



المجندات عرضة للاكتئاب بعد الولادة

حذرت دراسة جديدة من أن الجنديات اللواتي يتواجدن في ظروف قتالية بعد وقت قصير على الإنجاب هن أكثر عرضة للمعاناة من الاكتئاب. وأفاد موقع هيلث داي نيوز الأميركي، أن باحثين من جامعة سان دييغو ومستشفى سلاح البحرية في كاليفورنيا، وجامعة ألينكوك في ميريلاند، دققوا في بيانات 1660 امرأة أنجبت فيما كانت تؤدي الخدمة بالجيش الأميركي. وتبين أن اللواتي أرسلن إلى الجبهة وواجهن ظروفًا قتالية بعد الإنجاب، كن أكثر عرضة لخطر المعاناة من الاكتئاب، مقارنة مع اللواتي أنجن ولم يشهدن مثل هذه الأوضاع. لكن الباحثين لاحظوا أن خطر المعاناة من الاكتئاب بعد الولادة ليس أكبر بكثير منه عند اللواتي لم ينجبن بتاتاً، فخلصوا إلى أن زيادة الخطر مرتبطة بالتعرض للقتال وليس الإنجاب.

روسيا لم تعثر على أي أثر للنيزك في بحيرة تشيبايركول

أعلنت وزارة الطوارئ الروسية، أمس عدم العثور على أي أثر للنيزك الذي اشتبه بسقوطه في بحيرة تشيبايركول بمقاطعة تشيلابنسك، وقلقت روسيا اليوم الروسية عن ممثلة وزارة الطوارئ بالمقاطعة، إيرينا روسيسو، أن بعض التقارير الإعلامية ذكرت سابقاً أن قطع النيزك سقطت في البحيرة، وقالت إن غواصي وزارة الطوارئ والبحوث البحرية، من دون أن يعثروا على أثر للنيزك، وقال محافظ المقاطعة، ميخائيل يوريفيتش، إن الأضرار المادية من الحادثة قد تتجاوز 33 مليون دولار، مضيفاً أن العناية الإلهية وحدها منجبت سقوط قنبل. وذكرت وزارة الطوارئ أن عدد المباني السكنية المتضررة بلغ 3724 مبنى، بالإضافة إلى أكثر من 670 منشأة صناعية وتعليمية وثقافية وترفيهية مختلفة. وقدرت مساحة الزجاج المحطم بحوالي 200 ألف متر مربع.

15 مؤشراً على إصابة الرجال بالسرطان

يعتبر الكشف المبكر عن الأمراض، لا سيما

السرطانية منها، من القضايا بالغة الأهمية

بالنسبة لتطور المرض لاحقاً، وبالتالي

مصير الشخص الذي يظهر عنده

لذلك يشدد الأطباء في كل مناسبة

على أهمية إجراء الفحوص

الوقائية بشكل

دوري ومنتظم.



على خلاف الكثير من النساء اللواتي يعمن إلى إجراء الفحوص الوقائية، فإن الرجال عادة يتجاهلون ليس فقط الفحوص الوقائية، إنما أيضا العديد من الأعراض التي تطرأ على أجسامهم، وقد تؤثر إلى أن مرضا جديا يتطور لديهم. لذلك فعلى النساء الضغط على أزواجهن وأولادهن كي يتوجهوا إلى العيادات الطبية لإجراء الفحوص المطلوبة. والكشف المبكر عن المرض يزيد إمكانات نجاح العلاج والشفاء، في حين أن الوصول متأخرا إلى الطبيب يعني تراجع الأمل بشكل كبير في إيقاف انتشار الخلايا السرطانية المميتة.

الموقع الطبي التشيكي المتخصص بمعالجة السرطان أعد قائمة بخمسة عشر مؤشرا يمكن أن تدل على بدء الإصابة بالسرطان لدى الرجال هي التالية:

- 1- ظهور كتلة أو أي شكل آخر من الورم في منطقة الصدر، مع الإشارة هنا إلى أنه حتى الرجال يمكن أن يصابوا بسرطان الصدر.
- 2- استمرار الألم الذي لا يعرف مصدره لفترة طويلة. صحيح أن أغلب الآلام لا تنجم عن ورم خبيث، غير أنه من الأهمية بمكان معرفة سبب الآلام الزمنة التي تستمر لفترة طويلة.
- 3- حصول تغيرات في الخصية، مع الانتباه إلى أن سرطان الخصية من أكثر أنواع السرطانات التي تصيب الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 29 و40 عاما.
- 4- تضخم الغدد اللمفاوية: قد يكون التضخم ناجما عن التهاب أو إصابة بعدوى فيروسية، غير أن تضخم الغدد يمكن أن يؤثر إلى بدء انتشار ورم

السباحة مفيدة لآلام الظهر ولكن..

يعتقد الكثيرون أن السباحة تساعد في شفاء آلام الظهر، وهناك دراسات تدعم هذا الاعتقاد، ولكن في المقابل فإن بعض السباحات العنيفة قد تأتي بنتائج عكسية. وتشمل إيجابيات السباحة تقليل إجهاد المفاصل وتقوية عضلات الظهر والجنب والأطراف، وذلك بفعل الوجود الخفيف للماء على الجسم وتوفيره بطانة واقية تساعد على عمل مساج غير مباشر. ولكن طبيب فريق السباحة الأولمبي الأميركي خلال الدورات الثلاث السابقة الدكتور سكوت روديو يقول إن ذلك لا يعني أن يقفز في بركة السباحة كل شخص يعاني من ألم في الظهر. ويؤكد روديو أن ألم الظهر قد ينتج عن العديد من المسببات لكل منها محاذيره المختلفة، وهذا يقتضي مراجعة الطبيب أولا لعمل التشخيص المناسب وتحديد العلاج الملائم الذي قد يكون الوقوف في بركة السباحة وحمل الكرات والأربطة لتعزيز قوة عضلات الجنب والمنطقة السفلية من الظهر. وفي حال سماح الطبيب للمريض بالسباحة فيجب أن يسبح في حضور المدرب الذي يساعد إذا حدثت مشاكل. وهنا ينصح روديو بالانتباه للتقنية والبدء بسباحة الصدر لأنها لا تقي عبئا كبيرا على منطقة الجنب. كما ينصح الدكتور روديو وهو أيضا مساعد رئيس قسم الطب الرياضي في مستشفى الجراحة الخاصة في مدينة نيويورك بسباحة الظهر خيار جيد آخر مع سباحة الصدر، أما التقنيات الأخرى فقد تؤدي إلى حدوث تمدد مفرط في عضلات الظهر مما قد يفاقم من المشكلة عوض حلها. ومثل أي نشاط آخر يجب ممارسة السباحة بشكل تدريجي، وذلك عبر البدء بمعدل مرتين في الأسبوع يزداد تدريجيا على فترة أربعة إلى ستة أسابيع.



الفراولة فاكهة الرشاقة

الفراولة فاكهة رقيقة اللمس جميلة المنظر وتعد غذاءً جيداً للحفاظ على الرشاقة ذلك لأن المائة جرام منها تعطي ثلاثين وحدة حرارية فقط. تتميز الفراولة أيضاً بوجود نسبة عالية من فيتامين سي هذا الفيتامين يعد من مضادات الأكسدة التي تحافظ على صحة الخلايا والأنسجة وسلامة القلب، ويساعد على التمتع بالجروح. كما أن الصبغة الحمراء فيها تحمي القلب أيضا مثلها في ذلك مثل الطماطم التي تكتسب لونها الأحمر من صبغة اللايكوبين. كما أن عصير الفراولة يفيد بعض السيدات في تخفيف آلام الحيض. ويساعد حامض الفوليك الموجود في الفراولة على انقسام الخلايا ويحافظ على النمو الطبيعي للجنين في حالة الحمل. كما أن الحديد في الفراولة هو أحد مكونات الهيموجلوبين في الدم الذي ينقل الأوكسجين للمساعدة في إطلاق الطاقة، وهناك معادن مهمة في الفراولة مثل الزنك الضروري لصحة الجلد والشعر وللمناعة والخصوبة، والمغنسيوم الضروري لتقليل الاشارات العصبية. يحتوي كل 100 جرام من الفراولة على 91.5% ماء وحوالي 0.61 جرام من البروتين و0.37 جرام من الدهون هذا بالإضافة إلى 30 وحدة حرارية فقط لذا فهي غذاء جيد للريجيم.

لكن لا ينصح باتباع ريجيم أوجمية غذائية تعتمد على نوع واحد من الأطعمة مثل ريجيم التفاح أو الفراولة لأنه لا يوجد غذاء واحد يحتوي على جميع العناصر الغذائية التي يحتاجها جسم الإنسان، لكن لا بأس بهذه الحمية بالنسبة للذين يعانون من السمنة المفرطة، شرط ألا تزيد مدته عن أسبوع مع تناول الفيتامينات والمعادن الضرورية للجسم.

كويكب يقترب من الأرض

شهدت الأرض أمس الأول حدثين نادرين دون صلة بينهما، حيث مر كويكب يبلغ حجمه نصف حجم ملعب كرة قدم على مسافة قريبة من الأرض بشكل أكبر من أي جسم معروف آخر بنفس حجمه، بينما أصيب 1500 شخص بجروح نتيجة سقوط نيزك فوق روسيا مما أثار موجات من الإهتزاز وحطم زجاج نوافذ العديد من المنازل. مر كويكب يحمل اسم 2012 دي أي بقرب الأرض الجمعة عند الساعة 2:24 صباحا بتوقيت شرق الولايات المتحدة (19:24 بتوقيت غرينتش)، وذلك على ارتفاع 27520 كيلومترا فوق الأرض، وبسرعة 13 كيلومترا في الثانية، ليكون أقرب إلينا من الأقمار الصناعية الخاصة بشبكات التلفزيون والطقس التي تدور حول الأرض.

منوعات الفجر

22



فريق الإمارات يفوز بجائزة أحسن مذكرة للمدعي

نهان بن مبارك يستقبل الهيئة المنظمة لمنافسات التحكيم التجاري الشرق أوسطية



المتحدة - جامعة الأردن - كلية الحكمة للأعمال والقانون بكلية دار الحكمة بالملكة العربية السعودية - جامعة بغداد - جامعة السلطان قابوس وكلية العلوم القانونية والسياسية والاجتماعية بتونس.

وحضر الورشة عدد من المحكمين والمحامين والتخصصيين متطوعين في مجال التحكيم هذه الفعالية إضافة إلى عمداء ورؤساء أقسام وأساتذة دراسات الحقوق والقانون من مختلف الجامعات المشاركة.

وأضاف أحمد حسين : أن غرفة البحرين لتسوية المنازعات تشترك في رعاية وتنظيم هذه الفعالية للمرة الثالثة على التوالي، وذلك في إطار استراتيجية تنمية ثقافة الوسائل البديلة لتسوية المنازعات، حيث تنهج هذه المسابقة فرصة ثمينة للاطلاع على تجارب وخبرات الممارسة لمهارات التحكيم التي تتضمن الترافع الشفهي وكتابة المذكرات، والمشاركة في تدريبات فعالة تحت إشراف وإدارة خبراء ومختصين في هذا المجال مما يساهم ذلك في تعزيز تنمية المعارف واكتشاف المواهب وصقل الطاقات.

تدريبية للطلبة المشاركين تحت رعاية جامعة الإمارات العربية المتحدة وبالتعاون مع البرنامج الأمريكي لتطوير القانون التجاري ومركز الدراسات القانونية الدولية بجامعة بيتسبرغ الأمريكية. وأوضح الأستاذ أحمد حسين المسجل العام ومساعد الرئيس التنفيذي للتحكيم في غرفة البحرين لتسوية المنازعات منظم المسابقة التمهيدية أنه أقيمت على مدار الأسبوع الماضي المسابقة بعد تنظيم الورش والتي تحاكي ما يجري من ترافع ومناقشة في جلسات التحكيم أمام هيئة من ثلاثة محكمين. وتعمل المسابقة في حد ذاتها على إمداد وصل مهارات الطلبة المشاركين في مجالات البحث والكتابة والترافع والمدافعة القانونية في مجال التحكيم التجاري الدولي، ومن جانب آخر، تعد المسابقة تحضيرية وتدريبياً مناسبين للوقوف على مدى استعداد الفرق المشاركة في المسابقة الدولية التي تنعقد بشكل سنوي في مدينة فينينا.

وقال الدكتور عبداللّه الخطيب مشرف عام فريق الإمارات في المسابقة أنه قبل بدأ المسابقة عقدت ورش



•• العين - الفجر:

استقبل معالي الشيخ نهان بن مبارك ال نهان وزير التعليم العالي والبحث العلمي الرئيس الأعلى لجامعة الإمارات بقصره في ابوظبي أعضاء الهيئة المنظمة الرئيسية للنسخة الشرق أوسطية التمهيدية لمسابقة وليام سي للتحكيم التجاري الطلابية الدولية والتي استضافتها دولة الإمارات خلال الأسبوع الماضي بمشاركة سبع دول بحضور سعادة البروفيسور جاسم علي سالم الشامي عميد كلية القانون بجامعة الإمارات عضو الرابطة العالمية لتكليات القانون والبروفيسور رونالد رون استاذ القانون الدولي في جامعة بتسبرغ الأمريكية والاستاذ أحمد حسين المسجل العام مساعد الرئيس التنفيذي للتحكيم في غرفة البحرين لتسوية المنازعات وممثلين عن غرفة البحرين لتسوية المنازعات و البرنامج الأمريكي لتطوير القانون التجاري ومركز الدراسات القانونية الدولية لجامعة بيتسبرغ الأمريكية .

وأطلع معالي الشيخ نهان بن مبارك ال نهان على سير وتناقل ورش ومناقشات النسخة التحضيرية لمسابقة وليام سي للتحكيم التجاري الطلابية الدولية وعبر عن شكره وتقديره للقائمين على المبادرة لما لها من دور عظيم الفائدة على طلبة وطالبات كليات القانون والحقوق بجامعة قطر مجلس التعاون الخليجي والدول العربية ودول الشرق الأوسط وأثر مثل هذه المتقيات التدريبية في تحقيق أفضل نوعية لمستويات التعليم والتدريب القانوني لطلاب القانون. وبالتعاون مع غرفة البحرين لتسوية المنازعات و البرنامج الأمريكي لتطوير القانون التجاري (CLDP)، ومركز الدراسات القانونية الدولية (CILE) بجامعة بيتسبرغ الأمريكية .

ورحب معاليه بالمشاركين في الفعالية القانونية التدريبية والتعليمية من جامعات الشرق الأوسط ومؤكدا حرص واهتمام جامعة الإمارات على رعاية مثل هذه الفعاليات والمشاركة الدولية القانونية الطلابية في إطار استراتيجية تنمية ثقافة الوسائل البديلة لتسوية المنازعات، حيث نتيج هذه المسابقة فرصة ثمينة لطلبة وطالبات كليات القانون والحقوق للاطلاع على تجارب وخبرات الممارسة لمهارات التحكيم التي تتضمن الترافع الشفهي وكتابة المذكرات، والمشاركة الطلابية في تدريبات فعالة تحت إشراف وإدارة خبراء ومختصين في هذا المجال مما يساهم ذلك في تعزيز تنمية المعارف واكتشاف المواهب وصقل الطاقات.

وقد شارك في المسابقة وورشها أكثر من خمس وثلاثين طالبا وطالبة من طلاب الحقوق والقانون من سبع كليات وجامعات في الشرق الأوسط، إضافة إلى حضور وفدين من جامعتين أخريين كمراهبين. مجموعة خلال المحاضرات النظرية والتدريبية العملية بإدارة عدد من الأكاديميين والمهنيين في مجال التحكيم. وأعرب من جانبه أحمد حسين المسجل العام مساعد الرئيس التنفيذي للتحكيم في غرفة البحرين لتسوية المنازعات المظم الرئيسي للفعالية عن تقديره الكبير لتوجيهات معالي الشيخ نهان بن مبارك ال نهان



معرض لطالبات الهندسة وعلوم الحاسب الآلي

•• ابوظبي - الفجر:



نظمت جامعة أبوظبي مؤخرا في فندق المرقع معرضا لمشاريع طلاب وطالبات برنامج البكالوريوس في التصميم الداخلي بكلية الهندسة وعلوم الحاسب الآلي بالجامعة، وذلك ضمن فعاليات احتفالات فندق المرقع بمرور عام على تأسيسه، وشمل المعرض ما يزيد عن 20 قطعة فنية من الأثاث المعاصر الذي تم تصميمه لجسد عناصر مختلفة من الثقافة والتراث الإماراتي الأصيل.

وأكدت الدكتورة صديقة عبد الشكور أستاذة مساعدة في قسم هندسة العمارة والتصميم الداخلي بكلية الهندسة وعلوم الحاسب الآلي بجامعة

أبوظبي على أهمية تنظيم هذه الفعاليات التي تعرض من خلالها الجامعة مواهب الطلاب والطالبات وقدراتهم الإبداعية وتفكيرهم المبتكر، حيث أن القطع التي ضمتها المعرض جاءت نتاج مساق تصميم الأثاث وهو أحد مساقات برنامج البكالوريوس في التصميم الداخلي والذي تطرحه الكلية للطلاب والطالبات، مشيرة إلى أنه لأول مرة على مستوى برامج التصميم الداخلي في مختلف جامعات الدولة قررنا اختيار تنفيذ مساق تصميم الأثاث لإحياء التراث الإماراتي في قطع أثاث معاصرة تعزز الهوية الوطنية، حيث أن قطع الأثاث كانت مستوحاة من مختلف عناصر الحياة في الإمارات في الماضي والحاضر وضمت قطع فنية على شكل البرقع، ونقوش الحناء، والعقال وغيرها الكثير.

وأوضحت الدكتورة صديقة أن هذا المعرض أتاح للمشاركين في فعاليات احتفالات فندق المرقع والتي استقطبت ما يزيد عن 600 زائر فرصة التعرف على تميز وجوده ومخرجات جامعة أبوظبي، والمواهب الإبداعية التي يتمتع بها طلابنا وطالباتنا، فالمشاريع وقطع الأثاث التي تم عرضها قام الطلبة بتنفيذها خلال مدة دراستهم للمساق في السنة الثالثة من دراسة برنامج البكالوريوس في التصميم الداخلي، لافتة إلى أن المشاركة في مثل هذه الفعاليات يعطي الطلبة حافزا قويا للعمل بكد وجهد لتحقيق أفضل النتائج التي يستلعبونها من خلالها إبراز مواهبهم وأفكارهم المبتكرة، ومن جانبها أشارت ميرنا الزغني مسؤولة مكتب نائب مدير الجامعة للشؤون الأكاديمية أن المعرض يأتي ضمن إطار مجموعة من الفعاليات التي تحرص جامعة أبوظبي على تنظيمها بالتعاون مع شركاء الدعم الاستراتيجي والمؤسسات المجتمعية من مختلف قطاعات الأعمال بالدولة، والتي تحرص دائما على تقديم الدعم والاسناد للجامعة طوال العام الأكاديمي، الأمر الذي يمكن جامعة أبوظبي من تقديم تجربة تعليمية متميزة لطلابها وطالباتها وأعضاء الهيئتين الإدارية والتدريسية.

35 عاماً من العطاء الصحفي فاستحق التكريم



كما قدم أيضا كل من الشيخ نهان بن مبارك بالركاض، والزميل داوود محمد باسم مكتب جريدة البيان في العين، والزميل حسن بحدام باسم مركز عين للإعلام والتوثيق دروعا تذكارية للمحتفى به، وتخلل الحفل مأدبة عشاء على شرف المدعوين.

شكره للصحافيين الذين شاركوه مسيرته الصحفية، كما بادله الزملاء الشكر متمنين له العمر المديد والتوفيق والصحة في حياته. وفي نهاية الحفل قدم الشيخ سالم بالركاض للمحتفى به شهادة تقدير ودرباً نحاسياً باسم المجلس الوطني الاتحادي متمنيا له التوفيق،

وأبوظبي على مدى 35 عاما. من جهته تحدث المصور ربحي سعد عن مسيرته شاكرا راعي الحفل وزملاءه والضيوف، معربا في اسرة اعتزازه بالفترة الطويلة التي أمضاها في اسرة جريدة الاتحاد وعاصر خلالها عدداً كبيراً من القيادات والزملاء في الوسط الاعلامي، مقدما



•• العين - الفجر:

برعاية وحضور الشيخ سالم محمد بالركاض العامري عضو المجلس الوطني الاتحادي أقيم حفل للإعلاميين والمصورين الصحافيين في العين بمناسبة انتهاء عمله عقب 35 عاماً قضاها في جريدة الاتحاد في مجال التصوير الصحفي وذلك في مطعم الرقاب بمنتجع نادي الفروسية في مدينة العين بحضور الشيخ نهان بن مبارك بالركاض العامري مدير إدارة شؤون المنطقة الشرقية في المجلس الاستشاري لإمارة أبو ظبي، وعدد من الشخصيات الإعلامية والثقافية، وزملاء المكرم في الصحف والمجلات المحلية.

وقال الشيخ سالم بالركاض في كلمة له خلال الحفل إن هذا اللقاء هو لفتة متواضعة منا جميعا تجاه عميد المصورين الصحافيين في العين الذي نشتم له عالياً جهده في مسيرة الوطن من خلال عمله الصحفي وبالتالي توثيق العديد من المحطات والفعاليات والمسيرة الإيمانية والعمرانية في العين خلال العقود المنصرمة، وهنا بالركاض الإعلاميين في العين على تكريمهم للمصور ربحي سعد، معتبراً ذلك تقديراً معنوياً

للعطاء الذي قدّمه هذا المصور الصحفي في خدمة الرسالة الصحافية. كما تحدث في المناسبة عدد من الزملاء الصحافيين الذين رافقوا المحتفى به في مسيرته الطويلة، منهم حمدي نصر من الرعييل الأول والزميل جميل رفيع (جريدة الاتحاد) والزميل

داوود محمد (جريدة البيان)، والزميل محمد جاهين (جريدة الفجر)، وفضل الجابري(وكالة أنباء الإمارات) والزميل أحمد الخشن، والأستاذ عماد الشايب، الذين أشادوا جميعهم بمزايا المكرم وأخلاقه وعمله المهني من خلال تغطيته وتوثيق أهم الأحداث والفعاليات والأنشطة في العين

منوعات

العقبة

23

٣٥ مليون شخص يهابون ركوب الطائرة

الخوف من الطيران معضلة أزلية

تمر السنوات ويأتي عقد جديد ويتطور العالم ويتضاعف حجم الذين يسافرون جواً، وتضج المطارات بالمزيد من المسافرين ويستمر توسعها وبناء الجديد منها، ولا ننسى ما حل في العالم من أضرار مادية واقتصادية حينما توقف الطيران فوق أوروبا عام ٢٠١٠ حينما ثار بركان في آيسلندا. لكن ومع كل هذا التطور تبقى معضلة يبدو وكأنها مرض معد يزداد انتشاراً مع الوقت، وهو مرض الخوف من ركوب الطائرة أو ما يعرف اصطلاحاً برهاب الجو. لماذا يزداد هذا المرض انتشاراً؟ وكيف تمكن من الصمود كل هذه المدة رغم التطور الهائل في وسائل السلامة في مجال النقل الجوي والطائرات لدرجة باتت معها الحوادث أقل ضرراً وضحايا؟ هل هي مسألة نفسية؟ هل هي نتيجة إعلام فاسد؟ وما الطريقة المثلى للتعامل والحد منها

مسألة نفسية؟ هل هي نتيجة إعلام فاسد؟ وما الطريقة المثلى للتعامل والحد منها



الضحك يرفع رصيدك

أظهر أحد الأبحاث في مايو كلينك في الولايات المتحدة الأمريكية أن التفكير الإيجابي وتصور نهايات سعيدة لحوادث مرتقبة يساهمان في تحسين المزاج.

كذلك يكفي أن تشاهد برنامجاً فكاهياً لنصف ساعة قبل أن تغادر المنزل لتحذ من إنفاقك بنحو 30%، وفق ما ذكره علماء الاقتصاد في جامعة هارفارد. فقد اكتشف هؤلاء العلماء أن من يعانون الإحباط والكآبة يميلون عادة إلى الإنفاق بتهور، أملين بأن تساهم تلك السلع الجديدة للامعة في رفع مستوى سعادتهم. في المقابل، لم يحتج من شاهدوا برنامجاً فكاهياً قبل مغادرة المنزل إلى وسيلة عزاء فورية، وتمكنوا من تقييم الأسعار بطريقة منطقية وتقلوا بين المتاجر ليختاروا السعر الأنسب. وهكذا لم يبدوا المال في سبيل الحصول على لحظات قليلة من السعادة.



قدرة الطفل على الكلام

مبكراً تخفف غضبه في حياته

أظهرت دراسة جديدة إنه إذا تمكن الطفل من الكلام في سن مبكرة، فإن ذلك قد يساعده على التحكم بحدّة غضبه في وقت لاحق من حياته. وأفاد موقع (لايف ساينس) الأمريكي أنه بحسب نتائج دراسة شملت 120 طفلاً، تراوحت أعمارهم بين 18 شهراً و4 سنوات، فإن الذين تميزوا بقدرات كلامية ولغوية في الثانية من عمرهم، كانوا أقل غضباً في أوضاع مثيرة للإزعاج في سن الرابعة، من الذين كانت قدراتهم على التعبير الكلامية ضعيفة. وتبين أن الأولاد الذين تتطور قدراتهم الكلامية بسرعة كانوا أقل غضباً عند بلوغ الرابعة من العمر. وقالت الباحثة المشاركة في الدراسة، بامبلا كول، من جامعة بنسلفانيا إن (القدرات الكلامية قد تساعد الأولاد على التعبير عما يريدونه بالكلمات بدلاً من استخدام العواطف عند التواجد في وضع مثير للإزعاج أو التوتر).



عقبة التقاليد

لا يزال الحديث يدور حول الفيلم الذي يعرض في دور السينما محلياً وعالمياً وهو فيلم FLIGHT (فلايت) من بطولة دينزل واشنطن ويتمحور حول طيار يتعاطى العقاقير والمسكرات، لكنه ينجح في انقاذ طائرة الركاب التي كان يقودها من حادث مريع؛ وكيف أن المشاهد التي عرضت في الفيلم وهي بالطبع من وحي الخيال لطائرة تقفد توازنها أثناء الطيران نتيجة عطل يطرأ عليها فتصبح في هبوط حاد إلى الأرض وكيف يتعامل الطيار (دينزل) مع تلك المعضلة بتعمد قلب الطائرة رأساً على عقب في منظر مثير وهو ما قد يثير الخوف والفرع في نفوس المشاهدين لا يستبعد أن يجعل البعض منهم يتردد في ركوب الطائرة مرة أخرى.

تعريف المرض

يعرف (رهاب) الجو أو الخوف من ركوب الطائرة على أنه ظاهرة يتسم المصابون بها بالخوف الشديد جدا والمفرط حينما يضطرون إلى ركوب الطائرة، يصل بهم أحيانا إلى حد التجنب التام لركوب الطائرة، وإذا ما اضطروا إلى ركوبها فانهم غالباً ما يعانون بحالة هلع شديد قد تؤدي بهم إلى النزول منها قبل الإقلاع، أو إذا ما قضت الحاجة للسفر إلى اللجوء للمسكرات أو المهدئات وهو ما يجعلهم عرضة للادمان. ومن أجل ذلك لجأت كبريات شركات الطيران التجارية إلى أهمية علاج هذا المرض (السلوكي) باعتباره مكسباً يضاف إلى وارداتها، لأن شريحة معينة من الناس تتجنب السفر بالطائرات، يشكل خسارة لها على المستوى المادي.

العدد في ازدياد

على الرغم من ان الطائرات هي أسرع وسائل المواصلات المتوافرة في الوقت الحالي، فإنها لم تعد تقري الكثير من المسافرين في العالم، والذين بدورهم أصبحوا يبحثون عن وسيلة مواصلات لا تقل عن الطائرة راحة وأماناً، وإن كان ذلك على حساب السرعة والوقت، ويرجع الأمر إلى عدة أسباب أبرزها الخوف من السفر جواً وقد ساهمت الحوادث الأخيرة بشكل كبير في مضاعفة عدد الذين يخافون من الطيران، فهناك حوالي 35 مليون فرد ينتابهم القلق من ركوب الطائرة في العالم، أما في منطقة الخليج العربي فهناك نسبة تصل إلى 45% من الخليجيين يخافون من ركوب الطائرة أي بمعنى ان من بين كل اثنين يركبون الطائرة يوجد واحد على الأقل لديه مخاوف من الطيران، لكن ما الأسباب وراء ارتفاع نسبة من يعانون مرض رهاب الجو في منطقة الخليج من دون غيرهم؟

غير مناسبة، والإجراءات التنظيمية لها لا تسير بالوتيرة نفسها لأن التحدي الأكبر لا يقع على عاتق شركات الطيران وحدها، ولكن يقع على عاتق الحكومات والهيئات المنظمة للطيران المدني والملاحه الجوية التي يجب أن تضمن أن البنية الأساسية ومعايير السلامة مناسبة للتعامل مع التزايد في الطلب على السفر الجوي، لكن على أرض الواقع لا البنية الأساسية مناسبة ولا حتى الإجراءات التنظيمية للملاحه الجوية تسير وبتوتيرة النمو نفسه في السفر الجوي، لذلك فإن المسؤولية الأساسية تقع على الحكومات والهيئات في الطيران المدني في قصورها بالتعامل مع هذا الموقف، ناهيك عن مساهمة وسائل الإعلام في بث الرعب في نفوس العامة من الناس في كل حادث جوي يحدث من أخبار مضللة وسوء تحليل وأحيانا تكتم شديد غير مبرر، من شأن كل هذا أن يولد الخوف لدى العامة من الناس تجاه مدى سلامة الطائرات للسفر.

أ - المستوى النفسي

- 1 - تدريب المتسبين على الاسترخاء النفسي (تدريبات نفسية).
- 2 - التعامل الايجابي في معاكسة الافكار السلبية المثيرة للقلق.
- 3 - الانشغال بأي موضوع آخر (قراءة كتاب/ وسائل ترفيهيه وغيرها).

ب - المستوى الفني

- 1 - يشرح الطيار، في الدورة العلاجية، للفريق المعالج عملية الطيران (المبادئ).
- 2 - اعطاء لحة من أهلية الطيار وتدريبه وكفاءته مع ابراز مهاراته.
- 3 - شرح لأجهزة قمرة القيادة، وعمل الاجزاء الأخرى للطائرة.
- 4 - اعطاء مقارنة لنسبة الحوادث التابعة للطائرات التي هي اقل من تلك المتعلقة بالسيارات.
- 5 - اعطاء لحة عن اجراءات الكشف الدوري والفحوصات التي تخضع لها الطائرة للصيانة.
- 6 - شرح لأهم الأعطال الطائرة المفاجئة التي قد تحصل للطائرة وكيفية التعامل معها.
- 7 - اعطاء نبذة عن تأثير الطقس وتقلباته في سلامة الطائرة.
- 8 - شرح لكيفية التعامل مع المطبات الهوائية. وتقدر نسبة النجاح العلاجي في التحرر من الخوف من الطيران بـ 80%.

عناصر سلامة جديدة

يركز صانعو طائرات الركاب أمثال بوينغ وإيرباص وغيرهم على إدخال عناصر سلامة جديدة باستمرار على طائرات الركاب سواء تلك الموجودة بالخدمة أم تلك التي يتم صنعها حديثاً، والحقيقة أن الطائرات باتت من حيث الأمان والسلامة لدرجة تفوق بأضعاف تلك التي لواسل النقل الأخرى حتى السيارة الشخصية، أما عن أسباب سقوط الطائرات فيراه المحللون في العامل البشري أكثر منه في العامل الفني. على العامة من الناس أن يقرأوا عن الطيران ولو لحة بسيطة أو أن يتعلموا على الإنترنت عن جوانب الأمان في الطائرات للاستزادة عن أمور السلامة والأمان في الطائرات وأن يدعوا عنهم التخمينات التي لا تتم عن علم بل عن هواجس.

تهويل لا مبرر له

تشير الإحصائيات الدولية الأخيرة إلى أن عدد حوادث الطيران تظل محدودة وقليلة مقارنة بالعدد الكبير والمتزايد للمسافرين الذين تنقلهم الطائرات وعدد الرحلات الجوية التي تقوم بها هذه الطائرات يوميا. من جهة أخرى يعاني الكثير من الناس الخوف من الطيران وهم بازياد رغم ما أصبح عليه السفر جواً من سهولة ويسر وإنتاجه للجمع بفضل شركات الطيران المنخفضة التكاليف، والعروض الغرية للأسعار المحسومة من قبل الناقلات الجوية العالمية الأخرى، وقد بينت الدراسة الأخيرة التي أجريت لمعرفة الأسباب وراء قضي الشعور بالخوف من الطيران، أن هناك العديد من العوامل التي تؤدي إلى الخوف من الطيران أهمها تجربة شخصية، مثل حادثة الهبوط الاضطراري للطائرة الكويتية في مطار جدة مؤخرًا وأخرى ترتبط بسماع أنباء عن حوادث جوية مريعة، كحادثة سقوط الطائرة التابعة لشركة إيرفرانس في المحيط الأطلسي عام 2009، لكن سبب قضيها يرجع إلى الجهل لدى المسافرين أولاً، وإلى التقصير في التوعية من قبل شركات الطيران وإدارات الطيران المدني ثانياً، وأخيراً إلى التضليل والتهويل من قبل وسائل الإعلام من جهة أخرى.

الخوف من الطيران

هناك أسباب أخرى تساهم في زيادة معدل الخوف لدى الناس من الطيران، مثل الإرهاب، واضرابات العاملين في شركات الطيران، وتقليل عدد الموظفين، والتقصير وتدردي الصيانة، كما أن النمو السريع في السفر الجوي يفاقم من حجم المشكلة لأن البنية الأساسية لبعض الهيئات الدولية لطيران المدني



باقة أزهار لزوجتك

تعتبر باقة الأزهار الطريقة المثلى ليمهد الزوج الطريق أمامه ليعتذر من شريكه حياته، في حال أغضبها أو أساء إليها. ويشير الخبراء إلى أن ما من وسيلة اعتذار أخرى تضاهيها، إلا أن ألوانها بالغة الأهمية. تُظهر دراسة نُشرت في مجلة Genetic Psychology أن الألوان الفاتحة تؤدّد في النفس مشاعر إيجابية، في حين كشف بحث في جامعة جورجيا في الولايات المتحدة أن اللون الأخضر يُشعر الناظر إليه بالهدوء والسكينة. وينصح بعض باعة الأزهار: (قد يكون من الأفضل أن تُرسل بعض الورد إلى زوجتك في عملها، ما يدفع زملاؤها إلى إبراز مدى اهتمامك وحبك لها. فلا تبدو لها كإنسان دبلوماسي يخطط ويحسب).



•• امام المسجد يخاطب في الحضور



•• صورة جامعة لكبار الشخصيات والحضور

منوعات الفجر

24



قد أفلح من يعمر المساجد

شعر الواعظ الأستاذ صديق محمد صديق
آل سلام - إمام مسجد ند الشبا - دبي؛

قد أفلح من يعمر المساجد
ويذكر الرحمان قائما وقاعدا
فاحفظ الهي ال مجرن كلهم
وأخص منهم ذا الشهامة خالدا
وارحم الهي ذا المروءة والندى
رجل البسالة والشجاعة احمدا
يا رب وارحم جدنا وامامنا
الشيخ مجرن بالعلوم مؤيدا
يارب وارحم جدنا وامامنا
واجعله ربي في الجنان مخلدا
وفق الهي وارثيه ونسله
حتى يفوقوا في المعالي الفرقتا
يارب أسعد عمنا وحبيبنا
سلطان يارب على طول المدى
يارب واحفظ ال مكتوم لنا
أهل المكارم والعطايا والندى
واحفظ خليفة ثم والي عهد
أعني به ذاك الهمام محمدا
يارب واحفظ محمدا ورجاله
يارب وارحم أباهم راشدا
والشيخ مكتوم فلا ننسى له
أفضاله يارب فارحمه غدا
يارب وارحم كل من رحلوا الى
دار المقامة رب وارحم زايد
واحم الامارات التي من رامها
بالسوء والاضرار قد نال غدا
يارب واقبل صومنا وقيامنا
واجعل عبيدك في الجنان مخلدا
يارب واقبل برنا وصلاتنا
يارب وامنحنا الرعاية والهدى
يارب صل على النبي واله
والتابعين لهم دوما سرمدا
وارحم الهي عبدك الصديقي
رب ووفقني لابني مسجدا

أنشطة ثقافية متنوعة تكرر الوسوية الدينية والاجتماعية في ألبانيا المركز الثقافي الإسلامي ينظم سلسلة فعاليات ثقافية إسلامية تكرر التوعية الوسوية الدينية في مسجد معالي محمد سعيد الملا في ألبانيا



•• معالي الوزير محمد سعيد الملا

سماحة مفتي دوس ردين كوكو الذي اعرب عن سروره واعتزازه بمثل هذه الانشطة التي تؤثر في المجتمع الاسلامي ولاسيما في اوساط الشباب والفتيات. وأشار السيد سايمر بولكو بدوره الى ان سيرة الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم تجسد المثل الاعلى للمسلمين وللشريعة جمعاء. وفي الختام شارك الطلاب بأداء مجموعة من الاناشيد الاسلامية المتميزة التي تجسد قيم الاسلام واخلاق الصحابة وتكرس التربية الاسلامية للشئء والتربية الصالحة للأجيال. وشكر الحاضرون في ختام الاحتفال ادارة المركز الالباني للفكر والحضارة الاسلامية لتنظيمه هذا الاحتفال الذي تمنى الجميع أن ينتقل الى المساجد الاخرى كذلك.

وقد حضر هذه الفعاليات سعادة السيد ردين كوكو رئيس دار الافتاء وامام المسجد ومدير المدرسة في مدينة دوس سابقا السيد سايمر بولكو وقد لقيت الانشطة هذه ترحيبا ملحوظا من أهل القرية وشملت تلاوة آيات من الذكر الحكيم، وكلمة لمدير المدرسة السيد اسماعيل دزاري الذي رحب بالحضور وشكر المركز الالباني للفكر والحضارة الاسلامية، ومديره الدكتور رامز مصطفى زيكاي بما يقوم به المركز لمساعدة المسلمين في ألبانيا بشكل عام، وبمنطقة بوزاك بشكل خاص. كما وجهوا جميعهم أسمى آيات الشكر والعرفان للمبتعث الكريم معالي الاستاذ محمد سعيد الملا وزير المواصلات السابق في دولة الامارات العربية المتحدة على اقامة هذا المشروع الاسلامي المتميز، وأنشطته الثقافية المتنوعة في ألبانيا. كما تحدث بكل التفاصيل.

•• تبرئة - الفجر - من عبيد عثمانى :

نظم المركز الثقافي الإسلامي في ألبانيا سلسلة أنشطة ثقافية اسلامية في مسجد معالي الاستاذ محمد سعيد الملا الذي اقامه على نفقته الخاصة في البانيا وشملت الانشطة سلسلة فعاليات اجتماعية وتربوية وتعليمية في منطقة بوزاك بألبانيا. كما نظم المركز الالباني للفكر والحضارة الاسلامية كذلك بالتعاون مع امام المسجد وادارة دار الافتاء سلسلة دروس دينية في مسجد معاليه الكائن في قرية بوزاك، وذلك بعنوان وما أرسلناك الا رحمة للعالمين حيث تجسد سيرة النبي الكريم صلى الله عليه وسلم وصحابته الكرام المثل الاعلى والاسوة الحسنة بكل التفاصيل.

برعاية وحضور مكتوم بن محمد

جمعية الصحفيين بالدولة تستضيف الملتقى الإعلامي الكويتي الإماراتي

الكويتي والدكتور عبد العوضي الكاتب الصحفي بجريدة الإتحاد . والثالثة ندوة إقتصادية بعنوان أشكال التعاون بين دول الخليج لتحقيق تنمية إقتصادية شاملة ويديرها رائد برفاوي مدير تحرير جريدة الخليج ويتحدث فيها عامر التميمي الباحث الإقتصادي الكويتي والدكتور محمد العسومي المستشار الاقتصادي. ويتضمن الملتقى معرضا يحكى تاريخ العلاقة بين البلدين الشقيقين وعرض أوبريت بعنوان إهداء من قلوب كويتية للأشقاء بالإمارات وأمسية شعرية لشعراء من البلدين الشقيقين منهم خالد المحسن وعطا الله فرحان من الكويت وحسين بن سوده وعوض بن جاسوم من الإمارات ..ويدير الأمسية الاعلامي الكويتي بداح السيهلي

والتكامل بين جمعيات الصحفيين في الخليج .. موضحة أن الملتقى يتضمن ثلاث جلسات حوارية الأولى ندوة إعلامية عن الممارسة الصحفية بين المهنية والمسؤولية الوطنية ويديرها راشد الزعابي الكاتب الصحفي بجريدة الإتحاد ويتحدث فيها وليد النصف رئيس تحرير جريدة القيس الكويتية ويفصل القاضي أمين سر جمعية الصحفيين الكويتية رئيس الاتحاد الآسيوي للصحافة الرياضية وأحمد المنصوري الكاتب الصحفي بجريدة الإتحاد . والثانية ندوة سياسية بعنوان الآثار السلبية للممارسات الحزبية وأخرها على دول الخليج ويديرها الكاتب الصحفي سالم حميد ويتحدث فيها مشعل النامي الكاتب الصحفي الكويتي ونواف الفزيع عضو مجلس الأمة

يفتح سمو الشيخ مكتوم بن محمد بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي صباح اليوم الأحد أعمال الملتقى الإعلامي الكويتي الإماراتي الذي تنظمه جمعية الصحفيين بالدولة مع جمعية الصحفيين الكويتية بالتعاون مع نادي دبي للصحافة لمدة يومين بفندق ذا أتن دبي وذلك بمناسبة العيد الوطني الثاني والخمسين وعيد التحرير الثاني والعشرين لدولة الكويت الشقيقة . وقالت منى بوسمره أمانة سر جمعية الصحفيين انه يشارك في الملتقى نخبة من الاعلاميين والسياسيين والاقتصاديين والشعراء من البلدين الشقيقين بالإضافة الى وفود من جمعيات الصحفيين بدول مجلس التعاون الخليجي . واضافت أن استضافة هذا الملتقى تأتي في إطار التعاون

ضمن فعاليات جائزة رأس الخيمة للقرآن الكريم

حامل (بيرق المليون) والمنهالي يضيئان ملتقى الشعر القرآني



أيضا لتناول الصفات القيادية والمزايا الإيجابية لكل من الفريق سمو الشيخ سيف بن زايد آل نهيان، نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الداخلية، وسمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان، نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة، لشهرها وتعزيزها بين الإماراتيين والعرب إجمالاً.

قرب القيادة من أبناء الإمارات، واجتماعهم تحت سقف واحد لبحث تطورات الوطن وأحلام أبنائه وهمومهم ودراسة أنجع السبل لدفع مسيرة التنمية. واقترح الشحي على الشعراء إبداع قصائد تعكس الصفات القيادية والإنسانية لصاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، التي ظهرت في القمة، داعياً

شخصية المغفور له بإذن الله، تعالى، الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، مؤسس الاتحاد. وألقت قصيدة أخرى الضوء على دور صاحب السمو الشيخ سعود بن صقر القاسمي، حاكم رأس الخيمة، في إطلاق مسيرة التنمية في رأس الخيمة وتحفيزها. وتمحورت قصيدة للمنهالي حول شخصية الفريق أول سمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، قال عنها: إنها طرأت على باله وهو قادم من أبوظبي إلى رأس الخيمة، للمشاركة في الملتقى الشعري، مروراً بشوارع (الشيخ محمد بن زايد) ، الذي أوحى له بنظم قصيدة في سموه، مستعرضاً حب الإماراتيين لسموه، ومحافظة سموه على نوح باني الإمارات الحديثة الشيخ زايد، ومركزاً على تواضع سموه وقربه من أبناء الوطن. من جانبهم، أشاد الشعراء بفكرة الملتقى، لربطه الأخلاق النبيلة بالشعر الهادف. وفي ختامه، كرم الشيخ صقر بن محمد بن صقر القاسمي والشيخ صقر بن خالد بن حميد القاسمي الشعراء راشد الرميثي ومحمد المنهالي وخالد النعماني فالشيخ الدكتور سالم الجمي، لمشاركته في فعاليات الجائزة.

تمجيد القمة الحكومية :

دعا أحمد الشحي، رئيس اللجنة العليا المنظمة للجائزة، في كلمته في ختام الملتقى، الشعراء المشاركين إلى طرح النجاح الكبير، الذي حظيت به القمة الحكومية بدبي في شعرهم، واستعراض تدابعياتها الاجتماعية والشعبية، وخروجها في صورة أبهرت المنطقة والعالم، وقدمت نموذجا حضاريا لتلاحم القيادة والشعب، وما أكدته من

الخيمة، راعي الجائزة القرآنية. وتناولت القصائد، التي ألقاها الشاعر الرميثي، الفائز بلقب (شاعر المليون)، ونظيره المنهالي، القيم الإسلامية، وطرقت مواضيع دينية اجتماعية تربوية، كبر الوالدين والصلاة ورمضان والإيمان بالله، تعالى، والتوكل عليه، والتواضع، فيما تركز بعضها على حب الوطن وتأكيد الانتماء له والاعتزاز به والولاء للقيادة الولاء والانتماء: وتمحورت قصيدة للشاعر الرميثي تحت عنوان (أعلى وطن) حول شخصية صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه الله، وتناولت قصيدة أخرى خلال الملتقى شخصية أخيه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله.

حرب قادة الإمارات:

استعرض الشعراء في قصائدهم خصال ومزايا أصحاب السمو شيوخ الإمارات، وحبهم من قبل أبناء الوطن والولاء لهم، وتمسكهم بالضي خلفهم، والتشبث بنوايت الوطن ومصالحه العليا، مؤكداً أن صاحب السمو رئيس الدولة يسير على نهج والده المغفور له، بإذن الله، تعالى، الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، رحمه الله، فيما يلتزم إخوانه أصحاب السمو أعضاء المجلس الأعلى حكام الإمارات باتباع نهج أبائهم المؤسسين من شيوخ الإمارات، في تعزيز دولة الاتحاد ودعم مؤسساتها، وحماية أمن الوطن والمحافظة على رفايته أبنائه ومواصلة مسيرة الخير والبناء. ودارت إحدى قصائد الأمسية حول

•• رأس الخيمة - الفجر

شهد سمو الشيخ محمد بن سعود بن صقر القاسمي، ولي عهد رأس الخيمة، ملتقى الشعر القرآني، الذي نظمته جائزة رأس الخيمة للقرآن الكريم في مركز وزارة الثقافة والشباب وتنمية المجتمع (المركز الثقافي) برأس الخيمة، مساء أمس الأول، ضمن فعاليات دورتها الثالثة عشرة، التي تتواصل حتى الثامن والعشرين من الشهر الحالي.

حضر الملتقى الشيخ صقر بن خالد القاسمي رئيس مجلس إدارة مؤسسة رأس الخيمة للقرآن الكريم وعلومه وأحمد الشحي مدير عام المؤسسة وأحمد سبيعان الأمين العام للجائزة وأعضاء مجلس الإدارة وأعضاء اللجنة العليا المنظمة للجائزة ود. سالم الجمي المحاضر في كلية الشريعة بجامعة الكويت وجمهور غير . واستضافت أمسية ملتقى الشعر القرآني كلا من الشعراء راشد الرميثي (حامل بيرق المليون)، وأحمد المنهالي، وشاعر (الشلات) التراثية خالد النعماني.

وأشار سعادة أحمد الشحي، في كلمة ألقاها في افتتاحية الملتقى، إلى ما حملته قصائد الشعراء المشاركين من فكر وثقافة، موضحاً أن الهدف من الملتقى هو الاستفادة من الشعر كرسالة حضارية، بما يتوافق مع الخطاب الديني المعتدل، وبما يتسجم مع الخطاب الوطني، الذي يصب في مصلحة الوطن والمجتمع، وهو ما ينبع من رؤية مؤسسة رأس الخيمة للقرآن الكريم وعلومه، التي تنطلق بدورها من توجيهات صاحب السمو الشيخ سعود بن صقر القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم رأس

شروق تستعرض الفرص الاستثمارية في الشارقة أمام الشركات السويسرية عقدت اجتماعات مع عدد من الهيئات الحكومية والشركات الخاصة خلال زيارتها لسويسرا



منوعات العقار 25

الجمعية الأمريكية لتدريب الأعمال الدولية تعهدت شركة وطنية إماراتية لتدريب وتأهيل القياديين

•• دبي-وام:

اعتمدت الجمعية الأمريكية لتدريب الأعمال الدولية أيتها شركة وطنية إماراتية كمركز تدريب و امتحانات معتمد من قبلها لتقوم بدورها بتأهيل الإداريين الراغبين في الحصول على رخصة دولية في مهارات القيادة وبرامج محترفي الأعمال المعتمدة دولياً والمعروف عالمياً بـ بي بي من خلال أكثر من 10 برامج متوفرة باللغتين العربية والانجليزية إضافة إلى إجازتها تنظيم عقد الامتحانات الدولية بعد انتهاء الدورات .. لافتة إلى أن الجمعية رحاب لواته العضو المنتدب لشركة اف اس إحدى شركات مجموعة موارد للتمويل مع عدد من قيادات وزارة التربية والتعليم وعدد من الدوائر المحلية وجامعات حكومية وخاصة للتسيق فيما بينهم في تدريب مدراء الإدارات ونوابهم ورؤساء الأقسام الى جانب مدراء المدارس ونوابهم والتوجيه الفني والإداري وهي الفئات المستهدفة بهذه الدورات .. وأضافت أن التدريب وبعد فترة التدريب الأمريكية لتدريب الأعمال الدولية متخصصة في منح الاعتماد الأكاديمي للمؤسسات الحكومية وشبه الحكومية والخاصة وكذلك مؤسسات التعليم العالي من جامعات ومعاهد. وأثبتت لواته على مستوى قيادات التربية والدائرة الاقتصادية وعدد من الجامعات لا أبده من ترحاب بهذه المبادرة التي أطلقتها الشركة لقناعتهم بأن الاستثمار الأمثل هو الاستثمار طويل الأمد في الموارد البشرية ويقينهم بأن هذه الدورات التي تستهدف بها موظفيها ومسؤوليها وكوادرها بصفة دورية هي دعامة قوية وأساس متين لبناء كادر مؤهل من أجل أداء متغير ومتطور دائماً وذلك لأن التدريب السليم يساعد على إيجاد قياديين وعاملين أكفاء وبالتالي يساهم في الارتقاء بمؤسساتهم نحو أفاق مستقبلية جديدة وواعدة. وأضافت أن التدريب وبعد فترة التدريب المكثفة التي يحظى بها يحصل على شهادة معتمدة من الجمعية الأمريكية لتدريب الأعمال الدولية أيتها حيث لا تحتاج تلك الشهادة إلى تجديدها كل فترة كما هو الحال بشهادات أخرى احترافية وتتوالى الدورات مقدمة للقيادة الفعالة لخصائص القيادة الناجحين ومهاراتهم وأنماط القيادة واتخاذ القرارات والتحفيز وبناء الثقة في فرق العمل .

وتم تعزيز العلاقات الدبلوماسية مع افتتاح سفارة الإمارات العربية المتحدة في بيرن في خريف عام 2011، والتوقيع على اتفاق ينص على إعفاء مواطني البلدين من حاملي جوازات السفر الدبلوماسية والخاصة من الحصول على تأشيرة الدخول، فضلاً عن إبرام اتفاقية تجنب الإزدواج الضريبي. وفي الوقت ذاته تم تطوير التعاون الثنائي بين البلدين ليشمل إلى جانب المجال الاقتصادي كلا من المجالات السياسية والأمنية والثقافية والرياضية والأكاديمية والمسائل المتعلقة بالبحوث. وتعتبر دولة الإمارات أهم شريك تجاري لسويسرا في المنطقة. كما تزدهر السياحة بين البلدين، مع ارتفاع عدد التاشيرات الصادرة لمواطني الإمارات الراغبين بزيارة سويسرا إلى 14 ألف في عام 2012. يشار إلى أن شروق تأسست عام 2009 بهدف تحقيق إنجازات اجتماعية وثقافية وبيئية وتنمية اقتصادية على أساس الهوية العربية والاسلامية لإمارة الشارقة. وتسعى الهيئة إلى تشجيع الاستثمار عن طريق تبني أفضل المعايير الدولية في تقديم الخدمات النوعية التي تساعد في جذب المستثمرين سواء من المنطقة أو من كافة أنحاء العالم. وتتركز مهام شروق في توفير التسهيلات الضرورية والحوافز وتدليل العقبات التي تواجه أنشطة الاستثمار في الإمارة، وكذلك تقييم مشروعات البنية التحتية ذات الصلة بالسياحة ووضع الخطط اللازمة لإستكمال تلك المشروعات.

إمكانية إقامة شركات إستراتيجية مع القطاعات الحكومية أو الشركات الخاصة العاملة في الإمارة من جهة والشركات السويسرية الراغبة في الاستثمار في الشارقة، وما يمكن أن تقدمه الهيئة وغيرها من الدوائر الحكومية من خدمات وتسهيلات تخدم هذه الشركات وبدأ الوفد اجتماعاته في الثالث عشر من فبراير بقاء استشاري مع أوليفر أندريس مؤسس شركة إنرجي8 المتخصصة في مشاريع الطاقة المتجددة وتوفير الطاقة. وتم بعد ذلك عقد اجتماع مع مسؤولي مركز الخبرة الخاص بالتجارة الخارجية السويسرية أوسيك ، واجتماع آخر مع مسؤولي جنرل بولويو كلينك، وهي منشأة رعاية صحية متعددة التخصصات مع القطاع الخاص. كما عقدت شروق اجتماعاً مع مسؤولي وكالة التنمية الاقتصادية في جنيف، وتم بعد ذلك دعوة الوفد إلى مأدبة غداء من قبل مكتب الترويج الاقتصادي في جنيف، وعقد الوفد في اليوم التالي لقاءات مع ممثلي مؤتمر الأمم المتحدة للتجارة والتنمية، والفرقة العربية السويسرية للتجارة والصناعة، وهي منظمة غير ربحية تم تأسيسها عام 1974 بهدف تعزيز العلاقات الاقتصادية والثقافية بين سويسرا والبلدان العربية الأعضاء في جامعة الدول العربية. وترتبط دولة الإمارات العربية المتحدة مع سويسرا بعلاقات جيدة تعود إلى عدة عقود من الزمن.

وبيئة الأعمال الحيوية في الشارقة، والمومات المشجعة للمستثمرين من حرية اقتصادية، وتسهيلات حكومية، ومتطلبات مالية لنمو وتحقيق عائدات استثمارية مجزية . كما استعرض الوفد خلال اللقاءات أهم القطاعات الاستثمارية في الإمارة وهي الرعاية الصحية، والسياحة والترفيه، والنقل والخدمات اللوجستية، والبيئة، وسلط الضوء على الإمكانيات الاستثمارية والتجارية الهائلة التي تتمتع بها الإمارة في هذه القطاعات الحيوية، وإبراز ما تتميز به الشارقة من بنية تحتية عصرية، وشبكة نقل حديثة، بالإضافة إلى الإعفاءات الضريبية المقدمة للمستثمرين، وتوافر العمالة الماهرة، والاستقرار السياسي. وقال سعادة مروان بن جاسم السركال، في حديث له حول هذه الجولة: تأتي جولتنا في سويسرا في إطار إستراتيجية شروق الشارقة الشاملة للترويج للمقومات الاستثمارية وعوامل الجذب الاقتصادية في الشارقة في جميع أنحاء أوروبا هذا العام. وقمنا خلال هذه الزيارة مناقشة مجموعة من الفرص الاستثمارية المتوفرة في الشارقة في مختلف القطاعات للشركات ورجال الأعمال في سويسرا وقد حظيت هذه الفرص باهتمام كبير من الجانب السويسري، كما تم مناقشة سبل توسيع التعاون الإستثماري بين الجانبين وتعزيز إستثمارات الشركات السويسرية في الشارقة مع عدد من الأطراف . وأضاف السركال تم خلال الاجتماعات مناقشة

•• الشارقة-الفسج:

عقدت هيئة الشارقة للإستثمار والتطوير (شروق) سلسلة من الاجتماعات مع عدد من الهيئات والمنظمات الحكومية والشركات الخاصة والمستثمرين في العاصمة السويسرية جنيف، بحث خلالها سبل توطيد الروابط الاقتصادية والإستثمارية بين البلدين، واستعرضت الفرص الإستثمارية المتوفرة في إمارة الشارقة. وقام وفد شروق وبالتعاون مع مكتب وزارة التجارة الخارجية لدولة الإمارات في جنيف بعقد مجموعة من اللقاءات الهادفة إلى ترويج الفرص الإستثمارية والإقتصادية القائمة في الشارقة، وذلك في أعقاب المؤتمر السنوي للرابطة العالمية لهيئات ترويج الإستثمار وبيبا والذي استضافته جنيف وشارك فيه وفد شروق برئاسة سعادة مروان بن جاسم السركال المدير التنفيذي لـ (شروق)، وإيلي أرمل مدير إدارة تطوير الأعمال في (شروق) ومحمد جمعة المشرخ رئيس ترويج الإستثمار في (شروق)، بدر أحمد المشرخ مدير مكتب الإمارات العربية المتحدة لدى منظمة التجارة العالمية في جنيف. وقدم الوفد خلال الاجتماعات التي عُقدت مع عدد من المسؤولين الحكوميين ومع ممثلي قطاعات الإقتصاد، والطاقة، والرعاية الصحية، والإستثمار يومي 13 و14 فبراير، شرحاً حول هيئة الشارقة للإستثمار والتطوير (شروق)، ورويتها وأهدافها.

جمعية الإمارات للمتداولين تختتم برنامجاً تدريبياً ناجحاً يؤهل المتداولين للحصول على شهادة إيه سي آي العالمية

•• دبي-وام:

اختتمت جمعية الإمارات للمتداولين في الأسواق المالية ومقرها دبي امس برنامجاً تدريبياً ناجحاً نظمته للمبتدئين من المتداولين الإماراتيين والخليجيين الراغبين باكتساب معرفة عامة حول أعمال القطاعات البنكية في الأسواق المالية المحلية والعالمية خاصة في مجال ما يعرف بالخرزينة . وأبلغ محمد الهامشي رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات للمتداولين في الأسواق المالية وكالة أنباء الإمارات وام امس أن الجمعية التي تأسست في نهاية عام 2011 ومقرها دبي تسعى لتنظيم عدد من البرامج والدورات التدريبية للمتداولين الإماراتيين خصوصاً وغيرهم من أبناء دول مجلس التعاون الخليجي ومن جنسيات أخرى عموماً بهدف خدمة المجتمع المالي في دولة الإمارات وتوفير فرص التواصل بين البنوك المحلية والعالمية. ووصف نتائج هذه الدورة التدريبية التي شارك فيها مواطنون إماراتيون وسعوديون وقهطريون وبحرينيون من العاملين في القطاعات المالية والبنكية بأنها كانت ناجحة للغاية نظراً للموضوعات التي تناولتها بما يدعم خبرات هؤلاء ويرتقي بمستوياتهم الوظيفية داخل مؤسساتهم.

وكان مجلس إدارة الجمعية قد أقر مؤخراً تنظيم ثلاثة برامج تدريبية خلال الربع الأول من العام الحالي يراعى فيها لتدرج في عملية التدريب حيث توجه البرنامج الأول للمبتدئين من الإماراتيين في مجال التداول في الأسواق المالية محلياً وعالمياً فيما يخص البرنامج الثاني لتتوسط الخبرة والبرنامج الثالث لتدوي الخبرة في هذا المجال. وأقاد سلمان محمود هادي أمين سر عام جمعية الإمارات للمتداولين في الأسواق المالية في تصريح لوكالة الامارات دبي الوطني وسكسو بنك وبنك البحرين وبنك قطر بالإضافة إلى متدربين من مركز دبي المالي العالمي وعدد من شركات الوساطة العاملة في الدولة. وقال أن الجمعية وزعت على خريجي البرنامج في ختام أعماله شهادة التداول العالمية إيه سي آي التي تؤهلهم للتقدم إلى العمل في مجالات أكثر إختصاصاً في البنوك المحلية والعالمية خاصة في أقسام الخزينة . وبعد قسم الخزينة من أهم ادارات المصارف الإسلامية والبنوك التقليدية إذ أن من واجباته الاستثمار والتداول بالأسواق المالية مثل السوق النقدي وسوق رأس المال وسوق العملات الأجنبية كما أنها من أكثر الإدارات أهمية وحساسية لموائمتها بين التدفقات النقدية الداخلة والخارجة وتأثيرها على عوامل عديدة أهمها ربحية ومخاطرة هذه المؤسسات. وذكر هادي أن الحاضر العالمي أندري كرتين من جنوب أفريقيا الختص في سوق المالي وتأهيل المتدربين للحصول على شهادات دولية معتمدة للتداول تناول في الدورة عدة موضوعات مهمة شملت التعريف بأسواق المال وأدواتها وأسعار الفائدة وطرق مبادلاتها والصكوك الإسلامية وأنواعها. وأضاف أن كرتين تطرق إلى ما يعرف بالريبو وهو السعر الذي يستخدمه البنك المركزي في إعادة شراء الأوراق المالية الحكومية من البنوك التجارية للسيطرة على العروض النقدي بسعر فائدة مدته ليلة واحدة حيث يشتري المتعاملون سندات الحكومة لمدة معينة ثم يبيعونها لمستثمرين آخرين ثم يقومون بشرائها في اليوم التالي. وتهدف آلية الريبو إلى توفير السيولة النقدية للبنوك في الأجل القصير للتغلب على أزمات نقص السيولة المتاحة لديها نتيجة تحملها عبء إعطية جميع طروحات وزارة المالية لأذون الخزانة.

انضمام أكثر من 60% من مساحات البيع بالتجزئة في أبوظبي لمشروع بقالة

•• ابوظبي - الفسج:



باسم مشروع تنظيم قطاع البيع بالتجزئة بقالة أن هذه الخطوة ستتيح للمتأخرين ممن بادروا بالتسجيل في المشروع بعد انقضاء مهلة العام الماضي تنفيذ التعديلات الجديدة خلال أربعة أشهر تبدأ من 6 مارس وتنتهي في 30 يونيو القادم وفيما عدا ذلك فلن تتمكن البقالات غير المستوفية من ممارسة أنشطتها بعد هذا التاريخ مؤكداً أن هذه الفرصة تأتي ضمن التسهيلات التي تقدمها اللجنة لتلبية حاجات المستهلكين من المواد الغذائية والمتطلبات اليومية.

وذكر أن اللجنة سححت بزيادة أعداد المقاولين والاستشاريين المعيّنين بتنفيذ أعمال تجديد البقالات حيث بلغ عددهم من 80 مقاولاً قبل ثلاثة أسابيع إلى 107 حالياً لافتاً إلى أن تلك الزيادة أسهمت في تعدد الخيارات أمام أصحاب البقالات والمساهمة في خفض التكلفة بحيث أصبح سعر المتر المربع يتراوح ما بين 1700 درهم إلى 2500 درهم حسب الوضع الفني الحالي للمنشأة ومتطلبات التغيير بدلا من 3000 درهم إلى 4000 درهم وهو المبلغ الذي أفرزته الدراسة من خلال النماذج التجريبية عند إطلاق المشروع وبذلك تكون قد أنقذنا كافة السبل التي تسهل على أصحاب البقالات الالتزام بتطبيق الاشتراطات الجديدة. وأضاف الرئيس أن مشروع بقالة نتاج دراسات معمقة عملت عليها أيادي وطنية استندت إلى أبحاث وممارسات عالمية حول خدمات قطاع البيع بالتجزئة ما أفضى إلى توصيات تنفيذ بضرورة الارتقاء بواقع منشآت البيع بالتجزئة بمواصفات ومعايير عالمية تتناسب مع بيئةنا المحلية خاصة وأن تلك البقالات

لم تقم بأي تعديل على منشأتها أو تغيير في طرق ممارسة نشاطها لأكثر من 30 عاماً وهو ما استدعى إجراء عملية تطوير توائم مستوى الخدمات في هذا المجال. وشدد على أن الممارسات المرصودة في البقالات خلال السنوات الماضية كانت لا ترتقي لمستوى الخدمات الأخرى المقدمة في الإمارة والتي باتت مرتبطة برؤية أبوظبي 2030 موضحة أن اللجنة المكلفة بمشروع تنظيم قطاع البيع بالتجزئة بقالة عملت خلال 28 شهراً وضعت برنامج عمل بثلاثة مراحل المرحلة الأولى تم خلالها إعداد دراسة تحليلية لواقع القطاع وفي المرحلة الثانية تم وضع خطة بناء على مخرجات الدراسة أما المرحلة الثالثة فتضمنت تنفيذ الخطة لمدة عام كامل حيث تم خلالها وضع متطلبات التغيير والتي شملت تجهيز نموذجين للبقالات المستحدثة

ظبي جت يتفوق عالمياً وفق استفتاء مجلة يوروبين بزنس إير نيوز

مطار البطين للطيران الخاص ثاني أفضل مزود للخدمات الأرضية في العالم

•• أبوظبي-الفسج:

المستمر لعمليات قطاع الطيران إقليمياً وعالمياً. ونجحت الشركة بفضل ما حققه مطار البطين للطيران الخاص من تطورات متواصلة على صعيد جودة وتميز وكفاءة الخدمات المقدمة، من وضع أبوظبي على خارطة المراكز العالمية المميزة في قطاع الطيران الخاص، وتأكيد موقعها القيادي على صعيد المنطقة. وسنواصل العمل دوماً وفق استراتيجيتنا المميزة للارتقاء بجميع الخدمات وتحقيق أفضل الإنجازات في مختلف مجالات عمليات الشركة . وتنتج مجلة يوروبين بزنس إير نيوز العالمية المتخصصة في شؤون الطيران، فرصة التصويت لجميع قراء المجلة

في العام الماضي، حيث شارك في الاستفتاء المطروح داخل المجلة وعبر الموقع الإلكتروني هذا العام حوالي 35 ألف شخص من مالكي الطائرات الخاصة ومشغلي الرحلات وقراء المجلة، ما وضع ظبي جت في مرتبة متقدمة أمام مجموعة من أفضل مراكز الخدمات الأرضية العالمية، وما يؤكد المكانة الرائدة لتميز وجود الخدمات التي يقدمها مطار البطين للطيران الخاص ، والثقة العالمية المتزايدة فيه كأحد المراكز الحيوية للطيران الخاص في المنطقة والعالم. وقال سعادة علي ماجد المنصوري، رئيس مجلس إدارة

حقق مطار البطين للطيران الخاص، أول مطار متخصص لخدمة الطيران الخاص في منطقة الشرق الأوسط والتابع لشركة أبوظبي للمطارات، المرتبة الأولى على مستوى الشرق الأوسط والثانية عالمياً كأفضل مزود للعمليات الأرضية الثابتة عبر مركز الخدمات الأرضية التابع له ظبي جت ، وذلك ضمن الدراسة التي أجرتها مجلة يوروبين بزنس إير نيوز الشهرية لعام 2013. ويأتي هذا الإنجاز بعد تحقيق المطار المرتبة الرابعة عالمياً

حمدان بن محمد : دولتنا باتت تمثل نقطة جذب رئيسية على خارطة المعارض في العالم



من نطاق المنطقة أو من شتى أنحاء العالم. وأضاف.. لقد كانت دولة الإمارات وستظل أبداً دافعا قويا للأمن والاستقرار الدوليين ومواقفها النابتة والمشرقة في العديد من الأزمان الإقليمية والدولية تشهد على ذلك وتؤكد حرص القيادة الرشيدة للبلاد على إيجاد الروافد والقومات التي من شأنها تأمين أسس السلام العالمي وإشاعة الأمن في كافة ربوع الأرض ومساعدة أقطار العالم على حماية مقدراتها ومكتسباتها بما يضمن مستقبل شعوبها ويصون أمنهم وأمانهم.. وعرض أيدكس لهُو برهان على ذلك النهج المتوازن الذي تلتمز به بلادنا تأكيدا على رغبتها في أن تكون القدرات الدفاعية للدول سايجا متينا يحمي الأمن والسلام لشعوب الأرض كافة.

الفعالية الضخمة لا يبذلونه من جهد وعرق في سبيل إخراج الحدث بالصورة التي تتناسب مع حجم ومكانة دولة الإمارات وقدرها كدولة رائدة في هذا المجال.. فعين الراصد المتتبع لمسيرة هذا المعرض الضخم منذ انطلاقه في العام 1993 لن يخطئه مدى التطور الذي يطرأ عليه دورة تلو الأخرى سواء من ناحية الكم أو الكيف.. ومن حيث المساحة أو حجم المعارضين وأيضا نوعية العروضات ومقدار تطورها علاوة على أعداد الزوار التي تحقق زيادة سنوية مطردة توازي انتشار سمعته كأحد أهم معارض الدفاع في العالم ليصبح مع هذه المكانة محط أنظار القائلين على هذا القطاع الاستراتيجي من مختلف أنحاء المنطقة والعالم ونافذة مهمة للتعرف على أحدث ما يطرحه من نظم دفاعية متطورة.. وقال سموه.. إن نجاح معرض ومؤتمر "أيدكس" وتقدمه المستمر يستند في واقع الأمر إلى مقومات عدة جعلت من صناعة المعارض مكونا رئيسا من مكونات الهيكل الاقتصادي الوطني في بلادنا ومن أهمها موقع الإمارات المتوسط من العالم والذي يجعل الوصول إليها سهلا ويسيرا من مختلف بقاعه مدعومة بقدرات فائقة من مطارات ومرافئ بحرية ذات طاقات استيعابية عالية علاوة على البنية الأساسية عالية الكفاءة والاعتمادية التي تضعها الحكومة في مقدمة أولوياتها الاستثمارية وكذلك الخدمات الرفيعة المستوى التي تشجع المعارضين على المشاركة لا يجدونه من سهولة في الإجراءات وسرعة في إنجاز المعاملات وهي كلها عناصر تتضافر ضمن منظومة عمل دعائمتها الأساسية هي شباب هذا الوطن الذين أثبتوا قدرة على ريادة عملية التطوير بمنتهى الكفاءة والمسؤولية ونحن نقصد عليهم آمالا وطموحات عريضة لثغصه بلادنا ورفعة شأنها في مختلف المحافل والمناسبات. وقال.. إننا على ثقة كاملة أن الدورة الحادية عشرة لمعرض أبوظبي الدولي للدفاع ستأتي في نفس المتوال من النجاح وبنات روح التجديد التي عهدناها في الحدث في دوراته السابقة مع استقطاب المزيد من الزوار والمعارضين الذين يحرصون كل عام على حضور هذا الحدث الذي يعد من بين الأكبر عالميا ليواصل رسالته كمنصة للحوار وتبادل الخبرات ونافذة للاطلاع على أكثر المعدات والأنظمة الدفاعية تطورا وأعلها كفاءة وكذلك كرافد اقتصادي مهم بما يمثله من دعم لقطاع السياحة مع استقطاب المعارض لأعداد متنامية من المشاركين سواء

•• أبوظبي-وام:

أكد سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي لنشرة درع الوطن التي تصدرها بمناسبة معرض أيدكس 2013 أنه في ظل القيادة الرشيدة للوالد صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله وأخيه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي رعاه الله.. أرست دولة الإمارات قواعد صلبة لصناعة تعد من أهم مكونات وروافد الاقتصاد الحديث ألا وهي صناعة المعارض والمؤتمرات.. حيث تميزت دولتنا العالمية في هذا المجال على المستويين الإقليمي والدولي وباتت تمثل نقطة جذب رئيسية على خارطة المعارض في العالم لتحتضن على أرضها كل عام عشرات المعارض والتجمعات واللقاءات الدولية الهامة التي تغطي كافة التخصصات على مدار العام مؤكدة بذلك مكانتها كمنصة لتجارب المؤسسات والشركات العالمية الراغبة في الاستفادة من الفرص التي تفتحها أمامهم ببلادنا كونها توفر لهم البوابة الحقيقية للدخول إلى سوق إقليمية ضخمة تضم أكثر من ملياري نسمة. وأضاف.. يأتي معرض ومؤتمر "أيدكس" الذي يعد أحد أهم المعارض الدولية المتخصصة في مجال الصناعات والأنظمة الدفاعية وتستضيفه أبوظبي بصفة دورية كل عام ليكون في بؤرة اهتمام القائمين على تلك الصناعات من ناحية والمهتمين باقتناء أحدث ما تقدمه من إنتاج متطور من جهة أخرى محتلا بذلك مكانة استراتيجية كساحة للقاء والحوار بما يستقطبه من مئات الشركات العالمية الراغبة في عرض أحدث ما توصلت إليه من تجهيزات الدفاع الجوي والبحري والبري ووسائل الردع المختلفة بما يلبي احتياجات دول المنطقة والعالم الساعية إلى تعزيز قدرتها على درء الأخطار والتحديات الخارجية التي قد تحيق بها وتهدد أمنها واستقرارها وسلامة أراضيها.. وقال سموه.. إنني لأود أن أنتهز هذه الفرصة لتوجيه التهئة لأخي الفريق أول سمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة بمناسبة انعقاد الدورة الحادية عشرة للمعرض مشمولة بأمانتنا الخالصة بكل النجاح والتوفيق لهذه الدورة وغيرها من دورات مقبلة.. كما أقدم تحية إعزاز وتقدير للقائمين على تنظيم هذه

26

إل جي تي العالمية لإدارة الأصول والخدمات المصرفية الخاصة تفتتح أول مكاتبها في دبي

•• دبي-وام:

أعلنت مجموعة إل جي تي الدولية المختصة بإدارة الأصول والخدمات المصرفية الخاصة ومقرها فاووز عاصمة إمارة ليختنشتاين أمس أنها افتتحت أول مكتب لها في دبي بعد أن حصلت على الموافقات التنظيمية المطلوبة. وقالت المجموعة في بيان صحافي صدر عنها أنها ستوفر من مقرها في مركز دبي المالي العالمي باقة متميزة من الخدمات الاستشارية والتنفيذية لعملاء البنوك الخاصة في منطقة الخليج العربي والشرق الأوسط وتركيا وأفريقيا وجنوب آسيا. افتتح المكتب الجديد سمو الأمير ماكس فون أوند تسو ليختنشتاين الرئيس التنفيذي للمجموعة إل جي تي حيث أكد في تصريح صحافي أن منطقة الشرق الأوسط تمثل إحدى أهم الأسواق العالمية لنمو خدمات المجموعة التي تسعى من خلال تأسيس إل جي تي الشرق الأوسط لإرساء حضور قوي لها في المنطقة انطلاقا من مكتبها في دبي الذي سيكون مركزا رئيسا للخدمات المصرفية الخاصة بالثروات العالمية. وأوضح أن مجموعة إل جي تي تركز بشكل أساسي على تقديم الخدمات الاستشارية للثروات العائلية إذ تعد حاليا أكبر مجموعة لإدارة الأصول والخدمات المصرفية الخاصة على مستوى أوروبا على حد وصفه. وتعود ملكية إل جي تي بالكامل إلى عائلة ليختنشتاين الأميرية التي تولت إدارة المجموعة لأكثر من 80 عاما. ولفت الأمير ليختنشتاين إلى أن هيكل الملكية البسيط والمستقر يتيح للمجموعة تحقيق درجة عالية من التوافق بين المصالح الاستثمارية لعملائها ومصالحها كعائلة. وذكر جيفري سينغر الرئيس التنفيذي لسلطة مركز دبي المالي العالمي في تصريح له بهذه المناسبة إن قرار إل جي تي بتأسيس وجود لها في المنطقة سيوفر لها الإطار والبنية التحتية المتطورة لنمو أعمالها وتعزيز مكانتها في المنطقة.. كما ستدعم إل جي تي المستثمرين في الاستفادة من خبراتها وسجل أعمالها الحافل. وأشار إلى أن مجتمع مركز دبي المالي العالمي يضم مؤسسات مالية ومهنية محترفة فلا يفت دور المركز أن يكون أحد الدعامات الهامة لاقتصاد دبي خصوصا ودولة الإمارات عموما بل يتعدى ذلك ليشمل دوره المهم الذي يضطلع به في جذب الاستثمارات ودعم نمو الاقتصاد في المنطقة وضمان التدفقات العالمية. وفت منان أديتولا العضو المنتدب في شركة إل جي تي الشرق الأوسط إلى أن اختيار الشركة لركز دبي المالي العالمي مقرا رئيسا لأعمالها جاء اعتمادا على صيته الدائع كمجمع للخبرات المالية وبيئته التنظيمية الراسخة مما يوفر لها منصة متطورة لتوفير خدماتها عبر المنطقة وتوسيع عملياتها في المنطقة وتمكين عملائها من استخدام شبكتها الاستثمارية العالمية لتوفير ثرواتهم بالشكل الأمثل. وتحتل المجموعة التي يعمل لديها أكثر من 1700 موظف بالتمثيل في أكثر من 20 موقعا في أوروبا وآسيا والشرق الأوسط إذ بلغت قيمة الأصول التي تديرها حتى منتصف العام الماضي نحو 94.7 مليار دولار سويسري حوالي 98.6 مليار دولار أمريكي.

•• أبوظبي-وام:

وافق المجلس الوطني الاتحادي خلال جلسته السابعة التي عقدها يومي 12 و 13 فبراير على إحالة مشروع قانون اتحادي لسنة 2013 بشأن المشاريع والمنشآت الصغيرة والمتوسطة وفقا للمادة 89 من الدستور التي تنص على مع عدم الإخلال بأحكام المادة 110 تعرض مشروعات القوانين الاتحادية بما في ذلك مشروعات القوانين المالية على المجلس الوطني الاتحادي قبل رفعها إلى رئيس الاتحاد لعرضها على المجلس الأعلى للتصديق عليها وبتناقض المجلس الوطني الاتحادي هذه المشروعات وله أن يوافق عليها أو يعدلها أو يرفضها. وحسب المذكرة الإيضاحية لمشروع القانون الذي يتكون من 23 مادة وورد من الحكومة بتاريخ 29 يناير 2013 فإن للمشاريع الصغيرة والمتوسطة دورا بارزا في البنية العامة لاقتصاد دولة الإمارات وإن إصدار هذا القانون ينظم الأحكام المتعلقة بهذه المشاريع والمنشآت ويمثل خطوة متقدمة لتحقيق رؤية الحكومة الاتحادية في شأن الاهتمام بشريحة مهمة من أصحاب الشركات من شباب الوطن. ويهدف هذا المشروع إلى دعم وتطوير المشاريع والمنشآت

المجلس الوطني الاتحادي يحيل إلى لجنة الشؤون المالية والاقتصادية مشروع قانون المشاريع والمنشآت الصغيرة والمتوسطة

الصغيرة والمتوسطة حتى تكون داعما أساسيا للتنمية الاقتصادية في الدولة وتسهم في نشر وتشجيع ثقافة البحث والإبداع والابتكار وريادة الأعمال التي تحقق طموحات الدولة الاقتصادية وتسهم بدورها في تعزيز تنافسية المشاريع والمنشآت من أجل توفير فرص العمل للمواطنين وتحفيزهم ودعمهم للإقبال على العمل في مجال المشاريع والمنشآت والمساهمة في الناتج المحلي الإجمالي للدولة مما يعزز مكانة الدولة كمركز لريادة الأعمال وإقامة المشاريع والمنشآت وإيجاد شركات جديدة بأسواق الدولة مستقبلا. ويسهم مشروع القانون في تعزيز دور مصرف الإمارات للتنمية في تنمية الاقتصاد الوطني من خلال دعم إنشاء المشاريع والمنشآت الصغيرة والمتوسطة وإيجاد مصادر تمويل وإثمان لها ويساعد في توسيع نطاق التعاون والتنسيق بين المؤسسات العاملة والداعمة للمشروعات الصغيرة والمتوسطة فيما يتعلق بتحديد احتياجات هذه الشريحة مع الإبقاء على الخصوصية لكل مؤسسة لتحدد احتياجاتها ومشروعاتها في كل إمارة. ويختص المجلس وفقا للدستور في النظر في مشروعات القوانين الاتحادية حيث يمارس دوره التشريعي في مناقشة مشروعات التعديلات الدستورية ومشروعات القوانين الاتحادية و

مشروع الميزانية العامة للدولة ومشروعات حساباتها الختامية وللمجلس أن يوافق على مشروعات القوانين أو يعدلها أو يرفضها وله أن يبيدي ما يراه من ملاحظات. وتناولت المادتان 1 و 2 من مشروع القانون تعاريف لبعض المصطلحات والكلمات المنصوص عليها في مشروع القانون وأهداف مشروع القانون فيما تطرقت المادتان 3 و 4 إلى تصنيف وتعريف المشاريع والمنشآت المتناهية الصغر والصغيرة والمتوسطة فتحت عنوان تصنيف المشاريع والمنشآت نصت المادة 3 على أنه لأغراض هذا القانون يتم تصنيف المشاريع والمنشآت بناء على معيارين أساسيين هما: حجم العمالة وحجم العوائد السنوية ويجوز لمجلس المشاريع والمنشآت الصغيرة والمتوسطة بناء على توصية الوزير وبالتنسيق مع الجهات المعنية إضافة أي معيار آخر إلى المعايير المذكورة في البند 1 من هذه المادة بالنظر إلى طبيعة ونوع الأنشطة الاقتصادية التي تمارسها المشاريع والمنشآت. وبينت المادة 4 التي حملت عنوان التعريف الموحد للمشاريع والمنشآت متناهية الصغر والصغيرة والمتوسطة على أن مجلس الوزراء يصدر قرارا بالتعريف الموحد للمشاريع والمنشآت متناهية الصغر والصغيرة والمتوسطة بناء على توصية الوزير بعد التشاور مع الجفرا المحلية المختصة.



اقتصادية أبوظبي تصدر 7762 رخصة تجارية جديدة وتجدد أكثر من 66 ألفاً وتجز أكثر من 181 ألف معاملة

•• أبوظبي-وام:

بلغ عدد الرخص التجارية الجديدة التي دخلت النشاط التجاري على مستوى إمارة أبوظبي خلال العام الماضي 7762 رخصة ليصل بذلك إجمالي عدد الرخص المسجلة والفاعلة في الإمارة بنهاية العام 2012 حوالي 87329 رخصة موزعة على 35317 في أبوظبي و21532 في العين و7131 رخصة في المنطقة الغربية. ووفقا للتقرير الإحصائي السنوي للنشاط التجاري على مستوى إمارة أبوظبي للعام 2012 - الصادر عن دائرة التنمية الاقتصادية أبوظبي - فإن إجمالي عدد حركة معاملات الرخص التجارية في الإمارة التي تم إنجازها خلال العام الماضي بلغ حوالي 181 ألفا و106 حركات موزعة على 118 ألفا و423 في مدينة أبوظبي و13 ألفا و763 في المنطقة الغربية و43 ألفا و920 حركة في مدينة العين وشملت هذه المعاملات إصدار رخص جديدة وتعديل وتجديد وإلغاء رخص وإصدار بدل فاقد وتحرير رسائل ومخالفات مختلفة. وقال محمد منيف المنصوري المدير التنفيذي لقطاع الشؤون التجارية بالإمارة في الدائرة إن الدائرة تمكنت من خلال إستراتيجيتها وخططها المستقبلية من تنمية الحركة التجارية لعدد من القطاعات الحيوية حيث تعد

وزيادة المستمرة والنوعية في إصدار التراخيص التجارية مؤشرا على توجه اقتصاد إمارة أبوظبي نحو مواصلة حركة النمو المطرد. وأكد حرص دائرة التنمية الاقتصادية على تعزيز بيئة الأعمال بالإمارة من خلال تشجيع الأنشطة التجارية النوعية التي من شأنها أن تحقق التنوع الاقتصادي المطلوب في الإمارة وتمزج من تنافسياتها كمناطق جاذبة للاستثمارات. كما أكد المنصوري حرص الدائرة على تذييل كافة العقيبات والصعوبات التي قد تواجه رجال الأعمال والمستثمرين لبدء نشاطهم التجاري وتطويره وتوسعه وذلك لإيمانها منها بأن قطاع الأعمال يعد رافدا مهما في زيادة معدلات الناتج المحلي الإجمالي للإمارة للقطاعات غير النفطية. وقال تعمل الدائرة من خلال تدهين مركز أبوظبي للأعمال قريبا على تبسيط وتسريع إجراءات التجديد والإصدار بالإضافة إلى تحقيق التنسيق والتكامل مع بقية الدوائر والمؤسسات الحكومية ذات العلاقة بالنشاط الاقتصادي في الإمارة. وأشار إلى إن مركز خدمة العملاء الرئيس لكافة معاملات التراخيص التجارية التابع للدائرة والمنقل من مقره القديم في بلدية أبوظبي إلى مبنى الدائرة الجديد سيسعى إلى مواكبة التطورات في السوق المحلية وتحقيق رضى العملاء بما يسهم في تشجيع الاستثمار في الإمارة

وزيادة النشاط التجاري ورفع الكفاءة والانتاجية. وحسب التقرير تم خلال العام 2012 تجديد 66299 رخصة موزعة على 40274 رخصة في أبوظبي و5173 رخصة في المنطقة الغربية و20852 في العين مما يعكس اهتمام وحرص رجال الأعمال على الاستمرار في تعزيز أنشطتهم التجارية في الإمارة والثقة في كافة الإجراءات والنظم التي تتبعها الإمارة بهدف توفير بيئة أعمال مثالية تعود بالفائدة على مجتمع الإمارة. وفي السياق ذاته بلغ إجمالي عدد المعاملات الخاصة بتعديل نشاط الرخص التجارية في أبوظبي خلال العام 2012 حوالي 34025 موزعة على 22057 في أبوظبي و3427 رخصة في الغربية و8541 رخصة في العين. وأوضح المدير التنفيذي لقطاع الشؤون التجارية بالدائرة إن غالبية التعديلات على أنشطة الرخص التجارية خلال العام الماضي أظهرت رغبة الشركات في إضافة أنشطة تجارية إلى أنشطتها المسجلة مما يعكس التوسع الملحوظ لهذه الشركات في ممارسة أنشطة إضافية ويعد مؤشرا على مدى نجاح أعمالها. وأفادت الإحصائيات بأن هناك حوالي 5494 رخصة تم إلغاؤها خلال العام الماضي غالبيتها من الأنشطة التجارية التي تم إلغاء مزاولتها داخل جزيرة أبوظبي بناء على قرار نقل أنشطتها إلى خارج الجزيرة.

حسب البيانات فإن هذه الرخص موزعة على 2925 رخصة في أبوظبي و353 رخصة بالغربية و2216 رخصة في العين حيث أن هناك أسبابا أخرى وراء الإلغاء تعود إلى أن عددا كبيرا من هذه الرخص ذات أنشطة صغيرة ومتناهية الصغر فيما تم إلغاء رخص أخرى مر عليها أكثر من عامين ولم يتم تجديدها. كما رصدت الإحصائيات أنواع التراخيص التجارية الصادرة في إمارة أبوظبي خلال العام الماضي 2012 الحرفية والتجارية والمهنية والزراعية والثروة السمكية والحيوانية. وجاء في البيانات أنه تم إصدار عدد 137 رخصة حرفية جديدة فيما تم تجديد 13743 رخصة أخرى في 2012 كما تم إصدار 7586 رخصة تجارية جديدة وتجديد 49654 رخصة أخرى وبالنسبة للرخص المهنية فتم إصدار 36 رخص وتجديد 3266 رخصة أما الرخص الزراعية والثروة السمكية والحيوانية فقد تم إصدار ثلاث رخص وتجديد رخصتين فقط خلال العام الماضي. ووفقا للتقرير فقد تم إصدار 12 رخصة شركات تضامن و6 رخص شركات مساهمة خاصة بفرعها و27 رخصة شركات مساهمة عامة بفرعها و785 رخصة فروع فيما تم إصدار رخصة شركة مهنية واحدة ورخصتي جمعيات تعاونية وشركات توصية بسيطة، أما تراخيص الشركات

ووفقا للتقرير الإحصائي السنوي للنشاط التجاري على مستوى إمارة أبوظبي خلال العام الماضي 7762 رخصة ليصل بذلك إجمالي عدد الرخص المسجلة والفاعلة في الإمارة بنهاية العام 2012 حوالي 87329 رخصة موزعة على 35317 في أبوظبي و21532 في العين و7131 رخصة في المنطقة الغربية. ووفقا للتقرير الإحصائي السنوي للنشاط التجاري على مستوى إمارة أبوظبي للعام 2012 - الصادر عن دائرة التنمية الاقتصادية أبوظبي - فإن إجمالي عدد حركة معاملات الرخص التجارية في الإمارة التي تم إنجازها خلال العام الماضي بلغ حوالي 181 ألفا و106 حركات موزعة على 118 ألفا و423 في مدينة أبوظبي و13 ألفا و763 في المنطقة الغربية و43 ألفا و920 حركة في مدينة العين وشملت هذه المعاملات إصدار رخص جديدة وتعديل وتجديد وإلغاء رخص وإصدار بدل فاقد وتحرير رسائل ومخالفات مختلفة. وقال محمد منيف المنصوري المدير التنفيذي لقطاع الشؤون التجارية بالإمارة في الدائرة إن الدائرة تمكنت من خلال إستراتيجيتها وخططها المستقبلية من تنمية الحركة التجارية لعدد من القطاعات الحيوية حيث تعد

مدير عام مياه وكهرباء أبوظبي يكرم المتميزين

في ختام أسبوع ترانسكو الصحة والسلامة والبيئة والجودة



بحضور سعادة عبد الله سيف النعيمي مدير عام هيئة مياه وكهرباء أبوظبي رئيس مجلس إدارة شركة أبو ظبي للنقل والتحكم ترانسكو اختتمت فعاليات اسبوع ترانسكو الصحة والسلامة والبيئة والجودة 2013 والذي نظّمته إدارة الصحة والسلامة والبيئة والنوعية في ترانسكو تحت شعار الموظفين الذين يتبعون أفضل الطرق لتنفيذ الأعمال واستمر خمسة أيام في مقر ترانسكو وتضمن حفل ختام توزيع العديد من الجوائز وشهد الحفل حضور كبير من قبل موظفي الشركة.

وقال سعادة عبدالله سيف النعيمي مدير عام هيئة

الفعالية . وقدم باول روبرت مدير إدارة الصحة والسلامة والبيئة والنوعية في ترانسكو في كلمته تعريفاً للأسبوع وشرحاً حول الشعار الذي اتخذته الشركة للأسبوع والفعاليات والدعوة لإشراك أبناء الموظفين في المسابقة التي تقام على هامش هذه الفعالية . وفي نهاية الحفل تم التقاط تم توزيع الجوائز على الموظفين الذين تم ترشيحهم من قبل الإدارة نظراً لقيامهم بتنفيذ الأعمال بشكل صحيح وأمن وهم السادة : عمر سعادة ومحمد زكي وعبد الكريم ، إضافة إلى تكريم الفائز في مسابقة الاختيار وهو السيد وليد خالد المعولي، كما تم توزيع

الجوائز على الفائزين في مسابقة الرسم الطلابية والتي شارك فيها طلبة وطالبات مدرسة أبوظبي الدولية الخاصة واختتم الحفل بأخذ صورة جماعية مع فريق قسم الصحة والسلامة والبيئة والجودة. وتضمن الأسبوع تنظيم مناسبات بين أبناء الموظفين والعاملين بالشركة لتشجيع الآباء على طرح فكرة أفضل الطرق لتنفيذ الأعمال مع الأخذ في الاعتبار مبادئ الصحة والسلامة والبيئة والجودة كما تضمنت فعاليات الأسبوع مشاركات من إدارات شركات المقاولات التي تتعامل مع ترانسكو والاستشاريين ونخبة من مقاولي الباطن .

اقتصادية دبي تصدر 16 ألفاً و688 رخصة تجارية خلال العام الماضي

•• دبي-وأم:

أصدرت دائرة التنمية الاقتصادية في دبي 16 ألفاً و688 رخصة تجارية خلال العام الماضي بزيادة نسبتها 16 في المائة مقارنة بعام 2011 . وشهدت الدائرة في بيان صحافي صدر عنها أمس على أن ارتفاع نسبة إصدار الرخص التجارية في العام الماضي مؤشر جديد على تسارع وتيرة نمو مختلف القطاعات الاقتصادية من ناحية حجم المعاملات على مستوى الإصدارات الجديدة والمجددة بما يهيئ اقتصاد إمارة دبي بلوغ مستويات نمو مرتفعة في الفترة المقبلة. وأفادت بأن الرخص السياحية الصادرة حققت أعلى معدلات نمو في العام الماضي وصل إلى 56 في المائة تلاها الرخص المهنية بنسبة نمو بلغت 21 في



المائة فالرخص التجارية بنسبة 14 في المائة فالرخص الصناعية بنسبة 13 في المائة مقارنة بعام 2011 . وقال سعادة سامي القمري مدير عام دائرة التنمية الاقتصادية بدبي في تصريح صحافي أمس أن الأداء القياسي للرخص الصادرة بإمارة دبي في العام الماضي خير دليل على استمرارية اقتصادية دبي في تطوير خدماتها ومواكبتها أفضل الخدمات المقدمة على جميع الأصعدة. وأضاف أن هذا الأداء يشكل مساهمة فعالة في تطوير بيئة الأعمال والأداء الاقتصادي لإمارة دبي وجذب المستثمرين سواء كانوا من داخل الدولة أم من خارجها. ولفت القمري إلى أن الأرقام تظهر مدى ثقة المستثمرين في إمارة دبي لما لها من دور اقتصادي رائد في المنطقة والعالم إذ مهدت السياسات



الحكومية الرشيدة والإجراءات المتعلقة بالتنظيم الاقتصادي إلى تحسين الأداء الاقتصادي لبعض القطاعات الرئيسية لا سيما السياحية والتجارية والصناعية

من خلال طرح المبادرات الهادفة وتطبيق أفضل الممارسات مثل سهولة إجراءات بدء النشاط الاقتصادي والخدمات الإلكترونية المستحدثة وآلية مزاوله الأعمال في الإمارة وتوفير خدمات ذات قيمة مضافة مما يخلق بيئة تنافسية ومشجعة للاستثمار فيها مطبقة بذلك أرقى المعايير المقدمة للعمال على المستويين الإقليمي والعالمي. وأشار تقرير الدائرة إلى أن إجمالي الرخص الصادرة لأعلى عشر جنسيات بلغ 54 رخصة بنسبة 67 في المائة من إجمالي 81 رخصة صدرت حسب الجنسية في العام الماضي وتصدرت الرخص الكويتية قائمة الرخص الصادرة بـ 11 رخصة تلاها الرخص الأمريكية بتسع رخص فالرخص الهندي ثمان رخص فالرخص السعودية بخمس رخص.

منوعات الفكرة

27

بنك دبي الإسلامي يطلق برنامجاً

جديداً لنشر ثقافة التميز ضمن البنك



•• دبي-الفجر:

أعلن بنك دبي الإسلامي أمس عن إطلاقه برنامجاً جديداً يهدف إلى تشجيع وتكريم الموظفين الذين يقدمون مستوى متميزاً من الأداء، وذلك سعياً منه لترسيخ ثقافة التميز ضمن البنك. وقد صمم البرنامج الجديد لجائزة الأداء المتميز بهدف الارتقاء بمستويات الأداء المهني، والتميز في خدمة المتعاملين، بالإضافة إلى رفع مستوى رضى الموظفين من أجل الوصول إلى آفاق جديدة من التميز والجودة ضمن البنك والشركات التابعة له.

ويتوافق هذا البرنامج مع معايير وأنظمة المؤسسة الأوروبية لإدارة الجودة (EFQM) وجائزة دبي للجودة، حيث سيعمل على تكريم الموظفين والإدارات والفروع والمشاريع والشركات التابعة للبنك ممن أبدوا التزاماً استثنائياً باعتماد أفضل معايير التميز، وذلك عبر منحهم جوائز نقدية وشهادات تقدير ودروع تكريمية. وانطلاقاً من أفضل الممارسات العالمية، فلا تقتصر أهمية هذا البرنامج على تقدير الجهود الفردية للموظفين فحسب، بل تمتد أيضاً لتشمل الاحتفاء بالأداء المتفوق لإدارات

الأعمال والإدارات الداعمة من خلال عمليات تقييم محايدة ومستقلة.

ويهداه المناسبة قال عبدالله الهاملي، الرئيس التنفيذي لبنك دبي الإسلامي : يستند بنك دبي الإسلامي في النجاحات والإنجازات المتتالية التي يحققها إلى الجهود الدؤوبة والمستمرة التي يبذلها فريق العمل والذي يضم نخبة من أفضل الموظفين المؤهلين والمدربين على كافة المستويات. ونحن على ثقة بأن البرنامج الجديد سيسهم بدور جوهري في ترسيخ ثقافة التميز عبر جميع أقسام المؤسسة، الأمر الذي يقربنا خطوة أخرى نحو تحقيق هدفنا في أن تصبح المؤسسة المالية الإسلامية الأكثر تطوراً في العالم .

العربية للطيران تحقق 425 مليون درهم صافي أرباح لعام 2011 بزيادة قدرها 55%

كبيرة بقدرتنا على الاستفادة من الفرص المتاحة في قطاع الطيران الاقتصادي، والذي تعد العربية للطيران الشركة الرائدة فيه على مستوى المنطقة. كما أننا ماضون قدماً في التركيز على تنفيذ خطط التوسع، والتزامنا بتوفير خدمات النقل الجوي للملايين من عملائنا على امتداد المنطقة العربية .



•• الشارقة-الفجر:

كشفت العربية للطيران (ش.م.ع.)، أول وأكبر شركة طيران اقتصادي في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، أمس عن نتائجها السنوية المالية المنتهية بتاريخ 31 ديسمبر 2012 والتي عكست ربحية الشركة المستمرة، والنمو المتواصل لعملياتها. وتجاوزت الأرباح الصافية للسنة المالية 2012 توقعات المحللين حيث بلغت 425 مليون درهم إماراتي، وهو ما يمثل زيادة بنسبة 55% عن صافي أرباح الشركة للعام 2011. ووصلت إيرادات الشركة للسنة المالية 2012 إلى 2.9 مليار درهم إماراتي، أي بزيادة نسبتها 21% مقارنة بـ 2.4 مليار درهم حققته في العام 2011. وقلعت الشركة على متن طائراتها خلال العام المنصرم 5.3 مليون مسافر، وهو ما يمثل ارتفاعاً بمقدار 13% مقارنة بـ 4.7 مليون مسافر في العام 2011 ووصل معدل إشغال مقاعد طائرات العربية للطيران أي نسبة عدد المسافرين إلى عدد المقاعد المتاحة للعام 2012 إلى 82%.

واطلقت العربية للطيران ، التي تسير عملياتها حالياً إلى نحو 83 وجهة عالمية انطلاقاً من مراكز عملياتها الثلاثة، تسع وجهات جديدة في العام 2012 انطلاقاً من مركز عملياتها الرئيسي في الشارقة، إلى قازان والطائف وصلاته وأوفا واوديسا وإربيل واسانا والبصرة وروستوف. كما واستمرت الشركة في خططها التوسعية من مراكز عملياتها في المغرب ومصر حيث وصلت شبكة وجهات الشركة العالمية إلى 83 وجهة.

وشهد عام 2012 كذلك استلام العربية للطيران 6 طائرات جديدة من طراز إيرباص A320 من ضمن الطائرات الـ 44 التي كانت طلبتها عام 2007. وتتوقع الشركة استلام 6 طائرات أخرى خلال عام 2013.

كما واصلت العربية للطيران على مدى الأشهر الـ 12 الماضية حصاد الجوائز تقديراً لتمييز عملياتها بما في ذلك المرتبة الثانية ضمن قائمة أفضل شركات الطيران أداءً في العالم من قبل مجلة أفيانيس ويك العالمية وجائزة المسؤولية الاجتماعية للمؤسسات لبرنامج الشركة الخيري سحاب الخير من قبل مجلة أفيانيس بزنس. كما وحصد الرئيس التنفيذي للمجموعة جائزة الرئيس التنفيذي في ضوء الانتعاش الذي يشهده القطاع اليوم، فإلنا على ثقة

بنك الإمارات دبي الوطني يوقع عقداً مع هيئة الطرق والمواصلات

لتوفير خدمات نقل الموظفين بالباصات

•• دبي -الفجر:

أعلن بنك الإمارات دبي الوطني، المجموعة المصرفية الرائدة في المنطقة، مؤخراً عن قيامه بتوقيع اتفاقية مع هيئة الطرق والمواصلات من شأنها تدعيم خدمة توصيل الموظفين بالباصات والمشورة لموظفي بنك الإمارات دبي الوطني منذ العام 2009. ويأتي توقيع هذه الاتفاقية بعد اختيار بنك الإمارات دبي الوطني لهيئة الطرق والمواصلات كمزود الخدمات المفضل لتدعيم خدمة النقل بالباصات والتي سيتم من خلالها نقل ما يزيد من 1,300 من موظفي بنك الإمارات دبي الوطني من وإلى محال إقاماتهم في دبي والشارقة وعمان.

وشهد حفل التوقيع حضور سعادة مطر الطاير، رئيس مجلس الإدارة والمدير التنفيذي لهيئة الطرق والمواصلات وهشام القاسم، نائب رئيس مجلس إدارة بنك الإمارات دبي الوطني، وريك بندر، الرئيس التنفيذي في بنك الإمارات دبي الوطني وعبدالله قاسم، الرئيس التنفيذي لعمليات المجموعة في بنك الإمارات دبي الوطني وعيسى الدوسري، المسؤول الرئيسي للعمليات في هيئة الطرق والمواصلات إضافة إلى مجموعة من المدراء التنفيذيين في المؤسسات.



وأكد سعادة مطر الطاير رئيس مجلس الإدارة والمدير التنفيذي لهيئة الطرق والمواصلات حرص الهيئة على نشر أفضل الممارسات والتطبيقات الخاصة ببرامج إدارة النقل بهدف المساهمة في تقليل الازدحام المروري وتقليل عدد رحلات المركبات الخاصة، والمساهمة في حل المشكلات المتعلقة بمواقف المركبات القريبة من الهيئات والمؤسسات في القطاعات الحكومية والخاص، إضافة إلى حث أفراد المجتمع على استخدام وسائل النقل الجماعي لما له من فوائد على النواحي البيئية والاقتصادية والاجتماعية وتخفيف الضغط النفسي والجسدي الذي يعانيه الموظفون بصورة يومية نتيجة القيادة لساعات متواصلة وسط الازدحام المروري، الأمر الذي ينعكس على إنتاجية وأداء وكفاءة الموظف، وضمان الوصول ومغادرة مقر العمل في الوقت المحدد.

وأعرب الطاير عن سروره بتوقيع الاتفاقية مع مجموعة بنك الإمارات دبي الوطني لنقل موظفي البنك من مقر سكنهم في دبي والشارقة وعمان إلى مقر عملهم، حيث سيتم تخصيص 45 حافلة من حافلات مؤسسة المواصلات العامة، لنقل 1,300 موظف، وسيتم تسيير 2,200 رحلة شهرياً تتحرك على أكثر من 50 مساراً، مشيراً إلى أن هذه الاتفاقية تأتي توجيهاً لجهود الهيئة في توفير

كهرباء ومياه الشارقة تطلع وفداً بحرينياً على خبراتها في مجال الغاز الطبيعي

•• الشارقة-وأم:

استقبلت هيئة كهرباء ومياه الشارقة وفداً من هيئة شؤون النفط والغاز بمملكة البحرين بهدف الإطلاع على التجربة الرائدة للهيئة في مجال استعمال شبكة الغاز الطبيعي بالشارقة والإستفادة من خبراتها في هذا المجال. كان في استقبال الوفد البحريني سعادة المهندس إبراهيم راشد ديماس مدير عام الهيئة والمهندس طارق راشد ديماس مساعد مدير عام الهيئة للشؤون الفنية والمهندس سعود مدير الإدارة العامة للغاز الطبيعي بالوكالة. وأوضح المهندس إبراهيم ديماس أنه بحث مع الوفد البحريني سبل التعاون والإستفادة

من الخبرة الكبيرة التي اكتسبتها الهيئة في مجال تنفيذ واستخدام محطات وشبكات الغاز الطبيعي وتوصيل الغاز الطبيعي للمباني السكنية والمنشآت الأخرى كالمطاعم والمصانع والمدارس واستخدام الغاز الطبيعي كبديل للوقود المستخدم في السيارات. وأكد أن الهيئة ترحب بالتعاون مع جميع الشركات والجهات والمؤسسات في هذا المجال وتسعى لتطوير مجالات عملها باستمرار وتقديم جميع خبراتها لاستكمال مسيرة التطور والتقدم التي تشهدها الإمارة في كافة المجالات الاقتصادية والاجتماعية وتوفير قاعدة بنية تحتية صلبة لمواجهة تحديات المستقبل وأضاف أن اهتمام الهيئة بالتوسع في الدراسات والأبحاث والمشروعات الخاصة في مجالات عملها

المختلفة يأتي في إطار توجيهات صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة بضرورة توفير وتأمين مصادر جديدة للطاقة وضمان وصولها بكميات كافية إلى جميع أنحاء الشارقة ومواكبة التطورات التكنولوجية العالمية والاستفادة من الاكتشافات الجديدة في الحماية من التلوث البيئي وتأمين مستقبل الأجيال القادمة من الطاقة. وأكد أن مجلس إدارة الهيئة برئاسة سمو الشيخ عبدالله بن سالم بن سلطان القاسمي نائب حاكم الشارقة يولي أهمية كبيرة ومتابعة أحدث التطورات العالمية في مجال تطوير مشروعات الغاز الطبيعي ومشروعات الطاقة البديلة والمتجددة وإجراء الدراسات والبحوث اللازمة في هذا المجال.

منوعات العناية بالبشرة

29



١٠ وصفات من الزيوت الأساسية لبشرة مثالية

امزج الزيت الأساسي مع أحد الكريبات أو مع زيت نباتي وستحققين المعجزات في ما يتعلق بمشاكل البشرة. اكتشفي مزايا الزيوت الأساسية في الوصفات التالية للعناية بالبشرة.



المقادير
5- مل من محلول السبيرتو.
45- قطرة من زيت شجرة الشاي الأساسي.
46- مل من المياه المعدنية.
رشة من الكلوروفيل على شكل بودرة.
8- قطرات من مستخلص بذور الغريب فروت.

الطريقة
1- ضعي محلول السبيرتو في وعاء وأضيفي إليه الشاي. حركي بلطف بواسطة الخلاط اليدوي.
2- أضيفي باقي المكونات ثم حركي مجدداً ليتماصك المزيج.
3- انقله إلى زجاجة (50 مل) بواسطة قمع صغير.

المنافع: محلول منشط ومسكن.
طريقة الاستعمال: يوضع على البشرة بواسطة قطعة من القطن أو عن طريق الرش، ويمكن استخدامه في الصباح والمساء لإزالة المكياج.

حماية البشرة الناضجة
زيت الورد وخشب الورد وزهر البرتقال الأساسية مثالية لحماية البشرة وتزويدها بمضادات الأكسدة.
7- وصفة سريعة: مصلي الشباب بخشب الورد
المقادير
- ملعقة كبيرة من زيت الأرغان.
- نقطتان من زيت خشب الورد الأساسي.
المنافع: مثالي لتجديد البشرة الناضجة وشدها.
طريقة الاستعمال: يوضع على الوجه في الصباح والمساء.
8- وصفة المحترفين: أكسير الورد المضاد للترهل
المقادير
29- مل من نقيع شجرة التين الشوكي الزيتي.
4- قطرات من زيت الورد الدهمشقي الأساسي.
32- قطرة من الأنزيم النشط المساعد Q10.

المنافع: يوسع على البشرة بواسطة قطعة من القطن أو عن طريق الرش، ويمكن استخدامه في الصباح والمساء لإزالة المكياج.

حلول مضادة للبقع

ليزر ثاني أكسيد الكربون: يزيل التقرون بجلسة وحده.
الأضواء الباردة: تقنية جديدة واعدة حول التقرون. من جليستين إلى ثلاث جلسات.

البيدات

البيدات اللتان تتعرضان بشكل كبير للشمس تشهدان ظهور البقع الشمسية والتقرون. ليس بالضرورة أن ترتبط هذه المشكلة بالشمس، لكن من المؤكد أنها تتفاقم مع التعرض إليها.
- عملية التموية (اللجوء إلى المكياج): أسهل إذا كان على الوجه أو العنق. يمكن على بقعة أو اثنتين نرغب بتخفيفهما مؤقتاً، ويمكن أن نستعمل كريم أساس أكثر شمولية بالنسبة لباقي الجسم.
- الحل التجميلي: كريم الليدين مضاد للبقع، يعني أن تكون غنية بما يكفي بمكونات تقدم الحماية ضد الأشعة فوق البنفسجية المسؤولة عن البقع. ينصح بها خلال فصل الصيف.
- علاجات جلدية، ثلاثي كلغمان: الهيدروكينون، الهيدروكورتيزون، وحض الريتينويك يقدمون نتائج مذهلة على البقع الشمسية والكلف.

النيتروجين السائل، فاعل على التقرون: تستعيد التقرحات الداكنة لونها الطبيعي خلال بعض أسابيع.

في الطب التجميلي

يعالج الليزر البقع الشمسية عندما لا تكون كثيرة.
يزيل التششير بواسطة حمض التريكلوروسيتيك البقع الشمسية ويحسن نوعية البشرة.

الهيدروكينون، الهيدروكورتيزون، وحمض الريتينويك التي تعمل على فرط التصبغ. تختلف الجرعات حسب البقع، وتستخدم على المدى القصير.

العلاج بالتبريد: تتمثل هذه الطريقة بتعريض البقع للنيتروجين السائل على 196 درجة. تحترق الأدمة وتخلص البشرة من فرط التصبغ. يدوم الشعور بحرق لمدة دقائق.
- الحل التجميلي: كريمات جديدة مضادة للبقع: مرطبة ومعالجة على حد سواء وتتمتع بخاصية وقائية وتصحيحية على البقع كافة، سوى التقرون. تستعمل على الوجه والعنق معاً. يمكن أن تخفف فرط التصبغ، لكن لا تزيله تماماً.
- عناصر غذائية: الفيتامينان C وA و E وحمض السوس وأحماض الفاكهة. الكريبات التي تحتوي عليها تستخدم صباحاً ومساءً مع التركيز على المناطق المحددة لمدة ثلاثة أشهر على الأقل. مزيد من الفاعلية، يسمح المصل العالي التركيز بتغلغل العناصر أكثر داخل البشرة. في العلاج، تستخدم في المساء بهدف تعزيز العلاج.

في الطب التجميلي

يجرى هذا العلاج من أكتوبر إلى مارس ويجب اللجوء إليه كآخر وسيلة وأن يتم إجراؤه من قبل طبيب اختصاصي. يتطلب العنق عناية فائقة لأن البشرة فيها ناعمة، وبالتالي أضعف.
- التششير السطحي بواسطة الغليكوليك أو حمض التريكلوروسيتيك، تسمح التقنية بمعالجة بعض البقع وعلامات التقدم في السن. من جلسة إلى ثلاث جلسات.
- الليزر الجزأ أو غير الجزأ: من ثلاث إلى خمس جلسات.

الوجه والعنق

علاجات فاعلة: يتمثل فرط التصبغ الذي يظهر على الوجه ببقع الشمس، الكلف، التقرون، وأثار حب الشباب. لدى البعض، تظهر على العنق بقع الشمس والتقرون وفرط التصبغ بعد ظهور حب الشباب.
- علاجات جلدية: يجب استعمال هذه التقنيات من أكتوبر إلى مارس فحسب، لأنها لا تتناسب مع التعرض للشمس.
- كريم التبييض الطبيعي: يحتوي على ثلاثة عناصر:

• كيف نختار الزيوت الأساسية؟
- نختارها حسب نوع البشرة: عادية، حساسة، دهنية، ناضجة... نادراً ما تستخدم خالصة وغالباً ما يتم تخفيفها بزيت نباتي مختار أيضاً حسب خصائصه ومنافعه.
• هل يجب مزجها مع زيت نباتي؟
- يمكن مزجها مع أحد الكريبات المعتدلة التركيب. في المقابل، لا يوصى باستخدام ال(جيل) المائي أو المحلول، بل مزج زيوت أساسية قابلة للذوبان في الدهون، مع مادة دهنية كالكزيت أو الزبد. إذا أردنا تحضير محلول فحلي، فيمكن إضافة مادة تزيد قابلية الذوبان، ما يسمح بمزج الزيوت الأساسية مع الماء. في النهاية، لا يجب مزجها مع كريبات النهار أو المساء إذ يُحتمل أن تتفاعل مع مكونات هذه المنتجات.
• هل هي فاعلة؟
- الزيوت الأساسية مركزة لدرجة أنها تتمتع بفاعلية لا تصدق، لذا يجب التقيد بجرعات محددة: من 1 إلى 2 في المئة على الوجه، أي 30 إلى 70 قطرة من الزيت الأساسي لكل 100 مل من الكريم أو الزيت النباتي. لا تتخطي الجرعات المحددة، خصوصاً إذا تم تحضير المزيج فوراً قبل الاستعمال.
• هل يمكن مزج الزيوت مع بعضها؟
- أجل، حتى إنه يوصى بذلك وما من خطر في تعطيل منافعها. على سبيل المثال إذا كانت البشرة حساسة ودهنية فيمكن مزج زيت الياونج وزيت الليمون. يذكر أن الزيت نفسه يتبع بخصائص مختلفة، مثلاً يساعد زيت الخزامى على الاسترخاء والتنام الجروح وإزالة الاحتقان.
• هل الزيوت الأساسية متساوية في قيمتها؟
- يعتمد ذلك على حاجة البشرة. تتمتع الزيوت النباتية، على غرار الزيوت الأساسية، بخصائص علاجية، لذا، يجب اختيار منتجات عضوية وذات جودة عالية.
• كيف نستخدمها؟
- في الصباح والمساء أو في المساء فقط إذا كان التأثير في النهار دهنياً، عندها يمكن تخفيفها بكريم إذا أردنا وضعها في الصباح. أما في حال البشرة الدهنية، فنختار كريماً بتركيبة معتدلة ذات تأثير مزيل للمعان.
• ما التدابير الوقائية التي يجب اتخاذها؟
- تجنب استعمال المزيج حول العينين، كون البشرة رقيقة وناعمة في هذه المنطقة، إذا هي أكثر حساسية للزيوت الأساسية، ومن المستحسن تسمية المنتجات التي نصنعها وتدوين تاريخ الصنع عليها. فيبعد مرور شهرين على تاريخ الصنع، يمكن أن يفسد الزيت، حتى وإن كان محفوظاً بوعاء محكم الإغلاق.
• هل تناسب الجميع؟
- لا يوصى بها للأطفال ولا للنساء الحوامل أو المرضعات. كذلك يفضل تجنبها في حالة الإصابة بصرع أو أمراض خطيرة.
• ماذا عن خطر الإصابة بحساسية؟
- حتى لو كان الأمر يتعلق بمنتجات طبيعية قد تواجهين خطر الإصابة بالحساسية. يوصى أولاً بالخضوع لاختبار التحمل الجلدي على طية الكوع لمدة 48 ساعة، ثمة زيوت أساسية كزيوت الحمضيات لديها حساسية على الضوء، لذلك، يفضل استعمالها في المساء وليس في الشمس.

• كيف نختار الزيوت الأساسية؟
- نختارها حسب نوع البشرة: عادية، حساسة، دهنية، ناضجة... نادراً ما تستخدم خالصة وغالباً ما يتم تخفيفها بزيت نباتي مختار أيضاً حسب خصائصه ومنافعه.
• هل يجب مزجها مع زيت نباتي؟
- يمكن مزجها مع أحد الكريبات المعتدلة التركيب. في المقابل، لا يوصى باستخدام ال(جيل) المائي أو المحلول، بل مزج زيوت أساسية قابلة للذوبان في الدهون، مع مادة دهنية كالكزيت أو الزبد. إذا أردنا تحضير محلول فحلي، فيمكن إضافة مادة تزيد قابلية الذوبان، ما يسمح بمزج الزيوت الأساسية مع الماء. في النهاية، لا يجب مزجها مع كريبات النهار أو المساء إذ يُحتمل أن تتفاعل مع مكونات هذه المنتجات.
• هل هي فاعلة؟
- الزيوت الأساسية مركزة لدرجة أنها تتمتع بفاعلية لا تصدق، لذا يجب التقيد بجرعات محددة: من 1 إلى 2 في المئة على الوجه، أي 30 إلى 70 قطرة من الزيت الأساسي لكل 100 مل من الكريم أو الزيت النباتي. لا تتخطي الجرعات المحددة، خصوصاً إذا تم تحضير المزيج فوراً قبل الاستعمال.
• هل يمكن مزج الزيوت مع بعضها؟
- أجل، حتى إنه يوصى بذلك وما من خطر في تعطيل منافعها. على سبيل المثال إذا كانت البشرة حساسة ودهنية فيمكن مزج زيت الياونج وزيت الليمون. يذكر أن الزيت نفسه يتبع بخصائص مختلفة، مثلاً يساعد زيت الخزامى على الاسترخاء والتنام الجروح وإزالة الاحتقان.
• هل الزيوت الأساسية متساوية في قيمتها؟
- يعتمد ذلك على حاجة البشرة. تتمتع الزيوت النباتية، على غرار الزيوت الأساسية، بخصائص علاجية، لذا، يجب اختيار منتجات عضوية وذات جودة عالية.
• كيف نستخدمها؟
- في الصباح والمساء أو في المساء فقط إذا كان التأثير في النهار دهنياً، عندها يمكن تخفيفها بكريم إذا أردنا وضعها في الصباح. أما في حال البشرة الدهنية، فنختار كريماً بتركيبة معتدلة ذات تأثير مزيل للمعان.
• ما التدابير الوقائية التي يجب اتخاذها؟
- تجنب استعمال المزيج حول العينين، كون البشرة رقيقة وناعمة في هذه المنطقة، إذا هي أكثر حساسية للزيوت الأساسية، ومن المستحسن تسمية المنتجات التي نصنعها وتدوين تاريخ الصنع عليها. فيبعد مرور شهرين على تاريخ الصنع، يمكن أن يفسد الزيت، حتى وإن كان محفوظاً بوعاء محكم الإغلاق.
• هل تناسب الجميع؟
- لا يوصى بها للأطفال ولا للنساء الحوامل أو المرضعات. كذلك يفضل تجنبها في حالة الإصابة بصرع أو أمراض خطيرة.
• ماذا عن خطر الإصابة بحساسية؟
- حتى لو كان الأمر يتعلق بمنتجات طبيعية قد تواجهين خطر الإصابة بالحساسية. يوصى أولاً بالخضوع لاختبار التحمل الجلدي على طية الكوع لمدة 48 ساعة، ثمة زيوت أساسية كزيوت الحمضيات لديها حساسية على الضوء، لذلك، يفضل استعمالها في المساء وليس في الشمس.

• كيف نختار الزيوت الأساسية؟
- نختارها حسب نوع البشرة: عادية، حساسة، دهنية، ناضجة... نادراً ما تستخدم خالصة وغالباً ما يتم تخفيفها بزيت نباتي مختار أيضاً حسب خصائصه ومنافعه.
• هل يجب مزجها مع زيت نباتي؟
- يمكن مزجها مع أحد الكريبات المعتدلة التركيب. في المقابل، لا يوصى باستخدام ال(جيل) المائي أو المحلول، بل مزج زيوت أساسية قابلة للذوبان في الدهون، مع مادة دهنية كالكزيت أو الزبد. إذا أردنا تحضير محلول فحلي، فيمكن إضافة مادة تزيد قابلية الذوبان، ما يسمح بمزج الزيوت الأساسية مع الماء. في النهاية، لا يجب مزجها مع كريبات النهار أو المساء إذ يُحتمل أن تتفاعل مع مكونات هذه المنتجات.
• هل هي فاعلة؟
- الزيوت الأساسية مركزة لدرجة أنها تتمتع بفاعلية لا تصدق، لذا يجب التقيد بجرعات محددة: من 1 إلى 2 في المئة على الوجه، أي 30 إلى 70 قطرة من الزيت الأساسي لكل 100 مل من الكريم أو الزيت النباتي. لا تتخطي الجرعات المحددة، خصوصاً إذا تم تحضير المزيج فوراً قبل الاستعمال.
• هل يمكن مزج الزيوت مع بعضها؟
- أجل، حتى إنه يوصى بذلك وما من خطر في تعطيل منافعها. على سبيل المثال إذا كانت البشرة حساسة ودهنية فيمكن مزج زيت الياونج وزيت الليمون. يذكر أن الزيت نفسه يتبع بخصائص مختلفة، مثلاً يساعد زيت الخزامى على الاسترخاء والتنام الجروح وإزالة الاحتقان.
• هل الزيوت الأساسية متساوية في قيمتها؟
- يعتمد ذلك على حاجة البشرة. تتمتع الزيوت النباتية، على غرار الزيوت الأساسية، بخصائص علاجية، لذا، يجب اختيار منتجات عضوية وذات جودة عالية.
• كيف نستخدمها؟
- في الصباح والمساء أو في المساء فقط إذا كان التأثير في النهار دهنياً، عندها يمكن تخفيفها بكريم إذا أردنا وضعها في الصباح. أما في حال البشرة الدهنية، فنختار كريماً بتركيبة معتدلة ذات تأثير مزيل للمعان.
• ما التدابير الوقائية التي يجب اتخاذها؟
- تجنب استعمال المزيج حول العينين، كون البشرة رقيقة وناعمة في هذه المنطقة، إذا هي أكثر حساسية للزيوت الأساسية، ومن المستحسن تسمية المنتجات التي نصنعها وتدوين تاريخ الصنع عليها. فيبعد مرور شهرين على تاريخ الصنع، يمكن أن يفسد الزيت، حتى وإن كان محفوظاً بوعاء محكم الإغلاق.
• هل تناسب الجميع؟
- لا يوصى بها للأطفال ولا للنساء الحوامل أو المرضعات. كذلك يفضل تجنبها في حالة الإصابة بصرع أو أمراض خطيرة.
• ماذا عن خطر الإصابة بحساسية؟
- حتى لو كان الأمر يتعلق بمنتجات طبيعية قد تواجهين خطر الإصابة بالحساسية. يوصى أولاً بالخضوع لاختبار التحمل الجلدي على طية الكوع لمدة 48 ساعة، ثمة زيوت أساسية كزيوت الحمضيات لديها حساسية على الضوء، لذلك، يفضل استعمالها في المساء وليس في الشمس.

• كيف نختار الزيوت الأساسية؟
- نختارها حسب نوع البشرة: عادية، حساسة، دهنية، ناضجة... نادراً ما تستخدم خالصة وغالباً ما يتم تخفيفها بزيت نباتي مختار أيضاً حسب خصائصه ومنافعه.
• هل يجب مزجها مع زيت نباتي؟
- يمكن مزجها مع أحد الكريبات المعتدلة التركيب. في المقابل، لا يوصى باستخدام ال(جيل) المائي أو المحلول، بل مزج زيوت أساسية قابلة للذوبان في الدهون، مع مادة دهنية كالكزيت أو الزبد. إذا أردنا تحضير محلول فحلي، فيمكن إضافة مادة تزيد قابلية الذوبان، ما يسمح بمزج الزيوت الأساسية مع الماء. في النهاية، لا يجب مزجها مع كريبات النهار أو المساء إذ يُحتمل أن تتفاعل مع مكونات هذه المنتجات.
• هل هي فاعلة؟
- الزيوت الأساسية مركزة لدرجة أنها تتمتع بفاعلية لا تصدق، لذا يجب التقيد بجرعات محددة: من 1 إلى 2 في المئة على الوجه، أي 30 إلى 70 قطرة من الزيت الأساسي لكل 100 مل من الكريم أو الزيت النباتي. لا تتخطي الجرعات المحددة، خصوصاً إذا تم تحضير المزيج فوراً قبل الاستعمال.
• هل يمكن مزج الزيوت مع بعضها؟
- أجل، حتى إنه يوصى بذلك وما من خطر في تعطيل منافعها. على سبيل المثال إذا كانت البشرة حساسة ودهنية فيمكن مزج زيت الياونج وزيت الليمون. يذكر أن الزيت نفسه يتبع بخصائص مختلفة، مثلاً يساعد زيت الخزامى على الاسترخاء والتنام الجروح وإزالة الاحتقان.
• هل الزيوت الأساسية متساوية في قيمتها؟
- يعتمد ذلك على حاجة البشرة. تتمتع الزيوت النباتية، على غرار الزيوت الأساسية، بخصائص علاجية، لذا، يجب اختيار منتجات عضوية وذات جودة عالية.
• كيف نستخدمها؟
- في الصباح والمساء أو في المساء فقط إذا كان التأثير في النهار دهنياً، عندها يمكن تخفيفها بكريم إذا أردنا وضعها في الصباح. أما في حال البشرة الدهنية، فنختار كريماً بتركيبة معتدلة ذات تأثير مزيل للمعان.
• ما التدابير الوقائية التي يجب اتخاذها؟
- تجنب استعمال المزيج حول العينين، كون البشرة رقيقة وناعمة في هذه المنطقة، إذا هي أكثر حساسية للزيوت الأساسية، ومن المستحسن تسمية المنتجات التي نصنعها وتدوين تاريخ الصنع عليها. فيبعد مرور شهرين على تاريخ الصنع، يمكن أن يفسد الزيت، حتى وإن كان محفوظاً بوعاء محكم الإغلاق.
• هل تناسب الجميع؟
- لا يوصى بها للأطفال ولا للنساء الحوامل أو المرضعات. كذلك يفضل تجنبها في حالة الإصابة بصرع أو أمراض خطيرة.
• ماذا عن خطر الإصابة بحساسية؟
- حتى لو كان الأمر يتعلق بمنتجات طبيعية قد تواجهين خطر الإصابة بالحساسية. يوصى أولاً بالخضوع لاختبار التحمل الجلدي على طية الكوع لمدة 48 ساعة، ثمة زيوت أساسية كزيوت الحمضيات لديها حساسية على الضوء، لذلك، يفضل استعمالها في المساء وليس في الشمس.

• كيف نختار الزيوت الأساسية؟
- نختارها حسب نوع البشرة: عادية، حساسة، دهنية، ناضجة... نادراً ما تستخدم خالصة وغالباً ما يتم تخفيفها بزيت نباتي مختار أيضاً حسب خصائصه ومنافعه.
• هل يجب مزجها مع زيت نباتي؟
- يمكن مزجها مع أحد الكريبات المعتدلة التركيب. في المقابل، لا يوصى باستخدام ال(جيل) المائي أو المحلول، بل مزج زيوت أساسية قابلة للذوبان في الدهون، مع مادة دهنية كالكزيت أو الزبد. إذا أردنا تحضير محلول فحلي، فيمكن إضافة مادة تزيد قابلية الذوبان، ما يسمح بمزج الزيوت الأساسية مع الماء. في النهاية، لا يجب مزجها مع كريبات النهار أو المساء إذ يُحتمل أن تتفاعل مع مكونات هذه المنتجات.
• هل هي فاعلة؟
- الزيوت الأساسية مركزة لدرجة أنها تتمتع بفاعلية لا تصدق، لذا يجب التقيد بجرعات محددة: من 1 إلى 2 في المئة على الوجه، أي 30 إلى 70 قطرة من الزيت الأساسي لكل 100 مل من الكريم أو الزيت النباتي. لا تتخطي الجرعات المحددة، خصوصاً إذا تم تحضير المزيج فوراً قبل الاستعمال.
• هل يمكن مزج الزيوت مع بعضها؟
- أجل، حتى إنه يوصى بذلك وما من خطر في تعطيل منافعها. على سبيل المثال إذا كانت البشرة حساسة ودهنية فيمكن مزج زيت الياونج وزيت الليمون. يذكر أن الزيت نفسه يتبع بخصائص مختلفة، مثلاً يساعد زيت الخزامى على الاسترخاء والتنام الجروح وإزالة الاحتقان.
• هل الزيوت الأساسية متساوية في قيمتها؟
- يعتمد ذلك على حاجة البشرة. تتمتع الزيوت النباتية، على غرار الزيوت الأساسية، بخصائص علاجية، لذا، يجب اختيار منتجات عضوية وذات جودة عالية.
• كيف نستخدمها؟
- في الصباح والمساء أو في المساء فقط إذا كان التأثير في النهار دهنياً، عندها يمكن تخفيفها بكريم إذا أردنا وضعها في الصباح. أما في حال البشرة الدهنية، فنختار كريماً بتركيبة معتدلة ذات تأثير مزيل للمعان.
• ما التدابير الوقائية التي يجب اتخاذها؟
- تجنب استعمال المزيج حول العينين، كون البشرة رقيقة وناعمة في هذه المنطقة، إذا هي أكثر حساسية للزيوت الأساسية، ومن المستحسن تسمية المنتجات التي نصنعها وتدوين تاريخ الصنع عليها. فيبعد مرور شهرين على تاريخ الصنع، يمكن أن يفسد الزيت، حتى وإن كان محفوظاً بوعاء محكم الإغلاق.
• هل تناسب الجميع؟
- لا يوصى بها للأطفال ولا للنساء الحوامل أو المرضعات. كذلك يفضل تجنبها في حالة الإصابة بصرع أو أمراض خطيرة.
• ماذا عن خطر الإصابة بحساسية؟
- حتى لو كان الأمر يتعلق بمنتجات طبيعية قد تواجهين خطر الإصابة بالحساسية. يوصى أولاً بالخضوع لاختبار التحمل الجلدي على طية الكوع لمدة 48 ساعة، ثمة زيوت أساسية كزيوت الحمضيات لديها حساسية على الضوء، لذلك، يفضل استعمالها في المساء وليس في الشمس.



منوعات

العمل

الأطفال يعانقون شخصيات العرض في الخالدية مول

انطلاق عروض سنو وايت والأقزام السبعة يوم ٢٤ فبراير

•• محمد المرزوعي: يتوقع حضور أكثر من ٢٥ ألف مشاهد وخاصة طلاب المدارس

•• أكرم صبري: قمنا بتوزيع عدد من الدعوات المجانية للأطفال لحضور العرض

•• جرام فورست: تدور القصة عن تجاوب المفاور وربط وتفكيك المشاعر

31



•• ابوظبي: رمضان عطلة:

برعاية وحضور الشيخه ريم بنت أحمد بن حمدان آل نهيان وفي إطار دعم ثقافة مسرح الطفل المستمر من سكاى لتنظيم الفعاليات يقدم لأول مرة بأبوظبي أسطورة المسرحية العالمية البريطانية سنو وايت الأميرة الحسنة والأقزام السبعة سنو وايت على المسرح الوطني بأبوظبي. لأول مرة يقدم هذا العرض الضخم في الشرق الأوسط والخليج وحصرياً لأبوظبي يستخدم في العرض تقنيات استعراضية عالمية وتقرر إقامة مؤتمر صحفي يوم 23 فبراير الساعة 11 صباحاً بمنتدى سيتي سيزوز بأبوظبي (الراعى الرسمي للحدث) بحضور الفنانين والأقزام السبعة جرولر وجودي وليزي وشابي وسنيزر وسميلر ودوزي مع سنو وايت - بيضاء الثلج بملابسهم الشهيرة).

أدب الطفل

وقال محمد سعيد المرزوعي رئيس مجلس إدارة سكاى لتنظيم الفعاليات بأننا قد تلقينا طلبات و حجوزات من عوائل من الكويت وقطر والبحرين والسعودية وسلطنة عمان لحضور مسرحية سنو وايت والأقزام السبعة وقامت إدارة فنادق سيتي سيزوز بأبوظبي بمنح سعر خاص للعائلات بالمنتدى شاملاً تذاكر الدخول للعرض مع التقلات لضيوف ابوظبي لمشاهدة ذلك العرض وقضاء 3 ايام بأبوظبي. وتم إضافة عروض لطالب المدارس والجامعات من ابوظبي والعين ودبي لحضور مسرحية سنو وايت والأقزام السبعة بأبوظبي هذا عرض عالمي لاقى نجاحاً جماهيرياً وعالياً من إنتاج وتنظيم سكاى لتنظيم الفعاليات بأبوظبي ويتوقع حضور أكثر من 25 ألف مشاهد وخاصة طلاب المدارس وتم تخصيص عرضاً يومياً وتستخدم معدات تقنية على أعلى مستوى داخل المسرح مع الخدع البصرية التي تؤمن نجاح عرض مسرحية سنو وايت. الأميرة الحسنة والأقزام السبعة بيضاء الثلج على مسرح أبوظبي وأمام أعين الجمهور والعرض خيالي أسطوري كوميدى من وحي الخيال وأدب الطفل في إطار درامى استعراضى غنائى يعتمد على الخدع البصرية وفن السلويت و يتم شحن الدوكورات الضخمة من لندن بالكامل ويقدم العرض باللغة الإنجليزية ويوزع كتاب مجاني للقصة وسيناريو العرض للجمهور باللغة العربية كهدية من سكاى وكشف محمد سعيد المرزوعي رئيس مجلس إدارة سكاى لتنظيم الفعاليات عن أولى مفاجأة أجنده العمل لعام 2013 وهى مسرحية سنو وايت .. والأقزام السبعة بيضاء الثلج .. وقال أننا في الطريق لتقديم المزيد من العروض العالمية الأخرى ونحتاج الى دعم وتمويل ضخم للعرض العالمي الأمريكى للمسرحية العالمية شراك SHREK .

بعد أن نجحنا في التفاوض معهم بشكل كبير وايضا سوف نقدم مفاجات أخرى مثل العرض الأمريكى العالمي الشهير TOY STORY (قصة الأتعباب) ونحن على تواصل معهم وقمنا بالتعاقد مع المسرح البريطانى لنقدم مسرحية بيتر بان العالمية من بريطانيا وايضا مسرحية زورو الشهيرة وقد نجحت سكاى لتنظيم الفعاليات الوطنية والخاصة من قبل وقدمت مؤخرا بأبوظبي بنجاح كبير وساحق مسرحية سندريلا و الأميرة النائمة و علاء الدين والصباح السحري و روميو وجوليت و بينوكيو و على بابا والأربعين حرامى والعديد من المسرحيات العالمية والتي نالت مساحات كبيرة من النقد الجميل وتعليقات الجمهور وتشتعبت المدارس بجرعة ثقافية مهمة ولاقت من العائلات كل الاحترام والتقدير والشكر لذا

حرصت سكاى لتنظيم الفعاليات . ومع بداية هذا العام بعرض مسرحية سنو وايت .. والأقزام السبعة بيضاء الثلج العالمية أن تقدم لأسرة كهديّة وسهرة مميزة وقوية بإبداع عالمي.

هدية كوميدية

وضرح اكرم صبري مدير عام سكاى لتنظيم الفعاليات ومنتج العرض لقد أعدنا جولة لنجوم عرض سنو وايت والأقزام السبعة وفي الخالدية مول خيم الدهول والفرحة على مدار يومين وبدايتنا في عيد الحب بتواجد الشخصيات الشهيرة للعرض والأقزام السبعة وقاموا بالرقص مع الجمهور وتوزيع عدد من الدعوات المجانية للأطفال لحضور العرض الذي سوف يبدأ يوم 24 فبراير الى 2 مارس على المسرح الوطني .

وقد سارع الجمهور بمصافحة جرولر وجودي وليزي وشابي وسنيزر وسميلر ودوزي والتقاط الصور معهم وكان الزحام كبيراً مما دفع المنظمين من سكاى لتنظيم الفعاليات بوضع حاجز امنى منظم والسماح للأطفال أولاً بالتصوير مع الأقزام السبعة ثم الكبار . وأشار صبرى أن سنو وايت والأقزام السبعة بيضاء الثلج تروى مخيلة الأجيال والأطفال وهذا العرض يساهم في خلق حراك ثقافي ونشر وعي مسرحي ويقدم رسائل عدة للأطفال وانعاش خيال الطفل وجرعة من الخيال والتشويق وعرض عالمي متميز لا يتكرر وهدية كوميدية درامية إستعراضية بإنتاج كبير للغاية ومفاجأة كبرى لجمهور سكاى بجرعة ثقافية وفنية لا حدود لها . . . وقال أن سنو وايت

والأقزام السبعة - الأميرة الحسنة - بيضاء الثلج وأمكانيات العرض ضخمة ونجوم أقزام بريطانيون والتلوج تهبط في مسرح أبوظبي . الحسنة والأقزام السبعة - والتي تروى مخيلة الأجيال والأطفال وهذا العرض يساهم في خلق حراك ثقافي ونشر وعي مسرحي ويقدم رسائل عدة للأطفال وانعاش خيال الطفل وجرعة من الخيال والتشويق يراها الطفل أمام عينيه على المسرح عرض حيا وسوف يتجاوب الجميع مع هذا العمل الدرامى العالمي للمخرج العالمي البريطانى جرام فورست وسوف يقدم عرضاً تفاعلياً ومشاهد مسجدة على خشبة المسرح.

الشكر والخيير

ويقول المخرج العالمي جرام فورست مسرحية سنو وايت والأقزام السبعة أحدثت سرعة ومغامرات مثيرة وطرائف كوميدية تراودنا مثل دور الجنية الطيبة التي تساعد سنو وايت والأقزام السبعة بيضاء الثلج وقصة قاطع الاخشاب الذي يساعد بيضاء الثلج في الهروب من زوجة أبيها ومن هو زوجة الأب الشريفة ؟ ومن هو الأمير هاري ؟ الذي ينقذ بيضاء الثلج ويتزوجها ؟ مغامرات وطرائف الأقزام السبعة المزهلة التي لانتهى من جرولر وجودي وليزي وشابي وسنيزر وسميلر و دوزي وتدرور القصة عن تجاوب المحاور وربط وتفكيك المشاعر ولقاء الشر والخير معا ومحاولة ايجاد الحلول لأنفاذ سنو وايت .. الأميرة الحسنة والأقزام السبعة بيضاء الثلج .



الفكر

ليست كل الاعشاب الطبية آمنة

لبعض الأعشاب الطبية بالنباتة المعروفة باسم (سانت جونز)، فصحیح أن هذه العشبة تُستخدم كمضاد طبيعي للاكتئاب، إلا أنها قد تؤدي إلى الإصابة بحساسية شديدة تجاه الضوء أو إلى الإصابة بالهوس، فضلاً عن أنها تسبب في إضعاف تأثير بعض الأدوية الأخرى، كدواءات معينة من أقراص منع الحمل. وأوصت البوابة الألمانية للأشخاص المصابين بأي مرض في حالته المتوسطة إلى الشديدة بضرورة استشارة الطبيب، بدلاً من اللجوء إلى تناول الأعشاب الطبية من تلقاء أنفسهم.

حذرت دراسة ألمانية أنه ليست كل الأعشاب الطبية المستخلصة من الطبيعة آمنة على الدوام حيث يُمكن أن يؤدي ذلك إلى حدوث آثار جانبية سيئة في بعض الحالات، إذ تسبب نوعيات كثيرة من هذه الأعشاب في حدوث تشنجات وتقلصات عضلية. لذا أوضحت البوابة الإلكترونية الألمانية المعنية بالزراعة والتي تتخذ من مدينة شتوتغارت مقراً لها، أن الأطفال والمرضى، الذين يتناولون جرعات كبيرة من هذه الأعشاب الطبية، يُملئون الفم الأكثر عرضة لمثل هذه الآثار الجانبية. وتضرب البوابة الألمانية مثلاً على الآثار الجانبية



مشاكل السمع لدى المسنين مؤشر لتدهور القدرات الذهنية

كشفت دراسة جديدة ان المسنين الذين يعانون من مشاكل في السمع قد يشكون من تراجع قدراتهم الذهنية بسرعة أكبر من غيرهم. أفاد موقع هيلث دي نيوز الأمريكية ان دراسة أعدها باحثون أميركيون وشملت راشدين أميركيين متقدمين في السن أظهرت ان الذين يعانون من مشاكل في السمع هم 24% أكثر عرضة للمعاناة من خلل ذهني خلال فترة 6 سنوات. أوضح الباحثون ان لا فكرة لديهم عما إذا كان فقدان السمع يتسبب بشكل مباشر بتراجع القدرات الذهنية أو إن كان يساعد على ذلك، ما يستدعي إجراء مزيد من الأبحاث، مضيفين أنه على المسن أن يأخذ مشاكل السمع على محمل الجد.

الكشف عن طرق حديثة لتشخيص امراض الرئة

اثبتت دراسة اجريت مؤخرا أن راحة النفس يمكنها أن تفرق بين نوع وآخر من أنواع البكتيريا التي تصيب الرئتين، وبالتالي فلا يلزم سوى عينة بسيطة من النفس لتشخيص نوع الإصابة. واستطاع الباحثون تحديد الإصابة بالربو والسرطان من خلال فحص عينات النفس، وأكد أحد الخبراء أن تحليل عينات النفس هو مجال مهم وسريع النمو، بينما على الجانب المقابل ينظر الأطباء إلى تحليل عينات التنفس بأنها طريقة سريعة وغير دقيقة لتشخيص الأمراض. ولكن الباحثين من فيرمونت قامو من أجل هذه الدراسة بتحليل المركبات العضوية المتطايرة المأخوذة من الزفير والنبعثة من أنواع مختلفة من البكتيريا وكذلك من سلالات مختلفة من البكتيريا ذاتها. واكتشفوا إصابة الفئران بنوعين من البكتيريا الشائعة التي تصيب الرئتين، وهما البكتيريا النجارية الزائفة والمكورات العنقودية الذهبية، وتم تشخيصها في عينات جمعت من نفس الفئران بعد 24 ساعة. فاعلية كبيرة في حين يرى ريتشارد هويرت أستاذ علم الأوبئة التنفسية في مستشفى جامعة مدينة نوتنغهام، المتحد باسم المؤسسة البريطانية للرئة أنه يتم استخدام فحص التنفس هذا لتحديد إصابة الأطفال بالربو. وقال هويرت: "إن مجال تحليل التنفس مجال سريع النمو ومؤهل للانتشار في صعد عدة، ويمكن أن يكون ذا فاعلية كبيرة عند تشخيص إصابات الأطفال بمرض التليف الكيسي على سبيل المثال كوسيلة لتحديد الطريقة المثلى لعلاجهم."



فتاة تؤدي عرضاً خلال انتخاب ملكة كرنفال غران كاناريا في جزيرة الكناري الإسبانية. (ا ف ب)

قرأت لك

الأسد



الأسد ليس أكبر الحيوانات آكلة اللحوم ، و ليس أكثرها شراسة كما نعتقد و قد اكتسب هذه السمعة المهيبة لأنه أكبر الحيوانات المعروفة آكلة اللحوم و نظراً لقوته وزئيره المدوي . يبلغ متوسط ارتفاعه 90 سم و متوسط طوله مع ذيله حوالي 270 سم و يبلغ متوسط وزنه 180 كجم ، و يعمر الأسد من ثلاثين إلى أربعين سنة تقريباً . يتميز الأسد بحدة بصره و بلمعان عينيه في الظلام و برهافة السمع الذي يهدية إلى فريسته . لا يعيش الأسد في مناطق الغابات الكثيفة و لكن يعيش في الغابات المفتوحة المعروفة بالسافانا . يخلد الأسد إلى الراحة أثناء النهار و عندما يحل المساء يخرج ليلبث عن فريسته و يعتبر الحمار المخطط من الفرائس المفضلة للأسد كما أن الأسود هي الحيوانات الوحيدة التي تهاجم الزراف المفضل للنمو، ويمكن للأسد قتل الزرافة إذا كانت نائمة أو إذا قفز على ظهرها من مكمنه. ويدافع الزراف عن نفسه بالركل بأقدامه، وأحياناً تكون الركلات قوية بحيث تقتل الأسد . ليست الأسود خطيرة على الإنسان إلا إذا استتيرت كما إنه شديد الفضول و الأسد أكبر القطط الكبيرة قابلية للاستئناس و هناك أمثلة كثيرة لأسود كاملة النمو أمكن الاحتفاظ بها و تربيتها مثل الكلاب و يقدم السيرك دائماً ألعاب للأسود مما يثبت هذه الفكرة .

سؤال وجواب

- سور الصين العظيم أطول بناء أنزه الانسان يبلغ ارتفاعه 39 قدما و عرضه 33 قدما فكم يبلغ طوله ؟
- 2400 كم
- ما أقصى مدى لنمو الشعري في السنه الواحدة ؟
- 15 سم
- أين و متى استخدم نظام إشارة المرور لأول مرة في العالم ؟
- أمريكا عام 1918 م
- تستقبل أكبر محطة للسكة الحديدية في العالم ما تتي الف شخص و توجد في ؟؟
- نيويورك

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الجسم البشري يتكون من 206 قطعة عظم
- هل تعلم أن الزرافة لطول رقبتها فهي لا تنام في اليوم الواحد إلا تسع دقائق و ليست على مرة واحدة وإنما على ثلاث مراحل كل مرة ثلاث دقائق
- هل تعلم أن شرايين الجسم البشري يبلغ طولها 600000 كم
- هل تعلم أن الحوت يستطيع البقاء ساعة تحت المياه بدون تنفس
- هل تعلم أن الحوت الأزرق هو أكبر حيوان على الكرة الأرضية
- هل تعلم أن الحيتان الزرقاء تستطيع التخاطب بواسطة غنائها على مسافة 850 كم
- هل تعلم أن نافورة الماء التي تدفع من رأس الحوت فوق جمجمته يصل ارتفاعها أحيانا إلى 9 أمتار
- هل تعلم أن وزن الفيل يصل إلى 5 أطنان ومع ذلك تصل سرعته إلى 40 كم / الساعة
- هل تعلم أن المشوار الذي يقطعه الدم في مجراه كل يوم يبلغ 168 مليون ميل
- هل تعلم أن الطفل الطبيعي يبدأ في تركيز عينيه على الأشياء المتحركة وتحريك أطرافه في الأسبوع السادس من العمر ، وفي الفترة ذاتها يستجيب للأصوات المفاجئة
- هل تعلم أن صداع الشقيقة يصيب الأطفال أيضا ولكن بنسب أقل مما يصيب الكبار
- هل تعلم أن بعض حالات الروماتيزم روماتيزم المفاصل يعالج بكمامات الثلج وتلقى نجاح كبير

قصة أمينة خالد

كان خالد من المتفوقين في مدرسته حين أعلنت المدرسة عن مسابقة كبيرة الفائزة فيها سيفوز برحلة جميلة وساعة قيمة.. هذا ما انا في حاجة اليه ساعة قيمة، كانت هذه أمينة خالد فاباه لا يستطيع ان يشتري له واحدة عالية اذن سيحصل عليها من هذه المسابقة واستعد الجميع بجدل خالد كل جهد وسهر كثيرا راجع كتبنا واخترن معلومات كثيرة وقيمة فهو سيحتاج لكل عون وكل معلومة حتى جاء اليوم المرتقب صفت الطاولات والكراسي وبدأ المتنافسون فرق المدارس تتناض الجميع يبذل جهده عشر مدارس اشتركت في هذه المسابقة تقابلت كل مدرستين حتى اقتربت النهاية .. نعم الان بقيت مدرستان فقط انها مدرسة خالد والمدرسة المنافسة لها وبدأت الاسئلة تتوالى وخالد وزميله بيدلان جهدا كبيرا كان التصيب الاكبر لخالد لغزارة وتفوقه على زميله اما المدرسة الاخرى فكان فكان الطالبان بيدلان جهدا خارقا ليتفوقا عليه وكانت الاسئلة تنهمر عليهم وكانها رصاصات يجب تحاشيها ولكن لم يستطعا ذلك فقد بدأت علامتهما تقل وترتفع علامات خالد وزميله وبدأ الصباح يعلو والتشجيع يزداد والوقت يكاد ينتهي وعندما انطلقت صفارة النهاية واعلنت المدرسة الفائزة كانت مدرسة خالد فصفق الجميع بحرارة وجاء مدير المدرسة ليقول لقد شرفني ان يكون لدينا طالب مثل خالد اهنته واعترف ربما عنده من معلومات كثيرة ليست لدى مديريه .. فضحك الجميع لهذا المديح وصفقوا وجاء الوقت للجوائز والفائز الاول كان خالد فاز بساعة قيمة هدية من المدرسة ورحلة جميلة له ولزميله وشهادة تقدير جميلة لكل منهما سيعلقها على الحائط لتكون ذكري وعاد للبيت يلبس الساعة ويحمل شهادة التقدير ويحمل بالرحلة المنتظرة .



ميته فلفان



مي مبارك



مهرة الهاملي



مزنة المرزوعي

متفوقة في دراستها.. ومتعاونة مع زملائها.. تهوى الرسم والتلوين.. وتتمنى ان تصبح مهندسة في المستقبل.. ونهدي صورتها إلى جميع الأهل والأصدقاء.

متفوقة في دراستها.. ومتعاونة مع زملائها.. تهوى الرسم والتلوين.. وتتمنى ان تصبح مديرة مدرسة في المستقبل.. ونهدي صورتها إلى جميع الأهل والأصدقاء.