

فيليس تطلق ClarifEye للتوجيه الجراحي المكاني بتقنية الواقع المعزز للحد الأدنى من التدخل الجراحي



(السرب) .. ملحمة سينمائية فى طريقها إلى الشاشة



القرفة .. أضرارها على الحمل والجرعة اليومية المناسبة لها

دراسة: السلالة البرازيلية لكورونا قادرة على التهرب من جهاز المناعة

قد يكون الحمل الفيروسي للسلالة البرازيلية لكورونا، التي يطلق عليها اسم (P.1)، عشرة أضعاف، كما أنها قادرة على التهرب من جهاز المناعة لأولئك الأشخاص الذين لديهم بالفعل أجسام مضادة ضد فيروس كورونا المستجد، حسبما أفادت دراستان أُوليتان أجراها باحثون برازيليون وبريطانيون. وصرحت الأستاذة في كلية الطب بجامعة ساو باولو، إستر ساينو، ومنسق مجموعة الجامعة البرازيلية التي شاركت في البحث الذي طوره 'مركز البرازيل والمملكة المتحدة لاكتشاف وتشخيص الفيروسات المحتملة أن تفعل الأشياء الثلاثة في الوقت نفسه، إنها أكثر قابلية للاختراق، وتهاجم جهاز المناعة بشكل أكبر، ومن المحتمل أن تكون مسببة للمرض بشكل أكبر". وتشير الدراسة الأولية، التي نُشرت يوم الجمعة الماضي، إلى أن السلالة الجديدة التي ظهرت في ولاية الأمازون قابلة للانتشار في 1.4 أو 2.2 مرة أكثر من السلالات التي سبقها، و"ربما" تكون أحد العوامل الكامنة وراء الموجة الثانية من فيروس كورونا المستجد في البرازيل. كما خلص العلماء إلى أن السلالة الجديدة قادرة على التهرب من جهاز المناعة والتسبب في إصابة أشخاص مصابين بالفعل بفيروس (سارس كوف-2)، وتحديدا بين 25% و61%. وقال ساينو، الذي نسق الدراسة مع الباحث نونو فاريا، من جامعة أكسفورد "لا يمكن تفسير الكثير من الحالات إلا بفقدان المناعة". وتجدر الإشارة إلى أن عاصمة ولاية الأمازون كانت بؤرة الوباء في البرازيل، في كلتا الموجتين الأولى والثانية، وتشهد انهيارا صحيا منذ نهاية العام الماضي، الذي دعمته مؤسسة أمبارو للأبحاث بولاية ساو باولو (Fapesp)، من قبل علماء آخرين ولم ينشر بعد في مجلات علمية، ولكنه متاح على الإنترنت. ويأمل، أشارت دراسة أخرى صدرت يوم الجمعة الماضي من قبل باحثين من مؤسسة أوزوالدو كروز بمنطقة الأمازون إلى أن الحمل الفيروسي في جسم الأفراد المصابين بـ (P.1) يمكن أن يصل إلى عشرة أضعاف.

ما أفضل وقت لتناول الغذاء خلال العمل من المنزل؟

فرضت أزمة كورونا على الكثيرين العمل من المنزل، مع العديد من التغييرات في العادات الغذائية وأنماط الحياة اليومية. ويتساءل البعض إن كان هناك وقت مثالي لتناول وجبات الطعام لزيادة الإنتاجية خلال العمل من المنزل؟ يقول جيرارد مولين اختصاصي أمراض الجهاز الهضمي وأستاذ الطب المساعد في كلية جونز هوبكنز للطب ومؤلف كتاب "ثورة توازن الأمعاء": "هذا هو سؤال المليون دولار". وأوضح مولين إن أفضل وقت لتناول الوجبات يختلف من شخص لآخر، حسب احتياجات السرعات الحرارية والشهية ومدى النشاط البدني الذي يتم بذله خلال النهار، وتلعب عادات العمل من المنزل والجدول الزمنية دوراً أيضاً في تحديد وقت وجبات الطعام.



الإسماك

يصنع الخبز الأبيض من الحبوب المصنعة مثل الأرز الأبيض والمكرونة البيضاء والعديد من المعجنات والمخبوزات. عندما تتم معالجة الحبوب، فهذا يعني أنه قد تمت إزالة أجزاء النخالة والبردة من الحبوب، والتي تحتوي على كمية كبيرة من الألياف التي تسهل عملية الهضم وخروج الفضلات من الأمعاء. لذا فإن خلو الخبز الأبيض من النخالة قد يساهم بالإصابة بالإسماك.

في اعتبارك المدة التي يستغرقها هضم الوجبة قبل تناول وجبة أخرى، فعادة ما تكون المعدة نصف ممتلئة، يستغرق هضم الوجبة الصلبة حوالي أربع ساعات. لذلك، حاول تناول الغذاء (أو وجبة خفيفة) بعد ثلاث إلى خمس ساعات من الإفطار. وتساعد البروتينات والألياف في الشعور بالشبع، لذا فإن الوجبات التي تحتوي على هذه المجموعات الغذائية تساعد على الشعور بالشبع لفترة أطول، ويؤثر ما تأكله أيضاً على مزاجك وصحتك العقلية ونشاطك. وتحسين بكتيريا الأمعاء، اقترح البوشي دمج الأطعمة الغنية بالبروبيوتيك، مثل الزبادي ومخلل الملفوف، والبريبايوتكس، مثل الحبوب الكاملة والخضروات والمكسرات في وجبات الطعام.

وإذا كنت تعمل من المنزل، فمن المحتمل أنك تجلس لوقت أكثر، ومن المحتمل أنك تشعر بضغط إضافي بسبب الوباء، وكل هذا يؤثر على صحتك العامة وجهازك الهضمي، وقد يدفعك أيضاً إلى تناول أكثر مما ينبغي من الطعام، مما يجعلك تشعر بالتعب وعدم الراحة وعدم القدرة على التركيز. ولهذا السبب من الأهمية بمكان أن يكون هناك وقت بين وجباتك للحفاظ على طاقتك ومستويات تركيزك أثناء العمل من المنزل. ولحرفة متى يجب أن تأكل بالضبط، عليك أن تفهم إشارات الجوع وعادات الأكل والهضم.

تعرف على إشارات الجوع

تقول أخصائية التغذية ريف البوشي إن العديد من العوامل تؤثر على عدد المرات والوقت الذي تحتاج فيه لتناول الطعام، مثل مراحل الحياة والحمل ومستويات النشاط والجنس والأهداف الصحية والحالات الصحية المزمنة وغير ذلك.

وتضيف "وجود هبيل للوجبات أمر هام. ومع ذلك، يجب أن يقرن ذلك بالاستماع إلى إشارات الجوع في جسدك، ويمكن أن تكون إشارات الجوع مختلفة لكل شخص ويمكن أن تشمل مستويات طاقة أقل، أو شعوراً بالصداع، أو هديرًا في المعدة، أو تقلبًا المزاج، أو الشعور بأن المعدة فارغة".

ولقياس إشارات الجوع الخاصة بك، حاول استخدام مقياس الجوع من 1 إلى 10 قبل وبعد الوجبات لتحديد موعد الوجبات وكمية الطعام، وتقول أخصائية التغذية أليسا بايك "من المثالي أن تأكل عندما تكون في المرحلة 4 (جائع قليلاً) وتتوقف عند المرحلة 6 (تشعر بالشبع قليلاً)". وتفتقر البوشي أن تكون وجبتك الأولى في اليوم في غضون 30 إلى 60 دقيقة من الاستيقاظ للمساعدة في تغذية جسمك والحصول على الطاقة، ضم مع

لا تنتظر طويلاً بين الوجبات الصيام المتقطع أو البقاء لساعات طويلة دون تناول الطعام هو نظام غذائي شائع، لكن الأدلة على فوائده مختلطة، ويحتاج معظم الناس إلى تناول الطعام بانتظام طوال اليوم للحفاظ على طاقتهم.

ويحول الجسم معظم ما تأكله إلى جلوكوز، مما يزيد من مستويات الطاقة لديك ويساعد على البقاء في حالة تأهب، لذلك عندما تضي وقتاً طويلاً دون تناول الطعام أو عند تخطي الوجبات، تنخفض مستويات الجلوكوز لديك، وتنخفض أيضاً طاقتك وتركيزك، بحسب صحيفة هافينغتون بوست الأمريكية.

آثار جانبية خطيرة لتناول الخبز الأبيض

على الرغم من الآثار السلبية التي ينطوي عليها، يعتبر الخبز الأبيض أحد أهم المواد الغذائية التي يستهلكها الكثيرون في جميع أنحاء العالم. فيما يلي خمس مشكلات صحية قد تواجهنا عند تناول الخبز الأبيض بإفراط، بحسب ما أورد موقع "إم إس إن" الإلكتروني:

النظام الغذائي النباتي يعالج ضعف عضلة القلب

أشارت بوابة "هايلبراكسيس.نت" الألمانية إلى أن هناك الكثير من الأشخاص يعانون من مرض ضعف عضلة القلب أو ما يعرف باسم قصور القلب، وهو مرض غير قابل للشفاء في الوقت الراهن، لكن يمكن التعايش معه جيداً بالأدوية، ويمكن أيضاً أن يلعب النظام الغذائي أيضاً دوراً مهماً في العلاج. ووفقاً لبحث جديد في كلية الطب بجامعة بوسطن فإنه يمكن الوقاية من أمراض قصور القلب من خلال استهلاك المزيد من الأطعمة النباتية مثل التوت والخضروات الورقية والحد من استهلاك الأطعمة الغنية بالدهون المشبعة والمنتجات الحيوانية. وبالإضافة إلى آثار ضعف عضلة القلب الضارة على أنظمة الأعضاء المتعددة، فإنه يرتبط بزيادة مخاطر الخلل المعرفي والخرف، وفي دراسة نشرت مؤخراً، ذكر باحثون ألمان أن ضعف القلب يؤثر على المخ ويؤدي إلى فقدان الإدراك، وللوقاية من قصور عضلة القلب، يوصى باتباع أسلوب حياة أكثر صحة مع نظام غذائي متوازن يعتمد في الجزء الأكبر منه على الخضروات.

زيت بذور الورد... كنز من الفوائد لجمال البشرة

ذكرت مجلة "فرويندين" أن زيت بذور الورد يوفر العديد من الفوائد للبشرة، إذ يساعد في التخلص من الشوائب والالتهابات والبثور. وأوضحت المجلة الألمانية أن زيت بذور الورد، الذي يعزز من مقاومة شيخوخة البشرة، يمتاز باثنين من الأحماض الدهنية الأساسية، التي لا يتم إنتاجهما عن طريق التمثيل الغذائي، وهما حمض اللينوليك وحمض ألفا لينوليك. ويعتبر حمض اللينوليك من أحماض أوميغا 6 الثلاثية غير المشبعة، ويعمل على تنظيم إنتاج الزهم ويعيد التوازن إلى البشرة الجافة، ويمنع ظهور البثور والرؤوس السوداء على الوجه ويمنع ظهور القشرة في فروة الرأس، ويمتاز حمض ألفا لينوليك، وهو من أحماض أوميغا 3 الدهنية، بتأثيره المضاد للالتهابات. وبالإضافة إلى ذلك يحتوي زيت بذور الورد على حمض البانتليك، الذي يمنح البشرة النعومة والندافة، ويعمل فيتامين "هـ" على التخلص من الجذور الحرة ويمنع الالتهابات والبكتيريا، وتساعد البيتا كاروتين على تقوية عملية تجديد الخلايا وتنعيم البشرة، بالإضافة إلى تأثيرها المضاد للالتهابات والمضاد للأكسدة. ويعمل فيتامين "ج" على تعزيز إنتاج الكولاجين وإصلاح الطبقة العليا من البشرة ومنع ظهور التجاعيد، مع تحفيز عملية تجديد الخلايا وإخفاء البقع الصغية والبثور وعلامات التمدد، ويتم استعمار زيت بذور الورد من خلال وضع كمية صغيرة (قطرتان أو ثلاث قطرات) على البشرة النظيفة والرطبة وتدليكها.

هذه مخاطر انقطاع النفس الانسدادي النومي

أظهرت الأبحاث أن الأشخاص الذين يعانون من انقطاع النفس الانسدادي النومي، الذي يحدث عندما ينقطع التنفس بشكل متكرر أثناء النوم، لديهم مخاطر متزايدة للإصابة بضعف الإدراك ومرض الزهايمر، إلا أنه من الممكن معالجة ذلك الاضطراب بحسب ما ذكره موقع "ميديكال إكسبريس" الإلكتروني. وتوصلت دراسة أولية نشرت أول أول أمس الأحد، أن اضطراب انقطاع النفس الانسدادي النومي، شائع لدى الأشخاص الذين يعانون من ضعف الإدراك، الذي يتضمن وجود مشاكل في الذاكرة والتفكير، تؤثر على التركيز واتخاذ القرارات وتعلم الأمور الجديدة، ومن المقرر أن يتم عرض الدراسة في الاجتماع السنوي الثالث والسبعين لـ "الأكاديمية الأمريكية لطب الأعصاب"، والذي سيعقد على الإنترنت خلال الفترة من 17 إلى 22 من أبريل (نيسان) المقبل. وشملت الدراسة 67 شخصاً، متوسط أعمارهم 73 عاماً، ويعانون من ضعف الإدراك، الذي يزداد خطر الإصابة به مع تقدم العمر.

ما مخاطر الحصول على جرعة أكبر من لقاح كورونا؟

سجلت دول عدة تلقي أشخاص بالخطأ جرعات أكبر من لقاح فيروس كورونا مقارنة بالكمية التي حددتها الشركات المصنعة. وجميع الحالات التي حصلت على جرعات أكبر من لقاح "كوفيد-19" كانت تابعة لشركة فايزر، التي يحتوي لقاحها على مادة وراثية تسمى mRNA (ترمز لبروتين السارس 2-SARS-CoV-2)، إضافة إلى حفنة من المكونات الصيدلانية التي تساعد على استقراره. ووفقاً للجهة المصنعة للقاح فايزر/بيونتك، فإن الجرعة المناسبة من اللقاح هو 30 ميكروجراماً على جرعتين بينهما مدة 21 يوماً. في التجارب المبكرة لشركة Pfizer فإن الأشخاص الذين تناولوا جرعة أعلى كانوا أكثر عرضة للإبلاغ عن احمرار أو تورم في موقع الحقن وألم شديد من المشاركين الذين تلقوا جرعات أقل. في 5 ديسمبر-كانون الأول، كشفت السلطات الألمانية تلقي 8 عمال في دار رعاية المسنين في مدينة شتراسوند، جرعة زائدة من لقاح فايزر المضاد لفيروس كورونا تقدر بـ5 أضعاف المقررة. وخلال فبراير-شباط، أعلنت الحكومة الأسترالية تلقي 2 من القيمين في دار رعاية المسنين بالخطأ جرعة أعلى من الوصفي بها من لقاح فايزر، لكن لم تظهر عليهما أي علامات أو رد فعل سلبي على الإطلاق.

الرياضة تحافظ على اللياقة الذهنية

قال البروفيسور إنغو فروبوزه إن الرياضة تحافظ على اللياقة الذهنية أيضاً، إلى جانب مزايها الأخرى المتمثلة في تقوية العضلات وزيادة القدرة على التحمل وتنمية مهارات التوازن ومحاربة التوتر النفسي. وأوضح عالم الرياضة الألماني أن دراسات كثيرة أثبتت وجود صلة بين النشاط البدني والمهارات المعرفية، خاصة في مرحلة الطفولة والشباب، نظراً لأن معظم خلايا المخ تتكون وتتشابك مع بعضها البعض في هذه المرحلة. كما تساعد الرياضة على ممارسة الرياضة في الحفاظ على اللياقة الذهنية في الكبر، ومن ثم تحمي كبار السن من الإصابة بالخرف وألزهايمر. وللاستفادة من هذه المزايا يكفي ممارسة رياضة المشي بمعدل مرتين إلى ثلاث مرات أسبوعياً لمدة 45 دقيقة في المرة الواحدة.



فاوتشي يحذر من إجراء خطير مع لقاح كورونا

أبلغ كبير خبراء الأمراض المعدية في الولايات المتحدة أنتوني فاوتشي صحيفة واشنطن بوست بأنه لا بد لواشنطن الالتزام باستراتيجية الجرعتين من لقاح فايزر/بيونتك ومودرنا للوقاية من فيروس كورونا المستجد. وقال فاوتشي إن تأجيل جرعة ثانية من أجل تعليم مزيد من الأميركيين ينطوي على مخاطر. وحذر من أن التحول إلى استراتيجية الجرعة الواحدة قد يحد من مدى وقاية المواطنين من الفيروس ويمكن من انتشار سلالاته الجديدة الأكثر قدرة على العدوى وربما يزيد شوك الأميركيين المترددين بالفعل من أخذ اللقاح. وأفاد فاوتشي في تقرير نشرته واشنطن بوست في وقت متأخر من مساء الاثنين: "نحن نبلغ الناس بأن (الجرعتين) هما ما ينبغي لكم أخذه. ثم نقول عموماً غيرنا رأينا". وكان فاوتشي قال، الأحد، إنه يشجع الأميركيين على قبول أي من اللقاحات الثلاثة المتاحة، ومنها جونسون أند جونسون الذي نال الموافقة في الآونة الأخيرة.



جامعة الإمارات تعزز الأبحاث العلمية ذات الصلة بأهداف الأمم المتحدة للتنمية المستدامة

المشترك للبحث العلمي - على أهمية التنمية المستدامة في عصرنا الحالي على المستوى الدولي والعالمي وخصوصاً في مجال الطاقة والبيئة والموارد الطبيعية والبشرية. مشيراً إلى أهمية دور المؤسسات التعليمية الاستراتيجية لدعم المجتمعات لمواجهة التحديات وتكريس خبراتها العالية في إيجاد الحلول الملائمة للمشكلات التي تواجه المجتمع. وأضاف النائب المشارك للبحث العلمي أن عدد الأوراق العلمية البحثية لجامعة الإمارات التي تهتم بأهداف التنمية المستدامة والمنشورة في المجلات العلمية العالمية خلال الفترة من 2017-2020، فيما بلغت نسبة المنشورات البحثية ذات الصلة بأهداف التنمية المستدامة عن الطاقة النظيفة 11%، وبلغت نسبة المنشورات البحثية عن المدن والمناطق المستدامة 5.5%، بينما بلغت نسبة النشر البحثي للهدف المتصل بالاستجابة للمناخ 5% من مجموع جميع الأبحاث المنشورة وذات الصلة بأهداف التنمية المستدامة خلال تلك الفترة. وأشار الدكتور أحمد مراد إلى أن هدف الصحة الجيدة والرفاهية التامة استحوذت على نسبة 60% من نسبة المنشورات البحثية ذات الصلة بأهداف التنمية المستدامة خلال الفترة من 2017-2020. فيما بلغت نسبة المنشورات البحثية ذات الصلة بأهداف التنمية المستدامة عن الطاقة النظيفة 11%، وبلغت نسبة المنشورات البحثية عن المدن والمناطق المستدامة 5.5%، بينما بلغت نسبة النشر البحثي للهدف المتصل بالاستجابة للمناخ 5% من مجموع جميع الأبحاث المنشورة وذات الصلة بأهداف التنمية المستدامة خلال تلك الفترة. وأوضح الأستاذ الدكتور أحمد مراد حرص الجامعة على ديناميكية التعاون وتعزيز ارتباطها وتفاعلها مع المجتمع لتقديم خدمات مستدامة ومتكاملة تنطرق للتحديات التي يواجهها المجتمع، وذلك من خلال تشجيع المبادرات الفردية والاجتماعية لإقامة المشاريع البحثية التي تهتم بالأهداف السبعة عشر فيما يخص التعليم الجيد، الصحة الجيدة والرفاهية التامة، الطاقة النظيفة، المياه النظيفة، الصناعة والابتكار والبنية التحتية، وخلق رابطة إيجابية بين الإنسان والبيئة وزيادة الوعي حول الطاقة المتجددة كطاقة الرياح والشمس وغيرها.



2020 هو 1836 ورقة بحثية وهو ما يعادل 40% من مجموع الإنتاج

الأستاذ الدكتور أحمد علي مراد - النائب المشارك للبحث العلمي - على أهمية التنمية المستدامة في عصرنا الحالي على المستوى الدولي والعالمي وخصوصاً في مجال الطاقة والبيئة والموارد الطبيعية والبشرية. مشيراً إلى أهمية دور المؤسسات التعليمية الاستراتيجية لدعم المجتمعات لمواجهة التحديات وتكريس خبراتها العالية في إيجاد الحلول الملائمة للمشكلات التي تواجه المجتمع. وأضاف النائب المشارك للبحث العلمي أن عدد الأوراق العلمية البحثية لجامعة الإمارات التي تهتم بأهداف التنمية المستدامة والمنشورة في المجلات العلمية العالمية خلال الفترة من 2017-

العين - الفجر

تقوم جامعة الإمارات العربية المتحدة بدور فعال وإيجابي في تحقيق ومواكبة أهداف الاستدامة العالمية من خلال دعم المبادرات والمشاريع البحثية التي تسعى إلى تحقيق هذه الأهداف. وذلك انطلاقاً من إعلان دولة الإمارات العربية المتحدة عام 2020 "عام الاستعداد للخمسين"، وذلك استعداداً للخمسين عاماً المقبلة على كافة مستويات الدولة، وبفضل رؤية وتوجيهات القيادة الرشيدة لتحقيق أهداف الأمم المتحدة للتنمية المستدامة الـ 17 وغاياتها الـ 169 لخطه التنمية المستدامة لعام 2030. أكد

منوعات الفكر



شرطة دبي تصد 6 جوائز في جائرتي

أفكار الإمارات والأفكار العربية

دبي - الفجر

حصلت القيادة العامة لشرطة دبي على 6 جوائز تميز في جائزة أفكار الإمارات ضمن دورتها التاسعة لعام 2020، وجائزة الأفكار العربية ضمن الدورة الخامسة عشر لعام 2020، والتي تنظمها مجموعة دبي للجودة، وذلك عن 5 مشاريع ومبادرات نوعية وابتكارية لشرطة دبي في مختلف المجالات، إلى جانب الفوز بجائز فردية عن "القيادة التنفيذية". وأكد معالي الفريق عبد الله خليفة المري القائد العام لشرطة دبي أن حصول شرطة دبي على 6 جوائز يُعد إنجازاً نوعياً وإضافياً إلى شرطة دبي يعكس مدى الحرص على التميز والالتزام والإخلاص في العمل من أجل خدمة الوطن والمنافسة بقوة في المحافل والجوائز العالمية والمحلية. وشدد الفريق المري على أن حرص فرق العمل الدائم في القيادة العامة لشرطة دبي على التميز في أداء مهامها الوظيفية جعلها نموذجاً يُحتذى به في العمل الشرطي الاحترافي، لاسيما مع تحقيق العديد من الإنجازات الأمنية والشرطية المتتالية المشهود لها على المستويين المحلي والعالمي. وأشاد معاليه بالجهود الكبيرة التي بذلها موظفو مختلف الإدارات العامة لشرطة دبي وخاصة موظفي الإدارة العامة للشؤون الإدارية والقانونية على إعداد ملفات المنافسة في جائزة أفكار الإمارات، وجائزة الأفكار العربية وهو ما يؤكد على مدى الحرص العالية والحرص الشديد على التميز والإبداع في العمل لديهم.

من جانبه، أشاد معالي اللواء الدكتور عبد القدوس عبد الرزاق العبيدي مساعد القائد العام لشؤون التميز والريادة، على حصول شرطة دبي على 6 جوائز جديدة، مشيراً إلى أن الحصول على الجوائز يأتي في إطار حرص القيادة العامة لشرطة دبي الدائم على تطبيق أحدث الابتكارات والأفكار في عملها إلى جانب تطبيق أفضل الممارسات العملية واستخدام أحدث التقنيات الحديثة عبر الكوادر المواطنة المؤهلة. وأضاف مساعدته أنه رغم الظروف الاستثنائية التي واكبت تطبيق الإجراءات الاحترازية من فايروس كورونا هذا العام، حافظت شرطة دبي على رشاقتهما الوظيفية وسخرت كافة إمكانياتها وطبقت أفضل الممارسات في العمل عن بُعد والعمل عبر الاتصال المرئي في الإعداد للمنافسة في العديد من الجوائز المحلية والعالمية ومنها جائزة أفكار الإمارات، وجائزة الأفكار العربية، مشيراً إلى أن حصول شرطة دبي على هذا العدد من الجوائز يدل على المكانة المتميزة التي وصلت إليها في جودة العمل سواء في تجهيز الاستمارات والإعداد للمناقشات وإجراء المقابلات وغيرها، وفي الإصرار على الاستمرار في النجاحات المتوصلة والإبداع في العمل وحصد الجوائز.

تفاصيل الجوائز ... القيادة التنفيذية وإسعاد المتعاملين

وحول تفاصيل الجوائز، أوضح العميد أحمد رفيع مدير الإدارة العامة للشؤون الإدارية، أن الجائزة الأولى فاز بها الرائد خالد المزروعى عن فئة "القيادة التنفيذية" وذلك بعد أن أظهر مهارات استثنائية في القيادة التنفيذية في مقر عمله، فيما فازت شرطة دبي في الجائزة الثانية عن فئة "إسعاد المتعاملين" وذلك عن مشروعها "صفر متعامل" في مراكز إسعاد المتعاملين، والذي ساهم في إيقاظ تقديم العديد من الخدمات في مركز إسعاد المتعاملين تماشياً مع جهود إمارة دبي في التحول الرقمي وخفض عدد المراجعين وتقديم كافة الخدمات بطريقة ذكية عبر عدة قنوات وعلى مدار الساعة.

نظام Alert الذكي

ولفت العميد أحمد رفيع إلى أن مشروع نظام Alert الذكي فاز بالجائزة الثالثة عن فئة "الابتكار"، مبيناً أن المشروع الذي تخصص في تقييم كفاءة ومهارات الكاشفين الأمنيين في المطارات والمنافذ البحرية وتأهيلهم سنوياً، وهو ما ساهم في تأمين المسافرين والأمتعة والشحنات وتطبيق المعايير الدولية لأمن المطارات في هذا الشأن.

الطلبة المتعاونين

وبين العميد أحمد رفيع أن مبادرة "الطلبة المتعاونين" فازت بالجائزة الرابعة عن فئة "التشجيع والمشاركة وتمكين المواطنين"، موضحاً أن المبادرة تُتيح لطلبة الجامعات المعتمدة في دولة الإمارات للعمل في شرطة دبي بنظام المكافآت، حيث يتم استقطاب الطلبة من مختلف الجنسيات والمؤسسات التعليمية للعمل بنظام الساعات في مهام ومشاريع محددة تستهدف توظيف إمكانياتهم وتخصصاتهم لخدمة منظومة العمل الشرطي والمساهمة في استشراف المستقبل الأمني.

مختبر الابتكار الأمني

وأوضح العميد أحمد رفيع أن مختبر الابتكار الأمني فاز بخامس الجوائز عن فئة "الابتكارات"، موضحاً أن بداية فكرة المشروع كانت رؤية معالي الفريق عبد الله خليفة المري، القائد العام لشرطة دبي، بإيجاد بيئة عمل مُحفزة وجاذبة للمبتكرين والمبدعين لوظيفة شرطة دبي وشركاء الشرطة، بالإضافة إلى طلبه الجامعات والمعاهد، تتضمن وسائل وإمكانات التي تمكن المبتكرين من إنجاز المشاريع الابتكارية، مبيناً أن مختبر الابتكار الأمني في شرطة دبي يعرض مجموعة من أبرز الابتكارات الذكية وتقنيات الذكاء الاصطناعي في مبنائها.

اعتماد مركز دبي للطيران المدني

وأما الجائزة السادسة والأخيرة والتي كانت عن فئة الإبداع في مجال تسويق وتمثيل دولة الإمارات خارج الدولة، فأكد العميد أحمد رفيع أن شرطة دبي فازت بها عن حصولها على "الاعتماد الدولي لمركز دبي لأمن الطيران المدني الدولي من قبل منظمة الطيران المدني الدولي - ICAO"، موضحاً أن مركز دبي لأمن الطيران المدني الدولي يرسخ اسم الدولة على الخارطة الدولية لأمن الطيران، ويساهم بزيادة المسافرين واستقطاب الوافدين من خارج الدولة ويحقق عائد مالي ودعم للسياحة والاستثمار.



بتوجيهات شما بنت محمد بن خالد آل نهيان

جمعية محمد بن خالد آل نهيان لأجيال المستقبل تطلق فعاليات شهر القراءة عبر البرنامج الافتراضي القرائي

طوال شهر الضراءة خلال الفترة الصباحية مستهدفة المدارس الحكومية والخاصة والفترة المسائية مستهدفة الأطفال بمختلف فئاتهم العمرية عبر البرنامج القرائي الافتراضي الذي وجهت الشبيخة الدكتور شما بنت محمد بن خالد آل نهيان بإطلاقه خلال فترة الجائحة تطبيقاً لشعارها الذي رفعته "الباحثون عن المعرفة لا توقفهم الأزمات".

حرصت خلالها على استمرار جميع برامجها وضمان وصولها لأكثر عدد من المستفيدين لتحقيق أعظم منفعة لأجيال الوطن. وكانت قد افتتحت مكتبة أجيال المستقبل في منتصف عام 2005 كأول مكتبة متخصصة للطفل وأنبعتها بعد عامين بالمكتبة المنتقلة التي تجوب أنحاء الإمارات لتنتشر المعرفة أينما وجد القارئ، وتمتد فعاليات مكتبة أجيال المستقبل عبر الاطلاع وما انعكس عليهم الإلهام والتحفيز الذي وجدوه بين دفتي الكتاب، والذي كان ثماره حصولهم على جوائز التميز في الدولة.

أجيال المستقبل مساء أمس الأول الاثنين الأول من مارس 2021 حيث استضافت نخبة من المتميزين من أعضائها في لقاء مفتوح أداره أيمون النقيب حول مدى أثر القراءة في تميزهم الأكاديمي والحياتي والعلمي. ودار الحديث بين ضيوف اللقاء عن تجاربهم الشخصية في عالم الكتب الساسر وعن المنافع العديدة التي حصدها من ممارستها لهواية القراءة

العين - الفجر

بتوجيهات من رئيس مجلس إدارة مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافية والتعليمية الشبيخة الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان أطلقت جمعية محمد بن خالد آل نهيان لأجيال المستقبل فعاليات شهر القراءة الوطني مارس 2021 عبر البرنامج الافتراضي القرائي في مكتبة

لإجراء عمليات العمود الفقري

فيليبس تطلق ClarifEye للتوجيه الجراحي المكاني بتقنية الواقع المعزز للحد الأدنى من التدخل الجراحي

• الحل العلاجي الأول من نوعه والموجه بالصور يجمع بين التصوير والتوجيه المكاني بتقنية الواقع المعزز في نظام واحد ضمن غرفة عمليات هجينة • الدراسات تثبت دور التوجيه أثناء الجراحة في تعزيز الدقة السريرية وتحدد من حاجة المرضى لجراحات المراجعة



المريض لجراحات المراجعة بالمقارنة مع معيار الرعاية الحالي "1.2". ومن جانبه، قال الدكتور بيتر سكاروني، أخصائي جراحة الأعصاب لدى مستشفى كاتون في لونغانو بسويسرا: "لا بد من تغيير طريقة إجراء عمليات العمود الفقري عند اعتماد منهجية الحد الأدنى من التدخل الجراحي، حيث سيتوجب حينها إيجاد وسيلة أخرى لرؤية ما يجري في موقع العملية بشكل واضح تماماً. ومن هنا تبرز أهمية حل ClarifEye الذي يتمحور حول تلبية التقنيات لاحتياجات الجراح، بدلاً من إجبار الطبيب على التكيف مع المتطلبات التقنية". ويستخدم الابتكار الجديد أربع كاميرات بصرية عالية الدقة لتعزيز رؤية ما يحصل ضمن المجال الجراحي من خلال صور الأشعة المقطعية المحروطة ثلاثية الأبعاد، دون الحاجة إلى استخدام الأشعة السينية كإجراء إضافي. ويعمل النظام على الدمج بين ما يظهر في المجال الجراحي مع الصور الداخلية ثلاثية الأبعاد للمريض لتطوير صورة تشريحية داخلية وخارجية ثلاثية الأبعاد بتقنية وخفض الأضرار التي تُصيب الأنسجة اللينة والندبات الناجمة عنها "4". وتتبع العلامات غير الجراحية المثبتة على البشرة بواسطة الفيديو، إذ يقوم النظام عندها بتصوير رأس إبرة جهاز ClarifEye بينما يتم تحريكها على طول المسار المحدد في العمود الفقري.

العصبية والوعائية القريبة من العمود الفقري. وتقدم منهجية الحد الأدنى من التدخل الجراحي أثناء عمليات العمود الفقري العديد من الفوائد للمرضى كإجراء إضافي. ويعمل النظام على الدمج بين ما يظهر في المجال الجراحي مع الصور الداخلية ثلاثية الأبعاد للمريض لتطوير صورة تشريحية داخلية وخارجية ثلاثية الأبعاد بتقنية وخفض الأضرار التي تُصيب الأنسجة اللينة والندبات الناجمة عنها "4". وتتبع العلامات غير الجراحية المثبتة على البشرة بواسطة الفيديو، إذ يقوم النظام عندها بتصوير رأس إبرة جهاز ClarifEye بينما يتم تحريكها على طول المسار المحدد في العمود الفقري.

بالصور ليجمع بين التصوير وتقنية التوجيه المكاني المدعوم بالواقع المعزز في نظام واحد ضمن غرفة العمليات الهجينة، وذلك بالاعتماد على خبرات فيليبس الحرفية في مجال التصوير الطبي. وتتسبب أمراض العمود الفقري بأنار ملموسة على حياة المريض وجودتها، بل وقد تؤدي الحالات الحرجة منها إلى إعاقة قدرة المريض على المشي أو حتى مغادرة الفراش، لذا تتسم الخطوات العلاجية لهذه الحالات عادة بتعقيدها ودقتها؛ إذ تتطلب من الجراحين إيلاء عناية خاصة تسمح لهم بتجنب أذية البنى

فينتشييزو فينترتشييلي، الرئيس التنفيذي لشركة فيليبس الشرق الأوسط وتركيا وأفريقيا؛ "يتجسد التميز في حلول فيليبس في معرفتنا الدقيقة للتحديات التي نواجهها وأدراكنا للتغيرات التي تطرأ على قطاعي الرعاية الصحية والتكنولوجيا والتي تؤثر في قدرتنا على تزويد المرضى بالرعاية الصحية عالية الجودة التي يستحقونها. ونحرص على تصميم حلولنا بما يعزز من قدرتنا على توفير الرعاية الصحية ورفع مستوى كفاءتها؛ ومن هذا المنطلق، قمنا بتطوير الحل العلاجي الأول من نوعه والموجه

دبي - الفجر

أعلنت فيليبس، الشركة الرائدة عالمياً في مجال التكنولوجيا الصحية والمرجبة في بورصة نيويورك تحت الرمز (NYSE: PHG)، عن إطلاق حل ClarifEye للتوجيه الجراحي المكاني المزود بتقنية الواقع المعزز للارتقاء بكفاءة عمليات العمود الفقري ذات الحد الأدنى من التدخل الجراحي داخل غرف العمليات الهجينة، مثل Philips' Hybrid Suite. وبالاعتماد على تقنية التصوير ثنائي وثلاثي الأبعاد بجرعة منخفضة من الأشعة السينية "3" وتقنية الواقع المعزز ثلاثية الأبعاد، يستطيع الحل المتكامل توفير صور مباشرة أثناء العمليات لتعزيز دقة الزرع الصحيح للسامير أثناء عمليات دمج الفقرات. ويتم خلال هذا النوع من العمليات وصل الشنتين أو أكثر من فقرات العمود الفقري بشكل دائم للمساعدة على تحسين التوازن أو تصحيح التشوهات أو الحد من الألم. ويتدمج الحل الجديد بشكل كامل مع منصة Azurion لعلاج الوجه بالصور من فيليبس، لتعزيز فعالية سير العمل الجراحي من خلال التوجيه المكاني أثناء العمليات والتحقق من الزراعة الدقيقة للمسامير وتقليل الحاجة إلى جلسات التصوير بالأشعة المقطعية بعد إجراء العمليات. وتعليقاً على هذا الموضوع، قال السيد

منوعات

القرفة

23

من التوابل الشائعة ومصدر رئيسي للطبخ والأدوية العشبية

القرفة . . أضرارها على الحامل والجرعة اليومية المناسبة لها

القرفة للحامل في الشهر التاسع، من التوابل الشائعة التي استخدمت لعدة قرون كمصدر رئيسي للطبخ والأدوية العشبية. وهي مصنوعة من لحاء أشجار القرفة التي تتميز

برائحتها الغزيرة، ومذاقها الحلو الحار يجعلها مكوناً واسع الانتشار في الأطباق والمشروبات والحلويات، ومن خلال الدكتورة هند مأمون خبيرة التغذية توضح لنا فوائد شرب القرفة للحامل بالشهر التاسع والكمية المسموح بها واستخدامات القرفة خلال الشهر التاسع.



الكولين والبيريدوكسين وحض البانتوثنيك. كما أنها تتكون من معادن أثرية مثل الكالسيوم والمغنيسيوم والبوتاسيوم والفسفور والصوديوم والحديد والمنغنيز والزنك.

أنواع القرفة

يوجد العديد من أنواع القرفة، ومنها: القرفة الصينية، وتسمى أيضاً بالتوابل الهندية، ولها طعم ورائحة حادة.

قرفة سيلان، مصدرها سيلان والبرازيل والهند وإندونيسيا، وهي من التوابل الحلوة التي تعطي طعمًا حارًا ولها نكهة لطيفة ورائحة. قرفة مالابار، لها طعم حار لكن مر قليلًا.

القرفة تخفف ضغط الدم

الاستهلاك المنتظم للقرفة في الطعام يعمل على ضبط ضغط الدم، وهو أمر جيد للوقاية من ارتفاع ضغط الدم لدى النساء الحوامل.

تقلل من خطر الإصابة بالارتجاع أثناء الحمل بسبب ارتفاع ضغط الدم.

يمكن تجنبه عن طريق تضمين القرفة في نظامك الغذائي.

القرفة لها فوائد غذائية

تحتوي القرفة على الكثير من الكربوهيدرات والأحماض الدهنية المشبعة. غنية بفيتامينات C و E مع النياسين خاصة تلك التي تحتوي على نسبة عالية من

من أي عملية جراحية. إذا كنت تتناولين نوعاً من الأدوية، فقد تتداخل القرفة معه وتسبب مضاعفات. كما لوحظ في بعض أدوية السكري أن القرفة لها دور في وظيفة الدواء، وبما أنه لا توجد أدوية معروفة في هذا الصدد، استشير طبيبك قبل تناولها أثناء الحمل.

حساسية القرفة هي أكثر أنواع حساسية التوابل شيوعاً لدى الأشخاص، وبما أن الحمل يجعلك حساسة تجاه بعض الأطعمة، فابحثي عن علامات مثل الإحساس بالحرقان في الفم أو التهاب اللسان أو الخدين أو الحلق عند تناول القرفة. إذا وجدته، فتوقفي عن تناولها على الفور. يقترح العديد من الأطباء الحد من استخدام القرفة أثناء الحمل.

الفوائد الصحية للقرفة للحامل

تحتوي القرفة على العديد من الفوائد الصحية، وهي كالتالي: مضادات الأكسدة الطبيعية

تعتبر القرفة من بين الأعشاب الأكثر قيمة، لأنها غنية بمضادات الأكسدة مثل الفلويونول.

تعمل مضادات الأكسدة على مكافحة أضرار الجذور الحرة التي تلحق بالجسم، وتعزز الصحة، كما تلعب دوراً في مكافحة العدوى التي تسببها الفطريات والبكتيريا والطفيليات.

لمرض السكري أثناء الحمل

يحتوي لحاء القرفة على مكونات نشطة يمكنها تنظيم مستويات السكر في الدم.

عند تناوله بكميات صغيرة مع الطعام، يمكن أن يتحكم في مستويات السكر في الدم لدى النساء الصابات بسكري الحمل.

ومع ذلك، فإن دوره في علاج ما قبل السكري يحتاج إلى مزيد من البحث.

عامل النكهة الطبيعية

تأتي القرفة في مجموعة متنوعة من الأذواق والروائح، مما يجعلها بديلاً ممتازاً لعوامل النكهة الاصطناعية في مستحضرات الطعام.

القرفة لها خصائص مضادة للالتهابات

من المعروف أن العوامل المضادة للالتهابات الموجودة في أنواع معينة من القرفة مثل كاسيا تحارب الإنزيمات التي تؤدي إلى التهاب في

الجسم.

عند تناولها مع الطعام، يمكن أن تخفف من آلام المفاصل وتورم الجسم لإعطاء الجسم الراحة.

شاي القرفة أثناء الحمل مفيد أيضاً من وقت لآخر، كما تحتوي القرفة أيضاً على زيوت يمكن أن تشكل خطراً على الجنين، حتى أنها يمكن أن تسبب الإجهاض، لذلك من الأفضل التوقف عن العلاج بالروائح التي تستخدم زيوت القرفة الأساسية أثناء الحمل.

الاحتياطات الواجب اتخاذها أثناء تناول القرفة خلال الشهر التاسع من الحمل

لا تستخدم القرفة إذا كنت تعانين من عدم تحملها أو تعانين من مشاكل في الولادة.

يُنصح باستخدام قرفة سيلان للطهي لتجنبها الخفيفة.

تجنب استهلاك التوابل ذات الجودة الرديئة أو منتهية الصلاحية.

في حالات الحمل عالية الخطورة، يجب تجنب خطر الإجهاض تماماً.

يجب استبدال الوصفات التجميلية التي تحتوي على القرفة بمكونات أخرى، حيث يعتبر زيت القرفة الأساسي ضاراً أثناء الحمل.

الأعراض الجانبية للقرفة خلال الشهر التاسع من الحمل

يمكن أن يؤدي الإفراط في تناول القرفة إلى تعطيل تنظيم الجلوكوز أثناء الحمل. لقد لوحظ أن تناول ما يصل إلى 6 جرامات يومياً يمكن أن يخفض متوسط مستوى الجلوكوز في مصل

السيام لدى مرضى السكري في أقل من 40 يوماً.

يمكن أن يسبب مشاكل للنساء اللاتي يخضعن لعملية قيصرية، كما يمكن أن يسبب مشاكل في السيطرة على نسبة السكر في الدم أثناء الجراحة

وبعداً.

حتى لو كنت تخططين لولادة طبيعية، فقد تلتفتين إذا واجهت مضاعفات تتطلب عملية

طارئة.

إذا كنت تتناولين مبيعات الدم، يمكن أن تزيد القرفة من خطر النزيف.

في حالة الحاجة إلى جراحة طارئة أو ولادة قيصرية أثناء الولادة، فإن القرفة في النظام تزيد من خطر النزيف.

إذا كنت تعانين من مبيعات الدم مثل مضادات الصفائح الدموية أو مضادات التخثر، يمكن للقرفة أن تقلل من عدد الصفائح الدموية، لذلك

ينصح الأطباء بتجنب القرفة قبل أسابيع قليلة

كمية القرفة التي تتناولها الحامل في الشهر التاسع

لا توجد دراسات تثبت وجود كمية آمنة من القرفة أثناء الحمل، تشير الدراسات العامة التي أجريت على البالغين العاديين إلى أن الجرعة تتراوح بين 1 و1.5 جرام من لحاء القرفة يومياً.

يمكن للبالغين الأصحاء تحمل هذا كثيراً دون آثار جانبية.

نظراً لعدم تقييم العديد من الدراسات سلامة القرفة أثناء الحمل، فإن معظم المخاطر المعروفة لا تزال نظرية، بناءً على ما هو معروف عن بعض مكوناتها.

من الخطورة تناول كميات من القرفة للحامل في الشهر التاسع، حيث يوجد قلق أكبر من عدم وجود نظام متطور لإزالة السموم من الجنين

وإزالة المواد الضارة. إنها حساسة للسموم الموجودة في الغذاء والدواء.

على الرغم من أن القرفة لها العديد من الفوائد الصحية، إلا أنها تسبب أيضاً آثاراً جانبية خطيرة عند تناولها بكميات أكبر، حيث تعمل على خفض مستوى الجلوكوز في الدم وتمنع تجلط الدم، ويجب على النساء الحوامل اللواتي يتناولن أدوية السكري ومخفضات الدم توخي الحذر الشديد، خاصة أثناء الجراحة، كما تحفز القرفة تدفق الدورة الشهرية، ويمكن أن تؤدي الكميات

الكبيرة منها إلى حدوث إجهاض، لذا، إذا كنت تتساءلين هل القرفة مفيدة للحمل، فالجواب هو نعم ولكن ذلك يعتمد على مقدار ما تأكلينه، قد تصح الخصائص الجيدة للقرفة لضارة للمرأة الحامل في الشهر التاسع، لذا فإن تجنب الكميات والأطعمة المحملة بالقرفة فكرة جيدة، كما أنه من الأفضل للمرأة التي تعاني من صعوبة الحمل تجنب القرفة تماماً.

طريقة تناول القرفة للحامل في الشهر التاسع

لا ينصح الحوامل بتناول كميات كبيرة من القرفة يومياً.

لا مانع من تناول القليل من القرفة أو أقل من نصف ملعقة صغيرة.

يمكن استخدام القرفة في الطهي للحصول على نكهة غنية في أطباق مثل الفول والبرياني.

وجودها في الحلويات والفضائل وغيرها من منتجات الخبز صغير بما يكفي لعدم التسبب في أي ضرر للجنين.

كثرة البرد

إذا كنت تصابين بنزلات البرد بشكل متكرر أو تتكرر أعراض البرد لديك، فمن الواضح أن لديك جهازاً مناعياً ضعيفاً، ويمكن في الغالب التغلب على البرد والالتهابات ذات الصلة في غضون 7 إلى 10 أيام.

أمراض المناعة الذاتية

قد تسبب أمراض الجهاز المناعي نشاطاً زائداً أو نشاطاً منخفضاً بشكل غير طبيعي لجهاز المناعة، فإذا كان النظام

مفرط النشاط، يبدأ الجسم في إتلاف أنسجته، مما يؤدي إلى أمراض المناعة الذاتية، وتقلل هذه الأمراض من قدرة الجسم على محاربة الأمراض الأخرى، وتسبب الضعف تجاه بعض أنواع العدوى.

تأخر النمو

قد يؤدي ضعف المناعة إلى تأخر النمو والتطور عند الأطفال،

أسباب وأعراض نقص المناعة . . وطرق علاجها

يعمل نظام المناعة على مدار الساعة للحفاظ على الجسم، محمياً من غزو الكائنات الحية والقوى البيئية الأخرى، ويعد بمثابة ولي الأمر الدائم لحماية الجسم من الأمراض المعدية المختلفة، كما أنه يقلل من خطر الوفاة، لذلك فهو مهم جداً لبقائك على قيد الحياة، لكن عندما يكون جهاز المناعة ضعيفاً، لا يمكنه العمل بشكل فعال لحماية الجسم من الأمراض الخطيرة. اليكم علامات تدل على ضعف الجهاز المناعي، بحسب موقع "protnex".

التعب المستمر

إن الشعور بالتعب بعد العمل الجاد أمر طبيعي في الحياة اليومية، ولكن إذا استمر التعب بعد الحصول على قسط مناسب من الراحة، فقد يكون ذلك مؤشراً على ضعف جهاز المناعة لديك ويتطلب دعماً إضافياً. وعندما لا يعمل الجهاز المناعي بجسمك بكفاءة، يبدأ جسمك في التآكل بشكل أسرع؛ لأنه يحارب الطفيليات والبكتيريا الضارة باستمرار، مما يجعلك مرهقة طوال اليوم.

بطء التئام الجروح

إذا لاحظت أن جروحك على الجلد تستغرق وقتاً أطول من المعتاد للشفاء، فإن جهاز المناعة لديك ضعيف؛ إذ يساعد نظام المناعة الصحي الجلد على الالتئام ومحاربة البكتيريا أو الجراثيم الضارة مع تقليل مخاطر العدوى.

ومع ذلك، فإن ضعف الجهاز المناعي يعيق أداء الجلد الطبيعي، ولا يسمح له بمكافحة العدوى بشكل أسرع كما ينبغي.

لذلك إذا لاحظت أن طفلك لا ينمو بعدد طبيعي، فأنت بحاجة إلى فحصه من قبل طبيب أطفال.

ويعتقد بعض الأحيان يكون التأخير في النمو بسبب سوء التغذية، إذا كان الأمر كذلك، فسوف يوصي طبيب الأطفال باتباع نظام غذائي مناسب غني بالبروتين لطفلك، ويجب أن

يشتمل نظامهم الغذائي أيضاً على جميع العناصر الغذائية الضرورية، بما في ذلك فيتامين A وفيتامين سي وفيتامين B وغيرهما من المغذيات.

منخفضاً بشكل غير طبيعي لجهاز المناعة، فإذا كان النظام

مفرط النشاط، يبدأ الجسم في إتلاف أنسجته، مما يؤدي إلى أمراض المناعة الذاتية، وتقلل هذه الأمراض من قدرة الجسم على محاربة الأمراض الأخرى، وتسبب الضعف تجاه بعض أنواع العدوى.

تأخر النمو

قد يؤدي ضعف المناعة إلى تأخر النمو والتطور عند الأطفال،



اضطرابات الدم

بعض اضطرابات الدم الشائعة التي تشير إلى ضعف الجهاز المناعي، هي اضطرابات النزيف مثل الهيموفيليا وفقر الدم والجلطات الدموية وسرطانات الدم مثل سرطان الغدد الليمفاوية وسرطان الدم والورم الليناعي.

طفح جلدي

بشرتك هي أول حاجز للجسم لمحاربة الجراثيم، ويمكن أن يعكس مظهرها أيضاً مدى جودة عمل جهاز المناعة في الجسم، ويعد ظهور طفح جلدي متكرر أو جفاف الجلد هو علامة على وجود التهاب، وقد يشير أيضاً إلى ضعف في جهاز المناعة

إذا تكررت ظهور الطفح الجلدي ويسبب الذئبة على الجلد.

التهاب الأعضاء

يمكن أن يؤدي التهاب الأعضاء أيضاً إلى إبطاء جهاز المناعة في الجسم، وتحدث الاستجابة الالتهابية للعضو أو الالتهاب؛ بسبب الأنسجة المصابة بالسموم أو البكتيريا أو الصدمات أو الحرارة أو أسباب أخرى؛ أي إصابة لأنسجة الجسم قد تؤدي إلى الالتهاب وهي علامة على ضعف جهاز المناعة.



الإمارات ضمن العشرة الكبار عالمياً في 24 مؤشراً تنافسياً في الأداء الاقتصادي خلال 2020

الإجراء بإحدى عشرة برنامج ومبادرة داعمة. وشملت هذه السياسات الداعمة تعيين ثلاثة وزراء لدعم القطاع الاقتصادي، ووزير دولة لريادة الأعمال والمشاريع الصغيرة والمتوسطة.. كما عدلت قانون الشركات تأسيساً لمرحلة اقتصادية جديدة، وأصدرت قوانين وتشريعات اقتصادية لدعم مشاريع الشباب ورواد الأعمال. وتضمنت البرامج والمبادرات الداعمة، تأسيس المناطق الحرة المتخصصة، والسجل الوطني للأصول، وتأسيس شركة للمعلومات الائتمانية وقانون للاستثمار الأجنبي، وهي في مجملها خصوصيات اقتصادية جعلت مرجعيات قياس التنافس العالمي أن تمنح الإمارات مركز الصدارة في 8 مؤشرات اقتصادية حيوية. وشار إلى أن وكالة التصنيف الدولية "موديز" منحت دولة الإمارات في عام 2020 تصنيف AA2 في الجدارة الائتمانية، وهو التصنيف السايدي الأعلى في المنطقة مع نظرة مستقرة للاقتصاد الوطني.

الموازي وتوافر الفرص وغياب التهديدات، وسمعة الدولة في الخارج. وتمثل أهمية التوثيق الدولي لريادة الأعمال الاقتصادية الإماراتية في عام 2020، كونه كان عاماً مليئاً بالتحديات فرضتها جائحة كوفيد-19 التي زعزعت الاستقرار العالمي واختبرت الملائة الاقتصادية في قدرتها على التحول والتأقلم وسرعة التعافي.. الأمر الذي عزز استمرارية الأعمال بزخم في الأنشطة التجارية وقدرة على المنافسة والنمو. شملت مختلف القطاعات الحيوية والمحركة. وكانت مجلة "فوربس" الأمريكية، صنفت في وقت سابق دولة الإمارات في المرتبة الأولى عربياً والمرتبة التاسعة على مستوى العالم في مؤشر الدول الأكثر أماناً من فيروس "كوفيد-19"، وهو ما تمثل إيجاباً بالتوسع في برامج استقطاب الاستثمارات الخارجية كاستراتيجية عمل لعام 2021 وأظهرت مسوحات ختام عام 2020 أن الإمارات، وقد شكلت مبكراً لجنة وطنية لإدارة وحوكمة مرحلة التعافي من أزمة جائحة "كوفيد-19". وعززت هذا

في الكتاب السنوي للتنافسية العالمية الصادر عن المعهد الدولي للتنمية الإدارية، كما في تقرير التنافسية العالمي 4.0، ومؤشر الزدهار الذي يصدره معهد ليجانم، احتلت الإمارات موقع الصدارة العالمية في مؤشرات للتنافسية متصل بالقطاع الاقتصادي والاستدامة. وتشمل هذه المؤشرات الشراكة بين القطاع الحكومي والخاص، وانخفاض معدل التضخم وشروط التبادل التجاري. كما تغطي قلة الوقت المستغرق لتقديم الضرائب، وقلة تهديدات تغيير مواقع الأعمال على الاقتصاد، وقلة التهرب من الضرائب وقلة التبذير في الإنفاق الحكومي، كذلك قلة ضريبة الدخل الشخصية المحصلة بالنسبة المنوية. وجاءت دولة الإمارات ضمن نادي الأوائل في مؤشرات مرونة الشركات، وسهولة ممارسة الأعمال، وإجمالي المدخرات المحلية، وحالة تنمية التكتلات الاقتصادية. كما شملت المقارنات التنافسية مجالات الاقتصاد

•• أبو ظبي - وام: وثقت مؤشرات التنافسية العالمية خلال العام 2020 حزمة الإنجازات التي حققتها دولة الإمارات في العديد من القطاعات وفي مقدمتها قطاع الاقتصاد والأعمال مما عزز من مكانة الدولة التي تدخل الخمسين الثانية من مؤشريها وهي ترنو لمراكمة المزيد في سجل الريادة والتفوق الذي سطرته خلال السنوات الماضية. ويظهر الرصد الذي ينغذه المركز الاتحادي للتنافسية والاحصاء لتقارير التنافسية العالمية أن كبريات المرجعيات الدولية المتخصصة في قياس الأداء الاقتصادي، صنفت دولة الإمارات العربية المتحدة ضمن نادي العشرة الكبار عالمياً في 24 مؤشراً من مؤشرات التنافسية الخاصة بالقطاع الاقتصادي وممارسة الأعمال عن عام 2020. علماً بأن هذه الإنجازات لا تشمل ما تم الإعلان عنه منذ بداية العام 2021.

العقار

30

5 مليارات مكاسب الأسهم والسيولة تتجاوز 1.1 مليار درهم

ارتفعت وتيرة التحسن في أسواق المال الإماراتية خلال جلسة أمس الثلاثاء وسط استمرار تدفق السيولة إلى قاعات التداول والتي تجاوزت قيمتها 1.1 مليار درهم بدعم من مشتريات المؤسسات المحلية والأجنبية. وربحت القيمة السوقية لأسهم الشركات المتداولة نحو 5 مليارات درهم في ختام التعاملات التي نجحت فيها المؤشرات بالارتقاء إلى مستويات تمهد بحسب معطيات التحليل الفني لصعودها بنسب أعلى خلال الأيام المتبقية من الأسبوع.

وكان مؤشر العام لسوق ابوظبي للأوراق المالية ارتفع بنسبة 0.84% بالغاء 5710 نقاط في حين غلق مؤشر العام لسوق دبي المالي عند مستوى 2569 نقطة بزيادة نسبتها 0.68% مقارنة مع اليوم السابق. وتواصلت عمليات الشراء النشطة على شريحة من أسهم قطاعي العقار والبنوك بالإضافة إلى بعض الأسهم المتتاة والمدرجة ضمن القطاعات الأخرى.. الأمر الذي عزز من مكاسب الأسواق المالية. ونجح سهم شركة الدار العقارية بالارتقاء إلى 3.75 درهم وبلغت قيمة الصفقات المبرمة على السهم 267 مليون درهم. كما صعد سهم بنك ابوظبي الأول إلى 14.92 درهم بتداولات وصلت قيمتها إلى نحو 256 مليون درهم، وارتفع سهم اندوك للتوزيع إلى 4.39 درهم. أما في سوق دبي المالي فقد ارتفع سهم اعمار إلى 3.63 درهم قبل أن يتم إيقافه في منتصف الجلسة إلى حين انتهاء اجتماع مجلس إدارة الشركة تنفيذياً للتعليمات المعمول بها في الأسواق المالية. كما صعد سهم بنك الإمارات دبي الوطني إلى 11.20 درهم وسهم بنك دبي الإسلامي إلى 4.83 درهم ودبي للاستثمار إلى 1.54 درهم ودار التكاثر 94 فلساً. وبلغ عدد الأسهم المتداولة في الأسواق المالية 254 مليون سهم نفذت من خلال 6228 صفقة.

المتوسط السعري لسلة أوبك يتجاوز 61 دولاراً خلال فبراير

قفز المتوسط السعري لسلة "أوبك" إلى فوق مستوى 61 دولاراً للبرميل خلال شهر فبراير 2021 بزيادة نسبتها 12.3% مقارنة مع متوسط سعره المسجل في شهر يناير من العام ذاته وذلك وفقاً لأحدث التوقعات الصادرة عن منظمة الدول المصدرة للنفط. وفي ظل الضغوط السعرية الكبيرة التي حققتها خام "أوبك" خلال الأشهر الماضية، فقد توقعت المنظمة ارتفاع المتوسط السعري السنوي إلى 57.72 دولاراً خلال عام 2021 بنمو نسبته 39.2% مقارنة مع العام 2020. وكانت أسعار النفط الخام الأجلة حققت ارتفاعات كبيرة خلال شهر فبراير من العام الجاري حيث ارتفع خام برنت بنسبة 18.3% مقارنة مع يناير من العام ذاته فيما ارتفع خام غرب تكساس الأمريكي بنسبة 17.8%. وجاء الارتفاع المتواصل لأسعار النفط في السوق العالمي مدعوماً باستمرار منظمة أوبك في الالتزام باتفاقية خفض الإنتاج والتي تعززت بإعلان السعودية عن تخفيض طوعي بمقدار مليون برميل يومياً اعتباراً من فبراير الماضي وذلك بالإضافة إلى حزم التحفيز المالي التي أعلنت عنها الولايات المتحدة الأمريكية وستساهم بدورها في تحسين الطلب بنسب أكبر على النفط خلال الأيام القادمة. كذلك فقد دعم توسع الدول في التعليم ضد فيروس "كورونا" تحسن الأنشطة الاقتصادية الأمر الذي يساهم بدوره في زيادة الطلب على النفط الخام.



الاتحاد للماء والكهرباء تحقق ميثاقاً مع العرب والدانة بمبادرة دعم القطاع الاستثماري والسياحي

•• عجمان - وام: أُلحقت "الاتحاد للماء والكهرباء" مشروع "ميثاق العرب" برأس الخيمة، و"الدانة" بدبا الفجيرة، بمبادرتها لدعم القطاع الاستثماري والسياحي، وهي المبادرة التي قامت بإطلاقها خلال شهر يونيو من العام الماضي، وسعت منذ ذلك لحاق مجموعة من أهم المشاريع الجارية بشمال الإمارات فيها. وتتيح مبادرة "الاتحاد للماء والكهرباء" دعم القطاع الاستثماري والسياحي في المناطق التي تخدمها، والاستفادة من إعفاء يصل إلى 85 في المئة للنفقات والمراكز التجارية و80 في المئة للمجمعات السكنية من إجمالي رسوم التوصيل، وهي الرسوم التي تشكل تكلفة رأسمالية، حيث يتم استبدالها برسوم استخدام الشبكة الذي يتم إضافته إلى الفاتورة الشهرية لطوري المشروع. وتوسع "الاتحاد للماء والكهرباء" من خلال هذه المبادرة، إلى المساهمة في تخفيف الأعباء المالية على القطاعين الصناعي والسياحي، نتيجة انتشار جائحة "كوفيد-19"، لا سيما وأن استقرار هذه القطاعات يساهم في تحقيق التكامل المنشود لاستدامة الاقتصاد الوطني.



خلال ندوة إلكترونية نظمتها بالتعاون مع كلايد اند كو بحضور 540 مشاركاً

غرفة دبي تستعرض التعديلات الجديدة لقانون الشركات التجارية في الإمارات

وبدوره قال بنجامين سميت، الشريك في "كلايد اند كو": "لقد كان مجتمع الأعمال والمستثمرين بانتظار التغييرات الأخيرة على قانون الشركات التجارية اليوم، خصوصاً وأنها تجيب على استفسارات رواد الأعمال والمستثمرين الأجانب حول إمكانية تأسيس الشركات وتملكها بشكل كامل في الدولة، الأمر الذي من شأنه استقطاب الاستثمارات الأجنبية المباشرة في قطاعات حيوية وأساسية مستقبلية، لافتة إلى أن الندوة تسج مع التزام غرفة دبي بتعزيز وعي مجتمع الأعمال بكافة المواضيع القانونية التي تؤثر على أعمالهم ونشاطاتهم.

المواطن الإماراتي في التعديلات الجديدة في القانون، والتأثير على هيكلية الشركات والمعاملات في الدولة، وإجراءات تأسيس الشركات، بالإضافة إلى تغييرات أخرى حوكمة الشركات. وأسارت جهاد كاظم، نائب رئيس الخدمات القانونية في غرفة تجارة وصناعة دبي إلى أن التعديلات الجديدة في قانون الشركات التجارية في دولة الإمارات تعزز تنافسية مجتمع الأعمال، وتحسن ثقة المستثمرين بيئة العمل خاصة خلال هذه الظروف الاستثنائية، مؤكداً أن هذه التعديلات تصب لصالح بيئة

مساعدات أصحاب الشركات والمستثمرين على فهم التعديلات التشريعية الهامة التي أدخلتها دولة الإمارات على قانون الشركات التجارية، مما يتيح لرواد الأعمال والمستثمرين الأجانب إمكانية تأسيس الشركات وتملكها بشكل كامل. وستساهم هذه التعديلات في تعزيز مكانة الدولة وريادتها كوجهة جاذبة للاستثمار وسهولة ممارسة الأعمال. وأدار الندوة كل من ناجي حوايك، وبنجامين سميت، الشركاء في "كلايد اند كو"، وبريامفادا برينستون، مختص شركات في "كلايد اند كو"، حيث سلط المتحدثون الضوء على التغييرات في الملكية الأجنبية وحصة

•• دبي - الفجر: في إطار الجهود المستمرة لاطلاع مجتمع الأعمال في دبي على أحدث المتغيرات القانونية في بيئة العمل، ومساعدة الشركات على ممارسة الأعمال بسهولة، نظمت غرفة تجارة وصناعة دبي مؤخراً بالتعاون مع "كلايد اند كو" ندوة إلكترونية حول التعديلات الجديدة لقانون الشركات التجارية في دولة الإمارات، وذلك وسط مشاركة واسعة من مختلف قطاعات مجتمع الأعمال وصلت إلى 540 مشاركاً. وهدفت الندوة الإلكترونية إلى

سيجنال توقع مذكرة تفاهم مع شركتي MBDA وCILAS الأوروبيتين



بالليزر عالي الطاقة، مثل التحليل التشخيصي وبنى الأنظمة، مع الأخذ بعين الاعتبار نقاط الضعف المحتملة واستعراض الأداء، وتأتي هذه الخطوة على أعقاب اتفاقية التعاون الثنائية التي تم توقيعها بين الهيئات الفرنسية و"كوزان" خلال معرض دبي للطيران 2019. وقال سعادة فيصل البناي "سعدنا في سيجنال وابدح أن نوفر القدرات والكفاءات الهامة في مجال الطاقة الموجهة للبلاد والمنطقة ككل في إطار استراتيجيتنا الموسعة للاضطلاع بحلول التصدي للمركبات الجوية غير المأهولة. وكنا نشاء بأن تعاوننا مع شركتي CILAS وMBDA سيسهم في تعزيز الجاهزية الدفاعية الإماراتية وتمكين البلاد من بناء مستقبل تقني آمن.. وقال أريك بيرانجر، الرئيس التنفيذي لشركة MBDA... تشارك شركتنا للمرة الأولى في تعاون طموح خارج منطقة أوروبا الغربية يتمحور حول الليزر عالي الطاقة. إن التعاون بشكل متصالح مشترك، خاصة وأن قدرات الشركتين الأوروبيتين وخبرتهما في مجال الليزر عالي الطاقة لأكثر من 30 عاماً ستكمل الخبرات والمعرفة القوية لدى سيجنال..

•• أبو ظبي - وام: وقعت شركة سيجنال - المتخصصة في توفير الحلول المتعلقة بالحرب الإلكترونية والاستخبارات.. مذكرة تفاهم مع شركة MBDA المتخصصة في أنظمة الصواريخ والتي توفر مجموعة منتجات دولية شاملة تضم أحدث الابتكارات المتقدمة، وشركة CILAS الفرنسية التابعة لمجموعة Ariane والمتخصصة في تكنولوجيا الليزر والبصريات، وتعزز الشركات الثلاثة استكشاف فرص تطوير أنظمة أسلحة الليزر عالية الطاقة في إطار استراتيجية متقدمة للتصدي للمركبات الجوية غير المأهولة. وقع الاتفاقية بالنيابة عن شركة "سيجنال" سعادة فيصل البناي، الرئيس التنفيذي والعضو المنتدب في "أيدج" إضافة إلى إريك بيرانجر، الرئيس التنفيذي لشركة MBDA، وممثل عن شركة CILAS، وذلك بحضور مسؤولين من الشركات الثلاثة. ووفقاً لشروط مذكرة التفاهم، يتولى الشركاء مهمة تحديد فرص التعاون المحتملة في عدة مجالات وأنشطة متعلقة

أكثر من 2.6 مليون زائر ومتسوق في سوق الجبيل خلال 2020

وخدمية تسهم في تحسين أوضاع الصيادين ودعمهم المستمر كما يوجد تعاون والتزام كبير من حيث استقبال الأسماك ذات المواصفات المتطابقة مع المعايير التي حددتها وزارة التغير المناخي والبيئة. وأوضح العليبي أن قسم الأسماك في السوق حاز على شهادة الجودة للأيزو منذ نحو أربع سنوات وهو أول سوق على مستوى المنطقة يحقق ذلك ويلقى باستمرار إقبالاً لافتاً من المتسوقين وزوار السوق الذين يعربون دوماً عن ثقتهم بمستوى الخدمات والجودة العالية والنظافة وقد شكل قسم الشواء قيمة مضافة للسوق عموماً ولتسليم الأسماك خصوصاً وهو مزود دوماً بأفضل معدات الطهي العالمية وأعلى معايير النظافة وأعلى معايير الجودة بالإضافة إلى توافر أحدث نظم السلامة المعروفة عالمياً.

للتقديم بجانب تعقيها عربات التسوق وممرات السوق وإجراء فحوصات دورية للعاملين في السوق للتأكد من سلامتهم إضافة لتنظيم حملات التوعية والتابعة والتأكد على أهمية الالتزام بالتباعد الجسدي وارتداء الكمامات. ولفت إلى أنه يتوافر في سوق الجبيل أكثر من 250 منتجاً موزعاً على 3 أقسام تحوي جميعها 260 محلاً هي قسم الخضروات والفواكه ويقدم 160 محلاً منها 40 محلاً للتومر وقسم اللحوم الذي يضم 60 محلاً وقسم الأسماك الطازجة ويقدم 30 محلاً 3 محلات لبيع العمل وغيرهم لبيع المكسرات بجانب قسم الشواء إضافة إلى قسمي تنظيف وتقطيع الأسماك لتلبية طلبات عملاء السوق لهذه الخدمة وبأسعار رمزية.. لافتاً إلى أنه يتوافر في السوق خدمات متنوعة ومرافق أخرى كمصنف "اتصالات" وأجهزة الصراف الآلي وغيرها. من جهته أوضح حميد العليبي مدير قسم الأسماك في سوق الجبيل / د / وام / أن من أبرز الأسماك المحلية الطازجة التي تباع في سوق الجبيل هي "الصايح" والشعري والكند والكوفر والخباط والجش وغيرها" فيما تنوع الأسماك المستوردة وأبرزها السوبريم والسلمون والسياس وغيرها.. مشيراً إلى أن أسعار الأسماك تتغير وفق الموسم حيث

•• الشارقة - وام: يستقطب سوق الجبيل في إمارة الشارقة - الذي تم افتتاحه في ديسمبر 2015 على مساحة 400 ألف قدم مربع متوسطاً كورنيش الشارقة وجزيرة العلم - أكثر من 12 ألف زائر يوميًا ويرتفع هذا الرقم ليتراوح ما بين 17 إلى 18 ألف زائر خلال عطلة نهاية الأسبوع وفي المناسبات والعطل الرسمية حتى وصل الإجمالي في العام الماضي إلى مليونين و602 ألف و689 زائراً ومتسوقاً. وتمثل زيارة سوق الجبيل تجربة تسوق ثرية لزواره كافة من المواطنين والقيمين حيث يضم ثلاثة أقسام "الخضروات والفواكه والأسماك واللحوم" ويستطيع زوار السوق المشيد وفق الطابع الإسلامي تذوق مختلف المأكولات البحرية الطازجة في



بالشراكة مع جامعة خليفة والوكالة الدولية للطاقة المتجددة «آيرينا»

وزارة الطاقة والبنية التحتية تطلق النموذج الوطني المتكامل للطاقة

•• أبوظبي- الفجر:

أطلقت وزارة الطاقة والبنية التحتية بالشراكة مع جامعة خليفة والوكالة الدولية للطاقة المتجددة «آيرينا»، النموذج الوطني المتكامل للطاقة، الذي يدعم صياغة مستقبل الطاقة لدولة الإمارات العربية المتحدة، وتصميم الخمسين عاماً المقبلة في قطاع الطاقة وفق رؤية حكومة المستقبل، ويمثل خريطة طريق مرحلة جديدة من استدامة قطاع الطاقة.

وتأتي أهمية النموذج من كونه يوفر إطار عمل مشترك يجمع المعنيين بقطاع الطاقة، ويحدد ملامح المستقبل، ضمن مساعي دولة الإمارات الرامية إلى تعظيم الاستفادة من القطاع، عبر تطوير استراتيجيات وأسس العمل في هذا القطاع الحيوي خلال المرحلة المقبلة، بما يتماشى مع الاستراتيجية الوطنية للطاقة 2050، والتي تستهدف حصول الجميع على طاقة آمنة ومستدامة وبأسعار تنافسية، ورفع كفاءة الاستهلاك الفردي والمؤسسي بنسبة 40% بحلول العام 2050، ورفع مساهمة الطاقة النظيفة في إجمالي مزيج الطاقة المنتجة في الدولة إلى 50%.

وبالتوازي مع إطلاق النموذج الوطني المتكامل للطاقة، تم التضامن على تطوير قدرات نمذجة الطاقة مع جامعة خليفة والوكالة الدولية للطاقة المتجددة «آيرينا»، وتشكيل شراكة تجمع الجهات الثلاث، بحيث يتم العمل من خلال ذلك على تطوير نموذج الطاقة الإماراتي الذي يمكنه دعم توجه دولة الإمارات في هذا القطاع الحيوي، وستساهم الشراكة في الاستفادة من خبرة الوكالة الدولية للطاقة المتجددة، والقدرات البحثية لجامعة خليفة لإنشاء برنامج لدعم مراجعة استراتيجية الطاقة في دولة الإمارات العربية المتحدة، وإشراك الشركاء الاستراتيجيين لمواصلة تطوير سياسة الطاقة في الدولة.

وقال سعادة المهندس شريف العلماء، وكيل وزارة الطاقة والبنية التحتية لشؤون الطاقة والبتترول: «إن النموذج الوطني المتكامل للطاقة، داعم رئيسي للاستراتيجية الوطنية للطاقة التي تم إطلاقها عام 2017، وأنه جاري العمل حالياً على تطوير الاستراتيجية الوطنية للطاقة لواءة التطورات الحاصلة في قطاع الطاقة على المستويين المحلي والعالمي، كما يراعي توجه دولة الإمارات نحو تنوع مصادر الطاقة وتطوير القطاع، وإيجاد حلول متنووعة إلى جانب الطاقة التقليدية بما يدعم

التنمية المستدامة، والاقتصادات الوطنية، ويعوّل الدولة للخمسين عاماً المقبلة من الإنجازات، وصولاً لثوية الإمارات 2071.. وأضاف سعادته: «الطاقة النظيفة تمثل جزءاً أساسياً من خليط الطاقة المستقبلي، الأمر الذي تأخذه الإمارات في الحسبان عند صياغتها للاستراتيجيات والتشريعات الوطنية، ونحن على يقين أن تقنيات الطاقة النظيفة ومنها الهيدروجين، شهدت تقدماً ملحوظاً بفضل استخدام التكنولوجيا الحديثة، وأصبحت منافساً رئيساً للقطاعات التقليدية للطاقة، وكانت ولا تزال دولة الإمارات سباقة في اعتماد أفضل الممارسات العالمية في قطاع الطاقة، جنباً إلى جنب مع آخر التطورات التكنولوجية العالمية، والإمارات من أوائل الدول التي اعتمدت الطاقة المتجددة كجزء مهم من مزيج الطاقة.. من جانبه، قال الدكتور عارف سلطان الحمادي، نائب الرئيس التنفيذي في جامعة خليفة للعلوم

والتكنولوجيا: «تشرف جامعة خليفة بهذه الشراكة مع وزارة الطاقة والبنية التحتية، والتي تركز على بحوث نمذجة وسياسة الطاقة، حيث يسعى هذا التعاون المشترك إلى تعزيز عملية التطوير في الاستثمارات المشتركة والمساهمة في دعمها وتطوير نموذج الطاقة في دولة الإمارات من خلال الاستعانة بمجموعة الأدوات المتقدمة عن الوكالة الدولية للطاقة المتجددة، إضافة لتأسيس القدرات في مجال نمذجة الطاقة، لا سيما وأن جامعة خليفة تحظى بخبرات بحثية متميزة قادرة على تولي المهام المؤسسية والإدارية وقضايا البنية التحتية الرامية إلى تحديد مستوى جاهزية الطاقة المتجددة. وأضاف: «تساهم خبرات الجامعة الأكاديمية والبحوثية في تقييم مدى قدرة الدولة على تطوير الطاقة المتجددة، مع التركيز على بعض العوامل المهمة والتي تشمل المنظمة البيئية والاقتصادية والحكومية والمؤسسية التي تشكل سياسة الطاقة



شريف العلماء: النموذج يعزز توجه الإمارات لتطوير القطاع وتنويع مصادره

فرانثيسكو لا كاميرا: الإمارات تستهدف الحفاظ على ريادتها في السنوات القادمة

عارف الحمادي: التعاون سيساعد في تطوير نموذج الإمارات للطاقة من خلال مجموعة من الأدوات المتقدمة

وتعزز مكانة الدولة الريادية في مجال الطاقة المتجددة على نطاق واسع، من جانبه، أكد سعادة فرانثيسكو لا كاميرا، مدير عام الوكالة الدولية للطاقة المتجددة «آيرينا»، أن نظام الطاقة القائم على مصادر الطاقة المتجددة هو في صميم أي التزام وطني بموجب اتفاقية باريس بشأن تغير المناخ، والذي بدوره سيدعم النمو الاقتصادي وخلق فرص عمل جديدة، والحفاظ على البيئة، مع تعزيز التوجه العالمي نحو استقرار المناخ وزيادة أمن الموارد. وأكد أن دولة الإمارات في طليعة الدول التي شهدت تحولات نوعية في مجال الطاقة، تستهدف من خلالها إلى الحفاظ على ريادتها في مجال الطاقة المتجددة في السنوات القادمة، معبرا عن اعتزازه بتعزيز الشراكة الوثيقة مع الإمارات من خلال إجراء تحليل لتحول الطاقة لعام 2050، أملاً أن يساعد التعاون مع الإمارات في تسريع إنجاز سياسة الطاقة النظيفة بحلول منتصف القرن.

الفكرة

31 العالمية القابضة تستثمر في صندوق Falcon CI IV LP وشركة الفضاء سبيس إكس

•• أبوظبي-وام:

أعلنت الشركة العالمية القابضة المُدرجة في سوق أبوظبي للأوراق المالية استثمارها في صندوق Falcon CI IV LP، وشركة الفضاء سبيس إكس.

وكانت شركة سبيس إكس قد أكدت عبر ملفها المُقدم لهيئة الأوراق المالية والبورصات الأمريكية في 23 فبراير 2021 أنها أكملت جولة تمويل أسهم بقيمة 850 مليون دولار لترفع قيمة الشركة إلى حوالي 74 مليار دولار.. وقد ارتفعت قيمة الشركة بعد الجولة التمويلية الأخيرة بنسبة 60% مقارنة بأخر جولة تمويلية قامت بها في أغسطس من عام 2020، حيث بلغت قيمة «سبيس إكس» آنذاك 46 مليار دولار.

وفي النصف الثاني من عام 2020، استحوذت الشركة العالمية القابضة على 94% من رأس مال Falcon CI IV LP، وهو صندوق أسهم خاص يقع مقره في جزر كايمان إحدى المستثمرين في شركة الفضاء سبيس إكس الأمريكية. وتقوم شركة «سبيس إكس» بتصميم وتصنيع وإطلاق صواريخ ومركبات فضائية متطورة. وتعمل حالياً على بناء نماذج جديدة من صاروخ «ستارشيب» الذي يمثل الجيل التالي من الصواريخ القابلة لإعادة الاستخدام. والشركة تمتلك مركبتين فضائيتين نشطتين هما دراغون وفاكون 9 وتعمل حالياً على بناء ستارلينك، شبكة الأقمار الصناعية التي ستعمل على توفير الإنترنت الفضائي عبر أكثر من 12 ألف قمر صناعي يغطي العالم.

وقال بيتر أبرام، رئيس الاستراتيجية والنمو في الشركة العالمية القابضة: «استثمرنا في عدد من صفقات رأس المال الاستثماري ضمن مساعينا الرامية إلى مواصلة الأعمال في المشاريع التكنولوجية سريعة النمو والقابلة للتطوير. وأصبح لدينا اطلاع أوسع بعد استحوادنا على Falcon CI IV LP، في حين اكتملت الصفقات الأخرى، مثل أكسفورد نانوور تكنولوجيز، والمضاضة للاستشارات التسويقية، ويبلد مو، مباشرة من خلال جولات الاستحواد والتمويل». وأضاف: «يقف فريق الإدارة لدينا على رأس عمله، ويشارك دوماً في أنشطة جميع الشركات التابعة لحفظتنا، ويواصل عمل بناء شراكات حقيقية مع المؤسسين ومساعدة شركائهم على النمو. نحن مستعدون لزيد من الصفقات المستقبلية، حيث نستهدف تطوير منصة مشاريعنا بشكل أكبر».

الغاليريا جزيرة المارية يستقبل

أكثر من 22 مليون زائر خلال 2020

•• أبوظبي-وام:

استقبل مركز «الغاليريا جزيرة المارية» بأبوظبي أكثر من 22 مليون زائر خلال العام 2020 وتمكن من إثراء خيارات التسوق لرواده بافتتاح أكثر من 86 متجراً جديداً، كما حقق نمواً مضاعفاً في المبيعات. وجاء هذا الأداء القوي في ظل الالتزام بجميع الإجراءات والتدابير الوقائية والاحترازية والتقيّد بأعلى معايير الصحة والسلامة، الأمر الذي أسهم في ترسيخ مكانة الغاليريا كوجهة رائدة للتسوق والترفيه في إمارة أبوظبي.

سجل الغاليريا نمواً مضاعفاً خلال عام 2020، على الرغم من الظروف الاستثنائية التي يشهدها العام جراء جائحة «كورونا» وقد تواصل هذا المسار الإيجابي حتى نهاية العام مدعوماً بثقة المستهلكين ورواد المركز، وكذلك حرص الغاليريا على اعتماد أعلى معايير الصحة والسلامة، إلى جانب البرنامج المتكامل من الحملات الترويجية والعروض المتميزة التي طرحها المركز. وقد شهدت الأشهر الأربعة الأخيرة من عام 2020 «من سبتمبر إلى ديسمبر» أعلى معدل للمبيعات، بنسبة زيادة 18% في المائة عن مثيلاتها لنفس الفترة من عام 2019.

وقال ديفيد روبنسون، مدير عام الغاليريا: استغلنا في الغاليريا وعلى الرغم من التحديات الكبيرة التي شهدتها العالم خلال عام 2020، جراء جائحة كوفيد-19. تحقيق أداء إيجابي من حيث نمو المبيعات.

89717 مستخدماً لعبرة عجمان

•• عجمان-الفجر:

أعلنت هيئة النقل-عجمان أن عدد مستخدمي النقل البحري «العبرة»، بلغ نحو 89717 راكب خلال عام 2020 أكدت السيدة رشا خلف الشامسي المدير التنفيذي لقطاع تطوير المشاريع والخدمات المساندة أن الهيئة استطاعت تجاوز تحديات أزمة كورونا وتبعاتها وماترتبب عليها من إغلاق جزئي أو كلي لوسائل النقل في الإمارة وذلك بتطبيق الحلول السريعة والابتكروه وإتباع الإجراءات الاحترازية التي تتوافق مع المعايير العالمية في الأمن والسلامة بما يضمن سلامة الركاب والسائفتين أوضح السيد راشد عتيق الكواي مدير إدارة تطوير المشاريع: بأن الهيئة تعمل جاهدة في تطوير النقل البحري بشكل مستمر وتوفير خدمات ذات جودة عالية تتوافق مع متطلبات الجمهور.



الكايت سيرف تجتذب السائحين إلى شواطئ أم القيوين

•• أم القيوين-وام:

« الكايت سيرف » أو ركوب الأمواج باتت اليوم واحدة من أهم الألعاب المائية المنتشرة على شواطئ الإمارات. الرشاقة والاستعداد البدني واللياقة الذهنية من بين أهم شروط من يرغب في ممارستها فهي مزيج من عدة رياضات بحرية وجوية متكاملة عنوانها الإثارة.

ويزخر شاطئ أم القيوين بالعديد من الأشخاص الذين يركبون الأمواج خاصة من السائحين باستعمال لوحة ترخلق مشدودة بحبال إلى طائرة شراعية تلعب دوراً عبر تحكم في الطائرة الشراعية وتوجيهها، إذ يقوم اللاعب بحركات بهلوانية كالقفز والارتضاع بعدة أمتار لتشد أنظار المشاهدين.

كما يتدرب الكثير من راكبي الأمواج على ركوب الأمواج بالجري على الشاطئ وركوب الأمواج بالطوف عليها بالجسم، وحتى يتمكن ذلك عليه أن ينتظروا حتى تبدأ موجة عالية في التحرك باتجاه الشاطئ ثم يقومون بأداء ما يعرف برهسة القمص في اتجاه الشاطئ.

ويعتبر مركز الكايت بيتش الذي زارته وكالة أنباء الإمارات.. واحد من أهم أماكن ممارسة تلك الرياضة.



الذي يساعد ممارس ركوب الاموج على سهولة السيطرة والتحكم بالطائرة بفعل خفة وزنها. ويضاف إلى الطائرة الشراعية لوح التزلج وهو ثنائي الاتجاه ويمكن ارتداؤه بسهولة، ويعتبر الحزام هو آخر الأدوات لربط التزلج بالطائرة. وأوضح أن ركوب الأمواج بواسطة الشراع تعتبر من الرياضات المحببة للصغار قبل الكبار، وهي رياضة سهلة إذا تم الالتزام بقوانين السلامة. وتسهم رياضة ركوب الأمواج في جذب السياح إلى إمارة أم القيوين لخوض هذه التجربة الفريدة من نوعها على الشواطئ الساحرة للإمارة مع وجود المدربين والمختصين بهذه الرياضة في مركز الكايت بيتش.

وهو عضو في برنامج سعود بن راشد المعلا لرعاية مشاريع الشباب .. أحد البرامج الداعمة التي أولت مشاريع المواطنين وفتحة الشباب خاصة ..المساندة بداية من إعداد دراسات الجدوى وتخطيط المشروع حتى ترويج المنتج. ويقول سلطان محمد العظم صاحب المركز إن الكايت بيتش أم القيوين أول مركز تدريبي وترفيهي في رياضة التزلج على الماء والتجديف الواقف بالإمارات وهو يجتذب الكثيرين من محبي اللعبة.. خاصة من جانب الممارسين والسائحين الذين تستهويهم اللعبة وتدع على رأس زيارتهم لشاطئ ونوه إلى أن لعبة الكايت سيرف

تفاهم بين الاتحاد للطيران وHUB71 لدعم توسع أصحاب المشاريع المتكبرة

•• أبوظبي-وام:

وقعت شركة الاتحاد للطيران مذكرة تفاهم مع منصة HUB71 منظومة التكنولوجيا العالمية في أبوظبي، لدعم توسع أصحاب المشاريع المتكبرة في أبوظبي.

وبموجب مذكرة التفاهم، تصبح الاتحاد شريك الطيران الرسمي لمنصة HUB71 ما يتيح لأكثر من 100 شركة عالمية ناشئة تضوي تحت مظلتها، إمكانية الحصول على أسعار تفضيلية بالإضافة إلى تخصيص منصة حجوزات خاصة لتسهيل متطلبات سفرهم.

وقع مذكرة التفاهم محمد عبدالله البلوكي، الرئيس التنفيذي للعمليات التشغيلية والتجارية في مجموعة الاتحاد للطيران، وحنان هريره اليافعي، الرئيس التنفيذي لمنصة Hub71.



وقال محمد عبدالله البلوكي: «تتطلع الاتحاد للطيران للتعاون مع منصة HUB71، المبادرة الرئيسية لبرنامج أبوظبي للمسرعات التنموية «غدا 21». فمن خلال هذا التعاون ستتمكن الجهتان من لعب دور حيوي في دفع عجلة التطور والتنمية في

تلعبان دوراً محورياً في دعم الجهود لاستئناف العمليات على صعيد قطاع الطيران في ظل جائحة كوفيد 19. وتتطلع الاتحاد للطيران للعمل مع رواد الأعمال والابتكارات والشركات الناشئة عبر منصة Hub71، بهدف استقطاب ودعم وتمكين المشاريع التجريبية المتسارعة وابتكار حلول واعدة لقطاع الطيران.» وتبدأ الاتحاد، عبر هذه الشراكة في الاستفادة من شبكة Hub71's العالمية للتواصل مع مجموعة واسعة من الشركات الناشئة لإطلاق مبادرات قائمة على الابتكار، كما ستبحث في إيجاد مزيد من فرص التوجيه والإرشاد، وتنظيم ورش عمل وفعاليات مجتمعية متنوعة. من جانبها قالت حنان هريره اليافعي: «يشكل التواصل العالمي أهمية كبرى بالنسبة لاجتماعنا المتنامي من مؤسسي الشركات الناشئة في حين يستعد العالم لفتح أبواب السفر والتنقل والتجارة.

منوعات

العمل

39



منذ الكشف عن فيلم (السرب)، الذي يسלט الضوء على بطولة القوات الجوية ومواجهة الإرهاب، تواترت ردود الأفعال حول الفيلم والدعوات لمزيد من تقديم الأعمال الوطنية التي تبرز ما تواجهه مصر من حروب ضد الإرهاب وما يقوم به رجال القوات المسلحة في كل مكان، وإبراز دور الدراما والفرن كأداة توثيق مهمة للأحداث.

تم تصويره في أماكن مشابهة تمامًا للأحداث الحقيقية

(السرب) .. ملحمة سينمائية في طريقها إلى الشاشة



وكشف عمر عبد الحليم، تفاصيل فيلمه الجديد "السرب"، وقال: إن العمل يركز بشكل رئيسي على الإرهاب كخطر منتشر في العالم، ويتناول قصص حقيقة حدثت ويعرضها للمشاهدين. وأكد المؤلف أن العمل يتناول ضمن قضاياها واقعة اختطاف وذبح المصريين الأقباط في دولة ليبيا، مشيرًا إلى أنها ليست القصة الرئيسية للعمل. وتابع عبد الحليم، أنه بدأ في كتابة فيلم "السرب" في شهر أكتوبر لعام 2019، أي قبل عرض مسلسل الاختيار، مؤكدًا أنه تم عمل 12 نسخة للفيلم.

كما أشار عبد الحليم إلى أنه سعيد بهذه التجربة التي تضيف له الكثير، قائلا: "الأعمال التاريخية السينمائية هي التي بتفضل عايشة مع الجمهور طول العمر". وقال المخرج أحمد نادر جلال: (حظي كبير، أن أعمل على إخراج بطولة من بطولات الجيش المصري، في (السرب)، خصوصًا أن هذه البطولة تؤكد قيمة دم المصريين، وأن الإرهاب لن ينال من مصر، ولا من المصريين). وأضاف: (التصوير مستمر، وهناك مشاهد إضافية وتعديلات، تتناسب وحجم العمل الضخم).



خليل الكثير من المصريين. وتابع: "استمتعت خلال الفيلم بمشاركة العمل مع المخرج الموهوب أحمد جلال، لأنه مخرج يعرف كيف يمتلك أدواته ويوظفها التوظيف الصحيح، مؤكداً أن الفنانين الذي شاركوا في البطولة سواء أحمد السقا أو أحمد حاتم أو شريف منير، قدموا مباريات تمثيلية رائعة وتفوقوا على أنفسهم"، مشيرًا إلى أنه يعتبر هذا الفيلم إضافة حقيقية إلى تاريخه الفني.

التركيز على الإرهاب
من جهته لفت مؤلف وصاحب سيناريو الفيلم الكاتب المصري عمر عبد الحليم إلى أن (السيناريو يحكي بطولة من بطولات أبطالنا في الجيش، ووجدت دعماً معنوياً وفنياً كبيراً من الرئاسة المصرية، والشؤون المعنوية في القوات المسلحة)، وأضاف: (بدأت الكتابة في العام 2019، وعدلتنا السيناريو أثناء التصوير أكثر من عشر مرات، لإضافة جديد، وأعدنا تصوير مشاهد عدة، وحالياً نصور النسخة 12 من سيناريو الفيلم).



منير: (الفيلم مشرف في قصته، لأنها ليست حدوتة مفتعلة، لكنها قصة حقيقية تمثل مجزرة وأخذًا بالثأر، وكلنا سمعنا عن القصص الذي حدث، لكننا لم نره على أرض الواقع، ومن خلال هذا العمل سنرى الناس جزءاً من القصص على مقدرتنا وهو جزء بسيط مما حدث فعلياً، والناس ستخرج بعد مشاهدة الفيلم شاعرة بالفخر بالسينما المصرية وببيلدها). وأكد (منير): (أحمد السقا بطل الفيلم ويلعب دوراً مهماً جداً جسده بشكل قوي جداً، وأحمد نادر جلال كان مايسترو وكل من خلف الكاميرا عمل شغل هائل، وأظهر كضيف شرف، وبالنسبة لآسر ياسين وكريم فهمي وأحمد حاتم، إحنا كلنا شرف لبنا نشغل في الفيلم، ولا نعتبر ضيوفاً، وكل واحد محطوط في حته محدش هينسأه، مثلما قدمت دورى في فيلم (الممر) وكان مؤثر). وأضاف: (أحب الأدوار الوطنية مثل (ولاد العم) وكان عملاً جيداً، وعلى الرغم من قيامي بدور إسرائيلي لكن كنت سعيداً به، لأنه بين رسالة مهمة مفادها أن مؤسساتنا الأمنية حاكمة، وتحافظ على البلد وتدير المنظومة بشكل جيد).

ملحمة بطولية
وقال الفنان محمود عبدالمغني: (فيلم السرب قدم الملحمة البطولية للجماهير، في سياق ومشاهد تشويق تُشعر بك بأنها حقيقية، خاصة أن قصة الفيلم مأخوذة عن بطولة حقيقية قريبة للأذهان، حيث وقعت أحداثها في 2015، وتابعها وأنت كل المصريين والرافضين للإرهاب). وأضاف عبدالمغني: أن فيلم "السرب" قدم الملحمة البطولية للجماهير، في سياق ومشاهد تشويق تُشعر بك بأنها حقيقية خاصة وأن قصة الفيلم مأخوذة عن بطولة حقيقية قريبة للأذهان حيث وقعت أحداثها في 2015 وتابعها وأنت كل المصريين والرافضين للإرهاب وأوضح عبد المغني أن الانتاج لم يستخدم أي نوع من أنواع "الغرافيك"، خلال تصوير مشاهد الفيلم لتبدو المشاهد كأنها في مسرح العمليات الحقيقي.

وأضاف: "جميع نجوم الفيلم تعاملوا مع القصة بجدية شديدة، وتفوقوا على أنفسهم، لأن الأحداث الإرهابية التي على أساسها تم إنتاج الفيلم استقرت مشاعر المصريين ورافضى الإرهاب في كافة ربوع الأرض، وكانت كلمات الرئيس عبد الفتاح السيسي، بأن مصر تحتفظ لنفسها بحق الرد تلهب مشاعر الجميع، وتحفزنا على تقديم أفضل ما لدينا". وحول موعد طرح الفيلم أكد عبد المغني، أن الأمور التسويقية ترجع للشركة المنتجة، التي وفرت كافة السبل لوصول الفيلم إلى النور بالشكل اللائق، مشيرًا إلى أن المشاهد التي يحويها الفيلم ربما تكون أول مرة ترى على شاشة السينما من حيث المعدات الموجودة فيها، وأماكن التصوير، ومسارح العمليات.

وأشار عبد المغني، إلى أن المنتج تامر مرسى، وفر كل السبل والدعم من أجل إخراج هذا العمل البطولي للجماهير بالشكل الأمثل، وأن كافة المعدات التي ظهرت في الفيلم حقيقية، وأنه على ثقة بأن أحاسيس الممثلين الصادقة سوف تصل إلى الجمهور بمجرد مشاهدة الفيلم، الذي سيضيف

تمر 24 ساعة حتى انطلقت الطائرات فجراً لتدك مراكز تدريب الإرهابيين في ليبيا ومخازن الذخيرة الخاصة بالدواش.

وأضاف: (اسم السرب مشتق من دور القوات الجوية المعتاد وهو فيلم يوثق هذه الواقعة، والفيلم يوثق الحالة العامة التي عاشتها مصر إبان هذه الفترة من عمليات إرهابية واعتقالات وانفجارات وما جرى على الحدود ودور القوات المسلحة ومهامها الحربية بكل فئاتها.

وأشار (السقا) إلى أن دوره في الفيلم سيكون مهماً في مسيرته الفنية جداً.

وأوضح: (لأن طول الوقت كان عندي وحميمية الرغبة في مثل هذا العمل أو ما يحاكي أحداثاً حقيقية تناقش المشاعر الوطنية، وجمالى الحمد لله فوق ما أعتقد عبر الفيلم، وأتمنى أكون على قدر المسؤولية بما يوازي الدعم المقدم له من جهات الدولة المختلفة).

الفيلم مشرف في قصته
وتحدث الفنان شريف منير عن مشاركته: (دورى الجزء الخاص بى يتعلق بصف القوات الجوية وقضينا أياماً مع الأبطال الحقيقيين وشفنا ناس رجالة ورجحوا بنا جداً وقدموا لنا التسهيلات بكل حب وأمانة، ونحن كمثلين نستمتع بحاجات المواطن العادى مش بيشفوها مثلنا تفرجنا أثناء التصوير على طائرات الF 16 وكذلك حين رأينا قائد الطائرة أماناً شعرنا بسعادة كبيرة). وتابع (منير): (أحب هذه النوعية من الأدوار والأفلام لأنه من خلالها أقول للناس أنا بحب مصر، وهذه هي اللحظات التي تظهر فيها حب مصر وشعورى ببلدى، ومصر الجديدة التي نعيشها الآن تشهد تحقيق خطوات ناجحة ومهمة وعظيمة تتسم بالثبات والثقة). وعن طبيعة دوره في الفيلم، قال شريف

ويجسد الفيلم ملحمة الثأر التي شنتها القوات المسلحة على عناصر تنظيم داعش الإرهابى في محافظة درنة بليبيا في عام 2015، ثأراً لنهب 21 مصرياً من الأقباط على يد تنظيم داعش في مدينة سرت الليبية، وطالب المصريون بالقبض على الذى لم يتأخر كثيراً، وتم تصوير الفيلم في أماكن مشابهة تماماً للأحداث الحقيقية.

وجرى الإعلان عن الفيلم والكشف عنه من قبل منتجة تامر مرسى، رئيس المجموعة المتحدة للإعلام، يوم 15 فبراير الماضى، فى ذكرى الثأر من قبل القوات الجوية ضد ممارسات تنظيم داعش الإرهابى.

فيلم (السرب) بطولة أحمد السقا، محمود عبدالمغنى، آسر ياسين، كريم فهمي، أحمد حاتم، ويظهر فيه كضيف شرف شريف منير، هند صبرى، منى زكى، محمد دياب، إنتاج تامر مرسى، تأليف عمر عبدالحليم، إخراج أحمد نادر جلال، ومن المقرر عرضه قريباً.

صناعة حرفية
الفنان أحمد السقا قال عن دوره في الفيلم: (السرب) مصنوع بحرفية شديدة ويطابع روائى طويل، مشيراً إلى أن دور الفن أن يوثق الأحداث لو كانت اقتصادية أو سياسية أو اجتماعية أو كما حدث في الظروف الحربية ضد الإرهاب والتي كانت بمثابة حرب حقيقية، ويكفى أن الرئيس عبدالفتاح السيسى وقتها وعد بالقصاص، و لم

هنا الزاهد تروج للحكاية الثالثة من حلوة الدنيا سكر



شاركت الممثلة المصرية هنا الزاهد فيديو جديد في صفحتها الخاصة على موقع التواصل الاجتماعي، رجعت فيه للقصة الثالثة من مسلسلها الجديد "حلوة الدنيا سكر"، وظهرت في الفيديو وهي تقوم بمضغ العلكة كجزء من شخصيتها في القصة الثالثة، وأرفقت الفيديو بتعليق كتبت فيه: "مررة عمل الدور ده ويارب يجيبكم الحدوتة الثالثة المتخصصة".

يذكر أن مسلسل "حلوة الدنيا سكر" مؤلف من 9 قصص مختلفة، كل قصة تعرض في 5 حلقات متصلة، ولكل قصة فريق عمل مختلف من حيث الكاتب والأبطال، مع وجود هنا الزاهد في جميع القصص بأحداث المسلسل.

دينا الشربيني: لم انسحب من موسم رمضان وحياتي خط أحمر

خصيصاً لها بعد اعتمادها في السنوات الماضية على تمصير مسلسلات عالمية، والعمل من تأليف محمد سليمان عبد الملك.

ويشارك دينا بطولة العمل كل من النجوم ريهام عبد الغفور وأحمد مجدي وصلح عبد الله وصبري فواز ومحمد محمود عبد العزيز وأحمد خالد صالح ومحمد حاتم ونبيل عيسى وعمر السعيد وفاردين فرح ومريم الخشت ومحمود الجراوي وسامي مغاوري ونبيل عيسى.

وتدور أحداث العمل في ستينات القرن الماضي في إطار من الإثارة والتشويق من خلال جريمة كبيرة مراحل حل لغزها، المسلسل تم بناء ديكور خاص له، خصوصاً أنه يدور في مرحلة زمنية مر عليها ما يقرب من ستين عاماً واستعان مدير تصوير العمل هيثم الحسيني بالعديد من الوسائل التقنية التي تجعل الصورة تنتمي لزمان الأحداث.

يذكر أن قوات الأمن المصرية أقت القبض على المنتج السوري محمد مشيش، بعدما تبين صدور حكم قضائي بإدانته في قضية تزوير، رقم 23984 لعام 2018، جنابات قسم شبرا الخيمة، والتي صدر فيها حكم غيابي عليه بالسجن 3 سنوات، وكان وقتها خارج مصر.

ومن حق مشيش الاعتراض على الحكم لكونه غائباً، ودفع الكفالة اللازمة لبدء محاكمته من جديد، وقد تسمح له النيابة العامة المصرية بمغادرة السجن، إذا تأكدت من عدم مغادرته للبلاد، وتيقنت أن تواجده خارج السجن لن يؤثر على سير العدالة.

مسلسلها، وهو عدم التطرق نهائياً لحياتها الخاصة، وقالت في مداخلة هاتفية إن كل ما تردد بشأن تأجيل المسلسل إلى رمضان 2022 غير صحيح وعار تماماً من الصحة حيث يجري حالياً التصوير على قدم وساق.

وأضافت دينا: "انتبهنا من تصوير 50% من العمل الذي سيرعرض في شهر رمضان ولكن بضغط عمل أقل من الموسم الماضي الذي تأثر بسبب إيقاف التصوير لظروف انتشار فيروس كورونا".

وتابعت دينا قائلة: "العام الماضي تعرضنا لضغط كبير أثناء تصوير مسلسل "لعبة النسيان" بسبب أزمة انتشار فيروس كورونا المستجد وتم وقف التصوير أكثر من مرة وبالتالي أثر سلباً على التصوير الذي استمر حتى الأيام الأخيرة من شهر رمضان أيضاً ولكن هذا العام نحن أكثر راحة من العام الماضي".

مسلسل "قصر النيل" يعد البطولة الرمضانية المطلقة الرابعة لدينا الشربيني على التوالي في موسم دراما رمضان، وهو أول عمل يكتب



حول اكتمال تصوير نصف مشاهد مسلسل النجمة دينا الشربيني "قصر النيل" رغم الماء القبيض على المنتج واصابة أكثر من نجم بفيروس كورونا، قامت دينا بأول مداخلة هاتفية، لنفي شائعة تم ترويجها مؤخراً، أكدت أن مسلسلها سيغادر موسم دراما رمضان 2021، لصعوبة استكمال تصويره.

دينا وضعت شرطاً واحداً قبل الاداء بتصريح لبرنامج ET بالعربي عن مصير

الفكر

اكتشاف فائدة جديدة لتناول التفاح



اكتشف علماء جامعة كوينزلاند الأسترالية وزملاؤهم من ألمانيا، كيف يؤثر تناول التفاح، في تطوير الذاكرة لدى البشر. وتشير مجلة Stem Cell Reports، إلى أن علماء الجامعة، بالتعاون مع علماء المركز الألماني للأمراض العصبية التنكسية، أجروا دراسة على الفئران، تضمنت زراعة خلايا جذعية من دماغ فئران بالغة، وبعد ذلك أضافوا لها المغذيات النباتية الموجودة في التفاح: مادة كيرسيتين أو حمض 2-هيدروكسي بنزويك.

وقد أظهرت النتائج، أن التركيز العالي للمغذيات النباتية في التفاح، يحفز تكوين خلايا عصبية جديدة. ويقول العلماء، "يمكن أن يكون للمغذيات النباتية مثل ريسفيراتول وepigallocatechin-3-gallate، تأثيراً إيجابياً مفيداً في مختلف أعضاء الجسم بما فيها الدماغ". ويشير الباحثون، إلى أن التأثير الحاصل، كان مماثلاً لتأثير التمرينات الرياضية، التي كما هو معروف تحفز ولادة خلايا عصبية جديدة.

كم مرة يجب عليك تنظيف أذنيك؟!

يمكن أن تتراكم الأوساخ أو الشمع في الأذنين بمرور الوقت، ما يسبب مشاكل صحية إذا تركت دون علاج. فكم مرة يجب عليك تنظيف أذنيك؟. غالباً ما يتجاهل الناس أذانهم في روتينهم اليومي، على الرغم من التحذير القديم للتنظيف خلفها عند الاستحمام. وذلك لأن الأذنين تنظف نفسها بنفسها، مع تدوير شمع التشحيم حول القنوات الداخلية. ومع ذلك، في بعض الأحيان، يكون هناك الكثير من الشمع الذي يتعذر على الجسم معالجته، ما يؤدي إلى مشاكل صحية. ويوصي أخصائيو الأذن والأنف والحنجرة الأشخاص بترك تنظيف أذانهم في معظم الحالات، ما لم يكن لديهم تراكم غير عادي للشمع. ويعاني بعض الأشخاص من الإفراط في تواجد الشمع، والذي يمكن أن يسبب مشاكل في السمع إذا ترك دون علاج. وقد تشمل المشاكل الناتجة عن الإفراط في تراكم الشمع ما يلي:

- فقدان السمع.
- شعور بامتلاء الأذن.
- حكة في الأذن.
- الدوخة.
- طنين الأذن (رنين الأذنين).
- ألم الأذن.

وأوصى أخصائيو السمعية المقيمين في الولايات المتحدة، Alexandria، يجب أن يرى الناس أخصائي سمع إذا كان لديهم أي من هذه المشكلات. ويمكن أن تكون العديد من هذه المشكلات منهكة، وتتطلب رعاية متخصصة.

ويمكن لأخصائيي السمع تشخيص المشكلات بشكل فعال ومعالجة الشمع الزائد أو المظغوط إذا كان هذا هو السبب الجذري. ولكن في بعض الحالات، تكون أكثر من مجرد مصدر إزعاج، وفي هذه الحالة يكون التنظيف الذاتي ممكناً. وقدم مركز Alexandria طريقة يمكن للناس من خلالها تنظيف أذانهم بأمان. ويتطلب تنظيف الجزء الخارجي من الأذن قطعة قماش مبللة. ويؤدي القيام بذلك إلى إزالة الأوساخ والشمع الزائدة، خاصة إذا استخدم الناس زيت الأطفال أولاً. وتوسع علماء السمع أيضاً فيما يجب على الناس تجنبه أثناء التنظيف، وقالوا إن بيروكسيد الهيدروجين، الذي أوصى به بعض الخبراء في الماضي، يجب ألا يدخل في تنظيف الأذن. ويوصي المتخصصون أيضاً بعدم استخدام أعواد القطن، والتي يمكن أن تدفع الشمع أكثر إلى داخل الأذن. وفي الحالات الأكثر شدة، يخاطر الأشخاص بنقب طيلة الأذن والتسبب في فقدان السمع والفتيان وحتى فقدان الذوق.



أناتاسيا ديدوروك، رسامة ونحاتة وفنانة مكياج من مدينة أوديسا الأوكرانية حاصلة على دبلوم قياسي وطني بعد تقديم لوحتها، وهي عبارة عن عمل فني مقاس 150 × 100 سم تم رسمه باستخدام مستحضرات تجميل احترافية. (ا ف ب)

قرأت لك

فوائد الملوخية



نظرا لاحتواء الملوخية على نسبة عالية من الفيتامينات فإن لها فوائد عديدة على الجسم وهي:

- 1: تحتوي الملوخية على نسبة عالية من الفيتامينات التي تعمل على تعزيز صحة الجهاز المناعي وتحد من خطر الإصابة بالفيروسات والعدوى.
- 2: تحتوي الملوخية على نسبة عالية من البوتاسيوم الذي يعمل على ضبط مستوى ضغط الدم، لذلك ينصح مرضى الضغط المرتفع بتناول الملوخية دائما.
- 3: نظرا لاحتواء الملوخية على نسبة عالية من الفيتامينات فهي تعمل على علاج فقر الدم وتعوض الحديد الناقص في الجسم.
- 4: تحتوي الملوخية على نسبة عالية من الفيتامينات التي تعمل على تعزيز صحة الجسم والجهاز الهضمي وحمايته من الاضطرابات الهضمية وعسر الهضم.
- 5: تناول الملوخية يعمل على ضبط مستوى السكر في الدم والوقاية من المشاكل التي يتعرض لها مرضى السكر.
- 6: ينصح بتناول الملوخية دائما وذلك لأنها تعمل على تقوية القلب والأوعية الدموية وحمايته من تصلب الشرايين والجلطات، حيث تحتوي على نسبة كبيرة من الفيتامينات الهامة لصحة القلب.
- 7: تحتوي الملوخية على نسبة عالية من الفيتامينات والعناصر الغذائية التي تعمل على تعزيز صحة ونضارة البشرة وحمايتها من علامات التجاعيد والهالات السوداء.

سؤال وجواب

- من هو الاديب العالمي الانجليزي الذي مات عام 1870م على خشبة المسرح؟
تشارلز ديكنز
- تقع هضبة الجولان في سوريا ما معنى الجولان؟
التراب والحصى
- من أول امرأة في التاريخ الأمريكي تتولى رئاسة مجلس النواب وذلك إثر انتخابات نوفمبر 2006م؟
نانسي بيلوسي.
- ما اصل هذا المثل (أعطني أبي كرماً ولم أقدم له عنقوداً واحداً)؟
ارميني
- بماذا تشتهر توروكو الفنلندية؟
صناعة السفن

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الكحول هو مخدر، يدخل خلايا الأعصاب بسرعة ويميل لإصابتها بالشلل ولكن قبل أن يقوم المخدر بالشلل فإنه ينبه خلايا الأعصاب ويضعها في حالة من الإثارة والتهدج. كيف يؤثر الكحول على الدماغ؟ التأثير الأول هو الشعور بالتنبه فيستارع العمل والكلام وتزداد البشرة احمراراً ويرتفع ضغط الدم وتتسارع دقات القلب والتنفس. ثم تصاب الوظائف العليا للدماغ بالشلل فتقو التحكم بالأمزجة تضع.
- هل تعلم أن عدد صمامات القلب في جسم الإنسان أربعة.
- هل تعلم أن الاسعاف الأولي للمغص عليه يكون بإضجاعه على ظهره ثم ترفع رجلاه للأعلى حتى ينزل الدم إلى الرأس وتعود الدورة الدموية للعمل من جديد، وينشق محلول النشاء إن وجد أو أي عطور أخرى. ويحدد سبب الإغماء بواسطة النظرة المتخصصة للمصاب وما حوله ومن لون وجه المصاب. وبعد أن يمدد المصاب يفحص بدقة، ثم يبدأ قليلاً ويعطي سوائل ساخنة إذا أفاق وإذا بدا على وجه المغص عليه الإرهاق فهذا يعني أنه مصاب بالاختناق فيقتضي ذلك نقله إلى مركز صحي.
- يحتوي الشاي الأخضر على نسبة 50% من فيتامين C أكثر من الشاي الأسود.
- الخس هو أكثر الخضروات شعبية حول العالم.
- يوجد أكثر من 100 نوع من الفيروسات المسؤولة عن التسبب في نزلات البرد.
- القارة الجنوبية هي عبارة عن 98% جليد والباقي 2% عبارة عن كتلة صخرية جرداء.

قصة الفارس والحاكم

في إحدى المدن الصينية حدث قديماً ان جاءهم حاكماً ظالماً اراد ان يمتلك اهل المدينة مثلما يمتلك الخيول والجواهر والاموال فأعلن احكاماً قاسية عليهم واستعبدتهم، ولانهم ضغفاء وفقراء لم يستطع ان يقف امامه احد. وجاء يوم سمع الجميع عن فارس خرج في الليل على قافلة الحاكم ونهب كل ما فيها وعندما انتهى هذا النهار كان هناك من يدق الابواب ليلا ليعطي الفقراء نقوداً ليشتروا بها ما يسد جوعهم ويمنحهم دواء يشفي امراضهم، واستمر الحال هكذا.. هناك من يسرق الحاكم ويعطي الفقراء المساكين لكنهم لم ينطقوا باية كلمة فقد اخفى كل منهم السر ظناً انه يأتي اليه وحده فقط، بعد ذلك اصبح ذلك الغريب يدفع اليهم باوراق كتب فيها من في استطاعته ان يقف معه ويسانده للقضاء على الظلم والظالم فليأتي إلى اسفل الجبل وينتظر هناك فجراً.

قبيل الفجر كان الفارس يخبئ هناك فهو يعرف بمدى الخوف الذي يتلبس قلوب اهل المدينة ولذلك فهو ايضا يعرف تماماً انه لن يأتي اليه احد وان أتى سيكون الحاكم نفسه. وبالفعل هناك خائن اخبر الملك عن كل شيء فخرج الملك المغرور القاسي ليستمتع -كما قال- بذبذبة ذلك الفارس الشجاع، بل قسم انه سيقطعه اشلاء وسمح اهل المدينة كلا منهم قطعة من جسد الفارس، وجاء الحاكم بمجموعة من رجاله الخونة فوقف يلتفت يمينا ويسارا بحثاً عن الفارس لكن احد رجاله قال: الوقت مبكر يامولاي لئختبا ونفاجهم جميعهم، وتفرق الجميع ليختبأ كل منهم في مكان وهذا ما كان يريد الفارس الذي يعرف عمله جيداً، وعندما مر الوقت وبدا نور النهار يظهر، كان هناك رجلاً يجرح رجلاً ويرمي بها فوق بعضها البعض، لكنه كان قد قيد احدهم وتركه جانباً ثم جره خلف حصانه حتى وسط المدينة وعلن لهم موت الملك، وقال: اما هذا فانتم احرار فيه انه الخائن الذي ينقل اسراركم إلى الحاكم فأنهالت الايدي وتضرب عظام ذلك الخائن وذهب رجال كثير إلى اسفل الجبل لينظروا الحاكم مضرجاً في دمانه فهللا وتكاتفوا وخرجوا جميعهم إلى قصره لينظفوه من باقي الخونة واقسموا وتعاهدوا على عدم الخوف وانه لن يحكمهم ظالم منذ ذلك الوقت.

مساحة للتلوين

