

تخريج 168 طالبا وطالبة
من دفعة عام التسامح في
مدرسة اليحر



رولا سعد:

لست شغوفة بفكرة
المنافسة والغيرة الفنية



11 نصيحة للتخلص من
الوزن الزائد عند طفلك

خدعة تنقذ أرواحا على الطريق

ممرات المشاة.. تلك الخطوط البيضاء على الأسفلت، مصممة لتضمن لعباري الطريق الحماية من السيارات، لكن كثيرا من السائقين يهملونها، فلا يتوقفون ولا يبطئون سرعتهم.

مدن عدة حول العالم، من الولايات المتحدة إلى الهند والصين ونيوزيلندا وأخيرا بريطانيا، توظف الخداع البصري لتجبر السائقين على احترام ممرات المشاة..

الخدمة هي جعل الخطوط البيضاء تبدو كأشكال ثلاثية الأبعاد، وذلك برسم أشكال إضافية مظلمة حول الخطوط البيضاء، ما يخلق الانطباع بأن لها عمقا وارتفاعا.

هذه الخدمة البصرية تنتشر لأنها سهلة التنفيذ ورخيصة، ويمكن أن تحمي أرواح المشاة. ما رأيك في هذه الخدمة؟ وهل تتوقع أن تطبق في مدينتك؟

فيسبوك يدرس عملة مشفرة تنافس بتكوين

تخطط شركة فيسبوك لإنشاء نظام دفع قائم على عملة مشفرة، يمكن تدشينه لمليارات من المستخدمين حول العالم، بحسب ما أفادت صحيفة "وول ستريت جورنال".

النظام يمكن أن يستخدم عملة إلكترونية مماثلة للبتكوين، لكنها مختلفة حيث إن فيسبوك يهدف إلى إبقاء قيمة العملة مستقرة. فالبتكوين والعملات الإلكترونية المماثلة سريعة التأثير بالتقلبات في القيمة.

وأفيد بأن ذلك النظام يمكن أن يقوض بطاقات الائتمان عن طريق تجنب رسوم العمالة المسؤولة عن الكثير من إيراداتها، وفقا لوكالة "أسوشيتد برس". ونقل تقرير "وول ستريت جورنال" عن مصادر على دراية بالأمر قولها إن فيسبوك تقوم بتجنيد المعشرات من الشركات المالية والتجار عبر الإنترنت لإطلاق الشبكة.

وقد تتضمن خطط عملاق الإنترنت طرقا لمكافحة المستخدمين الذين يتفاعلون مع الإعلانات أو غيرها من الميزات ماليا، فيما تقول شركة فيسبوك أنها تستكشف حاليا الكثير من التطبيقات المختلفة لتكنولوجيا العملات المشفرة.



الأسنان تتبأ بالمخاطر الصحية التي تنتظر صاحبها

تشكل الأسنان وتتشكل الأسنان تدريجياً، إذ تبدأ مرحلة تكونها أثناء فترة نمو الجنين في بطن أمه، يبدأ أنها تنمو فقط بعد مرحلة الولادة ويطرق متفاوتة، وذلك بالاعتماد على مركز ووظيفة الأسنان. وتقول إيرين دان إن الأسنان تسجل بشكل دائم الإجهاد، الذي يحدث أثناء عملية نمو الأسنان، وتضيف في هذا الصدد: "لا تكشف لنا الأسنان فقط حدوث إجهاد ما، بل أيضاً متى وقع هذا الإجهاد".

تخزين المعادن الثقيلة
وكانت دراسة سابقة صادرة عن جامعة كاليفورنيا وأجريت على الجردان قد خلصت إلى أن تواجد معادن ثقيلة مثل الرصاص أثناء عملية تشكل الأسنان، يؤدي إلى تخزين هذه المعادن في ميناء السن. وأضافت أن نتيجة هذه الدراسة يمكن أن تنطبق أيضاً على البشر. وفي نفس السياق، توصل باحثون من الولايات المتحدة الأمريكية سنة 2017 إلى أن الأشخاص الذين يتعرضون قبل أو بعد فترة قصيرة من ولادتهم إلى نسبة عالية من الرصاص، يرتفع لاحقاً خطر إصابتهم بانفصام الشخصية. ويشير مارك فايسكوب، عالم البيولوجيا العصبية في جامعة هارفارد، إلى أن تركيز الرصاص العالي في الأسنان يمكن أن يزيد أيضاً من خطر الإصابة بمرض الزهايمر.

اللبنية بتقنية التصوير المقطعي المحوسب. ويوضح توماس بويس أن الإجهاد لا يعني فقط العمل الزائد في المدرسة، بل أيضاً بعض المشاكل الأخرى، على غرار: طلاق الوالدين والوضوء المستمرة أو الاستغلال الجسدي والنفسي. وتابع نفس أخصائي علم النفس الصحي أن الشخص، الذي يعاني من كثرة الإجهاد، يبرز جسمه الكثير من هرمون الإجهاد الكورتيزول، الذي يمكن قياس تركيزه في الدم واللعاب، حسب نفس المتحدث.

الإجهاد يجعلك مريضاً
ولاحظ الخبراء في دراستهم، التي شملت 350 عائلة في منطقة خليج سان فرانسيسكو، أن الأطفال الذين يعانون من نقص الانتباه والسلوك الاجتماعي المضطرب، يكون المينا لديهم رقيقاً ولب السن صغيراً بالمقارنة مع بقية الأطفال. وبحسب الأخصائية في الأمراض النفسية إيرين دان، فإن عدة أمراض عقلية هي في معظم الأحيان غير وراثية، بل يصاب بها الشخص عن طريق التجارب، التي عاشها وخاصة في سنواته الأولى. ويدخل الإجهاد أيضاً ضمن هذه التجارب. وأظهرت بعض الدراسات أن هؤلاء الأطفال يرتفع خطر إصابتهم لاحقاً باضطراب ما بعد الصدمة والاكتئاب أو اضطراب الأكل.

لكن المثير هو توصل خبراء في الولايات المتحدة الأمريكية إلى أنه انطلاقاً من حالة أسنان الطفل يمكن معرفة ما إذا كان سيرتفع مستقبلاً خطر إصابته بمرض عقلي. في حين تكشف حالة الأسنان لدى الكبار مدى خطر إصابتهم بمرض الزهايمر مستقبلاً. وترى إيرين دان، المتخصصة في الأمراض النفسية في مستشفى ماساتشوستس العام في بوسطن بالولايات المتحدة الأمريكية، أن الأسنان وبالخصوص الأسنان اللبنية من الضروري أن تحصل على المزيد من الاهتمام.

الإجهاد يظهر على طقم الأسنان
وفي الأسبوع الماضي، قدم باحثون من الجمعية الأمريكية لتقدم العلوم في اجتماع لهم بواشنطن إجابة عن الأمراض المستقبلية، التي يمكن للأسنان أن تكشف عنها. "في حال معاناة الطفل من الإجهاد في سنواته الأولى، فإنه يمكن رؤية ذلك على أسنانه"، كما يؤكد الباحثون. ويقول توماس بويس، أخصائي علم النفس الصحي بجامعة كاليفورنيا في سان فرانسيسكو، إن الطبقات التي تشكل السن على غرار المينا تكون رقيقة وأقل كثافة، وأضاف: "هذا يجعل السن أكثر عرضة للتسوس"، ويمكن قياس هذه التغيرات من خلال فحص الأسنان

ما أسباب رعشة الجفن؟

يعاني المرء في بعض الأحيان من رعشة في الجفن، فما أسباب هذه الرعشة، وكيف يمكن مواجهتها؟ للإجابة عن هذه الأسئلة قالت جمعية "الرؤية الجيدة" الألمانية إن رعشة الجفن لها أسباب عدة، منها ما يتعلق بنمط الحياة، مثل قلة النوم والإفراط في تناول الكافيين والعمل لساعات طويلة أمام شاشة الحاسوب والتوتر النفسي.

كما قد ترجع رعشة الجفن إلى أسباب مرضية، مثل ارتفاع ضغط الدم أو نقص المغنيسيوم.

وأشارت الجمعية إلى أنه يمكن مواجهة رعشة الجفن من خلال التغلب على السبب المؤدي إليها، أي أخذ قسط كاف من النوم وتناول الكافيين باعتدال وأخذ فترات راحة منتظمة أثناء العمل أمام شاشة الحاسوب والتخلص من التوتر النفسي بممارسة اليوغا والتأمل.

ويمكن التغلب على نقص المغنيسيوم من خلال تناول الحبوب الكاملة والمكسرات واللحوم الحمراء وكبد الحيوانات، أما ارتفاع ضغط الدم فيمكن مواجهته من خلال تعاطي الأدوية الخافضة لارتفاع ضغط الدم -بعد استشارة الطبيب- مع الإقلال من ملح الطعام.

وإذا كانت رعشة الجفن مصحوبة أيضاً بجفاف العين فإنه يمكن حينئذ استعمال قطرة مرطبة للعين.

قطعة رقة تنتهي بكارثة

يعتاد عدد ليس بقليل من الأشخاص على مقلقة رفاقهم بانتظام. فالانحناء السريع لليسار واليمين هو كل ما يتطلبه الأمر لسماع صوت هذه العادة التي تبدو بسيطة جداً، لكنها في الواقع تشكل خطراً وقد تكون عواقبها وخيمة.

وتعد قصة شاب (28 عاماً) من ولاية أوكلاهوما الأمريكية نموذجاً للخطر الذي تسببه هذه العادة على العمود الفقري. فقد تسببت هذه القطعة بسيطة في الرقبة في قلب حياة جوش هادر رأساً على عقب. وخلال لحظات، علم الشاب أن أضراره جسيمة قد حدثت بسبب هذه العادة غير المقصودة.

وقال هادر: "في اللحظة التي سمعت فيها صوت القطعة، فقدت الإحساس بجانبي الأيسر. انتفضت قائماً، لمحاولة الحصول على كمادة لتج، ثم أدركت أنني لا أستطيع السير بشكل مستقيم، وفتنا لما نقل موقع "بي جي آر".

وتم نقل هادر إلى الطوارئ، حيث أجرى الأطباء مجموعة من الاختبارات لتحديد سبب حالته المرضية. واكتشفوا أن قطعة الرقبة البسيطة مزقت شرياناً حيوياً مما أدى إلى سكتة دماغية.

وإلى جانب شلل الجانب الأيسر وتدهور وظائف الحركة، عانى هادر من مشاكل في الرؤية حيث أثرت الإصابة على مجموعة من أعصابه واضطر إلى ارتداء عصابة على إحدى عينيه. وتشكل هذه الحادثة رسالة تحذير للجميع بشأن المخاطر الصحية التي قد تترتب على مقلقة الرقبة التي تضم عدداً حيوياً وأوعية دموية وأعصاب حساسة تشكل صلة الوصل بين الدماغ وبقية أعضاء الجسم.

يصمم منزلاً يمكن بناؤه بـ6 ساعات

قام المهندس المعماري الإيطالي ريناتو فيدال من شركة "هوم مادي" بتصميم منزل فاخر يمكن بناؤه خلال فترة قياسية لا تتجاوز الست ساعات. ويتميز المنزل بأنه مقاوم للزلازل، ويتألف من طابقين ويحتوي على مطبخ ومساحة لتناول الطعام والعديد من الحمامات. وبحسب الشركة فإن الزبون يمكنه اختيار حجم المنزل الذي يريد، إذ تتوفر أحجام عديدة تبدأ من منزل يتألف من غرفة نوم واحدة تبلغ تكلفته 35 ألف يورو، وانتهاء بمنزل عائلي مؤلف من عدة غرف تبلغ تكلفته 90 ألف يورو.

وفضلاً عن أسعاره المعقولة، فإن منزل "مادي هوم" عبارة عن مسكن صديق للبيئة، لأنه يعتمد على الطاقة الشمسية وإضاءة LED. يذكر بأن إنتاج المنزل يتم في إيطاليا، ومن ثم يتم شحنه إلى المملكة المتحدة مقابل رسوم كبيرة تبلغ 30 بالمئة من التكلفة الإجمالية للمنزل، وفق ما ورد في صحيفة ميرور البريطانية.

ألعاب التوازن للطفل في عمر 3 سنوات

توفر ألعاب التوازن فوائد عديدة للطفل، إلى جانب أنها تشغل وقته وتسلية عندما يكون وحيداً، ويمكن أن يبدأ الطفل بالمشي على أحد ألعاب التوازن مع بلوغه 3 سنوات. وتساعد هذه الألعاب على تدريب عضلات الساقين والخصر ومفاصل القدمين، وتنمية التوافق العصبي العضلي.

وتوجد أشكال عديدة من ألعاب التوازن حسب مساحة اللعب المتوفرة في البيت. ويمكن أن تلعب عدة ألعاب بعمود التوازن، كالتالي:

بعد إخلاء مساحة اللعب توضع عيذان التوازن بشكل دائري أو منحنى، والأفضل اقتناء عدة ألوان منها. في البداية يطلب من الطفل أن يمشي فوق عمود أو عود التوازن وهو يمد ساعديه على امتدادهما.

ويمكن أن يعيد المشي وهو يضع يديه على رأسه، ويكون عليه في كل مرة أن يكمل طريقه دون أن يخطو على الأرض.

ومع وجود عيذان عديدة وألوان متنوعة للتوازن يمكنك تخطيط مسارات مختلفة الأشكال. كما يمكن إجراء مسابقات بين أكثر من طفل، ويكون الفائز هو من يكمل طريقه من دون أن يخطو خارج المسار.

وعندما تصبح اللعبة سهلة يمكنك زيادة صعوبتها بأن تطلب من الطفل أن يمشي إلى الخلف وليس إلى الأمام فقط، أو أن يمشي على أطراف أصابعه.



الكريم المناسب للبشرة الجافة

يعد الجفاف العدو اللدود لجمال البشرة، حيث إنه يسلبها نضارتها وحيويتها ويحرمها من ملمسها المخملي الناعم بالرقة والألونة. وأوضح خبيرة التجميل الألمانية إلينا هلفنباين أن الجفاف غالباً ما يقترن بظهور مواضع احمرار بالبشرة وتعرضها للشد مع ظهور التجاعيد، التي تُفقد البشرة شبابها. ولواجهة جفاف البشرة تنصح هلفنباين باستعمال كريمات تحتوي على مواد فعالة تمد البشرة بالدهون وتعمل على ترطيبها مثل الليوريا والجليسيرين وحمض اللينولييك.

إنقاذ طفل من هجوم القراد على طيلة أذنه

كان طفل يبلغ من العمر 9 سنوات على وشك فقدان السمع، بعدما قصد طبيباً عقب شعوره بأصوات طنين داخل أذنه، ليكتشف وجود حشرة قراد عالقة في السمع.

ويعتقد الأطباء الذين أشرفوا على الحالة أن القراد التصق بالسمع، وزحف إلى الداخل ليقتب طيلة الأذن.

وتمثل قنوات الأذن بيئة خصبة لنمو القراد، كونها دافئة ورطبة ومحمية، علماً أن الأطباء يعتقدون أن الصبي التقط الطفيلي أثناء لعبه، وقمها نقلت صحيفة "صن البريطانية".

ويصر عن القراد أنه يلدغ في العادة جلد العائل، ويلتصق به بقوة حتى يمتص دمه، ويصعب التخلص منه نظراً لقوة تعلقه بالجسد.

وعمل الأطباء على إزالة القراد من أذن الصبي باستخدام مجهر جراحي، الأمر الذي تسبب بالألم شديدة، لكنهم نجحوا في النهاية في إخراج الحشرة وإصلاح طيلة الأذن، وإعادة السمع له.



في ملتقى العين الخامس لأصحاب الهمم

الإعلان عن 15 حديقة عامة صديقة لأصحاب الهمم تدرش أولها بمنطقة الظاهر هذا العام

للتشمل الإسكان حيث حرصت شركة مساندة على تصميم مشاريع الإسكان لتتوافق مع أصحاب الهمم لتشمل منحدرات بين مواقف السيارات وممر للمشاة مع توفير الأدوات الصحية للحمامات وتزويدها بالإكسسوارات الخاصة ، كما روعي في المساكن وجود أماكن تصلح لإضافة مصعد عند الطلب بين الطابقين إضافة إلى تركيب بوابة خارجية تعمل بشكل أوتوماتيكي ، كما حرصت شركة مساندة على تزويد المساكن برباط مع مراكز الدفاع المدني لجميع خدمات الطوارئ ومنها الحريق.

هذا وتقدم بلدية العين خدمة جديدة لإصدار شهادة ممتلكات بطريقتي (برايل) لأصحاب العقارات من فئة الإعاقة البصرية.

وبحسب نهاية الملتقى قام مدير عام البلدية بتكريم أولياء أمور أصحاب الهمم من الأباء والأمهات تقديراً لدورهم في خدمة أبنائهم والعمل على تزويدهم بالمهارات التي يمكن أن تخدم المجتمع.

الشيخة فاطمة .
بعدها تواصلت فعاليات الملتقى حيث تم استعراض الحقائق الخمس عشرة حديقة صديقة لأصحاب الهمم ليتم الإعلان عن تصميمها وفقاً لأحدث ما توصلت إليه الدراسات العالمية حتى يسهل استخدام الحديقة من قبل الجميع وذوي أصحاب الهمم حيث روعي في التصميم القدرات المختلفة لجميع الأطفال ليكون من بين هذا احتياجات الإعاقة البصرية وضعاف البصر، حيث تم تزويد الحديقة وفق التصميم المقترح بمسارات استدلال للإعاقة البصرية ومستخدمي العصا البيضاء، كما تم وضع لوحات إرشادية بلغة (برايل)، إضافة إلى تزويد الدرابزين بلغة برايل، كما روعي في التصميم أصحاب الكراسي المتحركة ، والعربات، حيث تم إزالة كافة الأدرج لتسهيل الحركة داخل الحديقة تستخدم الكراسي المتحركة ، كما روعي في تصميم مناطق اللعب للأطفال أن تكون مسطحة ومن مواد مانعة

•• العين- الفجر: تصوير-محمد معين



مدير عام شرطة أبوظبي يستعرض إنجازات الأمن والأمان بجلس منازف بالعين

•• العين - الفجر

نظمت القيادة العامة لشرطة أبوظبي بالتنسيق والتعاون مع مكتب شؤون المجالس بديوان ولي عهد أبوظبي محاضرة في مجلس منازف في مدينة العين بعنوان "أبو ظبي أمن وسلامة" قدمها سعادة اللواء مكتوم علي الشريفي مدير عام شرطة أبوظبي ، بحضور الفريق الركن متقاعد عبيد محمد الكعبي، والعقيد مبارك سيف السبوسي مدير مديرية شرطة منطقة العين، والعقيد الدكتور حمود سعيد العفاري مدير إدارة الشرطة المجتمعية بقطاع أمن المجتمع، وعدد من الضباط وأهالي وأعيان المنطقة.

ورحب الفريق الركن متقاعد عبيد محمد الكعبي في بداية المحاضرة بشريف سعادة اللواء مكتوم الشريفي لمجلس منازف والمشاركة في القضايا التي تهم المجتمع.

واستعرض سعادة اللواء مكتوم الشريفي في محاضرته أبرز خطط وبرامج شرطة أبوظبي خلال 2018 وما تم تحقيقه على صعيد خفض نسب الجرائم المبلغ عنها على مستوى إمارة أبوظبي حيث سجلت انخفاضاً بنسبه 3.7% خلال عام 2018 مقارنة بعام 2017 كما شهد العام الماضي تسجيل انخفاض بنسبه 14.9% في الجرائم المتعلقة بالشيكات . وتحدث عن الخطط والبرامج التي أقرتها شرطة أبوظبي والتي تركز على 6 أولويات استراتيجية، تتمثل في مكافحة الجريمة، وجعل المدن أكثر أمناً، وثقة المجتمع ، الأمن والسلامة، منظمة شرطة تدار بفاعلية، الاستخدام الأمثل للموارد البشرية، مضيئاً بأنه "يندرج تحت هذه الاستراتيجيات 18 هدفاً استراتيجية، يتم تدعيمها بمبادرات ومشاريع، ومتابعتها عبر الأنظمة ومؤشرات متقدمة".

وأشار إلى جهود عناصر مكافحة المواد المخدرة والتي أسهمت وبشكل كبير في ضبط عصابات المخدرات مؤكداً استمرار التوعية بالتعاون مع الجهات المعنية لحماية الشباب من هذه الآفة.

وتحدث عن الجهود التي حققتها شرطة أبوظبي في مسيرة الأمن والأمان ونشر الطمأنينة بالمجتمع منذ تأسيسها في عام 1957 وما وصلت إليه من مكانة متقدمة ومرشقة على المستوى العالمي بتطبيق منظومة أمنية متكاملة تركز على أعلى معايير الأمن والأمان والسلامة، وسن القوانين والتشريعات التي تسهم في حماية أفراد المجتمع وجعل إمارة أبوظبي من أكثر المناطق أمناً وأماناً .

وأوضح أن الإمارة تستقطب أعداداً كبيرة من الجنسيات والسياح والزوار والذين استنصروا جهود الأمن والأمان عبر إشاراتهم بمباحثته شرطة أبوظبي في هذا الجانب مع انخفاض معدلات الجريمة عموماً.

وشمّن مدير عام شرطة أبوظبي عاليًا الدعم والرعاية المستمرة من صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله" وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة والذي يعد الأساس الرئيسي في ما وصلت إليه شرطة أبوظبي من إنجازات ريادية في مختلف المجالات.

وأكد حرص الضباط والإدارات الشرطة كافة على العمل ضمن خطط أمنية منظمة ومدروسة لتحقيق معايير الأمن والأمان ، وتعزيز مفهوم التعاون بين الشرطة والمجتمع وتطوير أداء العاملين وتكثيف برامج التدريب والتأهيل لهم وجعل الكوادر الشرطة نموذجاً متقدماً في حفظ الأمن ونشر الطمأنينة بالمجتمع .

وأضاف : إن شرطة أبوظبي تولي اهتماماً كبيراً برفع مستوى الوعي لدى الجمهور بكافة شرائحه وبكل اللغات من خلال برامج التوعية والحملات المستمرة التي أسهمت في تحقيق معدلات إيجابية لمسيرة الأمن والأمان .

وفي نهاية المحاضرة أشاد مدير عام شرطة أبوظبي باهتمام مكتب شؤون المجالس بديوان ولي عهد أبوظبي بعقد المجالس بالتعاون مع القيادة العامة لشرطة أبوظبي والتي استطاعت في الأعوام الماضية ومن خلال المحاضرات والندوات المختلفة والمشاركة بالأراء والمقترحات تحقيق أبرز أهدافها في رفع مستوى الوعي لدى كافة شرائح المجتمع.

مواعيد عمل العين للتوزيع في شهر رمضان

•• العين - الفجر

أعلنت شركة العين للتوزيع عن تحديد مواعيد العمل الرسمي في مراكز خدمة المتعاملين التابعة لها طيلة أيام شهر رمضان المبارك، حيث تقدم الخدمات للمتعاملين في منطقة السوق "مجمع الإمارات التجاري" في الفترة من الساعة التاسعة صباحاً حتى السادسة مساءً ، و مركز خدمة المتعاملين "مركز هيلي مول" من الساعة العاشرة صباحاً حتى السادسة مساءً من الأحد إلى الخميس، ما عدا يوم الجمعة والسبت. أما فترات العمل في مراكز خدمات المتعاملين في فرع الهير والسداد والوقف، ومركز الخدمات الفنية الصناعية، فستكون من الساعة التاسعة صباحاً حتى الثالثة مساءً من الأحد إلى الخميس، ما عدا يوم الجمعة والسبت وستتزامن ساعات العمل في مراكز خدمة المتعاملين التابعة لبلدية مزيد وبلدية مدينة العين وبلدية القام ، مع ساعات عمل البلدية ابتداءً من الساعة التاسعة صباحاً لغاية الثالثة ظهراً، أما يومي الجمعة والسبت فيسكون مغلقاً. يشار إلى أن خدمات الشركة الإلكترونية والذكية متوفرة على مدار الساعة طيلة أيام الأسبوع وذلك عبر تطبيقها الذكي وموقعها الإلكتروني.



برعاية سالم بن ركاض

تخريج 168 طالبا وطالبة من دفعة عام التسامح في مدرسة البحر



•• العين - الفجر

متقدمة على المستوى العالمي ودعم الكوادر الأهلة لوكالة العصور والتفاعل مع المتطلبات الحديثة. مشيراً إلى أن مدرسة البحر التي تأسست قبل 25 عاماً تكمل مسيرة التطور في التعليم بكل جدارة وعطاء وريادة إلى جانب المؤسسات التربوية الأخرى في الدولة، بحيث فاق عدد الخريجين في المدرسة منذ تأسيسها ثلاثة آلاف طالب وطالبة هم حالياً في مراكز ومهام وظيفية متقدمة وقادرين على الاعتماد على الذات .

وهنا الشيخ بن ركاض الخريجين والخريجات متمنياً لهم مسيرة مباركة في مجال التخصص الجامعي العربي، وعدد من الشخصيات التربوية والأكادري الإداري والتعليمي في المدرسة وحشد من الأهالي وذوي الخريجين. وأشاد الشيخ سالم بن ركاض في كلمته خلال الحفل بالطاقات المواطنة وأبناء القيمين على أرض الإمارات حيث يجسدون تطلعات حكومة الإمارات بأن الإنسان هو ركن التنمية ومحورها ومستقبلها. وأعرب الشيخ سالم بن ركاض عن شكره للقيادة الرشيدة لما تقدمه للقطاع التربوي والتعليمي وما توفره من مقومات النجاح لأبناء الدولة والاهتمام بالتعليم العالي للوصول إلى مراتب

برعاية وحضور الشيخ الدكتور سالم محمد بن ركاض العامري عضو المجلس الوطني الاتحادي سابقاً احتفلت مدرسة البحر الخاصة، بتخريج دفعة "عام التسامح" التي ضمت 168 طالباً وطالبة من صفوف الثاني عشر. كما حضر الحفل الذي أقيم في مسرح كلية الطب والعلوم الصحية في القام بمدينة العين الشيخ سالم حمد بن ركاض العامري وأدريان ماي مدير المدرسة والشهواوي إبراهيم مدير القسم

برعاية محمد بن حم

مدرسة ابن خلدون تحتفل بتخريج 100 طالب وطالبة من دفعة عام التسامح

كلمة الخريجين ، رفعت في بدايتها باسم الخريجين جميعاً أسمى آيات الشكر والعرفان إلى مقام صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله، وإلى صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، على رعايتهما الكريمة ودعمهما اللا محدود في بناء نظام تعليمي متكامل، مضيئاً إن طلاب المدرسة عملوا بقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: "من سلك طريقاً يلتمس فيه علماً سهل الله له به طريقاً إلى الجنة" فالعلم طريق الآم والشعوب نحو التقدم والرفق، وسبيل الأفراد نحو رضوان الله تعالى وجهته. وأكدت التزام الخريجين بأن يكونوا الجنود الأوفياء، والعاملين المخلصين لهذا الوطن المطماء الذي قدم لنا كل شيء، فمن حقه علينا أن نقابل إحسانه بإحسان، ومعروفه بعمروف، ونحن على العهد ماضون بإذن الله ، وتخلل الحفل فقرات شائقة تعبر عن فرحة الطلاب والطالبات بمدرسهم واعتزازهم بها وفي نهاية الحفل تم تكريم مجموعة من المعلمين المتميزين والطلبة الحاصلين على المراكز الأولى .

فخر كبير للمدرسة، لاسيما أن هذا اليوم هو يوم فارق في حياة الطلبة بين مرحلة الالتقي والتدريب، ومرحلة المشاركة الفاعلية في بناء الوطن، مؤكدة بأن هذا اليوم يقع عليهم مسؤولية المشاركة والمساهمة في تطبيق ما تعلموه على أرض الواقع، وهي مسؤولية كبيرة، لاسيما أن هذه هي بداية الشوار الطويل نحو العطاء المتميز وأثبات كفاءة الفرد الفعلية. ومن ثم ألتقت الخريجة آية محمد خير



•• العين - الفجر

تحت رعاية وحضور الشيخ الدكتور محمد بن مسلم بن حم العامري نائب أمين عام منظمة إسماع في الأمم المتحدة ، احتفلت مدرسة ابن خلدون الإسلامية الخاصة العين بتخريج 100 طالب وطالبة من الدفعة السادسة عشرة من طلاب وطالبات الثاني عشر والتي تحمل شعار عام التسامح.

حضر الحفل الأستاذ الدكتور علاء نورس مشرف عام مدارس بن حم والدكتورة جيهان موسى مديرة المدرسة ومجموعة من الهيئات الحكومية وعدد من المدارس الحكومية والخاصة ، وأولياء الأمور الذين شاركوا بفعالية في هذا الاحتفال .

من جانبه شمّن الشيخ الدكتور محمد بن مسلم بن حم العامري عن الجهود التي يبذلها العاملون في الهيئات الإدارية والتعليمية التي كان لها أثر عظيم في دفع مسيرة التعلم نحو آفاق التطوير والتجديد. وأشار بن حم إلى أن القيادة الحكيمه لصاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، وصاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم



نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، وفرت لبناء الإمارات أفضل فرص التعليم، وأمنت لهم كل مقومات النجاح والإبداع العلمي، ويشهد بذلك القاضي والدائي وهي تستحق كل الشكر والتقدير. مؤكداً حرصه على مشاركة أبنائه الخريجين فرحتهم ، متمنياً لهم مزيد من التوفيق والإنجاز الذي حققوه، والذي يمثل مصدر

منوعات الفكر

23



ماذا يحدث داخل جسمك عندما تكثر من شرب القهوة؟

تحظى القهوة بشعبية كبيرة في معظم أنحاء العالم كمشروب مفضل لدى الكثيرين، لكن البعض يبالغون في تناول هذا المشروب، ويمكن أن يسبب ذلك بعض المشاكل الصحية. ويوصي الأطباء والمختصون بالتغذية، بعدم تجاوز الحصص اليومية من القهوة 4 إلى 5 أكواب، وذلك لاحتواء هذا المشروب على مادة الكافيين، التي يمكن أن يكون لها آثار جانبية سلبية مع الوقت. الخبر الجيد أن شرب جرعة قاتلة من القهوة يكاد يكون مستحيلًا، حيث تعتبر كمية الكافيين قاتلة، إذا بلغت 10 غرامات، ويحتوي كوب القهوة العادي على نحو 100 ميلي غرام من هذه المادة، أي أنك يجب أن تشرب 100 كوب من القهوة بشكل متتابع للوصول إلى هذه الجرعة، بحسب صحيفة بيزنس إنسايدر. ويتناول معظم الناس القهوة لزيادة الانتباه والتركيز، لكن بمجرد تناولك كمية كبيرة منها يبدأ الكثيرون في فقدان هذا التركيز، وتزيد لديهم حالة الهيجان والغضب. ويحدث ذلك بسبب هرمون الأدرينالين، فعندما يدخل الكافيين إلى الجسم، يحفز الغدة الكظرية التي تطلق الأدرينالين، الذي يجعلك تشعر بالحيوية والتنبيه، وهو مثالي لبعض الحالات التي يجب أن تكون فيها متيقظًا، ولكن الإكثار من الكافيين يمكن أن يكون ضارًا، خاصة إذا كنت تعاني من القلق. ويمكن أن يزيد الأدرينالين الناتج عن الكافيين أيضاً معدل ضربات القلب، لهذا السبب ينصح الأطباء أيضاً بعدم شرب القهوة إذا كان قلبك ينبض في بعض الأحيان بشكل غير منتظم. ولكن المخاطرة هي في الحقيقة تكمن في الإدمان على القهوة، وتشير الدراسات إلى أن شرب ما لا يقل عن تسعة أكواب من القهوة يوميًا، يمكن أن يعرضك لخطر عدم انتظام ضربات القلب. ولا يمكن الحديث عن تأثيرات القهوة، دون ذكر تأثيرها على النوم، حيث تطلق مجموعة من المنشطات مثل: الأدرينالين، الدوبامين، والغلوتامات. لذلك بعد تناول كوبك السادس من القهوة، لا تشعر فقط باليقظة، بل تشعر أيضاً بأنك مفعم بالطاقة، وهذا ما يجعلك غير قادر على النوم.

يشتهي بعض الأطفال من تكديس الدهون بأجسامهم، وقد تكون إصابتهم بالسمنة نتيجة للإفراط في تناول الطعام بدون حدود من الأم، أو التغذية الخاطئة والإكثار من تناول الأطعمة عالية السعرات الحرارية.

ويعانى بعض الأطفال عند بلوغ الـ 6 سنوات من زيادة الوزن نتيجة أسباب مختلفة، منها الإفراط في تناول الوجبات السريعة الغنية بالدهون، مما ينتج عنه التعرض للكثير من المشاكل الصحية، ولكي تنجح الأم في مساعدة طفلها المصاب بزيادة الوزن والسمنة المفرطة من أن التخلص من الدهون والشحوم المتراكمة في جسمه ويحصل على الجسم والقوام السليم والصحي تابعي هذه النصائح التالية :-



11 نصيحة للتخلص من الوزن الزائد عند طفلك



الصحيح ألا تقومي أنت ومن حوله بالسخرية منه وانتقاده بل اجعليه يذهب للطريق الذي يقوم من خلاله بإنقاص وزنه بالشكل الصحيح حتى لو استغرق هذا وقتاً طويلاً وشجعيه باستمرار وحفزيه على المضي قدماً وامنحيه حيك وحنانك بغير شروط أو انتظار منه لتحقيق نتائج معينة.

عاشراً - ممارسة الرياضة تشجع الطفل على ممارسة بعض التمارين الرياضية لمدة 60 دقيقة يومياً، مما يساعد على حرق الكثير من السعرات الحرارية، وشعور الطفل بالنشاط.

الحادي عشر - التقليل من الوجبات السريعة والمشروبات . التقليل من تناول الوجبات السريعة التي تحتوي على نسبة عالية من الدهون المسببة لزيادة الوزن، واستبدالها بالفواكه والخضراوات، والخبز الأبيض والأرز ونسبة قليلة من المكرونة، وغيرها من الأطعمة التي تحتوي على ألياف غذائية، مما يساعد على الشعور بالشبع لفترة طويلة وتجنب المشروبات السكرية والغازية، واستبدالها بالإكثار من شرب الماء والحليب قليل الدسم والذي يعتبر مفيد لنمو الطفل على الالتزام بتناول ثلاث وجبات غذائية يومية والتي تتميز بانخفاض نسبة الدهون.

الثاني عشر - الحد من الوجبات السريعة والمشروبات . التقليل من تناول الوجبات السريعة التي تحتوي على نسبة عالية من الدهون المسببة لزيادة الوزن، واستبدالها بالفواكه والخضراوات، والخبز الأبيض والأرز ونسبة قليلة من المكرونة، وغيرها من الأطعمة التي تحتوي على ألياف غذائية، مما يساعد على الشعور بالشبع لفترة طويلة وتجنب المشروبات السكرية والغازية، واستبدالها بالإكثار من شرب الماء والحليب قليل الدسم والذي يعتبر مفيد لنمو الطفل على الالتزام بتناول ثلاث وجبات غذائية يومية والتي تتميز بانخفاض نسبة الدهون.

الثالث عشر - النوم الكافي. اجعلي طفلك ينام يومياً لمدة 8 ساعات فلا تجعليه ينام أقل من هذا لأن قلة النوم تساعد في زيادة وزن الجسم.

رابعاً - حدي وقتاً محدداً لتناول الطعام - يجب أن تجعلي وقتاً محدداً لتناول الطعام وليس أن يأكل طفلك وقتما يحلو له لأن هذا من أكثر الأشياء التي تؤدي إلى زيادة الوزن والأمر الصحيح أن تكون هناك ثلاث وجبات رئيسية ووجبتين خفيفتين بينهما.

خامساً - وجبة الإفطار اهتمي بأن يحصل على وجبة الإفطار كل يوم فتجاوز وجبة الإفطار على غير ما يعتقده البعض يساهم في زيادة الوزن وليس زيادة الوزن وليس زيادة الوزن وليس زيادة الوزن.

سادساً - لا مكافأة الطعام - إذا قام طفلك بعمل شيء يستحق مكافأته فلا تستخدمين الطعام أو الحلوى كمكافأة حتى لا يرتبط لديه أن الطعام هو المكافأة بل اجعليها على هيئة رحلة أو نزهة أو أي شيء قريب من هذا.

سابعاً - حتى يشعر بالشبع. يجب أن تتبع الأم نظام غذائي صحي وأسلوب الحياة الصحي السليم لأن طفلك يقوم بتقليدك فليس من المنطقي ولا السليم أن تجعلين ابنك يتناول أطعمة معينة بينما يقبل بقية الأسرة على تناول الأطعمة الأخرى التي هو محروم منها.

ثانياً - الحديث عن الطعام الصحي للطفل . اهتمي بزيادة الوعي عند طفلك عن الطعام الصحي والمضرب واجعليه يعرف أهمية ممارسة الرياضة والأنشطة البدنية وما تفعله السعرات الحرارية في الجسم إن زادت واهتمي بأن يعرف معنى التغذية السليمة وما يجب عليه أن ينتهجه من سلوكيات كي يحافظ على جسمه.

ثالثاً - غرس الثقة بالنفس . العديد من الأهالي يخطئون في التعامل مع الطفل السمين بأن يجعلوه لا يتقبل وزنه ولا ما هو عليه وهذا يؤدي إلى زعزعة الثقة في نفسه وكرهه لها فالأفضل للطفل أن يكون سميماً على أن يكون كارهاً لنفسه ذو إرادة ضعيفة.

رابعاً - عدم الإكثار من تناول الوجبات السريعة والمشروبات . التقليل من تناول الوجبات السريعة التي تحتوي على نسبة عالية من الدهون المسببة لزيادة الوزن، واستبدالها بالفواكه والخضراوات، والخبز الأبيض والأرز ونسبة قليلة من المكرونة، وغيرها من الأطعمة التي تحتوي على ألياف غذائية، مما يساعد على الشعور بالشبع لفترة طويلة وتجنب المشروبات السكرية والغازية، واستبدالها بالإكثار من شرب الماء والحليب قليل الدسم والذي يعتبر مفيد لنمو الطفل على الالتزام بتناول ثلاث وجبات غذائية يومية والتي تتميز بانخفاض نسبة الدهون.

خامساً - وجبة الإفطار اهتمي بأن يحصل على وجبة الإفطار كل يوم فتجاوز وجبة الإفطار على غير ما يعتقده البعض يساهم في زيادة الوزن وليس زيادة الوزن وليس زيادة الوزن.

سادساً - لا مكافأة الطعام - إذا قام طفلك بعمل شيء يستحق مكافأته فلا تستخدمين الطعام أو الحلوى كمكافأة حتى لا يرتبط لديه أن الطعام هو المكافأة بل اجعليها على هيئة رحلة أو نزهة أو أي شيء قريب من هذا.

سابعاً - حتى يشعر بالشبع. يجب أن تتبع الأم نظام غذائي صحي وأسلوب الحياة الصحي السليم لأن طفلك يقوم بتقليدك فليس من المنطقي ولا السليم أن تجعلين ابنك يتناول أطعمة معينة بينما يقبل بقية الأسرة على تناول الأطعمة الأخرى التي هو محروم منها.

الإنجاب يحمي المرأة من السرطان ويضمن عمراً أطول للرجل

غير بعيد عن المخاطر الصحية والنفسية التي تتزايد مع مرور الوقت. وأشارت دراسات سابقة إلى أن الزواج له العديد من الفوائد الصحية، وتحديداً فيما يتعلق بحماية الجهاز المناعي وتعزيز قدرة الجسم على مواجهة الأمراض، فضلاً عن الفوائد النفسية بتجاوز الاكتئاب والقلق.



وتبين علمياً، أن ثلثي الرجال الذين لديهم أطفال تقل احتمالات إصابتهم بمرض السرطان، وتحسن فرص طول أعمارهم بتجنب الحوادث، وعوامل الخطر المرتبطة بحالة الاستقرار الأسري. وشددت الدراسة على أن الزوجين اللذين ليس لديهم أطفال لن ينعموا بتأثير إيجابي، بل يعانون خطراً نفسياً جراء شعور كل منهما بأنه يمكنه اتباع نهج حياة استقلالي، يقوده إلى عادات أو تبني أنماط وأساليب حياتية سيئة تجعلهم

التي تلازم المرأة بعد الزواج والتي تقيها من الإصابة بالمرض. وأكدت الدراسة، أن المرأة بعد الزواج تبدأ تكوين حياة أسرية جديدة، ترتبط بالنوم والاستيقاظ مبكراً، وتجاهل عادة السهر، فضلاً عما يرتبط بالزواج من نمط حياة أقرب إلى الاستقرار منه إلى الحياة غير الآمنة التي قد تنتهي أحياناً بالانتحار، وفقاً لصحيفة ديلي ميل البريطانية. وعمد الباحثون إلى فحص بيانات شاملة في دراستهم التي تناولوا خلالها الأمور المتعلقة بالآبوة والزواج والدخل، والربط بين هذه العوامل من خلال بيانات دقيقة تم الحصول عليها بشأن واحد في المائة من نسبة سكان بريطانيا وويلز، من خلال مكتب الإحصاءات الوطنية النمساوي الذي تولى الدراسة. وتبين أن المرأة التي تتمتع بإنجاب أطفال تظل نسبة تعرضها لمرض السرطان قليلة مقارنة بغيرها. وبشأن الحالة الصحية للرجال من الإنجاب، أكد الباحثون أن من لديهم أطفال تحسن فرصهم في طول العمر جراء الوفاة الطبيعية التي يكتسبونها ضد الأمراض المعدية بتحسين الجهاز المناعي لديهم بالتعرض للأطفال، ما يدعم تمتعهم بقوة الشباب وتضادي التهابات ومظهر الشيخوخة.

أكد باحثون بجامعة كلاجنفورت النمساوية، أن الإنجاب يحمي المرأة من الوفاة الناتجة عن الإصابة بمرض السرطان، ويساهم في عمر أطول للرجل. وأضاف الباحثون في دراسة نشرت دورياً (Scientific Reports) العلمية، أنه رغم الاعتقاد الشائع بالمتاعب التي تتعرض لها المرأة جراء الزواج والحمل، إلا أن احتمال الوفاة بسبب السرطان لدى النساء اللاتي لم ينجبن يصل إلى 72%، اعتماداً بجملة من العادات السلوكية

أكد باحثون بجامعة كلاجنفورت النمساوية، أن الإنجاب يحمي المرأة من الوفاة الناتجة عن الإصابة بمرض السرطان، ويساهم في عمر أطول للرجل. وأضاف الباحثون في دراسة نشرت دورياً (Scientific Reports) العلمية، أنه رغم الاعتقاد الشائع بالمتاعب التي تتعرض لها المرأة جراء الزواج والحمل، إلا أن احتمال الوفاة بسبب السرطان لدى النساء اللاتي لم ينجبن يصل إلى 72%، اعتماداً بجملة من العادات السلوكية



الفجر

26

12681 ألف جولة لـ « حماية المستهلك » على أسواق الدولة

•• أبوظبي-وام:

أكد الدكتور هاشم سعيد النعيمي مدير إدارة المناظرة وحماية المستهلك بوزارة الاقتصاد أن الإدارة نفذت منذ بداية عام 2018 وحتى نهاية الربع الأول من العام الجاري 12 ألفاً و 681 جولة تفتيشية على أسواق الدولة وذلك في إطار حرصها على ترسيخ الممارسات الاستهلاكية والتجارية السليمة وردع أي مخالفات وضمان حقوق المستهلكين.

وأوضح النعيمي خلال الإحاطة الإعلامية التي نظمتها وزارة الاقتصاد والخاصة بإجراءات حماية المستهلك مع التركيز على الاستعدادات والجهود المبذولة لاستقبال موسم شهر رمضان المبارك - أن وزارة الاقتصاد وضعت خطة للجولات الميدانية قبل وخلال وبعد شهر رمضان المبارك والتي تشمل الجمعيات التعاونية ومنافذ البيع والبقالات وأسواق اللحوم والدجاج والأسماك في مختلف إمارات الدولة للتأكد من محافظة الأسعار على مستوياتها والالتزام بالنافذ والأسواق بتطبيق المبادرات التي تم إعلانها والاتفاق عليها مع الوزارة، مشيراً إلى أن الخطة المستهدفة من الجولات الميدانية خلال شهر رمضان لهذا العام تشمل 450 جولة معلنة وسرية.

ولفت مدير إدارة المناظرة وحماية المستهلك بوزارة الاقتصاد إلى أن الوزارة وضعت آلية لتفعيل استعدادات السلع عن طريق موقع الإلكتروني خاص بوضع كافة السلع المستدعاة لتوعية المستهلكين بنوعيتها والأضرار المحتملة المترتبة عليها إلى جانب النشر في الصحف اليومية لمدة 3 أيام باللغة العربية وأي لغة أخرى لتعريف المستهلك بنوعية الاستدعاء والسبل الوقائية.

وأشار إلى أن تفعيل آلية الاستدعاء يأتي في ضوء ما نصت عليه مواد القانون الاتحادي رقم 24 لسنة 2006 بشأن حماية المستهلك من حيث ضمان مطابقة السلعة أو الخدمة التي يزود بها المستهلك للمواصفات القياسية المعتمدة والإجراءات والتدابير الخاصة بحماية المستهلك في حال اكتشاف عيب في السلعة أو الخدمة عند الاستخدام.

وأفاد النعيمي بأن المجموع الكلي للاستعدادات خلال عام 2018 بلغ 287501 استدعاء بواقع 127 حملة استدعاء بانخفاض تصل نسبته إلى نحو 38 بالمائة عن مجموع استعدادات عام 2017 الذي شهد 113 حملة استدعاء فيما بلغ مجموع الاستعدادات خلال الربع الأول من العام الجاري 7347 استدعاء بواقع 23 حملة استدعاء مقابل 37 حملة خلال الفترة نفسها من عام 2018. وأكد استمرار مبادرة الرسائل النصية التي يتم إرسالها للملكي السيارات في الدولة بالتعاون مع وزارة الداخلية بحيث يتم تعريفهم بحالات الاستدعاء لمرافعة الوكلاء المعتمدين بما يضمن سلامتهم وحقوقهم. وأشار إلى أن إدارة حماية المستهلك بوزارة الاقتصاد تلقت شكاوى المستهلكين وعملت على حلها بالتعاون مع الجهات المختصة في الدولة، منوها إلى أن مجموع الشكاوى التي منذ بداية الربع الثالث من عام 2017 حتى الوقت الراهن في مختلف إمارات الدولة بلغ 24182 شكوى موزعة على 9 فئات أبرزها ارتفاع الأسعار وشكاوى السيارات والإلكترونيات والهواتف وطاقات الائتمان وغيرها. وأعلن الدكتور النعيمي عن نتيجة دراسة أجرتها إدارة المناظرة وحماية المستهلك بوزارة الاقتصاد لقياس مستوى الرضا عن أنشطة الوزارة المتعلقة برفع مستوى الوعي الاستهلاكي مبيناً أن نسبة الرضا بلغت نحو 83 بالمائة.

مطار دبي الدولي يستقبل

22,2 مليون مسافر في الربع الأول

•• دبي-وام:

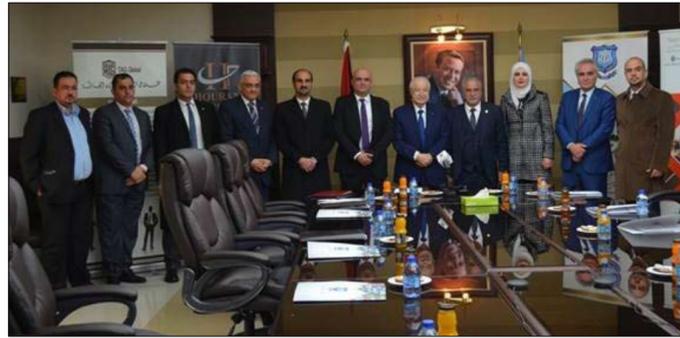
استقبل مطار دبي الدولي 22.2 مليون مسافر في الربع الأول من عام 2019 فيما ارتفعت أحجام البضائع بنسبة 4.1 بالمائة في نفس الفترة لتصل إلى 641 ألفاً و 250 طناً. وحسب تقرير مطارات دبي بلغ إجمالي عدد المسافرين الذين تمت خدمتهم خلال الربع الأول من العام الجاري 22 مليوناً و 230 ألفاً و 810 وسجل المتوسط الشهري لعدد العملاء 741 مليون. وعلى صعيد الشحن سجلت بضائع الشحن الجوي التي تعامل معها مطار دبي الدولي 164 ألفاً و 250 طناً خلال الأشهر الثلاثة الأولى من 2019 وذلك بارتفاع بنسبة 4.1 بالمائة. أما على صعيد إجمالي حركة الطائرات خلال الأشهر الثلاثة الأولى من 2019 فقد بلغت 95 ألفاً و 857 حركة.

35.8 مليار درهم تجارة أبوظبي

غير النفطية خلال شهرين

•• أبوظبي-وام:

بلغت قيمة التجارة الخارجية للسلع غير النفطية عبر منافذ إمارة أبوظبي 35.8 مليار درهم خلال شهري يناير وفبراير من العام 2019 بنمو نسبته 5.6% مقارنة مع 32.1 مليار درهم خلال الفترة ذاتها من العام 2018. وعلى المستوى الشهري فقد ارتفعت قيمة تجارة أبوظبي من السلع غير النفطية إلى 16.6 مليار درهم تقريبا خلال فبراير 2019 بزيادة نسبتها 7.3% بالمقارنة مع 15.47 مليار درهم في الشهر ذاته من 2018. وتفصيلاً فقد جاء النمو الذي سجلته تجارة الإمارة خلال الشهرين الأولين من العام الجاري بدعم من ارتفاع قيمة تجارة إعادة التصدير إلى 8.8 مليار درهم بزيادة نسبتها 47% مقارنة مع 6 مليارات درهم خلال الفترة ذاتها من العام 2018 بحسب ما تظهره الأرقام الصادرة اليوم عن مركز إحصاء أبوظبي. ويعكس التطوير الكبير في إعادة التصدير المكانة المتميزة التي تحظى بها أبوظبي ودولة الإمارات بشكل عام كمركز إقليمي لهذا النوع من التجارة مدعومة ببنية تحتية بمواصفات عالمية وموانئ استراتيجية من حيث مكانتها الجغرافية والخدمية. وعلى صعيد الواردات فقد نمت بنسبة 5.6% مرتفعة من 16.2 مليار درهم خلال شهري يناير وفبراير 2018 إلى 17.11 مليار درهم خلال الفترة ذاتها من العام الجاري. وقيمت صادرات الإمارة عند نفس المستويات تقريبا خلال الشهرين الأولين من العام الجاري حيث وصلت قيمتها إلى 9.9 مليار درهم تقريبا. يشار إلى أن الإحصاءات عن قيمة التجارة السليمة غير النفطية تقتصر على السلع التي دخلت من المنافذ البرية والبحرية والجوية لإمارة أبوظبي أو خرجت منها وبذلك فإن هذه السلع لا تمثل كل تجارة الإمارة غير النفطية مع العالم الخارجي، إذ أن هناك جزءاً من التجارة الخارجية تتم عبر منافذ الإمارات الأخرى وتعد دائرة المالية - إدارة الجمارك مصدر البيانات الواردة في تقرير مركز الإحصاء، وتقتصر الأرقام على التداخات التجارية المسجلة في المنافذ الواقعة ضمن اختصاص إدارة الجمارك.



اتفاق تعاون بين أبوغزاله العالمية وجامعة عمان الأهلية للتدريب الإلكتروني

•• عمان - الفجر:

طلال أبوغزاله العالمية والمجموعة المتحدة للإنتاج التعليمي لتعزيز قدرات الأفراد واكتسابهم الخبرات العملية في مختلف المجالات وذلك عن طريق توفير دورات تدرس عن بعد باستخدام أحدث وسائل التدريب الإلكتروني. كما يمكن الحصول على المزيد من المعلومات والاستفسارات من خلال موقع المنصة الإلكترونية www.tadribonline.com أو التواصل عبر الإلكتروني info@tadribonline.com وعلى هامش حفل التوقيع، ألقى سعادة

على المجتمعات، وخاصة الشباب ودوره في عملية نقل المعلومة وإيصالها إلى أكبر عدد من الأفراد، مشيراً إلى أهمية التعاون في هذا المجال مع الجامعة لخدمة الطلبة. وأكد رئيس الجامعة الدكتور ساري حمدان على أهمية تزويد الطلبة بفرص الإبداع والابتكار والتواصل الإلكتروني لاكتساب خبرات ومهارات في مختلف مجالات المعرفة، محاسباً دولي عربي قانوني معتمد IACPA. وأكد الدكتور أبوغزاله أن إطلاق منصة تدريب أونلاين يأتي نظراً لأهمية توفير فرص التعليم للجميع، الأمر الذي له كبير الأثر

لأين " لطلاب الجامعة والراغبين من منتسبي الجامعة في مجالات متعددة. وتضم المنصة الدورات التدريبية في عدة مجالات أبرزها (الحاسبة، العلوم المالية والمصرفية، التسويق الرقمي ووسائل التواصل الاجتماعي، إدارة المشاريع، إدارة الموارد البشرية، الملكية الفكرية والعلامات التجارية، وبرنامج شهادة محاسب دولي عربي قانوني معتمد IACPA. وأكد الدكتور أبوغزاله أن إطلاق منصة تدريب أونلاين يأتي نظراً لأهمية توفير فرص التعليم للجميع، الأمر الذي له كبير الأثر

بلدية دبي تطلق خدمتين ذكيتين عبر «فود ووتش»

•• دبي-وام:

أطلقت بلدية دبي خدمتي التصاريح الذكية لسلامة الأغذية و"التفتيش الذاتي" ضمن منصة فود ووتش والتي تهدف إلى تعزيز سلامة الأغذية وتحسين تجربة العملاء. وتعتبر هذه المنصة ثورة مبتكرة في مجال استخدام الإمكانيات الرقمية في سلامة الغذاء وتتيح للجهات الرقابية والإسكان الغذائية ومقدمي الخدمات والمستهلكين استخدام العديد من الميزات التي تهدف إلى تعزيز الصحة العامة والاستفادة من الإمكانيات المتاحة بصورة فعالة. جاء ذلك خلال المنقذ الذي عقد في فندق رافلز والذي يورخ لبدء جديدة في تاريخ نظم إدارة سلامة الغذاء والخدمات المرتبطة بها على المستويين الإقليمي والدولي. وقال خالد شريف العوضي المدير التنفيذي لقطاع البيئة والصحة والسلامة خلال إطلاقه للخدمتين الذكيتين إن فود ووتش منصة فريدة من نوعها تتيح تحميل كمية هائلة من البيانات التي تعزز من عمليات سلامة الأغذية في دبي وستكون هذه البيانات نموذجاً لإنشاء بولك تشين خاص بكل ما يتعلق بسلامة الغذاء على المستوى المحلي والإقليمي والدولي.

رئيس أوزباكستان يستقبل وزير الطاقة



اقتصاد لشؤون التجارة الخارجية، سعادة محمد العيار رئيس مجلس إدارة شركة إعمار العقارية، سعادة المستشار يوسف سعيد العبري، وكيل دائرة القضاء، سعادة محمد جميل الرميحي الرئيس التنفيذي لشركة أبوظبي لطاقة المستقبل "مصدر"، سعادة عبدالله سلطان العويس رئيس غرفة تجارة وصناعة الشارقة نائب رئيس اتحاد غرف التجارة والصناعة بالدولة، سعادة محمد حارب المحيربي سفير الدولة لدى جمهورية أوزبكستان وممثلون عن صندوق أبوظبي للتنمية وشركة مبادلة للتنمية ومركز خدمات المزارعين.

وتعزيزها في شتى المجالات. وأشاد معاليه بقرار جمهورية أوزبكستان بإعطاء مواطني دولة الإمارات من حملة جوازات السفر الدبلوماسية والخاصة والعادية من تأشيرة السفر الممنعة. مؤكداً أن هذه المبادرة تعكس المكانة الدولية التي أصبحت تتبوأها دولة الإمارات وتؤكد تنامي العلاقات الثنائية بين دولة الإمارات وجمهورية أوزبكستان، وتفتح آفاقاً جديدة لمواطني الدولة للسياحة والاستثمار والتجارة. رافق معاليه في الزيارة معالي ناصر بن ثاني الهاملي وزير الموارد البشرية والتوطين وسعادة عبد الله آل صالح وكيل وزارة

بين البلدين والشعبين. وأشاد فخامته بالعلاقات المتميزة بين البلدين والتعاون والشراكة المثمرة بينهما في مختلف المجالات، مشيراً إلى أن زيارته الأخيرة إلى دولة الإمارات، مثلت مناسبة لتعزيز هذه الشراكة، وتوسيع مجالاتها، ونتج عنها توقيع عدد من الاتفاقيات ومذكرات التفاهم بين البلدين، وهم الرئيس الأوزبكي شكر علي ما لقيه والوفد المرافق له أثناء زيارته للدولة من كرم الضيافة وحقارة الاستقبال. من جهته أكد معالي الوزير حرص دولة الإمارات العربية المتحدة على تطوير العلاقات التعاونية بين البلدين الصديقين

سعيًا لاستقطاب المزيد من السياح الصينيين

دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي تشارك في معرض بورصة السياحة العالمية - الصين 2019

•• أبوظبي-الفجر:

من الصين، لذا نحرص على توسيع نطاق علاقاتنا مع الشركاء الصينيين في قطاع السياحة والسفر بهدف تعزيز الوعي بموقع الإمارة كوجهة سياحية استثنائية. وتأتي مشاركة دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي في بورصة السفر العالمية - الصين في إطار مساعيها الرامية إلى رفع أعداد الزوار القادمين من الصين، والذين سجلوا رقماً قياسياً للعام الماضي، حيث كانت الصين في عام 2018 أحد أبرز محفزات نمو أعداد الحجوزات الفندقية في الإمارة، جنباً إلى جنب مع الهند والولايات المتحدة.

الكبرى، والذين يتطلعون إلى بناء شبكات أعمال متينة وتطوير آفاق التعاون الخارجية. وقال سعيد راشد السعيد مدير إدارة تسويق الوجهات السياحية من دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، "تتطلع قدما إلى حضور معرض بورصة السياحة العالمية -الصين في شانغهاي، والذي يشكل منصة مثالية تساهم في تحقيق أحد أهم أهدافنا لعام 2019، والذي يتمثل في الاستمرار في تعزيز العلاقات الراضية مع سوق السفر الصينية. كما نسعى إلى ترسيخ مكانة أبوظبي كوجهة سياحية رائدة في أعين المسافرين، خاصة القادمين

أبرزهم متحف اللوفر أبوظبي، وفندق قصر الإمارات، وحلبة مرسى ياس وإكسبريس هب و الاتحاد للطيران، الناقل الوطني لدولة الإمارات العربية المتحدة، وذلك سعيًا لتسليط الضوء خلال المعرض على أفضل التجارب والمنتجات السياحية التي تقدمها أبوظبي لزوارها القادمين من الصين. وتعتبر فعالية "بورصة السياحة العالمية - الصين" معرضاً جديداً يختص بالتعاون المباشر بين الشركات، وهو يركز بشكل حصري على سوق السفر الصينية. ومن المتوقع أن يشهد مشاركة أكثر من 850 من المشترين الراغبين من منطقة الصين

وتحديث المعايير الدولية لإعداد التقارير المالية (IFRS)، ستكون هناك حاجة لأعداد كبيرة من المحاسبين المعتمدين لمساعدة الشركات على فهم هذه المعايير المعقدة وتطبيقها. وكونها تحظى بتقدير ملموس في مختلف مجالات الأعمال حول العالم، تقوم أكثر من 5,000 شركة حالياً بتدريب طلبة شهادة المحاسب القانوني المعتمد. إن إكمال متطلبات هذه الشهادة تتيح للمحاسبين استخدام مسمى "محاسب معتمد من ICAEW"، مما يوفر مساراً للتمييز بين المنافسين من خلال تزويد أصحاب العمل بمهارات محددة ومعتمدة. وغالباً ما تكون هذه الشهادة مطلباً أساسياً عند التقدم للعمل في

تكريم قادة المستقبل في مجال الحاسبة والتمويل بمنطقة الشرق الأوسط وإفريقيا وجنوب آسيا في دبي

•• دبي-الفجر:

المستقبليين، وتتمنى لكل واحد منكم النجاح والتفوق طوال حياتكم المهنية. وأضاف: "تحدث عدد من المؤثرات، وأهمها التكنولوجيا، تغييراً جذرياً في طبيعة المهام التي يؤديها المحاسبون المتخصصون. لذا، يحتاج المحاسبون الآن وأكثر من أي وقت مضى، للتكيف وتطوير مهارات جديدة لإدارة هذه المتغيرات. وبدورنا، نعمل باستمرار على مراجعة محتوى شهادة المحاسب القانوني المعتمد، من أجل مواكبة الاتجاهات التكنولوجية في الحياة الواقعية، وكذلك التقدم في عالم التكنولوجيا. إنها مرحلة مليئة بالتحديات، ولكن مثيرة جداً بالنسبة إلى مهنتنا - ونحن على ثقة بأن شهادة المحاسب القانوني المعتمد سوف تزود المحاسبين المعتمدين المستقبليين بالمهارات والمعارف التي يحتاجونها لتحقيق النجاح.

مناصب عليا في أهم شركات الحاسبة. إن المعرفة والمهارات التي تمنحها شهادة المحاسب القانوني المعتمد تعني أن المحاسبين المعتمدين من ICAEW يتمتعون بمكانة مهنية جديرة تحظى باهتمام كبير من الشركات، لا سيما وأن هذه الشهادة المرموقة تجعلها نخبة من أعضاء مجالس الإدارة في 78% من الشركات ضمن مؤشر فاينانشال تايمز FTSE 100. وتوفر شهادة المحاسب القانوني المعتمد للمحاسبين مجموعة متنوعة من المعارف المالية ومهارات الحاسبة، فضلاً عن خبرات شاملة من عالم الأعمال الحقيقي، والتي يحتاجونها للنجاح كمحاسبين

حضور أندرو جاكسون، القنصل العام البريطاني في دبي والإمارات الشمالية، أقيم في حفل تخرج دفعة جديدة من المحاسبين المعتمدين (ACA) من معهد المحاسبين القانونيين ICAEW. ووزعت المؤسسة العالمية الرائدة في مهنة الحاسبة والتمويل، الشهادات على 26 خريجاً من شتى أنحاء الشرق الأوسط وإفريقيا وجنوب آسيا، والذين أكملوا بنجاح الاختبارات المطلوبة للحصول على شهادة المحاسب القانوني المعتمد (ACA) من معهد المحاسبين القانونيين ICAEW. وفي ظل الوتيرة المتسارعة لاعتماد

حفل التخرج، قال مايكل أرمسترون، المحاسب القانوني المعتمد والمدير الإقليمي لمعهد المحاسبين القانونيين ICAEW في الشرق الأوسط وإفريقيا وجنوب آسيا: "تهانينا لجميع الخريجين على اجتيازهم الاختبارات ليصبحوا محاسبين معتمدين من معهد المحاسبين القانونيين ICAEW، ولإنجازهم هذه المرحلة الرئيسية من مشوارهم للتطور على الصعيد الشخصي والمهني. إن المعارف والمهارات والخبرات التي اكتسبتموها سوف تمكنكم لتأسيس مسيرة مهنية ناجحة على المدى الطويل في مجال الحاسبة والتمويل. إنكم قادة الأعمال

وكونها تحظى باعتراف دولي كواحدة من أبرز شهادات التمويل في 170 دولة، يحمل شهادة المحاسب القانوني ICAEW ما يزيد عن 147.000 متخصص مهني. وبالنسبة إلى الأفراد الراغبين في الحصول على هذا المؤهل كحاسب معتمد من معهد المحاسبين القانونيين ICAEW، ينبغي عليهم استكمال مجموعة من الاختبارات النظرية بنجاح، فضلاً عن حصولهم على خبرة عملية شاملة.



الغفر

27 186.8 مليار درهم رصيد الودائع من 6 إلى 12 شهرا

•• أبو ظبي-وام:

ارتفع إجمالي رصيد الودائع لأجل من 6 إلى 12 شهرا لدى الجهاز المصرفي الإماراتي إلى مستوى 186.8 مليار درهم بنمو نسبته 3.7% وقدره 6.8 مليار درهم خلال الربع الأول من العام 2019 وذلك وفقا

للإحصائيات التي يصدرها مصرف الإمارات المركزي. ويتضح من خلال تحليل حركة الإيداعات في الجهاز المصرفي منذ بداية العام الجاري وحتى نهاية شهر مارس أن الإقبال على هذه الشريحة من الودائع تصدر قائمة اهتمامات العملاء مقارنة مع بقية الشرائح الأخرى والتي تشمل ودائع لمدة 3 و6 أشهر أو تلك الطويلة التي تتجاوز مدتها

أكثر من عام. ويأتي الإقبال الكبير على الودائع من 6 إلى 12 شهرا عقب الارتفاع الذي شهدته نسبة الفائدة عليها مقارنة مع بقية أنواع الودائع الأخرى، حيث شارفت العوائد على الاستثمار في الودائع من 6 إلى 12 شهرا التساوي مع العوائد المتوقعة على تلك التي تتجاوز مدتها عاما.

وتظهر عملية تتبع سير حركة الإقبال على هذا النوع من الودائع استمرار ارتفاع رصيدها الذي بلغ نحو 182.2 مليار درهم خلال شهر يناير الماضي بزيادة نسبتها 1.2% مقارنة مع شهر ديسمبر من العام 2018. وواصل رصيد الجهاز المصرفي من الودائع لفترة من 6 إلى 12 شهرا ارتفاعه خلال شهر فبراير بالغا 186.6 مليار درهم بنمو نسبته 2.4% في حين وصلت نسبة الزيادة خلال شهر مارس مقارنة مع سابقه أقل من 1% بحسب ما تظهره الأرقام التي يوثقها مصرف الإمارات المركزي. يشار إلى أن أسعار الفائدة على التعاملات بالدرهم بين البنوك "الأيبيور" سجلت زيادة كبيرة حيث ارتفعت على الأجل لمدة 6 أشهر بنسبة 54.4% خلال العام 2018.. فيما وصلت نسبة النمو على الأجل لمدة 12 شهرا 39%. وتبعاً لذلك فقد انكمس الارتفاع المتواصل "للايبيور" على أسعار الفائدة المعتمدة من قبل البنوك على الودائع والقروض المقدمة للعملاء سواء كانوا من الأفراد أو المؤسسات.

دبي للاستثمار تعلن عن أرباح صافية قدرها 202 مليون درهم في الربع الأول 2019

•• دبي-الجزيرة:

أعلنت دبي للاستثمار، الشركة الرائدة متعددة الأنشطة الاستثمارية والمدرجة في سوق دبي المالي، عن تحقيق أرباح صافية بلغت 202 مليون درهم في الربع الأول من العام 2019، مقارنة بـ 362 مليون درهم للفترة ذاتها من العام الماضي. وتضمنت الأرباح للربع المنتهي بتاريخ 31 مارس من العام الماضي 2018، أرباحاً قدرها 333 مليون درهم نتيجة استحواذها على حصة في شركة "الإمارات ديستريكت كوتلينغ" (إيميكول).

وارتفع إجمالي الأرباح في الشركة، إلى 20.11 مليار درهم مقارنة بـ 19.55 مليار درهم في 31 ديسمبر 2018، بينما بلغ العائد السنوي على الأسهم 6.4%.

وقال خالد بن كلبان، العضو المنتدب وكبير المسؤولين التنفيذيين في دبي للاستثمار: "حققت دبي للاستثمار أرباحاً بقيمة 333 مليون درهم في الربع الأول من العام 2018، و55 مليون درهم في الربع الأول من العام الجاري 2019 والتي نتجت عن عمليات الدمج والاستحواذ. وعند استثناء المبالغ المخصصة لصفحتي الاستحواذ، يرتفع صافي الأرباح للربع الأول 2019 بمقدار 118 مليون درهم، نظراً للأرباح الناتجة من التقييم العادل للاستثمارات، الأمر الذي يبدو مشجعاً، لأنه يمثل دلالة على تحسن ظروف السوق".

وأضاف بن كلبان: "تظل توقعات الشركة للفترة المتبقية من العام 2019 إيجابية، في ظل وجود العديد من المشاريع التي تقترب من الإنجاز، والانتعاش المتوقع في قطاعي الصناعة والمقاولات، كما تتعزز هذه التوقعات بعد استحواذنا بالكامل على "غلوبال فارما".



الاقتصاد: كميات كبيرة من الخضراوات والفواكه استعداداً لرمضان والحفاظ على معدلات مستقرة للأسعار

•• أبو ظبي-وام:

عقدت وزارة الاقتصاد عدة اجتماعات مع لجنتي الخضراوات والفواكه في أبو ظبي ودبي وتم الاتفاق على توفير أكبر كمية ممكنة من الخضراوات والفواكه استعداداً لشهر رمضان وتلبية للزيادة المتوقعة في الطلب والحفاظ على معدلات مستقرة للأسعار.

وقال الدكتور هاشم سعيد النعيمي مدير إدارة المناقشة وحماية المستهلك بوزارة الاقتصاد مقرر اللجنة العليا لحماية المستهلك إن معدل الاستيراد اليومي للخضراوات والفواكه في سوق دبي خلال شهر رمضان المبارك سيبلغ نحو 23 - 25 ألف طن في حين سيتجاوز استيراد تجار أبو ظبي 4500 طن بشكل يومي وأن المخزون

المتوفر حالياً من الخضراوات والفواكه زاد إلى نحو 130 ألف طن هذا العام مع التطوير الأخير الذي شهدته برادات الحفظ في سوق الميناء بأبو ظبي والعيور بدبي. وأضاف في إحاطة الوزارة الإعلامية أن الموردين أكدوا التزامهم بتغطية احتياجات الأسواق المحلية من السلع والمنتجات وتفاذي أي نقص في السلع

الأساسية على مدار العام وتحديداً خلال موسم رمضان المبارك. تضمنت الإحاطة توجيهات وتوصيات اللجنة العليا لحماية المستهلك التي يترأسها معالي معالي سلطان بن سعيد المنصوري وزير الاقتصاد واستعراض عددا من الإجراءات والتحضيرات التي قامت بها الوزارة وشركاؤها الاستراتيجيون لضمان

واحة دبي للسيليكون تستقبل وفداً من وسائل إعلام عالمية

الوفد الزائر يطلع على تطورات «سيليكون بارك» والخدمات المقدمة لرواد الأعمال والشركات الناشئة

•• دبي-الجزيرة:

زار وفد من ممثلي وسائل الإعلام العالمية المتخصصة في تطبيقات التكنولوجيا والنكاه الاصطناعي سلطة واحة دبي للسيليكون، الهيئة التنظيمية لواجهة دبي للسيليكون، المدينة الحرة التكنولوجية المتكاملة للاطلاع على أفضل الخدمات التي تقدمها السلطة في المجال التكنولوجي، وتضمنت الزيارة بالتعاون مع دائرة السياحة والتسويق التجاري بدبي "دبي للسياحة"، على هامش قمة عالم النكاه الاصطناعي، الحدث الأول من نوعه في هذا المجال على مستوى العالم.

وكان في استقبال الوفد المهندس معمر الكثيري، نائب الرئيس التنفيذي للشؤون الهندسية والمدينة الذكية في سلطة واحة دبي للسيليكون، وأطلع الوفد الإعلامي خلال الزيارة على البنية التحتية عالية المستوى، إضافة إلى الخدمات التجارية التي تقدمها الواجهة لرواد الأعمال وأصحاب الشركات الناشئة، فضلاً عن سهولة تأسيس الأعمال في ظل المرافق الضخمة والمتقدمة والموقع الاستراتيجي الذي تتمتع به الواجهة. وعرض المهندس معمر الكثيري أحدث التطورات المتعلقة

بمشروع "سيليكون بارك" والذي يعد أول مدينة ذكية متكاملة في دبي تضع مبعاراً عالمياً جديداً لحلول التكنولوجيا الذكية والذي يتوقع اكتمال العمل به خلال الربع الثاني من العام الجاري. كما زار الوفد مركز دبي التكنولوجي لريادة الأعمال "ديتك" الملوك بالكامل من سلطة واحة دبي للسيليكون والذي يعد أكبر مركز لتكنولوجيا الأعمال في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، حيث يجمع تحت مظلة أكثر من 800 شركة ناشئة من 72 دولة مختلفة. واطلع الوفد على "مسرعة دبي للمدن الذكية" التي يستضيفها مركز دبيك بالتعاون مع ستة شركاء استراتيجيين هم شركة الإمارات للاتصالات المتكاملة (دو)، ومكتب دبي الذكية، وغرفة تجارة وصناعة دبي، وشركة فيزا، وشركة "أوراج بيزنس سيفرسيور"، وجامعة روتشستر للتكنولوجيا. وساهمت المسرعة بتأسيس 20 شركة ناشئة ناجحة تركزت أعمالها حول النكاه الاصطناعي والبلوك تشين والخدمات اللوجستية والوثائق الذكية. وقال المهندس معمر الكثيري: "تؤكد هذه الزيارة على الدور الهام الذي تلعبه السلطة في ترسيخ تطبيقات النكاه

الاصطناعي والتقنيات الحديثة في واحة دبي للسيليكون، تماشياً مع توجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، نحو تسريع اعتماد تقنيات النكاه الاصطناعي وجعل دبي المدينة الأذكى والأسعد والأكثر أماناً على مستوى العالم". وأضاف الكثيري: "ضم الوفد الإعلامي

الدولي ممثلين عن وسائل إعلام أسيوية وأوروبية وإفريقية ممن سمعوا عن العمل الكبير الذي تقوم به السلطة، وأرادوا الاطلاع على تجربتنا الناجحة في توفير الخدمات الذكية والتقنيات الحديثة، واستغز هذه الزيارات وجودنا على الساحة الدولية وستكون بمثابة بوابة مهمة لواجهة دبي للسيليكون لتعرض أحدث تقنياتنا أمام الشركاء



العاليين وأصحاب المصلحة، وفي ختام الجولة، أشنى الوفد على مستوى الزيارة وحسن الاستقبال من قبل فريق عمل واحة دبي للسيليكون، كما أشاد بجهود سلطة الواجهة في تقديم خدمات عالية المستوى لأصحاب الشركات الناشئة ورواد الأعمال مما يجعلها بيئة مثالية لشركاء الأعمال والمقيمين والزوار.

وفد وزارة تطوير البنية التحتية يزور السعودية لتبادل الخبرات ومناقشة الخطط والمشروعات المشتركة

•• دبي-الجزيرة:

ترأس سعادة المهندس إبراهيم الوهابي الوكيل المساعد لقطاع تنفيذ المشاريع، وفد دولة الإمارات العربية المتحدة، الذي يضم سعادة الوكلاء المساعدين بالوزارة، وممثلين عن الجهات المعنية بالبنية التحتية والطرق، أثناء زيارته للمملكة العربية السعودية، حيث استقبلهم كان في استقبالهم خلال الزيارة التي تندرج ضمن اجتماعات فرق عمل المشاريع المشتركة التابعة لمجلس التنسيق السعودي الإماراتي، معالي المهندس بدر الدلامي نائب وزير النقل لشؤون الطرق، وسعادة المهندس طارق الشاسمي وكيل وزارة النقل للتشغيل والصيانة.

وقد تضمنت أجندة اللقاء الذي استمر على مدار 5 أيام، اطلاع الجانب السعودي على نبذة تعريفية عن وزارة تطوير البنية التحتية واختصاصاتها ودورة حياة المشروع، من مرحلة التخطيط والتصميم لغاية التنفيذ، إلى جانب مشاريع الإدارة العامة للصيانة والموازنة والمسح والتقييم، فضلاً عن نظم النقل الذكي، ومناقشة المشاريع المشتركة بين البلدين في مجال إدارة أصول البنية التحتية وإدارة المشاريع والسلامة على الطرق، كما قام الوفد بزيارة مختبر الجودة والمركز الوطني للسلامة المرورية.

وتخلل الزيارة جولات ميدانية لشارع البنية التحتية، كما تم الاتفاق بين الجانبين على تنفيذ عدد من المشاريع والمبادرات المشتركة التي تساهم برفع مستوى الخدمات، وتدمج توجه البلدين الشقيقين القائم على تحقيق السعادة وجودة الحياة لمواطنيهم، كما بحثا مستجدات التعاون بين الطرفين بما يحقق تطلعات القيادتين ويخدم المصالح المشتركة للبلدين والشعبين الشقيقين، وتعكس الزيارة اهتمام الوفد في الاستفادة من الخبرة في مجال البنية

التي تحتل لدى المملكة العربية السعودية، كما ناقش الجانبين البرامج والخطط والمشروعات المشتركة التي تعكس اهتمام الجانبين بتطوير منظومة العمل المشترك. وأكد سعادة الوكيل المساعد لقطاع تنفيذ المشاريع، على أهمية مثل هذه اللقاءات في تبادل المعرفة، والاطلاع على أفضل الممارسات التي من شأنها تطوير منظومة العمل وفق مخطط واضح ومدروس يعمل الطرفين، إلى جانب تعزيز التعاون في مجال تطوير

البنية التحتية، والاستفادة من التجارب الناجحة، لافتاً إلى أنها تساهم كذلك في تعزيز برامج وخطط ومشروعات الوزارة التي تهدف إلى تحقيق رؤية القيادة الرشيدة وتعزيز دور الدولة في مجال التنمية المستدامة. وأعرب عن تقديره للرؤية الاستراتيجية لقيادة البلدين الشقيقين المتمثلة في تشكيل مجلس التنسيق السعودي الإماراتي، الذي يعكس عمق العلاقات المشتركة، وسعي البلدين إلى تحقيق أقصى مقومات التطور والنجاح



بهدف تعزيز التزام مختلف مؤسسات وهيئات الدولة بأفضل الممارسات العالمية المعتمدة

وزارة المالية تعقد ورشة عمل لشرح قانون الإفلاس واجراءات إعادة التنظيم المالي

•• دبي-الجزيرة:

في إطار النابعة العملية لضمان التطبيق الأمثل للقوانين الاتحادية التي تشارك في إعدادها وتعزيز التزام مختلف مؤسسات وهيئات الدولة بأفضل الممارسات العالمية المعتمدة، نظمت لجنة إعادة التنظيم المالي ورشة عمل بهدف شرح قانون الإفلاس واجراءات إعادة التنظيم المالي بمشاركة ممثلين عن وزارة المالية وأصحاب السعادة القضاة والمهنيين بقضايا الإفلاس في كل من محاكم دبي ودائرة القضاء في أبو ظبي ومحاكم رأس الخيمة وذلك يوم الخميس 2 مايو 2019 في فندق كوراند دبي.

سلطت ورشة العمل الضوء على المرسوم بقانون اتحادي رقم (9) لسنة 2016 بشأن الإفلاس وقيمتها المضافة بالنسبة للمنظومة القانونية والتشريعية في الدولة، حيث يدعم هذا القانون الثقة في البنية التشريعية في الدولة ويحمي المستثمرين فيها، الأمر الذي يعزز موقع

الدولة في مختلف مؤشرات التنافسية العالمية، ويساهم بجذب المزيد من الاستثمارات، وخاصة الأجنبية منها. وتعليقاً على ذلك، أشاد سعادة بونس حاجي الخوري، وكيل وزارة المالية رئيس لجنة التنظيم المالي بتعاون كافة الجهات المعنية في الدولة وحرصها على تنفيذ القانون بالشكل الأمثل، وبما يضمن تحقق الأهداف التي صدر من أجلها. وقال سعاده: "يتميز المرسوم بقانون اتحادي رقم (9) لسنة 2016 بشأن الإفلاس عن نظرائه لدى الصعيدين الإقليمي والعالمي بتنظيمه لختلف حالات الإفلاس، وتحديده الأدوات القانونية اللازمة لإعادة هيكلة أعمال المدين وفق شروط وأسس واضحة حددها القانون، وأضاف سعاده: "إن تحقيق التنمية الشاملة والمستدامة على الصعيد الوطني يتطلب وجود منظومة تشريعية وقانونية متكاملة وعادلة، ومن هذا المنطلق فإن قانون الإفلاس يساهم بتوفير مناخ استثمار آمن يشجع

المستثمرين ورؤوس الأموال الأجنبية على الاستثمار في الدولة، الأمر الذي يعزز موقع الدولة الرائد في مختلف مؤشرات التنافسية العالمية، وقدم المحاضرة في ورشة العمل الدكتور حسام التلهوني - المستشار القانوني لمعالي الوزير- أمين سر لجنة إعادة التنظيم المالي وناقشت ورشة العمل أيضاً أهمية هذا القانون والأطر التي تم اعتبارها عند إعداده وإصداره، حيث أوجد أدوات قانونية تمكن من إعادة هيكلة أعمال المدين وفق إطار قانوني واضح، الأمر الذي يعد إضافة هامة للمنظومة التشريعية الإماراتية. ومن خلال اعتماد القانون في هيكله الأساسي على مبادئ قانونية واقتصادية متطورة راعت التحديات والمتغيرات الاجتماعية والاقتصادية؛ فإنه يساهم في الوقت ذاته في دعم تنافسية الدولة عالمياً وفي بناء اقتصاد ناضج يضمن حقوق الأفراد والمؤسسات ويحقق التوازن في المصالح، والعدالة لكل من الدائنين والمدينين. ويساهم قانون الإفلاس في رفع مستوى الائتمان والضمان المالي في

الدولة، من خلال تعزيز الثقة لدى المستثمرين وتحريك عجلة اقتصاد الدولة، على أساس السماح للمتضررين مالياً بإعادة تنظيم شؤونهم المالية والتجارية للتمكن من تجاوز مرحلة العثر وسداد الديون والالتزامات التي تراكمت عليهم. كما أن تطبيق قواعد قانونية شفافة وواضحة وعادلة يحفظ حقوق المستثمرين وأصحاب رؤوس الأموال، ما يؤثر إيجاباً بالنتيجة على التدفقات النقدية والاستثمارات في الدولة. واستعرضت ورشة العمل مثال عملي عن التخلص من حالة المديونية المفرطة عن طريق إعادة الهيكلة المالية للمدين، والنقاط الواجب اعتبارها في هذه الحالات، شاملة حقوق مختلف الأطراف، وعامل الوقت والكلفة، والعوائد المتوقعة من اعتماد الإجراءات القانونية، وسبل إدارة ممتلكات المدين وأمواله، وإعادة التنظيم المالي، ودور مساهمة الدائنين في الإجراءات، وهي النقاط الواجب اعتبارها لتعزيز تقييم الدولة في تقرير البنك الدولي.

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان بيع عقار بالنشر للمنفذ ضده
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٨١ تنفيذ عقاري

طالب التنفيذ: عبدالجبار ابراهيم بطر - واخرون
عنوان: الإمارات - إمارة دبي - مدينة دبي - برجي - برج دبي - شارع القصر من شارع المرسى - مقابل سوبر ماركت بلو مارتر - بناية مارينا سكيب توريست ايفيلد، الطابق 17 - عقد رقم 1704
المنفذ ضده: شيفيلد العقارات (إي ديم) واخرون - عنوانه: الإمارات - إمارة دبي - دبي - برجي - شارع فرج البر - مبنى الشواطئ - شقة الثالث - مكتب 308 - ملك سعيد محمد علي صالح التميمي بجانب مبنى مطعم كتنكي
انه في يوم الأربعاء الموافق 2019/5/15 الساعة 2.00 مساءً وفي الأيام الثلاث التالية ان القضي الحال سيجري في المحضر الواضحة اوصافه اذ انه لدى الجهة التي انيط بها البيع (شركة الامارات للمزادات وعلى موهها الالكتروني www.emiratesauction.ae) وعلى راضي الشراء ايداع تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الأساسي قبل دخول المزاد وبعد وكّل من لديه اعتراض على البيع التقدم باعتراضه معززا بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيع وفي الواجب المبينة بالفقرة 301 من قانون الاجراءات المدنية وعلى من يعتمد على الادعاء كامل الثمن والصاريف خلال عشرة ايام التالية لجلسة البيع وكّل شخص غير ممنوع من المزاد ان يزيد على الثمن خلال العشرة ايام التالية لرسوم المزاد بشرط الا تقل هذه الزيادة عن عشر الثمن على ان يقوم بايداع كامل الثمن العروض والصورقات خزينة المحكمة وفيما يلي اوصاف الممتلكات : نوع العقار : شقة سكنية - المنطقة : برج خليفة - رقم الارض : 163 - اسم المبنى : اعلم سكوير مبنى 4 - رقم الوحدة : 202 - المساحة : 297.03 متر مربع والقدرة فيها ٦٠٠٠٠ درهم - ملاحظة : يدفع الفيلق فوراً
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٨١ تنفيذ عقاري

طالب التنفيذ: عبدالجبار ابراهيم بطر - واخرون
عنوان: الإمارات - إمارة دبي - مدينة دبي - برجي - برج دبي - شارع القصر من شارع المرسى - مقابل سوبر ماركت بلو مارتر - بناية مارينا سكيب توريست ايفيلد، الطابق 17 - عقد رقم 1704
المنفذ ضده: شيفيلد العقارات (إي ديم) واخرون - عنوانه: الإمارات - إمارة دبي - دبي - برجي - شارع فرج البر - مبنى الشواطئ - شقة الثالث - مكتب 308 - ملك سعيد محمد علي صالح التميمي بجانب مبنى مطعم كتنكي
انه في يوم الأربعاء الموافق 2019/5/15 الساعة 2.00 مساءً وفي الأيام الثلاث التالية ان القضي الحال سيجري في المحضر الواضحة اوصافه اذ انه لدى الجهة التي انيط بها البيع (شركة الامارات للمزادات وعلى موهها الالكتروني www.emiratesauction.ae) وعلى راضي الشراء ايداع تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الأساسي قبل دخول المزاد وبعد وكّل من لديه اعتراض على البيع التقدم باعتراضه معززا بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيع وفي الواجب المبينة بالفقرة 301 من قانون الاجراءات المدنية وعلى من يعتمد على الادعاء كامل الثمن والصاريف خلال عشرة ايام التالية لجلسة البيع وكّل شخص غير ممنوع من المزاد ان يزيد على الثمن خلال العشرة ايام التالية لرسوم المزاد بشرط الا تقل هذه الزيادة عن عشر الثمن على ان يقوم بايداع كامل الثمن العروض والصورقات خزينة المحكمة وفيما يلي اوصاف الممتلكات : نوع العقار : شقة سكنية - المنطقة : برج خليفة - رقم الارض : 163 - اسم المبنى : اعلم سكوير مبنى 4 - رقم الوحدة : 202 - المساحة : 297.03 متر مربع والقدرة فيها ٦٠٠٠٠ درهم - ملاحظة : يدفع الفيلق فوراً
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
مذكرة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/٣٦٤ استئناف احوال شخصية وموارث

الى المستأنف ضده/ ١- احمد موهض عبدالمجيد عبدالمجيد ابو العنين مجهول محل الإقامة بما ان المستأنف /دينا سمير منصور علي قد استأنف محال الحكم الصادر بالدعوى رقم ١٠٠٠ و حددت لها جلسته يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/٥/١٤ الساعة ١٠.٠٠ صباحا بالقامة رقم (١٤) في مبنى الأحوال الشخصية في منطقة القروهود وعليه يقتضي حضوركم او من يملك قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمكم غيابيا
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٧٨٢ تجاري جزئي

الى المدعي عليه ١- حافظ احمد على احمد مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / دنيا للتطوير - ش م م ويمثله/ عائشة محمد حسن طاهر - قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٢٨٢٢٥٠٤٢) درهم) والرسوم والصاريف واتعاب الحمامة والفائدة ٣٩,٩٦٪ من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد التام. وحددت لها جلسة يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٩/٥/٨ الساعة ٨.٣٠ ص بالقامة Ch1.C.13 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١١٥ عمالي كلي

الى المدعي عليه/ ١- شركة مانهايا أوسبيشيس ش م م (فرع دبي) مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ توماس زينويفسكي ويمثله / أسماء علي محسن الصعبي قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بمستحقات عمالية وقدرها (٤١٠٠٠٠ درهم) ومذكرة عودة بمبلغ (٢٠٠٠ درهم) والرسوم والصاريف واتعاب الحمامة. و رقم الشكوى (MB180450838AE) وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٥/١٦ الساعة ١٠.٣٠ ص بالقامة Ch2.E.22 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل .
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٢٢ عمالي جزئي

الى المدعي عليه/ ١- غوتا لخدمات إدارة المنشآت - ش م م مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ اولجا ميسناروفيكس ويمثله/ روكز جورج حبيبة قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بمستحقات عمالية وقدرها (٦٧٠٠٠ درهم) ومذكرة عودة بمبلغ (٢٥٠٠ درهم) والرسوم والصاريف واتعاب الحمامة وشمول الحكم بالانفاذ للمجال بلا كفاية. رقم الشكوى (MB1894150777AE) وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٩/٥/١٢ الساعة ٨.٣٠ ص بالقامة Ch2.E.22 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/٩٢٢ مدني جزئي

الى المدعي عليه/ ١- ليون انثوني فونغ مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ احمد نبيل كامل ابوالرب قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٥٧٢,٠٠٠ درهم) والرسوم والصاريف واتعاب الحمامة والفائدة ١٢٪ من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد التام. وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٥/١٣ الساعة ٨.٣٠ ص بالقامة Ch2.D.18 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١١٨٨ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضدهما/ ١- الوصل للنقل بالشاحنات الثقيلة - ش م م محمد احمد سالم السليخ الفلاسي مجهولي محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ موارد للتطوير - ش م م ويمثله/ عيسى سالم احمد الحرسي المهري - قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزمامك بالتضامن بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٢١٠٠٣٧,٢٦) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٥٨ بيع عقار مرهون

طالب التنفيذ: بندك المصالح الاولي - حاليا : بندك المصالح الاولي - سابقا : عنوانه : إمارة دبي - دبيرة - بناية بنك ابوظبي الاولي - شارع ابو بكر الصديق - الطابق (2) ومعه اخذت مكتب العقدة لتسليمه والاستشارات القانونية الكائن بالشارقة
المنفذ ضده : موكش اسكوير سيبريفيس ايمارات - عنوانه : إمارة دبي - ميمصه الاولي - مبنى سفير تاور 1 - شقة 2901 - 1 - الطابق 29 - المبنى رقم 1 رقم الارض 725
انه في يوم الأربعاء الموافق 2019/5/15 الساعة 2.00 مساءً وفي الأيام الثلاث التالية ان القضي الحال سيجري في المحضر الواضحة اوصافه اذ انه لدى الجهة التي انيط بها البيع (شركة الامارات للمزادات وعلى موهها الالكتروني WWW.emiratesauction.ae) وعلى راضي الشراء ايداع تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الأساسي قبل دخول المزاد وبعد وكّل من لديه اعتراض على البيع التقدم باعتراضه معززا بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيع وفي الواجب المبينة بالفقرة 301 من قانون الاجراءات المدنية وعلى من يعتمد على الادعاء كامل الثمن والصاريف خلال عشرة ايام التالية لجلسة البيع وكّل شخص غير ممنوع من المزاد ان يزيد على الثمن خلال العشرة ايام التالية لرسوم المزاد بشرط الا تقل هذه الزيادة عن عشر الثمن على ان يقوم بايداع كامل الثمن العروض والصورقات خزينة المحكمة وفيما يلي اوصاف الممتلكات : نوع العقار : شقة سكنية - المنطقة : ميمصه الاولي - رقم الارض : 725 - اسم المبنى : سفير تاور 1 - رقم الوحدة : 2901 - 1 - المساحة : 218.20 متر مربع والقدرة فيها ١.64.078.00 درهم على ملاء - ملاحظة : يدفع الفيلق فوراً
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان بالنشر لجلسة الخبرة

المدعي عليها الثانية : ليجيرتي للملاحة الجوية دي دبيلو سي - ش م م تحيط بسيادتك علما بأنه تم تدب خير حسابي بالدعوى المذكورة اعلاه والمرفوعة ضدكم واخرين من المدعيان ١ - دنيز زيموندو كروز ٢- جو أنيفيشن ميدل ايسنت - ش م م ج ، وعليه فانت مكلفين او من يملك قانونا بحضور اجتماع الخبرة المقرر عقده يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٥/١٦ في تمام الساعة ١١ :٠٠ صباحا ، وذلك بمكتبنا الكائن دبي - الهناء سنتر - بجوار دوار السطوة - مقابل كارفور - بجانب فندق تشيلسي - مكتب رقم : ٢٢٩ / ٢٢٨ نطلب الحضور بالموعد والمكان المحدد واحضار المستندات المؤيدة لدفاعكم بالدعوى علما بأنه في حال تخلفكم عن الحضور فإن الخبرة ستباشر اعمالها وفقا للصلح حيات المخولة لها قانونا.
عمر نصير / خبير حسابي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٢٨٨ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/ ١- سحر الاهرام للسفريات - ش م م مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ فندق رئيسانس (فرع شركة محمد و عبيد الملا) ش م م ويمثله/ طلال محمد حسن التميمي - قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزمامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (١٢٦٤١٦,٦٨) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان اجتماع خبرة بالنشر

ضد المدعي عليه / صفوت محمد رضوان العطار
الخصم المدخل / ميكاكيري دي دبيلو سي - ش م م
المقام من قبل المدعي : التجم والقصر للمعدات الطبية ش م م ويمثلها مديرها / أنس احمد أمين العطار، بما ان هناك دعوى مخافة ضدكم امام محاكم دبي ، تحت رقم 2018/3788 تجاري جزئي، وحيث أنه تم تدبنا خيرا محاسبيا في الدعوى ، فإنا وعملا بأحكام قانون الاثبات رقم 10 لسنة 1992 ندعوكم لحضور اجتماع خبرة او من يملك قانونا والذي سوف يعقد بمكتبنا على العنوان الموضوع اذناه وذلك يوم الاثنين الموافق 2019/5/13 في تمام الساعة 10 صباحا - عود ميمناه ، شارع ام هرير ، بالقرب من جسر المتكوم بالاتجاه القادم من بر دبي باتجاه دبيرة ، اسفل البناية هومز اري اس للمفروضات ، خلف البناية نادي النصر الرياضي ، الطابق الثاني مكتب رقم 207.
الخبير المحاسبي
محمد سعيد الفخحاني

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
تبليغ حضور جلسة خبرة حسابية
صادرة عن الخبير الحسابي
شاكر فريد عبدالرحمن زينل

الى المدعي عليها (خطاط الصلب ش م م) مجهولة الإقامة
تعلمكم بأنه قد تم تكليفنا بمهمة الخبرة الحسابية في الدعوى رقم ٢٠١٨/٨٢٢٤ تجاري جزئي بمحكمة الشارقة الابتدائية والقائمة ضدكم من شركة الدانوب لتجارة مواد البناء - ش م م ويمثلها السادة / أحمد رمضان وحليمه الزرققي محامون ومستشارون قانونيون ندعوكم بصفتكم طرفا في القضية المشار اليها اعلاه بالحضور الى مكتبنا رقم ٥٠٢ بناية بوهليله بجوار جراند مارت شارع المرقبات - دبيرة - دبي وذلك في تمام الساعة ٢:٠٠ من ظهر يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٥/١٣ وذلك للإجابة على الدعوى وتقديم ما لديكم من مستندات. في حال تخلفكم عن الحضور أو عدم ارسال وكيل قانوني عنكم في الوقت المحدد فإنا ستباشر اجراءات الخبرة وتقدم تقريرنا للمحكمة مع واقع المستندات المتاحة.
الخبير الحسابي
شاكر فريد عبدالرحمن زينل
٠٥٧٧٧٧٧٨٨

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
دعوة لحضور
اجتماع الخبرة المصري

العلن اليه للمدعي عليه / محمد راشد احمد بورقفتين ابي علي
بناء على تكليفنا نحن الخبير المصري خالد خلاف من قبل محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية - للوقفة لاعمال الخبرة المصرية في الدعوى اعلاه فقد حددنا يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٥/٩ الساعة الحادية عشر والنصف ظهرا لعقد الاجتماع للخبرة المصرية وذلك بمقر محكمة الشارقة للطابق الاول غرفة المحامين لذا يعطى حضوركم او من يملك قانونا لحضور الاجتماع المذكور مع احضار كافة المستندات المتعلقة بالدعوى .
خبير مصري - خالد خلاف
رقم القيد بوزارة العدل ٥٧١

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
مذكرة تبليغ مدعى عليه بالنشر (باللغة العربية والانجليزية)
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية
في القضية رقم ٢٠١٩/٦٩٠ تجاري جزئي الشارقة
اعلان بتعديل الطلبات

الى المدعي عليه : اود ايا كورمار بوتيا فيور - مدني الجنسية
حيث ان المدعي : دنيا للتطوير - ش م م - قد اقام عليك الدعوى المذكورة اعلاه لدى المحكمة بطابعك فيها ، ١- تسجيل الدعوى و اعلان المدعي عليه بها - ٢- ضم ملف النزاع رقم ٢٠١٨/٣٢١٢ نزاع تجاري والحال بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٢٢ - ٣- ضم ملف الامر على عريضة رقم ٢٠١٨/٨٨ منع من السفر الى ملف الدعوى الثالثة - ٤- التزام المدعي عليه بسداد مبلغ وقدره (٢٨٠,٣٧٢ -) للمدعية. - ٥- بالاضافة الى الفوائد المتفق عليها بموجب الاتفاقية الحرة بين المدعية والمدعي عليه. لذلك يقتضي حضوركم امام هذه المحكمة (الدائرة الجزئية الاولى) في تمام الساعة والنصف من صباح يوم ٢٠١٩/٥/١٢ للإطلاع على الدعوى وفي حال تخلفكم عن الحضور او عدم ارسال وكيل عنكم في الوقت المحدد فإن المحكمة ستباشر نظر الدعوى في غيابكم.

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٤٩٨٨ تجاري جزئي

الى الحكومة عليها/ ١- رومان كورمار راجو سامبهوانيا ٢- تريدينت فود كونيبيست - ش م م مجهول محل الإقامة بما ان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٥/٢٨ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ عبدالرحمن نصيب للحمامة والاستشارات القانونية - بالزام المدعي عليها بالتضامن فيما بينهما بان يؤدي للمدعي مبلغ ٦٠٠٠٠ درهم وفوائده بواقع ٩٪ سنويا اعتبارا من تاريخ الاستحقاق وحتى تمام السداد والزمتهمها بالصورقات والف درهم مقابل اتعاب الحمامة. حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٣٠٠ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضدهم/ ١- الشركة الاسبوية لواد البناء ش.م.م. ٢- غوري سوريندر سينغ ٣- هارميت سينغ جوري ٤- اسياك لصناعة الانشاءات الهندية ش.م.م. ٥- ميتيوس للنقل للمدعي عليه بالنشر/ سيرا ميكاس جالا اس ايه قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزمامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٩٥٥٥٣,١٨) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٤١٩ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/ ١- الريامي للمشاريع التجارية ش.م.م. مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ سيرا ميكاس جالا اس ايه قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزمامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٩٥٥٥٣,١٨) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٣٧٦ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/ ١- لطف الدين بوتيا كوتي مايبلاكات مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ البنك التجاري الدولي ش.م.ع. قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزمامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٦٩٧٦٠٤,٣٣) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٣٢٧١ مدني جزئي

الى الحكومة عليه/ ١- خميس بن سعيد بن خميس بن محمد البلوشي مجهول محل الإقامة تعلقك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/١/٢١ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ كامل حسن التولي النسبي بالزام المدعي عليه بان تؤدي للمدعي ومقداره (٧٦٠٠٠) درهم والفائدة عنه بواقع ٩٪ من تاريخ المطالبة القضائية في: ٢٠١٨/١١/٢٥ وحتى السداد التام وكذا الزامه بالرسوم والصاريف . حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٣٠٠ تجاري جزئي

الى المدعي عليه / ١- محسن قويل لخدمات الفنية ش.م.م. ويمثلها مديرها/ محسن فيوم عبدالقيوم مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/عبدالله محمد ابراهيم المبدولي ويمثله، حسن عبدالله محمد العبدولي قد اقام عليك الدعوى موضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٢١,٠٠٠) درهم والرسوم والصاريف واتعاب الحمامة والفائدة ١٢٪ من تاريخ رفع الدعوى وحتى السداد التام. وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/٥/٧ الساعة ٨.٣٠ ص بالقامة Ch1.C.13 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل .
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٤٨٧١ تجاري جزئي

الى المحكوم عليه/ ١- اندريس انتيريرز ش.م.م. مجهول محل الإقامة تعلقك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٨/٣/١٩ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ ويست درايف لتاجير السيارات ش.م.م. (حاليا) - الريامي اوتو ليزنج ش.م.م. (سابقا) ويمثلها مديرها/ ميتون سريد هاران نامبيار بالزام المدعي عليه بان تؤدي للمدعية مبلغ خمسة عشر الف وستة دراهم) والزمتها بالصورقات وبمبلغ خمسمائة درهم مقابل اتعاب الحمامة . حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٠٢٢ تجاري جزئي

الى المدعي عليه / ١- عنود مرزوق عيد مبارك مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/الدولية لتلاجهزة الالكترونية ش.م.م. يخطركم المدعي بسداد مبلغ المديونية المستحقة والبالغ قدرها (٩١٠٠) درهم والفائدة القانونية بواقع ٧٪ من تاريخ المطالبة بالتعويض والرسوم والصاريف .
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٢٤ بتاريخ ٢٠١٩/٥/٦
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٠٠٢ تجاري جزئي

الى المحكوم عليه/ ١- النبيل للداعية والاعلان ش.م.م. مجهول محل الإقامة تعلقك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/١/١٣ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ بي بي و وكالة الاعلان (فرع من فروتلانين ماركيتنج ش.م.م.) بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ مقداره (٣٠٤٥١,٥٥) درهم وفائدة سنوية بواقع ٩٪ من تاريخ: ٢٠١٨/٥/٢٨ وحتى تمام السداد والزمتها ذلك من طلبات . حكما بمبائة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.
رئيس القسم

تقديرًا لمشروعها الحضاري ومسيرتها الثقافية

14 مؤسسة و57 كتاباً يستعرضون الثقافة الإماراتية احتفاءً بالشارقة ضيف شرف «تورينو للكتاب 2019»

أحمد بن ركاض العامري: الثقافة والكتاب
صنوان لجوهر العمل الإبداعي الإنساني

الشيخ فاهم القاسمي: الثقافة نتاج
التجارب ورباط أساسي بين الشعوب



•• الشارقة-البحرين:

ومدينة الشارقة للنشر، ودائرة الثقافة في الشارقة، ومعهد الشارقة للتراث، والمجلس الإماراتي لكتب اليافعين، مجلس إرثي للحرر العاصرة، ومشتورات القاسمي، ومجموعة كلمات، وثقافة بلا حدود، ومبادرة 1001 عنوان. وحول هذه المشاركة أكد الشيخ فاهم القاسمي، رئيس دائرة العلاقات الحكومية في الشارقة، رئيس وفد الإمارة المشارك، إن الشارقة تنطلق في مجمل علاقاتها مع مدن العالم من رؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، الداعية إلى اعتماد الثقافة جسراً للحوار والتواصل، وهذه الرؤية نجحت في جني ثمار كبيرة للثقافة الإماراتية والعربية بصورة عامة، فاليوم يحتضن العالم بالشارقة العاصمة العالمية للكتاب لعام 2019 ويكرم مسيرتها الثقافية، وما اختير الشارقة ضيف شرف تورينو الدولي للكتاب إلا واحداً من صور تعزيز العلاقات الثقافية مع الإمارة، والاحتفاء بجهودها، وتتمين دورها بين المدن الثقافية العالمية..

وتابع رئيس دائرة العلاقات الحكومية في الشارقة: "إن المعارض والفعاليات الثقافية التي تنظمها الإمارة، وكتب الشارقة العاصمة العالمية للكتاب 2019، وهيئة الشارقة للإداعة مناسبة مهمة لدعوة جميع الثقافات والحضارات

تكريماً لمسيرة عطائها، وثقلها المحوري في الساحة الثقافية الإقليمية والعالمية، تحل إمارة الشارقة، العاصمة العالمية للكتاب لعام 2019، ضيف شرف على معرض تورينو الدولي للكتاب 2019، حيث تشارك الإمارة ضمن جناح مخصص بمشاركة وفد من أدياب ومتقنين وفنانين إماراتيين، ينقلون رسالة الأدب والثقافة الإماراتية والعربية لنظرائهم الأوروبيين، خلال الفترة من 9 وحتى 13 مايو الجاري. وتنظم الإمارة وبإشراف من هيئة الشارقة للكتاب، وبالتعاون مع عدد من الهيئات والمؤسسات الثقافية والترائية مجموعة من الفعاليات والندوات الحوارية والعروض التراثية التي تركز في مضامينها على نقل صورة حضارية عن الثقافتين العربية والإماراتية للمتقنين الأوروبيين، إلى جانب استعراض الإصدارات العربية المترجمة باللغة الإيطالية حيث سيتم إطلاق 57 كتاباً إماراتياً باللغة الإيطالية خلال العرض.

ويشارك في الجناح المخصص للإمارة كل من اتحاد كتاب وأدياب الإمارات، وكتب الشارقة العاصمة العالمية للكتاب 2019، وهيئة الشارقة للإداعة والتلفزيون، وجمعية الناشئين الإماراتيين،

والكتاب عمر البوسعيدي. ويعد معرض تورينو الذي انطلقت أولى دوراته في العام 1988، أحد أكبر معارض الكتب في إيطاليا، وأبرزها على الصعيد الأوروبي، الذي يستقطب سنوياً أعداداً كبيرة من أئع الكتاب والمؤلفين، وأهم دور النشر الأوروبية والعالمية الذين يستعرضون تجاربهم الثقافية على مدار خمسة أيام، حيث يتميز الحدث بالمشاركة الواسعة في فعالياته، ونشاطاته التي ينظمها من قبل شرائع واسعة من المتخصصين والمهنيين في العديد من المجالات المرتبطة بالكتاب.

ويشار إلى أن هيئة الشارقة للكتاب بدأت عملها في ديسمبر 2014، وتعمل على تشجيع الاستثمار في الصناعات الإبداعية وزيادة حصتها، وتوفير منصة فكرية للتبادل المعرفي والفكري والثقافي بين الشعوب والحضارات والثقافات، والتأكيد على أهمية الكتاب وأثره في نشر الوعي في المجتمع في ظل التطور التقني وتنوع مصادر المعرفة، واستقطاب المعنيين بقطاع الثقافة بوجه عام والنشر والطباعة والترجمة والتوفيق بوجه خاص إضافة إلى كتاب الأطفال.

للكتاب لعام 2019 طيلة عام كامل، سخرت له مختلف الهيئات والمؤسسات فيها طاقاتها، وضعت سلسلة من الفعاليات الثرية والفنية التي تسهم في نقل صورة حضارية عن الواقع الذي تعيشه الشارقة للعالم بأسره.. وتنظم الإمارة خلال مشاركتها في الحدث سلسلة من الجلسات الأدبية والحوارية والنقاشية التي يقودها مجموعة من المبدعين الإماراتيين العرب، حيث سيكون زوار وجوهوم المعرض على موعد مع أمسيات شعرية وأدبية يقدمها نخبة من الأدياب والشعراء، إلى جانب الجلسات الفكرية التي تناقش أهم المنجزات الثقافية التي قدمتها الإمارة، واستعراض المبادرات والبرامج الثقافية والتنمية المهمة التي تنطلق من الإمارة.

ومن أبرز المشاركين في العرض سعادة د. حبيب الصايغ، رئيس اتحاد كتاب وأدياب الإمارات، والشاعرة خلود الملا، والمفكر والباحث سلطان العميمي، والشاعرة شيخة المطيري، والكتاب ناصر الظاهري، والدكتور حمد بن صراي، والممثل والمخرج الإماراتي الدكتور حبيب غلوم، والشاعر عبد الله الهدية، والكتاب سعيد حمدان،

نحو الانفتاح على الثقافات العالمية ومد جسور التواصل مع مختلف الحضارات الإنسانية، مشيراً إلى حرص الهيئة على نقل رسالة الشارقة ومشروعها الثقافي الذي امتد على ما يزيد على أربعين عاماً من الجهود والعطاء المتواصلين من أجل خدمة الانسان والارتقاء بمعرفه وأفكاره. وتابع رئيس هيئة الشارقة للكتاب: "إن اختيار إمارة الشارقة ضيف شرف على معرض تورينو الدولي للكتاب تنويع وتكريم لجهود بذلتها الإمارة طوال السنوات الماضية بعد أن حلت ضيفاً على أحداث عالمية ثقافية كبرى مثل معرض نيودلهي الدولي للكتاب ومعرض باريس الدولي للكتاب ولأول مرة في القارة اللاتينية مثلاً للعرب والمنطقة الخليجية في معرض ساو باولو الدولي للكتاب لتجمع العالم بأسره على الثقافة العربية الأصيلة..

وأضاف: "لطالما أكدت إمارة الشارقة على أن الثقافة والكتاب صنوان لجوهر العمل الإبداعي الإنساني، ومنطلق نحو تعزيز معارف وخبرات الافراد، وها هي وبعد تاريخ متواصل من العمل الدؤوب تستعد للاحتفال بلقب العاصمة العالمية

للاحتفاء وتبادل المعارف، والتقاء إمارة الشارقة مع مدينة تورينو صاحبة التاريخ الثقافي الطويل فرصة لتعزيز العلاقات التاريخية التي تربط الإمارة بالمدينة، وتمهيد الطريق أمام مزيد من سبل التعاون والعمل المشترك مع مختلف المؤسسات الثقافية والمعرفية في الإمارة ونظيرتها في إيطاليا..

وتابع الشيخ فاهم القاسمي: "إن الثقافة هي نتاج التجارب، وما من شعب في هذا العالم انطلق من تجربته الخاصة إلا وكان بها نسج من ثقافات وحكايات الشعوب الأخرى، فاللغة والفنون والموسيقى وغيرها من أشكال الإبداع الإنساني لم تأتي وليدة صدفة سانحها، بل هي نتاج تبادل كبير للأفكار والإبداعات، وهذا ما يؤكد أثر وقيمة التثقيات الثقافية العالمية ويفتح من خلالها الباب على أشكال جديدة من التواصل والتفاهم والحوار.. من جهته أكد سعادة أحمد بن ركاض العامري، رئيس هيئة الشارقة للكتاب على أن الهيئة تضي في ترجمة رؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، التي تدعو

الطالبة بشرى عبد المجيد بطلة البحرين في تحدي القراءة العربي

- أكثر من 94 ألف طالب وطالبة خاضوا التحدي في مدارسها

- الدكتور ماجد بن علي النعيمي: لقد ساهم تحدي القراءة العربي في إشاعة ثقافة أمة "أقرأ"، وترسيخ ثقافة المطالعة وإعادة المكانة والأهمية للكتاب

- عبد الله النعيمي: نجاح مملكة البحرين في رفع أعداد الطلبة المشاركين في تحدي القراءة العربي بأكثر من أربعة أضعاف في عامه الرابع ليتجاوز 94 ألف طالب وطالبة هو ثمرة الجهود المشتركة

أفضل الطرق لإعداد ملخصاتهم وخوض التصفيات في مختلف مراحل التحدي وتحقيق الاستفادة المثلى من المواد والموضوعات التي يقرؤون عنها.

وعلى مدى العام الدراسي، وكتب العديد من المدارس، بمساندة من وزارة التربية ومديريات التعليم في البحرين، فعاليات وتصفيات تحدي القراءة العربي على مستوى المملكة، بتنظيم مجموعة متنوعة من البرامج والفعاليات القرائية والمعرفية كما شجعت العدد الأكبر من الطلبة على المشاركة في التحدي، وعملت على إشراك ذويهم في عملية تحفيز الأنشطة القرائية للطلبة وترسيخ حضور الكتاب والمعلومة والمعرفة في تحصيلهم المدرسي وحياتهم الشخصية.

وتشكل هذه المشاركة في تحدي القراءة العربي الأكبر من نوعها على مستوى البحرين، منذ الانطلاقة الأولى لتحدي القراءة العربي عام 2015. وبعد أن شهدت الدورة الأولى مشاركة 17 ألف طالب وطالبة من 147 مدرسة، سجلت الدورة الماضية مشاركة 53 ألف طالب من 292 مدرسة، لتتجاوز هذا العام 94 ألفاً من 327 مدرسة، وهو ما يساوي أربعة أضعاف الدورة الأولى من عدد المشاركات في تحدي القراءة العربي على مستوى مملكة البحرين.

ويهدف تحدي القراءة العربي الذي أطلقه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم عام 2015 إلى الاستثمار في الأجيال الشابة في الوطن العربي ثقافياً ومعرفياً، وترسيخ ثقافة القراءة باللغة العربية، وإرسائها كأسلوب حياة لديهم.

وبعد أن استقطبت دورته الأولى أكثر من 3.5 مليون طالب من مختلف أنحاء العالم العربي، وتضاعف الرقم ليتجاوز 7.4 مليون في الدورة الثانية من التحدي، وتخطى في دورة العام الماضي حاجز 10 ملايين طالب من 44 دولة عربية وأجنبية بعد تحوله إلى العالمية، وتفتح باب المشاركة رسمياً للطلبة العرب المقيمين خارج الوطن العربي.

وتقام التصفيات النهائية للدول المشاركة بعد الإعلان عن أبطال التحدي في كل منها، تمهيداً لمشاركة المتميزين في المنافسات النهائية التي ستقام في دبي في وقت لاحق من هذا العام، وصولاً إلى اختيار بطل تحدي القراءة العربي في نسخته السنوية الرابعة ضمن احتفالية ختامية حادة أصبحت موعداً سنوياً مرتقبا في دبي.

توطين القراءة في حياتنا، وهو أمر يتطلب تغييراً جوهرياً في سلوكياتنا وعاداتنا، كما يتطلب استئثاره الدوافع ورسم الأهداف، بالإضافة إلى توفير المال والوقت لتحقيق هذه المهمة النبيلة.

من جانبه، أكد عبدالله النعيمي، أن تحدي القراءة العربي أصبح في عامه الرابع منظومة متكاملة لغرس ثقافة القراءة والمطالعة والبحث العلمي والبحري في النشء والأجيال الصاعدة على مستوى الوطن العربي، وهو بذلك يحقق أهدافه في مجال إعداد وتأهيل الطلبة معرفياً وعلمياً، وترسيخ ثقافة الاهتمام بالكتاب، وتمكين الملايين من النشء والشباب العربي بالحرف والكلمة والفكر، ليساهموا في تقدم المجتمعات العربية ورفد مسيرة الحضارة الإنسانية.

وأضاف النعيمي: "نجاح مملكة البحرين في رفع أعداد الطلبة المشاركين في تحدي القراءة العربي بأكثر من أربعة أضعاف في عامه الرابع ليتجاوز 94 ألف طالب وطالبة هو ثمرة الجهود المشتركة والتعاون الوثيق بين مختلف الأطراف وعلى رأسها وزارة التربية والتعليم والمدارس في مملكة البحرين حتى أصبح تحدي القراءة العربي فعالية سنوية يتربها الطلبة عاماً بعد آخر. واختيار أبطال التحدي اليوم على مستوى البحرين هو لحظة فخر واعتزاز لمدارسهم ومعلميهم ومشرفيهم وذويهم وأقربهم، لأنها تؤكد تميز أداء الطلبة البحرينيين التنافسي في التحصيل القرائي والعربي الهادف." ولفت إلى أن النتائج الاستثنائية التي يسجلها تحدي القراءة العربي للعام الرابع على التوالي هي ثمرة رؤية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله"، الذي أطلق هذا المشروع العربي الأكبر عربياً، بهدف الارتقاء بواقع القراءة والتعليم في العالم العربي، وتعزيز قدرات وطاقات الشباب العربي، وتمكين أجيال الغد، متمسكة بالثققة والمعارف والثقافة والاطلاع، لتكون قادرة على تحويل المعرفة إلى محرك لعملية تنمية شاملة ومستدامة.

وشهدت الدورة الرابعة من تحدي القراءة العربي في البحرين مشاركة متميزة، حيث خاض منافسات التحدي أكثر من 94 ألف طالب وطالبة من 327 مدرسة من مختلف مناطق المملكة. كما شارك 1200 مشرف ومشرفة في تدريب الطلبة المشاركين ومتابعة أدائهم وتوجيههم حول

ويشارك الأوائل في الفئات الثلاث لتصفيات التحدي على المستوى الوطني في التصفيات النهائية على المستوى العربي، والتي تستضيفها دبي في دولة الإمارات العربية المتحدة لاحقاً هذا العام، بمشاركة أوائل التسابطين وأوائل المدارس من مختلف أنحاء الوطن العربي والعالم، قبل أن يتم تنويع بطل تحدي القراءة العربي في دورته الرابعة للعام الدراسي بدبي.

وأى الإعلان عن الفائزين بأبطال نسخة هذا العام من تحدي القراءة العربي في حفل نظمته وزارة التربية والتعليم البحرينية في العاصمة المنامة للاحتفاء بأوائل تحدي القراءة العربي على مستوى المملكة، وتكريم المتفوقين والمتميزين من الطلبة والمشرفين والمدارس، وذلك بحضور وزير التربية والتعليم البحريني الدكتور

ماجد بن علي النعيمي، وسعادة الشيخ سلطان بن حمدان بن زايد آل نهيان سفير الدولة لدى مملكة البحرين، و منى الكندي مديرة المشاريع الاستراتيجية في مبادرات محمد بن راشد آل مكتوم العالمية، وعبدالله النعيمي المنسق العام في وزارة التربية والتعليم ومشروع تحدي القراءة العربي، إضافة إلى أوائل الطلبة وذويهم والمدارس والمشرفين من مختلف مناطق المملكة.

وإلى جانب بطلة التحدي على مستوى المملكة بشرى عبد المجيد أسيري، ضمت قائمة العشرة الأوائل في تحدي القراءة العربي على مستوى البحرين كلا من نور علي الصالح من مدرسة ستره الثانوية للبنات، وزينب محمد حسن من مدرسة ستانس الإعدادية للبنات، وزينب السيد شير أحمد، من مدرسة خولة الثانوية للبنات، وتقي يحي خليل من مدرسة المعرفة الثانوية للبنات، وزينب محمد سلمان من مدرسة جدحفص الثانوية للبنات، وشهد عمار صالح من مدرسة الوفاء الثانوية للبنات، وأحمد جواد العربي من مدرسة الإمام الغزالي الإعدادية، وندى عبد المنعم الخولي من مدرسة أم سلمة الإعدادية للبنات، ومصطفى يوسف سلمان محمد من مدرسة مدينة عيسى الثانوية. وقال سعادة الدكتور ماجد بن علي النعيمي، وزير التربية والتعليم في البحرين: "القراءة فعل إنجاز حضاري بامتياز، لأنها فعل بناء معرفي وروقي فكري. إن التاريخ الحضاري لأممتنا كان مقترنا دائماً بالقراءة، وحب العلم والشغف بالمعرفة، وكثرة العلماء والباحثين في الميادين المختلفة، بالإضافة إلى أن الأمم توصف اليوم بأنها متأخرة عن ركب الحضارة إذا كان بينها وبين قراءة الكتب غربة وهجر وجفاء..

وأضاف: "لقد ساهم تحدي القراءة العربي في إشاعة ثقافة أمة "أقرأ"، وترسيخ ثقافة المطالعة وإعادة المكانة والأهمية للكتاب وتفعيل وظيفة القراءة والمطالعة، وبخاصة في عصر الانفجار المعرفي وتكنولوجيا المعلومات والافتتاح بما تعرضه وسائل الإعلام من برامج ومواد، كما ساهم التحدي في تربية النشء على حب الكتاب، وتشجيعه على المطالعة من أجل توسيع مداركه وبناء معرفته وحثه على التفكير والإبداع والابتكار بعيداً عما تقدمه الكتب الدراسية المقررة، وشدد معاليه: "علينا أن نبذل كل جهد ممكن يتطلبه

اختتمت الأوساط التعليمية والتربوية والثقافية في مملكة البحرين تصفيات تحدي القراءة العربي على المستوى الوطني في دورته السنوية الرابعة، بتتويج الطالبة بشرى عبد المجيد أسيري، من مدرسة الإيوان الخاصة، بطلة للتحدي على مستوى المملكة، لتتصدر الطلبة المتفردة الأوائل على المملكة والذين يمثلون مختلف مدارس البحرين.

وذهب لقب "أشرف المتميز" - الذي يتم منحه للمدرسين والتربويين المتميزين ممن أشرافوا على تشجيع الطلاب وتدريبهم على القراءة وتلخيص الكتب التي يطلعونها - إلى زينب سعيد سلمان، فيما تفتوح مدرسة جدحفص الثانوية للبنات ضمن فئة منافسة المدارس في تحدي القراءة العربي على مستوى المملكة.



- البحرين تتوّج بطل تحدي القراءة العربي وتكرّم الطلبة والمشرفين والمدارس المتميزة على مستوى المملكة

- عدد الطلبة البحرينيين المشاركين في التحدي تضاعف أكثر من أربع مرات خلال أربع سنوات

منوعات

الفن

31



يارا تطلق عطرها الخاص.. وهذه الحكمة التي أحببتها

نشرت الفنانة يارا صورة لها عبر حسابها على موقع الصور "انستغرام"، وأرفقتها بحكمة أكدت أنها نالت إعجابها. فقالت في تعليقها: (حكمة أعجبتني.. الأواني الفارغة تحدث ضجة أكثر من الأواني الممتلئة، وكذلك البشر لا يحدث ضجة إلا ذوو العقول الفارغة.. فلا تضيع وقتك بالمجادلة معهم).

وانهالت التعليقات من جمهورها ومحبيها مؤكدين على إعجابهم الشديد بالحكمة التي نشرتها.

وكشف عدد من التقارير الصحافية أن يارا بصدد إعلان تعاونها مع الشركة نفسها التي تعاونت معها شمس الأغنية اللبنانية نجوى كرم، لإطلاق عطرها الخاص خلال اليومين المقبلين، بعدما اختارت العطر الذي يناسبها.

على الجانب الآخر، غنت يارا في حفلها الأخير لفريق (برشلونة) الإسباني أغنية (حبيبي برشلونة) وهي ممسكة بعلم الفريق، احتفالاً بالفوز، ونشرت الفيديو عبر صفحتها الرسمية على (انستغرام). وعلقت عليه: (من حفلة مباحر الأسطورية يلي احتفلنا فيها لأول كلاسيكو ومن وحي المناسبة كنت متوقفة نتيجة المباراة الليلية كالعادة فقلت نحفل على طريقتنا).



الإعلامية علا الفارس ممثلة في (صبر العذوب)

تطل الإعلامية الأردنية علا الفارس، على شاشة التلفزيون الأردني خلال شهر رمضان، ولكن هذه المرة كممثلة في المسلسل الرمضاني (صبر العذوب).

(صبر العذوب) مسلسل بدوي للمنتج عصام حجاوي من تأليف الكاتبة سارة سوار الذهب وإخراج محمد. ويشارك في مسلسل (صبر العذوب) عدد من الفنانين منهم: علا الفارس، وسام البريحي، حسن خميسة، علا مضامين، عبير عيسى، محمد العبادي، جولييت عواد، جميل عواد، محمد الضمور، سهير فهد، شاكر جابر، رانيا فهد، عبد الكريم الجراح، رفعت النجار، داوود جلاجل، منيا عبد الكريم القواسمي، ريناد تلجي، هشام هندي، غادة عباسي، ابراهيم ابو الخير، ماجد الزواهره، طارق الشوابكة، شهاب الحجاج، احمد دهبان، محمد الجيزاوي، منيب القضاة، صلاح الخوالدة، أيمن عضاليلة، محمد القرارة.



لا أكثرث لأي كلام سيئ يتردد حول (مجنون فيكي)

رولا سعد: لست شغوفة بفكرة المنافسة والغيرة الفنية

يبدو أن الفنانة رولا سعد قررت أن تخوض غمار التمثيل، حيث يُعرض لها حالياً مسلسل (مجنون فيكي) الذي تتقاسم بطولته مع الفنان يوري مرقيدي، كما تستعد لتقديم (سيككوم) في الفترة المقبلة. وقالت النجمة رولا سعد في حوار تحدثت خلاله عن الانتقادات التي طاولت مسلسلها هذا، وعن نشاطاتها الفنية وزواجها المنتظر.

أهلك يعني أنك أصبحت على وفاق تام معهم بعد خلافات عميقة...
- لم أختلف يوماً مع أهل والدي، والمشاكل التي كنت أتحدث عنها محصورة بيني وبين والدي.
• صرحت مراراً أنك ناقمة على والدتك، ما السبب؟
- لا، لست ناقمة على أمي، بل إنني إنسانة واقعية، لا أنافق وأعبر عما أشعر به بصدق. أنا لا أكره والدي، لكن ظروفنا خارجة عن إرادتنا اضطررتني للعيش في دار للأيتام، فبعد وفاة والدي، تزوجت أمي وتخلت عننا... فالأم في رأيي ليست من تنجب، بل التي تربي.
• سمعنا أنك أصبحت على أبواب الزواج...
- أنوي الزواج قريباً من رجل أعمال لبناني، لكنني لن أقيم حفل زفاف كبيراً، بل حفلاً يقتصر على عدد قليل من المدعوين.
• لن ترتدي فستان الزفاف الأبيض؟
- لا، فهذا الحدث يخصني وحدي، وأرغب في أن أشاركه مع أقرب الناس إلي، أما بالنسبة إلى فستان العرس فطالما ارتديته في عروض الأزياء التي قدمتها، ولذلك سأقيم حفلاً بسيطاً يضم عدداً من الأشخاص الذين يحبونني.

• وهل أنت مؤهلة نفسياً لتكوني زوجة وأماً؟
- دور المرأة في الحياة أن تكون زوجة وأماً، وأحلم دائماً بأن أصبح أماً، وأخيراً وجدت الشريك المناسب الذي أنوي تأسيس عائلة صغيرة وسعيدة معه.
• هل يمكن أن تعودي الى تقديم البرامج؟
- قدمت أكثر من برنامج في مصر ولبنان، وحالياً متفرغة للتمثيل، لكن اذا عرضت علي فكرة برنامج مميزة فلن أمانع في تقديمها.
• هل تترصدن أعمال النجمات الأخريات؟
- بطبعي أنظر دائماً الى الأمام، ولست شغوفة بفكرة المنافسة والغيرة الفنية، بل أركز في أدائي لأقدم الأفضل لجمهوري.

• وهل تسعين الى الكسب المادي من وراء الفن؟
- المال ضروري، لكنه لا يتصدر أولوياتي، لأنني أعشق الفن وأهدف الى إبراز موهبتي من خلال الأعمال التي أقدمها للجمهور.
• يراكم البعض شخصية انطوائية، فهل هذا صحيح؟
- لا، أنا أحب جميع الناس ولي صدقات كثيرة، لا أحب العزلة أبداً، ولا يمكن أن أعيش بعيداً من العائلة والأصدقاء.
• هل أنت متصالحة مع نفسك؟
- أنا متصالحة مع نفسي الى أبعد الحدود ومع كل المقربين مني، وأحاسب نفسي بعد كل خطوة أقوم بها، كما أنني متسامحة مع الجميع وأقبل الاعتذار، وأتجنب الخلافات مع الآخرين، لأن الحياة قصيرة ونعيشها مرة واحدة.

العمل سيُعرض خارج المنافسة الرمضانية.
• وهل من مشاريع أخرى؟
- أحضر حالياً "سيككوم" لبناني، من كتابة داليا حداد وإخراج رندلي قديح، وسنبداً تصويره قريباً.
• وأين أنت من الغناء؟
- ابتعدت عن الغناء لانشغالي بمسلسل "مجنون فيكي" الذي أخذ من وقتي الكثير، فمعلم المشاهدة تم تصويرها ما بين منزلي الخاص ومنزل أهلي، مما اضطرني للازمة المنزل طوال فترة التصوير لتأدية دوري، وبالتالي للترحيب بكل الضيوف المشاركين في المسلسل.
• ألا تحضرين لأغنية جديدة؟
- بل، أستمع حالياً لعدد من الأغنيات باللهجة المصرية، وسأختار واحدة منها لأصدرها قريباً، لأنني أحب جمهوري المصري الذي يقدرني ويحترمني ولم ينسني يوماً.
• أفهم من كلامك أن
التصوير في منزل

• انتقادات كثيرة طاولت مسلسل "مجنون فيكي" الذي تشاركين في بطولته ويُعرض على شاشة LBCI، ماذا برأيك؟
- (مجنون فيكي) هو مسلسل درامي أحبه كثيراً وسعيدة بنجاحه الذي لمسته من ردود فعل الناس الذين انتقدهم في الشارع. ومن الطبيعي أن يحب البعض هذا المسلسل، ولا يرغب بمشاهدته آخرون، ومع أنني أحترم كل الآراء، لكنني لا ألتفت الى النقد الفارغ، والذي لا يحمل أي قيمة. وأي الانتقادات تعبرنيها اهتماماً؟

• أكثر ما يضايقني، القول بأنني اهتممت بمظهري وملابسي على حساب الشخصية التي أقدمها، علماً أن "كلارا" التي لعب دورها في المسلسل يجب أن تظهر في منتهى الأناقة، لأنها صاحبة مجلة أزياء، مهووسة بالموضة وتلقب بالـ "فاشينيستا"، والناس يلاحقونها في الشارع ليلتقطوا معها الصور التذكارية، وكل ذلك لأنها شخصية مشهورة في عالم الأزياء. كما أن حبيبها "سام" يطالبها دوماً بارتداء أجمل الفساتين. هذا هو سبب اهتمامي بملابسي في المسلسل، حال كل الفتيات اللبنانيات.
• لكن ماذا عن النقد الذي شمل أداء عدد من الممثلين المشاركين في المسلسل؟
- لا يمكن أي عمل فني أن ينال رضى الجميع، فهناك من يفضل ممثلاً على آخر، والعكس صحيح. وبالنسبة إلي، أحب المشاهدين أدائي للدور لأنني أظهر على طبيعتي.

• ألا تتابعين التعليقات السلبية التي تكتب عنك عبر مواقع التواصل الاجتماعي؟
- لا أتابع مواقع التواصل الاجتماعي أبداً.
• وما السبب؟
- (الشحورة) صباح قبل رحيلها، كانت قد أسدت إلي نصيحة بالألا ألتفت الى كل ما يقال عني، بل أخذ منه المختصر المفيد. وأكرر أنني سعيدة جداً بنجاحي، ولا أكثرث لأي كلام سيئ يتردد حول مسلسل، لأن هناك أشخاص حاقدين، ونبض الشارع هو الذي يؤكد نجاح العمل فني ولا شيء سواه.

• تردد أنك خضعت لجراحات تجميل غيرت ملامح وجهك، وبالتالي أفقدت القدرة على التعبير من خلالها في أثناء التمثيل...
- لا أعرف لماذا يركزون علي بالذات، علماً أن كل نساء العالم يخضعن اليوم لجراحات تجميل، فما العيب في ذلك؟ ومع ذلك أنا أحترم آراء الجميع.
• (مجنون فيكي) ليس تجربتك الأولى في التمثيل، فماذا عن أعمالك الفنية السابقة؟
- لقد سبق لي أن شاركت في بطولة فيلم "غرفة 707"، وكذلك في مسلسل "صاعين ضايعين" و"البحر والعطشانة"، فأنا أحب التمثيل كما الفناء.

• زرت مصر قبل فترة، هل تحضرين للمشاركة في عمل فني جديد؟
- ع-رض علي أخيراً مسلسل مصري، لكن المفاوضات لا تزال في بدايتها، وكل ما يمكنني قوله إن



ستغيب عن رمضان هذا العام

نييلي كريم تتحدى نفسها وتنافس ناتالي بورتمان

ظهور نييلي كريم بطريقة مميزة تضاهي عروضها السابقة كنجمة باليه، وتختلف عن تقديمها لنفس الدور ضمن أحداث مسلسل "لأعلى سعر" عام 2017.

مع فارق أن نييلي ستقوم بدوري البجعة البيضاء والأخرى السوداء، بنفس العرض. نييلي فعلاً ذكية في اختياراتها وستقدم لنا بكل تأكيد عملاً متميزاً تظهر فيه قدراتها الجسدية والتمثيلية في أن وهذه المرة عبر تماس وتواصل مباشر مع الجمهور وهذا هو جوهر رسالة المسرح.

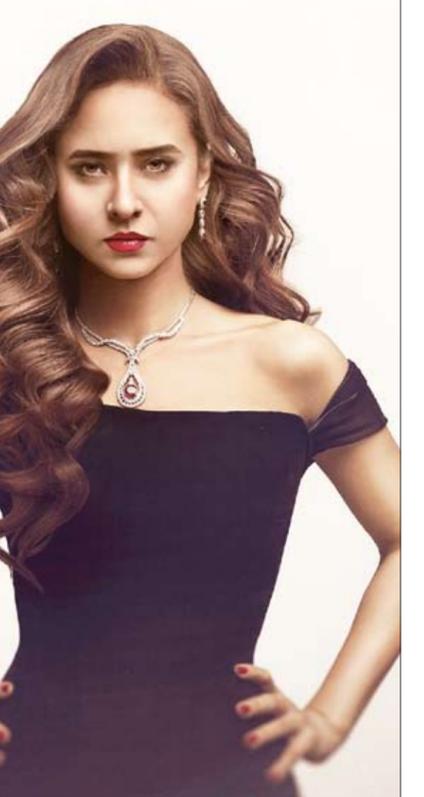
يذكر أن فيلم "black swan" عرض عام 2010 من إخراج دارين أرونوفسكي، وبطولة ناتالي بورتمان، فينستت كاسل، وميلا كوينيس، ورشح لـ 4 جوائز أوسكار، وفازت ناتالي بجائزة أفضل ممثلة.

وتدور أحداثه حول راقصة باليه تحلم بأن تصبح الراقصة الأولى للفرقة، ويتم ترشيحها لتقديم بطولة عرض "بحيرة البجع" ولكنها تصادف أزمة نفسية بسبب عدم قدرتها على إظهار الجانب الشرير للبجعة السوداء، وتعرض لضغوط قاسية من المخرج وبقية المنافسات على الدور، لتتقن دور الشر بالنهاية.

نييلي كريم ليست ممثلة عادية وراقصة باليه، هي فنانة بكل معنى الكلمة لا تقدم أدواراً نمطية بل في كل مرة تدهشنا بعمل جديد يختلف كلياً عن أعمالها السابقة واعتدنا أن نتابعها في مسلسلاتها الرمضانية ومن أهم أعمالها التلفزيونية مسلسل سجن النساء (2014) برفقة الفنانة التونسية درة، ومسلسل تحت السيطرة (2016) ومسلسل لأعلى سعر (2017) مع الممثلة زينة، وآخر أعمالها مسلسل اختفاء (2018).

صحيح أن نييلي ستغيب عن رمضان هذا العام لكنها ستتحدي نفسها في عمل جديد ليس كبير، وسترقص اللياليه وتمثل في مسرحية مستوحاة من فيلم Black Swan الذي نالت عنه النجمة ناتالي بورتمان جائزة أوسكار كأفضل ممثلة.

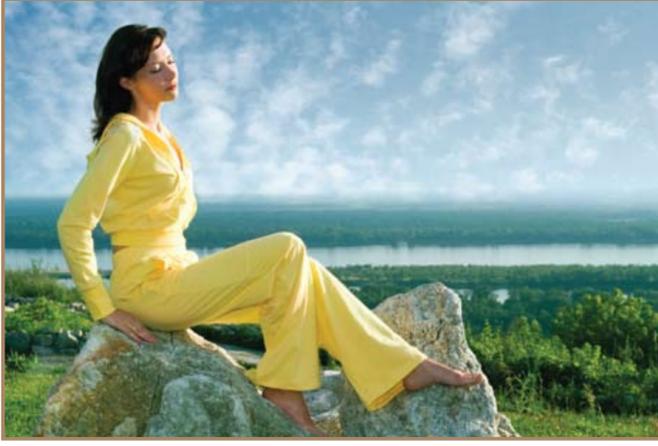
تم الاتفاق على توفير تقنيات مسرحية خاصة لضمان



الفكر

20 دقيقة وسط الطبيعة تعالج الإجهاد والتوتر

قالت نتائج دراسة جديدة: إن تمضية 20 دقيقة في المنتزهات أو الشواطئ تقلل هرمون الكورتيزول في الجسم بشكل ملحوظ، ويمكن الاعتماد على هذه الوسيلة بدلاً من علاج الإجهاد والتوتر بواسطة الأدوية، وتعتبر هذه الدراسة أول بحث يحدد الفترة الزمنية الكافية لخفض هرمون التوتر في الجسم بعد تمضيةها وسط أماكن طبيعية. وكانت دراسات سابقة قد أشارت إلى أن تمضية وقت في الحدائق وعلى الشواطئ يساعد على خفض مستوى الإجهاد والتوتر، لكنها لم تحدد الوقت المطلوب لنجاح هذه الوسيلة، وهل يتطلب الأمر المشي أو بإمكان الشخص الجلوس. وأجرى فريق البحث تجارب استمرت 8 أسابيع بمشاركة 36 شخصاً طلب منهم تمضية 10 دقائق في الحدائق لمدة 3 مرات أسبوعياً، ثم طلب منهم زيادة الوقت لـ 20 ثم 30 دقيقة، وخضعوا لفحص مستوى هرمون الكورتيزول بعد كل تجربة. وأظهرت النتائج أن الحد الأدنى من الوقت في المنتزهات لخفض التوتر هو 20 دقيقة لمدة مرتين أو 3 مرات في الأسبوع، سواء كان الشخص جالساً أو قام بالمشي وسط الطبيعة.



هذه الادوية تؤدي إلى زيادة وزنك

أشارت مجلة (أوبتيكن أومشاو) الألمانية إلى أن الأدوية تهدف إلى جعل المرء في حالة صحية أفضل، إلا أن بعض الأدوية ربما يتسبب في زيادة الوزن.

وأضافت المجلة الألمانية أن بعض الأدوية تعمل على الحد من عمليات الأيض والتمثيل الغذائي، أو تساعد على تحفيز الشهية، وزيادة الرغبة في تناول الطعام، ما يؤدي إلى السمنة وزيادة الوزن. ومن الأدوية التي تسبب زيادة الوزن، أدوية السكري، والعقاقير ذات التأثير النفسي أو العقلي، كما يمكن لمستحضرات الكورتيزون وحاصرات بيتا، أن تؤدي إلى زيادة الوزن، ولا يتعين على المرضى في مثل هذه الحالات التوقف عن تناول الأدوية ألبا، ولكن يجب استشارة الطبيب المختص لتقليل الجرعة أو لتعويض المادة الفعالة بأخرى.

تدخين الاب قد يسبب مشاكل في قلب الجنين

تشير دراسة جديدة إلى أن تدخين الآباء وليس الأمهات فحسب قد يزيد نسبة تعرض الأجنة للإصابة بمشاكل في القلب. وقال الطبيب جياي كين من كلية الصحة العامة بجامعة ستيرل ساوث في تشانغ شا بالصين، وهو أحد المشاركين في الدراسة "ينبغي للرجال الذين سيصبحون آباء أن يقلعوا عن التدخين... الآباء مصدر كبير للتدخين السلبي بالنسبة للحوامل بل ويبدو أنهم أكثر ضرراً على الأجنة من النساء المدخنات أنفسهن". ولطالما كان معروفاً أن تدخين النساء الحوامل يزيد خطر إصابة الأجنة في طور النمو بمشاكل صحية بما في ذلك الولادة المبكرة والوزن المنخفض عند الولادة والعيوب الخلقية. لكن خطر الإصابة بمشاكل في القلب على وجه الخصوص لم يكن واضحاً بالقدر ذاته وكذلك التأثير المحتمل لتدخين الآباء المنتظرين.

ولتقييم خطر إصابة الجنين بمشاكل في القلب بسبب تدخين أحد الوالدين، أعاد كين وزملاؤه تحليل بيانات من 125 دراسة سابقة شملت في المجمل قرابة 8.8 مليون أم في جميع أنحاء العالم. ويبحثت الدراسات في مسألة تدخين الأمهات الحوامل وتدخين الآباء أثناء فترة الحمل وتعرض الحوامل للتدخين السلبي. ومن بين الأطفال الذين ولدوا لآباء وأمهات شملتهم الدراسات، كان نحو 137600 يمانون من مشاكل في القلب. وخلص التحليل الجديد الذي نشر في المدورية الأوروبية للوقاية من أمراض القلب إلى أن تدخين الأبوين مرتبط بشكل كبير بخطر إصابة الأجنة بمشاكل في القلب وأن نسبة الخطر تزيد بواقع 25 المئة عندما تدخن الأمهات أثناء الحمل.

وتزداد قوة هذه الصلة عندما يدخن الآباء، فمقارنة بالأجنة التي لا يدخن أبواؤها وأمهاؤها، كانت أجنة الآباء الذين يدخنون أثناء الحمل أكثر عرضة بنسبة 74 في المئة للإصابة بمشاكل في القلب عند الولادة بينما يتضاعف التأثير إلى أكثر من المثلث عند تعرض الأمهات للتدخين السلبي.



إندونيسيون يحملون سلالاً من الطعام على رؤوسهم كجزء من مهرجان نيدران للترحيب بشهر رمضان المبارك في تيماندونغ، جاوا الوسطى. ا ف ب

قرأت لك

البياذنجان غني بالحديد



قال الدكتور أحمد عوض، أخصائي التغذية العلاجية، جامعة القاهرة، إن البياذنجان أحد الخضراوات المفيدة للصحة، كما يعتبر مصدراً جيداً للحصول على عنصر الحديد نظراً لاحتوائه

على قدر كبير من الحديد واليوتاسيوم والألياف الغذائية ومضادات الأكسدة.

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

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

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

سؤال وجواب

- ما تأثير خروج ثاني أكسيد الكربون على الجسم؟
عندما يخرج ثاني أكسيد الكربون من جسم الإنسان فإنه يفقد من 75 إلى 85 جراماً في اليوم نتجه لذلك .
- ما كمية الماء التي تتبخر من الرئتين؟
يتبخر من الرئتين يومياً ما بين 150 - 500 جرام من الماء.
- ما نسبة الملح في مياه البحر؟
يحتوي ماء البحر على كمية كبيرة من الاملاح تصل نسبتها إلى 35 جراماً في كل ليتر ويشكل ملح الطعام منها 27 جراماً .

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الكبد عند الأشخاص المدمنين على الكحول يكون أسمن أو أظخم من كبد الأشخاص الغير مدمنين لأن الكبد يُسَمَّن بالسكريات فيصبح مأوى للشحوم وبالتالي يتشمع الكبد وهناك أسباب أخرى لتشمع الكبد ولكن الإدمان في مقدمتها.
- الكبد يسمى بأعضاء عديدة في عضو واحد لكثرة وظائفه وهل تعلم أن كبد الكثير من الحيوانات يستعمل كعلاج فعال لفقر الدم الخبيث.
- هل تعلم أن الرجال الذين تخطوا سن الثلاثين أو الأربعين أكثر تعرضاً للقرحة من غيرهم
- هل تعلم أن كثرة الدهون في الطعام يؤدي إلى تكون الحصاة المرارية والسبب هو أن الدهون تزيد من نسبة الكوليسترول وهذا الأخير هو من بقاة الحصيات وان عانت المرارة لفترة طويلة من الحصيات فأنها قد تؤدي إلى إصابتها بالسرطان.
- هل تعلم أن حجم القلب يختلف من شخص إلى آخر وكذلك أبعاده . أما وزنه المتوسط فهو ٢٣٥غم بالنسبة للرجال أما متوسط وزنه عند النساء فهو ٢٤٥غم ولكن يتفاوت مع حجم الجسم ووزنه.
- هل تعلم أن معدل خفقات القلب يصل إلى ٧٢ خفقة في الدقيقة أو ٤٣٠ خفقة في الساعة أو ٣٧٨٤٣٠٠ في السنة.

قصة صداقة الدولفين

ذات صباح مشرق جميل زاده هدوء البحر جملاً جاء أحد الصطافين مبكراً لينعم بهذا الهدوء فجلس على الشاطئ يستمتع بكل ما حوله حين لفت نظره من بعيد ما ظنه سمكة ضخمة لكنه كان دولفيناً جميلاً رمادي اللون كان كمن يلهو في عرض البحر فهو يقفز عالياً ثم يعود إلى الماء فيطفو من جديد مصدراً صوتاً وكأنه ينادي على من يجلس هناك، قام الرجل فعبث الشاطئ ووصل إلى الماء ووقف ينظر للدولفين وكانت المياه تغطي وسطه تقريبا وظل ينظر للدولفين وهو يظنه يلعب معه لكن الدولفين اقترب واخذ في هز رأسه ثم عاد أدراجاً إلى الماء وهو ينظر إلى الرجل فأحس انه يريد ان يقول له شيئاً.. ورغم دهشته قال ماذا أخاف أنا سيح ماهر، ربما هو في مأزق لننظر فيما وراءه بالفعل نزل الرجل إلى الماء وحيثما يختفي الدولفين غطس الرجل وراءه وعلى عمق ليس بكثير رأى الرجل دولفيناً صغيراً جميلاً وقد انحسر جسده وسط حطام مركب صغيرة ولا يستطيع منها فكاً فكهم لماذا كان الدولفين يفعل ذلك انه يطلب النجدة، صعد الرجل إلى سطح الماء ليأخذ نفساً عميقاً ثم نزل مرة أخرى إلى الماء وقام بعمل صعب لكنه جيد وانقذ على اثره ذلك المسكين الصغير ثم سلمه لأمه وصعد مسرعاً إلى سطح الماء وسبح إلى الشاطئ وجلس يستريح وبعد فترة كان الدولفين وصغيره يقفزان فرحاً ويلقيان تحيتهما للرجل.. مر يوم قبل ان يعود الرجل إلى مكانه مرة أخرى فوضع كرسيه وجلس للصيد ولم يمض وقت طويل حتى كان الدولفين يلقي عليه التحية ببعض القفزات الجميلة اسعدت صاحبنا وخفت عليه وطأة جلسته هذه التي لم يفز فيها الا ببعض سمكات صغيرات.. وبعد مضي وقت فوجئ الرجل بالدولفين وقد قفز على سطح الماء وفي فمه سمكة كبيرة سح بها قريبا من الرجل وكأنه يقدمها هدية فضحك الرجل كثيراً وقال أشكرك كثيراً لكن يا عزيزي هديتك هذه معناها أنني بالفعل أستطيع ان اقول الدولفين صديقي.

مساحة للتلوين

