

دبي تستقبل موسم الأعياد
بمجموعة واسعة من الفعاليات
والعروض والأنشطة الاحتفالية

رانيا يوسف:
دوري في (الماليك)
مختلف ومميز



5 فوائد علمية للموز.. من
ص 23 فقدان الوزن إلى صحة القلب



نصف البريطانيين لا يتقنون وجبة عيد الميلاد

اعترف نحو 47 في المئة من البريطانيين، أي ما يعادل واحداً من كل اثنين تقريباً، في استبيان نُشر أمس الأربعاء، بأنهم غير قادرين على تحضير وجبة عيد الميلاد بكل مكوناتها. وتتألف وجبة عيد الميلاد في بريطانيا عادة من لحم مطبوخ بالزمن يُطَبَّب بالصلصة، ويُبرق بخضر. ويشكل إعداد هذه الصلصة المهمة الأكثر صعوبة لمن شملهم الاستطلاع، إذ استبعد 81 في المئة منهم أن يتقنوا في تحضير الصلصة التوت البري، وقال 73 في المئة إنهم قد لا يتمكنون من صنع صلصة الخبز، وهما من الأساسيات التقليدية في المطبخ الإنكليزي. وأقر 73 في المئة منهم بأنهم لا يتقنون تحضير حلوى البودينغ، أما الديك الرومي الشوي والبطاطا المخبوزة بالفرن فيما أكثر ما يتقنه الشمولون بالاستبيان في وجبة العيد. وأفاد ثلث من شملهم الاستطلاع بأن أحداً لم يعلمهم كيفية الطهو، فيما أوضحت نسبة مماثلة من المشاركين أنهم لا يملكون المساحة أو المعدات اللازمة لإعداد الوجبة. وأشار 55 في المئة تالياً إلى أنهم يتكلمون على الآخرين في تحضير الوجبات لهم، فيما يصرف 15 في المئة النظر كلياً عن فكرة عشاء عيد الميلاد، ويعتزم 8 في المئة لتناولها في حانة أو مطعم، ويطمح 41 في المئة من شملهم الاستبيان إلى تعلم كيفية طهو وجبة كاملة لعيد الميلاد في السنة المقبلة.

القلب الزورق.. والضحايا بالعشرات

قالت السلطات البحرية في ماليزيا إنه تم انتشال عشر جثث وما زال 29 شخصاً في عداد المفقودين أمس الأربعاء بعد انقلاب زورق كان يقل من يشبه في أنهم مهاجرون غير شرعيين قبالة سواحل البلاد وسط أحوال جوية سيئة. ونجا 21 من إجمالي 60 يعتقد أنهم كانوا على متن الزورق الذي انقلب قبالة ساحل ولاية جوهور الجنوبية في نحو الساعة 4:30 صباحاً (2030 بتوقيت جرينتش). وعثر على الناجين والزورق على شاطئ في تانجونج بالو وقالت هيئة إنقاذ القانون البحري الماليزية إن عمليات بحث وإنقاذ انطلقت لبحث عن المفقودين.

7 طرق بسيطة لوقف نزلة البرد قبل أن تبدأ!

ربما يخشى الكثيرون من الإصابة بنزلات البرد الشديدة هذا الشتاء، لذا كشف فريق ColdZyme وأشلتغ موران، عالم التغذية في Thriva، عن كيفية إيقاف نزلة البرد قبل الإصابة بنزلة برد:

ColdZyme: "الأعراض المبكرة لنزلات البرد يمكن أن تختلف من شخص لآخر، وتتراوح من صداع أو "حكة" أو التهاب في الحلق. وبمجرد ظهور هذه الأعراض، ابدأ في علاجها بالآلية".

الحصول على قسط كاف من النوم: يعد ضمان حصولك على قسط كاف من النوم عاملاً مهماً في مساعدتنا على الوقاية من نزلات البرد ومكافحتها/ لأن هذا يحدث عندما يعمل الجسم بأقصى جهده لمكافحة العدوى. "أظهرت الأبحاث أن قلة النوم يمكن أن تؤثر على جهاز المناعة وقدرته على مكافحة العدوى". وتوسع موران: "عندما نتنام، ينتج جسمك ويطلق السيروتونينات - البروتينات التي تستهدف العدوى والالتهابات. ويُعتقد أيضاً أن النوم يحسن عمل الخلايا التائية - وهي نوع مهم جداً من الخلايا المناعية. لذا فإن قلة النوم يمكن أن تجعلك أكثر عرضة للإصابة بالمرض".

الاسترخاء: هل تعلم أن الإجهاد يمكن أن يجعلك أكثر عرضة لنزلات البرد. وقال موران: "يمكن أن يكون لرفاهيتك العاطفية تأثير كبير على صحتك الجسدية. وفي الواقع، علم المناعة العصبي النفسي هو دراسة التفاعلات بين الجهاز العصبي المركزي (CNS) وجهاز المناعة لديك. وتظهر الأبحاث أن التوتر المزمن يمكن أن يضعف جهاز المناعة لديك".

وهناك الكثير من الأشياء التي يمكنك القيام بها لخفض مستويات التوتر لديك، وحتى تغيير طريقة إدراكك للضغط والاستجابة له، بما في ذلك:

- تركيز كامل للذهن.
- التنفس العميق.
- الحصول على قسط كاف من النوم.
- الرياضة.
- عدم الإفراط في شرب الكحول.

ممارسة الرياضة: تعتبر ممارسة التمارين الرياضية بانتظام أمراً مهماً لعمل الجهاز المناعي ويمكن أن تساعدك على منع الإصابة بالزكام. وأوضح موران: "هناك الكثير من النظريات حول كيف يمكن للتمارين الرياضية أن تدعم جهاز المناعة لديك، لكن الأدلة ليست مفهومة تماماً. وتقول إحدى النظريات إن التمرينات يمكن أن تساعد الخلايا المناعية على الانتقال بسرعة أكبر حول جسمك لأنها تحسن الدورة الدموية. أو قد تساعد الزيادة القصيرة في درجة حرارة جسمك على محاربة العدوى بشكل أفضل. ومن المحتمل أن تكون مجموعة من الأسباب المعقدة".

يقطع من مدة وشدة الإنفلونزا (لكن البحث يعتمد على دراسات قليلة فقط من عدد صغير من الأشخاص العائنين).

- مستخلص الثوم المسع (AGE) - تشير بعض الأبحاث إلى أن AGE يمكن أن يعزز وظيفة الخلايا المناعية وقد يساعد في تقليل شدة نزلات البرد والإنفلونزا.
- البروبيوتيك.

جفف شعرك: تحدث نزلات البرد بسبب الفيروسات، وليس الطقس البارد. ولكن الحفاظ على نفسك دافئاً قد يساعدك على منع الإصابة بنزلة برد.

وقال الخبراء في ColdZyme: "على الرغم مما قد أخبرك به والداك وأجدادك، فإن الشعور المبلل لا يسبب الزكام. البرد نفسه ناتج عن عدوى من فيروس نزلات البرد (يعتقد أن هناك حوالي 200 نوع مختلف). ومع ذلك، إذا كان جهاز المناعة ضعيفاً بالفعل، فإن البرودة الشديدة يمكن أن تزيد من إضعافه، والشعر المبلل في الظروف الباردة يمكن أن يؤدي إلى انخفاض في درجة حرارة الجسم، ما قد يكون له تأثير سلبي على جهاز المناعة الضعيف، لذلك من الأفضل تجنب الدخول في البرد بشعر مبلل".

تناول الدواء اللازم: إذا شعرت بنزلة برد في الأفق، فيمكن للصيدلي أن ينصحك بأفضل دواء يمكنك تناوله.

وقال الفريق في

غسل اليدين: تنتشر نزلات البرد عن طريق الجراثيم الناتجة عن السعال والعطس، والتي يمكن أن تعيش على اليدين والأسطح لمدة 24 ساعة. لذلك فإن إحدى أفضل الطرق لتجنب الإصابة بنزلة برد هي غسل اليدين وتجنب لمس الأشياء المشتركة. وقال عالم التغذية موران: "غسل يديك بانتظام بالماء والصابون لمدة 20 ثانية يمكن أن يساعد في حمايتك من الإصابة بالعدوى إذا كنت تعرضت لها. وإذا كنت لا تستطيع غسل يديك، فإن استخدام هلام كحولي بمستوى كحول لا يقل عن 60% هو أفضل شيء بعد ذلك".

تناول المكملات الغذائية: سيساعدك الحفاظ على صحتك واتباع نظام غذائي مغذٍ على درء نزلات البرد ومحاربتها في حالة الإصابة بها.

وقال موران: "إن اتباع نظام غذائي صحي متوازن مهم جداً عندما يتعلق الأمر بدعم عمل جهاز المناعة لديك وصحتك على المدى الطويل". وهناك عدد من العناصر الغذائية ذات الأهمية الخاصة، بما في ذلك فيتامين C وفيتامين A وفيتامين E وفيتامين (د) وفيتامين B6 والزنك.

وتشمل المكملات الأخرى التي قد تساعد ما يلي:

- Echinacea - أظهرت الدراسات أن هذه العشبة قد تساعد في الحماية من نزلات البرد (ولكن هناك حاجة إلى مزيد من البحث).
- مستخلصات البلسان الأسود
- نبات طبي ثبت أنه



جهاز يرتدى حول العنق يقيك دافئاً في الشتاء

005G عبارة عن غطاء الرقبة صممه المصمم الصناعي الصيني شياو مينغ للحفاظ على الشعور بالدفء في أشهر الشتاء الباردة. الجهاز عبارة عن غطاء تدفئة للرقبة يلتف حول كتفك تماماً مثل المنشفة الدافئة، وتم تصميمه على شكل زوج من سماعات الرأس فوق الأذنين، ويوزن 005G حول عنقك، وينبعث الدفء من غطائه الخملي إلى عنقك.

ومن خلال قرص درجة الحرارة القابل للضبط، يمكن للمستخدمين تغيير كمية الحرارة التي يرغبون في الحصول عليها من الجهاز. وبينما تم تصميم 005G بشكل أساسي للحفاظ على الدفء في الأيام الباردة، فهو ملحق مثالي لآدم الرقبة أيضاً. وللحفاظ على الشعور بالراحة أثناء التعامل مع مشاكل الرقبة مثل تصلب العضلات، يوفر الجهاز الدفء الكافي لمنعنا من التفكير في الألم، بحسب موقع يانكو ديزاين.

سيارة طائرة على شكل بجة

eVTOL مفهوم متطور لسيارة طائرة على شكل بجة تعتمد على نظام الدفع والأرجل الميكانيكية وقادرة على الإقلاع والهبوط دون الحاجة إلى مهيبط طائرات أو حتى أرض مستوية. تواجه القارة الأفريقية مجموعة تحديات خاصة عندما يتعلق الأمر بتقديم مساعدات سريعة إلى المواقع النائية، وهنا يأتي دور طائرات eVTOL التي صممها شركة PHRACTYL التي تعمل على تطوير مركبة جوية شخصية تسمى ماكروبوت، وتمت تسميتها بهذا الاسم لأن الخفايش هي الثدييات الطائرة الوحيدة على هذا الكوكب، كما أن حل التنقل الجوي الجديد الذي صممته الشركة على شكل بجة.

ويبدو كل شيء في المركبة الجديدة شبيهاً بطائر البجة، ويساعد تصميم السيقان المركبة على الهبوط على أي تضاريس دون وجود عائق. وقام المصممون بقفزة جريئة لتنج الآلة الطائرة مجموعة من الأرجل القوية مع مفاصل الورك والركبة والكاحل التي تعمل بمحركات قوية جداً. وبمجرد تحليقها في الهواء، ستطوي هذه الأرجل لأعلى لتقليل أي تداخل مع الديناميكا الهوائية. وأثناء الهبوط والإقلاع، تميل المركبة للخلف بنحو 45 درجة، تماماً كما تفعل معظم الطيور. ويمكن تبديل تصميم المراوح الظاهرة بعامل شكل أصغر في تصميمات النماذج الأولية المستقبلية. وبالنسبة لتصميم المفهوم الأولي، يقول المصممون إن المركبة ذات المعد الواحد تسير بسرعة 112 ميلاً في الساعة ونطاق متوسط يبلغ 93 ميلاً.

عدد قياسي.. 800 ألف سيارة جديدة لتويوتا

قالت تويوتا موتور إنها تعتزم إنتاج 800 ألف سيارة على مستوى العالم في شهر يناير - كانون الثاني، وهو رقم قياسي بالنسبة لهذا الشهر، فيما تكثف جهودها لتعويض توقف الإنتاج بسبب نقص قطع الغيار. وقالت الشركة في بيان "سنسعى للوفاء بتوقعاتنا للإنتاج عند مستوى تسعة ملايين وحدة" لعام المنتهي في 31 مارس آذار. وتمثل خطة الإنتاج لشهر يناير كانون الثاني زيادة بواقع 60 ألف سيارة مقارنة بالعام السابق. تأثرت أكبر شركة لصناعة السيارات في العالم من حيث حجم الإنتاج بنقص قطع الغيار التي تنتجها مصانع في ماليزيا وفيتنام بسبب جائحة كورونا. وذكرت الشركة هذا الأسبوع إن هذا النقص يجبرها على وقف بعض عمليات التصنيع في اليابان - ديسمبر - كانون الأول، مما يعني خسارة إنتاج 14000 سيارة في الشهر.

يوتيوب يعلن انتهاء مشكلة العشرين دقيقة

أعلن موقع "يوتيوب"، أنه حل مشكلة تسببت في تعذر وصول آلاف المستخدمين إلى منصته، أو مواجهتهم بعض البيط في الخدمات. وكان موقع "داون ديتكتور" الذي يتتبع حالات انقطاع خدمات الإنترنت، أظهر أن هناك أكثر من 19 ألف حالة لأشخاص يبلغون عن مواجهتهم مشكلة في استخدام "يوتيوب". ويتتبع الموقع حالات الانقطاع عن طريق تجميع تقارير من عدد من المصادر، منها الأخطاء التي يرسلها المستخدم على منصته. وقال حساب "يوتيوب" على "تويتر": "إذا كنت قد واجهتم ببطأ في الخدمات عن المعتاد أو مشكلة في الدخول على يوتيوب في وقت سابق أمس فقد وجدنا حلاً لذلك. المشكلة استمرت نحو 20 دقيقة". وتسبب انقطاع كبير في تعطيل خدمات "أمازون" السحابية لعدة ساعات الأسبوع الماضي، مما أدى إلى تعذر الوصول إلى منصتي "نتفلكس" و"ديزني". وعدد كبير من الخدمات الأخرى، منها موقع التجارة الإلكترونية في "أمازون". وقال موقع "تول تيستر" الذي يراجع أدوات الإنترنت، إن "يوتيوب" واجه 65 انقطاعاً على مدار الـ12 شهراً المتصرفة.

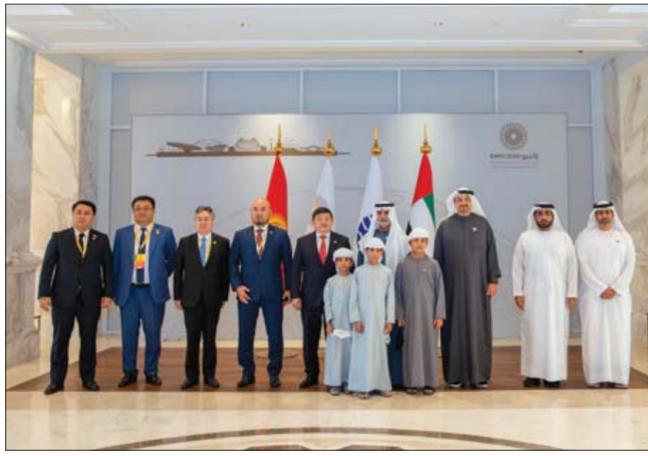


متى نتوقف عن تناول المضادات الحيوية؟

أعلن الطبيب الروسي الكسندر مياسنيكوف، أنه عند الإصابة بالسعال والتهاب الشعب الهوائية الفيروسي، يجب الامتناع عن تناول المضادات الحيوية. ويشير مياسنيكوف في حديث تلفزيوني، إلى أن فعالية المضادات تتوقف وينخفض تأثيرها عند تناولها دون انضباط. ويقول، "إذا كان الشخص يعاني من التهاب في الحلق، أو من التهاب الشعب الهوائية لا يحتاج إلى تناول المضادات الحيوية. بل عليه الانتظار، والسماح لأدوية علاج السعال الوقت اللازم لإظهار مفعولها. فقد لا يكون الشخص مصاباً بالتهاب الشعب الهوائية الفيروسي. لأنه غالباً ما تكون إصابته غير معدية". ويؤكد مياسنيكوف، على أن المضادات الحيوية لا تفيد في علاج التهاب الجيوب الأنفية. ويقول، "يمكن تناول المضادات الحيوية خارج المستشفى عندما يكون الشخص مصاباً بالتهاب اللوزتين ودرجة حرارته تصل إلى 40 درجة مئوية، كوسيلة للوقاية من أمراض القلب، وعندما يكون لديه عدوى في الأعضاء التناسلية أو التهاب رئوي، ويتعالج في المنزل". ويضيف، عموماً المضادات الحيوية ليست مناسبة للعلاج الأساسي لالتهاب الشعب الهوائية.

لينز يحاكم لإطلاقه النار على ستاليون

قررت محكمة في لوس أنجلوس محاكمة مغني الراب الكندي توري لينز لإطلاقه النار على قدمي المغنية ميغن ذي ستاليون بعد حفلة في هوليوود. وفي تفاصيل الحادثة التي حصلت في حزيران-يونيو 2020 أن شجاراً نشب بين نجمة الهيب هوب وتوري لينز في طريق عودتهما معاً في سيارة واحدة من حفلة استضافتها كايلي جينر. وأفاد أحد المحققين في روايته للمحكمة بأن ميغن ذي ستاليون طلبت الخروج من السيارة، فما كان من توري لينز إلا أن صرخ بها قائلاً "ارفضي أيتها العاهرة"، ثم أطلق النار على قدميها بواسطة مسدس. وسقطت المغنية أرضاً بعدما أصيبت في قدميها وفزقت بغزارة، وزحفت إلى منزل مجاور. وما لبث مغني الراب الكندي الذي قال إنه كان مخموراً لدى إطلاقه النار، أن اعترف من ميغن ذي ستاليون، وعرض عليها مرافقتها إلى المنزل. وأشارت المغنية في إفادتها أمام المحققين إلى أن توري لينز عرض عليها المال مقابل صمتها عن هذه الحادثة.



منوعات الفكر 22

قرغيزستان تحفي بيومها الوطني في إكسبو 2020 دبي

بالسلاسل الجبلية الخلابة، والأودية الخضراء، والرعاء البدويين، وقد أسست قطاع سياحة مستداما وبارزا على مستوى المنطقة. أما عاصمتها شبيكي، فهي مركز استراتيجي وبوابة للمسافرين إلى آسيا الوسطى. يقع جناح قرغيزستان في منطقة الفرض، ويظهر جمال الطبيعة في البلاد وشعبها الحيوي والمتنوع. ويكشف عن الإمكانيات الاقتصادية والسياحية، إلى جانب الآلية التي تستخدمها قرغيزستان من تطوير الابتكارات، والمعارف، والاستخدام الواسع لتقنية المعلومات. ويعرض الجناح أيضا تاريخ الشعب القرغيزستاني، وتقاليد، وتراثه الثقافي، ويتيح فرصة شراء تذكارات فريدة مصنوعة من مواد صديقة للبيئة وطبيعية متنوعة.

مزرعة عميقة، ويذكر البشرية بأنه لا يمكن إحراز التقدم بدون العمل المشترك والتعاون. وقرغيزستان ترحب دائما بالتعاون القائم على الثقة والمنفعة المتبادلة مع دول العالم، "كمباركان" الشعبية المرموقة، القادمة من مدينة نوكتوغول والحائزة جوائز عدة، إلى فرقة "أك مرال" الراقصة لتقديم عرض ثقافي. وعزف الفنانون أغانا وطنية على آلات موسيقية تقليدية، مستعرضين بذلك موسيقى منطقة علاء تواجيلية.

نشطت قرغيزستان في المشاركة في معارض إكسبو الدولية والمتخصصة منذ مشاركتها الأولى في معرض إكسبو المتخصص للعام 1993 في نايجون. وتزخر الدولة

ب"روح جناح قرغيزستان للبلاد بوصفها مكانا يزخر بالتاريخ الفني والتنوع الثقافي، وبجمال الطبيعة الذي تتميز به البلاد. يدعو الجناح زواره للانغماس في عبق التقاليد والعادات البدوية الغنية التي تتميز بها قرغيزستان، والمرتكزة منذ قديم الزمان على القيم التي طالما اعتز بها الشعب القرغيزستاني، وهي الفخر والإحسان والتماسك المجتمعي. ويسلط الجناح الضوء على قرغيزستان التي تستشرف المستقبل، والتي تمكنت من تحقيق الكثير من الإنجازات في ما يتعلق بالابتكار، والمعرفة، والتنمية الاجتماعية والاقتصادية، التي تشاركها مع العالم عبر منصة إكسبو 2020 دبي." وقال معالي أقبليبيك جباروف، رئيس مجلس الوزراء في جمهورية قرغيزستان: "تزرخ دولتنا بتاريخ من

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

احتفلت قرغيزستان بيومها الوطني في إكسبو 2020 عبر مجموعة مبهرة من العروض أقيمت في ساحة الوصل، من ضمنها عرض راقص عامر بموسيقى المجتمعات الجبلية وتقاليدها، فضلا عن مراسم رفع العلم. واستقبل معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان، وزير التسامح والتعايش، الفؤوس العام لإكسبو 2020 دبي، معالي أقبليبيك جباروف، رئيس مجلس الوزراء في جمهورية قرغيزستان، وقال معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان:



قمة ريوارد: الشراكة العالمية من أجل التعليم ومجموعة التنسيق العربية تطلقان مبادرة تمويل التعليم الذكي التي تقدم نصف مليار دولار لتمويل التعليم

قمة ريوارد تشهد أول مشاركة رسمية عامة يثني عليها جاكيا مريشو كيكويتي رئيس مجلس إدارة الشراكة العالمية للتعليم والرئيس السابق لتنازانيا

وتغيرهم من الأفراد في الأوساط المهنية والأكاديمية، بهدف إعادة رسم ملامح قطاع التعليم استناداً للمستقبل، ما يرسخ مكانة الإمارات الرائدة محلياً وعالمياً خلال هذه المرحلة الحرجة التي تواجه القطاع حول العالم. كما تواصل الأزمة الصحية العالمية التأثير على قطاع التعليم، فضلاً عن ظروف التغير المناخي والصراعات المتواصلة وغيرها من الضغوطات الديموغرافية، ما طاقم أزمة التعليم العالمية وتسبب بمنع ملايين الأطفال من الذهاب إلى المدارس، وخصيصاً الفتيات والأطفال المحرومين.

وأصبح التمويل الإضافي في مجال التعليم أكثر أهمية من أي وقت مضى، لضمان عدم ضياع المكاسب المحرزة بجهود مضيئة لتعليم الفتيات وإبقاء ملايين الأطفال في المدارس وتكييف التعليم مع متطلبات القرن الحادي والعشرين.

من جهته، السيد عامر بوكوفيتش، مدير عام البنك الإسلامي للتنمية (IsDB) لتطوير المنتجات والشركات: "يندرج التعليم ضمن الجهود الاجتماعية الهادفة، وتلعب بيئة التعلم دوراً أساسياً في نجاحه. وتأتي أهمية دعم الدول بالآليات المالية اللازمة لاستثمار الموارد المحلية في إطار سعيها لإعادة بناء أنظمة تعليمية أفضل وأكثر مرونة. حيث يسعى البنك الإسلامي للتنمية وشركاؤه من الدول العربية إلى تعزيز هذا الالتزام من خلال مبادرة تمويل التعليم الذكي بالتعاون مع مجموعة التنسيق العربية بهدف دعم تمويل التعليم والتنمية بالشراكة مع المجتمع العالمي".

كما أثنى سعادة الرئيس كيكويتي والرئيس أوهورو كينياتا على تقاعل الأطراف الموقفة على المبادرة، التي تدعو رؤساء الدول إلى المشاركة في قضية تمويل التعليم،

ما يصل إلى 400 مليون دولار. وتسعى الجهتان إلى تأمين حوالي 500 مليون دولار لتوفير التعليم في 37 دولة تنتمي لمنظمة التعاون الإسلامي، والتي تشهد تغيب 28 مليون طفل عن مدارسهم.

وتعليقاً على الموضوع قال سعادة الدكتور جاكيا مريشو كيكويتي، رئيس مجلس إدارة الشراكة العالمية من أجل التعليم: "يساعد التمويل الذي توفره هذه المبادرة الحكومات على حل تحديات التعليم التي تواجههم، وتأمين تمويل إضافي يشروم أفضل، مع الحرص على استثمار هذه الموارد في برامج تعليم فعالة ومستدامة. ويواجه العالم أزمة شديدة في مجال التعليم تؤثر على أكثر من 250 مليون من الأطفال المحرومين من التعليم، حيث نحتاج إلى تمويل التعليم بشكل أكبر وأفضل، من خلال آليات مبتكرة تعزز مستويات التمويل المحلي والتبرع العالمي".

•• دبي - الفجر
أطلق سعادة الدكتور جاكيا مريشو كيكويتي، رئيس مجلس إدارة الشراكة العالمية من أجل التعليم والرئيس السابق لتنازانيا، والسيد عامر بوكوفيتش، مدير عام البنك الإسلامي للتنمية (IsDB) لتطوير المنتجات والشركات، مبادرة تمويل التعليم الذكي التي تقدم نصف مليار دولار لتمويل التعليم، خلال قمة ريوارد التي تستضيفها مؤسسة دبي للطعام.

وتعد المبادرة التي طورتها الشراكة العالمية من أجل التعليم ومجموعة التنسيق العربية التي تضم العديد من مؤسسات التنمية المالية العربية، آلية تمويل مبتكرة تؤمن 4 دولار لكل 1 دولار بالاعتماد على أداة مالتيلابر التمويلية المبتكرة والخاصة بالشراكة العالمية من أجل التعليم، لجمع

يخصص معرض إكسبو 2020 دبي فترة مميزة من 20 وحتى 28 ديسمبر خلال موسم الأعياد

دبي تستقبل موسم الأعياد بمجموعة واسعة من الفعاليات والعروض والأنشطة الاحتفالية

العروض الحية ومحطات المأكولات المتنوعة من إيطاليا والهند واليابان والمطبخ الشرقي.

احتفالات ليلة رأس السنة
يستقبل فندق أتلانتس العام الجديد بعشاء ملكي على نغمة فرقة موسيقية حية من 30 عازفا وفرقة ترقيفية متمعة، إلى جانب البوفيه الملكية التي تشمل على الكرنك والكافيار إلى الشاورما والفاهيتا ومحطات الطهي المباشر ومحطات البوفيه اللائمه للأطفال.

يقدم مطعم أول دير إطلالات خلابة على برج خليفة، إلى جانب أطباق المأكولات اللذيذة في حفل مستوح من عشرينيات القرن الماضي في مدينة نيويورك. كما تضم قائمة المأكولات 6 أطباق شهية.

ويستعد فندق برج العرب، الذي يعد من أرقى الفنادق في العالم، إلى استقبال العام الجديد بمجموعة من عروض الألعاب النارية، ويدعو معلم "تراس" ضيوفه إلى خوض تجربة غامرة بالمأكولات العالية بعدها أفضل الطهاة في المدينة.

من موسم الأعياد، ويقدم مجموعة من العروض الثمالية لمختلف أفراد العائلة ضمن أجواء رائعة يغمرها أنشيد جوقة الكريسماس حول الشجرة، كما يضم السوق أكثر من 50 كشكا للمأكولات والمشروبات وغيرها من الحلويات المخصصة لهذه المناسبة. وسيقدم باب الشمس أيضا حتى 24 ديسمبر شاي بعد الظهر في "يا هلا"، يليه وجبات خاصة عشية عيد الميلاد، ويوم عيد الميلاد، و"بوكسينغ داي"، بالإضافة إلى احتفال ليلة رأس السنة الجديدة حتى نهاية عام 2021.

وقتر جاردن
افتحت وقتر جاردن دبي أبوابها أمام الزوار اعتباراً من 1 ديسمبر ضمن أجواء شتوية لندنية استعداداً لاستقبال رأس السنة وأعياد الميلاد، وتقع الحديقة الشتوية أمام قصر الحبتور دبي، وتضم مجموعة رائعة من أكشاك الطعام لأخذ الزوار في رحلة طهي حول العالم، مع عروض في الشوارع وموسيقى مباشرة. كما يخصص معرض إكسبو 2020 دبي فترة مميزة من 20 وحتى 28 ديسمبر خلال موسم

جميع أفراد العائلة، مع هذا العمل المسرحي الإيماني الرائع الذي يروي حكاية "علاء الدين" الكلاسيكية، بأسلوب مسرحي مليء بالضحك والموسيقى والأزياء الملونة كما ستمثل أرجاء سفينة "كوين إليزابيث 2" في 17 ديسمبر بأغاني عيد الميلاد، حيث ستغني "ليزا جولدن" إلى جانب "إيميلي بيوكوك" و"جون ماركس" وغيرهم في عرض أسر تتخلله أروع الأغاني الميلادية الكلاسيكية وستحوي دبي أوبرا في 21 ديسمبر حفل "ذا ساوند أوف كريسماس"، الذي يضم جميع أغاني عيد الميلاد المفضلة، بما في ذلك سائنا بيبي، وجينيتل بيل روك، ووينتر وندرلاند، وفيليز نايفادا، وأول أي، واث فور كريسماس، إزو يو روكين أرواند ذي كريسماس تري وغيرها الكثير. تضم الفرقة بقيادة آدم لونغ، خمسة وعشرين من أفضل موسيقيي الجاز في دولة الإمارات والمنطقة.

كما ستشهد خشبة مسرح دبي أوبرا في 23 وحتى 25 ديسمبر العرض المسرحي "ذا نات كراكر" الشهيرة بمشاركة فنانيين وراقصين موهوبين من دار الباليه الروسية، والأوبرا الروسية. ويضم العمل مجموعة من أكثر المقطوعات الموسيقية شهرة لتشاكوفسكي، بما فيها موسيقى "فالس أوف ذا فلاورز"، و"شوغر بلوم فيري"، والتي تؤديها أوركسترا حية.

•• دبي - الفجر
تقدم دبي لضيوفها الكثير من التجارب المميزة التي تمكنهم من قضاء أوقات متمعة، لاسيما وأنها تتمتع بالعديد من المقومات السياحية التي تليها مختلف الأذواق والفنانات العمرية. وتشهد دبي خلال شهر ديسمبر إقامة مجموعة مشوقة من الفعاليات والعروض والأنشطة خلال موسم الأعياد وتواصل دبي زيادة مشهد تعالي قطاع السياحة العالمي، باعتبارها واحدة من أكثر الوجهات الآمنة حول العالم، حيث تقوم بتنظيم مجموعة من الفعاليات والأنشطة خلال موسم الأعياد واعتدال الطقس.

ونظراً لما تتمتع بها من أمان، ومقومات سياحية فريدة، وبنية تحتية متطورة، تسعى دبي لتعزيز مكانتها لتصبح المدينة المفضلة للحياة والعمل والزيارة، وهي تستعد حالياً لاستقبال ضيوفها من داخل الدولة وخارجها للاستمتاع بالفعاليات المتنوعة خلال موسم الأعياد. حيث يمكن قضاء أوقات متمعة بحضور إحدى الفعاليات الترفيهية، أو قضاء أسبوعاً رائعاً برفقة العائلة أو الأصدقاء لتناول وجبة طعام شهية في أحد المطاعم المميزة، كما يمكن مشاهدة عروض الألعاب النارية بمناسبة الاحتفالات برأس السنة الجديدة، أو حضور إحدى الحفلات الموسيقية.

عروض الألعاب النارية والضوئية
يستعد برج خليفة مرة أخرى إلى إبهار العالم بعروضه النارية والضوئية الرائعة وتشكل جميع المطاعم الملهة على برج خليفة في بوليفارد الشيخ محمد بن راشد ووسط مدينة دبي، وجهة مثالية لمشاهدة هذه العروض مع الاستمتاع بأجواء متمعة وأطباق متنوعة.

من المنتجات المحلية. وسيقدم مطعم نوبو في أتلانتس جيميرا يومي 24 و 25 ديسمبر، أرقى الأطباق المميزة من إبداع الشيف ماتسوهيسا، وأشهر قائمة طعام للمأكولات اليابانية والبيروفية في العالم. تتضمن الأطباق المميزة المقدمة كروكيت سمك الفخذ الأسود مع الإدماسي والكعما وتشكيلة لفائف وسوشي نوبو الشهيرة.

ولا شك أن فندق ريتز كارلتون دبي، المنتجع المشم الذي يتميز بموقع جذاب على طول الخليج جيميرا بيتش ريزيدنس، يقدم تجارب مميزة خلال موسم أعياد، مجموعة من



عروض التسوق
ويعود مهرجان دبي للتسوق بدورته الـ 27 خلال الفترة ما بين 15 ديسمبر 2021 حتى 30 يناير 2022، حيث يوفر مجموعة من العروض والتخفيضات لأبرز العلامات التجارية المحلية والعالمية، بالإضافة إلى إقامة العروض الترفيهية الحية والسحوبات الكبرى، وتجارب الطعام المتنوعة، والأنشطة العالمية التي تقام في جميع أنحاء المدينة.

أسواق موسم الأعياد
وسيحتول منتج باب الشمس الصحراوي سوق "ديزرت ويندرلاند"، إذ يستوحي طابعه

وفيما يلي نقدم مجموعة من الفعاليات والأنشطة التي يمكن الاستمتاع بها خلال موسم الأعياد وفصل الشتاء عرض استثنائية رائعة للاحتفال بموسم الأعياد

قدم مجموعة من الفنانين الموهوبين القصة الشهيرة "سنو وايت والأقزام السبعة" على خشبة مسرح "ذا ثياتر" في "مول الإمارات" يوم 15 ديسمبر في أمسية منمعة بالأغاني والرقصات المحببة لدى الأطفال والأجواء الالغرافية المرح.

وتستقبل سفينة "كوين إليزابيث 2" في 16 ديسمبر عرض مسرحية "علاء الدين" في أمسية مليئة بأجواء المغامرة والمرح المناسب

منوعات الفكر 23

يرتبط تناول الموز بمجموعة متنوعة من الفوائد الصحية، كونه مادة غذائية غنية بالعناصر الغذائية المهمة للجسم. ووقع الترويج للموز كمادة غذائية مفيدة لصحة القلب وهضم وسكر الدم وغيرها، منذ أكثر من قرن. وفي ما يلي خمس فوائد صحية لتناول الموز:



مادة غذائية غنية بالعناصر الغذائية المهمة للجسم

5 فوائد علمية للموز. من فقدان الوزن إلى صحة القلب



بصحة القلب ارتباطا وثيقا. ويمكن أن يساعد البوتاسيوم أيضا في موازنة مستويات الصوديوم الذي يتحكم في السائل خارج الخلايا.

ويعني النقص الشديد في البوتاسيوم والكثير من الصوديوم زيادة السوائل وزيادة حجم الدم في مجرى الدم. ويؤدي هذا إلى زيادة ضغط الدم مع زيادة خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتة الدماغية.

ضبط ارتفاع ضغط الدم
بسبب الأبحاث حول البوتاسيوم وضغط الدم المرتفع، وافقت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية على الادعاء الصحي التالي:
"الأنظمة الغذائية التي تحتوي على الأطعمة التي تعد مصدرا جيدا للبوتاسيوم والتي تحتوي على نسبة منخفضة من الصوديوم قد تقلل من خطر الإصابة بارتفاع ضغط الدم والسكتة الدماغية".

قد يساعد في إقاص الوزن
قد يساعد الموز في الواقع على الشعور بالشبع بشكل أسرع، بفضل مزيج من البكتين والنشا المقاوم. وأوضح الخبراء بأنه نظرا لأنه يؤخر إفراغ المعدة، فهو يؤدي إلى تناول سرعات حرارية أقل.

ويعد الموز الأخضر أفضل لهذا لأنه عندما ينضج، أو يتقدم في العمر، فإنه يفقد البكتين.

وأيا، كلما كان الموز أكثر اخضرارا، احتوى على نشا أكثر مقاومة. فضلا عن أن الموز الأخضر يحتوي على نسبة عالية من الألياف وما يمكن أن يسبب الغازات والانتفاخ والإمساك.

الموز مفيد لصحة الجهاز الهضمي
عندما يتعلق الأمر بصحة الأمعاء، فإن اعتماد الموز الأخضر يعزز الإمساك "بسبب زيادة كمية النشا المقاوم والبكتين".
وكلاهما يبطئ عملية الهضم في المعدة.
بينما يمكن للموز الناضج أن يسبب الإسهال حيث أن النشا الأقل مقاومة والمزيد من الألياف يمكن أن يحركا البراز، والألياف القابلة للذوبان تسحب الماء ما يسهل الخروج.
ويحتوي الموز على ألياف غير قابلة للذوبان؛ وتمتص الألياف غير القابلة للذوبان العناصر الغذائية وتعالجها، بينما تخلق الألياف القابلة للذوبان كتلة ناعمة للجسم لإزالة السموم من الجهاز الهضمي.

المغنيسيوم. وبالنسبة لفيتامين C، فقد لا يكون الموز هو أول طعام يخطر ببالك. لكن الفاكهة توفر نحو 11% من المدخول اليومي الموصى به.

يمكن أن يساعد الموز في تنظيم نسبة السكر في الدم فكرة أن الأشخاص الذين يعانون من مقدمات السكري أو مرض السكري يجب أن يتجنبوا تناول الفاكهة الحلوة هي خرافة، طالما أنك تبقى ضمن احتياجاتك من الكربوهيدرات.
وفي الواقع، قد يساعد الموز، الذي يحتوي على البكتين والنشا المقاوم، على خفض نسبة السكر في الدم.

وتقول ريتشاردز إن هذه الألياف القابلة للذوبان تعمل بالتنسيق مع بعضها البعض عن طريق زيادة الإحساس بالشبع، ومنع الإفراط في تناول الطعام، وإبطاء معدل الهضم.

وبالإضافة إلى ذلك، فإن المؤشر الجلايسيمي (GI) للموز هو 30 إلى 60، اعتمادا على النضج.
ويقاس مؤشر نسبة السكر في الدم كيف تغير الكربوهيدرات في الأطعمة نسبة السكر في الدم، من مقياس من 0 إلى 100. وكلما انخفض المؤشر الجلايسيمي، قل احتمال تسبب الطعام في ارتفاع سريع.

وللحصول على مؤشر جلايسيمي منخفض، تناول فاكهة أكثر خضرة.

قد يدعم الموز صحة القلب
بينما يعتقد معظم الناس أن البوتاسيوم هو معدن، فإنه يعمل أيضا كإلكتروليت. والإلكتروليتات مفيدة في تنظيم تقلص العضلات. ولأن القلب هو عضلة، يرتبط البوتاسيوم

الموز مغذ للغاية
توفر موزة واحدة متوسطة الحجم 110 سعرة حرارية من دون دهون. كما توفر ما يلي:

- البروتين: 1 غ
- الكربوهيدرات: 28 غ
- السكريات: 15 غ (طبيعي)
- الألياف: 3 غ
- بوتاسيوم: 450 ملغ
- مغنيسيوم: 32 ملغ
- فيتامين 10.3: C ملغ
- فيتامين 0.4: B6 ملغ

ويشتهر الموز بمحتواه من البوتاسيوم، ولكن هناك فيتامينات ومعادن أخرى تستحق بعض الاهتمام أيضا. ويوفر الموز مصدرا مهما لفيتامين B6 والألياف، والتي تلعب أدوارا حيوية في الوظائف الهامة للجسم مثل تقليل الكوليسترول وتحقيق توازن الحالة المزاجية، كما تقول ليزا ريتشاردز، مستشارة التغذية.

وفي الواقع، يمكن أن تمنحك موزة واحدة 9% من المدخول اليومي الموصى به (RDI) من البوتاسيوم و 8% من



الرضاعة الطبيعية تحمل فائدة صحية غير متوقعة للأمهات على المدى الطويل

توصلت دراسة جديدة إلى أن الرضاعة الطبيعية يمكن أن يكون لها فوائد معرفية طويلة الأمد للأم. وأجرى باحثون في جامعة كاليفورنيا، لوس أنجلوس، دراسة وجدت أن النساء فوق سن الخمسين اللواتي أرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية كان أداءهن أفضل في الاختبارات المعرفية مقارنة بالنساء اللواتي لم يرضعن أطفالهن قط.



وقالت مؤلفة الدراسة الرئيسية مولي فوكس، وبجامعة كاليفورنيا في لوس أنجلوس وقسم الطب والأستاذة المساعدة في قسم الأنثروبولوجيا



فهم الآثار الصحية للرضاعة الطبيعية على النساء بشكل أفضل، بالنظر إلى أن النساء اليوم زمنية أقصر مما كان يمارس في السابق.

الترابط بين الأطفال، وتقليل مخاطر اكتئاب ما بعد الولادة، ما يشير إلى الفوائد الإدراكية العصبية الحادة للأم، فقد اشتبهنا في أنها قد ترتبط أيضا بالأداء المعرفي المتفوق على المدى الطويل للأم. وأكملت المشاركات في الدراسة، وجميعهن تجاوزن الخمسين من العمر، مجموعة شاملة من الاختبارات التي تقيس التعلم، والتذكر المتأخر، والأداء التنفيذي، وسرعة المعالجة. وكشفت النتائج أن أولئك اللواتي يرضعن أطفالهن بشكل طبيعي في مرحلة ما من حياتهن كان أداءهن أفضل في جميع الفئات الأربع مقارنة بالنساء اللاتي لم يرضعن قط.

ووجدت الدراسة أيضا أن مقدار الوقت الذي تستغرقه الرضاعة الطبيعية مرتبط بتحسين الأداء الإدراكي.

وأشارت فوكس: "ستكون هناك حاجة لدراسات مستقبلية لاستكشاف العلاقة بين تاريخ المرأة في الرضاعة الطبيعية والأداء المعرفي في مجموعات أكبر وأكثر تنوعا جغرافيا من النساء. ومن المهم

في حين أن العديد من الدراسات وجدت أن الرضاعة الطبيعية تحسن صحة الطفل ورفاهه على المدى الطويل، فإن دراستنا هي واحدة من الدراسات القليلة التي بحثت في الآثار الصحية طويلة المدى للنساء اللواتي أرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية".
وأضافت: "النتائج التي توصلنا إليها، والتي تظهر أداء معرفيا فائقا بين النساء اللاتي تجاوزن الخمسين من العمر واللاتي أرضعن أطفالهن، تشير إلى أن الرضاعة الطبيعية قد تكون وقائية للأعصاب في وقت لاحق من الحياة".
وتؤكد الدراسة، التي نُشرت في مجلة Evolution.Medicine and Public Health، أن التأثيرات البيولوجية والتأثيرات النفسية والاجتماعية للرضاعة الطبيعية، مثل تحسين تنظيم الإجهاد، يمكن أن تمارس فوائد طويلة الأمد على دماغ الأم.

وأوضحت فوكس: "نظرا لأن الرضاعة الطبيعية أظهرت أيضا أنها تساعد في تنظيم التوتر، وتعزيز



أظهرت أيضا أنها تساعد في تنظيم التوتر، وتعزيز

أحمد بن سعيد: الإمارات من بين أفضل الوجهات في العالم للسفر والعيش أثناء فترة الجائحة

•• دبي-وأم

تطلق في دبي فعاليات يوم 12 يناير المقبل بفندق ماريوت ماركيز قمة دبي العالمية لتسهيل سياحة أصحاب الهمم في دورتها الثانية تحت رعاية سمو الشيخ أحمد بن سعيد آل مكتوم رئيس هيئة دبي للطيران المدني رئيس مؤسسة مطارات دبي الرئيس الأعلى الرئيس التنفيذي لطيران الإمارات والمجموعة .

وتهدف القمة التي تدعوها دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي كشريك الوجهة السياحية وتقام تحت عنوان لتجعل جميع المدن صديقة للسائح من أصحاب الهمم الى تسليط الاضواء على التحديات التي يواجهها نحو مليار انسان لديهم نوع معين من الاحتياج الى المساعدة حسب إحصاءات منظمة الصحة العالمية أثناء تفشيهم كمتقنين او زوار او سياح في مدن العالم وضرورة تعزيز التشريعات والقوانين والبنى التحتية والخدمات التي تلبى احتياجاتهم وتطلعاتهم وحتم في اكتشاف العالم بسهولة ويسر. ويأتي انعقاد القمة مع العودة التدريجية لانتعاش قطاعي السفر والسياحة بعد التأثيرات الكارثية التي لحقتا كوفيد 19 بهذين القطاعين على مستوى العالم لبحث التحديات التي تواجه الصناعة في الوقت الراهن والدروس المستفادة من الأزمة خاصة فيما يتعلق بالسائح من أصحاب الهمم.

وقد اتخذت دبي زمام المبادرة لإعادة السياحة المسيرة الى الوجهة حيث كانت المدينة من بين الوجهات الأولى التي انفتحت بنجاح على السياح العالميين قبل أشهر من استضافة معرض إكسبو 2020 دبي ضمن رؤيتها لتصبح من أفضل الوجهات المفضلة بالنسبة للسائح من أصحاب الهمم معتمدة على منظومة متكاملة من التشريعات والبنى التحتية المتطورة والخدمات المتميزة.

وقال سمو الشيخ أحمد بن سعيد راعي القمة: ضمن إطار سعيها لتحقيق رؤية حكومتنا الرشيدة في جعل دولة الإمارات الوجهة السياحية المفضلة لأصحاب الهمم، تستضيف دبي الدورة الثانية من قمة دبي الدولية لتسهيل سياحة أصحاب الهمم بالتزامن مع إطلاق إكسبو 2020.

وأضاف سموه: سوف تسلط القمة الضوء على الجهود الرائعة التي بذلتها وما زالت جميع الجهات الحكومية والشركات الخاصة في دبي والإمارات وعلى رأسها المهتمون بقطاع السياحة لمواجهة تحديات كوفيد 19 وضمان سلامة ورفاهية مواطنينا والمقيمين والسياح مما أهل الإمارات ودبي لتصبح من بين أفضل الوجهات وأكثرها أماناً في العالم للسفر والعيش أثناء فترة



في جعل دبي المدينة الأفضل للحياة والعمل وكذلك الوجهة المفضلة للزيارة.

وتستهدف القمة تسليط الأضواء على متطلبات هذه الشريحة أثناء سفرهم وتقليلهم من مكان لآخر وبالتالي العمل على توفيرها لجعل الاماكن والمرافق التي يستخدمونها او يقصدونها مثل الفنادق والمنتجات والمطارات ووسائل النقل والاتصال ومراكز التسوق والشواطئ والمتنزهات والمتاحف متاحة امامهم وتلبي احتياجاتهم. وتسير دبي بخطى واثقة لتحقيق رؤيتها بأن تصبح صديقة لأصحاب الهمم وتعمل جميع الجهات المعنية في الامارة للوصول الى هذه الهدف من خلال تنفيذ القوانين والتشريعات ذات الصلة وتوطين الحلول الذكية لتوفير أفضل الخدمات لهذه الشريحة خاصة مع استهداف دبي استقبال 25 مليون سائح من العام 2025.

وحسب تقدير منظمة الصحة العالمية فإن ما بين 10 - 15% من سكان العمورة لديهم نوع من الاحتياج الى المساعدة وان عدد الأشخاص الذين يحتاجون الى أجهزة مساعدة تتراوح من الكراسي المتحركة الى تقنيات الاتصالات سوف يتضاعف من 1 مليار في الوقت الراهن الى 2 مليار نسمة بحلول عام 2050 نتيجة التقدم في العمر والمشاكل الصحية وغيرها من العوامل الأخرى ويتطلع نحو 50 مليون شخص من ذوي الاحتياجات الخاصة في الشرق الأوسط الى زيارة المدن والوجهات السياحية التي توفر لهم خدمات ملائمة تتوافق مع احتياجاتهم.

وستشارك في القمة التي تنظمها سنويا شركة ند الشبا للعلاقات العامة وتنظيم المعارض حشد من كبار المسؤولين الدوليين والخبراء المعنيين في القطاعين العام والخاص الذين سوف يتفكرون في كلمات التي



تجربة بلدانهم ونجاحها في التعامل مع نتائج الجائحة وتحدياتها خاصة بالنسبة لأصحاب الهمم والدروس المستفادة التي يمكن تطبيقها لجعل السياحة الميسرة جزءاً من أولويات جميع المدن حول العالم.

كما ستطرق المتحدثون الى البنى التحتية الصديقة والتسهيلات والخدمات المتنوعة في قطاعات مثل الضيافة والنقل والصحة والتأمين والتواصل التي تراعي متطلبات مختلف شرائح ذوي الاحتياجات بالإضافة الى التطرق الى أبرز التحديات التي تواجه هؤلاء السياح حول العالم والكشف عن الحلول والاشراقات ونوعية الخدمات التي يحتاجونها منذ لحظة اتخاذهم قرار السفر والوصول الى الوجهة المقصودة وقضاء اجازاتهم وحتى عودتهم الى بلادهم من أجل جعل تجربة سفرهم ذكري طيبة خالية من المتاعب.

وكانت منظمة السياحة العالمية التابعة للأمم المتحدة قد دعت الدول الى ضمان إمكانية الوصول للسائح الذين لديهم متطلبات خاصة مما يمكن الوجهات الراغبة بتغيير قواعد اللعبة التعال في صورة أسرع من آثار الجائحة نتيجة استقطابها هذه الشريحة الكبيرة من السياح. وقالت المنظمة: غالباً ما يتم تصميم البنى والخدمات السياحية دون مراعاة متطلبات الوصول المختلفة لذلك يجب تغيير طريقة التفكير بحيث يعطي قطاع السياحة الأولوية لإمكانية الوصول لتسهيل السفر للأشخاص أصحاب الهمم مما يشكل فرصة استثنائية لتنشيط السياحة وخلق فرص عمل جديدة.

الفكر

27 الشارقة للابتكار ومطار الشارقة وهواوي تطلق مبادرة الأجيال الواعدة

•• الشارقة-وأم

أعلنت هيئة مطار الشارقة الدولي ومجمع الشارقة للبحوث والتكنولوجيا والابتكار وشركة هواوي العالمية المتخصصة في مجال التكنولوجيا الرقمية عن إطلاق "مبادرة أجيال واعدة"، لتطوير الحلول المبتكرة والمستقبلية للمساهمة في تعزيز العمليات التشغيلية لمطار الشارقة، من خلال إشراك طلاب الجامعات، جاء ذلك من خلال مذكرة التفاهم وقعتها في مقر مجمع الشارقة للابتكار كل من سعادة علي سالم المدفع رئيس هيئة مطار الشارقة الدولي، بحضور سعادة الشيخ فيصل بن سعود القاسمي، مدير هيئة مطار الشارقة الدولي وسعادة حسين الحمودي المدير التنفيذي لمجمع الشارقة للابتكار، والسيد ستيفن بي رئيس الشرق الأوسط وأفريقيا لشركة هواوي. وتم الاتفاق على التعاون لإنشاء نظام عمل مشترك يهدف إلى تطوير الحلول المنهجية الإبداعية، والاستفادة من الإمكانيات الكاملة في مجال التكنولوجيا للمساهمة في تعزيز الكفاءة في العمليات من قبل هيئة مطار الشارقة الدولي، وتوفير الاستجابة السريعة، حيث أن "هواوي" هي إحدى الشركات العالمية الرائدة في مجال التكنولوجيا، وهي متخصصة في مجال التكنولوجيا الرقمية والدكاء الاصطناعي "الابتكار الرقمي"، وتتبنى باستمرار طرح أنظمة مطورة ومبتكرة في تقديم خدماتها بشكل منهجي يحاكي الواقع ويتنبأ بالمستقبل. وقال سعادة علي سالم المدفع، رئيس هيئة مطار الشارقة الدولي: يأتي توقيع المذكرة تحقيقاً لرؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، لتعزيز مكانة الإمارة كوجهة للإبداع والابتكار، ويهدف لإتاحة الفرصة أمام طلبة الجامعات للمساهمة في رسم مستقبل الشارقة، وتقديم الأفكار المهمة التي تسهم في توفير بيئة ذكية متكاملة، حيث تواصل الهيئة الاستثمار في الحلول التقنية من خلال مواصلة العمل بمرونة، وسرعة، وكفاءة لمواكبة التغيرات السريعة، واستقطاب أحدث الأنظمة والتقنيات التكنولوجية التي تستهدف زيادة رضا المسافرين، بما يعزز المكانة الرائدة لمطار الشارقة على خريطة المطارات الأكثر تقدماً على مستوى المنطقة والعالم، وأضاف المدفع: تحرص هيئة مطار الشارقة الدولي على توفير بيئة تحضن إبداعات الشباب وتمكنهم من المشاركة والتفاعل، وتتيح لهم توظيف قدراتهم الإبداعية في دعم مسيرة التنمية المستدامة، وفي الوقت ذاته تتطلع إلى توسيع دائرة إسهامهم في مختلف مجالات التطوير، بما فيها قطاع الطيران المدني، والخدمات الرقمية المبتكرة، التي تتوافق مع استراتيجية الهيئة، بما ينسجم مع النمو المتوقع على سوق السفر في المنطقة. من جهته أعرب حسين الحمودي عن سعادته بالتعاون مع هيئة مطار الشارقة الدولي وشركة هواوي. وقال إن هذا التعاون يترجم رؤية المجمع واستراتيجيته بإدخال كافة أنواع التقنيات المستقبلية، وسعيه نحو تطوير كوادر بشرية مواطنة بالتعاون مع هواوي من خلال برامج تدريبية مطورة وبالتحريك على تقنية الجيل الخامس 5G لتحقيق أهداف كبرى كالمدينة الذكية، وانتشرت الأشياء، والبيانات الضخمة والدكاء الاصطناعي، وما يتبع ذلك من تطبيقات في مجالات مختلفة كالتطب، والمواصلات، والبنية التحتية، والتعليم وغيرها من القطاعات الحيوية، وتعمل دولة الإمارات على الانتقال إلى الحياة الذكية الكاملة التي تتواصل فيها الآلات والأجهزة والأمان في كل الاتجاهات لخدمة الإنسان.

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021
إعلان بيع عقار بالنشر
في التنفيذ رقم 140/2021/211 تنفيذ عقاري
المنظورة في: دائرة التنفيذ الأولى رقم 229
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 728/2019 عقاري كلي، بسداد المبلغ التقديري قدره (14.721.269.46) درهم شامل الرسوم والصاريف.
طالب التنفيذ: بنتان بنت علي بن سي الشرق الأوسط المحدود
عنوانه: الإمارات - أماره دبي - برجي دبي - برج الشيخ زايد - داون تاون - برج أنش اس سي - دبي
ويطلبه: احمد حسن رمضان علي
المطلوب: إعلان - محمد حنيف ميرشد
عنوانه: الإمارات - أماره دبي - علي وكيله الحمادي/احمد بن هزيم السويدي - 9710000000000.
info@bsabh.com -

موضوع الإعلان: أنه في يوم الأربعاء الموافق 2021/12/22 الساعة 05:00.00م وبغ الأيام الثلاث التالية ان يقضى الحال سيجري بيع العقار الموضحة أوصافه أدناه لدى الجهة التي أنيط بها البيع (شركة الإمارات للمزادات وعلى موقعها الإلكتروني http://www.emiratesauction.ae) وعلى الغرض إشباع أديان تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الأساسي قبل دخول الزيادة وتلك من لديه اعتراض على البيع التقدم باعتراضه معززا بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيع وفي المواعيد المبينة بالعدد 301 من قانون الإجراءات المدنية وعلى من يعترض عليه ايداع كامل الثمن والصاريف خلال عشرة أيام التناهي والإجراءات المدنية وعلى من يعترض عليه ايداع كامل الثمن والصاريف خلال عشرة أيام التناهي لجلسة البيع وكل شخص غير معنون من الزيادة أن يزيد على الثمن المزمع ببطء المزايدة بشرط أن لا تقل هذه الزيادة عن عشر الثمن على أن يقوم بإيداع كامل الثمن المزمع والصاريف وخزينة المحكمة وفقاً لبي بيان أوصاف المشتك، نوع العقار شقة سكنية - المنطقة الجفاف - رقم الأرض 460 - المساحة 207.91 متر مربع - رقم المبنى 1 - اسم المبنى بلازو فيرستنتي - رقم الوحدة 1602 - (3.744.961.90) درهم - ملاحظات 1- يدع البائع فوراً.

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021
إعلان بيع عقار بالنشر
في التنفيذ رقم 127/2021/250 بيع عقار مروهن
المنظورة في: دائرة التنفيذ الأولى رقم 183
موضوع الدعوى: طلب الحجز وبيع عقار مروهن عبارة عن شقة في أماره دبي - منطقة الحبية الخامسة مبنى الرمت - الطابق 2 - رقم الوحدة 205 - رقم الأرض 43 رقم المبنى 38 والتصريح باستلام مبلغ (1705298.53) درهم من ثمن البيع بالزاد.
طالب التنفيذ: بنك رأس الحبيه الوطني ش.م.ع
عنوانه: أماره دبي - شارع 5 - متفرع من شارع دمشق - بناية نهال - النقصيم 2
المطلوب: إعلان - محمد اشفاق عبدالرزاق
عنوانه: أماره دبي - منطقة الحبية الخامسة - مبنى الرمت 3 - الطابق 2 - رقم الوحدة 205 - رقم الأرض 43 - رقم المبنى 38 - 05066465936 - EIM.AE@ROYAL786

موضوع الإعلان: ربحانه ياسمين محمد أنه في يوم الأربعاء الموافق 2021/12/22 الساعة 05:00.00م وبغ الأيام الثلاث التالية ان يقضى الحال سيجري بيع العقار الموضحة أوصافه أدناه لدى الجهة التي أنيط بها البيع (شركة الإمارات للمزادات وعلى موقعها الإلكتروني http://www.emiratesauction.ae) وعلى الغرض إشباع أديان تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الأساسي قبل دخول الزيادة وتلك من لديه اعتراض على البيع التقدم باعتراضه معززا بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيع وفي المواعيد المبينة بالعدد 301 من قانون الإجراءات المدنية وعلى من يعترض عليه ايداع كامل الثمن والصاريف خلال عشرة أيام التناهي لجلسة البيع وكل شخص غير معنون من الزيادة أن يزيد على الثمن خلال الأيام العشرة التالية لرسوم المزايدة بشرط أن لا تقل هذه الزيادة عن عشر الثمن على أن يقوم بإيداع كامل الثمن المزمع والصاريف وخزينة المحكمة وفقاً لبي بيان أوصاف المشتك شقة سكنية تحت الإنشاء - رقم الأرض 43 - رقم المبنى 43 - رقم الوحدة 683.847 - المساحة 93.42 متر مربع - رقم المبنى 38 - اسم المبنى الرمت 3 - رقم الوحدة 205 - مبلغ (575.874.71) درهم - ملاحظات 1- يدع البائع فوراً.



الحسيني يبحث تعزيز التعاون مع مؤسسة التمويل الدولية في إكسبو 2020

•• دبي-وأم

الرئيس التنفيذي لمنطقة الشرق الأوسط ووسط آسيا وتركيا وأفغانستان وباكستان، والسيد سفيان عبد الحميد محمد العيسى المدير الإقليمي للعمليات بمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا بمؤسسة التمويل الدولية. وخلال الاجتماع، رحب معالي محمد بن هادي الحسيني بالسيد مختار ديوب والوفد المرافق له، مؤكداً أهمية هذا اللقاء لما له من دور أساسي ومهم في تعزيز مسيرة العمل والتنسيق والتعاون بين الجانبين، واستعرض الاجتماع استراتيجية مؤسسة التمويل الدولية في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، وبرنامج

التقى معالي محمد بن هادي الحسيني وزير الدولة للشؤون المالية، اليوم، مع مختار ديوب، مدير عام مؤسسة التمويل الدولية IFC التابعة لمجموعة البنك الدولي، والوفد المرافق له، وذلك في إكسبو 2020 دبي، لمناقشة أعمال مؤسسة التمويل الدولية في دولة الإمارات والمنطقة بشكل عام. حضر الاجتماع عن جانب البنك الدولي كل من الدكتور ميرزا حسن، المدير التنفيذي للمجموعة العربية وعميد مجلس المديرين التنفيذيين في البنك الدولي، والسيدة هيليا تشيكرو، نائب



المؤسسة في دولة الإمارات ودول مجلس التعاون الخليجي، إلى جانب الاطلاع على كيفية عمل المؤسسة مع شركات قطاع الخاص في الدولة لدعم استثماراتهم في الخارج، وأيضا الاستثمارات الإقليمية العابرة للحدود والتي تسمح للشركات بالإمارات التوسع إلى الأسواق الناشئة في إفريقيا وآسيا. تجدر الإشارة إلى أن مؤسسة التمويل الدولية، هي أكبر مؤسسة إقليمية عالمية تركز على القطاع الخاص في الأسواق الناشئة والاقتصاديات النامية .. واتضمت دولة الإمارات إلى مؤسسة التمويل الدولية في 30 سبتمبر من عام 1977.

اختتام اجتماع قادة تكنولوجيا المعلومات والاتصال في أبوظبي

•• أبو ظبي-وأم

اختتمت دائرة الإسناد الحكومي - أبو ظبي، ممثلة في هيئة أبو ظبي الرقمية، اجتماع قادة تكنولوجيا المعلومات والاتصال، بحضور كبار قادة وممثلي شركات القطاع الخاص في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصال، والذي عقد في مركز أبو ظبي الوطني للمعارض، واستعرض الاجتماع المحاور الاستراتيجية لأجندة أبو ظبي الرقمية وسلط الضوء على الخطط والتوجهات

المستقبلية لهيئة أبو ظبي الرقمية والمبادرات والمشاريع التي تعزز الهيئة تنفيذها لعام 2022. وأكد سعادة الدكتور محمد عبدالحميد العسكري، مدير عام هيئة أبو ظبي الرقمية في كلمته الافتتاحية أن هيئة أبو ظبي الرقمية تسعى إلى تطوير حلول وتقنيات رقمية وتقديم تجارب حكومية فريدة للجهات الحكومية وللمجتمع إماره أبو ظبي. وأشار إلى أن اجتماع قادة تكنولوجيا المعلومات والاتصال استهدف مناقشة المحاور الاستراتيجية لأجندة أبو ظبي الرقمية وأولوياتها،

والمبادرات والخطط والتوجهات المستقبلية لعام 2022. وأضاف: "نحرص على مواصلة العمل دائما على تعزيز وتقوية الشراكات بين القطاعين الحكومي والخاص، واستكشاف فرص وأفكار مبتكرة وجديدة، وخلق التوافق المطلوب مع كبار شركات تكنولوجيا المعلومات والاتصال بهدف تسريع تنفيذ المبادرات والبرامج الرقمية الطموحة، وسنعمل على توظيف التقنيات الحديثة وصناعة تجارب حكومية جديدة، من أجل تقديم تجربة متعاملين متكاملة وتوفير حلول

رقمية مميزة في الإمارة، وركز الاجتماع على أهمية دفع حدود الابتكار وخلق آفاق جديدة لتوظيف التكنولوجيا المتطورة في شتى المجالات، والتي تحتاج للتعاون الوثيق والشراكات الفعالة بين القطاعين الحكومي والخاص، والذي بدوره يساهم في زيادة الشراكات مع الجهات المختصة من الهيئات الحكومية والخاصة والمؤسسات الأكاديمية والخبراء في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصال، حيث ستعزز مساهماتهم القيمة من المساعي الرامية إلى تسريع عجلة التحول الرقمي في إمارة



محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان بالنشر (تظلم) في الدعوى رقم 200/2021/أمر أداء

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل إدارة الكاتبات العدل والتصديقات العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 رقم المعاملة MOJAU_2021-0038098 تنازل / بيع إعلان

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان بالنشر في الدعوى رقم 18/2021/أمر عقار مرهون

وزارة العدل محكمة الشارقة الاستئنافية الاتحادية مكتب ادارة الدعوى العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان بالنشر للحضور أمام مكتب إدارة الدعوى

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل إدارة الكاتبات العدل والتصديقات العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 رقم المعاملة MOJAU_2021-0038102 تنازل / بيع إعلان

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان مدعي عليه بالنشر لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان أمر أداء بالنشر في الدعوى رقم 70525/2021/أمر أداء

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان منقذ ضد بالنشر محكمة الشارقة الاتحادية- محكمة التنفيذ المدنية - فارس محمد عبدالله محمد الفارسي

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان منقذ ضد بالنشر محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - شركة الاخضر الدائم التجارية ذ.م.م

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان منقذ ضد بالنشر محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - محسن جاويد راجا جاويد

محاكم دبي محكمة الاستئناف العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان بالنشر في الاستئناف رقم 2124/2021/أمر استئناف مدني

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان بالنشر في الدعوى رقم 4423/2021/أمر تجاري جزئي

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم 1107/2021/أمر تنفيذ عقاري

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان بيع عقار بالنشر في الدعوى رقم 4/2019/250 بيع عقار مرهون

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 مذكرة إعلان بالنشر (استئناف) في الاستئناف رقم 1605/2021/361 استئناف أمر أداء

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم 147/2019/26 عقاري كلي

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل - الشؤون الفنية والتعاون الدولي إدارة الكاتبات العدل والتصديقات (الشارقة) العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 إخطار عدلي بالوفاء بقرع المحرر رقم 2021/0032779

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان أمر أداء بالنشر في الدعوى رقم 7153/2021 أمر أداء

United Arab Emirates Ministry of Justice Date 16/ 12/ 2021 Issue No : 13418 Sharjah Federal Court of Appeal Case Management Office

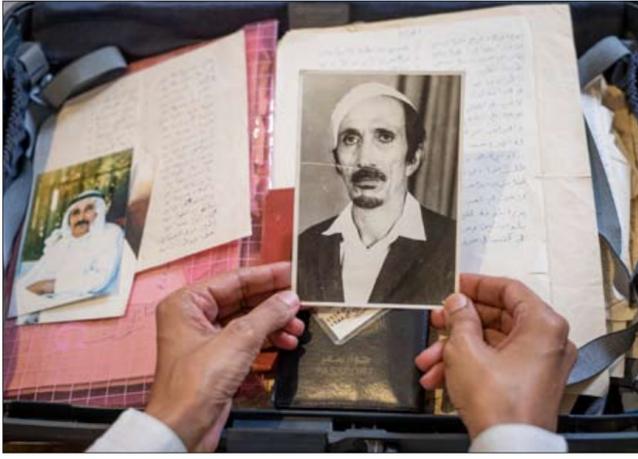
Dubai First Instance Court Date 16/ 12/ 2021 Issue No : 13418 Settlement of financial obligations proceedings

United Arab Emirates Ministry of Justice Date 16/ 12/ 2021 Issue No : 13418 Defendant's notification by publication

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS Date 16/ 12/ 2021 Issue No : 13418 Dubai Courts of First Instance Notice by Publishing

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان بيع عقار بالنشر في التنفيذ رقم 4063/2020/207 تنفيذ تجاري

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية العدد 13418 بتاريخ 16/12/2021 اعلان بيع عقار بالنشر - لمنقذ ضد في التنفيذ رقم 4063/2020/207 تنفيذ تجاري



منوعات الفكر 30

في حلقة جديدة من برنامج «راحلون باقون»

«دبي للثقافة» و«الندوة» تستحضران إبداعات الراحل سالم الجُمري

• تكريماً للشاعر في الذكرى الثلاثين لرحيله
• نشر الوعي بين الأجيال وتعريفهم على الرموز الأدبية الوطنية
• إلهام الأجيال الشابة لتطوير قدراتها الثقافية والإبداعية والإسهام في تعزيز الاقتصاد الإبداعي في الإمارة
• جميع المهتمين من الإماراتيين والمقيمين مدعوون لحضور البرنامج

فضلاً عن تميزه بفن الغلو، وهو فن الألفاظ الشعرية من خلال فنون الدرسي والجمل والرياحاني. شكل الراحل مع الفنان الإماراتي علي بالروعة الزايع ثنائياً متميزاً، وأسس مدرسة غنائية رائدة، وغنى له بالروعة أكثر من 150 قصيدة. كما شارك الراحل في العديد من البرامج الشعرية، لاسيما مجلس الشعراء الذي كان يبيت عبر آثير تلفزيون دبي بين منتصف السبعينيات وبداية الثمانينيات من القرن العشرين. توفى الشاعر الجُمري، رحمه الله، في 28 فبراير من العام 1991.

الثمانين بيتاً، وتمثل خريطة للطريق الملاحي البحري من ميناء دبي إلى موانئ وسواحل الهند، وتضم أسماء الموانئ البحرية في المدن الرئيسية التي تتوقف خلالها السفن. تناولت قصائد الشاعر الراحل سالم الجُمري جميع أغراض الشعر وفنونه وعروضه، إلا أن فن الغزل كان له النصيب الأكبر من أشعاره، فيما تنوعت أساليبه وتراكيبه الشعرية، فكان بذلك أحد الرواد للمدرسة الشعرية الإماراتية. ضمّ ديوانه قصائد المدح والفخر والثناء والحنين والغزل والغربة، كما كثرت فيه الحوارات الشعرية مع شعراء جيله،

مبكرة، إذ ظهرت موهبته في ذلك قبل أن يبلغ السادسة عشر من عمره. نشأ محباً للبحر، وعمل في عدد من دول الخليج العربي قبل أن يعود ليستقر في دبي. تنوعت مواهب الراحل الإبداعية، فقد أسس محلاً للتصوير الفوتوغرافي، كما كان بارعاً في صناعة البراقع الخاصة للصقور. كان الجُمري رائداً في الأدب والشعر الجغرافي، حيث نظم العديد من القصائد التي رسم فيها طريقاً واضحاً للقوافل من خلال عدة قصائد، من أهمها واحدة يقول في مطلعها «أبديت باسم الله الإله»، وهي قصيدة طويلة تتجاوز

جانبا عرض منشور رقمي أعدته «دبي للثقافة» للتعريف بالشاعر وإنجازاته. كما سيصاحب الأسمية فقررة غنائية وعرض فيلم قصير عن الراحل. وحول أهمية هذا البرنامج، قال محمد الحبسي، مدير إدارة الآداب بالإمارة في «دبي للثقافة»: «إن تنظيم هذه الفعالية يأتي تكريماً لقامة شعرية وفنية كبيرة، وتقديراً لرمز من رموز الآداب الإماراتي، ويجسد رسالتنا الثقافية في تعزيز التلاحم الاجتماعي وإلهام أبنائنا من الشباب لتطوير قدراتهم الثقافية والإبداعية عن طريق إلقاء معارفهم حول نموذج ملهم من الشخصيات المحلية المبدعة التي تركت إرثاً خالداً من الأعمال الأدبية. ومن شأن ذلك تحفيز نمو قطاعات الثقافة والتراث والفنون والآداب في الإمارة، والإسهام في تنوع اقتصاد دبي من خلال الصناعات الثقافية والإبداعية، وصولاً إلى الإسهام في دعم الاقتصاد الإبداعي في الإمارة والإسهام في تحقيق أهداف استراتيجية دبي للاقتصاد الإبداعي». داعياً جميع المهتمين من الإماراتيين والمقيمين إلى حضور الجلسة والاستفادة من هذه المنصة الثقافية الثرية. يذكر أن الشاعر سالم بن محمد الجُمري العميمي، ولد سنة 1910 في دبي، وبدأ بنظم الشعر في سن

•• دبي - الفجر:

تحتفي هيئة الثقافة والفنون في دبي «دبي للثقافة» بالتعاون مع ندوة الثقافة والعلوم في دبي بإبداعات الفنان والشاعر الإماراتي الراحل سالم الجُمري الذي ارتبطت به القصيدة النبطية والأغنية الشعبية في الإمارات، وذلك من خلال حلقة جديدة من برنامج «راحلون باقون» تعقد في مقر الندوة بالمزمر، إحياءً للذكرى الثلاثين لرحيله، وذلك في إطار حرصها على نشر الوعي بين الأجيال، وتعريفهم بالرموز الأدبية المحلية، ممن أسهموا في إثراء الحراك الثقافي في دولة الإمارات العربية المتحدة والمنطقة عموماً. وسوف تعقد هذه الجلسة يوم الثلاثاء الموافق 20 ديسمبر 2021، عند الساعة 7:30 مساءً، بإدارة للشاعرة الإماراتية شيخة المطيري، التي ستستضيف الشاعر والخبير التراثي الإماراتي محمد سعيد الهلي والشاعر ثاني سعيد الهلي، بحضور عدد من أفراد أسرة الشاعر الراحل، إلى جانب العلاقات التاريخية التي تربط الإمارات بإيطاليا، وتقديراً لجلسة حوارية تناول أبرز المحطات الفنية والشعرية في مسيرة الراحل التي امتدت على مدار سنين طويلة، إلى

تقديرًا لدورها الحضاري وإسهامها في نهضة الفنون والآداب والعلوم

إيطاليا ضيف شرف الدورة الـ 41 من «معرض الشارقة الدولي للكتاب»

الإيطالي، حيث أن اللغة الإيطالية وفنونها وآدابها عميقة وراسخة بإسهاماتها في المنجز الأدبي العالمي. من جانبه قال سعادة نيكولا لينير، سفير الجمهورية الإيطالية لدى الدولة: «مشاركة إيطاليا ضيف شرف فعاليات الدورة الـ 41 لمعرض الشارقة الدولي للكتاب في العام المقبل، تمثل فرصة لنا لتقديم التجربة الثقافية الإيطالية في المنطقة العربية في حدث هو الأكبر في المنطقة، ويات الأكبر في العالم على مستوى معارض الكتب، فنحن نحرص سنوياً على المشاركة في المعرض وتنطلق إلى تقريب المشهد الأدبي الإيطالي من نظيره العربي، وفتح قنوات تواصل مثمرة بين قطاع صناعة الكتاب الإيطالي والناشرين في العالم العربي والمنطقة».

• أحمد العامري: نجسد رؤية حاكم الشارقة في الاحتفاء بالتجارب الثقافية ذات الإسهامات الحضارية في المشهد الثقافي الإنساني
• السفير الإيطالي في الإمارات: حريصون على تعريف المنطقة العربية بالثقافة الإيطالية من منصة «معرض الشارقة الدولي للكتاب»

لحضور ومشاركة المزيد من الناشرين والكتاب الإيطاليين، وفتح المجال لزوار المعرض للتعرف أكثر على الثقافة والآداب

والمدن الإيطالية في مجال تنظيم معارض الكتاب والفعاليات الثقافية. وحول هذا الاختيار، قال سعادة أحمد بن ركاض العامري، رئيس هيئة الشارقة للكتاب: «تستقبل الشارقة من خلال اختيار إيطاليا ضيف شرف رموز الفن والآداب الإيطالية، لتجسد حوار ثقافي وحضاري معاصر يعبر عن رؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، تجاه مد جسور التواصل الثقافي بين بلدان وحضارات العالم، وتعزيز قيم الملتزمات الإنسانية من خلال المعرفة والفن والأدب. وأضاف: «العلاقات الثقافية والحضارية بين الإمارات وإيطاليا تاريخية، وتعود إلى وقت مبكر كان فيه طريق الحرير جسراً يربط ثقافات العالم، ويمتد من المشرق إلى المغرب، حيث كانت الإمارات محطة مهمة للتجار الإيطاليين، وما اختار إيطاليا ضيف شرف الدورة الـ 41 من معرض الشارقة الدولي للكتاب، إلا تأكيد على عمق هذه العلاقات الثقافية، وتقديراً لما قدمته إيطاليا للمعرفة والفن الإنساني». وتابع العامري: «نسى مزيد من التعاون الإبداعي وتعزيز التبادل الثقافي مع إيطاليا، وتنطلق

سفير الجمهورية الإيطالية لدى الدولة، جرى خلاله بحث العلاقات الثقافية وتنسيق الجهود المشتركة بين الشارقة

•• لشارقة-الفجر:

أعلنت هيئة الشارقة للكتاب عن اختيار إيطاليا ضيف شرف الدورة الـ 41 من معرض الشارقة الدولي للكتاب، التي ستطلق فعالياتهما في شهر نوفمبر 2022. حيث سيكون الجمهور على موعد مع نخبة من الأدباء والمفكرين والفنانين والناشرين الإيطاليين على أرض الشارقة، تأكيداً على عمق العلاقات التاريخية التي تربط الإمارات بإيطاليا، وتقديراً لدور إيطاليا في نهضة الفنون والآداب والعلوم على مستوى العالم.

جاء الإعلان خلال لقاء جمع سعادة أحمد بن ركاض العامري، رئيس هيئة الشارقة للكتاب، وسعادة نيكولا لينير،



ضمن مناهزات اللغة العربية في الشارقة بدورتها الرابعة 2021م تحت شعار «بالعربية.. نُبَدع»

21 مشاركاً من طلاب وطالبات دول الخليج يؤدون الامتحان الشفوي لليوم الثاني

والإبداعات المبكرة في مجال اللغة العربية وإدكاء روح التنافس بين الطلبة المبدعين والموهوبين لدول الأعضاء وتعزيز ثقة الطلبة بإبداعاتهم ومواهبهم بأنفسهم في مجال اللغة العربية وتعزيز الانتماء والولاء لهم، بعد ذلك ناقش الاجتماع البرنامج التفصيلي لليوم الثاني واستعرضه خلال الاجتماع والتأكيد على ضرورة التزام الجميع بما تم إقراره بالبرنامج حرصاً على تنفيذ المناهزات بما يليق بمستوى التنظيم.

وجرى خلال الاجتماع مناقشة أسئلة الاختبار الشفوي والتي تعتمد على قياس المهارات الأدائية وقد اعتمدها بنهاية الاجتماع. ورحب في بداية الاجتماع رئيس اللجنة الدكتور عيسى الحمادي بالوفود الخليجية المشاركة ثم قدم الشكر على جهودهم في الإشراف على الطلبة المشاركين ومتابعة استعداداتهم وتلبية احتياجاتهم في إطار المناهزات. وأشار الحمادي بأن المناهزات تسعى إلى تحقيق أهدافها في تحفيز المواهب

الوفود المشاركين من الدول الأعضاء بمكتب التربية العربي لدول الخليج واللجنة العلمية ومشرفي المركز واللجنة المنظمة. حضر الاجتماع رؤساء الوفود بجانب حضور أعضاء اللجنة العلمية للمناهزات وهم الأستاذ الدكتور محمد حسن المرسي والأستاذ الدكتور معاطي محمد إبراهيم والدكتور محمد صالح المستغنامي وعادل وهيب مدير إدارة البرامج بالمركز التربوي للغة العربية.

يأتي ذلك في أعقاب قيام المركز التربوي للغة العربية لدول الخليج بالشارقة بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم تحت شعار: «بالعربية نُبَدع»، بمواصلة تنظيم برنامج المناهزات خلال انعقادها حالياً في الشارقة. وقبيل انعقاد الاختبارات الشفوية للمشاركين من دول الخليج عقد الاجتماع الثالث للجنة العليا للمناهزات الساعة صباح أمس وذلك برئاسة الدكتور عيسى صالح الحمادي مدير المركز التربوي للغة العربية لدول الخليج مع رؤساء

اليوم الثاني من الاختبارات.

شارك في اليوم الثاني للمناهزات جميع الطلبة المشاركين والذين يبلغ إجمالي عددهم (21) مشاركاً، منهم خمسة ذكور وست عشرة من الإناث و أدوا الاختبار الشفوي طبقاً للإطار التنظيمي للمناهزات والذي يعد المرحلة الثانية من الاختبارات الخاصة بالمناهزات حيث يتم تنفيذها في اليوم التالي وذلك بعد أن تم الانتهاء من الاختبار التحريري والذي تم إجراؤه في اليوم الأول

•• الشارقة-الفجر:



منوعات

الفن

31

ليس من حق الرجل والمجتمع الحجر على أفكاري

رانيا يوسف؛ دوري في (الماليك) مختلف ومميز

نجحت الفنانة رانيا يوسف خلال الفترة الماضية في لفت الجمهور سواء لأعمالها الفنية أو حياتها الشخصية على حد سواء ومع نجاح الجزء الرابع من الأنسة فرح الذي يعرض حالياً على شبكة قنوات .mbc

رانيا يوسف في هذا الحوار فتحت قلبها وكشفت العديد من الأسرار عن حياتها الشخصية والفنية ولماذا تتعمد لتصدر التريند وسبب نجاح الأنسة فرح وأسرار فيلمها الجديد المقرر أن ينطلق تصويره خلال أيام وعلاقتها بناتها والعديد من الأسرار الأخرى وإلى نص الحوار:

وبصراحة كل فريق العمل كان ممتاز للغاية وجمعنا كيميائية خاصة على مدار الأجزاء الخامسة فكواليس العمل كانت أشبه بالبيت العائلي وهذا ما جعل المسلسل يظهر بهذا الشكل على الشاشة ورغم أن الجمهور المصري سب صناعات المسلسل في البداية لغرابية الفكرة إلا أنه وعقب تعاقب أحداث المسلسل في أجزائه المختلفة وجدوا أنه مسلسل عائلي يقدم العديد من المواقف والمشاكل في كل بيت عربي ومصري ولم يقتصر على فكرة التلقيح الصناعي فقط كما أن الدور الذي لعبته كان قريباً لي بشكل كبير من حيث كوني أم وإنسانة وأتمنى تقديم أكثر من جزء للمسلسل .

• ماذا عن دورك في مسلسل الماليك؟
- دور مختلف ومميز ومن المقرر عرض العمل مطلع العام الجديد وأجسد من خلاله دور سيدة تعمل كوافيرة في حارة شعبية وتحلم أن تكون غنية وتتخلص من الفقر وتمر بالعديد من المواقف التي ان تحقق حلمها والمسلسل مكون من 60 حلقة وهو يعتمد على 6 قصص ويشاركني فيه العديد من النجوم



حالياً ولكن ما أستطيع الكشف عنه هو أن العمل يتناول قضية شائكة تناصر المرأة فهو فيلم نسوي تدور أحداثه في إطار ثلاث شخصيات محور للأحداث اثنين منهم نساء والثالث رجل ويناقش حالة إنسانية شديدة جداً وهي حالة بدأت أن تحدث في المجتمعات العربية و دوري مختلف وجديد ولكنه قريب من كل امرأة فأنا أحاول تسليط الضوء على القضايا التي تهم المرأة؛ لأن المرأة عانت على مدار العصور من الكبت والقهر والتعنت والحجر على أفكارها فإن الألوان لتحصل على حقها والنساء الضوء على مشاكلها وحلها من خلال الأعمال الفنية لينتبه المجتمع لما تعاني منه بعض السيدات في طبقات المجتمع المختلفة. أما عن السينما والتلفزيون فأنا أحب التمثيل بوجه عام وأعشقه سواء في السينما أو التلفزيون وأؤمن أن القوى الناعمة لها تأثير كبير على المجتمعات وما يهمني أن يكون الدور مهم ومؤثر مع الجمهور سواء في السينما أو التلفزيون.

• هل لك خطوط حمراء في اختيارات الأدوار؟
- ليست خطوط حمراء بالمعنى المفهوم فكل عمر للانسان له قراراته واختياراته والقرارات والاختيارات تتغير بتغير العمر فمن الممكن أن أضع خطوط حمراء لدور ما في عمر معين وأعود لتقديره مرة أخرى في عمل آخر بعد أن أصبحت أكثر نضجا وخبرة في الحياة.

• هل علاقتك بيناتك تستغلين خلالها خبراتك كأه فنانة في التعامل معهم؟
- علاقتي بناتي علاقة من نوع خاص فهي علاقة صداقة وأمانة ويغلب عليها طابع الصداقة أكثر واستفيد دائماً من تفتحهم وقراءتهم المستمرة في جميع المجالات ودائماً ما نتناقش في كثير من الأمور واقتنع في كثير من الأحيان بوجهة نظرهم. وتحدثت في كل المواضيع فأنا أربي فيهم ما كنت أتمنى أن أنشأ عليه لذلك افعل عكس ما تربيت عليه من خلال كسر حاجز الخوف بيننا وأتيح لهم الفرصة لطرح آرائهم وأفكارهم ولديهم أفكار وأراء وتطلعات يجب على أن أحترمها وكثيراً ما يصلحني لي مفاهيم وأفكاراً خاطئة كنت أرغب في تعليمها لهم كما تعلمتها واكتشفت أنهن على صواب.

• تعرض لك حالياً الموسم الرابع من مسلسل الأنسة فرح هل كنت تتوقعين هذا النجاح الذي حققه المسلسل؟
- نعم توقعته من الحلقة الأولى وبعد عرض الجزء الأول. لأن الجمهور كان متشوق لما سيحدث لهذه العائلة التي شهدت العديد من المواقف المضطربة بعد تلقيح ابنتها بطريق الخطأ والمسلسل بطبيعته يحمل تطوراً كبيراً ووافقت عليه بمجرد قراءة أولى حلقاته وشجعتني على ذلك بناتي لأنهم شاهدوا النسخة الأجنبية من العمل

• في البداية لماذا تتعمد رانيا يوسف إثارة الجدل وتصدر التريند؟

- ضاحكة.. أنا من اصنع التريند ويعدين الكل ينتهج نفس النهج ولا اتعمد إثارة الجدل كما يدعي البعض

ولكن دائماً ما ينتظر الجمهور أدوار وإطلالاتي وأعمالي فأنا دائماً تحت النظر وهو ما يفسره البعض بتعمد إثارة الجدل وأنا أحب أن أكون تحت الأضواء ويهتم الجمهور بي.

• ولكن أحياناً أرايك تسبب لك مشاكل عدة؟

- لا أكثر ذلك، لأن الانفتاح الذي شهده العالم جعل البعض يتصيد الأخطاء لي ويحاولون ايقاعي في مشاكل ولكن أنا أحب أن أقول رأي

دائماً في أي شيء وأنا أراني مختلفة وليست مثيرة للجدل فالبعض يعتبرها مثيرة لأن مجتمعاتنا الشرقية لم تعد أن تقول المرأة أي شيء فقد تربينا على ثقافة العيب منذ صغرنا وأنا تربيت في مدارس راهبات ولم يكن من حق أن يخرج صوتي وهو ما جعلني دائماً خجولة وأشعر بالاهتزاز والخوف قبل دخولي المجال الفني ولكنني تمردت على ذلك لأنني لم أكن أستطيع أن ادافع عن حقي. واكتشفت أنني ادفع ثمن ذلك لذا قررت الوقوف وقفة مع نفسي وتعديل شخصيتي تماماً خاصة ورائي أصبحت أم وأشكل أفكار

لدي نشء جديد وليس من حق الرجل والمجتمع الحجر على أفكاري ورائي وليسي وأفعالي لمجرد أنني سيدة أو البنت فالبنات لها نفس الحق المكتب لدي الرجل.

• ماذا عن فيلمك الجديد الذي تعاقدت عليه مؤخراً؟ وهل السينما أقرب لرائيا يوسف ام التلفزيون؟

- تعاقدت بالفعل على فيلم سينمائي جديد لا أستطيع الكشف عن تفاصيله

هاني رمزي يكشف تفاصيل مسلسله (القاتل الذي أحبه)



قال الفنان هاني رمزي، إنه متشغل بمسلسله الجديد الذي تعاقد عليه مؤخراً لصالح إحدى المنصات الشهيرة باسم (القاتل الذي أحبه) وليس (القاتل الذي أحبني) كما انتشر مؤخراً من تأليف صلاح عربي ومن إخراج عمرو عابدين.

وأضاف أن العمل الجديد يشاركه في البطولة الفنانة الكبيرة سهير رمزي في مسلسلها الذي يجسد عودة لها كما يشارك في بطولة المسلسل كلاً من الفنان الكبير أحمد فؤاد سليم ومحمد جمعة ومحمد أبو داوود ولقاء سويدان ورائيا منصور وعدد كبير من النجوم مؤكداً أن المسلسل سيكون علماً ضخماً للغاية ويتمنى أن ينال إعجاب الجمهور ويمثل عودة مميزة للدراما التلفزيونية.

وانتهى رمزي خلال الفترة الماضية من تقديم عرضه المسرحي الجديد (أبو العربي في مهمة مستحيلة) على خشبة مسرح النادي الأدبي الثقافي في جدة والتي قدمها على مدار 4 و5 و6 أكتوبر الماضي.

وتدور مسرحية "أبو العربي في ميشين إيموسيل" حول أبو العربي الشخصية الشهيرة، يقع في صدف غريبة أنه يشبه العالم الشهير هادي الفرماوي، الذي اختفى منذ عدة أعوام.

مما يجعل فكري المحامي يستغل ذلك الشبه واقناع أبو العربي بتنفيذ المهمة المستحيلة.

ياسمين رئيس سعيدة بمشاركتها في (قمر 14)



عبرت الفنانة ياسمين رئيس، عن سعادتها بالاشتراك في فيلم (قمر 14)، والمشارك في مهرجان الجودة السينمائي الدولي في دورته الخامسة، ضمن أفلام المسابقة الرسمية.

وقالت (ياسمين) إنها وافقت على التجربة والاشتراك فيها بسبب ثققتها في مخرجها وزوجها هادي الباجوري، الذي يختار أفلامه بعناية شديدة، لافتة إلى أنها سعيدة بكل النجوم المشاركين لها في الفيلم.

وأشارت إلى أن العمل بمثابة تحدي جديد تتمنى أن يكون إضافة للجمهور حين عرضه قريباً في مصر والوطن العربي.

وتدور قصة (قمر 14)، حول 5 حكايات مختلفة:

الحكاية الأولى، من بطولة غادة عادل، كريم فهمي، عارفة عبد الرسول، ومحمد مهران، ويشارك في الحكاية الثانية، كلاً من (أحمد حاتم، أسماء أبو اليزيد، أحمد بدير، ومحمد جمعة).

بينما يشارك في الحكاية الثالثة، كلا من (أحمد مالك، بيومي فؤاد، مي الفيطي)، والحكاية الرابعة من بطولة (دينا الشربيني، أحمد الفيشاوي،

محمد علاء جمايكا، وليلى عز العرب)، أما الحكاية الخامسة،

يشارك فيها كل من (خالد النبوي، وشيرين رضا)، والعمل قصة وسيناريو وحوار محمود زهران.

الغذاء

أفضل المواد الغذائية لصحة الكلى



أعلنت الدكتورة ماريا تيخوميروف، خبيرة التغذية الروسية، أن الرمان واليقطين يفيدان في تحسين صحة الكلى.

وتشير الدكتورة في حديث لوكالة نوفوستي الروسية للأنباء، إلى أن الكلى تخرج السوائل الزائدة من الجسم، وتحافظ على المستوى الطبيعي لضغط الدم، وتساهم بنشاط في عملية التمثيل الغذائي. ولكي تعمل الكلى بصورة صحيحة من الضروري شرب الماء وإضافة مواد غذائية معينة إلى النظام الغذائي.

وتقول، "أولا وقبل كل شيء يجب تناول عبء الثور cowberry أو Lingonberry، الذي يحتوي على غليكوسيدات الفينول، والكسينين، والليكوبين، والفلافونويد، والكومارين، والإيلاجيك والأحماض الأخرى. و لهذه الثمار تأثير مدر للبول ومطهر. وتفيد في علاج أمراض الكلى المزمنة وفي حالة نشوء الحصى في الكلى".

وتضيف الخبيرة، وتضيف الخبيرة، يجب الانتباه إلى التوابل- اليانسون والكمون والشبث التي تحتوي على زيوت عطرية، مضادة للالتهابات والتشنجات وتحفز عمل الكلى.

وتقول، "البرتقال والرمان والعنب والثوم والكاكي جميعها مفيدة. أما البطيخ الأحمر واليقطين فلهما تأثير مدر للبول ويساعدان على طرح الأملاح من الجسم".

تحذير من مشكلة «مرهقة» قد تدل على الانتشار السريع للسرطان!

يعد السرطان أحد الأسباب الرئيسية للوفاة في جميع أنحاء العالم، لكن الباحثين لم يجدوا علاجاً بعد.

وتعمل هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS) على زيادة الوعي بأعراض السرطان، في محاولة للمساعدة في التعرف المبكر على المرض. وأوضح الدكتور حسين عبده، المدير السريري والمشرف الصيدلي "Medicine Direct"، أن إحدى العلامات الأقل شهرة في الحلق قد تشير إلى السرطان.

وفي عام 2006، وجدت دراسة إيرلندية صغيرة تعتمد على عينة من 99 مريضاً مصاباً بسرطان المريء، أن 27% منهم أبلغوا عن نوبات الفواق المستمرة.

ومع ذلك، ما يزال سبب تعرض هؤلاء المرضى لهذه الهجمات غير واضح. وفي وقت الدراسة، أوضح الباحث الرئيسي، توماس والش، أن الفواق كان عرضاً لم يتم التعرف عليه سابقاً لسرطان المريء ويستدعي مزيداً من التحقيق.

وأشار إلى أن الفواق المستمر - في إشارة إلى النوبات التي تستمر عادة أكثر من 48 ساعة - لم تكن أكثر الأعراض شيوعاً التي أبلغ عنها أثناء الدراسة. وأظهرت النتائج أن 68% من المشاركين أفادوا بفقدان الوزن و82% يعانون من صعوبة في البلع، كما حدد الخمول كأعراض شائعة. وينجم الفواق عن تشنج مفاجئ في الحجاب الحاجز - العضلة التي تفصل البطن عن الصدر. وبحسب الدكتور عبده، فإنها "مشكلة شائعة تؤثر على الجميع من وقت لآخر.

وعادة ما يكون سببها الأكل أو الشرب بسرعة كبيرة أو شرب الكحول أو الإفراط في تناول الطعام. ومع ذلك، قد تكون هناك علامة على الإصابة بالسرطان إذا توقفت معدتك عن العمل بشكل صحيح ولاحظت أنها منتفخة دون سبب واضح.

وأوضح حسين عبده أنه إذا ضغط الورم على الحجاب الحاجز، فقد يؤدي ذلك إلى حدوث تشنجات، وكررت فرضية والش هذه النظرية في عام 2006.

واقترح أن الفواق في مرضى سرطان المريء يمكن أن يكون مرتبطاً بالعصب الحجابي، الذي يتحكم في الحجاب الحاجز.

وأضاف عبده: "إذا كان الشخص يعاني من الفواق المستمر، فعليه التحدث إلى طبيبه. إذا لم يجد الطبيب سبباً واضحاً له، فيجوز له إحالة المريض لإجراء فحوصات مثل التنظير الداخلي أو تصوير الصدر بالأشعة السينية أو تخطيط القلب أو اختبارات الدم. وخلال هذه الاختبارات يمكن اكتشاف السرطان".

ويبلغ معدل البقاء على قيد الحياة لسرطان المريء، 90% عند علاجه في المرحلة الأولى بعد الاكتشاف المبكر.

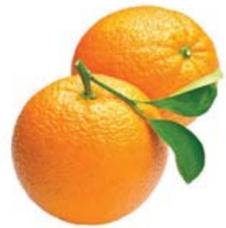
وعلى الرغم من أن الفواق قد يشير إلى المرض، إلا أنه يعتبر من الأعراض النادرة نسبياً. وتقول مؤسسة أبحاث السرطان في المملكة المتحدة: "الفواق مشكلة شائعة تواجهها جميعاً من وقت لآخر. ولكن عندما يكون الفواق من أعراض السرطان أو أحد الآثار الجانبية لعلاج السرطان، فيمكن أن يستمر لفترة أطول".



راشيل زيجلر لدى وصولها إلى حفل توزيع جوائز الموسيقى الأمريكية لعام 2021 في لوس أنجلوس. رويترز

قرأت لك

البرتقال والقلب



يعتبر البرتقال فاكهة غنية بالبوتاسيوم والكالسيوم، وهي مواد مسؤولة عن تنظيم وتعزيز وظيفة القلب.

يعتبر البوتاسيوم عنصراً هاماً من عناصر الخلية وسوائل الجسم التي تساعد على التحكم في معدل ضربات القلب وضغط الدم، فعندما تنخفض مستويات البوتاسيوم، تصبح ضربات القلب غير طبيعية، في حالة تسمى بعدم انتظام ضربات القلب.

كما وللبرتقال دور في تنظيم ضغط الدم العالي، حيث أن الفلافونويد الموجود في البرتقال يساعد على تنظيم ضغط الدم المرتفع، فالغنيسيوم المتواجد فيها يساعد في الحفاظ على ضغط الدم.

ومحتوى البرتقال العالي من الألياف القابلة للذوبان يجعله مفيداً جداً في خفض مستوى الكوليسترول في الدم. يحتوي قشر البرتقال الأبيض (اللب) على مركبات من الفلافونويدز تساعد على خفض البروتين الدهني منخفض الكثافة "الكوليسترول السيء".

سؤال وجواب

- متى صمم أول كمبيوتر إلكتروني حقيقي في العالم؟
- صمم أول كمبيوتر إلكتروني حقيقي في العالم بجامعة بنسلفانيا عام 1946م.
- كيف يسمع الثعبان وماذا ليس له آذان ظاهرة؟
- الثعبان ليس له آذان ظاهرة ولكنه يسمع عن طريق موجات الصوت التي يلتقطها لسانه ويترجمها لآذانه الداخلية!
- من مؤلف علم العروض؟
- الخليل بن أحمد الفراهيدي
- من هو مؤلف علم النحو؟
- أبو الأسود الدؤلي
- من هما الشاعران اللذان أطلق عليهما الطائيان؟
- البحري وأبو تمام.

هل تعلم؟

- تعمّر السلحفاة 150 سنة
- لون دم جراد الحقل أبيض
- الدلفين هو أذكى الحيوانات
- الإسفنج حيوان بحري وليس نباتاً
- أن أعدى أعداء الإنسان هي الحية
- قنفذ البحر يعيش على نهايات أسنانه
- بعض العناكب يمكث 520 يوماً بدون أكل
- الفلفل الحار يحتوي على أعلى نسبة ممكنة من فيتامين (سي) مقارنة بجميع الخضراوات والفواكه الأخرى.
- تتسع خزانات وقود طائرة البوينغ 747 لأكثر من 227 ألف لتر.
- عندما يولد الإنسان يكون في جسمه 300 عظمة ، إلا أن ذلك العدد يتراجع إلى 206 فقط عند الوصول إلى سن البلوغ.
- هل تعلم:الكويرا الهندية عبارة عن حية من أخطر الحيات لأنها إذا عضت الإنسان قتلته في الحال ومع ذلك فهي لا تحب الاعتداء على الناس ولا تفكر في قتل الإنسان أو الحيوان إلا إذا فكر في الاعتداء عليها وهي معظم الثعابين تعطي التحذير قبل أن تفكر في الهجوم على عدوها

قصة صائد السمك

عاش رضوان وهو أحد صيادي الأسماك من قلة الصيد في المنطقة التي اعتاد أن يصطاد فيها فقرر أن يذهب إلى منطقة أخرى بعيدة، عله يجد رزقه.. وهناك ولان الله رحيم بعباده فقد أرسل له الخير الكثير، فاصطاد واصطاد كثيراً حتى تعبت شبكته وذهب إلى السوق وبيع ما معه وكسب كثيراً من المال... وفي البيت سأته الزوجة والأولاد عن حاله فحمد الله وقال ضاحكاً: كان صيدي اليوم كمية وفيرة من المال.

خرج طفله محمد يلعب فحكى لصديقه أن أباه احضر مالا كثيراً اصطاده من مكان ما على البحر فذهب الصديق وحكى لوالده فطمع الرجل وقرر أن يراقب رضوان عله يصطاد مالا مثله وفي اليوم الثاني وبعد أن انتهى رضوان من الصيد الوفير ذهب إلى السوق في الوقت الذي حضر فيه الرجل الذي كان يراقبه عن بعد وقال سأرمي شبكتي ربما يخرج السمك مالا، فرمى شبكته لكنها خرجت بالسمك فقط، فالتقى به بعيداً ورمي شبكته مرة أخرى واستمر على هذا الحال ربما يصطاد مالا، لكنه فشل فذهب إلى رضوان وقال له غاضباً صارخاً من أين تصطاد هذا المال؟ فقال رضوان ضاحكاً اصطاده من البحر فعندما اصطاد سمكاً كثيراً وابعه يتحول إلى مال وهكذا اصطاد المال، فاندش الرجل من تلك العبارة وقرر العودة إلى البحر ليأخذ السمك الذي ألقى به على الشاطئ وبيعه فهو كثير جداً لكنه عندما وصل، كان هناك من أخذه وانصرف فوقف ليصطاد مرة أخرى وحاول عدة مرات دون أن تستطیع شبكته أن تمنحه ولو سمكة واحدة، وبات ليلته جائعاً فقد افتقر على نعمة الله ورفضها فعاقيه الله بالجوع لعدة أيام بعدها، رآه رضوان وقد ركع في المسجد يبكي ويستغفر الله ويستعين من الشيطان الرجيم الذي أكل رأسه وتركه جائعاً هو وأولاده .

مساحة للتلوين

