

مراكز هيئة البيئة والمحميات الطبيعية  
تستقبل نحو 25 ألف زائر بين الأول  
والخامس من ديسمبر الجاري

سيف حميدة :

العالمية أحد  
أحلامي المقبلة



5 ساعات على مواقع التواصل

ص 23 الاجتماعي تسبب اضطرابا نفسيا مؤديا



## أبل تطرح سماعتها آير بودز ماكس بـ549 دولارا

أعلنت شركة أبل عن توسيع باقة منتجاتها من سماعات الرأس اللاسلكية من خلال طرح الموديل الجديد، AirPods Max، وأوضحت الشركة الأمريكية أن السماعة اللاسلكية الجديدة تأتي مزودة بوظيفة إلغاء الضوضاء النشطة ووظيفة تحسين الصوت الرقمية. وتأتي أول سماعة Over-Ear من أبل مزودة بمعالج الصوت H1 والعديد من الميكروفونات، والتي تقوم بعدة وظائف منها قياس الإشارة الموسيقية باستمرار، لكي يتم موازنة الترددات المنخفضة والمتوسطة للأذن في الوقت الفعلي أو ما يعرف بوظيفة الأيكولايزر المتوائمة، وإلى جانب وظيفة إلغاء الضوضاء النشطة (ANC) يقوم المعالج والميكروفونات باتاحة وضع الشفافية، لكي يتمكن المستخدم من الاستماع إلى الموسيقى والأصوات المحيطة به في الوقت نفسه، بالإضافة إلى وظيفة الصوت ثلاثي الأبعاد 3D-Audio، التي تقوم بتشغيل الصوت ثلاثي الأبعاد اعتماد على كيفية تحريك الرأس أو الجهاز المقترن بسماعة الرأس. وأسارت شركة أبل إلى أنه يتم التحكم في تشغيل الموسيقى وشدة الصوت واستقبال المكالمات الهاتفية عن طريق زر دوار أو ما يعرف باسم التاج الرقمي (Digital Crown) على وسادة الأذن، إلى جانب مستشعرات تقوم بإيقاف تشغيل الموسيقى بمجرد خلع سماعة الرأس.

## برنامج يخرب عشرات آلاف الحواسيب يوميا

حذرت شركة "مايكروسوفت" المستخدمين من السلالة الجديدة من البرامج الضارة المسماة "Adrozek". قائلة إنها تصيب عشرات الآلاف من أجهزة الكمبيوتر يوميا. وذكرت مجلة "بي سي" الأميركية أن السلالة الجديدة من البرامج قادرة على إصابة أجهزة المستخدمين وسرقة بياناتهم واختطاف المتصفحات. وحين تختطف السلالة الجديدة الجهاز، تجري تعديلات على المتصفح من خلال تعطيل عمليات التحقق من سلامة الملف وتعطيل ميزة التصحاح الآمن، والسماح للاضافات الضارة بالعمل في وضع التصحاح المخفي دون الحصول على إذن المستخدم، فضلا عن تعديل الصفحة الرئيسية الافتراضية للمتصفح.

## أول مرة.. فيروس كورونا يعدي حيوانا جديدا

في واقعة استوقفت الأطباء البيطريين والباحثين المهتمين بانتشار كورونا، أصبح نمر تلجي في حديقة حيوانات أمريكية أول حيوان من نوعه يتم تشخيص إصابته بالفيروس المستجد، وفقا لكشف موقع "سكاى نيوز" البريطاني. وقال المصدر إن نمر الثلوج في حديقة حيوان بمدينة لويزفيل في ولاية كنتاكي، عانى أعراضا تشبه أعراض كورونا، بما في ذلك السعال الجاف، وذلك رغم اتخاذ موظفي الحديقة الاحتياطات الضرورية. وبعد إخضاع النمر "نيسي" لاختبار كورونا كانت النتيجة "إيجابية"، فيما أجرى موظفو الحديقة الفحص لثميرين آخرين يعيشان مع "نيسي"، ويجري حاليا انتظار النتائج. لم يتم تخدير النمر للحصول على مسحة من الحلق والأنف، حيث اكتشف الأطباء البيطريون بإجراء الاختبار على فضلاتهم. وقال مدير حديقة الحيوان جون واكنزوك: "أعراضهم خفيفة جدا. من المتوقع أن تتعافى النمر في أقرب وقت". وتعتقد الحديقة أن فيروس كورونا انتقل إلى نمر الثلوج عبر أحد الموظفين الذين يحملون المرض من دون أن تظهر عليهم أعراض. ويرتدي جميع حراس الحديقة معدات الوقاية والسلامة الشخصية ويخضعون للفحص الصحي في بداية كل منوبة. وظهر فيروس كورونا في عدد من الحيوانات في أوقات سابقة، منها القطط والكلاب والأسود، إلا أن هذه أول إصابة ترصد في فصيلة نمر الثلوج.



يحتوي جبن الماعز على كمية جيدة من العناصر الغذائية، بينها الدهون الصحية والبروتين عالي الجودة، فضلا عن أن سعراته الحرارية الأقل من أنواع الجبن الأخرى، كما أن نسبة اللاكتوز الأقل تعني أنه لا يسبب الحساسية التي يعاني منها البعض.

وبحسب تقرير موقع Boldsky عن جبن الماعز، المعروف أيضاً باسم "شيفر" chèvre، فإن جميع أنواع جبن الماعز تحتوي على معادن وفيتامينات مثل فيتامين A وفيتامين B2 والكالسيوم

والمغنيسيوم والفوسفور والبوتاسيوم والنحاس والزنك والسيلينيوم، وتسهم جميعها بالإضافة إلى مذاقه

الشهي في الحصول على 6 فوائد صحية كما يلي:

## 6 فوائد عظيمة لتناول مشتقات حليب الماعز!

**تقليل حب الشباب**  
يحتوي جبن الماعز على حمض الكابريك الذي ثبت أنه يمتلك خصائص مضادة للالتهابات ومضادة للبكتيريا. وجدت الدراسات التي أجريت على الحيوانات ودراسات أنابيب الاختبار أن حمض الكابريك فعال في محاربة البكتيريا التي تسبب حب الشباب على الجلد.

**تقليل حساسية اللاكتوز**  
إلى ذلك، تعد جبن الماعز خيارا جيدا للأشخاص غير القادرين على هضم اللاكتوز أو الذين يعانون من حساسية تجاه منتجات الحليب البقري، لأن جبن الماعز يحتوي على بنية بروتينية مختلفة كما أنه يحتوي على نسبة أقل من اللاكتوز بشكل طبيعي مقارنة بجبن البقر.

كما يحتوي جبن الماعز على بروتين كازين A2، والذي ثبت علميا أنه أقل التهابا وحساسية من كازين A1، وهو النوع الذي يتوافر بنسب عالية في حليب الأبقار. يطلق على بروتين الكازين أيضاً مسمى "الجبنين"، وهو العنصر الأساسي في الجبن وينفصل في شكل لبن رائب لدى تخثر الحليب أو إضافة الحمض إليه عند درجة حرارة 20 مئوية

التي تتضمن منتجات من الحليب البقري. وبالتالي يمكن أن يساعد الشعور المتزايد بالامتلاء وتقليل الجوع في تعزيز فقدان الوزن. فيما أظهرت دراسة أخرى أن جبن الماعز كان فعالاً في تقليل وزن الجسم ومؤشر كتلة الجسم ومحيط الخصر بين أشخاص كانوا يعانون من زيادة الوزن والسمنة.

**تقوية العظام**  
يتميز جبن الماعز بأنه مصدر جيد للمعادن الأساسية مثل الكالسيوم والفوسفور والنحاس التي يحتاجها الجسم لبناء عظام قوية وصحية. يساعد جبن الماعز من خلال الكالسيوم والفوسفور والنحاس على بناء عظام صحية ويقلل من خطر الإصابة بهشاشة العظام.

**تحسين صحة الأمعاء**  
تم ربط استهلاك جبن الماعز بالأعضاء الصحية، لأنه يحتوي على مجموعة متنوعة من البروبيوتيك، وهي البكتيريا الجيدة التي تساعد في الحفاظ على صحة الأمعاء وتمنع وقاية من الإصابة بمشاكل الجهاز الهضمي.

**خفض نسبة الكوليسترول**  
لأنه غني بالأحماض الدهنية المتعددة غير المشبعة PUFA، فإن جبن الماعز يساعد على تحسين صحة القلب والأوعية الدموية والالتهابات. توصلت دراسة، نُشرت نتائجها في العام الجاري بمجلة Nutrients، إلى أن الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن والسمنة المعرضين لخطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، والذين يتناولون 60 غراما من جبن الماعز يوميا لمدة 12 أسبوعاً، حققوا تحسناً ملموساً في نسبة الكوليسترول الحميد (الضيد).

**مكافحة السمنة**  
نظرا لأن جبن الماعز مصنوع من حليب الماعز، فإن تناوله يمكن أن يساعد في إنقاص الوزن لأن حليب الماعز يحتوي على نسبة عالية من الأحماض الدهنية متوسطة السلسلة هي حمض الكابريك وحمض الكابريليك، الذي يتم هضمه بسرعة كبيرة ويوفر مصدراً فوريا للطاقة مما يؤدي إلى ارتفاع نسبة الشعور بالشبع. أفادت دراسة علمية، أجريت عام 2017، أن تناول وجبة إفطار من حليب الماعز وتحتوي على جبن الماعز تقلل بشكل كبير من الشعور بالجوع مقارنة بوجبة الإفطار

## تحذير من مادة غذائية تسبب مرض الشيخوخة!

حدد فريق من العلماء من جامعات الولايات المتحدة الأمريكية وأستراليا المنتج الغذائي الذي يؤدي تناوله إلى تضاعف احتمالات ظهور أعراض خرف الشيخوخة. ووجد الخبراء أن الأشخاص، الذين يقبلون على تناول الفلفل الحار، معرضون أكثر من غيرهم لخطر التراجع السريع لمقدراتهم المعرفية في الشيخوخة. ولتأكيد المغول الضار للفلفل الحار، قام العلماء بتحليل البيانات لـ 5 آلاف شخص من سكان الصين، جمعت على مدى 15 عاما. وكان متوسط أعمار المشاركين بالتجربة، عند البداية، 63.5 سنة. وخلال مدة التجربة بالكامل كانوا يخضعون لاختبارات في القدرات الفكرية (المعرفية)، بموازاة تسجيلهم اليومي لقائمة الأطعمة التي يتناولونها. واكتشف العلماء أنه كلما زاد استخدام الناس للأطعمة الغنية بالتوابل وخاصة الفلفل الحار، انحسرت لديهم القدرات المعرفية العقلية. وافترض الخبراء أن مكون الكابوسيد القلوي في الفلفل الحار هو السبب بتراجع القدرات العقلية مع التقدم بالسن إذا ما تم تناول الفلفل الحار بكثرة.



## سكودا تطلق موديلاً خاصاً من إيبنتها أوكتافيا

قدمت شركة سكودا نسخة Clever Octavia من أيقونتها أوكتافيا الكومبي والصالون، والتي تتمتع بباقة من التجهيزات الإضافية وبسرعة يبدأ من 25 ألف و821 يورو تقريبا. وأوضحت الشركة التشيكية أن الموديل الخاص الجديد يتوفر ببعض التجهيزات الإضافية مثل الجنوط المصنوعة من معدن خفيف قياس 17 بوصة باللون الأسود والصابغ الخلفية الخاصة وكشافات الضباب ومستشعرات الصف في الأمام والخلف وكاميرا الرجوع للخلف. وتتمتع المصنوعة الداخلية بمقاعد خاصة ونظام مكيف الهواء Climatronic ثلاثي المناطق ووظيفة تدفئة المقود وتجهيزات التحدث الحر بتقنية البلوتوث والنظام الصوتي Bolero مع شاشة لمسية قياس 10 بوصة. وتستند تقنيات القيادة على العديد من الأنظمة المساعدة مثل مساعد الحفاظ على حارة السير، ومساعد الرادار الأمامي المتضمن وظيفة الكبح الاضطراري مع التعرف على المارة وراكبي الدراجات.

جامعة الإمارات تكرم 152 باحثاً متميزاً

## 252 بحثاً علمياً نشرت في أرقى المجلات العالمية

زكي نسيبة : جامعة الإمارات تهدف للتقدم 25 نقطة كل عام في التصنيف العالمي



البحوث التي نشرت على مستوى الكليات 252 بحثاً علمياً نشرت في أرقى المجلات العالمية ذات التصنيف العالمي (1%، 5%، 10%، 25%) منها 68 بحثاً لكلية العلوم، و59 لكلية الطب والعلوم الصحية، و45 لكلية الهندسة، و16 لكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، و24 لكلية تقنية المعلومات، و15 لكلية الإدارة والاقتصاد، و4 لكلية التربية، و22 بحثاً لكلية الأغذية والزراعة.



أن الإنجازات والابتكارات البحثية تنتج من العمل المشترك للفرق البحثية. وأشار معاليه إلى أن هدف جامعة الإمارات خلال السنوات القادمة هو التقدم 25 نقطة كل عام في التصنيف العالمي، باعتباره أهم مؤشر لآداء الجامعة وإنما تسعى جاهدين خلال 4-3 سنوات القادمة بأن تكون الجامعة ضمن أفضل 200 جامعة في العالم، وضمن أفضل 100 جامعة على المستوى العالمي في عام 2030. وكانت عدد

الكوكبة من الباحثين بالجامعة لشهرهم 252 ورقة بحثية. تقديراً لإنجازاتهم المتميزة. وإن هذا التميز بالبحث العلمي يعزز من سمعة الجامعة الأكاديمية وتصنيفها وفق المؤشرات العالمية فقد صنفت جامعة الإمارات بالمرتبة 284 عالمياً وأحرزت المركز الخامس في الوطن العربي حسب تصنيف كيو.إس. وشدد معاليه على أهمية استمرارية إنجاز البحوث العلمية البيئية المشتركة بين مختلف الكليات والمراكز البحثية، حيث

•• أبوظبي - الفجر

كرّمت جامعة الإمارات أمس الأول 152 باحثاً من أعضاء هيئة التدريس في حفل افتراضي حضره معالي زكي أنور نسيبة - وزير دولة، الرئيس الأعلى لجامعة الإمارات - ومدير الجامعة بالإنابة وعمداء الكليات ومدراء مراكز البحث العلمي بالجامعة وأعضاء هيئة التدريس. وأكد معالي زكي أنور نسيبة - وزير دولة، الرئيس الأعلى لجامعة الإمارات - بأن جامعة الإمارات تحرص باستمرار على دعم البحوث العلمية النوعية لتحقيق رسالتها ورؤيتها وتسهم في بناء الاقتصاد العربي وتوفير الحلول للتحديات وتعزيز مكانة الدولة في هذا المجال الحيوي وبما يضمن إعداد خريجين وباحثين متميزين في تطوير منهجيات التدريس الأكاديمي والبحث العلمي وتعزيز مخرجات البحوث العلمية للمساهمة في تحقيق الاستراتيجية الوطنية لدولة الإمارات عبر أولوياتها المختلفة في مجال البحث العلمي والاستعداد للخمسين عاماً القادمة.. وهذا يظهر جلياً من خلال الزيادة الملحوظة في نشر البحوث العلمية من قبل باحثي الجامعة في أرقى المجلات العالمية والدوريات العلمية "1%، 5%، 10%، 25%" حسب بيانات استوكبوس لعام 2019. وذكر الرئيس الأعلى للجامعة: إننا اليوم تكرم هذه

## منوعات

## الفجر

22

## هيئة أبوظبي للدفاع المدني تشارك بمؤتمر اقتراضي في إيطاليا للتعامل مع المواد الخطرة

•• أبوظبي- الفجر

شاركت هيئة أبوظبي للدفاع المدني بالمؤتمر الدولي العلمي الثاني للمواد الخطرة والذي نظّمته جامعة روما تور فرغاتا الإيطالية في الفترة بين 10-12 ديسمبر الجاري "على مدار ثلاثة أيام" وناقش مواضيع عدة أبرزها تعزيز الأمن والسلامة في مواجهة المواد الخطرة والإدارة والتحقق والسياسة والتدريب والتشريع.

وألقي سعادة العميد محمد إبراهيم العامري مدير عام هيئة أبوظبي للدفاع المدني الكلمة الافتتاحية مشيداً بجهود تنظيم هذا المؤتمر العالمي الكبير للحماية من المواد الخطرة لافتاً إلى جهود ودور الخبراء الذين يمثلون جامعات ومؤسّسات عالمية عريقة من عدة دول. وأوضح أن هيئة أبوظبي للدفاع المدني شاركت بأربعة أوراق علمية ركزت على تحليل المخاطر في الأزمات والكوارث والنداء الاصطناعي وتعزيز قدرات الطواقم الميدانية في الحالات الطارئة.



وأشار إلى أهمية موضوعات المؤتمر والتي تركزت في مجالات الأمن البيولوجي وانتشار الأوبئة والتحديات العالمية لمواجهة جائحة كورونا والدروس المستفادة وكذلك الأمن الإلكتروني وتحقيقات حوادث النداء الاصطناعي. وقدم سعادة مدير عام هيئة أبوظبي للدفاع المدني الشكر إلى اللجنة التحضيرية واللجنة التنظيمية على دعوتهم الكريمة لهيئة للمشاركة في هذا المؤتمر الدولي الكبير متمنياً لجميع الحضور والمتحدثين وأعضاء اللجان النجاح والتوفيق بما يحقق التطلعات في تحقيق منظومة السلامة والأمن في التعامل مع المواد الخطرة. وثمن جهود التعاون العلمي والبحثي بين القيادة العامة لشرطة أبوظبي وهيئة أبوظبي للدفاع المدني وجامعة روما تورفرغاتا العريقة المنظمة لهذا المؤتمر الدولي والذي يسهم بدور رائد في نقل المعارف وأفضل الخبرات والممارسات للعاملين بالجال الميداني وذوي الاختصاص في هذا المجال.



فازوا بجوائز بلغت 25.000 درهم

## جامعة الخليج الطبية تعلن عن أسماء طلاب المدارس الذين شاركوا في أضخم معرض افتراضي للطب والفنون والعلوم قدّموا أكثر من 1000 مشروع وحصدوا نصف مليون مشاهدة عبر الإنترنت

العلوم الإنسانية، وثمة علاقة متبادلة بينه وبين مختلف الفنون التي تسمو بالمشاعر والأحاسيس الإنسانية التي رأينا أهمية تأكيدها من خلال هذا المعرض الفريد من نوعه، حيث يعمل الفن كوسيلة تحفيزية للتفكير العلمي وتنشيط الدماغ، ويلقى الضوء على المشاعر والأبعاد الإنسانية المتنوعة، ما يجعله وسيلة راقية لتنمية وعي الدارسين في مجال الطب وإلهام علماء المستقبل". وأضاف البروفيسور حمدي أن "هذا الحدث العلمي المخفّز للطلاب على الابتكار يدفع بهم إلى استكشاف طاقاتهم وتطوير مهاراتهم بصورة فعالة ومثمرة، ويزرع فيهم القدرة على التفكير التحليلي والمهارات العلمية، إلى جانب تزويدهم بدروس قيّمة في العمل الجماعي وتعريفهم بأهمية التعاون مع بعضهم البعض لمواجهة المشكلات

التي تواجهها البشرية، وبمساهمة في ابتكار حلول لها عالمياً، كما يضمهم أمام تحدي ابتداء أفكار غير تقليدية، أو التفكير خارج الصندوق" كما يُقال، وينمي في عقولهم الحس العلمي وروح الابتكار وقيمة الإنجاز وأهمية تحقيق النجاح لأنفسهم بما يفيد مجتمعاتهم". "ماتنش كيتس" وجوائز نقدية بلغت قيمتها 25.000 درهم إماراتي تُوزعت على المراكز الأولى والثاني والثالث في مختلف الفئات، كما حصل جميع المشاركين على شهادات من "جامعة الخليج الطبية".

جوائزهم مع الدكتور ماندا فينكاترامان، نائب رئيس الجامعة، وبحضور أعضاء الهيئة التدريسية، مع الإشارة إلى أنّ الإعلان عن الفائزين والجوائز تمّ لهذا العام عبر الإنترنت، وجرى بثه على قناة "يوتيوب" وتابعه أكثر من 1000 مشاهد من أوسياء أمور الطلاب. وفي إطار تعليقه على هذا الحدث الفريد "مايس 2020" وأهداف الجامعة منه، تحدّث البروفيسور حسام حمدي رئيس "جامعة الخليج الطبية" قائلاً: "في كل عام تنظم "جامعة الخليج الطبية" معرض الطبّ والفنون والعلوم، والهدف إلى توفير الرعاية لطلاب المدارس من أصحاب المواهب العلمية والفنية، وتشجيعهم لتنمية الابتكار والتفكير العلمي والانخراط في عالم الإنسانية الواسع"، مشيراً إلى أنّ "الطب من بين

أعلنت "جامعة الخليج الطبية"، الجامعة الطبية الرائدة التي تمتلكها وتديرها "مجموعة تومبي"، عن أسماء 75 فائزاً في النسخة الرابعة عشرة من أضخم معرض افتراضي للفنون الطبية والعلوم MASE التي أقيمت افتراضياً للعام 2020، بمشاركة 84 مدرسة مثّلها طلاب مدارس من الصفوف العاشر والحادي عشر والثاني عشر عرضوا 1000 مشاركة ضمن ست فئات شملت المشاريع العلمية والمصنّات والرسم والشعر باللغتين الإنجليزية والعربية والتأليف الموسيقي. البروفيسور حسام حمدي، رئيس "جامعة الخليج الطبية" تولى إعلان النتائج وتسليم بعض الفائزين

•• دبي- الفجر

## يعرض المنسوجات وتقاليده الأزياء في أبوظبي من الأربعينيات وحتى ثمانينيات القرن الماضي

## قصر الحصن يستضيف معرض الأزياء عبر العصور

•• أبوظبي - الفجر

أطلقت دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي معرض "الأزياء عبر العصور"، وهو معرض ثقافي جديد يستكشف تطور الأزياء في أبوظبي في الفترة من الأربعينيات وحتى ثمانينيات القرن العشرين، ويقام المعرض في الفترة من 16 ديسمبر إلى 16 فبراير 2021 في قصر الحصن، ويأتي كجزء من التزام دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي بالاحتفاء بالتراث الثقافي لدولة الإمارات العربية المتحدة والحفاظ عليه، حيث تعدّ الأزياء الإماراتية التقليدية رمزاً للتراث، والتي كانت تحاك وتطرز يدوياً في الماضي، إلى جانب ارتداء الزينة في المناسبات، وما زالت هذه العادات المتبعة في الثقافة الإماراتية اليوم.

ومن خلال الملابس والزينة المروضة سوف يتعرف الزائر على التغييرات التي شهدتها الأزياء الإماراتية عبر الأجيال، إذ يحتفي معرض "الأزياء عبر العصور" بماضي أبوظبي وتقاليدها وثقافتها المتنوعة والشاملة عبر ملامح من تاريخ الإمارة وقصص شعبيها من خلال الملابس بمختلف أشكالها، والزينة المستخدمة في المناسبات، ابتداءً من بساطة الأزياء في عصر ما قبل النفط، وصولاً إلى التأثيرات الثقافية التي قامت بدور مهم في جعل الافتتاح على طرق التجارة في المنطقة.

ويعدّ هذا الصعد قالت سلامة الشامسي، مدير قصر الحصن: "يتيح معرض الأزياء عبر العصور فرصة رائعة للزوار لاستكشاف توجهات الأزياء المتغيرة خلال العقود الماضية، وإلقاء نظرة على جانب جديد من التراث الغني لدولة الإمارات العربية المتحدة. فقد تمّ تنظيم المعرض من قبل مجموعة من المتخصصين في الأزياء، أخذوا الزوار في رحلة عبر الزمن، يعيشون من خلالها تجارب أسلافهم، عبر عرض الأهمية الثقافية لتنوع الأزياء ابتداءً من البرقع الذي ترتديه النساء أثناء سفرهن من الوبة إلى العين، وصولاً إلى الأهمية التاريخية للخنجر الذي يحمله رجال العائلة، وتأثير شكل الأزياء الأوروبية على الفساتين المحلي. وأضافت سلامة الشامسي: "يتجلى دور المغفور له -إياد الله- الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه، في تطوير وتقديم شعبه من خلال التغييرات التي تزامنت مع رفاهية الحياة، إذ سيتمكن الزوار من رؤية أثر العولمة في اتجاهات الأزياء مع افتتاح طرق التجارة في المنطقة، والمقارنة بين الأزياء القديمة وبساطتها، والأزياء الحديثة وتطورها بشكل عام، كما يسلط المعرض الضوء على تأثير التقنيات والمواد المستخدمة في صناعة الأزياء، فضلاً عن تأثيرها على الهوية الثقافية".

ينقسم المعرض إلى ثلاثة أجنحة مختلفة، وهي جناح المغفور له الشيخ شخبوط بن سلطان آل نهيان، والأزياء والجوهرات، والمواد المستخدمة في صناعة الأزياء، وأساليب استخدامها، ويتضمن المعرض أيضاً أعمالاً فنية مثل الخزائن التفاعلية، وقطع بارزة أخرى كقللاند أمدها سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك، رئيسة الاتحاد النسائي العام، رئيسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة، الرئيس الأعلى للمؤسسة للتنمية الأسرية، والبرقع المزخرف لفاطمة بنت محمد بن ثاني المهيري.

من جانب آخر تسلط العروض الضوء على صور فوتوغرافية من الأرشيف توضح جوانب من تقاليد الأزياء من الستينيات إلى الثمانينيات، وتكشف عن أنواع مختلفة من أشكال وأدوات التطريز في الإمارة، منها "التبي، والبالدة، والحوص، والبشت"، والأصباغ التقليدية والأقمشة الصبوغية. ويشكل عام يتضمن معرض "الأزياء عبر العصور" أكثر من 30 قطعة أثرية وعناصر ذات أهمية ثقافية.

ويعد قصر الحصن مبنى تاريخياً وطنياً يحضن قطعاً أثرية ومواد أثرية يعود تاريخها إلى ستة آلاف سنة قبل الميلاد من جهة، ويوجد تطور أبوظبي من مستوطنة تعتمد على صيد الأسماك وتجارة اللؤلؤ في القرن الثامن عشر إلى منطقة عالمية حديثة، من جهة أخرى.

## خلال احتفالات اليوم الوطني الـ 49 للدولة

## مراكز هيئة البيئة والمحميات الطبيعية تستقبل نحو 25 ألف زائر بين الأول والخامس من ديسمبر الجاري



فيه من برامج وأنشطة وفعاليات.

## متحف الشارقة للتاريخ الطبيعي

يأخذ متحف الشارقة للتاريخ الطبيعي والنباتي، والزوار في رحلة متعة عبر العصور ليكتشفوا عصر الديناصورات، وجمال وتنوع النباتات وتطورها عبر العصور. أما مركز حماية وإكثار الحيوانات العربية البرية المستهدفة بالافتراض، فيعتبر قاعدة للأبحاث والدراسات العلمية في صون التنوع الحيوي في بيئات شبه الجزيرة العربية. ومع الحدائق الإسلامية يجد الزائر الفرصة الكاملة للاستمتاع بالمعرفة والتعرف على النباتات المذكورة في القرآن الكريم والسنة النبوية. وفي مزرعة الأطفال هناك تجربة غنية بالمعرفة والاستكشاف، فهي حديثة بيئية وتعليمية وترفيهية متنوعة للعائلات وطلاب المدارس لتتعرف على الحيوانات الأليفة.

## متنزه الصحراء

ويعدّ متنزه الصحراء النور عام 1995، ويعنى بالحفاظ على مجموعة من الحيوانات التي تستوطن المنطقة، تطور إلى مجمع للعلم والثقافة والترفيه في آن واحد، حيث يحتوي على عدة مراكز مختلفة، كمركز حيوانات شبه الجزيرة العربية الذي افتتح في عام 1999، من قبل صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، حاكم الشارقة، ويعتبر وجهة عائلية مثالية للنزهة والترفيه والمعلومات البيئية الثرية، ولتلقى التعليم والترفيه والنشاط، ومكان للتصالح مع الطبيعة والتفاعل معها، لا يقدمه من معلومات وما يتوافر

الوعي البيئي لدى السكان والزوار وأفراد المجتمع كافة، كما أن تلك المراكز تعتبر وجهة سياحية ممتعة للكبّار والصغار، فهي بطبيعتها تصنف ضمن إطار السياحة البيئية التي أخذت تحتل مكانة مميزة لدى السياح على مستوى العالم. وأوضحت سعادة هنا سيف السويدي أن لدى الهيئة ومراكزها برامج متنوعة وصادقة، تناسب مختلف فصول السنة والمناسبات الوطنية، الأمر الذي يسهم في زيادة إقبال الزوار عليها، وتوفير للزوار تجربة علمية فريدة من نوعها، تتمثل في مجتمعات تعليمية وترفيهية، حيث يجد كل زائر ما يرغب به من الترفيه ومتعة التعلم والاستمتاع، ويحظى زوار مراكز التعلم بجولات تعليمية من خلال وسائل ترفيهية للتعرف على الأقسام المتعددة لدى المراكز، وتعد هذه المراكز معالم علمية مميزة للناس وفرصة للتعرف على مختلف العلوم الطبيعية، كعلوم البيئة الصحراوية.

## متنزه الصحراء

ورأى متنزه الصحراء النور عام 1995، ويعنى بالحفاظ على مجموعة من الحيوانات التي تستوطن المنطقة، تطور إلى مجمع للعلم والثقافة والترفيه في آن واحد، حيث يحتوي على عدة مراكز مختلفة، كمركز حيوانات شبه الجزيرة العربية الذي افتتح في عام 1999، من قبل صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، حاكم الشارقة، ويعتبر وجهة عائلية مثالية للنزهة والترفيه والمعلومات البيئية الثرية، ولتلقى التعليم والترفيه والنشاط، ومكان للتصالح مع الطبيعة والتفاعل معها، لا يقدمه من معلومات وما يتوافر

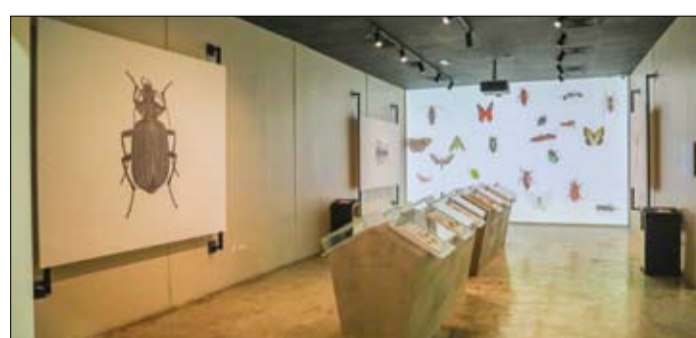
•• الشارقة- الفجر

استقبلت مراكز هيئة البيئة والمحميات الطبيعية بالشارقة 24905 زائر بين الأول والخامس من ديسمبر الجاري، بمناسبة اليوم الوطني الـ 49 للدولة، توزعوا على مختلف المراكز التابعة للهيئة. وبالتعاون مع برنامج ساند التطوعي فقد تم تنظيم الزيارات في المراكز التابعة للهيئة، وتنظيم حركة الزوار والتأكد من اتباع الإجراءات الاحترازية في كل مركز. وتوزعت إحصائيات زوار مراكز الهيئة خلال الإجازة، حيث بلغ إجمالي زوار مركز واسط للأراضي الرطبة 1948 زائراً، و6606 زائراً إلى مركز حيوانات شبه الجزيرة العربية، و476 زائراً إلى مركز كلباء للطور الجارحة، و5098 زائراً إلى متحف التاريخ الطبيعي والنباتي، أما نصب حديقة بحيص الجيولوجية فكان 709 زوار، ومزرعة الأطفال 6382 زائراً، والحديقة الإسلامية 2547 زائراً، ومركز الحديقة الوطنية الجبلية 1079 زائراً، ومركز الندي للحياة الفطرية 33 زائراً.

وتستقطب مراكز الهيئة أعداداً كبيرة من الزوار على مدار الأيام عموماً، ويتوافر لديها برامج وأنشطة وفعاليات متنوعة، بالإضافة إلى طيبة وتوعية المعلومات التي يحصل عليها الزائر أثناء الزيارة لأي من مراكز الهيئة.

## وجهة سياحية ممتعة للكبّار والصغار

وقالت سعادة هنا سيف السويدي، رئيس هيئة البيئة والمحميات الطبيعية: "تلعب الهيئة من خلال مختلف مراكزها وأنشطتها وبرامجها، دوراً توعوياً بيئياً كبيراً، وتسهم في زيادة ورفع مستوى



إمكانية التعرف على الإبل والحيوانات والرحال، وحتى الخليج العربي بحد ذاته. مركز الندي للحياة الفطرية ويعتبر مركز الحياة الفطرية في الندي، أحد أهم المراكز المتخصصة التي تعرض صور الحياة البرية بأسلوب تفاعلي واقعي وقد تم افتتاحه في فبراير 2020، ويوفر للزوار فرصة رائعة للتعرف على حياة الصحراء، واستكشاف الحياة الفطرية فيها، من خلال أقسام المركز المتعددة، مثل منطقة الترات، وغرفة الشعر، ومنطقة التعليم التفاعلي للأطفال التي توفر لهم

# منوعات الفكر

23

وجدت دراسة أن الذين يقضون خمس ساعات يوميا على وسائل التواصل الاجتماعي هم أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب بثلاث مرات من أولئك الذين يقضون أقل من ساعتين يوميا. وشارك أكثر من ١٠٠٠ شاب أمريكي في الدراسة، التي تتبع عدد الأشخاص الذين ظهرت عليهم أعراض الاكتئاب على مدار ستة أشهر. ويعتقد الخبراء أن الهواجس مع منصات مثل "إنستغرام" و"تويتر" و"سناب شات" و"فيسبوك" توقف تكوين صداقات بين الشباب.



يؤدي إلى تأجيج المشاعر السلبية

## 5 ساعات على مواقع التواصل الاجتماعي تسبب اضطرابا نفسيا مؤذيا



وأضاف المؤلف المشارك الدكتور جايبي سيداني، الأستاذ المساعد للطب في جامعة بيتسبرغ: "غالبا ما يتم تنسيق وسائل التواصل الاجتماعي للتأكيد على الصور الإيجابية. وقد يكون هذا صعبا بشكل خاص بالنسبة للشباب الذين يمرون بمنعطفات حرجية في الحياة تتعلق بتنمية الهوية ويشعرون أنهم لا يستطيعون الارتقاء إلى مستوى المثل العليا المستحيلة التي يتعرضون لها".

وتصفح الويب وتأثيره على الذاكرة في دراسة أخرى ربط فريق من الباحثين "تعدد المهام في الوسائط"، من طريق استخدام عدة أشكال من الوسائط الرقمية في نفس الوقت، بضعف الذاكرة.

وفي التجارب العملية، وجد باحثون أمريكيون أن الأشخاص الذين يشاركون في تعدد مهام الوسائط في المنزل لديهم قدرة ضعيفة على تذكر العناصر على شاشة الكمبيوتر.

ويذكر المؤلف المشارك في الدراسة، ستانفورد: "لقد ارتبطت زيادة قوة أظفار في مؤخرة الجمجمة بفقدان الانتباه، وشروء الذهن، والتشتت وما إلى ذلك".

وأضاف: "نعلم أيضا أن القيود في قطر البويبي خاصة قبل القيام بمهام مختلفة، مرتبطة بفضل الأداء مثل أوقات رد الفعل البيئية والمزيد من الشروء الذهني".

وفي الوقت نفسه، تم تقييم تعدد المهام الإعلامية من خلال جعل الأفراد يبلغون عن مدى قدرتهم على التفاعل مع مصادر إعلامية متعددة، مثل الرسائل النصية ومشاهدة التلفزيون.

وقال مادور: "لقد عرفنا تعدد المهام على أنه عدد الوسائط التي تعمل في نفس الوقت خلال ساعة استهلاك نموذجية".

والأشخاص الذين يقومون بمهام متعددة لوسائل الإعلام الأثقل هم الأفراد الذين يشاهدون التلفزيون، أثناء إرسال الرسائل النصية، وتصفح الإنترنت، وربما الاستماع إلى الموسيقى أو لعب لعبة على الهاتف، في حين أن الذين يقومون بمهام متعددة في الوسائط الأخف هم أفراد قد يشاهدون التلفزيون بمفردهم أو ربما أثناء إرسال الرسائل النصية.

ثم قارن العلماء أداء الذاكرة بين الأفراد ووجدوا أن أولئك الذين لديهم قدرة أقل على الانتباه المستمر والوسائط المتعددة الأثقل كان

اختبار شامل يقيس الاكتئاب. ومن بين 1289 فردا في العينة النهائية، كان 299 مصابا بالفعل بالاكتئاب عند خط الأساس، وتم تتبعهم لمعرفة ما إذا كان هذا قد أثر على استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي.

وخلال فترة المتابعة التي استمرت ستة أشهر، أصيب 95 مشاركا آخر بأعراض الاكتئاب. وكان الشباب الذين استخدموا وسائل التواصل الاجتماعي أكثر من خمس ساعات يوميا أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب بمعدل 2.8 مرة في غضون ستة أشهر من أولئك الذين استخدموها أقل من ساعتين يوميا.

وعلى الرغم من ثقة الباحثين في الرابط المكتشف، إلا أن الدراسة لا يمكنها إثبات السبب والتأثير، بأن وسائل التواصل الاجتماعي، وليس أي عامل آخر، هي التي تسبب الاكتئاب.

وقال الدكتور سيزار إسكوبار فييرا، الأستاذ المساعد في الطب النفسي بجامعة بيتسبرغ: "قد يكون أحد أسباب هذه النتائج أن وسائل التواصل الاجتماعي تستغرق الكثير من الوقت. قد يحل الوقت الزائد على وسائل التواصل الاجتماعي محل تكوين علاقات شخصية أكثر أهمية، أو تحقيق أهداف شخصية أو مهنية، أو حتى مجرد قضاء لحظات من التفكير القيم".

ويقترح المؤلفون أن المقارنة قد تكمن وراء هذه النتائج أيضا، حيث غالبا ما تمثل فترات التواصل الاجتماعي بحياة المشاهير الساحرة.

ولحسن الحظ، يمتلك العلم الآن أدوات تسمح لنا بتوضيح سبب فشل الفرد، من لحظة إلى أخرى، في تذكر شيء مخزن في ذاكرته.

وأضاف فاغنر: "إن الأشياء التي تحدث حتى قبل أن تبدأ في التذكر ستؤثر على ما إذا كان يمكنك بالفعل إعادة تنشيط الذاكرة أم لا".

وفي مجموعة من 80 بالغًا تتراوح أعمارهم بين 18 و 26 عاما، فحص الباحثون ما إذا كان تعدد المهام في الوسائط مرتبطا بفقدان الانتباه العفوي، وما إذا كان هذا الاهتمام بدوره يرتبط سلبا بالتذكر. واختيار الذاكرة، عُرض على المشاركين لفترة

وقد يؤدي الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي أيضا إلى عدم تحفيز الشباب للذهاب وتحقيق أهداف في حياتهم المهنية، ما يؤدي إلى تأجيج المشاعر السلبية.

ووجدت الدراسة أن المراهقين يُعتقد أيضا أنهم يقارنون أنفسهم بأسلوب حياة مثالي "معدل بالصورة" ويستحيل الحصول عليه ويشعرون بأنهم لا قيمة لهم بالمقارنة بذلك.

وتعد هذه الدراسة الكبيرة، التي نُشرت اليوم في المجلة الأمريكية American Journal of Preventive Medicine، الأولى من نوعها التي تربط بين وسائل التواصل الاجتماعي والاكتئاب.

وقال المؤلف الرئيسي الدكتور بريان بريماك، أستاذ الصحة العامة في جامعة أركنساس: "معظم الأعمال السابقة في هذا المجال تركت لنا أسئلة محيرة. نعلم من الدراسات الكبيرة الأخرى أن الاكتئاب واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي يميلون إلى التلاقي معا، لكن كان من الصعب معرفة أيهما يأتي أولا".

وأوضح: "تلقي هذه الدراسة الجديدة الضوء على هذه الأسئلة، لأن الاستخدام الأولي الكبير لوسائل التواصل الاجتماعي أدى إلى زيادة معدلات الاكتئاب".

ومع ذلك، لم يؤد الاكتئاب الأولي إلى أي تغيير في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي. سأل فريق البحث المشاركين في الدراسة عن عدد المرات التي استخدموا فيها وسائل التواصل الاجتماعي، وقارنوها بنتائجهم في

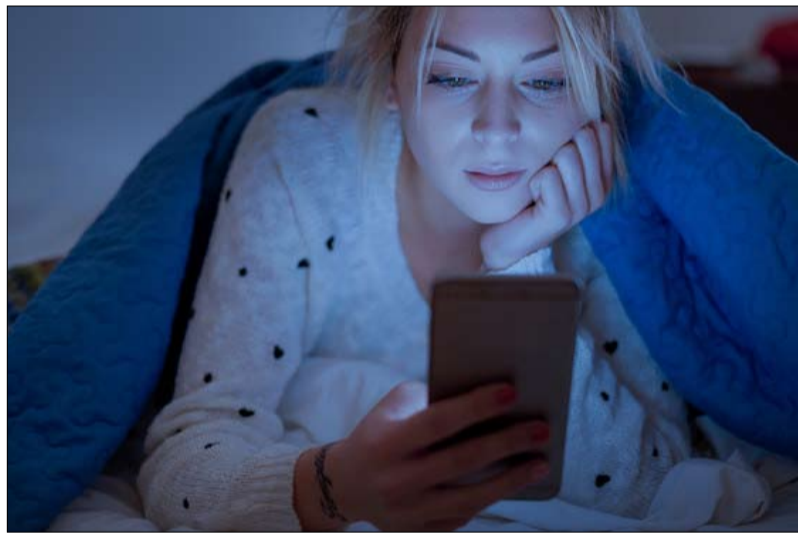


ويمكن القيام بهذه الإجراءات لإعادة توجيه انتباههم إلى المهمة المطروحة للمساعدة في التعلم أو استدعاء المعلومات في العمل أو في قاعة المحاضرات، على سبيل المثال.

وقد يكون للدراسة أيضا آثار على حالات الانتباه والحد من عوامل التشنيت المحتملة، مثل هواتفنا الذكية، يمكن أن يساعد في تقليل هفوات الانتباه وبالتالي ضعف تذكر الذاكرة على المدى القصير.

ولكن قد تكون هناك أيضا في نهاية المطاف تمارين أو تدخلات موجهة لتدريب الانتباه، مثل أجهزة استشعار العين التي يمكن ارتداؤها والتي يمكنها اكتشاف فترات الانتباه في الوقت

الفعلي بناء على حجم البؤبؤ.



## دراسة تكشف عن أكثر أعراض «كوفيد طويل الأمد» شيوعا بعد 6 أسابيع من التشخيص!

كما أوضحت الدكتورة ميسم نعمه، كبيرة المقيمين في فريق البروفيسور غيسوس، والعدة الأولى لهذا العمل، كيف شعر هؤلاء المرضى: "بالإضافة إلى الضائقة الجسدية لأعراضهم، كان الكثيرون قلقين للغاية: "إلى متى سيستمر ذلك؟ هل كانت بعض الآثار الملاحقة غير قابلة للاسترداد؟ حتى من دون إجابة طبية واضحة، في حالة المعرفة الحالية، من المهم مراقبة المرضى المعنيين والاستماع إليهم".

وتضيف: "مع وضع ذلك في الاعتبار، أقامت HUG استشارة محددة لمرضى "كوفيد طويل الأمد"، من أجل تحسين رعايتهم وتوجيههم من خلال النظام الصحي".

عوامل خطر محددة ولا من شكل خطير من المرض". وتمت متابعة ما مجموعه 669 شخصا (متوسط العمر 43 عاما، 60% ناث، 25% من المتخصصين في الرعاية الصحية و 69% من دون عوامل الخطر الكامنة التي يمكن أن تكون مرتبطة بمضاعفات "كوفيد-19").

وبعد ستة أسابيع من التشخيص، كان ما يقرب من ثلث المشاركين يعانون من واحد أو أكثر من الأعراض المتعلقة بـ "كوفيد-19"، وخاصة التعب (14%) وضيق التنفس (9%) وفقدان التدوق أو الشم (12%).

وبالإضافة إلى ذلك، أبلغ 6% عن سعال مستمر و 3% عن صداع.

يتابعونها، وإلى رسائل مستمرة إلى عامة الناس. وقال البروفيسور إدريس غيسوس، طبيب الأوبئة في قسم صحة المجتمع والطب في كلية الطب بجامعة UNIGE، ورئيس الأطباء لقسم الرعاية الأولية في جامعة HUG الذي أدار هذا العمل: "في مارس، وضع برنامج COVICARE لتقديم المراقبة عن بعد للمرضى الذين يمكن متابعتهم في العيادات الخارجية، عندما لا يمكن لطبيب الرعاية الأولية إجراء هذه المتابعة".

وأضاف غيسوس: "مكنا ذلك من فهم تطور المرض بشكل أفضل لدى الأشخاص الذين لا يعانون بشكل عام من

الأطباء وعلماء الأوبئة من جامعة جنيف (UNIGE) والمستشفيات الجامعية في جنيف (HUG) ومديرية الصحة العامة لولاية جنيف، ما يقرب من 700 شخص أصيبت إصابتهم بـ SARS-COV2، لم يضطروا لدخول المستشفى.

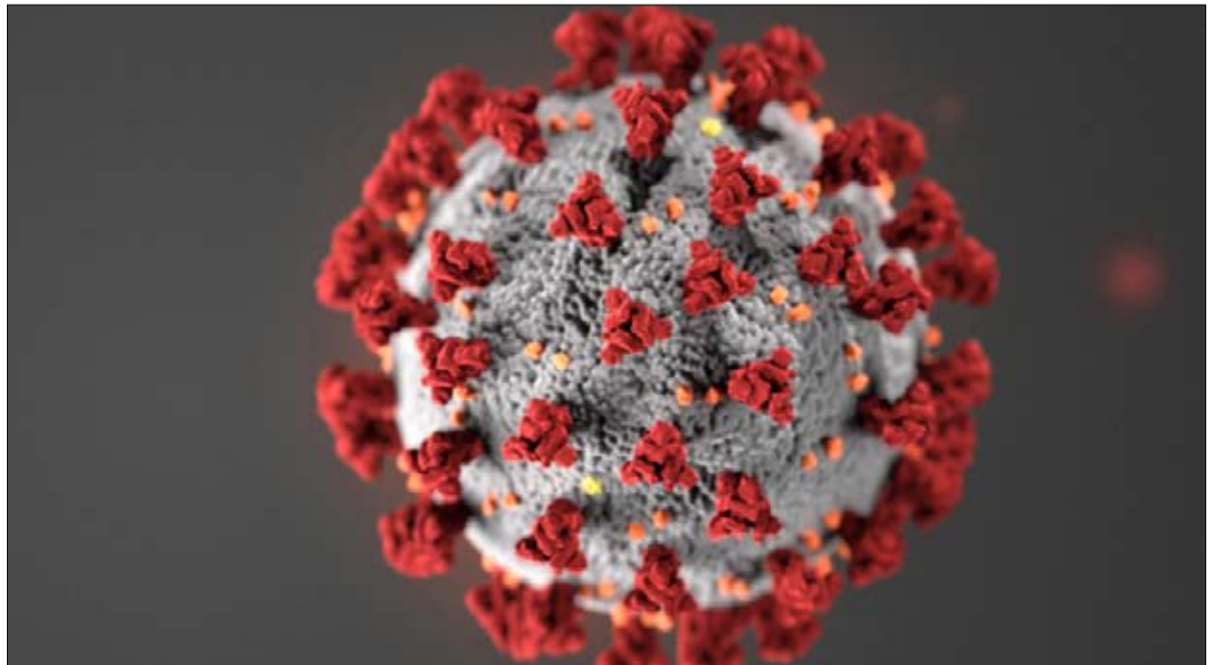
وبعد ستة أسابيع من التشخيص، أفاد 33% منهم أنهم يعانون من التعب أو فقدان حاسة الشم أو التدوق أو ضيق التنفس أو السعال.

وأشار باحثو الدراسة إلى أن هذه النتائج، المنشورة في مجلة Annals of Internal Medicine، تتطلب رسائل واضحة، خاصة مع المرضى والأطباء الذين

يمكن أن تستمر أعراض فيروس كورونا لأسابيع، إن لم يكن لشهور، وهي ظاهرة يشار إليها عادة باسم "كوفيد طويل الأمد".

وتقدم دراسة جديدة المزيد من الأدلة الملموسة على مزاعم "كوفيد طويل الأمد"، ووجدت ثلاثة أعراض تدعمها. ولم يتصرف "كوفيد-19" - المرض الفيروسي الذي نشأ عن أحدث فيروس كورونا - بطرق نموذجية لأمراض الجهاز التنفسي، وتمثل أحد المجالات التي حيرت الباحثين في استمرار الأعراض، والتي أطلق عليها بشكل غير رسمي اسم "كوفيد طويل الأمد".

ولتقديم المزيد من الأدلة لدعم الادعاءات، تابع فريق من





## تشمل تنظيم 16 ندوة للقطاعين الخاص والعام في أفريقيا وأمريكا اللاتينية ومنطقة الآسيان

# غرفة دبي تطلق سلسلة الندوات الافتراضية الخاصة بمنتديات الأعمال العالمية

•• دبي-الجزيرة:

أطلقت غرفة تجارة وصناعة دبي مبادرة "سلسلة الندوات الافتراضية الخاصة بمنتديات الأعمال العالمية" والتي تشمل تنظيم 16 ندوة افتراضية على امتداد 6 أشهر، وذلك استعداداً لتنظيم منتديات الأعمال العالمية خلال معرض إكسبو 2020. وتجمع هذه الندوات الافتراضية كبار قادة الأعمال وعرف التجارة والعنيين في الأسواق المستهدفة الأفريقية واللاتينية والآسيوية، حيث ستكون هناك ندوات خاصة منفصلة للقطاعين العام والخاص في هذه الأسواق، يقوم خلالها الخبراء وقادة الأعمال بتوفير رؤى بناء حول المشهد الاقتصادي في بلدانهم ومناطقهم وفرص الاستثمار والتعاون المتاحة بين أسواقهم وسوق دبي والمنطقة، وذلك من أجل تضمين هذه التوصيات والمبادرات ضمن البرنامج الرسمي لكل منتدى. وستنظم الغرفة 6 ندوات خاصة بالقطاع الأفريقي،

و6 ندوات خاصة بأسواق أمريكا اللاتينية بالإضافة إلى 4 ندوات خاصة بدول الآسيان، حيث سيتم التعرف على المتغيرات في بيئة الأعمال في هذه الأسواق، والعمل على دمج هذه المتغيرات ضمن المحتوى المعلوماتي للمنتديات التي ستعقد خلال معرض إكسبو 2020. وأشار سعادة حمد بوعيم، مدير عام غرفة تجارة وصناعة دبي إلى أن المشهد الاقتصادي العالمي قد تغير بفعل تأثيرات جائحة كورونا، وهناك العديد من المتغيرات التي باتت من المهم التركيز عليها في بيئة الأعمال المستقبلية ودراسة تأثيراتها على الاستثمار في الأسواق الخارجية، مؤكداً أن الهدف من إطلاق سلسلة المنتديات الافتراضية هو دراسة الواقع الاقتصادي الجديد في الأسواق التي تستهدفها غرفة دبي، والخروج بخلاصات يمكن أن تفيد الشركات الاقتصادية بين مجتمع الأعمال في دبي ومجتمعات الأعمال في أفريقيا وأمريكا اللاتينية ودول الآسيان. وأضاف بوعيم قائلاً: "تعتبر منتديات الأعمال



العالمية التي أطلقتها غرفة دبي جزءاً أساسياً من جهود تفعيل التعاون الاقتصادي والتوسع الخارجي واستقطاب الاستثمارات الأجنبية المباشرة. وتشكل الندوات الافتراضية على مدى الأشهر القادمة وسيلة فعالة للتعرف أكثر على هذه الأسواق ومساعدة أعضائنا على تحديد الفرص والاستثمارية الملائمة، ونسج شبكة علاقات وشركات اقتصادية وتجارية واستثمارية ترتقي بالتعاون العابر للحدود، وتعزز مكانة دبي كبوابة للاستثمارات العالمية في المنطقة.

وتعتبر منتديات الأعمال العالمية مكوناً رئيسياً من استراتيجية غرفة تجارة وصناعة دبي لتعزيز تنافسية مجتمع وبيئة الأعمال بالإمارات، ودعم خطط التوسع الخارجي لشركات الإمارة، والمساهمة بجذب استثمارات خارجية نوعية إلى القطاعات الرئيسية في دبي.

وقد نظمت الغرفة على مدار السنوات الماضية حتى الآن خمس دورات من المنتدى العالمي الأفريقي للأعمال وثلاث دورات من المنتدى

# العقود

## 25 دبي لصناعات الطيران تسلم أول طائرة بوينغ 737 ماكس 8 لشركة أميركان إيرلاينز

•• دبي-وام:

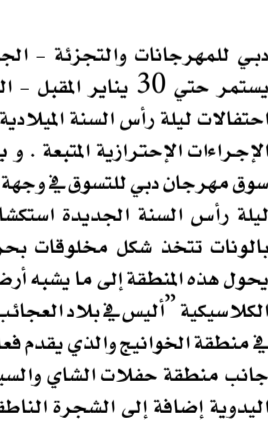
أعلنت "دبي لصناعة الطيران" أمس عن تسليم أول طائرة من بين 18 طائرة من طراز "بوينغ 737 ماكس 8" إلى شركة "أميركان إيرلاينز" في إطار اتفاق شراء وتأجير تم توقيعه مع شركة الطيران الأمريكية في الربع الثالث من هذا العام. ومن المقرر تسليم الطائرات الباقية خلال الأشهر القادمة. وقال فيروز تارابور، الرئيس التنفيذي لشركة دبي لصناعات الطيران: يسعدنا المساهمة في توفير حلول مفيدة لشركة أميركان إيرلاينز التي تعد من عملائنا على مدى أعوام طويلة، كما يسرنا أن نرى عودة طراز بوينغ 737 ماكس إلى الخدمة. ونحن سعداء كذلك بالاستثمار في هذه الطائرات المتقدمة تقنياً والموفرة للوقود تماشياً مع التزامنا بالاستدامة البيئية، حيث تتمتع طائرات بوينغ 737 ماكس بكفاءة ممتازة في الوقود وانخفاض الانبعاثات وقلّة الضجيج، ما يؤكد التزام شركتنا بنقل أسطولها إلى أصول تقنية أحدث وخفض الأثر البيئي لأعمالنا، ودعم طموحات عملائنا لأن يصبحوا مشغلي أكثر استدامة. ويتضمن حجم أسطول الشركة الذي تديره أو تملكه 22 طائرة من طراز بوينغ 737 ماكس 8. من جهتها، قالت ميفان مونتانا، نائب رئيس ورئيس الخزانة في شركة أميركان إيرلاينز: نحن راضون تماماً عن قدرة شركة دبي لصناعة الطيران على توفير حلول للشراء والاستئجار لهذه الطائرات الـ18. كما أن نجاج "دبي لصناعة الطيران" في تسهيل اتفاقية من هذا النوع في بيئة الأعمال الحالية هو شاهد حي على سمعتها المرموقة وثقتها بشركة أميركان إيرلاينز، ونتطلع قدماً إلى شراكة ثانية ناجحة ومستمرة.



## انطلاق مهرجان دبي للتسوق الخميس بالتزامن مع الاحتفال بالعام الجديد

•• دبي-وام:

ينطلق "مهرجان دبي للتسوق" يوم الخميس المقبل بالتزامن مع الإحتفال بالعام الجديد 2021 لتقدم مجموعة من الفعاليات الترفيهية ما يمنح سكان دبي وزوارها الإستمتاع بأجواء إحتفال مثالية. وتستعد دبي للاحتفال بلبلة رأس السنة الميلادية الجديدة لتضفي أجواء البهجة والفرح والتناؤل بالعام 2021 من خلال تنظيم مجموعة من الفعاليات والأنشطة الترفيهية والحفلات المميزة. وستسلط مؤسسة دبي للمهرجانات والتجربة - الجهة المنظمة لمهرجان دبي للتسوق الذي يستمر حتى 30 يناير المقبل - الضوء على أبرز الفعاليات المتزامنة مع إحتفالات ليلة رأس السنة الميلادية الجديدة في دبي والتي تقام ضمن إطار الإجراءات الإحترازية المتبعة. ويمكن للعائلات والأصدقاء التجهون إلى سوق مهرجان دبي للتسوق في وجهة الشيف الذي تقدمه شركة الفوعة خلال ليلة رأس السنة الجديدة استكشاف عرض الطائرات الورقية ومشاهدة بالونات تتخذ شكل مخلوقات بحرية بالحجم الحقيقي والكبير وهو ما يحول هذه المنطقة إلى ما يشبه أرض العجائب. ويمكن لحبي قصة الأطفال الكلاسيكية "اليس في بلاد العجائب" أيضاً زيارة سوق مهرجان دبي للتسوق في منطقة الخوانيج والذي يقدم فعاليات ترفيهية تضم المتاهة السحرية إلى جانب منطقة حفلات الشاي والسينما الخارجية ومنطقة الفنون والحرف اليدوية إضافة إلى الشجرة الناطقة وبحيرة الأمنيات والكثير من وسائل الترفيه الأخرى وهو ما يجعله مكاناً رائعاً للعائلات ليبدأ احتفالهم بهذه المناسبة.



وأوضح أن مركز الإمارات للتكنولوجيا الذي افتتح أواخر عام 2019 بعد توقيع اتفاقية تعاون بين الهيئة الاتحادية للرقابة النووية ومؤسسة الإمارات للطاقة النووية وجامعة خليفة سيركز على البحوث الداعمة لأنشطة القطاع النووي السلمي في الإمارات وتوقع أن يتحول إلى منصة للتميز في المنطقة خلال الفترة القريبة القادمة. و.. شكل افتتاحه إنجازاً مهماً لدولة الإمارات وجميع الأطراف المعنية في القطاع النووي وتتواصل الهيئة ببرنامجها البحثي المستقل بالتعاون مع شركائها الحاليين في شتى أنحاء العالم لضمان وتعزيز قراراتها الرقابية.



والتعريف بمكونات الدورة الزراعية لأصحاب وعامل المزارع العضوية. وأكدت هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية أن تصميم الدورة الزراعية للمواسم الأربعة روعي فيه عدم تكرار المحاصيل من العائلة نفسها وإدخال بعض محاصيل البقوليات لأهميتها في تحسين خواص التربة وخصوبتها كما روعي أيضاً تبادل زراعة محاصيل الخضروات المجهدة للتربة مع المحاصيل غير المجهدة لها.. موضحة أن الزراعة العضوية تهدف إلى إنتاج أغذية نظيفة وخالية من المواد الكيميائية لحماية البيئة والمحافظة على صحة الإنسان حيث تحافظ الزراعة العضوية على النجم الحيوي البيئي وخلق ظروف ملائمة لنمو النبات عن طريق بناء التربة وتحسين خواصها الفيزيائية والكيميائية واستخدام الأسمدة العضوية.

## الاتحادية للرقابة النووية: البرنامج النووي السلمي الإماراتي حقق إنجازات تاريخية خلال 2020

•• أبوظبي-وام:

أكد راؤول عواد نائب مدير عام الهيئة الاتحادية للرقابة النووية لشؤون العمليات أن البرنامج النووي السلمي لدولة الإمارات حقق إنجازات تاريخية خلال العام الجاري خاصة مع وصول القدرة الإنتاجية لأولى محطات "براقة" إلى 100 في المائة لتواصل توليد الكهرباء للشبكة المحلية.

وقال عواد خلال لقائه الإعلامية التي عقدتها الهيئة صباح أمس عبر تقنية الاتصال المرئي مع عدد من وسائل الإعلام أن الإمارات أصبحت الإمارات إحدى الدول الرائدة ونموذجاً يحتذى في الاستجابة بفعالية لهذه الأزمة، وأضاف: "واصلت مختلف محطات الطاقة النووية في شتى أنحاء العالم توليد الكهرباء بالرغم من تحديات جائحة فيروس كورونا كما واصلت الجهات الرقابية للقطاع النووي أعمالها لضمان التشغيل الآمن لهذه المحطات في دولة الإمارات بنجاح الهيئة الاتحادية للرقابة النووية بدعم من مجلس الإدارة في التعامل بكفاءة مع هذه الظروف غير الاعتيادية ومواصلة مهامها الرقابية بفضل أنظمتها الذكية والمتطورة كما قامت بتفعيل خطتها لإدارة استمرارية الأعمال وإنشاء فريق عمل كوفيد 19 لإدارة الأزمات لدعم الإدارة العليا في الهيئة لتطبيق سلسلة من الإجراءات الاحترازية على مستوى الهيئة لواصلت التزاماتها الرقابية.."

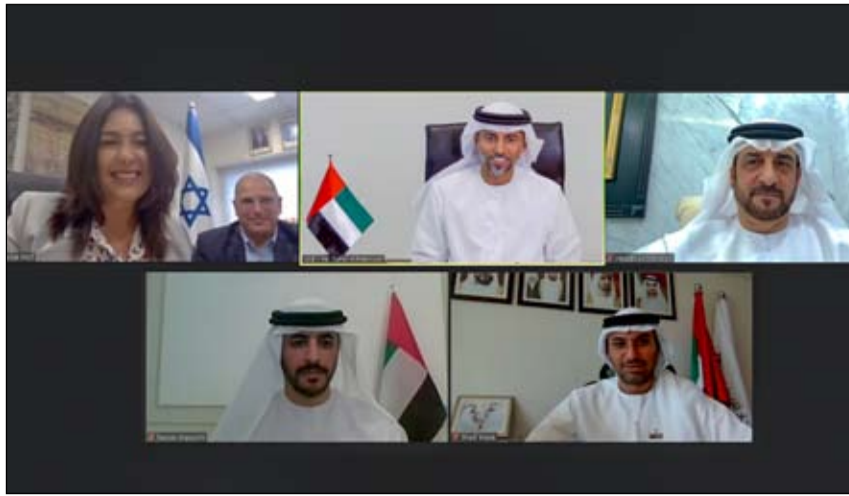
استعرض راؤول عواد إنجازات الهيئة الرئيسية لهذا العام ومشاريعها المستقبلية الرامية لضمان الاستخدام السلمي والأمن للأنشطة النووية والإشعاعية في دولة الإمارات.. وقال: "تتمحور رؤية الهيئة حول ترسيخ مكانتها العالمية كأحد الجهات الرقابية الرائدة على مستوى القطاع النووي السلمي فقد نجحت الهيئة في تعزيز مكانتها عالمياً بوصفها جهة رقابية رائدة وتتواصل مهمتها الرئيسية في حماية المجتمع والبيئة من الآثار الضارة المترتبة على الإشعاع المؤين وضمان الاستخدام السلمي والحصري للطاقة النووية وفق أساليب متكاملة ومنسقة مع الجهات المعنية وبما ينسجم مع أفضل الممارسات الدولية بالإضافة إلى تطوير قدرات وخبرات الكوادر الوطنية المتخصصة للرقابة على القطاعين النووي والإشعاعي في الوقت الحالي وفي المستقبل". وأشار راؤول عواد نائب مدير عام الهيئة الاتحادية للرقابة النووية للعمليات إلى أن عام 2020 شهد إجراء أكثر من 30 عملية تفتيش غطت معايير السلامة والأمن والضمانات في وحدات محطة براكا وتقوم الهيئة حالياً بمراجعة طلب ترخيص لتشغيل الوحدة الثانية وستصدر حال استيفاء الشركة المشغلة لجميع المتطلبات والمعايير الرقابية. وأوضح أنه بالإضافة



إلى ذلك صادقت الهيئة الاتحادية للرقابة النووية رسمياً هذا العام على دفعة مكونة من 23 من مديري تشغيل المحطات النووية في شركة نواة للطاقة ذراع التشغيل والصيانة التابعة لمؤسسة الإمارات للطاقة النووية على أن ينضم هؤلاء المشغلون إلى 58 من المشغلين المتشددين لإدارة غرفة التحكم في الوندتين الأولى والثانية في محطة براكا للطاقة النووية.

وقال إن الهيئة تواصل مهامها وفق قانون الطاقة النووية في الدولة والذي يفوضها بمهمة تنظيم القطاع النووي السلمي وقد أجرت الهيئة 51 عملية تفتيش خاصة بالضمانات و16 عملية تفتيش رقابية عمليات استيراد وتصدير المواد النووية بما يشمل عمليات التفتيش عن بعد لضمان الامتثال للوائح الرقابية للهيئة كما أصدرت 18 ترخيصاً خاصاً بالضمانات إضافة إلى 19 ترخيصاً خاصاً باستيراد وتصدير مواد نووية خاضعة للرقابة وأطلقنا مبادرة "مركز حظر الانتشار النووي" خلال شهر أغسطس 2020 ليكون بمثابة منصة لتقديم التدريب والدعم في مجال الضمانات النووية وضوابط تصدير المواد النووية وحظر الانتشار النووي. وأشار راؤول عواد نائب مدير عام الهيئة الاتحادية للرقابة النووية لشؤون العمليات إلى أنه أكد على التزام دولة الإمارات بالشفافية التشغيلية وتبني أعلى معايير حظر الانتشار النووي مهد التعاون الوثيق بين الهيئة الاتحادية للرقابة النووية والوكالة الدولية للطاقة الذرية لتنفيذ الترتيبات المتوقعة مع الوكالة حول عمليات التفتيش في الوحدة الثانية في محطة براكا للطاقة النووية ومواقع أخرى في مختلف أنحاء الدولة ما يضمن للوكالة التحقق من الأنشطة الرئيسية للمشغل انطلاقاً من مقرها الرئيسي في فيينا وأضاف: "عملنا على تحقيق التكامل بين منصتنا الذكيّة NuTech والهيئات الرقابية والمحلية الأخرى بهدف مراقبة حركة المواد النووية الخاضعة للرقابة عبر حدود دولة الإمارات وذلك بالتعاون مع جمارك أبوظبي وجمارك وعمان والهيئة العامة للأمن المنافذ والحدود والمناطق الحرة (منافذ) وهيئة دبي للطيران المدني وتسمح منصة NuTech لأصحاب التراخيص باستيراد أو تصدير المواد النووية الخاضعة للرقابة وقد أصدرت الهيئة منذ إطلاق النصة في مارس 2018 أكثر من 60 ألف موافقة، وأكد راؤول عواد نائب مدير عام الهيئة الاتحادية للرقابة النووية لشؤون العمليات أن الهيئة تواصل مهمتها في تنظيم المصادر والمواد الإشعاعية وضمان الحماية المادية للمواد والنشآت النووية في دولة الإمارات وأجرت خلال عام 2020 48 عملية تفتيش في مرافق التخزين الحاصلة على التراخيص إضافة إلى ذلك تعاون الهيئة بشكل وثيق مع جهاز حماية المنشآت الحيوية والسواحل من أجل حماية المنشآت النووية وضمان تبادل المعلومات والضمانات النووية انسجاماً مع الالتزامات الدولية لدولة الإمارات وقامت الهيئة مؤخراً بتوقيع اتفاقية تعاون مع الجهاز في هذا الصدد.

وقال إن حماية السكان والبيئة تمثل جوهر رسالتنا في الهيئة التي تعمل في إطار لجنة الوقاية من الإشعاع على تطوير استراتيجية متكاملة للوقاية من الإشعاعات في دولة الإمارات. موضحاً أن اللجنة تعمل كمنصة للتعاون بشأن مواضيع الوقاية من الإشعاع لضمان توافر البنية التحتية اللازمة من الإشعاع ويحظى الخبراء المهولون باعتماد الهيئة لشغل أدوار استشارية داخل المؤسسات أو الشركات الخاصة التي تتعامل مع مصادر الإشعاع المؤين أو تلك التي لديها موظفون يتعرضون أثناء عملهم لخطر الإشعاع المؤين. وأشار راؤول عواد نائب مدير عام الهيئة الاتحادية للرقابة النووية لشؤون العمليات إلى تخطت الهيئة هذا العام لإطلاق نسخة جديدة من تقرير برنامج الرقابة الإشعاعية البيئية الذي يسلط الضوء على جهود الهيئة في حماية السكان والبيئة في الدولة منوها إلى حرص الهيئة على مواصلة رصد مستويات النشاط الإشعاعي في بيئة الدولة من خلال المختبر البيئي إضافة



# العمل

## الإمارات وإسرائيل تبحثان التعاون في مجال البنية التحتية والنقل

•• دبي- وام:

بحث معالي سهييل بن محمد فرج فارس المزروعى وزير الطاقة والبنية التحتية مع معالي ميري ريغيف و وزيرة المواصلات وسلامة الطرق لدولة إسرائيل سبل تعزيز التعاون في مجال البنية التحتية والنقل بين البلدين على ضوء توقيع الإتفاق الإبراهيمي للسلام .

وأكد معالي المزروعى - خلال اللقاء الذي جرى عبر تقنية الإتصال المرئي- حرص دولة الإمارات على مواكبة التطورات والمستجدات العالمية

والإستفادة من تكنولوجيا المستقبل بمختلف مراحل عملها بما يعزز من مكانتها في تحقيق الريادة العالمية وصولاً إلى مئوية الإمارات .. مشيراً إلى دور مثل هذه اللقاءات في النهوض بقطاعات الطاقة والبنية التحتية والنقل وتحفيز النمو الإقتصادي وتعزيز الابتكار التكنولوجي وتوثيق العلاقة بين البلدين بما يخدم المصالح المشتركة.

من جهتها قالت معالي ميري ريغيف: توجد 17 شركة وطنية في دولة إسرائيل يمكن من خلالها تعزيز العمل المشترك في المجالات المتعلقة بالسكك الحديدية

والقطارات السريعة ومشاريع البنية التحتية. وناقش الجانبان خلال اللقاء - الذي حضره مسؤولون رفيعو المستوى من الوزارتين - أوجه التعاون في مجال النقل الذكي وتكامل وسائل النقل والتي قطعت الدولتان فيها خطوات متقدمة في بنائها لرفع كفاءة النقل وتحقيق أهداف التنمية المستدامة إلى جانب استعراض التوجهات والخطط المستقبلية الداعمة للتحول نحو استخدام المركبات ذاتية القيادة والمركبات الصديقة للبيئة التي تدعم تطلعات الدولتين فيما يتعلق بالسلامة

والأمان على الطرقات من خلال ضمان السلامة المرورية وخفض نسبة التلوث . كما تم بحث أوجه التعاون المشترك في مجال تطوير التشريعات المرتبطة بالبنية التحتية والنقل البحري والبري وتبادل الخبرات في مجال النقل السككي وسبل تعزيز العلاقات الثنائية والتعاون بين الدولتين في الأنشطة المتعلقة بالمنظمة البحرية العالمية في إطار سعي الطاقة والبنية التحتية إلى تبادل المعارف والخبرات والسعي للتطوير المستمر والتميز مع الشركاء والجهات المعنية الأمر الذي يسهم في رسم ملامح الخمسين عاماً المقبلة من

الإجازات الطموحة . وأكد الجانبان على أهمية الإتفاق الإبراهيمي للسلامة في فتح آفاق جديدة للازدهار والتنمية الشاملة المستدامة .. متطلعين إلى أن تنسم المرحلة المقبلة بيزيد من التطور والنماء والازدهار بكافة المجالات ومنها قطاعات الطاقة والبنية التحتية والنقل التي بدورها تشكل العمود الفقري للتنمية الشاملة وتعزيز الإقتصاد الوطني.. فيما رحب الجانبان بإجراء زيارات ميدانية متبادلة بين البلدين للاطلاع على أفضل الممارسات وتعزيز فرص التعاون بين البلدين .

## «دانا» تطور حلاً لتنظيف مقصورات الطائرات بالأشعة فوق البنفسجية

•• دبي- وام:

تواصل دانا بأحد أكبر مزودي الخدمات الجوية في العالم اعتماد أحدث التقنيات لتقديم أعلى معايير السلامة والقيمة لعملائها من الناقلات الجوية ومساعدتهم على إضفاء المزيد من الثقة والراحة للركاب طوال مراحل السفر . ونجحت دانا بالتعاون مع شركة « يويفا Üveya، السويسرية في تأكيد مفهوم تنظيف الطائرات باستخدام تقنية الأشعة فوق البنفسجية لتعقيم المقصورات.

وقامت دانا بتجربة خدمة تنظيف المقصورات المتطورة على طائرة تابعة لشركة الخطوط الجوية السويسرية الإقليمية « هلفتيك إيرويز » ويستخدم حل « يويفا » المتطور الأشعة فوق البنفسجية لتنظيف الأجزاء الداخلية للطائرة مع ضمان أعلى معايير السلامة للملاء والطاقم . وبيعت الروبوت أثناء عملية التنظيف أشعة فوق بنفسجية مركزة عبر المقصورة ويمكن للجهاز أن يقتل 99 بالمائة من البكتيريا ومسببات الأمراض مثل كوفيد-19 في الهواء وعلى جميع الأسطح خلال دقائق قليلة من دون استخدام أي مواد كيميائية . وأعرب لوкас جايغر الرئيس التنفيذي لدانا سويسرا عن سروره بالتعاون مع شركة يويفا لتقديم حل آخر مبتكر وأمن وموثوق إلى جميع الشركاء من الناقلات الجوية وستساهم خدمة تنظيف المقصورات المتطورة في تعزيز الكفاءة والسلامة ما يعيد لعملائنا الثقة في السفر الدولي وستواصل دانا الاستثمار في أحدث التقنيات لتقديم خدمات متميزة للناقلات و عملائها عبر عملياتها حول العالم.

من جهته قال ترستنان شوفينيار مدير تطوير الأعمال في شركة « يويفا » أننا متمسكون لاختيار حل الأشعة فوق البنفسجية لتنظيف مقصورات الطائرات بالتعاون مع شريك مرموق مثل دانا وستساهم هذه الشراكة في ضمان نظافة وسلامة الطائرات بما يتوافق مع أعلى معايير الصناعة . وقال رينيه مارميه الرئيس التنفيذي للعمليات في « هلفتيك إيرويز » أننا نساهم من خلال إتاحة بنيتنا التحتية وأسطولنا لإجراء الاختبار في تطوير حل واعد ومبتكر لتعقيم الطائرات ومن شأن هذا الحل أن يجعل السفر الجوي أكثر أماناً في المستقبل.

وتجدر الإشارة إلى أن حل دانا لتنظيف المقصورات باستخدام الأشعة فوق البنفسجية يضاف إلى خدمات تنظيف مقصورات الطائرات التي توفرها الشركة لأكثر من 250 ناقلة جوية والتي تتضمن تنظيفها شاملاً باستخدام مواد مطهرة قوية ومسح جميع الأسطح بما في ذلك النوافذ وطاولات الطعام وضادات ظهر المقعد ومساند الأذرع والمقاعد وأدوات التحكم في المقعد وفتحات التهوية والخزائن العلوية في المقصورة والحمامات والمطابخ ومناطق استراحة الطاقم.

## بنك أبوظبي الأول يدخل في شراكة مع فيزا لإطلاق حلول وبطاقات دفع افتراضية خاصة بالشركات

•• أبوظبي- الفجر:

أعلن بنك أبوظبي الأول، أكبر بنك في دولة الإمارات العربية المتحدة وأحد أكبر وأمن المؤسسات المالية في العالم، عن شراكة مع شركة « فيزا » العالمية الرائدة في تقنيات الدفع الرقمي، لإطلاق حزمة من حلول الدفع الرقمية لعملاء البنك من الشركات.

وأطلق بنك أبوظبي الأول، بموجب هذه الشراكة، « حساب السفر المركزي » الذي صمم ليتمكن الشركات من إدارة مدفوعات السفر بشكل مركزي من خلال دمج بيانات السفر الرئيسية ومطابقتها مع البيانات المالية للمعاملات، ويتم لها إصدار تقارير مفصلة بالوفورات المحققة. كما طرح البنك أول بطاقات دفع افتراضية من فيزا للشركات في دولة الإمارات العربية المتحدة، حيث تعمل هذه البطاقات بنظام فيزا لأتمتة المدفوعات (VPA)، وتهدف للتعامل مع التحديات التي تواجه عمليات الدفع الخاصة بأعمال الشركات الموجهة للشركات.

ويأتي طرح بطاقات الشركات الافتراضية العاملة بنظام فيزا لأتمتة المدفوعات (VPA) في إطار التزام بنك أبوظبي الأول المتواصل بتلبية الاحتياجات المتغيرة لجميع فئات العملاء؛ فقد تم تصميم هذا الحل لإجراء المعاملات والتحويلات المالية الإلكترونية باستخدام بطاقات الدفع الافتراضية إلى الموردين، ولتقديم للشركات مزاي عديدة كتوفير الوقت والحد من التكاليف، وتحسين التدفق النقدي، ومستويات أمان أعلى ضد عمليات الاحتيال، كما يوفر الحل الجديد العديد من المزايا التي تجعل منه بديلاً فعالاً لعمليات الدفع التقليدية، مثل الصوابط الأمنية، وجسبات استخدام فردية، وألية تكامل تقنية تمتاز بالرونة والكفاءة العالية.

وقال رامانا كومار، النائب التنفيذي للرئيس ورئيس قسم المدفوعات والخدمات المصرفية الرقمية، قطاع الخدمات المصرفية للأفراد في بنك أبوظبي الأول: «نعمل بالشراكة مع فيزا على تعزيز حلول الدفع التي نقدمها لعملائنا من الأعمال والشركات. ويسعدنا إطلاق هذه الحزمة من الحلول التي تهدف إلى تسهيل عمليات الدفع للشركات، وتعزيز المزايا الأمنية المرتبطة بهذه العمليات. ومع نجاحنا في ترسيخ مكانتنا كمؤسسة رائدة في مجال المدفوعات الإلكترونية، سنواصل العمل على تطوير أفضل الحلول التي تلبي احتياجات مختلف فئات العملاء».

من جانبه، قال شهباز خان، مدير عام « فيزا » في الإمارات: «انطلاقاً من مكانتها كشركة عالمية رائدة في تقنيات الدفع الرقمي، تحرص فيزا على توفير أفضل الحلول المبتكرة التي تلبي الاحتياجات المتغيرة والمتطورة للشركات في كل مكان.

ويمثل كل من «حساب السفر المركزي» و«بطاقات الشركات الافتراضية» من خيارات الدفع الرقمية الخاصة بتعاملات الشركات الموجهة للشركات والتي تشهد نمواً سريعاً والمقبولة بشكل واسع. وتمتاز هذه الحلول بمزايا حماية إضافية وتساهم في خفض تكاليف مزاول الأعمال عبر توفير عمليات سهلة لتسوية المدفوعات ونظراً لقبولها الواسع على مستوى العالم، نحن سعداء بالشراكة مع بنك أبوظبي الأول لتوفير هذه الحلول الرائدة لعملاء البنك من الشركات..»

## الاقتصاد تنجح في إغلاق تحقيق الدعم المفتوح من السلطات الكندية على صادرات الإمارات من ألواح الفولاذ المقاوم للتآكل

•• أبوظبي- وام:

نجحت وزارة الاقتصاد في إغلاق تحقيق الدعم المفتوح من قبل سلطة التحقيق الكندية على صادرات دولة الإمارات من ألواح الفولاذ المقاوم للتآكل، في خطوة مهمة تسهم في تعزيز الميزة التنافسية والتفضيلية للمنتجات الإماراتية في السوق الكندية، مقارنة بالمنتجات الأخرى التي تخضع للرسوم التعويضية، وتندرج الخطوة في إطار التزام الوزارة بالتصدي لتحقيق مكافحة الإغراق والدعم والوقاية المرفوعة على صادرات الدولة في الأسواق العالمية، تحقيقاً لاستراتيجيتها الرامية إلى تعزيز حضور المنتج الوطني في الأسواق الخارجية وزيادة تنافسيته عبر إزالة العوائق أمام نفاذه إلى الأسواق الدولية، ويساهم إنهاء التحقيق في الحفاظ على رصيد الدولة خالياً من أي تحقيق دعم مرفوع عليها من قبل الدول الأجنبية.

وقال سعادة عبد الله سلطان الفن الشامي، وكيل الوزارة المساعد لقطاع الرقابة والمتابعة، إن نجاح وزارة الاقتصاد في إغلاق تحقيق الدعم ضد صادرات الفولاذ الإماراتية في كندا هو إنجاز نوعي جديد في إطار استراتيجية الوزارة لدعم وتنمية صادرات الدولة وتوسيع قدرتها على النفاذ إلى الأسواق والفرص التجارية الواعدة في مختلف بلدان العالم، ولا سيما المنتجات ذات المنشأ الإماراتي، مما يسهم في نمو الصادرات الإماراتية المباشرة مقارنة بتجارة إعادة التصدير، وبالتالي يصب في زيادة نسبة القيمة المضافة في الاقتصاد الوطني ويخدم جهود الدولة لحماية الاستثمارات الإماراتية في السوق المحلية والأسواق الخارجية عبر التحرك الفعال في إطار هذه التحقيقات. و لفت إلى أن تحرك الوزارة أصبح لا يأخذ فقط البعد الثاني مع الدول التي تقوم بفتح هذه التحقيقات من خلال تقديم الدفوعات القانونية والفنية خلال مختلف مراحل التحقق، ولكن كذلك من خلال التحرك المتعدد

الأطراف عن طريق منظمة التجارة العالمية، حيث يتمّ إشارة ملاحظات الدولة على هذه التحقيقات خلال اجتماعات اللجان الفنية المختصة بمنظمة التجارة العالمية، هذا علاوة على تفعيل الية تسوية النزاعات بمنظمة التجارة العالمية. وذكر أن تصدي الوزارة لهذه التحقيقات بمختلف الوسائل القانونية والفنية المتاحة بموجب اتفاقيات منظمة التجارة العالمية يسهم في زيادة الصادرات الإماراتية في الأسواق العالمية وهو في حد ذاته يسجج المنشآت الصناعية على الإنتاج وبالتالي الزيادة في نسبة استغلال الطاقة الإنتاجية، وهذا ينعكس إيجاباً على تلك المنشآت عبر خفض تكلفة الإنتاج ودعم القدرات التنافسية للمنتج الوطني في السوق المحلية والأسواق الخارجية، وكذلك تحقيق الزيادة في حجم المبيعات وتحسين المؤشرات المالية للمنشآت الصناعية ومن بينها العائد على الاستثمار والربحية، مؤكداً سعادته أن جميع هذه النتائج من شأنها

تتمية الاقتصاد الكلي للدولة ودعم القطاع الخاص والشركات المصنعة والصادرة على وجه الخصوص. وأشار سعادة الشامي إلى أن إنهاء تحقيق الدعم المفتوح من السلطات الكندية يأتي بمثابة دفعة قوية لمسيرة التعليج الاقتصادي في دولة الإمارات، من خلال إبقاء الأسواق الخارجية مفتوحة أمام الصادرات الوطنية، وتعزيز جهود الدولة في تقديم الدعم اللازم لتمكين المنشآت الصناعية من ضمان استمرارية وزيادة الإنتاج والتسويق والتوسع، وتسهم الخطوة أيضاً في التخفيف من التناحيات المالية والأقتصادية الناجمة عن جائحة «كوفيد-19» على نشاط تصنيع وتصدير ألواح الفولاذ المقاوم للتآكل، وهو أحد الأنشطة المهمة لتعزيز النمو والتنوع الاقتصادي في الدولة، مثنياً سعادتة على التعاون الثمر مع الجهات الحكومية المعنية في هذا الصدد، والتي عملت على تزويد الوزارة بالبيانات المطلوبة لتقديم الدفوعات القانونية والفنية بالشكل الأمثل.



### وسط مشاركة أكثر من 180 عارضاً محلياً وعالمياً

## انطلاق فعاليات معرضي «المفروشات 360 - وترندز 2020» في مركز اكسبو الشارقة

•• الشارقة- الفجر:

وسط اتخاذ أقصى التدابير الاحترازية والإجراءات الوقائية لضمان صحة وسلامة الجميع، وبمشاركة أكثر من 180 عارض محلي وعالمي، انطلقت أمس (الاثنين) في إمارة الشارقة، فعاليات معرضي «المفروشات 360»، و«ترندز 2020»، اللذان ينظهما مركز اكسبو الشارقة على مدار ستة أيام، ويهدف معرض «المفروشات 360» في نسخته الثانية هذا العام، عرض لمنتجات وتقنيات المنازل الذكية، وأنظمة أتمتة المباني، وحلول الأمن المتطورة، وإدارة المرافق السمجية والبصرية والمالية الذكية، إلى جانب مجموعة كبيرة من التصميمات الراقية من الإثاث المنزلي، ومختلف أنواع المفروشات، والمنتجات العالية الجودة، وأدوات المطبخ، والأجهزة المنزلية الحديثة، ومعدات وأدوات الحدائق، في حين تقدر معرض «ترندز 2020» في نسخته الأولى بعرض مهبر لتشكيلة واسعة من الأزياء

العصرية، وآخر صيحات الموضة، وأفضل المنسوجات والأقمشة والأحذية، وأحدث تصميمات حقائب اليد والإكسسوارات وفساتين السهرة والمعارض الأنيقة والعمارة ومستحضرات التجميل.

### معارض متخصصة

وأكد سعادة سيف محمد المدفع الرئيس التنفيذي لمركز اكسبو الشارقة أن تنظيم معرضي «المفروشات 360»، و«ترندز 2020»، في موعد موحد يأتي في إطار حرص مركز اكسبو الشارقة على تكثيف إقامته المعارض المتخصصة، خاصة خلال هذه الفترة الاستثنائية المرتبطة بتداعيات جائحة كوفيد-19، وذلك بهدف تحفيز حركة المبيعات والتجارة على المستوى المحلي، وإتاحة منصات واسعة للمعارض المحلية لعرض أفضل منتجاتها والالتقاء بالعديد من الصناعين والتجار والفنيين العاملين في مختلف القطاعات من عدة دول العالم ما يساهم على تأسيس علاقات تجارية متنوعة وفتح أسواق جديدة لها ما

يساهم في ازدهار القطاعات التجارية والصناعية والمهنية على كافة المستويات.

### نوح شمولى

وأشاد سعادة المدفع بحجم ومستوى المشاركة المحلية والعالمية للشركات العارضة في هذين الحدثين بوجوده وتنوع المنتجات المقدمة وتميز العروض المطروحة والحسومات الجاذبة التي ترضي أذواق الزوار من مختلف الشرائح الاجتماعية، منوهاً إلى أن معرض الأثاث 360، تبنى نهجاً شمولياً، من حيث استهداف العارضين والمستهلكين من خلال العرض والإقبال والشراء، في حين حرص المركز من خلال معرض «ترندز 2020» على تحقيق التنوع الواسع في تخصصات الجهات العارضة المشاركة ما يضمن تلبية كافة احتياجات الزوار من مختلف أنواع الملابس والأحذية والحقائب والعمطور، ويمنحهم فرصة الاطلاع على أحدث التوجهات العالمية في عالم تصميم الأزياء.

### دعم قطاع صناعة الإثاث والمفروشات

من جهته أشار سلطان شطاف مدير إدارة المبيعات والتسويق في مركز اكسبو الشارقة أهمية معرض «المفروشات 360»، في تعزيز نشاط قطاع صناعة الإثاث والمفروشات ولا سيما أن سوق الأثاث في دولة الإمارات يعتبر من أكثر الأسواق تنافسية في المنطقة، إذ تعد الإمارات سوقاً مهماً لتصدير منتجات الإثاث والمفروشات إلى دول آسيا وإفريقيا وأوروبا، بالإضافة إلى الجانب الاستهلاكي المحلي القوي، حيث تشكل تجديدات المنازل والطلب من قطاعي الضيافة والبناء، المحرك الرئيسي لصناعة الأثاث والمفروشات في الدولة، منوهاً إلى أنه ونظراً للتطورات التكنولوجية في بناء المنازل وتحسينات ميزات المنتج التي اجتاحت صناعة الإثاث والمفروشات، فإن النسخة الثانية من المعرض تتضمن عرضاً للتقنيات الحديثة في ما يتعلق بالمنازل الذكية، والتي تطبق معايير الاستدامة، حيث

يتم عرض المنتجات بأسعار تنافسية.

### إجراءات وقائية قصوى

ويفتح المعرضان الذي يتيح لعامة الجمهور إمكانية الشراء المباشر، أبوابهما للزوار من الساعة 10 صباحاً إلى الساعة 10 مساءً، مع توفر مساحات لواقف السيارات مقابل المركز أو في المبنى الملاصق له مجاناً، وحرص مركز اكسبو الشارقة على تطبيق أقصى الإجراءات الوقائية والتدابير الاحترازية حرصاً على سلامة الجميع، والتي اشتملت تقديم المبنى بالكامل وصالات العرض والأخذ باشتراطات الصحة والسلامة من قياس درجة الحرارة عند الدخول، واعتماد كاميرات حرارية ذكية تعمل بتقنيات المسحات العرض وإعادة ترتيب مساحات العرض بطرق علمية ومدروسة لضمان التباعد الجسدي وتوفير أقصى درجات الحماية، وتهئية قاعة انتظار، لتفادي الازدحام داخل المعرض، إلى جانب توزيع الإرشادات والملصقات في كافة أرجاء المركز.













# منوعات الفجر 30

## القرية التراثية أيقونة تضيء أمسيات «أجمل شتاء في العالم»

•• دبي-الفجر:

من الأنشطة والاحتفالات، ولكن تماشياً مع الإجراءات الاحترازية في ظل جائحة كورونا، تستمر الحياة في القرية التراثية أيقونة تراثية، محلية وثقافية. مساء كل يوم، طوال فترة القرية العالمية، تروي القرية التراثية حكايات شعبية من الزمن الجميل، فمن الدكان الذي يعرض كل ما كان يحتاجه المرء في يومه، والمقهى التراثي الذي يقدم بعض الأطباق المحلية إلى بيوت العريش وصناعة التي وحياكة السدو أمام الزوار، إلى استديو للأزياء التراثية، لمشاهد ... محفورة في ذاكرة المكان.

والحضارية للموروثات الاجتماعية في الدولة وقالت: بناء القرية التراثية يتم وفقاً للبيئات المتعددة للإمارات والمقسمة إلى الحياة الجبلية، البيئة الساحلية والبدوية، وما فيها من بيوت وعادات وحرف يدوية ومظاهر اجتماعية ومن ثم الحياة الاقتصادية القائمة على الموارد الزراعية والحيوانية التي تعرض أبرزها من زروع وأبل، تشكل أهم رموز البادية.

التراثية التي ينظمها مركز حمدان بن محمد لإحياء التراث، وجهة تربط جسور المودة مع باقي الدول والحضارات، لتوطد أواصر المحبة بين الشعوب وتسمو برقي القيم المجتمعية المحلية وترسخ كالشجرة الطيبة، جذور الهوية الوطنية في نفوس أبنائها وزائريها. وعن افتتاحها موسم جديد، أشارت هند بن دميثان القمزي، مدير إدارة الضعاليات في مركز حمدان بن محمد لإحياء التراث أن القرية التراثية تعد ضمن أبرز المعالم الثقافية على أجندة المركز، وركيزة تعزز من حب الفرد لوطنه، والواجهة الثقافية

في كنف أجندة العالم، يضيء قلب القرية التراثية الإماراتية في القرية العالمية بدبي، ليضيء أمسيات «أجمل شتاء في العالم» ويبيد بدفته الحنين إلى الماضي، فمن إبحاء البيوت والخيام، تجسد القرية التراثية مثالا حيا يعيد حياكة واقع التسوق الاجتماعي الإماراتي لعادات وتقاليد كانت تعج بها حياة الفرجان، ويعيد الأمل لأنامل لا تزال تمتحن الحرف اليدوية القديمة. وعلى غرار الأعوام السبعة الماضية، تشكل القرية



## مركز اللغات بالجامعة القاسمية ينظم حفلة الختام بنشاطات إثرائية في حُب العربية بحضور 300 طالب

•• الشارقة-الفجر:

وتلت ذلك فقرة شعرية ألقّت فيها طالباتنا بالمركز قصيدة (وطنا أراك) للدكتور الشاعر عبدالله بلحيف النعيمي، وهي قصيدة مهادة إلى صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي - حفظه الله ورعاه - وتناوبت في الفقرة الثالثة مجموعة من طلاب المستوى المتقدم ب في تقديم نشرة إخبارية متنوعة، عبروا فيها عن مهارات التقديم الإذاعي. وأدت مجموعة أخرى من الطلاب خطبة «س بن ساعدة» الشهيرة لإبراز جماليات البلاغة العربية القديمة.

وحضور طلبة المركز الذين يبلغ عددهم في فصل الخريف (300) طالب وطالبة، من أكثر من ستين جنسية، كما حضر الحفل أعضاء الهيئتين التدريسية والإدارية، إضافة لعمداء الكليات وأقيم الحفل بإشراف الأستاذ الدكتور محمد عبدالرؤوف الشيخ، مدير مركز اللغات. وتنوع فقرات الحفل التي واكبت الحفل على التواصل المرئي وقدمه طلبة المركز ضمن حصاد النشاطات الإثرائية لجمعيات الأنشطة اللاصفية بالمركز؛ مثل جمعيات: الإذاعة، والخطابة، والصحافة، والإلقاء، والشعر، والخط العربي..

وتحت شعار: «نشاطات إثرائية في حُب العربية» وذلك في حفل افتراضي مميز. أقيم الحفل بحضور سعادة الأستاذ الدكتور رشاد سالم، مدير الجامعة القاسمية، وبمشاركة أنشطته لفصل الخريف 2020-2021م، وذلك

احتفل مركز اللغات بالجامعة القاسمية بختام أنشطته لفصل الخريف 2020-2021م، وذلك



مهارات العربية، والتعبير بها. كما أشاد فيها بجهود المركز وأساتذته في البرامج الأساسية والتأهيلية للطلاب، وأوضح أن الجامعة تقدم دعمها اللامحدود من الحوافز والمكافآت لطلابها المتفوقين والموهوبين، بفضل التوجيهات السامية لصاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، حاكم الشارقة، رئيس الجامعة القاسمية، راعي الثقافة والعلم في الإمارة الباسمة، وبذلك يتحقق شعار الجامعة القاسمية: شارقة في إماره عالمية الرسالة.

في منح الإمارات، ألقاها الطالب الشاعر: فافا سيسي، من دولة غامبيا. وأعقب فقرات الحفل كلمة قصيرة للأستاذ الدكتور محمد الشيخ، مدير المركز، أشاد فيها بجهود أساتذة المركز وأساتذته في تنمية مهارات الطلاب غير العرب، وتأهيلهم ليكونوا قادرين على مواصلة دراساتهم الجامعية في الكليات المتنوعة بيسر وسهولة. وفي ختام الحفل أبدى سعادة الأستاذ الدكتور رشاد سالم مدير الجامعة، سروره البالغ بالمستويات التي وصل إليها الطلاب في اكتساب

بيث على تلفزيون الشارقة اليوم 10 مساءً

## «حكاياتي» يستضيف النجم الإماراتي حبيب غلوم ويكشف للجمهور بداياته قبل التمثيل

•• الشارقة-الفجر:

في الوقت ذاته تحدث حميد عن مجموعة واسعة من أهم اللقاءات العالمية والمحلية بتعليقه المتميز الذي أوصله لنيل هذا اللقب، كما استعرض مسيرته كلاعب والتي استهلها منذ أن كان طالباً في المدرسة الثانوية في إمارة أم القيوين وغيرها الكثير من الحكايات.

وكان البرنامج قد استضاف في حلته السابقة «شيخ الملقين» الإماراتي علي حميد الذي تطرق للعديد من الملامح المضيئة خلال مسيرته في مجال التعليق الرياضي التي استطاع خلالها أن يحجز مكانة متقدمة وكواحد من ألمع رواد المجال.

المسرح وفن التمثيل، كما يستضيف البرنامج أصدقاءه وزملاء العمل، الذين سيقدمون شهادات شخصية وفنية عن الضيف، إلى جانب مجموعة من المشاهد التي يرويها غلوم ويتطرق فيها للحديث عن أعماله الفنية والمسرحية والكثير من الحكايات.

وسيقدم غلوم خلال الحلقة التي تبث اليوم الثلاثاء الساعة 10 مساءً، العديد من الملامح التاريخية في مسيرته الفني، حيث سيروي العلاقة التي جمعت مع المستطيل الأخضر كلاعب كرة قدم محترف، والثقل التي حصلت في حياته وأوصلته إلى

المحليين والعرب، ليجول برفقة الإعلامي حسن يعقوب المنصوري، في حلقة فنية بامتياز، سيتعرف خلالها الجمهور على تفاصيل خاصة من الفنان، ويروي شهادات عن مسيرته وعلاقته بالفن والمسرح وغيرها من المواقف.

يستضيف البرنامج الحوار «حكاياتي» الذي تبثه قناة الشارقة التابع لهيئة الشارقة للإذاعة والتلفزيون، الفنان الإماراتي الدكتور حبيب غلوم، أحد أبرز نجوم الفن والدراما



منوعات

# الفكر

31



## كندة علوش تنفي شائعة خضوعها للتجميل

كشفت الفنانة كندة علوش، خلال لقائها في برنامج "أبلة فاهيتا"، الذي يذاع عبر فضائية أون المصرية عن الشائعات التي تعرضت لها بعد زواجها من الفنان عمرو يوسف. ونفت كندة أنها أكبر من زوجها سنا مؤكدة أنه أكبر منها قليلا، مؤكدة أيضا كذب شائعة أنها أنجبت من زوجها الأول موضحة أنها ليس لديها سوى ابنتها حياة من زوجها عمرو يوسف، وأضافت أنها لم تخضع لأي عملية تجميل كما تردد عنها. وبسؤالها عن كيفية التعامل مع معجبات عمرو، ردت: المعجبة المؤدبة أنا مؤدبة معها وفي بنات يتعكس عمرو عبر السوشيال ميديا، لكن المعجبة التي تتجرا في تعاملها مع عمرو في وجودي تجد مني رد فعل قويا.

## أتمنى الاشتراك في أعمال سينمائية عديدة خارج مصر

# سيف حميدة : العالمية أحد أحلامي المقبلة



حصد فيلم "ستاشر" الذي يقوم ببطولته الفنان الشاب سيف حميدة في تجربته السينمائية الأولى، جائزة السعفة الذهبية لمهرجان كان في مسابقة الأفلام القصيرة. وخلال هذا الحوار، تحدث سيف عن الفيلم وكواليس تحضيره وتصويره، وأحلامه نحو السينما العالمية، متوقعا الفوز بجائزة الأوسكار، بعد فوز الفيلم في "كان" و"الجونة"...

• كيف تم ترشيحك لبطولة فيلم ستاشر؟  
- منذ صغري وأنا أقوم بالتمثيل على مسرح المدرسة، وشاركت في عدة عروض مسرحية على مسرح مدرسة الصعيدية الثانوية، فهي مدرسة بها مسرح كبير، وكنت محظوظا بالعمل عليه، والآن أدرس في أكاديمية الفنون، حيث فضلت التوجه لدراسة الفن بالأكاديمية بعد قبولي بها، بدلاً من استكمال دراستي في علوم الكمبيوتر، وعندما علمت بأن المخرج سامح علاء يبحث عن بطل لفيلمه القصير الجديد، ذهبت وتقدمت للاختبارات بشكل عادي، وأخبرني باختياري بعد 10 دقائق فقط من جلوسنا معا للحديث، وبالفعل بدأت العمل على الفيلم.

• هل تحمست للفيلم بعد قراءته؟  
- تحمست للفكرة التي يقدمها الفيلم، وشعرت بأنها فرصة مهمة بالنسبة لي، حتى أثبت نفسي أمام الكاميرا، خاصة أن الشخصية تعتمد بشكل كبير على تعبيرات الوجه المتأثرة بالأحداث التي يتلقاها ويسمعها، ومن هنا كان هناك تحدٍ بالنسبة لي في التعامل مع الدور، والعمل تم تحضيره في أسبوع واحد، وصورناه بالكامل على مدار يومين.

• ما الصعوبات التي واجهتك في التصوير؟  
- هذه هي المرة الأولى التي أقت فيها أمام الكاميرا لتصوير فيلم قصير، فالتجربة بالنسبة لي كانت ممتعة ومجيدة بالوقت ذاته، لأنني كنت مطالباً بإعادة تصوير بعض المشاهد عدة مرات، وهذا الأمر بالنسبة لي مختلف عن المسرح، لكن تعودت عليه بشكل سريع، ولم أواجه مشكلات تذكر، لاسيما في ظل حرص المخرج



سامح علاء على الاهتمام بالتفاصيل والمناقشة معه، وتعامله باعتباره أبا أكبر وليس مخرجاً يوجه ممثلاً، لذا شعرت بأنني أقوم بعمل مستمتع به بشدة.

• ثمة انتقادات وجهت للعمل بسبب السيناريو وفكرة لجوء البطل لارتداء النقاب من أجل مشاهدة حبيبته؟  
- بالتأكيد فكرة أن يرتدي شاب النقاب ويتحرك به ويقوم بما قام به بطل الفيلم أمر يحمل مغامرة كبيرة، ويجدها كثيرون مسألة صعبة للغاية، لكن دعنا نفكر في طريقة، فنحن نتحدث عن شاب بمرحلة المراهقة، فهو في عمر لا يتجاوز 16 عاماً، وفي هذه المرحلة العمرية يكون هناك اندفاع شبابي ومغامرة تكون نتائجها غير محسومة، وهذا هو ما قام به، فتفكيره في اللحظة التي عرف بها بوفاة حبيبته، لم يفكر سوى في وداعها، ولم يجد طريقة أخرى سوى ما قام به.

• لكن هل ترى أن هذا التفكير جاء مناسباً لفكرة العمل؟  
- بالتأكيد، لأن البطل شاهد والدته وهي ترتدي النقاب، ومن ثم استلهم الفكرة من ملابس والدته، فالأمر ليس مقصوداً به إساءة إلى أحد، ولكن الفكرة نفسها في أن الطفل بمرحلة المراهقة استلهم الزي الذي يملكه من رؤية حبيبته ووداعها من مشاهدته لوالدته وهي ترتدي الزي نفسه.

• البعض شعر بأن العمل غابت عنه بعض تفاصيل خلفيات العلاقة بين البطل وحبيبته الراحلة؟  
- هذا الأمر مرتبط بالسيناريو والمخرج في المقام الأول، لكن العمل مر بشكل سريع على هذه العلاقة في البداية، لأن التركيز كان على رحلة البطل التي شاهدناها بالأحداث.

• هل تعتقد بأن اختلاف القصة سبب في الإشادات التي حصل عليها الفيلم؟  
- بالفعل القصة إنسانية في المقام الأول، وطريقة معالجتها وطرحها لم تتم في أعمال سينمائية كثيرة من قبل، و"ستاشر" يعتمد على اللغة البصرية، التي تم تقديمها بشكل متميز واحترافي من المخرج سامح علاء.

• كيف استقبلت خبر فوز الفيلم بجائزة السعفة الذهبية بمهرجان كان السينمائي الدولي؟  
- شعرت بسعادة كبيرة فور الإعلان عن الجائزة ومنذ إعلامي بخبر مشاركة الفيلم في مسابقة كان، وأخبرت فريق العمل بأنه يمكننا الحصول على الجائزة الكبرى بالمهرجان، وأتمنى أن تتمكن من الحصول على الأوسكار، فهذا الأمر ليس بعيداً عنا وحصداً جائزة مهرجان الجونة بعد يوم من جائزة مهرجان كان، فالأمر بالنسبة لنا أشبه بحلم نعيشه مع الجوائز التي نحصدها وتسدنا كثيراً.

• هل تفكر في التوجه للعالمية؟  
- العالمية أحد أحلامي بالفعل، وأعتبر أن الفيلم خطوة بالنسبة لي نحو العالمية، وأتمنى الاشتراك في أعمال سينمائية عديدة خارج مصر خلال الفترة المقبلة.

## نجلاء بدر تتدرب على اللهجة الصعيدية

بدأت الفنانة نجلاء بدر تصوير مشاهدتها الأولى في مسلسل "نسل الأعراب" مع المخرج محمد سامي، وبطولة النجمين أحمد السقا وأمير كرارة والمقرر عرضه في شهر رمضان المقبل، حيث تتدرب نجلاء على التحدث باللهجة الصعيدية مع مصبح اللهجة الخاص بالعمل، لاسيما أنها تظهر بدور صعيدى للمرة الأولى. وفي نفس السياق تصور نجلاء مشاهدتها



## عبير صبري سينمائية بفيلم (طلعت حرب 2)

تستعد الفنانة عبير صبري لدخول دور العرض السينمائي بفيلمها الجديد "طلعت حرب 2" بمشاركة عدد كبير من النجوم. ويواصل حالياً الفنان أحمد مجدي منتج فيلم "طلعت حرب 2" المراحل النهائية لعمليات الإنتاج والمكساج الخاصة به استعداداً لطرحه خلال الفترة المقبلة، وذلك بعد الانتهاء من تصوير مشاهدته منذ فترة.

فيلم "طلعت حرب 2" من إخراج مجدي أحمد علي، ومن بطولة عدد كبير من الفنانين وعلى رأسهم محمود قابيل، وعبير صبري، وسمير صبري، وأحمد وفيق، وسهر الصايغ، وياسمين الخطيب، ومئة فضالي، وأحمد مجدي، وميدو عادل، وشريف دسوقي وهو من تأليف هنزادة فكري، وإخراج مجدي أحمد علي، وتدور أحداثه حول حكايات مختلفة داخل إحدى عمارات وسط البلد مع اختلاف الفترات الزمنية.

وشاركت عبير صبري مؤخراً كضيفة شرف في مسلسل إسعاف يونس، بطولة محمد أنور نجم مسرح مصر، وهو من نوعية دراما 10 حلقات، للعرض على منصة Watch it.



# الفيل

## أخطر الأطعمة لوجبة العشاء



كشفت الدكتورة سيرغي أغابكين والطبيب ميخائيل غينسيورغ، المواد الغذائية التي عند تناولها في وجبة العشاء قد تسبب مشكلات صحية. ويشير الطبيب، إلى أن قائمة هذه المواد تشمل الموالح والمخللات والنقانق ومنتجات اللحوم المعالجة وكذلك الخبز الأبيض. ووفقاً للدكتور أغابكين، تسبب الأطعمة المألحة احتجاز السوائل في الجسم، لذلك يستيقظ الذين تناولوها في العشاء وأجسامهم منتفخة ووجوههم ممتلئة بالتجاعيد وليست في حالتها الطبيعية. ومن جانبه يحذر الدكتور غينسيورغ، من تناول

النقانق في العشاء، لأنها غنية بالأملاح، ما يزيد من خطر الإصابة بالتهاب المعدة. والخبز الأبيض يحتوي على مؤشر مرتفع لمستوى السكر، لذلك يزيد تناوله بصورة حادة مستوى السكر في الدم. ويوضح غينزيبورغ، "وهذا أمر سيء، لأن زيادة هرمون الأنسولين، يؤدي مباشرة إلى ارتفاع مستوى ضغط الدم، وبعض الأورام". وبالإضافة إلى هذا، ينجم عن "صدمات الأنسولين" قبل النوم توتر حاد يرافقه شعور مفاجئ بالجوع.

## أنواع معينة من الحليب قد تسبب بارتفاع نسبة السكر في الدم

يمكن أن يسبب السكري النوع 2 مشاكل صحية خطيرة إذا لم يتم التحكم في مستويات السكر في الدم. ويمكن أن يؤدي استهلاك الحليب إلى زيادة إنتاج الأنسولين، ولكن بعض الأنواع يمكن أن يكون لها تأثير سلبي بسبب محتواها العالي من الكربوهيدرات، وفقاً لاستشاري الغدد الصماء الدكتور فاندريامب. وقد يُعزى ظهور أعراض مرض السكري النوع 2 إلى ضعف إنتاج الأنسولين في الجسم، وهو هرمون ينتجه البنكرياس ويلعب دوراً رئيسياً في تنظيم مستويات السكر في الدم (المعروف طبياً باسم الجلوكوز). ويعد سكر الدم الخلايا بالطاقة ولكن يجب تنظيمها - فالمستويات غير المستقرة من السكر في الدم يمكن أن تلحق الضرر بالجسم.

ولحسن الحظ، يمكن لبعض العناصر الغذائية أن تحفز إنتاج الأنسولين، مثل الحليب ومنتجات الألبان. وفي حديثه إلى Express.co.uk، أوضح الدكتور مارك فاندريومب، استشاري الغدد الصماء في OneWelbeck Endocrine Group. "الحليب ومنتجات الألبان معروفة بكونها محفزات قوية لإنتاج الأنسولين، وأكثر ما يمكن تفسيره من خلال اللاكتوز".

ووفقاً للدكتور فاندريومب، يُعزى هذا عادة إلى تكوين الأحماض الأمينية (البروتين) في الحليب، وليس محتوى الدهون. ولا يوجد فرق كبير بين الحليب كامل الدسم ونصف الدسم والحليب منزوع الدسم، كما يقول. ومع ذلك، يحذر من أن المحتوى العالي من الكربوهيدرات في أنواع معينة من الحليب، يمكن أن يؤثر سلباً على مستويات السكر في الدم.

ويحذر من أن "بعض أنواع الحليب ذات النكهات المضافة، مثل الشوكولاتة، يمكن أن تضاعف كمية الكربوهيدرات". وهذه مشكلة لأن الكربوهيدرات تتحلل إلى جلوكوز بسرعة نسبية، وبالتالي يكون لها تأثير واضح على مستويات السكر في الدم. ويقول الدكتور فاندريومب: "الأشخاص الصابون بداء السكري الذين يتناولون الأنسولين، سيكونون على دراية بمحتوى الكربوهيدرات في أجزاء الحليب ويعدلون جرعة الأنسولين وفقاً لذلك". وسيحتاج الأشخاص الذين يتناولون أقراصاً إلى أن يدركوا أن أجزاء الحليب، يمكن أن تضيق إلى مدخولهم اليومي من السعرات الحرارية وقد تؤدي إلى ارتفاع مستويات السكر في الدم بعد الوجبات.

وكشف فاندريامب، أن متوسط كوب الحليب يحتوي على 12 غراماً من الكربوهيدرات، ولكن بعض أنواع الحليب تحتوي على نسبة أقل بكثير من الكربوهيدرات. وقال إن حليب اللوز وحليب الصويا وحليب جوز الهند، تحتوي على غرام واحد وأربعة غرامات وغرامين على التوالي. ووفقاً لموقع Diabetes.co.uk، يمكن أن تساعد الأنظمة الغذائية المتوسطة الغنية بالفواكه والخضروات والألياف مرضى السكري على التحكم في مستويات السكر في الدم.

كما أن الخضروات مثل الطماطم والفلفل والباذنجان والزيتون والبصل والجرجير والخس، ليست رائحة فقط مستويات الجلوكوز في الدم، ولكنها تقدم وجبات جذابة للغاية أيضاً.

- وتشمل أعراض مرض السكري النوع 2:
- التبول أكثر من المعتاد وخاصة في الليل.
- الشعور بالعطش طوال الوقت.
- الشعور بالتعب الشديد.
- إنقاص الوزن دون محاولة.
- الجروح تستغرق وقتاً أطول للشفاء.
- عدم وضوح الرؤية.



جودي رومانو وجريج رومانو من أريزونا، يقفان لالتقاط صورة سيلفي أمام شجرة عيد الميلاد مصنوعة من مصائد جراد البحر في فلوريدا، الولايات المتحدة. رويترز

## قرأت لك

### فوائد الموز



يحتوي الموز على 70% من وزنه ماء وحوالي 25% من وزنه نشاء و 20% من وزن مائة سكر عنب وسكر قصب و دهون و الياف و بروتين ومن الاملاح المعدنية 60 مليغرام حديد

و حوالي 40 مليغرام و كالسيوم و بوتاسيوم و فيتامين C و فيتامين ب2 الموز غني بالالياف التي تحمي الجسم من الاصابة بالاورام السرطانية- كما انه يحمي الجسم من فقر الدم ويساعد الجسم على افراز الملح نظرا لوجود البوتاسيوم فيه- مزج عصير الموز مع الحليب يساعد في تهدئة قرحة المعدة ويعتبر الالكالسيوم الموجود في الموز اجود من الكالسيوم الموجود في الجبن والحليب- قشر الموز يحتوي على مادة اليسراتونين وهي مادة تعتبر من مكونات الدماغ وتساعد على تهدئة الاعصاب والشعور بالارتياح..

## سؤال وجواب

- ما هو أثقل الحيوانات بالعالم؟ الحوت الأزرق.
- ما هو الاسم الذي كان يُطلق قديماً عن الذهب؟ الأصفر الرنان.
- ما هي أول بلد عزفت النشيد الوطني؟ الولايات المتحدة.
- ما هي أعلى الشلالات في العالم؟ - أعلى شلالات العالم هي شلالات سوزولاند في الجزيرة الجنوبية لأيسلندا
- في أي مدينة تقع منظمة الصحة العالمية؟ - في مدينة جنيف بسويسرا

## هل تعلم؟

- لا توجد درجة تجمد محددة للبينزين، فقد يتجمد في درجة 82- أو 115- مئوية.
- الأسبيرين هو أول عقار طبي تم تقديمه في صورة أقراص تذوب في الماء، وكان ذلك في سنة 1900م.
- يتكون النشيد الوطني لكل من اليابان وسان مارينو والأردن من ثلاثة سطور فقط.
- لم يكن يسمح للنساء بالتصويت في الانتخابات في فرنسا حتى عام 1944م.
- النحلة تحرك جناحها 160 مرة في الثانية.
- ملكة النحل يمكنها أن تضع 3000 بيضة في يوم واحد.
- هل تعلم أن أول من وصف أعمال التطهير والتيلور والتذويب والتحويل هو العالم الإسلامي جابر بن حيان. الذي يعد من علماء العرب المشهورين. وله شهرة كبيرة عند الأفرنج بما نقلوه من كتبه في بدء يقظتهم العلمية.
- وهو أول من أدرك أهمية الاختيار العلمي فأكد عليه وخطا خطوات واسعة في سبيل تقدم الكيمياء. ويعتبر هو مستكشف حامض الكبريتيك وماء الذهب والصد الكاوية.
- هل تعلم أن أول من بنى المدارس في الإسلام هو نظام الملك الملقب بقوم الدين واسمه الحسن بن علي بن اسحق بن العباس وهو أول من لقب ب أتاكبك. وهو أول من بنى المدارس لطلاب العلم فبنى نظامية بغداد، ونظامية نيسابور، ونظامية طوس ونظامية أصبهان. وكان أول من ولي التدريس في المدرسة النظامية ببغداد أبو اسحاق الشيرازي شيخ الشافعية في وقته.

## قصة الفلاح الفقير

في إحدى قرى الصين القديمة كان يسكن فلاح فقير وله بنتان جميلتان تركتهما أمهما صغيراً ورحلت عن الدنيا، فتزوج الفلاح الفقير إحدى النساء لتربيتهما فولدت له ابنة ثانية كانت مثل أمها ليس لديها أي شيء من الجمال. كبرت البنات الثلاث ومع الأيام كانت الزوجة تقسو على البنيتين الجميلتين بلا سبب وتحملهما مسئولية البيت وكل شيء وتجلس هي وابنتها القبيحة تتفرجان، ومع الوقت جاء العرسان من كل مكان يطلبون أيدي الفتاتان فاستعجل الأب زواجهما وتزوجا بالفعل من شابين ميسوري الحال ومن عائلتين غنيتين مما رفع من شأن الفلاح. أما الابنة الثالثة فقد جاء وقت زواجها ولم يتقدم أحد لها فهي تمقتقر للجمال والأدب أيضاً ومتسلطة ومتحرجة مثل أمها تماماً، ولا وجدت نفسها وحيدة لا يسمي أحد للزواج منها أصبحت تبكي الليل مع النهار حزناً على نفسها، وفي إحدى المرات وبينما كانت تجلس تحت شجرة اللوز وجدت الفتاة عصاً تبرز من الأرض وكان أحداً ما غرزهها ليدارها خلف الشجرة، فمدت يدها وانتزعته فتأوهت العصا في يدها مما جعل الفتاة تخاف وترتجف وتلقي العصا بعيداً عنها فصرخت العصا وقالت لا ترميني بل اطلبي مني ثلاث أمنيات أحققها لك في الحال جزاء لك، واطمئنت الفتاة واقتربت لتمسك بالعصا وتقول لو كنت صادقة اجعليني جميلة جداً، وزوجيني برجل غني جداً، واجعليني أحكم تلك القرية. فقالت العصا اذهبي لتنامي الآن وفي الصباح لك كل ماتميتيه، ذهبت الفتاة وحكت لأمها وأياها ما حدث فلم يصدقها لكن في الصباح استيقظت تترى نفسها أجمل البنات، وجاء من يطلبها عروساً وهو حاكم القرية وبعد فترة من الوقت عاتب الأب ابنته وقال لها لماذا لم تطلبي شيئاً يفيدنا جميعاً كان يكفيك زوجاً غنياً يحبك، أما الأمتيتان الأخرتان فكان يمكن أن تكونا للقرية ومن فيها، فغلظت الفتاة القول لأبيها وقالت له لا أنا أهم من كل شيء في هذه الدنيا، وفي الحال عادت الفتاة كما كانت قبيحة وفقيرة وتركها زوجها في الحال فندمت وأسرع إلى عصاها وقالت أرجوك أيتها العصا السحرية أعيدي لي جمالي فقالت لها أنت أنانية ولا تستحقين ذلك، لو كنت أحسنت معاملة والدك لأحسنت معاملة لك لا تستحقين إلا أن تكوني قبيحة.. منذ ذلك اليوم تعيش تلك الفتاة وحدها مع قباحتها.

## مساحة للتلوين

