخ الاستحقاق والقيمة وحتى السداد التام

مطالبة والالفة في سبيلان من سلطة الشمرى

شروط الاعتراف : اقراره في - الخرافات - دورى - شارع ال مكتوم - مبنى الوريم - مكتب ٢٠٢٢ - بجوار برج

الضمانات : وطلبته، عوسى سبيس سبي العاومى

الطوبى لاهلام : اقراره بيبالده سداد الف درهمين ٢٠٢٢/٣/١٦ ابراهيم محمد ابراهيم اوسامود بسفقت الضمنية

وبصفته مدير روباى لجد تجارة الخضار والفواكه د.م.د. - روباى لجد لتجارة الخضار والفواكه د.م.د.

مستوفى : منازع ضدهم

مستوفى : الإعلان : اقراره منهن للخصومة قررنا بماتية الحضورى بالزام الضدهم بان يودوا بالتضامن

للمتازع مبلغ خمسة مائت واثلاثون الف درهم والالفة القانونية بدوافع : في تاريخ المطالبة القضائية الحاصل في

٢٠٢٢/٣/١٦ وحتى تمام السداد وبتزامهم بالضرروقات وبمبيع الف درهم مقابل انحاب المحاماة ورفضهم ماعدا

كلذ من مطالبات

رئيس القسم



GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة دبي الابتدائية



DUBAI COURTS

70392

العدد ١٣٤٩٤ بتاريخ ٢٠٢٢/٤/١٦

اعلان محضر حجز بالنشر

في التصفية رقم ٢٠٢٢/٢١١/٤ تنفيذ عقاري

المطوية، بـ دائرة التفتيش الرامية رقم ١٨٩

موضوع التصفية: تنفيذ الحكم الصادر بـ الدعوى رقم ٢٠٢١/٢٨٩ عقاري جزئي والعدل بالاستئناف

إرقام: ١٥٨٩/٢٠٢٠، ١٥٨٣ عقاري، بسداد المبلغ بـ وقدره (١,١٣٢,٨٤٠) درهم شامل الرسوم

والخصايف.

طالب التصفية: شركة الدار للخدمات

مجلس الإدارة: علي بن محمد خليفة - شارع برج خليفة - برايم تاور - الطابق العاشر - هاتف فاكس: ٣٣٣٢٠٠٠ - ٣٣٣٢٠٠٠، فاكس: ٣٣٣٢٠٠٠ - ٣٣٣٢٠٠٠، رقم مكالمة: ٥٥٣٨٩٨٨٩٨٩

ويتمتع عبدالله محمد حاجي علي العوضي

المطلوب اعلانه: ١- في اتيش اواي للتطوير العقاري ش.م.ح. - صفته: منفذ ضده

موضوع الإعلان: فتح باب له التحجز على اموالكم الخاصة (وعدة عقارية - دبي - جزر العالم - رقم الاذن: ١٥٨٠) - العميل: the - d - dv - 01 - نوع المعاف: فيلا - بنايا على قرار المحكمة الصادر بتاريخ: S.DATE&

رئيس الشعبة

[illegible][illegible]

 حكومة دبي GOVERNMENT OF DUBAI	حكومة دبي محاكم دبي	 محاكم دبي DUBAI COURTS
70392	العدد ١٤٩٤ بتاريخ ٢٠٢٢/٢/١٦ انذار عدلي بالنشر رقم: 59230 / 2022  المُنذر: بنك دبي الإسلامي (ش.م.ع.) المُنذر إليه: أيمن عبدالقادر عبدالقادر خليف - (مجهول محل الإقامة) مصلحة الاعلان بالنشر يُنذر المُنذر المُنذر إليه بالآتي: - أولاً - سداد مبلغ المديونية والبالغ قيمته 4321.00 درهم - ثانياً - خلال المواعيد القانونية - ثانياً - إذا لم يتم الدفع المثل بسداد المبلغ سوف يقوم المُنذر باللجوء الى المحكمة المختصة لتأدين بيع السيارة المرهونة لصالح بنك دبي الإسلامي رقم 13656 خصوصي دبي ١١ ماركة نيسان جوك موديل 2015 اللون احمر له وفاء للتدبير المستحق على المُنذر إليه والبالغ قيمته 4321.00 درهم) الرجاء العدل	

منوعات الفكر

30

• فاهم القاسمي: الشارقة تحتضن
الكتاب بيد والطفل باليد الأخرى
• أحمد العامري: نستضيف أكثر
من ثلاثين كاتباً ورساماً وقاصّاً
وناشراً من الإمارات والعالم العربي



تحل ضيف شرف على الدورة الـ 59 من المعرض بين 21 و24 مارس الجاري

الشارقة تستعد لتمثيل الثقافة الإماراتية والعربية في معرض بولونيا لكتاب الطفل 2022

•• الشارقة- الفجر:

إلى عاصمة الثقافة الأوروبية بولونيا الإيطالية، موطن أقدم الجامعات في أوروبا، تنقل الشارقة تاريخ وراهن الشهد الثقافي الإماراتي والعربي، حيث يحتفي بالإمارة المعرض الأبرز عالمياً المخصص لأدب الأطفال "معرض بولونيا لكتاب الطفل"، فتسجل الشارقة تاريخ المدينة العربية الأولى في هذا التكريم منذ انطلاق المعرض قبل قرابة الـ 60 عاماً.

وتقدّم الإمارة خلال المعرض الذي يقام في دورته الـ 59 في الفترة من 21 إلى 24 مارس

2022، أبرز جهود النهوض بكتاب الطفل الإماراتي والعربي، وأهم الفعاليات التي تقودها الشارقة للارتقاء بمعارف الصغار وبناء أجيال واعية مدركة لقيمة العلم والأدب، حيث تشرف "هيئة الشارقة للكتاب" على برنامج الإمارة في المعرض وما يشتمل عليه من فعاليات وأنشطة ثقافية وإبداعية وتراثية.

وتعرض الشارقة في جناحها الخاص نماذج من التجارب المحلية والعربية في مجال أدب الطفل لتتضع زوار المعرض أمام صورة حيّة لواقعها في المنطقة بما يمثلها من امتداد يتصل بجنود الأدب العالمي والإنساني، وتوفر الفرصة لنخبة

من صناع كتاب الطفل والرسامين الإماراتيين والعرب لعرض تجاربهم والاطلاع على تجارب نظرائهم المشاركين في المعرض من ثقافات ودول مختلفة.

وحول رؤية الشارقة ومشاركتها في "معرض بولونيا الدولي لكتاب الطفل"، قال الشيخ فاهم القاسمي، رئيس دائرة العلاقات الحكومية في الشارقة، رئيس وفد الشارقة المشارك في المعرض: "فخورون بحضور الشارقة ضيف شرف على معرض بولونيا لكتاب الطفل، هذه الإمارة التي تحتضن الكتاب بيد والطفل بيد أخرى لتستكمل مشهدها التنموي للحاضر والمستقبل."

وأضاف الشيخ فاهم القاسمي: "من خلال مشاركتنا سنقدم تجربة الشارقة التي استحققت لقب مدينة صديقة للأطفال واليا فاعين لمرتين، الأمر الذي يجسد سياسات الإمارة تجاه الأطفال والتي تشمل خلق فضاءات تفاعلية آمنة وتنمية الوعي والقيم والأخلاق النبيلة من خلال تنفيذ جملة من البرامج والمبادرات المستدامة التي تركز على التنمية الثقافية والمعرفية للأطفال .. وتابع الشيخ فاهم القاسمي: "معارض كتب الأطفال فضاءات ثقافية إنسانية مشتركة، تعرض أكثر من مجرد كتب، بل تقدم فيها كل أمة أمانها المستقبلية المعلقة على الأجيال القادمة، لهذا نحن حريصون على استمرارية مشاركة إمارة الشارقة بها، وحريصون على كل مرة على أن يجمع برنامج مشاركتنا بين تسليط الضوء على خصوصية التجربة الثقافية للأطفال في الإمارة من ناحية، والمساهمة في صياغة تجربة عالمية



العربية إلى الإيطالية. وتقدم الشارقة خلال مشاركتها في المعرض تجارب مؤسسات ومبادرات ثقافية تجسد رؤية الإمارة على أرض الواقع تجاه صناعة الكتاب والنهوض بالحراك الثقافي والمعرفي، حيث يشارك ضمن جناح الإمارة كل من: هيئة الشارقة للكتاب، واتحاد كتاب وأدباء الإمارات، وهيئة الشارقة للإذاعة والتلفزيون، وجمعية الناشرين الإماراتيين، ومدينة الشارقة للنشر، ودائرة الثقافة في الشارقة، ومعهد الشارقة للتراث، والمجلس الإماراتي لكتب اليافعين، ومجموعة كلمات، ومؤسسة كلمات، وبيت الحكمة، وثقافة بلا حدود، ومبادرة 1001 عنوان.

التعاون والعمل المشترك بين الناشرين والأدباء والرسامين العرب والإيطاليين، وتتميز مشاركة الشارقة ضيف شرف "معرض بولونيا لكتاب الطفل" بركن دعم الرسامين الذي يستضيف عدد من الرسامين والمؤلفين الإماراتيين والعرب، كما تتضمن مشاركة الإمارة عدة فعاليات وجلسات قرائية، وعروض أفلام، وورش عمل تنظمها جناحها بالمعرض، وفي "مكتبة سلايوسا"، المكتبة العامة الرئيسية في بولونيا، و "مسرح تيستوني"، وغيرها من المعالم الثقافية في بولونيا، كما ستقدم "هيئة الشارقة للكتاب" 17 كتاباً للطفل، من تأليف نخبة من الكتاب الإماراتيين، مترجمة من اللغة

إنسانيّة للطفل في كل مكان.. بدوره قال سعادة أحمد بن ركاض العامري، رئيس هيئة الشارقة للكتاب: "في الدورة التاسعة والخمسين من "معرض بولونيا لكتاب الطفل" لا تحل الشارقة ضيف شرف على المعرض وحسب، وإنما تحل الثقافة الإماراتية والعربية كلها في إيطاليا، فحن في الشارقة أبناء مشروع حضاري كبير، يمضي برؤية الحاكم الحكيم، صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، ويقوم على بناء جسور التواصل بين الثقافة

الإماراتية والعربية وكل ثقافات العالم.. وكشف رئيس هيئة الشارقة للكتاب حجم مشاركة الإمارة في المعرض، بقوله: "ستستضيف عبر برنامج متكامل من الأنشطة والفعاليات أكثر من ثلاثين كاتباً ورساماً وقاصّاً وناشراً من دولة الإمارات العربية المتحدة والعالم العربي يقدمون جلسات نقاشية وورش عمل وجلسات قرائية في مسعى لتعزيز تبادل الخبرات والتجارب مع نظرائهم الأوروبيين والإيطاليين ولتسليط الضوء على التجارب الرائدة للإمارات وتعريف الجمهور الإيطالي بأدب الطفل العربي، إذ تنتعل أن يكون هذا الحضور فرصة لمزيد من

مهرجان دبي للكوميديا 2022 ينطلق 12 مايو المقبل

والسياحة بدبي: "يسعدنا أن نطلق مهرجان دبي للكوميديا مجدداً بعد موسمين من النجاحات اللاحقة. فيما يؤكد المهرجان أهميته وتميزه من خلال توفير منصة مميزة تجمع نخبة من أفضل المواهب في المنطقة والعالم.. وتتطلع إلى رؤيتكم في دبي التي كانت من أوائل المدن العالمية التي استأثفت الأنشطة والفعاليات بكامل طاقاتها مع حرصها في ذات الوقت على المحافظة على سلامة الجميع إلى جانب أنها تعتبر مركزاً عالمياً لاستضافة الفعاليات الكوميدية والترفيهية.."

ويوفر مهرجان دبي للكوميديا منصة لأفضل عروض الكوميديا وكذلك الموهوبين في العالم وللمواهب من مختلف الأعمال والثقافات في الإمارات والمنطقة لإبراز مهاراتهم وقدراتهم الفنية.

وقدم مهرجان دبي للكوميديا في دوراته السابقة العديد من العروض المتميزة والناجحة بمشاركة أبرز نجوم الكوميديا من مختلف أنحاء العالم مثل ماز جبراني ونمر وإيدي جريفيث ومينا ليسيون وفير داس وجاد المالح وعلي السيد وغيرهم.. فيما جذبت دورة العام الماضي من المهرجان حوالي 8500 شخص.

ينطلق "مهرجان دبي للكوميديا 2022" خلال الفترة من 12 إلى 22 مايو المقبل مع مجموعة من الفعاليات المليئة بالمرح بمشاركة عدد من نجوم الكوميديا والمواهب الكوميدية من الإمارات والمنطقة والعروض المشوقة.

وسيقام المهرجان - وهو من تنظيم جدول فعاليات دبي وإنتاج "براج" و "دي إكس بي لايف" - ضمن عدة مناطق من دبي بما فيها "كوكا كولا أرينا" و "مركز ذا أجيندا" و "مسرح مول الإمارات" وغيرها. ويخصص المهرجان لعشاق الكوميديا هذا العام أحد عشر يوماً من العروض المتمعة التي يقدمها مجموعة من أشهر النجوم في العالم وسط أجواء المرح والضحك.

كما يتيح المهرجان للعائلات والأصدقاء فرصة الاستمتاع بباقية عالمية من عروض الكوميديا الإرتجالية متعددة اللغات وكذلك الأنشطة المرحية ضمن فعالية "كوميدي بازار" التي تشكل محطة رئيسية للعروض الكوميدية القمعة بالضحك. وقال أحمد الخاجة المدير التنفيذي لمؤسسة دبي للمهرجانات والتجزئة التابعة لدائرة الاقتصاد



(فن) تختتم فعالية شاشة لفن الأنمي الياباني

من القيم مثل الاجتهاد والصبر والمثابرة لأنها تعتمد على طرق وأساليب محددة وبذلك تتطور قدراتهم ليصبحوا رواة قصص متميزين لأن فن سرد القصص عنصر أساسي من عناصر التجربة الإنسانية.

واستفاد رسامو الأنمي من أربع ورش عمل إضافية للمبتدئين حول أساسيات فن الأنمي والمانغا الياباني في اليوم الختامي لفعالية "شاشة" 2022، حيث تناولت ورشة عمل "خلفيات الأنمي" جماليات مشاهد فن الأنمي في حين قدمت ورشة "مقدمة عن المانغا" لمحة حول عالم هذا الفن الياباني فيما أرشدت ورشة "أساسيات رسم المانغا" المشاركين على الخطوات الرئيسية لإنتاج هذا النوع من الفن وصمم المشاركون الصغار شخصيات من فن المانغا في ورشة "أصنع شخصيتك الخاصة.."

واختتمت فعالية "شاشة" بعرض فيلم تدور أحداثه في اليابان خلال فترة ما بعد الحرب العالمية الثاني بعنوان "مكان الموعود في أيامنا الماضية للمخرج الياباني ماكوتو شيناكا والذي قدمته مؤسسة (فن) بالتعاون مع القنصلية العامة لليابان في دبي.

أختتمت مؤسسة (فن) المتخصصة في دعم الفن الإعلامي للأطفال والشباب فعالية "شاشة" للفن "الأنيمي" الياباني حيث نجحت في تحويل منطقة الجادة في الشارقة إلى مسرح حافل بإبداعات فن الأنمي والأنشطة الترفيهية والتعليمية ورافقت زوارها على مدار ثلاثة أيام في سلسلة من عروض موسيقية وسينمائية ومسابقات ومعارض فنية وورش العمل التفاعلية.

وتضمنت الفعالية أكشاكاً لبيع الأعمال الفنية المستوحاة من الثقافة اليابانية إلى جانب عروض مصارعة السومو اليابانية وركناً مخصصاً لصور الرسوم المتحركة والكوميكس وأكشاك الألعاب كما أتيح للزوار فرصة التقاط صور أشهر شخصيات الكوميكس والأنمي..وقدم الفنان الإماراتي محمد الشيباني في اليوم الختامي للفعالية ورشة عمل بعنوان "أساسيات الرسوم الهزلية" تعرف خلالها المشاركون على ما يسمى "طريقة النموذج" التي طوّرها رسام الكوميكس العالمي هوارد جاكوب حيث تتمحور الورشة حول تعزيز المهارات الفنية للمشاركين وغرس العديد

فعاليات أيام الشارقة التراثية ترسو على ساحل دبا الحصن

المعارض المختلفة ومشاهدة العروض والرقصات الشعبية وفتح المجال للأطفال للاستفادة من الورش التدريبية التفاعلية المخصصة لهم، في حين ستكون الوجبات والمأكولات الشعبية والعصرية حاضرة في تناول الجميع.

وتضم القرية مجموعة من أجنحة الجهات الحكومية المشاركة في المهرجان التراثي من ضمنها أجنحة دائرة شؤون الضواحي والقرى وهيئة الشارقة للآثار ودائرة التنمية الاقتصادية ونادي دبا الحصن الرياضي وجمعية المعلمين والقيادة العامة لشرطة الشارقة ومركز بدوة للتنمية الاجتماعية (إرثي) وغيرها من الجهات.

وأضاف أن أجنحة فعاليات القرية التراثية تتضمن محاضرات المهقى الثقافي والبرامج الأكاديمية والتعليمية كما سيكون الجمهور على موعد للاطلاع على عروض البيئات الإماراتية الأربعة الجبلية والزراعية والصحراوية والبحرية تتؤكد العمق الثقافي الحضاري والغنى الطبيعي لهذه المدينة الفاضلة مع التركيز على البيئة البحرية من خلال مسابقات التجديف والسفن الشراعية والمراكب الصغيرة أما الزراعية فستقدم برامج تعريفية وتدريبية حول زراعة العنب في دبا الحصن.

وسيحظى الزوار بفرصة رائعة للتجول بين أروقة

القرية التي لاقت تفاعل وإعجاب الزوار والحضور . وأوضح الدكتور خالد بن جميع الهنداسي مدير فرع معهد الشارقة للتراث بمدينة دبا الحصن إن فعاليات هذا العام تربط الجمهور ببعدين مهمين يجمعان التراث بالمستقبل ويخز برنامج الفعاليات بخطة ثرية وملينة بالفاجات التي ستبهر الزوار بالإضافة إلى إقامة معرض للحرف والأشغال اليدوية وركن مخصص للأسر المنتجة إلى جانب الفعالية الجديد "إي ثراث E-Turath، وهي موجهة للشباب والنشء لتعريفهم بتراث الآباء والأجداد القديم باعتبارهم جيل المستقبل الذي سيسهم بدوره المأمول في حفظ التراث وصون الهوية.

سعادة أحمد سلطان الظهوري نائب رئيس المجلس البلدي في دبا الحصن ومطر الخشري مدير الديوان الأميري في المدينة وعدد من رؤساء ومديري الدوائر والهيئات الحكومية فيها وجمهور غفير من عشاق التراث والموروث الشعبي.

وقام راعي حفل الافتتاح الشيخ هيثم بن قصر القاسمي برفقة سعادة الدكتور عبد العزيز المسلم، والحضور بجولة في مختلف أركان القرية التراثية واطلعوا على مكوناتها الجميلة بما فيها من بيئات مختلفة وجناح الطفل ومعرض الحرف اليدوية والأسر المنتجة والقسم الأكاديمي والمقهى الثقافي وبقية المواقع والأماكن في

رست فعاليات "أيام الشارقة التراثية" في دورتها الـ 19 مساء أمس الأول على ساحل مدينة دبا الحصن لتعلن عن انطلاق حزمة شيقة من الفعاليات التراثية والبرامج الثقافية والعروض الفنية والرقصات الشعبية المخصصة للجمهور على مدى أسبوع كامل.

جرت مراسم الافتتاح الرسمي للفعاليات التي ينظمها معهد الشارقة للتراث في القرية التراثية بدبا الحصن بحضور الشيخ هيثم بن قصر القاسمي نائب رئيس مكتب سمو الحاكم في مدينة كلباء، يرافقه سعادة الدكتور عبدالعزيز المسلم رئيس معهد الشارقة للتراث رئيس اللجنة العليا أيام الشارقة التراثية بمشاركة



منوعات

الفكر

31



تطلّ الممثلة سحر فوزي عبر مجموعة من الأعمال التي ستُعرض على إحدى المنصات الجديدة، وهي ستعلن عنها خلال الفترة المقبلة. سحر فوزي التي يعرفها الجمهور من خلال شخصية (أم بشير) في مسلسل (باب الحارة)، وقّعت على المشاركة في جزأيه ١٢ و١٣، مشيرة في هذا الحوار إلى أنها ضد أعمال الأجزاء وتفضّل أن يحافظ العمل على النجاح الذي يحققه عند عرضه الأول، كما تحدّثت عن مواضيع فنية أخرى:

التجديد يتحقق ما دامت هناك أحداث وحكايات جديدة

سحر فوزي: العمل الجيد لا يمكن أن يؤثر عليه أي عمل آخر

(سلاسل ذهب) و (الدبور) و (وردة شامية) ثم عدتُ إليه. الممثل يشعر بالثقة عندما يتواجد في الشهر الفضيل. إلى ذلك، فأنا كممثلة لا يوجد لدي دخل آخر، وأعيش من خلال التمثيل. أما معنويًا، فالثقافة يسون الممثل عندما يتتبع عن الشاشة، لأن التلفزيون لا ذاكرة له، وهو ليس كالسينما التي تخلد الفنان. التلفزيون محرقة والسينما ذاكرة. جيلنا يختلف عن الجيل الحالي، ونحن مثلاً نعرف كل ممثلي الجيل الذي سبقنا ونقدّر أسمائه أعلى تقدير. أما الجيل الجديد، فهو لا يعرفهم وحتى لو شاهد أعمالهم، فهم لا يعنون شيئاً له. ولكن في السينما يختلف الوضع تماماً. والسينما المصرية التي اعتبرها المثال الأهم وأتابع دائماً أفلام نجومها الذين أحبهم وأتابع أخبارهم وأشعر بالحزن عندما أعرف مصابون بالمرض وأتفاجأ بصورهم عندما أرى أنهم تقدموا في السن، وأتذكرهم بحسرة لأنني متعلقة بهم.

• ما مشاريعك للفترة المقبلة؟

– هناك مشاريع عدة، وهي عبارة عن مجموعة مسلسلات ستُصور لمصلحة إحدى المنصات الجديدة، وسأبت مسألة مشاركتي فيها قريباً.



• ألا تعتقدين أن نجاح الدراما المشتركة يتم على حساب الأعمال المحلية؟

– على الإطلاق. لأن أعمالنا المحلية موجودة وتتطور، والعمل الجيد لا يمكن أن يؤثر عليه أي عمل آخر. مثلاً، مسلسل (باب الحارة) انطلق من قلب الحارات القديمة في دمشق وهو يحظى بمتابعة واسعة جداً، بالرغم من اختلاف الآراء حول أي أجزاءه كان الأفضل. تُغيّر النجوم في أي عمل بسبب خلل عند الجمهور لأن لكل نجم جمهوره ومحبيه، وعندما يغادر المجموعة يشعرون بالغيرة عليه. هناك الكثير من الأعمال التي (ضربت عربياً) مع أنها انطلقت من داخل الشام، وبينها (أسعد الوراق) و(الفصول الأربعة) وكلها أعمال (كسرت الدنيا).

• مع أنه تم الإعلان عن عدم عرض (باب الحارة) في الموسم الرمضاني المقبل، لكنك أعلنت عن توقيعك على المشاركة في الجزأين 12 و13 منه، فهل تعيشين المتعة ذاتها عندما تقدّمين الشخصية ذاتها في عمل مؤلف من أجزاء عدة؟

– طبعاً. كل الفنانين يختلف عندهم الوضع من جزء إلى آخر في مسلسل (باب الحارة). وعندما يشاهد الممثل نفسه يقول لو أن هناك إمكانية لإعادة التصوير لكنت أديتُ بعض المشاهد بطريقة مختلفة، وهذا الأمر يحصل معنا جميعاً في المسلسل، ولكن الناس لا ينتبهون إلى الأخطاء، بل الممثل نفسه هو الذي يلمس أخطأه. التجديد يتحقق ما دامت هناك أحداث وحكايات جديدة. وبصراحة، أنا ضد أعمال الأجزاء وأفضل أن يحافظ العمل الناجح على الألق الذي حققه عند عرضه للمرة الأولى، ولكن الجهات الإنتاجية هي التي ترغب في إنتاج أجزاء لاحقة منه، والقرار يعود لها وحدها. البناء على نجاح عمل، لا يعني أن يتكرر الوقع الأول الذي حققه مهما حصلت محاولات من خلال الكتابة.

• وهل يعاقب الممثل نفسه حين يرضى بالمشاركة في أعمال الأجزاء عندما يكون ضدها؟

– أبداً، بدليل أن بعض الممثلين اعتدوا عن عدم المشاركة في (باب الحارة). مثلاً، أنا غبت عن 3 أجزاء من هذا المسلسل وما لبثتُ أن عدتُ إليه. الممثل حر في قراره، وهو ليس مجبراً على معاقبة نفسه إذا لم تكن لديه رغبة في المشاركة.

• أي أن التجديد في العمل هو الذي دفعك للعودة إليه؟

– بل ثمة عوامل عدة أخرى ساهمت بعودتي إلى (باب الحارة)، وبينها قلة الفرص المتاحة مقارنة عما كان عليه الوضع في السابق. وبصرف النظر عن الناحية المادية، يمكن القول إن الفنان يشعر بالتعب عندما لا يتواجد على الشاشة، خصوصاً حين يعتاد الجمهور حضوره على التلفزيون في رمضان. خلال ابتعادي عن (باب الحارة)، شاركت في مسلسلات



"بابلو" يُعيد دارين حداد للدراما الرمضانية



تواصل الفنانة التونسية دارين حداد تصوير أحداث دورها في مسلسل "بابلو"، والذي يعيدها للدراما الرمضانية في مصر بعد غيابها العام الماضي عن التواجد في الدراما الرمضانية، لتقديمها مسلسل تونس. ومسلسل "بابلو" يشارك في بطولته كل من، حسن الرداد، ونجلاء بدر، وأروى جودة، ومصطفى فهمي، وسلوى عثمان، وهالة فاخر، ومحمود حجازي، وهو من إخراج محمد حماقي، ومن تأليف حسان دهبشان، ومن إنتاج ممدوح شاهين. وتدور أحداث مسلسل بابلو الذي يقوم ببطولته حسن الرداد في إطار اجتماعي حول شخصية بابلو البطل الشعبي، الذي يدخل في العديد من الصراعات. ويذكر أن دارين حداد شاركت العام الماضي في الدراما الرمضانية التونسية من خلال مسلسل "الجاوس"، الذي تواجده في بطولته بجانب عدد من النجوم التونسية منهم لطفي العبدلي، ورياض النهدي، ولطيفة الفصصي، وحمدى غوار وغيرهم من النجوم.

أنوشكا؛ السوشيال ميديا على قائمة اهتماماتي هذا العام

قالت الفنانة أنوشكا، إن علاقتها بالسوشيال ميديا ليست قوية على الإطلاق على الرغم من أنها أصبحت سمة العصر؛ بل ولها أهمية كبيرة لدى الفنانين. وأوضحت في تصريح خاص لها أنها وضعت السوشيال ميديا على قائمة اهتماماتها لهذا العام ليكون هدفاً لا بُد من تحقيقه وتطوير علاقتها بها. جدير بالذكر، ان الفنانة أنوشكا تستعد لخوض السباق الرمضاني المقبل من خلال مسلسل "راجعين ياهوى" مع الفنان خالد النبوى، كما انتهت من عرض مسلسل "الحلم"، والذي حقق نجاح جماهيري كبير وكان يتناول قضية العشوائيات والقضاء عليها.



الفكر

كشف أعراض تطور الخرف

أعلنت منظمة Dementia UK أن صعوبة التوجه في الزمان والمكان تعتبر من أعراض الخرف، فمثلا يمكن للشخص أن ينهض ليلا ويذهب إلى العمل، ناسيا أنه متقاعد.

وتشير المنظمة، إلى أنه بالإضافة إلى ذلك يعتبر فقدان الشخص الاهتمام بالأشياء التي كان يهتم بها كثيرا وكذلك النسيان وصعوبة تذكر المعلومات الجديدة من أعراض تطور الخرف. وأن بداية الخرف يظهر على شكل تقلب المزاج ونوبات القلق والاكتئاب.

ووفقا للخبراء، هناك أنواع مختلفة للخرف، ولكن لا يوجد سبب موحد للمرض. ولكنهم يحددون العوامل التي تساهم في تطور الخرف. وتشير Daily Express، إلى أن تجنب أو تأجيل الإصابة بالخرف ممكن. ولكن من أجل

ذلك يجب عدم الإفراط في تناول الكحول، والسمنة وضغط الدم وإصابات الرأس والإقلاع عن التدخين، وضرورة ممارسة الرياضة. وأن خطر تطور الخرف يزداد في المدن الكبيرة بسبب تلوث الهواء الجوي.

ويذكر أن مانفريد شيبترز، رئيس قسم الطب النفسي بجامعة أولم، أعلن يوم 19 نوفمبر 2021، أن الإفراط في استخدام الأجهزة الإلكترونية يمكن أن يؤدي إلى الإصابة بالخرف الرقمي.

ووفقا له، من أجل تخفيض خطر "الخرف الرقمي"، على الأبوين مراقبة الوقت الذي يقضيه أطفالهما في الإنترنت. وينصحهم بتنظيم جلسات للتخلص من السموم الرقمية، والتخلي خلال فترة معينة عن استخدام الأجهزة الإلكترونية، ما يساعد على استعادة وظائف الدماغ".

خمس علامات تنذر بقرب الجلطة الدماغية

كشف أطباء ألمان خمس علامات أولية، قد تظهر قبل بضعة أسابيع، تنذر بخطر الإصابة بالجلطة الدماغية.

ويشير موقع Focus، إلى أن هذه العلامات التي تظهر قبل بضعة أسابيع، يمكن أن تختفي قبل حدوث الجلطة الدماغية. وقد حدد خبراء مؤسسة القلب خمس علامات مبكرة للجلطة الدماغية وهي:

- 1- شلل نصفي للجسم- يد واحدة وساق واحدة.
- 2- تدلي زوايا الفم أو صعوبة الابتسام.
- 3- اضطراب النطق- يصبح كلام الشخص مشوشا أو غير واضح.
- 4- صداع شديد مفاجئ.
- 5- ضعف البصر وحتى فقدانه.

ويؤكد الخبراء، على أنه عند ظهور أي علامة من هذه العلامات يجب استشارة الطبيب فورا. كما أن على الأشخاص الذين هم ضمن مجموعة الخطر، قياس ضغط الدم بصورة دورية وعدم إهمال اضطراب معدل ضربات القلب.

علامتان تحذيريتان على أنك قد تظهران

كآثار جانبية للعقاقير المخفضة للكوليسترول

تعد الستاتينات مجموعة من الأدوية التي يمكن أن تساعد في خفض مستوى كوليسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة (LDL) في الدم. ويمكن أن تقلل من خطر الإصابة بالنتوبات القلبية والسكتة الدماغية. ومع ذلك، يمكن أن تسبب آثارا جانبية، تظهر على الأنف.

وتسرد NHS خمسة أنواع من الستاتين، بما في ذلك أتورفاستاتين وفلوفاستاتين برفاستاتين وروسيفاستاتين وسيمفاستاتين.

وتقول NHS: "مثل جميع الأدوية، يمكن أن يسبب أتورفاستاتين آثارا جانبية لدى بعض الأشخاص - وتؤثر العقاقير المخفضة للكوليسترول على الأشخاص بطرق مختلفة". وتقول هيئة الخدمات الصحية الوطنية إن هذه يمكن أن تشمل نزيفا في الأنف، بالإضافة إلى أعراض تشبه أعراض البرد، مثل سيلان الأنف أو انسداد الأنف أو العطس.

كما أن بعض الآثار الجانبية قد تتحسن بعد الأيام القليلة الأولى، حيث يعتاد جسمك على الدواء. وهناك أيضا بعض الآثار الجانبية الشائعة الأخرى، مثل الشعور بالغثيان والصداع والأوجاع والآلام في ظهرك ومضاملك وإسهال أو إمساك. وتقول NHS: "أبلغ الطبيب فورا عن أي آلام عضلية غير مبررة" ويمكن أن تتفاعل العقاقير المخفضة للكوليسترول أحيانا مع أدوية أخرى، أو مع عصير الجريب فروت.

وتشمل الآثار الجانبية النادرة فقدان الإحساس أو الوخز في النهايات العصبية لليدين والقدمين ومشاكل في الأوتار.

وأشارت دراسة بحثية إلى أنه في حالات نادرة جدا، قد تزيد الستاتينات من خطر الإصابة بمرض السكري النوع 2.

وتقول NHS إنه يجب عليك مناقشة فوائد ومخاطر تناول العقاقير المخفضة للكوليسترول مع طبيبك قبل البدء في تناول الدواء.



طفلة ترتدي ملابس صينية تقليدية لالتقاط صور تحت أزهار الكرز في نانجينغ بمقاطعة جيانغسو شرق الصين. ا ف ب

قرأت لك

فوائد الباذنجان



قال الدكتور أحمد عوض، أخصائي التغذية العلاجية، جامعة القاهرة، إن الباذنجان أحد الخضراوات المفيدة للصحة، كما يعتبر مصدرا جيدا

للحصول على عنصر الحديد نظرا لاحتوائه على قدر كبير من الحديد واليوتاسيوم والألياف الغذائية ومضادات الأكسدة.

وكشف الدكتور عوض عن عدد من الفوائد الصحية للباذنجان، ومن أهمها، أنه مفيد للأشخاص الذين يعانون من أنيميا الحديد وفقر الدم، نظرا لاحتوائه على قدر كبير من الحديد، ويساعد على تقوية العظام نظرا لاحتوائه على اليوتاسيوم المفيد للعظام.

ويساهم في ببطء نشاط خلايا السرطانية، نظرا لاحتوائه على قدر جيد من مضادات الأكسدة، مفيد لتحسين نشاط الدورة الدموية، ويساعد على تخفيض نسبة الكوليسترول بالجسم.

ويستكمل الدكتور عوض قائلا، يجب على الأمهات الاهتمام بطهي الباذنجان بطريقة صحية، لكي تتم الاستفادة الكاملة من فوائده، كالسلق أو الشوي، وعدم استخدام طريقة القلي، نظرا لأنها تساهم في فقدان الباذنجان فوائده الصحية وتجعل من تناوله أضرارا وليس فائدة.

سؤال جواب

- ما تأثير خروج ثاني اكسيد الكربون على الجسم ؟
عندما يخرج ثاني اكسيد الكربون من جسم الانسان فانه يفقد من 75 إلى 85 جراما في اليوم نتجه لذلك .

- ما كمية الماء التي تتبخر من الرئتين ؟
يتبخر من الرئتين يوميا ما بين 150 - 500 جرام من الماء.

- ما نسبة الملح في مياه البحر ؟
يحتوي ماء البحر على كمية كبيرة من الاملاح تصل نسبتها إلى 35 جراما في كل ليتر ويشكل ملح الطعام منها 27 جراما .

هل تعلم؟

- الكبد يسمى بأعضاء عديدة في عضو واحد لكثرة وظائفه وهل تعلم أن كبد الكثير من الحيوانات يستعمل كعلاج فعال لفقر الدم الخبيث.
- هل تعلم أن الرجال الذين تخطّوا سن الثلاثين أو الأربعين أكثر تعرّضا للقرحة من غيرهم
- هل تعلم أن كثرة الدهون في الطعام يؤدّي الى تكوّن الحصاة المرارية والسبب هو أن الدهون تزيد من نسبة الكولسترول وهذا الأخير هو من بقاة الحصيات وان عانت المرارة لفترة طويلة من الحصيات فأنها قد تؤدّي الى اصابتها بالسرطان.
- هل تعلم أن حجم القلب يختلف من شخص الى آخر وكذلك أبعاده . أما وزنه المتوسط فهو ٣٢٥غم بالنسبة للرجال أما متوسط وزنه عند النساء فهو ٢٤٥غم ولكن يتفاوت مع حجم الجسم ووزنه.
- هل تعلم أن معدل خفقات القلب يصل الى ٧٢ خفقة في الدقيقة أو ٤٣٠ خفقة في الساعة أو ٣٧٨٤٣٠٠ في السنة.
- هل تعلم أن الكبد عند الأشخاص المدمنين على الكحول يكون أسمن أو أضخم من كبد الأشخاص الغير مدمنين لأن الكبد يُسمّن بالمسكرات فيصبح مأوى للشحوم وبالتالي يتشعّب الكبد وهناك أسباب أخرى لتشعّب الكبد ولكن الإدمان في مقدمتها.

قصة صداقة الدولفين

ذات صباح مشرق جميل زاده هدوء البحر جمالا جاء احد الصطافين مبكرا لينعم بهذا الهدوء فجلس على الشاطئ يستمتع بكل ما حوله حين لفت نظره من بعيد ما ظنه سمكة ضخمة لكنه كان دولفينا جميلا رمادي اللون كان كمن يلهو في عرض البحر فهو يقفز عاليا ثم يعود إلى الماء فيطفو من جديد مصدرا صوتا وكأنه ينادي على من يجلس هناك، قام الرجل فعبّر الشاطئ ووصل إلى الماء ووقف ينظر للدولفين وكانت المياه تغطي وسطه تقريبا وظل ينظر للدولفين وهو يلبع معه لكن الدولفين اقترب واخذ في هز رأسه ثم عاد أدراجه إلى الماء وهو ينظر إلى الرجل فأحس انه يريد ان يقول له شيئا.. ورغم دهشته قال لماذا أخاف انا سياح ماهر، ربما هو في مأزق للنظر فيما وراءه بالفعل نزل الرجل إلى الماء وحيثما يختفي الدولفين غطس الرجل وراه وعلى عكس ليس بكثير رأى الرجل دولفينا صغيرا جميلا وقد انحسر جسده وسط حطام مركب صغيرة ولا يستطيع منها فكাকা ففهم لماذا كان الدولفين يفعل ذلك انه يطلب النجدة، صعد الرجل إلى سطح الماء ليأخذ نفسا عميقا ثم نزل مرة أخرى إلى الماء وقام بعمل صعب لكنه جيد واتفق على اشره ذلك المسكين الصغير ثم سلمه لأمه وصعد مسرعا إلى سطح الماء وسبح إلى الشاطئ وجلس يستريح وبعد فترة كان الدولفين وصغيره يقفزان فرحا ويليقيان تحيتهما للرجل.. مر يوم قبل ان يعود الرجل إلى مكانه مرة أخرى فوضع كرسيه وجلس للصيد ولم يمض وقت طويل حتى كان الدولفين يلقي عليه التحية ببعض القفزات الجميلة اسعدت صاحبا وخفت عليه وطأة جلسته هذه التي لم يفر فيها الا ببضع سمكات صغيرات.. وبعد مضي وقت فوجئ الرجل بالدولفين وقد قفز على سطح الماء وفي فمه سمكة كبيرة سحب بها قريبا من الرجل وكأنه يقدمها هدية فضحك الرجل كثيرا وقال أشركك كثيرا لكن يا عزيزي هديتك هذه معناها أنني بالفعل أستطيع ان اقول الدولفين صديقي.

مساحة للتلوين

