

الجناح السعودي ينظم
فعالية للتعريف بالأنشطة
الرياضية في المملكة



فادي إبراهيم:
سأترك لبنان
وأهاجر



5 تغييرات في النظام الغذائي ونمط

الحياة للتخلص من قشرة الرأس

ص 23



فحص ثوري يساعد على اكتشاف السرطان

طور باحثو السرطان اختباراً جديداً للدم، يمكن أن يحسن التشخيص والعلاج للمرضى، وهو الأول من نوعه القادر على اكتشاف انتشار المرض في جميع أنحاء الجسم، وليس فقط وجود السرطان من عدمه.

وبالنسبة للعلم الحالي، يتعين على المرضى الذين تم تشخيص إصابتهم بالسرطان الخضوع للتصوير والاختبار قبل أن يتمكن الأطباء من معرفة ما إذا كان قد انتشر إلى أي جزء آخر من الجسم. وتؤدي هذه المعرفة بعد ذلك للعلاج، حيث يتم تقديم علاج محلي للمرضى الذين يعانون من أورام في منطقة واحدة، مثل الجراحة، بينما يحتاج المصابون بالسرطان الذي انتشر إلى علاجات للجسم بالكامل مثل العلاج الكيميائي أو العلاج الهرموني.

أما الاختبار الجديد، الذي طوره باحثون في جامعة أكسفورد، فيستخدم تقنية جديدة تسمى مستقبليات الرنين المغناطيسي النووي، والتي تحدد وجود المؤشرات الحيوية في الدم، والتي تسمى المستقبليات. هذه مواد كيميائية صغيرة ينتجها أجسامنا بشكل طبيعي، لكن تصنعها أيضاً الخلايا السرطانية.

نبات شهير يسهم في علاج المرض القاتل

كشفت باحثون من إثيوبيا وألمانيا والهند أن المكون النباتي النشط في نبات شقائق النعمان، يسهم في علاج مرض الملاريا، وهو المرض الشائع في البلدان الاستوائية وشبه الاستوائية.

وأصاب الملاريا خلال عام 2020 وحده نحو 241 مليون شخص، وقتلت حوالي 627 ألف في أنحاء العالم بأسره، بحسب منظمة الصحة العالمية.

ونشرت الدراسة الجديدة مؤخرًا في مجلة "موليكولز"، وهي نتاج جهد مشترك بين جامعة أديس أبابا الإثيوبية، وجامعة عليكرة الإسلامية بالهند، وجامعة هال الأثينية.

وتعرف زهرة شقائق النعمان بالاسم العلمي "الشقائق الإكليلية"، وهي زهرة برية جميلة، اشتهرت في الإرث الشعبي العربي بأنها نبتت على قبر النعمان بن المنذر أشهر ملوك الحيرة بالعراق. وتصف "شقائق النعمان" ضمن فصيلة الوردان، وفي بعض مناطق إفريقيا يُستخدم الشاي المصنوع من أوراق نبات الوردان، وهو أحد أفراد عائلة الوردان لعلاج الملاريا. يقول البروفيسور، كاليب أريس، من جامعة أديس أبابا، الذي كان لديه معرفة مسبقة بالاستخدام الشعبي للنبات: "حتى الآن لم يكن معروفًا ما هي المكونات التي يحتوي عليها النبات وأي منها قد يكون له تأثير علاجي".

مشروب يساعدك على النوم الطويل

يعاني كثيرون من صعوبة في النوم، حتى بعد يوم عمل طويل وشاق، وينصح الخبراء هؤلاء بتناول مشروب يساعدكم في السبات سريعاً ولوقت طويل، ويخلصهم من مسألة الاستيقاظ المفاجئ لقتضاء الحاجة.

وبحسب موقع "womansworld"، فإن شرب مياه البحر المالحة عبارة عن علاج طبي للحصول على نوم أفضل.

وقال الموقع إن هذا المشروب يعني المرء عن الاضطرار إلى الاستيقاظ في وقت متأخر من الليل أو ساعات الفجر الأولى للذهاب إلى المرحاض.

ويُفسر الأمر، يقول الموقع إن ماء البحر يحتوي على مادة تسمى الإلكتروليتات، المسؤولة عن توازن السوائل في جسمك، فإذا كانت السوائل في جسمك غير متوازنة، فيساحل جسمك تصحيح ذلك، عن الاستيقاظ في منتصف الليل.

ويساعد الملح البحري غير المعالج في الوصول إلى جميع خلايا جسمنا، ويحبب الجسم أي تراكم للسوائل، بما يؤدي إلى الاستيقاظ غير المناسب في الليل.

والأمر الأبرز هنا هو كمية الماء، وينصح الخبراء هنا بتناول كمية محدودة منه، فمفعولها يمتد لفترة طويلة.

كيف يمكنك استعادة رشاقة جسمك بطريقة

صحية وسليمة مع بداية عام 2022، وتقنين
جسمك من الأمراض؟

يعتبر تناول الطعام الصحي بمثابة الاتجاه الأساسي للمحافظة على الرشاقة، وعادة ما يقوم هذا النوع من التغذية بالتركيز على تناول الخضروات والفواكه بشكل يومي، من دون إغفال تضمين مستوى جيد من البروتينات كذلك.

إلى جانب ذلك، فإنه من الضروري محاولة الحصول على جرعات من المغذيات الإضافية كالحديد، الزنك والفيتامينات المختلفة، نظراً لاحتمال تفويت بعض منها في النظام الغذائي دون إدراك ذلك.



اجعلي بداية عام 2022 نقطة تحول في صحتك نحو الأفضل

حول هذا الموضوع ترى الاختصاصية التغذوية ميرنا الفتى "سيدتي نت" أنه من الضروري وضع خطة معينة لخسارة الوزن الزائد مع بداية العام 2022، واستعادة الرشاقة بعد فترة الأعياد التي تخللها تناول كميات كبيرة من الأطعمة والحلويات المتنوعة. كما أنه من الضروري جداً ممارسة التمارين الرياضية، زيادة نسبة كمية الخضروات خلال اليوم مما يسرع من نسبة الكولاجين في الجسم، وبالتالي سينعكس ذلك بشكل إيجابي على الصحة والبشرة، التقليل من كمية اللحوم الحمراء، وتناول الدجاج والسلمك باعتدال، ولا مانع أبداً من تناول كمية قليلة من المكسرات، للمحافظة على نسبة الأوميغا 3 في الجسم، ومن الزيوت الجيدة مثل زيت الزيتون.

المواظبة على تناول الزنك والفيتامينات B6 المتوفرين بشكل كبير في اللحوم، البقوليات والحبوب. الابتعاد عن تناول الدهون المشبعة التي تزيد من الأم الحماض، والإكثار من شرب المياه (ليترين في اليوم) بين الوجبات؛ ما يساعد في عملية خسارة الوزن.

نصائح يجب التقيد بها لاستعادة الرشاقة مع بداية العام 2022 تناول الحصص الغذائية اليومية بانتظام وفق استشارة اختصاصية التغذية. التوقف عن تناول الطعام قبل ساعة من النوم كحد أدنى.

ممارسة الرياضة لمدة 30 دقيقة كحد أدنى يومياً، فحركة الجسم بانتظام تكمل التغذية الصحية والكاملة، كما يساعدك ذلك في المحافظة على وزن رشيق. بوتيرة منتظمة مارسي رياضة المشي أو قومي بقيادة الدراجة الهوائية.

تناولي أصنافاً عديدة من الخضروات في أي وقت خلال اليوم في حال الشعور بالجوع ومنها الحشائش الخضراء، الخس، الخيار، البقدونس، الملفوف والتنعان.

الالتزام ببرنامج غذائي يومي متوازن يحتوي على النشويات، الألياف والمخضبات النباتية الخالية من الدهون والغنية بالألياف.

تناول منتجات غذائية طبيعية بدلاً من تلك المصنعة.

ينصح بتناول الخبز والمكرونة المصنوعة من حبوب القمح الكاملة (الطحين الأسمر وليس الأبيض).

الحرص على أخذ قسط كافٍ من النوم كل ليلة، فهو ضرورة من ضروريات الحفاظ على الجسم ورشاقته، ولكن لا بد من إيلاء الاهتمام كذلك بنوعية النوم التي يجب أن تكون جيدة.

الفواكه والخضروات تناولي 5 قطع طازجة من الفواكه والخضروات يومياً.

يمكن أيضاً طبخها قليلاً أو خلطها لصنع عصير أو كوكتيل، وذلك في أوقات متفرقة من اليوم. اختاري

فاكهة وخضروات فصلية، فهي غنية بالفيتامينات، الأملاح المعدنية والعناصر النباتية.

الأسماك والحليب ضرورة تناول السمك من مرة إلى مرتين في الأسبوع والحليب ومشتقاته يومياً؛ هذه المنتجات تحتوي على الكالسيوم، اليود، السيلينيوم والحامض الدهني أو أوميغا 3.

عدم الإكثار من تناول اللحوم الحمراء والتركيز على اللحوم البيضاء كحلم الدجاج لأنها صحية أكثر. منتجات غذائية غنية وخالية من الدهون تحتوي الدهون على أحماض وبيتامينات دهنية ضرورية، وهي تعطي الجسم طاقة كبيرة، لكن الإفراط في تناولها قد يؤدي إلى السمنة. هذا ما قد يزيد من احتمال خطر الإصابة بأمراض القلب والشرايين. لذا ينصح بتناول الزيوت والدهون النباتية كزيت الصويا واللفت ومنتجاتهما.

السكر والملح بكميات معتدلة الابتعاد عن تناول السكر والمنتجات المصنوعة من السكر كالمشروبات أو شراب الغلوكونات من فترة إلى أخرى. أضيفي التوابل والبهارات والأعشاب عند الطبخ، لكن لا تكثري من الملح في الطبخ. عند إضافة الملح، استعملي الملح الغني باليود والفلورايد.

أوصت المراكز الأميركية لمكافحة الأمراض والوقاية منها أمس الأول الثلاثاء بتقليص الفترة الفاصلة بين الجرعة الثانية من لقاح فايزر-بيونتيك المضاد لتكوفيد-19، والجرعة المعززة إلى 5 أشهر بدلا من 6.

تأتي هذه الخطوة في أعقاب قرار إدارة الغذاء والدواء الأميركية أول أول أمس الاثنين بتقليص الفترة الزمنية بين الجرعة الثانية والمعززة، والسماح باستخدام جرعة ثالثة من لقاح فايزر-بيونتيك للأطفال من 12 إلى 15 عاما.

وأوصت المراكز أيضا بأن يتلقى الأطفال، الذين يعانون من ضعف في المناعة بأي شكل من الأشكال وتتراوح أعمارهم بين 5 و11 عاما جرعة إضافية من اللقاح بعد 28 يوما من الجرعة الثانية.

ويعد لقاح فايزر-بيونتيك الوحيد المتاح للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و11 عاما في الولايات المتحدة.

وكانت قد صرحت به إدارة الغذاء والدواء الأميركية في أواخر أكتوبر العام الماضي.

ولم تغير المراكز الأميركية لمكافحة الأمراض والوقاية منها التوصية المتعلقة بالفاصل الزمني بين الجرعة الثانية والمعززة للأشخاص الذين تلقوا لقاح جونسون آند جونسون أو مودرنا والذي يظل عند شهرين بالنسبة للقاح جونسون و6 أشهر لمودرنا.

توصية عاجلة بشأن

جرعة فايزر «المعززة»

أوصت المراكز الأميركية لمكافحة الأمراض والوقاية منها أمس الأول الثلاثاء بتقليص الفترة الفاصلة بين الجرعة الثانية من لقاح فايزر-بيونتيك المضاد لتكوفيد-19، والجرعة المعززة إلى 5 أشهر بدلا من 6.

تأتي هذه الخطوة في أعقاب قرار إدارة الغذاء والدواء الأميركية أول أول أمس الاثنين بتقليص الفترة الزمنية بين الجرعة الثانية والمعززة، والسماح باستخدام جرعة ثالثة من لقاح فايزر-بيونتيك للأطفال من 12 إلى 15 عاما.

وأوصت المراكز أيضا بأن يتلقى الأطفال، الذين يعانون من ضعف في المناعة بأي شكل من الأشكال وتتراوح أعمارهم بين 5 و11 عاما جرعة إضافية من اللقاح بعد 28 يوما من الجرعة الثانية.

ويعد لقاح فايزر-بيونتيك الوحيد المتاح للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و11 عاما في الولايات المتحدة.

وكانت قد صرحت به إدارة الغذاء والدواء الأميركية في أواخر أكتوبر العام الماضي.

ولم تغير المراكز الأميركية لمكافحة الأمراض والوقاية منها التوصية المتعلقة بالفاصل الزمني بين الجرعة الثانية والمعززة للأشخاص الذين تلقوا لقاح جونسون آند جونسون أو مودرنا والذي يظل عند شهرين بالنسبة للقاح جونسون و6 أشهر لمودرنا.

تناول هذا الطعام يساعد

في الوقاية من السرطان

يتسبب السرطان في نمو الخلايا وتكاثرها في أجزاء معينة من الجسم، ويمكن لهذه الخلايا أن تدمر الأنسجة السليمة وأعضاء الجسم، ويمكن لنوع من الخضروات أن يساعد في الوقاية من السرطان.

ويقول الصيدلي المشرف حسين عبده من مديسين دايركت إن كرنب بروكسل يمكن أن يساعد في تعزيز طول العمر، عن طريق الحد من خطر الإصابة بالسرطان، وقال السيد عبده "كرنب بروكسل هو ثروة من الألياف والمواد الغذائية التي يمكن أن يكون لها تأثير مفيد على صحتك لمجموعة واسعة من الأسباب، والمركبات الكيميائية النباتية الموجودة في هذا النوع من الخضروات يمكن أن تكون مفيدة في درء السرطان".

وأوضح الصيدلي أن المواد الكيميائية النباتية تساعد في تعزيز مضادات الأكسدة في الجسم ودفعات الحمض النووي، مما يعزز إشارات الخلايا السليمة. وأضاف أن "المواد الكيميائية النباتية معروفة بقدرتها على منع نمو الأورام وكذلك تثبيط إنتاج الهرمونات المرتبطة بتكوين السرطان".



توقف بلاكيري بطوي

تاريخ الهواتف المحمولة انتهت حقبة في تاريخ الهواتف المحمولة مع توقف عدد كبير من أجهزة "بلاكيري" عن العمل أمس الأول الثلاثاء، مما يشكل ضربة قاسية لمحبي هذا النوع من الهواتف الذي يتميز بلوحة مفاتيح ظاهرة. وطوت الشركة الكندية الرائدة في مجال الهواتف الذكية الصفحة، بعدما كان جهازها الشهير يعتبر في مرحلة معينة أساسيا في نظر مستخدميه إلى درجة أطلقت عليه تسمية "كراكيري"، في إشارة إلى إدمانهم عليه الذي يشبه الإدمان على مخدر الكوكايين المسمى "كراك".

وقررت العلامة التجارية الكندية إيقاف تحديثات نظام التشغيل الخاص بها أو "إس" الذي كانت الهواتف المباعة حتى العام 2013 مجهزة به، وأعلنت الشركة عبر موقعها الإلكتروني الشهر الماضي أن "الأنظمة القديمة لنظام التشغيل +بلاكيري 7.1 أو إس" والإصدارات السابقة، وبرنامج "بلاكيري 10" و"بلاكيري بلاي بوك أو إس 2.1" والإصدارات السابقة لن تكون متاحة بعد 4 كانون الثاني-يناير 2022".



منوعات الفكر

22

جمهورية إكسبو 2020 دبي يستمتع بالأداء العصري لفرقة لوب دكتورز الهنغارية

حفلان موسيقيان إضافيان لفرقة لوب دكتورز الهنغارية على منصة البحر

خلال الحفل: " يشرفنا ويسعدنا أن نقدم حفلاً موسيقياً في حدث دولي مميز جداً مثل إكسبو 2020 دبي". مضيفاً أن شعار إكسبو "تواصل العقول وصنع المستقبل" يمثل أيضاً شعار فرقته التي تهدف إلى تقديم موسيقى الجاز المستوحاة من الخيال العلمي. وكان جمهور إكسبو 2020 دبي، على موعد مع حفلين موسيقيين إضافيين لفرقة "لوب دكتورز" الهنغارية، وذلك يوم أمس الأربعاء 5 يناير، على منصة البحر في موقع الحدث الدولي.

وقدمت الفرقة الهنغارية المعروفة بصيغتها الفريدة وإيقاعاتها الإبداعية: توليفة أغاني ومقطوعات منتقاة من ألبومها "حدود العلم" الصادر في عام 2018، ومنها أغنية "وهم" (illusion) وأغنية "يو دي جي" (Yo DJ)، وأغنية "إنسبيريشن أهوليك" (inspirationaholic) وغيرها من المقطوعات المميزة التي نالت إعجاب وتصفيق الحضور. وقال آرون روماني عازف البيانو الشهير من فرقة "لوب دكتورز"

موقع الحدث الدولي

واستمتع الجمهور بأجواء موسيقى الجاز المعاصرة من مدينتي نيويورك ونيوفاست خلال الحفل، حيث اشترك أعضاء فرقة "لوب دكتورز" المجرية المؤلفة من الثلاثي الموسيقي البارز: آرون روماني عازف البيانو الشهير، وميلان ساكونيان عازف الفيتار، وبيتر سزندوب في عازف الدرامز، بتقديم موسيقى متنوعة تجمع بين الجاز والجنغل والهيبي هوب والراب، وغيرها من الأساليب الموسيقية الصاخبة.

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

أبهرت فرقة "لوب دكتورز" الهنغارية المعاصرة، التي تهتم بموسيقى الجاز المستوحاة من الخيال العلمي، جمهور إكسبو 2020 دبي، بأدائها الرائع خلال أمسياتها الموسيقية التي استضافها مسرح دبي مينيوم في



أصغر امرأة تحلق حول العالم بمفردها

في ضيافة إكسبو 2020 دبي.. قائدة طائرة شابة توشك على صنع أرقام قياسية



"ساعد لإكمال دراستي وأتمنى أن تكون عودتي للحياة الطبيعية على الأرض سلسلة أيضاً".

دا... وتذكر زارا أيضاً رحلتها عبر أجواء روسيا، حيث اضطرت لتأجيل الإقلاع أكثر من مرة بسبب الأحوال الجوية. وتقر زارا بأنها أحياناً ما تشعر بالتوتر أثناء التحليق، حيث تستقل بمفردها طائرتها الصغيرة التي تطلق عليها اسم "شاركي"، والتي قدمتها لها شركة سلافيا كخصيصاً للقيام بهذه الرحلة، لكنها تقول إن الموسيقى تساعدها كثيراً لضبط أعصابها والسيطرة على انفعالاتها. وتقول زارا في عدد من أجنحة إكسبو 2020 دبي، وبينها جناح دولة الإمارات، وقالت إنها لم تتوقع أن يكون الموقع بهذه الضخامة والروعة. وأضافت "الناس هنا لطفاء للغاية ويعاملونني بطفرة ومودة.. الإمارات بلد رائع وأشعر هنا براحة كبيرة".

المحيط، الأطلسي إلى كندا ثم الولايات المتحدة فأميركا الوسطى والجنوبية ومن ثم عادت للولايات المتحدة قبل أن تقطع الطريق في تحد كبير إلى روسيا ومنها إلى جنوب القارة الآسيوية. ومن كوريا الجنوبية إلى الفلبين واندونيسيا وسريلانكا انتقلت زارا إلى الهند قبل أن تهبط بطائرتها الصغيرة في دولة الإمارات. وأضافت الشابة البلجيكية "أعجز عن وصف شعوري في هذه اللحظات، إنها رحلة طويلة ومرهقة واستغرقت الكثير من الإعداد والتحضير، والكثير من التحمل. أحيانا أتساءل ما الذي دفعني لمثل هذه المغامرة، بينما الأخريات تجلسن أمام التلفاز لشاهدة الأفلام والقيام بما يحلو لهن.. لكنه حلمي الذي أتمسك بتحقيقه".

•• دبي - الفجر
حطت البلجيكية الشابة زارا وانرفورد رحلتها في دبي وهي على بعد أيام قلائل من تحقيق حلمها بأن تصبح أصغر امرأة تحلق حول العالم بمفردها، وتقول "أنا شيء يضاهي سماء دبي".

وتأمل زارا أن تتحول مغامرتها التي تسعى من خلالها أيضاً لأن تصبح أول امرأة تحلق حول العالم بطائرة خفيفة، وأول بلجيكية تحلق حول العالم بطائرة ذات محرك واحد، إلى مصدر إلهام لغيرها من الشابات والنساء لتحقيق أحلامهن.

وقالت في مؤتمر صحفي بجناح المرأة في إكسبو 2020 دبي التي أصبحت أولى محطات رحلتها في الشرق الأوسط قبل السفر للسعودية ومصر ومن ثم العودة إلى أوروبا "لكل منا الحق في أن يحلم وأن يعمل على تحقيق حلمه، مهما كان هذا الحلم. أأمل أن نتاح لكل فتاة الفرصة لفعل ما تريد، سواء كان في الشرق الأوسط أو في أي مكان آخر من العالم".

فرقة «بلاك آيد بينز» تقيم حفلاً في إكسبو 2020 دبي ضمن سلسلة أمسيات خالدة في يناير

النجاح العالمي الهائل الذي حققه حفل ألبومها كيز في ديسمبر الماضي ضمن سلسلة أمسيات خالدة، تنوق إلى استضافة نجومنا العالميين التاليين هنا في إكسبو 2020 دبي. ولطالما ألهمتنا فرقة بلاك آيد بينز بنظيرتها العالمية التقدمية ونهجها المبتكر لاستكشاف إمكانات موسيقية جديدة، مما يجعلها الأكثر ملاءمة لإكسبو 2020 دبي ولوضوعه الفرعي، "التنقل".

على الفخر - حيث شاهد جمهور من المنطقة والعالم العرض الكامل على المنصات المختلفة. بينما ثلاثي الفرقة - ويل. آي. أم. وأيل. دي. أب. وتابو - الذي بدأ في لوس أنجلوس، بانتماهم مجموعة مختلفة من الثقافات من حول العالم، وتعد قيم الفرقة التي تنطوي على التقدمية والتعاضد الأكثر ملاءمة، لاسيما في سياق هذا الحدث الدولي الذي سيجتمع 200 جنسية مختلفة. وقالت فرقة بلاك آيد بينز: "كفريق، نواصل تطوير موسيقانا، بهدف الوصول إلى قلوب وعقول معجبينا في أنحاء العالم. ننتظر بشغف الحفل الخاص المقبل من حفلات أمسيات خالدة في إكسبو 2020 دبي، والذي سيقدّم أشهر الموسيقى من ألبومنا الأخير "ترانزليشن" وأفضل أعمالنا أيضاً. في الخامس والعشرين من يناير، ستجمع العالم في احتفال عالمي عبر استعراضنا الحي".

تحيي بلاك آيد بينز حفلها في ساعة الوصل الساعة 22:00 بتوقيت دولة الإمارات يوم 25 يناير 2022

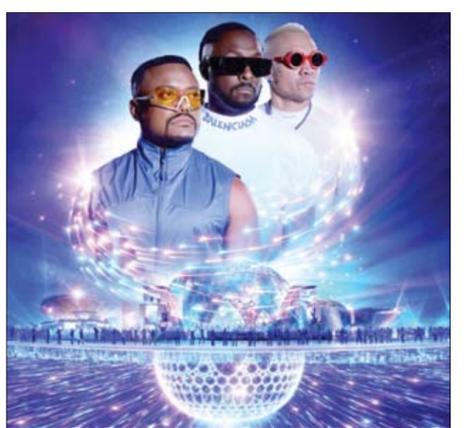
وقالت لبنى هارون، نائب رئيس، صنّاع اللحظة، إكسبو 2020 دبي: "بعد

•• دبي - الفجر

تحيي فرقة موسيقى البوب راب "بلاك آيد بينز" الحفل الرابع من حفلات سلسلة أمسيات خالدة التي يتم تنظيمها بصورة منتظمة خلال الأشهر الستة لاتعداد إكسبو 2020 دبي، حيث ستقدم الفرقة عرضاً حياً في ساعة الوصل يوم 25 يناير 2022.

بعد صعودها سلم النجومية عالمياً بفضل سلسلة أعمالها الأكثر نجاحاً للقرن الواحد والعشرين، تنضم الفرقة - التي تصدرت قوائم التصنيفات الموسيقية - إلى الجهود الرامية لصنع عالم جديد الآن، لتستكشف آفاقاً جديدة وتقتحم فرص الغد في إكسبو 2020 دبي.

يحدد كل فنان مشارك في سلسلة أمسيات خالدة رؤيته وتجربته الخاصة في إكسبو 2020 دبي. وبعد النجاح المهر الذي حققه حفل إلبشا كيز، فقد تجاوزنا 15 مليون مشاهدة فيديو - وهو أمر غير مسبوق وبيعت



الفعالية تستقطب زوار الحدث الدولي من جميع الجنسيات ومختلف شرائح المجتمع، وخاصة الشباب

الجناح السعودي ينظم فعالية للتعريف بالأنشطة الرياضية في المملكة



على التحدي. وقالت لبنى الغامدي، منسقة الفعاليات في الجناح السعودي في إكسبو 2020 دبي، إن الفعالية تهدف إلى التعريف بالأنشطة الرياضية في المملكة من خلال عرض سيارة سباق خاصة بسباق الرالي، وشاشات عرض تركز على بعض الأنشطة، مثل كرة القدم، مع التركيز على مضمار سباقات الفورمولا 1 في حلبة السباق في مدينة جدة. يستقطب مركز الرياضة واللياقة البدنية والعافية في منطقة التنقل في إكسبو 2020 دبي فعاليات رياضية متنوعة، وتصل مساحتها إلى 5400 متر مربع. ومن أهداف المركز التشجيع على اعتماد النشاط البدني ليكون نمط حياة.

•• دبي - الفجر

نظم الجناح السعودي في إكسبو 2020 دبي فعالية مميزة في مركز الرياضة واللياقة البدنية والعافية في منطقة التنقل في إكسبو 2020 دبي، وذلك بالتعاون مع وزارة الرياضة في المملكة العربية السعودية. تستقطب الفعالية زوار الحدث الدولي من جميع الجنسيات ومختلف شرائح المجتمع، وخاصة الشباب، وتهدف إلى تسليط المزيد من الضوء على الأنشطة الرياضية في المملكة، وأحدثها استضافة سباق الفورمولا 1 في مدينة جدة، وذلك من خلال ممارسة الزوار لألعاب من الواقع الافتراضي تحفز

منوعات العقل 23



يمكن أن تؤدي درجات الحرارة الأكثر برودة في الخريف والشتاء إلى جفاف فروة الرأس ما يسبب ظهور الكثير من القشرة.

وإذا كنت تحارب قشرة الرأس في الوقت الحالي، فلا داعي للذعر، لأنه لا يمكن التحكم في الطقس، ولكن هناك عدد من الطرق التي يمكنك القيام بها لإصلاح حالة الجلد هذه.

عدم الإفراط في تناول الطعام مفيد بشكل عام للصحة

5 تغييرات في النظام الغذائي ونمط الحياة للتخلص من قشرة الرأس



بالخضروات الطازجة واللحوم والفواكه يدعم النمو الصحي لشعر كثيف وكامل.

استنشاق بعض الهواء النقي

المشي في الهواء الطلق كل يوم مفيد لفروة رأسك بطريقتين: أولاً، كما أوضحت ستيفاني، قد يعني تقليل ساعات النهار والمزيد من الوقت الذي نقضه في الداخل أن أجسامنا لا تمتص الفيتامينات الصحية التي نحتاجها.

ويعني الخروج من المنزل أنك ستحصل على ما يكفي من فيتامين D، وهو أمر مهم لعظامك وخلايا الدم والجهاز المناعي.

ويساعدك فيتامين D أيضاً على امتصاص المزيد من بعض المعادن مثل الكالسيوم والفسفور.

وقالت ستيفاني: "الأيام الأقصر والمزيد من الوقت الذي يقضيه الناس في الداخل يعني أن الكثير منا يتعرض لتقليل جدا من ضوء الشمس، ونتيجة لذلك، يمكن أن يعاني من نقص فيتامين D".

مضيفة: "يدعم فيتامين D الصحة المناعية لفروة الرأس، مع الاحتفاظ أيضاً بالتربيط ومساعدة الجلد على درء الفخيرة أو الكائنات البكتيرية".

ومن الجيد الحصول على هذا الفيتامين من خلال مصادر الطعام مثل البيض والأسماك الزيتية واللحوم الحمراء، ولكن يمكنك أيضاً استخدام المكملات الغذائية.

ويمكن أن يساعد التواجد في الخارج والحصول على الهواء النقي وأشعة الشمس والتمارين الرياضية في تقليل التوتر والقلق والاكتئاب وتحسين النوم والمساعدة في الحفاظ على وزن صحي والعديد من الفوائد الصحية الأخرى.

لا تتربخ في غسل شعرك

يمكن أن يكون غسل شعرك عملاً روتينياً، لكن لا أحد يريد شعراً دهنياً ومتسخاً.

وعدم غسل شعرك بالقدر الكافي يمكن أن يجعل قشرة الرأس أسوأ أو يتسبب في ظهور قشرة الرأس.

وقالت ستيفاني: "يمكننا جميعاً أن نشعر بالخمول وعدم التحفيز في هذا الوقت من العام، لذا حاول ألا تدع روتين غسل شعرك ينزلق لأن فروة رأسك ستخبرك بذلك قريباً".

وعندما تسمح للزيوت وخلايا الجلد الميتة بالتراكم على فروة رأسك، فإن هذا يوفر الغذاء للفطريات المسببة للقشرة التي تتغذى عليها.

ومن الضروري غسل شعرك كلما احتجت

وتعني الهواء البارد والجاف والرياح العاصفة، جنباً إلى جنب مع التدفئة المركزية، أن فروة رأسنا تصبح أكثر عرضة للجفاف في الشتاء. وتنتج فروة الرأس المزيد من الزيت لتلين وحماية نفسها، والذي بدوره يتفاعل مع فطر يسمى الملاسيزية ويسبب قشرة الرأس. ويمكنك تقليل هذه الحالة المتقلبة للرجال والنساء على حد سواء، ببعض التغييرات البسيطة في نمط الحياة والنظام الغذائي. وتقتصر أخصائية الشعر في "نيوزرال"، ستيفاني سي خمسة تغييرات يجب إجراؤها للتخلص من قشرة الرأس.

توقف عن الإفراط في الأكل

جميعنا عرضة للإفراط في تناول الطعام والحصول على كمية إضافية من الدهون خلال الأشهر الباردة، ولكن قد يؤدي ذلك إلى تقادم قشرة الرأس.

وأوضحت ستيفاني: "مع اقترابنا من فصل الشتاء وتبدأ درجات الحرارة في الانخفاض، تبدأ أجسامنا في اشتهاها الطعام المسلي. في حين أن الإفراط في تناول الطعام قد يبدو أنه أفضل طريقة لمكافحة تلك الكآبة الشتوية، فإن هذا التغيير المفاجئ في النظام الغذائي

يمكن أن يسبب فروة رأسنا".

وقالت خبيرة الشعر إن محاولة عدم الإفراط في تناول الطعام مفيدة بشكل عام لصحة الجسم والشعر

تناول نظام غذائي متوازن

يمكن للطعام الذي نأكله أن يكون له تأثير على صحة الشعر وفروة الرأس لأن العناصر الغذائية والمكملات الغذائية التي نحصل عليها من الطعام توفر اللبنة الأساسية لحالة شعرنا، وفقاً لستيفاني.

وقالت: "إن تناول الأطعمة الصحية سيشرح عدد الخلايا السليمة التي ينتجها الجسم. وإذا كانت عاداتك الغذائية تتغير بالفعل مع المواسم، فمن المحتمل أنك تتناول المزيد من الأطعمة المصنعة والوجبات السريعة".

ومع ذلك، أشارت ستيفاني إلى أن هذه الأطعمة عادة ما تحتوي على نسبة عالية من السكر والملح والدهون غير الصحية، وكذلك الإضافات الكيميائية.

وأضافت: "هذه الأطعمة تحتوي على القليل جداً من العناصر الغذائية التي يحتاجها الجسم للبقاء بصحة جيدة، مثل الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة".

ومن العروف أن الشعر هو آخر نظام في الجسم يتلقى العناصر الغذائية (لأنه من أقل العناصر أهمية، وإذا كنت تأكل بشكل سيئ، فإن جسمك لا يتلقى العناصر الغذائية الكافية وكذلك شعرك.

وتنصح اختصاصية الشعر في "نيوزرال": "هذا الشتاء، تأكد من أنك تتناول نظاماً غذائياً متوازناً يتكون من الكربوهيدرات والدهون الصحية والبروتينات والألياف والفيتامينات والمعادن. إن اتباع نظام غذائي غني



يمكن أن يكون لدى بعض الأشخاص حساسية تجاهه ما يسبب قشرة الرأس. ومن المهم استخدام علاج يحتوي على مادة الكيتوكونازول الفعالة .. ويمكن بعد ذلك استخدام الشامبو المعتاد، لكن لا تهمل استخدام الشامبو الذي يحتوي على الكيتوكونازول لأنه عامل مضاد للفطريات يوقف نمو

لذلك (مرة واحدة على الأقل في الأسبوع لمعظم الناس).

غير الشامبو الخاص بك

أفضل طريقة للسيطرة على قشرة الرأس ودرء نوبات أخرى هي استخدام شامبو جيد حقاً. وقالت ستيفاني: "إن فطر الملاسيزية موجود في فروة رأس الجميع، ومع ذلك،



لماذا نجد صعوبة في الاستيقاظ صباحاً في الشتاء؟

تكون فترات الصباح الشتوية أكثر برودة وأكثر قتامة من نظيراتها في الصيف، ما يجعل الخروج من السرير تحدياً للبعض إلى حد ما.

وفي هذا الوقت من العام، قد يبدأ الناس في مواجهة صعوبة في النهوض من السرير عند سماع صوت المنبه بنفس الطريقة التي قد يكونون بها في يوم صيفي مشمس، ويجدون أنهم يشعرون بالحاجة إلى النوم لفترة أطول.

ويساهم الطقس وانخفاض درجة الحرارة، جزئياً، في ارتفاع هذه الصعوبة لاستقبال اليوم.

الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 55 عاماً.

مثل الصداع والدوخة والتهيج والشعور بالتعب أثناء النهار.

ويمكن أيضاً استخدام الهرمون للمساعدة في إزهاق السفر أو العمل بنظام المناوبة.

وعلى الرغم من توفر مكملات الميلاتونين في بعض البلدان

كيفية يؤثر الميلاتونين على الاستيقاظ في أشهر الشتاء؟

وتسبب الظلام في إنتاج الجسم للمزيد من الميلاتونين، ما يشير إلى أن الوقت قد حان للاستعداد للنوم.

وللسراء دون وصفة طبية في الصيدليات أو متاجر الأطعمة الصحية، إلا أن الهرمون في المملكة المتحدة هو دواء لا

يستخدم نسخة من صنع الإنسان من الميلاتونين لعلاج مشاكل النوم قصيرة المدى ومشاكل النوم لدى

الذي يمكن أن يؤدي إلى الغائاة من مزاج متدن أو علامات الاكتئاب خلال فصلي الخريف والشتاء. وتشمل الأعراض الرئيسية للاضطراب العاطفي الموسمي، الشعور بالتعب، إلى جانب اشتهاها الأطعمة السكرية أو الإفراط في تناول الطعام.

ومن ناحية أخرى، يمكن أن يقلل الضوء من إنتاج الميلاتونين ويرسل إشارات إلى الجسم ليبقى

بصرف إلا بوصفة طبية، ويمكن أن يؤدي تناول الميلاتونين من صنع الإنسان أيضاً إلى عدد من الآثار الجانبية،

ويستخدم بشكل شائع في علاج اضطراب النوم الموسمي، وهو دواء لا يستخدم نسخة من صنع الإنسان من الميلاتونين لعلاج مشاكل النوم قصيرة المدى ومشاكل النوم لدى



خلال مشاركته في قمة الابتكار والاستثمار الإماراتية الأمريكية

الفلاسي يستعرض حوافز وفرص الاستثمار الجديدة في ظل مشاريع الخمسين

- الإمارات تحتل المرتبة الأولى عربياً والـ20 عالمياً في قائمة

أهم البلدان المستثمرة في أمريكا برصيد تراكمي بلغ 44.7 مليار دولار حتى نهاية 2020

- 17.83 مليار دولار التبادل التجاري غير النفط بين البلدين في 2020.. وأكثر من 11 مليار دولار في النصف الأول من 2021

- الإمارات أكبر سوق بالشرق الأوسط للصادرات الأمريكية على مدى 12 عاماً.. بحجم صادرات بلغت في 2020 أكثر من 14 مليار دولار

•• أبوظبي - وام:

شارك معالي الدكتور أحمد بن عبد الله حميد بالهول الفلاسي وزير دولة لريادة الأعمال والمشاريع الصغيرة والمتوسطة، في قمة الابتكار والاستثمار الأمريكية - الإماراتية، والتي تنظمها غرفة التجارة الأمريكية، وتهدف إلى استكشاف المزيد من فرص التعاون خلال المرحلة المقبلة لتوسيع وتطوير التبادلات التجارية وزيادة حجم الاستثمارات المشتركة، حيث تعدد القمة افتراضياً بمشاركة عدد كبير من شركات القطاع الخاص من البلدين.

وأكد معالي الدكتور أحمد بالهول الفلاسي على قوة العلاقات الاقتصادية الإماراتية الأمريكية، والتي تعكسها حجم الاستثمارات المتبادلة، حيث تستحوذ الاستثمارات الإماراتية على الحصص الأكبر من إجمالي الاستثمارات العربية والأسواق الأمريكية، برصيد تراكمي يصل إلى 44.7 مليار دولار حتى نهاية 2020، وتحتل الدولة المرتبة الأولى عربياً والـ20 عالمياً ضمن أهم البلدان المستثمرة في أمريكا، وتبلغ استثمارات الشركات الإماراتية بالولايات المتحدة في أنشطة البحث والتطوير المرتبطة بالابتكار والتكنولوجيا نحو 1.7 مليار دولار، فيما ساهمت الاستثمارات الإماراتية في الولايات المتحدة في دعم الصادرات الأمريكية بقيمة 1.3 مليار دولار، وفي المقابل يبلغ حجم الاستثمارات الأجنبية المباشرة الواردة إلى دولة الإمارات من الولايات المتحدة الأمريكية بنهاية العام الماضي نحو 19.4 مليار دولار.

وأعرب عن اهتمام دولة الإمارات بمواصلة هذا الزخم في نمو الشركة التجارية والاستثمارية بين البلدين، مؤكداً

أهمية العمل الوظيفي لتسهيل وصول الشركات الإماراتية والأمريكية إلى الفرص الواعدة بأسواق البلدين، لافتاً إلى اهتمام الشركات الإماراتية بالاستثمار في الصناعات التقنية وتصنيع الشرائح الذكية ومشاريع تكنولوجيا المعلومات وخدمات الاتصالات من الجيل الخامس وغيرها.

واستعرض معاليه الجهود الرائدة التي اتخذتها دولة الإمارات في مجال تطبيقات الملكية الفكرية وحماية الاختراعات والابتكارات والعلامات التجارية والنجاح الإبداعي للفراد والشركات بدولة الإمارات، وبما يفتح عجلة اقتصاد المعرفة ويعزز ثقة المستثمرين العالميين بأسواق الدولة.

كما استعرض التعديلات التشريعية الجديدة والتي أقرتها الدولة ضمن مشاريع الخمسين، والتي اشتملت على قوانين منظمة لحقوق الملكية الفكرية ومنها قانون الملكية الصناعية لحماية براءات الاختراع وشهادات النفعة والتمياز الصناعية وغيرها، وقانون العلامات التجارية الذي يوفر الحماية القانونية للعلامات التجارية للشركات ويتصدى لممارسات التقليد والتزوير والغش التجاري.

وأوضح أن دولة الإمارات تعد اليوم مركزاً اقتصادياً واهماً في المنطقة، فضلاً عن مبادرة قمة الإمارات للاستثمار، التي سبقت عقد الدورة الأولى منها في مارس 2022 خلال فعاليات معرض إكسبو 2020 بدبي.

في العالم كمكان مثالي للعيش بحسب استطلاعات الرأي العالمية، وأطلق معالي الفلاسي مؤسسات الأعمال والشركات خلال القمة على أبرز المشاريع التي تبنتها حكومة دولة الإمارات لدعم التحول إلى النموذج الاقتصادي الجديد وفي إطار الاستعداد للخمسين المقبلة، وفي مقدمتها «موطن ريادة الأعمال»، والذي يعد بوابة متكاملة تؤسس لمرحلة اقتصادية جديدة تقوم على الابتكار وتمكين المشاريع الريادية وتهدف إلى إحداث نقلة نوعية في البيئة الداعمة لريادة الأعمال الناشئة والشركات الصغيرة والمتوسطة في دولة الإمارات، من خلال عقد سلسلة شركات تعد الأكبر من نوعها بين القطاعين الحكومي والخاص تشمل حضانات الأعمال، وخدمات استباقية، فضلاً عن مبادرة قمة الإمارات الخاصة الرائدة محلياً وعالمياً.

كما أطلع المشاركين خلال القمة على أبرز المشاريع التي أطلقتها حكومة دولة الإمارات مؤخراً في إطار مشاريع الخمسين، وفي مقدمتها برنامج 10x10 لتنمية الصادرات الإماراتية، والمنصة الاستثمارية الموحدة التي تخدم سهولة ممارسة الأعمال وتأسيس المشاريع والاستثمارات في دولة الإمارات عبر قنوات رقمية وخدمات استباقية، فضلاً عن مبادرة قمة الإمارات للاستثمار، التي سبقت عقد الدورة الأولى منها في مارس 2022 خلال فعاليات معرض إكسبو 2020 بدبي.

واستعرض معالي الفلاسي عدداً من المبادرات الأخرى التي تضمنتها مشاريع الخمسين، منها: تطورات منظومة الإقامة في الدولة وما شهدته من توسيع لفتات الإقامة الذهبية واستحداث أنظمة إقامة جديدة مثل الجاري.

بنك الإمارات دبي الوطني يتحدث عن توقعاته ورؤيته للحدث الدولي

غرفة دبي تطلق فيديو جديد ضمن سلسلة فيديوهات مبادرة الطريق إلى إكسبو 2020 دبي

•• دبي-الضجر:

ضمن سلسلة فيديوهات مبادرة «الطريق إلى إكسبو 2020»، التي أطلقتها غرفة دبي لاستعراض مشاركة مجتمع الأعمال في إكسبو 2020 دبي، أطلقت الغرفة فيديو جديد ضمن السلسلة يستضيف مروان هادي، نائب الرئيس التنفيذي ورئيس قسم الخدمات المصرفية للأفراد في الإمارات دبي الوطني، وتأتي الشراكة بين بنك الإمارات دبي الوطني وإكسبو 2020 دبي وحضورنا بجانب بنك الإمارات الإسلامي في موقع الحدث تحت شعار بنك المستقبل، لتتيح لنا فرصة فريدة من نوعها لتقديم خدمات مصرفية رقمية باستخدام أحدث ابتكاراتنا في التقنيات الذكية وفقاً لأعلى المعايير العالمية، وتوفير تجربة مدفوعات رقمية كاملة من خلال الخدمات المصرفية الرقمية المستقبلية المتميزة، وتماشياً مع الالتزام المشترك الذي يجمعنا مع الحدث وهو دعم الاقتصاد الصغيرة والتوسعة والشركات الناشئة، أطلقنا باقات مصرفية حصرية لمساعدة الشركات على اغتنام الفرص الواعدة التي يوفرها هذا الحدث الضخم.

وأضاف: «تحتضن دولة الإمارات أكثر من 200 جنسية، وتأتي استضافة هذا الحدث العالمي تأكيداً على القيم والتقاليد



Marwan Hady, Deputy CEO of the UAE National Bank, speaking at an event.

الفضل في دولة الإمارات العربية المتحدة والرائد على مستوى القطاع المصرفي في المنطقة، يسعدنا العمل إلى جانب مختلف الهيئات الحكومية لإطلاق الفرص الواعدة التي تتسجم مع موضوعات إكسبو 2020 دبي. وقمنا في هذا الإطار بالتعاون مع غرفة دبي لدعم حلول التمويل التجاري من أجل دعم مشروع طريق الحرير الرقمي باستخدام تقنية بلوكتشين المتطورة لتبسيط المعاملات التجارية، وعلى مدار العقود الخمسة الماضية، أظهرت دولة الإمارات للعالم أجمع إمكانية تحقيق المستحيل حيث شهدت تطورا مذهلا في كافة المجالات..

وأضاف: «يجسد هذا الحدث العالمي منصة رائدة للاحتفاء بالابتكار والإبداع والإنسانية والثقافات العالمية على مدار ستة أشهر متواصلة، ليوفر بذلك فرصة مثالية لبناء وتجسيد الروابط والعلاقات ومتابعة الأحداث والابتكارات الملهمة ومزاولة الأعمال.. وتطلع قدما لاستقبال الزوار القادمين من مختلف أنحاء العالم للتعرف على أفضل ما تقدمه دولة الإمارات، واستكشاف سيل اغتنام الفرص الواعدة التي توفرها باعتبارها محور

الفكرة

25 الأجواء الماطرة وأجمل شتاء يعززان السياحة الداخلية في الإمارات

•• أبوظبي - وام:

تصدرت المواقع الطبيعية في الإمارات مؤخراً قوائم أفضل خيارات السياحة في الدولة بعد أن شهدت إقبالا كبيرا من المواطنين والمقيمين والزوار من خارج الدولة، حيث دفعت الأجواء المثالية التي تشهدها أغلب مناطق الدولة الكثيرين إلى تنظيم رحلات إلى الجبال والسواحل والواحات والمحميات المنتشرة على مساحة الدولة. وتوفر المواقع الطبيعية مزايا متفرقة مع بداية فصل الشتاء في الدولة حيث تشهد عادة أجواء مناخية مناسبة للتنزه في أحضان الطبيعة التي تكتسي بالخضرة والركض وركوب الدراجات الهوائية والدراجات الجبلية، والتخييم، وتنظيم رحلات السفاري في الصحراء، وارتياح الشواطئ، وغيرها من الأنشطة والرياضات التي تنطوي على متعة الاستكشاف والمغامرة. وخلال الفترة الماضية ساعدت مجموعة من العوامل على تعزيز الجاذبية السياحية للمناطق الطبيعية في الدولة تمثلت في تسارع وتيرة المشاريع الخدمية التي شهدتها تلك المناطق، وإطلاق «حملة أجمل شتاء»، والدور الذي لعبته في الترويج السياحي على الصعيد الداخلي والخارجي، إلى جانب البيئة السياحية الآمنة التي توفرها الإمارات في ظل الأوضاع الصحية التي يشهدها العالم نتيجة تفشي فيروس كوفيد-19. وكانت الإمارات قد دشنت خلال الفترة الماضية مجموعة كبيرة من المشاريع الاستراتيجية في مختلف المواقع الطبيعية بهدف تعزيز جاذبيتها السياحية شملت تطوير ورفع كفاءة الطرق الرئيسية المؤدية إليها والمحيط بها، كما شهدت تلك المواقع ارتفاعا ملحوظا بعدد المنشآت السياحية من فنادق ومطاعم واستراحات، فضلا عن التسهيلات الخدمية الأخرى مثل المساحات الخضراء ومواقف السيارات وغيرها.

- أجمل شتاء -

وأسهمت حملة «أجمل شتاء في العالم»، في تسليط الضوء على المواقع الطبيعية في الدولة وجعلت منها خيارا رئيسيا لضيء العطلات والجازات بالنسبة لسكان الدولة أو القادمين من الخارج، ولعبت الحملة في نسختها الأولى دورا مؤثرا في تشجيع السياحة الداخلية محققة 950 ألف سائح داخلي وحوالي مليار درهم كإجمالي إيرادات، فيما وصل عدد المشاهدات لحتوى الحملة إلى ما يقارب 500 مليون مشاهدة من مختلف أنحاء العالم.

- بيئة آمنة -

تمثل المناطق الطبيعية ملاذا سياحيا آمنا أمام الزوار من داخل الدولة وخارجها حيث الأجواء المشوقة والمساحات الواسعة التي توفر أفضل قدر من التباعد الاجتماعي، هذا إلى جانب ما حققته دولة الإمارات من كفاءة بالتعامل مع فيروس كورونا المستجد والحد من انتشاره بشكل فعال بفضل تطبيق أفضل الإجراءات الوقائية وتحقيق الصادرة عالمياً على مستوى توزيع اللقاحات وإجراء الفحوصات الاستباقية. وكانت الإمارات قد اعتمدت في ديسمبر 2020 استراتيجية السياحة الداخلية التي تهدف إلى تسليط الضوء على أهم مناطق الجذب في الدولة، الطبيعية والثقافية والتراثية والتاريخية، واستقصاء اهتمامات الناس وتطلعاتهم وجمع المعلومات ورصد مواسم الإقبال ونقاط الجذب الحيوية، وإجراء دراسات ميدانية، واستغلالها في تطوير المنتج السياحي ككل محلياً واتحادياً. وارتفعت مساهمة السياحة الداخلية في القطاع السياحي ككل بدولة الإمارات إلى 60% في الفترة من شهر يناير حتى شهر أكتوبر 2021 بالمقارنة مع 29% في الفترة نفسها من عام 2019، فيما وصل عدد السياح الداخلين إلى 8.9 مليون زائر منذ بداية العام 2021 وحتى نهاية أكتوبر مقارنة بـ6.2 مليون زائر لنفس الفترة من العام 2020.



مجلس أبحاث التكنولوجيا المتطورة يطلق ذراعا تسويقية و3 مراكز بحثية متخصصة جديدة

مراكز جديدة في مجالات الدفع والطاقة البديلة والتكنولوجيا الحيوية تعزز الكفاءات البحثية في أبوظبي

•• أبوظبي-وام:

أعلن مجلس أبحاث التكنولوجيا المتطورة في أبوظبي إطلاق فنتشر ون، وهي ذراع تسويقية جديدة تهدف إلى رفد السوق بحلول مبتكرة وسريعة، واستثمار جميع الميكانيات الفكرية التي يتم إنشاؤها في مراكز معهد الابتكار التكنولوجي وخارجها، وبالتزامن مع احتفالات المجلس بمرور عام على تأسيسه، تم إطلاق ثلاثة مراكز بحثية متخصصة في التكنولوجيا المتطورة في مجالات الدفع والطاقة البديلة والتكنولوجيا الحيوية، وبذلك يصل العدد الإجمالي لمراكز البحوث التكنولوجية تحت مظلة المجلس إلى 10 مراكز.

وتهدف فنتشر ون، إلى تسهيل إنشاء الملكية الفكرية، وتعزيز منظومة الشركات الناشئة، ودعم قابلية تسويق الاكتشافات البحثية لضمان تميمها ورفع مستوى تأثيرها ليصل إلى أوسع شريحة من سكان العالم.



Portrait of a man in a white thobe and ghutra, likely a representative of the technology research council.

كما ستساهم المراكز البحثية الثلاثة الجديدة بشكل كبير في تعميم منظومة التكنولوجيا المتقدمة المزدهرة والقائمة بالفعل في أبوظبي، وتعزيز مكانة الإمارة كمركز رائد للبحث والتطوير ووجهة مميزة تجذب الخبراء العالميين وتقني الموهوبين المحليين في مجالات العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات لإجراء أبحاث رائدة وتحقيق نتائج تحويلية فعالة.

ونظراً لأن الطيران والفضاء أصبحا من الأولويات الوطنية الرئيسية لدولة الإمارات، يعمل مركز بحوث أنظمة الدفع على تطوير تكنولوجيا تحسن أداء الطائرات فيما يتعلق بالسرعة والمدى، وكفاءة الوقود، والانبعاثات، والضوضاء، وطول مجال الهبوط، علماً أن تقنيات الدفع الموزع لديها القدرة على تحقيق الأهداف البيئية المستقبلية. وفي الوقت نفسه، مع وصول تأثير التغير المناخي إلى مستويات حرجية، ونظراً إلى تزايد حتمية قضايا البيئة والاستدامة والطاقة في حياتنا اليوم،

وتطوير قطاعي الأغذية والزراعة والرعاية الصحية. وقال سعادة فيصل البناي، الأمين العام لمجلس أبحاث التكنولوجيا المتطورة: «تشيد برؤية قيادتنا الرشيدة ونتوجه لها ببالغ الشكر والامتنان على دعمها وتوجيهاتها المستنيرة لجعل أبوظبي مركزاً رئيسياً للبحث والتطوير. عندما أطلقنا مجلس أبحاث التكنولوجيا المتطورة قبل عام وباشراً بتشكيل مثل هذه المنظومة، كان علينا التغلب على العديد من التحديات المرتبطة بالتصورات السائدة، وأصدر البناي إلى أن خطط النمو الخاصة بمعهد الابتكار التكنولوجي التابع للمجلس في إدارة البرامج التكنولوجية، والهيئات الأخرى التابعة لها، تتماشى بشكل كامل مع مبادئ ومشاريع الخمسين في الإمارات التي تهدف إلى جعل اقتصاد البلاد من أفضل وأنشط الاقتصادات العالمية، منوها بأهمية التركيز على تنمية رأس المال البشري وتعزيز

التفوق الإماراتي في المجالات الرقمية والتقنية والعلمية بوصفها أهدافاً عليا لتلك الهيئات. وقد وقعت المراكز البحثية التابعة لمعهد الابتكار التكنولوجي 65 اتفاقية شراكة عالمية خلال السنة الماضية مع 37 جامعة ومركزاً بحثياً وهيئة صناعية حول العالم. وتمكن المعهد من التتوق على هدفه المحدد لعام 2021 من خلال توظيفه 101 باحث مشارك وعالم من المواطنين الإماراتيين. كما نشر أكثر من 200 ورقة بحثية إضافة إلى تقديمه 5 براءات اختراع، وتوظيفه 34 مستشاراً عالمياً خبيراً في المجالس الاستشارية العلمية التابعة لمراكزه البحثية.

وكان مركز بحوث التشفير قد طور المكتبة الوطنية للمعلومات المشفرة، إضافة إلى تطويره مكتبة برمجيات تشفير ما بعد الكم، وإطلاقه أول برنامج للتكنولوجيا السحابية الآمنة في الإمارات التي من شأنها أن تعزز التكنولوجيا المتقدمة التي تحسن خصوصية البيانات وبرامج



A modern building with a glass facade, likely a research center.

التشفير السحابي. كما كشف مركز بحوث الطاقة الموجهة عن أول مختبرات للطاقات الكهرومغناطيسي في المنطقة، وعمل على تطوير نموذج أولي لرادار مخترق للأرض بهدف الكشف عن الأنواع الأرضية التي لم تنتشر بعد. بدورها، بدأ مركز بحوث الكوانتوم جهود لإنشاء أول حاسوب كمي في المنطقة، كما أطلق أول نسخة محاكاة من كيوبو، Qibo، لفة برمجة الحوسبة الكمية متعددة الاستخدامات ومفتوحة المصدر، بالتعاون مع باحثين من جميع أنحاء العالم. وعقد مركز بحوث الأنظمة الآمنة شراكة مع جامعة بيردو الأمريكية فيما يتعلق بأول منشأة في المنطقة للانتقاط الحركة، كما انضم المركز إلى عضوية مؤسسة «درون كود»، الأمريكية غير الربحية التي تديرها مؤسسة لينكس، وتهدف إلى تعزيز استخدام البرمجيات مفتوحة المصدر للطنائرات. كما يعد المركز عضواً ممتدداً في منظمة «ريسك» والاتجار بالبرشر.

في RISC-V، وهي منظمة غير ربحية يتحكم فيها أعضاؤها وتعمل على توجيه عملية تطوير واعتماد بنية مجموعة التعليمات المجانية ومفتوحة المصدر «ريسك».. ذراع على مسيد آخر، قامت «أسباير»، ذراع إدارة البرامج التكنولوجية التابعة لمجلس أبحاث التكنولوجيا المتطورة والتي تقوم بإنشاء التحدي الكبرى وتطوير مسابقات بهدف تسهيل الوصول إلى حلول مبنية على الأبحاث لأكثر المشاكل العالمية الملحة، بإطلاق تحدي محمد بن زايد العالمي الكبير للروبوتات البحرية 2023 الذي يسعى إلى تطوير الأفق التقني وتمكين الروبوتات من العمل بشكل أكثر استقلالية في البيئات الديناميكية غير المهيكلية. ومن المتوقع أن تستقطب المسابقة عدة جامعات ومؤسسات بحثية ومبتكرين أفراد من جميع أنحاء العالم للتعاون في إيجاد حلول عملية للتحديات التي تواجهها البرمجيات مفتوحة المصدر للطنائرات. كما يعد المركز عضواً ممتدداً في منظمة «ريسك» والاتجار بالبرشر.



العقار

26

بنمو 65% و 71% من حيث العدد والقيمة على التوالي مقارنة بـ 2020

القطاع العقاري يؤكد مكانته ركيزة أساسية لتحفيز اقتصاد دبي ويسجل 84,772 تصرفاً عقارياً بقيمة نحو 300 مليار درهم في 2021

حمدان بن محمد: رؤية محمد بن راشد في جعل دبي المدينة الأفضل في العالم للعيش والعمل عززت من جاذبيتها أمام المستثمر الأجنبي

المقيمين العقاريين المسجلين في الدائرة إلى 71 مقيماً، وبلغ عدد مكاتب التقييم العقاري المسجلة 38 مكتباً، منها مكتبان جديداً.

المشاريع المنجزة
و وصل عدد المشاريع المنجزة خلال العام 2021 إلى 35 مشروعاً، بقيمة تجاوزت 11 مليار درهم، في حين يصل عدد المشاريع العقارية قيد الإنجاز إلى 319 مشروعاً.

من جهة أخرى، بلغ عدد عقود الإيجار التي تم تسجيلها 602,714 عقداً، منها 315,222 عقداً جديداً.. فيما وصل عدد التصاريح العقارية الصادرة خلال العام الفائت إلى 6.168 تصريحاً. بدورها بلغ عدد الوحدات العقارية المسجلة خلال نفس الفترة 49,790.. وبلغ عدد الوحدات المبيعة 41,020 وحدة، بقيمة تجاوزت 68.5 مليار درهم، في حين بلغ عدد الفلل المبيعة 8,030 فيلا، بقيمة زادت عن 18.2 مليار درهم.

و بلغ عدد مكاتب أمناء الخدمات العقارية الجديدة خلال العام الماضي 3 مكاتب، ليرتفع إجمالي المكاتب المسجلة إلى 13 مكتباً، في حين استقر إجمالي عدد مكاتب أمناء التسجيل العقاري المسجلة عند 13 مكتباً.

الرخص العقارية
وفيما يتعلق بعدد الرخص العقارية التي أصدرتها الدائرة خلال العام 2021، فقد تجاوزت 4,230 رخصة عقارية، توزعت حسب النشاط كالتالي: الوساطة في بيع العقارات و شرائها 1,229 رخصة، خدمات متابعة المعاملات 1,173 رخصة، الوساطة في تأجير العقارات 890 رخصة، خدمات الإشراف الإداري للعقارات 262 رخصة، شراء الأراضي والعقارات وبيعها 159 رخصة، خدمات تأجير وإدارة العقارات الخاصة 128 رخصة، مجمع التطوير العقاري 107 رخص، مجمع تجاري 91 رخصة، خدمات الإشراف الإداري لشركات إدارة العقارات ذات الملكية المشتركة 70 رخصة، وسيط رهن عقاري 42 رخصة، مركز تسوق 33 رخصة، في حين توزعت باقي الرخص على أنشطة تجارية أخرى، من قبيل خدمات تأجير وإدارة العقارات، لغير، خدمات ترميم العقارات، مكتب تمثيل عقاري، خدمات المسح العقاري، وغيرها.

درهم، "الخليج التجاري" 13.19 مليار درهم، "الثنية الخامسة" 8.19 مليار درهم، "وادي الصفا" 8 مليارات درهم، "اليفرة 1" 7.3 مليار درهم، "الثنية الرابعة" 7.2 مليار درهم، ثم "الحبيبة الرابعة" 7.19 مليار درهم.

و تصدرت منطقة "مرسى دبي" كذلك قائمة أعلى 10 مناطق من حيث عدد الرهونات بواقع 1,440 رهناً، وتوزعت المراتب التسع المتبقية على حدائق الشيخ محمد بن راشد 1,046، الثنية الخامسة 1,015، برج خليفة 922، البرشاء جنوب الرابعة 875، ند الشبا الثالثة 864، البلايس 2-717، الثنية الرابعة 675، ميعصم الأولى 655، نخلة جيميرا 618.

و في تصنيف أعلى 10 مناطق من حيث قيمة الرهونات، جاءت نخلة جيميرا أولاً بقيمة تجاوزت 10.39 مليار درهم، وفي المرتبة الثانية مرسى دبي بقيمة زادت عن 10 مليارات درهم، تليها اليفرة 1-6,49 مليار درهم، ورسان الثانية 4.7 مليار درهم، الخليج التجاري 4.55 مليار درهم، البرشاء جنوب الرابعة 3.4 مليار درهم، برج خليفة 3.4 مليار درهم، الوصل 3 مليارات درهم، الثنية الخامسة 2.9 مليار درهم، الرابعة 2.6 مليار درهم.

وتعكس بيانات الرهونات العقارية ثقة القطاع المصري بشقيه الوطني والأجنبي في سوق الإمارات العقاري، الأمر الذي يؤدي إلى توفر السيولة والتدفقات النقدية، بالإضافة إلى الحلول التمويلية التي تطرحها البنوك للتشجيع على الاستثمار في القطاع العقاري في الإمارة.

الوسطاء العقاريين
وأظهر التقرير السنوي لسوق العقاري في دبي أن عدد الوسطاء العقاريين المسجلين وصل إلى 8,002 في حين وصل عدد النساء العاملات في مجال الوساطة العقارية إلى 2,715 امرأة، كما وصل عدد مكاتب الوسطاء العقاريين المسجلة إلى 1,421 مكتباً.

وبلغت قيمة عمولات الوسطاء العقاريين في سوق دبي في عام 2021، أكثر من 3 مليارات درهم، وقد أسهم الوسطاء في 12,067 إجراء خلال ذات الفترة.. في حين وصل عدد

متكاملة، لجميع المتعاملين في القطاع العقاري، إلى جانب تطوير التشريعات اللازمة، بما يضمن تنظيم القطاع العقاري، وتشجيع وإدارة الاستثمار فيه، بالإضافة إلى نشر المعرفة والثقافة العقارية.

توزيع الاستثمارات الجديدة
و كشف التقرير السنوي أن المستثمر الخليجي خلال العام الماضي، استحوذ على 8,826 استثماراً بقيمة تجاوزت 16.88 مليار درهم، يملكها 6,897 مستثمراً.. في حين بلغ عدد المستثمرين العرب 6,097 مستثمراً، سجلوا 7,538 استثماراً، بقيمة تجاوزت 12.4 مليار درهم.. وعلى مستوى الاستثمارات الأجنبية، فقد استقطب سوق دبي العقاري 51,553 استثماراً جديداً بقيمة تجاوزت 99 مليار درهم، يملكها 38,318 مستثمراً أجنبياً.

وعلى مستوى استثمارات النساء في سوق دبي العقاري، فقد كشفت إحصاءات دائرة الأراضي والأملاك عن نمو يصل إلى 72% في عدد الاستثمارات في العام 2021 مقارنة بـ 2020، بعد أن قامت 17,705 مستثمرة بوضع أكثر من 38.4 مليار درهم في 22,165 استثماراً خلال العام 2021. الأمر الذي يؤكد الثقة الكبيرة التي توليها سيدات الأعمال تجاه سوق دبي العقاري، باعتباره وجهة آمنة للاستثمار.

أعلى المناطق
وجاءت منطقة "مرسى دبي" في المرتبة الأولى على قائمة أعلى 10 مناطق من حيث عدد التصرفات بواقع 7,968 تصرفاً، تلتها مناطق "الخليج التجاري" 5,687، "الثنية الخامسة" 5,092، "البرشاء جنوب الرابعة" 4,813، "حدائق الشيخ محمد بن راشد" 4,352، "برج خليفة" 4,279، "وادي الصفا" 3,536، "الحبيبة الرابعة" 3,261، "المركز" 3,150، "ومن ثم نخلة جيميرا" 2,803.

و في قائمة أعلى 10 مناطق من حيث قيمة التصرفات، كانت الصدارة لمرسى دبي بتصرفات بلغت قيمتها أكثر من 28.6 مليار درهم، أما المراكز التسعة الأخرى، فكانت من نصيب "نخلة جيميرا" 26.6 مليار درهم، "حدائق الشيخ محمد بن راشد" 15.8 مليار درهم، "برج خليفة" 14.2 مليار

شهده من زيادة في حجم الاستثمارات الأجنبية وأعداد المستثمرين هو برهان على نجاح نهج دبي الاقتصادي الهادف لريادة مختلف القطاعات التنموية المستقبلية... دبي لديها رؤية واضحة للمستقبل وتضع شراكتها مع مجتمع الاستثمار العالمي كأحد الأسس الدائمة لتحويل طموحاتها إلى إنجازات ونجاحات تشارك ثمارها مع كل من يجد في دبي الخيار الأفضل لأعماله واستثماراته.

جاذبية كبيرة ونمو مستدام
و قال سعادة سلطان بطي بن مجرن، مدير عام دائرة الأراضي والأملاك في دبي: "نجاح القطاع العقاري في إمارة دبي في إثبات مرونته وجاذبيته وقدرته على تحقيق الاستدامة في النمو، في الوقت الذي شهدنا فيه مع العالم ظروفًا استثنائية.. إن النتائج والمؤشرات التي يسلط التقرير السنوي الضوء عليها، تعد بداية مبشرة لخمسين عاماً قادمة من التنمية الاقتصادية الشاملة، بما يمثله قطاع العقارات كركن أساسي، ومحفز لنمو مختلف القطاعات الأخرى.. وهذه النتائج القوية لم تكن لتتحقق لولا رؤية وتوجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله" التي كان لها عظيم الأثر في تعزيز قدرات القطاع العقاري، ومختلف العاملين فيه وكذلك المتابعة المستمرة من سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي أن توجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله" جعل دبي المدينة الأفضل في العالم للعيش والعمل، تشكل عاملاً أساسياً في زيادة جاذبيتها أمام المستثمر الأجنبي، في ضوء رصيد الثقة الذي تتمتع به الإمارة في تحقيق كل ما تعد به، وما يترتب على توجيهات سموه من خطوات من شأنها تعزيز بيئة دبي سواء للحياة أو العمل بمبادرات ومشاريع وتشريعات تكفل للجميع أفضل مستويات الرخاء وجودة الحياة.

وقال سموه: "البنية التحتية القوية والقوانين والتشريعات المرنة الواكبة للمتغيرات والبيئة الآمنة التي توفرها الإمارة في كافة الأوقات وضمن شتى الظروف عوامل تتضافر في تمييز ثقة المستثمر وترسيخ أسباب طمأنته.. وما

تقديرًا لجهودها في تقديم تجربة سفر آمنة للمسافرين، نجح مطار الشارقة بالحصول على شهادة الاعتماد الصحي للمطارات (AHA)، من قبل مجلس المطارات الدولي، للعام الثاني على التوالي، ليكون الأول في دولة الإمارات العربية المتحدة والسابع على مستوى الشرق الأوسط في تحقيق هذا الإنجاز، والذي جاء بعد تقييم التدابير الصحية وتطبيقها على عمليات المطار ومدى توافقه مع متطلبات المجلس وتوصيات فريق إغاثة قطاع الطيران (CART) التابع للمنظمة الدولية للطيران المدني (ICAO).

حصل على الشهادة للمرة الأولى في ديسمبر الماضي عن عام 2020
وكان مطار الشارقة قد حصل على الشهادة للمرة الأولى في ديسمبر الماضي عن عام 2020، ومن ثم قام فريق التقييم في مجلس المطارات الدولي بمنح المطار الشهادة للعام 2021، بعد أن انتهى مؤخراً من مراجعة الأدلة المقدمة وتقييم التدابير الصحية وتطبيقها على العمليات، بما في ذلك تقييم تطبيق تدابير الصحة والسلامة التي اتخذها المطار في جميع مرافقه، وخصوصاً مناطق إجراءات السفر، ومناطق تسجيل الوصول، والتفتيش الأمني، والسلام والمساعد الكهربائي، ومناطق ومرافق متناهد الجوازات، وبوابات الصعود إلى الطائرة، ومواقف السيارات، إضافة إلى تقييم المبادرات الصحية التي ينفذها المطار.

تقديم تجربة سفر آمنة للمسافرين
وقال سعادة علي سالم المدفع، رئيس هيئة مطار الشارقة الدولي: "يسعدنا الحصول على هذا الاعتماد الدولي المرموق للعام الثاني على التوالي، بما ينسجم مع الجهود التي نبذلها لتحقيق رؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، بتعزيز مكانة الإمارة كوجهة تحافظ على صحة سكانها وزوارها، وتقديم تجربة سفر آمنة وخدمات رائدة للمسافرين بما يتماشى مع توصيات مجلس المطارات الدولي.. وأضاف سعادة علي سالم المدفع: "ويحرص مطار الشارقة باستمرار على تطبيق أعلى مستوى من الإجراءات والتدابير الصحية، للحفاظ على الصحة والسلامة العامة، حيث يبذل جهوداً مستمرة بالتعاون مع الشركاء الاستراتيجيين، لتوفير أعلى درجات الوقاية لجميع مستخدمي المطار والعاملين فيه، وخصوصاً خلال فترة الظروف الاستثنائية بما يخص كوفيد-19، من أجل الحفاظ على سلامة المسافرين، والمتعاملين، والموظفين.."

استمرارية تعزيز الإجراءات الوقائية
وتستمر هيئة مطار الشارقة الدولي في تعزيز إجراءاتها الوقائية، بدءاً من عملية التقييم الشاملة لكافة مباني المطار والصالات والمرافق والعدات والأجهزة وعربات نقل الأمتعة والبوابات والطائرات والممرات المؤدية إليها وحافلات نقل المسافرين، وصولاً إلى وضع مواد التعقيم في متناول يد جميع مستخدمي المطار والعاملين فيه.

ويركز برنامج الاعتماد الصحي للمطارات على الالتزام بصحة ورفاهية المسافرين والمتعاملين والموظفين، وجودة إجراءات المطار الصحية الخاصة بـ "كوفيد-19"، وكذلك تقييم التدابير والإجراءات الصحية التي اعتمدها المطار في أعقاب "كوفيد-19"، مثل ممارسات التنظيف والتعقيم والصارمة، وتعزيز التباعد الجسدي عن طريق تغيير تصميم مرافق الموظفين والمسافرين والمتعاملين، وحماية الموظفين، وكذلك التواصل الفعال مع المسافرين.



طرق دبي تفوز بجائزتين عالميتين وأخرى إقليمية

حصدت هيئة الطرق والمواصلات في دبي جائزتين عالميتين وجائزة أخرى وإقليمية في مجال الموارد البشرية والتطوير وذلك في عام 2021. وفازت الهيئة في برنامج جوائز ستيفني العالمية بالفئة الذهبية عن برنامج قيادي "وبالفتحة البروفيزية عن برنامج "برنامج قادة المستقبل". كما حصلت الهيئة على جائزة "القيمة الحكومية للموارد البشرية" فئة "أفضل مؤسسة في العام - أفضل مبادرة سعادة" وذلك عن مبادرة "تجربة الموظف". تأتي هذه الإنجازات ضمن جهود الهيئة الحثيثة لتعزيز ثقافة التميز المؤسسي والريادة.

أدنوك تستثمر 3.47 مليار درهم في مشروع تطوير حقل أم الشيف البحري

شبكة الإنتاج وإنشاء أبراج جديدة لرووس الآبار. وتتضمن الحزمة الأولى إنشاء أبراج جديدة وخطوط أنابيب وكابلات تحت البحر إلى جانب إجراء تعديلات على المنشآت الحالية لزيادة الإنتاج. وتتضمن الحزمة الثانية إنشاء ثلاثة أبراج جديدة لرووس الآبار، وستة خطوط أنابيب جديدة، وإجراء تعديلات على شبكة الإنتاج، وتنفيذ تقنيات جديدة. وسيكون تصميم خطة تطوير مشروع حقل أم الشيف، على المدى الطويل مناسباً للمستقبل من خلال مضخات من دون منصات حفر وحقول رقمية وأبراج أخف وزناً بشكل كبير لضمان رفع الكفاءة مع الحفاظ على السعة الإنتاجية الحالية. من جانبه، قال أحمد صفر السويدي، الرئيس التنفيذي لشركة "أدنوك البحرية"، "يعتبر هذا العقد مساهمة مهما في خطط "أدنوك

الهندسية والمشتريات والتشييد الذي من المتوقع إنجازه في عام 2025 من حزمتين لتوسيع



الخاص المحلي تماشياً مع توجيهات القيادة الرشيدة، ويتكون عقد تنفيذ الأعمال في الوقت نفسه على معدلات الإنتاج في المستقبل ودعم هدف أدنوك الاستراتيجي المتمثل في زيادة السعة الإنتاجية من النفط الخام إلى خمسة ملايين برميل يومياً بحلول عام 2030. كما تعكس هذه الخطوة التزام أدنوك بالحفاظ على مكانتها الرائدة كأحد منتجي النفط الأقل تكلفة في العالم، وتعزيز دورها كمزود موشوق للطاقة للأعضاء في جميع أنحاء العالم. وأضاف: "يسعدنا التعاون مجدداً مع شركة وطنية رائدة في شركة الإنشاءات البترولية الوطنية التي تتمتع بالخبرة الرائدة والتقنيات المتقدمة وسجل حافل بالإنجازات في هذا المجال. كما ستسهم القيمة المحلية المضافة المرتفعة الناتجة عن هذا العقد في تحفيز ودعم النمو الاقتصادي لدولة الإمارات وتوفير فرص جديدة لشارك ودعم القطاع

أعلنت شركة بترول أبوظبي الوطنية "أدنوك، امس عن ترسية عقد بقيمة 3.47 مليار درهم 946 مليون دولار أمريكي لتنفيذ الأعمال الهندسية والمشتريات والتشييد لمشروع التطوير المستدام لحقل أم الشيف، الاستراتيجي. ويعد هذا المشروع خطة أدنوك الرامية لزيادة سعتها الإنتاجية من النفط الخام إلى 5 ملايين برميل يومياً بحلول عام 2030، والحفاظ على أمن الطاقة لدولة الإمارات والشركاء حول العالم، وقامت شركة "أدنوك البحرية، التابعة لأدنوك، بترسية العقد على شركة "الإنشاءات البترولية الوطنية، عقب عملية مناقصة اسمت بالدفقة والتنافسية. ويغطي نطاق عقد المشروع أنشطة تنفيذ الأعمال الهندسية والمشتريات والتصنيع والتكريب والتشغيل المطلوبة للحفاظ على



التنافسية والإحصاء: 1.31 تريليون درهم الناتج المحلي للدولة في 2020

ارتفاع مساهمة القطاعات غير النفطية في الاقتصاد الوطني إلى 83% حنان أهلي: طفرة فريدة في النمو والتطور لمسيرة الإمارات خلال 50 عاما

•• أبوظبي-وام:

حققت الإمارات النمو الاقتصادي القوي خلال العقود الخمسة الماضية، حيث ارتفع الناتج المحلي الإجمالي للدولة من 1.317 تريليون درهم في العام 1975 إلى 1.317 تريليون درهم في العام 2020، بعد أن حافظت على النمو الاقتصادي على المدى الطويل، حيث سجلت نموًا سنويًا متوسطًا يبلغ 4.5% منذ سبعينيات القرن الماضي وحتى نهاية العقد الثاني من القرن الحادي عشر. وتوقفت المسيرة، الصادر، أمس، عن المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء. وأشارت بيانات التقرير للفترة من عام 1975 إلى 2020، إلى بلوغ الناتج المحلي الإجمالي للدولة الإماراتي بالأسعار الجارية في العام 1975 نحو 58.313 مليار درهم، تشكلت من 33.38 مليار درهم مساهمة القطاع النفطي غير النفطية و24.94 مليار درهم للناتج المحلي الإجمالي غير النفطي.

مؤشرات النجاح

وتظهر مؤشرات النجاح في التنوع الاقتصادي في زيادة نسبة مساهمة القطاعات غير النفطية في الناتج المحلي الإجمالي إلى نحو 83% عام 2020 بعد أن كانت 43% عام 1975 وذلك مقابل تراجع نسبة مساهمة القطاعات النفطية في الناتج من 57% عام 1975 إلى 17% فقط في العام 2020. وقال التقرير: جاء النجاح الذي أحرزته الدولة في تنوع القاعدة الاقتصادية مرتكزا على العديد من العناصر، والتي تمثلت في زيادة مساهمة القطاع الخاص في التنمية الشاملة بشكل عام وتنمية القاعدة الاقتصادية ذات القيمة المضافة العالية على وجه الخصوص. ونوه إلى أن قائمة القطاعات الرئيسية التي أسهمت في زيادة مكاسب الدولة على صعيد التنوع الاقتصادي تضمنت الصناعات التحويلية، والتشييد والبناء والتأمين والتمويل والعقارات وتجارة الجملة

وذكر التقرير أن مؤشر نصيب الفرد

•• دبي-وام:



أطلقت هيئة كهرباء ومياه دبي مشروع «العمليات الميدانية للحظية» لتحسين الإنتاجية وزيادة كفاءة الأعمال الميدانية وتسهيلا. ويشتمل المشروع على 109 إجراءات موزعة على قطاعات توزيع الطاقة المياه والهندسة المدنية خدمات الفواتير وتخطيط الطاقة والمياه في الهيئة. ومن خلال إتاحة الفرصة أمام الموظفين للوصول إلى المعلومات في الوقت المناسب وجداوله متناوبات الموظفين الميدانيين يسهم المشروع في تعزيز الشفافية في توزيع المهام والتكامل المباشر مع جدول أعمال الموارد البشرية وتقليل وقت التنقل علاوة على أتمتة كافة إجراءات استرجاع المعلومات. وأكد معالي سعيد محمد الطاير العضو المنتدب الرئيس التنفيذي لهيئة كهرباء ومياه دبي حرص الهيئة على مواكبة أحدث تقنيات الثورة الصناعية الرابعة وتسخيرها لتسريع وتعميم جميع الإجراءات للمتعاملين والموظفين على حد سواء مما يعزز سعادة المجتمع وبتيح لهم خدمات آنية وسلسلة على مدار الساعة إلى جانب دعم الاستدامة والحفاظ على البيئة والموارد الطبيعية.

مركز السلع المتعددة يستضيف الدورة الخامسة من مؤتمر دبي للماس

•• دبي - وام:

يستضيف مركز دبي للسلع المتعددة السلطة التابعة لحكومة دبي المختصة بتجارة السلع والمشاركين الدورة الخامسة من مؤتمر دبي للماس بدعم مجموعة من أبرز المؤسسات والشركات الرائدة في القطاع الذي ستطلق فعالياته 21 فبراير 2022 في فندق أتلانتس النخلة بدبي تحت شعار «مستقبل الماس». وقال أحمد بن سليم، الرئيس التنفيذي الأول والمدير التنفيذي لمركز دبي للسلع المتعددة ورئيس مجلس إدارة بورصة دبي للماس ان قطاع الماس أظهر مستويات عالية من الكفاءة والمرونة في مواجهة التحديات والتقلبات العالمية خلال الاثني عشر شهرا الماضية مدعوما بطب قوي في السوق ورغم ذلك فلا بد أن ننظر إلى مستقبل القطاع ونرصد ملامحه وتحدياته انطلاقا من جملة من العوامل المؤثرة على أداء السوق سواء بادية من إنتاج الماس الاصطناعي ومرورا بالتغيرات الطارئة على تفضيلات المستهلكين وصولا إلى إنتاج الماس والتحديات الملموسة على مستوى سلسلة التوريد العالمية ويواصل مؤتمر دبي للماس خلال دورته الخامسة دوره المحوري كمنصة محورية تجمع بين أبرز الخبراء والشركات الرائدة في القطاع هنا في دبي بوصفها إحدى أبرز وأهم مراكز تجارة الماس الدولية هدفا إلى مناقشة مستقبل الماس وضمان ترسيخ أسس الاستدامة في الصناعة على الأجل الطويل. وستعقد سلسلة من الجلسات الحوارية والفعاليات رفيعة المستوى والمتخصصة بالقطاع على مدار أسبوع كامل في دبي وتبدأ بانعقاد اجتماع مجلس الماس العالمي في يوم 20 فبراير المقبل كما سيستضيف مؤتمر دبي للماس حفل شفاء خاص لتوزيع جوائز عالم الجواهرات الذي تنظمه شركة إنفورما ماركتس جوليري ويهدف إلى تكريم المساهمات المتميزة في مجال تطوير قطاع الماس والجواهرات العالمي.

الطفرة الفريدة في النمو والتطور والتي شهدتها مسيرة الدولة خلال الخمسين عاما من عمر الاتحاد، حيث أصبحت دولة الإمارات قبلة عالمية في السياحة والاقتصاد والاستثمار والتعايش والازدهار والسلام فهي الدولة الفتية التي يسودها الأمان والمحبة، وتقوم على المعرفة والابتكار وقيم الإنسانية ويعم ربوعها السلام والازدهار والرفاه. وأضافت في كلمتها تحت عنوان: «على خطى الخمسين، في مقدمة التقرير، نجحت دولة الإمارات العربية المتحدة، خلال فترة زمنية وجيزة في تقديم النمط وخلق هدف تنموي استراتيجي مسيرتها في العام 1971 على يد المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه والآباء المؤسسين، وشرعت الحكومة منذ ذلك التاريخ في ترجمة خطط البناء والتعمير ووضع البنات الأولى لدولة عصرية فريدة. وقالت: «تتبع الأرقام الواردة في التقرير التطور السريع الذي شهدته مختلف القطاعات والذي انصب على تحسين مستوى دخل الفرد والدخل الإجمالي للدولة بشكل عام، حيث حافظ النمو الاقتصادي على المنحى الصاعد لسنوات طويلة منذ سبعينيات القرن الماضي وحتى نهاية العقد الثاني من القرن الحالي». وأشارت إلى أن الخطوات التالية شهدت إطلاق مسيرة التنمية في ربوع الوطن والتي شملت مختلف القطاعات الأخرى مثل التعليم الذي شكل أساس النهضة والإسكان والصحة والزراعة والطرق وغيرها من القطاعات التي ساهمت في إحداث النهضة التنموية الشاملة في جميع هذه القطاعات، والتي توجت بتبوء المراكز الأولى في الكثير من المؤشرات

والتجزئة، وغيرها من القطاعات الأخرى. وكلمات تاريخية. وبدأ التقرير صفحاته بكلمات تاريخية لمؤسس الدولة وقادتها، انطلاقا من مقولة المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان «طيب الله ثراه، إن الاتحاد يعيش في نفسى وفي قلبى وأعز ما في وجودى ولا يمكن أن أتصور في يوم من الأيام أن أسمح بالتفريط فيه أو التهاون نحو مستقبله، ومقولة صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة «حفظه الله»، «اتخذت القيادة الرشيدة التوجيه على حكم الاتحاد منذ قيامه وحتى الآن، من التميز عونا بناه وسعت إلى تحقيقه في جميع مجالات بناء دولة الإمارات العربية المتحدة، ودون التقرير مقولة صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله»، «قبل خمسين عاما كان لدينا حلم.. حلم بناء دولة.. بيت متوحد.. وطن للجميع.. ودولة تناهض أفضل دول العالم ومقولة صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة: «في اليوم الوطني الخمسين.. نعتز بما حققناه خلال العقود الماضية، ونواصل مسيرة الإنجازات بإصرار كبير وإرادة أقوى وطموحات لا حدود لها.. رحم الله الآباء المؤسسين وحفظ الإمارات وأدام عليها الخير والعز والأمان». خطى الخمسين. وقالت حنان منصور أهلي مدير المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء بالإناة: «يستعرض التقرير بالأرقام والبيانات



مهرجان دبي للتسوق يقدم مفاجآت غير مسبوقه لجمهوره حتى 27 يناير

•• دبي-وام:

بفضل الشتاء وأجوائه الرائعة والإستفادة من الصفقات والخصومات التي توفرها أبرز العلامات التجارية المحلية والعالمية بالإضافة إلى العروض الترفيهية الحية والحفلات الموسيقية وتجارب الطعام والجوائز القيمة والأنشطة العالمية وغيرها في مختلف مناطق دبي.

ويمكن للمتسوقين متابعة حساب مهرجان دبي للتسوق على «إنستغرام» باستمرار لمعرفة تفاصيل المفاجآت والصفقات المذهلة.. فيما سيتم الإعلان عن العروض والصفقات الجديدة قبل موعدها بـ 24 ساعة فقط عبر حساب @StyledByDubai أو موقع مهرجان

يقدم مهرجان دبي للتسوق 2022 لجمهوره عددا من المفاجآت اليومية غير المسبوقة حتى 27 يناير الجاري بمشاركة كبرى العلامات التجارية والمتاجر المشاركة في جميع أنحاء دبي.

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الخميس 6 يناير 2022 العدد 13435

نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك: شركة جيت م.ج.ج طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية: AIRHUBAVIATION
المودعة بالرقم: 367869 بتاريخ: 2021/12/29
بيانات الأولية:
باسم: جيت م.ج.ج
الموطن: دبي، دبي، الإمارات العربية المتحدة
صورة العلامة: AIRHUBAVIATION
وصف العلامة: عبارة عن كلمة باللغة الإنجليزية AIRHUBAVIATION بحروف لاتينية

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الخميس 6 يناير 2022 العدد 13435

نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك: دبي للتكنولوجيا ش.م.م طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية: SUS10
المودعة بالرقم: 362874 بتاريخ: 2021/10/27
بيانات الأولية:
باسم: دبي للتكنولوجيا ش.م.م
الموطن: دبي، الإمارات العربية المتحدة
صورة العلامة: SUS10
وصف العلامة: عبارة عن كلمة باللغة الإنجليزية SUS10 بحروف لاتينية

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الخميس 6 يناير 2022 العدد 13435

نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك: دبي للتكنولوجيا ش.م.م طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية: SUS10
المودعة بالرقم: 362954 بتاريخ: 2021/10/28
بيانات الأولية:
باسم: دبي للتكنولوجيا ش.م.م
الموطن: دبي، الإمارات العربية المتحدة
صورة العلامة: SUS10
وصف العلامة: سود و ابيض

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الخميس 6 يناير 2022 العدد 13435

نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك: شركة احمد عبدالله صفاق التجارية ذ.م.ج طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية: Takdis
المودعة بالرقم: 366974 بتاريخ: 2021/12/19
بيانات الأولية:
باسم: شركة احمد عبدالله صفاق التجارية ذ.م.ج
الموطن: دبي، الإمارات العربية المتحدة
صورة العلامة: Takdis
وصف العلامة: وذلك لتميز السلع أو الخدمات الواقعة بعلقة: 29 التحريم والأسماك والحمور واللحوم والبيض، خلاصات اللحم، فواكه وخضروات محفوظة وجحفة ومطبوخة، حلاوة (جبن) ومرقيات وفواكه مطبوخة بسكر، البيض والحبوب ومنتجات الحبوب، الآزوت والأذن المسحقة للأكل.
وصف العلامة: تلكس Takdis بـ حروف عربية ولاتينية باللون الأبيض ومحددة باللون الأسود وعلى خلفية شبيهة لثمرة وبها ورقان مع تصميم مميز بالعلامة كما هو موضح بالشكل
الاشتراطات:
فعلى من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه بـ مكتوبا لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30يوما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
رقم المعاملة 0038298-MOJAU_2021
تنازل / بيع
إعلان تنازل

يرجى العلم انه سيقوم الكاتبات العدل العام بالتصديق على تنازل عن الرخصة بين الأطراف المذكورة من الطرف الأول : حمد عبدالله محمود محمد الحمادي - الجنسية : الإمارات نسبة 50% ومن الطرف الثاني : ابراهيم عبدالله احمد عبدالله الحمادي - الجنسية : الإمارات نسبة 50% الى الطرف الثالث : سالم محمد سعيد مخلوف النقيب - الجنسية : الإمارات نسبة 100% بالاسم التجاري (الصندوق الطائر لخدمات توصيل الطلبات) نشاط الرخصة (خدمات توصيل طلبات المواد الغذائية) والمرخص من دائرة التنمية الاقتصادية في خورفكان - الشارقة رخصة تجارية رقم 754739 الصادرة بتاريخ 2017/6/22 في دائرة التنمية الاقتصادية بخورفكان.

وعليه سيقوم الكاتبات العدل العام بالتصديق على التنازل بعد انقضاء 14 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70021

شركة /فيد مابني منطقة حرة (د.م) رخصة رقم 96933) والكتلة ب المف رقم: اتش دي 42 بي الطابق: 01، إن تك دبي، الإمارات العربية المتحدة ص ب 377310. دولة الامارات العربية المتحدة، والرخصة لدى سلطة دبي للتطوير. وتربط هذه الشركة المذكورة في إعلان قرارها للكتلة والى التي اتخاذها بواسطة مجلس الإدارة في اجتماعه الذي عقد بتاريخ 2021/12/30 بشأن اطلاق وحل الشركة.

وهذا لذلك، تطلب الشركة بأي طرف معنى بالامر ولديه أي مطالبات في مواجهتها على تقديم هذه المطالبات خلال 15 يوماً من تاريخ هذا الإعلان عن طريق البريد المسجل أو الاتصال ب: السيد / كيو اينفيلين منطقة حرة (د.م) السيد / امتياز الحسن حفيد اسم الشركة: ابي محاسب قانوني ص ب: 377310 دبي، دولة الامارات العربية المتحدة. هاتف رقم: 971 55 441 1036. البريد الإلكتروني: info@aabica.com إن يتم النظر في المطالبات التي ترده بعد انتهاء فترة الاعمار والحدة ب 45 يوما.

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70535

إعلان منقذ ضد بالنشر
محكمة الشارقة الابتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - فاليربي شيلكين
إخطار دفع في القضية رقم 0005416/2021 SHXCFCIREA2021 (جزئي)

إلى المحكوم عليه : فاليربي شيلكين
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ سرحي نفيروف ، الجنسية روسي في القضية المشار إليها أعلاه

ويما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 98033 درهم

لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (15) يوماً من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70197

إخطار دفع في القضية رقم 0002801/AJCEXCIPOR2021 (جزئي)
إلى المحكوم عليه : خديجة ثريبو ديفيدسون
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ دار التمويل - م ع م في القضية المشار إليها أعلاه.

ويما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذ كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف : 149189.0

لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (15) يوماً من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70535

إعلان مدعي عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية المدنية الاتقادية في الدعوى رقم 0009879/2021 SHCFICIREA2021 (جزئي)

إلى المدعي عليه : محمد عبدالمعتمد علي حنفي
مجهول محل الإقامة : الشارقة الرقم الموحد 0527419823 115-409135

ثانياً : الحكم بإلزام المدعي عليهم بمضامين بان يؤدوا للمدعية مبلغ قدره (2000000 درهم) فقط إثنان مليون درهم من الاضرار المالية والابدية والفائدة القانونية بواقع 12% من تاريخ المطالبة وحتى السداد التام. ثالثاً : إلزام المدعي عليهم بمضامين ومكافآت بالرسوم والصرافات ومقابل ألعاب الحمام.

أنت مكلف بالحضور بجلسة 2022/1/12 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 9) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقاها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.

مكتب الخدمات القضائية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70535

إعلان مدعي عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية المدنية الاتقادية في الدعوى رقم 0009879/2021 SHCFICIREA2021 (جزئي)

إلى المدعي عليه : عماد بلال منضي موسى
مجهول محل الإقامة : عجمان 0569692879

ثانياً : الحكم بإلزام المدعي عليهم بمضامين بان يؤدوا للمدعية مبلغ قدره (2000000 درهم) فقط إثنان مليون درهم من الاضرار المالية والابدية والفائدة القانونية بواقع 12% من تاريخ المطالبة وحتى السداد التام. ثالثاً : إلزام المدعي عليهم بمضامين ومكافآت بالرسوم والصرافات ومقابل ألعاب الحمام.

أنت مكلف بالحضور بجلسة 2022/1/12 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 9) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقاها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.

مكتب الخدمات القضائية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70197

إعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم 0008726/2021 SHCFICICPL2021 أمر اداء

الى المدعي عليه : مصنع المنار للاثعاعات المعدنية د م م هيثم نبيل ابو الحسن لبناني الجنسية - نعلمكم بان المدعي شركة صناعات الاصباغ الوطنية المحدودة قد اقام الدعوى المذكورة أعلاه للمطالبة بحكمت المحكمة : بإلزام المدعي عليها بان تؤدى للمدعي مبلغ (اربعمائة وسبع وستون درهماً) رواتب متأخرة والف والربعمائة درهم اثنى عشر سنوية والف ومائة وعشرون درهم مكافأة لرواتب الخدمة باجمال الفاً وتسعمائة وسبع وثمانون درهماً والرسوم والصرافات المناسبة واعفاء المدعي من باقي الرسوم والصرافات ورفض الدعوى فيما زاد على ذلك من طلبات.

حضر بتاريخ 2021/12/30
حضر بواسطة الموظف مركز سعادة المتعاملين المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70349

رقم المعاملة 0041705-MOJAU_2022
تنازل / بيع
إعلان تنازل

يرجى العلم انه سيقوم الكاتبات العدل العام بالتصديق على تنازل عن الرخصة بين الأطراف المذكورة. من الطرف الأول : احمد محمد عبدالله عبدالرحمن القواضي - الجنسية : الإمارات (نسبة 50%) ومن الطرف الثاني : محمد عبدالله عبدالرحمن عبدالله القواضي، الجنسية : الإمارات (نسبة 50%) الى الطرف الثالث : ايناس الصاوي الهادي محمد - الجنسية : مصر (نسبة 100%) بالاسم التجاري (ورشة الساتر لصيانة السيارات) نشاط الرخصة (الصيانة والاصلاح العام للمركبات (مركبات) والمرخص من دائرة التنمية الاقتصادية في خورفكان - الشارقة رخصة مهنية رقم 548065 الصادرة بتاريخ 2006/12/6 في دائرة التنمية الاقتصادية بخورفكان.

وعليه سيقوم الكاتبات العدل العام بالتصديق على التنازل بعد انقضاء 14 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70535

رقم المعاملة 0041978-MOJAU_2022
تنازل / بيع

ليكن معلوماً للجمع بان السيد: فوزة علي كرم علي ، الجنسية - بنغلاديش يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 10% وذلك الى السيد/ نور العام ناظر احمد ، الجنسية - بنغلاديش في الرخصة المسماة (ركن دار الفنون للتجارة) والتي تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (729662) الصادر من دائرة التنمية الاقتصادية، وعملائها المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية

الكاتبات العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70021

رقم المعاملة 0042018-MOJAU_2022
تنازل / بيع

ليكن معلوماً للجمع بان السيد / عمر عبدالله محمد سالم بن ربيعة العويد - إماراتي الجنسية يمتلك المؤسسة الفردية المسماة (صالون الخيمة للحلاقة) والتي تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة تجارية رقم (753360) وحيث ان السيد / عمر عبدالله محمد سالم بن ربيعة العويد - إماراتي الجنسية - يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة (100%) وذلك الى السيد / سعيد بن حمدان بن عبدالله بن علي المحلاني - سلطنة عمان الجنسية، وعملائها المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية

الكاتبات العدل

حكومة دبي
محاكم دبي

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70608

إعلان بالنشر
رقم (2022/47)

المنذرة / مشايع قرقاش مالكةا المتصاحفة شركة الشخص الواحد ش د م.م. بوكالة التهمين / محمد النجواني ومريم النحاسي
1- / ماتبين لتجارة العامة ش د م.م.
2- / عبد المجيد علي خليفة - إماراتي الجنسية.
الموضوع / إعلان بالنشر في الأندار العدلي رقم (2021/1/276992)
تخطر المنذرة المنذر اليهما بضرورة سداد مبلغ وقدره 34.180 درهم (الربعة وثلاثون ألف ومائة وثمانون درهماً) عبارة عن القيمة الاجبارية عن فترة الاجار من تاريخ 01/10/2019 لغاية 27/04/2020، بالإضافة إلى قيمة الضريبة المضافة عن ذات المدة وذلك خلال مدة اقصاها خمسة ايام للوائح بقيمة الدين من تاريخ تسلمها لهذا الأندار، والا ستخطر المنذرة إلى اللجوء للقضاء والجهات المعنية للمطالبة بالباوقاف بقيمة الدين ومع تحمل المنذر اليهما كافة رسوم ومصاريف التقاضي والحماة.

الكاتبات العدل

حكومة دبي
محاكم دبي

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70392

إنداز عدلي بالنشر
رقم (2020/4529)

المنذر / شركة أمكو للرخام ش. ذ.م. م. - بوكالة الحامي / أحمد أنوهي
المنذر اليهما / 1- شركة القطعة الذهبية لتجارة الرخام والسيراميك - شركة الشخص الواحد ذ.م. م. ، 2- سعيد حارب سعيد راشد الخطاري.
بهذا تنذر المنذرة المنذر اليهما، ليتنبههما إلى ضرورة سداد إجمالي المبالغ المترصدة في ذمتكم للمنذر وقدرها (52035 درهم) مع الفائده القانونيه بواقع 12% من تاريخ المطالبه وحتى السداد التام وهو عبارة عن إجمالي قيمه الشيكين بالارقام (260076-260080) مسجولين على البنك التجاري الدولي فرع العين لايقابله كصيد، وذلك خلال خمسة ايام من تاريخ نشر هذا الإنداز والا سيخطر المنذر إلى إتخاذ كافة الاجراءات القانونية ضدكم وتمهيككم كافة الرسوم والصاريف والأتعاب.

الكاتبات العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70197

إنداز عدلي بالنشر
رقم (2021/23882)

المنذرة : سما للتصويل مساهمة خاصة (حاليا) شركة الحيل اوريكس للتصويل مساهمة خاصة (سابقا).

المنذر اليها : عثمان لنقل المواد العامة بالصالحات الثقيلة والخفيفة ش.ذ.م.م. تنذر المنذرة المنذر اليها بسرعة سداد مبلغ وقدره (86.559.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتسيط. وذلك خلال اسبوع من تاريخ النشر والا سيخطر المنذر لاتخاذ الاجراءات التنفيذية على السيارة رقم (86571 / نقل عام / دبي) من نوع (ميتسوبيشي كانتر - بيك اب) موديل (2015) - لون (أبيض) - والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت.

الكاتبات العدل

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70197

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإنحلال شركة اسم الشركة : بيتايسي ريسورسز لتجارة الذهب والاعادن الثمينة غير المشغولة ش د م العنوان : مكتب رقم 204. ملك عبدالله الشمالي - ديرة - هور العنز - هاتف : 04-2389722 فاكس : 04-2389722

المنذرة / المشايع قرقاش مالكةا المتصاحفة شركة الشخص الواحد ش د م.م. بوكالة التهمين / محمد النجواني ومريم النحاسي
1- / ماتبين لتجارة العامة ش د م.م.
2- / عبد المجيد علي خليفة - إماراتي الجنسية.
الموضوع / إعلان بالنشر في الأندار العدلي رقم (2021/1/276992)
تخطر المنذرة المنذر اليهما بضرورة سداد مبلغ وقدره 34.180 درهم (الربعة وثلاثون ألف ومائة وثمانون درهماً) عبارة عن القيمة الاجبارية عن فترة الاجار من تاريخ 01/10/2019 لغاية 27/04/2020، بالإضافة إلى قيمة الضريبة المضافة عن ذات المدة وذلك خلال مدة اقصاها خمسة ايام للوائح بقيمة الدين من تاريخ تسلمها لهذا الأندار، والا ستخطر المنذرة إلى اللجوء للقضاء والجهات المعنية للمطالبة بالباوقاف بقيمة الدين ومع تحمل المنذر اليهما كافة رسوم ومصاريف التقاضي والحماة.

الكاتبات العدل

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70197

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم الضفي / الجيروودي للتدقيق والحاسبة العنوان : مكتب رقم 204. ملك عبدالله الشمالي - ديرة - هور العنز - هاتف : 04-2389722 فاكس : 04-2389722

المنذرة / المشايع قرقاش مالكةا المتصاحفة شركة الشخص الواحد ش د م.م. بوكالة التهمين / محمد النجواني ومريم النحاسي
1- / ماتبين لتجارة العامة ش د م.م.
2- / عبد المجيد علي خليفة - إماراتي الجنسية.
الموضوع / إعلان بالنشر في الأندار العدلي رقم (2021/1/276992)
تخطر المنذرة المنذر اليهما بضرورة سداد مبلغ وقدره 34.180 درهم (الربعة وثلاثون ألف ومائة وثمانون درهماً) عبارة عن القيمة الاجبارية عن فترة الاجار من تاريخ 01/10/2019 لغاية 27/04/2020، بالإضافة إلى قيمة الضريبة المضافة عن ذات المدة وذلك خلال مدة اقصاها خمسة ايام للوائح بقيمة الدين من تاريخ تسلمها لهذا الأندار، والا ستخطر المنذرة إلى اللجوء للقضاء والجهات المعنية للمطالبة بالباوقاف بقيمة الدين ومع تحمل المنذر اليهما كافة رسوم ومصاريف التقاضي والحماة.

الكاتبات العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70555

تنازل / بيع
إعلان بالنشر
ليكن معلوماً للجمع بان السيد / زاهد الاسلام محمد لطيف مولا، الجنسية : بنغلاديش يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 80% وذلك الى السيد / شيخ واحد شيخ سورهاب، بنغلاديش الجنسية، ويرغب السيد / محمد سويب محمد جياسون، الجنسية بنغلاديش في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 20% وذلك الى السيد / شيخ واحد شيخ سورهاب، الجنسية: بنغلاديش بالرخصة المسماة (الركن الثاني لصيانة المركبات) تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (770690) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة، وتعديلات اخرى : لا يوجد، وعملائها المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية

الكاتبات العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70555

تنازل / بيع
إعلان بالنشر
ليكن معلوماً للجمع بان السيد : نلاتيمبي كومار - الجنسية : الهند ، يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة (100%) وذلك إلى السيد : بالاسوندارام نالاتامبي نالاتامبي - الجنسية : الهند في الرخصة المسماة (ورشة مشغوربا لتصليح ميكانيك السيارات) تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (217635) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة، وتعديلات أخرى : لا يوجد، وعملائها المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية

الكاتبات العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70555

تنازل / بيع
إعلان بالنشر
ليكن معلوماً للجمع بان السيد : صالح عيسى السركال آل علي - الجنسية : الإمارات العربية المتحدة، يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة (100%) وذلك إلى السيد : محمد زكريا بوهويان محمد سليمان بوهويان - بنغلاديش، في الرخصة المسماة (صالون الخط الساخن للحلاقة) تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (566297) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة، وتعديلات اخرى : تغيير الشكل القانوني من (مؤسسة فردية) إلى (مكتب خدمات)، وعملائها المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية

الكاتبات العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70555

رقم المعاملة 0041906-MOJAU_2022
تنازل / بيع
إعلان بالنشر
ليكن معلوماً للجمع بان السيد : نلاتيمبي كومار - الجنسية : الهند ، يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة (100%) وذلك إلى السيد : بالاسوندارام نالاتامبي - الجنسية : الهند في الرخصة المسماة (ورشة مشغوربا لتصليح ميكانيك السيارات) تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (217635) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة، وتعديلات أخرى : لا يوجد، وعملائها المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية

الكاتبات العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70555

رقم المعاملة 0041841-MOJAU_2022
تنازل / بيع
إعلان بالنشر
ليكن معلوماً للجمع بان السيد / محمد جمال الدين محمد شرفية علي - الجنسية بنغلاديش - يرغب في البيع والتنازل عن جزء 50% من كامل حصته البالغة 100% - في الرخصة المسماة (ورشة قهوة التحكم لصيانة السيارات) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة بحارية رقم (615511) الى السيد / شيخ كمال شيخ عيادرب - الجنسية بنغلاديش - محمد جمال الدين محمد شرفية علي - الجنسية بنغلاديش - يرغب في البيع والتنازل عن جزء 50% من كامل حصته البالغة 100% في الرخصة المسماة (ورشة قهوة التحكم لصيانة السيارات) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة بحارية رقم (615511) الى السيد / شيخ كمال شيخ كلام - الجنسية بنغلاديش، وعملائها المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية.

الكاتبات العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70555

تنازل / بيع
إعلان بالنشر
ليكن معلوماً للجمع بان السيد / عبدالناصر كافيهاير امين علي احمد - الهند الجنسية يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 50% وذلك الى السيد / كورشد الام هميون داري بنغلاديش الجنسية، و سونين بنوى - الهند الجنسية يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 50% وذلك الى السيد / كورشد الام هميون داري، بنغلاديش الجنسية وبالرخصة المسماة (اوراق الشجر للحياطة والتطريز) تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (791352) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة، وتعديلات اخرى : لا يوجد، وعملائها المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية

الكاتبات العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70522

إعلان مدعي عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية المدنية الاتقادية في الدعوى رقم 0004405/2021 SHCFICIREA2021 (جزئي)

إلى المدعي عليه : ادميو ياول اوسيان - مجهول محل الإقامة : الشارقة منطقة العزرة شارع الشيخ سالم بن سلطان القاسمي ناية سكن ساكني اجرة الشارقة

ثانياً : إلزام المدعي عليه بسداد مبلغ وقدره 32.26372 (سنة وعشرون ألفاً وثلاثمائة واثنان وسبعون درهماً و 32 فلس، والفائدة القانونية بواقع 12% من تاريخ المطالبة وحتى تاريخ السداد التام. ثالثاً : إلزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل ألعاب الحمام.

أنت مكلف بالحضور بجلسة 2022/01/12 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقاها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.

مكتب الخدمات القضائية

حكومة دبي
محاكم دبي

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70197

إنداز بالنشر
رقم (2022/67)

المنذر / السيد / محمد مهدي غلامرضا فروزان - (إماراتي الجنسية)
ثانياً : مهوان كمال سكوري - (إماراتي الجنسية)
العنوان / امارة دبي - ميدان الخليج التجاري (برنس باي) - مبنى رقم 7 - مكتب رقم 407 هاتف : 0506231078 بريد الكتروني : mehran@wattellectricals.com
الموضوع : - يتبیه المنذر على المنذريةه ويكلفه بضرورة سداد مبلغ و قدره 2.900.000 درهم (مليونين وتسعمائة ألف درهم) قيمة الشيك رقم (1) المسحوب على (بنك الامارات الاسلامي) و المؤرخ في 2021/6/12 وذلك خلال خمسة ايام من تاريخ هذا الأنداز و نفذ مضمونه قانوناً - وفي حالة الإخفاق سوف يخطر المنذر إلى اتخاذ كافة الاجراءات القانونية ضد المنذر اليه حيث يكون المنذر في حاليه مسحولا عن كافة الكاتبات والتبعات والباوقاف القانونية بواقع 12% من تاريخ الاستحقاق و حتى السداد التام التي سوف ترتب على هذا الاجراء ، ومع عدم الاعلان بما جاء بهما الا انداز يحتفظ المنذر باللاحقة القضائية ضد المنذر اليه. تأمل ان تتجنبوا المزيد من الاجراءات.

الكاتبات العدل

إعلان بجمع خبره

العدد 14425 بتاريخ 2022/1/6
70021

إعلان بجمع اجتماع خبره
في الدعوى رقم 8964/2021 متنازعات إجبارية الشارقة

المقامة من / محمد يوسف باقر الخوري وشركاهو هاتف: 050 5379300

ضد / محمد راشد نور العاليم - هاتف : 054 4305221

بالإضافة إلى قرار تنفيذ خبيراً حاسبياً من قبل إدارة شؤون الخبراء في الدعوى رقم 8964/2021 متنازعات إجبارية الشارقة، تنفيذكم علما بأنه تقرر عقد اجتماع الخبرة الأول يوم الخميس الموافق 13/01/2022 في تمام الساعة الثانية عشر ظهراً وذلك بمقر مكتبنا الكائن في الطابق الثاني بناية الفيصل 2 شارع الملك فيصل بإمارة الشارقة - خلف وكالة السنووكي مصطحين معكم كافة الأوراق والمستندات التي ترونها مناسبة لتتبعكم في بدء مهمتنا.

الخبير الحسابي / يعقوب محمد السلمات
هاتف : 050 5505338 يميل : yakoub@namc.co.ae

الخبير الحسابي / يعقوب محمد السلمات
رقم القيد وزارة العدل 645

• ستة شعراء من 5 دول عربية حملوا بين قصائدهم الحب والتحدي
• شاعر المرادفات أصبح علي الكعبي ضيف الأمسية الخامسة
• الشعراء ركاد الشمري ومساعد الحارثي يتأهلان بقرار لجنة التحكيم



قصائد الشعر النبطي تنثر عبرها في خمس أمسيات برنامج شاعر المليون

تصويت المشاهدين يؤهل الشاعر عبد الهادي أبو دية القحطاني من السعودية



الخاص ببرنامج شاعر المليون أو موقعه الإلكتروني، ومنح الفرصة لشاعر واحد منهم للتأهل إلى المرحلة القادمة، والشعراء هم (عبدالله حامد الزماي من السعودية 46 درجة، عايد حواس الحازمي من السعودية 45 درجة، محمد الأسعدي من الكويت 44 درجة، ناصر حميد الطائي من سوريا 44 درجة).

ويمكن متدوحي الشعر النبطي متابعة الأمسية الخامسة من شاعر المليون، عبر قناة البرنامج على اليوتيوب (youtube.com/ Millionspoet)، أو التطبيق الذكي والموقع الإلكتروني ومنصات التواصل الاجتماعي للبرنامج، وكذلك متابعة الحلقات السابقة، والبيت المباشر للحلقات كل ثلاثة في تمام الساعة التاسعة والنصف مساءً بتوقيت الإمارات.



و جاءت قصيدة الشاعر عبدالله حامد الزماي من السعودية، بعنوان " ناي الأرواح "، إذ يقول في مقدمتها " ذعدت لك وطفى اللاهب سرور وباقي الجمر توقد حزنه رياح " . أما الشاعر محمد الأسعدي من الكويت، فقدم قصيدة بعنوان " هنا الكويت "، قال فيها " تسرب صوت ب غرور اللبالي والصدى ب الببال ضجيجه من افا غص يوقا مخنوق باوراهي " . وقدم الشاعر مساعد بن طعساس الحارثي من الإمارات، قصيدة جاء في مطلعها " تسرب صوت ب غرور اللبالي والصدى ب الببال ضجيجه من افا غص يوقا مخنوق باوراهي " .

شاعر المرادفات " أصبح علي الكعبي " ضيف الأمسية الخامسة استضافت الأمسية الخامسة من برنامج شاعر المليون، شاعر المرادفات " أصبح



ركاد مطرب الشمري من العراق، عايد حواس الحازمي من السعودية، عبدالله حامد الزماي من السعودية، محمد الأسعدي من الكويت، مساعد بن طعساس الحارثي من الإمارات، والذين حملوا بين قصائدهم الحب والتحدي. وأهل الشاعر ناصر حميد الطائي من سوريا، بقصيدة جاء في مقدمتها " أفهق عيون الناكرة دامك على قيد الشباب وارح الرسن و احلامك افردها وترجم لاناها " . وقدم الشاعر ركاد مطرب الشمري من العراق، قصيدة قال فيها " سني عتا فيه فار البوح من كل صوب اللي ابطنه موموم الناس وسودها " . وألقى الشاعر عايد حواس الحازمي من السعودية، قصيدة جاء فيها " لو يستر الشمس متنك يا عظيم السحاب تجليك عنها هبوب الوقت حتى تبين " .

•• أبو ظبي- الفجر:

تنثرت قصائد الشعر النبطي عبرها من العاصمة الإماراتية "أبو ظبي"، صرح الثقافة وملتقى الأعلام، في الأمسية الخامسة من برنامج "شاعر المليون" بموسمه العاشر، والذي تنتجه وتنظمه لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية في أبو ظبي. وتعددت الأمسية التي بثت مباشرة على الهواء من مسرح شاطئ الراحة عبر قناتي بيثونة والإمارات، بأجمل التهاني والتبريكات لقيادة وشعب دولة الإمارات العربية المتحدة، ولكل الأصدقاء والعالم أجمع والأمنيات، بمناسبة حلول العام 2022.

حضر الأمسية عيسى سيف المزروعى نائب رئيس لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية في أبو ظبي، وعبدالله بطي القبيسي مدير إدارة الضاليات والاتصال باللجنة، وعبيد خلفان المزروعى مدير إدارة التخطيط والمشاريع باللجنة، إلى جانب عدد من ممثلي وسائل الإعلام والصحافة ورواد التواصل الاجتماعي وعشاق الشعر النبطي. ورحب مقدمي البرنامج الإعلامي حسين العامري والإعلامية ندى الشيباني، بأعضاء لجنة تحكيم البرنامج الكونة من سلطان العبيمي مدير أكاديمية الشعر، حمد السيد، الدكتور عثمان الحسن، وأعضاء اللجنة الاستشارية للبرنامج الأستاذ تركي المريخي، والأستاذ بدر صقوف.



ويشارك في المهرجان هذا العام العديد من المصورين الحائزين على جوائز لعرض مجموعة من أعمالهم التي تركز في صورها على مناطق النزاع والقضايا الإنسانية، والمصور كيران ريدلي المهتم بقضايا الهجرة وحقوق الإنسان والمثلي السياسي. كما يعرض سرجي بونومارييف مجموعة من أعماله التي تتناول أزمة اللاجئين الأوروبيين وكذلك الحروب والصراعات في الشرق الأوسط، إلى جانب الفنانة وصانعة الأفلام ديبى كورنوال، والمصور الوثائقي المقيم في لبنان ديجو أيبارا سانتيز، والمصور إبراهيم إقبال، المقيم في بنغلاديش والفنان بأكثر من 300 جائزة وطنية ودولية، والمصور فرانك فورتييه المتخصص بالقضايا الإنسانية والذي أنتج عملاً استثنائياً عن الحرب الأهلية في لبنان. كما يستضيف (كسبوجر) مجموعة من مبدعي عالم تصوير الرحلات والصور الشخصية والمعالج الثقافية والفنية والجمالية لإمارة الشارقة، فيما تسلط أعمال المصور أيضا بان الضوء على المساحات الحضرية المشتركة بما في ذلك المباني العالية والمنازل المبنية يدويا. ويستضيف المهرجان نخبة من المصورين الصحفيين الناشطين في مجال توثيق التجارب الإنسانية والذين تجسد أعمالهم رؤيتهم الشخصية الفريدة ومهاراتهم، ومن بينهم المصور الأمريكي جيمس ناكنتوي الذي عمل على توثيق الحروب وأهم القضايا الاجتماعية، والمصور محمد محسن الحائز على جائزة بوليتزر مرتين، والذي تتمحور أعماله حول أزمة اللاجئين في العالم، والمصور الصحفي

يقام خلال الفترة من 9 إلى 15 فبراير المقبل

إكسبوجر 2022 .. كبار مصوري العالم يلتقون عبر منصة واحدة

المصورين في التخصص في تصوير المناظر الطبيعية والحياة البرية، وأبرزهم المصور الأمريكي جول سارتور، مؤسس مشروع " ذا فوتو أرك "، حيث يعرض مجموعة من الصور لحيوانات ومخلوقات مهددة بالانقراض والتي تم التقاطها في عدد من المحميات الطبيعية وحدائق الحيوان في العالم، في حين يقدم ميكيل رويكي مجموعة من الصور التي توثق المشهد اللطيفين الشمالي والجنوبي في ظل التغيرات المناخية التي يشهدها كوكب الأرض. ويستضيف المهرجان معرضاً لأعمال مصور البيئة آرون جيكوسكي الحائز على عدة جوائز والتخصص في التوثيق البصري للصراع بين الإنسان والحيوان، إلى جانب معرض للمصور البلجيكي آلين شروود الذي تتمحور أعماله حول تصوير يوري بيليفورشي الذي تركز صوره على إبراز جمال المناظر الطبيعية الساحرة في القطب الشمالي. ويشترك المصور ليفون بيس المتخصص بتصوير الماكرو الدقيق، والمصورة والباحثة الدانماركية مونغنز ترول المعروفة بشغفها في تصوير الحياة البرية والفائز في مسابقة مصور الحياة البرية لعام 2020، وجاسبر دوسيت، الذي يعمل لدى قناة " ناشيونال جيوغرافيك "، وتتركز أعماله على استكشاف العلاقة بين الإنسان والطبيعة. وفي مجال تصوير عالم ما تحت الماء، يشارك ستة مصورين محترفين لعكس رؤيتهم الخاصة حول قضايا الحفاظ على البيئة البحرية، وهم داريل أوين، وريان سكير، وديفيد دوبيلي، وجينيفر هيز، ولور باليستا، وجيفري غاريوك.

جلسات تقييم الأعمال الفنية، في برنامج متكامل يقدمه 57 مصورا فوتوغرافيا. ومن المصورين المشاركين في المهرجان ستيف ماكوري، عضو منصة ماغوم للمصورين، المتخصص بتصوير النزاعات والتقاليد والثقافات القديمة، ومن أهم أعماله صورة تحمل عنوان " الفتاة الأفغانية " التي التقطها عام 1984 وجسدت تاريخ أفغانستان وشعبها واللاجئين الذي يتميز بأسلوبه المعاصر في تصوير الرحلات حيث يجمع بين المناظر المتنوعة والألوان والضوء والتأثير الطبيعي، كما يعرض كل من الصور فنييت فورا والأنا شالر المتخصص في التصوير الفوتوغرافي بالأبيض والأسود، أعمالهما التي تعكس شغفهما بفن تصوير الشارع. ويعرض طارق زبدي مجموعة من أعماله التي يوثق فيها قضية عدم المساواة وغيرها من القضايا الاجتماعية في العالم، فيما يقدم المصور الصحفي فيديا تشادراموهان قصصا بصرية مؤثرة حول المرأة الإماراتية وتمكينها واندماجها في الحياة الثقافية والاقتصادية والاجتماعية. ويشارك في المهرجان نخبة من كبار

•• الشارقة- الفجر:

تستضيف الدورة السادسة من المهرجان الدولي للتصوير الفوتوغرافي (كسبوجر)، الحدث العالمي الذي يحتفي بفن التصوير الفوتوغرافي وإبداعاته في الشارقة، نخبة من كبار المصورين في العالم لعرض أعمالهم الفوتوغرافية الفريدة وأساليبهم المبتكرة في رواية القصص البصرية ويشاركوا معنا بتجاربهم وخبراتهم. ويشهد المهرجان، الذي ينظمه المكتب الإعلامي لحكومة الشارقة، والذي تقرر إقامته على مدار سبعة أيام هذا العام، خلال الفترة من 9 إلى 15 فبراير المقبل في مركز إكسبو الشارقة، معارض فنية فريدة وجماعية لمصورين من مختلف أنحاء العالم ومؤسسات للتصوير محلية وعالمية، كما يقدم برنامجا متكاملًا من الندوات والخطابات المهمة وورش العمل التدريبية والتعليمية التي صممت لتناسب المهارات من جميع المستويات، بالإضافة إلى



منوعات

الفكر

31



الدراما لا يمكن أن تستمر من دون جمهور وتسويق

فادي إبراهيم: سأترك لبنان وأهاجر

يبدو أن الممثل اللبناني فادي إبراهيم

قرر الهجرة من لبنان نهائياً بعدما

دَهِمه اليأس من تردي الأوضاع في

(بلاد الأرز).

ومع أن إبراهيم ينتقل من عمل إلى آخر،

ولكنه لا يشعر بالأمان والراحة، وهو

يشير في هذا الحوار إلى

أن كل ما يشارك فيه لا

يُعدّ عملاً بما تعنيه

الكلمة بل هو

للاستمرارية

فقط.

• كم تُرضيك الأدوار التي تشارك فيها؟
- من أي ناحية؟

• من الناحيتين المعنوية والمادية؟

• هي لا ترضيني مادياً ومعنوياً.

• وماذا تصوّر حالياً؟

• (الزمن الضائع) للمنتج إيلي

معلوف وإخراج ماريان صقر التي

كانت تعمل كمساعدة مخرج

(وبيوت من ورق) من إنتاج جاد

شويري وإخراج أسامة الحمد. كما

صوّرت (للنوت)، (رقصة المطر)،

(شّتي يا بيروت) و(بارانويا).

• هل يمكن القول إنك جوكر

الدراما اللبنانية؟

• لا أعرف ما هو التوصيف

المناسب. أريد أن أستمرّ ولدينا

مسؤوليات تجاه عائلتنا وبلدنا،

ولكنني متزعج كثيراً لأنني سأترك

لبنان وأهاجر.

• هل تشعر بأن لا ضمانات في

لبنان؟

• كل الأبواب موصدة. المصارف

صارت أمواتاً والدولة

صارت

مستقبلنا ومستقبل أولادنا. نحن استُفدنا من كل النواحي. الإنسان يحاول أن يبني

مستقبلاً كي يشعر بالسلام والراحة، ونحن لا نشعر بأي منهما.

• وفي أي مجال يمكن أن تعمل في الخارج؟

• أحمل الجنسية والدولة تهتم بي. ومجرد منحى الجنسية هو دليل على احترام هذه

الدولة لي. وُلدت في لبنان وعشت في لبنان، ولكن بدل أن أتقدم فإنني أرجع إلى الوراء.

• أي جنسية تحمل؟

• الأسترالية. والدتي أسترالية وجدّي عاش فيها.

• وأولادك يعيشون في الخارج؟

• ابنتي في فرنسا وابني يكمل تعليمه في برلين.

• وهل هناك إمكانية للعمل بالنسبة في أستراليا؟

• يوجد عمل من كتابتي سأعرضه هناك. ثمة إمكانية للعمل في القطاع الفني، ليس في

أستراليا وحدها، بل في أي بلد آخر. مع أن الأولوية عندي هي لبلدي وناسي والأشخاص

الذين تربطني علاقة بهم.

• يبدو أنك متردد في قرار السفر؟

• الشخص منا يتعب كل عمره من أجل أن يترك شيئاً إيجابياً لبلده. مبدئياً، سأزور

أستراليا. يهمني أن أبرهن في الخارج أنه يوجد في لبنان إنسان يُنازع.

• لكنك من الممثلين الذين لا يتوقفون عن العمل؟

• هو ليس عملاً بكل معنى الكلمة، بل هو محاولة للاستمرار. هو ليس العمل الذي

يفترض أن يكون عليه، لأن العمل يكون بطريقة مختلفة.

• ماذا تقصد؟

• كل القيميين الذين من المفترض أن يقفوا إلى جانبي لا يفكرون سوى بأنفسهم.

• اللافت أن الممثل اللبناني يلهث للعمل مع المنتج اللبنانيين، فما السبب الذي

يجعل الممثل اللبناني غير راضٍ عن وضعه؟

• كل بلد لديه أوضاعه والمجالات التي يمكن العمل فيها والظروف التي تتحكم ببعض

الأشخاص، لكن لبنان تربة خصبة لكل شيء. الدراما لا يمكن أن تستمر من دون جمهور

وتسويق، الأسواق متوافرة والشركات تريد مصلحتها. لذلك، تقوم الدراما على

تركيبات معينة، والمجال مفتوح أمام الجميع.

• والمشكلة أن الحكومات المتعاقبة لم تقم يوماً بأي خطوة إيجابية تجاه

أي قطاع مُنتج في لبنان بما فيها القطاع الفني. هم لا يفكرون إلا

بأنفسهم.

• ما الذي يمكن أن يرضيك كفنان؟

• أن نسترجع شيئاً من كرامتنا في هذا الوطن. لا أتحدث كفنان،

بل كإنسان لأنني مواطن قبل أن أكون فناناً.

• هل الأجور التي تتقاضونها لقاء المشاركة في الدراما

المحلية والمشاركة هي واحدة؟

• لا أعرف ما الأجور التي يتقاضاها الآخرون. أما بالنسبة

إليّ أُجري، فهو يرتبط بالعدد وعدد أيام التصوير والمشاهد

والحلقات. لا يوجد آخر ثابت.

• هل من مشاريع للفترة المقبلة؟

• توجد عروض مختلفة. في الماضي كنا نفرح عندما تأتينا

فرصة عمل، أما اليوم فهم سرقوا منا حتى الفرح. ربما

أقوم بجولة عرض مسرحية (لما صرت إنسان)، وهي

جاهزة منذ فترة طويلة وتتناول كل ما يحصل حالياً

في لبنان.

• أسعى إلى إنجاز الأعمال التي أصورها حالياً كي أتمكن

من اتخاذ القرار المناسب حول الهجرة.

• أي بعد شهر واحد؟

• بل شهران. ربما حينها تتوضح الأمور في لبنان أكثر،

وعندها يمكن أن أغادر من دون أن أشعر بعقدة ذنب.

نور تبدأ بروفات مسلسل (راجعين يا هوا)

وقعت النجمة اللبنانية نور عقد الانضمام لأبطال مسلسل "راجعين يا هوا"، لتكون ثاني الموقعين بعد النجم خالد النبوي، لتكون هذه هي المرة الأولى التي تتعاون فيها مع خالد النبوي.

وتبدأ نور تصوير دورها في العمل منتصف يناير المقبل، حيث تقوم حالياً ببروفات الترابيزة للوقوف على التفاصيل الميدانية لدورها بالمسلسل.

مسلسل "راجعين يا هوا"، الذي سيتم عرضه في الموسم الرمضاني القادم وسيحمل مفاجأة سارة لعشاق الكاتب الكبير الراحل أسامة أنور عكاشة، حيث تعيد شركة (أروما ستوديو) الكاتب الكبير للمناقشة الرمضانية هذا العام من خلال مسلسل "راجعين يا هوا".

المسلسل سيخرجه محمد سلامة، الذي حقق عدة نجاحات رمضان مع مسلسلاته "رحيم" و"الحرامي" و"تصبيبي وقسمتك" ومسلسل موسى.

يذكر أن نور اللبنانية اعتادت مؤخراً عن الانضمام لأبطال فيلم بنات رزق.

وشاركت نور في موسم رمضان الماضي في بطولة مسلسل "ضل راجل"، الذي شارك فيه عدد كبير من النجوم مع النجم الكبير ياسر جلال، ومنهم: نرمين الفقي، محمود عبدالمغني، رنا رئيس، محمد علي رزق، محمد عادل، محمد يسري، إيهاب فهمي، أميرة العايدى، أحمد حلاوة، إسماعيل سألوسة، هدى الاتري، عصام السقا، مجدى فكرى، رباب ممتاز، ياسمين جمال، أحمد منير، هشام الشاذلي، جمال يوسف وعدد آخر من الفنانين، والمسلسل من تأليف أحمد عبدالفتاح، ومن إخراج أحمد صالح، ومن إنتاج سينرجي للمنتج تامر مرسى.

وكان مسلسل "ضل راجل" قد ناقش عددا من القضايا المهمة، منها الزواج السري للفتيات من خلال قصة الطالبة شهد، التي قدمت شخصيتها رنا رئيس، ابنة مدرس التربية الرياضية (جلال)، الذي لعب دوره الفنان (ياسر جلال)، حيث يعتدي أبناء الطبقة الغنية على ابنته شهد، ويحاولون إجهاضها بعد حملها من خلال سحلبها وضربها، مما يدفعه لمحاولة الانتقام من كل المشاركين في هذه الجريمة خلال أحداث المسلسل.



كريم قاسم يشارك ريهام حجاج بطولة مسلسل (يوتيرن) في رمضان 2022

ينافس النجم كريم قاسم في دراما رمضان 2022 من خلال بطولة مسلسل "يوتيرن" مع ريهام حجاج، حيث يقوم بشخصية تدعى "خالد" وهي شخصية محورية ومحركة للأحداث بشكل كبير، ومن المقرر أن يبدأ تصوير المسلسل قريباً، بعد الانتهاء من جلسات التحضير للشخصية مع فريق العمل.

ويعتبر يوتيرن وهو التعاون الرمضاني الثاني الذي يجمع كريم قاسم بـ ريهام حجاج، حيث تعاونا مسبقاً في مسلسل

لما كنا صغيرين، وقد لاقى المسلسل نجاحاً قوياً وقت عرضه على منصات التواصل الاجتماعي،

ومؤخراً تصدر كريم بطولة حلقة بحبك موت وذلك

وقد عُرض للنجم كريم قاسم أعمالاً درامية سابقة على منصة شاهد vip وحصدت العديد من المشاهدات مثل مسلسل مملكة إبليس جزأيه الأول والثاني، والذي عُرض حصرياً ونال إشادات نقدية وجماعية واسعة، وأيضاً لما كنا صغيرين الذي نافس به في موسم رمضان 2020.

ومن الناحية السينمائية يُعرض له فيلم ولاد رزق 2 وأيضاً سواح الذي حصد 35 جائزة دولية في أكثر من 100 مهرجان سينمائي.

وعلى منصة نتفلكس، يمكنك مشاهدة 3 أعمال للنجم وهم فيلمه سواح للمخرج أدولف المسال والذي حصل على أكثر من 20 جائزة في مهرجانات سينمائية مختلفة، وفيلم ليل خارجي للمخرج أحمد عبد الله، والفيلم العائلي The First Line.

ويعتبر يوتيرن وهو التعاون الرمضاني الثاني الذي يجمع كريم قاسم بـ ريهام حجاج، حيث تعاونا مسبقاً في مسلسل

لما كنا صغيرين، وقد لاقى المسلسل نجاحاً قوياً وقت عرضه على منصات التواصل الاجتماعي،

ومؤخراً تصدر كريم بطولة حلقة بحبك موت وذلك

وقد عُرض للنجم كريم قاسم أعمالاً درامية سابقة على منصة شاهد vip وحصدت العديد من المشاهدات مثل مسلسل مملكة إبليس جزأيه الأول والثاني، والذي عُرض حصرياً ونال إشادات نقدية وجماعية واسعة، وأيضاً لما كنا صغيرين الذي نافس به في موسم رمضان 2020.

ومن الناحية السينمائية يُعرض له فيلم ولاد رزق 2 وأيضاً سواح الذي حصد 35 جائزة دولية في أكثر من 100 مهرجان سينمائي.

وعلى منصة نتفلكس، يمكنك مشاهدة 3 أعمال للنجم وهم فيلمه سواح للمخرج أدولف المسال والذي حصل على أكثر من 20 جائزة في مهرجانات سينمائية مختلفة، وفيلم ليل خارجي للمخرج أحمد عبد الله، والفيلم العائلي The First Line.

ويشارك في بطولة المسلسل أيضاً النجم كريم قاسم، الذي شارك في بطولة المسلسل "يوتيرن" مع ريهام حجاج، حيث يقوم بشخصية تدعى "خالد" وهي شخصية محورية ومحركة للأحداث بشكل كبير، ومن المقرر أن يبدأ تصوير المسلسل قريباً، بعد الانتهاء من جلسات التحضير للشخصية مع فريق العمل.

ويعتبر يوتيرن وهو التعاون الرمضاني الثاني الذي يجمع كريم قاسم بـ ريهام حجاج، حيث تعاونا مسبقاً في مسلسل

لما كنا صغيرين، وقد لاقى المسلسل نجاحاً قوياً وقت عرضه على منصات التواصل الاجتماعي،

ومؤخراً تصدر كريم بطولة حلقة بحبك موت وذلك

وقد عُرض للنجم كريم قاسم أعمالاً درامية سابقة على منصة شاهد vip وحصدت العديد من المشاهدات مثل مسلسل مملكة إبليس جزأيه الأول والثاني، والذي عُرض حصرياً ونال إشادات نقدية وجماعية واسعة، وأيضاً لما كنا صغيرين الذي نافس به في موسم رمضان 2020.

ومن الناحية السينمائية يُعرض له فيلم ولاد رزق 2 وأيضاً سواح الذي حصد 35 جائزة دولية في أكثر من 100 مهرجان سينمائي.

وعلى منصة نتفلكس، يمكنك مشاهدة 3 أعمال للنجم وهم فيلمه سواح للمخرج أدولف المسال والذي حصل على أكثر من 20 جائزة في مهرجانات سينمائية مختلفة، وفيلم ليل خارجي للمخرج أحمد عبد الله، والفيلم العائلي The First Line.

ويشارك في بطولة المسلسل أيضاً النجم كريم قاسم، الذي شارك في بطولة المسلسل "يوتيرن" مع ريهام حجاج، حيث يقوم بشخصية تدعى "خالد" وهي شخصية محورية ومحركة للأحداث بشكل كبير، ومن المقرر أن يبدأ تصوير المسلسل قريباً، بعد الانتهاء من جلسات التحضير للشخصية مع فريق العمل.

ويعتبر يوتيرن وهو التعاون الرمضاني الثاني الذي يجمع كريم قاسم بـ ريهام حجاج، حيث تعاونا مسبقاً في مسلسل

لما كنا صغيرين، وقد لاقى المسلسل نجاحاً قوياً وقت عرضه على منصات التواصل الاجتماعي،

ومؤخراً تصدر كريم بطولة حلقة بحبك موت وذلك

التفكير

دراسة جديدة تكشف تأثير القهوة على «فيتامين د» داخل جسم الإنسان



و2006، وبعد تحييد عدد من المتغيرات الأخرى التي قد تؤثر على نتائج بحثهم والمتعلقة بالصحة، قاموا بفحص الاحتمالات السريرية بأن نقص "فيتامين د" هو "نقص فيتامين د" على أساس تناول الكافيين. وفي الواقع وجد الباحثون أنه كلما زاد شرب الأشخاص للكافيين زادت احتمالات تعرضهم لنقص "فيتامين د". وذكر المؤلفون في ملخص دراستهم بشكل واضح: "ارتبط تناول كميات أكبر من الكافيين بنقص "فيتامين د" في عينة تمثيلية من السكان الأمريكيين". ونوه الباحثون إلى ضرورة إجراء المزيد من الأبحاث لتأكيد هذه النتائج، خصوصاً أنه في الوقت الحالي "ليس من الواضح ما هي المعايير التي تميز مستويات الكافيين الصحية عن تلك التي ارتبطت بانخفاض مستويات "فيتامين د". ونوه المقال إلى أن السؤال الأكثر خطورة هو كيف يؤثر الكافيين على مستويات "فيتامين د" لدى الأفراد الأكبر سناً حيث تم جمع البيانات المستخدمة في هذه الدراسة من الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين 30 و47 عاماً.

تشير دراسة جديدة إلى أن أحد الآثار الجانبية لتناول الكافيين المتواجد بالكثير من المشروبات مثل القهوة والشاي ومشروبات أخرى، هو تأثيره سلباً على "فيتامين د" المتواجد داخل جسم الإنسان. وتعاون باحثون طبيون في الصين والبرازيل مؤخراً لإجراء دراسة سيتم نشرها قريباً في المجلة الدولية لأبحاث الفيتامينات والتغذية، واستندت الدراسة إلى بحث سابق خلص إلى وجود تأثير سلبي للكافيين على "فيتامين د". وأشار البحث السابق إلى أن استهلاك الكافيين مرتبط بانخفاض في تكوين مستقبلات "فيتامين د" لدى الإنسان الأمر الذي له تأثيرات متعلقة بانخفاض مستويات هذا العنصر الهام. وحاول العلماء تأكيد نتائج الدراسة القديمة من خلال بحث جديد، ونشرت مجلة "Eat This. Not That" الأمريكية تقريراً عنها، حيث فحص الأطباء بيانات التغذية التي تم جمعها من أكثر من 13 ألف مشارك في المسح الوطني لفحص الصحة والتغذية بين عامي 2005

يحسن قدراتنا لأداء ما يسمى بالتفكير المتقارب

هل كوب الشاي يحل المشكلة؟ دراسة حديثة تقدم الجواب!

أجرى باحثون بقيادة جامعة بكين تجارب لمعرفة ما إذا كان شرب كوب من الشاي قد يحسن قدراتنا لأداء ما يسمى بالتفكير المتقارب. وهذا هو النوع الذي نستخدمه لحل المشكلات التي يمكننا من خلالها استنتاج الحل عبر تطبيق سلسلة من القواعد المحددة جيداً، والتفكير المنطقي.

وتشير النتائج إلى أن شرب الشاي المعتاد قد يأتي بفوائد معرفية، بالإضافة إلى مكافآته الصحية المقترحة.

وأجرى الدراسة عالم النفس لي وانغ من جامعة بكين بالصين وزملاؤه، وأوضح: "تشير نتائجنا إلى أن الشاي يمكن أن يساعد في تحسين الأداء العقلي عند مواجهة مهمة صعبة بشكل خاص".

وفي دراستهم، جند الباحثون ما مجموعه 100 فرد وكلفهم إما بإكمال مهام ربط الكلمات أو حل الألغاز، والتي حُيِّت بدرجات متفاوتة من الصعوبة.

أولاً، أعطى كل مشارك أمراً إما بشرب كوب من الماء أو كوب من الشاي الأسود - وكلاهما بدرجة حرارة حوالي 108 درجة فهرنهايت (42 درجة مئوية).

ووجد الفريق أن من شربوا الشاي كان أداءهم أفضل من أولئك الذين تجرعوا الماء عند تعيين مهمة إبداعية بمستوى عالٍ من الصعوبة.

ومع ذلك، فإن فوائد كوب من الشاي التي شوهدت، كانت هامشية فقط عندما كان التحدي المطروح على مستوى صعوبة أقل.

وعلاوة على ذلك، وجد أيضاً أن الشاي مرتبط بالمزيد من حل المشكلات المستمر مع انتقال الأشخاص إلى النصف الأخير من اختباراتهم - وهي ظاهرة أطلق عليها الفريق اسم "تأثير النصف المنقسم".

وبالإضافة إلى ذلك، وجد الباحثون أن "المشاركين في مجموعة الشاي كانوا أكثر سعادة واهتماماً بالمهمة بعكس أولئك في مجموعة المياه". وخلصوا إلى أن "النتائج لها أهمية عملية مهمة لأولئك الذين يشاركون في العمل الإبداعي أو أولئك المعرضين للإرهاق".

ونشرت النتائج الكاملة للدراسة في مجلة Food Quality and Preference.



شاب يلتقط صوراً لفتاة تتظاهر بالجلوس على مقعد مرسوم في لوحة جدارية في منطقة وسط هونغ كونغ - ا ف ب

قرأت لك

زيت الروزمري



سواء كنت تستعد لاختبارات دراسية أو لمقابلة هامة في العمل يمكنك الاعتماد على زيت الروزمري لتنشيط ذاكرتك، أما إذا كنت قلقاً فسيُساعد زيت اللافندر على الراحة، ويساعد استنشاق هذه الزيوت على التغلب على إجهاد الذاكرة عن طريق تحسين الوظائف الإدراكية.

وقد وجدت دراسات أن استنشاق زيت الروزمري (أو أكليل الجبل) لمدة 3 دقائق يزيد اليقظة ويقلل القلق ويحسن الذاكرة.

وتم استخلاص هذه النتيجة من تجربة قام فيها المشاركون بحل أسئلة في الرياضيات، وتبين أن حل المسائل الحسابية كان أفضل بعد استنشاق زيت الروزمري.

وفي عام 2003 أظهرت نتائج تجربة علمية نشرتها مجلة "ساينس ريبورتس" استنتج فيها المشاركون نوعين من الزيوت: زيت اللافندر وزيت الروزمري، وتبين أن استنشاق الروزمري له تأثير إيجابي على تحسين الذاكرة والأداء المهني والأكاديمي.

ولزيت الروزمري فوائد معروفة لإطالة وتكثيف الشعر، لكن استنشاقه مفيد لوظائف الدماغ والأعصاب.

سؤال جواب

- أي الطيور التالية تستخدم خيوط العنكبوت للزجة في بناء الأعشاش؟
الطنان
- التكنيتيوم عنصر كيميائي وهو أول عنصر يتم إيجاده صناعياً، وعدده الذري 43، فما هو الاسم الذي أطلقه عليه العلماء في البداية؟
ماسوريوم
- من القائل: لا تقل فيما لا تعلم فتتلم فيما تعلم؟
النوري
- من خصائص غاز الميثان؟
يشعل بلهب أزرق غير مضيء
- تم تسلق قمة ايفرست بدون اكسجين عام؟
1978

هل تعلم؟

• هل تعلم أن اليورانيوم هو المعدن الذي يطلق الطاقة الهائلة للذرة. والاشعاع الطبيعي لليورانيوم قد وضع لاستعمالات منزلة في الطب والزراعة والصناعة وعلم الأحياء. قطعة من معدن اليورانيوم الصالح تبدو قريبة من معدن الفضة أو الفولاذ لكنها ثقيلة جداً بالنسبة إلى حجمها. تصور أن 0.3 متر مكعب من اليورانيوم يزن أكثر من نصف طن! فاليورانيوم هو أثقل معدن موجود في الطبيعة.

واليورانيوم له ميزتين غير عاديتين جداً:

• ذو نشاط إشعاعي، ما يعني أن ذراته تنقسم ببطء مطلق طاقة في شكل إشعاع بعض ذراته هي انشطارية أي إنها يمكن أن تنقسم إلى اثنتين مطلقاً كميات هائلة من الطاقة. انشطارية اليورانيوم هي الأساس لكل معامل الطاقة النووية والأسلحة النووية.

كيمائياً، اليورانيوم هو رجعي الفعّل جداً. وهو واسع الانتشار بكميات صغيرة. لكنه لا يتواجد في الطبيعة في حالة نقية. واستخراجه من خاماته هو عملية طويلة ومعقدة. إن كيلو غراماً واحداً من اليورانيوم يحتوي على كمية من الطاقة تعادل تقريباً طاقة ثلاثة ملايين كيلو غرام من الفحم!

في المفاعل النووي ذرات اليورانيوم المشطّرة تنتج كميات هائلة من الحرارة طالما سلسلة التفاعل ظلت محتشدة. هذه الحرارة يمكن أن تستعمل لإدارة توربين ضخّم لتوليد الطاقة الكهربائية.

• هل تعلم أن بعض الحيوانات تملك حاسة للذوق أقوى من حاسة الذوق عند الإنسان.

فمجموع أعصاب الذوق عند الإنسان حوالي 3000، وهي ليست حساسة جداً بل معتدلة. وهناك بعض فصائل الحيوانات تحمل في لسانها أكثر من 5500 عصب ذوقي. وهناك مجموعة من الحيوانات يصل مجموع أعصاب الذوق لديها ما يقارب 50.000 مجموعة. وتملك الحيوانات البحرية عادة أعصاب تذوق على جلودها الخارجية في كامل جسدها. أما الذباب والفرشات فتوجد هذه الأعصاب في أقدامها.

قصة الطعام والبخيل

تقابل صديقان للذهاب إلى السوق لشراء بعض الاحتياجات، وكان أحدهما بخيل ففضل أن يذهب مع صديقه حتى يوفر اجرة السيارة والأخر كان طماع وفضل أن يذهب مع صديقه ليوفر ثمن بعض الأغراض. في السوق وقف البخيل يشتري من الأغراض الرخيصة ويساوم البائع بعنف حتى يقلل من ثمنها وكان يقف الطماع بجانبه يساعد في المساومة وفي المرة الأولى ساوم الاثنان على شراء السكر وبعد أن أفلح في شرائه بسعر جيد قال الطماع لصديقه البخيل ادفع للبائع وسأعطيك بعد قليل، ثم ذهب الاثنان لبائع الطحين وساواما معاً حتى اشتروا كيساً بسعر جيد فقال الطماع للبخيل ادفع لآخر وسأعطيك بعد قليل، بعد ذلك ذهب الاثنان وهم يحملان السكر والطحين لشراء كمية من السمّن والزيت من عند الدهان ووقفوا يساوامان حتى كاد البائع أن يجن ففضل أن يبيع لهم وينتهي منهما وكان الثمن مساوياً لثمن الطحين والسكر فقال البخيل للطماع ادفع فقد انتهت نقودي ولو لم تشتري الآن فسأخذك بسعر أعلى فأضطر الطماع للدفع، ثم صاروا ذهباً لشراء عسل وساواما الرجل حتى فاض به الكيل فصرخ فيهم ليتركوا المكان وليذهبوا يا شاوون، حمل البخيل والطماع أغراضهم وكانت كثيرة فقال الطماع لثمنين بحمال وعربه فقال البخيل ليس معي نقود فقال الطماع فالتحضر الحمال والعربة ثم تتفاهم، جاء الحمال بعربته وحمل الأغراض ووقفها البخيل والطماع ووصل بهما إلى الدار وهناك وقف الاثنان يساوامان الحمال على السعر حتى كاد الحمال أن يجن فما كان منه إلا قال لهما اريد نقودي والا ناديت الشرطة وبدأ بالصراخ بصوت عالي فأصر البخيل والطماع لأسكاته ولكنهما تصادما معاً فأصابا العربية مما جعلها تميل ويسقط ما عليها في حوض ماء كبير تشرب منه الخيول فتجمد الطحين وذاب السكر وضاع الزيت والسمّن مع الماء والعسل... هذا جزء البخيل وجزء الطماع دفعا فتودا ليتعدبا بها ولكنهما لن يتوبا أبداً.

مساحة للتلوين

