



نحن عون لهم

سعيد بن طحنون يطلق مبادرة جمعية الإمارات لرعاية وبر الوالدين

•• العن - الفجر

حيا معالي الشيخ الدكتور سعيد بن طحنون آل نهيان، الرئيس الفخري لجمعية الإمارات لرعاية وبر الوالدين الدعم الكبير الذي تقدمه القيادة الرشيدة لإسعاد كبار المواطنين وتوجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة "حفظه الله" لدعم هذه الفئة الغالية على القلوب.

وأكد معاليه أن تكريم ورعاية كبار المواطنين والآباء والأمهات والأخوة المسنين من كافة الجنسيات والمقيمين في الدولة هو واجب اجتماعي تمل به جمعية الإمارات لرعاية وبر الوالدين على مساحة كل الوطن، وذلك من خلال استمرار الدعم المتواصل لاحتياجات كبار المواطنين لجهة تقديم الحمص العيشية وأمن الدعم الإنساني والمالي كي تشعر هذه الفئة بالأطمئنان والاستقرار الكريمين.

جاء حديث معالي الشيخ الدكتور سعيد بن طحنون آل نهيان، خلال المؤتمر الصحفي الذي أقيم في قاعة فندق

روتانا العين بمناسبة الإعلان عن وثيقة العهد والولاء التي تطلقها الجمعية خلال اليوم الوطني الواحد والخمسين ضمن مبادرة "نحن عون لهم" حيث تتضمن فعاليات هذه المبادرة تكريم كبار المواطنين تزامناً مع أول احتفال باليوم الوطني في عهد صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان "حفظه الله".

من جهته اعتبر سعادة المستشار أحمد سالم سويد رئيس مجلس إدارة الجمعية، أن مضمون وثيقة العهد والولاء يمثل الوفاء المتبادل بين الجيل الذي قدم شبابه لخدمة الوطن وكانوا خير سند وعطاء مع الآباء المؤسسين لبناء حاضرنا الذي نعتز به. لافتاً أن الوثيقة هي عبارة عن قطعة فماش بعرض 51 سنتماً تيمناً باليوم الوطني الواحد والخمسين، وارتفاع 71 سنتماً مماشياً مع تأسيس الاتحاد 1971. مشيراً إلى أن معالم الوثيقة ستكون مكتوبة بالحظ المستوحى من الكتابة اليدوية لصاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة، رئيس مجلس الوزراء، حاكم دبي، "رعاه الله" وتتضمن عبارات في



تقديراً لمساهمتها في مسيرة تحديث الصين

تكريم الدكتورة نوال الكعبي بمنحها جائزة الصداقة من الحكومية الصينية

•• دبي - الفجر

نالت الدكتورة نوال الكعبي، المستشارة الأولى في شركة "حياة بايوتك" الرائدة في مجال التكنولوجيا الحيوية في الإمارات العربية المتحدة، جائزة الصداقة من الحكومية الصينية لعام 2021، حيث تم تكريمها من قبل سعادة السفير الصيني لدى دولة الإمارات العربية المتحدة تشانغ بي مينغ. وتعتبر هذه الجائزة أعلى وسام، تمنحه الحكومة الصينية لتكريم الخبراء الأجانب الذين قدموا مساهمات بارزة في مسيرة تحديث الصين وعمليتي الإصلاح والانفتاح.

وحضر حفل تسليم الجائزة، مساعد وزير الخارجية والتعاون الدولي الإماراتي سعادة الدكتور سلطان محمد الشامسي؛ بينغ شياو، الرئيس التنفيذي لمجموعة G42؛ هونغغونغ تشونغ الرئيس التنفيذي لشركة "حياة بايوتك" ونائبه ناصر اليماني إلى جانب ممثلين من المؤسسات والشركات الصينية في الإمارات العربية المتحدة والصينيين في بلاد الإغتراب وأساقفة من معهد كونفوشيوس في بكين ومسؤولين من وزارة الخارجية والتعاون الدولي. وتعتبر الدكتورة نوال الكعبي، أول إماراتية تحصل على جائزة الصداقة من الحكومية الصينية، تقديراً لكانتها البارزة ودورها من بين عدد كبير من الخبراء الإماراتيين، الذين يساهمون في توفير الدعم للتعاون الصيني العربي. وتتميز الدكتورة الكعبي، بمسيرتها وتعاملها والتزامها



بالتميز ورؤيتها لتحقيق التعاون الدولي والإبتكار من خلال جهودها في "حياة بايوتك"، المشروع المشترك بين شركة الذكاء الاصطناعي والحوسبة السحابية G42، التي تتخذ من الإمارات العربية المتحدة مقراً لها، وبين شركة الأدوية الصينية "سينوفارم" CNBG.

جائحة كوفيد-19 - منذ بداية انتشارها، من المتواجدين في الخطوط الأمامية وصولاً إلى التطوعين. وأود أيضاً أن أتوجه بالشكر لحكومة الإمارات العربية المتحدة على قيادتها الحكيمة وتوجيهاتها وفتحتها في تجاربنا السريرية، والتي لعبت دوراً فعالاً لزيادة فهمنا لهذا الفيروس والحد من انتشاره والحفاظ على سلامة المجتمع".

وبدوره قال هونغغونغ تشونغ، الرئيس التنفيذي لشركة "حياة بايوتك": "ندرك جميعاً أن التحالفات والتعاون الاستراتيجي يقومان بدور أساسي في التخفيف من مخاطر الأزمات العالمية، وقد لعبت الدكتورة الكعبي دوراً بارزاً في إطار جهود "حياة بايوتك" وعملها لدعم المجتمعات في جميع أنحاء الإمارات العربية المتحدة والصين. وانطلاقاً من ذلك نتسحق زميلتي المحترمة هذه الجائزة المرموقة".

وأضاف "يسعدني أن أعلن أن التعاون بين G42 وسينوفارم CNBG، شهد المزيد من التوسع خارج الإمارات العربية المتحدة ويجسد بالفعل توسعاً دولياً واعداً. ونحن نعمل معاً لتحقيق مرفق عالمي المستوى، من شأنه أن يعزز النظام البيئي لعلوم الحياة على المستوى المحلي والإقليمي بشكل جذري. إن العمل معاً من خلال رؤية مشتركة، سيمكننا حتماً من حماية مجتمعاتنا من الأوبئة في المستقبل".

وبدوره أشار سعادة السفير الصيني تشانغ بي مينغ، إلى أن الصين والإمارات، أظهرتا في مواجهة انتشار الجائحة التي طال أمدها، صداقة قوية وعميقة والتزاماً بدعم بعضهما البعض خلال الأوقات الصعبة، ونجحا في تجسيد مثال على التعاون الدولي الناجح.

ويظل الرعاية الشخصية والقيادة الإستراتيجية لصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس دولة الإمارات العربية المتحدة وحاكم أبوظبي، والرئيس الصيني شي جين بينغ، تشهد الشراكة الاستراتيجية الصينية العربية تتطوراً سريعاً. وستواصل الصين والإمارات، من خلال الجهود المشتركة للدكتورة الكعبي وخبراء الصناعة الآخرين، توسيع نطاق تطوير التكنولوجيا الحيوية للقاحات، وتعزيز مستوى التعاون الصحي بين البلدين، والارتقاء بعلاقات الإمارات مع الصين إلى آفاق ومستويات جديدة. وعلق ناصر اليماني، نائب الرئيس التنفيذي لشركة "حياة بايوتك"، قائلاً: "نشعر في "حياة بايوتك" بالسعادة والفخر الكبير بالدور الذي قمنا به للمساهمة في مكافحة جائحة كوفيد-19. لقد أتاحت لنا الفرصة والمجال لتحقيق ذلك، بفضل التحالف الاستراتيجي والصداقة القائمة بين شركة G42 وسينوفارم CNBG. هذه الشراكة مكنتنا من الاستفادة من العلوم والتكنولوجيا لتطوير حلول رعاية صحية شاملة وقابلة للتطوير لمواجهة جائحة كوفيد-19، ونحن نتطلع إلى تقديم حلول التكنولوجيا الحيوية المبتكرة وتزويد العالم بإمكانية الحصول على الرعاية الصحية الثورية والوقائية".

بحضور القائد العام لشرطة دبي بالوكالة

شرطة دبي تختتم برنامجها الطلابي بمشاركة 1300 طالب وطالبة

•• دبي - الفجر

شهد سعادة اللواء طيار أحمد محمد بن ثاني القائد العام لشرطة دبي بالوكالة، حفل ختام البرامج الصفيفية الطلابية الذي أقيم في المستشفى ستر تحت شعار "صيننا أمن وسعادة .. إبتكار وقيادة"، بحضور اللواء الأستاذ الدكتور محمد أحمد بن فهد، مساعد القائد العام لشؤون الأكاديمية، واللواء خبير خليل إبراهيم المنصوري، مساعد القائد العام لشؤون البحث الجنائي، والعميد عبد محمد ثاني حارب مدير الإدارة العامة لمكافحة المخدرات، ونائبه العقيد خالد علي بن موزين، والعقيد الدكتور عبد الرحمن شرف العمري مدير مركز حماية الدولي بالإنابة، وجمع غفير من أولياء أمور الطلبة، ينتظم من الإدارة العامة لمكافحة المخدرات ممثلة بمركز حماية الدولي وبالتعاون مع مؤسسة الإمارات للتعليم المدرسي وهيئة المعرفة والتنمية البشرية بدبي، ومجلس دبي الرياضي، وفستيفال سيتي سنتر، بالإضافة إلى العديد من الشركاء من الإدارات العامة ومراكز الشرطة، ومشاركة 1300 طالب وطالبة من 15 جنسية عربية، تراوحت أعمارهم بين 11 إلى 17 عاماً، حيث امتد البرنامج من 12 يوليو، ولغاية 11 أغسطس.

الدولي استطاع خلال فترة وجيزة أن يضع نفسه مكانة مرموقة في خارطة الجهات الداعمة للعمل التوعوي لكل فئات المجتمع، وتحديداً فئة الطلاب بكافة مراحلهم الدراسية، وإن تزايد أعداد المشاركين بالبرامج الصفيفية عاما بعد عام ما هو إلا دلالة على نجاح الكادر الإداري الذي خطط بدقة لإنجاح البرامج الموسمية التي ينفذها المركز على مدار العام والبرامج الصفيفية على وجه الخصوص، فقد استغلنا آراء أولياء أمور الطلبة بكافة المراكز، واستخدم كل الآراء للدراسة والتدقيق لتلافي السلبية منها بالبرامج القادمة بإذن الله.

وأشار مدير العميد عبد محمد ثاني، إلى أن مركز حماية يسعى إلى تنوع برامجه خلال العام، لشغل أوقات فراغ الطلاب، حيث أظهرت دراساتنا بأن وقت الفراغ يعد العدو الأول للطلاب، لهذا فحنن نسعى لأن نعزز من مفهوم شغل وقت الفراغ ببرامج مفيدة ومميزة ومتنوعة، موجهة لشركه لكافة شركاء شرطة دبي ممن ساهموا وبشكل كبير في إنجاح البرنامج الصفيفي لهذا العام، وهم مؤسسة الإمارات للتعليم المدرسي وهيئة المعرفة والتنمية البشرية بدبي، وهيئة تنمية

المتجمع بدبي ممثلة بمجالس الأحياء السكنية، ومجلس مجلس دبي الرياضي، دبي فستيفال سيتي مول بالإضافة للعديد من الشركاء من الإدارات العامة ومراكز الشرطة، الذي أسهموا وبقوة في دعم البرامج الطلاب الصفيفية للعام 2022.

أبرز النتائج

واستعرض العقيد الدكتور عبد الرحمن شرف، أبرز النتائج والإحصاءات المتعلقة بالبرنامج الصفيفي الطلابي 2022، والمتضمنة بعدد الطلبة المسجلين بالمراكز الصفيفية وجنسياتهم وتصنيفاتهم، إلى جانب التوزيع الجغرافي للمراكز الصفيفية، والجهات المتعاونة مع شرطة دبي والمساهمة بظهور البرنامج بالشكل الذي يليق بسمة ومكانة شرطة دبي.

شراكة مثمرة

وقال العقيد الدكتور عبد الرحمن العمري، إن البرنامج الطلابية الصفيفية لهذا العام تم تنفيذها في 12 مركزاً



صور تذكارية
عقب ذلك قام سعادة القائد العام لشرطة دبي بالوكالة، بحضور مساعد القائد العام لشؤون الأكاديمية، ومساعد القائد لشؤون البحث الجنائي، ومديري الإدارات العامة ومراكز الشرطة دبي وفرق العمل بأخذ الصور التذكارية مع طلبة البرنامج.

تشكيلات عسكرية
وانطلق الحفل بتقديم الطلبة والطالبات العروض والتشكيلات العسكرية، واستعراض مهاراتهم في المشي السريع والبطيء، كما استعرضوا مهاراتهم الميدانية أمام راعي الحفل والضيوف عبر تادية تشكيلات عسكرية أظهرت تمكنهم من المهارات التي تلقوها، والمستوى العالي من الضبط والربط واللياقة البدنية التي يتمتع بها الطلبة، والتي نالت إعجاب وتصفيق الحضور، وقد تخلل تلك العروض معزوفات موسيقية متنوعة قدمتها الفرقة الموسيقية لأكاديمية شرطة دبي، عقب ذلك أدى مجموعة من الطلبة بعض الحركات القتالية التي اكتسبها كمهارات متنوعة من البرنامج.

منوعات العقل 23



تقول معلمة اليوغا في حركة الحياة الحديثة غابرييلا إسبينوزا: "تعرف أمعائنا باسم "دماغنا الثاني بسبب شبكة اتصال من الأعصاب التي تشكل محور الأمعاء والدماغ، العصب المبهم هو أطول وأقوى عصب ينشأ في جنح الدماغ ويتصل بأعضاء مثل الجهاز الهضمي، مما يؤثر على عملية الهضم".

وتضيف إسبينوزا: "تظهر الأبحاث أن تحفيز العصب المبهم باستخدام اليوغا هو وسيلة فعالة لتحفيز محور الأمعاء والدماغ. حيث يؤدي هذا إلى تشغيل وضع الراحة والهضم السميتاوي في نظامنا العصبي، إنه يلعب دورا رئيسيا في الحد من التوتر والقلق، وهما المحركان الرئيسيان لمشاكل الجهاز الهضمي مثل الالتهاب، والإمساك، والانتفاخ، والإسهال، والقولون العصبي".

يمكن أن يكون الهضم في بعض الأحيان مزعجا ومرهقا للغاية، لكن إيجاد طرق لتحسين صحة الأمعاء يمكن أن يساعد، بما في ذلك إضافة اليوغا إلى روتينك اليومي.

ما الذي يسبب مشاكل الجهاز الهضمي؟
وفقا للمسح الوطني للرعاية الطبية المتكاملة، يعاني 60-70 مليون شخص من درجة ما من اضطراب الجهاز الهضمي، ولكن في حين أن هناك العديد من العوامل المساهمة (مثل النظام الغذائي والنوم المضطرب)، تعتقد إيف كالينيك، أخصائية التغذية المسجلة وأخصائية صحة الأمعاء، أن الإجهاد يلعب دورا حيويا.

تقول كالينيك: "نحن نعلم الآن أن هرمونات التوتر مثل الكورتيزول يمكن أن تؤدي إلى زيادة الالتهاب في الأمعاء، يمكن أن يؤدي هذا الإجهاد إلى إتلاف حاجز القناة الهضمية والتوازن بين الحشرات الجيدة والسئية واضعافها، لذلك بدأنا نشعر بمزيد من الالتهابات الجهازية في الجسم".

وتضيف أيضا أنه في كثير من الأحيان نميل إلى إلقاء اللوم على الطعام باعتباره سببا للانتفاخ، لكن التوتر يمكن أن يكون له نفس التأثير. تقول: "اسمها نضخة العقل، إن إفراز هرمونات التوتر يمكن أن يضعف تكسير الطعام ويغير حركة الأمعاء، مما يؤثر على كيفية ووقت التبرز، تعد إدارة ضغوطنا النفسية جزءا أساسيا من المساعدة في إدارة الانتفاخ والهضم".

هل يمكن لليوغا أن تساعد في الهضم؟
وجدت دراسة نشرت في Pain Research & Management أن المراهقين الذين يعانون من القولون العصبي والذين مارسوا اليوغا أبلغوا عن أعراض معدية معوية أقل بكثير من أولئك الذين لم يفعلوا ذلك، وساعدتهم الممارسة المنتظمة على إدارة أعراض القولون العصبي.

ووجدت دراسة أخرى نشرت في المجلة الأوروبية للطب التكاملي انخفاضاً كبيراً في أعراض مرضى القولون العصبي واقتترحت أن تكون وحدة اليوغا العلاجية لمدة 12 أسبوعاً علاجاً فعالاً أو خياراً تكاملياً لمرضى القولون العصبي.

تعتقد كالينيك أيضاً أن اليوغا يمكن أن تكون أداة مفيدة بشكل لا يصدق لدعم صحة القناة الهضمية، يخبرنا كالينيك أن "اليوغا قد تساعد في تخفيف أعراض الجهاز الهضمي مثل الغازات والانتفاخ، هناك وضعيات محددة، مثل المواقف المثنوية، التي تحفز أعضاء الجهاز الهضمي بلطف، وتسمح بحركة الأمعاء بشكل أفضل، تعمل هذه الأوضاع أيضاً على تعزيز "agni" حرقة الجهاز الهضمي لتسهيل عملية الهضم وإطلاق السموم وتحسين تدفق الدم المؤكسج". وتضيف كالينيك أن الميزة الأخرى لليوغا في عملية الهضم هي استخدام التنفس، "التنفس البطني من خلال الحجاب الحاجز يمكن أن يكون له تأثير ملحوظ على تقليل مستويات التوتر من خلال تنشيط الجهاز العصبي السميتاوي، وهو جزء أساسي من دعم صحة الأمعاء". وتوضح أن الجانب التأملّي لليوغا يقلل من مستويات التوتر مما يؤثر بشكل إيجابي على اتصال القناة الهضمية بالدماغ، ويقلل من الكورتيزول، ويزيد من صحة الأمعاء بشكل عام.

لماذا الرجال أكثر عرضة للوفاة بسرطان الجلد من النساء؟



يحدث سرطان الجلد بسبب النمو غير الطبيعي لخلايا الجلد، والتي تتطور في الغالب على الجلد المعرض للشمس. ومع ذلك، هذا ليس ضرورياً لأنه يمكن أن يحدث أيضاً في المناطق التي لا تتعرض غالباً لأشعة الشمس المباشرة. وتشمل الأنواع الثلاثة الرئيسية لسرطان الجلد: سرطان الخلايا القاعدية وسرطان الخلايا الحشرية وسرطان الخلايا الصبغية (الميلانوما).



ولكن بينما انخفضت المعدلات بنسبة 9% بالنسبة للنساء في العقد الماضي، فإنها لم تكن كذلك بالنسبة للرجال. واقتترحت مؤسسة أبحاث السرطان في المملكة المتحدة (CRUK) أن الافتقار إلى الحماية من أشعة الشمس قد يكون السبب جزئياً في هذا الاتجاه.

وما يزال الخبراء غير متأكدين من سبب تعرض الرجال لارتفاع أسرع في حالات سرطان الجلد ومعدلات الوفاة، لكن هناك عدة عوامل يمكن أن تلعب دوراً. قالت مؤسسة أبحاث السرطان في المملكة المتحدة إن دراسة استقصائية حديثة وجدت أن الحماية من أشعة الشمس لم تكن في الغالب محورا رئيسيا للرجال، وعلى الرغم من أن 84% من الرجال يعرفون أن حروق الشمس تزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد، إلا أن أقل من الربع قالوا إنهم دائماً ما يحمون أنفسهم من أشعة الشمس. وعند سؤالهم عن سبب عدم حماية أنفسهم من الشمس، قال 25% من الرجال إنهم لا يشعرون بأن الشمس قوية بما يكفي، بينما أقر 23% أنهم لم يفكروا في

وتشير الدراسات إلى أن الرجال أكثر عرضة للوفاة من سرطان الجلد بنسبة الثلثين مقارنة بالنساء. ووجدت مؤسسة أبحاث السرطان في المملكة المتحدة أن الميلانوما، أكثر أنواع سرطان الجلد فتكا، زادت منذ عام 1973 بنسبة 219%



منوعات الفكر

26

مركز أبوظبي للغة العربية يصدر «الخوف من شيء ما» للكاتب علي أبو الريش



صدر حديثاً عن مركز أبوظبي للغة العربية في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي رواية / الخوف من شيء ما/ للروائي الإماراتي علي أبو الريش. وتتناول الرواية جانباً نفسياً مهماً عاشه المجتمع في الفترة الأولى من انتشار وباء كورونا، وحالة الرعب والخوف والأفكار السوداوية حول نهاية العالم واستحالة السيطرة على الجائحة التي تهدد مستقبل البشرية. وتدور أحداث الرواية في إحدى قرى دولة الإمارات العربية المتحدة، حيث يُصاب بطل الرواية /فيصل/ بفيروس كورونا ويُشفى منه، لكنه لا يُشفى من الخوف الذي خلفته التجربة في داخله، حتى صار في خصام مع الواقع وكلما فكّر بالعودة إلى حياته الطبيعية تراءت له صورة السرير الأبيض وشبح الموت الذي يحفّ العالم ليصبح أسير قيود وهمية صنعها لنفسه بنفسه، ويعيش تحت سلطة نوازع ذاتية ترغمه على السقوط في وحل الأفكار الأليمة، فيتحوّل إلى شخص آخر مختلف عما كان عليه قبل المرض. الأمر الذي يحدث شخراً في جدار العلاقة بينه وبين حبيبته /شبيخة/، وهذا ما سيكون له الأثر البالغ في نفس شبيخة التي تعاني عذابات كبيرة وتعد الأيام والليالي بانتظار شفاء فيصل التي يطلبونها من أبيها. ولا تخلو الرواية من تصوير للمجتمع القروي الإماراتي وعلاقاته وعاداته بين الماضي والحاضر من خلال الذكريات التي تمر في

لبث آفاق التعاون المشترك وتبادل الخبرات

مكتبة محمد بن راشد تستقبل وفداً من هيئة الوثائق والمحفوظات الوطنية بسلطنة عمان



المزروع، عضو مجلس إدارة مؤسسة مكتبة محمد بن راشد آل مكتوم، وعدد من المسؤولين بالمكتبة. وضم وفد هيئة الوثائق والمحفوظات الوطنية، سعادة الدكتور حمد بن محمد الضوياني، رئيس هيئة الوثائق والمحفوظات الوطنية، والدكتور موسى بن ناصر المرعي، المشرف على مشروع المكتبة الوطنية في عمان، والدكتور شبير بن عبد الرحيم العجمي، المشرف الفني على مشروع المسرح الوطني، والمهندس سامر بن سليمان العزري، المشرف الفني على مشروع مجمع عمان الثقافي، وعدد من كبار المسؤولين والموظفين في القطاع الثقافي بسلطنة عمان. وفي مستهل الجولة، رحب الدكتور محمد بن راشد آل مكتوم، وعدد من المسؤولين بالمكتبة. وضم وفد هيئة الوثائق والمحفوظات الوطنية، سعادة الدكتور حمد بن محمد الضوياني، رئيس هيئة الوثائق والمحفوظات الوطنية، والدكتور موسى بن ناصر المرعي، المشرف على مشروع المكتبة الوطنية في عمان، والدكتور شبير بن عبد الرحيم العجمي، المشرف الفني على مشروع المسرح الوطني، والمهندس سامر بن سليمان العزري، المشرف الفني على مشروع مجمع عمان الثقافي، وعدد من كبار المسؤولين والموظفين في القطاع الثقافي بسلطنة عمان. وفي مستهل الجولة، رحب الدكتور محمد بن راشد آل مكتوم، وعدد من المسؤولين بالمكتبة. وضم وفد هيئة الوثائق والمحفوظات الوطنية، سعادة الدكتور حمد بن محمد الضوياني، رئيس هيئة الوثائق والمحفوظات الوطنية، والدكتور موسى بن ناصر المرعي، المشرف على مشروع المكتبة الوطنية في عمان، والدكتور شبير بن عبد الرحيم العجمي، المشرف الفني على مشروع المسرح الوطني، والمهندس سامر بن سليمان العزري، المشرف الفني على مشروع مجمع عمان الثقافي، وعدد من كبار المسؤولين والموظفين في القطاع الثقافي بسلطنة عمان.

وفي مستهل الجولة، رحب الدكتور محمد بن راشد آل مكتوم، وعدد من المسؤولين بالمكتبة. وضم وفد هيئة الوثائق والمحفوظات الوطنية، سعادة الدكتور حمد بن محمد الضوياني، رئيس هيئة الوثائق والمحفوظات الوطنية، والدكتور موسى بن ناصر المرعي، المشرف على مشروع المكتبة الوطنية في عمان، والدكتور شبير بن عبد الرحيم العجمي، المشرف الفني على مشروع المسرح الوطني، والمهندس سامر بن سليمان العزري، المشرف الفني على مشروع مجمع عمان الثقافي، وعدد من كبار المسؤولين والموظفين في القطاع الثقافي بسلطنة عمان.



في فصل جديد من فصول مبادراتها المجتمعية الإنسانية

«دبي للثقافة» تنعش «أبطال الصيف» في حي الفهيدي



من العام نفسه، والتي قامت على فكرة إبداعية تمثّلت في رسم لوحات فنية على ثلاثيات الماء البارد وتوزيعها



مير توزيع زجاجات مياه باردة عليهم تحمل رسائل شكر من موظفي الخدمات الأساسية في الهيئة؛ لتلتها المرحلة الثانية في نوفمبر



أتمت هيئة الثقافة والفنون في دبي «دبي للثقافة» فضلاً جديداً من فصول مبادراتها المجتمعية الإنسانية «أبطال الصيف» التي استهدفت 50 عاملاً من موظفي الخدمات الأساسية في حي الفهيدي التاريخي الذين يؤدون أعمالهم في المواقع الخارجية، ما يضطرهم إلى التعامل مع حرارة الصيف، وذلك تقديراً لجهودهم وإسهاماتهم الثمينة في خدمة المجتمع. وتأتي هذه المبادرة في إطار التزام «دبي للثقافة» بتعزيز حس المسؤولية الاجتماعية وثقافة التطوع بين جميع أفراد أسرتها، وترسيخ قيم التواصل الإنساني بين أفراد المجتمع. وتم تنفيذها يوم الأربعاء 10 أغسطس الجاري، حيث قام فريق من موظفي الهيئة بالتطوع لتوزيع عبوات المياه والمشروبات الباردة والمظلات الشمسية على عمال الخدمات الأساسية في حي الفهيدي التاريخي، كعمال النظافة وحراس الأمن وغيرهم من المهن المشابهة، سعياً نحو التخفيف من وطأة حرارة الصيف عليهم، وإعناهم وبت البهجة في نفوسهم.

وأشارت ليلي عبدالله بالهوش مدير مبادرة «أبطال الصيف» في «دبي للثقافة»، إلى أن الهيئة سعت من خلال هذه المبادرة إلى تكريم «أبطال الصيف» في الحي التاريخي، ونقل مشاعر التقدير لهم على ما يقدمونه من خدمات، بوصفهم شركاء في مسيرة التطوير والبناء في الإمارة، منطلقاً في ذلك من مسؤوليتها الثقافية والمجتمعية تجاه تعزيز التماسك والتلاحم المجتمعي في مجتمع الإمارات. وأضافت: «نؤكد من خلال مثل هذه المبادرات على مكانة الإمارة كموطن للتعايش الإيجابي بين شتى شرائح المجتمع من مختلف الجنسيات والثقافات، ونلهم الجميع للمشاركة في إبراز القيم الحضارية لمجتمعنا. ومن شأن هذه اللقطة الإنسانية أن تسهم في رسم البسمة على شفاه العمال وتحفيزهم على زيادة العطاء والإنتاج، كجزء من جهودنا لرد الجميل على عطاءاتهم». وكانت «دبي للثقافة» قد أطلقت المرحلة الأولى من

منوعات

الفكر

27



هل سيعود هنري كافيل لدور البطل الخارق سوبرمان؟

بدأ كافيل دوره في سلسلة الأبطال الخارقين المتباطئين في DC في عام 2013 مع Man of Steel للمخرج Zack Snyder. منذ ما يقرب من عقد من الزمان، حدث الكثير بالفعل في السلسلة، خاصة بعد قيام الشركة بتنفيذ تحول آخر في الإستراتيجية عندما يتعلق الأمر بمعالجة أفلام DCEU الخاصة بهم.

في أعقاب التغيير الإداري في الاستوديو، أصدر الرئيس التنفيذي لشركة Warner Bros. Discovery، ديفيد زاسلاف، سلسلة من التفويضات التي تلقت ردود فعل مختلفة من العاملين في الصناعة والمجبيين.

كان قرار إلغاء فيلم "باتجيرل" من أكبر الصدمات وهو فيلم قيمته 90 مليون دولار كان على وشك الانتهاء. وفقاً لبيان رسمي من Warner Bros.، يعد هذا جزءاً من استراتيجية جديدة تماماً لمشاريع الأبطال الخارقين، والتي تتضمن أيضاً وضع مخطط DCEU لمدة 10 سنوات مشابه لما لدى مارفيل إستديو.

ووفقاً لموقع "screenrant" ربما تضمنت هذه الخطة عودة كافيل كسوبرمان. حاولت شركة Warner Bros. التواصل مع كافيل على أمل عودة الممثل إلى عالم DC وارتداء العباة الحمراء مرة أخرى لكن وفقاً للمقربين من كافيل أنه ليس مهتماً وهو ولا يريد العودة.

نظراً لأنه لم يتم تأكيد ذلك، لكن موقف كافيل الحالي بشأن هذه المسألة يختلف اختلافاً كبيراً عن مواقفه السابقة، حيث مرت سنوات وتم الإعلان عن إعادة سلسلة سوبر مان، ولم تكن هناك أي تأكيدات عن قيام هنري كافيل بالدور، ومع عدم وجود تصريح محددة بشأن هذه المسألة من شركة Warner Bros. أو كافيل، هناك دائماً أمل في أنه في النهاية سيتم التوصل إلى اتفاق، وأن يقوم سوبرمان الأصلي برحلة مرة أخرى

البطل تنقل في معاناته من حياة الفقر إلى حياة الرفاهية إلى الانكسار مجدداً

Prizefighter .. قصة حقيقية عن حياة الملاكم البريطاني جيم بلتشر



ما زال فيلم Prizefighter، The Life of Jem Belcher مستمراً في عروضه داخل دور العرض السينمائية، إذ يعتبر قصة حقيقية مأخوذة عن حياة الملاكم البريطاني جيم بلتشر التي يتم تناولها منذ بداية نشأته عندما أصبح بطلاً من الطبقة العاملة وأيقونة ثقافة شعبية.



وبعد إطلاق سراحه، يعود جيم لرؤية أسرته، ويتدرب مجدداً عند بيل للدفاع عن لقبه الذي حصل عليه ملاكم آخر يدعى هنري بيرس، بعد أن تبناه اللورد روشورت، حيث يلتقيان في نزال شرس ينتصر فيه بيرس بعد مرور 18 جولة.

أصغر بطل
ينتهي الفيلم مع ملاحظة تقول إن المدرب بيل وار توي في العام 1809، وأن جيم الذي توي في العام 1811 عن عمر 30 عاماً قد تم تتويجه كأصغر بطل في العالم إلى يومنا الحالي.

طاقم العمل
تأليف: مات هوكينجز
إخراج: دانييل غراهام
بطولة: هوكينجز (جيم بلشر)، راي وينستون (بيل وار)، راسل كرو (جاك سلاك)،
مارتون كسوكاس (اللورد روشورت)، جودي ماي (ماري بلشر)، ستيفن بيروكوف (والستر)، جولييان جلوفر الذي جسد شخصية اللورد أشفورد.

إلى السرد. أما في ما يخص الموسيقى التصويرية، فقد كانت نموذجية ملائمة للحدث ككل. وإن توجهنا إلى الأداء التمثيلي، فقد استطاع الممثل الرئيسي هوكينجز الذي جسد شخصية جيم بلتشر، تقمص دوره جيداً، منتقلاً في معاناته منذ حياة الفقر إلى حياة الرفاهية إلى الانكسار مجدداً.

ملاكم محترف
قصة الفيلم بدأت منذ أن كان جيم صغيراً، وهو يشاهد جده الملاكم جاك سلاك (كرو) يقاتل بشراسة. وعلى الرغم من تحذير ماري بلتشر (والدة جيم) بعدم الانضمام إلى حياة القتال، لكنه مع مرور السنوات يحصل على فرصة القتال في كرفال يهزم فيه بسهولة خصمه المصارع الأقوى حينها بوب بلاكبيرد بريتون، وعندما يتبناه المدرب والملاكم السابق بيل وار الذي يجعل منه لاحقاً ملاكماً محترفاً وبطل بريطانيا بعد تغلبه على البطل الإيرلندي أندرو غاميل، الأمر الذي يكسبه احترام الجميع.

وفي مباراة (تحدي الكرات)، التي يقبها اللورد روشورت، يُصاب جيم بعينه اليسرى ويفقد بصره بها، بعد ذلك يصاب بالانكسار ويدمن على شرب الخمر، ما يدخله في عراكٍ باشرع يكون سبباً في دخوله السجن.



3 ممثلات عالميات مرشحات للعب دور الملكة كليوباترا في فيلم جديد



أفادت مجموعة من التقارير العالمية عن بدء اختيار الممثلة العالمية التي ستلعب دور الملكة كليوباترا في الفيلم الجديد الذي سيقوم بإخراجه المخرج العالمي ديفيد فليتوف، بعد أن يقوم بالانتهاء من فيلمه Dune 2. وحتى الآن لم تكشف أي معلومات محددة عن الفيلم الجديد.

وأفادت بعض التقارير العالمية عن وجود 3 ممثلات عالميات من الأقوى للاختيار بينهن للعب الملكة المصرية الفرعونية، وهن أنجلينا جولي، ليدى جاغا، والممثلة العالمية الشابة زيندايا.

وأكد فيلتوف في آخر تصريحاته الصحفية قائلاً: "الفيلم الجديد الذي سيحكي عن الملكة المصرية كليوباترا، في مراحل الإعداد الأولية، وأتمنى تقديم فيلم لا مثيل له، ومختلف، لدى بعض الأفكار الجيدة التي سأقوم بالعمل عليها جيداً."

كما كشفت التقارير عن بدء تصوير فيلم Dune 2 في عدة بلدان مختلفة، على أن يدور الجزء الجديد حول استمرار الرحلة الأسطورية، حيث يتحد بول أنتريس مع فرميين للانتقام من أولئك الذين دمروا عائلته، وفي مواجهة الاختيار بين الحب ومصير الكون، يحاول منع مستقبل مظلم لا يستطيع سوى توقعه.

الفكر

خبرة تغذية تكشف زيف الأساطير عن سلطات الفاكهة



وتشير الخبيرة، إلى أن البعض يعتقدون أن تناول سلطة الفاكهة يمكن أن يؤدي إلى متلازمة القولون العصبي. ولكن هذا يمكن أن يحصل بسبب فاكهة معينة تكون ضمن طبق السلطة، وليس طبق السلطة.

وتضيف، يمكن تناول سلطة الفاكهة قبل تناول الطعام وبعده وفي أي وقت من اليوم.

وتنصح الخبيرة بعدم إضافة أي مواد متبلة لسلطة الفاكهة، لأن الفواكه غنية بالسوائل، ويمكن فقط إضافة المكسرات إليها.

عناصر معدنية والبروتينات والدهون والكربوهيدرات بحسب نوع الفاكهة.

وتضيف، ويحصل الجسم مع الفواكه على المواد الكيميائية النباتية التي لها تأثير خاص في الجسم.

وتقول، "الحديث يدور حول إزالة الالتهابات التي تؤدي إلى تطور مختلف الأمراض والشيخوخة".

وتضيف، "من وجهة نظر غذائية، لا يوجد فرق. يمكن عمل سلطة من أي فاكهة حلوة أو حامضة. لأن هذا يتوقف على تفضيلات الذوق والحالة الصحية للشخص".

كشفت الدكتورة ناتاليا نيفيدوفا، خبيرة التغذية الروسية، عضو جمعية خبراء التغذية الكندية، بعض الأساطير المرتبطة بسلطات الفاكهة.

وتشير الخبيرة في حديث لراديو "سبوتنيك"، إلى أن هناك أوهاما شائعة عند البعض تفيد بأن أطباق الفاكهة تحتوي على نسبة عالية من السكر. ولكن وفقا لها، فوائده هذه الأطباق أكثر من أضرارها.

وتقول، "أولا، نحن لا نحصل على الكثير من السكر كما لو كنا نأكل الحلوى. و ثانيا، نحصل مع هذا السكر على السوائل والألياف والمغذيات - فيتامينات و

أمل حقيقي في تقديم العلاج الأول على الإطلاق لمرضى الرئة مع مشاكل في التنفس!

يجري تقديم أول علاج على الإطلاق للأشخاص الذين يعانون من مرض رئوي بسبب مشاكل تنفسية حادة وإعاقة، في تجربة جديدة. ويؤدي توسع القصبات إلى تراكم البلغم في المجاري التنفسية، ما يجعل المرضى يعانون من التهابات الصدر المتكررة.

ولا يوجد علاج معروف، وبمرور الوقت يمكن أن يتلف الرئتين لدرجة تتشكل فيها انشقاقات في الأنسجة، ما يؤدي إلى حدوث نزيف، وفي النهاية، يمكن أن يعاني المرضى من فشل في الجهاز التنفسي وحتى الموت.

وحتى الآن، كان العلاج الوحيد لهذه الحالة، هو تمارين التنفس وتكرار دورات من المضادات الحيوية، لكن قرصا يوميا جديدا يسمى brensocaticb قد يقدم أملا حقيقيا.

وقال البروفيسور جيمس تشالرز، الذي يشغل كرسيًا في أبحاث الجهاز التنفسي في جامعة دندي ويقود تجربة brensocaticb: "تلقي العلاجات الحالية عبئا كبيرا على المرضى، حيث يقضي العديد منهم عدة ساعات يوميا في أداء التمارين واستنشاق المضادات الحيوية. وإذا تمت الموافقة على الدواء الجديد، فسيكون معلما رئيسيا في العلاج".

ويعد توسع القصبات حالة التهابية تعمل على توسيع الشعب الهوائية بشكل دائم وتنسب في إفراز الجسم للمخاط الزائد - وهي مادة لزجة تستخدم لاحتجاز مسببات الأمراض. ونتيجة لذلك، يتجمع المخاط المليء بالبكتيريا في الرئتين، ما يجعل المرضى عرضة للإصابة بالتهابات الصدر.

ولمواجهة هذا التهديد، تندفع الخلايا المناعية التي تسمى neutrophils إلى الرئتين.

ولكن بدلا من ابتلاع البكتيريا كما تفعل عادة، تتفاعل العدلات مع الإشارات الكيميائية الصادرة عن البكتيريا وتنفجر. وهذا يزيد من احتقان الرئتين، ما يجعل من الصعب على الجسم التخلص من العدوى. وفي التجارب السابقة، وجد أن brensocaticb يخفض إلى النصف عدد مرضى التهابات الصدر. ومن المتوقع نتائج التجربة الجديدة لـ 1600 مريض العام المقبل.

ويعرف Brensocaticb بأنه فئة جديدة من الأدوية تسمى مثبط DPP-1 (dipeptidyl peptidase 1). وعادة ما يرسل الإنزيم DPP-1 إشارات إلى الجهاز المناعي لتدمير البكتيريا، ولكن مع توسع القصبات، يطلق المرضى الكثير من المركبات المناعية وهذه الاستجابة المفرطة هي التي تؤدي في النهاية إلى إتلاف الرئتين.

وعن طريق منع إنتاج DPP-1، يمكن الدواء الجديد جهاز المناعة في الجسم من العمل بشكل طبيعي.



هايدي كلوم خلال حضورها احتفال الموسم 17 من برنامج America's Got Talent في باسادينا، كاليفورنيا. ١٠ ف ب

قرأت لك

الكمون



- تتحقق الفائدة الكبرى من الكمون عندما يخلط مع بعض انواع التوابل الاخرى كالزنجبيل واللفل الاسود والحلبة والكرم، فيساعدوا اكثر على خسارة الوزن بشكل اسرع.

- يساعد الكمون في عملية امتصاص الأطعمة من المعدة بشكل صحي وصحيح، وبالتالي يساعد على زيادة عملية الهضم بشكل سليم، والتي تجنبك من تكون الدهون بجسمك، وبالتالي ينخفض وزنك.

- يزيد من معدل التمثيل الغذائي في الجسم ما يجعله أكثر كفاءة في خفض الوزن والتنحيف.

- لديه القدرة على حرق الدهون خاصة دهون البطن والأرداف.

-يفيد الكمون أيضاً في تقوية جهاز المناعة بالجسم، فعندما يخسر الجسم الدهون الزائدة يصبح من السهل تخلصه من السموم المنتشرة في الجسم.

سؤال وجواب

- ما اسم المادة التي تعطي النبات لونه الأخضر؟
الكلوروفيل
- ما الدولة الأكثر إنتاجاً للزهور في العالم؟
هولندا
- ما النسبة المئوية للماء في حبة الخيار الواحدة؟
96%
- ما هو البشاروش؟
نوع من أنواع الطيور
- ما مقصود برياضة البلاطيس؟
اليوغا والتمدد
- من الموسيقار الذي بدأ بتأليف الموسيقى في الرابعة من عمره؟
موت سارت

هل تعلم؟

- هل تعلم أن معظم الثعابين لديها رئة واحدة فقط.
- هل تعلم أن الإبل لديها عدد 3 جفون على عيونها لتحميها من هبوب الرمال في الصحراء.
- هل تعلم أن الرؤية الليلية للنمور أفضل 6 مرات من البشر.
- هل تعلم أن طائر الفلامينغو يمكنه العيش حتى 80 سنة.
- هل تعلم أن في قارة أفريقيا تقتل التماسيح البشر أكثر من الأسود.
- هل تعلم أن تحت عمق 3000 متر من الماء يمتد اللج، حيث تسود ظلمة تامة ويبرد شديد وضغط هيدروستاتي هائل. على عمق 10 آلاف متر يتبدى الضغط طناً واحداً بالسنتيمتر المربع. فلا وجود لأية حياة نباتية في اللج، والطعام قليل لهذا السبب يصعد الكثير من الأسماك الصغيرة واللافقاريات إلى السطح بحثاً عن الغذاء. أو تطور هذه الحيوانات تعديلات خاصة لتحيا بكميات ضئيلة من الطعام. وتفتت بعض المخلوقات الأخرى على الفضلات التي تنزل إلى قاع البحر
- هل تعلم أن الجري يعتبر إحدى أكثر وسائل الدفاع فعالية وشيوعاً بين حيوانات السفناء. بعض هذه الحيوانات مثل الأرنب البري والكعبر الصغير تعتبر وثابة أيضاً من النوع المتناز. وتستطيع النعام والامو والتندو وهي من الطيور العاجزة عن الطيران أن تجاري أسرع العواشب في الركض. بينما تقوم أنواع أخرى كاللدغ واكل النمل أو أنواع صغيرة مثل القوارض بالاختباء في الجحور.

قصة فتاة الثلج

سهرت الام تنتظر زوجها وولدها وقد اقبل الليل ببرده وهدهده وبعد أن تكورت على نفسها من شدة البرد عادت لتقف على قدميها وتقول لاوقد نارا تدفئ البيت، قامت واشعلت نارا وتدفتت واخذت تمنع النظر فيها وفي لحظة طارت شرارة كبيرة من الخشب واستقرت بجوار قدميها ثم تحولت فجأة إلى فتاة بيضاء جميلة كالثلج فانزعجت المرأة وخافت ورجعت للوراء لتلتصق بالحائط ولكن الفتاة الجميلة قالت لها لا تخافي انا فتاة الثلج في الشتاء قدومي وفي الصيف بياتي احضر لمساعدة كل فقير محتاج واختار واحدا فقط كل عام والان اطلبني ما تشائين فقالت المرأة بعد ان اطمنتت اطلب أموالا كثيرة كثيرة ..فنحن فقراء والموسم الزراعي هذا العام ردينا وزوجي وولدي لا يكفان عن العمل بلا فائدة فوعدهتها الفتاة خيرا وذهبت مثلما جاءت بعدما حضر الاب والولد لكن المرأة لم تقل لهما شيئا فهي تخاف ان تكون في حلم في الصباح استيقظت الرجل مبكرا ليصلي ويذهب لحقله فلاحظ ان الغرفة قد امتلأ كل شئ فيها بقطع الذهب فصرخ وقال استيقظوا ماهذا .. استيقظت المرأة وولدها ونظرا للذهب وعرفت ان فتاة الثلج نفذت وعدها فحكمت لهم ماحدث في المساء .. خبا الرجل زوجته وولده الذهب ثم جلسوا يفكرون فيما سيفعلون به واخر المطاف قاموا بشراء بيت جميل وتزوج ابنتهم من فتاة رائعة الجمال لم تكن تترك له قطعة ذهب بدون ان تبدها، استمر الحال هكذا لمدة عام انتهى فيه الذهب ولم يبق لهم غير البيت وزوجة الابن التي لا تكف عن طلب المزيد .. جلس الاربعة يفكرون ماذا سيفعلون ناموا وكسلوا عام كاملا .. لم يفعلوا فيه شئا غير ان بصرفوا ويبددوا ما معهم والان هم جوعي في هذا القصر الجميل. فقال الأب لنعود مرة أخرى إلى الحقل.. تعمل بيدنا فاليه تستر صاحبها فقالت الفتاة انا لاعيش مع فلاح فأحس زوجها بالاهانة وطردها من بيته وعاد هو وولده يعملان في ارضهم التي اختفتت من العلفش، تعبنا كثيرا حتى عادت كما كانت واجمل فزرعاعها وانتظرا كثيرا وهما برعايتها حتى منحتهما محصولا وفيرا ولما بيع المحصول حصل على ذهب كثير ولكن كان له وجود مختلف .. فقد قال الاب قطعة واحدة منه تجد عهد فيها البركة .. كل ما وجدناه سابقا فهذا الذهب من صنع ايدينا وليس من صنع فتاة الثلج .. وفي الحال جاءت فتاة الثلج لتقف وسطهم ثم تحولت إلى زوجة الابن الجميلة وقالت كنت اختبرك لأعرف هل انت نادم على ما حدث ام ستبحث مرة اخرى عن من يمنحك ذهبيا بلا تعب .. عادت الزوجة لزوجها لتحرس معه حقلهما الذي كان يمنحهما الكثير من الذهب كل عام .

