

منوعات

الفكر

الثلاثاء 13 أكتوبر 2020 م - العدد 13061

Tuesday 13 October 2020 - Issue No 13061

ص 22

مجلس سيدات أعمال أبوظبي

ينظم الاجتماع الثاني للهيئة

التنفيذية للمجلس 2020

ص 31

لوسبي:

أحب الأعمال التي

تحتوي على تمثيل جدي



يجب أن تفقدي وزنك .. عندما

يصبح التعبير عن الرأي حادا



المراسلات، ص: 505

email:munawaat@alfajrnews.ae

دراسة: كورونا قادر على

البقاء 28 يوما على الأسطح

كشفت دراسة نشرتتها وكالة العلوم الوطنية الأسترالية أنه بإمكان فيروس كورونا المستجد أن يبقى على أشياء مثل الأوراق النقدية والهواتف حتى 28 يوما في الأجواء الباردة والجافة.

واختبر العلماء في مركز الجهوية لواجهة الأمراض التابع لهيئة البحوث الأسترالية مدى قدرة فيروس "سارس-كوف-2" على الاستمرار في الظلام وفي ظل ثلاث درجات حرارة مختلفة، بحسب ما أفادت الوكالة الاثنين. وتوصل العلماء إلى أنه عند 20 درجة مئوية، كان "سارس كوف 2" "قويا للغاية" على الأسطح المساء --- مثل الهواتف النقالة --- ليعيش لمدة 28 يوما على الزجاج والفولاذ والأوراق النقدية البلاستيكية.

وعند 30 درجة مئوية، تراجعت قدرته على البقاء إلى سبعة أيام وعند 40 درجة مئوية إلى 24 ساعة فقط. وبقي الفيروس لمدة أقل على الأسطح المسامية، مثل القطن (حتى 14 يوما عند درجات الحرارة الأدنى وأقل من 16 ساعة عند الدرجات الأعلى)، بحسب الباحثين.

وكانت تلك المدة "أطول بكثير" مما أظهرته دراسات سابقة أشارت إلى أنه بإمكان الفيروس البقاء حتى 14 يوما على الأسطح غير المسامية، وفق الدراسة التي نشرتها مجلة "فيروسولوجي جورنال". وذكر مدير المركز الاسترالي للجهازية للأمراض أنه تم من أجل الدراسة تجفيف عينات من الفيروس على مواد مختلفة قبل اختبارها باستخدام أسلوب "حساس للغاية" وجد آثار للفيروس قادرة على إصابة الخلايا.

وقال لشبكة "أنه بي سي" العامة "لا يعني ذلك أن تقول إن هذه الكمعية من الفيروس ستكون قادرة على إصابة شخص". وتابع أنه إذا كان الشخص "مهملًا حيال هذه المواد ولسها ثم لعق أيديه أو لس عينيه أو أنفه، فقد يتعرض للإصابة خلال فترة تصل إلى أسبوعين بعد تلوث" هذه المواد. وأشار درو إلى وجود عدة تحفظات بينما أن الدراسة تمت على مستويات محددة من الفيروس تكون عمادة موجودة في ذروة الإصابة العادية، كما أنه لم يتم تعريضه للضوء فوق البنفسجي، والذي بإمكانه التسبب بتحلل الفيروس بشكل سريع.

منتجات أساسية عليك اقتناؤها

استعداداً لموسم الإنفلونزا

في هذا الوقت من العام تبدأ نزلات البرد والأنفلونزا الموسمية بالانتشار على نطاق واسع، لذا لا بد من اتخاذ كل الإجراءات الوقائية للحماية من الجراثيم والفيروسات المسببة للأمراض في فصل الشتاء.

فيما يلي مجموعة من المنتجات التي يجب اقتناؤها للحفاظ على الصحة من نزلات البرد والأنفلونزا الموسمية في فصل الشتاء، بحسب ما أورد موقع "سي نت" الإلكتروني:

معقم اليدين

نعلم جميعاً أن الجراثيم والبكتيريا يمكن أن تعلق على أشياء مثل الأبواب وقضبان مترو الأنفاق وآلات بطاقات الائتمان، وأي سطح يلمسه الكثير من الناس كل يوم سيكون مليئاً بالجراثيم. ليس من الواقعي دائماً تجنب لمس كل الأسطح التي يحتمل أن تكون ملوثة، لذلك يفضل حمل معقم اليدين لاستخدامه فور لمس الأشياء. تقول الدكتورة جينيفر كودل، طبيبة طب الأسرة، لـ CNET: "نوصي مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها باستخدام معقم لليدين يحتوي على نسبة 60% على الأقل من الكحول". سيساعد هذا في تقليل عدد الميكروبات وقتل العديد من العوامل الضارة التي يمكن أن تصيبك بفيروسات البرد والإنفلونزا."

أقنعة الوجه

يحث مسؤولو الصحة، الناس على ارتداء أقنعة أو أغطية الوجه في أي مكان في الأماكن العامة أو في الخارج أو بالقرب من الآخرين. يمكن لأقنعة الوجه، المساعدة في منع انتشار الفيروس والحفاظ على سلامة الأشخاص الآخرين إذا كنت مريضاً. لا يمكن لأقنعة الوجه الجراحية أو التي تستخدم لمرة واحدة أن تحمي تماماً ولكن يمكن أن تظل مفيدة. تعتبر أجهزة التنفس N95 أكثر حماية وقوة عندما يتعلق الأمر بمنع الجراثيم المحمولة في الهواء من دخول أنفك وفمك.

المناديل الورقية

بعد استخدام المناديل الورقية عندما تكون مريضاً أو مصاباً باحتقان الأنف هو الخيار الأكثر صحة. يمكنك السعال أو العطس فيها ثم التخلص منها. تجنب استخدام يديك أو فمك لأن ذلك يمكن أن يشجع على انتشار الجراثيم.

دواء البرد دون وصفة طبية

إذا كنت تعاني من نزلة برد وسعال، فإن تناول الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية يمكن أن يساعد في تخفيف الأعراض. ابحث عن دواء يحتوي على مسكن للألم الجسم أو الصداع، ويمكن أن يساعد أيضاً في علاج السعال والتهاب الحلق واحتقان الأنف وآلام الجسم وغيرها من أعراض الأنفلونزا والبرد.

المناديل المطهرة

مناديل التطهير هي عنصر مهم يمكن استخدامه

تنظيف الأسطح وتطهيرها

وخاصة الأسطح التي يتم استخدامها بشكل متكرر. وينصح الخبراء بالتركيز على مناطق، مثل المطبخ والحمام، بالإضافة إلى أشياء مثل مقابض الأبواب ومفاتيح الإضاءة والدرابزين وأجهزة التحكم عن بعد والهواتف والديكورات الداخلية للسيارة. احتفظ أيضاً بالمناديل المبللة في مكان عمك.

صابون اليدين

معقم اليدين رائع للاستخدام أثناء التنقل، لكن غسل يديك بشكل متكرر هو أفضل رهان عندما يتعلق الأمر بالتخلص من الجراثيم التي تسبب لك المرض. تقول الدكتورة كودل: "أكد من غسل يديك كثيراً بالصابون والماء الدافئ لمدة 20 ثانية على الأقل في كل مرة". استخدم معقم اليدين في حالة عدم توفر الماء والصابون."

من المهم الحفاظ على نظافة يديك، ولكن حاول أيضاً تجنب لمس وجهك أو أنفك أو عينيك أو فمك طوال اليوم. هذا يمكنك من التقاط الفيروس ونقله إلى شخص آخر.

يديل للقاحات ضد الإنفلونزا

يلجأ كثير من الناس إلى التطعيم قبل الشتاء بلقاحات مضادة للإنفلونزا. تتغير هذه اللقاحات كل عام لأن فيروسات الأنفلونزا تغير من تركيبها للالتفاف على المضادات. علماء سويسريون اكتشفوا مركبا جزيئيا يتعرف عليها. كيف يعمل؟

اكتشف باحثون في سويسرا جزيئاً حيويًا قادراً على التعرف على التغيرات المختلفة لفيروس الأنفلونزا، ما يتيح لهم التحكم في الاستجابة المناعية للأشخاص المصابين بالمرض. ونقل موقع "Nau" السويسري أن هذا الاكتشاف يمكن أن يوفر بديلاً عن التطعيم المضاد للإنفلونزا الذي يأخذه كثيرون قبل بدء فصل الشتاء.

ورغم تطوير لقاحات فعالة، إلا أن فيروس الأنفلونزا (أو الأنفلونزا الموسمية) يمكن أن يغير من تركيبه، للتغلب على دفاعات الجسم، ما يضطر شركات الأدوية إلى إنتاج لقاح جديد كل عام.

وكتبت صحيفة "دير ستادارد" النمساوية أن الباحثين في معهد الطب البيولوجي في تبسين السويسرية اكتشفوا جزيئاً حيوياً يطلق عليه "SIGN-R1". وبإمكانه التعرف على كل أنواع فيروسات الأنفلونزا وبالتالي توجيه عمل الجهاز المناعي للجسم لتحديد الفيروس. كما أنه قادر على تثبيد فيروسات في الجهاز التنفسي.

وتعهد هذه الدراسة لعمل لقاحات تعتمد على الجزيء SIGN-R1. وتكون بديلاً للقاحات المعروفة أو تستعمل في حالات فشل هذه اللقاحات في التخلص من فيروس الأنفلونزا. ونشرت أعمال علماء تبسين في مجلة "Nature Microbiology"، مدعومة من باحثين في جامعة تولوز وكلية الطب بجامعة هارفارد وكلية طب جبل سيناء في نيويورك.

أكبر مهمة علمية في القطب الشمالي تعود أدرارها

بعد سنة من الأبحاث بشأن التغير المناخي في القطب الشمالي، عادت أكبر مهمة علمية تنفذ في هذه المنطقة إلى مدينة برينمرهافن في شمال غرب ألمانيا، على ما أعلن معهد ألفريد-فيغنر الألماني.

وقالت مديرة المعهد أنثي بيوتيس إن كاسحة الجليد بولارشترين "عادت" قلبي ينبض بقوة، لطالما انتظرت هذه اللحظة"، وذلك لدى رسو المركبة في الميناء مع أسطول من السفن وجمهور احتشد منذ الصباح الباكر على الأرصفة.

وقد جمعت المهمة بيانات وافية خلال الأشهر التي أمضتها السفينة في المياه المتجمدة في القطب الشمالي، ما يعد بإفشاء معلومات قيمة عن التغير المناخي.

وقد تسنى لعلماء خلال الصيف أن يعاينوا بأنفسهم مدى انحسار الكتلة الجليدية في المنطقة القطبية الشمالية التي يعتبرها الخبراء "بؤرة الاحتراز العالمي"، بحسب ما قال رئيس المهمة ماركوس ريكس. وفي خلال 389 يوما، عكفت هذه المهمة التي أطلق عليها اسم "موزاييك" على دراسة كل من الغلاف الجوي والمحيط والكتلة الجليدية والنظام البيئي لجمع معطيات من شأنها تقييم تداعيات التغير المناخي على المنطقة والعالم أجمع.

ومن المرتقب أن يستغرق التحليل الكامل لهذه المعطيات الثمينة سنة أو سنتين. ويقضي الهدف باستنباط نماذج لاستشراف المناخ بغية تحديد كيف ستكون موجات الحر والأمطار الغزيرة والعواصف مثلاً في خلال 20 أو 50 أو 100 سنة.

ومنذ انطلاق البعثة من ترومسو النرويجية في العشرين من أيلول-سبتمبر 2019، واجه العلماء أشهراً طويلة من الظلام المطبق ودرجات حرارة تتدنى إلى 39.5 درجة تحت الصفر وتلقوا زيارات من نحو عشرين دنياً قطبيا.

السلمون .. صديق القلب

قالت الجمعية الألمانية للتغذية إن لسماك السلمون فوائد صحية عدة، ويحمي من الإصابة بأزمة قلبية أو السكتة الدماغية.

وأوضحت الجمعية أن سمك السلمون غني بالأحماض الدهنية أوميغا 3 طويلة السلسلة مثل حمض "الإيكوسابتناينويك" وحمض "الدوكوساهكسائنيوك"، والتي تخفض الكوليسترول الضار وترفع المفيد منه، وتخفض ضغط الدم المرتفع، وتحسن خصائص سيولة الدم، ما يحمي من الأزمات القلبية والسكتات الدماغية.

وتنصح الجمعية بتناول الأسماك بمعدل مرتين أسبوعياً، مع مراعاة تناول نحو 70 غراماً من الأسماك الدهنية مثل السلمون، والمأكريل، والرنفة.

فوز ميلجروم وويلسون بنوبل للاقتصاد

قالت الأكاديمية الملكية السويدية للعلوم أمس إن عالمي الاقتصاد الأمريكيين بول ميلجروم وروبرت ويلسون فازا بجائزة نوبل للاقتصاد لعام 2020 لتعديلاتهما على نظرية المزايدات وابتكارهما صيفا جديدة للمزايدات، وقالت الأكاديمية في بيان "صنع المزايدات الجديدة مثال جميل يبرز كيف يمكن للبحث الأساسي أن يسفر عن ابتكارات تقيد المجتمع". وجائزة نويل للاقتصاد، التي تبلغ قيمتها عشرة ملايين كورونا سويدية (1.14 مليون دولار)، ليست واحدة من الجوائز الخمس الأساسية التي أنشأها رجل الصناعة ومخترع الديناميت ألفريد نوبل عام 1895 لكن أنشأها البنك المركزي السويسري ومنحت لأول مرة عام 1969.

بري ييلا تخضع لعملية قطع الرحم

كشفت المصارعة المحترفة السابقة ونجمة تلفزيون الواقع بري ييلا في أحدث حلقات برنامج The Bellas Podcast أنها خضعت لعملية جراحية لقطع "أنابيب فالوب" أو "قناة الرحم" بعد ولادة ابنها "بادي ديسيرت".

شؤون محلية



بالدور الكبير الذي قامت به جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي في دعم وتطوير قطاع زراعة النخيل وإنتاج التمور على مستوى العالم، من خلال تنظيم المهرجان الدولي للتمور الأردنية والمهرجان الدولي للتمور السودانية والمهرجان الدولي للتمور المصرية وما رافقها من أنشطة وفعاليات، التي ساهمت بشكل فاعل في زيادة السمعة للتمور العربية وارتفاعه على حجم الصادرات، بالإضافة إلى سلسلة المؤتمرات الدولية التي نظمتها الأمانة العامة للجائزة على مدى عشرين عاماً.

جائزة خليفة تستقطب خبراء دوليين لتقديم محاضرات علمية افتراضية بعنوان «سلسلة القيمة والتسويق الدولي للتمور الإمارات تنصدر دول العالم في نسبة التصدير مقارنة مع كمية إنتاج التمور كمية التمور المتداولة في السوق الدولي تقدر بـ 1.4 مليون طن، قيمتها 1.97 بليون دولار أمريكي

مجموع الإنتاج العالمي السنوي للتمور، في حين ارتفع خلال الخمس سنوات الأخيرة إلى 17.38% وبلغت نسبة النمو 6% خلال الفترة نفسها . أما عن كمية التمور التي ينتجها العالم والكمية المتداولة منها في السوق الدولية فقد أشار الدكتور وهبي أنه وبحسب إحصائيات منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة ومركز التجارة العالمي يقدر الإنتاج العالمي للتمور سنة 2018 بـ 8.536.218 طن، وحسب مركز التجارة العالمية بلغت كمية التمور المتداولة في السوق الدولية في السنة نفسها ما قدره 1.561.827 طن، أي أن كمية الفائض من التمور شاملة الاستهلاك المحلي والفائض بلغ 7.152.638 طن. وكان ترتيب الدول المصدرة للتمور على النحو التالي: إيران أول مصدر من حيث الكمية بـ 306.291 طن ثم العراق بـ 265.352 طن ثم الإمارات بـ 200.887 طن ثم السعودية بـ 161.966 طن ... وحول توزيع قيمة التصدير

والتعليب، لأن ما نلاحظه هو غياب عمليات الفرز لأولية بالحقل وغياب شلاجات حفظ التمور بأمكن الحصاد وعدم ملائمة أغلب محطات الفرز والتعليب مع المواصفات الدولية، العامل الخامس هو التصنيع؛ فالتصنيع لا يحظى بالاهتمام اللازم، والعامل السادس والأخير هو التسويق؛ غياب المواصفات التسويقية وضعف التسويق الدولي وضعف مردودية التسويق الداخلي بالنسبة لصغار المنتجين. كما أشار في المحاضرة إلى بعض المعطيات عن التسويق الدولي للتمور، حيث انتقلت كمية التمور المتداولة في السوق الدولية خلال الفترة 2009 - 2018 من 660 ألف طن إلى حوالي 1.4 مليون طن، في حين خلال الفترة 2009 - 2018 تراوحت النسبة السنوية للتمور المتداولة في السوق الدولية ما بين 10 % و19% من مجموع التمور التي يتم انتاجها، أما معدل التصدير خلال الفترة 2009 - 2013 فقد وصل إلى 9.82% من

لنخيل التمر والابتكار الزراعي عن تقديره للجهود العلمية والمهنية التي قدمها الدكتور عبد الله وهبي، بصفته أحد الخبراء الدوليين في مجال زراعة النخيل وإنتاج وتسويق التمور، والذي شغل لأكثر من 12 سنة مدير مكتب منظمة الأغذية والزراعة (الفاو) في المملكة العربية السعودية. من جهته فقد أشار الدكتور وهبي في محاضراته إلى أن سلسلة قيمة التمور في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا تتكون من ستة عوامل منها أساسية وأخرى مساندة، العامل الأول هو الإكثار وإنتاج الفسائل؛ حيث أن أغلب المزارع التجارية تعتمد على النخيل المنتج عن طريق زراعة الأنسجة في حين ينتشر استعمال الفسائل لدى صغار المزارعين. العامل الثاني هو الإنتاج؛ لأن أهم موقفات الإنتاج تتلخص في غياب المعرفة بالممارسات الزراعية الجيدة للنخيل لتمكين المزارعين الحصاد؛ حيث ما زالت الطرق التقليدية تطفى على عمليات الحصاد، العامل الرابع هو الفرز

نظمت جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي محاضرة افتراضية حول سلسلة القيمة المضافة والتسويق الدولي للتمور، قدمها الخبير الدولي الدكتور عبد الله وهبي، مدير سابق لمكتب منظمة الأغذية والزراعة بالملكة العربية السعودية، بمشاركة 78 شخصاً هم نخبة من المزارعين والمنتجين والأكاديميين والخصيين بزراعة النخيل وإنتاج وتصنيع التمور يمثلون 12 دولة على المستوى العربي. وتأتي هذه الندوة العلمية الافتراضية ضمن توجيهات معالي الشيخ نهيان مبارك آل نهيان وزير التسامح والتعايش، رئيس مجلس أمناء الجائزة، في إطار التزام الجائزة بنشر المعرفة العلمية والتوعية بالممارسات الجيدة للنخيل لتمكين المزارعين وتحسين جودة التمور. حيث أعرب الدكتور عبد الوهاب زايد، أمين عام جائزة خليفة الدولية

.. أبوظبي-الفجر

منوعات الفكر 22

أكاديمية الشعر تختتم الموسم الثاني عشر 2020 لمساق الأسس الفنية للتقصيدة النبطية

.. أبوظبي-الفجر

شهدت أكاديمية الشعر في لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية في أبوظبي اختتام الموسم الثاني عشر 2020 لمساق "الأسس الفنية للتقصيدة النبطية". وذلك عبر حفل نظمته الأكاديمية عن بعد. وأعرب سلطان العميمي، مدير الأكاديمية، عن سعادته بإنجاز موسم استثنائي، استطاعت خلاله الصعبة التي فرضها انتشار فيروس كوفيد 19 في مختلف دول العالم. وقال العميمي الحفل الذي اعتبر موسم إنجازا لهذه الظروف اليوم، وما الطلبة فرحتهم مؤكداً أن الإنسان العلم ولو كان في أبعد وتقدم العميمي بالشكر للجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية، لكل ما قدمته من جهود تنظيمية وإدارية في سبيل إنجاح الموسم، كما شكر الأساتذة المشاركين والقائمين على تدريس المساق. وإلى جانب ذلك أشاد العميمي بجهود جميع الزملاء داخل الأكاديمية الذين أسهموا في إنجاح الموسم، مستذكرا جهود الراحل عياش يحيوي في توثيق الشعر النبطي وإسهامه في العملية التدريسية داخل الأكاديمية. وأكد العميمي أن هذا التخرج ما هو إلا نقطة انطلاق وبداية جديدة لمرحلة قائمة وعوالم مختلفة لحياة الطلبة المتعلقة بالشعر والتجربة الثقافية. مبدياً استعداد الأكاديمية لتبني جميع التجارب الجديدة عبر نشر وتوزيع أعمالها.

وأشار إلى أن هناك العديد من الطلبة الذين تخرجوا من الأكاديمية، واستطاعوا فرض حضورهم في المشهد الشعري والثقافي، عبر إصدارات أثرت المكتبة الشعرية، ومشاركات ناجحة في مسابقات وبرامج أبرزها برنامج شاعر المليون. واختتم: "نحن فخورون بكل من التحق بالدراسة في الأكاديمية، وأمنى للجميع التوفيق وتحقيق كل ما يرغبون به في مسيرتهم التعليمية والإبداعية."

بدوره ألقى الطالب أحمد عمر بالجرم، كلمة بالنيابة عن زملائه الخريجين، أعرب من خلالها عن امتنانه لكل الجهود التي تقدمها الأكاديمية في سبيل منح الطلبة بطاقة العبور إلى القصيدة النبطية وعوالمها، واختصار الكثير من المسافات أمامهم للوصول إلى تحقيق آمالهم وأهدافهم.



باستخدام جهاز ضغط القلب الآلي الجديد كوربلس مستشفى «توام» ينعش مريضا بنجاح أصيب بسكتة قلبية مطولة بسبب انسداد رئوي ضخم

.. العين -الفجر

خلال ذروة جائحة كوفيد-19، حضر إلى قسم الطوارئ في مستشفى توام رجل يبلغ من العمر 27 عاماً وهو مصاب بضيق شديد ومفاجئ في التنفس قبل ساعتين من الوصول، وفي غضون دقائق من وصوله، تعرض لسكتة قلبية "توقف القلب" بسبب انخفاض مستوى الأكسجين وانخفاض ضغط الدم، وعلى الرغم من أن الالتهاب الرئوي الناجم عن كوفيد-19 كان يشكل مصدراً للشك والقلق؛ إلا أن الطبيعة المفاجئة للتدهور دفعت فريق الطوارئ إلى إجراء تخفيف كهربائية القلب بجانب السرير، مما أظهر وجود انسداد رئوي ضخم "جلطات دموية كبيرة في الرئتين". بدأنا بدعم الحياة القلبية المتقدم باستخدام الجهاز الذي حصلنا عليه مؤخراً، كما قمنا بإعطاءه دواء لحل الخثرات "دواء يسمى آتيبلاز يعطى عن طريق الوريد لمدة ساعتين لحل جلطات الدم". تم إجراء الإنعاش القلبي الرئوي لمدة 90 دقيقة حتى تتمكن من توفير وقت كاف لكل من الدواء "كيميائياً" ولجهاز كوربلس "ميكانيكياً" لحل جلطات الدم.

بعد الإنعاش الناجح في قسم الطوارئ، تم إدخال المريض إلى وحدة العناية المركزة، ونظر كذلك في الحالة فريق أمراض القلب وأمراض الرئة وأمراض الكلى وأمراض الدم. عادة ما يتنجز 1 من كل 4 مرضى من توقف القلب في المستشفى، ومع ذلك، فإن معدل الوفيات الناجم عن السكتات القلبية لدى مرضى الانسداد الرئوي الضخم يصل إلى 95%، علاوة على ذلك فإن الخروج إلى المنزل مع وجود أعصاب سليمة "وظائف المخ" أمر نادر الحدوث عند أولئك الناجين.

وعادة ما يتم إجراء الإنعاش القلبي الرئوي لمدة 20 دقيقة تقريباً، وغالباً ما يتوقف الإنعاش إذا لم يتعافى المريض، ولكن جهاز كوربلس الجديد يمكننا من إجراء إنعاش مطول دون إجهاد الفريق. مكنت جهود فريق طب الطوارئ في توام المريض من النجاة من حالة الموت شبه المؤكدة والعودة إلى المنزل مع وظائف سليمة للمخ، وقد نجا عدد قليل فقط من الحالات في جميع أنحاء العالم بنتائج عصبية كاملة بعد هذا



مجلس سيدات أعمال أبوظبي ينظم الاجتماع الثاني للهيئة التنفيذية للمجلس 2020

الأعمال المسجلة في عضوية غرفة أبوظبي خلال الفترة من يوليو وحتى منتصف سبتمبر 2020. 1766 سيدة مواطنة و 178 من غير المواطنين. من أهم المشاريع والمبادرات التي تم إطلاقها خلال تلك الفترة، جائزة أفضل فكرة مشروع مبدع ومبتكر (النسخة الخامسة)، وقد تم إطلاق الجائزة إلكترونياً وبلغ عدد الراغبين بالتسجيل في الجائزة 100 مشاركة، كما قام المجلس بتفعيل عدد (9) مذكرات تفاهم مع الشركاء الاستراتيجيين للمجلس، ومن المبادرات المهمة التي نظمها مجلس سيدات أعمال أبوظبي تكريم خط الدفاع الأول في مدينة خليفة الطبية من الطبيبات والممرضات، وذلك تزامناً مع احتفالية المجلس بذكرى يوم المرأة الإماراتية وتنظيمه لفعالية ملتقى يوم المرأة الإماراتية "التخطيط للمخمين - المرأة سند للوطن"، وتم خلال الاجتماع الاطلاع على ما تم من مشاركات خارجية للمجلس، ومنها مشاركة مجلس سيدات أعمال أبوظبي كشريك استراتيجي وداعم للمنتقى المرأة العالمي والأزباء، كما اجتمع مجلس سيدات أعمال أبوظبي ومؤسسة نساء للارتقاء بالمرأة مع سيدات أعمال صربيا للتباحث حول كيفية التعاون بين الطرفين فيما يخص الأزباء.



المحلي للإمارة، وتم خلال الاجتماع تقديم عرض تقديمي لما تم إنجازه خلال فترة النصف الثاني من العام الحالي، حيث قام مجلس سيدات أعمال أبوظبي، بعقد عدد 36 من الدورات وورش العمل والندوات التعريفية والجلسات الاستشارية، بلغ عدد المشاركات المستفيدات منها 2164 مشاركة، كما تم تنظيم عدد 2 من المعارض التجارية التسويقية الافتراضية، وشارك فيهما نحو 230 من سيدات ورائدات الأعمال، فيما تم إصدار عدد 212 رخصة مبدعة، في حين بلغ عدد سيدات

وتقديم كافة الخدمات التي تمكنهن من استمرار أعمالهن، حيث وظف التكنولوجيا الرقمية لتكون حلقة الوصل المثالية والتفاعلية للتواصل وإنجاز الأعمال. وأشارت الرميثي أن المجلس يعمل على تحقيق 3 أهداف استراتيجية وهي توسيع نطاق مشاركة المرأة في التنمية الاقتصادية من خلال زيادة الأعمال، وتعزيز مشاركة فاعلة للمرأة في سوق العمل وفق أحدث المستندات وأفضل الممارسات، بالإضافة إلى التوسع في دعم المرأة المواطنة العاملة من المنزل بما يضمن إدماجها في الاقتصاد

مجلس سيدات أعمال أبوظبي استطاع أن يكون شريكاً داعماً لسيدات ورائدات الأعمال وحتى الشابات الراغبات في خوض مجال التجارة والدخول إلى مجتمع الأعمال في إمارة أبوظبي، محققاً بذلك الكثير من الإنجازات ومقدمات العديد من المبادرات خلال النصف الأول والثاني من العام 2020، بالرغم من الظروف الاستثنائية التي أثّرت بجميع مناحي الحياة في العالم أجمع بسبب انتشار فيروس كوفيد 19، إلا أن المجلس كان حاضراً في دعمه لجمع سيدات ورائدات الأعمال

.. أبوظبي-الفجر

نظم مجلس سيدات أعمال أبوظبي الاجتماع الثاني للهيئة التنفيذية للمجلس 2020، برئاسة سعادة مريم محمد الرميثي رئيسة الهيئة التنفيذية لمجلس سيدات أعمال أبوظبي، وبحضور عضوات الهيئة التنفيذية للمجلس سعادة: ريد حمد الشرياني، سعادة: علياء عبد الله المزروعى، سعادة: دلال سعيد القبيسي، الدكتورة: هدى عبد الرحمن المطروشي، السيدة: سلمى عقيدة المهيري، السيدة: فاطمة خميس المزروعى، الدكتورة: شفيقة العامري المدير التنفيذي لمجلس سيدات أعمال أبوظبي.

تناول الاجتماع بحث ما تم إنجازه من القرارات والتوصيات التي خرج بها الاجتماع الأول للهيئة حيث تم تنفيذ جميع القرارات والتوصيات 100%، كما تم استعراض جميع المبادرات والمشاريع لمجلس سيدات أعمال أبوظبي التي تم إنجازها خلال الفترة من يوليو حتى منتصف سبتمبر 2020، وناقش الاجتماع ما تبقى من المشاريع والمبادرات لعام 2020 من الخطة الاستراتيجية 2020 -2024. وأكدت سعادة مريم محمد الرميثي أن

مجلس ضاحية البستان يستعرض أعماله خلال الفترة المقبلة ويشيد بجهود حاكم الشارقة في استكمال المشاريع ورعاية المواطنين



وأعضاء مجلس ضاحية البستان حول آليات عمل المجلس وأدوار كوادره وتطرق إلى شرح حول مهام الأقسام العامة في المجلس. وناقش أعضاء المجلس عددا من الرؤى والأفكار المتنوعة حول عمل مجلس الضاحية وتم عرض الأفكار التي تخص المجلس وأحياء الضاحية.

جرى استعراض محضر الاجتماع الاول ومناقشات الرسائل الواردة. كما وتم الاطلاع على آليات العمل الإداري في مجلس الضاحية من خلال ما قدمه سعادة الدكتور علي سالم الطنيجي نائب رئيس مجلس الضاحية. كما قدم عبدالله سليمان الكابوري مدير إدارة شؤون المجالس شرحا وافيا لرئيس

تعضي فيها الإمارة ويحقق الاستقرار الأسري والرخاء المجتمعي. وأشار خلال الاجتماع أن مجلس ضاحية البستان سيعمل على تعزيز دوره كمجلس اجتماعي يهدف من خلال أنواره إلى خدمة الأهالي والأسر وتلمس احتياجاتهم ليكون مرة المواطنين في كافة شؤونهم. بعدها ومن خلال بنود جدول الأعمال

والقرى تعمل على تقديم جهودها في خدمة المجتمع. وأعرب عن تقدير الضاحية لتوجيهات صاحب السمو حاكم الشارقة الدائمة ورؤيته الشاقبة في البحث المتواصل لتحقيق تطلعات مواطني الإمارة بما يبعث البهجة في نفوسهم ويسهم بشكل كبير في مواصلة مسيرة التنمية التي

.. الشارقة -الفجر

أشاد مجلس ضاحية البستان التابع لدائرة شؤون الضواحي والقرى بجهود حضرة صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة في مواصلة حرصه على استكمال المشاريع المختلفة وتنفيذ البنى التحتية وأثنا على ما يبذله سموه من حرص على توفير الحياة الكريمة لمواطني إمارة الشارقة وتواصل توجيهات سموه في رعاية أبنائه ودعمهم بما يتناسب وظروف ارتفاع مستوى المعيشة ويسهم في استقرار الأسر وتوطيد كيان المجتمع. جاء ذلك خلال الاجتماع الذي عقده مجلس ضاحية البستان في مقره بمدينة الذيد بعد أخذ كافة الاحتياطات اللازمة والتدابير الوقائية والتباعد الجسدي برئاسة سعادة الدكتور سالم زايد الطنيجي رئيس مجلس الضاحية وحضور أعضاء مجلس الضاحية. وفي بداية الاجتماع أكد الدكتور سالم زايد الطنيجي على حرص ضاحية البستان أن تواصل دورها في ظل سلسلة مجالس الضواحي التي تزخر بها إمارة الشارقة وتحت إدارة دائرة شؤون الضواحي

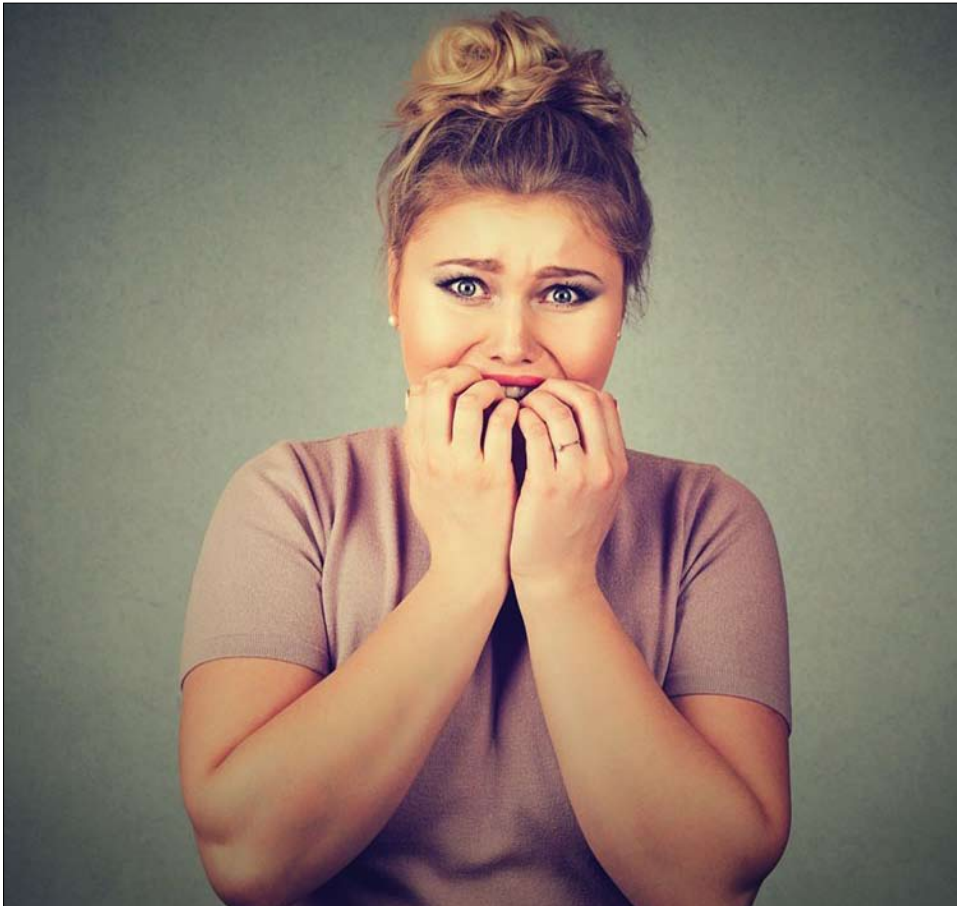
منوعات الفكر 23



تكررت شكاوى السيدات من انتقادات أزواجهن لأجسادهن في المجموعات النسائية المغلقة على مواقع التواصل، وجاءت الشكاوى مصحوبة بتعبير عن مشاعر بالحزن والخذلان، وصولاً إلى انعدام الثقة بالنفس، خاصة أن بعضهن يعانين بالفعل بسبب مقارنة أنفسهن بذوات الأجساد النموذجية. تبادل الآراء بين الأزواج، أمر يشجع عليه المتخصصون في العلاقات الزوجية، لكن المشكلة الكبرى تظهر عندما يصبح التعبير عن الرأي حاداً يتضمن عبارات مثل (يجب أن تفقدي وزنك لأنني لم أعد أحبك هكذا).

انتقاد الزوجة قد يوصلها إلى انعدام الثقة بالنفس

يجب أن تفقدي وزنك . . عندما يصبح التعبير عن الرأي حاداً



سنترا) Psychcentral . ابحتي عن كلمات هادئة وصورة خيال ما قيل، فكري قبل أن تتفاعلي معه.

3- أنت تحددين قيمتك الذاتية رغم أن كلمات الطمأنينة من زوجك يمكن أن تساعد في تعزيز احترامك لذاتك وثقتك بنفسك، لا تعتمد على فقط، لتحديد شعورك حيال نفسك أو مظهرك. تأكدي أنك المسؤولة عن تقديرك واحترامك لذاتك، واخبري زوجك أن (الرقم على الميزان) أمر سطحي لا يؤثر على مدى تقديرك وثقتك في ذاتك.

4- اطلبي منه التوقف إذا كان زوجك يعتمد تكرار التعليقات السلبية والمهينة على وزنك، اطلبي منه بوضوح أن يتوقف تماماً عن ذلك، لأنه أمر غير مقبول. وبغض النظر عن تعليقات زوجك السلبية، لا تستسلمي لليأس. وتنصح جولي كوسغروف، كاتبة متخصصة في قضايا الإساءة، المرأة أن تسأل نفسها إذا كنت راضية عن حالتها الصحية أم لا، هل يتداخل وزنها مع صحتها؟ هل تواجه صعوبة في فعل الأشياء التي تجعل الحياة ممتعة بالنسبة لها؟

وتوضح في مقال على موقع (إيشوسواي فايس) Issuesface أن الأمراض المرتبطة بزيادة الوزن معروفة ومتعددة، وعلى المرأة أن تفكر في القيام بما يلزم لتحسين مستوى صحتها العامة بعيداً عن إحباطات المحيطين.

حتى وإن استجابت الزوجة وأنقصت وزنها، أو تغيرت من أجل الشعور بالحب، فإنها تستاء من التغيير. اللاتي يشعرن بالحب بالفعل يستمتعن بالتغيير لإرضاء أزواجهن. الفرق أنهن يتغيرن لأنهن محبوبات، وليس عليهن أن يتغيرن ليصبحن كذلك.

كيف تواجهين الانتقادات؟ يشير المتخصصون إلى عدد من النقاط التي يجب على الزوجة اتباعها عند انتقاد الزوج لوزنها ويعلق عليه باستمرار، منها:

1- استكشفي القصد من تعليقه أساليبه بهدوء ما الذي لا يعجبه واتركي له المساحة ليتحدث، ولا تهاجمي لأن ذلك يجعله يغير الأمور ويحشد دفاعاته أولاً. هل ينتقد وزنك لأنه لم يعد منجذباً إلى مظهرك الخارجي؟ أم لأنه قلق على صحتك أو ما قد يسببه الوزن الزائد من بعض الأمراض؟

2- عبري عن انزعاجك بهدوء عبري بصراحة عن الكيفية التي أثرت بها تعليقاته عليك ولماذا، لكن عبري عن ذلك بهدوء. ومن المحتمل أن تجعلك الإهانة غاضبة ودفاعية، لكن من المرجح أن يؤدي الهجوم عليه إلى مزيد من الجدل والإحباط، وفقاً لـ (سايبك



تجنب هذه الأطعمة قبل التمارين ! كيف تأكل كمية أقل من تلك التي ترغب فيها؟



من الصعب للغاية مقاومة البسكويت والشوكولاتة أو اتباع نظام صحي سليم. فقد وجدت دراسة نشرت في دورية Marketing Research (الانديبندنت) البريطاني أن لدى الناس ميلاً أكبر لاستهلاك الوجبات الخفيفة غير الصحية مقارنة بتلك الصحية. وتوصل الباحثون إلى أن استنتاجاتهم، من خلال إجراء خمس تجارب مختلفة. جلب المتطوعون إلى المختبر حيث كان هناك قطع من الشوكولاتة اللذيذة ذات حجم كبير ومصنوعة من زبدة الفول السوداني. من ثم اختبرت طرق عرض الشوكولاتة ليتبين أنه عندما وضعت في علب كبيرة وطلب من المتطوعين الذهاب لتناول ما يحلو لهم، لم يتحرك أحد. ولكن عندما وضعت قطع الشوكولاتة في أكواب صغيرة، وقدمت لهم تبين أن نحو ثلث المشاركين أكلوها. لذلك إن أردنا تناول كميات أقل من الوجبات السريعة، فربما يجب علينا تقديم الطعام بطريقة تتطلب أن يتم وضع أجزاء صغيرة من الطعام الخاص بنا، لأنه على ما يبدو أننا كسالى جداً للقيام بذلك.

يحرص العديد من الأشخاص على ممارسة التمارين بانتظام، لكنهم قد يقعون في خطأ شائع من خلال تناولهم أطعمة لا تتناسب مع التمارين الرياضية والتي تؤثر سلباً على أجسامهم على المدى البعيد. أكدت مدربة اللياقة البدنية مشيرة نجيب ان (هناك عدداً من الأطعمة يجب الابتعاد عنها قبل البدء في



التمارين لأنها تسبب مشاكل في المعدة وتشنجات العضلات وشعوراً بالخمول. ومن أهم هذه الأطعمة بذور الكتان التي يستحسن تناولها في أوقات بعيدة من التمارين لأنها تسبب انتفاخاً في المعدة، مما يؤثر على أداء بعض الحركات الرياضية أثناء التمرين. كما يجب تجنب الحمص لأنه يحتوي على نسبة كربوهيدرات

فنلندا تستكمل أعمال تشييد جناحها المشارك في معرض إكسبو 2020 دبي



•• دبي-الفرج:

كشفت فنلندا عن استكمال 90% من أعمال إنشاء جناحها الخاص ”نو كيب“ ضمن معرض إكسبو 2020 دبي. وتم تصميم الهيكل الخاص بالجناح ليتمل فترة التمديد الإضافية بعد الإعلان عن تأجيل موعد المعرض المرتقب، ومن المقرر استئناف أنشطة البناء التبقية بما فيها أعمال التجهيز الداخلي في أبريل 2021. وتعليقاً على التقدم المحرز حتى الآن، قال سفيرى كينبلا، المفوض العام لفنلندا في معرض إكسبو 2020 دبي: ”قررنا تأجيل عناصر البناء الأخيرة لجناحنا، مما يضمن الحفاظ على رونق اللمسات الجمالية النهائية قدر الإمكان عند الافتتاح في أكتوبر 2021. وستضيف الطبقة الخارجية للجناح على وجه الخصوص قبل وقت قصير من تاريخ الافتتاح، فالسطح الأبيض سيكشف عن الشكل النهائي للجناح الفريد.

وبمجرد استئناف البناء في العام المقبل، سيتم تركيب مساعد كوني التي تعمل بدون تلامس والأبواب المنزلقة، وستبدأ الاستعدادات في مساحة المعرض والتجهيزات الخاصة بالتصميم الداخلي. ويقع جناح نو كيب في منطقة إكسبوموبيليا السويسرية والمتخصصة بالإنشاءات إدارة وتنفيذ أعمال تشييده. من جانبه، صرح ديتمار كوتشيتز، الرئيس التنفيذي لشؤون العملاء في شركة إكسبوموبيليا: ”عملنا على إعداد الهيكل ليتناسب مع الموعد الجديد ومع تغير الظروف الجوية، مما يعني التوقف المؤقت عن تنفيذ التفاصيل الدقيقة لتصميم الجناح وتأجيل اللمسات الأخيرة. وعندما تعود إلى الموقع في أبريل 2021، سنضع اللمسات الأخيرة على الجزء الخارجي للجناح، بما في ذلك الجدار الخارجي من الأنيتيوم للمدخل والطبقة الخارجية والبحيرات المزينة بالجرايت الموجودة عند مدخل الجناح والافتات. وقد

جرى تشييد الهيكل الأساسي لمدخل الجناح الضيق الذي يعتبر جزءاً رئيسياً فيه، باستثناء عملية الطلاء النهائي للخشب، والتي سيتم قبل الافتتاح بوقت قريب.. ويشارك عدد من الشركاء الفنلنديين في بناء الجناح الفنلندي. فعلى سبيل المثال، ستزود مجموعة هالتون الجناح الرئيسي والممرات الرئيسية بنظام تهوية مكون من أجهزة تضخ تيارات هوائية منخفضة السرعة، مما يضمن تدفق هواء بارد ومتنش في أماكن حضور الزوار بارتفاع يصل إلى 3 أمتار. كما ساهمت جرانلوند بتقديم خدماتها الاستشارية خلال مرحلتى تخطيط وتشييد الجناح، وأنتجت نسخة رقمية مطابقة عن الجناح بهدف مراقبة أدائه خلال العرض. فيما تزود سرفيز بأنظمة مراقبة تهوية المساحات الداخلية عن بُعد للجناح الفنلندي وغيره من الأجنحة الوطنية، قبل إقامة فعاليات معرض إكسبو 2020 دبي وأثناءها.

واختتم سفيرى كينبلا حديثه قائلاً: ”كان جناحنا

مصدر وميرال توقعان اتفاقية لتطوير أكبر مشروع للطاقة

الشمسية الكهروضوئية على سطح مبنى عالم وارنر براذرز أبوظبي

•• أبوظبي-الفرج:

وقعت شركة أبوظبي لطاقة المستقبل ”مصدر“، إحدى الشركات العالمية الرائدة في مجال الطاقة المتجددة، اتفاقية مع شركة ”ميرال“، المطور المرائد للوجهات في أبوظبي، لتطوير مشروع للطاقة الشمسية الكهروضوئية على سطح مبنى ”عالم وارنر براذرز أبوظبي“ في جزيرة ياس، حيث يعد المشروع الأكبر من نوعه في الإمارة. وتهدف الاتفاقية إلى تركيب ما يصل إلى 16000 لوحة وحدة شمسية على مساحة تبلغ 36000 متر مربع على سطح مبنى هذه الوجهة الترفيهية، حيث سيتم تزويد المبنى بـ 40 بالائة من احتياجاته السنوية من الكهرباء. وبموجب الاتفاقية، ستولى ”مصدر“ تجهيز المشروع الذي تبلغ طاقته القصوى سبعة ميجاواط بشكل كامل، حيث تشمل مهام الشركة التصميم والمشتريات والبناء، فضلاً عن عمليات التشغيل والصيانة. ومن المقرر أن يبدأ تشغيل المشروع في الربع الأخير من عام 2021، وبمجرد اكتماله، ستصبح ”عالم وارنر براذرز أبوظبي“ أكبر مدينة ترفيهية تعمل بالطاقة الشمسية على مستوى منطقة الخليج العربي، وأغرب محمد جميل الرمحي، الرئيس التنفيذي لـ ”مصدر“، عن سعادته بالتعاون مع شركة ”ميرال“ لتطوير أكبر مشروع للطاقة الشمسية على أسطح المباني في

أبوظبي. وأشار إلى أن المباني تستهلك ما يقرب من 55 بالائة من الطلب العالي على الكهرباء وفقاً للمجلس العالمي للأبنية الخضراء، ويعد تحسين كفاءة الطاقة في هذا القطاع أمراً بالغ الأهمية لتحقيق أهداف الطاقة النظيفة في دولة الإمارات. وقال الرمحي: ”نحن فخورون بدعم استراتيجية كفاءة الطاقة في أبوظبي والهادفة إلى خفض الاستهلاك الإجمالي للكهرباء بنسبة 22 بالائة بحلول عام 2030، ونتطلع إلى تسخير الخبرة التي يتمتع بها فريق وحدة خدمات الطاقة في ”مصدر“ لدعم

جهود شركة ”ميرال“ في تنفيذ حلول فعالة للطاقة ضمن وجهاتها ومناطقها السياحية. وسيتم تنفيذ هذا المشروع تحت إشراف وحدة خدمات الطاقة في مصدر، والتي تتولى متابعة المشاريع التي تستثمر فيها الشركة في كل من دولة الإمارات العربية المتحدة والمملكة العربية السعودية من خلال الاستفادة من الخبرات المحلية والدولية في نشر مشاريع الطاقة الشمسية الكهروضوئية وتعزيز كفاءة الطاقة. من جهته أكد محمد عبد الله الزعاعي، الرئيس التنفيذي لشركة ”ميرال“، على أهمية

هذا الاتفاق مع ”مصدر“. وقال إن الشركة تولي أهمية كبيرة لتطبيق الممارسات المستدامة ضمن مشاريعها، ويوصفها أكبر مدينة ترفيهية داخلية في العالم، فإن ”عالم وارنر براذرز أبوظبي“ تعتبر المكان المثالي لمشروع بهذا الحجم. وأشار الزعاعي إلى أن هذا التعاون يعكس التزام ”ميرال“ بتسخير الأنظمة الأكثر كفاءة وابتكاراً واستدامة ضمن مراقفها في جزيرة ياس، مما يجعلها وجهة عالمية رائدة للترفيه والاستجمام والأعمال. وتلتزم دولة الإمارات بتعزيز الاستدامة في جميع القطاعات الاقتصادية، ومن

ببناء القطاعين الترفيهي والسياحي. وتعمل ”ميرال“ بصفتها المطور الرائد للوجهات الترفيهية في أبوظبي، على تعزيز التزامها بالاستثمار في الحلول المستدامة من خلال هذه الاتفاقية. وبالإضافة إلى مشروع الطاقة الشمسية الكهروضوئية في ”عالم وارنر براذرز أبوظبي“، تمثل ”الاتحاد أرينا“ مثالا آخر على التزام شركة ”ميرال“ بتعزيز الاستدامة، حيث نال هذا المشروع الذي يعد أول أرينا داخلية متعددة الأغراض والأول من نوعه في أبوظبي جائزة ”تصميم العام في فئة المباني المستدامة“ لعام 2018 نظراً لما يتميز به من تطبيق للمعايير الخضراء. وتعتبر دعامة السقف أحد عناصر التصميم المستدام التي تركز البصمة الخضراء للمشروع، حيث تحمل هذه الدعامة واجهة ذاتية التظليل تتيح مرور كمية مناسبة من ضوء النهار، مع تأمين الغزل الحراري اللازم والتخفيف من استهلاك الطاقة، كما يستخدم المشروع أنظمة وجوابت معيارية تخفف من استهلاك المواد إلى حد كبير، بنسبة تصل إلى 22.4 بالائة من المياه سنوياً. وبحسب تقرير ”ريما 2030“ الصادر عن الوكالة الدولية للطاقة المتجددة ”أرينا“، يمكن أن تساهم نظم الطاقة الشمسية الكهروضوئية الممتدة على أسطح المباني بنحو 6 بالائة من إجمالي إنتاج دولة الإمارات من الطاقة بحلول عام 2030.

الذهب

25 إقبال كبير على شراء السبائك والذهب الخام محلياً

وسط ارتفاع الأسعار بنسبة 27% منذ بداية العام

•• أبوظبي-وام:

شهد سوق الذهب المحلي نشاطاً قوياً خلال الفترة التي أعقبت عودة فتح القطاعات الاقتصادية والتجارية في الدولة مع بداية شهر يونيو الماضي. وجاء الإقبال المتزايد على الذهب في السوق المحلي مع استمرار ارتفاع الأسعار التي وصلت نسبتها 27% منذ بداية العام 2020 وحتى نهاية الثلث الأول من أكتوبر الجاري وفقاً لما تظهروه الأسعار اليومية المعتمدة في محلات التجزئة العاملة في السوق.

وتظهر المعطيات المستقاة من السوق تركيز إقبال الأفراد بشكل أكبر على شراء السبائك الذهبية بالإضافة إلى الذهب الخام وذلك بقصد الاستثمار خاصة مع استمرار ارتفاع الأسعار.



وقال حمد العوضي، عضو مجلس إدارة غرفة تجارة وصناعة أبوظبي في تصريح لوكالة أنباء الإمارات ”وام“ إن الإقبال على شراء الذهب بعد عودة فتح الأسواق شهد نمواً كبيراً حيث لوحظ أن عمليات الشراء تركزت على الذهب الخام قابلها قيام الأفراد ببيع ما بحوزتهم من ذهب قديم لتحقيق أكبر قدر من المكاسب بعد ارتفاع أسعار المعدن الأصفر. وأضاف العوضي أن هناك أيضاً من لجأ لشراء الذهب من أجل المضاربة واستغلال الصعود المتواصل لأسعار المعدن الأصفر في أغلب الأوقات لتحقيق مكاسب سريعة.

وقال العوضي إن كافة المؤشرات التي ساهمت في ارتفاع أسعار الذهب طيلة الأشهر الماضية لا زالت قائمة فهناك حالة عدم اليقين في الأوضاع الاقتصادية العالمية بشكل عام، مؤكداً أن الوصول إلى لقاح لفيروس كوفيد 19، ربما يساهم في عودة الاستقرار إلى الأسواق ومن ضمنها سوق الذهب سواء على المستوى المحلي أو العالمي.

وبالعودة إلى حركة الأسعار في السوق المحلي فقد ارتفع سعر كيلو الذهب إلى 227 ألفاً و 511 درهم مع نهاية الثلث الأول من العام الجاري مقارنة مع 179 ألفاً و 180 درهم في نهاية العام 2019. وفيما يخص سعر الأوقية من الذهب فقد ارتفع سعرها خلال فترة الرصد ذاتها من 5573 درهم إلى 7076 درهم فيما صعد سعر جرام الذهب عيار 24 من 179.18 درهم إلى 224.51 درهم ومن 156.78 درهم إلى 199.08 درهم لجرام الذهب من عيار 21.

منصة كود هب تستعرض 24 مشروعاً

مفتوح المصدر في مجال الذكاء الاصطناعي

•• دبي-وام:

أكد معالي عمر بن سلطان العلماء وزير دولة للذكاء الاصطناعي والاقتصاد الرقمي وتطبيقات العمل عن بعد، أن مسيرة التقدم التكنولوجي في دولة الإمارات تقوم على مجموعة من الركائز، التي تتضمن دعم المواهب الوطنية، ومواءمة الاستراتيجيات الوطنية مع التوجهات العالمية، وتوفير البنية التحتية الرقمية المتطورة.

وقال عمر سلطان العلماء إن توفير برمجيات مفتوحة المصدر لجميع المطورين والمبرمجين والجهات الحكومية والخاصة يسهم بتعزيز قدرتهم على الاستفادة من الخبرات والممارسات الناجحة على الصعيدين الوطني والعالمي، ويسرع في تسريع عملية التحول الرقمي وتبني التكنولوجيا المتطورة في كافة المجالات، بما يعزز ريادة الدولة وموقعها وجهة عالمية لتطوير وتبني التكنولوجيا المستقبلية.

جاء ذلك، بمناسبة عرض وإبراز 24 مشروعاً مفتوح المصدر في مجال الذكاء الاصطناعي، من خلال منصة ”كود هب“، AI Codehub، التي تم إطلاقها خلال فعاليات الدورة الثانية لمؤتمر عالم الذكاء الاصطناعي. وتم تطوير المشاريع من قبل مجموعة من المبرمجين بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي، لتوفير منصة تجمع المشاريع مفتوحة المصدر في مجال الذكاء الاصطناعي من مختلف المطورين ورواد الأعمال والجهات البحثية والأكاديمية في دولة الإمارات، بما يساهم بتنمية منظومة التطوير التكنولوجي وتبني الذكاء الاصطناعي. وتتم تطوير المشاريع من قبل مجموعة من المبرمجين وخبراء الذكاء الاصطناعي في الجهات الحكومية والخاصة والأكاديمية في دولة الإمارات، بالاعتماد على مجموعة من لغات البرمجة الأكثر شهرة مثل جافا سكريبت JavaScript، وبايثون Python، وماتلاب MATLAB، وC++، وتشمل المشاريع توظيف الذكاء الاصطناعي في مجال معالجة اللغة الطبيعية وفهم القواعد اللغوية المختلفة بما في ذلك فهم هيكلية الجمل وصياغتها ودلالاتها المختلفة، والأدوات التي تساهم في عملية مهام التعلم الآلي من اللغة الطبيعية، وتدعم أيضاً تطوير البرمجيات المعنية باللغة العربية.



إكسبو. وأشار إلى أن مساحة المحطات العلوية في المسار تتراوح بين 8100 إلى 8800 متر مربع فيما تتراوح مساحة المحتطين النفقيتين بين 27000 إلى 28700 متر مربع وتبلغ مساحة محطة إكسبو 18800 متر مربع ويضم المسار أكبر محطة في شبكة مترو دبي وهي محطة عقارات جميرا للجولف بمساحة 27000 متر مربع وطول 226 متراً وطاقاتها الاستيعابية 250 ألف راكب يومياً وتخدم المحطة مناطق مجاورة مثل منطقة عقارات جميرا للجولف ومدينة دبي للإنتاج ومدينة دبي الرياضية.

الاتجاهين 23 ألف راكب في الاتجاه الواحد في الساعة ووفقاً للدراسات التي أعدها الهيئة يتوقع أن يصل عدد مستخدمي مسار 2020 إلى نحو 125 ألف راكب في اليوم في عام 2021 يرتفع إلى قرابة 275 ألف راكب في اليوم بحلول عام 2030 كما أظهرت الدراسات توقع استخدام قرابة 35 ألف زائر يومياً محطة إكسبو للوصول إلى موقع المعرض خلال أيام الأسبوع ويرتفع العدد لنحو 47 ألف زائر يومياً خلال أيام نهاية الأسبوع ويمثل هذا العدد 29% تقريبا من إجمالي عدد الزوار اليومي المتوقع لمعرض

دبي الذي يبلغ طوله 15 كيلومتراً ويخدم مناطق ذات كثافة سكانية عالية يقدر تعدادها بأكثر من 270 ألف نسمة. وقال عبدالحسن إبراهيم يونس المدير التنفيذي لمؤسسة القطارات في الهيئة: تضم المحطات المذكورة 40 محلاً للتجزئة على مساحة تبلغ 15 ألفاً و 860 قدماً مربعاً و 5 أكشاك بيع، مؤكداً أن محطات مترو مسار 2020 تعد فرصاً رائعة لرواد الأعمال لأنها تعبر نقاط جذب للمشوقين والسياح من مستخدمي المترو. وأوضح أن الطاقة الاستيعابية لمسار 2020 تقدر بنحو 46 ألف راكب في الساعة في

•• دبي-وام:

أعلنت هيئة الطرق والمواصلات بدبي عن طرح فرص استثمارية لاستئجار محطات التجزئة في محطات مترو مسار 2020 وهي: محطات جبل علي، والحدائق ديسكفري جاردنز، والفرجان، وعقارات جميرا للفولف، ومجمع دبي للاستثمار، وإكسبو 2020. ودعت الهيئة مجتمع الأعمال ورواد الأعمال في عموم دولة الإمارات العربية المتحدة للاستفادة من هذه الفرصة التجارية الجديدة التي يوفرها مسار 2020



طرق دبي تطرح فرص تأجير محلات ومساكن تجارية في محطات مسار 2020 لمترو دبي

الفكر

27 «إن تي إس» تستحوذ على أمجيا ويست سيرفسز

•• أبوظبي-وام:

استحوذت مجموعة «إن تي إس» على شركة «أمجيا ويست سيرفسز»، المتخصصة في تصنيع وإصلاح وتأجير معدات الحفر القديمة والتي تستخدم في تطبيقات استخراج النفط والغاز البرية، والتابعة لمؤسسة «كاربنتر تكنولوجي». وترسخ مجموعة «إن تي إس» من خلال هذه الصفقة مكانتها كشركة رائدة عالمياً في تصنيع معدات الحفر ومكونات معدات الاستكشافات البحرية وسطح السفن والمعالجة، وإصلاح أجهزة القياس أثناء الحفر/ الفحص أثناء الحفر، ومعدات الحفر، بالإضافة إلى تأجير الأدوات السابق استخدامها وأدوات الحفر السفلي المتخصصة. تم توقيع اتفاقية إمداد مع شركة «كاربنتر تكنولوجيز» لضمان استمرارية استخدام السبائك غير المغناطيسية المملوكة لـ «كاربنتر».

وسوف تمتلك مجموعة «إن تي إس» حالياً ثمانية منشآت تصنيع وخدمات في مواقع استراتيجية للنفط والغاز. وقال بول ماكميلان، الرئيس التنفيذي لمجموعة «إن تي إس»: «تشكل إضافة أمجيا ويست سيرفسز نقطة تحول لمجموعة إن تي إس، من شركة إقليمية إلى مزود خدمة عالمي بقطاع النفط والغاز. ومن خلال مراكزنا الاستراتيجية، سنجمع بين نقاط القوة في كلتا الشركتين لنقدم للعملاء مجموعة فريدة من خيارات التصنيع والإصلاح والتأجير. وبصفقتنا مزوداً للحلول المتكاملة عالية التقنية، فإننا نتطلع إلى بناء علاقات أكثر قوة مع العملاء الرئيسيين» من جانبه، قال ريدي جودولا، رئيس «أمجيا ويست»: «يسر فريق أمجيا الانضمام إلى مجموعة إن تي إس، حيث سنعمل معاً على تعزيز مكانتنا القوية في أمريكا الشمالية والتوسع لتكون قوة عالمية تتمتع بمحفظة تكميلية. ولا شك في أن عملنا الرئيسيين يتطلعون قداماً إلى هذه الخطوة، حيث سننتقل بموجب اتفاقية الاستحواذ هذه من مورد إلى شريك ومزود حلول متكاملة، متطلعين إلى مستقبل مشرق». وستتضمن خدمات مجموعة «إن تي إس» ضمن إطار مجموعة من خيارات التعاقد المبتكرة، لتشمل اتفاقيات طارية عالمية، ومراكز الإصلاح/ التصنيع المحلية وبرامج إدارة المخزون، والتي تهدف جميعها إلى خفض التكلفة، وتقليل الفترات الزمنية لتنفيذ المهام وتعزيز توافر المعدات، مع الحفاظ على أعلى مستويات الجودة والخدمات. مجموعة «إن تي إس» تم إنشاؤها في دولة الإمارات في عام 2006، ومن ثم تم الاستحواذ عليها من قبل مشروع مشترك يجمع كلا من «توباسكس» وشركة «صناعات» التابعة لـ «ADQ»/، في عام 2019. وذلك بهدف تأسيس شركة عالمية متخصصة في تصنيع وخدمات أدوات ومعدات الحفر. تأسست «أمجيا ويست» في عام 2007 وتحتضن مهيستين مقراً لها، حيث تمتلك الشركة مصانع للإنتاج والخدمات في كل من الولايات المتحدة وكندا وسنغافورة.

6.5 مليار درهم مكاسب خريزة أسواق المال الإماراتية في جلسة منتصف الأسبوع

•• أبوظبي-وام:

ارتفعت وتيرة الصعود في أسواق المال الإماراتية خلال جلسة منتصف الأسبوع مع زيادة حجم السيولة التي تم ضخها على شريحة من أسهم العقار والبنوك الأمر الذي ساهم في رفد خريزة القيمة السوقية لأسهم الشركات المتداولة بمكاسب قدرها 6.5 مليار درهم. وبرغم البداية الهائلة التي سيطرت على التعاملات في النصف الأول من عمر الجلسة إلا أن الأسواق عكست اتجاهها صعوداً مع دخولها في النصف الثاني وتواصلت على نفس النهج حتى الإغلاق وسط توقعات بإعلان بعض الشركات العاملة في قطاع العقار عن نتائج مالية جيدة عن الربع الثالث من العام الجاري. وفي ظل الأداء الجيدة الذي شهدته الأسواق فقد ارتفع المؤشر العام لسوق أبوظبي للأوراق المالية إلى مستوى 4532 نقطة بزيادة نسبتها 0.89%. وفي سوق دبي المالي أغلق المؤشر العام عند 2234 نقطة بنمو نسبته 0.50% مقارنة مع الجلسة السابقة. وشملت قائمة الأسهم الراحبة في سوق العاصمة سهم بنك أبوظبي الأول المرتفع إلى 11.22 درهم كما صعد سهم بنك أبوظبي التجاري إلى 5.70 درهم. و صعد سهم شركة الدار إلى 2.04 درهم وأغلق سهم الشركة العالمية القابضة عند 38.8 درهم أما في سوق دبي المالي فقد برز سهم إعمار المرتفع إلى 2.69 درهم وذلك بالإضافة إلى سهم الاتحاد العقارية المغلق عند 28 فلسا والذي لا يزال يشهد تداولات مكثفة منذ بداية الأسبوع وسط انتظار إعلان الشركة عن نتائجها المالية عن الربع الثالث من العام والتوقع غدا الثلاثاء. كما صعد سهم ديار للتطوير إلى 28 فلسا. وفي قطاع البنوك ارتفع سهم بنك الإمارات دبي الوطني إلى 10.45 درهم. وعلى مستوى السيولة فقد بلغت قيمة السيولة المتداولة في السوقين 530 مليون درهم وعدد الأسهم المتداولة 265 مليون سهم نفذت من خلال 5193 صفقة.



وتتم مؤخراً إنجاز عمليات تجديد شاملة لقاعة الخدمات الخاصة، والتي أطلق عليها «الصالة»، بهدف الارتقاء بمستوى الخدمات التي يقدمها المطار لضمان منح المسافرين تجربة سفر استثنائية. وتتميز الصالة الجديدة بجمالية تصميمها المعاصر، وتشمل مرافق الصالة، التي تتسع مساحتها لأكثر من 170 شخصاً، مناطق هادئة للاسترخاء، ومنطقة لعب تفاعلية مخصصة للأطفال، بالإضافة إلى

للسوق الحرة للاستمتاع بتجربة تسوق فريدة أثناء السفر عبر المطار، بالإضافة إلى تسع مناطق مخصصة وأجهزة المسح الأمني وغرفة البحث ومراقف ذوي الاحتياجات الخاصة. ويتم إنجاز مشروع التوسعة الشرقية من قبل شركة عالمية متخصصة في مشاريع المطارات والبنية التحتية، حيث حرصت هيئة مطار الشارقة على اختيار أفضل الشركات في هذا المجال.

مع الشركاء الاستراتيجيين وشركات الطيران، وتلبية توقعات المتعاملين لتكون رحلتهم عبر مطار الشارقة تجربة مميزة. ويتكون المشروع من طابقين مجهزين بأحدث وسائل وتقنيات السفر، ويقدم مرافق مميزة تجسد التزام المطار بتوفير أعلى معايير الخدمات لضمان راحة وسعادة المسافرين. وتشمل منافذ للأطعمة والمشروبات، التي تستقبل المسافرين على مدار الساعة مع خيارات واسعة، ومتجر

دائرة الموائئ البحرية والجمارك في الشارقة و عادل علي، الرئيس التنفيذي لمجموعة العربية للطيران، بحضور سعادة الشيخ فيصل بن سعود القاسمي مدير الهيئة وعدد من الدراء في الهيئة وممثلي الجهات العاملة في المطار. وشملت الزيارة أيضاً، قاعة الخدمات الخاصة التي شهدت إنجاز عمليات تجديد شاملة للارتقاء بمستوى

وتم الافتتاح خلال جولة على المشروع حيث استقبل سعادة علي سالم الدف، رئيس هيئة مطار الشارقة الدولي اليوم سعادة الشيخ خالد بن صمام الدف، رئيس دائرة الطيران المدني بالشارقة، وسعادة خالد جاسم الدف، رئيس دائرة الإنماء التجاري والسياحي وسعادة العميد عبدالله مبارك بن عامر نائب قائد عام شرطة الشارقة، وسعادة العميد عارف الشامسي، المدير التنفيذي للإقامة وشؤون الأجانب بالشارقة، وسعادة محمد مير عبدالرحمن مدير

في اجتماع افتراضي ضم أكثر من 100 شركة مصدرة في الدولة

ابن طوق: رجال الأعمال والشركات المصدرة جزء رئيسي في استراتيجية الدولة الاقتصادية الإمارات الأولى عربياً من 2013 حتى نهاية 2019 في مجال الصادرات

•• أبوظبي-وام:

في إطار «مشروع تصميم الخمسين عاماً القادمة لدولة الإمارات» الذي أطلقه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله» لإشراك المجتمع في رسم مستقبل الدولة للخمسين عاماً المقبلة، عقد معالي عبدالله بن طوق المري وزير الاقتصاد ومعالي الدكتور أحمد بن عبد الله حميد بالهول الفلاسي وزير دولة لريادة الأعمال والمشاريع الصغيرة والمتوسطة ومعالي الدكتور ثاني بن أحمد الزيودي وزير دولة للتجارة الخارجية، اجتماعاً افتراضياً مع ممثلي أكثر من 100 شركة مصدرة بالدولة.

جاء الاجتماع بهدف إشراك قطاع التصدير في خطة الخمسين القادمة لدولة الإمارات، حيث تضمن مناقشة أبرز المقترحات والأفكار المقدمة من المصدرين لتطوير الاستراتيجيات المتعلقة بتنمية القدرات التصديرية لدولة الإمارات، واستعراض أبرز التحديات، وتصميم مسارات عمل جديدة لتعزيز مكانة الدولة لتكون في مصاف الدول الأوائل عالمياً في تجارة وتصدير السلع والخدمات خلال الخمسين عاماً المقبلة. كما تم التطرق إلى المكنات القوية التي تمتلكها الدولة اليوم في الجانب الاقتصادي والتجاري وطلعاتها المستقبلية، حيث تم استعراض أبرز التطورات التي حققتها التجارة الخارجية في الدولة على مدى السنوات الماضية، والتي جعلت من دولة الإمارات محط أنظار العالم لتفوقها وريادتها في هذا الجانب إقليمياً وعربياً، مؤكداً أهمية التعاون الجديدة في الصادرات غير النفطية والدولة والوصول إلى شبكة أسواق

دولية أوسع. وفي هذا السياق، يذكر أن دولة الإمارات هي الأولى عربياً في مجال التصدير منذ عام 2013 حتى نهاية عام 2019، وتأتي ضمن أهم 20 دولة مصدرة عالمياً منذ عام 2007 حتى اليوم، وحقت الصادرات غير النفطية للدولة نمواً متواصلاً على مدى الأعوام الخمسة الماضية (2013-2019)، بلغت نسبته نحو 9%. كما ارتفعت نسبة هذه الصادرات في الناتج المحلي الإجمالي للدولة من 11% إلى 2010 إلى 21% في نهاية 2019. شارك في الاجتماع ممثلون عن أكثر 100 من كبرى الشركات المصدرة في الدولة، تعمل في مجالات متعددة شملت الصناعات الدوائية، ومنتجات الأغذية والمشروبات، ومواد البناء، ومنتجات الطاقة المتجددة، وغيرها. وأكد معالي الوزراء أهمية إشراك مختلف فئات المجتمع في تطوير الخطط الاقتصادية لدولة الإمارات وبناء منظومات أكثر ابتكاراً وتطوراً في إطار استعتماد الدولة للخمسين عاماً المقبلة ومساعيها

لتنمية أسس اقتصاد المستقبل، وأن حكومة دولة الإمارات تعمل اليوم يبدأ بيد مع المجتمع لدفع عملية التنمية المستقبلية قدماً، مشيرين إلى أن وزارة الاقتصاد حرصية على أن تكون في طليعة هذه الجهود الوطنية، وإشراك الفئات المجتمعية المستهدفة في وضع محاور ومكونات الخطة التنموية الشاملة للإمارات خلال الخمسين عاماً المقبلة وذلك ضمن أجندة عام الاستعداد للخمسين. وفي هذا السياق، قال معالي عبد الله بن طوق المري: «إن رجال الأعمال والشركات المصدرة في الدولة هم جزء رئيسي في الاستراتيجية الاقتصادية للدولة، ويأتي هذا الاجتماع المهم لتجاوب مع مشروع تصميم الخمسين عاماً القادمة لدولة الإمارات، حيث حرصنا من خلاله على العمل بصورة تشاركية فعالة مع الفئات المعنية في المجتمع، وتحديد قطاع الأعمال والشركات المنتجة والمصدرة، لدمج مبرياتهم ومقترحاتهم في عملية تطوير الخطط والسياسات

الاقتصادية للدولة مع التركيز على استراتيجيات التصدير ودعم المنتجات الإماراتية في الأسواق العالمية». وأضاف معاليه: «سنعمل عن كثب مع مختلف فئات المجتمع الإماراتي من مواطنين ومقيمين لتوسيع مشاركتهم في إنشاء الاستراتيجيات والخطط التنموية للدولة بأفكار جديدة وخلاقة، ورصد أي تحديات أو عوائق أمامها وإيجاد الحلول الفعالة لها، فضلاً عن توسيع المعرفة المرتبطة بتحقيق رؤية الخمسين، بما يليب طلعات القيادة الرشيدة والمجتمع والشركات المصدرة في الدولة هم جزء رئيسي في الاستراتيجية الاقتصادية للدولة، ويأتي هذا الاجتماع المهم لتجاوب مع مشروع تصميم الخمسين عاماً القادمة لدولة الإمارات، حيث حرصنا من خلاله على العمل بصورة تشاركية فعالة مع الفئات المعنية في المجتمع، وتحديد قطاع الأعمال والشركات المنتجة والمصدرة، لدمج مبرياتهم ومقترحاتهم في عملية تطوير الخطط والسياسات



دبي للاستثمار توقع اتفاقية مع «سي 1 إنديا» لتحقيق التميز في عمليات المشتريات لدى شركاتها

المحدودة، و براندون جوزيف، النائب الأعلى للرئيس لشركة داون تاون لإدارة الاستثمارات المحدودة. ووضعت دبي للاستثمار الخطط اللازمة لإطلاق المرحلة الأولى من التنفيذ مع شركة الإمارات لألواح الزجاج المسطح التابعة لها، والمتخصصة في تصنيع الزجاج الذي يستخدم في قطاع الإنشاءات وصناعة السيارات حيث استفادت الشركة في تحديث نظام المشتريات لديها، وتحسين إدارة سير العمليات، إضافة إلى تتبع أداء الموردين، بما يسهم في الحد من مشاكل إدارة البيانات. وتتخذ دبي للاستثمار من تنفيذ خدمات تحويل المشتريات الرقمية نهجاً مبتكراً، عن طريق الاستفادة من

قوة التقنيات الرقمية، والعمل على دفع التحول في عمليات المشتريات، ما سيؤدي حتماً إلى تحسين التكلفة، ودعم إدارة المخاطر للارتقاء بالأداء، وتخفيف المخاطر المرتبطة بعمليات المشتريات. وفي تعليقه على الاتفاقية، قال خالد بن كلبان: «يفضل الإمكانات الهائلة التي توفرها التطبيقات الرقمية، فقد أسهمت حلول المشتريات الفعالة المتاحة حالياً، في إحداث تحول جذري في عمليات المشتريات لدى المؤسسات، كما حققت فوائد كبيرة للشركات. لقد كنا نبحث عن نظام شراء مركزي آلي لتطبيقه في دورات التوريد لدى شركات دبي للاستثمار، مع ضمان حركة أفضل واستقرار أعلى وأداء محسن.

ويعد تقييم مختلف الخيارات، فقد تبين لنا أن حل المشتريات من «سي 1» يعتبر الأنسب لتلبية الاحتياجات المتنوعة لأنشطة الشركة. وعلاوة على ذلك، فإننا لخطط توسيع نطاق تطبيقه وتنفيذه عبر مختلف الأعمال، والاستفادة من أتمتة العمليات، وصولاً إلى الشفافية الشاملة لجميع المعاملات في دورة المشتريات. وعن طريق الاستفادة من عمليات التحقق الاستثنائية من طرف ثالث، وتوظيف التفكير التقدمي والاستعانة بالتحقق الإبداعي في الأهداف إلى توفير شفافية ممتازة ورؤى وتقوصيات عميقة، سنستفيد دبي للاستثمار من أفضل الممارسات التي يضمنها هذا الحل، مع ضمان المعرفة المتقدمة في

هذا المجال، إضافة إلى خبرة الشركة وتقنياتها التي أثبتت فعاليتها، لاسيما وأن الحل يعتمد على الابتكار لتبسيط آليات وعمليات الشراء. وقال سانجاي يسوري، الرئيس التنفيذي لشركة «سي 1 إنديا»: «إننا في «سي 1» نؤكد التزامنا إزاء ضمان قيمة طويلة الأجل، والقائمة على أساس الثقة والشفافية والنزاهة. لقد كررنا جهودنا طوال العقدين الماضيين لتطوير العمل في هذا المجال، وتقديم حلول المشتريات الفاعلة للقطاعات المالية عن الربع الثالث من العام وأجهزة المسح الأمني وغرفة البحث ومراقف ذوي الاحتياجات الخاصة.

هيئة مطار الشارقة تفتتح مشروع التوسعة الشرقية بتكلفة 40 مليون درهم

•• الشارقة-وام:

افتتحت هيئة مطار الشارقة الدولي مشروع التوسعة الشرقية، الممتد على مساحة 4000 متر مربع، بتكلفة إجمالية 40 مليون درهم، ويعد أحد مراحل التوسعة الشاملة للمطار التي تستهدف رفع الطاقة الاستيعابية له لتصل إلى 20 مليون مسافر بحلول 2025.



وتم افتتاح خلال جولة على المشروع حيث استقبل سعادة علي سالم الدف، رئيس هيئة مطار الشارقة الدولي اليوم سعادة الشيخ خالد بن صمام الدف، رئيس دائرة الطيران المدني بالشارقة، وسعادة خالد جاسم الدف، رئيس دائرة الإنماء التجاري والسياحي وسعادة العميد عبدالله مبارك بن عامر نائب قائد عام شرطة الشارقة، وسعادة العميد عارف الشامسي، المدير التنفيذي للإقامة وشؤون الأجانب بالشارقة، وسعادة محمد مير عبدالرحمن مدير



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة دبي الابتدائية



محاكم دبي
DUBAI COURTS

العدد ٢٠٢٠/١٠/١٢ بتاريخ

اعلان بانقشز

في الدعوى ١٥٧٧/٢٠٢٠/١١ خبرتي جرتي

موضوع الدعوى : المطالبة بضمم الزام رقم ١١٢-٢٠١٩ تاريخ تعيين خبرتي و الزام المدعي عليهم جميعا بمبلغ وقدره (٥٥٠٠٠٠) درهم كتعويض عن اضرار مادية ومعنوية والرسوم والخصائر والاعمال الخاضعة

طالب الاعلان / محمد وجيه غريب فارس - صفته بالقضية : مدعي

المطوبل اعلانه : - مؤمن سمير محمد السيد - صفته بالقضية : مدعي عليه

موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بضمم الزام رقم ١١٢-٢٠١٩ تاريخ تعيين خبرتي و الزام المدعي عليهم جميعا بمبلغ وقدره (٥٥٠٠٠٠) درهم كتعويض عن اضرار مادية ومعنوية والرسوم والخصائر والاعمال الخاضعة وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠٢٠/١٠/١٥ الساعة ٨:٣٠ ص في قاعة التنازلي عن بعد لذا فالتفت بكتفك بانقضو و من يملك افانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بتملاذا نأيم على الاقل

رئيس القسم



محاكم دبي
DUBAI COURTS

محاكم دبي

محكمة التنفيذ



محاكم دبي
DUBAI COURTS

العدد ٢٠٢٠/١٠/١٢ بتاريخ

اعلان بالنشر

في التنفيذ رقم ٢٧٨٧٥/٢٠١٩/٢٠٧

موضوع التنفيذ : تنفيذ احكام الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٧/١٣٨٧ تجاري كلى، بسداد المبلغ المتفق به وقدره ٣٨٨,٥٥٠١,٩٤ شاملا للرسوم والاصاريط

طالب الإعلان : بنك الشارقة الوطني (فرع دبي) - مسفته بالضريبة : طالب التنفيذ المطلوب اعلانه : ١- شاذان با تيرجي كيرتي بوشان بصفته كفيل وضامن لدبونية الاولى - مسفته بالضريبة : منفذ سدد - مجهول محل الإقامة

موضوع الإعلان : نعلنكم بانهم تم الحجز على اموالكم الخاصة وهي عبارة عن اسهم لدى سوق دبي المالي (شركة اربانتك القابضة) ١٥٨٥٢ سهم - وقاء للمصلحة المطالب به وقدره ٩٠٠ (٣٨٩,٥٥٠) درهم في المبلغ المتفق به واما وفاد فمفعوله قانونا.

رئيس الشعبة

[illegible][illegible]



حكومة دبي
دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٣٠٦١ بتاريخ ٢٠٢٠/١٠/١٣

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : شركة محمد حمود الشايح م.م.م - فرع دبي
العنوان : محل رقم B015 ملك مردف سيتي هافز - ٠٤٣٣٠٠٠٧
فاكس : ٠٤٣٣٦٥٥١

بموجب هذا نعلن دائرة التنمية الاقتصادية بدبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية قوس قرح الشرقي للتجارة ش.م.م.م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ ٢٠٢٠/٩/١٦ والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ ٢٠٢٠/٩/١٦ وعلى نوب لديهي أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصححة بما كافة المستندات والأوراق البيوتيقية وذلك خلال (٤٥) يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان

دائرة التنمية الاقتصادية

•• دبي-الفجر:

أكد تقرير أصدرته مؤسسة دبي للمستقبل بالتعاون مع هيئة الثقافة والفنون في دبي ”دبي للثقافة“ بعنوان ”مستقبل القطاع الثقافي والإبداعي“، أن تطور هذا القطاع يعتمد على قدرته في توظيف التقنيات الحديثة بأساليب مبتكرة خلال الفترة المقبلة، لمواجهة توجه المثقفين والفنانين والمبدعين والمعارض الفنية والمؤسسات الثقافية بتبني مفهوم ”التحول الرقمي“ وإنتاج محتوى سمعي وبصري متاح عبر الإنترنت، ليستطيع الجمهور الوصول إليه بسهولة.

واستعرض التقرير أهم المبادرات التي أطلقتها حكومات العالم خلال الأشهر الماضية لدعم قطاع الثقافة والفنون وتعزيز قدرته على التأقلم مع ”الواقع الجديد“، ومواجهة تحديات جائحة فيروس كورونا المستجد ”كوفيد-١٩“ التي فرضت الكثير من القيود على تنظيم الأنشطة الاجتماعية والفعاليات الثقافية المختلفة.

في تقرير أصدرته بالتعاون مع هيئة الثقافة والفنون في دبي

مؤسسة دبي للمستقبل تستشرف توجهات القطاع الثقافي والإبداعي في الإمارات والعالم

قطاع الثقافة والفنون“، ودعم الذين تأثرت أعمالهم وأنشطتهم من الفنانين والمنظمات الفنية الصغيرة والمتوسطة.

كما أطلقت الحكومة الاستراتيجية حزمة دعم بقيمة 250 مليون دولار أسترالي، وخصصت الحكومة المكسيكية 1.3 مليون دولار لدعم الفنانين والعاملين بالمهن الثقافية، وأنشأت وزارة الرياضة والفنون والثقافة في جنوب إفريقيا صندوق إعانة بقيمة 8.3 مليون دولار، لدعم الفنانين والرياضيين والفنيين، وخصصت السويد 45 مليون يورو لدعم الفنانين المستقلين والمنظمات في قطاع الثقافة، من خلال مؤسسات مثل مجلس الفنون السويدي ولجنة منح الفنون.

توصيات

وأوصى تقرير ”مستقبل القطاع الثقافي والإبداعي“ بتعزيز مبادرات الدعم المالي الحكومي، وجذب المواهب وتشجيعها على البقاء، وزيادة التعاون بين القطاعين الحكومي والخاص، وتعزيز حماية المحتوى والمصالح الاقتصادية لضمان أعلى معايير الملكية الفكرية، ودعا صناع القرار لتطوير خطط بناء المواهب ورعايتها وتوفير منصات محلية وعالمية لتعزيز نجاحها.

وقال التقرير إن التحديات الرئيسية الحالية تكمن في أهمية وضرورة تسريع دعم المبادرات التي تخفف الآثار السلبية للجائحة على المدى القصير، وتساعد على إيجاد فرص جديدة على المدى المتوسط للجهات الخاصة والعامة وغير الربحية الفاعلة في الإنتاج الثقافي والفني، مؤكداً أهمية تطوير واتخاذ إجراءات شاملة لضمان استمرارية قطاع الثقافة والفنون.

ومهرجان طيران الإمارات السنوي للأداب، ومركز آرت جميل للفنون، والسركال أفنيو، وأسبوع دبي للتصميم، ومعرض آرت دبي.

المشهد الثقافي والفني عالمياً

وقال التقرير إن حكومات العالم تحاول تخفيف الآثار الاقتصادية على القطاع الثقافي والفني، عبر تطبيق إجراءات قصيرة الأمد، وتقديم حوافز ومساعدات مالية مباشرة، ووجهت غالبية الدعم المالي الطارئ لرفع وحماية المؤسسات الثقافية العامة مثل المتاحف والمكتبات والمسارح، لكن هذا القطاع يعتمد بشكل كبير على الشركات الصغيرة والمتوسطة والأفراد، ويواجه كثير من تلك الشركات وأولئك العاملون حالياً خسائر كبيرة في الأجور، ستستمر إلى ما مرحلة ”كوفيد-19“، لحدودية وصول كثير منهم إلى فرص الدعم والتمويل.

مبادرات عالمية داعمة

واستعرض التقرير مجموعة من المبادرات العالمية التي تم إطلاقها مؤخراً لدعم القطاع الثقافي والإبداعي، حيث أطلقت وزارة الثقافة والشباب في دولة الإمارات ”البرنامج الوطني للإغاثة الإبداعية“ الذي يقدم الدعم للمبدعين العاملين في قطاع الصناعات الثقافية والإبداعية، ويستهدف تقديم منح مالية للأفراد المستقلين والشركات الناشئة تصل إلى 4.6 مليون درهم، وأنشأ مجلس الفنون في إنجلترا صندوق مساعدات طوارئ بقيمة 160 مليون جنيه إسترليني لدعم الفنانين والمنظمات الفنية، وخصص ذوو الأعمال المستقلة بمئشرين مليوناً منها. فيما طبق مجلس هونغ كونغ لتنمية الفنون ”خطة دعم



الصحي، واستقطبت أكثر من 11300 طالب من 94 مدرسة حكومية وخاصة من جميع أنحاء دولة الإمارات.

ونظمت الهيئة عدة ورش عمل وجلسات حوارية مع الأطراف الفاعلة في القطاع الإبداعي، تم بناء على مخرجاتها إطلاق سلسلة من المبادرات لدعم القطاع الثقافي والإبداعي. وتشمل هذه المبادرات شراكتها مع ”لينكد إن“ للتعليم الإلكتروني لتوفير دورات تعليمية إلكترونية مجانية في مجالات مختلفة للمبدعين؛ إضافة إلى مبادرة ”لبند معاً“ المجتمعية الرامية إلى تشجيع المواهب المواصلة إنتاجاتهم الإبداعية. وتسهم هذه التوجهات في تعزيز مكانة دولة الإمارات الرائدة في قطاع الاقتصاد الإبداعي والاستثمار في تطوير المبادرات والمشاريع الثقافية والإبداعية مثل متحف اللوفر أبوظبي، وحي دبي للتصميم، وبينالي الشارقة،



استجابة فورية للتحديات

وتطرق التقرير إلى تأثير سياسات التباعد الاجتماعي التي فرضت في مارس الماضي، وما تبعها من إغلاق المتاحف والمعارض وإلغاء الفعاليات الثقافية وتوقف السفر بين الدول، مشيراً إلى جانب إيجابي تمثل في قدرة القطاع الثقافي على التأقلم بسرعة وتبني أساليب مبتكرة لتجنب هذه التحديات، ومنها إلى أن من بين الأمثلة على ذلك تحويل متاحف ومعارض كثيرة مضمونها الثقافي ليكون أكثر فاعلية عبر الإنترنت، متيحة للناس تجربة مبتكرة على شكل جولات افتراضية. وفي إمارة دبي، أطلقت ”دبي للثقافة“ جولات إرشادية افتراضية للطلاب عبر جميع متاحفها للحفاظ على تفاعل الجمهور مع تراث دبي الفني وتاريخها العريق، ودعمت هذه المبادرة مناهج التعليم الإلكتروني خلال فترة الحجر

المشهد الثقافي في ظل هذه الأزمة، وقالت: ”مع الانتشار الواسع للمحتوى الثقافي والإبداعي على المنصات الرقمية، لا بد من وضع السياسات والتشريعات التي من شأنها حماية حقوق الفنانين والمبدعين وضمان أعلى معايير الملكية الفكرية، ما يشكل محورا أساسياً من محاور استراتيجيتنا المحدثة الرامية إلى تعزيز مكانة دبي كمركز عالمي للثقافة، وحاضنة للإبداع وملقن للمواهب، جهودنا في هذا الإطار مستمرة لبناء منظومة شاملة ومستدامة لتطوير الإمكانيات والطاقات الإبداعية.

خلفان بلهول: تحولات جذرية في نظرة العالم لدور التقنيات المستقبلية

من جهته، قال خلفان جمعة بلهول الرئيس التنفيذي لمؤسسة دبي للمستقبل: ”توفر الأدوات والابتكارات التكنولوجية فرصاً جديدة للقطاع الثقافي والإبداعي لدخول أسواق جديدة والوصول إلى شريحة أوسع من الجمهور حول العالم، عبر تطوير تجارب فنية وثقافية بأسلوب عصري ومبتكر يتيح للمهتمين فرصة تجربتها بسهولة وبعبء عن قيود التنقل والسفر التي يشهدها العالم حالياً، كما تسهم هذه التطورات أيضاً بتشكيل قطاعات اقتصادية وفرص عمل جديدة في مجالات التكنولوجيا والإبداع.“ وأكد أن دولة الإمارات طورت تجربة نموذجية عالمية في توظيف التكنولوجيا الحديثة في القطاعات الحيوية، وفي مواكبة التغيرات المتسارعة التي يشهدها العالم، مشيراً إلى أن التطورات العالمية الأخيرة التي أحدثتها جائحة كورونا فرضت تحولات جذرية في نظرة العالم لدور التكنولوجيا المستقبلية وأبرزت أهمية تسريع توظيف تطبيقاتها في كافة المجالات.

هالة بدري: القطاع الثقافي والإبداعي رافد مهم للاقتصاد الوطني

وقالت هالة بدري مدير عام هيئة الثقافة والفنون في دبي: ”فرضت تداعيات أزمة كوفيد-19 العديد من التحديات على قطاع الأعمال والقطاعات الاقتصادية بشكل عام، ولم يكن القطاع الثقافي والإبداعي بمعزل عن الآثار السلبية لهذه الأزمة. ويُعتبر القطاع الثقافي والإبداعي من القطاعات الاقتصادية الحيوية في العديد من الدول، وبشكل رافداً مهماً للاقتصاد الوطني، وفي ظل هذه الظروف الاستثنائية، يتحتم علينا وعلى جميع القائمين على القطاع تكثيف الجهود من أجل تطوير آليات وحلول لدعم المجتمع الإبداعي المحلي وتمكينه وضمان استمراريته وازدهاره في المستقبل، وخاصة الشركات الصغيرة ورواد الأعمال المستقلين.“

وأضافت بدري: ”تعمل ”دبي للثقافة“ بالتعاون مع شركائها من الفاعلين على مستوى القطاع الثقافي والإبداعي لرحلة ما بعد كوفيد-19، حيث تجري دراسات مستمرة على طبيعة التحديات التي تواجه هذا القطاع بهدف تطوير بنيتها التحتية، واستكشاف سبل التعاون للمضي نحو آفاق أوسع من النمو وبلورة حلول مبتكرة تسهم في تعزيزه ليكون أقوى من ذي قبل، بما يسهم أيضاً في استقطاب المواهب للعمل والازدهار في دبي. وتعاوننا مع ”مؤسسة دبي للمستقبل“ في إصدار هذا التقرير يعتبر جزءاً من هذه الجهود.

وأشارت إلى أن القطاع الثقافي والإبداعي في دولة الإمارات أثبت مرونة عالية في التأقلم مع الظروف الجديدة عبر تسخير الفضاء الرقمي والتكنولوجيا للمحافظة على استمرارية

٥٠ فناناً إيطالياً في أكبر معرض للفنون التشكيلية بأبوظبي

ويحضر حفل افتتاح المعرض مساء

غد الفنان الإيطالي ارماندو برنسيب رئيس مجموعة برنس

الفنية الإيطالية

وقالت الفنانة الإيطالية المقيمة في الإمارات أوريلا كوكي: بعد نجاح الجولة الفنية التي نظمناها لفناني الإمارات في إيطاليا الشهر الماضي نقدم هذه المبادرة في الإمارات منطلقين من ”الختم“ مدينة التراث والسياحة والفعاليات التميزية على وهي امتداد شهور العام

مبادرة قادمة من إيطاليا إلى الإمارات العربية المتحدة وتهدف إلى خلق تبادل ثقافي بين الدولتين الصديقتين حيث سيرعرض الفنانون الإيطاليون والفنانون الإماراتيون أعمالهم الفنية معا ، ما بين التصوير الفوتوغرافي واللوحات والمنحوتات.

وأشارت كوكي إلى أن المعرض شو ينتقل إلى إمارة دبي حيث يقام في التاسع عشر من الشهر الجاري في منطقة الفهيدي التاريخية



•• أبوظبي - الفجر:

تستضيف مدينة الختم التراثية في إمارة أبوظبي اليوم الثلاثاء أكبر تجمع لفن التشكيلي يضم 50 فناناً من إيطاليا إلى جانب مجموعة من الفنانين التشكيليين من الامارات في المعرض الذي تنظمه الفنانة الإيطالية أوريلا كوكي بالتعاون مع مجموعة برنس الفنية الإيطالية ويقام داخل استراحة آرت هب برعاية الفنان التشكيلي

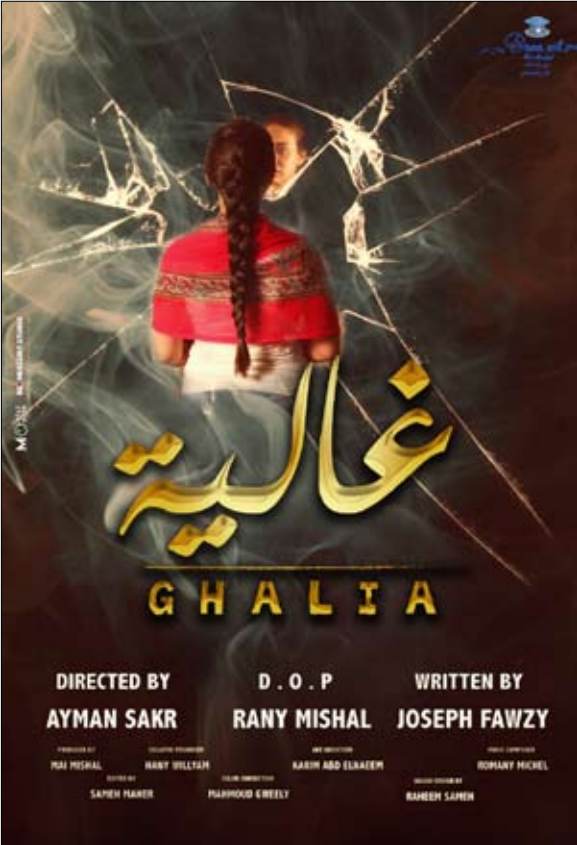
الإماراتي أحمد اليافعي مؤسس آرت هب .

ويشارك في المعرض الذي يستمر حتى السابع عشر من الشهر الجاري عدد من فناني الامارات وهم:

عبد الله خلفان ، شيما سالم، ميثاء الكتيبي ، فرشته البيسكي ، أمل بن لوتاه ، ومریم القاسمي كما تشارك في المعرض الإعلامية والفنانة التشكيلية السورية عيبر يونس بعرض أحدث ما أنتجته من لوحاتها الفنية.

أبداع في صناعتها نخبة من المخرجين الشباب

«الفن يجمعنا» تعرض مساء اليوم خمسة أفلام عربية وأجنبية



ويأتي تنظيم فعالية الفن يجمعنا عن بُعد لتكون بديلاً عن مهرجان الشارقة السينمائي الدولي للأطفال والشباب الذي تم تأجيله هذا العام نظراً لانتشار فيروس كورونا المستجد بهدف إبقاء الجمهور العاشق للفن السينمائي على مقربة من جماليات الفن السابع وصناعه، وتواصل تقديم الإبداعات السينمائية والفنية في مختلف الظروف.



ومن جمهورية مصر العربية، وعلى امتداد 18 دقيقة، يجسد المخرج أيمن صفر، في عمله السينمائي ”غالية“ قصة الشابة غالية التي تواجه السلطة الأبوية بعد وفاة زوجها، والآثار القاسية للنظرة الذكورية، لكن في ذات يوم تسألها ابنتها سؤالاً يترك أثراً في داخلها بشكل كبير، ويمنحها القوة لمواجهة كل ما يحيط بها، فما الذي باحث به الطفلة في هذا الفيلم الذي يعد العمل الأول للمخرج.

وسيكون الجمهور على موعد مع باقة مختارة من الأفلام التي ستعرض حتى يوم الجمعة المقبل على منصة الحدث.

صمت

في الوقت ذاته تعرض الفعالية الفيلم الإسباني الصامت ”موبيرا“ (9 دقائق) لمخرجه سيزار دياز ميليندين، الذي يروي حكاية مخلوق خرافي يشبه السحلية وحظه العاشر الذي أخرجه من الماء لتبدأ رحلته في البحث عن مكان آمن يقيه من أشعة الشمس فهل سينجح في الوصول إلى غايتها؟

مواجهة

•• الشارقة-الفجر:

تواصل الفعالية الاستثنائية (الفن يجمعنا)، التي تنظمها مؤسسة ”فن“ المعنية بتعزيز ودعم الفن الإعلامي للأطفال والناشئة في الإمارات حتى 16 أكتوبر الجاري، الاحتفاء بالإبداعات السينمائية وصناعها، حيث سيكون الجمهور على موعد مساء اليوم الثلاثاء مع خمسة أفلام عربية وعالية لمخرجين شباب ستولى عرضها منصة Viamo فيمو للفنيديو.

تنوع وأفكار متميزة

وتضم قائمة الأفلام التي ستعرض غداً من الساعة 5 وحتى 6 مساءً: فيلم ”الرسيد صفر“ للمخرج الكويتي سيد عبد الله الرفاعي، الذي يتطرق على امتداد 5 دقائق للحديث عن الصراع الذي يدور بين العقل والعاطفة وكيف يستغل بعض الأشخاص طيبة الآخرين لتحقيق غاياتهم وأمانيهم، فيما سيحظى الجمهور بفرصة مشاهدة فيلم الرسوم المتحركة ثنائي وثلاثي الأبعاد ”أوبالي“ (4 دقائق) لمجموعة من المخرجين الشباب، الذي يروي قصة فتاة شابة تحاول الوصول إلى مقهى في العاصمة باريس يحمل اسم الفيلم، لكنها تتفاجأ بأن الأذقة عُمرت بالمياه فتعطي برحلة يتخللها سيل من الأحداث فهل تنجح بالوصول؟.

سينما إماراتية

وسيكون عشاق الفن السابع على موعد مع الفيلم الإماراتي ”طعام“ (8 دقائق)، للمخرج الشاب عبد الله آل علي، الذي يستعرض فيه قصة طفل وحكاية ابتلاء لنواة حبة تمر، حيث تسخر منه والدته بقولها: ”لا تشرب الماء كي لا تنمو بداخل معدته شجرة“، فما الذي سيحصل له؟

منوعات

الفكر

31



حنان مطاوع تحذر الجمهور وتطلب المساعدة

كشفت الممثلة المصرية حنان مطاوع عن حساب ينتحل اسمها، محذرة الجمهور من التواصل معه. ونشرت عبر صفحتها الخاصة صورة للحساب وعلقت بالقول: «ده حد منتحل اسمي ويتبعث للكل، ممكن تساعدوني نقفل الأكونت ده». يُذكر أن حنان مطاوع عرضت لها مؤخراً حكاية «أمل حياتي»، من مسلسل «الآنا»، من بطولة بيومي فؤاد، سلوى عثمان، حنان سليمان، صبري عبد المنعم، رامي الطمباري، نور محمود، نانسي صلاح وغيرهم من النجوم، وهو من إخراج أحمد حسن.

أعمالها تتحدث عن نفسها

لوسي: أحب الأعمال التي تحتوي على تمثيل جدي

رحلة طويلة من العطاء والاجتهاد والنجومية خاضتها النجمة "لوسي" طوال مشوارها الفني، أعمالها تتحدث عن نفسها ويكفي مشاركتها في بدايتها مع أهم المؤلفين والمخرجين، منهم الكاتب الروائي أسامة أنور عكاشة والمخرج إسماعيل عبد الحافظ، ولهذا لم تكن أبدا ممثلة عادية، بل هي حالة استثنائية.. في هذا الحوار نتحدث "لوسي" عن فيلمها الجديد "تسليم أهالي"، وتعاونها مع دنيا سمير غانم، كما نتحدث أيضا عن فيلمها "ورقة جمعية"، وغيرها الكثير والكثير.

- ما الصعوبات التي تواجهك أثناء تحضير الشخصية؟
- أعجب جدا في تحضير الشخصية حيث أحضر الملابس لكل مشهد، والاستايلست يتعب معي جدا، لأنني في كل مشهد أقوم بترتيب لون الملابس.
- ما العمل الذي تعتبرينه "وش السعد"؟
- مسلسل ليالي الحلمية حيث قدمت شخصية "حمدية، وأرابيسك، وشخصية "بياضة" في مسلسل زيزينيا.
- هل هناك دورا تحلمين بتجسيده؟
- أتمنى تقديم شخصية ضريرة، أو شخصية خرساء، فأنا أحب الأعمال التي تحتوي على تمثيل جدي، "أنا بحب لما أقدم عمل يكون مش شفوي"، فمثلا عندما قدمت شخصية مدمنة سافرت لمصحة للإدمان في باريس، لأري شكل الدمن عندما تتأخر عليه جرعة المخدر، وأيضاً مشهد ضرب الرصاص في مسلسل كناريا وشركاه سألت عن المدة التي تستغرقها ضربة الرصاص في الوصول للموت، والمسافة، وماذا يحدث في حال إطلاق رصاصتين، وأهتم بتفاصيل كل عمل.
- هل السوشيال ميديا له تأثير عليك؟
- لا أمتلك أى حساب على فيس بوك، ولدي إنستجرام وواتس أب، وعندما يكب لي أحد كومنت، مثل "وحشتيني أو المشهد ده كان حلو أرد عليه وأقول شكرا، غير كده مش شاغلة كل وقتي".
- هل الفن يسرق حياة الفنان؟
- الفن يسرق من العمر، فلو كان هناك مشهد موت يحدث لك انهيار عصبي لمدة نصف ساعة، وفي فيلم "كرسي في الكلوب" مشهد الجري حدث لي شرخ وقطع في الوتر في ذراعي.



- حديثنا عن فيلمك الجديد تسليم أهالي؟
- أنا ضيف شرف في الفيلم، أقوم بتجسيد شخصية رئيسة عصابة تدعى "كبانر"، وهي شخصية جديدة علي لم أقدمها من قبل، والفيلم كوميدي، بطولة دنيا سمير غانم، هشام ماجد، تأليف شريف نجيب وإخراج خالد الحلفاوي، وكلها عوامل شجعتني للموافقة على الفيلم.
- ماذا عن تعاونك مع دنيا سمير غانم؟
- أحبها جدا، وتحدثت إلي، قائلة "مش شايفتك حد غير حضرتك فيه، ولما تكوني بتحبني حد بتحبني تعملي معاه أي مجاملة، ولو العمل مش حلو كنت هرفض هقدمه".
- كيف كان التصوير في ظل انتشار فيروس كورونا؟
- صورنا العمل قبل فيروس كورونا، وكان يتبقى يوم واحد وينتهي الفيلم، ولكنني انتهيت من مشاهدي منذ فترة طويلة.
- ماذا عن فيلم ورق جمعية؟
- الفيلم بعد غياب 12 سنة عن السينما، وتلقي إشادات من النقاد والصحفيين ووصلني تعليقات حلوة، وقدمت الشخصية بدون مكياج.
- ما سبب غيابك عن السينما؟
- الورق أهم من التواجد، "لا بيجيلي دور حلو بمسك فيه وأقدم عمل جيد، وده أهم من إنني أكون موجودة وخالص".
- قدمت أدوار الأمومة كثيرا.. ما أكثر عمل أثر فيك؟
- كل عمل يترك بصمة، فمسلسل سلطان الغرام ترك في قلبي شيئا، و"لباطنية وولي العهد"، كل أم في الممثلين لها صفاتها وشخصيتها وبصمة ربنا خلقنا بها، وكل عمل فيه أمومة قدمتها شبه بعض في الأمومة لكن الشخصية مختلفة وكلهم قريبين من قلبي لأنني لن أوافق علي عمل لا يعجبني.

رزان مغربي تتحضر لبرنامج جديد في رمضان 2021

في شهر رمضان الماضي، استطاعت الإعلامية والفنانة رزان مغربي تخلي حاجر الخوف من كورونا بعد عملية الحظر الواسعة التي شهداها العالم، ما عُرف بالموجة الأولى. والواقع أن مغربي التي عانت في تلك الفترة وعاشت في الفندق إلى جانب زملائها من ممثلين وفريق عمل برنامج "أغلب السقا"، قدمت البرنامج ولقي بحسب الصباح الشركة المنتجة وأم بي سي نسبة مشاهدة عالية، خصوصا أن الناس كانت في الحجر المنزلي. وتؤكد معلومات خاصة لنوعم أن مغربي تعمل مجدداً على تقديم برنامج جديد يجري الإعداد له ما بين بيروت والقاهرة لمناسبة شهر رمضان 2021. وتؤكد أن الخطوط العريضة لهذا البرنامج وضعت لكنها لا تريد الإفصاح عن المنتج ولا المحطة التي ستبثني عرضه.

إلى ذلك، تنهي مغربي قريباً تصوير فيلم "صابر وراضي" إلى جانب الممثل أحمد راضي، وتجسد دور سكرتيرة لرجل مقعد وتحاول مساعدته وسط أحداث مشوقة. يُذكر أن مغربي تقيم في القاهرة إلى جانب والدتها وابنتها رام.

رويدا عطية تُشيد ببرنامج «ذا فويس سينيور»

نشرت الفنانة السورية رويدا عطية تغريدة عبر حسابها الخاص أشادت من خلالها ببرنامج "ذا فويس سينيور"، مبدية إعجابها به وبفكرته وبالأصوات التي ظهرت في حلقة يوم أمس.

كما كشفت رويدا عطية عن إنحيازها للمشارك "فيصل حلاق" للحلقة التي تجمعها به منذ فترة طويلة وجها له كإله والدها على حد وصفها. فكتبت قائلة: "ذا فويس الكبار متع جدا بتحس عم نشوف أهاليها وكبارنا اللي بنضل نستمد قوتنا من.. أنا بنحاز ل فيصل حلاق لأنني تربيت على إيديه وأكلت وشربت من خير بيته ويحبو وكأنه أبي.. كل التوفيق إلك لأنك بتستاهل ويتستاهل كثير". يذكر أن الحلقة الأولى من الموسم الأول لبرنامج ذا فويس سينيور عرضت يوم أمس الأربعاء وشهدت عددا من الأصوات الرائعة التي حازت على إعجاب لجنة التحكيم المكونة من كلا من الفنانين: هاني شاكر وسميرة سعيد ونجوى كرم وملحم زين.



الفكر

ماذا يحدث لو شربت الماء فقط مدة شهر كامل ؟!



6- الماء سيحسّن البشرة: إن التحول من شرب المشروبات السكرية إلى الماء سوف يؤثر على صحة بشرتك. فالماء يساعد على ترطيب البشرة ويوقف الصداع الناجم عن الجفاف.

7- الماء يساعد القلب: إن كنت تعاني من الجفاف أصبح الدم أكثر سمكاً وعمل الدم بجهد أكبر لضخّه. ووجدت دراسة أن شرب أكثر من 5 أكواب من الماء يوميا يخفض فرص حدوث نوبات قلبية بنسبة 41% مقارنة مع شرب أقل من كأسين في اليوم.

8- الماء يساعدك على القيام بالتمارين الرياضية من خلال شرب كميات كبيرة منه للحصول على مرونة أفضل في العضلات.

2- يحد من الشهية: يساعد الماء على قمع الشهية.

3- دماغك سيعمل بشكل أفضل: يحوي الدماغ نحو 75% إلى 85% من الماء، وكلما شربت ماء أكثر استمر دماغك بالعمل بشكل أفضل، ويساعد الماء كذلك على التركيز والحفاظ على مستويات الطاقة.

4- الماء أرخص ثمنا: فهو ثن يحافظ على صحتك فقط بل على محافظتك أيضا.

5- يحفز عملية التمثيل الغذائي: عندما تشرب الماء في الصباح، ستتحفز عملية التمثيل الغذائي لديك طوال اليوم. ووجد الباحثون أن شرب 500 مل من الماء يرفع معدل الأيض بنسبة 30% لدى الرجال والنساء.

يعتبر الاستغناء عن المشروبات الغازية أو القهوة والكحول أمرا صعبا رغم محاولة البعض التوقف عن تناولها، ولكن هل تعلمون مدى فائدة شرب الماء وحده ؟ .. هنالك عدد من الفوائد الصحية الناجمة عن شرب الماء الضروري لصحة الإنسان، وفقا لما وجده كريس بيلي الذي شرب الماء فقط لمدة شهر كامل، وفيما يلي أهم الفوائد الحاصلة: -الحصول على سرعات حرارية أقل: إن شرب كوب من الشاي مع السكر يُكسبك 30 سرعة حرارية، وتحتوي عبوة المشروبات الغازية (500 مل) على 210 سرعات حرارية. أما الماء فلا يحوي أي سرعات حرارية ويروي عطشك بشكل أفضل.

الزهايمر.. 9 عادات تزيد خطر

الإصابة بالمرض منها شرب القهوة!

الزهايمر أحد اشكال الخرف الأكثر شيوعاً، ويتسم بحدوث تدهور في الذاكرة والتفكير والسلوك والقدرة على الاضطلاع بالأنشطة اليومية. ووفقا للدراسات الحديثة، فإنّ هناك بعض العادات اليومية التي من شأنها أن تعزز ظهور هذا المرض العصبي. وفي الفترة الأخيرة، أثبت الباحثون في المعهد الوطني للصحة والأبحاث الطبية Inserm، أنّ مرض الزهايمر لا يتم تمييزه بشكل منهجي بفقدان الذاكرة. وهناك في المجمل 10 علامات رئيسية توحى إلى وجود المرض، ومنها اضطراب اللغة والتغيرات في المزاج والشخصية، واضطرابات التوجه وسوء الحكم، ومشاكل في الوظائف التنفيذية، بحسب "نوب سائتيه"، لذا من المهم تصحيح العادات اليومية السيئة لتفادي الإصابة بمرض الزهايمر. إذا كان مرض الزهايمر وراثيا، إلا أن العوامل البيئية والعادات اليومية من شأنها كذلك أن تسبب وتفاقم المرض. الصدمات أو الضربات على الرأس، ونظام التغذية وفقدان النشاط البدني وزيادة الوزن من الأشياء التي قد تكون جزئيا من عوامل الخطر، وعلى أساس يومي، فإنّ بعض العادات تستحق أن يتم تصحيحها؛ من أجل تقليل خطر الإصابة بالمرض، وهي:

التشاؤم: هل تتركن تفكك أسيرة للأفكار السوداء بسهولة دائماً عليك الحذر؛ أشارت إحدى الدراسات الحديثة إلى أن تكرار الأفكار السلبية يعمل على تسارع التدهور المعرفي، ويزيد من خطر الإصابة بمرض الزهايمر.

قلة الحركة والحمول الشديد: لا تعمل جيناتنا حقيقة بشكل جيد إلا عندما نتحرك. ومن الضروري جدا المشي طوال النهار؛ من أجل إبطاء التدهور المعرفي المرتبط بالتقدم في العمر. ويشير البروفيسور كاريه، من جامعة رين الفرنسية، قائلا: "والأفضل هو المشي ضمن مجموعات، ومناقشة أو تذكر وترديد قصائد الطفولة. يجب تدريب الدماغ أثناء المشي إلى الأمام".

مشاهدة التلفزيون كثيرا: تشير التقديرات إلى أن قضاء ما مقداره من ساعتين إلى أربع ساعات يوميا أمام التلفزيون قد يعرّض الدماغ إلى التلف. ومن شأن ذلك أن يزيد خطر الإصابة بمرض الزهايمر بنسبة تصل إلى 54 في المائة.

عدم معالجة الشخير: يزداد خطر الإصابة بمرض الزهايمر كثيراً بشكل خاص في حالات انقطاع النفس أثناء النوم. وسبب ذلك هو تشكيل لويحات بيتا – أميلويد، وبشكل كبير في حالة انقطاع النفس المتقطع أثناء النوم، كما أن بروتين بيتا – أميلويد هو إحدى علامات مرض الزهايمر.

شرب الكحول: يزيد الكحول عندما يتم شربه بإسراف خطر الإصابة بأمراض الخرف بحوالي ثلاث مرات. وفيما يتعلق بمرض الزهايمر؛ تشير التقديرات إلى أن شرب 6 أكواب (أو أكثر) من الكحول في اليوم بالنسبة إلى الرجال، وحوالي 4 أكواب (أو أكثر) في اليوم بالنسبة إلى النساء؛ يعمل على مضاعفة خطر الإصابة بهذا المرض.



بجعة تعبر طريقا داخل منتزه بينما يتجول الناس حول بحيرة ألبرت بارك في ميلبورن. ا ف ب

قرأت لك

الينسون



أوضح الدكتور أحمد الخطيب، أخصائي التغذية العلاجية وعلاج السمنة والنحافة، جامعة القاهرة، أن هناك فوائد صحية عديدة لتناول مشروب الينسون الدافئ وأهمها، أنه مسكن للألم، ويساعد على تهدئة ألم البطن "المغص" عند الأطفال، في حالة معاناة

الطفل من الإصابة بنزلات البرد، وكذلك يقلل ألم البطن التي تتعرض لها السيدات فترة الدورة الشهرية.

ويفيد تناول مشروب الينسون في علاج التهابات الحلق، الناتجة عن الإصابة بنزلات البرد والأنفلونزا، وكذلك في حالة إصابة الشخص بالسعال الشديد والمصاحب لوجود بلغم، وتقليل حدة الألم السعال الشديدة.

لذلك ينصح الدكتور أحمد، بالاهتمام بتناول مشروب الينسون المفيد لصحة الكبار والأطفال، بدلا من المشروبات الغنية بالكافيين، التي يتسبب الإفراط في تناولها في الإصابة ببعض الأضرار الصحية العديدة.

سؤال جواب

- كم عدد ضربات نبض الطفل في الدقيقة؟
85 نبضة
- من بين الحواس الخمسة. ما هي الحاسة الأقل فعالية؟
حاسة الشم
- نقار الخشب ينقر جذوع الأشجار ليضع بيضه في الثقوب لحمايتها ... فما هي سرعة نقار الخشب في النقر ؟
سرعته أكثر من 8 مرات في الثانية أي حوالي 500 مرة في الدقيقة
- من أين يستخرج الفلين؟
من أحد أنواع شجر البلوط
- ما عكس كلمة رجل عصامي؟
رجل عظامي
- ما اسم الغدد التي تقوم بتنقية الدم وتطهيره؟
الغدد الليمفاوية

هل تعلم؟

- لسان القط سلاحه الدائم فهو مملوء بغدد تفرز سائلاً يضمّد جرحه عدة مرات حتى يلتئم.
- روى أحد الباحثين أنه سمع عن طائر قام بتجبير قدمه المكسورة باستعمال الطين وعيدان الحطب.
- أكبر جزء من فيتامينات الفاكهة يوجد في قشرها ولذلك ينبغي أن نأكلها بقشرها.
- عصير الفاكهة وحده يجب تناوله بسرعه فالانتظار يعرض فيتاميناته لأكسدة الهواء كما أن بعض الأنواع تفقد بسرعه وأهمها الجزر.
- من خل ال تحليل دموع البشر تبين أنها تحتوي على مواد كيميائية مسكنة للألم يفرزها المخ عندما يبكي الإنسان.
- إذا مات الفيل وهو واقف فانه يظل واقفاً ليضع ساعات قبل أن يسقط أرضا.
- زئير الأسد يمكن سماعه من على مسافة 8 كيلومترات
- النعامة تعيش حتى 75 عاما وتظل قادرة على التكاثر حتى سن الخمسين.
- في مصر الفرعونية كان الأسبوع يتألف من 10 أيام.
- يتعين على معدة الإنسان أن تفرز بطانة مخاطية جديدة كل أسبوعين وإلا فإنها ستهضم نفسها.
- هناك نوع من النمل يشتهر باسم (النمل السفاح) وذلك لأنه يشن غارات على مستعمرات النمل المجاورة له حيث يقتل ملكاتها وينهب محتوياتها ثم يقتاد عددا من ذلك النمل ويجبره على العمل كمعيد لديه!

قصة اللص والأمين!

تقابل رجلان في أحد الأسواق احدهما طيب يرضى بما قسمه الله فيحمل للناس اغراضهم مقابل مبلغ بسيط او يقوم باداء بعض الاعمال في المحال بأجر، اما الآخر فهو خبيث يتلصص على الناس ربما يستطيع ان يسرق شيئا او يحاول ان يعمل في المحال الكبيرة المزدهمة ليستطيع ايضا ان يسرق ما تطلوه يدها.. تقابل الرجلان في دكان واحد فقد استأجرهما صاحب الدكان لتنظيف مخازنه واخذ يراقب الطيب والخبيث. اخذ الرجل الخبيث يتجول في الخازن وكلما رأى شيئا صغيرا غاليا اخذه ووضع في جيبه او صدره وكلما رأى شيئا يوكل تناول منه حتى امتلأت معدته بل لقد جلس لأخذ قسط من النوم اما الطيب فكان يعرف ان الله هو الذي يراه فعمل بهمة ونشاط وامانة حتى انتهى من التنظيف والترتيب والتحميل في الوقت الذي شبع فيه الخبيث نوما فلما استيقظ سأل ان كان صاحب الدكان جاء فقال الطيب لم يحضر ولم يرك نائما .. هنا دخل صاحب الدكان فما كان من الخبيث الا ان تظاهر بانهاء اخر عمل في يده ثم جلس على الارض وقال كفاني تعبنا اليوم كثيرا وجعنا ايضا فضحك صاحب الدكان وقال نعم سأحضر الطعام حالا .. وصفق بيديه فدخل رجلان عملاق هما ولديه وقال لهما هذا يريد ان يأكل ويرتاح وأشار على الطيب وذاك يريد ان يأكل ويرتاح وينظف نفسه .. وأشار على الخبيث فأخذا الرجل الطيب إلى الدكان وقدمما له الطعام الشهوي وفراشا للراحة ومبلغا محترما نظير تعبه، ثم دخلا وامسكا بالخبيث وقلباه رأسا على عقب فأوقعا كل ما في جيبه وصدره ثم نفضاه جيدا من كل ما سرقه وبعد ذلك لقنناه درسا قويا واعطياه ضربا مبرحا كان ان يصيبه بعاهات مختلفة ومن ثم القياه خارج الطريق ووقف احدهما ليعلم ان هذا الرجل لص وهاق وحذار من التعامل معه مما دفع الرجل الخبيث ان يجري مسرعا خارج السوق قبل ان يتكاثر عليه الآخرون اما الطيب فقد طلبه صاحب الدكان عاملا لديه بأجر جيد جزاء امانته وطيبته .

مساحة للتلوين

