

حديقة الحيوانات بالعين  
تقدم جهوداً نوعية عالية  
لحماية سلاحفها العملاقة



رانيا محمود ياسين:  
استعنت بأطباء  
نفسيين في "انحراف"



نصائح «مستندة إلى العلم» قد  
تحفزك لممارسة الرياضة!

## منظمة الصحة: لا

### خوف من تحوّل جدري القردة إلى جائحة

طمأنت منظمة الصحة العالمية إلى أن لا داعي للخوف في الوقت الراهن من أن يتحوّل انتشار فيروس جدري القردة خارج القارة الأفريقية إلى جائحة. ورداً على سؤال خلال إحاطة صحافية حول إمكانية تحوّل هذا المرض الفيروسي إلى وباء عالمي، قالت روزاموند لويس، كبيرة خبراء منظمة الصحة في مجال جدري القرود، إنه "في الوقت الراهن، لسنا قلقين بشأن حدوث وباء عالمي".

وأضافت "لا يزال ممكناً وقف هذا الوباء قبل أن ينتشر".

ومنذ أعلنت بريطانيا في 7 أيار- مايو تسجيل أول إصابة مؤكدة بجدري القردة، تم إبلاغ منظمة الصحة العالمية بما يقرب من 400 إصابة في حوالي 20 دولة لا يظهر فيها عادة هذا النوع من الأمراض.

وقالت منظمة الصحة إنها قلقة بشأن هذا "الوضع غير المعتاد" لكنها طمأنت إلى أنه ليس هناك أي سبب للذعر.

وجدري القردة بحسب منظمة الصحة العالمية مرض فيروسي نادر حيواني المنشأ يُنقل فيروسه من الحيوان إلى الإنسان، وتماثل أعراض إصابة الإنسان به تلك التي يعاني منها المصابون بالجدري، ولكنها أقل شدة.

ويصاب بعض المرضى بتضخم في العقد اللمفاوية قبل ظهور طفح جلدي، وهي سمة تميز جدري القردة عن سائر الأمراض المماثلة.

ولا يوجد أي علاج أو لقاح متاح حالياً لمكافحة هذا الفيروس، لكن التطعيم ضد الجدري أثبتت نجاعة عالية في الوقاية من جدري القردة.

وتم اكتشاف جدري القردة للمرة الأولى في جمهورية الكونغو الديمقراطية عام 1970، وأبلغ منذ ذلك الحين عن معظم الحالات في المناطق الريفية من الغابات المطيرة الواقعة بحوض نهر الكونغو وغرب أفريقيا.

من الطبيعي أن يكون لدى الأمهات الجدد الكثير من

المخاوف بشأن الحساسية الغذائية عندما يبدأن في إطعام

أطفالهن الأطعمة الصلبة لأول مرة.

وتؤثر الحساسية الغذائية على جهاز المناعة لدى

الطفل وتخلق أجساماً مضادة للطعام، الأمر

الذي يمكن أن يتسبب في مضاعفات صحية

خطيرة ومهددة لحياة الصغار.

لذلك، يجب على الآباء والأمهات معرفة الأطعمة

التي يكون لدى أطفالهم حساسية منها.

وفقاً لموقع "onlymyhealth"، غالباً ما تكون

الحساسية الغذائية وراثية، وإذا

كان أحد الوالدين يعاني من

حساسية موسمية، فمن المحتمل

أن يعاني أطفالهم منها أيضاً.

## كيف تعرف أن طفلك يعاني الحساسية تجاه بعض الأطعمة؟

ولكن لحسن الحظ، يتخلص معظم الأطفال من الحساسية الغذائية مع تقدمهم في العمر.

وتشمل الأطعمة الأكثر شيوعاً التي تسبب الحساسية لدى الأطفال الصغار، الحليب، الفول السوداني، البيض، السمك، القمح، عين الجمل، اللوز، الكاجو، الجوز، والاسكاكوزا.

وفي حالة ملاحظة أن الطفل يتفاعل مع أي من هذه الأطعمة، فقد يكون ذلك من حساسية تجاه الطعام لدى الصغير.

وهنا، من المهم استشارة طبيب الأطفال لمعرفة ما إذا كان طفلك يعاني من حساسية تجاه هذا الطعام، ثم الامتناع عن إعطاء هذا النوع من الأكل لصغيرك.

**كيفية التعرف على حساسية الطعام لدى الطفل؟**  
يترك كل أب وأم جيداً أن الأطفال من الصعب إرضاءهم في الأكل، خاصة عندما يتعلق الأمر بالخضروات والأطعمة الصحية، ومع ذلك، لا ينبغي الخلط بين الانتقائية والحساسية.

أما فيما يخص كيفية التمييز بين الانتقائية والحساسية، فلا يدرك معظم الآباء ما يسبب الحساسية لأطفالهم ما لم يجربوا الطعام وتعرضوا لرد فعل كبير.

ولذلك، يجب أن يكون الوالدان دائماً في حالة تأهب لعلامات وأعراض الحساسية كلما حاول الطفل تناول طعاماً جديداً لأول مرة.

كما ينصح بإدخال أطعمة جديدة في الصباح لاستبعاد

علامات وأعراض الحساسية الغذائية لدى الأطفال يمكن أن تؤثر ردود الفعل التحسسية على جزء واحد أو أكثر من جسم الطفل.

ويجدر هضم الطعام، قد يظهر الطفل حساسية تجاه الطعام من أعراض مشاكل جلدية مثل: التورم، الحكة، الطفح الجلدي (الإكزيما)، بقع حمراء اللون، نتوءات مثيرة للحكة، سيلان الأنف، السعال، الدموع، والاحمرار والحكة حول العينين.

كما تؤثر بعض أنواع الحساسية الغذائية بشكل مباشر على مجرى الهواء لدى الطفل، مما يتسبب في ضيق التنفس، العطس، الصفير، وضيق الصدر، مما يجعل التنفس صعباً.

وبالإضافة إلى ذلك، تشمل بعض الأعراض الأخرى الآم البطن، هقدان الوعي، الشحوب، الغثيان، الدوخة، الدوار، وعدم انتظام ضربات القلب.

**حساسية الفول السوداني عند الأطفال**  
توصلت دراسة جديدة لعلاج مناعي يقضي على حساسية الأطفال تجاه الفول السوداني قبل سن 3 سنوات.

وجدت دراسة جديدة أن معظم الأطفال الصغار الذين يعانون من حساسية الفول السوداني وعولجوا بالعلاج المناعي الفموي قد تحلصوا من الحساسية في غضون عامين ونصف، وفقاً لموقع "يونايتيد برس إنترناشونال"

## كيف ترسل رسالة واتساب لشخص دون حفظ رقمه؟

واتساب هو أحد أكثر تطبيقات المراسلة شيوعاً، وعلى الرغم من أنه سهل الاستخدام للغاية، إلا أن هناك بعض الصعوبات المتعلقة به، مثل عدم وجود إمكانية إرسال رسائل واتساب إلى أرقام غير محفوظة في سجل الهاتف.

هناك بعض تطبيقات الجهات الخارجية التي تسمح لك بإرسال رسائل واتساب دون إضافة جهات اتصال، ولكن لا يُنصح باستخدام هذه التطبيقات لأنها قد تعرض أمانك للخطر وقد تؤدي إلى حظر حساب واتساب الخاص بك. نتيجة لذلك، من الأفضل دائماً تجنب مثل هذه التطبيقات.

فيما يلي طريقة إرسال رسائل واتساب إلى أرقام غير محفوظة في جهازك، بحسب ما أورد موقع "غادجيتس ناو" الإلكتروني:

1. افتح المتصفح على هاتفك، قم بنسخ هذا الرابط ولصقه في المتصفح <http://wa.me/91xxxxxxxxxx>
2. قم بكتابة رقم الهاتف الذي تريد إرسال الرسالة إليه بالإضافة إلى رمز البلد بدلاً من "xxxxxxxxxx"
3. أدخل لفتح الرابط
4. سيتم توجيهك إلى واتساب إذا فُقرت على زر الرسالة الأخضر وعندما تتمكن من إرسال رسائلك إلى الرقم المطلوب.



## عقار ثوري فعال لحل مشكلة الصلع

### الناجمة عن الثعلبة البقعية

قد يستفيد مئات الآلاف من الأشخاص المصابين بالثعلبة البقعية يوماً ما من دواء يمكنه علاج الصلع في شهور. وجدت دراسة أجريت على عقار جديد يتم تناوله مرتين في اليوم أن أربعة من كل 10 مرضى يعانون من الثعلبة البقعية شهدوا نمو شعر رأسهم بشكل كامل تقريباً في غضون نصف عام.

العلاج الجديد الذي صنعه شركة الأدوية الأمريكية "كونسيرت فارماشيتيكال"، يعمل عن طريق تثبيط الاستجابة المناعية لنمو الشعر.

وقد خضع 706 أشخاص بالغين مصابين بالثعلبة تتراوح أعمارهم بين 18 و 65 عاماً في الولايات المتحدة وكندا وأوروبا لتناول العقار على مدار 24 أسبوعاً.

في بداية التجربة استعاد المرضى 16% من شعرهم. ومع مرور الوقت شهد 41.5% من المرضى نمواً بنسبة 80% من شعرهم.

ويحسب العلماء، يعمل الدواء عن طريق تثبيط إنزيمات معينة يتم تنشيطها أثناء الاستجابة المناعية تدعى JAK1 و JAK2. تشكل هذه الإنزيمات مجموعة تسمى جينوس كينازات، ويمكن أن يؤدي الكثير منها إلى استجابات مناعية التهابية تسبب تساقط الشعر.

وتتوقع الشركة الصنعة "كونسيرت فارما"، التقدم بطلب للحصول على موافقة إدارة الغذاء والدواء الأمريكية على العقار العام المقبل بعد الانتهاء من التجارب عليه بشكل كامل.

## جوائز البحارة نجم

### موضة صيف 2022

أضادت مجلة "Elle" بيان جينز البحارة "Sailor Jeans" يمثل نجم الموضة النسائية في صيف 2022

للمنح المرأة إطلالة أنيقة ومريحة. وأوضحت المجلة المعنية بالموضة والجمال أن جينز البحارة يمتاز بقصة ذات وسط عال وأرجل ذات قصة واسعة وجيوب أمامية، مشيرة إلى أنه يكتسي في الغالب بدرجات الأزرق المتوسطة، كما توجد موديلات تتألق بألوان زاهية كالورد.

وأضافت "Elle" أن جينز البحارة يمتاز بتنوع إمكانيات التنسيق؛ حيث يمكن تأكيد الطابع البحري من خلال تنسيقه مع تي شيرت مخطط باللونين الأزرق والأبيض وحذاء رياضي. كما يمكن الحصول على إطلالة أنيقة من خلال تنسيقه مع بلوزة ولبيزر وحذاء ذي كعب عال.



# منوعات الفكر

22

## تقنية حديثة في جراحة استبدال الركبة بمساعدة ذراع روبوتية

# الجراحات بمساعدة روبوتية هي الأولى من نوعها في دولة الإمارات لاستبدال الورك والركبة

في تصميم الطعوم المستخدمة في الجراحات، قائلًا: "تمت الجراحة تحت إشراف جراح متمرس بمساعدة روبوتية، ويعتمد الجراحون في مختلف أنحاء العالم اليوم على الروبوتات في محاولة لتحسين النتائج السريرية، فالروبوت موجود لمساعدة الجراح. لذلك، يبقى الجراح هو المسيطر فيما يساعده الروبوت على توكي الدقة وإتقان الجراحة، وعلى مدى مسيرتي المهنية، أجريت أكثر من 750 عملية جراحية بمساعدة روبوت". وفي هيلث بوينت، يستخدم الدكتور كوفنري التكنولوجيا الروبوتية لإجراء جراحات استبدال الورك واستبدال الركبة الكلي والجزئي، ويصفه جراح أوروبي مدرب بتدريب زملائه الجراحين على استخدام الذراع الروبوتية، هذا بعد أن دُرب جراحين في عدد من البلدان حول العالم بما في ذلك الصين، واليابان، وأوروبا، وأمريكا.

المسبق للعملية، فبعد الضحك بالأضعة القطعية، يتم إنشاء نموذج ثلاثي الأبعاد من الممكن رؤيته من جميع الزوايا باستخدام التكنولوجيا الرقمية وشاشة الحاسوب، مما يعيد تقنية رائدة، بحيث يتيح للجراح تصور كيفية تحرك الورك أو الركبة وظيفياً. هذا وبالإمكان تقييم استبدال الورك أو الركبة قبل حدوثه، كي يتمكن الفريق الطبي من تحديد نموذج الجراحة التي ينبغي إجراؤها، شيء أشبه بإجراء تمرين وهمي، مما يعود بالفائدة بشكل أساسي على المريض الذي سيؤدي مفصله الجديد وظائفه بشكل أفضل نظراً للدقة اللامتناهية في حجم الزراعة وتحديد موضعها، وكذلك الدقة في تحديد زوايا الجراحة في العظام، مما يخفف في النهاية من حدة الألم ويؤدي إلى تعزيز الأداء الوظيفي. انطلاقاً من ذلك، عقب الدكتور كوفنري الحائز أيضاً على شهادة ماجستير في الهندسة والذي كان له باع طويل

جراحات استبدال الورك والركبة بمساعدة روبوتية التي أجراها. وفي هذا السياق، قال الدكتور كوفنري: "إن هذا النوع من الجراحات بمساعدة روبوتية منتشر في الخارج وقد بات الآن متاحاً للمرضى هنا في دولة الإمارات العربية المتحدة، وبمساعدة الجراح، يستطيع هذا النظام أن يجري شقوفاً دقيقة للغاية في العظام، مما يبرهن أنه يؤدي إلى تحقيق نتائج أفضل على المدى الطويل فضلاً عن سرعة التعافي، حيث يمكن لبعض المرضى الذين يخضعون للجراحة بمساعدة روبوتية العودة إلى منازلهم في اليوم نفسه. وبفضل خبرتي، شاهدت مرضى يتخلون عن عكازاتهم في غضون أسبوعين إلى أربعة أسابيع، كما لاحظنا أن هذا النوع من الجراحات يحدث معدلات ورم وألم أقل".



الورك العادية، وقد حلّ حتى يومنا هذا في مرتبة طليعية في المملكة المتحدة من حيث عدد

مكافة هيلث بوينت الرائدة في جراحة العظام في المنطقة". وأضاف النقيب: "ومن خلال تقنية الجراحة المتطورة هذه، ستمكّن من توفير رعاية شاملة لأولئك الذين كانوا يضطرون إلى السفر لتلقي العلاج في الخارج، ويسعدنا أن نؤكد أن الجراحة التي تستخدم تقنية "ماكو" أجريت مؤخراً في هيلث بوينت وللمرة الأولى في دولة الإمارات العربية المتحدة، متمنين للمريض الشفاء العاجل ودوام الصحة". وتجدر الإشارة إلى أن التقنية الجديدة قد تم استخدامها حصرياً إلى مستشفى هيلث بوينت على يد أحد أبرز جراحي تقويم العظام الروبوتي، الدكتور جوناثان كوفنري، المقيم في المملكة المتحدة والمتخصص بجراحة استبدال الورك والركبة بمساعدة الروبوت، والذي يحظى بخبرة واسعة ويجري جراحات مثل الجراحة التلظيرية للورك وعمليات تبديل

•• أبوظبي- الفجر

أعلن مستشفى هيلث بوينت، جزء من مبادرة للرعاية الصحية، عن إجراء جراحة استبدال الركبة مستخدماً ذراع "ماكو" الروبوتية من "سترايكر" والتي تعد من أحدث التقنيات في هذا المجال. وتسهم التقنية الجديدة في تحقيق دقة أكبر في إجراءات الجراحات، وبالتالي الحصول على نتائج أفضل ومعدلات شفاء أسرع، كما تعمل على الحد من معدلات الألم مقارنة بعمليات استبدال الورك والركبة التي تتم باستخدام التقنيات التقليدية. وفي هذا الإطار، قال عمر النقيب، المدير التنفيذي لمستشفى هيلث بوينت: "نحن ملتزمون بتزويد مرضانا بأفضل النتائج السريرية، وإطلاق جراحة راب المفصل في هيلث بوينت عبر استخدام هذه التقنية المتكيفة بمرس

## جراحة رائدة لاستبدال الصمام التاجي عبر القسطرة بتقنية «صمام داخل صمام»

# مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي ينجز عملية جراحية ناجحة هي الأولى من نوعها في دولة الإمارات



الرعاية الصحية حول العالم. وختاماً أكد الدكتور إدريس: "يسعدني العمل جنباً إلى جنب مع فرق متميزة ومتعاونة تحظى بالخبرة والكفاءة في جراحة القلب والتصوير الشعاعي للقلب والأوعية الدموية والتخدير والتعريض، فلم نكن لنحقق هذا النجاح المتواصل لولا جهود فريق أمراض القلب الهيكلية هنا في كليفلاند كلينك أبوظبي".

وفريق عمله مستوى متميزاً من الاحترافية والكفاءة وشعرت في ظل رعايتهم بالراحة والطمأنينة وعدت إلى منزلي في غضون يومين". ويعالج مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي حالياً أكثر من ثلثي حالات أمراض القلب الهيكلية في دولة الإمارات العربية المتحدة ويحقق نتائج علاجية تضاهي أفضل برامج

المتحدة، وتشمل الأعراض انخفاضاً طفيفاً في وظائف الجسم وضيقاً في التنفس عند الإجهاد، الأمر الذي قد يتسبب بواقب وخيمة إذا ما تم تجاهله. وتجدر الإشارة إلى أن نسبة 60% إلى 70% من الأشخاص الذين يعانون من أعراض التضيق الشديد في الصمام الأبهري يبقون من دون علاج على الرغم من توفر خيارات علاجية بتدخل جراحي طفيف. وأشار الدكتور إدريس: "يتوجب على المرضى أو عائلاتهم أن يدركوا تماماً مدى أهمية إجراء فحوصات دورية لتقييم حالة القلب تمهيداً للعلاج المبكر لأية مشكلات صحية قد يتم تشخيصها، حيث غالباً ما يصلنا المرضى، مع الأسف، في المراحل النهائية عندما يكون المرض قد استحل وأصبح يهدد حياتهم بالكامل إذا ما بقي دون علاج".



والأوعية الدموية بتقديم الدعم اللازم في التخطيط وإجراء العملية من خلال التصوير المقطعي المحوسب. وتم إجراء العملية بالتعاون مع أطباء فريق أمراض القلب الهيكلية في كليفلاند كلينك، في الولايات المتحدة، من خلال تقنيات الاتصال المرئي عن بعد لا تزال أمراض صمام القلب من بين الأمراض الأكثر شيوعاً في دولة الإمارات العربية

وفي هذا السياق، أوضح الدكتور أحمد إدريس، أخصائي طب القلب التداخلي في معهد القلب والأوعية الدموية وأمراض الصدر في مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي: "لقد حققنا نتائج مبهرة في برنامج أمراض القلب الهيكلية، حيث تمكّننا من علاج حالات معقدة من أمراض صمامات القلب عبر تطبيق تقنيات تتطلب تدخلاً جراحياً طفيفاً". وتم إدخال الصمام عبر الحاجز بين الأذنين من الجانب الأيمن إلى الجانب الأيسر من القلب بعد إجراء ثقب في الحاجز وجرى إيصاله إلى موضع الصمام. وأضاف: "يُمكن نجاح هذا الإجراء في التخطيط له والاهتمام بأدق تفاصيله. أشعر بمزيج من الاعتزاز والذهول حين أفكر أننا استطعنا استبدال صمام عبر ثقب صغير في الجلد والوريد، مما جعل المريض يتماثل للشفاء ويغادر المستشفى في غضون يومين". ويتولى الدكتور إدريس منصب المدير المشارك في برنامج أمراض القلب الهيكلية ويعمل جنباً إلى جنب مع الدكتور محمود ترينا ضمن فريق جراحة القلب لوضع الخطط العلاجية المثلى لجميع المرضى، فيما يقوم الدكتور أحمد بافاضل من برنامج التصوير الشعاعي للقلب

•• أبوظبي- الفجر

نجح الأطباء في مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي، جزء من مبادرة للرعاية الصحية، في إجراء جراحة رائدة لاستبدال الصمام التاجي عبر القسطرة بتقنية "صمام داخل صمام"، التي تُعد الأولى من نوعها على مستوى دولة الإمارات العربية المتحدة. وتقليلاً، تم مؤخراً تحويل صغبر إسكندر، البالغ من العمر 77 عاماً، إلى الاختصاصيين في مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي مع قصور متكرر في القلب، بعد أن كان قد خضع سابقاً لجراحة "مجازة الشريان التاجي" ولعملية استبدال الشريان التاجي، وقد تبين أنه مصاب بارتجاع شديد في الصمام التاجي وقصور فيه. وكونه كان يعاني من مشاكل صحية متعددة، وتعرض سابقاً لسكتة دماغية وشخصت إصابته بفشل كلوي، راحت حالته تتفاقم وتزداد سوءاً. وقد أجمع الأطباء في عدة مستشفيات على أن أي تدخل جراحي ينطوي على مخاطر عالية على حياة إسكندر وأنه ليس هناك الكثير يمكن القيام به لتحسين وضعه الصحي، إلا أن كل ذلك قد تغير بعد أن تم نقله إلى مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي.



## حديقة الحيوانات بالعين تقدم جهوداً نوعية عالية لحماية سلاحها العملاقة

•• العين - الفجر

، حيث كلفت الحديقة جهودها في رعاية هذه النوعية من الحيوانات وحرصت على توفير أفضل سبل الرعاية البيطرية والغذائية والبيئية والسلوكية لها. وتولي الحديقة عناية كبيرة للسلاحف من مختلف الزواحف أشهرها سلاحف الدبرا العملاقة التي تعتبر ثاني أكبر أنواع السلاحف في العالم، يقصدها الزوار للاستمتاع بمشاهدتها في بيئاتها المخصصة تعيش حياتها اليومية بكل عفوية وحرية. ويبلغ إجمالي أنواع السلاحف في حديقة الحيوانات بالعين سبعة أنواع موزعة على سفاري العين ومعرض بيت الزواحف ومعارض أخرى؛ قامت الحديقة بحمايتها وتطبيق برامج إكثارها النوعي لحفظها من خطر الانقراض، وتوعية المجتمع بأهمية الجهد والعمل الإنساني لحمايتها والتغلب على مهددات بقائها. وتضم حديقة الحيوانات بالعين اثنتي عشرة سلاحف الدبرا يصل عمرها إلى أكثر من 50 سنة كحد أدنى، فيما تتراوح أوزانها بين 120 إلى 140 كيلو جرام

العالم. وفي ذات الجهود المستمرة، تنفذ حديقة الحيوانات بالعين مشروعاتها الرأسمالية في إنشاء متنزه الزواحف أكبر حديقة زواحف بالشرق الأوسط يتم تطويرها وإعادة بنائها على مساحة 11500 متر مربع، وبأكثر من 100 نوع من الزواحف من جميع أنحاء العالم.



## خدمة للأشخاص ذوي الإعاقة... وأولياء أمورهم

# طالبات كليات التقنية العليا يتدربن سنوياً في مدينة الشارقة للخدمات الإنسانية

•• الشارقة- الفجر

العملي يكسبهن المهارات المطلوبة، ويمكنهن من تقديم الخدمات المناسبة، وتنفيذ من جانبها تمُنّت سعادة منى عبد الكريم اليافعي التعاون مع كليات التقنية العليا متميز من الخدمات للمتخفين بها فهي تتبنى قضايا الأشخاص ذوي الإعاقة سعياً لتمكينهم من العيش بكرامة واستقلالية، وتعمل دائماً على تنوع أساليب التعليم التي توفرها لطلابها، وتحرص بها على تنمية مهاراتهم وتطوير قدراتهم. كما تحدثت اليافعي عن زيادة المدينة، وسعيها لتمكين الأشخاص ذوي الإعاقة، وأهمية الدور التدريبي، سواء توظفن في المدينة أو إحدى المؤسسات الصحية أو الاجتماعية، يعود عليهن وعلى المجتمع بالفائدة، فالتدريب

والهدف من الزيارة توطيد علاقات التعاون التي ترجع إلى أكثر من 12 عاماً بين الجانبين، وتنميتها والعمل على استمراريتهما، وأضاف: تستقبل المدينة طالبات قسم العلوم الصحية سنوياً وتقدم لهن البرامج التدريبية العملية بما يشمل "دراسة الحالة" و "التعامل المباشر مع الأشخاص ذوي الإعاقة وأولياء أمورهم" و "المشاركة في الفعاليات" حرصاً على تأهيلهن بالشكل الأمثل لسوق العمل مستقبلاً. وعبر عن سعادته الكبيرة بهذا التعاون الذي يصب في مصلحة الطرفين والمجتمع، مشيداً بالجهد الكبير الذي تبذره مدينة الشارقة للخدمات الإنسانية منذ 42 عاماً

وهدف من الزيارة توطيد علاقات التعاون التي ترجع إلى أكثر من 12 عاماً بين الجانبين، وتنميتها والعمل على استمراريتهما، وأضاف: تستقبل المدينة طالبات قسم العلوم الصحية سنوياً وتقدم لهن البرامج التدريبية العملية بما يشمل "دراسة الحالة" و "التعامل المباشر مع الأشخاص ذوي الإعاقة وأولياء أمورهم" و "المشاركة في الفعاليات" حرصاً على تأهيلهن بالشكل الأمثل لسوق العمل مستقبلاً. وعبر عن سعادته الكبيرة بهذا التعاون الذي يصب في مصلحة الطرفين والمجتمع، مشيداً بالجهد الكبير الذي تبذره مدينة الشارقة للخدمات الإنسانية منذ 42 عاماً

في إطار تنمية التعاون وترسيخه مع المؤسسات والمراكز والجامعات محلياً وعربياً ودولياً، استقبلت سعادة منى عبد الكريم اليافعي مدير مدينة الشارقة للخدمات الإنسانية وفداً من كليات التقنية العليا بالشارقة ترأسه البروفيسور جريجوري بلاتش عميد العلوم الصحية. وعقب جولة شملت مجموعة من فصول وأقسام المدينة، أطلع الوفد الضيف خلالها على البرامج التعليمية والتدريبية التي تبناها المدينة في تعليم الأشخاص ذوي الإعاقة وتدريبهم وفق أفضل الممارسات العالمية، أكد البروفيسور جريجوري أن

# منوعات الغذاء

23

سمع معظمنا مقولة: «الجرى يمنحك قوة و طاقة» أو «ممارسة الرياضة تسبب الإدمان»، ولكن بالنسبة للكثيرين منا، من الصعب أن نتقبل أو نحبّ التمرين الرياضي. وقد يقول البعض إنهم يكرهون ذلك، أو يخافون منه، أو أن التفكير في الذهاب إلى صالة الألعاب الرياضية يسبب لهم القلق. لماذا يكره البعض منا التمرين؟ وكيف يمكننا التغلب على هذا لجني الفوائد المنقذة للحياة من تحريك الجسم؟.



هل تكره التمرين حقاً؟!..

## نصائح «مستندة إلى العلم» قد تحفزك لممارسة الرياضة!



تستمتع بها. وإذا كنت تكره الجري، فلا تفعل ذلك. اذهب في نزهة طويلة في الطبيعة.  
7. ابدأ صغيراً  
- من غير المحتمل أن تشعر بالألم أو الأذى بنفسك.  
8. الاستماع إلى  
أو سيقى  
يحسن  
الحالة  
المزاجية  
أثناء التمرين،  
ويقلل من الجهد  
المبدول، ما يؤدي إلى زيادة  
إنتاج العمل. هذه الفوائد فعالة  
بشكل خاص لأشكال التمارين المنتظمة  
والمكررة، مثل المشي والجرى.  
9. خذ كليك في نزهة على الأقدام  
- يمشي أصحاب الكلاب كثيراً ولفترة  
أطول من الأشخاص الذين لا يمارسون  
رياضة المشي مع الكلاب، وأقادوا بأنهم  
يشعرون بأنهم أكثر أماناً وأكثر ارتباطاً  
اجتماعياً في منطقتهم.  
10. تقديم التزام مالي. تدرك  
النظرية الاقتصادية السلوكية أن دافع  
البشر هو النفور من الخسارة، وسخرت  
بعض المواقع التجارية هذا من أجل  
الصحة من خلال حمل الناس على إبرام  
عقد التزام، يدفعون بموجبه وديعة مالية  
يتم مصادرتها إذا لم يتم الوفاء بالتزام السلوك  
الصحي.  
وثبت أن هذا النهج يحسن النشاط البدني والالتزام  
بالأدوية وفقدان الوزن.  
وكن صبوراً مع نفسك، وتذكر اللعبة الطويلة -  
يستغرق الأمر حوالي ثلاثة إلى أربعة أشهر  
لتكوين عادة تمرين. وبعد ذلك، تتولى  
المحفزات الجوهرية زمام الأمور  
للحفاظ على روتين التمرين.

الشخصية أو التحدي. ويأتي الدافع الخارجي من عوامل خارجية، مثل محاولة كسب مكافأة أو تجنب العقوبة. ويمكنك تعزيز الدافع الذاتي الخاص بك عن طريق تحديد سبب أهمية ممارسة الرياضة بالنسبة لك.  
1. حدد لماذا،  
- هل تريد ممارسة الرياضة من أجل صحتك؟ هل هو لأطفالك؟، هل هو كيف تجعلك ممارسة الرياضة تشعر؟. للتمرين فوائد طويلة المدى للصحة والوظيفة، ومزايا عديدة لأطفالك، وتأثيرات فورية على الحالة المزاجية والحيوية.  
ويمكن أن تساعدك المحفزات الخارجية أيضاً على البدء في التمرين.  
2. رتب لمقابلة صديق لممارسة الرياضة معاً  
- من المرجح أن تتابع الأمر، لأنك لن تريد أن تخذل صديقك. وتشير الأبحاث أيضاً إلى أن الأشخاص يمارسون الرياضة لفترة أطول عندما يمارسون الرياضة مع أفراد العائلة والأصدقاء مقارنة بمن يمارسون الرياضة بمفردهم.  
3. كافئ نفسك بقطعة جديدة من الملابس أو الأحذية التي تستمتع بها  
- تأكد من جعل المكافأة مشروطة بممارسة قدر معين من التمارين، لذلك عليك أن تكسبها.  
4. احصل على تعقب النشاط  
- تحتوي أجهزة تتبع اللياقة البدنية على مجموعة من الميزات المصممة لتعزيز الدافع، مثل المطالبات والمراقبة الذاتية وتحديد الأهداف. وهناك عدد كبير من الأبحاث التي تشير إلى أن أدوات تتبع النشاط تزيد من النشاط البدني.  
5. تمرن في نفس الوقت كل يوم، فتصبح عادة  
- تشير الأبحاث إلى أن ممارسة الرياضة في الصباح تؤدي إلى تكوين عادة أسرع مقارنة بالتمارين المسائية.  
6. قم بنشاط تستمتع به  
- إن بدء ممارسة تمارين رياضية جديدة أمر صعب بما فيه الكفاية.  
زد فرصك في الالتزام بها عن طريق القيام بنشاط تجده ممتعاً. وأيضاً، يمكنك ممارسة الرياضة بكثافة أعلى دون أن تدرك ذلك، إذا كنت تمارس نوعاً من التمارين التي

- إذن ما مقدار النشاط البدني الذي تحتاجه بالفعل؟  
يُنصح البالغون الأستراليون (الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و65 عاماً) بالحصول على 150 دقيقة على الأقل (على الرغم من أنه يفضل 300) من النشاط البدني المعتدل الشدة كل أسبوع. وقد تكون التمارين المعتدلة الشدة عبارة عن نزهة سريعة أو دورة خفيفة أو جز العشب.  
وإذا كنت على استعداد لممارسة نشاط بدني قوي، فأنت تحتاج فقط إلى نصف ذلك (75-150 دقيقة في الأسبوع).  
ويتم تشجيع مجموعة متنوعة من أنواع الأنشطة لأن الأنشطة البدنية المختلفة تستلزم فوائد مختلفة. ويتم تشجيع تمارين تقوية العضلات، مثل رفع الأثقال أو تمارين الضغط، مرتين في الأسبوع للحفاظ على قوة العظام والعضلات.  
وإذا كان كل هذا يبدو معقداً للغاية، فتأكد من أن أي تمرين مفيد لك. وليس عليك تحقيق إرشادات النشاط البدني للاستفادة من النشاط البدني.  
- ما هي بعض النصائح المدعومة علمياً للحصول على الدافع؟  
وفقاً لعلماء النفس، هناك نوعان رئيسيان من الدوافع: الدافع الخارجي والداخلي. ينشأ الدافع الداخلي من الداخل - القيام بشيء من أجل المكافأة

- لم يتطور البشر إلى «التمرين» طوال معظم تاريخ البشرية، كان الطعام نادراً ولم يكن النشاط خياراً. ولآلاف السنين، كان على البشر التحرك للعثور على الطعام، وبمجرد إتمامهم، استراحوا للحفاظ على الطاقة، لأنهم لم يعرفوا من أين تأتي وجبتهم التالية.  
لذا، إذا كانت لديك الرغبة في الجلوس ومشاهدة «نيتفلكس»، بدلاً من الذهاب إلى صالة الألعاب الرياضية، فقد تشعر بالراحة في أن الراحة العرفية هي نزهة بشرية طبيعية.  
وبعد قول كارول ماهر، أستاذة ورائدة صندوق مستقبل البحوث الطبية، وبن سيغ، زميل باحث، من جامعة جنوب أستراليا، لهذا، فإن أنماط حياتنا في القرن الحادي والعشرين تنطوي على الكثير من الجلوس والراحة. ومع التكنولوجيا والسيارات والأجهزة الأخرى الموفرة للعمالة، لم يعد التنقل ضرورياً للبقاء على قيد الحياة يومياً. ومع ذلك، فإن عدم النشاط البدني أمر مروع لصحتنا. ووجد تحليل نُشر في المجلة الطبية المرموقة Lancet، أن الخمول البدني يرتبط بزيادة خطر الإصابة بسرطان القولون بنسبة 30-40%، وزيادة خطر الإصابة بسرطان الثدي بنسبة 30%، وزيادة خطر الإصابة بمرض السكري النوع 2 بنسبة 20 إلى 60%، و30-50% خطر أعلى للوفاة المبكرة، مقارنة بالنشاط البدني.



دراسات اشارت الى أنها ليست مناسبة للجميع

## الآثار السلبية لتناول التوابل الحارة على الجسم

قد يعتبر وجود القليل من التوابل الحارة في الطعام عاملاً إيجابية يساهم في الحفاظ على الصحة حسب الدراسات، ولكن يجب الانتباه إلى الكميات المضافة من هذه التوابل.

تشير الدراسات إلى أن الأطعمة الغنية بالتوابل الحارة ليست مناسبة للجميع، وتعتمد على جسم كل شخص، فقد يكون لتناول هذه التوابل آثار سلبية على الجسم ومنها:



المعروف أيضاً باسم ارتداد الحمض، ووفقاً للعديد من خبراء الصحة البارزين، لا يُنصح بتناول الأطعمة الغنية بالتوابل مع اقتراب موعد النوم لأن الاستلقاء يمكن أن يؤدي في الواقع إلى تفاقم الانزعاج الذي تشعر به.  
قد يؤدي تناول الدائم للتوابل إلى تغيرات في الصوت.  
وفقاً لخبراء الصحة في Mayo Clinic، فإن تناول الكثير من الأطعمة الغنية بالتوابل هو أحد الأشياء التي يمكن أن تهيج الحلق، وخصيصاً لدى الأشخاص الذين يعانون من ارتجاع المريء، وهو أمر يحدث عادة بسبب تناول الأطعمة الغنية بالتوابل. فقد يؤدي ذلك ليس فقط إلى القيء ولكن أيضاً إلى الألم والتورم و«صوت الحصان مكتوم».

قد تؤدي إلى ظهور بثور وطفح جلدي.  
وفقاً للدكتور Barry Green، من مختبر John B. Pierce في نيو هيفن، فإن مجرد لمس بعض الأطعمة الغنية بالتوابل يمكن أن يكون له مخاطر صحية، وأوضح مجلة ساينتيفيك أمريكان أن الأطعمة الحارة تثير المستقبلات الموجودة في الجلد التي تستجيب عادة للحرارة. هذه المستقبلات هي ألياف الألم، والمعروفة تقنياً باسم مستقبلات الألم متعددة الوسائط، وهي تستجيب لتقلبات درجات الحرارة

الحارة قد تسبب الإصابة بالطفح الجلدي لدى بعض الأشخاص، وعندما يتسبب الطعام الحار في حدوث التهاب في القناة الهضمية، من اضطراب في المعدة أو ارتداد الحمض أو أعراض أخرى، يمكن أحياناً رؤية هذا الالتهاب على الجلد مع احمرار أو اندلاع حب الشباب أو حتى الإكزيما.  
يمكن أن تسبب الأرق.  
يقول خبراء الصحة في WebMD: «الأطعمة الحارة والحمضية يمكن أن تقتل جهود النوم لأنها تسبب الحموضة المعوية، ويضيف الخبراء، الحموضة المعوية هي مشكلة خاصة للأشخاص الذين يعانون من مرض الجزر المعدي المريئي،

قد يكون لها تأثير ملين للأعضاء.  
يعتبر تناول الأطعمة الغنية بالتوابل أحد الأسباب الأكثر شيوعاً وراء اضطراب المعدة والإسهال. ووفقاً لإحدى الدراسات العلمية يمكن أن يؤدي تناول الكابسيسين بكثرة إلى تهيج بطانة المعدة بعد تناوله، وقد تشمل الأعراض الناتجة عن الإفراط في تناول الكابسيسين، وفقاً لمعلومات من Healthline، «الغثيان، و«القيء، و«آلام البطن، و«الإسهال».

قد تتسبب في ظهور حب الشباب والإكزيما.  
تقول طبيبة الأمراض الجلدية ربيكا تونج، «الأطعمة



**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ميدل مان هب للوساطة التجارية  
رقصة رقم: CN 2537032 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/مؤسسة  
غانم سعيد للحدادة والتجارة المسلحة  
رقصة رقم: CN 1117316 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/موكا  
موكا للطور  
رقصة رقم: CN 2584029 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة :مؤسسة الاتحاد  
العربي للتعلقات  
رقصة رقم : CN 1122377 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
اضافة محمد حسن علي القوع الزعابي ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
حذف بشرى علي سعيد علي الرواحي  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة  
التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا  
الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد  
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة :فلور تو جو  
لتنسيق الزهور  
رقصة رقم : CN 2365328 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
اضافة شيخه علي حسن عبدالله الحوسني ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
حذف عائشه عوض يسلم الشرقي  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة  
التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا  
الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد  
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/مؤسسة  
عين السباع لعمال الجبس  
رقصة رقم: CN 1191085 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة :علي مجباس  
للمقاولات والصيانة العامة  
رقصة رقم : CN 1193935 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
اضافة منصور علي مجباس ادهيمان ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
حذف علي مجباس ادهيمان  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة  
التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا  
الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد  
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/راشد  
جوهر كلفوت للتصوير  
رقصة رقم: CN 3676295 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/أجدل  
للتجارة  
رقصة رقم: CN 2838163 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/الزاوية  
الهندسية للمقاولات العامة  
رقصة رقم: CN 1146137 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/فاستو  
للهاوتاف  
رقصة رقم: CN 3930187 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/بلو اند  
رد للهواتف المتحركة والالكترونيات  
رقصة رقم: CN 4010036 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إلغاء اعلان سابق**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بخصوص الرخصة  
رقم : CN 1959495 بالاسم التجاري: مرافز لتجارة  
الادوات الكهربائية والانارة ذ.م.م ، بالغاء طلب تعديل  
الرخصة واعادة الوضع كما كان عليه سابقا.  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أسبوع  
من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن الدائرة غير  
مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة  
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إلغاء اعلان سابق**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بخصوص الرخصة  
رقم : CN 1044541 بالاسم التجاري: محل كريم  
للحذية والنشط ذ.م.م ، بالغاء طلب تعديل الرخصة  
واعادة الوضع كما كان عليه سابقا.  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أسبوع  
من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن الدائرة غير  
مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة  
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/مركز سوفت كوبي لنسخ  
الخرائط رقصة رقم: CN 1268994 قد تقدموا إلينا بطلب  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة فيصل عبيد ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف خالد مبارك سيف سعيد الهاملي  
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م  
تعديل اسم تجاري من / مركز سوفت كوبي لنسخ الخرائط  
SOFT COPY MAPS CENTRE  
إلى / مركز سوفت كوبي لنسخ الخرائط - شركة الشخص الواحد ذ م م  
SOFT COPY MAPS CENTRE SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C.  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية  
الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن  
الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث  
ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/لاتيه كافييه ذ.م.م  
رقصة رقم: CN 1342461 قد تقدموا إلينا بطلب  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / سالم محمد معن سالم العامري من شريك إلى مالك  
تعديل نسب الشركاء / سالم محمد معن سالم العامري ٥٠٪ إلى ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف مسلم محمد بالكم سعيد العامري  
تعديل شكل قانوني / من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ م م  
تعديل اسم تجاري من / لاتيه كافييه ذ.م.م  
LATTE CAFE L.L.C  
إلى / لاتيه كافييه - شركة الشخص الواحد ذ م م  
LATTE CAFE - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية  
خلال سبعة أيام من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق  
أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/وكي تمام للطباعة والسفرجات  
رقصة رقم: CN 4337289 قد تقدموا إلينا بطلب  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة عبد النعيم أكبر حسين ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
نوره محمد سعيد محمد الراشدي من مالك إلى وكيل خدمات  
تعديل نسب الشركاء / نوره محمد سعيد محمد الراشدي من ١٠٠٪ إلى ٥٠٪  
تعديل رأس المال / من null إلى ١٥٠٠٠٠  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية  
الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن  
الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث  
ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/سبلايم  
للواسطة التجارية  
رقصة رقم: CN 2995360 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/مطعم  
سراي هاوس  
رقصة رقم: CN 3819646 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**إعلان**

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/7 تي 1  
للتجارة  
رقصة رقم: CN 4179769 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

## 50 رائد أعمال في زنجبار استفادوا من الورشة التدريبية في تطوير المشاريع التجارية

# صندوق خليفة لتطوير المشاريع يستضيف أول ورشة تدريبية على مستوى دولي في زنجبار

•• أبوظبي-الجزيرة

أقام صندوق خليفة رسمياً لأول مرة برنامج خدمات بناء القدرات الدولي الذي سيقام على مدى ثلاثة أيام في زنجبار. وافتتح البرنامج التدريبي الدولي بخطاب ترحيبي ألقاه (سعادة خليفة عبدالرحمن المرزوقي)، تلاه كلمة ألقاها (سعادة إسلام سيف سليم وكيل وزارة التجارة والصناعة) ليبدأ بعد ذلك قسم بناء القدرات الورشة التدريبية التي تألفت من: تخطيط الأعمال، تطوير ريادة الأعمال، وضع النماذج المالية، استمساك الأفكار، والمهارات الشخصية، ومخطط نموذج المشروع، وتعد هذه الورشة التدريبية أولى ورشات صندوق خليفة على مستوى الاتصال الدولي والتي أقيمت بتوجيهات قيادة سعادة علياء عبد الله المرزوقي، الرئيس التنفيذي لقطاع التمكين في صندوق خليفة لتطوير المشاريع. وفي كلمته الافتتاحية للدورة، أشار سعادة خليفة

المرزوقي - سفير الدولة لدى دار السلام، بأن هذا الحدث يعكس الشراكة الاستراتيجية والتاريخية القوية التي تجمع بين البلدين، كما أشار سعادته إلى مذكرته التفاهم الموقعة بين صندوق خليفة ووزارة المالية والتخطيط في زنجبار في عام 2019، بناء على توجيهات من صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة حاكم أبوظبي، وأشار سعادته إلى أن اعتماد هذه الدورة الأولى من نوعها على الإطلاق خارج دولة الإمارات العربية المتحدة، يعكس العلاقات الوثيقة التي تشاركها مع حكومة زنجبار المؤثرة وشعبها الطموح. ويهذه المناسبة، قالت سعادة علياء المرزوقي: يشرفني بعد تعييني مؤخراً بمنصب الرئيس التنفيذي الجديد لقطاع التمكين في صندوق خليفة، أن أقدم أول برنامج دولي لبناء القدرات منذ تأسيس صندوق خليفة. يشكل ذلك إنجازاً رائعاً ومؤسستاً ولرؤاد الأعمال حول العالم، وتتطلع إلى ألا يكون هذا البرنامج سوى البداية فقط لسلسلة



من جهود صندوق خليفة لتطوير المشاريع العالمية التي يتبناها من خلال قسم إدارة الشؤون الدولية وأضافت سعادتها: "تحظى بيئة ريادة الأعمال في دولة الإمارات باعتراف دولي، وهي الأفضل في العالم وفقاً لمؤشر الرصد العالمي، لذا نسعى لنقل المعارف ومشاركة نموذجنا الريادي الناجح مع بقية دول العالم، كما نتطلع إلى تطوير المزيد من ورش العمل التدريبية وتوفيرها لصالح المواهب الريادية في 23 دولة التي ينشط صندوق خليفة فيها.. يذكر أن صندوق خليفة بدأ جهوده في الانتشار الدولي عام 2015 عقد خلالها شراكات استراتيجية لتعزيز نقل المعارف وتنمية الاقتصاد في دولة الإمارات وحول العالم في 23 دول عن طريق قسم الاتصال الدولي. ويأتي هذا التوسع ضمن جهود صندوق خليفة الدولية لتنتمى مع التوجهات الحكومية وبالشراكة مع جهات رسمية في الدول المستفيدة في مجالات تنمية المعرفة والنمو الاقتصادي للشركات الصغيرة والمتوسطة.

## تستهدف تطبيق استراتيجية استقطاب الشركات العالمية وتسويق التعاون المشترك لتعزيز النمو الاقتصادي

# غرف دبي توقع مذكرة تفاهم مع سيتي بنك لتوفير حلول ومنتجات مصرفية لقطاع الأعمال

•• دبي-الجزيرة

تطبيقاً لاستراتيجية غرف دبي باستقطاب الشركات العالمية، وتحفيز مجتمع الأعمال، وقعت غرف دبي مؤخراً مذكرة تفاهم مشتركة مع سيتي بنك (فرع الإمارات) بهدف تعزيز التعاون والتنسيق بما يخدم الأهداف المشتركة، ويعزز تنافسية مجتمع الأعمال وقدرته على النمو والتطور، وبما يرتقي بالشراكة الاستراتيجية بين القطاعين العام والخاص مستدامة. ووقع المذكرة من جانب غرف دبي سعادة حمد مبارك بوعميم، مدير عام غرف دبي، في حين وقعها من جانب سيتي بنك إليسا فرح أنطونوس، الرئيس التنفيذي لمجموعة سيتي المصرفية في الإمارات ورئيس المجموعة في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا وذلك بحضور عدد من مدراء الإدارات لدى الجانبين. وتتنص مذكرة التفاهم الموقعة على



وضع آلية للتعاون المشترك في مجال النشاطات والفعاليات والفرص التي تحقق الأهداف المشتركة، ويحث الوسائل لاستقطاب الشركات في دولة الإمارات، واستكشاف الفرص لتوفير خدمات ومنتجات مصرفية وحلول مالية للقطاع الخاص، بالإضافة إلى تنظيم فعاليات مشتركة تخدم المصالح المتبادلة. وأشار بوعميم إلى أن المذكرة الموقعة

محفة لنمو الأعمال. ولفت سعادته إلى أهمية استقطاب الشركات العالمية المتعددة الجنسيات إلى دبي، معتبراً أن القطاع المصرفي عامل استقطاب هام للاستثمارات الأجنبية المباشرة، وعامل ثقة بمتانة بيئة الأعمال وتوسعها وتنافسيتها.. مشيراً إلى أن الشراكة مع سيتي بنك الإمارات خطوة متقدمة نحو دعم مجتمع الأعمال وتوفير حلول متنوعة لنموه وتطوره.

وبدورها قالت إليسا فرح أنطونوس، الرئيس التنفيذي لمجموعة سيتي المصرفية في الإمارات ورئيس المجموعة في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا: تعتبر هذه الشراكة الاستراتيجية فرصة لزيادة الترويج لدبي كوجهة استثمارية ومقر للشركات العالمية المتعددة الجنسيات، وهي بذلك تقع ضمن التزامنا بالمساهمة في تحول دولة الإمارات إلى قوة اقتصادية عالمية ويعد تعزيز الجاذبية الاستثمارية لإمارة دبي ودعم رؤيتها المستقبلية

# الشراكة الصناعية الإماراتية المصرية الأردنية .. انطلاقاً تنمية جديدة وآفاق مستقبلية في القطاع الصناعي

•• أبوظبي-وام

شهدت أبوظبي يوم 29 مايو الإعلان عن الشراكة الصناعية التكاملية لتنمية الاقتصادية مستدامة بين دولة الإمارات العربية المتحدة، وجمهورية مصر العربية، والمملكة الأردنية الهاشمية، من أجل تحقيق تنمية اقتصادية مستدامة في 5 مجالات صناعية وأعدت ومؤهلة للتكامل والتعاون. كما تم الإعلان بالتزامن مع توقيع الشراكة عن تخصيص صندوق استثماري تديره شركة "القابضة - ADQ - بقيمة 10 مليارات دولار، للاستثمار في المشاريع الناشئة عن هذه الشراكة في القطاعات المتفق عليها، بما بعد بداية قوية لهذه الشراكة، وتعتبرها من الخطوات العملية التي تقودها الإمارات. وتشكل الدول الثلاث 26% من عدد السكان في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا حيث يزيد عدد سكانها على 122 مليون نسمة 49% منهم في مرحلة الشباب مما يعني وجود سوق كبيرة وأيدي عاملة فتية، كما تتميز هذه الدول بوجود بنية تحتية لوجستية متطورة تشمل المطارات والموانئ وممرات النقل الاستراتيجية كما في شبكة النقل العالمية في دولة الإمارات، ومثل قناة السويس في مصر، وميناء العقبة في الأردن، إضافة إلى توفر حلول التتوييل الذي وجود شركات وطنية ذات قدرات متميزة في مجالات التركيز الأساسية للشراكة، وفتح الشراكة الصناعية الإماراتية المصرية الأردنية بوابة للتعاون الاقتصادي، على الصعيد الصناعي، نحو انطلاق تنمية اقتصادية وآفاق مستقبلية في القطاع الصناعي المدعوم بالتكنولوجيا المتقدمة، حيث تشكل القدرة الجعمة للدول الثلاث نحو 22% من الناتج المحلي الإجمالي لمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، بحوالي 765 مليار دولار حسب إحصائيات البنك الدولي في عام

2019، تمثل 22% من الناتج المحلي الإجمالي لمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، وتمثل 21% من القطاع الصناعي لمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. كما تحظى الكتلة التجارية للدول الثلاث بالمرتبة 14 من حيث قيمة الصادرات مع العالم، بقيمة 419 مليار، والواردات بواقع 380 مليار دولار، وهو ما يحمل فرص كبيرة للصناعات التكاملية. ويتأتي تركيز دولة الإمارات على القطاع الصناعي، ضمن سياسات الدولة الرامية إلى زيادة مشاركة القطاع الصناعي في الإمارات في الحياة الاقتصادية، وفي الناتج المحلي الإجمالي، خصوصاً، على صعيد الصناعات التكنولوجية، وتطوير الصناعات القائمة وربطها بالتكنولوجيا، والدخول إلى صناعات المستقبل، بما تعنيه من تقنيات وتغييرات، حيث حققت الإمارات إنجازات كبيرة خلال الأعوام القليلة الماضية عبر الخطوط والمبادات والاستراتيجيات على الصعيد الصناعي. كما تركز دولة الإمارات في رؤيتها على أهمية التعاون الإقليمي والدولي، لتعزيز السلام والاستقرار والازدهار، وتأتي الشراكة الصناعية التكاملية لتنمية الاقتصادية مستدامة، مع مصر والأردن في سياق تعزيز العلاقات العربية، وتعزيز عملية التنمية الاقتصادية، على الصعيد الصناعي، بما يشكل نموذجاً ريادياً في المنطقة، ويشجع بقية الشركاء والإفشاء على عقد المزيد من الشراكات مع الإمارات، خصوصاً، أن سياسات الإمارات قائمة على عقد شراكات استراتيجية مع دول كثيرة. وتتسم كل دولة بمزايا فريدة مؤهلة للتكامل مع الدول الناشئة، من خلال الصناعات الإنتاجية التحويلية، والصناعات الأولية التكاملية، على أساس توفر قائمة من الفرص على مستوى سلسلة القيمة المتكاملة، حيث تمتلك الإمارات مصادر طاقة ومنتجات منخفضة الكربون، وقدرات لوجستية، وبنية تحتية متطورة، ولديها

أيضاً مجعماً متكاملًا للبتروكيماويات، وتعد ضمن أكبر خمس مصدري ومنتجي للأنتيوم على مستوى العالم، إضافة إلى كونها أبرز منتجي الكبريت في العالم. أما مصر فلديها سوق محلي وقاعدة صناعية كبيرة، وتتمتع بتوفر المعادن والمواد الخام، والعمالة الماهرة، إضافة إلى كونها الاستراتيجية للتجارة، كما تعد مصر دولة منتجة للأسمدة النيتروجينية والأمونيا، والفوسفات، والأردن فلديها صناعة أدوية متقدمة، وتتوفر فيه المعادن والمواد الخام، كما تتوفر العمالة الماهرة، ولديه اتفاقيات التجارة الحرة مع الدول الغربية، وهي منتجة للبوليستر، والفوسفات، وتقوم الشراكة الصناعية على 5 أهداف إستراتيجية، وهي تأمين سلسلة التوريد، والاكتفاء الذاتي، وتوطين الصناعة وتكامل سلاسل القيمة، ودعم وتعزيز الصناعات التكاملة ذات القيمة المضافة، ودعم التنمية الاقتصادية والتنوع الاقتصادي وخلق فرص عمل، والتنمية الاقتصادية المستدامة، من أجل تحقيق الغايات الاقتصادية لهذه الدول نهاية المطاف. وتتمتع الدول الثلاث بوجود إمكانات كبيرة جداً، بحسب إرقام وإحصائيات البنك الدولي، وقاعدة البيانات الإحصائية لتجارة السلع الأساسية بالأمم المتحدة، وأسواق الاستثمار الأجنبي المباشر، والتمتد الاقتصادي العالمي، وإدارة معلومات الطاقة الأمريكية، حيث تبلغ قيمة مساهمة القطاع الصناعي 85 مليار دولار في الثلاث، فيما يبلغ إجمالي الصادرات الصناعية 55 مليار دولار، ويبلغ إجمالي صادرات الدول الثلاث إلى دول العالم 419 مليار دولار، فيما تبلغ واردات الدول الثلاث من العالم 380 مليار دولار، بينما بلغ قيمة الاستثمار الأجنبي المباشر في المشاريع الجديدة بين عامي 2016 و 2020 من باقي دول العالم في الإمارات ومصر والأردن 148 مليار دولار، ويبلغ إجمالي التجارة بين الدول

الثلاث 6 مليار دولار، كما تتميز بشبكة نقل متطورة جداً، حيث شبكة الموانئ الإماراتية البحرية والبرية والجوية، ومنها على سبيل المثال ميناء جبل علي الأول عالمياً في حيث الحجم وتدفق التجارة في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا بسعة مكافئة لـ 19.3 مليون حاوية 2، وعلى مستوى الأردن هناك محطة حاويات العقبة التي تتمركز في موقع استراتيجي على مفترق طرق 3 قارات و 5 دول، وعلى مستوى مصر ينشأ إلى قناة السويس التي يتدفق عبرها 13% من التجارة العالمية. وضمن قائمة الفرص على مستوى سلسلة القيمة المتكاملة، تمتلك الدول الثلاث مزايا مهمة في مجال الزراعة والغذاء والأسمدة، حيث يمكن الاستفادة من الأراضي الزراعية المتاحة، والمواد الخام الأولية، والزراعية والمواد الأساسية للأسمدة ومصانع تصنيع المنتجات، بالإضافة إلى الحلول المبتكرة لتوسع في إنتاج المنتجات الزراعية والأغذية الصنعة على صعيد إنتاج الحبوب، والإنتاج الحيواني، إنتاج الأغذية المصنعة، إنتاج الأسمدة، تغليف الأغذية، والتطبيقات الزراعية "الأغذية الأرضية، والأغذية الزراعية"، كما أن قائمة الفرص المتاحة على مستوى سلسلة القيمة المتكاملة، تشمل الصخور المعدنية، والكبريت، والأمونيا واليوتاس والفوسفات، والتوسع في إنتاج الأسمدة، والتوسع في إنتاج الحبوب، والتوسع في الإنتاج الحيواني وتربية الأحياء المائية، والتوسع في أنشطة تصنيع الأغذية من خلال الاستفادة من المواد الأولية المحلية، وتعبئة الأغذية وتغليف التوسع في أنشطة تغليف الأغذية بالاستفادة من المواد الأولية البلاستيكية. ووفقاً للشراكة بين هذه الدول وقائمة الفرص على مستوى سلسلة القيمة المتكاملة، فإنه يمكن الاستفادة من المدخلات الكيميائية والقدرات التصنيعية والخدمات اللوجستية الحديثة والعمالة الماهرة.

# بيئة أبوظبي تعرف باللائحة التنفيذية بشأن تنظيم استخدام المواد البلاستيكية المستخدمة مرة واحدة

•• أبوظبي-وام

تنظيم التحول من استهلاك المواد البلاستيكية المستخدمة مرة واحدة إلى استهلاك المواد متعددة الاستخدامات ذات الأثر البيئي الأقل خلال دورة حياتها حيث أمكن. وتأتي هذه الورشة التدريبية في إطار سعى الهيئة للعمل بشكل وثيق مع مختلف الجهات المعنية بتطبيق السياسة بهدف ضمان الانتقال من مرحلة استخدام الأكياس البلاستيكية المستخدمة مرة واحدة إلى تنفيذ الحظر

وتوافر البديل. وستعاون هيئة البيئة - أبوظبي ودائرة التنمية الاقتصادية وهيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية لضمان انتقال المستهلكين نحو بديل للأكياس المستخدمة مرة واحدة فضلاً عن تكثيف جهودهم في مجال المراقبة والتنفيذ لضمان تداول استهلاك الأكياس متعددة الاستخدام بطريقة مستدامة. وسيقوم المفتشون بدءاً من 1 يونيو 2022 بمراقبة تنفيذ حظر تداول



الأكياس البلاستيكية المستخدمة مرة واحدة حيث يتم استبدالها بأكياس متعددة الاستخدامات ذات معايير فنية معتمدة من مجلس أبوظبي للجدوة والمطابقة. ويستثنى قرار الحظر الأكياس المخصصة للأدوية في الصيدليات ولضائف أكياس الخضروات واللحوم والأسماك والدجاج والحبوب والخبز وأكياس الربط بالعبدة/أكياس التسوق الكبيرة المصممة للأزياء أو الأدوات الإلكترونية والألعاب وأكياس النفايات بقياساتها وأنواعها المختلفة والأكياس المخصصة لحفظ الرسائل والطرود البريدية أو الجلات والجراند والأكياس المخصصة لنقل النباتات والزهور والأكياس المخصصة لتنظيف الأثاث في المصانع. ويشار إلى أن عدد من منافذ البيع بالتجزئة الرئيسية في إمارة أبوظبي قد وقعت مؤخراً على إعلان طوعي التزموا فيه بدعم تنفيذ سياسة المواد البلاستيكية المستخدمة مرة واحدة في

إمارة أبوظبي وتأمين البديل والوارد والتنموي لدعم حماية البيئة، وتقليل كمية المواد البلاستيكية المستخدمة مرة واحدة في المنافذ التابعة لها في إمارة أبوظبي فضلاً عن زيادة الوعي لتشجيع وتسريع هذا التحول الإيجابي في سلوك المستهلكين باتجاه الحد من الاعتماد على استهلاك المواد البلاستيكية المستخدمة مرة واحدة. وقد التزمت هذه الجهات بتطبيقهم إعلان حكومة أبوظبي بحظر الأكياس البلاستيكية المستخدمة مرة واحدة، وتحميل عملاء منافذ البيع التابعة لها رسماً على كل كيس من أكياس التسوق البلاستيكية البديلة متعددة الاستخدامات. وتقوم الهيئة بالتنسيق مع الجهات المعنية بإعداد وتنفيذ برامج لتثقيف وتوعية أفراد المجتمع حول أهمية التحول من استهلاك المواد المستخدمة مرة واحدة بمختلف أنواعها إلى استهلاك بدائل متينة ومتعددة الاستخدام حيثما أمكن.

# الفكر

## 25 إمبار ترفع طاقة تبريد مناطق الخليج التجاري إلى 185.000 طن

### أحمد بن شعفار: محطات إمبار نموذج يحتذى به في تبريد المناطق عالمياً

•• دبي-الجزيرة

أعلنت مؤسسة الإمارات لأنظمة التبريد المركزي "إمبار"، أكبر مزود لخدمات تبريد المناطق في العالم عن انتهاء عمليات تشغيل رابع محطاتها لتبريد المناطق في "الخليج التجاري" بدبي، وأوضحت المؤسسة أن حجم الطاقة الإنتاجية الإجمالية للمحطة وصل إلى 50.000 طن تبريد، ليرتفع إجمالي طاقة تبريد المناطق التي تتزود بها مشاريع الخليج التجاري من "إمبار" إلى أكثر من 185.000 طن تبريد. ويأتي تشغيل المحطة الرابعة لـ "إمبار" ضمن استراتيجية المؤسسة لتلبية الطلب المتزايد على خدمات تبريد المناطق، وحرصاً منها على توفير خدمات تبريد ذات جودة عالية وصديقة للبيئة ولخدمة المتعاملين في منطقة الخليج التجاري التي تشهد حراكاً سكانياً متصاعداً وتوسعاً في أعمال الشركات التي تتخذ من

تلك المنطقة الحيوية مقراً لها فضلاً عن دخول عدة مشاريع نوعية جديدة إلى السوق، من بينها، برج " ذا ريزيدنسز دورتسترسز كوكلمن دبي" وفندق لانا ومشاريع ضخمة أخرى أبرزها فندق وشقق إس إل إس دبي وفندق باراماونت دبي وغيرها. وقال أحمد بن شعفار، الرئيس التنفيذي لـ "إمبار": "إن محطة بريد «الخليج التجاري» الرابعة، تمثل نخبة ما توصلت إليه المؤسسة من تطور وإبتكار في قطاع تبريد المناطق، إذ تضمن معايير تشغيل رائدة تسهم في خفض استهلاك الطاقة لعمليات التبريد واتباع منهجيات مستدامة في استخدام مياه الصرف المعالجة، وتطبيق تكنولوجيا توزيع قياسية تضمن خدمة موفوقة عالية الجودة، هذا غير ريادتها في مواكبة معايير الريادة في الطاقة والتصميم البيئي لمحطاتها. مؤكداً أن المحطة نموذج عالمي يحتذى به في صناعة تبريد المناطق، وتشغيلها يعكس الالتزام العالمي باتباع حلول الاستدامة البيئية، وتطبيق أعلى معايير الكفاءة والموثوقية. وتابع: «نضم في إدخال تقنيات جديدة تنفيذاً لتوجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، التي تهدف إلى خفض معدلات استهلاك الكهرباء والمياه، وجعل الإمارة مركزاً عالمياً للاقتصاد الأخضر والمدينة الأقل في البصمة الكربونية على مستوى العالم بحلول 2050، وبما يتسجم مع توجهات حكومة دبي في ما يتعلق بالاستدامة البيئية.

وأشار بن شعفار إلى أن المؤسسة تطبق في هذه المحطة كما في باقي محطاتها، أنظمة جديدة توظف تقنيات الذكاء الاصطناعي في تشغيل أنظمة تخزين الطاقة الحرارية (TES) مما يساهم في توفير كم هائل من الطاقة الكهربائية، كما تستخدم المؤسسة تقنية المياه المعالجة TSE في العمليات التشغيلية للمحطة، والتي تساهم في تقليل استهلاك المياه العذبة، والحفاظ على الموارد الطبيعية للأجيال القادمة. كما تستخدم المؤسسة تطبيقات الذكاء الصناعي وتحليل بيانات تنبؤات الأحوال الجوية.

## سوق أبوظبي للأوراق المالية يدرج جي إف إتس

•• أبوظبي-الجزيرة

أعلن سوق أبوظبي للأوراق المالية اسم الإدراج الثانوي لمجموعة جي إف إتس المالية ش.م.ب. ("جي إف إتس" أو "المجموعة"). سوف يؤدي هذا الإدراج إلى توسيع قاعدة مستثمري جي إف إتس وتعزيز السيولة في أسهمها وسط زيادة المشاركة الإقليمية والدولية في السوق. احتفالاً بهذه المناسبة، قرع العضو المنتدب والرئيس التنفيذي لسوق أبوظبي للأوراق المالية السيد سعيد حمد الظاهري والسيد هشام الرئيس، الرئيس التنفيذي لمجموعة جي إف إتس جرس افتتاح التداول في سوق أبوظبي للأوراق المالية، حيث بدأت أسهم المجموعة بالتداول تحت رمز "GFH". تجدر الإشارة إلى أن هذا هو رابع إدراج إقليمي لأسهم جي إف إتس حيث أن أسهمها مدرجة بالفعل ومتداولة بنشاط في بورصة البحرين، بورصة الكويت وسوق دبي المالي. يأتي الإدراج في الوقت الذي تشهد فيه المجموعة توسعاً ونمواً تحولياً مستمراً بعد أن قامت مؤخراً بالدخول في شراكة مع شركة اس كيو لإدارة الأصول في الولايات واتمام الاستحواذ على مخازن لوجستية بأصول تفوق قيمتها 2 مليار دولار وتحويل أصول للبنية التحتية والعقارات. تمتلك المجموعة حالياً أكثر من 15 مليار دولار أمريكي من الأصول والصناديق المدارة، بما في ذلك محفظة عالمية من الاستثمارات في الخدمات اللوجستية، الرعاية الصحية، التعليم والتكنولوجيا في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا وأوروبا وأمريكا الشمالية. ويشمل ذلك استثمارات جديدة تزيد عن ملياري دولار أمريكي خلال الاثني عشر شهراً الماضية وحدها. ومع إدراج شركة جي إف إتس، يرتفع عدد الشركات المدرجة إدراجاً مزدوجاً في سوق أبوظبي للأوراق المالية إلى أربعة، حيث يذكر أيضاً أن أسهم شركة اوريدو ومجموعة السودان للاتصالات وشركة عمان والإمارات للاستثمار القابضة لديها إدراجات ثانوية في السوق.



# العجلة

26

## غرفة الفجيرة : الشراكة الصناعية تشكل قاعدة صلبة لتعزيز القطاعات الاستراتيجية



•• الفجيرة - وام:

أكد الشيخ سعيد بن سرور الشرقي رئيس مجلس إدارة غرفة تجارة وصناعة الفجيرة أن الشراكة الصناعية التكاملية لتنمية اقتصادية مستدامة بين الإمارات ومصر والأردن ، تعزز من مكانة الصناعة ، وتعد نواة لشركات أخرى تستهدف النهوض بالقطاعات العربية غير المستغلة، كما تشكل قاعدة صلبة على صعيد تعزيز القطاعات الاستراتيجية كالغذاء والدواء عبر تسخير المزايا والقدرات التي تتمتع بها الدول الثلاث.

وقال إن دولة الإمارات تمتلك جميع العوامل للنهضة الصناعية، متمثلة في البنية التحتية القوية ، التي ساهمت في تحقيق إنجازات غير مسبوقة في جذب الاستثمارات وتعزيز نمو الاقتصاد الإبداعي، ما جعل تشارها ونتائجها واقعا ملموسا ومستداما ضمن نهج التطوير والبناء الذي تعتمد عليه القيادة الرشيدة للدولة. من جانبه قال سعادة سلطان جميع الهنداسي مدير عام غرفة الفجيرة إن هذه



الشراكة تمثل نقلة نوعية على مستوى دعم الصناعات الوطنية في الدول الثلاث، والتي سيكون لها تأثير إيجابي كبير في تطوير ونمو القطاع الصناعي في ظل عالم يسعى للاكتفاء الذاتي والاعتماد على الإمكانيات المحلية، مشيراً إلى أهمية وجود تكامل عربي لتنمية مستدامة. وأكد أن توحيد الجهود بين الأشقاء أمر أساسي لمواجهة أية تحديات قد تطرأ على المستوى العالمي.. وقال إن الشراكة الصناعية التكاملية ستدعم الجانب الاجتماعي عبر توفير فرص عمل مباشرة وغير مباشرة في الدول الثلاث.

## 10.1 مليار درهم صايف أرباح دبي للاستثمارات الحكومية خلال 2021

•• دبي - وام:

أعلنت مؤسسة دبي للاستثمارات الحكومية أمس عن نتائجها المالية الموحدة للسنة المنتهية في 31 ديسمبر 2021، وقد حققت إيرادات بلغت 169.4 مليار درهم وسجلت صايف أرباح بقيمة 10.1 مليار درهم، ويعكس ذلك ارتفاعاً كبيراً عن العام الماضي ودلالة على أن قطاع الأعمال سارح في التعاف.

وبلغت قيمة الإيرادات 169.4 مليار درهم، بارتفاع نسبته 24.5 في المائة مقارنة بالعام الماضي، مدفوعاً بشكل أساسي بارتفاع أسعار السلع الأساسية كالنفط والغاز، وتوسع النشاط في قطاع النقل، وكذلك الزخم القوي في القطاعات الأخرى تزامناً مع التخفيف التدريجي لقيود السفر العالمية. كما لعب إكسبو 2020 دبي دوراً جوهرياً في التعاف في الأشهر الأخيرة من العام.

وسجلت المجموعة صايف أرباح قدرها 10.1 مليار درهم ، ما يدل على انعكاس إيجابي كبير في الربحية يرافقه تحسن في جميع القطاعات، والأمر الذي ساعد بشكل أساسي هو نمو الإيرادات، والضغط الصارم للتكاليف، وانخفاض المخصصات في قطاعات البنوك والقنوات والضيافة. كما ساهمت عمليات إنتاج الأنثيوم بشكل فعلي في تحقيق هذه النتائج الإيجابية. وبلغ صايف الأرباح العائدة لحاملي الأسهم 5.5 مليار درهم. واستطاعت الميزانية العمومية أن تبقى على مستوى أعلى من 1 تريليون درهم ، مع انخفاض الأصول والمديونيات بنسبة 1 في المائة لكل منها إلى 1.101.1 مليار درهم ، و 862.7 مليار درهم على التوالي. ويرجع ذلك بشكل أساسي إلى انخفاض الأرصدة المصرفية مقابل نمو الأرصدة التشغيلية غير المصرفية، واتباع نهج متحفظ في الإنفاق الرأسمالي.

وتراجعت حصة المجموعة من حقوق المساهمين بنسبة 1 في المائة لتصل إلى 190.6 مليار درهم.

وقال معالي محمد إبراهيم الشيباني، العضو المنتدب لمؤسسة دبي للاستثمارات الحكومية: "شهدت مجموعة مؤسسة دبي للاستثمارات الحكومية في عام 2021 ارتفاعاً ملحوظاً في حجم نشاط أعمالها واستعادة ربحيتها. في حين تم إحراز تقدم جيد في مطلع العام على الرغم من الاضطرابات الناجمة عن متحور فيروس كوفيد-19، شهد الجزء الثاني من العام انتعاشاً أقوى بكثير بفضل تخفيف قيود السفر العالمية والأثر الإيجابي لاستضافة معرض إكسبو 2020 دبي".

## اجتماع تسيقي بين أراضي عجمان والاتحاد للماء والكهرباء لتابعة المشاريع العقارية

•• عجمان - وام:

عقدت دائرة الأراضي والتنظيم العقاري في عجمان اجتماعاً تسيقياً مع الاتحاد للماء والكهرباء لتابعة المشاريع العقارية في الإمارة وبحث سيل إيجاد الحلول اللازمة بشأن تسريع عملية توصيل الكهرباء والماء لمختلف المشاريع بما يتوافق ويتماشى مع الجدول الزمني للإنجاز والتسليم. وقال سعادة المهندس عمر بن عمير المهيري مدير عام دائرة الأراضي والتنظيم العقاري إن الدائرة عقدت اجتماعاً للتسيق مع جميع الأطراف المعنية لإيجاد الحلول الناجمة وضمان توصيل الخدمات الحيوية اللازمة لتكافة المشاريع، مؤكداً حرص الدائرة على تنظيم زيارات ميدانية دورية للمشاريع العقارية للوقوف على وتيرة الأشغال ونسبة تقدمها ومدى التزام المطورين العقاريين بالعايير والمواصفات المحددة ومواعيد التسليم المتفق عليها ، فضلاً عن متابعة أداء جمعيات الملاك وشركات الإدارة ورفع تقارير منصفة للجهات المختصة.

## الطلب الإجمالي على أسهم الطرح بلغ حوالي 42 ضعف القيمة المستهدفة

# أدنوك تحقق إنجازاً جديداً باستكمال الاكتتاب العام الأولي الأكبر في أبوظبي حتى تاريخه



## طرح «بروج» يعزز دور أدنوك الرائد كمحفز رئيسي لجذب الاستثمارات الأجنبية المباشرة إلى أبوظبي ويدعم نمو وتطور أسواق المال في الإمارة

•• أبوظبي - وام:

أعلنت شركة بتروكيمياويات أبوظبي الوطنية "أدنوك" وشريكها الاستراتيجي "يوراليس"، أمس عن استكمال البناء السعري بنجاح والانتهاج من عملية الاكتتاب على حصة من أسهم "بروج" مشروعها المشترك للبتروكيمياويات، في سوق أبوظبي للأوراق المالية. وحقق الطرح البالغ 3.005.769.158 سهماً عاديًا تمثل 10% من رأس مال الشركة المصدر، بسعر 2.45 درهم للسهم العادي، عائدات إجمالية عند التسوية تزيد على 2 مليار دولار أمريكي لشركتي "أدنوك" و"يوراليس"، ويطلق عليهما مجتمعين "المساهمون البانعون". وتمت تغطية الاكتتاب عدة مرات، حيث شهد إقبالاً قوياً مع طلب كبير من المستثمرين الأفراد في دولة الإمارات والمستثمرين المهلهين. وبلغ إجمالي الطلب على الاكتتاب العام الأولي أكثر من 83.4 مليار دولار أمريكي، مما يعني أن مستوى الاكتتاب في الجمل بلغ حوالي 42 مرة ضعف القيمة المستهدفة. كما وتمت تغطية الاكتتاب في أقل من ساعة واحدة من بدء عملية الطرح العام والذي شهد أعلى مستويات طلب خلال عقدين على مستوى الدولة من قبل المستثمرين الأفراد في الإمارات،

بإجمالي طلب يزيد عن 17.9 مليار دولار أمريكي. كما ويمثل الاكتتاب أكبر طلب على طرح عام أولي لشركة "أدنوك" حتى الآن. وتعد "بروج" الشركة الرابعة التي تطرح "أدنوك" جزءاً من أسهمها للتداول في السوق منذ عام 2017 عقب الاكتتابات الأولية الناجحة لكل من أدنوك للتوزيع وأدنوك للحفر وقرنجلوب. وتمتلك "بروج" ملف مالي قوي، حيث بلغت عائداتها السنوية 5.5 مليار دولار أمريكي في عام 2021 وحققت إحدى شركاتها "بروج ADP"، أرباحاً سنوية للعام بلغت 1.5 مليار دولار أمريكي، كما تمتلك سجل حافل في تحقيق تدفقات نقدية قوية تدعم قدرتها على توزيع أرباح أسهم تنافسية في المستقبل. وتتوقع الشركة توزيع أرباح للمساهمين في عام 2022، تبلغ 975 مليون دولار أمريكي، كما تتوقع أن تدفع في عام 2023 ما لا يقل عن 1.3 مليار دولار أمريكي عن فترة العام بأكمله، أي ما يعادل عائد توزيعات أرباح بنسبة 6.5% بناء على سعر السهم المعلن للطرح. وتجمع "بروج" التي تم تأسيسها عام 1998 مشروع مشترك بين "أدنوك" وشركة "يوراليس" بين نقاط القوة والخبرة التي تمتلكها كلتا الشركتين، وتتكون من شركتين منفصلتين هما شركة "ADP" /بروج/ ومقرها في أبوظبي، والتي تتولى عمليات إنتاج

الذي تم الإعلان عنه مؤخراً، والذي سيسهم في تعزيز الشراكة طويلة الأمد بينهما وتسريع تنفيذ أهداف برنامج "أدنوك" لتنفيذ برنامج للاستثمارات والتطوير والإنتاج، والتكرير والتصنيع والتسويق والبتروكيمياويات. وتخطط "أدنوك" لتنفيذ برنامج للاستثمارات الرأسمالية بقيمة 122 مليار دولار أي ما يعادل 447.7 مليار درهم في كل شركات المجموعة خلال الفترة بين 2021-2025 لتمكين استراتيجيتها من فرص النمو في قطاع الكيماويات والبتروكيمياويات، بالاعتماد على مرافق التكرير والبتروكيمياويات عالمية المستوى التابعة لها في مدينة الرويس الصناعية بأبوظبي، حيث بدأت الشركة بالفعل تنفيذ عدد من مشاريع التوسعة الرئيسية والتي تشمل مشروع "بروج 4"، ومنطقة الكيماويات الصناعية ضمن منظومة "تعزيز". وعلى مدار الأعوام الستة الماضية، نفذت "أدنوك" برنامجاً فعالاً لإدارة محفظة أعمالها وروؤوس أموالها، كما طورت نموذجاً

## نشر مادة فلمية عن جهود في إعادة الانتعاش لقطاع المعارض

# إكسبو الشارقة يحتفل باليوم العالمي للمعارض بإنجازات استثنائية رائدة في دعم صناعة المعارض عالمياً



صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، والنهج التنموي لحكومة إمارة الشارقة، بتطبيقها دعماً للمسيرة التنموية الاقتصادية في الشارقة وتعزيز النمو المستدام، إذ تلعب صناعة المعارض دوراً كبيراً في تنمية الاقتصاد وتعزيز نمو الناتج المحلي الإجمالي للدولة، حيث تشير الإحصاءات إلى أن حجم صناعة المعارض والمؤتمرات عالمياً تصل إلى ما يقارب من تريليوني دولار مؤزعة تقريباً على 10 آلاف معرض عالمي فيما تنفق الشركات في العالم نحو 32 مليار دولار على المشاركة في المؤتمرات سنوياً. وأشار المدف، إلى أن مركز إكسبو الشارقة نجح على مدار السنوات السابقة في ترسيخ مكانة إمارة الشارقة كواحدة من أهم المدن التي تقود قطاع صناعة المعارض في المنطقة، وذلك في ظل استحواد المركز على حصة كبيرة من حجم صناعة المعارض في المنطقة، مستفيداً من الأهمية الاقتصادية لإمارة الشارقة على المستوى الإقليمي والعالمي وموقعها الجغرافي وبنيتها التحتية المتطورة، حيث عدا مركز إكسبو الشارقة منصة مهمة للمزيد من المعارض من أبرزها "معرض الشارقة الدولي للكتاب" و "معرض الشرق الأوسط لساعات والمجوهرات" و "معرض التعليم الدولي"، ومعرض الشارقة العقاري "إيكس"، ومعرض "ستيل فاب" والتي تعد من أهم المعارض على المستوى المحلي والدولي



•• الشارقة - الفجر:

يشترك مركز إكسبو الشارقة دول العالم احتفالها بالنسخة السابعة من اليوم العالمي للمعارض الذي يصادف الأول من يونيو، بإنتاج مادة فلمية نشرها على حساباته في مواقع التواصل الاجتماعي، سلط فيها الضوء على الجهود التي بذلها المركز لإعادة الانتعاش لقطاع المعارض والمؤتمرات، من خلال حرصه على تبني آليات عمل مبتكرة وتطبيق بروتوكولات وممارسات تنظيمية عالمية. وتأتي هذه المناسبة العالمية في ظل سلسلة من الإنجازات الاستثنائية التي حققها مركز إكسبو الشارقة على مدار خمسة وأربعين عاماً، والنمو المتزايد في أجندة فعالياته والتي تجاوزت أكثر من 40 معرزة خلال عام واحد، مسرّخاً مكانة إمارة الشارقة كجهة إقليمية ودولية رائدة للمعارض والمؤتمرات، ومعرّزاً مساهمات هذا القطاع الحيوي في دعم استراتيجيته التنوع والنمو الاقتصادي المستدام في الشارقة والإمارات.

وتمكن مركز إكسبو الشارقة من إنجازات استثنائية على مستوى استضافة إمارة الشارقة لكبرى المعارض والمؤتمرات والأحداث المحلية والدولية والتي تنوعت بين الصناعية والتجارية والثقافية والعقارية، وخلال النصف الأول من عام 2021 شهد المركز زيادة في عدد المعارض والمؤتمرات بنسبة 200% مقارنة بالفترة

أكثر من 12 شهراً رسمياً من مختلف دول العالم، وذلك في إطار مساعيها نحو تعزيز التعاون المشترك مع الهيئات المتخصصة والبعثات الدبلوماسية والوفود الرسمية، بالإضافة إلى حضور الفعاليات العالمية المتخصصة ومن ضمنها معرض الخليج للطلاء العالمية لصناعة المعارض، التي نظمتها روتردام بوهولندا، ومشاركة المركز كراعٍ رسمي في ملتقى "الرابطة العالمية لصناعة المعارض" (UFI) لمنطقة الشرق الأوسط وأفريقيا، الذي عقدت أعماله في "إكسبو 2020 دبي". وأكد سعادة سيف محمد المدف، الرئيس التنفيذي لمركز إكسبو الشارقة، أن تعزيز صناعة المعارض والمؤتمرات هو جزء من الرؤية الاستراتيجية

# مدن ياس ضمن قائمة بلولوب لأبرز 100 مدينة ترفيهية على مستوى العالم

•• أبوظبي - وام:

الحيّة لضيوفها .. وتواصل كل من عالم فيراري أبوظبي، وياس ووترورلد، وعالم وارنر براءرز أبوظبي، وكلايم أبوظبي، التي تبعد عن بعضها البعض مسافة دقائق قليلة، اتخاذ كافة الإجراءات الاحترازية لضمان توفير تجارب ترفيهية آمنة للجميع، حيث يتعين على جميع الضيوف الدخول باستخدام نظام "المرور الأخضر" عبر تطبيق "الحصن".

أهمية هذه المدن والمرافق الترفيهية وشهرتها بتقديم تجارب ترفيهية استثنائية، مثل "عالم فيراري أبوظبي"، التي تعتبر أول مدينة ترفيهية تحمل علامة فيراري، والتي نجحت في ترسيخ مكانتها كوجهة ترفيهية استثنائية تستقطب الزوار من كافة أنحاء العالم للاستمتاع بالعديد من الألعاب والتجارب التي سجلت أرقام قياسية عالمية، و"عالم وارنر براءرز أبوظبي" التي تقدم

صنفت منصة "بلولوب" المتخصصة في أحدث الأخبار والتطورات التي تشهدها صناعة الترفيه على مستوى العالم - كلا من عالم فيراري أبوظبي وعالم وارنر براءرز أبوظبي ضمن قائمة أبرز 100 مرفق ومعلم ترفيهي على مستوى العالم. ويستند تصنيف "بلولوب" إلى مجموعة من العوامل تضمن



## الإمارات وإسرائيل توقعان اتفاقية شراكة اقتصادية شاملة لتحفيز التجارة البينية وصولاً إلى 10 مليارات دولار سنوياً خلال 5 أعوام

•• دبي-وام:

أبرمت دولة الإمارات ودولة إسرائيل أمس اتفاقية شراكة اقتصادية شاملة بهدف توطيد العلاقات التجارية والاستثمارية وتحفيز التجارة البينية غير النفطية وصولاً إلى 10 مليارات دولار سنوياً في غضون الأعوام الخمسة المقبلة.

وقع الاتفاقية معالي عبدالله بن طوق المري وزير الاقتصاد، ومعالي أورنا باريفاي وزيرة الاقتصاد والصناعة الإسرائيلية، وذلك في مراسم أقيمت في مقر وزارة الاقتصاد في دبي، لتبدأ الدولتان بذلك حقبة جديدة من التعاون البناء على ضوء الاتفاق الإبراهيمي للسلام الموقع بينهما في سبتمبر 2020.

وتعد اتفاقية الشراكة الاقتصادية الشاملة مع إسرائيل الثانية التي تبرمها دولة الإمارات بعد اتفاقية مماثلة جرى توقيعها مع جمهورية الهند في فبراير الماضي ودخلت حيز التنفيذ بالفعل مطلع شهر مايو الجاري، وذلك تنفيذاً لبرنامج الاتفاقيات الاقتصادية العالمية المعلن في سبتمبر الماضي ضمن "مشاريع الخمسين" والهادف إلى توسيع شبكة الشركاء التجاريين العالميين لدولة الإمارات عبر إبرام سلسلة من اتفاقيات الشراكة الاقتصادية الشاملة مع 8 دول ذات أهمية استراتيجية إقليمياً وعالمياً. وتوفر اتفاقية الشراكة الاقتصادية الشاملة بين دولة الإمارات ودولة إسرائيل العديد من المزايا لاقتصاد الدولتين عبر إلغاء الرسوم الجمركية على 96% من البضائع التي تدر نحو 99% من عائدات التصدير، كما تعزز وصول المصدرين إلى الأسواق، وتجذب المزيد من الاستثمارات وتخلق فرصاً جديدة في قطاعات رئيسية مثل الطاقة والبيئة والتجارة الإلكترونية والاقتصاد الرقمي والتكنولوجيا.

كما تحفز الاتفاقية أيضاً نمو القطاعات الخدمية مثل الضيافة والخدمات المالية والتوزيع والتشيد، كما توفر منصة للمشايخ الصغيرة والمتوسطة في الدولتين للتوسع عالمياً.

ومن المتوقع أن تحفز اتفاقية الشراكة الاقتصادية الشاملة بين دولة الإمارات ودولة إسرائيل التدفقات التجارية بين الدولتين وصولاً إلى 10 مليارات دولار سنوياً في غضون 5 أعوام، كما ستضيف نحو 1.9 مليار دولار إلى الناتج المحلي الإجمالي لدولة الإمارات خلال الفترة نفسها، وستصب في تحقيق زيادة سنوية ملموسة في قيمة الصادرات غير النفطية للدولة.

وأكد معالي عبدالله بن طوق المري أن دولة الإمارات تواصل اتخاذ خطوات ثابتة للتمهيد للاقتصاد الوطني وتعزيز مكانة الدولة كمركز عالمي للتجارة والاستثمار وصناعات المستقبل، تماثياً مع الرؤية الاستراتيجية لقيادة الرشيدة، وتنفيذاً لمشاريع الخمسين. وقال: "إن اتفاقية الشراكة الاقتصادية الشاملة بين دولة الإمارات ودولة إسرائيل ستخلق نموذجاً جديداً للتعاون البناء بين دول المنطقة، من منطلق أن



**- الثانية ضمن سلسلة من 8 اتفاقيات تستهدف تعزيز مكانة الدولة مركزاً عالمياً للتجارة والاستثمار في إطار مشاريع الخمسين - ابن طوق: الاتفاقية تعكس الرؤية الاستراتيجية للدولة بتطوير اقتصاد مستقبلي أكثر مرونة وافتتاحاً واستدامة.. وستخلق نموذجاً جديداً للتعاون البناء بين دول المنطقة - باريفاي: تساهم الاتفاقية في تعزيز التجارة الشاملة بين البلدين وتمكين الشراكة في التقنيات المتقدمة بما يساهم في تسهيل الأعمال وتحقيق المصالح المشتركة - إلغاء الرسوم الجمركية على 96% من البضائع التي تدر نحو 99% من عائدات التصدير.. وتعزيز وصول المصدرين**

# الفكرة



## بنك دبي التجاري يحصل جائزتي أفضل ابتكار في الخدمات المصرفية الاستثمارية والريادة في مجال التكنولوجيا المصرفية

•• دبي- دمحمود علباء

حصل بنك دبي التجاري، أحد البنوك الوطنية الرائدة في دولة الإمارات العربية المتحدة، على جائزة "أفضل ابتكار في الخدمات المصرفية الاستثمارية" وذلك عن تطبيقه الاستثماري الـ CBD Investr. كما حصل المدير العام لمجموعة الخدمات المصرفية للأفراد في بنك دبي التجاري، أميت ماثهورترا، على "جائزة الريادة في مجال التكنولوجيا المصرفية - الخدمات المصرفية للأفراد.. وقد تسلم الجوائز أميت ماثهورترا، المدير العام لمجموعة الخدمات المصرفية للأفراد، إلى جانب مارك زانيلي، المدير العام ورئيس إدارة الخزينة وإدارة الأصول والأسواق العالمية، وخالد الحمادي، رئيس



المبيعات والفروع، وجمال المطري، رئيس الخدمات المصرفية الخاصة، وديباك ميها، رئيس حلول الاستثمار، وذلك خلال حفل توزيع جوائز MEA Finance Banking Technology الذي أقيم مؤخراً في فندق أرماني، برج خليفة في دبي. وتلقى الجوائز Am General Technology إلى تكريم الإنجازات التي

حققتها المؤسسات المصرفية والمالية ومزودو التقنياتي المنطقة لتقديم حلول مصرفية أكثر ذكاءً وقدرتها على دفع نمو حقيقي في سوق تتزايد فيه المنافسة. تعليقا على حصول البنك على هذه الجوائز، قال الدكتور بيرند فان ليندر، الرئيس التنفيذي لبنك دبي التجاري: "إنه من دواعي فخرا أن نفوز بهذه الجوائز والتي تؤكد جهودنا المستمرة في تحسين حلولنا الرقمية لدعم طموحات عملائنا. ونحن إذ نحتفي بهذا التكريم، سنواصل التزامنا بالابتكار وتقديم أفضل المنتجات والخدمات لعملائنا لتلبية احتياجاتهم المصرفية المتطورة.."

## الوطني الاتحادي يعقد جلسته الثانية عشرة بتاريخ

### 7 يونيو يناقش خلالها مشروع قانون الوكالات التجارية

•• ابوظبي-الضجر:

يعقد المجلس الوطني الاتحادي برئاسة معالي صقر غباش رئيس المجلس، جلسته الثانية عشرة من دور انعقاده العادي الثالث للفصل التشريعي السابع عشر، يوم الثلاثاء الموافق 7 يونيو 2022م، في قاعة زايد بمقر المجلس بأبوظبي، يناقش خلالها مشروع قانون اتحادي بشأن تنظيم الوكالات التجارية، ويوجه سؤالا إلى معالي وزير الاقتصاد.

وحسب جدول أعمال الجلسة توجه سعادة معالي عبدالله الشهران النائب الثاني لرئيس المجلس الوطني الاتحادي، سؤالا إلى معالي عبدالله بن طوق المري وزير الاقتصاد، حول ترويج الباعة للعطور.

ويطلع المجلس على رسالة واردة من معالي عبدالرحمن محمد العويس وزير الصحة ووقاية المجتمع وزير الدولة لشؤون المجلس الوطني الاتحادي بشأن قرار مجلس الوزراء حول توصيات المجلس الوطني الاتحادي في شأن موضوع دور وزارة الصناعة والتكنولوجيا المتقدمة في شأن تطوير الصناعة الوطنية. كما يطلع المجلس على رسالتين صادرتين للحكومة بشأن توصياته التي تبناها خلال مناقشة موضوعي: سياسة وزارة الثقافة والشباب، وسياسة وزارة الصحة ووقاية المجتمع في شأن تعزيز الصحة النفسية في دولة الإمارات العربية المتحدة، وفي بند التقارير الواردة من اللجان يطلع المجلس على تقريرين وارين من لجنة الشؤون الإسلامية والأوقاف والمرافق العامة لمناقشة توصيات موضوعي: سياسة وزارة الطاقة والبنية التحتية، وسياسة برنامج الشيخ زايد للإسكان، وذلك لموافقة عليها ورهها للحكومة.

## مجلس إدارة غرفة عجمان يعقد اجتماعه الثاني للعام 2022

### عبدالله المويجي: غرفة عجمان حريصة على مواكبة توجهات الدولة في مجال الابتكار

•• عجمان- الفجر:

والاسلامي بوفاء المغفور له الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان طيب الله ثراه، سائين المولى عز وجل ان يتغمده بواسع رحمته وسكته فيحج جنازه. وأكد أعضاء مجلس الإدارة أن يتولى صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه الله، رئاسة دولة الإمارات، تستكمل مسيرة العطاء والازدهار والنمو لتواصل الإمارات نهضتها الشاملة وإنجازاتها وتميزها الاقليمي والعالمي في كافة الميادين. وخلال الاجتماع اطلع الأعضاء على محضر اجتماع مجلس الإدارة الأول للعام 2022 إلى جانب نتائج اجتماعات لجنة الموارد البشرية الأول لعام 2022 واعتمادها، وكذلك المركز المالي للغرفة خلال من يناير إلى ابريل 2022. وتناولت أعمال الاجتماع نتائج اجتماعات فريق التميز وتطوير

الاعمال وجهود غرفة عجمان المبذولة في توفير بيئة داعمة لنمو الأعمال وتعزيز تنافسية اقتصاد إمارة عجمان وزيادة جاذبيتها، كما إطلع الحضور على إختصاصات ومهام اللجان الخاصة بأعضاء مجلس إدارة غرفة عجمان. واطلع أعضاء مجلس الإدارة على آخر تطورات سير العمل على مشروع مركز الابتكار وما يوفره من دعم كبير لأصحاب المشاريع ورواد ورائدات الأعمال، حيث أوضح سعادة عبدالله المويجي أن غرفة عجمان حريصة على مواكبة توجهات الدولة في مجال الابتكار وتوفير الوسائل والادوات للأفراد والمؤسسات وضرة الاعتماد على النهج الابتكاري باعتباره أساس لاقتصاد المستقبل، معتبراً أن مركز الابتكار التابع للغرفة سيمثل نقلة نوعية في دعم مجال الابتكار ومكانته في إمارة عجمان.

ترأس سعادة المهندس عبدالله المويجي رئيس مجلس إدارة غرفة تجارة وصناعة عجمان، اجتماع مجلس إدارة غرفة عجمان الثاني للعام 2022، بحضور سعادة حمد راشد النعيمي وسعادة الشيخ سلطان بن صقر النعيمي نائب رئيس مجلس الإدارة وأعضاء المجلس، وذلك بمقر غرفة عجمان لمناقشة سير العمل والوقوف على آخر مستجدات وتطورات مشاريع ومبادرات الغرفة القائمة والمستقبلية. وفي بداية الاجتماع أعرب أعضاء مجلس الإدارة عن عميق الحزن وبإبغ الألسني الذي ألم بشعب دولة الإمارات والعالم العربي







\*\* دبي - د. محمود عليا

أبرمت مؤسسة سلطان بن علي العويس ودار الشؤون الثقافية العامة في العراق، اتفاقية تعاون مشترك بين الجهتين الثقافيتين إدراكاً منهما لأهمية التعاون والتشاور بما يخدم قضايا الفكر العربي بشكل عام، واقتناعاً منهما بأن وجود إطار للتعاون بين الطرفين من شأنه تطوير وتوثيق عرى الترابط الفكري، والعلمي، والبحثي لمواجهة التحديات التي تواجه قضايا الفكر العربي واستشراف فكري عربي زاهر.



# منوعات الفكر

30

## مؤسسة العويس الثقافية تبرم اتفاقية تعاون مع دار الشؤون الثقافية العامة في العراق

حضر مراسم توقيع الاتفاقية معالي الدكتور حسن ناظم وزير الثقافة والسياحة والآثار في العراق، ووقعها من جانب مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية الأستاذ إبراهيم الهاشمي المدير التنفيذي للمؤسسة ومن جانب دار الشؤون الثقافية العامة الدكتور عارف الساعدي مدير عام الدار. وذلك على هامش فعاليات معرض أبوظبي الدولي للكتاب. وقد اشتملت الاتفاقية على التعاون في كل ما يخدم أهدافهما من خلال التشاور وتبادل الآراء

والزيارات والدراسات المشتركة وورش العمل والندوات والكتب والدوريات والمعلومات العلمية والثقافية، وتنفيذ مشروعات مشتركة تسهم مع أهدافهما وتكون محل اتفاقيات أو بروتوكولات، كل حالة على حدة، ويتبادل الطرفان بانتظام

البيانات والوثائق بشأن الموضوعات ذات الاهتمام المشترك، وكذلك العمل على إقامة عدد من الفعاليات المشتركة التي تخدم القضايا الفكرية والعلمية والثقافية. كما نصت الاتفاقية أن يتبادل الطرفان قاعدة بيانات الشخصيات الثقافية

العربية والعالية بما يخدم توسيع قاعدة بيانات كل طرف، وإنشاء لجنة فنية مشتركة تلتزم وفقاً للحاجة، بالإضافة إلى الطباعة المشتركة بين الجهتين. وكانت مؤسسة سلطان بن علي العويس قد وقعت عدداً من الاتفاقيات ومذكرات التفاهم

مع مؤسسات مشابهة مثل مؤسسة عبد الحميد شومان في الأردن، ومؤسسة الفكر العربي في لبنان والمجلس الأعلى للثقافة في مصر ومنتدى الفكر العربي في لبنان وغيرها من المؤسسات الثقافية الفاعلة في الوطن العربي.

## جائزة الشارقة للثقافة العربية تحتفي بفائزها في باريس

احتفت دائرة الثقافة في الشارقة بالتعاون مع منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة "اليونسكو" مساء أمس الأول بالفائزين بالنسخة الـ 18 من جائزة الشارقة للثقافة العربية وهما دنيا ميخائيل من العراق وهيلين الجنابي من السويد. حضر الحفل - الذي عقد في باريس - سعادة عبدالله بن محمد العويس

رئيس دائرة الثقافة في الشارقة وسعادة سالم خالد عبدالله القاسمي مندوب الدائم للدولة لدى منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة "اليونسكو"، وارتستو اوتوني راميريز المدير العام المساعد للثقافة في منظمة اليونسكو ومحمد إبراهيم القصير مدير إدارة الشؤون الثقافية في دائرة الثقافة بالشارقة إضافة إلى كبار الشخصيات والأدباء والمثقفين



وأعضاء السلك الدبلوماسي المعتمدين لدى المنظمة الأممية. وأعرب ارتستو اوتوني راميريز - في كلمته خلال الحفل - عن شكره وتقديره لصاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة ولدوره النهوضي الثقافي والإنساني على الصعيد المحلي والإقليمي والعالمي. وقال راميريز إن جائزة الشارقة اليونسكو للثقافة العربية كرمته اليوم كاتبة و مترجمة و صحافية عراقية و كرمته أيضا مخرجة مسرحية من السويد وهذا يحمل الكثير من المعاني في مقدمتها تكريم جهود نشر الثقافة العربية وحوار الحضارات والتنوع والتعايش بين الثقافات والسلام وتعزيز القيم العالمية والإنسانية .. مؤكداً أن هذه الجائزة مناسبة لتكريم الطاقات الفاعلة في مجال نشر الثقافة العربية في العالم. من جهته قال سعادة عبدالله بن محمد العويس - في كلمته -: " تفرنا مشاعر السعادة والاعتزاز باستمرار دورات جائزة الشارقة - اليونسكو للثقافة العربية واعتلاء المبدعين والمفكرين منصة التكريم عاماً بعد عام مقدرين الدور الذي تقوم به منظمة اليونسكو في إدارة الجائزة ورعايتها للعديد من البرامج الثقافية وها هي الجائزة تضيء نحو عامها الخامس والعشرين منذ الإعلان عنها بمناسبة تنويع الشارقة عاصمة للثقافة العربية في عام 1998 في مرحلة من مراحل التنمية في دولة الإمارات العربية المتحدة حيث شهدت نهضة ثقافية شاملة تمثلت في تأسيس وإنشاء مصفوفة المناهج المتخصصة والمراكز الثقافية التي انتشرت في كافة المدن والمناطق وتنوعت الأنشطة الثقافية بزخم مشهود بفضل الرعاية السامية التي توليها القيادة الحكيمة للدولة. وأضاف لقد استمرت الشارقة في مسيرتها الثقافية وفق نهج يراه ويؤليه كل العناية حضرة صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة حتى أصبحت الشارقة تعمر بالأنشطة الثقافية يرتادها أصحاب الفكر والإبداع حيث بلغت الأنشطة الثقافية أرقاما قياسية.. لافتاً إلى حرص صاحب السمو حاكم الشارقة

على استمرار التعاون الثقافي مع المحيط العربي تمثل في سلسلة المبادرات الثقافية في الشعر والمسرح والسرد الأدبي في مشهد يعبر عن الأخوة العربية. وقال العويس تحرص دولة الإمارات على مد يد التعاون مع دول العالم والتواجد في المحافل الدولية ويتجلى ذلك في حرصها على نقل المشهد الثقافي الإماراتي إلى دول العالم من خلال برنامج "أيام الشارقة الثقافية في العالم" والحضور الفاعل في معارض الكتب الدولية فقد شهدت تلك المعارض حضور صاحب السمو حاكم الشارقة وإتقائه بدور النشر العربية والعالية مقدماً الدعم الكامل لتعزيز مكانة الثقافة العربية. من ناحية قال سعادة سالم خالد عبدالله القاسمي - في كلمته - إن الجائزة وبتكريمها لستة وثلاثين شخصية ثقافية من مختلف دول العالم منذ إنطلاقها تؤكد أهميتها ونجاحها في أداء رسالتها تحقيقاً لرؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة الرامية إلى دعم الثقافة العربية وتعزيز مكانتها .. مشيداً بالتعاون الوثيق مع اليونسكو عبر دورات الجائزة. من جانبهم عبر الفائزون بالجائزة عن تقديرهم وامتنانهم لصاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة حيث تكتسب الجائزة أهمية استثنائية وتطلب جهداً خاصاً في إشراف الحوار بين الثقافات والحضارات كما أن الجائزة تسهم في انتشار الثقافة الإنسانية لكي تمنح المفكرين والأدباء والكتاب مكانتهم الأدبية لدورهم الفاعل في بناء المجتمعات. وقام العويس وارتستو راميريز بتقديم جائزة الشارقة للثقافة العربية الدورة 18 لكل من دنيا ميخائيل وهيلين الجنابي بالإضافة إلى تكريم الفائزين في الدورة 17 سليمان منصور من فلسطين وكريست سيلفيا ليس من البرازيل تلي ذلك عرضاً فنياً للفائزين وقراءة شعرية لدنيا ميخائيل برفقة موسيقيين شباب ومونولوج هيلين الجنابي عن إنتاجها المسرحي، واختتم التكريم بحفل موسيقي.

## مكتبة تشرى أبوظبي للكتاب بباقة متنوعة من الفعاليات الثقافية والإبداعية

أشرت "مكتبة"، التابعة لدائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، الدورة الـ 31 من معرض أبوظبي الدولي للكتاب، الذي اختتمت فعالياته أمس قبل الأول، بباقة متنوعة من الفعاليات الثقافية والإبداعية، أخذت رواد المعرض من مختلف الأعمار في رحلة تربية في عوالم الأدب والثقافة، وتضمن برنامج "مكتبة" باقة من الورش الثقافية، والندوات والجلسات النقاشية مع الكتاب والمؤلفين، والمعارض الإبداعية بمشاركة رسامين وخطاطين وفنانين في مختلف المجالات الإبداعية. وركزت أجنحة "مكتبة" خلال المعرض بشكل خاص على فئة الأطفال واليافعين باعتبارها الأساس للنمو الثقافي المستدام في أبوظبي والدولة بشكل عام، حيث أتيح

الفرصة للأطفال من زوار المعرض للمشاركة في برنامج تعليمي ترفيهي ضم عدداً من الأنشطة والورش الثقافية الترفيهية، مثل الكتابة والرسم والتجارب العلمية ومسابقات سؤال وجواب، كما تم توقيع كتاب مسابقة "الكتاب الصغير في الكتاب الكبير"، الرامي إلى تشجيع الأطفال على الكتابة وتنمية مهاراتهم الأدبية خلال المعرض. وقالت شبيخة المهيري، مدير إدارة المكتبات في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، يقدم معرض أبوظبي الدولي للكتاب منصة عالمية رائدة ترسخ مكانة الإمارة بوصفها حاضنة للمعرفة والإبداع بكافة أشكاله، وباعتبارها تشكل جسراً للتواصل الثقافي والأدبي بين المبدعين والكتاب من

جميع أنحاء العالم .. وانطلاقاً من رسالتها الرامية إلى نشر الثقافة والمعرفة بين مختلف فئات المجتمع وخاصة شريحة الأطفال واليافعين، حرصت "مكتبة" على أن توفر لرواد المعرض باقة متنوعة من البرامج والفعاليات التي تلبى تطلعاتهم الثقافية وتبني ذخيرتهم المعرفية. وبالإضافة إلى توقيع الكتاب الخاص بمسابقة "الكتاب الصغير في الكتاب الكبير" بحضور أولياء أمور الفائزين بالمسابقة، تضمنت أجنحة "مكتبة" خلال معرض أبوظبي الدولي للكتاب عروض دراما وتمثيل مبتكرة ضمن فعالية "يالله نحكي"، كما تم تنظيم ورش تفاعلية للأطفال على غرار ورشة "علبتي لعبتي" التي تمكن من خلخالها الأطفال من تحويل اللعب الكرتونية الفارغة

إلى ألعاب من تصميمهم، وورش صناعة البطاقات البريدية، وورش عمل مخصصة لتعليم الأطفال كيفية بناء شخصيات القصص، وورش الخط العربي، وورش إبداعية بعنوان "الفائزة بجائزة مسبار الأمل للكتابة الإبداعية". كما شملت الحلقات القرآنية والحوارية التي نظمتها "مكتبة" ضمن المعرض، قراءة قصة "غيمة قطن" والتي تُسهم في تحفيز قدرة الأطفال على نسج الحكايات وتخيل أحداث القصص، ومناقشة رواية "عريم" للكاتب تركي الزمابي ضمن فعاليات صالون الجاحظ الأدبي، وجلسة حوارية بعنوان "الموهبة الأدبية من التكوين إلى التمكين" ناقش الحضور خلالها كيفية رعاية المواهب

## طلاب استوديو «مواهب» يدعمون معرضاً فنياً ليوم الأرض بتسع لوحات



في معرض "Let Live or Let Die"، الذي تم تنظيمه لشهر واحد من قبل The Giving Movement، العلامة التجارية الأولى المتخصصة بالألعاب الرياضية الترفيهية المستدامة على مستوى المنطقة، والتي انطلقت

من دولة الإمارات العربية المتحدة. وأقيم المعرض للاحتفال بيوم الأرض من خلال تقديم رؤية بيئية للعالم، حيث دعم استوديو مواهب المعرض بتسع لوحات لفنانين من أصحاب الهمم. وشهد المعرض مشاركة مواهب إلى جانب عدد من المشاركين الآخرين، مثل جوشا للزهور، والشاعر سالم العطاس، وغاليري بيت الممزر للفنون، ومريم إسماعيل. وأقيم المعرض على مرحلتين، وتمت استضافته في معرض بيت الممزر في ديرة دبي. وعرضت المرحلة الأولى التي نظمت في الفترة من 8 إلى 24 أبريل، أعمالاً تتسبب مذهلة للزهور لإبراز جمال العناصر الطبيعية، بينما أقيمت المرحلة الثانية في الفترة من 26 أبريل إلى 10 مايو، وتضمنت تركيبات فنية تفاعلية عرض فيها طلاب مواهب أعمالهم الفنية. وكان الهدف من هذه المبادرة تعزيز التعاون لبذل المزيد من الجهود لصالح المجتمع والعالم، لجعل الاستدامة حقيقة يعيشها الجميع. ومن خلال حركة "Let Live or Let Die"، عملت العلامات التجارية التي تعاونت في هذا الحدث على إشراك الجميع، للتأكيد على أهمية التعليم والتوعية باعتبارهما من العوامل الأساسية لتحقيق هذه الأهداف، وتشجيع الآخرين للتعبير عن آرائهم تجاه هذا الموضوع.

في معرض "Let Live or Let Die"، الذي تم تنظيمه لشهر واحد من قبل The Giving Movement، العلامة التجارية الأولى المتخصصة بالألعاب الرياضية الترفيهية المستدامة على مستوى المنطقة، والتي انطلقت



\*\* دبي - الفجر:

أعلن مواهب، الاستوديو الفني غير الربحي لأصحاب الهمم من 18 عاماً فوق في دبي، عن اختتام مشاركته

## منوعات

# الفكر

31

البطولة المطلقة "حقي"

## رانيا محمود ياسين : استعنت بأطباء نفسيين في "انحراف"

هي واحدة من أهم فنانات جيلها، تمتلك كاريزما وموهبة فنية جعلت ظهورها على الشاشة بمشهد واحد بمثابة عمل كامل، وهي معادلة صعبة تمكنت من تحقيقها بكل عمل تشارك به، هي الفنانة رانيا محمود ياسين، والتي شاركت بالموسم الرمضاني بمسلسل "انحراف"، وجذبت الأنظار بقوة على الرغم من ظهورها بحلقتين فقط، في هذا الحوار، كشفت رانيا عن كواليس الشخصية وسبب استعانتها بأطباء نفسيين، وكواليس تعرضها لحادث أثناء التصوير، وتعاونها مع روجينا والمخرج رؤوف عبد العزيز وعن تجربتها مع رانز جلال، وحلمها بالعالمية والكثير من الأسرار والتفاصيل داخل الحوار.

• وماذا عن كواليس التعاون مع روجينا والمخرج رؤوف عبد العزيز وروجينا؟  
- روجينا صديقة وعشرة عمر منذ سنوات طويلة، والتقيت بها على المستوى الإنساني عدة مرات، وتجمعنا علاقة حب وود قوية دون أي مصالح، وسعدت بالتعاون معها فنياً هذا العام، وهذا من أسباب قبولي للمسلسل لأنني كنت أشعر بالراحة النفسية، أما المخرج رؤوف عبد العزيز، مهني للغاية ويجهد على كل شخصية بشكل مستمر؛ بل ويدعم الممثل الذي يضيف للدرور تفاصيل جديدة تكون في صالح الشخصية، فهو ديمقراطي للغاية.

• ظهرت مع رانز جلال من قبل في "رانز قرض البحر" .. ولكنه أصبح يتعرض لبعض الهجومات حالياً؟  
- بالفعل، ظهرت معه في عام 2014، واستمتعت بالحلقة ولم يكن لدي أي غضاضة، ورانز جلال ناجح ويحقق النسب الأعلى بالأعلانات والمشاهدات والأرقام على مدار سنوات طويلة، ولو لم يكن يحقق النجاح الكبير لما استمر كل هذه السنوات.

• وقت استضافتي لم أكن أعلم بأنه مقبل لرامز، لأن الأمر كان غامضاً، أما حالياً فهناك الكثير من المؤشرات، ومن لديه أي تعليقات فهي محل الدراسة ولا يوجد أحد دون سلبيات، ولا يمكن أن نهمل الأرقام.

• ختاماً.. متى سنرى رانيا محمود ياسين في البطولة المطلقة؟  
هذا حقي، وتأخر لسنوات طويلة ولكن راضية تمام الرضا بما يراه الله الأنسب لي، ولكن أحلامي لن تتوقف، وأستمر بالسعي، فليد حالة من الرضا المليئة بالتفاؤل، وأرى أنني أستحق من ذلك بكثير، وتعاليت الكثير من الأصوات من الجمهور والنقاد هذا العام بضرورة إعطاء العديد من المواهب حقوقهم بالبطولة المطلقة وكنت من بينهم، وهذا أسعدني لأنني لم أقدم هذا العام سوى حلقتين فقط، ولكنهم كانوا بمشاهد ماستر سين، وأتمنى أن يلتفت الصانع لذلك.

زوجها، وهجة تتعرض للخيانة ويضع منها طفلها، فالشخصيتين متضادتين، وقدمني في شخصية الأم المتهورة على ابنتها بشكل مختلف تماماً، وما أعجبنى أن المخرج رؤوف عبد العزيز يراني "خارج الصندوق"، وفي أفكار مختلفة وينق بامكانياتي، وأكون سعيدة بالتعاون معه.

• شخصية "سنا" تضمنت أكثر من مشهد ماستر سين بشكل مؤثر.. فماذا عن كواليس تصويره؟  
- دعيني أخبرك، قد تعودت عندما يكون لدى مشاهد صعبة، أقوم بالتحضير لها من خلال الدخول في مود الهدوء قبلها، وعدم التحدث مع الآخرين أو ضياع طاقتي خارج المشهد، وهذا كله وأكون في طبيعتي وليس في حالة حزن أو كآبة، مع سماع موسيقى هادئة، وهذا التأهيل النفسي، أما عن ظهوره بهذا الشكل أمام الكاميرا، فهو لأنني درست الشخصية بشكل قوي، وركزت على أنها أم فقدت ابنها، وما تحدثت به في هذا المشهد لم يكن مكتوباً بالسيناريو، لأنه كان مشهد حركي، وما ظهر للجمهور كان نابعا من مشاعري.

• واجهت شخصية سنا حالة الإنكار بعد فقد طفلها.. فهل استعنت بأطباء نفسيين لهذا الأمر؟  
- بالطبع، استعنت بأطباء نفسيين لأنني أردت فهم حالتها عندما قامت بحفظ طفل آخر واعتقادها أنه طفلها وعاد إليها، أم أنها حيلة دفاعية لها لتصبر نفسها على الفقد، أم أنها تراه ابنها بالفعل، وهو ما أكدته لي الأطباء أن الأم في هذه اللحظة ترى الطفل ابنتها وليس لديها شك بنسبة 1% أنه ابن سيدة أخرى، والحقيقة أن هذه التفاصيل كانت هامة للغاية بالنسبة لي كممثلة، حتى تظهر الطيبة المعالجة لها وهي الفنانة روجينا.

• وماذا عن الحادث الذي تعرضت له أثناء التصوير؟  
- تفاعلت بسقوط "نجفة" أمامي، وكان قضاء وقدر، وأقذني الله بفضلهم وكرمه، ولم يكن تقصيراً من أحد من العاملين أو التأمين في ديكور التصوير، لأنها كانت فيلماً في حي جاردن سيتي، وهذا عمرها الافتراضي، ولم أستغرق وقتاً للراحة أو تمالك أعصابي، وكنت في حالة ضغط كبيرة، لأنها سقطت في الساعة الواحدة والربع بعد منتصف الليل، وكان يتبقى نصف ساعة لإنهاء التصوير في ذلك اليوم من أجل السحور.

• بداية.. حدثنا عن مشاركتك بمسلسل "انحراف" على الرغم أن الدور ليس بحجم رانيا محمود ياسين؟  
- إذا تحدثنا بحجم رانيا محمود ياسين، فمن المفترض أن أعمل بيهوليود، وهذا ليس غروراً ولكن ثقة بالله وفي إمكانياتي، ثم ثقة بأحلامي لأنني أحلم بالعالمية، ولكن في نهاية الأمر أعمل بالمتاح أمامي ببديل أن حجم مشاركتي في مسلسل "انحراف" لم تكن كبيرة، وبالرغم من ذلك أحدثت ردود أفعال قوية بفضل الله، وما حمسني لهذا الدور هو وجود المخرج رؤوف عبد العزيز والذي أوجه له كامل الشكر، لأنه على مدار عامين قدمني بعلمين مختلفين، ففي العام الماضي كان مسلسل "الطاووس" شخصية مذنب أمام الكاميرا مبتسمة وخلفها تدبير المؤامرات، وكنت والدة لشاب وحقق ضجة ونجاحاً كبيراً، وفي العام الحالي من خلال أم أفنت عمرها في سبيل سعادة ابنها ورفض الزواج بعد وفاة



## حمادة هلال يعود للسينما بعد غياب 5 سنوات نضال الشافعي: "ملف سري" يحمل رسالة شكر وتقدير إلى القضاء المصري



أعرب الفنان نضال الشافعي عن سعادته بالمشاركة في مسلسلين في دراما رمضان هذا العام، هما "ملف سري" و"دايما عامر" مشيراً إلى أن دوره في مسلسل "ملف سري" كان صعباً جداً، لأن شخصية شاكر شفيق النجم هاني سلامة مركبة، وبه العديد من التفاصيل، والكاتب محمود حججاج السيناريست حرص على كتابة الشخصيات بحرفية شديدة، وأيضاً الوقوف أمام نجم كبير وهو الفنان هاني سلامة ومخرج قدير وهو الأستاذ حسن البلاسي، وكوكبة من النجوم سعدت بالعمل معهم.

وأضاف الشافعي خلال لقائه مع الإعلامي عمرو الليثي ببرنامجه واحد من الناس على شاشة الحياة، أن المسلسل كان يحمل رسالة مهمة جداً، وهي تقديم الشكر والتقدير للقضاء المصري على ما تعرض له في السنوات الماضية من أزمات والعمل تحت ضغط، لكنه ظل وسيظل شامخاً كعادته، وهذا ما حمسني لتقديم

وتأليف أحمد عبد الله وإخراج أكرم فاروق. وقدم النجم حمادة هلال، في السياق الرمضاني 2022، مسلسل "المناج- أسطورة الوادي" من بطولة أحمد عبد العزيز، هبة مجدي، سهر الصايغ، خالد سرحان، دنيا عبدالعزيز، حنان سليمان، كمال أبو رية، ولاء الشريف، حنان سليمان، عفاف رشاد، هلا السعيد، وضيف الشرف أحمد بدير، وآخرين من تأليف أمين جمال ووليد أبو المجد وشريف يسري، وإخراج أحمد سمير فرج. كان حمادة هلال قد قال لـ "اليوم السابع" بعد عودته من الأراضي المقدسة، عقب أداء مناسك العمرة، إنه سعيد برودود الأفعال الإيجابية حول مسلسل "المناج- أسطورة الوادي"، مضيفاً أن هذا النجاح القوي للعمل فاق كل توقعاته.



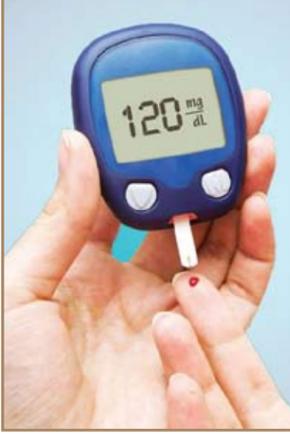
يعود النجم حمادة هلال إلى السينما بعد غياب حوالي 5 سنوات منذ آخر أعماله فيلم "شنتمة حمزة" حيث يحضر لفيلم جديد من تأليف كريم فهمي، ومن المقرر الإعلان عن تفاصيله خلال الفترة المقبلة، كما أكد في تصريحات لـ "اليوم السابع".

وأضاف حمادة هلال أنه كان يبحث عن سيناريو جيد يعود من خلاله إلى السينما مرة أخرى، خاصة مع انتظار الجمهور له وأنه كان خلال الفترة الماضية يركز على الأعمال الدرامية.

آخر أفلام حمادة هلال "شنتمة حمزة" عام 2017 وشارك في بطولته يسرا اللوزي، أحمد فتحي، محمد ثروت، سامية الطرابلسي، بيومي فؤاد، طاهر أبو ليلة، ضياء الميرغني، سامي مغاوري، محمد متولى، ايناس على

# الفكر

## ثلاث علامات منبهة على التقدم لمرض السكري يجب ألا نتجاهلها أبدا



بالعدوى . وعندما تكون مصابا بمرض السكري، يمكن أن يعاني جسمك من إنتاج ما يكفي من الإنسولين أو أن الإنسولين غير فعال. ومع مرض السكري من النوع الأول، لا ينتج بنكرياس الشخص الإنسولين. وفي النوع الثاني، تصبح خلايا الجسم مقاومة للإنسولين، لذلك هناك حاجة إلى كمية أكبر من الإنسولين للحفاظ على مستويات السكر في الدم ضمن المعدل الطبيعي. ولكن إذا لم تحافظ على نسبة السكر في الدم تحت السيطرة، فقد يكون ذلك خطيرا ويؤدي إلى مشاكل حسية.

للسكري وأمراض الجهاز الهضمي والكلية. ويأتي الضرر من ارتفاع مستويات السكر في الدم غير المنضبط لفترة طويلة، ويمكن أن يسبب هذا حالة تسمى قدم شاركو، والتي تؤدي إلى نتوءات هائلة. ويمكن أن يقلل من القدرة على الشعور بالحرارة والألم، ما يعني عدم ملاحظة الجروح والقروح. وهذا يجعل القدمين عرضة للعدوى، حيث يقلل مرض السكري من تدفق الدم إلى الأطراف ويأخذ وقتا أطول للشفاء. ويجب على مرضى السكري الانتباه إلى الجروح أو البقع الحمراء أو التورم أو البثور المملوءة بالسوائل والأظافر المغرورة في الجلد، لأن كل ذلك قد يؤدي إلى الإصابة

مرض السكري دون أن يدركوا ذلك، نظرا لأنه لا يمكن ملاحظة الأعراض المبكرة للحالة في الغالب. ورغم ذلك، يوصي الخبراء بإلقاء نظرة فاحصة على القدمين كل يوم لاكتشاف أي تغييرات بسرعة. ويشير الخبراء إلى أن مراقبة القدمين قد تكون غالبا مصدرا لعلامات التحذير الأولى للمرض، في حال كان الشخص لا يتحكم في مستويات السكر بشكل صحيح. وإذا لاحظت أي شيء يبدو مختلفا أو تشعر بشعور مختلف، فمن المفيد دائما فحصه من قبل طبيب عام. وهناك ثلاث علامات يجب الانتباه إليها قد تعني أن هناك تلفا في الأعصاب. وتشتمل هذه العلامات في الاحمرار والدفء والتورم، وفقا للمعهد الوطني

## كيف يمكن لشكل الجسم أن يزيد من خطر الإصابة بستة سرطانات مختلفة؟

كشفت دراسة جديدة أن دهون البطن تضاعف خطر إصابة النساء ببعض أنواع السرطان. ووجدت النتائج أن شكل التفاحة، المتميز بخصر وبتن كبيرين، زاد بشكل كبير من احتمال الإصابة بستة أشكال شائعة من مرض السرطان. وحلل باحثو جامعة غلاسكو بيانات 385 ألف شخص بالغ لاكتشاف الصلة بين السمنة والسرطان. ووجدوا أن حمل دهون احتياطية حول الحجاب الحاجز زاد من المخاطر الإجمالية بنسبة 5% لكلا الجنسين. لكن فرص إصابة النساء بسرطان الرحم إذا كانت لديهن دهون حول الخصر زادت بنسبة 109%. ويُعرف أيضا باسم سرطان بطانة الرحم ويؤثر على ما يقارب 10 آلاف امرأة سنويا ويسبب ما يقارب 2500 حالة وفاة. وفي حديثه في المؤتمر الأوروبي حول السمنة في ماستريخت، قال الباحث الرئيسي الدكتور سيليس موراليس: "نعلم أن هذا النوع المحدد من الدهون التي تميل إلى الالتفاف حول بطنك سيء بشكل خاص. إنها الدهون التي تتراكم حول أعضائك الداخلية. وهذا يعني أن لها تأثيرا أكثر إجهادا عليها. وهذه الدهون تولد علامات التهابية وهذا الالتهاب يساهم في التسبب في الإصابة بالسرطان على المدى الطويل". ونظرت الدراسة في "مؤشر السمنة الحشوية" في المشاركين - وهو مقياس يستخدم لتقييم مستويات الدهون في البطن. وتشير الأبحاث إلى أنها مميّزة بشكل خاص، بسبب الطريقة التي تؤثر بها على الأعضاء الرئيسية وتغير مستويات الهرمون التي يمكن أن تؤثر على السرطان. ووجد الفريق أن أولئك الذين لديهم الكثير من الدهون في البطن زادوا من خطر الإصابة بسرطان المرارة بنسبة 83%، وسرطان الكلى بنسبة 39%، وسرطان الكبد بنسبة 25%، وسرطان الأمعاء بنسبة 14% وسرطان الثدي بنسبة 11%. وقال تام فراي، من المنتدى الوطني للسمنة: "الرسالة لا يمكن أن تكون أوضح. يمكن للدهون الحشوية - وهي الدهون التي تتسبب في بروز معدتك - أن تصيب بالسرطان على أي مستوى". وقال البروفيسور توم ساندروز من كينغز كوليدج لندن: "من المعروف منذ فترة طويلة أن مخاطر الإصابة بسرطان بطانة الرحم تزداد مع السمنة وأن هرمون الإستروجين يزيد من هذا الخطر. دهون الجسم يمكن أن تزيد من تعرض الأنسجة للإستروجين".



أنثى نمر كورية من الأنواع السيبيرية المهددة بالانقراض من الفئة 1 تحميها الحكومة، تقف بالقرب من شبلين من أشبالها الخمسة المولودة في حديقة حيوانات متنزه ايفرلاند. ا ف ب

## قرأت لك

التفاح



يحتوي المائة غرام من التفاح على 85% من وزنها ماء - 12% سكر و90 وحدة من فيتامين أ - 40 وحدة من فيتامين ب 1 - 20 وحدة من فيتامين سي و4 غرامات من الألياف والكثير من الأملاح المعدنية مثل البوتاسيوم والكالسيوم والفوسفور والحديد - يوجد في التفاح مادة تسمى (البكتين) التي تساعد على التخلص من الحموضة والغازات بالمعدة وكذلك يحد من ارتفاع الكوليسترول في الدم ويوقف ارتفاعه كما أنه يساعد على استقراره في سكر الدم.

يعالج التفاح الإمساك والاسهال وذلك لقدرة على تنظيم عملية الهضم بالمعدة والأمعاء حموضة المعدة ويساعد على تفتيت حصى المرارة. وللوقاية من الإصابة بتصلب الشرايين يؤكل تفاحتين في اليوم. ومن فوائد التفاح انه يزيل حمض البول وينشط الكبد ويهدئ السعال ويزيل الشعور بالتعب.

## سؤال وجواب

- كم تبلغ عدد أرجل العنكبوت؟  
8 أرجل.
- من الذي اخترع المصباح الكهربائي؟  
توماس أديسون.
- من الذي اكتشف الدورة الدموية؟  
وليام هارفي.
- بم يلقب كوكب بلوتو؟  
الكوكب القزم.
- بماذا يسمى صغير الحمام؟  
الجنح.
- بم يسمى صغير الكلب؟  
جرو.

## هل تعلم؟

- يتطلب سلق بيضة النعامة (تزن كيلو ونصف الكيلو) من الوقت مائة دقيقة.
- الهيكل العظمي للأسماك غضروفي بالكامل.
- سكر الخشب له نفس مميزات السكر العادي ، مع أنه ليس له نفس الطعم .
- عندما يتعفن البيض يصبح محتواه من الزئبق الأبيض أكثر ميوعة.
- تسمع أثنى الجندب بقواتهما.
- يأكل الحلزون أوراق الشجر عن طريق جرشها بواسطة اللسان، ويمكن أن تصل أسنان الحلزون إلى 25.000 سن
- الفئران لا تستطيع التقبؤ.
- يضاف الي بطارية السيارة حامض الكبريتيك
- دودة الأرض ليس لها عيون.
- تستطيع البومة أن تدير رأسها بشكل دائري.
- اليروس ( قيادة الفراشة ) لها 1.300 عضلة في جسمها.
- إن (الزيتون) مادة سكرية تستخرج من التين و الفراولة و لا تسبب التسوس
- منتج (العسل) لا يتعفن مهما طال به الزمن لأن به مادة مضادة للتعفن
- تبلغ نسبة الماء في العسل الطبيعي 22%
- الأفعى لا أضراس لها.

## قصة لص الدجاج

اعتاد أحد اللصوص ان يسرق الدجاج فقط..وبالطبع هذا لص عجيب لكن لا تستعجبوا .. انه يسرق الدجاج ويربيه وبيعه .. وقد اشتكى الناس كثيرا إلى القاضي ولكن دون فائدة حتى اعلن القاضي انه يئس من هذا اللص لكنه سيقدمه لهم صباح يوم الجمعة القادمة قبل الصلاة .. جاء القاضي وطلب من زوجته ان تحضر له بعض الدجاجات من حضيرتها فلما تساءلت قال لها كيف يمكننا ان نعرف دجاجاتنا حتى اذا سرقها لصا وصلنا اليه وضبطناه متلبسا ففكرت الزوجة الذكية قليلا ثم قالت اذن عرفت ماذا تقصد ودع الامر لي .. جمعت الزوجة كل دجاجاتها من الحضيرة وجعلتها داخل البيت وفي مساء يوم الخميس اخرجت الزوجة الدجاج إلى الحضيرة وقد صبغت تحت اجنحتها بلون احمر قانيء ثم نثرت هذا اللون خارج الحضيرة ايضا واختبأت خلف باب بيتها تراقب حضيرتها حتى انتصف الليل وجاء اللص وجمع بعض الدجاجات في قفص وذهب مسرعا وفي الصباح المبكر سار القاضي وحراس الشرطة خلف خطوات اللص الذي تكون حناؤه باللون الاحمر وعندما وصلوا لكيته دق القاضي الباب وسأل صاحب البيت هل عندكم حظيرة للدجاج فقال الرجل بالطبع فانا تاجر للدجاج فقال القاضي الم يأتي احد بعد ، بل لم يأت احد ببيعني دجاج منذ ايام فقال القاضي حسنا دعنا نرى حظيرتك وبعد ان دخل قال نبحث عن دجاج ابطه احمر مثل هذا وامسك باحدى دجاجات زوجته ثم قال واللص يتامل حذاء صبيغ أسفله بالاحمر مثل هذا ومد يده وامسك بحذاء اللص وقال ولصا يده ملونتان باللون الاحمر مثل يديك ..دهش اللص الذي لم ينتبه للون الاحمر في يده فقد دخل فراشه بعد ان انتهى من سرقته فضحك القاضي وقال هيا ايها المسكين فأنا في عجلة من امري أريد ان اشكر زوجتي وافكارها ذات اللون الاحمر.

