

سفاري العين تقدم رحلات مدرسية
للتعرف على الحيوانات المهدة
بالانقراض وبرامج الحفاظ عليها



ألين خلف:
الفن تحول إلى محسوبيات
وبيتي وعائليتي فوق أي اعتبار



احذر ضرب الطفل على

ص 23 وجهه حتى لو للمزاح . .

الرجال يفضلون الأعمال المنزلية

قد لا تكون أعمال التنظيف والجلي والغسيل في المنزل بالأمر الممتع والمسلي، لكنها بالنسبة للرجال يمكن أن تستحق العناء، إذا ما قورنت بالعمل خارج المنزل. وجدت دراسة بريطانية جديدة أن الرجال أكثر شعورا بالمتعة في العمل خارج المنزل من النساء في المتوسط، في حين أن العمل لمدة طويلة، يكون له تأثير سلبي أقوى عليهم. وعندما يطلب منهم تقييم الأنشطة التي يمكن أن يؤديوها، يفضل الكثيرون الأعمال المنزلية على الوظيفة، بينما يكون الأمر معاكسا بالنسبة للنساء. وطلبت جامعة أكسفورد من حوالي 4 آلاف شخص في المملكة المتحدة، تقييم مدى شعورهم بالمتعة بالأنشطة اليومية طوال أيام الأسبوع، وعلى مقياس 7 درجات، حصلت الأعمال المنزلية على 4.5 للرجال، مقابل 4.4 للأعمال المكتبية خارج المنزل، بحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية. ويقول الدكتور بيير والشري الذي أجرى الدراسة، إن ذلك ربما يعود لأن الرجال عادة ما يقومون بالأعمال المنزلية بطريقة أكثر إبداعا، بينما تمضي النساء وقتهم في الأعمال المنزلية التقليدية المملة. ويمكن أن يكون الشعور بالتوتر خلال العمل خارج المنزل، عاملا آخر يدفع الكثير من الرجال إلى تفضيل الأعمال المنزلية، في حين أن العمل الوظيفي بالنسبة للنساء يكون في كثير من الأحيان هروبا من مسؤوليات المنزل والعمل غير المؤجر الذي يقمن به بشكل يومي.

العلم يحذر من خدعة التخفي

حذر علماء نفسيون من تنفيذ "خدعة التخفي" مع الأطفال، بعد الانتشار الكثيف لمقاطع فيديو تصور هذه الحيلة على مواقع التواصل الاجتماعي. وتعتمد الخدعة على إجراء لعبة سحرية غير حقيقية وإيهام شخص ما باختفائه كخدعة طريفة، لكن عند تنفيذها مع الأطفال قد تتسبب لهم بنوبات بكاء وفزع. ورغم طرفة الفكرة، أثارت اللعبة موجة غضب على مواقع التواصل، لا سيما عند تأديتها مع الأطفال بعد انتشار مقاطع فيديو تظهرهم في حالة خوف هستيري. وقالت فيونا مارتن خبيرة الطب النفسي في مركز سيدني للصحة النفسية للأطفال بأستراليا، إن الحيلة تعد خطيرة عند تنفيذها مع الأطفال.

10 أسباب تجعل الانفصال

عن شريك الحياة مفيدا

يعتبر البعض أن الانفصال أسوأ تجربة عاطفية يمكن المرور بها إلا أن بعض خبراء العلاقات الزوجية يرون أن

للانفصال فوائد كثيرة. مجلة بيلد الألمانية استعرضت

10 فوائد مفيدة للانفصال عن شريك الحياة.

تختلف الأسباب التي تدفع إلى التفكير بالانفصال،

ورغم الوصول إلى طريق مسدود بين الطرفين أحيانا،

يميل البعض إلى إعادة الحسابات قبل اتخاذ هذه

الخطوة خوفا من الوحدة، ولكن هناك بعض الحالات التي

تكون فيها استمرارية العلاقة الزوجية مستحيلة، وهنا

ينصح خبراء العلاقات الزوجية بضرورة الانفصال،

مجلة بيلد الألمانية استعرضت عشرة أسباب توضح لماذا

يكون الانفصال جيدا في بعض الحالات وماذا ينتظر كلا

الطرفين بعض الانفصال.



أعراض آلام الحب ومراحله
من أعراض آلام الحب على سبيل المثال: تراجع كبير في مستوى الأداء المهني، مشاكل في المعاملة، الغزلة الاجتماعية وقلة الاهتمام بالأخرين، فقدان الشهية أو الإفراط في تناول الطعام، تراجع النشاط والحوية، السلوك العدواني، فقدان الوزن، الأرق ومشاكل في النوم، الخوف من المستقبل، المزاج المكتئب أو الدخول في حالة اكتئاب، الإفراط في تعاطي الكحول والتدخين بشراهة. ويمر الشخص الذي يعاني من آلام الحب بعدة مراحل منها أنه في بداية الأمر لا يريد، أو لا يستطيع أن يصدق، أنه فقد من يحب. والمرحلة التالية هي الشعور بالذنب والخسارة وعدم القدرة على إعادة ترتيب المشاعر والعواطف، لاسيما إذا لم يستطع الشخص "المصاب" الدخول في علاقة عاطفية جديدة. ثم يبدأ الشخص تدريجيا في النظر نحو المستقبل وإعادة ترتيب وضعه الحياتي بعقلانية من منطلق أن الحياة ممكن أن تستمر بدون ذلك الشخص، ثم المرحلة الأخيرة. والمتمثلة بالاستعداد لبدء حياة جديدة والخروج من قوقعة العزلة، والنظر إلى الماضي كمجرد ذكريات ليس إلا، مع الحذر أن البقاء في إطار هذه الذكريات قد يتسبب في انتكاسه.

ويبقى السؤال الأهم هو كم يحتاج الشخص لكي يتجاوز هذه المراحل ويعود إلى حياته الطبيعية. لاشك أن الأمر يختلف من شخص لآخر، ففيما قد يحتاج البعض إلى عدة أسابيع أو أشهر، قد يستمر الوضع لدى آخرين لعدة سنوات حتى يتعافون من آلام الحب.

المحبة مثل القراءة وممارسة الرياضة التي يسعى الكثيرون إلى العودة إليها بعد الانفصال. -8- توتر أقل، بانتفاء العلاقة بين الزوجين تنتهي المحادثات، التي غالبا ما تخلق حالات توتر، بشأن المساعدة في الأمور المنزلية أو التأخر في المواعيد أو نسيان مناسبات مهمة مثل مناسبة عيد الحب أو عيد ميلاد وغيرها. 9- أهداف جديدة: فشل العلاقة لا يعني مطلقا نهاية الحياة، بل يرى بعض خبراء النفس أنها تجربة ساعدت الشريكين على تعلم الكثير، الأمر الذي يسهل لهم عملية البحث عن شريك جديد بالمواصفات المرغوبة. 10- شعور مضاد: الانفصال يعني نهاية عصر النزاعات المستمرة مع الشريك والاعتماد على الذات والاستمتاع بالحياة المطلقة

1-تطور العلاقة : ربما تفتقر العلاقة بين الشريكين، وبالانفصال تسقط جميع الحواجز التي تقف عائقا أمام حرية هذه العلاقة. 2- المزيد من الحرية: الانفصال يعني الحرية المطلقة في مواعيد الخروج والعودة إلى المنزل بعيدا عن إيجاد مبررات عند العودة في وقت متأخر إلى المنزل. 3- المزيد من الثقة بالنفس: يرى خبراء العلاقات الزوجية أن العلاقة التي تكثر فيها النزاعات ويشعر أحد الشريكين بسيطرة الطرف الآخر، تؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس، ما يعني ان الانفصال يساعد على استعادة الثقة بالذات. 4- توفير الهدايا: باقة زهور أو عشاء وغيرها من الهدايا التذكارية بين الشريكين 5- المزيد من الوقت: الانفصال يعني المزيد من الوقت، وهنا ينصح خبراء العلاقات الزوجية باستغلال الوقت بشكل فعال ومفيد ، والابتعاد عن البقاء في المنزل والبكاء على الأطلال، وذلك بالخروج من المنزل وممارسة الرياضة والهوايات المحببة وغيرها من الأمور المفيدة التي تساعد على تقبل الانفصال بشكل أسرع. 6- مزيد من الراحة: يرى خبراء نفسيون أن الانفصال هو أفضل وسيلة تساعد على استعادة الراحة النفسية والهدوء بعد النزاعات التي غالبا ما تستهلك كثيرا من الطاقة. 7- بعيدا عن الروتين: يفرض الارتباط بشريك القيام ببعض الواجبات الروتينية مثل الطبخ والتنظيف الغسيل وغيرها، ما يدفع للابتعاد عن ممارسة بعض الهوايات

التي تكثر فيها النزاعات ويشعر أحد الشريكين بسيطرة الطرف الآخر، تؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس، ما يعني ان الانفصال يساعد على استعادة الثقة بالذات. 4- توفير الهدايا: باقة زهور أو عشاء وغيرها من الهدايا التذكارية بين الشريكين 5- المزيد من الوقت: الانفصال يعني المزيد من الوقت، وهنا ينصح خبراء العلاقات الزوجية باستغلال الوقت بشكل فعال ومفيد ، والابتعاد عن البقاء في المنزل والبكاء على الأطلال، وذلك بالخروج من المنزل وممارسة الرياضة والهوايات المحببة وغيرها من الأمور المفيدة التي تساعد على تقبل الانفصال بشكل أسرع. 6- مزيد من الراحة: يرى خبراء نفسيون أن الانفصال هو أفضل وسيلة تساعد على استعادة الراحة النفسية والهدوء بعد النزاعات التي غالبا ما تستهلك كثيرا من الطاقة. 7- بعيدا عن الروتين: يفرض الارتباط بشريك القيام ببعض الواجبات الروتينية مثل الطبخ والتنظيف الغسيل وغيرها، ما يدفع للابتعاد عن ممارسة بعض الهوايات

تلوث الهواء مرتبط بأمراض القلب

تشير دراسة بريطانية إلى أن الأشخاص الذين يتعرضون لتلوث الهواء، حتى أقل المعدلات منه، تزيد احتمالات إصابتهم بأمراض القلب. وفيما تم الربط منذ فترة طويلة بين تلوث الهواء وزيادة احتمالات الإصابة بأزمة قلبية أو جلطة، يقول فريق الدراسة في دورية (سيركيوليشن) إن الطريقة التي قد تغير بها الملوثات بنية ووظائف القلب لم يكن يعرف عنها الكثير. وفحص الباحثون بيانات بشأن التعرض لتلوث الهواء المرتبط بالمرور وتنتائج فحوص للقلب عن طريق التصوير بالرنين المغناطيسي (إم. آر.أي) تخص 3920 بالغاً يعانون من أمراض قلبية. وخلص الباحثون إلى أن التعرض للجسيمات الدقيقة (بي.إم.2.5) التي تشمل الغبار والسخام والأدخنة والعوادم مثل ثاني أكسيد النتروجين مرتبط بالاصابة بتضخم جاني القلب. ويقول ناي أونغ كبير باحثي الدراسة من جامعة كوين ماري في لندن "يبدو أن تلوث الهواء يلحق أضرارا بصحة القلب حتى لو كان التعرض له منخفضا نسبيا". وأضاف عبر البريد الإلكتروني أن من يتعرضون لمستوى أعلى من ملوثات الهواء زادت لديهم احتمالات التضخم في القلب بعد أخذ العوامل المحتملة الأخرى التي تسبب ذلك في الاعتبار. وقال " هذا مهم لأن تلك التغيرات الملحوظة تماثل الأنماط التي نراها قبل الإصابة بأمراض القلب". لكن الدراسة لم تكن مصممة لإثبات أن تلوث الهواء يتسبب بشكل مباشر في تضخم القلب.

باحثون ينصحون . . اشحن عقلك بمران خفيف

تنصح دراسة صغيرة أجريت في اليابان بأن أفضل طريقة لإعادة شحن العقل خلال ساعات العمل هي التمرين لمدة قصيرة دون أن يتطلب ذلك الكثير من التركيز. وقال كيتا كاميجو كبير باحثي الدراسة وهو أستاذ مساعد في كلية علوم الرياضة في جامعة واسيدا في طوكيو عبر البريد الإلكتروني لروترز هيلث "تشير الدراسة الحالية إلى أن المران البسيط أفضل من ذلك الذي يتطلب جهدا إدراكيا متعمقا خلال ساعات العمل". واستعان كاميجو وشريكه في البحث ريوجي أبي بثماني وعشرين رجلا وطلبا منهم أداء مهام تختبر ما يعرف بالذاكرة العاملة التي تسمح للناس بالحفاظ على المعلومات وتطويرها في عقولهم بشأن ما يعملون عليه من أهداف ومهام. وأدى المشاركون اختبارات للذاكرة العاملة قبل ثلاث فترات اختبار مختلفة في ثلاثة أيام متفرقة وبعدها مباشرة وبعدها بثلاثين دقيقة. وتم اختيار فترات الاختبار عشوائيا واستغرقت 2.5 دقيقة. وفي أحد الاختبارات تمرن المشاركون على دراجة ثابتة وفي تمرين آخر أداء مهمة إدراكية خلال جلوسهم على تلك الدراجة دون التمرن عليها أما الاختبار الثالث فقد مزج بين التمرين الرياضي والمهمة العقلية. وكانت دراسات قد أظهرت من قبل أن التمرين الرياضي له أثر إيجابي على قدرة الناس على التخطيط والانتباه والتذكر والتعامل مع عدة مهام في وقت واحد. وبالتالي توقع الباحثون وجود تحسن في الدقة وفترات الاستجابة في اختبار الذاكرة العاملة بعد الاختبارين اللذين تضمنتا التدريب البدني. وظهرت الآثار الإيجابية للتمرين فقط بعد 30 دقيقة من استخدام الدراجة الثابتة.

أغذية منزلية سحرية تنظف القولون

يؤدي القولون دورا محوريا في عملية الهضم لدى الإنسان ولذلك ينصح خبراء الصحة بالحرص على سلامته من خلال اتباع نظام غذائي متزن، ويساعد بعض الخطوات البسيطة لتفادي تبعات خطيرة. والقيام ببعض الخطوات البسيطة لتفادي تبعات خطيرة. ويساعد القولون أو الأمعاء الغليظة جسم الإنسان على امتصاص السرعات الحرارية والعناصر الغذائية الأخرى، وإذا قام الشخص بتنظيف القولون من السموم على نحو منتظم فإنه يقي نفسه إلى حد كبير من أخطار الأمعاء المتهيجة والإمساك والسرطان. ويؤدي تنظيف القولون عبر تناول أغذية مفيدة إلى تخليص الأمعاء الغليظة من السموم التي تتراكم بصورة مؤذية، إذا لم يتخذ الإنسان إجراء وقائيا في الوقت المناسب. وبحسب ما نقلت "بولد سكاى" فإن أولى خطوات تنظيف القولون تتم عبر الإكثار من شرب الماء، فقبل تناول وجبة الفطور مثلا يجدر بالإنسان أن يشرب كوبين من الماء بعد وضع القليل من ملح البحر أو ملح الهملايا. موازاة مع ذلك، يساعد خل التفاح على تنظيف القولون بالنظر إلى ما يحتوي عليه من مواد مضادة للأكسدة ومكونات أخرى تحفز نوعا مفيدا من البكتيريا في الأمعاء، ولحماية هذا الجزء الحساس من الجسم، يجدر أيضا بالإنسان أن يتخذ إقباليه على الخضراوات والفواكه والمكسرات التي تضم نسيا مهمة من الألياف ومادة السيلولوز. وبما أن الجسم يحتاج ما يساعده على هضم سلس، يقدم صمير الميمون خدمة كبيرة في هذا الجانب فهو يحتوي على حمض الكريتيك المفيد، كما أنه يعكس إيجابا على عملية التمثيل الغذائي المعروفة بـ "المتابوليزم".



كيف تزيد طول الطفل خلال مرحلة النمو؟

يتحدد طول الطفل بواسطة العوامل الوراثية والتغذية. وبعد بلوغ الطفل عامه الأول يتباطأ معدل نمو الطول، ثم يزداد مرة أخرى في مرحلة المراهقة، ويكون ذلك بالنسبة للفتيات بين سن 8 و13 سنة، وللصبيان بين 10 و15 سنة. إليك أهم الإجراءات التي يمكنك القيام بها لمساعدة الطفل على الوصول إلى أقصى طول ممكن له وفقا لجيناته الوراثية: × الذهاب إلى الفحوصات مبكرا، والحصول على ما بين 10 و12 ساعة من النوم خلال السنوات الـ 10 الأولى من حياة الطفل. × تقديم ما يكفي من البروتين والكالسيوم والحديد وفيتامين "د" للطفل، ويتوفر ذلك في الأسماك والبيض والحليب والأجبان إلى جانب مصادر أخرى. × ممارسة نشاط بدني يساعد على زيادة الطول، وخاصة: السباحة، وكرة السلة، ونط الحبل، والعقلة، وألعاب التسلق. × وبشكل عام، حافظ على الزيارات الدورية لطبيب لتابعة نمو الطفل.

خطأ تاريخي أثناء الطهي البطيء

سلطت خبيرة طهي الضوء على خطأ شائع يرتكبه معظم هواة إعداد الطعام، عند استخدام وعاء الطهي البطيء الذي يعمل بالكهرباء. ويفضل كثيرون استخدام هذا النوع من الأوعية لسهولته، حيث توضع مكونات الطعام مرة واحدة وتترك لتتضخ بحرارة غير عالية، وبأقل مجهود. لكن مونا دوماسيا، خبيرة الطهي في مجلة "غود هوسكينج" الأميركية، قالت إن ترك اللحم مع باقي الأطعمة في وعاء الطهي البطيء يعد خطأ شائعا. ونصحت الخبيرة بتسوية اللحم مع بعض البصل بشكل منفرد حتى يتحول إلى اللون البني، قبل إضافة باقي المكونات، من أجل الحصول على مذاق أفضل للوجبة. كما أوصت بتصفية نصف السوائل التي يخرجها اللحم قبل إضافة المكونات الأخرى، حتى لا تصعب الوجبة "مائية" بقدر أكبر من اللازم.



تصاحبه عروض موسيقية من الشعوب

معرض العين للكتاب 2018 يناقش قضايا الإبداع والفكر

وعرض ماتريوشكا "الدمية الروسية"، الذي سيقدم الموسيقى الكلاسيكية الروسية التي تحظى بتاريخ كبير، وحضور عالمي واسع، ويؤديها فنانون كبار يلهمون عشاق الموسيقى الكلاسيكية. وعرض بحر الضجيرة، والذي يقدمه مجموعة من فناني وطالبة أكاديمية الضجيرة للفنون الجميلة بقيادة الفنان علي الحفصتي، بالإضافة إلى عرض لموسيقى الجاز تقدمها مؤسسة ماي ميوسك هيد، وعرض ميرسي ام للموسيقى الهندية.

ومن خلال العديد من أنشطته يسعى البرنامج الثقافي إلى تسليط الضوء على الساحة الفنية، وذلك باستضافة عروض موسيقية متنوعة، من بينها عرض "الحنان من بلوشستان"، والذي سيروي الكثير عن حضارة بلوشستان القديمة عبر الأزياء والأداء الموسيقي الفلكلوري،

مستقبل السرد" فتناقش دور السرد في كتابة القصة أو الرواية أو أي صنف أدبي إماراتي، وكيف يمكن لعمل إبداعي أن يعكس التفاعلات النفسية والاجتماعية بأسلوب سردي مميز، وتقدمها الكاتبة ومؤلفة قصص الأطفال والروائية، شيما المرزوقي. وكذلك ندوة "المسرح في الإمارات: مسرحيات أم مسرح حياة"، والتي تناقش 68 عاماً من التجربة المسرحية في الإمارات، ومدى تأثيرها على المجتمع، ويقدمها الفنان الدكتور حبيب غلوم العطار.

يفتح معرض العين للكتاب أبوابه لاستقبال الزوار يوماً من الساعة التاسعة صباحاً حتى الواحدة ظهراً، ومن الساعة الخامسة عصراً حتى التاسعة مساءً، ويوم الجمعة من الخامسة عصراً إلى التاسعة مساءً في مركز العين للمؤتمرات، الدخول مجاناً.



حاجتنا إلى التركيز على أدب الطفل، مع تسارع التطور التكنولوجي وانصراف الأطفال إلى الأجهزة اللوحية عوضاً عن الكتاب.

مع احتفائنا بـ "عام زايد"، الوالد المؤسس والقائد الذي طالما قدم دعمه اللامحدود للتعليم والثقافة، باعتباره من الركائز الأساسية للنهوض والتطور وبناء الإنسان، ويسعى معرض العين للكتاب إلى تكريس الحوار وتشجيع الجمهور على المشاركة التفاعلية ولقاء الكتاب والمفكرين وجهاً لوجه.

يطرح البرنامج الثقافي للمعرض العين للكتاب العديد من قضايا الفكر والإبداع في المشهد الثقافي للنقاش. من رواد الثقافة والفكر الإماراتيين، بالإضافة إلى باقة من الأسماء الموسيقية.

وقال عبد الله ماجد آل علي، المدير التنفيذي بالإنابة لقطاع دار الكتب في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي: " يحتفل معرض العين للكتاب هذا العام بالذكرى العاشرة لانطلاقته بالتعاون

•• العين - الفجر

تحت رعاية سمو الشيخ طحنون بن محمد آل نهيان ممثل الحاكم في المنطقة الشرقية، وكشفت دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي عن تفاصيل البرنامج الثقافي المصاحب للندوة العاشرة من معرض العين للكتاب الذي يقام خلال الفترة من 23 سبتمبر إلى 2 أكتوبر.

يتضمن البرنامج الثقافي العديد من الندوات والجلسات الحوارية التفاعلية مع رواد الثقافة والفكر الإماراتيين، بالإضافة إلى باقة من الأسماء الموسيقية.

وقال عبد الله ماجد آل علي، المدير التنفيذي بالإنابة لقطاع دار الكتب في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي: " يحتفل معرض العين للكتاب هذا العام بالذكرى العاشرة لانطلاقته بالتعاون

منوعات الفكر



جامعة زايد والهيئة الاتحادية للرقابة النووية توقعان مذكرة تفاهم للتعاون البحثي والتدريبي

•• أبوظبي - الفجر

وقعت كل من جامعة زايد والهيئة الاتحادية للرقابة النووية مذكرة تفاهم حول تعزيز التعاون في مجالات البحوث والتدريب وتبادل المعلومات المتعلقة بالرصد البيئي.

وقعت المذكرة كل من سعادة الأستاذ الدكتور رياض المهيدب، مدير جامعة زايد وكريستوفر فيكتورسن المدير العام للهيئة الاتحادية للرقابة النووية، وذلك في الحفل الذي أقيم بهذه المناسبة في حرم الجامعة بأبوظبي. وتوفر المذكرة إطاراً للتعاون بين الجانبين لمدة خمس سنوات في مجالات مثل البحوث والتدريب والتوعية حول القياس الإشعاعي وما يتعلق بذلك من تقييم بيئي ووقاية بيئية.

وقال المهيدب خلال حفل التوقيع: إننا سعداء لتوقيع هذه المذكرة مع الهيئة الاتحادية للرقابة النووية، المنوط بها حماية المجتمع والبيئة في دولة الإمارات العربية المتحدة من المخاطر النووية والإشعاعية المحتملة، وواقون من أن هذا التعاون سيكون بمثابة منصة لتبادل المعرفة فيما بيننا، حيث يوفر الفرصة للطلبة والباحثين بالجامعة للعمل جنباً إلى جنب مع خبراء الهيئة والمشاركة في تدريبات وورش عمل محددة لدعم المهام التي يتم القيام بها في المختبر البيئي الإشعاعي الذي تعمل الهيئة على إنشائه وتشغيله.

وأضاف: كجزء من هذا التعاون، سيتمكن طلبة جامعة زايد من حضور الفعاليات التدريبية وكذلك تدريبات مرحلة ما قبل التخرج في الهيئة. وعلاوة على ذلك، ستتيح الهيئة للباحثين من أعضاء الهيئة التدريسية بالجامعة وطلبتها القيام بأنشطة بحثية مشتركة. وبالنظر إلى الخبرة التخصصية والتقنية الواسعة التي تتوفر في الهيئة الاتحادية للرقابة النووية والكفاءات التعليمية التي تحظى بها جامعة زايد، فإننا نتوقع أن ينم هذا التعاون فوائد كبيرة للمجتمع.

وأشار مدير جامعة زايد إلى أهمية توطيد التعاون بين الجامعة والهيئة ضمن رؤية استراتيجية تستهدف اكتشاف فرص متنامية للعمل المشترك في مسارات تخدم أهداف التنمية، وخاصة في مجالات البحث العلمي والتدريب، وتحقيق المنفعة المتبادلة ما يدعم بناء شراكة طويلة الأمد بين الجانبين.

وأشار في هذا الصدد إلى أهمية الجهود المشتركة التي ستقوم بها القطاعات المعنية في الجانبين، والداعمة لانخراط الشباب في البحوث العلمية والمشاريع المتطورة في مجالات الرصد البيئي الإشعاعي، وكذلك تنمية اهتمامهم بالتخصص الأكاديمي في هذا الميدان، سواء في مرحلة البكالوريوس أو في مرحلة الدراسات العليا.. الأمر الذي يحفزهم على الاستفادة من الفرص الداعمة لتطوير مهاراتهم في هذا المجال، وبما ينسجم مع تطلعات الدولة لأدوارهم المستقبلية في بيئات العمل المؤسسي التي تحتضنهم في مختلف القطاعات.

وصرح كريستوفر فيكتورسن، المدير العام للهيئة الاتحادية للرقابة النووية، بتسلك حماية المجتمع والبيئة من المخاطر الإشعاعية أو النووية المحتملة جوهر عملنا في الهيئة. ويمثل الرصد البيئي أحد أهم المهام التي نقوم بها باستمرار بالتعاون مع شركائنا لحماية المجتمع. ويعد توقيع مذكرة التفاهم مع جامعة زايد بمثابة إنجاز يضم قدرات هاتين المؤسسات للعمل معاً في برامج الأبحاث والدراسات المستقبلية وتلبية الاحتياجات التنموية لدولة الإمارات. وتضطلع الهيئة بمسؤولية حماية الأفراد والعاميين والبيئة من خلال تطبيق معايير صارمة للوقاية من الإشعاع لضمان الاستخدام السلمي للطاقة النووية والمواد المشعة، كما تقوم برصد ودراسة مستويات الإشعاع داخل بيئة دولة الإمارات من خلال مختبرها البيئي الذي سوف يتخذ من جامعة زايد مقراً له وأيضاً عبر حوالي 17 محطة للرصد منتشرة في ربوع دولة الإمارات.



محمد بالركاض يكرم الشاعر حمد محمد بالكلية العامري

•• العين - الفجر

كرم الشيخ محمد حمد بالركاض العامري عضو المجلس الاستشاري الوطني لإمارة أبوظبي الشاعر الإماراتي حمد محمد بالكلية العامري تقديراً لما قدمه من قصائد وطنية وإنسانية توثق إنجازات الوطن الغالي وتفتخر بمنابح المؤسس الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان رحمه الله وبمسيرة وحكمة القيادة الرشيدة، إلى جانب قصائده في تجسيد بطولات قواطنا المسلحة، حضر حفل التكريم الذي أقيم بمدينة الجحير في منطقة العين، الشيخ الدكتور سالم محمد بالركاض العامري عضو المجلس الوطني الاتحادي سابقاً، وعدد من الشعراء والشخصيات وأبناء العين.

وأثنى الشيخ محمد حمد بالركاض العامري في كلمته بالمناسبة على مسيرة الشاعر وقصائده الوطنية والاجتماعية التي تعكس وتعبّر عن وجدان أبناء الوطن في حبهم لوطنهم وقيادتهم الرشيدة، من جته شكر الشاعر حمد بالكلية العامري بمبادرة الشيخ محمد بن ركاض على حضارة التكريم، ثم قرأ باقة من قصائده على مسامح الحضور.

كما تحدث في المناسبة عدد من الحضور الذين أشادوا بالشاعر الكرم وقصائده المميزة. وفي الختام قدم الشيخ محمد بالركاض درعاً تذكاريًا للشاعر، كما تخلل المناسبة مأدبة عشاء تكريمية.



سفاري العين تقدم رحلات مدرسية للتعرف على الحيوانات المهددة بالانقراض وبرامج الحفاظ عليها

•• العين - الفجر

بجميع دواعي السلامة والراحة لضمان مغامرة مشوقة في عالم تسكنه الحيوانات الأفريقية كالزراف وحمارة الوحش وطي سبيل ووحيد القرن والأسود وكثير من الحيوانات المميزة والمتنوعة تتعايش معاً في موائل فريدة من نوعها. وتستغرق الرحلة 30 دقيقة لجميع المراحل الدراسية ممن تفوق أعمارهم الخمس سنوات، ينطلقون مع معلمهم ومرشدي السفاري الإماراتيين المدربين على التعامل مع المهتمين والراغبين في التعرف على فصائل وطيائع الحيوانات الأفريقية المهددة بالانقراض وجهود الحديقة المحلية والعالمية في الحفاظ عليها وعلى التنوع البيولوجي على الأرض.

من جانبه أكد عمر يوسف البلوشي مدير إدارة التسويق والاتصال المؤسسي في حديقة الحيوانات بالعين أن الحديقة تسعى إلى جعل العملية التعليمية أكثر

انسجاماً مع مسيرة التعليم المتنامية باستمرار وضمن أهدافها في دعم التجارب التعليمية الاستكشافية تقدم حديقة الحيوانات بالعين تجربة تفاعلية ابتكارية للطلبة من خلال جولات سفاري العين الأفريقية الأكبر من صنع الإنسان في العالم. وتأخذ السفاري الطلبة في جولة تعليمية يقدمها فريق من إماراتي من المرشدين السياحيين مختص في مجال صون الطبيعة والحياة البرية، يشهد فيها الطلبة مزيجاً متنوعاً من البراري الأفريقية في قلب مدينة العين من خلال رحلة معرفية تفاعلية حول حيوانات هدهدا الانقراض، يراها الطالب امامه مباشرة تمارس حياتها اليومية بكافة تفاصيلها المذهلة. وتطلق رحلة السفاري في مركبة مهيئة



والزراف، والنعام وغيرها، الأمر الذي يجعل سفاري العين معياراً عالمياً لمشاريع صون الطبيعة في المنطقة العربية، إضافة لدورها التثقيفي بأهمية الحفاظ على الأنواع البرية للأجيال القادمة.

برامج صون الطبيعة في الحديقة من الحفاظ عليها وإكثارها، مثل الحمار أبو حراب والظبي أبوعدس (معقوف القرن)، كما تضم سفاري العين عالمًا متعددًا من الحيوانات مثل الأسد ووحيد القرن

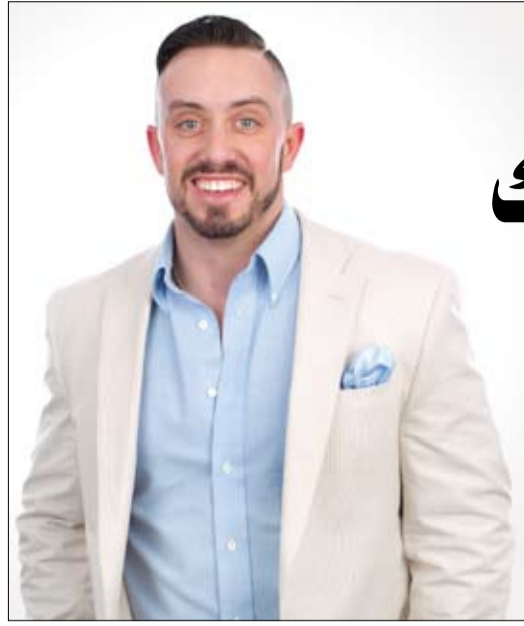
تتجانس فيها عوامل الطبيعة الصحراوية والنباتية والحيوانية مع الإبداع البشري على مساحة 2 كم مربع من عجائب وجماليات الطبيعة مع حيوانات دامها الانقراض. استطاعت

تجعل من التعليم متعة يواصل الطالب رغبته في الحصول عليها. جدير بالذكر أن سفاري العين الذي تم افتتاحها عام 2016 تعد نقلة نوعية في عالم الحياة البرية، تأخذ الزائر في رحلة

ثراء ومرونة وتفاعلاً من خلال التعليم الميداني والتعاطي مع مكونات الطبيعة بشكل مباشر وحي يرسخ المعلومة لدى الطالب ويدعم عجلة التعليم بطرق حديثة ومبتكرة تنمي مهارات الطالب و

منوعات الفكر

23



علم الأرقام يكشف سر الصداقات الإيجابية والدائمة

اكتشف شخصيتك من يوم ميلادك

يكشف علم الأرقام سر الصداقات الإيجابية والدائمة. تتعلق المسألة الأساسية بالأرقام في تاريخ ميلادك. كي تعرف رقم شخصيتك، يكفي أن تجمع الأرقام التي يتألف منها تاريخ عيد ميلادك. إذا كنت مولوداً مثلاً في يوم ١٣، اجمع الرقمين

٣ + ١ = ٤. سيكون رقم شخصيتك ٤!



الشخصية رقم 1

أكثر ما يميزك التفاؤل والمتابعة، ما يعني أنك لا تتخلى عن المحيطين بك في الأوقات الصعبة. تبت أجواء مريحة وحيوية وتساعد الآخرين على رؤية الجوانب الإيجابية من الحوادث. لكن تجعلك انشغالاتك الدائمة تميل إلى الانتهاء حين تكون برفقة أصدقائك. لذا حاول أن تحصر تركيزك بما تفعله. على صعيد آخر، تبدو عنيداً في بعض المواقف لكنك تستفيد من آراء أصدقائك كي تزيد مرونتك.

الشخصية رقم 2

أنت لطيف بطبيعتك وتبدي اهتمامك بالآخرين دوماً وتجد الإغواء إليهم عند الحاجة، لذا يجب أصدقائك أن يسمعو نصائحك. لكن رغم سخائك مع الآخرين، تنفلق على نفسك حين تواجه مشاكل خاصة بك. كي تحسن علاقتك بأصدقائك، افتح قلبك واعترف بأنك تحتاج أحياناً إلى مساعدة الآخرين ونصائحهم. باختصار، تعلم أن تتلقى بدل أن تعطى طوال الوقت.

الشخصية رقم 3

تجد تشجيع الآخرين ورفع معنوياتهم لأنك شخص حماسي ومنفتح بطبيعتك. لا يضرر الناس من حولك مطلقاً لأن تصرفاتك وقراراتك غير متوقعة، وتحب إيجاد نشاطات جديدة ومثيرة للاهتمام كي يقوم بها أصدقائك. تشعر بالإحباط إذا لم تنجح في تحسين وضع أصدقائك يوماً. لكن يجب أن تتساءل إذا كنت تحب التواصل معهم أو تحاول أن ترضي الآخرين كي تزيد شعبيتك. كي تجعل صداقاتك مثمرة، لا تحاول أن تتفاجئ أصدقائك دوماً لأنهم يحتاجون أحياناً إلى محادثة هادئة معك. تنفس، وأبطن مسارك، وانظر إلى أصدقائك واسمع كلامهم!

الشخصية رقم 4

تحب مساعدة الآخرين حتى لو حصل ذلك على حساب مصححتك الشخصية! تحتاج إلى الوقت قبل أن تعتبر الناس أصدقاءً لك لكن حين تعرف أنهم يتقاسمون معك قيمك ورويتك، تحرص على تعميق علاقتك بهم لضمان استمراريتها على المدى الطويل. من الناحية السلبية، تتردد أحياناً في تقييل الناس. لذا حاول أن تزيد جرأتك كي لا تدرك أهميتهم بعد فوات الأوان. يجب أن تفهم أن الناس يدخلون إلى حياتك لسبب معين!

الشخصية رقم 5

تركز على أدق التفاصيل المتعلقة بأصدقائك وتبدي اهتمامك الدائم بكلامهم. تجذب الناس إليك بسهولة لأنهم يحبون أن يكونوا محور الاهتمام. يفضي الناس أفضل الأوقات برفقتك، لذا تقيم شبكة واسعة من العلاقات الاجتماعية. لكنك تميل في الوقت نفسه إلى التنقل بين مجموعات مختلفة من الأصدقاء وتجد صعوبة في الحفاظ على علاقات طويلة الأمد. خذ الوقت الكافي لتقدير قيمة الناس في حياتك واستعمل طاققتك لتعميق الروابط المهمة.

الشخصية رقم 6

تتعامل بحب شديد مع أصدقائك. تبقى بابك مفتوحاً لهم وتحب أن تسعدهم بأية طريقة ممكنة. تجيد جمع أهلك حين يحتاج أحدهم إلى المساعدة وتميل إلى حماية كل من تحبه. كي تحسن علاقتك بأصدقائك، حاول ألا تفرض معاييرك المثالية على أوساطك المقربة وتقبل اختلاف مقاربتهم ورويتهم للعلاقات. حاول أيضاً أن تزيد تعاطفك مع نفسك ولا تتوقع سلوكاً مثالياً من الطرف الآخر.

الشخصية رقم 7

تتكلم على حدسك بشدة كي تقدم نصائح حكيمة وصادقة. تفهم سريعاً ما يحصل في حياة صديقك حتى لو لم يتكلم عن مشكلته مباشرة. بفضل صبرك واستقامتك، يعبر أصدقائك عن مكنوناتهم لك بسهولة. لتعميق روابطك مع الناس، اكشف نقاط ضعفك وعبر عن نفسك أمامهم. قد لا تكون العملية سهلة في نظرك لكن نق بتأثيرك الفائق في الآخرين كي تزيد قوة صداقاتك.

الشخصية رقم 9

تجيد التكيف مع مختلف الظروف وتبذل قصارى جهك لإرضاء أصدقائك. تتعلق أبرز نقاط قوتك بتقبل الناس من دون محاولة تغييرهم. تحب أن تتعلم الدروس منهم وتعتبر الصداقة فرصة للتطور الذاتي والاستماع بمختلف الآراء. لكن تتركب من أصدقائك لا يعني بالضرورة أن تحضر جميع المناسبات معهم أو تشاركهم جوانب حياتهم كافة. لإغناء صداقاتك، استعمل حكمتك الداخلية كي تحدد مسارك بنفسك بدل أن تسمح للآخرين برسم طريقك طوال الوقت.

الشخصية رقم 8

يؤدي الجانب الروحي دوراً أساسياً في صداقاتك. تحب أن تكون أحاديثك عميقة وفلسفية. تركز على راحة أصدقائك العاطفية وتسعى إلى تلبية حاجاتهم. صحيح أنك شخص لطيف ومحب وذكي وأنت تصغي إلى الآخرين بإمعان إلا أنك تحب تقديم النصائح والتوجيهات حتى لو لم يُطلب منك ذلك. تذكر أن اختلاف الآراء يعني العلاقات وأن أصدقاءك لا يحتاجون دوماً إلى النصائح والتوجيهات.



يسبب 5 أضرار خطيرة

احذر ضرب الطفل على وجهه حتى لو للمزاح ..

(ضرب الأطفال على الوجه) ظاهرة مجتمعة متكررة وتحدث في كثير من البيوت والأسر، على سبيل التأديب أحياناً وعلى سبيل المزاح أحياناً أخرى، دون أن يدرون أن لها أضراراً خطيرة على الطفل. ووفقاً لموقع (سوبر ماما) فإن تربويين واختصاصيين حذروا من هذا التصرف بشكل قاطع، سواء كان الضرب على الوجه على سبيل التأديب والتخويف، أو وحتى على سبيل المزاح أو اللعب، لأنه يعود على الطفل بأضرار نفسية وصحية خطيرة، نستعرض بعضها

كالاتي:



المنزل - فهو يشعر بأنه سيئ وضعيف وغير قادر على الدفاع عن نفسه، وهو ما قد يؤثر على علاقته بالآخرين ويؤدي لانسحابه وضعف قدراته الاجتماعية.

يؤثر على احترامه لنفسه:

إن ضرب الطفل على وجهه على سبيل المزاح قد يسبب له الطفل اضطراباً بشأن حدوده الشخصية وحدود الآخرين، مما قد يؤدي لتقبله عنف الآخرين تجاهه.

يؤثر على علاقته به:

إن الطريقة التي تعبران بها أنت والوالد الطفل عن مشاعركما تجاهه ترسل رسائل مختلفة ومتباينة إلى عقله، فالتهجير عن حبه لطفلك بالضرب

على الوجه يختلف تماماً بالتهجير عنه بضم الطفل أو تقبيله.

ربما عليك مراجعة أفكارك بشأن الطرق التي تمزحين بها مع طفلك،

وكذلك طريقة تعامل الآخرين معه، لذلك عليك الانتباه جيداً لطفلك، حتى لا يتعرض للمشكلات السابق ذكرها.

يتسبب الضرب على الوجه أيضاً في حدوث ما يسمى "متلازمة هز الطفل"، التي تحدث نتيجة للصفع أو هز الطفل بشكل عنيف، وتسبب في حدوث اضطرابات في النشاط الكهربائي للمخ، واضطرابات في الرؤية والسمع والكلام، بل قد تؤدي للوفاة في بعض الحالات. وقد يتعرض الأطفال لهذه الحالة نتيجة لحساسية الأوعية الدموية الحساسة في أدمغتهم، بالإضافة لضعف عضلات الرقبة لديهم مع كبر حجم الرأس والجمجمة.

يعلمه العنف:

ضرب الطفل على وجهه يقدم له العنف كحل لمواجهة المشاكل، وهو ما يجعله يستخدم الضرب والعنف تجاه الآخرين، على سبيل المثال تجاه أقرانه في المدرسة أو أشقائه.

يهدم ثقته بنفسه:

يستمد ثقة الطفل بنفسه صورته عنها من المنزل ومن والديه في المقام الأول، وعندما يتعرض الطفل للضرب - خاصة في

يضر الأغشية المتداخلة قد تبدو الصدمات الخفيفة على الوجه غير مؤثرة بالنسبة لك أو تعتبرها مجرد مزاح، لكنها تؤثر على الطفل المدى البعيد، فتكرارها قد يؤدي لإلحاق الضرر بالأغشية المتداخلة الموجودة على جانب الوجه أعلى الأذن، وهو ما قد يلحق الضرر بخلايا الجهاز العصبي. وقد



العقار

25

منتدى «مركز دبي التكنولوجي لريادة الأعمال» يبحث مقومات المدن الذكية

•• دبي-وأم:

تستضيف واحدة دبي للسيليكون غداً الثلاثاء منتدى مركز دبي التكنولوجي لريادة الأعمال DTEC، الذي يناقش ضمن جلسته ربع السنوية الثالثة للعام الجاري موضوع مدن المستقبل الذكية ومقومات نجاحها.

وتبحث الفعالية المفتوحة - التي يشارك فيها رواد الأعمال والمهتمون والمختصون - التكنولوجيا والحلول الذكية وإيترنت الأشياء والذكاء الاصطناعي والخدمات الرقمية والمعلوماتية والطاقة والبنى التحتية المكونات الأساسية والتحديات الراهنة لبناء مدن ذكية مزدهرة حول العالم تستفيد من تدفق المعلومات وتعمل باستمرار على تحسين الخدمات مع ضمان شفافية استخدام البيانات وتفعيل تكامل التكنولوجيا وابتكار الحلول الذكية بالتعاون بين سكانها وكافة الجهات المسؤولة عن إدارتها.

ويعرض المنتدى آخر تطورات مشروع «سيليكون بارك» في واحدة دبي للسيليكون المتوقع إنجازه خلال الربع الأول من عام 2019 والذي يعد أول مدينة ذكية متكاملة في دبي بتكلفة 1.3 مليار درهم على امتداد 150 ألف متر مربع من المساحات المتنوعة السكنية والمكتبية للعيش والعمل والتسوق. وقالت شهلاء عبدالرزاق نائب الرئيس التنفيذي لسلطة واحدة دبي للسيليكون إن تكامل السياسات والتشريعات الناطمة لبناء المدن الذكية القادرة على النمو والتطور والازدهار بشكل مستدام فضلاً عن توافر الكفاءات العلمية والمهنية المؤهلة وتفعيل مميزات التحول الرقمي والتكنولوجي هي المكونات لمعادلة نجاح مدن المستقبل الذكية. مشيرة إلى قرب اكتمال العمل بمشروع «سيليكون بارك» أول مدينة ذكية متكاملة في دبي الذي يشكل نموذجاً يحتذى مشاريع المدن الذكية بما يوفره من بيئة داعمة لريادة الأعمال في قطاعات الاتصال والترنيت الأشياء والأمن والذكاء الاصطناعي والاستدامة بما يسهم بشكل مباشر في تحقيق رؤية دبي الذكية وتعزيز موقع دبي ودولة الإمارات على المؤشرات العالمية للابتكار والتنافسية وزيادة الأعمال.

وأكدت أهمية المنتدى كمنصة لبحث أبرز القضايا والتحديات والفرص في قطاعات التكنولوجيا والذكاء الاصطناعي من قبل الخبراء والمختصين من مختلف أنحاء العالم في مركز «ديتك» الذي يوفر البيئة الأمثل لريادة الأعمال وخاصة في قطاع التكنولوجيا بواحة دبي للسيليكون التي تحتضن أكثر من 980 شركة ناشئة من 72 دولة.

كما أكدت حرص واحدة دبي للسيليكون والتزامها بتوفير البيئة الحيوية الحاضنة لشركات التكنولوجيا والذكاء الاصطناعي فضلاً عن مواصلة تمكين رواد الأعمال والمشاريع الناشئة وجذب الكفاءات والخبرات والوهاب في مختلف تخصصات التكنولوجيا والابتكار وزيادة الأعمال.

ويشهد المنتدى كلمات رئيسية وعروضاً تقديمية متخصصة منها «رحلة البيانات في المدن الذكية» و«تغيير الشوايت: كيف نتأقلم في المدينة الذكية».

20.4 مليون طن صادرات دول مجلس

التعاون من الأسمدة الكيماوية في 2017

•• الدمام-وأم:

بلغت صادرات مجلس التعاون لدول الخليج العربية من الأسمدة الكيماوية 20.4 مليون طن في العام 2017 بنسبة نمو بلغت 5.3 في المائة عن العام السابق وبمعدل نمو سنوي تراكمي بلغ 6 في المائة في الفترة الممتدة ما بين 2007 و 2017.

وذكر تقرير للاتحاد الخليجي للبتروكيماويات والكيماويات «جيبيكا» - المنظمة الممثلة لقطاع الصناعات الكيماوية في الخليج العربي - أن قطاع الأسمدة قطاع تصديري بامتياز في دول مجلس التعاون الخليجي موضحة أن الشركات الخليجية تصدّر إنتاجها إلى 80 دولة حول العالم. .. فيما تحتل كل من الهند والبرازيل والولايات المتحدة المراكز الثلاثة الأولى في لائحة البلدان المستوردة وتشكل حصة القارة الآسيوية 55 في المائة من إجمالي الصادرات في العام 2017 تبعها أميركا الجنوبية بنسبة 21 في المائة ومن ثم أميركا الشمالية بنسبة 15 في المائة وأخيراً أفريقيا بنسبة 7 في المائة.

وأوضح الدكتور عبد الوهاب السعدون - أمين عام جيبيكا أنه على الرغم من استمرار تزايد الإجراءات الحمائية في السوق العالمي فقد حققت صادرات منطقة الخليج العربي من الأسمدة رقماً قياسياً جديداً في العام 2017 مثبتة بذلك موقعها كمركز عالمي معترف به لإنتاج وتصدير الأسمدة.

2.3 مليار درهم تصرفات عقارات دبي

•• دبي-وأم:

حققت التصرفات العقارية في دائرة الأراضي والأملاك في دبي أكثر من 2.3 مليار درهم كان أبرزها رمون بقيمة قدرها مليارين و 239 مليون درهم من خلال 44 إجراء حيث شهدت الدائرة امس تسجيل 54 مبيعة بقيمة 79 مليون درهم منها 6 مبيعات للأراضي بقيمة 25 مليون درهم و 48 مبيعة للشقق والفلل بقيمة 54 مليون درهم.

وجاءت أهم مبيعات الأراضي بقيمة 8 ملايين درهم في منطقة المراكض تليها مبيعة بقيمة 8 ملايين درهم في منطقة المراكض تليها مبيعة بقيمة 3 ملايين درهم في منطقة الثانية الخامة.

وتصدرت منطقة المراكض المناطق من حيث عدد المبيعات إذ سجلت مبيعتين بقيمة 15 مليون درهم وتلتها منطقة وادي الصفا 5 بتسجيلها مبيعة بقيمة 3 ملايين درهم وثالثة في ند الشبا الأولى بتسجيلها مبيعة بقيمة مليوني درهم. وفيما يتعلق بأهم مبيعات الشقق والفلل جاءت مبيعة بقيمة 8 ملايين درهم في منطقة برج خليفة كأهم المبيعات تلتها مبيعة بقيمة 8 ملايين درهم في منطقة المراكض وأخيراً مبيعة بقيمة 8 ملايين درهم في منطقة المراكض. وتصدرت منطقة البرشاء جنوب الرابعة المناطق من حيث عدد مبيعات الشقق والفلل إذ سجلت 8 مبيعات بقيمة 5 ملايين درهم وتلتها منطقة الثانية الخامة بتسجيلها 5 مبيعات بقيمة 5 ملايين درهم وثالثة في مرسى دبي بتسجيلها 5 مبيعات بقيمة 9 ملايين درهم.



بهدف الارتقاء بخدمات توصيل الطرود لتتعامليها

المنطقة الحرة في عجمان توقع اتفاقية تعاون مع زاغل

ان تسجيل الشركة نمو يزيد عن 10% في العام الجاري. وتستهدف زاغل الحصول على حصة متنامية من سوق التجارة الرقمية وتسعى لأن تكون الخيار الأول للبريد السريع، وشريكاً استراتيجياً موقوفاً لجميع اللاعبين في ميدان التجارة الرقمية. ولا يقتصر نشاط زاغل على سوق الإمارات فحسب، حيث لديها قسم للشحن الدولي يغطي مختلف دول العالم بحرا وجوا.

الاتفاقية تشكل إضافة نوعية لرصيد زاغل نظرا لضخامة المنطقة التي تعتبر من كبرى المؤسسات الوطنية في الإمارات. وقال الزفين:، سنعمل جهدنا لتوفير أفضل خدمات التوصيل، بما يعزز سمعتنا ورصيد إنجازاتنا كشركة وطنية تمضي قدماً على طريق الريادة والتميز. يذكر ان زاغل تعاملت مع 3 ملايين طرد خلال العام 2017. ومن المتوقع

خطط المنطقة لتطوير هذا النوع من الخدمات، نظرا لاتساعها بالكثير من السرية والخصوصية، كونها تتضمن مستندات ومعلومات مهمة جدا بالنسبة لأصحابها. وقالت الفلاسي: الاتفاقية ستساهم في اسعاد المتعاملين وهذا ما نطمح اليه في منطقة تضم أكثر من 12360 شركة وتعتبر ضمن قائمة أفضل المناطق الحرة في العالم. ومن جانبه أكد السيد ثاني الزفين ان

خولة كينجي المدير التنفيذي للشركة. وتهدف الاتفاقية الى تعزيز خدمات استلام وتسليم المستندات والوثائق بالنسبة للشركات والأفراد المتعاملين مع المنطقة الحرة، ووضعها في متناولهم وفق أفضل معايير الكفاءة والسرعة والموثوقية، نظرا للخبرة العالية التي تتمتع بها زاغل على هذا الصعيد. وأشادت السيدة فاطمة الفلاسي بالاتفاقية، مشيرة الى انها تأتي ضمن

دبي - الفجر: وقعت المنطقة الحرة في عجمان اتفاقية خدمات لوجستية مع شركة زاغل الشركة الوطنية الرائدة في مجال خدمات استلام وتوصيل الطرود. وقع الاتفاقية نيابة عن المنطقة الحرة في عجمان السيدة فاطمة الفلاسي مدير عام المنطقة في حين وقعا عن زاغل السيد ثاني عبد الله الزفين مدير عام الشركة بحضور السيدة

توفر خدمات تبريد المناطق لأكثر من 120 فندق في دبي

«إمباور» تسلط الضوء على الفائدة الاقتصادية والبيئية لأنظمة تبريد المناطق على هامش معرض الفنادق 2018 أحمد بن شعفار: يعتبر قطاع الضيافة أحد أهم القطاعات التي نحرص على الاستثمار بها وتزويدها بأنظمة التبريد المستدامة



لا يسبب أي تدمير أو إتلاف للطرق وعدم إزعاج منظومة النقل والشاة في جميع مشاريع «مجموعة جميرا». فضلاً عن استحداث تقنيات إضافية مبتكرة من أجل تدفق المياه عبر صانابير أو معدات خاصة وتوقيفها لضمان إتمام عملية تبديل أنظمة التبريد بشكل سلس دون أي انقطاع في الخدمة.

والجدير بالذكر، أن القدرة الإنتاجية لشركة «إمباور» تصل إلى أكثر من 1.34 مليون طن من التبريد وتقدم الشركة خدمات تبريد مناطق صديقة للبيئة لعدد من المشاريع البارزة في إمارة دبي مثل مجموعة جميرا وجميرا بيتش ريزيدنس ومركز دبي المالي العالمي والخليج التجاري ومدينة دبي الطبية وأبراج بحيرات جميرا وجميرا وديسكفري جاردنز واين بطوطة مول وحدي دبي للتصميم والمنطقة العالمية للإنتاج الإعلامي وغيرها.

الحالي مشروع «فندق العنوان»، الكائن في منطقة جميرا بيتش ريزيدنس وتزودة بقدرة إنتاجية تصل إلى 6500 طن تبريد. وقد قامت «إمباور» بتحويل نظام التبريد المعتمد سابقاً في مجمع أبراج الإمارات، إلى نظام تبريد المناطق بطاقة إجمالية تبلغ 6 آلاف طن تبريد، عن طريق ربطها بمحطة تبريد المناطق التي تخدم مركز دبي المالي العالمي، على الطرف الآخر من الطريق المقابل لجمع أبراج الإمارات.

كما وقعت «إمباور» في العام الماضي إتفاقية لربط مشاريع «مجموعة جميرا»، التي تتكون من برج العرب وفندق جميرا بيتش ومدينة جميرا، وفندق جميرا النسيم وأكاديمية الإمارات لإدارة الضيافة، بخدمات تبريد المناطق بسعة إجمالية تبلغ 12000 طن. وقد نجحت الشركة باستخدام تقنيات خاصة لتزوير المعدات والأثاث بشكل

نموذجياً للاستخدام في قطاع الفنادق، حيث تقدم وفورات في التكلفة بنسبة تصل إلى 50% مقارنة مع استخدام وسائل التبريد الأخرى. مشيراً إلى تبني عدد كبير من رواد مجال الضيافة لوسائل حلول وحلول تبريد المناطق داخل فنادقهم، ما يعكس ثقة المطورين والعقاريين بأنظمة تبريد المناطق ودورها في تعزيز مفهوم المدن المستدامة.

وتقوم إمباور بخدمة ثلاثة من أطول فنادق العالم، حيث تعد فنادق «جى. دبليو. ماريوت ماركيز دبي»، و«برج العرب»، وفندق أبراج الإمارات جميرا»، التي تم إدراجها في موقع WorldAtlas.com كأطول الفنادق في العالم، إضافة إلى محفظة الشركة المتنامية من المتعاملين المميزين الذين يعتمدون خدماتها المتكاملة لتبريد المناطق. ويشار إلى أن «إمباور» اضافت إلى محفظة مشاريعها منذ بداية العام

عدد الفنادق التي سيتم افتتاحها في دبي في ظل النهضة العمرانية وخطة دبي الطموحة لمضاعفة عدد السياح إلى أكثر من 20 مليون سائح بحلول العام 2020.

وقال أحمد بن شعفار، الرئيس التنفيذي لإمباور، « نحرص على تقديم خدمات تبريد المناطق الشاملة والمستدامة، بما يتوافق مع المعايير العالمية في هذا المجال، ويعتبر قطاع الضيافة إحدى أهم القطاعات التي نحرص على الاستثمار بها وتزويدها بأنظمة التبريد المستدامة، التي تساهم في تعزيز نمو قطاع السياحة والضيافة بشكل مباشر من خلال توفير الشفقات وتبني حلول صديقة للبيئة مع توفير مناخ مناسب لجذب المزيد من الزوار والسياح. وأوضح بن شعفار أن أنظمة تبريد المناطق تعد حلاً بيئياً واقتصادياً

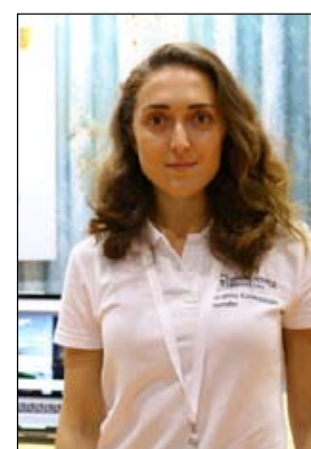
دبي-الفجر: في ظل ازدهار قطاع الضيافة في دولة الإمارات ودبي على وجه الخصوص، دعت مؤسسة الإمارات لأنظمة التبريد المركزي «إمباور»، أكبر مزود لخدمات تبريد المناطق في العالم، مطوري ومشغلي المنشآت الفندقية إلى تبني واعتماد أنظمة تبريد المناطق الصديقة للبيئة، التي تتميز بمرونة وكفاءة عالية تساهم في دعم أهداف التنمية المستدامة.

وتسلط الضوء على الفائدة الاقتصادية والبيئية لأنظمة تبريد المناطق. وأعلنت «إمباور» بالتزامن مع معرض الفنادق الذي يقام بمركز دبي التجاري العالمي خلال الفترة من 16 إلى 18 سبتمبر الجاري، عن أنها تقوم حالياً بتزويد أكثر من 120 فندق في دبي. كما توقع أن يشهد الرقم الحالي نمواً خلال الفترة القادمة، نتيجة ارتفاع



مجلس سيدات أعمال الشارقة يدعم مشاركة 10 رائدات أعمال في «جيتكس لنجوم المستقبل»

•• الشارقة-وأم:



الاحتمل من جميع أنحاء العالم إلى جانب المشاركة في عدد من المسابقات المخصصة للشركات الناشئة والترويج لشركتهن ومنتجاتهن وخدماتهن.

الثمينة إذ يمنحهن الفرصة للتواصل والتفاعل مع نظيرتهن بالإضافة إلى اتاحة المجال أمامهن لعرض الأفكار والرؤى على زوار المعرض والمستثمرين

المجلس من خلالها إلى تحقيق هذا الهدف. وأضافت إن المجلس يوفر لرائدات الأعمال المشاركات حزمة من الفرص

المعارض في الشرق الأوسط و أفريقيا لتتجمع الشركات الواعدة والذي يستعرض من خلال 10 منصات الانجازات لرائدات أعمال متميزات استطعن أن يوظفن عناصر التقنية في مشاريعهن التجارية المختلفة. وقالت الشيخة هند بنت ماجد القاسمي رئيس مجلس سيدات أعمال الشارقة بالوكالة إن المجلس يهدف إلى تمكين سيدات الأعمال ومساعدتهن على تحقيق أهدافهن وطموحاتهن وإنجاح مشاريعهن الناشئة من خلال تقديم الرعاية لهن وإشراكهن في جميع الأحداث التي تعنى بإبراز طاقتهن وقدراتهن وتعد المشاركة في هذا المعرض إحدى المبادرات التي يسعى

يقدم «مجلس سيدات أعمال الشارقة» التابع لمؤسسة نماء للارتقاء بالمرأة ورعايته ودعمه 10 شركات ناشئة تقودها سيدات ورائدات أعمال للمشاركة في معرض «جيتكس لنجوم المستقبل» الذي يقود خلال الفترة من 14 إلى 18 أكتوبر المقبل بمركز دبي التجاري العالمي ضمن فعاليات «أسبوع جيتكس للتقنية». كان المجلس قد وجه دعوته لرائدات الأعمال ومؤسسات الشركات الناشئة لتقديم طلباتهن بهدف الحصول على فرصة المشاركة في الحدث. ويشارك المجلس وللعام الثالث على التوالي في معرض «جيتكس لنجوم المستقبل» الذي يعد واحدا من أكبر

«مجموعة أبو غزالة» توفر خدمة تطوير سرعة جهاز TAGITOP مجاناً



عمان - دعت مجموعة طلال أبو غزالة جميع المؤسسات والأفراد في الأردن والدول العربية الحاصلين على جهاز TAGITOP بحجم 10 إنش، أو 14 إنش إلى زيارة المجموعة أو التواصل مع مكاتبها لتطوير سرعة الجهاز مجاناً. وتأتي هذه المبادرة انطلاقاً من رؤية سعادة الدكتور طلال أبو غزالة في التحول إلى مجتمع معرفي تقني، وتوفير أجهزة كمبيوتر ذات سرعة فائقة تواكب التطورات والتحديات. وطلبت المجموعة من الراغبين بتطوير سرعة الجهاز، إلى التواصل مع المجموعة دائرة الدعم الفني لتقنية المعلومات، لاستبدال وحدة التخزين Hard Disk بوحدة جديدة GB 120 SSD مجاناً. من خلال الاتصال بالدائرة على هاتف: 065100250.

أبو غزالة TAGITOP@helpdesk. وتواصل المجموعة مبادرتها بتوفير الأجهزة التي بدأتها منذ العام 2010 حيث وزعت ما يقارب عشرة آلاف جهاز للمؤسسات والأفراد في الأردن وباقي الدول العربية كما قامت بتجهيز ما يزيد عن 300 محطة معرفة في مختلف المؤسسات ما بين جامعات ومؤسسات رسمية، وجمعيات خيرية ومنظمات شبابية في الأردن وفلسطين ومصر، تم تجهيزها بأثاث وأجهزة كمبيوتر محمول " طلال أبو غزالة توب"، وبرنامج تدريبي، وخط انترنت مجاني، حيث تعتبر المجموعة مزود ذاتي للإنترنت باعتبار أنها تمتلك خط إنترنت خاص ومباشر لاستعمالها وللمؤسسات التابعة لها منذ العام 2007 مما يتيح تقديم هذه الخدمة مجاناً، وتهدف

الفجر

26

غرفة دبي تبحث توسع الشركات

اللوجستية الإماراتية في السوق البنمية

دبي - الفجر:

نظم المكتب التمثيلي لغرفة دبي في بنما مؤخرًا في العاصمة البنمية لقاء أعمال خاص مناقشة آفاق التعاون في قطاع الخدمات اللوجستية والنقل البحري بين دبي وبنما وذلك بحضور ممثلين عن أهم المؤسسات والهيئات البنمية المتخصصة بقطاع الخدمات اللوجستية.

وهدف اللقاء: الذي يعتبر الأول منذ تأسيس المكتب؛ إلى تعريف الشركات والمؤسسات البنمية بقطاع الخدمات اللوجستية الرائد في دبي، وتعزيز وعيهم بالإمكانيات والخبرات التي يمكن للإمارات توفيرها لدعم القطاع اللوجستي في بنما وتطويره، بالإضافة إلى مناقشة آفاق التعاون والشراكات، حيث يمثل مكتب الغرفة نافذة للشركات البنمية لدخول أسواق المنطقة عبر بوابة دبي، وتوسع الشركات الإماراتية في السوق اللاتينية. وحضر اللقاء سعادة إبراهيم محمد النصور، سفير دولة الإمارات لدى بنما، وممثلون عن هيئة قناة بنما وغرفة النقل البحري البنمية وغرفة تجارة وصناعة وزراعة بنما واللجنة اللوجستية وهيئة مستخدمي منطقة كولون للتجارة الحرة، واستعرض مدير مكتب الغرفة في بنما أبرز مزايا اقتصاد دبي، والإمكانيات والخبرات الهائلة التي يتميز بها على صعيد الخدمات اللوجستية والنقل البحري، مشيراً إلى أن قطاع الخدمات اللوجستية في دبي حقق نمواً سنوياً مركباً بلغ 6.9% خلال الفترة 2006-2017، في حين تحتل الإمارات المرتبة الخامسة عالمياً وأكثر الوجوه تنافسية في النشاط اللوجستي والبحري. وأشار مدير مكتب غرفة دبي إلى وجود نماذج ناجحة لشركات إماراتية حققت نجاحات بارزة في قطاع الخدمات اللوجستية وأبرزها موانئ دبي العالمية وجافزا وطيران الإمارات، معتبراً أن الخبرات الإماراتية متاحة أمام جميع الشركات البنمية، داعياً إلى تأسيس شراكة استراتيجية في هذا القطاع بين مجتمعي الأعمال في بنما ودبي. وعبر الحاضرون عن إعجابهم بتطور القطاع اللوجستي في دبي، معتبرين إياه نموذجاً ينبغي إتباعه في بنما، ومتطلعين إلى بحث وتأسيس شراكات مع الشركات العاملة في دبي لتطوير القطاع في بنما، الذي يواجه عدة تحديات أبرزها غياب التنوع في شركات القطاع اللوجستي. ويعتبر قطاع الخدمات اللوجستية والنقل البحري في بنما أحد ركائز اقتصاد البلاد والحرك الأساسي له حيث يساهم بحوالي 20% من الناتج المحلي الإجمالي للاقتصاد البنمي، مع توقعات بتحقيق مزيد من النمو على المدى القصير. ويتميز القطاع بمزايا تنافسية عديدة أبرزها الموقع الجغرافي الاستراتيجي وتوسع قناة بنما ووجود اقتصاد منفتح على الاستثمارات الخارجية المباشرة بالإضافة إلى الاستقرار السياسي في البلاد.

80.1 مليار درهم تجارة أبوظبي غير النفطية خلال 6 أشهر

مقارنة مع 58.4 مليار درهم في الشهر ذاته من العام 2017 في خطوة تعكس ترشيد الاستهلاك بشكل عام في الإمارة. وعلى المستوى الشهري حققت تجارة أبوظبي خلال شهر يونيو إلى 12.4 مليار درهم بزيادة نسبتها 30% بالمقارنة مع الشهر ذاته من العام 2017 وهي أعلى نسبة نمو تسجلها تجارة الإمارة شهرياً منذ بداية العام الجاري. واستحوذت اللوازم الصناعية على 89.3% من إجمالي تجارة الإمارات خلال النصف الأول من العام الجاري بقيمة 9.9 مليار درهم في حين بلغت قيمة صادرات الأغذية 515 مليون درهم ووزعت بقية القيمة على صادرات الإمارة الأخرى. وكان النصيب الأكبر في تجارة إعادة التصدير لعدلات النقل وملحقاتها والتي وصلت قيمتها خلال النصف الأول 5.4 مليار درهم تلاها السلع الاستهلاكية بقيمة 3.3 مليار درهم والسلع الإنتاجية 2.6 مليار درهم.

والنصف الأول من العام أو شهر يونيو الماضي تحديداً. وتفصيلاً فقد نمت الصادرات بنسبة 10.5% مرتفعة إلى 11.08 مليار درهم خلال الأشهر الستة الأولى من العام الجاري مقارنة مع 10.9 مليار درهم في الفترة ذاتها من العام 2017. وسجلت تجارة إعادة التصدير زيادة كبيرة بنسبة بلغت 10.5% بعدما ارتفعت قيمتها من 11.12 مليار درهم في النصف الأول من العام الماضي إلى 12.3 مليار درهم تقريباً في فترة المقارنة ذاتها من العام الجاري. وعلى صعيد الواردات فقد تراجمت قيمتها إلى 56.7 مليار درهم مع نهاية شهر يونيو الماضي

•• أبوظبي-وام: بلغت قيمة التجارة الخارجية من السلع غير النفطية عبر منافذ إمارة أبوظبي 80.1 مليار درهم خلال النصف الأول من العام 2018 وذلك وفقاً لأحدث الأرقام الصادرة أمس عن مركز إحصاء أبوظبي والتي أظهرت نمو تجارة الإمارة بنسبة 30% خلال شهر يونيو الماضي. وكشفت الإحصاءات عن العديد من المؤشرات الإيجابية التي تحققت على صعيد حركة تجارة الإمارة خاصة على مستوى الصادرات وإعادة التصدير سواء خلال



غرفة عجمان تبحث التعاون الاقتصادي مع سفارة إيطاليا

المستحدثة في قطاع البناء والتشييد والمدن الذكية. من جانبه وجه سعادة ليبيوري ستيلينو سفير الجمهورية الإيطالية، الشكر على حفاوة الاستقبال، وأكد على أهمية تعزيز التعاون الاقتصادي بين الطرفين بما يفتح قنوات استثمارية للمستثمرين، مؤكداً على وجود العديد من المجالات التي يمكن زيادة التعاون فيها مستقبلاً وخاصة في قطاعي الفرائشيز والصحة. وفي ختام اللقاء قدم سعادة عبدالله ليبيوري ستيلينو.

عام. وتناول اللقاء أهم المشاريع العقارية والسياحية في إمارة عجمان وخاصة في منطقة الزوراء بالإضافة لأهم القطاعات التي تركز عليها حكومة عجمان خلال خطتها الاستراتيجية، كما استعرضت غرفة عجمان أهم المعارض والفعاليات التي تنظمها لدعم القطاع الاقتصادي ومنها معرض الفرائشيز والذي حظي في نسخة السابقة بمشاركة دولية واسعة، وكذلك معرض "مستقبل البناء" والمتخصص في تكنولوجيا البناء الحديثة والذي سيستعرض أهم الوسائل والأدوات

ومحمد الجناحي المدير التنفيذي لقطاع تنمية الأعمال والاستثمار، ومبرور حارب مدير إدارة ترويج الأعمال وتنمية الاستثمار. في بداية اللقاء رحب سعادة عبدالله الموجعي الحضور وأكد على أهمية اللقاء المشترك، مشيراً على عمق العلاقات بين الإمارات وإيطاليا، وأوضح أن غرفة عجمان حريصة على تعزيز تعاونها الاقتصادي مع كافة الدول والتعريف بأهم الفرص الاستثمارية في مختلف القطاعات الاقتصادية والسياحية والصحية والتعليمية في إمارة عجمان وخاصة في

•• عجمان - الفجر: استقبل سعادة عبدالله الموجعي رئيس مجلس إدارة غرفة تجارة وصناعة عجمان، سعادة ليبيوري ستيلينو سفير الجمهورية الإيطالية لدى الدولة وسعادة فالنتينا سينا الفاضل العام الإيطالي، وذلك بمقر الغرفة بهدف تعزيز التعاون الاقتصادي بين الطرفين واستعراض الفرص الاستثمارية في مختلف المجالات وعلى رأسها القطاع الصحي والتعليمي. حضر اللقاء المشترك سعادة سالم السويدي مدير عام غرفة عجمان

بدء حضر تداولات

المطلعين في الأسواق المالية

•• أبوظبي-وام: بدأت اعتباراً من أمس عملية حظر تداول المطلعين في الشركات المساهمة في الأسواق المالية وذلك إلى حين الإفصاح عن البيانات المالية عن الربع الثالث من العام الجاري. وجاء قرار الأسواق المالية بهذه الخصوص استناداً لأحكام المادة 14 من النظام الخاص بالتداول والمخاض والتسويات ونقل الملكية وحفظ الأوراق المالية من قرار هيئة الأوراق المالية والسلع رقم 1 لسنة 2001. وطالبت الأسواق الشركات المساهمة المدرجة وشركات الوساطة العاملة في تطبيق القرار إلى حين الانتهاء من الإعلان عن البيانات المالية للربع الثالث من العام الجاري والتي من المقرر أن تبدأ مطلع شهر أكتوبر المقبل. وعلى صعيد متصل طلب سوق أبو ظبي للأوراق المالية من جميع الشركات تحديث بيانات المطلعين لديها بالإضافة إلى ملف الشركة على الموقع الإلكتروني للسوق وذلك لتضمين أية تغييرات شهدتها سجل المطلعين. يشار إلى أن المادة 14 من النظام الذي أصدرته هيئة الأوراق المالية والسلع بهذا الخصوص ينص على حظر تداولات رئيس وأعضاء مجلس إدارة الشركة المدرجة وأوراقها المالية في السوق ومديرها العام أو أي من الموظفين المطلعين على البيانات الجهرية للشركة - بنفسه أو لحسابه بواسطة الغير أو بأي صفة أخرى لحساب غيره- في الأوراق المالية للشركة ذاتها أو الشركة الأم أو التابعة أو التابعة أو الحليفة لتلك الشركة إذا كانت أي من هذه الشركات مدرجة أوراقها في السوق.

«سياحة الشارقة» تشارك في حملة «زوروا الإمارات» في 3 مدن إسكندنافية



وتيرة نمو القطاع السياحي في الإمارة ولاستعراض التجارب السياحية الغنية التي توفرها وإبراز مواطن الجذب السياحي والتعريف بأبرز المعالم والخدمات والمرافق التي تمتلكها. وتتخلل الجولة ورشة عمل تفاعلية تتيح الفرصة أمام الوفد لتعزيز الشراكات بين جميع الأطراف بما فيها المدن الإسكندنافية المشاركة ما يشكل دفعة قوية لبناء علاقات تعاون جديدة وفعالة في المستقبل. وقال سعادة خالد جاسم المدف رئيس هيئة الإنشاء التجاري والسياحي بالشارقة تولي القيادة الرشيدة اهتماماً كبيراً لتطوير القطاع السياحي الذي يشكل ركيزة أساسية تساهم بشكل كبير في دعم الاقتصاد الوطني في دولة الإمارات واستراتيجية مهمة للاستعداد لمرحلة ما بعد النفط ويأتي هذا المعرض الترويجي المتنقل كواحد من أهم المبادرات المساهمة في

•• الشارقة-وام: تشارك هيئة الإنشاء التجاري والسياحي بالشارقة في معرض ترويجي متنقل تحت مظلة حملة «زوروا الإمارات» التي تنظمها وزارة الاقتصاد تشمل مدن ستوكهولم وأوسلو وكوبنهاغن لتسليط الضوء على إنجازات إمارة الشارقة وآخر المشاريع المعتمت إطلاقها لاستقطاب المزيد من الزوار للإمارة. ويضم وفد الدولة - الذي سيشارك في الجولة التي تبدأ اليوم وتستمر حتى 21 سبتمبر الجاري - نخبة من كبار المسؤولين الحكوميين من 8 جهات حكومية و«طيران الإمارات» إلى جانب ممثلين من 29 منشأة فندقية ووكالة سفر في الدولة. وتكمن أهمية مشاركة الهيئة في المعرض الترويجي كونه إضافة هامة إلى سلسلة أشطتها التي تعزز تنفيذها خلال الفترة المقبلة في إطار تسريع

بها إمارة الشارقة تعكس من خلالها تنوع الوجهات السياحية في الإمارات. وأوضح أن الهيئة تتطلع إلى الاستفادة من الفرص المتاحة لها في الأسواق الأوروبية لإبراز أهم العروض والمزايا والبيانات السياحية التي توفرها إمارة الشارقة لجعلها الوجهة السياحية الأمل للعائلات كما تتطلع قدماً إلى مشاركة متمرة في ستوكهولم وأوسلو وكوبنهاغن. وعلى هامش مشاركتها .. ستقدم الهيئة حزمة واسعة من عروضها السياحية التي تشمل باقات سياحية صديقة للعائلات ومنتجات سياحية متنوعة وفعاليات وأنشطة متميزة تسلط الضوء على تراث وثقافة الإمارة الغنية وذلك انسجاماً مع أهدافها الاستراتيجية الرامية إلى تحقيق «رؤية سياحة الشارقة 2021» إضافة إلى تكثيف جهودها الرامية إلى استقطاب 10 ملايين زائر بحلول عام 2021.



2.3 مليار درهم حجم التبادل التجاري

بين الإمارات والنرويج في 2017

•• أبوظبي-وام: شهدت العلاقات بين دولة الإمارات العربية المتحدة ومملكة النرويج، نمواً مطرداً خلال العقود الماضية وبلغت قيمة التبادل التجاري بين البلدين نحو 2.3 مليار درهم (640 مليون دولار) خلال العام 2017 مقارنة مع 1.2 مليار درهم في العام 2016. وأظهر تقرير مراجعة السياسة التجارية مع النرويج الذي أصدرته وزارة الاقتصاد أن قيمة واردات الإمارات من النرويج بلغت 1.96 مليار درهم مع نهاية العام 2017 في حين بلغت قيمة صادراتها نحو 295 مليون درهم وقيمة إعادة التصدير 95.6 مليون درهم. يأتي إصدار التقرير انطلاقاً من المهام التي تقوم بها وزارة الاقتصاد بالدولة على صعيد تعزيز وتحسين قدرات مؤسسات الدولة من القطاعين العام والخاص بشأن التطورات التجارية والاستثمارية للدول الشريكة لدولة الإمارات من خلال رصد وتحليل واستخلاص النتائج والمؤشرات الواردة في التقارير الصادرة عن منظمة التجارة العالمية فضلاً عن المنظمات والمؤسسات الدولية الأخرى.

هزاع بن زايد يؤكد أهمية قمة أبوظبي للتكنولوجيا المالية

•• أبو ظبي-وام:

أكد سمو الشيخ هزاع بن زايد آل نهيان نائب رئيس المجلس التنفيذي لإمارة أبوظبي أهمية قمة أبوظبي للتكنولوجيا المالية " فينتك أبوظبي 2018 " بدورها الثانية والتي انطلقت أولى فعالياتها في أبوظبي أمس وجرى تخصيصها لشركات التكنولوجيا المالية الناشئة بحضور 300 مشارك من الشركات الناشئة وطلبة الجامعات والمؤسسات المصرفية ومسرعات الأعمال والمستثمرين والمهتمين بالتكنولوجيا المالية من داخل الإمارات وخارجها.

وقال سموه في تصريحات له بهذه المناسبة إن " فينتك أبوظبي 2018 " تبحث في أعمالها الابتكار في مجال تقديم الخدمات المالية تعزيزاً لدور العاصمة أبوظبي في أن تكون منصة عالمية تلتقي فيها التجارب وتنتج الأفكار وتستنبط الحلول للتحديات التي تواجه هذا القطاع الحيوي الذي يهم شريحة كبيرة حول العالم.



الفجيرة تستضيف «منتدى جلف إنتلجنس لأسواق الطاقة»

•• الفجيرة-وام:

تحت رعاية صاحب السمو الشيخ حمد بن محمد الشرقي عضو المجلس الأعلى حاكم الفجيرة .. تنطلق اليوم الاثنين أعمال الدورة الثامنة لمنتدى جلف إنتلجنس لأسواق الطاقة التي تستضيفها حكومة إمارة الفجيرة على مدى يومين في فندق نوفوتيل الفجيرة وتقام تحت شعار "كيفية التعامل مع الوضع الطبيعي الجديد لمسارات تدفق النفط والغاز .."

ويجمع المنتدى شخصيات عالية مرموقة في صناعة الطاقة العاملين في مختلف قطاعات التجارة والتكرير والتخزين والشحن ويوفر منصة واسعة لتبادل المعلومات بين المسؤولين والمختصين من خلال جلسات المائدة المستديرة واللقاءات والحوارات المباشرة.

ويتلقى المنتدى الدعم من الراعي الرئيسي أعماله وهو ميناء الفجيرة إضافة إلى دعم كل من مؤسستي فينول واس أند بي جلوبال بلاتس وبنك الفجيرة الوطني ويتلقى مساندة كل من شركة البترول الماليزية "بتروناس" ومؤسسة يونيو.



«اقتصادية عجمان» تعترم إنجاز دراسة عن صادرات الإمارة الصناعية

•• عجمان-وام:

قاعدة بيانات للشركات الناشطة في هذا المجال وتوفير المعلومات اللازمة عن الأنشطة الاقتصادية وذلك في إطار تنشيط قطاع الأعمال وتعزيز الفرص الاستثمارية الواعدة التي تتمتع بها عجمان.

وقال سعادة أحمد محمود الحمادي مساعد المدير العام لشؤون الدعم المؤسسي في الدائرة : يتبقى اتفاقية التعاون المبرمة مع مؤسسة التميز والابتداء للاستشارات الاقتصادية من حرص الدائرة على تهيئة بيئة

استثمارية واستهلاكية عادلة و تحقيق أرقى مستويات التنافسية لجذب المزيد من الاستثمارات للإمارة عبر تقديم المعلومات والبيانات الكافية عن مزاوله الأعمال الاقتصادية في الإمارة وتعريف المتعاملين بأهم الفرص الاستثمارية التي توفرها.

من جانبها قالت زهرة علي البناي مدير إدارة التخطيط وتطوير الأعمال في الدائرة إن هذا التعاون يعد بمثابة إضافة هامة إلى جهود

الدائرة المستمرة في تعزيز استدامة القطاع الاقتصادي في الإمارة وتنمية الأنشطة الاقتصادية وتسهيل إجراءات الحصول على المعلومات والبيانات اللازمة.

وأوضحت أن أهمية الاتفاقية تكمن في إطلاق دراسة نوعية حول الصادرات الصناعية لإمارة عجمان توفر قاعدة بيانات تتضمن الشركات المساهمة في صادرات الإمارة والسلع المصدرة منها وإلها فضلاً عن تقديم معلومات عن أهم المصدرين

والأسواق التي يتم التصدير إليها. وبموجب الاتفاقية يلتزم الطرفان بتجميع البيانات والمعلومات المطلوبة للدراسة وتسهيل عمليات جمعها بالتعاون مع الجهات المعنية في القطاعين العام والخاص ودراسة وتحليل بيانات الصادرات الصناعية للإمارة فضلاً عن إجراء المسح الميداني والتقابلات مع الجهات المعنية وأصحاب المصلحة ومن المتوقع أن يتم الانتهاء من إعداد تلك الدراسة نهاية العام الجاري

العقار

27

هدف الترويج لإمارة أبوظبي كعاصمة لصناعة سياحة الأعمال في المنطقة
«أدنك» تجتمع مع عدد من منظمي المعارض الدولية في
الولايات المتحدة وتبحث سبل استقطاب معارض كبرى للإمارة

•• أبو ظبي-الضجر:

يقوم وفد من شركة أبوظبي الوطنية للمعارض (أدنك) حالياً بجولة إلى الولايات المتحدة الأمريكية بهدف الاجتماع مع عدد من المنظمين الدوليين وبحث إمكانيات التعاون بين الجهات ذات العلاقة، وذلك ضمن استراتيجية الشركة الرامية للترويج لإمارة أبوظبي كعاصمة لقطاع سياحة الأعمال، وإحدى الوجهات المفضلة لإقامة الفعاليات الدولية في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. وقد ترأس الوفد حميد مطر الظاهري، الرئيس التنفيذي لشركة أبوظبي الوطنية للمعارض (أدنك) ومجموعة الشركات التابعة لها، وضم في عضويته عدد من المتخصصين في الإدارات ذات الصلة في الشركة.

وقال حميد الظاهري: " نسعى من خلال هذه الجولة إلى فتح آفاق جديدة من التعاون وتوسيع الضوء على المزايا والإمكانيات الفريدة التي تمتلكها (أدنك) وإمارة أبوظبي في قطاع سياحة الأعمال، وذلك بهدف استقطاب فعاليات عالمية نوعية إلى الإمارة". وكشف أن الوفد سيقوم بإطلاع منظمي المعارض والفعاليات الدوليين على البنية التحتية والمرافق المتطورة للشركة، بالإضافة إلى خبرتها الكبيرة في استضافة العديد من الفعاليات الدولية الكبرى، فضلاً عن القدرة الكبيرة التي تتمتع بها مراكز (أدنك) لتوفير خدمات متكاملة طبقاً لأعلى المعايير الدولية في مجال تنظيم المعارض والمؤتمرات الدولية". وأكد الظاهري أن الجولات الترويجية التي تقوم بها الشركة إلى الخارج تقصص لنا المجال لإيجاد شركات جديدة وتبادل المعلومات والخبرات والإطلاع على أفضل التجارب والممارسات في مجال تنظيم المعارض وتطوير العلاقات التجارية مع أهم رواد هذه الصناعة، مما يساهم في تنويع الفعاليات المستقطبة، بما يتماشى مع التزامنا المتواصل بدعم الجهود الرامية لبناء اقتصاد متنوع قائم على المعرفة، في القطاعات التي حددها خطة أبوظبي ورؤيتها الاقتصادية للعام 2030.

تجدر الإشارة إلى أن مركز أبوظبي الوطني للمعارض، يوفر نحو ١٣ ألف متر مربع من مساحات داخلية وخارجية بالإضافة لمناطق العروض المائية، والتي تعد مناسبة لإقامة الفعاليات العالمية والحية والتي يمكن تكييفها وفقاً لاحتياجات المتعاملين، ما يجعله أحد أكثر مراكز المعارض تطوراً من ناحية التجهيزات التقنية على مستوى المنطقة بالإضافة إلى مراقبه الحديثة المبني وفقاً لأعلى المعايير العالمية.

«غرفة الشارقة» تختتم فعاليات

«عروض صيف 2018»

•• الشارقة-وام:

اختتمت غرفة تجارة وصناعة الشارقة أمس فعاليات «عروض صيف الشارقة 2018» التي استمرت 47 يوماً مسجلة موسماً جديداً ناجحاً وحاز على رضا واستحسان سكان الإمارة وزوارها وحقق عوائد مجزية لقطاع تجارة التجزئة وقطاعات اقتصادية عديدة أخرى. وأكدت غرفة تجارة وصناعة الشارقة أن «عروض صيف الشارقة» أثبتت أهميتها كأحد أبرز الفعاليات التجارية والسياحية الجاذبة على قائمة الأحداث الاقتصادية التي تنظمها الغرفة سنوية وأكثرها إسهاماً في رفع مبيعات التجزئة وتحفيز رجال الأعمال على مضاعفة استثماراتهم في هذا القطاع.

واستقطبت عروض صيف الشارقة هذا الموسم - الذي أقيم خلال الفترة من الأول من أغسطس حتى اليوم - أعداداً كبيرة من المتسوقين والزوار وسط مشاركة أكثر من 2000 محل بيع بالتجزئة في مدينة الشارقة والمنطقة الوسطى والشرقية من الإمارة. وأكد سعادة محمد أحمد أمين مدير عام غرفة تجارة وصناعة الشارقة بالوكالة حرص الغرفة على الإسهام الفاعل في تطوير قطاع تجارة التجزئة وتحقيق نموه المستدام والعمل مع الشركاء الاستراتيجيين وفي مقدمتهم هيئة الإنماء التجاري والسياحي بالشارقة لتحقيق الرؤية الاقتصادية للإمارة وفق توجيهات القيادة الحكيمة وتعزيز سمعتها ومكانتها كمدينة نموذجية للحياة ووجهة رائدة وجاذبة للسياح ومركز اقتصادي حيوي لممارسة الأعمال. من جانبه قال إبراهيم الجبروان مدير إدارة العلاقات الاقتصادية والتسويق في غرفة الشارقة إن عروض صيف الشارقة تشهد تطوراً بارزاً ولموسماً من موسم إلى آخر على صعيد نمو أعداد التاجر المشاركة من جهة ونجاحها في استقطاب أعداد أكبر من الزوار والمتسوقين وهو ما يعطي دفعا إضافيا لبذل المزيد من الجهود وطرح الأفكار المبتكرة لتطوير فعاليات الموسم المقبلة لرفع نسبة رضا الجمهور والتجار وتحقيق أفضل العوائد للعاملين في قطاع تجارة التجزئة وغيرها من القطاعات المستفيدة ومن أبرزها قطاعي الفنادق والسياحة والسفر.

حيث يعمل على تبسيط عملية إعداد وتشغيل الأعمال التجارية، والتبادل الرقمي لتتراخيس التجارية والوثائق ذات الصلة لجميع الأنشطة التجارية، وضمان الامتثال التنظيمي عبر النظام البيئي للأعمال في دبي. وتم تطبيق المشروع في واحة دبي للسيليكون، المجمع التكنولوجي التكاملي لسلطة واحة دبي للسيليكون، حيث يتم مشاركة معلومات الترخيص عبر البلوك تشين، لتتمكن الجهات الأخرى من الاستعلام والإطلاع على البيانات بأسلوب سهل وبسيط. وتؤكد اقتصادية دبي أن المناطق الحرة التي لم ترتبط بسجل الأعمال بتكنولوجيا البلوك تشين يمكنها التسجيل داخلياً يدوياً عن طريق مراكز الخدمة المعتمدة في فترة زمنية لمدة ثلاثة أشهر، ويأتي ذلك في إطار حرصها على الارتقاء بالخدمات وتعزيز استدامة التنمية الاقتصادية، وتسهيل مزاوله الأعمال والأنشطة التجارية، بالإضافة إلى تبسيط إجراءات ترخيص الأعمال والأنشطة التجارية الخاصة بالمناطق الحرة والتي من شأنها تعزيز مكانة دبي كوجهة مثالية لجذب الاستثمارات وازدهار مشاريع الأعمال الأمر الذي يعزز من دور وأداء سوق المناطق الحرة، وبالتالي رفع الإنتاجية والأداء الاقتصادي لإمارة دبي إلى أعلى

من خلال تقديم خدمات تدريبية شاملة لكافة العمليات الزراعية

ري النخيل بواسطة أجهزة مبسطة ومتطورة وأليات الري بالتنقيط والفلتره وصيانة شبكات الري، إلى جانب جدولة الري والاحتياجات المائية للمحاصيل.

كما اشتملت الدورات التدريبية أيضا برامج خاصة بإنتاج التمور للتعريف بأهم مراحل نمو التمور والرعاية اللازمة التي تتطلبها كل مرحلة بداية من التفريد والخف وانتهاءً بالحصاد وتجفيف التمور، إضافة إلى برنامج حماية المحاصيل الزراعية والذي يهدف لتعريف العمال بالطرق الوقائية للتقليل من الآفات الزراعية والتعرف الصحيح عليها، ومكافحتها باستخدام طرق متوافقة بيئياً واقتصادياً، ومتطلبات الاستخدام الآمن للمبيدات، وأهمية نشر التوعية عن آفات الصحة العامة في المبيدات، وبرنامج تدريب على عمليات الري لإدارة

من خلال 7 برامج تدريبية شاملة لكافة العمليات الزراعية

«خدمات المزارعين بأبوظبي» ينفذ 1080 تدريباً لحوالي 23 ألف عامل وفق أفضل الممارسات الزراعية

•• أبو ظبي - الضجر

أعلن مركز خدمات المزارعين بأبوظبي عن إتمامه تدريب 23087 عامل منذ بداية العام الجاري 2018 من خلال عقد 1080 ورشة تدريبية عملية على أساسيات إدارة آفات النخيل والري والأنشطة الزراعية المختلفة والممارسات الجيدة، لرفع كفاءة العمليات الحقلية بشكل عام ومكافحة آفات النخيل والحد من أضرارها البيئية والاقتصادية بما يضمن استدامة أشجار النخيل وتحسين نوعية وكمية الإنتاج بهدف المحافظة على استدامة وتطوير هذا القطاع المهم في إمارة أبوظبي، من خلال تطبيق 7 برامج تدريبية شاملة لكافة العمليات الزراعية تم وضعها تأكيدياً لحرص المركز على تطوير بيئة زراعية متكاملة ومستدامة

من خلال تقديم خدمات تدريبية وافية متميزة لمزارعي إمارة أبوظبي وتطبيق السياسات العامة للزراعة وسلامة الغذاء.

وتضمنت برامج التدريب تغطية الوحدات الفنية التالية : الري، المحاصيل الحقلية، حماية المحاصيل، الزراعة المحمية، الممارسات الزراعية الجيدة، إنتاج التمور، رش المحاصيل، واشتملت مواضيع التدريب على مواضيع خاصة ببرنامج إدارة آفات النخيل الذي يهدف لتمكين عمال المزارع من عمليات صيانة المصائد الفرمونية لسوسة النخيل الحمراء والمصائد الضوئية للحفارات، وتمكينهم من التعرف على النخيل المصاب بسوسة النخيل الحمراء والحفارات، وتعريفهم بطرق وآلية وأهمية استخدام أدوات السلامة العامة من المبيدات، وبرنامج تدريب على عمليات الري لإدارة

تنفيذاً لمذكرة التفاهم بين اقتصادية دبي ومجلس المناطق الحرة في أبريل الماضي

إصدار تصريح لـ 163 شركة مناطق حرة للعمل داخل دبي

•• دبي-الضجر:

تنفيذاً لمذكرة التفاهم مع مجلس المناطق الحرة في إمارة دبي التي تم توقيعها شهر أبريل الماضي، أصدرت دائرة التنمية الاقتصادية دبي 163 تصريحاً تجارياً لإتاحة مزاوله الأعمال داخل إمارة دبي أمام الشركات المرخصة من قبل المناطق الحرة، الأمر الذي يعزز مكانة دبي كوجهة مثالية لجذب وازدهار الأعمال، بالإضافة إلى تسهيل الإجراءات وتشجيع وتنظيم المشاريع وأعمالهم.

وتتضمن الإجراءات والشروط اللازمة لترخيص المنشآت العاملة في المناطق الحرة للعمل في الأنشطة الخدمية داخل إمارة دبي، أن تحصل المنشأة طالبة التصريح على موافقة سلطة المنطقة الحرة التابعة لها، وأن تكون الخدمة المطلوب التصريح بمزاولتها لا تخضع لأي جهة تنظيمية أخرى بالإمارة غير اقتصادية دبي، وأن تقدم المنشأة الراغبة في الحصول على التصريح المذكور أعلاه طلباً «لاقتصادي» على النموذج المعد لذلك. ومن المقرر أن يستفيد 34.780 ألف شركة في المناطق الحرة من خدمات اقتصادية دبي. وتماشياً مع استراتيجية دبي لتنشيط الاقتصاد الرقمي البلوك تشين



الأولى من نوعها على مستوى العالم التي أطلقها سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي، والهادفة إلى تحقيق قفزة نوعية في مجال كفاءة التعاملات الحكومية، أطلقت دائرة التنمية الاقتصادية وسلطة واحة دبي للسيليكون سجل الأعمال بتكنولوجيا البلوك تشين، المخزن الرقمي لتتراخيس التجارية الأول من نوعه على مستوى العالم، حيث يعمل على تخزين وتحديث معلومات تسجيل الرخص التجارية الصادرة عن اقتصادية دبي وسلطة واحة دبي للسيليكون لتعزيز مزاوله الأعمال في الإمارة وتسهيل استقطاب الاستثمارات الأجنبية المباشرة. وتوسع اقتصادية دبي من خلال «سجل الأعمال بتكنولوجيا البلوك تشين، إلى خلق تجربة تتسم بالكفاءة والسلاسة، حيث يعمل على تبسيط عملية إعداد وتشغيل الأعمال التجارية، والتبادل الرقمي لتتراخيس التجارية والوثائق ذات الصلة لجميع الأنشطة التجارية، وضمان الامتثال التنظيمي عبر النظام البيئي للأعمال في دبي. وتم تطبيق المشروع في واحة دبي للسيليكون، المجمع التكنولوجي التكاملي لسلطة واحة دبي للسيليكون، حيث يتم مشاركة معلومات الترخيص عبر البلوك تشين، لتتمكن الجهات الأخرى من الاستعلام والإطلاع على البيانات بأسلوب سهل وبسيط. وتؤكد اقتصادية دبي أن المناطق الحرة التي لم ترتبط بسجل الأعمال بتكنولوجيا البلوك تشين يمكنها التسجيل داخلياً يدوياً عن طريق مراكز الخدمة المعتمدة في فترة زمنية لمدة ثلاثة أشهر، ويأتي ذلك في إطار حرصها على الارتقاء بالخدمات وتعزيز استدامة التنمية الاقتصادية، وتسهيل مزاوله الأعمال والأنشطة التجارية، بالإضافة إلى تبسيط إجراءات ترخيص الأعمال والأنشطة التجارية الخاصة بالمناطق الحرة والتي من شأنها تعزيز مكانة دبي كوجهة مثالية لجذب الاستثمارات وازدهار مشاريع الأعمال الأمر الذي يعزز من دور وأداء سوق المناطق الحرة، وبالتالي رفع الإنتاجية والأداء الاقتصادي لإمارة دبي إلى أعلى

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم 2018/8258 عمالي جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان حكم تمهيدي بالنشر
في الدعوى رقم 2018/7141 عمالي جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعادة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم 2018/6590 عمالي جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم 2018/8870 عمالي جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان بالطلبات المعدلة بالنشر
في الدعوى رقم 2018/7070 عمالي جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم 2018/799 عمالي كلي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم 2018/3888 تنفيذ عمالي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم 2018/3196 تنفيذ عمالي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان متظلم ضده بالنشر
في الدعوى رقم 2018/521 متظلم تجاري

محاكم دبي
محكمة الاستئناف
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم 2018/636 استئناف تجاري

محاكم دبي
محكمة الاستئناف
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم 2018/636 استئناف تجاري

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم 2018/463 تنفيذ عقاري

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم 2018/2954 تنفيذ تجاري

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم 2018/477 تنفيذ عقاري

محاكم دبي
محكمة الاستئناف
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم 2018/52 استئناف مدني

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم 2018/11 بيع عقار مرهون

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم 2018/1048 مدني كلي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم 2018/2785 تجاري جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم 2018/2785 تجاري جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم 2018/2942 تجاري جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم 2018/2785 تجاري جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم 2018/2785 تجاري جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم 2018/2785 تجاري جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العدد 12429 بتاريخ 2018/9/17
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم 2018/2785 تجاري جزئي



يخفف اثر التجاعيد مؤقتاً في مناطق عدة

حقن البوتوكس تحت العين نتائج الأبحاث ما زالت محدودة

تسمح حقن البوتوكس بالتخلص من الخطوط والتجاعيد حول العين والضم. لكن هل تستطيع أن تخفف الهالات الداكنة والجيوب تحت العين أيضاً؟



المرتبطة به.

خيارات بديلة

يمكن أن تُشكّل العلاجات المنزلية وغيرها من أدوية قابلة للحقن بديلًا عن البوتوكس تحت العين. لكن لا بد من أخذ الأثر المشود بعين الاعتبار دوماً. قد تختلف التقنيات التي تخفف تجاعيد تحت العين مثلًا عن تلك التي تُفَتِّح الهالات الداكنة. في المقام الأول، يجب أن تراجع المرأة عاداتها اليومية كي تعرف ما إذا كانت تسهم في زيادة الجيوب والتجاعيد تحت عينيها. قد تكون الاستراتيجيات التالية مفيدة في هذا المجال:

- نامي لمدة كافية (بين 7 و 8 ساعات في الليلة عموماً).
- عالجي أية حساسية موسمية مسؤولة عن انتفاخ عينيك بأدوية لا تتطلب وصفة طبية مثل مضادات الهيستامين.
- امتنعي عن التدخين.
- تجنّبي فائض الصوديوم في نظامك الغذائي لأنه يجعل الجسم يحبس الماء، ما يؤدي إلى تراكم السوائل وانتفاخ البشرة.
- نامي تزامناً مع رفع رأسك قليلاً لمنع السوائل من التراكم تحت عينيك.
- لا تبالي في التعرض للشمس واستعملي واقياً شمسياً دوماً في الطقس المشمس.

كريمات

يساعدك بعض مستحضرات التجميل على تنعيم البشرة تحت العين وتلطيفها. إذا كنت تترجعين من انتفاخ عينيك مثلاً، يمكنك أن تستعملي كريماً للعين يحتوي على الكافيين. تضيف شركات التصنيع مادة الكافيين لأنها قد تسهم في شدّ البشرة وتخفيف الانتفاخ. إذا كنت تعاني من مشكلة الهالات الداكنة، تستفيد من استعمال الكريمات المصنّمة خصيصاً لمنطقة تحت العين. يستعمل البعض مواد نافخة لزيادة حجم المنطقة الواقعة تحت العين. يتطلب هذا الخيار حقن مواد قادرة على تخفيف أثر التجاعيد والظلال الداكنة على الوجه. يُشكّل الليزر خياراً محتملاً آخر. تُحفّز هذه العلاجات نمو الكولاجين في البشرة، ما يجعلها تبدو مشدودة بدرجة إضافية. لكن قد تصل كلفة الجلسة إلى آلاف الدولارات.

بشأن هذا الاستعمال ولم يتأكد الأطباء من مستوى فاعليته بعد. جرت دراسة في عام 2003 لتحديد مدى قدرة حقن البوتوكس تحت العين وفي محيطها على تخفيف أثر التجاعيد في هذه المناطق. تلقت 19 امرأة مشاركة في الدراسة تلك الحقن. لوحظ أن النساء اللواتي تلقين الحقن في الجفنين السفليين وفي الخطوط المتجمدة حول العين كن أكثر ميلاً إلى تحقيق نتائج إيجابية مقارنةً بالمجموعة التي تلقت الحقن في الجفنين السفليين وحدهما.

تكشف هذه النتائج أن حقن البوتوكس قادرة على جعل الجفون السفلية ممتلئة بدرجة إضافية، ما يساهم في تخفيف التجاعيد والجيوب.

قيم الباحثون أيضاً آثار كيميائية متنوعة من البوتوكس في الجفنين السفليين. حققت النساء أفضل النتائج عند تلقي 8 وحدات من البوتوكس لكنهن واجهن في الوقت نفسه أقوى الآثار الجانبية.

لا تزال الأبحاث الأخرى التي تتمحور رهنأ حول حقن البوتوكس تحت العين محدودة.

آثار جانبية

لما كانت (إدارة الغذاء والدواء) لم تصادق على استعمال حقن البوتوكس تحت العين، فلا وجود لأي أبحاث كاملة عن سلامة هذا الاستعمال. تُعتبر هذه المنطقة حساسة وتبرز مخاطر عدة عند حقن البوتوكس حول العين، نذكر منها:

- صعوبة في إغماض العينين.
- تدلي العين.
- خدر في العين.
- تورم الجفن السفلي.
- في ما يلي جزء من الآثار الجانبية الأخرى التي يمكن أن يسببها البوتوكس:
- زنف.
- كدمات.
- دوار.
- إغماء.
- ألم في موقع الحقن.
- احمرار.

يجب ألا تستعمل حقن البوتوكس لدى المصابين ببعض المشاكل المزمنة، منها التصلب الجانبي الضموري المعروف بمرض (لو جيريج)، فضلاً عن الوهن العضلي الوبيل ومتلازمة لامبرت-إيتون

يُعرف دواء توكسين البوتولينوم على نطاق واسع بالبوتوكس ويُستعمل لإضعاف الانقباضات العضلية المسؤولة عن ظهور التجاعيد.

يسهم البوتوكس في تخفيف أثر التجاعيد مؤقتاً في المناطق التالية:

- بين الحاجبين.
- على الجبين.
- على جبني العين.
- حول الفم.

لكن لم تصادق (إدارة الغذاء والدواء) بعد على استعمال البوتوكس تحت العين لأغراض تجميلية، ولا تزال الأبحاث التي حللت فاعليته أو آثاره الجانبية محدودة.

نستعرض في ما يلي المعلومات المتاحة حتى الآن عن استعمال البوتوكس تحت العين، بما في ذلك الآثار الجانبية المحتملة والخيارات البديلة.

كيف يعطي البوتوكس مفعولاً؟

تحتوي عيوب البوتوكس على ثلاثة عناصر أساسية: توكسين البوتولينوم من نوع (A) والألبومين البشري وكلوريد الصوديوم. يعطي الأول أكبر مفعول.

يعوق البوتوكس عند حقنه في العضلات النضات العصبية التي تجعل أي عضل ينقبض. نتيجة لذلك، سيعجز العضل عن التحرك، ما يُخفف أثر التجاعيد. لكنه يكتفي بتخفيف التجاعيد في مناطق الوجه المتحركة. يستعمله الأطباء غالباً لاستهداف خطوط التجهم الواقعة بين الحاجبين، فضلاً عن خطوط الجبين والخطوط المتجمدة حول العين.

لذا لا يُعتبر البوتوكس حلاً دائماً للتجاعيد. خلال فترة تتراوح بين 3 و 6 أشهر، سيتوقف عن إعاقه النضات العصبية وتبدأ العضلات بالانقباض مجدداً. يحتاج الشخص إلى حقن إضافية للحفاظ على النتائج المحققة.

على صعيد آخر، برز البوتوكس كعلاج لعدد من المشاكل الطبية، بدءاً من الصاع وصولاً إلى فرط نشاط المثانة.

ما درجة فاعليته تحت العين؟

لا يزال استعمال حقن البوتوكس لمعالجة الجيوب أو الهالات الداكنة تحت العين غير رسمي في الولايات المتحدة ولم تصادق عليه (إدارة الغذاء والدواء) بعد. لهذا السبب، أجرى الباحثون دراسات قليلة



كريمات الحماية من الشمس . . كيف تكون فعالة؟



كشفت دراسة حديثة، أجراها باحثون في جامعة (كينج كوليج) البريطانية أن كريمات ومرامم الوقاية من الشمس، لا تعطي الفائدة المتوقعة منها، وسط مخاوف من عدم فاعليتها الكافية في الوقاية من سرطانات الجلد.

وبحسب صحيفة (ديلي ميل) البريطانية، فإن نتائج الدراسة التي وجدت أن الكريمات التي تحمل عامل الحماية من الشمس (SPF) بدرجة 50، تحمي بنسبة 40% فقط مما هو متوقع.

وأكد البروفيسور أنتوني يونج، العالم في البيولوجيا الضوئية الذي قاد الدراسة، أهمية كريمات الحماية من الشمس في تقليل أخطار الإصابة بسرطانات الجلد، لكنه أوصى بضرورة مراجعة أساليب تطبيقها على الجلد والكميات التي من المفترض أن تستخدم.

ويطبق مستخدمو كريمات الوقاية من الشمس عادة ما بين 20 و 60% مما هو مطلوب لتحقيق عامل الحماية المعن عنه على العيوب. لذلك أوصت الدراسة باتباع (قاعدة ملعقة شاي) لتطبيق كريم الحماية من أشعة الشمس، وذلك بوضع نحو نصف ملعقة صغيرة من الكريم على كل ذراع، أو على الوجه والرقبة، بينما تحتاج بقية مناطق الجسم إلى مقدار ملعقة شاي من الكريم.

منوعات

الفكر

31

تفكر الفنانة اللبنانية ألين خلف بالعودة إلى الساحة الغنائية، ولكنها في انتظار أغنية قوية لم تعثر عليها حتى الآن.

خلف التي تزوجت وأنجبت، اكتفت طوال الأعوام الخمسة الماضية بالاهتمام ببيتها وزوجها وطفلها، من دون الالتفات إلى الوراء أو الندم.

وفي هذا الحوارات أنها تعبت وحوربت كثيراً، لافتة إلى أن كل إنسان ناجح ومتفوق ومميز ويَطرح أفكاراً جديدة يُحارب ولا يعرف من أين تأتيه الضربة. كما تحدثت ألين عن فترة انكفائها وعن الساحة الفنية وكيف تراها اليوم ومن هم النجوم والنجمات الذين تعتبرهم الأهم في لبنان!

أقبل كل شيء من الله وأسعى وراء عمل جيد

ألين خلف: الفن تحول إلى محسوبيات وبيتي وعائلي فوق أي اعتبار

• (حلوين... شو بهن). ليس مهماً أن تعجبني، بل أن تعجب الناس.
• من هي الفنانة الأولى في لبنان حالياً؟
• (الكل على راسي وعيني).
• ومن هي الأفضل؟
• أتمنى أن تكون ألين خلف هي الأفضل. أنا أحب هيفاء وهي كثيرة.
• وبالنسبة إلى الفنانين؟
• هناك فارس كرم ووائل كفوري ومعين شريف وملحم زين وأدم وناصر زيتون.
• والأخير يجيد اختيار أعماله.

• ماذا يلتك من بين الأغنيات التي طرحت أخيراً؟
• أعجبتني (بدنا نوعاً) لفارس كرم. وهناك أغنية خليجية لفتتني وهي (أخيراً قالها).
• (3 دقات) لم أحبها عندما سمعتها للمرة الأولى، وبعدها وجدت أنها (لذيذة).
• أيضاً (شو حلو) لزياد برجى جميلة. زياد من الأصوات التي أحبها.
• وكذلك معين شريف، فهو أستاذ في الغناء وأحببت أغنيته الجديدة. كما أحببت أغنية راغب علامة الأخيرة (سهلة وموضوعها جميل) وهذا هو راغب الذي أحبه.
• ألا تعجبك أغنيات نانسي عجرم؟

• أسمع الجميع، وربما تطرح فنانة أغنية (آه وإيه) فتُحزني وتُسعدني، ولكن لا يفترض أن يكون كل الفن الذي يُقدم من هذا النوع. تربينا على أصوات وديع الصافي وفيروز ولا يُعقل أن أقول (آه) إلا على صوت ولحن وكلام جيدة وأداء (أستاذة). اليوم تمر علينا أغنيات من كل الأنواع، أغنيات مهزومة وأغنيات (مشخلة)، ولكننا نحتاج إلى أغنيات (مرتبة).
• صحيح أنك تملكين صوتاً جميلاً ولكنك ساهمت في هذه الموجة؟
• صحيح أنني غنيت اللون الشعبي، ولكن لم أؤدّه ب (نشاز) و(أوتوتون).
• أنا لا أعني (بلاي باك)، بل تصاحبني فرقة موسيقية (طويلة عريضة)، وأتمتع بالحضور والصوت الجميل وأغني (لايف). العصر تغير وعلينا أن نتقبل كل شيء، وكل جيل له دور.

• احتفلت أخيراً بعيد زواجك الخامس في وقت أنت مبتعدة عن الفن، فهل هذا يعني أنك اعتزلت؟
• أبداً لم اعتزل، وأحيى بين وقت وآخر حفلات خاصة لأشخاص أحبهم ويحبونني. أما بالنسبة إلى الحفلات العامة والمهرجانات، فلا أتلقى عروضاً، وأنا لا أسمى وراء الموضوع لأنني لا أركز على هذه الناحية، عدا عن أن الفن تحول إلى محسوبيات. كل فنان يقدم عملاً جميلاً يحضره الناس ويصبح شيئاً تذاكر، وأنا بصدد التحضير لأغنية جميلة، خصوصاً أنني سأحتفل بعيد ميلاد ابنتي الرابع قريباً، وهي أصبحت واعية وصار بإمكانني أن أكون مطمئنة في حال تركتها لإعداد عمل جديد أو لممارسة نشاطي الفني كما يجب.



• كثير من يقولون (حرام) لأنك أضعت الأعوام الخمسة الماضية، خصوصاً أنك محبوبة وتتمتعين بنجومية عربية؟
• بل (حرام اللي صار فيني) أنا تعبت كثيراً وحوربت كثيراً. ألا يُنفع أن أولي اهتماماً بحياتي وقلبي وعاطفتي؟ أنا إنسانة، أنا اليوم زوجة وأم ولدي عائلة وأعيش بسعادة، وزوجي (مش داير)، بل هو يقدرني ويحترمني، وإذا وفقني الله بأغنية جميلة، فأنا موجودة ولن أندم على شيء.
• من حاربك؟
• لا أعرف. كل إنسان ناجح ومتفوق ومميز ويَطرح أفكاراً جديدة يُحارب ولا يعرف من أين تأتيه الضربة. ماذا أفل: هل أبحث عنهم وأطلق عليهم النار! كان بإمكانني أن أواجه، ولكنني (ملتيت) وتعبت، عدا عن أن زواجي وابنتي كانا أحد الأسباب التي جعلتني لا أكره، إلى ذلك، يجب ألا ننسى أنه لا يوجد إنتاج في هذه الأيام.

• صحيح أنني لن أعمل كما في السابق، ولمدة 24 ساعة يومياً، لأن الأولوية ستبقى لابنتي (روح قلبي). كما أن بيتي وعائلي فوق أي اعتبار. وصحيح أن الفن والجمهور قطعة مني، ولكن الظروف تحكم أحياناً. أخطط حالياً للعودة من خلال أغنية جميلة، وأفكر بالطريقة التي سأطّل عبرها على الناس، ولا أقصد (اللوك) والمظهر والفساتين لأنها تحصيل حاصل، بل بنوع ومضمون الأغنيات التي سأقدمها. في الوقت الحالي، أشعر بأن الناس يحنون للأصوات الحلوة، وللأعمال الجيدة ولم يعد يهمهم (الآه والإيه).
• لا شك أنها (لطشة مرتبة)؟



أول مرة... ماجد المصري يخوض البطولة المطلقة

يخوض الفنان ماجد المصري البطولة المطلقة لأول مرة في مسلسل الجديد (بحر)، من إخراج أحمد صالح، حيث يجسّد شخصية عامل "جريد نخيل" خلال الأحداث، ويصمم المنازل البدائية في الصعيد من الخوص بشكل فني، ويحمل موهبة الفنان الصعيدي من خلال العمل الذي يؤديه خلال الأحداث. ويبدأ المصري المشاهد الأولى من المسلسل في استديو أشرف عبدالباقي الأسبوع المقبل، وتجمع المشاهد بينه وبين الفنان عبدالرحمن أبو زهرة وشرى جليل وكوكي شقيقة الفنانة روبي. وانتهى مؤلف العمل أحمد عبدالفتاح من كتابة 35 حلقة من أحداث العمل، ويواصل كتابة النصف الآخر من المسلسل، لتسليم الحلقات للجهة المنتجة، وهي شركة سنيغري.

ميس حمدان تطور قدراتها التمثيلية في أمريكا

انخرطت الفنانة ميس حمدان في كورس للتدريب على التمثيل بالولايات المتحدة الأمريكية في New York film academy والتي تعد أشهر الأكاديميات لدراسة وتطوير القدرات التمثيلية، وتخرج منها العديد من نجوم هوليوود، حيث إن فكرة الحصول على كورس تمثيل تستهوي ميس منذ فترة طويلة وعندما أتت لها الفرصة أقدمت على ذلك مباشرة. يشار إلى أن ميس حمدان ظهرت خلال شهر رمضان الماضي عبر الدراما الأردنية من خلال مسلسل "نوف" الذي قدمت فيه دوراً بدوياً وحاضت به أولى بطولاتها المطلقة بالأردن بمشاركة العديد من الفنانين الأردنيين، أما آخر أعمالها في مصر فكان مسلسل "طاقة نور" مع هاني سلامة وحنان مطاوع ووليد فواز وجيهان خليل وتأليف حسان دهبان وإخراج رؤوف عبدالعزيز.



الفكر

الالبان كاملة الدسم أكثر فائدة للصحة

الاطلاق، وأولئك الذين كان لديهم أقل من وجبة واحدة في اليوم، وأولئك الذين تناولوا وجبة واحدة أو وجبتين في اليوم، وأولئك الذين تناولوا أكثر من وجبتين في اليوم. وأخذ في الاعتبار نوع الحليب الذي يستهلكونه، سواء كان منتجات ألبان كاملة الدسم أو قليلة الدسم. وكان لدى أولئك الذين لديهم حوالي ثلاث حصص من منتجات الألبان يوميًا معدلات أقل للوفيات وانخفاض مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية أو السكتة الدماغية مقارنة بأولئك الذين لم يكن لديهم منتجات الألبان على الإطلاق. وتبين أن الأشخاص الذين تناولوا 3 حصص من منتجات الألبان كاملة الدسم في اليوم أقل عرضة للإصابة بأمراض القلب من أولئك الذين لم يكن

يعتقد الكثير من الناس أن تناول الحليب منخفض الدسم هو الأفضل للصحة عن اختيار أصناف كاملة من الدهون. ومع ذلك، فقد خلصت دراسة رئيسية إلى أن استخدام منتجات الألبان الكاملة الدسم في نظامك الغذائي يمكن أن يكون مفيدًا للغاية لتقليل. وبحسب تقرير لصحيفة "إنديبننت" البريطانية أجرى باحثون من جامعة ماكماستر الكندية دراسة على 136384 شخصًا تتراوح أعمارهم بين 35 إلى 70 عامًا من 21 بلدًا، نُشرت في دورية "ذي لانسيت". وتم تقييم المشاركين على مدار تسع سنوات، تم خلالها تسجيل استهلاكهم اليومي من منتجات الألبان والصحة العامة. وتم تقسيمهم إلى أربع فئات منفصلة: أولئك الذين لم يأكلوا منتجات الألبان على

أكدت الدكتورة الفرنسية ماري بلومي، خبيرة التغذية الفرنسية أهمية الفوائد الصحية للوزن والزيوت المتناصص حموضة عصارة المعدة، حيث يفضل تناول زيت اللوز بعد تناول الطعام لحماية جدار المعدة. وأوضحت الخبيرة الفرنسية، أن اللوز غني بالألياف والبروتين كما أنه يساعد على الشبع، ويفضل تناوله بين الوجبات الغذائية، حيث تحتوي 20 حبة لوز على 160 سعرا حراريا، كما أنه غني بأوميغا-9 وفيتامين هـ، ولديه القدرة على إيقاف الجلطات التي تسد الشرايين ومنظم للضغط بفضل المستويات المرتفعة لليوتاسيوم الذي يعمل على استبعاد الملح كما يعمل على اختراق الكوليسترول السيئ والتخلص منه في الجراز. وأضافت بلومي أن اللوز عبارة عن كوكتيل من مضادات الأكسدة، ويحتوي على الزنك والحديد وفيتامين هـ-9 وهو، مفيد للعظام بسبب المغنسيوم ومفيد للعظام بفضل الكالسيوم، ومفيد للجلد ومن الأفضل خلطة مع الفاكهة الغنية بفيتامين سي، مثل البرتقال والكيوي والمانجو، وهو كذلك غني بفيتامين بي-3 ويسهل عملية الهضم.



تطبيق جديد قد يثير أزمة في العالم

طور باحثون في جامعة كارنيجي ميلون الأمريكية برنامج ذكاء اصطناعي مثيرا للجدل قد يُحدث ضجة وفوضى عارمتين في مجال الأخبار، نظرا لقدرته على تغيير تعابير الوجه كلياً ونقلها من وجه شخص لآخر، ما يؤدي إلى إعداد مقاطع فيديو وأخبار كاذبة. وأظهر الباحثون تجربة حية للبرنامج بنقل حركات الفم من وجه الممثل الكوميدي ومقدم التلفزيون البريطاني جون أوليفر إلى وجه الممثل والكاتب الكوميدي الأمريكي ستيفن كولبير. وحذر الباحثون من سوء استغلال هذا البرنامج في تشيخ مقاطع إخبارية سياسية لا صحة لها تثير القلق والفوضى بسبب نقل كلمات من فم سياسي إلى آخر، بحسب صحيفة دايلي ميل البريطانية، اليوم الأربعاء. وقال الباحثون إنهم ابتكروا نمطاً جديداً من الذكاء الاصطناعي يُسمى بـ"RECYCLE-GAN" من أجل دراستهم، يعتمد في الأساس على خوارزمية "GAN" أو شبكة التزاوج التوليدية، وهي تقنية بارعة في إنشاء مقاطع فيديو جيدة وتركيبها على وجه آخر.

غوغل تقتل أحد أهم تطبيقاتها

وتثير استياء المستخدمين

قررت غوغل إيقاف العمل بتطبيق صندوق البريد الخاص بها "Inbox"، وسيتمتع على المستخدمين التحول إلى اعتماد تطبيق وخدمات "Gmail" التابع للشركة، قبل التاريخ المحدد لإيقاف التطبيق. وكتب فريق "Inbox" على تويتر قائلا: "على مدى السنوات الأربع الماضية، ساعدتونا على تحسين البريد الإلكتروني، لقد قدمنا ميزات Inbox الناشئة إلى Gmail لمساعدة المستخدمين على إنجاز المزيد من المهام، شكرا. سنركز على Gmail وسنقول وداعا إلى Inbox في نهاية مارس 2019". ويعد فريق "Inbox" في غوغل جزءا من فريق "Gmail" الأوسع، وأشار موقع "ذي فيرج" المتخصص في الأخبار التقنية، إلى أن التخلي عن هذا التطبيق لن يفقد أيًا من الموظفين عمله. وطرح تطبيق وخدمات Inbox في أكتوبر 2014، للمساعدة على تحسين خدمة البريد الإلكتروني Gmail. كما طرحت الشركة التطبيق كمنصة تجريبية لاختبار الميزات الجديدة التي سيتم طرحها لاحقا على Gmail. ثم في ماي 2015، قدمت الشركة إصدارا محسنا من التطبيق، صمم لجعل تصفح البريد الإلكتروني تجربة أكثر إنتاجية وسهولة. وذكر المتجر الإلكتروني "غوغل بلاي" أنه تم تنزيل تطبيق "Inbox" أكثر من 10 ملايين مرة منذ إنطلاقه، مقابل مليار تنزيل لتطبيق Gmail الذي يتم تضمينه في معظم أجهزة أندرويد. وتتمتع غوغل بتاريخ طويل مع إغلاق الخدمات التي لا تعتبرها شائعة، وقد أثار هذا الخبر امتعاض عدد كبير من المستخدمين.



عارضة أزياء تعرض فستاناً من مجموعة برين باي ثورنتون بريغاتزي خلال أسبوع الموضة في لندن

قرأت لك

فوائد اللوز



تتناوله بين الوجبات الغذائية، حيث تحتوي 20 حبة لوز على 160 سعرا حراريا، كما أنه غني بأوميغا-9 وفيتامين هـ، ولديه القدرة على إيقاف الجلطات التي تسد الشرايين ومنظم للضغط بفضل المستويات المرتفعة لليوتاسيوم الذي يعمل على استبعاد الملح كما يعمل على اختراق الكوليسترول السيئ والتخلص منه في الجراز. وأضافت بلومي أن اللوز عبارة عن كوكتيل من مضادات الأكسدة، ويحتوي على الزنك والحديد وفيتامين هـ-9 وهو، مفيد للعظام بسبب المغنسيوم ومفيد للعظام بفضل الكالسيوم، ومفيد للجلد ومن الأفضل خلطة مع الفاكهة الغنية بفيتامين سي، مثل البرتقال والكيوي والمانجو، وهو كذلك غني بفيتامين بي-3 ويسهل عملية الهضم.

سؤال جواب

- هو العالم الذي صحح نظرية بطليموس وكيف نشرها ؟
- العالم هو كوبرنيكاس البولندي ولكنه لم ينشرها طيلة حياته خوفا من غضب الكنيسة وتوفي سنة 1543 وبعد أكثر من مائة سنة من وفاته اعلن هذه النظرية العالم الالماني كيبلر.
- من هي اول دولة اتبعت نظام امتحان الموظفين قبل التوظيف وما هو نوع الامتحان ؟
- في الصين في القرن الثاني قبل الميلاد وكان امتحان في المعلومات العامة والشعر والعرف والفروسية؟
- يعتمد البحارة في تحديد مراكزهم في البحار على نجمة القطب الشمالي، فهم يعرفون ان هذا النجم يبقى في الشمال وعلى اساسه يحددون اتجاههم وموقعهم فكم عدد النجوم التي تشكل النجم القطبي الشمال؟
- النجم الشمالي نجم واحد فقط.

هل تعلم؟

- مكتشف أشعة إكس هو وليم كونراد رونتجن وهو ألماني الجنسية .
- العالم الإيطالي جوليليمو ماركوني هو مخترع الراديو وكان ذلك عام 1895
- مكتشف الدورة الدموية الصغرى هو ابن النفيس .
- هل تعلم أن ليستر هو مخترع التعقيم الجراحي .
- شارلي شابلن هو من أشهر ممثلي الكوميديا في العالم ولد في بريطانيا في 16 أبريل سنة 1889 م .
- هل تعلم أن وكالة المخابرات الأمريكية تأسست عام 1947 م .
- بدأت الإذاعة المصرية إرسالها عام 1934 م .
- بدأ استخدام العملات الورقية في بدايات الحرب العالمية الأولى عام 1914 م في إنجلترا ولكن الدولة صاحبة فكرة العملة الورقية هي الولايات المتحدة الأمريكية .
- اكتشف الكابتن جيمس كوك الملاح الإنجليزي قارة استراليا سنة 1768 م .
- هل تعلم أن المؤرخ الإغريقي هيرودوت هو الملقب بأبو التاريخ .

قصة خصام الأقوياء

يحكي ان رياح الخريف تقابلت مع اعصار الشتاء وشمس الصيف.. وبطريقهم القى كل منهم تحيته على الآخر ووقفوا يتحدثون معا كلا عن حاله فاخذوا في سرد قوتهم ومقدرتهم وانتهوا الى الخصام حيث ان الشمس قالت انها الاقوى .. وهي وحدها الاقوى فقرر الجميع الاحتكام الى اول من يمر عليهم، هنا مر عليهم بركان غاضب كان في طريقه الى مكانه فحرف منهم ما حدث فقال كلمته العجيبة ليست الشمس ولا الإعصار ولا الرياح بل انا .. تعالوا لنذهب الي جزيرتي وليجرب كل واحد فينا قوته. اجتمع الأربعة في جزيرة البركان وكانت رياح الخريف على عجلة من أمرها فاقتربت من بعض سكان الجزيرة وهبت عليهم بكل ما فيها من قوة فحركت الأشجار وجعلتها تتمايل بشدة وأسرع السكان بالاختباء وطارت الثمار من على الأشجار تتدحرج على الأرض في غضب وتطايرت أوراق الشجر ودخلت في كل مكان مما سبب غضب السكان فأغلقوا النوافذ والأبواب وخذلوا للثوم، هنا وقف إعصار الشتاء يضحك بقوة ثم بدأ عمله فورا بشهيق قوي جعل أوراق الأشجار المساقطة تدور وتلتف في دوامة حول نفسها والأشجار تميل وصوت شهيقه يجعل في المكان ضجة كبيرة وكأنه محركات طائرة وفجأة اطلق زفيره بقوة ليقتلع الأشجار وتطير أسقف البيوت الخشبية وبعض جدرانها ولم يستطع الأهالي فعل شيء فهرعوا إلى المخابئ ليبتعدوا أنفسهم وصغارهم ويعيث هو فسادا في كل مكان.. هاجت الأمواج وخرجت الى الشواطئ والشوارع لتغرق البيوت وهطلت الأمطار بشدة كان ماء البحر ليس كافيا فزاد الأمر سوءا وعم الصراخ كل مكان فاخذ الإعصار يضحك ميتهاجا.. هنا غضبت الشمس لتسوتوه فصعدت الى كبد السماء وأشرقت بقوة وأخذت تزيد حرارتها تدريجيا فسخن كل شيء على الجزيرة وأخذت المياه تتبخر بسرعة وكل شيء يجف ويجف وخرج الناس من بيوتهم يطلبون الهواء ويطلبون الماء ليبردوا به أجسادهم وبدأوا يهربون من المكان بحثا عن الظل.. هنا ضحك البركان وقال هدوء.. هدوء من فضلكم تعالوا لتأخذ بعض الراحة.

ومع تلك السويغات القليلة وبعد ان ارتاح سكان الجزيرة هب البركان بسرعة ونشط واخذ يزمجر بقوة أكثر وأكثر ثم بدأ يطلق حممه المميته ودخان السموم وغبارها يتصاعد في كل مكان ويقتد النيران في كل اتجاه.. وهو يصرخ وكأنه عفرية.. ولم يعض وقت طويل حتى أصبحت الجزيرة مهجورة من سكانها.. ضحك البركان وقال من الاقوى.. لم يسمع جوابا يرضيه فتأثر أكثر.. هنا اجتمعت عليه الرياح والإعصار والشمس وتكاتفوا معا وبعد فترة لم يعد احد يسمع صوت البركان وتركوها الجزيرة مسرووقين ليعود إليها سكانها فيما بعد.

مساحة للتلوين

