

شرطة العاصمة تدشن  
جدارية الفخر في حب زايد  
بمركز الشعبية



مخوى كرم:  
النجم لا يصنعه برنامج بل  
هو يُظهِره ويلقي الضوء عليه



14 وصفة متاحة  
مواجهة القلق ومتاعبه

## يعالج صعوبة النطق لديه عبر التحداث باللكنة الإيرلندية

كان النيوزلندي نيك بروسر (28 عاماً)، يعاني من ضعف في الذاكرة وصعوبة في النطق، ولكنه اكتشف مؤخراً بأن التحداث اللكنة الإيرلندية يجعل تعلمه في الكلام يخفني بشكل تام.

ويدعي الشاب أنه اكتشف هذا العلاج البسيط عن طريق الصدفة، بينما كان يتسلى هو وصديقه بتقليد لهجات مختلفة، وعندما جرب لهجة الإيرلندية، أصيب بالدهشة بسبب الطلاقة التي تحدث بها.

ويقول بروسر بأنه أجرى أول محادثة مطولة مع صديقه باللكنة الإيرلندية، دون أن يتلعم أو يواجه أي صعوبات في النطق. وقد عبر بروسر عن سعادته باكتشافه لعلاج لمشكلته التي طالما أثرت عليه سلباً وزعزعت ثقته بنفسه.

يذكر بأن بروسر لم يعيش في إيرلندا من قبل، إلا أنه تعلم لكتنها عبر والدته التي تحدر من عائلة إيرلندية، بحسب ما ورد في موقع "أوديتي سنترال" الإلكتروني.

## كنغر يطيح رجلا بهجوم نادر

رصد مقطع فيديو، نقلته صحيفة "ديلي ميل" البريطانية، رجلاً أستراليا يتعرض لهجوم من قبل حيوان الكنغر في مدينة بنديغو الأسترالية.

ويوضح الفيديو، الذي صورته ابنة الرجل، حيوان الكنغر وهو يهاجم الأب ويسقطه أرضاً، بعدما حاول الدفاع عن كلبيه.

وبعد أن طرحة أرضاً، حاول الكنغر الغاضب مرة أخرى مهاجمة الكلبين الصغيرين. ويمكن سماع ابنة الأب تضحك بشكل هستيري على هذه الواقعة، التي شاهدتها أكثر من 100 ألف شخص خلال مدة وجيزة. وقال مشاهدون إن الفيديو على ما يبدو لم ينقل كل التفاصيل، مشيرين إلى أن الرجل استنقز بطريقة أو بأخرى الحيوان، الأمر الذي جعله يتورع في وجهه، فيما وصف آخرون الأب "أسطورة أستراليا"، قائلين إنه يمثل تماماً "الثقافة الأسترالية".

## سرفت بضاعة بدولارين كلفت الشرطة مئات الدولارات

أتهمت الشرطة في مدينة تايبي التايوانية بإهدار أموال دافعي الضرائب في حل قضايا جنائية بطريقة غير حكيمة، بعد أن كشفت وسائل الإعلام المحلية أنها أجرت مؤخراً اختبارات الحمض النووي بقيمة مئات الدولارات لمعرفة هوية امرأة سرفت زجاجة زجاجي قيمتها دولارين.

يذكر أن امرأة تايوانية اكتشفت أن إحدى زميلاتها اللواتي يقمن معها في نفس الشقة، قد تناولت زجاجة زجاجي من التلاجة دون الحصول على إذنها، فأخبرت الشرطة بعدما شعرت بالغضب من إنكار زميلاتها مسؤوليتهن عما حدث.

وبعد سماع شكوى المرأة، استدعت الشرطة زميلاتها الخمسة اللواتي أتكرن مسؤوليتهن عن سرقة الزجاج، ما دفع الشرطة إلى إجراء فحوصات للحمض النووي لهن، لتحديد هوية السارقة.

وقد أنفقت الشرطة 585 دولاراً أمريكياً على الفحوصات التي أجرتها للكشف عن هوية السارقة، إلا أن الأبناء لم توضح فيما إذا كانت الشرطة قد نجحت في ذلك.

من الجدير بالذكر أن القصة انتشرت على مواقع التواصل الاجتماعي على نطاق واسع، ولقيت ردود فعل غاضبة من الكثيرين الذين اتهموا الشرطة بإهدار الأموال في قضايا غيبية، بدلاً من حل الجرائم الحقيقية، وفق ما نقل موقع "أوديتي سنترال" الإلكتروني.

## التعرق .. مزعج لكنه ضروري للحياة

يعتقد كثير من الناس أن العرق والتعرق مسألة غير جمالية وغير صحية، لكنه في الحقيقة أمر جيد يقود لنتائج صحية مهمة، منها منع ارتفاع درجة حرارة الجسم في أيام الطقس الحار وعند ممارسة الرياضة وعند الإجهاد البدني الشديد.

يرى كثير من الناس أن العرق مزعج في بعض الأحيان ورائحته تبتة وآثار عرق الإبط لا تتناسب مع صورة إنسان القرن 21، لكن كل هذه الأحكام ليست صحيحة، حيث أن الأبحاث الطبية أثبت أن العرق سائل عديم الرائحة يتكون من 99 في المائة من الماء وحوالي 250 مادة مختلفة مثل السكر وحمض لبني والكارباميد (اليوريا) ومفيد جدا لحياة الإنسان كما جاء في موقع "ياهو" الإلكتروني.

العرقية عندهم بصورة أكبر، كما ذكر موقع "غو فيمينين" الألماني.

وحتى إن زاد مستوى التعرق في الجسم، فهو لا يضر الجسم من دم الشخص يشرب كميات كافية من الماء والسوائل. ويمكن أيضاً تعويض المواد الفقدوة مع التعرق، مثل الكالسيوم والمغنيسيوم، عبر تناول مواد غذائية كافية.

لكن في أجواء الصيف الحارة وخاصة مع ارتفاع درجات الحرارة المفاجئ، يصبح التعرق مزعجاً وكريهاً عند البعض، خاصة ممن يعانون أصلاً من التعرق المفرط.

فما الحل؟  
هذه بعض النصائح التي ذكرها موقع "غو فيمينين" الألماني لتجنب مساوئ التعرق:

• تجنب الاستحمام بالماء البارد فقط، لأنه يبرد الجسم ومن ثم عند التعرض للحرارة العالية، سوف يتعرق بصورة كثيفة. وينصح بتبويض الاستحمام بماء بارد وآخر ساخن حتى تقل حساسية الجلد والمسامات العرقية لدرجات الحرارة ويقطع التعرق بذلك.

• تجنب ارتداء الملابس الضيقة أو تلك التي تلتصق بالجلد، لأنها ستزيد من نسبة التعرق. ويفضل الملابس الرياضية أو تلك التي تسمح بالتنفس في الأجواء الحارة. • تجنب شرب السوائل المبردة بالتلج لأنها ستعمل على زيادة إنتاج الغدد العرقية، كما هو الحال مع الاستحمام بالماء البارد. ويفضل شرب المشروبات الساخنة، لأنها تزيد في البداية من التعرق ثم تنظم عمل الغدد العرقية تدريجياً. لكن يفضل تجنب شرب القهوة والشاي الأسود والأخضر.

• تجنب تناول المأكولات الحارة أو المواد الغنية بالدهون، لأنها ستزيد من إنتاج الغدد العرقية. ويفضل تناول السلطة والمواد الغذائية المتبلية قليلاً أو الحساء البارد. • شرب شاي أعشاب الصنعين (أو المريمية) الذي يمكنه

ليس للعرق رائحة في ذاته ولكن الروائح الكريهة تنشأ فقط عندما تعلق بالعرق بكتيريا موجودة بأماكن الشعر في أجسامنا فتولد رائحة كريهة. ويختلف عرق الرجال عن عرق النساء اختلافاً كبيراً، ويُنتج جسم الرجل عرقاً برائحة مكثفة في حين يُفرز جسم المرأة روائح أكثر حموضة، ونقلاً عن موقع "ياهو" الإلكتروني فإن التعرق يمكن أن يشير إلى إصابة مرضية، فالأشخاص المصابون بأمراض معدية يعانون من ارتفاع الضغط ومرض فرط الدرقية والسرطان يعانون من تعرق مفرط.

ولا يدل العرق كريه الرائحة فقط على قلة العناية بالنظافة الشخصية وإنما على نوعية الشراب والطعام، فالإفراط في أكل البصل والثوم وبيهارات محددة يجعل الجسم يُفرز رائحة كريهة، كما يمكن أن يكون العرق غريب الرائحة رد فعل لأدوية معينة أو ناتج عن التوتر أو الخوف إضافة إلى الحالة الانفعالية والجسمية، بل والحجيات أيضاً.

### نصائح التعامل مع التعرق الزائد

التعرق حالة صحية للإنسان ومن خلاله تتعادل درجة الحرارة ويتخلص الجسم من الكثير من السموم، لكن التعرق المفرط، خاصة في الأجواء الحارة، مزعج للغاية وقد تنتج عنه رائحة كريهة وله مضار أيضاً.

التعرق ليس سيئاً، بل يعتبر عملية مهمة، إذ يساهم في معادلة درجة حرارة الجسم. ويعتقد أن كل إنسان يحتوي على ما بين مليونين إلى ثلاثة ملايين غدة عرقية في جسمه. وهناك نوعان من الغدد العرقية هما الغدد العرقية المفرزة والغدد العرقية الغازية، وكلتاهما تحتويان على خلايا عضلية يؤدي تقصصها إلى إخراج المفرزات العرقية المتراكمة. ويتم ضبط نشاط الخلايا العرقية بواسطة الجهاز العصبي وبعض الهرمونات.

أما التعرق المفرط فقد تكون له أسباب جينية أو أسباب أخرى، فالمرأة الحامل، مثلاً، تتعرق بصورة أكبر، والأشخاص الذين يعانون من التوتر والخوف تتنشط الغدد

## بودرة التلك .. قبلة موقوتة تهدد النساء

تعد "بودرة التلك" من أكثر المستحضرات التي تستخدمها النساء في مختلف أنحاء العالم، إما لهن بشكل خاص أو لأطفالهن، ولكن خبراء ومنظمات حكومية حذروا من خطورة هذه البودرة، وتسببها في زيادة مخاطر الإصابة بالسرطان.

ودرست منظمة "كندا للبيئة والتغير المناخي"، التأثيرات المترتبة على استنشاق بودرة التلك أو وضعها على الجلد، وأصدرت تقريراً حذرت فيه من مخاطرها.

وبحثت المنظمة في 29 دراسة، 21 منها أكدت وجود صلة بين الإصابة بسرطان المبيض وتعرض الجلد في "المنطقة الحساسة" لدى الإناث لبودرة التلك، حسب ما ذكر موقع "ذا صن".

كما كشف التقرير أن استنشاق تلك البودرة يمكن أن يؤدي إلى مشاكل في الجهاز التنفسي، مثل تليف أو "تندب" الرئتين. وتتكون هذه البودرة من "التيك"، وهو معدن طيني مكون من السيليكون والمغنيسيوم والأكسجين.

وتضم أكثر أنواع التلك مادة "أسبست" أو الحرير الصخري، وهي مادة من العروق أنها تسبب سرطان الرئة في حال تم استنشاقها، وهو السبب في أن كل منتجات التلك في الولايات المتحدة خالية من الأسبست منذ سبعينيات القرن الماضي.

يذكر أنه في يوليو الماضي، أمرت محكمة شركة "جونسون أند جونسون" الصنعة لبودرة الأطفال الصنوعة من التلك، بدفع مبلغ 3.6 مليار جنيه إسترليني لـ 22 امرأة، أكدن أنهن أصبن بسرطان المبيض بعد استخدامهن لتلك البودرة على مدى أعوام.

## مزحة الموت تصل المحكمة

تواجه الفتاة الأميركية التي دفعت صديقتها على سبيل المزاح من أعلى جسر مرتفع فوق نهر، عاماً من السجن، بعد ظهورها في جلسة محاكمة، في وقت تؤكد فيه الضحية أنها تريد "الإصاف".

وانتشر، في أغسطس الماضي، فيديو الحادثة على وسائل التواصل الاجتماعي، حيث ظهرت جوردان هولغرسون (16 عاماً)، تقف على حافة جسر يقع فوق نهر لويس بيلده فانكوفر بولاية واشنطن الأميركية، وهي مترددة بشأن القفز إلى المياه، قبل أن تدفعها فجأة صديقتها تاليور سميت عنوة، وسط صدمة الأصدقاء الحاضرين.

وتسبب السقوط من علو يناهز 20 متراً في إصابات بليغة لهولغرسون على مستوى الصلوع والرئة.

وقالت صحيفة "ذا صن" البريطانية إن القاضي قرر، خلال جلسة محاكمة سميت، التي تتهم بتعريض حياة الغير للخطر، تأجيل النظر في القضية إلى 11 فبراير. وفي حوار لها مع "اي بي سي"، ذكرت هولغرسون أنها تبحت "عن الإصاف وأتمنى أن تنتهي هذه القضية قريباً"، وتابعت "أمل أن تتعلم شيئاً ما.. قالت إنها ستتحمل المسؤولية كاملة، إلا أن كل ما فعله الآن هو الكذب.. إنها تعتقد الأمور". وتزعم الشابة أن سميت انتهكت كذلك أمراً بعدم مقابلة الضحية، حيث قالت إنها حاولت مراراً الاتصال بها وبأبها. وفي حال دانت المحكمة تاليور سميت، فإنها ستواجه السجن لمدة سنة، وغرامة تصل إلى 500 دولار.

## يخسر ساقه بسبب لعبة بوكيمون غو

تعرض رجل بريطاني لحادث مؤسف أثناء اشتغاله بالنظر إلى هاتفه وهو يمارس لعبة بوكيمون غو الشهيرة، وسقط على سكة حديد مكهربة، مما تسبب بإصابات خطيرة وصلت إلى حد بتر إحدى ساقيه. وكان الرجل الذي لم يتم الكشف عن اسمه، يتجول حاملاً هاتفه، بحثاً عن أيقونات لعبة بوكيمون غو، عندما سقط على مسار السكة الحديدية المكهربة، وكانت النتيجة بتر ساقه اليمنى، وإصابته بحروق من الدرجة الثالثة والرابعة.

وذكرت التقارير، أن الإصابات الخطيرة التي تعرض له الرجل، شملت ساقيه وفكه إحدى ذراعيه وصدره، واحتاج إلى عدة عمليات جراحية في المستشفى، بحسب موقع كائوي الإلكتروني. ونقل الرجل إلى غرفة العمليات على الفور بعد الحادثة، حيث اضطر الأطباء إلى قطع الجلد المحروق وعضلة الساق، وعاد بعد يومين لإزالة المزيد من اللحم المتعفن، قبل أن يتم اتخاذ قرار بتر الساق اليمنى من فوق الركبة.

## يستأصل وربما من دماغه وهو مستيقظ

خضع رجل بريطاني لعملية جراحية رائدة، تم خلالها استئصال ورم خبيث من دماغه وهو في كامل وعيه، وطلب من الجراحين رؤية الورم.

وكان جيمس هينيجان (39 عاماً) من مدينة مانشستر البريطانية، قد عاد من مقر إقامته في أستراليا إلى بلاده، بعدما تم تشخيص إصابته بورم في دماغه عام 2015.

وقد خضع الرجل لعملية جراحية هي الأولى من نوعها، لإزالة الورم الذي كان في الطور الثاني، في مستشفى تشارنغ كروس بمدينة لندن، حيث أجريت العملية له وهو في كامل وعيه. وبعد ثلاث سنوات من العملية، عاد السيد هينيجان إلى حياته الطبيعية، وهو الآن يتمتع بصحة جيدة، غير أنه يجري فحوصات طبية كل ستة أشهر للتأكد من عدم عودة المرض إليه، بحسب ما نقلت صحيفة ديلي ميل البريطانية.

## نخر الأسنان مؤشر على نقص فيتامين د

يعاني الكثير من الأشخاص عادة من نقص فيتامين د خلال أشهر الشتاء، عندما تكون ساعات سطوع الشمس قليلة، لأن الشمس هي المصدر الرئيسي للفيتامين.

ويعتبر فيتامين د ضرورياً للجسم لأنه يساعد على تنظيم كمية الكالسيوم والفوسفات التي يحتاجها، ويحافظ على صحة العظام والأسنان والعضلات. وبما أن هذا الفيتامين ضروري لصحة العظام، فإن نقصه يؤدي إلى الإصابة بهشاشة العظام والكسور.

وبحسب دراسة نشرها المركز الوطني لمعلومات التقنية الحيوية في كندا، فإن الأطفال الذين تحتوي أجسامهم على

نسبة كافية من فيتامين د أقل عرضة لخطر الإصابة بتسوس الأسنان. وتناولت دراسة أخرى أجريت في جامعة مانيتوبا الكندية، العلاقة بين مستويات فيتامين د وتسوس الأسنان لدى الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 6 و 11 عاماً.

وخلص الباحثون إلى أن زيادة نسبة الفيتامين لدى الأطفال قد يكون إجراءً وقائياً إضافياً لتقليل من خطر تسوس الأسنان.

وإلى جانب تسوس الأسنان، يمكن أن تشمل أعراض نقص فيتامين د، الإصابة بالإعياء والتعب، وآلام الظهر، وفقدان الشعر، وضعف العظام.





تحت رعاية عبد الله بن زايد

## سعيد بن طحون يشهد احتفالية «القيثارة» الموسيقية بحسن بن حمودة بالعين

الذي ولد في مدينة تولون على العزف على القيثارة في سن التاسعة ودرس في باريس وحاز على الجائزة الأولى في مسابقة القيثارة الدولية بولاية نديانا عام 1998 وأصبح أول موسيقي فرنسي ينضم إلى فرقة أوركسترا فيينا الفهارمونية ومنذ عام 2001 بدأ بالتدريس في أكاديمية هامبورج للموسيقى، كما يقوم بتدريس برنامج الماجستير في مدرسة جوليارد بمدينة نيويورك وجامعة توهو، في طوكيو بالإضافة إلى كلية ترينيتي للموسيقى بلندن.

أنه الموسيقي الوحيد الذي ساهم في عودة شعبية آلة القيثارة حيث كرس حياته للعزف على هذه الآلة رغم دراسته للاقتصاد، كما تفرد ببراءة النوتة الموسيقية لهذه الآلة التي تعد أحد الآلات الموسيقية الأساسية للوركسترا الكلاسيكية. هذا ويعد كزافييه هو الأول في تقديم هذه العروض الموسيقية في أبوظبي والعين ينتمي كزافييه إلى نخبة من العازفين المتفردين الذين أعادوا التعريف بهذه الآلة الموسيقية وقد شارك في العديد من المهرجانات الدولية. وقد استطاع كزافييه

جماهيري قدم عازف القيثارة العالمي العديد من المقطوعات الموسيقية التي لاقت استحساناً من الحضور ليكون من بينها مقطوعة - سوناتا رقم 13 ولحن غرامي المكون من 12 قطعة موسيقية إضافة إلى مقطوعة غرناطة وهي من المقطوعات الموسيقية الأسبانية إلى جانب مقطوعة أسطورة ومقطوعتي (أرابيسك) و (أمير وميتو) وهما من المقطوعات (الفالس الشعاعية). الجدير بالذكر أن كزافييه هو من أبرز عازفي القيثارة في العصر الحالي إلى جانب

•• العين-الفجر:

تحت رعاية سمو الشيخ عبد الله بن زايد آل نهيان، وزير الخارجية والتعاون الدولي، شهد معالي الشيخ سعيد بن طحون آل نهيان، الحفل الموسيقي الذي قدمه عازف القيثارة (كزافييه دومايستر) ونظمته دائرة الثقافة والسياحة أبوظبي واستضافه حصن بن حمودة الأثري بمنطقة القطارة بمدينة العين. على مدى مائة وعشرين دقيقة ووسط حضور



## شرطة أبوظبي تشرح للمتعاملين في السلع طرق الوصول لخدماتها الذكية

عدت شرطة أبوظبي الوصول إلى المتعاملين بخدماتها الذكية في أماكن تواجدهم واحدة من أولى أولوياتها التي تستهدف من خلالها العمل على راحتهم وسعادتهم.

وكان العقيد سيف المزروعى، مدير إدارة ترخيص السائقين والآليات بمنطقة الظفرة في مديرية ترخيص السائقين والآليات بقطاع العمليات المركزية شارك مع فريق العمل بالحملة التوعوية للتعريف بالخدمات الذكية لشرطة أبوظبي في مركز الخدمات المتكاملة في السلع. وقدم المزروعى، الإرشادات للمتعاملين والخطوات الخاصة بكافة الخدمات الذكية للجمهور وتوضيح آلية استخدامها وكيفية الوصول إليها عبر تطبيق شرطة أبوظبي وغيرها من خدمات شرطة أبوظبي الذكية والتي توفر على المتعاملين الوقت والجهد وتتيح للمستفيدين سرعة الحصول عليها بإجراءات بسيطة وميسرة، فضلاً عن توزيع كتيبات توعوية ومطبوعات توعوية.

وأوضح العقيد ناصر بن يروان النيايدي، نائب مدير الإدارة، أن فريق العمل ضم كل من: الملازم أول محمد سيف المزروعى، مدير المحطات الخارجية، وغدير عبدالله النقيبي، مدير فرع خدمة المتعاملين في الظفرة، مضيفاً أن الخدمات الإلكترونية متوفرة على مدار الساعة من خلال تطبيق شرطة أبوظبي أو عبر جهاز "سهل"، وتتيح للمتعاملين إنجاز معاملات تجديد ونقل ملكية المركبة ودفع المخالفات، وإصدار بدل فاقد أو تلف باستخدام بطاقة الهوية والبطاقة المصرفية. جدير بالذكر أن الحملة انطلقت منذ عدة أسابيع واستهدفت المتعاملين في كل من: مركز تم في غياثي، والرويس في الرويس مول، ومركز تم في الرفا.



## شرطة العاصمة تدين جدارية الفخر في حب زايد بمركز الشعبية

بعده جيلاً بعد جيل، مؤكداً اعتزازهم بهذه المشاركة الوطنية. حضر الفعالية، العقيد حمد عبد الله النيايدي، نائب مدير المديرية لشؤون المراكز، والرائد مصباح سالم الكندي، مدير مركز شرطة الشعبية، ومدراء مراكز الشرطة ونوابهم، وعدد من المنتسبين في شرطة أبوظبي.

لهوية الوطنية والحس الوطني، ومواءمتها مع رؤيته الراسخة في "الحكمة والاحترام وبناء الإنسان والاستدامة". ودون المنتسبين والشركاء وطلبة المدارس، كلمات معبرة في حب زايد، معربين عن اعتزازهم بالقيم والباقيات السامية التي أورثها زايد الخير لشعبه من

الجدارية تترجم القيم التي غرسها المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان "طيب الله ثراه"، من خلال التعبير عن الحب والولاء الصادق من أبناء الوطن لباني الوطن. وأشار إلى أن هذه المشاركة جاءت في إطار تعزيز مفهوم الوفاء والانتماء، وامتداداً وعرفاناً لنهج القائد المؤسس "طيب الله ثراه"، وترسيخاً

دشنت مديرية شرطة العاصمة بقطاع الأمن الجنائي في شرطة أبوظبي، جدارية الفخر في حب زايد، في مركز شرطة الشعبية، ضمن مبادرة أطلقتها المركز في إطار استراتيجية عام زايد 2018. وقال العميد سهيل سعيد الخيلي، مدير المديرية، خلال تكريم الشركاء على هامش حفل التدشين، إن

## مذكرة تفاهم بين جمعية الإمارات لمتلازمة داون و جايا لتوظيف أصحاب الهمم

وتمكنهم وإدارة عليا داعمه بقوة. من جانبها أكدت الأستاذة: نوال آل ناصر نائب رئيس مجلس الإدارة بدور مؤسسات القطاع الخاص في المسؤولية المجتمعية وأن ما تقوم به من تدريب وتمكين لأصحاب الهمم هو الهدف الأسمى للجمعية وترجمة فعلية لرسالتها في التمكين والدمج وتوفير الحياة الكريمة لذوي متلازمة داون وأكدت على جهود الخير التي تترجم بأروع الأفعال القيم المجتمعية الأصيلة والتلاحم المجتمعي الذي يمثل علامة مميزة في دولتنا الحبيبة. وأضافت الأستاذة نوال آل ناصر: إن عملية التدريب وفق الأسس الصحيحة تشكل الأساس لعملية توظيف ناجحة وأكدت على أن المتابعة المستمرة سواء أثناء فترة التدريب أو بعد التوظيف تعتبر أساسية وحتى التأكد التام من نجاح عملية التوظيف. وعبرت الأستاذة نوال آل ناصر عن أملها في أن تحثي الكثير من الشركات والمؤسسات حذو شركة جايا للشركات الغذائية بتدريب وتأهيل أصحاب الهمم من ذوي متلازمة داون



المشرفين المباشرين على عملية التدريب لتقييم كامل العملية واتخاذ القرار المناسب في توظيفهم. وقالت الدكتور جعفر: سيتم تدريب عدد من أصحاب الهمم من ذوي متلازمة داون في ورشة التمرور، وفق بيئة عمل محفزة وزملاء عمل متحمسون لتدريبهم

الجهات المناسبة والجادة من مؤسسات القطاع العام والخاص، ثم فحص لبيئة العمل وتكييف المهام الوظيفية لتلائم قدراتهم، وبإي ذلك تقديم التأهيل لزملاء العمل لكيفية التعامل معهم وتقديم الدعم الفني اللازم خلال فترة التدريب، والمتابعة مع

وقعت جمعية الإمارات لمتلازمة داون وشركة جايا للشركات الغذائية مذكرة تفاهم في إطار التعاون المشترك بهدف تقديم التدريب المهني النوعي لأصحاب الهمم من ذوي متلازمة داون بهدف التوظيف في شركة جايا للشركات الغذائية وقد وقع المذكرة عن الجمعية الدكتور منال جعفرور رئيس مجلس الإدارة وعن شركة جايا للشركات الغذائية "بايارا" المدير التنفيذي السيد جان مارك لورا. هذا وقد أقرت د. منال جعفرور عن شركها وتقديرها لشركة جايا للشركات الغذائية على هذه المبادرة، مشيرة إلى أن الجمعية تسعى بشكل دائم للبحث عن فرص لتدريب وتمكين أصحاب الهمم من ذوي متلازمة داون تمهيداً لتوظيفهم ودمجهم في المجتمع ليصبحوا أعضاء فاعلين منتجين على قدم المساواة أسوة بأقرانهم. وأضاف: إن خلق فرص وظيفية لأصحاب الهمم من ذوي متلازمة داون يعتبر المهمة الأصعب، حيث يسبق ذلك تدريب وفق منهجية تعتمد على مدى استعدادهم ومقدرتهم على التثاقف، والتواصل مع



## دفاع مدني أبوظبي ودائرة السياحة توقعان مذكرة تفاهم لتعزيز الجاهزية في مواجهة الطوارئ

أبرمت الإدارة العامة للدفاع المدني بأبوظبي مذكرة تفاهم مع دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، بشأن تطبيق أعلى مستويات الجاهزية في حالات الطوارئ داخل المؤسسات الثقافية بأبوظبي، وحماية مجموعاتها الاستثنائية التي تضم أعمالاً فنية وتحفاً أثرية.

ووقع المذكرة سعادة سيف سعيد غياثي، وكيل دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، والعميد محمد ميموف الكندي، مدير عام الدفاع المدني في أبوظبي. وبموجب المذكرة، يتعاون الطرفان في الاستجابة للطوارئ ومكافحة الحرائق، وتأمين وسائل الحماية، من خلال خطط وبرامج التدريب المباشر للموظفين، وهي تشمل المتاحف الخاضعة لإشراف دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، بما في ذلك اللوفر أبوظبي إلى جانب المتاحف القادمة مثل متحف زايد الوطني وجونهايم أبوظبي وغيرها.

وقال سعادة سيف سعيد غياثي "تعرض متاحف أبوظبي بين أركانها مجموعات عالية من الأعمال الفنية والقطع التاريخية، وتكمن قيمتها الحقيقية في سردها للتراث الحضاري والثقافي عبر تاريخ الإنسانية. وإنما نبذل جهوداً واسعة في حماية هذه المجموعات الثمينة ونقلها للأجيال القادمة إلى جانب تأمين سلامة زوار المتاحف وخلق العمل إيماناً منا بأهمية ذلك، ويأتي توقيع مذكرة التفاهم مع الدفاع المدني تأكيداً على التزامنا بأفضل ممارسات السلامة على مستوى كافة المؤسسات والمتاحف الخاضعة لإشراف دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي".

وعد العميد محمد ميموف الكندي، مذكرة التفاهم ضمن تكامل العمل المؤسسي، في تعزيز جهود الوقاية، وجاهزية مواجهة الحوادث، حفاظاً على سلامة الجميع، مؤكداً زيادة المؤسسات الثقافية، وتوفير الدعم اللازم لها في مجال اشتراطات السلامة العامة، وتدريب العاملين فيها على مكافحة الحريق، والتعامل معها.

وأوضح المقدم سالم هاشم الحبيشي، مدير إدارة العمليات بالإدارة العامة للدفاع المدني، أن مذكرة التفاهم المشتركة ركزت على الجوانب الوقائية وما تتضمنه من نظم الحماية والإنذار من الحريق وتحليل المخاطر والإجراءات الخاصة بهم، والتخطيط من حيث آليات رصد المخاطر والتعامل معها، والميدان الذي يشتمل على التمرين والتعامل المشترك.

## دائرة تنمية المجتمع - أبوظبي تؤكد على أهمية صقل مهارات الخريجين وتأهيلهم لسوق العمل

على العمل في مختلف المجالات. وأضافت الدائرة أنها تعمل على تنفيذ مبادرات وبرامج لتدريب وتفعيل القادرين عن العمل، وذلك ضمن دورها السامي إلى تعزيز مستويات الحياة الكريمة للأسر، عبر مساعدة أفرادها على الاعتماد على أنفسهم من خلال التدريب والتأهيل والتوظيف بالتعاون مع شركاء استراتيجيين من الدوائر والمؤسسات الحكومية. وأشارت "تنمية المجتمع" أن البرنامج يعزز من سياسة الهيئة القائمة على تقديم الدعم لأفراد المجتمع، وذلك عبر تبني الخريجين والباحثين عن عمل، وتأهيلهم وفق برنامج مدروس يساهم في تسليحهم بمختلف المهارات الوظيفية، بما يساهم في تعزيز سياسة التوظيف التي تنتهجها دولة الإمارات العربية المتحدة. وأضافت أن "أندرب من أجل العمل" هو أداة منهجية لتطوير قدرات الكوادر الوطنية، ومنهج الفرص لخوض تجربة الميدان الوظيفي، معربة أن هذه البرامج تأتي استجابة للمسؤولية الاجتماعية تجاه إعداد وتأهيل الكوادر الوطنية.



•• أبوظبي - الفجر:

بدأت دائرة تنمية المجتمع - أبوظبي بالتعاون مع هيئة الموارد البشرية - أبوظبي برنامج التدريب النوعي للخريجين والباحثين عن عمل "أندرب من أجل العمل"، والذي يتضمن تقديم التدريب والتأهيل الوظيفي، ويستمر لمدة 6 أشهر.

ويأتي برنامج أندرب من أجل العمل، ضمن البرامج والمبادرات التي تطرحها هيئة الموارد البشرية مع عدد من الجهات والشركات الحكومية في إمارة أبوظبي، والتي تهدف إلى صقل مهارات الباحثين عن عمل ضمن نطاق العمل التطوعي لإكسابهم الخبرات والمعارف اللازمة لإعدادهم لوظيفة المستقبل وذلك عن طريق التدريب الميداني المتخصص لدى الجهات والشركات الحكومية. ويتضمن "أندرب من أجل العمل" الذي تقدم خلاله دائرة تنمية المجتمع للمتدربين بها، تقديم التدريب النوعي 20 من خريجي الجامعات والكليات، وتأهيلهم لسوق العمل، وذلك في إطار المساعي نحو منح

# منوعات الغذاء

23



بمساعدة تقنيات العقل والجسد

## 14 وصفة متاحة لمواجهة القلق ومتاعبه

هل تشعر بالقلق والاستياء؟ هل لديك قلق حول المال والصحة والعمل والعائلة؟ هل ينبض قلبك بسرعة ويتسارع تنفسك؟ هل تطاردك الأفكار الحزينة كلما حاولت الاسترخاء؟



أنت تعرف أن زيوت السمك جيدة للقلب، وربما تحمي من الاكتئاب إضافة إلى القلق. وفي إحدى الدراسات كان لدى الطلاب الذين تناولوا 2.5 ملليجرام في اليوم من أحماض أوميغا 3 الدهنية المختلطة لمدة 12 أسبوعاً، قلق أقل قبل إجراء اختبار من الطلاب الذين يتناولون المواد الأخرى.

ولهذا يوصي الخبراء عموماً بأن تحصل على أوميغا 3S من الغذاء كلما أمكن ذلك. وتعتبر أسماك الماء البارد الدهنية - مثل السلمون - أفضل مصادر الأحماض الدهنية. وهناك خيارات جيدة أخرى كالأنشوجة والسردين وبلح البحر.

### التأمل الذهني

تقول د. تيريزا إم. إيدنفيلد -وهي عالمة نفس سريرية في المركز الطبي لإدارة المحاربين القدامى في دورهام نورث كارولينا-: إن التأمل يعتبر علاجاً رئيسياً وفعالاً بشكل خاص في علاج القلق، كما أن ممارسة التوعية الواعية تسمح للمرء بأن يجرب الجوهر الحقيقي لكل لحظة كما يحدث بالفعل. يمكنك البدء ببساطة عن طريق الانتباه إلى اللحظة الحالية، عن قصد، بفضول، وبهدوء. وللبقاء واعياً، اسأل نفسك أسئلة بسيطة أثناء ممارسة تمارين التنفس... اجلس في مكان مريح، أغضض عينيك، وركز على كيفية خروج أنفاسك جسمك، والآن اسأل نفسك أسئلة صامتة.

توصلت الأبحاث إلى أن تسخين جسمك يقلل التوتر العضلي والقلق؛ فالإحساس يتغير بالدفء وكذلك الدوائر العصبية التي تتحكم في المزاج، بما في ذلك تلك التي تؤثر في السيروتونين العصبي، وقد يكون الاحتراز أحد الطرق التي تمارس بها التمارين الرياضية، ناهيك عن تناول الشاي أثناء ذلك لتعزيز المزاج.

### الشاي الأخضر

يقولون: إن الرهبان البوذي اليابانيين يمكنهم التأمل لساعات، وقد يكون أحد الأسباب هو وجود حمض أميني في الشاي الأخضر يسمى الثيانين، كما يقول مارك بلومنتال من المجلس النباتي الأمريكي.

### زهرة العاطفة

رغم هذا الاسم، فإن هذه العشبة لن تساعد في الحب؛ فهي مهدئ وافقت الحكومة الألمانية عليه كمضاد للأرق والقلق العصبي؛ فقد وجدت بعض الدراسات أن مغفول هذه الزهرة يقلل أعراض القلق بفاعلية مثل الأدوية، وغالباً ما تستخدم للأرق.

حيث تظهر الأبحاث أن هذه المادة تساعد على الحد من ارتفاع معدل ضربات القلب وضغط الدم. وقد وجدت بعض الدراسات المحدودة أنه يقلل من القلق. وفي إحدى هذه الدراسات كان الأشخاص المعرضون للقلق أكثر هدوءاً وأكثر تركيزاً خلال الاختبار مع أخذ 200 ملليجرام من الثيانين مسبقاً.

### نبات الناردين

تقلل بعض المكملات العشبية من القلق دون أن تشعرك بالنعاس، مثل الثيانين التي تحتوي مادة فاليريان التي تعد في الفئة الثانية من المهدئات، كمعين على النوم أو مضاد للأرق، وقد وافقت الحكومة الألمانية عليها كعلاج لشكالات النوم.

### بلسم الليمون

بلسم الليمون استخدم على الأقل منذ العصور الوسطى للحد من التوتر والقلق والمساعدة في النوم. وفي إحدى الدراسات التي أجريت على متطوعين أصحاء، كان أولئك الذين تناولوا مستخلصات بلسم الليمون بمقدار 600 ملليجرام أكثر هدوءاً وحيوية من الذين تناولوا دواء آخر.

في حين أنه آمن بشكل عام، لكن يجب أن تعلم أن بعض الدراسات قد وجدت أن أخذ الكثير منه أو تجاوز الجرعة المحددة يمكن أن يجعلك أكثر قلقاً، وليس العكس، فاتباع التعليمات وأبدأ بجرعة صغيرة، وهو يباع كشاي أو كبسولات أو شراب، وغالباً ما يتم الجمع بين الأعشاب المهدئة الأخرى معه.



الخزامى غير محببة للبعض، لكنه آمن ومضاد جيد للالتهابات أيضاً. وفي إحدى الدراسات التي أجريت في اليونان، كان مرضى الأسنان أقل قلقاً إذا كانت غرفة الانتظار معطرة بزيت اللافندر. وفي دراسة بفلورينا وجد أن الطلاب الذين استشفوا رائحة زيت اللافندر قبل الاختبار كان لديهم قلق أقل، على الرغم من أن بعض الطلاب قالوا إنه جعل عقولهم ضبابية خلال الاختبار.

وفي دراسة ألمانية، ظهر أن حبة خزامي مصاغة خصيصاً لتقلل من أعراض القلق لدى الذين يعانون من اضطراب القلق العام بفاعلية.

### ممارسة الرياضة

ممارسة التمارين الرياضية بشكل عام تعد وسيلة آمنة وجيدة للصحة العامة وصحة الدماغ، كما أنها تعد مضاداً قوياً للاكتئاب والقلق على الفور وعلى المدى الطويل.

وعن دورها الوقائي والعلاجي يقول د. درو رامزي أستاذ الطب النفسي في مستشفى نيويورك بريسيبيتريان بجامعة كولومبيا: إذا مارست الرياضة بانتظام، سوف يكون لديك المزيد من احترام الذات والشعور بالصحة، فأحد الأسباب الرئيسية للقلق هو القلق بشأن المرض والصحة. وهذا يتبدد عندما تمتلك اللياقة البدنية أو تحاول امتلاكها عملياً.

لذلك ينصح الخبراء بممارسة التمارين الرياضية لمدة واحد وعشرين إلى ثلاثين دقيقة، وهو الحد الأدنى اللازم من الوقت لتقليل القلق بممارسة الرياضة، فبوجه عام يحدث نشاط في معدل ضربات القلب، في أي شكل من أشكال ممارسة الرياضة، وعليك أن تبدأ بالشيء السريع.

تنفس اليوجا لقد أظهرت دراسة حول التنفس بتقنيات اليوجا أنه فعال في خفض التوتر والقلق. وفي كتابه المنشور عام 2011 قدم د. أندرو ويل، تقنية تنفس اليوجا الكلاسيكية التي يطلق عليها 8-7-4. وأحد أسباب نجاح هذه التقنية هو أنك لا تستطيع التنفس بعمق وأن تكون قلقاً في الوقت نفسه، فلقيام بالتنفس 8-7-4 يجب إخراج الزفير تماماً عن طريق الفم، ثم يستنشق عن طريق الأنف بالعد إلى أربعة، ثم تحبس أنفاسك إلى العدد سبعة.. الآن دعها تخرج ببطء من خلال فمك للعد ثمانية.. كرر ذلك مرتين على الأقل يومياً.

نعم ربما هو القلق وليس شيئاً آخر. وسواء كنت تعاني من اضطراب قلق كامل أو كنت تحاول تجنب تلك الأعراض، فبالتأكيد لا ترغب في تجربة الأدوية أياً كان مستوى الأمان بها، ولا تود أن تدخل جسديك مواد كيميائية قد يترتب عليها أعراض جانبية.

الخبراء ركزوا في دراستهم للقلق على العلاجات الآمنة، واضعين أمامهم العديد من تقنيات العقل والجسد، التي يمكن الاستفادة منها، ومن ثم استخدامها كمكمل في فنجان شاي مهدئ، سواء يعمل على الفور أو يساعد في تخفيف القلق مع مرور الوقت؛ لذلك قدموا النصائح التالية:

### البابونج

إذا كانت لديك لحظة عصبية، فقد يساعدك شاي البابونج على التهدئة، حيث ترتبط بعض المركبات الموجودة في البابونج بمستقبلات الدماغ نفسها، كأدوية مثل الفاليوم؛ لذلك يمكنك أيضاً تناوله كمكمل غذائي ولو في شكل زهور مجففة.

ففي إحدى الدراسات في المركز الطبي لجامعة بنسلفانيا، وجد أن المرضى الذين يعانون من اضطراب القلق العام الذين تناولوا مكملات البابونج لمدة 8 أسابيع، تحقق لديهم انخفاض ملحوظ في أعراض القلق، مقارنة بالمرضى الذين يتناولون علاجات أخرى.

بعض الدراسات قد وجدت أن أخذ الكثير منه أو تجاوز الجرعة المحددة يمكن أن يجعلك أكثر قلقاً، وليس العكس، فاتباع التعليمات وأبدأ بجرعة صغيرة، وهو يباع كشاي أو كبسولات أو شراب، وغالباً ما يتم الجمع بين الأعشاب المهدئة الأخرى معه.

رغم هذا الاسم، فإن هذه العشبة لن تساعد في الحب؛ فهي مهدئ وافقت الحكومة الألمانية عليه كمضاد للأرق والقلق العصبي؛ فقد وجدت بعض الدراسات أن مغفول هذه الزهرة يقلل أعراض القلق بفاعلية مثل الأدوية، وغالباً ما تستخدم للأرق.

ومثل المهدئات الأخرى يمكن أن تسبب النعاس؛ لذا لا تأخذها أو غيرها من الأعشاب المهدئة مع أي مهدئات علاجية يصفها الطبيب، وكن حذراً بشأن استخدام أكثر من مهدئ في وقت واحد، ولا تأخذها لأكثر من شهر.

الخزامى قد تكون رائحة الأخرى يمكن أن تسبب النعاس؛ لذا لا تأخذها أو غيرها من الأعشاب المهدئة مع أي مهدئات علاجية يصفها الطبيب، وكن حذراً بشأن استخدام أكثر من مهدئ في وقت واحد، ولا تأخذها لأكثر من شهر.

حيث تظهر الأبحاث أن هذه المادة تساعد على الحد من ارتفاع معدل ضربات القلب وضغط الدم. وقد وجدت بعض الدراسات المحدودة أنه يقلل من القلق. وفي إحدى هذه الدراسات كان الأشخاص المعرضون للقلق أكثر هدوءاً وأكثر تركيزاً خلال الاختبار مع أخذ 200 ملليجرام من الثيانين مسبقاً.

لذلك ينصح الخبراء بالحصول على هذه المادة من الشاي الأخضر، ولكن سيكون عليك شرب ما يصل إلى 5 أكواب يومياً.

تقلل بعض المكملات العشبية من القلق دون أن تشعرك بالنعاس، مثل الثيانين التي تحتوي مادة فاليريان التي تعد في الفئة الثانية من المهدئات، كمعين على النوم أو مضاد للأرق، وقد وافقت الحكومة الألمانية عليها كعلاج لشكالات النوم.

وهذه الثبينة ذات رائحة سيئة نوعاً ما؛ لذلك فإن معظم الناس يأخذونها في شكل كبسولة دوائية. إذا كنت ترغب في تجربتها خذها في المساء وليس قبل أن تذهب إلى العمل.

بلسم الليمون استخدم على الأقل منذ العصور الوسطى للحد من التوتر والقلق والمساعدة في النوم. وفي إحدى الدراسات التي أجريت على متطوعين أصحاء، كان أولئك الذين تناولوا مستخلصات بلسم الليمون بمقدار 600 ملليجرام أكثر هدوءاً وحيوية من الذين تناولوا دواء آخر.

في حين أنه آمن بشكل عام، لكن يجب أن تعلم أن بعض الدراسات قد وجدت أن أخذ الكثير منه أو تجاوز الجرعة المحددة يمكن أن يجعلك أكثر قلقاً، وليس العكس، فاتباع التعليمات وأبدأ بجرعة صغيرة، وهو يباع كشاي أو كبسولات أو شراب، وغالباً ما يتم الجمع بين الأعشاب المهدئة الأخرى معه.

## أطعمة تُشعرك بالنعاس أثناء العمل.. تجنب تناولها

هل شعرت بالنعاس يوماً وأنت في العمل، رغم أنك نمت جيداً في الليلة السابقة؟ إذا كانت إجابتك نعم، فعلى الأرجح أن السبب وراء ذلك، هي وجبة الطعام التي تناولتها أثناء ساعات العمل.

بناء على توصيات أخصائيين، يوصي موقع (ستاندرد ميديا) البريطاني، بتجنب تناول مجموعة من الأطعمة خلال ساعات العمل؛ كونها تسبب النعاس، كما في القائمة التالية من الأغذية، التي وضعت

ببناء على توصيات أخصائيين؛ يوصي موقع (ستاندرد ميديا) البريطاني، بتجنب تناول مجموعة من الأطعمة خلال ساعات العمل؛ كونها تسبب النعاس، كما في القائمة التالية من الأغذية، التي وضعت

ببناء على توصيات أخصائيين؛ يوصي موقع (ستاندرد ميديا) البريطاني، بتجنب تناول مجموعة من الأطعمة خلال ساعات العمل؛ كونها تسبب النعاس، كما في القائمة التالية من الأغذية، التي وضعت

ببناء على توصيات أخصائيين؛ يوصي موقع (ستاندرد ميديا) البريطاني، بتجنب تناول مجموعة من الأطعمة خلال ساعات العمل؛ كونها تسبب النعاس، كما في القائمة التالية من الأغذية، التي وضعت



الذي يحفز على النوم، الخس يعتبر الخس أحد أبرز المحفزات على النوم، فهو يحتوي على مادة لاكتوكيريم، التي تدخل في صناعة الكثير من المهدئات.

الكربوهيدرات الأطعمة الغنية بالكربوهيدرات، مثل الخبز، والذرة، والبطاطا، هي أيضاً من محفزات النوم. وذلك لكونها تنتج الأنسولين الذي إذا ما وصل إلى مستويات عالية في جسمك، يمكن أن يجعلك تشعر بالنعاس.

الشوفان يعد الشوفان الخيار المفضل للكثيرين خلال ساعات العمل لسهولة تحضيره، ولكن مثلما هي الحال في منتجات الألبان؛ فإن الشوفان ومشتقاته تحتوي على الميلاتونين، وهي حمض أميني يساعد على إنتاج السيروتونين، القابل للتحويل إلى الميلاتونين وهو محفز جيد للنوم.

الشوفان يعد الشوفان الخيار المفضل للكثيرين خلال ساعات العمل لسهولة تحضيره، ولكن مثلما هي الحال في منتجات الألبان؛ فإن الشوفان ومشتقاته تحتوي على الميلاتونين، وهي حمض أميني يساعد على إنتاج السيروتونين، القابل للتحويل إلى الميلاتونين وهو محفز جيد للنوم.

الشوفان يعد الشوفان الخيار المفضل للكثيرين خلال ساعات العمل لسهولة تحضيره، ولكن مثلما هي الحال في منتجات الألبان؛ فإن الشوفان ومشتقاته تحتوي على الميلاتونين، وهي حمض أميني يساعد على إنتاج السيروتونين، القابل للتحويل إلى الميلاتونين وهو محفز جيد للنوم.

الشوفان يعد الشوفان الخيار المفضل للكثيرين خلال ساعات العمل لسهولة تحضيره، ولكن مثلما هي الحال في منتجات الألبان؛ فإن الشوفان ومشتقاته تحتوي على الميلاتونين، وهي حمض أميني يساعد على إنتاج السيروتونين، القابل للتحويل إلى الميلاتونين وهو محفز جيد للنوم.





مركز فوض المنازعات الاجبارية
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
الامارات للمزادات
تنفيذ رقم 2018/5171
إعلان بيع مجوزات بلازاد العنني (نشر)

مركز فوض المنازعات الاجبارية
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
الامارات للمزادات
تنفيذ رقم 2018/6942
إعلان بيع مجوزات بلازاد العنني (نشر)

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٤٢٠٩ تنفيذ تجاري

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٤١٠٤ تنفيذ تجاري

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
إنداز عدلي بالنشر
رقم (2018/30922)

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
إنداز عدلي بالنشر
رقم (2018/31366)

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
إنداز عدلي بالنشر
رقم (2018/31488)

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
إنداز عدلي بالنشر
رقم (2018/31490)

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
إنداز عدلي بالنشر
رقم (2018/31369)

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
إنداز عدلي بالنشر
رقم (2018/31633)

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
إنداز عدلي بالنشر
رقم (2018/31368)

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم
العقد ١٢٤٩٨ بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٩
إنداز عدلي بالنشر
رقم (2018/31632)

محكمة رأس الخيمة الابتدائية - دائرة التنفيذ

تعن محكمة رأس الخيمة الابتدائية - دائرة التنفيذ - عن بيع السيارات التالية عن طريق شركة الإمارات للمزادات ش.م.م. في تمام الساعة الخامسة مساءً يوم الأحد الموافق 28 نوفمبر 2018 وعلى من يرغب بمعاينة السيارات بزيارة موقع المزاد أو بزيارة الموقع الإلكتروني WWW.EmiratesAuction.COM وفي حالة الاعتراض مراجعة قسم التنفيذ المدني أثناء الدوام الرسمي.

Table with columns: #, رقم القضية, نوع السيارة, الموعد, اللون, اللوحة, الكود, الإمارة, المدعى عليه, المدعى, التقييم. Contains detailed auction listings for vehicles.



# منوعات الفرصة

27

## دبي تستضيف القمة العالمية للطيران 28 يناير المقبل

•• دبي - وام:

تستضيف دبي أعمال القمة العالمية للاستثمار في قطاع الطيران يومي 28 و29 يناير المقبل تحت شعار ” ربط الأسواق المتقدمة والناشئة عبر الاستثمار في قطاع الطيران “.

وتستقطب القمة، التي ستقام في فندق انتركونتيننتال دبي فيستيفال، أكثر من 300 مستثمر في القطاع، وتسلط الضوء على مشاريع الاستثمار في الطيران العالمي بمجالاته المتعددة، وتعمل على تأمين فرص عالمية لرواد صناعة الطيران والقطاعات ذات الصلة ضمن بيئة استثمار تكفل كل مقومات وضمانات النجاح والتقدم.

وتأتي القمة تماشياً مع رؤية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي ” رضاء الله “ لتكون دولة الإمارات وإمارة دبي في طليعة الرواد ومنصة استثمارية عالمية كبرى على الصعيد الدولي خصوصاً قطاع الطيران الذي يعد الوجه الحضاري الأبرز، وحثه الدائم على عرض أفضل الفرص الاستثمارية في مجالات بحسب الإحصائيات العالمية للقطاع والتي اعتادت إمارة دبي اعتلاءه من خلال مطاراتها المتعددة وقدراتها الاستيعابية الهائلة وبنيتها التحتية المتفيزة.

وأكد سعادة سيف محمد السويدي مدير عام الهيئة العامة للطيران المدني في دبي أن القمة تعد منصة استثمارية غير مسبوقة تهدف إلى جمع أكثر من 300 مستثمر للتباحث وتبادل الخبرات والتجارب لتحقيق أقصى استفادة ممكنة، علاوة على عرض أفضل الفرص الاستثمارية في مجالات القطاع مثل الخدمات اللوجستية وتطوير المطارات والبنى التحتية ومشاريع الطيران الناشئة، فضلاً عن تطبيق أحدث مستجدات عالم التكنولوجيا ومنها الذكاء الاصطناعي وتقنية سلاسل الكتل ” البلوك تشين “.

وذكر أن العالم يشهد تسارعا مضطربا وملحوظا في قطاع الطيران وحجم التنقلات الجوية، حيث تشير توقعات شركات الطيران العالمية إلى أن معدل نمو الأسطول الجوي العالمي سيرتفع من نحو 23 ألف إلى 44500 ألف بحلول عام 2033.

وقال ” يتعين على الطيران العالمي، بناء على هذه الإحصائيات، تلبية احتياجات أكثر من 14 تريليون حركة مرور جوية و466 مليار حركة شحن خلال الفترة نفسها، ما يؤدي إلى ظهور تحديات ومتطلبات جديدة لتلبية هذا النمو وفي مقدمتها الحاجة إلى تحديث وتوسعة البنية التحتية للمطارات وتوجيه الاستثمارات نحو تحسين جودة خدمة الركاب وشحن البضائع مع الحرص كذلك على ضمان ولاء وثقة الجمهور وإقناعهم بأن الطيران هو الوسيلة الأفضل للنقل على الإطلاق محققا شروط الأمن والسلامة والاستدامة البيئية “.

ولفت إلى المكانة البارزة التي حققها دولة الإمارات على الصعيد العالمي في مجال تطوير الآليات القانونية والأنظمة التشريعية التي ستسهم في تنظيم حركة الطائرات والنقل الجوي، مؤكدا إحراز دولة الإمارات الصدارة في العديد من قطاعات مجال الطيران ومن ذلك المرتبة الأولى في مؤشر جودة البنية التحتية للنقل الجوي، بحسب المنتدى الاقتصادي العالمي. وأشار السويدي إلى مواكبة دولة الإمارات لتلك التطورات المتسارعة بانتظام محققة معدل نمو سنوي لحركة النقل الجوي وزيادة بنسبة تتراوح بين 4 إلى 5 في المائة شهريا ليصل إجمالي عدد الطائرات إلى 525 طائرة بحلول نهاية عام 2018 مع إمكانية مضاعفة تلك النسبة خلال المرحلة المقبلة في ظل زيادة عدد الطائرات والنشاط الذي سيحدثه معرض إكسبو 2020، منوها إلى أن الإمارات استطاعت بفضل إنجازات شركات الطيران الوطنية الوصول إلى كافة أنحاء العالم وقاراته، وتمتلك الإمارات أكبر أسطول جوي، فيما تعد مطاراتها أكثر المطارات ازدحاما في المنطقة، ما قادها إلى الاستثمار في البنية التحتية للطيران.

## دبي تستضيف المؤتمر الدولي للمحامين والخبراء في القطاع الهندسي

•• دبي - وام:

تستضيف دبي أعمال المؤتمر الدولي للمحامين والخبراء في القطاع الهندسي في الفترة من 12 إلى 13 ديسمبر الجاري.

وقال الدكتور ماجد فاروق حنا رئيس اللجنة التنفيذية العليا للمؤتمر الدولي للمحامين والخبراء في القطاع الهندسي أن المؤتمر سوف يجمع العديد من الخبراء والمحامين من أنحاء العالم لعرض أفضل الممارسات والتجارب في مجال الإبداع في اختيار وتطوير العقود في قطاع الإنشاءات الهندسية لتقليل المخاطر التي تحيط بالمشاريع والتي تؤثر سلبا على رضا الشركاء الاستراتيجيين المعنيين بالشروع حيث أظهرت بعض الدراسات في قطاع الإنشاءات أن 30 % من ميزانيات المشاريع تهدر بسبب تغيير نطاق العمل في المشروع من قبل العميل باستمرار اختيار نوعية عقد لا تتناسب مع ديناميكية المشاريع الهندسية وعدم مصادقية الوقت الزمني لتنفيذ المشاريع وقلة الجودة وإعادة الأعمال إلى جانب العديد من المخاطر الأخرى في هذا المجال الإنشائية وقلة الفاعلية والإنتاجية. وأشارت الدراسات والتقارير إلى أن من أهم أسباب النزاع في قطاع الإنشاءات هو الإخفاق في إدارة العقود وصياغة ضيقة للعقود وغير مكتملة وعدم التزام الشركاء الاستراتيجيين في التعاقد بالالتزامات التعاقدية وفهم العقود الموقعة والمتفق عليها.

كما سوف يستعرض المؤتمر اهم بدائل حلول النزاعات أثناء المشروع من خلال استخدام الوساطة والخبراء وتعيين مجلس لحل النزاع قبل بداية المشروع والتحكيم الهندسي والعديد من البدائل الأخرى وسوف يركز على كيفية تطوير بنود النزاع في العقود لصالح جميع الأطراف مما يسرع من إنهاء المطالبات والرد عليها أثناء المشروع مما يقلل حجم النزاعات في المشاريع وتوقفها والذي يؤدي إلى التأخير. من جهة أخرى تأتي أهمية إعداد خبراء ومحامين ذوي كفاءات عالية لإنهاء النزاعات بطريقة حيادية من أهم الأولويات التي سوف يركز عليها المؤتمر حيث سوف يعد منصة لشراكة الخبراء بين جميع أطراف القطاع من مؤسسات حكومية ومراكز تحكيم وخبراء وجامعات جمعيات مهنية والخبراء والمحامين ومكاتب المحاماة .



## تهدف إلى تعزيز العلاقات التجارية والاستثمار المتبادل مع دول شرق إفريقيا

# غرفة الشارقة تنظم بعثة إلى كينيا وأوغندا بمشاركة 30 شركة وطنية

•• الشارقة - الفجر:

تنظم غرفة تجارة وصناعة الشارقة ممثلة بمركز الشارقة لتنمية الصادرات التابع للغرفة، بعثة تجارية إلى شرق إفريقيا تشمل جمهوريتي كينيا وأوغندا، في إطار استراتيجيتها لإيجاد وتعزيز فرص تسويق الصناعات المحلية في الأسواق الخارجية الواعدة والأفريقية على وجه الخصوص. وتنتقل بعثة الغرفة صباح غد الاثنين 10 ديسمبر 2018م، بمشاركة 30 شركة وطنية تعمل في قطاعات صناعة وإنتاجية مختلفة كالحديد والصلب والمواد الغذائية وحلول الطاقة والأجهزة الكهربائية وغيرها، وتنتقل الغرفة من خلال البعثة لإقامة علاقات تجارية وبحث مجالات وفرص الاستثمار المتاحة في كل من كينيا وأوغندا. وتضم البعثة التي تعقد أعمالها تحت شعار ” مدخل نحو شراكة استثمارية أقوى “، ويرأسها سعادة عبدالله سلطان العويس رئيس مجلس إدارة غرفة

لقاءات عمل واجتماعات ثنائية وجولات ميدانية لعدد من المؤسسات والمنشآت الاقتصادية في أوغندا. وتمثل الشركات المرافقة للبعثة قطاعات متنوعة في إمارة الشارقة تتميز بمنتجاتها فائقة الجودة، حيث تضم شركات عاملة في مجال الأغذية والمشروبات والسلع الاستهلاكية والزراعة والطاقة الشمسية والعمارة والآلات والتجهيزات الصناعية والكهربائية وهندسة البلاستيك والتعليق ومواد البناء والنفط والغاز. وتعتبر الإمارات شريكا تجارياً مُضاهياً لكل من كينيا وأوغندا، حيث تعتبر واحداً من أكبر الموردين للسلع والخدمات إلى هذين البلدين، إلى جانب كونها مصدراً رئيسياً للنفط. يأتي ذلك في وقت يواصل اقتصاد شرق إفريقيا تحقيق معدلات نمو لافتة، خاصة أوغندا التي يُظهر اقتصادها نمواً ملحوظاً فيما أصبحت كينيا شريكاً تجارياً مهماً مع العديد من دول الشرق الأوسط وفي مقدمتها الإمارات.

حضور القطاع الخاص من الشارقة في مختلف الأسواق الواعدة وتحديداً في إفريقيا، مواصلة البناء على ما حققته البعثات السابقة وتوثيق العلاقات المتنامية بين الشارقة ومختلف الدول. وتبدأ البعثة فعاليات زيارتها الرسمية إلى شرق إفريقيا في كينيا كمحطة أولى خلال الفترة من 11-9 ديسمبر الجاري، التي تمتلك أحد أكبر اقتصادات شرق ووسط إفريقيا وأكثرها تطوراً ونمواً، حيث يشهد اليوم الأول من الزيارة تنظيم ” ملتقى التجارة والاستثمار الإماراتي - الكيني “، يليه عقد لقاءات ثنائية بين ممثلي مجتمعي الأعمال من البلدين، وجولات ميدانية على عدد من المرافق الاقتصادية الحيوية في كينيا. ثم تستكمل البعثة جولاتها الإفريقية من زيارة أوغندا التي يشهد اقتصادها معدلات نمو عالية، خلال الفترة من 12-15 ديسمبر الجاري، حيث تنتقل فعاليات ” ملتقى التجارة والاستثمار الإماراتي - الأوغندي “، ويتبعه علاقات تجارية واستثمارية مثمرة. وقال سعادة عبدالله سلطان العويس رئيس مجلس إدارة غرفة الشارقة: إن تنظيم هذه البعثة التجارية الجديدة إلى شرق إفريقيا، يندرج ضمن سعي الغرفة الدؤوب للترويج لإمارة الشارقة كمركز اقتصادي وتجاري واند على المستوى الإقليمي، وفي إطار حرصها على الارتقاء بمستوى تنافسية مجتمع الأعمال في الإمارة ودعم الصناعات والصادرات الوطنية، وجذب وتبادل الاستثمارات التي تُعزز مسيرة بناء الاقتصاد المستدام.

وأضاف العويس أن الزيارة ستُركز على الترويج لمزايا وفرص الاستثمار في الشارقة، ولما تقدمه الغرفة من حوافز وتسهيلات للشركات الأجنبية الراغبة في تأسيس أعمال لها في الشارقة وتعزيز انتشارها في أسواق المنطقة انطلاقاً من الإمارة، موضحاً أن البعثة تأتي ضمن استراتيجية المركز الرامية إلى توسيع دائرة انتشار المنتجات والصناعات الإماراتية في الأسواق العالمية وتعزيز

الشارقة، والشيخ ماجد بن فيصل القاسمي النائب الأول لرئيس الغرفة، ومحمد راشد ديماس وناصر مصبح الطنجي أعضاء مجلس الإدارة، وعبدالعزیز محمد شطاف مساعد المدير العام لقطاع خدمات الأعضاء مدير مركز الشارقة لتنمية الصادرات، وممثلين عن مركز اكسبو الشارقة، ونخبة من رجال الأعمال والمستثمرين من الشارقة، وذلك بالتنسيق مع سفارة الدولة لدى كل من كينيا وأوغندا. وتأتي هذه البعثة استكمالاً للزيارات الرسمية والبعثات التجارية التي قادتها غرفة الشارقة إلى عدد من الدول الأفريقية خلال الأعوام الثلاث الماضية، والتي ساهمت بتقوية وتطوير العلاقات الاقتصادية للإمارة مع العديد من دول القارة الأفريقية، التي تمثل أسواقاً واعدة وتقدم فرصاً كبيرة لرجال الأعمال الإماراتيين، والتي كان لها أثر إيجابي في بناء جسور التعاون والتنسيق لتوفير التسهيلات اللازمة لمجتمع الأعمال المحلي ونظرائه لإقامة

## بهدف الحفاظ على التراث الإماراتي وتعزيز فرص ريادة الأعمال المستدامة

# مشاركة متميزة لصندوق خليفة في مهرجان الشيخ زايد التراثي لهذا العام

•• أبوظبي - الفجر:

للجنة الثانية على التوالي، يشارك صندوق خليفة لتطوير المشاريع، بمجموعة من المشاريع التابعة له والممولة من قبله، ضمن فعاليات مهرجان الشيخ زايد التراثي، الذي يقام في منطقة الوثبة في أبوظبي، تحت رعاية كريمة من صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة ” حفظه الله “، وتتوجهها ودعم من صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، وبإشراف ومتابعة سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة، وتحمل المشاركة لهذا العام طابعاً مميزاً إذ يعتبر الصندوق من أبرز الشركاء الاستراتيجيين للمهرجان، في حين يتميز جناحه بشراكة متنوعة وواسعة شملت مجموعة مؤلفة من 18 رائد أعمال من أصحاب المشاريع الصغيرة والمتوسطة التابعة للصندوق والعاملة في مختلف القطاعات الحيوية النشطة في الدولة، من المأكولات والمشروبات، إلى الضيافة والخدمات، وتجارة التجزئة

وغيرها. وقال سعادة عبدالله سعيد الدرهمي، الرئيس التنفيذي لصندوق خليفة لتطوير المشاريع: ” يهدف صندوق خليفة من خلال المشاركة في الفعاليات والمعارض المحلية والإقليمية والدولية إلى دعم وتهيئة البيئة المناسبة لأصحاب المشاريع المنضوية تحت مظلتها عبر إتاحة الفرصة أمامهم لعرض منتجاتهم وخدماتهم المتنوعة والتي تستهدف مختلف القطاعات الحيوية، حيث استطاع الصندوق تحقيق النجاحات المتتالية من خلال مشاركته في هذه المعارض مما شجعنا على إطلاق مبادرة ” السوق للبيع المباشر، وتابع سعادته، منيا على التعاون الاستثنائي والتجارب الحميمة التي لاقاه الصندوق من إدارة المهرجان الذي يقام هذا العام، ويهدف إلى تعزيز الخزون الثقافي والتراثي، ودعم حضارة الإمارات وشواهدنا التاريخية للمضي قدماً في مسيرة إحياء التراث بما يعكس تعاليم المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه. وأضاف الدرهمي: ” شهدت مسيرتنا الطويلة على نجاحنا في دعم المشاريع الصغيرة والمتوسطة وتعزيز ريادة الأعمال من خلال تقديم وتقييم سلسلة من المبادرات والبرامج الهادفة إلى غرس ثقافة العمل الحر، ودعم رواد الأعمال لتمكين المشاريع الصغيرة والمتوسطة من تحقيق النمو المستدام والمساهمة في تطبيق أهداف ومكامن التنوع الاقتصادي داخل دولة الإمارات، حيث يوفر الصندوق حزمة واسعة من الخدمات غير الممولية لأعضائه، تشمل بتوفير فرصة ذهبية لهم للمشاركة في المعارض الداخلية والخارجية وعرض مشاريعهم وأفكارهم الإبداعية، وطرح منتجاتهم أمام الزوار والحاضرين، مما يفتح آفاقاً جديدة لتوسعة أعمالهم وتحقيق النمو المرجو منها. وتم تجهيز الجناح لهذا العام ليكون منصة مثالية تجمع أبرز منتجات وخدمات ومشاريع رواد الأعمال المدعومين والممولين من الصندوق، مشكلة سوقاً حيوياً لشراء المنتجات والخدمات الإبداعية والمبتكرة، ووجهة ترفيحية جاذبة للعائلات والأطفال، تشمل على سلسلة من العروض المميزة والورش الترفيحية الخاصة بالأطفال وذويهم، كما يتخلل الجناح عروضاً علمية، فضلاً عن حصص ومسابقات الطهي والخبز، وورش عمل فنية. كما تضمنت المشاركة خلال هذا العام أنشطة ومسابقات

## «الاقتصاد» تنظم ملتقى أعمال إماراتيا - فنلنديا في هلسنكي

وشملت الجولات الميدانية لوفد الدولة زيارة مقر Maria01 الذي يشكل أكبر مجمع للابتكار والشركات الناشئة والصغيرة ومتنامية الصغر، إلى جانب الشركات الاستثمارية القائمة على التكنولوجيا المتقدمة ويضم المجمع حوالي 650 شركة و4 آلاف مهني متخصص في القطاع التكنولوجي، كما تم زيارة مقر Smart Otaniemi وهو برنامج تحت مظلة مؤسسة أعمال فنلندا ويعمل على تطوير حلول الطاقة الذكية ويضم مجموعة من الخبراء والمشروعات الرائدة التي تهدف إلى توليد أفكار مبتكرة للطاقة الذكية والاستدامة. ضم وفد الدولة ممثلين من وزارة الخارجية والتعاون الدولي ودايرة التنمية الاقتصادية بأبوظبي وسوق أبوظبي العالمي وصندوق خليفة لتطوير المشاريع ومجموعة تيكوم، وشرطة دبي والعين القابضة و ” ذا كوربوريت جروب “ إلى جانب عدد من الشركات الرائدة ومبتكرين ورواد الأعمال.

سلاش للابتكارات 2018 الذي يعد أحد أكبر التجمعات الدولية لرواد الأعمال والمبتكرين مما أعطى الوفد فرصة الالتقاء ببعضهم والاطلاع على تجاربهم واختراعاتهم، وأعربت عن تطلعها خلال السنوات القادمة أن تكون هناك فرصة للدولة للمشاركة بمنصة خاصة بها في المعرض بحيث يقوم رواد الأعمال الناشئين والمبتكرين من المواطنين بالتواجد بطريقة أكثر فعالية من خلال عرض تجاربهم بمجال ريادة الأعمال والابتكارات. ومن جانبه قال محمد ناصر حمدان الزعابي إن المشاركة في معرض سلاش هلسنكي أتاحت المجال للاطلاع على عدد من أحدث التقنيات التكنولوجية المتبعة في مختلف القطاعات والأنشطة الاقتصادية الحيوية مثل الطاقة والنقل وتجهيزات البيئة تحتية وتكنولوجيا الاتصالات والمعلومات والصناعات التحويلية وغيرها. وأضاف الزعابي أن مشاركة الوفد في

البلدان في تعزيز قدرتهما في تلك المجالات الواعدة. تضمنت أجنده الملتقى عدة جلسات متخصصة لاستعراض النظم البيئي للابتكار في فنلندا والتحول الرقمي وتكنولوجيا المعلومات والاتصالات والاقتصاد الدائري مع استعراض قصص نجاح لشركات ناشئة قائمة على الابتكار، وقام عدد من المبتكرين الإماراتيين بتقديم تجاربهم واستعراض الفرص والتحديات أمامهم. وقالت سعادة نورة محمد جمعة سفيرة الدولة لدى جمهورية فنلندا إن تبادل زيارات الوفود الرسمية بين البلدين يساهم بلا شك في تعميق قنوات التواصل وتوفير سبل اكتشاف الفرص المتوفرة في مجالات الاهتمامات المشتركة مما يؤدي لتعزيز وتطوير العلاقات الثنائية بين البلدين. ولفتت إلى أهمية زيارة وفد الدولة الذي يضم ممثلين عن بعض الجهات الرسمية ومجموعة من رواد الأعمال والمبتكرين خلال انعقاد معرض

•• هلسنكي - وام: نظمت وزارة الاقتصاد ملتقى أعمال إماراتيا-فنلنديا مشتركا على هامش زيارة وفد الدولة الاقتصادي والتجاري إلى فنلندا للمشاركة في أعمال معرض سلاش 2018 الذي عُقد في العاصمة الفنلندية هلسنكي. عُقد ملتقى الأعمال بحضور ومشاركة سعادة نورا محمد عبد الحميد جمعة سفيرة الدولة لدى جمهورية فنلندا فيما ضم وفد الوزارة محمد ناصر حمدان الزعابي مدير إدارة الترويج التجاري وعدد من مسؤولي الوزارة ومحليين من جهات حكومية اتحادية ومحلية إلى جانب مبتكرين ورواد أعمال. تم تنظيم الملتقى بالتعاون مع مؤسسة /فريق فنلندا/ وركز على تناول فرص الاستثمار وإمكانيات الشراكة في مجالات الابتكار والشركات الناشئة وريادة الأعمال بين الإمارات وفنلندا مع استعراض الخطوات التي اتخذها





## اكسبو الشارقة يستضيف «ستيل فاب» منتصف الشهر المقبل

•• الشارقة - الفجر:

يستضيف مركز اكسبو الشارقة الدورة الـ15 من معرض الأعمال المعدنية "ستيل فاب 2019"، المقرر إقامته خلال الفترة 14-17 يناير المقبل، لتشكل باكورة الفعاليات الاقتصادية والأحداث التجارية الكبرى التي سينظمها ويستضيفها المركز في موسم العام الجديد.

ويتوقع أن يستقطب "ستيل فاب"، الحدث التجاري الأضخم من نوعه على مستوى منطقة الشرق الأوسط، في نسخته الجديدة، أحدث ابتكارات أكثر من 1000 علامة تجارية دولية في عالم التصنيع، ستوزع على ست قاعات تحت مظلة مركز اكسبو الشارقة. وأطلق اكسبو الشارقة استعداداته لاستضافة نخبة من أهم المصنّين والموردين وخبراء الصناعة العالميين، تضم أكثر من 300 شركة متخصصة في مجال اللحام والقصن والجلع ومعدات وأدوات تصنيع الأنابيب وإعداد الأنواع المعدنية الجاهزة وغيرها من التقنيات والحول والخدمات المساندة. وتقام فعاليات "ستيل فاب" الذي يشهد مشاركة العديد من الأجنحة الوطنية، ويحظى بدعم عدد من الاتحادات الدولية الرائدة في قطاع الأعمال المعدنية، بالتعاون مع الدورة الرابعة من "معرض فاسترز وورد

الشرق الأوسط" المتخصص بوسائل التثبيت الصناعية.

وقال سعادة سيف المدفع الرئيس التنفيذي لمركز اكسبو الشارقة، إن المركز أطلق استعداداته لاستضافة أولى فعالياته للموسم الجديد الحافل بالأحداث الاقتصادية والتجارية والثقافية والاجتماعية التي تُعزز مكانة إمارة الشارقة كمركز رائد وحيوي في تنظيم باقة من أهم المعارض الدولية على المستوى الإقليمي.

وأكد المدفع حرص المركز على تنظيم دورة جديدة ناجحة من "ستيل فاب"،



استكمالاً للنجاحات التي حققها المعرض في دوراته السابقة، وتعزيزاً لدوره الهام والمتنامي في تلبية الطلب المتزايد في المنطقة على أحدث الآلات والمعدات والأجهزة والحلول الذكية في مجال الأعمال المعدنية، من خلال استقطاب نخبة مختارة من أبرز مزودي خدمات التكنولوجيا المتقدمة والحلول المبتكرة لشركات تصنيع المعادن والصلب في العالم. وأشار المدفع إلى أن دورة "ستيل فاب" لعام 2019 على مدى 4 أيام، منصة إقليمية تعرض من خلالها أبرز الشركات العالمية

## مواصفات قياسية إماراتية تعزز ثقة المستهلك في صناعة الجواهرات والألماس

•• دبي - وام:

متسارعا خلال الأعوام الماضية بصورة أسهمت بشكل مباشر في رفع جودة المنتجات والخدمات في أسواق الدولة وبما ينسجم مع مستهدفات الأجندة الوطنية 2021 في مؤشر "بيئة مستدامة وبنية تحتية متكاملة". وأكد معاليه أن رفع جودة المنتجات والخدمات إلى الحد الأقصى الممكن الوصول إليه يتوافق مع الهدف الاستراتيجي للهيئة الخاص "برفع جودة المنتجات والأنظمة بما يدعم التنمية المستدامة ويعزز جودة الحياة ومكانة الدولة كمركز اقتصادي عالمي وكذا مبادرة "تطوير مواصفات المنتجات والخدمات" كما ترسخ الدولة الأسس المعتمدة على المعرفة والابتكار والتقنية المتطورة والبحث العلمي في عملية التطوير والتنمية.

ونوه معاليه بأن هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس "مواصفات" وما تصدره من مواصفات قياسية وتواضع هنية في مختلف القطاعات الإنتاجية يفتح الباب على مصراعيه لنهائم الجودة في المنتجات الذي يعزز تنافسية بلدنا وتدعم الاقتصاد الوطني وهذا يتحقق من خلال التزام المنتجين والموردين الوطنيين بالمواصفات القياسية التي تصدرها الهيئة والمستندة في الأصل إلى أفضل الممارسات العالمية.

وأوضح معالي المنصوري أن المواصفات

القياسية ترفع مستوى الجودة في الأسواق المحلية وتزيد من مؤشرات حماية المستهلكين وضمان أقصى قدر من المحافظة على السلامة العامة وعلى البيئة إلى جانب تحقيق مقومات التنمية المستدامة ما أسهم في تعزيز الثقة الاقتصادية والحضارية الشاملة التي تشهدها الدولة. وسرخت هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس "مواصفات" منذ إنشائها عام 2001، دورها كجهاز وطني مسؤول داخل الدولة وأمام باقي دول العالم عن كل الأنشطة المتعلقة بالمواصفات الإماراتية والمقاييس لجميع السلع والمنتجات المستوردة والمنتجة محليا.

في سياق آخر اعتمد مجلس إدارة الهيئة مواصفة "المعايير البيئية لمنظفات الملابس المنزلية" التي تحدد متطلبات المعايير البيئية لمنتجات تنظيف الملابس المنزلية التي تكون على شكل بودرة سائل أو على أي شكل آخر مثل /الجل والكبسولات وغيرها/ ومواصفة "المعايير البيئية لمنتجات تنظيف الأسطح الصلبة" والتي تعنى بتحديد متطلبات المعايير البيئية للمنتجات التي تستخدم بأغراض التنظيف العامة، والصحية والطابع والنوافذ. كما اعتمد مجلس إدارة هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس "مواصفات" ما يناهز 131 مواصفة قياسية

إماراتية ودولية في قطاع معدات وأدوات ومواد الحماية الشخصية والسلامة والصحة المهنية، تتضمن الاشتراطات العامة لمعدات الحماية الشخصية والبيانات الإيضاحية المطلوب وضعها على المنتجات كذلك طرق الاختبار القياسية ويتوقع لها أن تسهم في تلبية احتياجات القطاعات الصناعية والخدمية المختلفة وجهات المطابقة والجهات الرقابية ورفع مستوى الجودة للمنتجات في الأسواق وتعزيز التنافسية للمنتجات الوطنية. وسيعتمد على المواصفات التي تم تبلي متطلبات اتفاقية التجارة العالمية وتبندو مشروعين لمواصفات قياسية في قطاع الغذاء والمنتجات الزراعية والحيوانية من خلال اللجنة الفنية الوطنية المواصفات ومواصفات قطع المنتجات الحيوانية والتي تضم في عضويتها ممثلين عن العديد من الجهات الرقابية في الدولة وهما مشروع مواصفة "المتطلبات العامة لأغذية الحيوانات الأليفة وبطاقات بنائها" ومشروع المواصفة "الطرق الموصى بها للتحليل وأخذ العينات" وهو مشروع تبني مواصفة هيئة الدستور الغذائي وهو المرجعية العالمية للمستهلكين ومنتجات الأغذية ومصنعها.



تشكيله واسعة من أحدث منتجاتها وحلولها المتكاملة التي تلبى متطلبات أسواق المنطقة من أدوات ومعدات صناعية خاصة بالأعمال المعدنية وتشكيل المعادن وتصنيع الصلب.

ويسمى المعرض الأبرز على مستوى المنطقة في دورته الجديدة إلى تعزيز فدراته وريادته في توفير أحدث التقنيات والمعلومات العملية والمهنية في قطاع الأعمال المعدنية في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، وسط توقعات إيجابية أن يواصل تحقيق النجاح الذي شهدته دوراته السابقة على مدى الأعوام الـ14 السابقة، من خلال استقطاب المزيد من الأجنحة الوطنية والعاراضيين الجدد وعددا كبيرا من الزوار المهتمين من مختلف دول المنطقة والعالم.

إماراتية ودولية في قطاع معدات وأدوات ومواد الحماية الشخصية والسلامة والصحة المهنية، تتضمن الاشتراطات العامة لمعدات الحماية الشخصية والبيانات الإيضاحية المطلوب وضعها على المنتجات كذلك طرق الاختبار القياسية ويتوقع لها أن تسهم في تلبية احتياجات القطاعات الصناعية والخدمية المختلفة وجهات المطابقة والجهات الرقابية ورفع مستوى الجودة للمنتجات في الأسواق وتعزيز التنافسية للمنتجات الوطنية. وسيعتمد على المواصفات التي تم تبلي متطلبات اتفاقية التجارة العالمية وتبندو مشروعين لمواصفات قياسية في قطاع الغذاء والمنتجات الزراعية والحيوانية من خلال اللجنة الفنية الوطنية المواصفات ومواصفات قطع المنتجات الحيوانية والتي تضم في عضويتها ممثلين عن العديد من الجهات الرقابية في الدولة وهما مشروع مواصفة "المتطلبات العامة لأغذية الحيوانات الأليفة وبطاقات بنائها" ومشروع المواصفة "الطرق الموصى بها للتحليل وأخذ العينات" وهو مشروع تبني مواصفة هيئة الدستور الغذائي وهو المرجعية العالمية للمستهلكين ومنتجات الأغذية ومصنعها.

وقد توفرت المكونات الملائمة والبيئة الداعمة لتجاوز التحديات ورفع الطاقة الإنتاجية، ما يجعل المنافسة في السوق المحلية أكبر، فضلا عن تعزيز القدرات التصديرية إلى الأسواق الإقليمية والعالمية. وسلط التقرير الضوء على توزيع الشركات الفعالة حسب المناطق الرئيسية في إمارة دبي، وكانت الحصص الكبرى في منطقة بر دبي "138" بنسبة 66%، تلتها "ديرة" بنسبة 34%، وأوضح التقرير أيضا توزيع الشركات حسب أبرز مناطق فرعية، والتي كانت كالتالي: مجمع دبي للاستثمار الأولى "21"؛ القوز الصناعية الرابعة "20"؛ عيال ناصر الأولى "11"؛ مجمع دبي للاستثمار الثانية "11"؛ منخول؛ أم رمول وجبل علي الأولى "9" لكل منهما؛ القوز الأولى والقوز الصناعية الثانية /8/ لكل منهما؛ الخيبيسي والسوق الكبير والقصيص الصناعية الثانية وجبل علي

مجتمع الأعمال والسوق المحلية والعالمية. وأشار التقرير إلى أن "صناعة الأوعية والصاديق من الكرتون" تشكل أكبر عدد من الأنشطة "100" تلتها "صناعة العلب والبصوات الورقية" "60"، ثم نشاط "صناعة مواد التغليف والتعبئة" "46"، و"صناعة المناديل والناتفم الورقية" "40"، و"صناعة الأكياس الورقية" "34". ويمكن لرجال الأعمال مزاوله العديد من الأنشطة الصناعية منها صناعة الورق كونها إحدى الصناعات الحيوية في إمارة دبي، حيث تعتمد الشركات العاملة في صناعة الورق على 453 نشاط، وعلى الاستثمارات المكثفة لبناء خطوط إنتاج متطورة قائمة على التوظيف العالمي للتكنولوجيا والأبحاث ومراعاة معايير الصناعة الخضراء، الأمر الذي ينسجم بصورة كاملة مع محددات رؤية الإمارات 2021، ومركبات التنمية المستدامة في الدولة والاستعداد لمرحلة ما بعد النفط.

سترکز على المستقبل قريب وقصير المدى للصناعات الحديد والصلب . ويتحدث الرميثي خلال الجلسة عن رؤيته حول القطاع ووضع الحالي في المنطقة بصفته الرئيس التنفيذي لإحدى أكبر الشركات الرائدة في مجال إنتاج الحديد بمنطقة الشرق الأوسط. وقال الرميثي: "تهدف شركة حديد الإمارات من مشاركتها في الدورة الثانية والعشرين من مؤتمر الشرق الأوسط للحديد والصلب والذي يقعد سنويا إلى بحث الاتجاهات الحالية للقطاع ومناقشة آفاقه المستقبلية".

وأكد أهمية هذه الفعالية في قطاع الحديد والصلب وهو ما حفز القطاع على تكون الراعي البلايني . ويقدم كل من الدكتور محمد شحتوت مدير التطوير المستمر و محمد الزعوني مساعد مدير مصنع الدرفلة بالشركة خلال مشاركتها في المؤتمر عرضا تقديميا يستعرض دراسة حالة عن التزام شركة حديد الإمارات باتباع نهج التميز في الابتكار والإبداع و الذي كان دافعا رئيسا لارتقاها على مدى تاريخها الذي يمتد لعشرين عاما واتخاذها خطا حثيثة جسدت رؤيتها

الورقية، والتحويل، والورق القوي الموح، وخامات التغليف، وإعادة التدوير، ولباب الورق، والآلات، والكيماويات، والمنتجات النهائية. وأظهر التقرير أن عدد الشركات العاملة في صناعة الورق قد وصل إلى 208 شركة فعالة، وارتفع العدد بشكل ملحوظ منذ عام 1963 وحتى سبتمبر 2018، حيث ارتفع عدد الشركات من 29 شركة خلال الفترة 2008-2012 إلى 65 شركة وبمعدل نمو قدره 124% خلال الفترة المذكورة. وتشغل الأنشطة الصناعية في إمارة دبي مساحة واسعة ما بين الأنشطة الاقتصادية الأخرى الفاعلة في الإمارة، ويعمل قطاع التسجيل والترخيص التجاري بالتعاون مع عدد من الجهات الحكومية وشبه الحكومية على التحديد الدائم لهذه الأنشطة ووضع القوانين المنظمة لعملها، كما تسعى إلى استحداث أنشطة صناعية جديدة حسب متطلبات

•• دبي- وام: أصدر قطاع التسجيل والترخيص التجاري في دائرة التنمية الاقتصادية بديي تقريرا حول صناعة المنتجات الورقية يضم إحصائيات يحتاجها رجال الأعمال الجدد الراغبين في إقامة مشروع لصناعة المنتجات الورقية للتعرف على عدد الشركات العاملة في هذا القطاع بإمارة دبي، وعدد الأنشطة الاقتصادية التي تمارسها. مع تسليط الضوء على حركة دخول الشركات تاريخيا بدأ من عام 1963 وحتى عام 2018، للتوصل إلى تحديد حجم الطلب المتوقع، ومنه تحديد الطاقة الإنتاجية، وحجم التوسع المستقبلي.

ويتزامن إصدار هذا التقرير مع معرض الورق - بيبير أرابيا 2018 الذي سينظم في مركز دبي التجاري العالمي، في الفترة من 16 - 18 ديسمبر الجاري حيث سيركز على السوق والمحارم

•• دبي - وام: تشارك شركة حديد الإمارات أكبر مصنع متكامل للحديد في دولة الإمارات العربية المتحدة و التابعة للشركة القابضة العامة "صناعات" في الدورة الثمانية والعشرين من مؤتمر الشرق الأوسط للحديد والصلب MEIS، خلال الفترة ما بين 10 و 12 ديسمبر الجاري بفندق جراند حياة دبي. تأتي مشاركة "حديد الإمارات" في المؤتمر بصفقتها راو بلايتينا للحدت الذي يستضيف نحو 800 مخص

# منوعات الفجر

29

## «أراضي دبي» تنظم معرض دبي العقاري في مومباي

•• مومباي - وام:

نظمت دائرة الأراضي والأمالك في دبي النسخة العاشرة من معرض دبي العقاري في مدينة مومباي الهندية بمشاركة عدد من المسؤولين وكبار المطورين . افتتح المعرض - الذي يستمر ثلاثة أيام - سعادة محمد صالح أحمد الطنجي القنصل العام للدولة في مومباي بحضور المهندس مروان بن غليظة المدير التنفيذي لؤسسة التنظيم العقاري و ماجدة علي راشد المدير التنفيذية لقطاع تشجيع وإدارة الاستثمار العقاري و ماجد المري المدير التنفيذي لقطاع التسجيل والخدمات العقاري في "أراضي دبي" وعدد من الرؤساء التنفيذيين للشركات العقارية من دبي والهند .

ويأتي تنظيم نسخة هذا العام بعد النجاح الكبير الذي حققه المعرض في كل من المملكة المتحدة والصين حيث سجلت الدائرة وشركاؤها حضورا لافتا في مدينتي لندن وسنغهاي. وقالت ماجدة علي راشد إن "أراضي دبي" تختار أبرز المدن العالمية للتركيز عليها ضمن أجندتنا الترويجية حيث تأخذ بالحسبان عوامل عديدة ومن أهمها السجل الاستثماري لمستثمري تلك الدول في سوق دبي العقاري لافتة إلى أن المعارض السابقة أثبتت صواب هذه الاستراتيجية لأنها كانت بمثابة منصات ترويجية فاعلة وجاذبة للاستثمار العقاري في دبي لاسيما في مجال الإسهام لتقديم نخبة اللاعبين الوتوقفين في القطاع العقاري للمستثمرين وتعزيز الثقة بين جميع الأطراف وصولا إلى صفقات ناجحة للجميع .

وأوضحت أنه حسب الإحصاءات الصادرة عن إدارة الدراسات والبحوث وأوضحنا تبين أن المستثمرين من الجنسية الهندية يحتلون دائما أعلى المراتب متفوقين بذلك على المستثمرين العقاريين الأجانب في دبي منوهة بأنه خلال هذا العام ضح 3.696 مستثمرا هنديا بـ 8.17 مليار درهم خلال الأشهر التسعة الأولى من العام 2018. 4.414 استثمرا مشيرة إلى أن سوق دبي العقاري استقطب حتى الآن 38.800 مستثمر يمتلكون 75.345 استثمارا تزيد قيمتها على 149 مليار درهم.

وأكدت أنه بفضل الموقع الاستراتيجي الذي تتمتع به الإمارة والعائد الاستثماري المضمون والإجراءات العالية تواصل دبي المحافظة على مكانتها بين أفضل الوجهات التي يختارها المستثمر الهندي يضاف إلى ذلك اللوائح والتشريعات الرسمية التي توفرها الحكومة لحماية حقوق جميع الأطراف. وافتتح على هامش المعرض مكتب أمين الترويج العقاري في الهند حيث قدم المطورون العقاريون من دبي للمستثمرين في الهند عرضا تقاربي حصرية لاسيما وأن المستثمرين من الجنسية الهندية يتربعون على مرتبة الصدارة ضمن قائمة المستثمرين الأجانب الأكثر إقبالا على الاستثمار العقاري في دبي.

## «سيال» ينطلق في أبوظبي غدا بمشاركة 1000 عارض

•• أبوظبي- وام:

تنطلق غدا فعاليات النسخة التاسعة من معرض سيال الشرق الأوسط، تحت رعاية سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة رئيس مجلس إدارة جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية. ويشهد المعرض، الذي يستمر لمدة 3 أيام في مركز أبوظبي الوطني للمعارض، مشاركة أكثر من ألف عارض، فيما يتوقع أن يستقطب أكثر من 25 ألف زائر وخبير من العاملين في القطاع. وتضم الفعاليات في تنوع مصادر إمدادات الغذاء بالمنطقة وإيجاد حلول أكثر استدامة لإنتاج وتصنيع الأغذية من خلال طرحه فرصا حقيقية وكبيرة في مجال الإنتاج الغذائي وتشجيع كبار الفاعلين في هذا المجال على بناء المزيد من الاستثمارات الغذائية التي من شأنها تقليص الفجوة بين العرض والطلب والتصدي لجزء كبير من مشكلات انعدام الأمن الغذائي في بعض دول منطقة الشرق الأوسط من خلال تعزيز سلاسل الإمداد الغذائي. ويتزامن مع المعرض، الذي يحظى بشراكة استراتيجية مع جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية، انعقاد النسخة الرابعة لعرض أبوظبي للنخيل والتمور المخصص للشركات العاملة في مجال مبيعات التمور والمنتجات الإماراتيين ليكون منصة مثالية للموردين تتيح لهم فرصة مقابلة نخبة من الأسماء العاملة في قطاع الضيافة وصناعات التمور. ويوفر المعرض مكانية البيع المباشر من على منصات العارضين مهذا الطريق أمام فرص تجارية جديدة للباعة والمشتريين مع وجود مئات الأصناف من التمور التي تحتضنها أجنحة وطنية لعدد من الدول وعشرات العارضين من موردين ومنتجين.

## اليابان تقرر قانونا يسمح بدخول مزيد من العمالة الأجنبية

•• طوكيو- رويترز:

أقرت اليابان امس قانونا يعكس تغيرا كبيرا في سياستها ويسمح بدخول مزيد من الأيدي العاملة الأجنبية لتخفيف نقص في العمالة، رغم انتقادات أشارت إلى تسرع شديد في صياغة القانون وتهديده بتعريض العمال للاستغلال. وكانت الهجرة بمثابة أمر محرم منذ وقت طويل في بلد يعظم فيه كثيرون التجانس العرقي، لكن عدد السكان الأخذ في التراجع مع تقدم المواطنين في العمر زاد من الضغوط على يته تخفيف القيود من العمال الأجانب. وسيصبح القانون الذي وافق عليه المجلس الأعلى بالبرلمان في الساعات الأولى من الصباح بعد محاولات للتأجيل من قبل أحزاب المعارضة، ساريا بدءا من أبريل نيسان. ويضي القانون بإنشاء فئتين جديدتين لتأشيرات الدخول من أجل جذب عمال في قطاعات تعاني أزمة عمالة. وتخصص اليابان إحدى الفئتين للعمال الذين يمكنهم البقاء حتى خمس سنوات لكن لا يمكنهم جلب أفراد أسرهم. وتخصص الثانية لأجانب أكثر مهارة يمكنهم جلب أقارب وقد يصبحون مؤهلين في نهاية المطاف للحصول على إقامة. ولم يشتمل نص القانون على تفاصيل مثل عدد العمال الأجانب الذين سيسمح لهم بدخول البلاد والقطاعات التي يغطيها والمهارات المطلوبة، وهو من الأسباب التي دفعت نواب المعارضة لقول إن صياغته كانت تحتاج وقتا أطول.













**كشف الباحثون في مستشفى (ماساتشوستس) العام أن أخذ الأسبرين بانتظام يُخفّض خطر الإصابة بسرطان الكبد. يأتي هذا الاستنتاج الذي نُشر في مجلة (جاما) لعلم الأورام ليؤيد نتائج دراسات سابقة حول الموضوع نفسه.**



# منوعات العمل

34

## في دراسة واعدة.. تناول الاسبرين بانتظام يُخفّض خطر الإصابة بسرطان الكبد



الخطر انخفض حين توقف المشاركون عن أخذ الأسبرين وانخفض الأثر بالكامل بعد مرور ثمانية سنوات على وقف أخذ الأسبرين. في المقابل، لم يتراجع خطر الإصابة بسرطان الكبد حين أخذ المشاركون الأسيتامينوفين أو الإيبوبروفين.

### وقائع حول سرطان الكبد

سرطان الكبد ليس نوعاً شائعاً من أمراض السرطان، لكنه شهد ارتفاعاً ملحوظاً في العقود الأخيرة. يرتفع خطر الإصابة به إذا كان المرء مصاباً أصلاً بمرض في الكبد كالتهاب الكبد (ب) أو (ج). كذلك إذا كان يعاني تليف الكبد (يحلّ نسج كبدي مكان خلايا الكبد الطبيعية ويمنع الكبد من العمل بشكل سليم).

يُعتبر سرطان الكبد رهنأ ثالث أبرز سبب لوفيات السرطان حول العالم وقد يتراشق مع المؤشرات والأعراض التالية:

- ظهور كتلة صلبة تحت القفص الصدري مباشرة، على الجهة اليمنى.
- انزعاج في المنطقة نفسها.
- تورم البطن.
- ألم في عظم الكتف اليمنى أو الظهر.
- يرقان (اصفرار البشرة وبياض العين).
- ظهور كدمات أو حصول نزف بسهولة.
- لا بد من استشارة الطبيب عند مواجهة بعض الأعراض الأخرى من أمراض القلب وسرطان والغثيان والتقيؤ، وفقدان الشهية، والشعور بتعب أو ضعف غير مألوف.

### المرحلة المقبلة

سرطان الكبد مرض خطير وتقتصر نسبة النجاة منه على 17.7% خلال فترة خمس سنوات، لذا

### تحليل البيانات

حلّل الباحثون البيانات المتاحة، بما في ذلك المعلومات الصحية التي تعود لأكثر من 170 ألف شخص وكانت جُمعت على مر ثلاثة عقود. تعلق جزء من الاستطلاعات التي ملأها المشاركون بميلهم إلى أخذ الأسبرين ووتيرة أخذه ومدّة استعماله. ارتبط جزء آخر من البيانات بتشخيص سرطان الكبد.

حين حلل العلماء الأرقام، لاحظوا تراجعاً في خطر الإصابة بسرطان الكبد بنسبة 49% لدى الأشخاص الذين أخذوا جرعتين (أو أكثر) من 325 ملغ من الأسبرين أسبوعياً. كذلك، تراجع الخطر المطروح بنسبة 59% لدى الأشخاص الذين أخذوا الأسبرين طويلاً 5 سنوات أو أكثر.

لاحظ فريق البحث أيضاً أن نطاق تراجع نسبة

تكشف بيانات مطروحة في تقرير حديث أن أخذ الأسبرين بانتظام يُضعف احتمال الإصابة بسرطان الخلايا الكبدية. اعتبر العلماء أن المقصود بـ(بانتظام) أخذ قرصين أو أكثر بجرعة 325 ملغ في الأسبوع، على مر 5 سنوات وما فوق. تبدو نتائج الدراسة واعدة. تقول المشرفة الرئيسية عليها، ترايسي سيمون، باحثة في قسم أمراض الجهاز الهضمي في مستشفى (ماساتشوستس) العام في بوسطن: (أدى استعمال الأسبرين بانتظام إلى تراجع خطر الإصابة بسرطان الخلايا الكبدية بدرجة ملحوظة مقارنة بما حصل عند الامتناع عن أخذ الأسبرين أو الاكتفاء بجرعات متقطعة منه. اكتشفنا أيضاً أن نسبة الخطر تنخفض تدريجياً عند زيادة جرعة الأسبرين المأخوذة وإطالة مدة استعمال الدواء).



## القدرات المعرفية تتراجع بعد الخضوع لجراحة القلب

استنتجت مراجعة منهجية جديدة، بالإضافة إلى تحليل تجميعي لدراسات متعددة، أن القدرات المعرفية تتراجع بعد الخضوع لجراحة قلب مفتوح، أقله على المدى القصير.



أخرى يمكنها أن تؤثر في تلك التغيرات المعرفية، مثل مستوى التعليم والدعم الاجتماعي والاكتئاب وضغط الدم وحدة مرض القلب لدى كل مريض. لذا يأمل الباحثون بأن تشجّع نتائجهم على إجراء تقييم معرفي روتيني قبل الجراحة لتحديد الوضع المعرفي الأصلي لكل مريض، ثم تقييم هذا الجانب نفسه بعدها لمراقبة مسار تطور الحالة بحسب رأيهم، يمكن الاستفادة من تركيز الدراسات المستقبلية على العوامل التي جعلت المرضى الذين خضعوا لجراحة في صمامات القلب أكثر عرضة للتراجع المعرفي. ستسمح هذه الخطوة بتوجيه خيارات الأطباء حين يحاولون مساعدة المرضى وعائلاتهم في فترة التعافي.

لجراحة في صمامات القلب يصبحون أكثر عرضة على الأرجح لتراجع قدراتهم المعرفية خلال الأشهر الأولى بعد العملية. صحيح أن القدرة العقلية قد تعود إلى وضعها الطبيعي خلال ستة أشهر، لكن يستحق هذا الموضوع بحثاً إضافية. اعتبر الباحثون هذا الجانب من نقاط ضعف الدراسة كونهم لم يحلّوا الأداء المعرفي بعد مرور فترة الستة أشهر.

### عوامل خطر

ذكر الباحثون أيضاً أنهم لم يعرفوا ما إذا كان المشاركون في بعض الدراسات التي حلّوها خضعوا لجراحات سابقة. كذلك، لم يعرف الباحثون أي أمر عن وجود أي عوامل خطر

والميتراي. نُشرت نتائجهم في (مجلة الجمعية الأمريكية لطب الشيخوخة). اكتشف الباحثون تراجعاً في القدرات المعرفية خلال الشهر الأول بعد الجراحة. ولكنهم لاحظوا أيضاً أن قدرات التفكير لدى المريض عادت إلى وضعها الطبيعي تقريباً بعد ستة أشهر على الجراحة. كشفت دراسات خضعت للتحليل في هذه المراجعة أن القدرات المعرفية تحسنت قليلاً بعد ستة أشهر على الجراحة مقارنة بما كانت عليه قبل الأخيرة.

### تأثير نوع الجراحة

ذكر التحليل أيضاً أن الأداء المعرفي اختلف لدى المرضى بحسب نوع الجراحة التي خضعوا لها. سجل الأشخاص الذين خضعوا لجراحة في الصمام الأبهري خلافاً أكثر حدة خلال الشهر الأول بعد الجراحة، بينما واجه الأشخاص الذين خضعوا لجراحة في الصمام الميتراي تراجعاً معرفياً أقل حدة. لكن خلال الأشهر الستة اللاحقة، تلاشى الاختلاف في حدة الخلل بوتيرة ثابتة وعادت القدرات المعرفية الخاصة بالأشخاص الذين خضعوا لجراحة في الصمام الأبهري إلى وضعها الطبيعي. لكن ربما لم ينجم هذا الاختلاف عن طبيعة الجراحة بحد ذاتها. قد تكون تلك الاختلافات مرتبطة بالعمر، فقد كان الأفراد الذين خضعوا لجراحة في الصمام الأبهري أكبر بسبع سنوات تقريباً من أولئك الذين خضعوا لجراحة في الصمام الميتراي. في النهاية، استنتج الباحثون أن الأفراد الذين يخضعون

عموماً، يصيب تضيق الأبهر الناس في عمر الخامسة والستين وما فوق. نظراً إلى ارتفاع عدد الأشخاص المتقدمين في السن، من المتوقع أن تزيد حالات تضيق الأبهر بدرجة ملحوظة خلال العقود المقبلة. مع التقدم في السن، تميل القدرات المعرفية إلى التراجع، لذا سيكون فهم طريقة تأثير جراحة القلب في تلك القدرات أساسياً. لاستكشاف هذه المسألة، جمع الباحثون بيانات من 12 دراسة سابقة ثم قيّموا الأداء المعرفي لدى جميع المشاركين فيها قبل الجراحة وبعدها. في هذا التحليل، قارن العلماء أيضاً بين آثار جراحات تستهدف نوعين من صمامات القلب: الأبهري

بفضل التطورات الثابتة التي يُحقّقها مجال الطب، بدأت الإجراءات تزداد أماناً وقد تعطي الناس فرصة لإطالة حياتهم. يدرك العلماء التحسّن الذي يشمل الصحة الجسدية نتيجة جراحات القلب والأوعية الدموية، ولكنهم لا يفهمون بالقدر نفسه الأثر المعرفي الذي تعطيه جراحة القلب المفتوح. سعت دراسة جديدة إلى فهم طريقة تأثير جراحة القلب في العقل. اهتم الباحثون بجراحة صمام القلب تحديداً. كانت دراسات سابقة راقبت التراجع المعرفي الذي يلي بعض أنواع عمليات القلب، ولكن لا يعرف العلماء معلومات كثيرة عن أثرها في هذه المجموعة المحددة من المرضى الذين يخضعون للجراحة.



## منوعات

# الفكر

35



## حنان مطاوع سعيدة بتصوير أول مشاهداها في فيلم (قابل للكسر)

أعربت الفنانة المصرية حنان مطاوع عن سعادتها بانطلاق تصوير أول مشاهداها في فيلم (قابل للكسر)، بمشاركة أبطال الفيلم رانيا شاهين، فاطمة عادل، عمرو جمال، خالد خطاب، عاصم نجاتي، محمد رضوان، كريم الطاهر وناجي شحاتة، تحت إدارة المخرج أحمد رشوان، ومدير التصوير محمود لطفي، ومهندس الديكور خالد الورداني. وقالت حنان مطاوع إنها ترى هذا العمل فيلماً جماهيرياً، حيث تدور أحداثه في قصة بسيطة بعيداً عن التعقيد، تتناول حياة بنت ودخولها في قصة حب.

وأوضحت أنها تتوقع عرض العمل في أكثر من مهرجان، بعد الانتهاء منه وتجهيزه للعرض، رافضة في الوقت نفسه أن يطلق عليه مسمى (فيلم مهرجانات)، لافتة إلى أنه بالفعل من السينما المستقلة، التي تصنع بشكل خاص.



## نبيل شميل . . ميني ألجوم جديد

بعدما أمضى الفترة الماضية بالتجهيز والعمل الدؤوب لاختيار الأفضل والأنسب على صعيد اللحن والكلمة والتوزيع أيضاً، بات الفنان نبيل شميل مستعداً هذه الأيام لطرح ميني ألجوم جديد له بعنوان (نبيل شميل 2019) بالتعاون مع شركة (روتانا).  
بوشعيل وفي تصريحه له حيال الميني ألجوم، قال: (حدثت تاريخ 17 من شهر ديسمبر الجاري موعداً لإطلاق الميني ألجوم والذي يتضمن 6 أغاني متنوعة، حاولت من خلالها إرضاء جميع الأذواق، إذ تتنوع بالتعاون مع الملحنين والشعراء وأيضاً الموزعين، كما أنني حرصت في تنفيذ الأغاني في أكثر من مكان حرصاً على تقديم الجديد المتميز للجمهور).  
وحول ما إذا كان يفكر بتصوير أحداها أو أكثر على طريقة الفيديو كليب، أوضح بالقول: (بالطبع هذا الأمر قيد الدراسة، إذ إنني في الوقت الحالي بدأت بالترتيب لاختيار الأغنية التي سيقع عليها الاختيار من أجل تصويرها كفيديو كليب، وعندما يتحدد كل شيء سأعلن عنه).

## مع اقتراب الموسم جديد من برنامج Arabs Got Talent

# نجوى كرم: البرامج لا تصنع النجم بل تُظهِره وتلقي الضوء عليه

أكثر من مفاجأة تحضّر لها (شمس الأغنية اللبنانية) نجوى كرم للفترة المقبلة، ليس آخرها أغنية (الليلة ليلتنا) التي طرحتها قبل أيام قليلة، ومدتها نحو ٦ دقائق ونصف الدقيقة وتعود من خلالها إلى أجواء أغنيات التسعينات وصورتها تحت إدارة المخرج كرم كرم. فهي تستعد أيضاً للإطلاقة القريبة في برنامج (Arabs Got Talent).

ولكن أكثر ما جعل نجوى كرم محط اهتمام، هو العملية التجميلية لأنفها التي أثارت الجدل وكانت مثار تعليق جمهور (السوشيال ميديا) وبعض الفنانين بينهم أصالة التي عبّرت عن اشتياقها المفاجئ لنجوى عندما نشرت صورتها بأنفها المجلّم.

تفسّرين ما حصل مع أنها عملية عادية ومنتشرة جداً بين غالبية الفنانات؟  
- لن أعلق على هذا الموضوع لأن ما قمتُ به هو أمر عادي وطبيعي، ولكن يبدو أن اسمي مادة دسمة للتداول. كل ما كان يهمني بالدرجة الأولى من الخضوع للعملية، هو أن أنتفّس بطريقة جيدة، لأنني كنت أعاني من اعوجاج في الأنف ولحمة زائدة فيه (لحمية الأنف). ولكنني استغللت الأمر وطلبتُ من الجراح قبل إجراء العملية، أن يقوم بتخفيفه أيضاً. في الأساس لم أكن أعاني مشكلة في شكل أنفي، وكنتُ أقوم بتصحيحه بواسطة الماكياج، حتى إن شكله الحالي لا يختلف كثيراً عما كان عليه قبل التجميل، وفي الأساس هو لم يكن يحتاج إلى تجميل.

ولماذا تأخرت بالخضوع للعملية؟  
- لأن مشكلة أنفي صارت تزعجني مع الوقت، وأنا يهمني أن يكون نفسي وصوتي مرتاحين، وبعدها فكرتُ بالشكل. بصراحة، الموضوع أخذ مني الكثير من التفكير قبل أن أخضع للعملية.  
وبعد العملية أصبح الوضع أفضل، لأن النفس عندما يكون مرتاحاً يأخذ الصوت مداه وحجمه. وهذا ما لستُ عندما عودتُ تسجيل أغنيتي الجديدة.  
• ما رأيك بتعليق أصالة على أول صورة لك نُشرتِها بعد تجميل أنفك، حين قالت إنها اشتاقت لك فجأة. كيف تردّين عليها وفي رأيك لماذا اختارتُ هذا التعليق؟  
- ربما شعرتُ بالاشتياق إلى فجأة. وعندما لمحتني عبّرت عن اشتياقها. لم لا؟ أنا أيضاً عندما ألمحها أضعر بالاشتياق إليها فجأة.  
• طرحت قبل أيام أغنية (الليلة ليلتنا) التي صورتها تحت إدارة المخرج كرم كرم، وهو ابن شقيقك الراحل الحاج نقولا. ماذا تقولين عنها؟  
- مدة الأغنية 6 دقائق ونصف الدقيقة، وربما شكّلت مفاجأة للناس وربما لا. نحن صوت الناس وهم الذين يحدّدون إذا كانوا يحبون ما تقدّمه أم لا، ونحن ما علينا سوى أن نقوم بالمطلوب منا.  
• ما صحة عودتك الى شركة (روتانا)؟  
- هذه العودة رهن بالشرط التي تُناسِني كفنانة.

وفي حديثها هذا قالت كرم (يبدو أن اسمي مادة دسمة للتداول). في إشارة إلى الضجة التي أثيرت حول تجميل أنفها وردت على الفنانة أصالة، كما تطرقت إلى مشاركتها كمضو لجنة تحكيم في برنامج (Arabs Got Talent)، مشيرة إلى (أن النجم لا يصنعه برنامج، بل هو يلقي الضوء عليه. أما النجومية عبر البرنامج، فتتحقق عندما يملك الفنان مؤهلات النجم، ولكن هذا الأمر صعب جداً في هذه الأيام، لأننا لا نعيش عصر النجوم).

مع اقتراب عرض موسم جديد من برنامج Arabs Got Talent هل يمكن القول إن مثل هذه البرامج لا تصنع نجوماً، بل تركز على النجوم الذين يشاركون فيها كأعضاء لجنة تحكيم؟  
- النجم لا يصنعه برنامج، بل هو يُظهِره ويلقي الضوء عليه. أما النجومية عبر البرنامج، فهي تتحقق عندما يملك الفنان مؤهلات النجم، ولكن هذا الأمر صعب جداً في هذه الأيام، لأننا لا نعيش عصر النجوم.  
• قبل أعوام عدة كان هناك ترّد عند بعض الفنانين بالمشاركة في برامج الهواة، وأنت بينهم، بينما اليوم أصبحت هذه البرامج جزءاً أساسياً من أجدتكم الفنية. فما الذي تغيّر بين اليوم والأمس؟  
- كل شيء يتغيّر مع الناس بشكل لائق، ويقدم صورتنا وصوتنا ونجوميتنا وشهرتنا بطريقة راقية نعتبره إضافة لنا. أما بالنسبة إلى الناس، فهو أمر ممتع لأن من يتابعوننا، يتابعون كل شيء نقوم به.  
• تسيّبت عملية التجميل التي أجريتها لأنفك بأزمة وبالكثير من الجدل على (السوشيال ميديا). وكيف



## إنتاج مصري - سعودي مشترك

# رانيا فريد شوقي تتوقع (أيام العسل) نجاحاً جماهيرياً كبيراً

انتجت النجمة رانيا فريد شوقي من تصوير مشاهداها في أحداث مسلسل "أيام العسل"، معربة عن سعادتها بالتعاون مع المؤلف فاروق الشيبيني والمخرج أحمد نور، والمشاركة في العمل مع نخبة من الفنانين المصريين والسعوديين. وقالت رانيا إن أحداث المسلسل تدور في حلقات منفصلة، وتشارك في الحلقة رقم 20 بعنوان "العراقة" مع كل من الفنانين علاء مرسى وإيناس كامل ومحمد حسني وبعض النجوم العرب، لافتة إلى أنها تجسد خلال أحداثه شخصية العراقة شيما، التي تستغل كل من حولها، وتوهم المحيطين بها بقدرتها على حل مشاكلهم ومساعدتهم في العديد من الأمور. وأشارت إلى أنها صورت مشاهداها بأحداث المسلسل في استديو المغربي بمنطقة سفارة،

متوقعة أن يحقق العمل نجاحاً جماهيرياً كبيراً، وأن يحظى بإشادة الجمهور العربي عند عرضه خلال الفترة المقبلة. يذكر أن مسلسل "أيام العسل" إنتاج مصري - سعودي مشترك، وتأليف فاروق الشيبيني، وإخراج أحمد نور، وتدور أحداثه في 36 حلقة منفصلة، ومن المقرر أن يتم عرضه في 3 مواسم كل موسم 12 حلقة.  
من جهة أخرى، نفتت رانيا إلى أنها تواصل حالياً تصوير مشاهداها في الجزء الثاني من مسلسل "أبو العروسة"، المقرر عرضه في موسم منتصف العام المقبل. وأشارت إلى أن الجزء الثاني من المسلسل يشهد العديد من التطورات لشخصية نيرة، التي تجسدها خلال أحداث العمل، حيث تواجه العديد من المشكلات وتوسى إلى

حلها والخروج من الأزمات المختلفة، لافتة إلى أن العمل يتناول مشكلات داخل الأسرة بين الآباء والأبناء، نظراً إلى اختلاف الأجيال والتطور الكبير الذي يطرق على المجتمع، ويركز العمل على الطبقة المتوسطة والتحويلات التي أصابها. "أبو العروسة" من تأليف هاني كمال وإخراج كمال منصور، وينتمي إلى نوعية أعمال ال60 حلقة، بطولة سيد رجب وسوسن بدر ونرمين الفقي ورانيا فريد شوقي ومدحت صالح وميدو عادل ومحمود حجازي وكارولين عزمي.



## حكمة

زايد بنى صرح العلا وانتفض به  
وأرسى المبادي في علو المراجيب  
في نبض شريانه سرى حب شعبه  
وشيد لهم م العز سمت ومواجيب  
ليالي



عام  
زايد

## عام - زايد

والحمد لله واجب علينا  
من فضله الضافي عطينا  
تزخر بفل وباسمينا  
زان وتزخر ف وبه بهينا  
وبين الأم دولة بنينا  
مرتاح في هذي السنينا  
والشعب منتهي بالأنعام  
الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان (طيب الله ثراه)



## أهل الإمارات

ارسل سلام الحب لاهل الامارات  
واكتب قصيد العيد مره ومرتين  
قلبي حمايم بالوله والسلامات  
لدبني وفجيره يروحن ملايين  
للعاصمه طار الخفوق وقصيدات  
اتناشرن ع سهول عيمان والعين  
الشارقه قلبي وشمس الصباحات  
لام القوين ارسل ورود ورياحيين  
هذي بلاد الخير واهل الزيات  
فيها سمو العز والدفخرين  
زايد يعيش بكل بيت ومحطات  
والشيخ راشد يسكن القلب عميرين  
دبي صارت ناجحه بالعطاءات  
والبحر فيها صار ديره وبحرين  
فزي شمس السعد فوق السماوات  
واتفاخري باهل الامارات كل حين

شعر / فواز خالد دعبج



## مسيرة الاتحاد

في مسيرة تمتثل بالاتحاد  
إجمعتها حب صادق للبلاد  
ودها تعبر عن إلي فالضواد  
وشيخنا ألي حُبنا له بالوكاد  
نشكره .. فضله علينا بد .. ساد  
له دعا صادق من قلوب العباد  
ونائبه يلي تميز بانضراد  
منجز ما كان ما هو باعتقاد  
كفوبوراشد بحكمه يوم قاد  
وفاز بوخالد .. من الله له وداد  
هو أسد دولة لها شان وعماد  
راهن الدنيا على شعب جلال  
نحمد الله أمن، صحة، وخير زاد

علي أحمد فوالذي الخوري



شكراً يا بو (محمد) من الشعب كله  
وقلوبنا تنبض باسمك وطاريك  
هذا الوطن، فعملك وجهك يجله  
وعلى دروب العز يتبع خطاويك  
اصبح (الإماراتي)، جوازه محله  
في المركز الأول، بطيبة مساعيك  
يا شيخنا (عبدالله) المجد من له  
غيرك، وكل الفخر في راحة ايديك  
(عتيق خلفان الكعبي)



## كلنا خليفة

صباحك يا وطن فخر، وسعادة، وأمن، واستقرار..  
صباحك مجد قائد عز شعبه وأكرم أولاده  
خليفة ألي جعل راية بلاده تلتفت الأنظار..  
عسى الله يبارك بعمره ويديم الخير في بلاده  
أحمد الففالي

## ريتويت

بعض من تعريجات الشعراء احتفاءً بحصول  
جواز السفر الإماراتي على المركز الأول عالمياً



مثل ما احنا تصدنا بعزتنا وطيبتنا  
جواز بلادنا الغالي مثلنا عزه تصد  
له التقدير في العالم وهيبه مثل هيبتنا  
وكل ما يدخل بلاد شعاره دايم مقدر  
\*\*\*\*\*



قبل الجواز ألي تسيد على العرش  
حنأ تسيدنا عروش التغانى  
اهلنا تصغي لها اليكم والطرش  
والغيث يتبادل معنا التهانى

للتواصل: E-mail: xhms@hotmail.com

