

بمكرمة من رئيس الدولة

20 ألف درهم لكل خريج حاصل على الامتياز

حصل أوائل الخريجون من طلاب جامعة الإمارات الحاصلون إلى خريجي كلية الطب والعلوم رئيس الدولة وقيمتها عشرون ألف
الدفعة السادسة والثلاثين من على الامتياز من المواطنين إضافة الصحية على مكرمة صاحب السمو درهم لكل خريج امتياز.

رعى حفل تخريج طلبة جامعة الإمارات في العين

محمد بن راشد: الإمارات تعول كثيرا على شباب الوطن المتساحين بالعلم والمعرفة والإيمان بالله وبالوطن



•• العين - وام - محمد جاهين:
تصوير محمد معين

والاقتصاد والقانون والأغذية والزراعة والهندسة وتقنية المعلومات والطب والعلوم الصحية ثم طلبة الدراسات العليا وصافحهم سموه وسلمهم شهادتهم العلمية وهنأهم على نجاحهم وتخرجهم وانتقالهم الى عالم جديد ومرحلة جديدة في مسيرتهم المباركة نحو المجد والاستقرار وتحقيق الذات من خلال إثبات وجودهم في مواقع العمل الوطني والإبداع كل في مجال تخصصه وموهبته.

واكد سموه ان دولتنا العزيزة قيادة وحكومة ومؤسسات تعول كثيرا على شباب الوطن المتساحين بالعلم والمعرفة والإيمان بالله وبالوطن كي يصبحوا في المستقبل قيادات الصف الأول ويحلوا محل من سبقوهم من اخوانهم الذين خدموا وطنهم وأعطوا ما لديهم من خبرات وعلوم في سبيل إعلاء شأن دولتنا وتحقيق الإنجازات الحضارية والانسانية التي تعزز مكانة بلادنا بين الأمم وتحجز لدولتنا موقعا متقدما على خارطة التطور العلمي والتقني والحضاري والإنساني وغيرها من ميادين التطور الذي نشهده نشعبنا وصولا الى تحقيق التنمية المستدامة التي تسعد ابناء وبنات الوطن وأجياله.

واشاد سموه بالمستوى العلمي الرفيع الذي وصلت اليه جامعة الإمارات وتطورها الديناميكي منذ تأسيسها على يد المغفور له الشيخ زايد طيب الله ثراه وبفضل رعاية صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله" لهذا الصرح العلمي الوطني الذي يرفد مؤسساتنا الوطنية بالكوادر والطاقات الوطنية الشابة في شتى المجالات وعلى مختلف المستويات.

تحصيلهم العلمي وتمكينهم من الاسهام بخيراتهم ومعارفهم وطاقتهم في تحقيق التنمية المستدامة ورؤية الإمارات 2021 . وأشار الى ان الجامعة تخر اليوم بتقديم هذه الكوكبة من خريجها الشباب الأختيار ليكونوا في خدمة وطن الخير حاملين لواءه معتززين بقيادته الرشيدة مخلصين بلدهم وشعبهم وهم في ذلك يجسدون رؤية القيادة المعطاءة بأن الانسان هو الهدف وهو عماد التنمية ومحورها ومستقبلها.

وكان للخريجين كلمة شكر وعرفان ولاء لقيادتنا الرشيدة ولأولياء أمورهم والهيئة التدريسية في الجامعة الذين ساعدوهم ودعموهم للوصول الى هذه المرحلة من العلم والتعلم وتأهيلهم كي يكونوا بناء المستقبل يخدمون وطنهم وشعبهم بكل اخلاص واقتدار ويسجلون ولاهم لقيادتهم الحكيمة التي لم تبخل عليهم يوما في تسهيل الوصول الى أعلى مراتب العلم والتعلم وفتح كل الابواب أمامهم من اجل الوطن ومن اجل بناء مستقبل مشرف لهم وحياة سعيدة.

وألقى الكلمة الخريج في كلية القانون الطالب أحمد حسن الزعابي الذي قال " تعلمنا كيف نخدم وطننا ونحافظ على مكتسباته الوطنية وهذا واجب اصبل نفتخر نحن ابناء وبنات الوطن بأدائه والقيام به لرد ولو جزء يسير من عطاء القيادة واحتضانها لنا في كل الظروف وتسخير كل الإمكانيات من اجل إعدادنا وتعليمنا وتدريبنا في شتى الحقول "

وعقب ذلك كرم صاحب السمو نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي الخريجين في كليات العلوم الانسانية والاجتماعية والادارة

ومصنعا للكوادر الوطنية المؤهلة والقادرة على خوض غمار الحياة الجديدة التي تنتظرهم بكل كفاءة واقتدار وفتحة في النفس.

ورفع الرئيس الأعلى للجامعة باسمه وأعضاء الهيئة التدريسية والطلبة أسمى آيات الشكر والعرفان والولاء الى قيادتنا الرشيدة وعلى رأسها صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله" على ما يوليه سموه من حرص ورعاية دؤوبة لجامعة الإمارات وكافة مؤسسات التعليم العالي الوطنية كي تصل الى مصاف الجامعات والكليات العالمية من حيث مستوى التعليم واساليبه وتقنياته الحديثة.

كما توجه بالشكر والعرفان الى صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله" على رعايته الكريمة لمسيرة الجامعة وشباب الوطن وتحفيز سموه لهم من خلال مبادراته الوطنية التي يطلقها لتمكين شباب الوطن من الجنسين من التناقص العلمي والتقني والإبداع في شتى المجالات العلمية والتقنية من اجل خدمة وطنهم وتحقيق ذواتهم وبناء مستقبلهم الواعد.

وتوجه معاليه كذلك بالشكر والامتنان الى صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة على الدعم المتواصل والمتابعة الشخصية من قبل سموه لمسيرة العلم والتعليم في بلادنا بكل مراحلها وتوجهاته ايمانا من سموه بأن التعليم هو الطريق السليم لبناء دولة وحضارة ومستقبل لأجيال الوطن المتعاقبة.

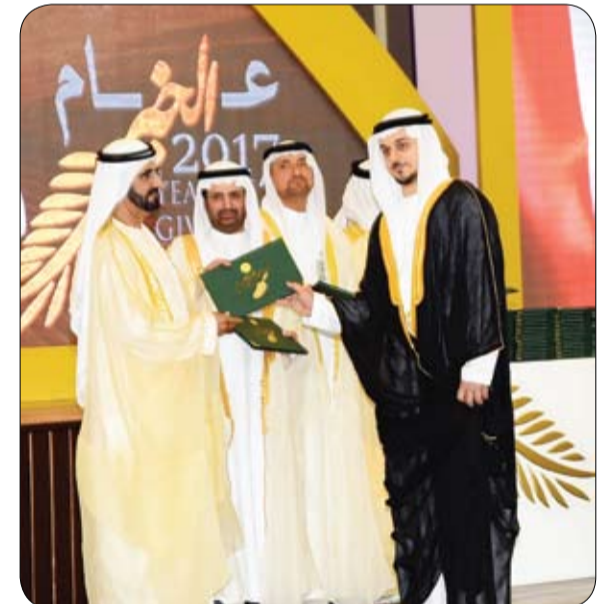
كما شكر الرئيس الأعلى لجامعة الإمارات أصحاب السمو أعضاء المجلس الأعلى حكام الإمارات على دعمهم وتشجيعهم لشباب دولتنا العزيزة مواصلة

رعى صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله" حفل تخريج الدفعة السادسة والثلاثين من طلبة جامعة الإمارات العربية المتحدة الذي جرى في مسرح الجامعة في مدينة العين صباح امس.

وحضر الاحتفال الذي يدي بالسلام الوطني سمو الشيخ مكتوم بن محمد بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي وسمو الشيخ عمار بن حميد النعيمي ولي عهد عجمان وسمو الشيخ محمد بن سعود بن صقر القاسمي ولي عهد رأس الخيمة وسمو الشيخ طحون بن محمد آل نهيان ممثل الحاكم في منطقة العين وسمو الشيخ أحمد بن محمد بن راشد آل مكتوم رئيس مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للمعرفة وسمو الشيخ حشر بن مكتوم آل مكتوم مدير دائرة إعلام دبي وسمو الشيخ منصور بن محمد بن راشد آل مكتوم.

كما حضره عدد من الشيوخ وكبار المسؤولين والقيادات التربوية والتعليمية في الدولة الى جانب أولياء أمور الخريجين البالغ عددهم 473 خريجاً.

وألقى معالي الدكتور علي راشد النعيمي الرئيس الأعلى للجامعة كلمة في المناسبة حيا فيها راعي الحفل صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم ورحب بالحضور وهنأ الخريجين وبارك لذويهم نجاح أبنائهم واتخرجهم في جامعة الإمارات التي وصفها بأنها فخر أبناء الإمارات



قسم الطبيب وخريجو الطب

•• العين- الفجر:

أدى خريجو كلية الطب والعلوم الصحية أمام راعي الحفل نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي - قسم الطبيب حيث ردد الخريجون من الأطباء خلف الدكتور أحمد ديماس السويدي القسم مؤكداً وأمام الجميع على صون حياة الإنسان وأن يحفظوا للناس كرامتهم وتقديم كافة الرعاية الطبية لكل من يحتاجها ، كما أكد الخريجون وضمن القسم على طيب العلم وتسخيره لخدمة الإنسانية .

منوعات الفكر

23



أصدرت الأكاديمية الأميركية لطب الأطفال أخيراً توجيهاتها الجديدة بشأن مناقشة مسألة الوزن مع المراهقين. يمكننا تلخيص هذه النصائح في عبارة بسيطة واحدة: لا تناقشي هذه المسألة معهم. ينصح تقرير (تفادي السمعة واضطرابات الأكل لدى المراهقين)، الذي نُشر في مجلة Pediatrics، (يجب أن يكون التركيز على نمط الحياة الصحي لا على الوزن).

يعاني نحو 34% ممن تتراوح أعمارهم بين 12 و19 سنة الوزن الزائد

مع اولادكم المراهقين . . ركزوا على نمط الحياة الصحي لا على الوزن



بالسمعة واضطرابات الطعام على حد سواء، حسبما تؤكد الأكاديمية الأميركية لطب الأطفال. يذكر التقرير أن الفتيات اللواتي اتبعن حمية غذائية في الصف التاسع كن أكثر عرضة بنحو ثلاثة أضعاف للوزن الزائد في الصف الثاني عشر، مقارنة بمن لم يتبعن أي حمية. فضلاً عن ذلك، اتضح أن الفتيات اللواتي قلن استهلاكهن الطعام وفوقن الوجبات كن أكثر عرضة بنحو 18 ضعفاً للإصابة باضطراب غذائي، مقارنة بمن لم يتبعن أي حمية. علاوة على ذلك، تصح ويكستورم الأم بالآثار التي تطلب المساعدة.

تقول: (بإستطاعة خبير تغذية مجاز أو اختصاصي تغذية أن يساعدك في اتخاذ القرارات الصحيحة. مجتمعنا مهووس جداً بالوزن والمظهر. ويشكل هذا الأمر موضوعاً مهماً على الأهل مواجهته كل يوم. ولكن تتوافر موارد عدة يمكنها مساعدتهم على خوض هذه الأوضاع الحساسة بنجاح).

له غير مشروط توضح جانسي ويكستورم، مديرة موقع (مركز رضرو في شيكاغو)، الذي يتولى معالجة الاضطرابات الغذائية في منطقة نورثبروك بإيلينوي؛ (من الضروري أن تتأكدي أولاً أن المراهق يفهم أنك تحبينه بغض النظر عن مظهره، شكل جسمه، ووزنه). (إن قلت لولدك إنه يعاني الوزن الزائد، فلا شك في أنه لن يخبرك أن رفاقه يهزأون به لأنه يخشى أن توافقيهم الرأي. لذلك عليك أولاً أن تثبتي لولدك أن حبه مهم ما كان حجمه ومظهره). تتوقفي عن حبه مهما كان حجمه ومظهره). نتيجة لذلك، تفادي التعليق باستمرار على وزنك أنت ووزن أصدقائك وسائر أفراد العائلة أيضاً.

تشير ويكستورم إلى السبب قائلته: (عندما يسمع الولد أهله يتحدثون عن اكتساب الأصدقاء وأفراد العائلة الوزن، يتلقى رسالة واضحة مفادها أن الأكثر أهمية بشأن هؤلاء الأشخاص هو حجم جسمهم. لكننا نريد أن يدرك أولادنا أنهم مثيرون للاهتمام وعزيزون على قلبنا بغض النظر عن مظهرهم). تضيف ويكستورم: (إن كان الأهل قلقين بشأن وزن أولادهم، فليهم توجيه المداخلة بطريقة لا يكون لها أي علاقة بالميزان).

وتشدد: (لا تتحدثي عن الأرقام، بل ناقشي صراحة فوائد التمارين الرياضية والغذاء المتنوع، تكلمي عما يساعد جسمك في القيام به وعن الطرائق التي يمكنك اتباعها لجعله يتمتع بصحة أفضل ويسهل عليك إنجاز المزيد. اسأني ولديك، ألا تحب ممارسة رياضة التزلج على اللوح مع أصدقائك؟ وكيف يمكنك أن تساعد جسمك ليشعر بالراحة خلال هذه الرياضة؟). بالإضافة إلى ذلك، قوامي رغبتك في فرض حمية غذائية على أستاذك، لأن الحمية تشكل أحد عوامل الخطر المرتبطة

بمائل من دون التسبب بأخره على الأهل والقيمين على الرعاية الصحية تطبيق النصائح التالية، وفق التقرير: من الضروري أن تشجعي ولدك المراهق على الامتناع عن اتباع حمية غذائية، تقوية الوجبات، وتناول حبوب التحفيف، بدلاً من ذلك، حضيه وادعّميه ليتبع نظاماً غذائياً صحياً ونمط حياة نشطاً جسدياً يمكنه الالتزام بهما بشكل متواصل.

• شجعي ليكون صورة إيجابية عن جسمه. لا تدفعيه إلى الشعور بعدم الرضا عن جسمه أو التركيز على هذا الشعور كسبب لاتباع حمية غذائية. • احرصي على أن تتناول العائلة الوجبات معاً باستمرار.

• شجعي العائلة على ألا تتحدث عن الوزن بل عن اتباع نظام غذائي صحي ونمط حياة نشط بغية التمتع بصحة جيدة.

• تحققِي مما إذا كان المراهق الذي يعاني الوزن الزائد أو السمعة، يواجه تاريخاً طويلاً من سوء المعاملة والتنمر. • راقبي بدقة خسارة الوزن لدى المراهق الذي يحتاج إلى إنقاص وزنه بضعه كيلوغرامات لتتأكدي من أنه لا يعاني مضاعفات طبية جراء تعرضه لعملية تجويع جزئية. • بيئي لولدك أن حبه

يعاني اليوم نحو 34% ممن تتراوح أعمارهم بين 12 و19 سنة الوزن الزائد، وفق التقرير. إلا أن اضطرابات الطعام تشكل أيضاً خطراً كبيراً، فتحتل المرتبة الثالثة المزمنة الأكثر بين المراهقين السمعة والربو. ولكن ما السبيل إلى معالجة اضطراب



الترقية في العمل تصيب الموظف بأمراض نفسية وجسدية!

أكدت دراسة حديثة قام بها باحثون في جامعة ستوكهولم، أن كثيراً من الموظفين يطعمون في الحصول على الترقية في عملهم، إلا أن هذه الترقية ربما تكون سبباً في إصابتهم بأمراض نفسية وجسدية. وأشار الباحثون إلى أن الرجال والنساء الذين يصعدون السلم الوظيفي، ويحصلون على ترفقيات في عملهم يشكون من اعتلال صحتهم، ويشعرون بالانكسار بعد تولي المسؤوليات الجديدة. ووفقاً للدراسة، فإن هذه التأثيرات على الصحة الجسدية والنفسية، يمكن أن تستمر لمدة تصل إلى 4 سنوات، ثم تبدأ الصحة بعد ذلك في التحسن مع تكيف الموظف مع دوره الجديد في العمل. ودرس الباحثون حالة 1400 رجل و2000 امرأة في السويد، لم يحصل ثلثهم خلال 6 سنوات على أي ترقية، بينما حصل بعضهم على ترقية واحدة، وبعضهم الآخر على ترفيتين. وطلب الباحثون من المتطوعين تحديد حالتهم الصحية العامة على مقياس يندرج من "جيد جداً" وحتى "سيئ جداً"، فوجدوا أن الذين حصلوا على ترفقيات سجلوا إصابتهم بعدد من الأمراض، وأن الرجال كانوا أكثر من عانى من مشكلات نفسية، أما النساء فكانت معاناتهن من الأمراض الجسدية أكبر بسبب ضغوط العمل.



لا تجبريه بل حاولي اقتراح الغذاء نفسه بعد بضعة أسابيع

ساعدي طفلك على تجاوز مرحلة رفضه للطعام

يبدأ الطفل برفض الأكل في مرحلة معينة من نموه. كيف يمكن تجاوز هذه المرحلة المستجدة بأقل أضرار ممكنة وكيف نجدد رغبته في تذوق نكهات جديدة؟



الصبر والمثابرة يجب أن تقديمي لطفلك الغذاء نفسه وتطبخيه بالطريقة عينها عشر مرات على الأقل لمعالجة نفوره من الطعام. إذا رفض طعاماً معيناً، لا تجبريه بل حاولي اقتراح الغذاء نفسه بعد بضعة أسابيع. كي يوسع خياراته الغذائية بوتيرة تدريجية، قدمي له غذاءً جديداً في الأسبوع وتجنبي النكهات الغريبة. لكن لا

تضاعفي كمية الطعام إذا أحيه. يجذب الأولاد والحمضيات... لطبعياً إلى المذاق الحلو، لذا من واجبك أن تعرّضيه إلى حموضة بعض الخضراوات خوف من كل جديد هل ينتقي الطفل المأكولات ويرفض تذوق أصناف جديدة في الشهر الثامن عشر، يبدي الطفل مقاومته للأغذية ويتضح هذا الخوف من الوجبات الجديدة في مواقف أخرى (تغيير مكان الإقامة، تغيير اللعبة القماشية المفضلة لديه، تمضية أول عطلة في منزل الجدين...).



يحتاج الأطفال إلى معايير ثابتة لذا يمرّون بمرحلة تسمح لهم بالتكيف مع كل موقف جديد. إنه سلوك طبيعي جداً. أهمية الوجبات المشتركة لمساعدة طفلك على تجاوز هذه المرحلة، يجب أن تطبقي مقارنة هادئة ومطمئنة وأن تكوني قدوة له. لا تدعيه يأكل وحده لأنه يتعلم من مراقبة المحيطين به، لذا من



طيران الإمارات تستقبل وفدين حكوميين خلال معرض سوق السفر العربي

وكانت طيران الإمارات قد أطلقت مؤخراً خدمة يومية إلى نيويورك عبر أثينا معززة بذلك فرص التواصل بين اليونان والولايات المتحدة الأميركية ومستفيدة من حركة السفر النشطة بين البلدين . وتخدم طيران الإمارات اليونان منذ أكثر من عشرين عاماً وتعد حالياً الناقل الوحيد التي توفر رحلات يومية من دون توقف بين اليونان ودبي .. ومنذ عام 1996 سافر على هذا الخط نحو 3 ملايين راكب.

سفير القنصل العام لأستراليا في دبي وكبير مقوضي التجارة والاستثمار في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا وشونا روزغرفن مستشار النقل . وناقش الوفد خدمات طيران الإمارات إلى أستراليا ومساهمة الناقل المستمرة تجاه قطاعي التجارة والسياحة في تلك الدولة. وتشغل طيران الإمارات 77 رحلة أسبوعياً بين دبي وخمس مدن أستراليا في بريسن وبيث وملبورن وسيدني وأديليد إذ شهدت عمليات الناقل نمواً مستمراً في أستراليا حيث

استقبل سمو الشيخ أحمد بن سعيد آل مكتوم رئيس هيئة دبي للطيران الرئيس الأعلى لمجموعة طيران الإمارات وفدين حكوميين رفيعي المستوى من أستراليا واليونان خلال معرض سوق السفر العربي الملتقى 2017 بدبي الحدث الأكبر لقطاعي السفر والسياحة في المنطقة. ضم وفد الحكومة الأسترالية عضو البرلمان معالي ستيف سيويو وزير التجارة والسياحة والاستثمار وسعادة جيرارد

•• دبي-وام:

الاتحاد للطيران تشغل رحلة يومية ثانية إلى سيدني عبر طائرتها إيرباص A380

•• أبوظبي-الفضج:

أعلنت الاتحاد للطيران امس اعترامها استخدام طائرتها الرائدة طراز إيرباص A380 على كافة رحلاتها الأسبوعية إلى وجهة أبوظبي - سيدني البرانجة البالغ عددها 14 رحلة، اعتباراً من 29 أكتوبر. ومن المقرر أن تنضم الرحلة اليومية الثانية إلى الرحلات اليومية القائمة التي تخدمها الطائرة العملاقة، حيث تحل محل الطائرة بوينغ 777-300ER التي تنسج إلى 328 مقعداً. ويتزامن هذا الإعلان مع مرور عشر سنوات على إطلاق الاتحاد للطيران رحلاتها إلى سيدني، التي تشكل أولى وجهاتها في أستراليا.

ويعني استخدام الطائرة الرائدة، التي تنسج إلى 496 مقعداً والمرتبطة وفق نظام الدرجتين، وتضم مقصورة الأيون فاخرة الضخامة والمؤلفة من ثلاث غرف في الأجزاء وهي الأولى من نوعها في قطاع الطيران التجاري، انضمام واحدة من أكبر المدن في أستراليا إلى لندن ونيويورك بصفتها وجهات تتم خدمة رحلاتها بالكامل عبر طائرة الشركة طراز إيرباص A380.

وبالإضافة إلى ذلك، سيتمتع المسافرون لأغراض العمل والترفيه من وإلى أبوظبي، مركز التشغيل الرئيسي لعمليات الشركة، بقدرته استيعابية متزايدة، كما سيتمكن الشركة من تلبية الإقبال المتنامي من جانب الضيوف في دولة الإمارات العربية المتحدة وفي مدن الربط على امتداد منطقة الخليج العربي والشرق الأوسط وأوروبا.

وعلاوة على ذلك، فإن خدمة مسار سيدني- لندن هيثرو عبر أبوظبي، سيمنح الضيوف أرقى مستويات الاتساق والراحة والرفاهية على متن الطائرة إيرباص A380 التي تشغّلها الشركة لخدمة المسار بالكامل على كلا الاتجاهين. علماً بأن الاتحاد للطيران تشغل رحلاتها اليومية الثلاث إلى مطار لندن هيثرو عبر الطائرة إيرباص A380. واعتباراً من الأول من شهر يونيو ستمت ترقيّة الرحلة اليومية الثانية إلى نيويورك إلى الطائرة العملاقة.

وتضم طائرة إيرباص A380، التي باشرت الاتحاد للطيران تشغيلها إلى وجهة سيدني قبل عامين، ما يصل إلى ضيفين في مقصورة الأيون الرائعة التي تتألف من غرفة جلوس وغرفة نوم وغرفة استحمام، وتسع مقصورات من فئة مسكن الدرجة الأولى، و70 استوديو درجة رجال أعمال و415 مقعداً ذكياً في الدرجة السياحية.

وفي هذا الخصوص أفاد بيتر بومفارتتر، الرئيس التنفيذي للاتحاد للطيران، قائلاً: تعدّ سيدني واحدة من أفضل مساراتنا طويلة المدى من حيث الأداء وأكثرها إشغالاً، ولا نزال نشهد إقبالاً متنامياً لا سيما على مقصوراتنا من الدرجات الممتازة وذلك منذ إطلاقنا لتلك الوجهة قبل عشرة أعوام.

وأضاف قائلاً: بفضل الرحلة اليومية الثانية عبر طائرة إيرباص A380، سوف نضمن الاعتماد على منتجنا الرائد في كافة رحلاتنا إلى سيدني أسبوعياً، كما ستساعد ترقية هذه الرحلة على تلبية الطلب المتنامي، بما يعود بالنفع على المسافرين من وإلى أبوظبي وعلى امتداد شبكة وجهات الاتحاد للطيران العالمية.

أسعار «أوبك» عند 49.21 دولاراً للبرميل

•• فيينا-وام:

أعلنت منظمة الدول المصدرة للنفط "أوبك" أن سعر سلة خاماتها الـ13 وصل أمس الأول الثلاثاء إلى 49.21 دولار للبرميل مقارنة بسعر اليوم الذي قبله 49.64 دولار.

وتضم سلة خامات "أوبك" - التي تعد مرجعاً في مستوى سياسة الإنتاج - الأنواع التالية: خام مريان الإماراتي وخام مزيج صحاري الجزائري والبرني الثقيل والبصرة الخفيف العراقي وخام التصدير الكويتي وخام السدر الليبي وخام بوني الخفيف النيجيري والخام البحري القطري والخام العربي الخفيف السعودي والخام الفنزويلي ميرايا وجيراسول الأنفوني وربع الخفيف الغابوني وأوريت الاكوادوري.

سيولة أسواق الإمارات تعود فوق نصف مليار رغم تباين إغلاق المؤشرات

•• أبوظبي-وام:

تجاوزت قيمة الصفقات المبرمة في أسواق المال الإماراتية نصف مليار درهم خلال جلسة التداول امس رغم عودة التباين للسيطرة على إغلاق المؤشرات العامة في سوق أبوظبي ودبي الماليين. وشهدت أسعار غالبية أسهم الشركات القيادية تذبذباً طيلة جلسة التعاملات، حيث مال بعضها للارتفاع في حين انخفض الآخر وذلك تحت ضغط من عمليات جني أرباح طبيعية بعد الصعود الذي سجلته في اليومين السابقين.

وعلى مستوى حركة المؤشرات واصل المؤشر العام لسوق دبي المالي ارتفاعه بنسبة 0.15% ليبلغ 3438 نقطة في ما أغلق المؤشر العام لسوق أبوظبي للأوراق المالية على انخفاض بنسبة 0.52% عند 4541 نقطة. ويتضح من خلال التحليل اليومي للتعاملات أن الشريحة الأكبر من أسهم العقار المدرجة في السوقين سجلت مكاسب جيدة وارتفع سهم الدار إلى 2.18 وتبعه في نفس الاتجاه سهم اشراق إلى 1.14 درهم.. أما في سوق دبي المالي فقد صعد سهم أرابنك بنسبة تجاوزت 4% بالغا 90 فلساً كذلك ارتفع سهم داماك إلى 2.55 درهم وتمكن سهم الاتحاد العقارية من استعادة قيمته الاسمية مجدداً مغلقاً عند 1.01 درهم.

وكان سهم بنك أبوظبي الوطني المدرج في سوق العاصمة ضمن قائمة الأكثر نشاطاً وذلك رغم انخفاض سعره إلى 10.95 درهم وهو نفس الوضع الذي سيطر على سهم اعمار في سوق دبي والمتراجع بنسبة طفيفة إلى 7.20 درهم وسجل صفقات بلغت قيمتها 43 مليون درهم تقريباً. وعلى صعيد حركة المؤشر السعري فقد واصلت الأسهم الراجحة تفوقها وذلك رغم تباين إغلاق المؤشرات الوزنية فقد أغلقت أسهم 37 شركة على ارتفاع من اجمالي أسهم 65 شركة جرى تداولها امس مقابل انخفاض أسعار أسهم 17 شركة ولم يطرأ تغيير يذكر على أسعار أسهم 11 شركة اكتفت بالإغلاق على نفس مستوياتها السابقة.

توفر التحويلات للريف والحضر موارد للصرافة توقع اتفاقية مع Land Bank أكبر المصارف الحكومية بالفلبين

•• دبي-الفضج:



عن تحويلات للخارج، يذهب منها 45% منها إلى دول آسيا و35% إلى الدول العربية ونحو 20% دول أوروبا، بالإضافة إلى نظام حماية الأجور، مشيراً إلى أن موارد للصرافة ماضية في افتتاح فرع أخرى لها قريباً بالإمارات الشمالية وأبو ظبي . وأعرب الكس يونافينترا الرئيس التنفيذي لـ Land Bank عن سعائه بالتعاون مع موارد للصرافة ، مؤكداً على أن هذه الاتفاقية ستتيح لهم كينك أن يقدم خدماته لملايين من مواطني الفلبين يعملون

والمراكز التجارية بالفلبين، وتعتمد عليه اغلب الشركات تحويل رواتب موظفيها .. وقد وقع الاتفاقية ممثلاً عن موارد للصرافة محمد مصبح النعيمي، فيما وقعها عن الرئيس التنفيذي لـ Land Bank الكس يونافينترا الرئيس التنفيذي للفلبين . من جهته أكد محمد مصبح النعيمي الرئيس التنفيذي لـ موارد للصرافة، على أن اتفاق الحصول على الخدمات البنكية من Land Bank هو الأول من نوعه في الإمارات وسبقه

أعلنت مجموعة شركات موارد للصرافة عن توقيع اتفاق مع Land Bank of the Philippines لاند بانك أوف فيلبينيز، والذي يعد أكبر البنوك الحكومية في الفلبين، ورأس المال، وتخدم فرع لـ Land Bank المدن الحضرية وكذا كافة المناطق والمدن الريفية بالفلبين، وتأتي هذه الخطوة لتعكس حرص موارد للصرافة على تقديم تسهيلات أكبر لعملائها ..

إذ بموجب هذه الاتفاقية سيتمكن عملاء الفروع الستة لشركات موارد للصرافة، والمتنشرة في ربوع دولة الإمارات، من استخدام الخدمات الالكترونية للبنك والتحويل مباشرة على حساب العميل أو نقداً بكافة فروع البنك وكلائهم، كما تساهم موارد للصرافة أيضاً في توجيه عملائها لفتح حسابات لـ Land Bank of the Philippines في الإمارات، وتعد هذه الاتفاقية الثانية إذ سبق موارد للصرافة أن وقعت اتفاقاً مماثلاً مع بنك BDO بي دي او في الفلبين، ولطالما كان بنك BDO في المركز الأول لانتشاره في جميع الأحياء

وزارة المالية تعقد ورشة عمل حول المحافظ الاستثمارية بالتعاون مع صندوق النقد العربي

•• أبوظبي-الفضج:

تقدمها الجهات الحكومية للمتعاملين، ودفع عجلة التنمية الاقتصادية والاجتماعية في الدولة. وقال سعاده: تضطلع وزارة المالية بمهمة إدارة مساهمات الحكومة الاتحادية في المؤسسات والمنظمات المحلية، والإقليمية والدولية، حيث قامت الوزارة بتحديد المهام والمسؤوليات التي يتوجب على ممثلي الحكومة الاتحادية الالتزام بها ضمن مجالس الإدارات، والذي سيتم مشاركته مع الأعضاء للاعتماد والالتزام بالتعليمات والشروط التي تحددها في مؤسسات القطاع الحكومي، لما لها من دور محوري في دعم المبادرات طويلة الأجل التي تحقق قيمة مضافة، ولتعزيز مبدأ الشفافية والمساءلة، وضبط الإنفاق ورفع كفاءته، والرقابة على الأداء المالي، وارتقاء بفعالية الأداء الحكومي وجودة الخدمات التي

وكيل الوزارة المساعد لشؤون العلاقات المالية الدولية، وعدد من المسؤولين في الوزارة، وشارك بها ممثلون عن وزارة الطاقة، وهدفت الورشة إلى نقل المعرفة وإطلاع ممثلي الحكومة الاتحادية في مجالس الإدارات في الشركات والمنظمات على أفضل الممارسات العالمية المتبعة في حوكمة مجالس الإدارات وتحديداً في نطاق إدارة وتقييم المحافظ الاستثمارية وإدارة المخاطر. من جهته أكد سعادة خالد البستاني على أهمية اعتماد وتطبيق أفضل ممارسات ومعايير الحوكمة وتطويرها في مؤسسات القطاع الحكومي، لما لها من دور محوري في دعم المبادرات طويلة الأجل التي تحقق قيمة مضافة، ولتعزيز مبدأ الشفافية والمساءلة، وضبط الإنفاق ورفع كفاءته، والرقابة على الأداء المالي، ولارتقاء بفعالية الأداء الحكومي وجودة الخدمات التي





منوعات الفجر 38

نظمت في جناحها مجموعة من الورش التدريبية

«ألف عنوان وعنوان» تعرف أطفال «القرائي للطفل» بعناصر القصة الإبداعية

فنية تحت عنوان «علامات الترقيم» وأهميتها أثناء الكتابة، إلى جانب شرح مفصل عن كل علامة وكيفية وضعها داخل النص بالطريقة الصحيحة، بطريقة سهلة ومبسطة، وبأسلوب لا يخلو من المرح والترفيه. ومن جانبها قالت إحسان خضر: حرصنا من خلال هذه الورشة إلى محاكاة عقول الأطفال وخيالهم، من خلال مساعدةهم على إبداع قطعة فنية يصنعونها بأنفسهم، من أجل إلهامهم على تأليف قصتهم الخاصة، باستخدام الأشكال أو الشخصيات التي شكلوها من خلال الورق، إلى جانب حثهم على العديد من العادات الصحية السليمة بطريقة مبسطة تحاكي خيالهم وتمني مهاراتهم الإبداعية.

كل ما يدونه ويخطه قلمهم هو محل إشادة وتقدير ومهما كانت بساطته فيمكن أن يشكل نواة لعمل أدبي متكامل. وأضافت المعيلي: تعرف الأطفال المشاركون معنا على مراحل صناعة القصة، بدء بتجميع الأفكار مروراً بصياغتها، ووصولاً إلى الطباعة والنشر، كما اكتسبوا المهارات اللازمة التي تساعدهم في كيفية اكتشاف مصادر الأفكار الإبداعية، وتوظيفها بما يخدم موضوع القصة، والتي من بينها ممارسة التأمل ومحاكاة الواقع. وعلى صعيد آخر قدمت إحسان خضر سلسلة من الورش التعليمية، التي تحدثت عن كيفية لف الورق وتاريخ صناعته، وكيف تطورت الكتابة من على الحجر وصولاً إلى الورق وعن استخداماته المتعددة، إضافة إلى تقديم ورشة

علاقة الطفل بالقصة، وتعريفه بالطريقة الصحيحة التي يجب اتباعها عند كتابتها ابتداءً من التأليف وصولاً إلى الإخراج ثم النشر، إلى جانب تعريف الأطفال بطريقة حفظ الحقوق الفكرية للمؤلف وأهميتها في العصر الحديث. وقالت بدور إبراهيم المعيلي: ركزنا من خلال هذه الورش التدريبية، التي استهدفنا بها الأطفال من عمر 4-7 سنة، على مفهوم الكتابة الإبداعية، وفن كتابة القصة، وتناولنا من خلالها ثلاثة مواضيع أساسية حملت عناوين مختلفة، وسعيًا من خلال هذه الورش إلى إطلاع الأطفال على المناهج المستخدمة في كتابة القصص، وتشجيعهم على كتابة قصصهم وخواتمهم، إلى جانب التأكيد لهم على أن

والفنانة التشكيلية إحسان خضر، حيث قدمت المعيلي الورش الثلاث الأولى، وأقيمت أولى هذه الورش تحت عنوان «جمع قصتك وانطلق»، والتي قام خلالها المشاركون بتكوين قصتهم الخاصة، والتعرف على أجزاءها وعناصرها، وكيفية كتابتها بالشكل الصحيح، مساعدتهم على تنمية خيالهم وقدراتهم الإبداعية، وتوظيفها بالشكل الصحيح. وقدمت الورشة الثانية «من أين تأتي الأفكار»، بهدف تعريف الأطفال بكيفية التفكير بطريقة مبدعة ومبتكرة، بالإضافة إلى التعرف على المراحل التي يجب اتباعها للخروج بفكرة متكاملة العناصر والأهداف، ونظمت الورشة الثالثة تحت عنوان «مصنع القصة»، لتعميق

المشاركة-الفجر: حرصاً منها على تنمية مهارات الأطفال المختلفة، والمشاركة في ترسيخ أهمية الثقافة والقراءة في حياتهم اليومية، شاركت مبادرة «ألف عنوان وعنوان»، إحدى مبادرات «ثقافة بلا حدود»، والرامية إلى إصدار 1001 كتاب إماراتي خلال العامين 2016-2017، في النسخة التاسعة لمهرجان الشارقة القرائي للطفل، بمجموعة من الورش التعليمية والفنية التفاعلية. ونظمت المبادرة خلال المعرض سلسلة من الورش التدريبية، التي شاركت في تقديمها كل من بدور إبراهيم المعيلي، مديرة في مجال الإبداع وكتابة لأدب الطفل،



الأجيال الجديدة قالت: «هناك لكن هذا وحده لا يكفي بل يجب تقوم بواجباتها تجاه الأطفال ولا يحرك حكومي ملحوظ وملمووس، على المؤسسات التعليمية والأسر أن يعيها ذلك من المسؤولية».

خلال جلسة ضمن «الشارقة القرائي»

فتحية النمر: كيف نصنع طفلاً قارئاً؟

هذا أمر لا يعيهم ومؤسساتهم من مسؤولية كبيرة، قائلة: على الآلية التعليمية أن تغير من منهجية التلقين التي تتبعها، وخصوصاً التكليفات المدرسية التي لا تحقق غايتها المرجوة، لأنها طريقة تدفع الطلاب للمحروف عن القراءة والمطالعة والبحث، حيث نشاهد أن غالبية الطلاب يذهبون لشراء الأعمال البحثية الجاهزة وهذا أمر خطير. وعن الجهود الحكومية المبذولة في دولة الإمارات العربية المتحدة، في سبيل تعزيز أساسيات القراءة لدى

ترسيخ مفهوم المطالعة داخله، وأضاف: للأسف هناك تقصير من العائلة في هذا الأمر، وهذه مشكلة يجب الانتباه لها لأنه من الخطورة أن نذهب لنختار للطفل ماذا يقرأ، بل على الآباء أن يلتفتوا وحرصاً إلى ربط الأطفال بالكتاب، وترسيخ ثقافة القراءة لديهم في المنزل، وأن يترنّبوا منذ سنواتهم الأولى على الاهتمام بالقراءة. وفيما يتعلق بدور المؤسسات الأكاديمية في تأهيل أجيال قارئة، أشارت الكاتبة إلى أن المعلمين يواجهون ضغوطات كبيرة، لكن

القراءة لدى الأجيال الجديدة؟، منطلقة بذلك إلى محاور عديدة حول مفهوم القراءة، وإمكانية تحويلها إلى عادة يومية. واستهلت النمر حديثها بالقول: «لا يمكن أبداً أن نطلب من الطفل أن يقرأ وينتقي مواضيع كتبه فهو لا يدرك هذا النوع من الطلبات، لذا يجب علينا أن نأخذ بيده إلى عالم الكتاب، ونفتح له نوافذ هذه العوالم المغلقة لتطلعه على مداراتها الخصبة، ونعرّفه على المواضيع التي تعلقه بحبها، ومن هنا تبدأ أول خطوة للطفل في

الموافقة مع الدافقة»، التي أقيمت أمس الأول، ضمن البرنامج الثقافي لفعاليات مهرجان الشارقة القرائي للطفل، في دورته التاسعة، حيث تناولت الأساليب التي يمكن اتباعها لصناعة طفل قارئ، والأليات الواجب تنفيذها لاقتناء الأعمال الإبداعية الموجهة للأطفال. واستضافت الجلسة التي أدارها الروائي السوري إسلام أبو شكير، الكاتبة الإماراتية فتحية النمر، إذ تساءلت: كيف نصنع طفلاً يقرأ، وإلى ماذا يجب أن تستند الأسر والمؤسسات التربوية في تعزيز

المشاركة-الفجر: يعتبر موضوع القراءة أمر دقيق، فهل مسألة القراءة بحد ذاتها آلية مضمونة فقط، أم يشترط لها أن تكون نوعية لا كمية، وماهي مسؤولية الأسرة في إنتاج جيل مهتم بالقراءة، وإلى أي مدى نستطيع أن نرسخ ثقافة المطالعة في دواخل الأطفال، ونوجههم نحو اختيار مواضيع الكتب؟ كل هذه الأسئلة وأكثر تطرقت لها جلسة «القراءة واختيار الكتب

«الشارقة القرائي للطفل» يبحث دور أدب الطفل في تعزيز ثقافة السلام

الحديث عن دور أدب الطفل في تعزيز ثقافة السلام في نفوس الصغار، لابد من التأكيد على أن طفل اليوم يواجه الكثير من التحديات، أبرزها سهولة وصوله إلى ما يعرض من محتوى إخباري حول الصراعات وأعمال العنف التي تشهدها دول عديدة، وهنا يأتي التحدي الأبرز الذي يمثل في كيفية صرف انتباه الطفل عن هذه الأحداث وتشجيعه على القراءة، الأمر الذي يصعب حدوثه في حال عدم ممارسة كل من الأب والأم للقراءة بشكل مستمر أمام أطفالهم. واختتمت الجلسة بالتأكيد على ضرورة التسامح بالأمل، وبتذكير الأطفال دوماً بجمال العالم بالرغم من المأسى، ودعا المتحدثون كتاب أدب الطفل إلى ضرورة إدخال قيم التسامح والمحبة والسلام في كتاباتهم ومؤلفاتهم، حتى تفرس في الطفل مبركاً.

دولة الإمارات العربية المتحدة، وإمارة الشارقة المهمة والثرية، فقد وجدت الجاليات هنا تعاضد بعضها في تناغم فريد، وهي تجربة رائدة تستحق الإشادة والتقدير. ومن جانبه قال عبد الرضا السجواني: «يمكن أن يساعد أدب الطفل في تعزيز ثقافة السلام واللاعنف، ولكن لابد أن تتكامل الأدوات ما بين الأسرة والمدرسة، حيث يمكن استخدام أدب الطفل في مرحلة ما قبل المدرسة، وذلك من خلال أسلوب الحكايات، والكتب المصورة التي تحمل قيم إنسانية نبيلة». وشدد السجواني على أن بذرة التسامح يجب أن تفرس في الطفل منذ الصغر، مؤكداً أن ثقافة التسامح تنطلق من الأسرة بين الطفل والأم والأب وبقيّة أفراد الأسرة. ومن جهتها قالت سيغديم كابلانغي: قبل

يُطرح أدب الأطفال بوصفه سبباً لتحقيق السلام، وأن الكتب هي الملاذ الوحيد الذي يلجأ إليه الطفل للتخفيف الآثار القاسية التي تخلفها الصراعات والحروب على الأطفال والياقفين. واستعرضت فوزية منة الله تجربتها في توظيف أدب الطفل لصالح نشر ثقافة المحبة والسلام، مشيرة إلى أنها مارست ذلك لتقنين من الزمان، ونجحت خلالها في تجاوز الصراعات السياسية بين كل من باكستان والهند، وأكدت أنها استطاعت أن تتخطى كل العقبات، فيما يتعلق بتعزيز التواصل الثقالي بين الأطفال في الدولتين. وأضافت منة الله: الترويج لثقافة السلام في ظل الأوضاع التي يعيشها العالم، يعتبر تحدياً كبيراً، وخير مثال على ذلك تجربة

تناولت جلسة الترويج للسلام والتفاهم من خلال كتب الأطفال، مساء أمس الأول في مهرجان الشارقة القرائي للطفل، أوضاع العالم الراهنة، التي يتعرض فيها عدد كبير من الصغار لأشكال من العنف وعدم الاستقرار، كاشفة عن حاجة العالم إلى تحقيق السلام المتبادل وتعزيز القيم الإنسانية. وشارك في الجلسة، كل من القاص والكاتب الإماراتي عبد الرضا السجواني، والفنانة ومؤلفة كتب الأطفال الباكستانية فوزية منة الله، والكاتبة والمحرة التركية سيغديم كابلانغي، وأدارها الإعلامي محمد عبده. وأكدت المتحدثون أنه في ظل الاضطرابات التي تشهدها دول عديدة في مختلف أنحاء العالم،



المشاركة-الفجر:

من خلال ورشة تدريبية بالتعاون مع مكتبة الشارقة

مهرجان الشارقة القرائي للطفل يعلم الصغار كيفية النطق السليم

وتعد مثل هذه الورش التدريبية التي تقدمها بشكل مجاني للزوار، من عناصر التفرح لمهرجان الشارقة القرائي للطفل، الذي لا يركز على تشجيع الأطفال على القراءة فحسب، وإنما يعمل على بناء وتطوير قدراتهم اللغوية، وتحسين طريقة وأسلوب نطقهم، إضافة إلى تحفيزهم على التحدث باللغة العربية، والإحساس بالأصوات الموسيقية الجميلة التي تنبعث من الكلمات التي تتكون منها لغتهم الأم.

صورتين لكل كلمة. وتضمن البرنامج التدريبي للورشة الكثير من الفقرات الممتعة، التي جذبت الأطفال أكثر نحو اللغة، وعززت اهتمامهم باكتشاف المزيد من المفردات الجديدة من البيئة المحيطة بهم، وحرصت المدرسة على توزيع أوراق عمل احتوت على كلمات إضافية لإثراء محصلتهم اللغوية، وتشجيعهم على تكوين قاموسهم اللغوي الخاص من خلال التنافس فيما بينهم على ذكر أكبر عدد ممكن من المفردات.

بناء المفردات الخاصة بهم. وشهدت الورشة حضوراً كبيراً من الأطفال، لاسيما في مرحلة ما قبل المدرسة والصف الأول الأساسي، والذين تتفاعلوا مع مضمونها، حيث تعرفوا على عدد المقاطع في الكلمة باستخدام المعينات التركيبية، وتعلموا كيفية تحديد الصوت الخاص بالحرف الأول والأخير من الكلمة من خلال عرض مجموعة من الصور، إلى جانب تمييز الكلمات المتشابهة في الحرف الأول أو الأخير باستخدام

والجوائز التحفيزية. وقدمت الورشة المدرية دانيا بن خضراء، المتخصصة في تقويم النطق واللغة، التي أكدت على أن الغاية الأساسية من هذه الورشة هو تنمية وعي الأطفال بالأصوات اللغوية من خلال التعرف على الأصوات والمقاطع التي تتكون منها كل كلمة، وكذلك التمييز سمعياً بين الحرف الأول والأخير، والتمييز بين الكلمات المتشابهة في النغمة، إضافة إلى تركيب كلمة من حروف منفصلة، لمساعدة الصغار على

المشاركة-الفجر: استكمالاً لدوره الثقافي، الذي يجعم بين التربية والتعليم والتنوعية والترفيه، نظم مهرجان الشارقة القرائي للطفل، يوم أمس الأربعاء، بالتعاون مع مكتبة الشارقة، ورشة حول فن النطق، بهدف إلى تدريب الأطفال في الفنون العميرية بين خمسة إلى سبعة أعوام على مهارات النطق السليم للحروف والكلمات، بأسلوب ممتع تضمن الكثير من المسابقات



منوعات

الفكر

39



أصبحت نيكول كيدمان وسو بريرلي (أختين بالروح) بعدما أدت الممثلة الأسترالية دور الأم بالتبني في الفيلم الأسترالي الجديد Lion. كانت سو تبنت سارو بريرلي من الهند حين كان في الخامسة من عمره، ثم دعمته عندما قرّر البحث عن أمه البيولوجية في الهند بعد ٢٥ سنة. تناقش المرأتان في هذه المقابلة النقاط المشتركة بينهما بكل عفوية، لا سيما الأمومة والتبني.

تناقشان النقاط المشتركة بينهما بكل عفوية

نيكول كيدمان وسوبريرلي (أختين بالروح)

- نيكول: أردت أن أكرّمك لأنك نجحت في الحفاظ على تماسك العائلة

- سو: أشعر بأن قوة الأمومة تملكتني منذ مرحلة مبكرة من حياتي

- Lion.. يحث النساء على التفكير بالتبني واتخاذ قراراتهن بشأن الطفل الذي يُردنه

سيدني، تحدثنا مطولاً عن مسائل عميقة وبيكت، إنها تجربة جنونية حقاً.

• سو بريرلي: شعرت حينها بنشوء رابط روحي قوي بيننا، وأعطى ذلك الرابط شمارة. بيكت أيضاً حين سمعت بعض الأسئلة التي طرحت عليّ. أظن أن أهم جزء من المشروع يتعلق بك أنت لأنك كنت تتوقين إلى التعمق بهذا الدور وحققت لي كل ما كنت أتمناه. شعرت بسعادة فائقة لأنني تمكّنت من التعبير عن مشاعري.

• نيكول كيدمان: وأنا تعلّمت دروساً كثيرة، كانت رفقتك مُهدّنة جداً. إنها تجربة غريبة بالنسبة إليّ. جذبتني شخصيتك وتعلّقت بالدور الذي سأؤديه في الفيلم، لذا سمعت حدسي وأنا مسرورة بقراري.

• سو بريرلي: أنا أيضاً مسرورة، وأفخر بهذه التجربة. ربما يبالي المجتمع في إصدار الأحكام، لذا نحتاج أحياناً إلى شخص مميز كي يقدر امرأتين مثلنا. إنها تجربة قوية. هل تشعرين بذلك يا نيكول؟

• نيكول كيدمان: طبعاً، أحب ما قلته عن أننا (أختان بالروح). أشعر بذلك وسيلازمني هذا الإحساس إلى الأبد. إنه رابط مميز وغير مأوف. لكل منا طريقته في التعامل مع الظروف وقد تفشل تلك الطريقة أحياناً. في ظروف مماثلة، أحاول التمسك بهذا النوع من الأشخاص في حياتي. قدم لي الفيلم هذه الفرصة المدهشة وكان بناء هذه الصلة بيننا أمراً سهلاً وسريعاً. منحني التمثيل أهمّ الفرص لأنه سمح لي بمقابلة أشخاص أريد التمسك بهم طوال حياتي. إنها أعظم هبة قدّمها لي التمثيل.

أعمق علاقة

• سو بريرلي: يمكنك أن تتقاسمي هذه التجربة مع ابنتيك أيضاً.

• نيكول كيدمان: حصلت ابتناي على فرصة السفر ومشاهدة أمور غير مأوفة، يحزني أحياناً أن تتغيّر عن المدرسة وتتابعان السفر لكن لكل منا عمله ولا أريد أن نفترق. اعتبر الفيلم (رسالة حب لابنتي) وقد أُرّبي مشهدي مع سارو حين أشرح له ما دفعني إلى خيار التبني.

• سو بريرلي: أظن أنه أقوى مشهد لتجسيد علاقة الأم بابنها، لطلالما أحزنتني طريقة تجسيد التبني في وسائل الإعلام التي تعتبره ثاني أفضل خيار. هذا الموقف يصدم الأطفال. أراد سارو أن يجد أمه البيولوجية وسررت لأنني أستطيع مساعدته. إنها غريزة طبيعية. تكلمنا عن أمه وعائلته كثيراً وشجّعته كي يتابع بحثه وكي تعرف والدته أنه بخير. حين قابلت كاملا [أمه البيولوجية] للمرة الأولى، أردت أن أعرف إذا شعرت بأن سارو لا يزال حياً. إنها الرسالة التي أردت توجيهها لها طوال 25 سنة.

شعرت بالخفر حين عرفتها على ذلك الابن الجميل، ثم تأثرت حين علمت أنها شعرت بوجود ذلك الرابط بينهما، لذا لم تنتقل من منزلها على أمل أن يعود يوماً. رحّت أبكي وبدأت هي تواسيني! كنت قلقة من أن تكون فقدت ذلك الرابط مع الطفل الذي أنجبته. كنتُ محظوظة جداً لأنني عشّت تلك التجربة.

• نيكول كيدمان: هذه العلاقة أعمق من أي علاقات أخرى. وسيحصل الابن في النهاية على المرأتين معاً ويطور نفسه بناءً على هذه التجربة. حين شاهدت الفيلم للمرة الأولى، تساءلت فوراً عن شعور سو لدى رؤيته.

• سو بريرلي: شعرت بالذهول. كدنا نصاب بصدمة حقيقية. لم نصدّق أن حياتنا يمكن تجسيدها بهذه الدقة. طلبت كوب ماء ولم أستطع الحفاظ على توازني أثناء المشي. كنت أحتاج إلى ذراعك لاحتضاني يا نيكول، كما تفعلين حين نلتقي دوماً.

• نيكول كيدمان: شاهدت الفيلم مع شقيقتي، وهي أم لستة أولاد. كان مدهشاً حقاً. قالت لي: (هذا ليس فيلماً بل تجربة بحد ذاتها). تأثرت بالفيلم ودعمته بشدة. لنغيّر مفهوم التبني يا سو!



أحسم أمري بعد، نادراً ما أسمح لهما بمشاهدة أفلامي. حتى زوجي كيت لم يشاهده بعد. سيراه في عرضه الأول في نيويورك. سنشاهده جميعاً أليس كذلك؟

• سو بريرلي: أتوق إلى ذلك.

• نيكول كيدمان: ديف باتيل (يؤدي دور سارو في الفيلم) مدهش أيضاً. قابلته في نهاية الأسبوع. إنه شخص مضحك وطريف لكنه بدا متوتراً. يضحك للجميع حين أناديه ابني لأنه ضخم جداً!

• سو بريرلي: أرسل لي سارو صورة له مع ديف اليوم. هما بضيان أجمل الأوقات.

• نيكول كيدمان: حين قابلت مخرج الفيلم غارث ديفيس، سألته فوراً إذا كنت أستطيع مقابلتك لكنني لم أשא أن أضغط عليك. لذا توّلي شريكي في الإنتاج مقابلتك وطرح الأسئلة عليك وتسجيل أجوبتك، ثم شاهدت التسجيل والتقيتني أخيراً في شقتي في

لكنني أتمنى أن يتغيّر رأي العالم في ظل التغيرات الحاصلة اليوم عن طريق التعليم.

نحن نتجذب إلى الأشخاص الذين يحملون تفكيراً مشابهاً لنا. هكذا تطورت علاقتنا طبيعياً منذ البداية، لذا أشعر بأنني أستطيع التعامل معك بسهولة. إنه المسار الطبيعي لعلاقتنا.

رابط روحي

• سو بريرلي: أنت امرأة مميزة أيضاً. في الأسبوع الماضي، ذكرني مدنيّ كان أجرى معي مقابلة حين وجد سارو أمه الحقيقية في عام 2012 بأنني اخترتك أنت حين كنا نمزح بشأن الممثلة التي أريدها أن تؤدي دوري...

• نيكول كيدمان: إنه أمر مدهش! كم كانت رؤيتك ثاقبة! لا أصدق أنك قلت ذلك!

• سو بريرلي: في تلك الفترة كنا متحمسين بشأن الكتاب الذي نُشر الآن في 15 بلداً ولغة. ونعمل على إصدار نسخة خاصة بالأولاد أيضاً. ربما يمكنك قراءته لابنتيك.

• نيكول كيدمان: ربما... يسألني الناس دوماً إذا كنت سأسمح لهما بمشاهدة فيلم Lion ولم

• سو بريرلي: حين كتبتُ لك رسالة إلكترونية، شعرتُ بالقلق من رد فعلك على فيلم مثل Lion. لما كنتُ عشّت تلك القصة، فكنتُ أعرف تفاصيلها لكنني قلقتُ عليك بكل صراحة. حين أتيت إلى موقع التصوير، لاحظتُ أنك كنت مضطربة بعض الشيء ثم قلت لي: (بيكت كثيراً!). أصابني ذلك التعليق في الصميم لأن الناس يظنون أن هذا النوع من التجارب سهل لكنه ليس بهذه البساطة أليس كذلك؟

• نيكول كيدمان: الوضع ليس سهلاً طبعاً. كنتُ أحاول أن أكرّمك وأن أقبل مشاعرك. علمتُ الكثير عنك، فشعرتُ برابط بيننا. أردتُ أن أكرّمك لأنك نجحت في الحفاظ على تماسك العائلة. قامت والدتي بالمثل، لذا أدرك دور المرأة في العائلة: إنها مصدر قوتها! أعرف أن الفيلم يتمحور حول قصة ابنتك بالتبني سارو لكنني أردتُ أن أعطيك حقلك في المشاهد التي أجسد فيها دورك لأنك مميزة. لذا يسرّني أن يشاهد العالم لحظة عنك.

• سو بريرلي: لا أعرف رأيك بالموضوع لكنني فكرتُ كثيراً بما فعلته وأتمنى أن يحث الفيلم النساء على التفكير بالتبني واتخاذ قراراتهن بشأن الطفل الذي يُردنه. ضرورة مساعدة الأطفال لا تنحصر بالأطفال الذين ننجبهم. لن يتغيّر مسار التبني جذرياً قريباً لكنني سأسرّ إذا غيّرت عشر نساء طريقة تفكيرهن بشأن الأمومة والتبني.

• نيكول كيدمان: لا داعي لتلتخذ هذه التجربة طابعاً بيولوجياً. هذا ما أحبه في الفيلم وهذا ما أريد قوله: حين ينشأ ذلك الرابط بين الأم والطفل، تتلاشى أهمية الجانب البيولوجي. يكون ذلك الرابط قوياً بدرجة استثنائية.

قوة الأمومة

• سو بريرلي: هل تظنين أن ذلك الرابط ينشأ قبل أن تتكوّن الظروف التي تمهد لخوض هذه التجربة مثل الزواج أو الحمل؟ أشعر بأن قوة الأمومة تملكتني منذ مرحلة مبكرة من حياتي.

• نيكول كيدمان: صحيح، لذا شعرتُ دوماً بأن قصتك تعنيني، لأنني كنتُ أعرف أنني سأبني الأولاد. أردتُ أن أربي طفلاً منذ مرحلة مبكرة من حياتي، بعض النظر عن الطريقة. لم أكن واثقة من أنني سأنجب لذا تبنيّت أولاً.

• سو بريرلي: هذا ما شعرتُ به. بدأتُ أحلم بالأولاد قبل أن أبلغ ثم جاءني الجواب فجأةً. أنا محظوظة جداً لأنني حققتُ حلمي. لن أنسى ذلك مطلقاً.

• نيكول كيدمان: لكنني أحب ما قلته أيضاً حين تزوّجت. أخبرينا ذلك.

• سو بريرلي: ما كان الزواج ليحصل لو لم أقابل شخصاً يشاركني فلسفتي بشأن تربية الأولاد. قابلتُ جون حين كنتُ في السادسة عشرة من عمري. في النهاية يمكن التحكم بطريقة تكوين العائلة. قد تكون الحوادث الأخرى، مثل الأزمات والتطورات الاقتصادية والحروب، خارجة عن سيطرتنا. لكننا نستطيع الاعتناء بأولادنا.

حين تبنيّت ابني، عاملني الناس في المرحلة الأولى وكأنني نوع مختلف من الأمهات لأنهم لا يفهمون خيارات الآخرين وظروفهم في ما يخص الحياة العائلية. اضطررنا إلى انتظار 16 سنة قبل إنجاب طفل ثم جاء سارو. لم يفهم الناس ما حصل لنا تصرفوا بخراية أحياناً واتخذوا موقفاً دفاعياً.

• نيكول كيدمان: كنتُ أقول للناس: (إنه مصيري). هذا ما أردته. هذه الطفلة ابنتي). إنها أبسط طريقة للتعامل مع هذا الوضع، حتى أقرب أصدقائي تمّنوا لي أن أنجب طفلي الخاص يوماً! يبقى هذا الوضع غير مأوف



الغبار

نوبات الدوار في منتصف العمر علامة على الخرف

كشفت دراسة علمية حديثة أن نوبات الدوار في منتصف العمر، قد تكون علامة تحذير من الخرف قبل ظهور أعراض المرض بـ20 عاماً، ويعتقد العلماء أن الانخفاض المفاجئ في ضغط الدم غالباً يسبب ضرراً دائماً في الدماغ، ويزيد من مخاطر الخرف. ووجدت الدراسة، التي أجريت على 11 ألف شخص في منتصف العمر، أن أولئك الذين عانوا من هذه المشكلة، والمعروفة باسم هبوط ضغط الدم الانتصابي، أو "الدوار عند الوقوف" كانوا أكثر عرضة لتطور الخرف في وقت لاحق في الحياة بمعدل 40%.

وأوضح الدكتور أندريا رولينجيز، من مدرسة جونز هوبكنز بلومبرج للصحة العامة في الولايات المتحدة الأمريكية، رئيس فريق البحث، أن هؤلاء الناس الذين يعانون من انخفاض ضغط

الدم الانتصابي في منتصف العمر تم تتبعهم على مدى السنوات الـ20 المقبلة لهم، وتبين أن 40% منهم أكثر عرضة لتطور الخرف من أولئك الذين لم يتعرضوا للنس انخفاض في ضغط الدم. وأضاف أنهم أيضاً عرضة للتدهور المعرفي في الاختبارات بمعدل 15% أيضاً، لافتاً إلى أن انخفاض ضغط الدم يرتبط مباشرة إلى الخرف أو يكون مؤشراً على بعض الأمراض الكامنة الأخرى.

ومن الجدير بالذكر أن أي شخص يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بالخرف، بما في ذلك الأشخاص الذين يعانون من انخفاض ضغط الدم الانتصابي، من خلال التوقف عن التدخين، واتباع نظام غذائي صحي والقيام بأعمال أكثر نشاطاً بدنياً.



الأسبرين يمنع انتشار هذا النوع من السرطان

أشارت نتائج دراسة تعرف باسم "فيزيكانز هيلث ستاداي" إلى أن الرجال الذين يتناولون الأسبرين بشكل منتظم يقل لديهم خطر الإصابة بسرطان بروتاتا.

وقالت الطبيبة ماري كيه داوئر، من كلية هارفارد تي. إنش. تشان للصحة العامة، في بوسطن: يبدو أن هناك صلة أقوى بين الاستخدام المنتظم للأسبرين وتقلص خطر الإصابة بسرطان بروتاتا قاتل في مراحل متأخرة من تقدم السرطان.

وأضافت (هيلث) عبر البريد الإلكتروني، إذا كانت هذه الصلة بمثابة علاقة سببية فعلاً وهو ما لا نعرفه بعد فهذا قد تكون له انطباعات مهمة على معالجة المراحل المتأخرة من المرض.

ويعني ذلك أن الأسبرين قد يمنع انتشار الورم الخبيث إلى أعضاء أخرى وليس بدء الورم وهو ما يمكن القول: إنه أكثر أهمية من الناحية الإكلينيكية.

أبرزها النظام الغذائي

5 أسباب أكثر شيوعاً وراء ارتفاع الكوليسترول بالدم

إذا كنت تتعرض دائماً لارتفاع الكوليسترول في الدم فقد يكون ذلك ناتجاً عن عدد من الأسباب، وذكر تقرير نشره الموقع الأمريكي "very well" 5 أسباب أكثر شيوعاً وراء ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم، وتتضمن الآتي:

1. نظامك الغذائي الخاطئ
إذا كنت تتناول طعاماً غنياً بالدهون المشبعة كالوجبات السريعة ولحم البقر الغني بالدهون واللبن كامل الدسم والزبدة والأطعمة المعلبة المليئة بالزيوت وتحتوي على الدهون المشبعة فهي تزيد من مستوى الكوليسترول السيئ في الدم.
2. وزنك
فإن كبر حجم بطنك لا يؤثر فقط على شكل جسمك، لكنه يزيد من الدهون الثلاثية والكوليسترول في الدم.
3. مستوى نشاطك
قلة النشاط البدني قد تزيد من مستوى الكوليسترول السيئ في الدم.
4. تدخين السجائر
التدخين يمكن أن يدمر الكوليسترول الجيد في الجسم فينتج عنه زيادة في الكوليسترول السيئ.
5. التاريخ الوراثي
إذا كان أحد أفراد أسرتك يعاني من ارتفاع الكوليسترول، فقد تكون عرضة للإصابة بارتفاع الكوليسترول السيئ في الدم.



التمثلة فان بينغ بينغ لدى وصولها لحضور حفل Time 100 في حي مانها تن بنيويورك. (رويترز)

قرأت لك

البطريق



تختلف طيور البطريق عن الطيور الأخرى في الشكل و العادات فهو طير بحري لا يطير ، و تحصل طيور البطريق على كل غذائها من البحر و تأكل السماد و براغيت البحر القشرية . و تكون البطاريق سريعة و نشطة جداً في الماء ليس فقط للقبض على فريستها و لكن للهروب من أعدائها التي تتضمن

اسماك القرش و الحيتان القاتلة و يمكنها أن تقفز عدة أقدام خارج الماء إلى كتلة من الصخر أو من الجليد و هي تعوم بزعانها مستخدمة أرجلها في التوجيه فقط . لا توجد حيوانات برية كبيرة في المناطق المتجمدة الجنوبية حيث يعيش طيور البطريق و هذا هو السبب في أن معظم طيور البطريق أليفة جداً . توجد طيور البطريق غالباً في نصف الكرة الجنوبي حول الشواطئ و الجزر البعيدة في المنطقة المتجمدة الجنوبية و من صفات البطريق انها فضولية جداً فهي تختبر أي شيء غير مألوف لديها و على الرغم من أنها ليست ذكية إلا انها مخلوقات مسلية و جذابة ، و يبلغ حجم البطريق من 40 سم إلى 120 سم و تصل سرعته في الماء إلى 32 كيلومتراً في الساعة . و يعد أحسن انواع البطاريق المعروفة هو البطريق جاكاس و هو الذي يشاهد في حدائق الحيوان فهو لا يقطن المناطق القطبية الباردة و يوجد على شواطئ جنوب أفريقيا.

سؤال وجواب

- من هو الذي بنى مدينة القيروان ؟
- عقبة بن نافع
- كم المسافة التي يقطعها الجمل بدون شرب الماء ؟
- 400 كيلومتر
- متى فرض صيام شهر رمضان المبارك ؟
- عام 2 للهجرة
- ما أسم أبي بكر الصديق ؟
- عبد الله بن حنيفة
- ما أكبر المحيطات في العالم ؟
- المحيط الهادئ
- كم عدد الغزوات التي قاتل فيها الرسول صلى الله عليه وسلم ؟
- تسع غزوات

هل تعلم؟

- هل تعلم أن العالم الاسلامي الطبيب ابن سينا (الحسين بن عبد الله ابن سينا) أبو علي الملقب بالشيخ الرئيس يعود له الفضل في اكتشاف العديد من الأمور الطبية أهمها:
- أول من شخص الشلل النصفي وميز بين الشلل العضوي المحلي والشلل الناتج عن سبب مركزي في الدماغ.
- أول من وصف أعراض داء (الفيلاريا) أو داء الفيل، وهو مرض يصيب الرجلين فتتضخمان. وهو أول من وصف أعراض داء (الجمرة الخبيثة).
- وهو أول من وفق إلى اكتشاف الطفيلة المعوية المعروفة بالانكلستوما أو الرهقان. وهي دودة موجودة في أمعاء الإنسان. وقد وصفها وصفاً دقيقاً في كتابه الشهير القانون وقد سماها (الدودة المستديرة).
- هل تعلم أن الحفيد ابن زهر الأندلسي يعتبر من نوابغ الطب والأدب في الأندلس. ولم يكن في زمانه أعلم منه بصناعة الطب أخذها عن أبيه. وقد خدم دولتي المرابطون والموحدون.
- له الترياق الخمسيني في الطب ورسالة في طب العيون. ويعتبر ابن زهر أول من اكتشف جرثومة مرض الجرب من أطباء المسلمين كما هو أول من شخص أعراض خراج الحيزوم والتهاب التامور في حالتي الشفافة والاشكاب.

قصة التاجر الصالح

كان احمد تاجرا طيبا صالحا يفعل الخير سرا ووجه الله وقد منحه الله من عطيته الكثير فكان يشتري بكل ذلك جواهر وياقوتا ودررا فاخرة ، حتى جاء يوم كاد له صديقه كيدا عند الوالي فما كان من الوالي الا ارسل حراسه ليقتادوه الى السجن ظلما وعدوانا.. وقيل ان يدق الحراس بابيه في ذلك اليوم كان يجلس في صحن حديقته وفي حجره تبع عمره من مجوهرات وذهب وياقوت ودرر فخاف ان يراه من يدق الباب فالتى بها في حفرة وراءه غطت بالازهار والورود فلم ينتبه لها احد من الحراس الذين اقتادوه إلى الوالي الذي امر بمصادرة كل ما في داره والقائه في السجن .

جرى ماجرى وبقي في الحبس مدة طويلة هي سنوات جاءت فيها فصول وذهبت فصول ولم يفكر احد من اصداقائه او أصحابه في الذهاب إلى البيت او الحديقة لمعايبتها خاصة بعد ان تمت مصادرة كل ما في البيت واصبح خاويا على عروشه جف البستان وبيس.

مات الوالي، ومن جاء بعده اطلق سراح التاجر بعدما عرف انه حبس ظلما، وذهب إلى بيته وعاد له خادم كان مخلصا ليرعاه فأخذ التاجر يتذكر مجلسه في الحديقة وما لقي فيها من جواهر فتساءل يا ترى هل هناك من شيء منها... فذهب إلى الموضع ذاته واخذ يقلبه ومعه خادمه وكلما قلب الأرض وجد احدى جواهره حتى وجدها كلها ولم يضع منها واحدة.. وسبحان من أبناها فقد كانت هي كل رأس مائه فحمد الله وعلم انه قد بقيت له أعماله الصالحة في الدنيا.

مساحة للتلوين

