

منوعات العصر

ص 22

هيئة أبوظبي للسياحة
والثقافة تنظم معرض
"جنون الكرتون" في العين



ص 39

سيلينا غوميز:
لست مهتمة ببيع
الأكاذيب لجمهوري



سكيور لاستقدام العمالة
Secure Manpower Recruitment
أبوظبي - العين

استمتع بالحياة
باستخدام خدمات متخصصة

تسهيلات استقدام الخادمت
جودة عالية - استقدام سريع - إجراءات فورية

الخادمت المتوفر حاليًا

إندونيسيا	الفلبين
سيرلانكا	الهند
كينيا	إثيوبيا
بنجلاديش	يوغندا

أبوظبي
طريق المطار - نيرة خياطة البلاء
mail@secure.com
0529935519 02-4469546

العين
شارع الفينيات - 21 - خلف المحيلة سوبر ماركت
s.m.r.alain.secure@gmail.com
0557007291 - مبرك: 03-7850475
34308 - صيب

الوقت مكتب: 9:00 حتى 1:35 - 5:00 حتى 10:00 الجمعة عطلة

الثلاثاء 29 أغسطس 2017 م - العدد 12109
Tuesday 29 August 2017 - Issue No 12109

فيروس يصيب المئات ومخاوف من انتشاره

قال مسؤولو صحة إنهم اكتشفوا إصابة 200 مريض في ما يربو على 55 مستشفى في أنحاء مختلفة من بريطانيا بنوع نادر من الفطريات يمكن أن يتسبب في عدوى مقاومة للعقاقير. وقالت إدارة الصحة العامة بانجلترا إن نحو نصف حالات الإصابة بفطر كانديدا أوريس تسبب في عدوى ظهرت لها أعراض ومن بينهم 27 مريضاً أصيبوا بعدوى في مجرى الدم. والفطريات التي تعرف اختصاراً باسم سي. أوريس واكتشفت لأول مرة في اليابان قبل ثماني سنوات نادرة وليست على درجة عالية من الخطورة لكنها قابلة للانتشار بين مرضى المستشفيات. وقال خبير الأحياء الدقيقة بقسم العدوى في إدارة الصحة العامة كولين براون "لم تظهر أعراض على أغلب الحالات التي رصدت ولم تصب بعدوى نتيجة للفطريات".

وقال إن العاملين بقطاع الرعاية الصحية يعملون مع خبراء من إدارة الصحة العامة من أجل الحد من انتشار الفطريات.

واكتشف هذا النوع من الفطريات لأول مرة في أذن مريض في اليابان عام 2009 وارتبط منذ ذلك الحين بمجرى الدم والتهابات الجروح والأذن وظهر في ثمان دول أخرى على الأقل منها جنوب أفريقيا والكويت والهند وفنزويلا. وظهرت أول حالة إصابة بهذه الفطريات في بريطانيا عام 2013.

وفاة الممثلة الفرنسية ميريل دارك

توفيت الممثلة والخرجة الفرنسية ميريل دارك في باريس عن عمر ناهز 79 عاماً. وصارت دارك نجمة سينمائية معروفة في فرنسا عام 1972 بفضل فيلم ذا تول بلوند مان ويد وان بلاك شو للخرج إيف روبير. وقضت دارك التي طالت فيها الجمهور بالتمثلة الفرنسية بريجيت باردو، 15 عاماً من حياتها بصحبة الممثل الفرنسي المشهور آن ديولن. وانفصلا في عام 1983 لكنهما ظلا صديقين حتى وفاتها.



360 شكلاً للصداع.. و7 طرق لتخفيف حدته

العصبي. مع العلم أن بعض الأبحاث تؤكد أن الروائح لا تكون مفيدة إلا إذا أحب الشخص هذه الرائحة. وإذا كنتم تركزون رائحة النعنع مع الطفل، بإمكانكم 15 دقيقة، كما يظهر لأكثر من مرة في اليوم، ويصاحبه تدلي الجفن وسيلان أو انسداد الأنف أو دموع في العين.

ويتم علاج المصاب بالتريبتان على شكل بخاخ الأنف أو على شكل حقن، كما يمكن العلاج بالأكسجين، الذي يتم استنشاقه عن طريق كامرة التنفس. ويمكن الوقاية عن طريق بعض الأدوية الأخرى مثل الكورتيزون.

7 طرق لتخفيف حدة الصداع في اللحظة التي تشعرون فيها ببدايات الصداع، لا تستسلموا لهذا الألم، وإليك سبع نصائح تساعد على اختفاء الصداع كي لا يتمكن من تعكير صفو حياتكم اليومية.

1- اضغط على نقاط محددة في الجسم؛ هناك نقطتين معروفتين في الجسم يمكن الضغط عليهما لتخفيف الصداع.

النقطة الأولى في الجبهة بين الحاجبين، اضغط بإبهامك على هذه النقطة بقوة، وفي نفس الوقت قم بتدليك فروة رأسك من الأمام بإصبعيك الآخرين.

النقطة الثانية في جسم الإنسان، هي المنطقة الواقعة بين الإبهام والسبابة، اضغط بقوة بإبهام يدك الأخرى على هذه المنطقة مرات عدة.

2- استخدم أنفك؛ إن رائحة النعنع مع الفلفل من الممكن أن تهدأ الصداع

ومن جانبه، قال جوتتر رامباخ، نائب رئيس الرابطة الألمانية لعلاج الألم، إن نوبة الصداع تستمر من أربع ساعات إلى ثلاثة أيام. وتتمثل مسببات الصداع النصفي في التوتر والأضواء الساطعة والموسيقى الصاخبة واحتساء الكحوليات.

ولتجنب هجمات الصداع النصفي، ينصح شارلي جاول، الأمين العام للجمعية الألمانية لمكافحة الصداع والصداع النصفي، باتباع أسلوب حياة ثابت ومنتظم، والذي يقوم على النوم المنتظم وفتحات الراحة ومواعيد الطعام المنتظمة، بالإضافة إلى ممارسة رياضات قوة التحمل، مثل السباحة والمشي والركض وركوب الدراجات الهوائية.

الصداع التوترية: قال جوبل إن أكثر من 50% من حالات الصداع تنتمي لهذا النوع، موضحاً أن ألم الصداع التوترية أقل حدة من ألم الصداع النصفي. ويظهر في شكل ضغط على كلا الجانبين، وتستمر نوبته من نصف ساعة وحتى أسبوع كامل.

وأضاف جوبل أن هذا النوع من الصداع يحدث على سبيل المثال عند الجلوس أمام الحاسوب طوال اليوم، مع عدم حركة الكتفين والرقبة وتغيير وضعية لفترة طويلة. ولعلاج هذا النوع من الصداع ينصح جاول بتدليك الصدغ بزيت النعناع أو استخدام المسكنات، ولكن يتعين مراعاة عدم تعاطي الدواء إلا في حال عدم تحمل الألم. وللوقاية يُنصح بالحركة والاسترخاء. وقد تساعد مضادات الاكتئاب في حالات الصداع المزمن، الذي يحدث بشكل متكرر لأكثر من 15 يوماً.

حذر اتحاد روابط الصيدلة الألمان من أن استمرار الزكام لفترة طويلة قد يكون دليلاً على الإصابة بالتهاب الجيوب الأنفية. ويوصي الاتحاد بزيارة الطبيب في حال الاشتباه في الإصابة بالتهاب الجيوب الأنفية، والذي يظهر أيضاً على شكل صداع ومخاط صديدي، محذراً من أن عدم علاج التهاب الجيوب الأنفية قد يمتد تأثيره إلى العينين أو العظام. وتتمتع حمامات بخار الريمية أو البابونج بتأثير مهدئ على الغشاء المخاطي في الأنف، كما أن قطرات الأنف أو بخاخات الأنف تعمل على تخفيف التورم، مع ضرورة استخدامها كل ثلاث أو أربع ساعات. ومع هذا لا ينبغي الاستمرار في تعاطي الدواء لأكثر من أسبوعين، كي لا يلحق ضرر بالغشاء المخاطي. وأشار الاتحاد إلى أنه لا يتم اللجوء إلى المضادات الحيوية في علاج التهاب الجيوب الأنفية إلا في حال خروج المخاط الصديدي لأكثر من أسبوع أو أحدث مضاعفات أخرى.

استمرار الزكام لفترة طويلة... علام يدل؟

حذر باحثون بريطانيون من الإفراط في تناول السكر باعتباره يسبب الإدمان تماماً كالكوكايين لتأثيره المشابه على الدماغ وفق دراسة جديدة أجروها. وفي الدراسة التي نشرت في المجلة البريطانية للطب الرياضي، تبين للباحثين أن السكر قد يسبب الرغبة الشديدة في الأكل والأعراض المشابهة للإدمان على المخدرات. وذكرت الدراسة أن التوقف عن تناول السكر يؤدي إلى الاكتئاب والاضطرابات السلوكية مثل قصور الانتباه وفرط الحركة. ويشعر الخبراء بالقلق الشديد من كمية السكر الكبيرة التي يستهلكها البريطانيون خاصة بين الأطفال. وفي دراستهم، قيم الباحثون من معهد سانت لوك للقلب في كانساس سيتي كل الأبحاث السابقة عن السكر والإدمان.

العلماء يحذرون.. السكر مثل الكوكايين!

وتوصلوا إلى أن السكر الأبيض والمخدرات الأفيونية تحفز استجابة مشابهة من نظام المكافأة في الدماغ، إذ إن الإثنين يفرزان الدوبامين ومواد كيميائية أخرى تُشعر بالسعادة، لكن حين نعتاد على هذا الشعور، نحتاج إلى كمية أكبر ما يؤدي إلى الإدمان. وكتب الباحثون "استهلاك السكر يُنتج تأثيرات مشابهة لتلك التي تنتجها الكوكايين، ما يؤدي إلى تغير في المزاج".

أفضل مكان للحفاظ على رائحة العطور

ذكرت مجلة "فرويندين" الألمانية أن صلاحية العطور ترتبط ارتباطاً وثيقاً بطريقة تخزينها، موضحة أنه ينبغي حفظ العطور في مكان بارد وجاف ومظلم وبعيداً عن أشعة الشمس والحرارة الشديدة، كي لا يطرأ تغيير على رائحته سريعاً. وأضافت المجلة المعنية بالوضحة والجمال في موقعها الإلكتروني أن الحمام لا يعد مناسباً لتخزين العطور، وذلك بسبب التقلبات الكبيرة في درجة الحرارة من ناحية والرطوبة الشديدة من ناحية أخرى. وتعد غرفة النوم هي المكان المثالي لتخزين العطور، نظراً لأن فوارق درجة الحرارة تكون قليلة، فضلاً عن توفر حماية جيدة للعطور من أشعة الشمس.

هل تنبأ القدماء بالهواتف الذكية؟

عرضت مؤرخاً صورة لإنسانا من العصور القديمة وكأنه يستعمل هاتف ذكياً من طراز آيفون. وطبقاً لما أوردت صحيفة "الاصن" البريطانية، فإن الصورة تروي قصة تأسيس مدينة سيرينغفيلد بولاية ماساتشوستس. وتجمع الصورة بين سكان الولايات المتحدة الأصليين من الهنود الحمر وآخرين من المهاجرين الأوروبيين. ويبدو أن أحد الهنود الحمر يمسك بشيء غريب، قالت الصحيفة إنه مطابق لطريقة حمل الناس لهاتف آيفون في أيامنا هذه، مستندة في ذلك إلى طريقة وضع الإبهام على الأداة التي يحملها. وتحمل الجدارية اسم "بينشون وتأسيس سيرينغفيلد"، ورسمها الفنان الإيطالي، أومبرتو رومانو، عام 1937. وولد وليام بينشون في عام 1590 وكان مهاجراً إنجليزياً، وعمل تاجراً ويعرف بين الأميركيين على أنه مؤسس مدينة سيرينغفيلد عام 1636.

مواقع سياحية مذهلة لا يزورها السياح!

وفقاً لتقرير منظمة السياحة العالمية الصادر عن منظمة الأمم المتحدة، فإن هنالك الكثير من المناطق السياحية التي شهدت ركوداً كبيراً في الحركة السياحية في 2016. وأورد التقرير قائمة بأكثر المواقع السياحية التي تراجعت فيها الحركة السياحية إلى أدنى مستوياتها، بحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية.

1- توفالو: على الرغم من وجود الشواطئ المثالية والمياه الفيروزية ونسبة الجريمة المنخفضة فيهما، فقد انخفض عدد زوار هذه الجزيرة التي تقع في المحيط الهادي إلى 1000 زائر في 2016.

2- جزر كيريباتي: تقع جزر كيريباتي على المحيط الهادي بعد خمس ساعات من هاواي، وكانت تعرف بجزر غيلبرت أثناء خضوعها للحكم البريطاني. وتغطي هذه الجزر المرجانية التي تضم بحيرات فيروزية 1.3 مليون ميل مربع من المحيط الهادي. ويمكن لزوارها استكشافها على الدراجة، أو بالقرب. ومع ذلك كله اقتصر عدد زوار هذه الجزر على 4000 زائر في العام المنصرم.

3- ساو تومي وبرينسيبي: تعتبر جزيرة سان تومي وبرينسيبي أصغر دولة في إفريقيا، ويحتوي هذا البلد على مناطق بركانية ومناطق رائعة للغوص، بالإضافة إلى الحياة المائية المتنوعة التي تعج بالدلافين والحيتان. كما تضم هذه الجزر الغابات المطيرة، وهندسة معمارية مميزة تعود لعصر الاستعمار البرتغالي. ولم يتجاوز عدد زوارها في العام الماضي 8000 سائح.

4- مونتسيرات: تعرضت هذه الجزيرة إلى سلسلة من الكوارث الطبيعية المروعة، مثل إعصار هوغو في 1989 والذي دمر 90% منها، وتوران بركان سفيريير هيلز في 1995.

وأصبح هذه البركان واحداً من مناطق الجذب السياحية الرئيسية في الجزيرة، إضافة إلى شواطئها الرائعة، ومواقع الغطس المميزة المتوفرة فيها بكثرة. وبلغ عدد زوار الجزيرة 9000 زائر فقط في 2016.



اغلق عينيك لتتذكر بسرعة

عندما تواجه سؤالاً يتطلب استدعاء معلومات من الماضي، خاصة تلك التي تعتمد على الذاكرة البصرية اغلق عينيك لتتذكر بسرعة. هذه نصيحة علمية وليست مجرد حركة تبعث على التفاؤل، فهناك أدلة علمية تدعم هذه الطريقة في التذكر، إليك كيف؟

في دراسة نشرت في مجلة "سيكولوجي" شاهد المشاركون 8 دقائق من برنامج تلفزيوني تم فيه إطلاق النار على إحدى الشخصيات، ثم تم توجيه أسئلة لهم بعد 5 دقائق من المشاهدة لقياس الذاكرة البصرية، وتم تقسيم المشاركين إلى مجموعات

أجابت إحداها أثناء النظر إلى شاشة كومبيوتر مضاءة وفارغة، وطلب من أفراد إحدى المجموعات الإجابة وبعيونهم مغلقة. وفسر الباحثان المشارفان على التجربة أن بادلي وغراهام هيتش النتيجة بأنه، عندما تكون العيون مفتوحة تنشغل بعض المناطق في الدماغ بالمدخلات التي يتم رؤيتها لحظة التذكر، فإذا كان السؤال صعباً أو يتطلب استدعاء تفاصيل بصرية يساعد إغلاق العينين على فك الارتباط مع ما تراه في اللحظة، وزيادة التركيز.

سائحة تتعرض لإعتداء جماعي

تحقق الشرطة الإيطالية في جريمة اغتصاب جماعي لسائحة بولندية على شاطئ ريميبي الشعبي في إيطاليا، حسب ما ذكرت أسوشيتد برس، السبت الماضي.

ونقلت الوكالة عن تقارير إخبارية إيطالية قولها إن رجلاً فقد الوعي بعدما ضرب على رأسه وسرق، كما تم اغتصاب رفيقته مراراً على يد أربعة رجال.

وأضافت أن الجريمة وقعت في منطقة معزولة على الشاطئ الواقع على الساحل الشرقي لإيطاليا، مشيرة إلى أن البولنديين نقلوا إلى مستشفى مصابين بعدة جروح. واتصل بعض المارة بالشرطة بعدما رأوا الضحيتين غارقين في دماغيهما ومصابين بالدوار على الشاطئ. ولم يتضح حتى اللحظة ما إذا تم احتجاز أي مشتبه بهم على خلفية الواقعة.



خليفة بن محمد بن خالد يشيد بعباء أم الإمارات

حمدة بنت خليفة تشهد احتفالية فريق واجب التطوعي بيوم المرأة الإماراتية

وهويدا محمد وسناء فيصل وفرشته ابراهيم البستكي ومزون شمس ونعيمة خوري وميناء علي مصبح الكتيبي وبشاير خالد خميس وعذاري سيف الخالدي وخولة طارش وموزة الحمادي وام حمد وشمسة سعيد المهيري.

كما تقفدت الشبيخة حمدة معرض للفن التشكيلي اقيم على هامش الفعالية شاركت فيه الفنانات عائشة المرزوقي وعلياء الانصاري وفرشته البستكي اعربت خلاله سموه اعجابها بأعمال الفنانات.

المطيري عضوة مجلس أمناء الفريق وشاركت فيها كلا من الأديبة أمل حاجي والقانونية مريم الأحمدية عضوة مجلس أمناء الفريق ومريم بوميان النعيمي وفرح بستكي عضو مجلس أمناء الفريق ، وشاركت بالتقديم الطالبة المتألقة نواف ، كما حضر الحفل العديد من الشخصيات الإعلامية والمتقنين ومحبي الإمارات والتطوعين وألقى الدكتور سالم الكتيبي كلمة عن المناسبة وأشاد بالحفل مشيدا باهتمامات سمو الشبيخة فاطمة بنت مبارك بالمرأة وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد أطال الله بعمره ، وألقت الأديبة والإعلامية والنقافية والسياسية من وحي المناسبة وشكرت القيمين على الحفل وألقت قصيدتين حبيبتين أميرتي وقصيدة لأم الإمارات سمو الشبيخة فاطمة بنت مبارك حفظها الله وراعها وباركت لها بيوم المرأة الإماراتية متحدثة عن سموها وبأنها وبمساعدة المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله تراه أول من ساهم بدعم المرأة وحفزها ودعمها على تحقيق إنجازات على كافة الصعد والميادين العملية والاجتماعية والنقافية والسياسية والعسكرية كما ألقت قصيدة لأم الإمارات سمو الشبيخة فاطمة بنت مبارك .

القوى البشرية العاملة في القطاع الحكومي، وتشغل نسبة كبرى من الوظائف الحكومية، من بينها الوظائف القيادية العليا المرتبطة باتخاذ القرار، والوظائف الفنية التي تشمل الطب والتدريس والصيدلة والتدريب، إضافة إلى اقتحامها، بكفاءة واقتدار، ميدان الأعمال بعد تأسيس مجلس سيدات الأعمال الذي يضم آلاف.

وقال قبل 46 عاما لم تكن أي امرأة تذهب إلى المدرسة، في حين تشكل النساء حاليا أكثر من 70 في المئة من مجموع خريجي الجامعات في الدولة، مشيرة إلى أن دولة الإمارات كانت سبّاقة، منذ قيامها، إلى الانضمام والتوقيع على كل الاتفاقيات والمعاهدات الدولية والمواثيق والبروتوكولات التي تحمي المرأة وتضمن كرامتها، وعملت بحرص على الالتزام بها وتطبيقها. وعبر الشيخ خليفة عن فرحته بالإنجازات التي حققتها المرأة الإماراتية من خلال الدعم اللامحدود الذي قدمه صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، بإطلاقه مشروع الطموح لتمكين المرأة، ما مكن دولة الإمارات من أن تتبوأ الصدارة كنموذج عالمي في حصول المرأة على حقوقها الدستورية كاملة.

وأشاد بجهود الاتحاد النسائي منذ تأسيسه عام 1975 ومؤسسة التنمية الأسرية الذي وضع نصب عينيه رؤية سمو الشبيخة فاطمة بنت مبارك لتمكين المرأة وتعزيز دورها في المجتمع، كما قام بطرح القضايا والموضوعات التي من شأنها تحسين مكانة المرأة وإبراز دورها محليا وعربيا ودوليا في المجالات كافة.

مشيرا إلى اهم الانجازات التي حققتها في الناحية التشريعية تتضمن مراجعة واقتراح بعض التعديلات على مسودة مشروع قانون الأحوال الشخصية بالدولة والمبادرة في دعوة المؤسسات ذات العلاقة من اجل

منوعات الفكر

22



بالتعاون مع كلية الآداب والعلوم الإنسانية بجامعة نيويورك أبوظبي

برونو بوجلال معرض يحكي مسيرة

فرانز فانون الفنية بالجزائر

•• أبوظبي - الفجر

أعلن رواق الفن بجامعة نيويورك أبوظبي عن معرضه القادم بعنوان "برونو بوجلال، مسيرة فرانز فانون" في مساحة المعرض، والذي يُقام بالتعاون مع كلية الآداب والعلوم الإنسانية بجامعة نيويورك أبوظبي ويضم أعمالا مستمارة من صالة العرض الإنجليزية "أوتوغراف إيه بي بي". ويعد هذا المعرض زواره لاستكشاف 23 صورة فوتوغرافية بعدسة برونو بوجلال التي ترصد مسعى الأخير في اقتفاء الآثار الوثائقية التي تركها إلى مسيرة الطبيب والفيلسوف فرانز فانون وتعيد تسليط الضوء على مواقفه البارزة التي حفرها في التاريخ. ويصطحب المعرض زواره في رحلة مصوّرة إلى محافظة البليدة الواقعة في جنوب الجزائر، والتي عمل فيها فرانز طبيباً نفسياً بإحدى المستشفيات تزامناً مع الوقت الذي اندلعت فيه شرارة ثورة التحرير الجزائرية خلال فترة الخمسينيات، وهناك، كشف فرانز عن واحدة من أبرز أطروحاته حول العنصرية والاستعمار باعتبارهما أذاتان قميمتان تخلقان بيئة قمعية تفرض سطوتها بقوة على الجوانب الاقتصادية والسياسية وبالتالي تعمق الجرح النفسي لدى الشعب المستعمر. ويهدد المناسبة، قال الصور الفوتوغرافية لبرونو بوجلال: يتناول المعرض حياة فرانز، الذي ولد في بلدة مارتينيك الفرنسية واشتهر بفضاله وموقفه الثائر كطبيب نفسي وكاتب وفيلسوف ضد الاستعمار بمختلف أشكاله، وتحظى أعماله باهتمام كبير في مجال دراسات وأطروحات مرحلة ما بعد الاستعمار. وقد شجرت أنها مناسبة قيمة، لاسيّما في الوقت الذي تحتفل فيه دولة الجزائر بالذكرى الخمسين على تحريرها من الاستعمار، لتسليط الضوء على أفكار ومسيره فرانز وحبه للجزائر مع إبراز مكانته كأحد أشهر المفكرين بعد مرحلة الاستعمار وعرض محطات حياته عموماً. وينبع مسعى بوجلال عبر فن التصوير الفوتوغرافي لاستكشاف جوانب حياة فرانز من نفس المنطلق الذي بدأ منه البروفيسور روبرت يونغ، عميد كلية الآداب والعلوم الإنسانية في جامعة نيويورك أبوظبي، دراسته البحثية والتي كشفت خلالها مؤخرًا عن نصوص لم تنشر من قبل بقلم فرانز، وتضم مسرحيات سابقتين غير معرفتين. وتعليقاً على ذلك، قال البروفيسور روبرت يونغ: يدعو معرض بوجلال الفوتوغرافي، الذي يستكشف فيه الأماكن التي أقام وعمل بها فرانز على مدار حياته، الزوار للتأمل والتفكير في حياة فرانز والوقوف على فضاله ضد الاستعمار وموقفه ضد اغتصاب حق الشعوب. ويحاول بوجلال ببصيرته أن يرسم لمجهور ملامح حياة فرانز عبر سلسلة من الصور العابرة والصور المظلمة وصور الخيال، فمرة يأخذهم إلى مدينة فور دو فرانس مسقط رأس فرانز في الجزيرة الكاريبية مارتينيك ويسافر بهم مرة أخرى إلى بلدة عين الكرمة في شرق الجزائر حيث يرقد فرانز. ويأتي مع الصور الغامضة التي يستضيفها معرض بوجلال مقتطفات مرفقة من كتابي فرانز الشهيرين "جد أسود قناع أبيض" و"معدنوب في الأرض" الصادرين عام 1952 و1961 على التوالي. يُعد برونو بوجلال مصوراً بارزاً وعضواً في مؤسسة التصوير الفوتوغرافي "في يو" الباريسية. ولد بوجلال في المدينة الفرنسية مونترني التابعة لإحدى ضواحي باريس من جذور جزائرية، وتكرت أعماله خلال العشرة سنوات الماضية على علاقته بوالده بوجه خاصة ودولة الجزائر بوجه عام. وتتناول أعمال بوجلال الروابط العقدة بين الهوية الشخصية والهوية الوطنية والتراث الثقافي. ونشرت له صالة العرض الفنية "أوتوغراف إيه بي بي" كتابين بعنوان "أيام اللق" و"التلاشي داخل الواقع" في العامين 2009 و2015 على التوالي، والكتاب الأخير صدر بالتعاون مع دار النشر "لوبيك أون لير".



زايد للثقافة الإسلامية تحفل

يوم المرأة الإماراتية

•• العين - الفجر

احتفلت دار زايد للثقافة الإسلامية بيوم المرأة الإماراتية الذي يوافق في 28 من شهر أغسطس من كل عام تقديراً لجهودها ومساهماتها المتواصلة في رحلة نجاح الدار، وسط مشاركة كبيرة من كافة موظفي الدار بالمرکز الرئيسي بمدينة العين والأفرع بأبوظبي وعجمان. ويهدد المناسبة نظمت الدار ندوة تحت عنوان "المرأة الإماراتية في عصرها الذهبي" بالمرکز الرئيسي بمدينة العين قدمتها الدكتورة نجوى الحوسني عضو مجلس إدارة الدار تحدثت فيها عن دور المرأة في الأسرة والعمل وأسهاماتها وعطائها غير المحدود بالإضافة إلى أنها تعتبر مصدر إلهام للأجيال القادمة وهي شريكة مع الرجل في سبيل نجاح الأسرة ومسيرة التنمية في الدولة. وتضمن الاحتفال أقامت عدد من المعارض المساهمة كعرض مشروع "ميدعة" بالتعاون مع مجلس سيدات أعمال أبوظبي بالإضافة إلى معرض "المرأة في الثقافة الإماراتية" والتي تحدث عن رغبة المرأة وأسهاماتها في الثقافة الإماراتية. وأعرض المشاركون عن مشاريع الحب والوفاء التي تحتفلها الفنون لسمو الشبيخة فاطمة بنت مبارك رئيسة الاتحاد النسائي العام الرئيس الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية رئيسة المجلس الأعلى للأموعة والطفولة.

بالتعاون مع الوكالة الدولية والهيئة الاتحادية للرقابة النووية

جامعة خليفة للعلوم والتكنولوجيا تستضيف الندوة الوطنية الأولى حول التعاون الفني مع الوكالة الدولية للطاقة الذرية



الموارد البشرية في إطار برنامج التعاون التقني التابع للوكالة الدولية للطاقة الذرية في زيادة كفاءة إعداد الكوادر، ما يعود بالفائدة على أجيال المستقبل. ومن شأن تعزيز فهم تطبيقات الطاقة الذرية على مستوى الحياة اليومية أن يثري المشاركة في البرنامج. نحن نهتم دولة الإمارات على استضافة الندوة الوطنية الأولى حول التعاون التقني مع الوكالة الدولية للطاقة الذرية، التي ستساهم في زيادة الوعي بالفرص المتنوعة المتاحة للتعاون مع الوكالة الدولية للطاقة الذرية، وكذلك على الإنجازات المهمة التي حققتها بدعم برنامج التعاون الوطني.

وتعتبر جامعة خليفة للعلوم والتكنولوجيا الذراع الأكاديمي والبحثي الرئيس لبرنامج الطاقة النووية في الدولة، وذلك من خلال ما توفره من برامج بكالوريوس وماجستير ودكتوراه ومختبرات بحثية عالية المستوى، حيث تركز الجامعة جهود البحوث لتطوير تكنولوجيات الطاقة النووية السلمية المتقدمة وتساهم في تأهيل المهنيين في مجال الهندسة النووية وتزويدهم بالمهارات اللازمة لقيادة وتشغيل محطات الطاقة النووية القادمة في الدولة.

وفرته الوكالة الدولية للطاقة الذرية لأكثر من 60 شريكاً وطنياً، ما ساعد في تعزيز الاستخدام الآمن للطاقة الذرية وتطبيقاتها في الدولة، وبالتالي دعم تطوير القطاعات المهمة، بما فيها الطاقة والزراعة والرعاية الصحية وحماية البيئة.

وتعليقاً منه على الموضوع، قال الدكتور عارف سلطان الحمادي، مدير جامعة خليفة للعلوم والتكنولوجيا ونائب الرئيس التنفيذي بالوكالة، تأتي استضافة أول ندوة وطنية بشأن التعاون التقني مع الوكالة الدولية للطاقة الذرية في جامعة خليفة للعلوم والتكنولوجيا كدليل على التزامنا ودعمنا لأهداف التنمية النووية السلمية في دولة الإمارات. يسعدنا تنظيم فعاليات من هذا النوع والتي توفر للمؤسسات الوطنية ذات الصلة بمجال الطاقة النووية البيئة للتلاقح والعمل لاكتشاف المجالات التي يمكن فيها إحراز المزيد من التقدم والتعاون من أجل تحقيق أهداف الدولة في تطوير برنامج طاقة نووية فعّال ومستدام.

وقالت جين جيراردو أبايا، رئيسة قسم آسيا والمحيط الهادئ ومسؤولة قسم التعاون التقني في الوكالة الدولية للطاقة الذرية، يسهم تضامناً للجهود لتطوير

بالوكالة بكلمة ترحيبية للضيوف المشاركين، وقدم تم عقد خلالها 13 جلسة نقاش، حضرها شخصيات بارزة من الشركاء المعنيين في قطاع الطاقة الذرية الحكومي والخاص، من ضمنهم شركة "نوا" ومؤسسة الإمارات للطاقة النووية، وممثلين عن هيئة الصحة بدبي، وشرطة دبي، والمركز الدولي للزراعة المحلية. كما ضمت قائمة الحضور وزارة التغير المناخي والبيئة، والجامعة الأمريكية في الشارقة، ومعهد التكنولوجيا التطبيقية بأبوظبي، وجائزة الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم للعلوم الطبية، وغيرهم.

من جهته، قال سعادة السفير حمد الكعبي، الممثل الدائم للإمارات العربية المتحدة لدى الوكالة الدولية للطاقة الذرية، يعود نجاح برنامج الإمارات للتعاون التقني مع الوكالة الدولية للطاقة الذرية إلى الرؤية السديدة والتعاون الوثيق مع الشركاء المحليين وفيما بينهم. فقد ساهم التعاون التقني واسع النطاق مع الوكالة الدولية للطاقة الذرية في تحقيق أهداف التنمية المضرة وفق رؤية الإمارات 2021. ونحن ممتنين للدعم التقني القيم الذي

•• أبوظبي - الفجر

استضافت جامعة خليفة للعلوم والتكنولوجيا، الجامعة البحثية التي تركز على إعداد قادة ومفكرين مبدعين عالميين في مجالات العلوم التطبيقية والهندسة امس في حرمها الرئيسي الندوة الوطنية الأولى حول التعاون التقني مع الوكالة الدولية للطاقة الذرية وأخر الشهر الماضي.

وقد تم تنظيم الندوة في الفترة 20-22 أغسطس 2017 بالتعاون مع اللجنة الدائمة لدولة الإمارات العربية المتحدة لدى الوكالة الدولية للطاقة الذرية وإدارة التعاون التقني بالوكالة والهيئة الاتحادية للرقابة النووية. وتعتبر البعثة الدائمة لدولة الإمارات لدى الوكالة الدولية للطاقة الذرية الجهة الرئيسية المسؤولة عن تنسيق التعاون بين الدولة والوكالة، وكذلك تنسيق وتسهيل مشاريع التعاون التقني على المستوى المحلي والإقليمي والعالمي. وتهدف الندوة إلى تعزيز التواصل بين عدد من المؤسسات الوطنية ذات الصلة بمجال الطاقة النووية وتعزيز التواصل بينها من جهة وبين برنامج التعاون التقني التابع للوكالة الدولية للطاقة الذرية من جهة، حيث يهدف البرنامج إلى مساعدة الدول الأعضاء في الوكالة على التنفيذ السلمي للعلوم والتكنولوجيا النووية.

ومن خلال الجلسات التفاعلية والمناقشات المشتركة، حدد المشاركون الاحتياجات المشتركة والفرص التعاون والمجالات الحيوية لدعم برنامج التعاون الفني التي من شأنها أن تعزز مكانة دولة الإمارات العربية المتحدة كدولة رائدة على الصعيد العالمي في قطاع الطاقة النووية، كما وضعت خطة عمل لوضع أهداف وتوصيات واضحة للسنوات القادمة لضمان مواصلة أصحاب المصلحة ودعم برنامج التعاون الفني والتعاون.

وقد استمرت الندوة لمدة ثلاثة أيام افتتحها الدكتور تود لارسن، رئيس جامعة خليفة للعلوم والتكنولوجيا

يلقي الضوء على مواهب عالم الرسوم الهزلية

هيئة أبوظبي للسياحة والثقافة تنظم معرض "جنون الكرتون" في العين



بروير، شيخة الشامي، أمل طويهي، علي خماس وسعيد الحسيني، فاطمة المهيري، مريم عطوي، أحمد بيروي، خالد بن حمد، موزة الحمادي، سارة السعيد، خديجة السليمان، شهاب الدين الشرف، عذراء خميس، ميرا الشامي، نوره الخيلي

الضمان خالد محمود فيشارك فيلم تحريك يحتمي بمناسبة اجتماعية مهمة في دولة الإمارات وهي "حق الليلة" التي يحياها الأطفال في ليلة النصف من شهر شعبان.

يستقبل معرض جنون الكرتون الجمهور من 14 سبتمبر القادم ويستمر حتى 19 أكتوبر، يومياً في مركز القطارة للفنون في مدينة العين من الساعة 5 عصراً إلى الساعة 9 مساءً.

ويشارك من الفنانين أحمد الجدي، أحمد النعيمي، إبراهيم السويدي، عائشة الكتيبي، أسامة أكروم بول

خالد الأسلوب الياباني في التحريك يعكس الهوية الإماراتية. ويتفرد المسلسل بعناصره التي تقدم للجمهور عملاً فنياً يمثل المجتمع المحلي بأسلوب عالمي.

وفي تعليقه على المعرض، قالت سمية السويدي، مدير البرامج المجتمعية في هيئة أبوظبي للسياحة والثقافة يجسد معرض "جنون الكرتون" التزام هيئة أبوظبي للسياحة والثقافة بتعزيز وعيها بالمدعة، والفنانين الناشئين، وقيمي المعارض، والجبل الصاعد الذي يستخدم أساليب مختلفة من الفنون أكثر معاصرة للتعبير عن أنفسهم والتواصل مع جمهورهم يتنمى إلى الحقبة الجديدة، ونحن مستمرون في تقديم الدعم والمصادر وتوفير المنصات التي تتجذب وتعزز الممارسات الفنية للمواهب الإبداعية في دولة الإمارات عبر مختلف أساليب التعبيرات الفنية التقليدية والمعاصرة.

ومن بين الفنانين المشاركين في معرض "جنون الكرتون" الفنانة موزة الحمادي التي درست ذاتياً فنون الرسم الساخرة والمتحركة، والتي تعرض لوحة رسم هزلي تم رسمها تلقائياً وبسرعة فائقة. أما

•• أبوظبي - الفجر

أعلنت هيئة أبوظبي للسياحة والثقافة، تنظيم معرض فني جديد مبتكر بعنوان "جنون الكرتون" يحتفي بعالم الرسوم الهزلية بمختلف أساطله. ويستقبل المعرض الجمهور في مركز القطارة للفنون في مدينة العين من 14 سبتمبر القادم إلى 19 أكتوبر المقبل.

ويعرض جنون الكرتون نماذج من مختلف التقنيات والأساليب في عالم الرسوم الهزلية والمنفذ بمواد مختلفة سواء في القصص المصورة ورسوم التحريك والملصقات، ويسلط المعرض الضوء على مجتمع فنانين الرسوم المتحركة، ويزيد التعبيرات الفنية لنخبه من فنانين الرسوم الموهوبين في الدولة، والذين يبرعون في التقاط مشاهد نافذة للظواهر الاجتماعية المختلفة. ومن بين أبرز الفنانين المشاركين في المعرض، الفنان خالد بن حمد، الذي يعرض مسلسل الخيال العلمي والرسوم المتحركة "إمبراطورية نون"، والذي يطمح من خلاله إلى إدخال شكل جديد من الإعلام إلى الدولة، يجمع المسلسل بين أفلام الحركة والخيال العلمي بلحمه إماراتية واضحة، حيث استخدم

منوعات العقل

23



اقترب موسم الصيف ونريد أن نشعر بالراحة، طبعاً، عند ارتداء ثوب السباحة أو التناير أو السراويل القصيرة. لكن تكمن المشكلة في مدى سهولة تراكم الدهون في أسفل الجسم. بفضل نصائح بسيطة وتمارين مستهدفة، قد يصبح شد الساقين والأرداف نشاطاً ممتعاً بالفعل!

للحصول على جسم مشدود وسليم

تمارين تعزز شكل العضلات الطويلة والرفيعة

وأقبي خلال 10 دقائق أو أكثر. إنه التمرين المثالي لتذويب الدهون في منطقة الورك. 3 تمارين مستهدفة

• شد المؤخرة:

استلقي على ظهرك ومددي يديك على طول الجسم وألقي كعب القدمين على كرة مطاطية أو على كرسي إلى أن تشكل الساقان زاوية مستقيمة. عند الشيق، ارفعي الحوض عن الأرض واضغطي على الكعب إلى أن يتمدد الفخذان ويشدان جذع الجسم. يجب الحفاظ على انقباض الوركين وعضلات البطن. عند الزفير، أنزلي الحوض وحافظي على انقباض الوركين وعضلات البطن لتجنب تقوس الظهر والإراحة أسفل الظهر.

كرري مجموعتين من 20 تمريناً ذهاباً وإياباً مع تخصيص استراحة مدتها 30 ثانية بعد كل مجموعة. ثم زيدي مدة الحركة مع تقدم مسار التمرين.

• طي الساقين:

قفي واتركي مسافة بين القدمين بعرض الكتفين ومددي الذراعين على طول الجسم واحرصي على استقامة الظهر وألقي بوزن الجسم على كعب القدم. عند الشيق، اثني الساقين عبر دفع الحوض نحو الخلف كما لو أردت الجلوس، ومددي الذراعين نحو الأمام للحفاظ على استقامة الظهر.

يجب أن يكون الفخذان متوازيين مع الأرض وألا تتجاوز الركبتان أصابع القدم. عند الزفير، اضغطي بشدة على كعب القدم من دون رفعها عن الأرض للعودة إلى وضعية البداية. كرري مجموعتين من 20 تمريناً مع أخذ استراحة مدتها 30 ثانية بعد كل مجموعة. زيدي حدة الحركة مع تقدم مسار التمرين.

• سقل أعلى الفخذين:

تمددي على الجانب الأيسر وضعي رأسك على الذراع اليسرى الممددة على الأرض. اثني الساق اليسرى وضعي الذراع اليمنى على الفخذ الأيمن الممدود بموازاة العمود الفقري. يجب أن يكون الوركان متوازيين لتجنب إمالة الحوض نحو الأمام (أو نحو الخلف). ارفعي الساق اليمنى بمسافة 50 سم. قومي بعشر دوائر صغيرة بالساق في اتجاه معين ثم 10 دوائر أخرى في الاتجاه الآخر مع الحفاظ على وضعية الساق الممدودة. كرري 5 مجموعات من عشرة تمارين لكل ساق في الاتجاهين.

• المؤخرة، السباحة مع عوامات صغيرة

العوامات الصغيرة تشغل الأعضاء السفلى (المؤخرة، الفخذان، ربة الساق، الكاحل) وحزام البطن. وكلما زادت سرعتنا، تقوم الماء بتدليك البشرة ويكافح السيوليت. لتجنب بناء عضلات مفرطة في أعلى الجسم، يمكن استعمال لوح للسباحة. نصائح المدرب: كلما كانت العوامات صغيرة، تزداد العضلات في الفخذين والمؤخرة. لكن مع العوامات الأكبر حجماً، يمكنك القيام بحركات على شكل مقص وهكذا تشغلين عضلات البطن بشكل أفضل.

• المؤخرة، شد المؤخرة (سراً!)

إنه تمرين سهل ويمكن تطبيقه مرات عدة في اليوم وفي أي مكان وزمان عند الوقوف (وهو فاعل أيضاً في وضعية الجلوس).

تعددت المواقف التي تسمح بذلك. يمكنك شد المؤخرة طوال دقيقة أو دقيقتين أثناء انتظار الحافلة مثلاً أو في المكتب أمام آلة القهوة أو خلال الاستراحة. نصائح المدرب: استقيدي من هذه التمارين لشد عضلات البطن والعجان أيضاً: احرصي على انقباض العجان ثم المؤخرة وأزفري بقوة. وحين تشهقين، استرخي كلياً. كرري التمرين عشرين مرة على الأقل. هكذا تشغلين العضل الأفقي تزامناً مع شد الوركين.

• الفخذان، بناء العضلات في وضعية الجلوس

عند الجلوس على عظم المقعدة، احرصي على استقامة الظهر وتسطيع القدمين على الأرض، وضعي كرة رياضية مرنة بين الركبتين. اضغطي على الفخذين للحفاظ على هذه الوضعية. هذه الحركة تشد العضلة المقربة، أي العضلات داخل الفخذين. نصائح المدرب: اضغطي بقوة على الكرة طوال 20 ثانية ثم استرخي خلال 20 ثانية أخرى وكرري التمرين خلال 3 دقائق. ثمة تقنية أخرى: اضغطي على الكرة بحركات متكررة صغيرة خلال دقيقتين.

• الوركان، قطع 100 خطوة...

ما إن تسنج لك الفرصة بقطع مسافة معينة، لا تترددي في اقتناصها! يمكنك التنزه بعد الغداء أو العشاء أو التسوق أو وضع الرسائل في صندوق البريد أو التنزه مع الكلب... جميع الحجج مفيدة لاستعادة الرشاقة، يجب قطع 10 آلاف خطوة في اليوم! نصائح المدرب: في المنزل، ضعي شريطاً مطاطياً حول ربة الساق واتحي الساقين لتمديده وامشي بشكل عمودي

الفرصة: عند تنظيف الأسنان (3 دقائق على الأقل)، أو تحضير وصفة طعام وتقسير الخضار، أو عند الانتظار في المخبز.

• الفخذان، المشي في الماء

لشد الفخذين، ننصحك بالمشي في موجات صغيرة من الماء تصل إلى ربة الساق، خلال 20 دقيقة، مع رفع الساق نحو الأمام ونفضها قليلاً. إنها طريقة مفيدة لبناء العضلات بلطف، وذلك بفضل عدم ثبات الرمل ومقاومة الماء. نصائح المدرب: امشي في البحر إلى أن تصل الماء إلى مستوى الصدر واستعملي مجدافاً ليساعدك على التقدم.

• الساقان، تدليك دائري

يمكنك ممارسة الضغوط من الكاحل صعوداً حتى الفخذين. الأفضل من ذلك أن تتمددي وتستعملي زيتاً نباتياً وتضيفي إليه زيت الليمون الهندي الذي يساهم في تنقية الجسم. اسكي 20 قطرة من ذلك الزيت في 40 ملل من الزيت النباتي. نصائح المدرب: أثناء دهن كريم الترطيب على الجسم، دلكي البشرة والأنسجة تحت الجلد: أمسكي جزءاً من البشرة بين إبهامي اليدين والأصابع الأخرى. ابدأي من داخل الفخذين ودلكي البشرة بشكل دائري وافركي الدهون نحو الخارج. ثم ابدأي من الركبة واصعدي نحو أعلى الفخذين.

• الفخذان، صعود السلالم على الأربعة

إنها طريقة فاعلة جداً لشد الجهة الأمامية والخلفية من الفخذين فضلاً عن ربة الساق والوركين. اصعدي السلالم بطريقة منهجية. ثم اصعدي درجتين في كل مرة لتكثيف النشاط. نصائح المدرب: لتفعيل هذا التمرين، اصعدي السلالم أثناء تستطيع القدمين وليس على رأس الأصابع لأن الجهة الأمامية من الفخذ وحدها تنشط في هذه الحالة. ضعي القدم بكاملها على السدرج واضغطي بشدة على الكعب حتى بلوغ الدرجة التالية.

• الفخذان، الرقص بكعب عال!

الرقص بكعب عال أفضل من المشي! هذه الحركة تنشط الساقين وتعزز العضلات في الفخذين وربة الساق أيضاً. لكن يجب اختيار شكل الكعب بما يضمن أن يتناسب مشط القدم مع قوس القدم، والأهم أن تكون القدم في وضعية مريحة. تجنبي إدا الحذاء المسنن بشكل حاد لأنه قد يسحق أصابع القدم. نصائح المدرب: لضمان فاعلية هذه الطريقة، اضغطي جيداً على الأرض بالقدمين ومددي أصابع القدم. أثناء الرقص أو المشي، احتفظي، دوماً، بحذاء مسطح لقطع أي مسافة إضافية أو لاتنتاهي في نهاية السهرة. الأهم عدم الرقص بكعب عال حتى لو أردت للحاق بالحافلة!

• الساقان، الوقوف على رأس الأصابع

هذه الحركة تجدد الدورة الوريدية. بالتالي، هذا التمرين أشبه بتدليك حقيقي لتجنب النغل في الساقين ولشد ربة الساق والفخذين والمؤخرة في آن. حتى عضلات البطن تنشط كي تحافظ على توازننا. ثمة منفعة أخرى: ستقنين باستقامة أفضل وستحسن وضعية جسمك عموماً. نصائح المدرب: قفي على رأس أصابعك حين تسنح لك

من المعروف أن شد الأرداف والساقين وتقليص السيوليت يتطلبان تخفيف المأكولات الدهنية والسكريات والمواالج... وممارسة الرياضة طبعاً! لكن ثمة تمارين تعزز شكل العضلات الطويلة والرفيعة مثل الرقص (كلاسيكي، معاصر، سالسا، زومبا...)، السباحة، الرياضة المائية، المشي السريع...

ولا ننسى تمارين اليوغا والبيلاتس التي تشغل العضلات عبر تمديدها. يجب ممارسة تمارين مثل الرقص وركوب الدراجة (بقوة معتدلة) خلال 45 دقيقة في الحد الأدنى، ثلاث مرات في الأسبوع، لحرق أكبر قدر ممكن من السعرات الحرارية الموجودة في الدهون. ما هو المعيار الإيجابي للتأكد من حسن سير التمارين؟ متابعة الكلام من دون لهاك.

• ربة الساق، إنهاء الاستحمام بدقيقتين تحت الماء الباردة

من المعروف أن الحرارة الباردة تسبب انقباض الأوعية الدموية وتحسن الدورة الدموية. هذه الطريقة تحرك السيوليت! بعد استعمال الصابون، اغسلي الجسم بماء ساخن ثم فاتر، وأنهى الاستحمام بماء بارد من القدم إلى ربة الساق وصولاً إلى الركبة. نصائح المدرب: حين يعتاد الجسم على الماء البارد، حاولي الصعود حتى أعلى الفخذين ثم نحو المؤخرة وحاولي تجاوز مدة الدقيقتين.



10 فوائد مذهشة للجزر

دبي: الجزر مليء بالعناصر الغذائية المفيدة للجسم، وإذا ما تم تناوله على شكل عصير بصفة يومية،

فإن ذلك سيعود بنفع كبير على الجسم.

واليك 10 فوائد صحية لعصير الجزر، كما أوردها موقع "Daily Health Posty":

لعاب الفم، الذي بدوره يقي من العدوى والبكتيريا الضارة ويمنع تآكل الأسنان، كما أنه يقي من سرطانات الفم والقصبية الهوائية والحنجرة.

8- يقي من السرطان: الجزر غني بالـ "بيتا كاروتين"، ما يعزز من مناعة الجسم، وبالتالي يساعد على تدمير الخلايا السرطانية. وتشير الدراسات إلى أن الأكتار من تناول الجزر وعصيره يقلل من فرص الإصابة بسرطان الرئة واللوكميما وسرطان البروستاتا.

9- يعزز من صحة القلب: إن عصير الجزر يحمي الأوعية الدموية، نظراً لاحتوائه على مضادات الأكسدة. وقد أثبتت الدراسات أن تناول الجزر بانتظام يقلل فرص الإصابة بأمراض الشريان التاجي بنسبة 32 %، كما أن فيتامين "K" يمنع التزيف ويقي من الجلطات.

10- يعزز من صحة العيون: هي حقيقة نعرفها جميعاً وهي أن "الجزر يقوي النظر"، وهذا هو السبب: أن الجزر غني بفيتامين "A" الذي يساعد على حماية الشبكية والقرنية، ويحافظ على قوة الإبصار.

الجزر تساعد على خفض مستويات الكوليسترول الضار في الدم. 3- ينظف الكبد: أثبتت الدراسات أن عصير الجزر يساعد على التخلص من السموم الموجودة في الكبد.

4- جلد لامع بزق: الـ "بيتا كاروتين"؛ وهو أحد مضادات الأكسدة الموجود بكثرة في عصير الجزر، يحد من أكسدة الدهون، ما يساعد على الوقاية من جفاف وشيخوخة الجلد، ويعطي الجلد ملمساً ناعماً برآفاً، كما أنه يساعد على اختفاء ندبات الجلد.

5- يقوي العظام: الجزر غني بفيتامين "K"، الذي يتحد مع فيتامين "D" والكالسيوم اللذين يساعدان على زيادة كثافة العظام، ويسرعان من تعالٍ العظام المكسورة.

6- يعزز من عملية الحرق: الجزر غني بفيتامين "B" وكذلك الـ "فولات"، ما يساعد الجسم على حرق النشويات والدهون والبروتينات، كما أنه يساعد على إنتاج الطاقة اللازمة للجسم.

7- صحة الفم: الأطعمة الغنية بالألياف، مثل الجزر، تساعد على إنتاج

صحة الخلايا في الجلد والأغشية المخاطية، كما أنه يلعب دوراً مهماً في تعزيز كرات الدم البيضاء، أما فيتامين "C"، فيرفع مستويات الأجسام المضادة، كما يحفز إنتاج كرات الدم البيضاء، إضافة إلى زيادة إنتاج الـ "انترفيرون"، وهو البروتين المسؤول عن محاربة الفيروسات، أما فيتامين "B" فيعزز من كرات الدم البيضاء أيضاً، فيما يحمي فيتامين "E" أغشية الخلايا، ويمنع شيخوختها، كما يحتوي الجزر أيضاً على الحديد والزنك والنحاس، وهي المعادن الأساسية المسؤولة عن إنتاج كرات الدم البيضاء.

2- الحفاظ على مستويات الكوليسترول والسكر في الدم: الجزر يحتوي على القليل من النشويات،

كما أنه غني بالألياف، ما يسمح بالسيطرة على مستوى السكر بالدم أثناء عملية الهضم، كما أن مضادات الأكسدة الموجودة في

1- يعزز مناعة الجسم: إن عصير الجزر غني بالفيتامينات والمعادن التي تعزز من الخط الدفاعي للجسم المعروف بجهاز المناعة. فيتامين "A" يعزز من



المال والأعمال

الاقتصاد تبحث تعزيز العلاقات الاقتصادية والتجارية مع تشاد

تعاون مستقبلي مثمر بين الجانبين .. مشيدا بالنهضة الاقتصادية الفريدة والإنجازات التنموية الكبيرة التي حققتها الإمارات.

الدولي الأمر الذي يستدعي بحث إمكانية تنظيم رحلات طيران مباشرة بين البلدين خلال المرحلة المقبلة.

وأعرب معاليه عن تطلع دولة الإمارات لاستكشاف إمكانات التعاون في عدد من القطاعات الأخرى التي يمكن أن توفرها السوق الاقتصادية التشادية ومن أهمها الاستثمار في البنى التحتية والزراعة والثروة الحيوانية على نحو يخدم أهداف التنمية في جمهورية تشاد من المقرر عقده في أبوظبي خلال سبتمبر المقبل .. مؤكداً أن للمنتقى سيمثل فرصة مهمة لاستعراض حوافز البيئة الاقتصادية في تشاد وقطاعاتها الناشئة والواعدة وفتح المجال أمام المستثمرين الإماراتيين للتعرف على المنظومة الاقتصادية القائمة في تشاد وجوهرها في تحقيق التنمية الاقتصادية وطيدة مع دولة الإمارات ووضع الأسس المتبادلة للبلدين الصديقين.

إحدى الركائز المهمة لتعزيز مختلف الأنشطة التجارية والاستثمارية الأخرى ولا سيما أن تشاد تتمتع بموقع جغرافي استراتيجي وتمثل ممرا رئيسيا للطيران الدولي الأمر الذي يستدعي بحث إمكانية تنظيم رحلات طيران مباشرة بين البلدين خلال المرحلة المقبلة.

وأعرب معاليه عن تطلع دولة الإمارات لاستكشاف إمكانات التعاون في عدد من القطاعات الأخرى التي يمكن أن توفرها السوق الاقتصادية التشادية ومن أهمها الاستثمار في البنى التحتية والزراعة والثروة الحيوانية على نحو يخدم أهداف التنمية في جمهورية تشاد الصديقة ويلى في الوقت نفسه مرتكزات الأجندة الاقتصادية لدولة الإمارات.

وأكد معالي المنصوري حرص الإمارات على التعاون مع تشاد في نقل المعرفة وتبادل الخبرات بما يلبى التطلعات التنموية للجانبين.

من جانبه أكد معالي الوزير محمد حامد كوا اهتمام بلاده ببناء علاقات اقتصادية وطيدة مع دولة الإمارات ووضع الأسس المتبادلة للبلدين الصديقين.



تشاد شهد نموا ملموسا خلال السنة الماضية مرتقعا من نحو 177 مليون دولار أمريكي 2015 إلى نحو 245 مليون دولار العام الماضي.. مشيرا إلى أن هذه المعدلات لا تعبر عن الفرص المتاحة للتعاون التجاري والاستثماري بين البلدين ولا بد بذل جهود مشتركة حثيثة لرفع هذا التبادل إلى معدلات تليق بتطلعات الجانبين.

وأضاف أن الطيران المدني يمثل أحد المجالات المهمة للتعاون مع تشاد باعتباره

المهالي القائم بالأعمال في سفارة دولة الإمارات لدى تشاد.

وأكد معالي المنصوري حرص دولة الإمارات على بناء علاقات اقتصادية وتجارية واستثمارية نشطة مع جمهورية تشاد في إطار سعيها المستمر للانفتاح على مختلف دول العالم ورفع تنافسيتها في الأسواق الواعدة وتعزيز روابطها مع جهات اقتصادية جديدة كان من أهمها في الفترة الماضية الدول الأفريقية الصديقة.

وأوضح أن ثمة إمكانات واسعة لتطوير مستوى التعاون الاقتصادي والتجاري والاستثماري مع جمهورية تشاد في ظل الرغبة المتبادلة لدى قيادتي البلدين في بناء شراكات تنموية مشمرة تخدم مصالح الطرفين وهو ما يبرز أهمية اللقاءات وتكثيف الحوار لتحديد أطر التعاون خلال المرحلة المقبلة واستكشاف الفرص المتاحة وتعريف مجتمع الأعمال الإماراتي بالناخ الاقتصادي والأطر التشريعية والتنظيمية التنموية ومقومات الاستثمار في القطاعات المهمة في تشاد.

وأضاف معاليه بأن التبادل التجاري مع

دبي - وأم: بحث معالي سلطان بن سعيد المنصوري وزير الاقتصاد ومعالي محمد حامد كوا وزير التجارة والصناعة في جمهورية تشاد والوفد المرافق له سبل تعزيز العلاقات الاقتصادية بين البلدين. ويحث الجانبان خلال اللقاء - الذي عقد في مقر الهيئة العامة للطيران المدني في دبي - أهمية التعاون في مجال الطيران المدني وإمكانات رفع مستوى التبادل التجاري واستكشاف الفرص الاستثمارية المتاحة في القطاعات ذات الأولوية .. فضلا عن تعريف مجتمع الأعمال بالدولة بأهم الفرص التي تفرحها البيئة الاقتصادية والاستثمارية في جمهورية تشاد.

حضر الاجتماع .. سعادة المهندس محمد أحمد بن عبد العزيز الشحي وكيل وزارة الاقتصاد للشؤون الاقتصادية وسعادة سيف السويدي المدير العام للهيئة العامة للطيران المدني وسعادة جمعة محمد الكيتب الوكيل المساعد لقطاع التجارة الخارجية فس وزارة الاقتصاد وعامر

العجلة

30



أربعة أسابيع من التدريب النظري والعملي تقني الإجازة الصيفية كلية دبي للسياحة تنظم برنامجا تدريبيًا للطلاب المواطنين

دبي-الفسجر: بدأت كلية دبي للسياحة، التابعة لدائرة السياحة والتسويق التجاري بدبي (دبي للسياحة) برنامج التدريب الصيفي الأول من نوعه على مستوى إمارة دبي حيث تم تصميمه خصيصا للطلبة بين 16 - 19 عاما بهدف استثمار وقت العطلة الصيفية بما يعود عليهم بالنفع والفائدة والربط بين التحصيل العلمي والتدريب المهني وتزويدهم بالمعلومات والخبرات اللازمة عن قطاع السياحة الذي يعد من أسرع القطاعات نموا في العالم.

ويساهم البرنامج في رفع مستوى الوعي لدى المشاركين بأهمية قطاع السياحة والدور الحيوي الذي يلعبه في إشراك أبناء الإمارات في التطور الاقتصادي والمساهمة في تنويعه، وخوض مختلف التجارب المهنية في قطاعات متنوعة، خاصة قطاع السياحة، والدور الفعلي الذي يملكون من خلاله الواجهة الحقيقية لأصالة التراث، وعراقة التقاليد العربية في فن استقبال الضيف. وبدأ البرنامج الذي ينظم على مدى أربعة أسابيع، يوم 13 أغسطس ويستمر حتى 7 سبتمبر المقبل.

ويتيح تعلم واكتساب مهارات وخبرات جديدة ضمن أربعة موضوعات مختلفة تم اختيارها ووضعها بعناية فائقة، وهي التعريف بالسياحة، بشكل عام والدور الحيوي الذي يلعبه في إشراك أبناء الإمارات في التطور الاقتصادي، ومن ثم برنامج المرشد السياحي الصغير، الذي يركز على تغذية الطلاب للمتحقين بالمعلومات العامة الخاصة بالعادات والتقاليد وتراث وتاريخ دبي، بالإضافة إلى معلومات عن أهم المواقع السياحية في الإمارة وتهم الزوار والسياح، وتعلم مبادئ وأساسيات العمل الفندقية، واخيرا المساهمة في خدمة المجتمع من خلال العمل التطوعي الذي يعد أحد أركان الجوانب في هذه الدورة.

وفي ختام البرنامج يحصل الطلاب على شهادات تقدير، بهدف تحفيزهم على التزود أكثر وتطوير مهاراتهم في هذا المجال مستقبلا.

43% حصة الإناث في الهيكل التنظيمي للاتحادية للجمارك

أبو ظبي- وأم: احتفلت الهيئة الاتحادية للجمارك بيوم المرأة الإماراتية في إطار احتفاء الدولة بعباء المرأة الإماراتية خلال مسيرة التنمية وسياسة القيادة الحكيمة في تمكينها من أداء دورها في خدمة الوطن.

ويهذه المناسبة قدم معالي المفوض علي بن صبيح الكعبي، رئيس الهيئة الاتحادية للجمارك، التهنية للمرأة العاملة في الهيئة وقطاع الجمارك في الدولة، مؤكداً أن المرأة تعد ركيزة أساسية ومهمة في منظومة العمل الجمركي بالدولة.

وقال معاليه إن نسبة المرأة في الهيكل التنظيمي للهيئة الاتحادية للجمارك بلغت 43.1% من إجمالي عدد العاملين حاليا، كما يبلغ نصيب المرأة الإماراتية من طاقم الهيئة الاتحادية للجمارك 50%، مؤكداً فاعلية الهيئة بقدرة المرأة على العطاء والإبداع في مجال العمل الجمركي، على الرغم من كونه عملا شديداً يتطلب معرفة ومواصفات خاصة.

وأكد معالي المفوض على الكعبي حرص الهيئة على تمكين المرأة الإماراتية في كافة محاور العمل الجمركي، انطلاقا من توجهات القيادة الرشيدة ورؤية الإمارات 2021، مشيدا بالدور الكبير الذي تلعبه سمو الشقيقة فاطمة بنت مبارك رئيسة الاتحاد النسائي العام الرئيسة الأعلى لؤسسة التنمية الأسرية رئيسة المجلس الأعلى للأموعة والطفولة، في دعم قضايا المرأة الإماراتية والارتقاء بمكانتها في المحافل العالمية وتعزيز دورها في منظومة التنمية.

وأضاف معاليه أن المرأة الإماراتية سطرمت منذ قيام دولة الاتحاد وحتى يومنا هذا إنجازات مضيئة في العطاء والانتماء ساهمت في ارتقاء دولة الإمارات إلى أعلى المراكز العالمية، ورسمت نماذج للنجاح والتطور أشاد بها العالم، وذلك بفضل المكانة المرموقة التي أولاهها إياها الآباء المؤسسون والرعاية الكريمة لسمو الشقيقة فاطمة بنت مبارك أم الإمارات، والدعم المستمر الذي تقدمه قيادتنا الحكيمة للمرأة العاملة.

وأضاف أن المرأة أصبحت اليوم شركا في صنع القرار في قطاع الجمارك، ولها بصماتها الواضحة في مجال التفتيش والابتكار والإبداع الجمركي ..وعل. أهم ما ميز تجربة المرأة الإماراتية أنها مزجت بين الحداثة والعلم والمعرفة والعطاء وبين العادات والتقاليد والقيم والتراث في نموذج ثقافي فريد.

151 مليار درهم ضختها 217 جنسية في سوق عقارات دبي في 18 شهرا

دبي- وأم: وكال سعادة سلطان بطي بن مجرن مدير عام دائرة الأراضي والأموال في دبي ان 151 مليار درهم ضختها 217 جنسية في سوق عقارات دبي لثقتها في سوق دبي العقاري ولبينة دبي العقارية التي توفر منظومة تشريعات قوية لتنظيم السوق العقاري .

وتكشف القائمة الجديدة اقتراب استثمارات الإماراتيين من 12 ألف صفقة بقيمة 37.4 مليار درهم، وظهر أيضا نشاط ملحوظ لمستثمري الهند وباكستان والسعودية وبريطانيا في المراتب الثانية والثالثة على كافة الجنسيات الأخرى.

وقال معاليه إن سوق دبي العقاري خلال 18 شهرا، شهد نموا ملحوظا في سوق العقارات، حيث تجاوزت قيمتها 151 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 10.628 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 2.235 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 1.119 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 48.665 مليار درهم.

وقال معاليه إن سوق دبي العقاري خلال 18 شهرا، شهد نموا ملحوظا في سوق العقارات، حيث تجاوزت قيمتها 151 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 10.628 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 2.235 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 1.119 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 48.665 مليار درهم.

دبي- وأم: كشفت دائرة الأراضي والأموال في دبي ان 217 جنسية ضخنت 151 مليار درهم في سوق عقارات دبي لثقتها في سوق دبي العقاري ولبينة دبي العقارية التي توفر منظومة تشريعات قوية لتنظيم السوق العقاري .

وتكشف القائمة الجديدة اقتراب استثمارات الإماراتيين من 12 ألف صفقة بقيمة 37.4 مليار درهم، وظهر أيضا نشاط ملحوظ لمستثمري الهند وباكستان والسعودية وبريطانيا في المراتب الثانية والثالثة على كافة الجنسيات الأخرى.

وقال معاليه إن سوق دبي العقاري خلال 18 شهرا، شهد نموا ملحوظا في سوق العقارات، حيث تجاوزت قيمتها 151 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 10.628 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 2.235 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 1.119 مليار درهم، في حين سجلت قيمة صفقاتها 48.665 مليار درهم.



"الإتحادية للتنافسية" تستعرض مشاريعها الحالية وخطتها المستقبلية

دبي- وأم: استعرض مجلس إدارة الهيئة الاتحادية للتنافسية والإحصاء خلال اجتماعه امس برئاسة معالي ريم بنت إبراهيم الهاشمي وزيرة دولة للشؤون التعاون الدولي رئيسة المجلس .. نتائج أهم مبادرات ومشاريع العام الجاري ومبادرات المرحلة القادمة وخطة عمل العام المقبل.

حضر الاجتماع - الذي عقد في دبي - سعادة كل من .. محمد حميد دلوج الطاهري الأمين العام لكتيب سمو نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الداخلية بالإبابة في وزارة الداخلية وراشد لاجح ناصر سعيد المنصوري رئيس مجلس إدارة مركز الإحصاء في أبوظبي والمهندس سعيد سيف الطروشي الأمين العام للجمعية التنافسية لحكومة عجمان ومحمد بن راشد بن حميد الشامسي الأمين العام للمجلس التنفيذي لإمارة أم القيوين والدكتور محمد عبداللطيف خليفة الأمين العام للمجلس التنفيذي لإمارة رأس الخيمة إضافة إلى عبدالله النعيمي مدير إدارة الشؤون الاقتصادية في المجلس الأعلى للأمن الوطني.

واستعرض فريق عمل الهيئة - خلال الاجتماع - مجموعة من التقارير لأهم الخطط والمبادرات والإستراتيجيات التي تم تنفيذها خلال النصف الأول من عام 2017 لدعم عملية الإرتقاء بالتنافسية العالمية للإمارات وتطوير البنيات وأنظمة العمل الإحصائي في الدولة لدعم المكانة التي تبوأتها في أهم التقارير العالمية على مر السنوات الماضية. وتم عرض ومناقشة أحدث المستجدات على صعيد اللجنة الوطنية لأهداف التنمية المستدامة التي ترأسها الهيئة إضافة إلى عرض تقرير حول أهم المبادرات الجديدة التي أطلقتها الهيئة مؤخرا مثل مبادرة مصنع سياسات المستقبل ومختبر التوازن بين الجنسين.

وأشاد أعضاء مجلس الإدارة بالدور الذي تلعبه الهيئة في بناء القدرات والمهارات الوطنية الناشئة في مجالات التنافسية والإحصاء وتحقيق أهداف التنمية السدامة. وأطلع فريق عمل الهيئة رئيسة وأعضاء مجلس الإدارة على إستراتيجية الهيئة وأهدافها للمرحلة المقبلة خاصة التحضيرات لاستضافة الدولة لمنتدى الأمم المتحدة للبيانات والذي تنظمه الهيئة ويعد من أهم للمنتقيات العرفية في مجال البيانات الكبيرة.. مؤكداً حرص الهيئة على أن تصبح مرجعا لأهم المحافل العالمية في مجال الإحصاءات والتنافسية والاقتصادية. وأكدت معالي ريم الهاشمي أن الأهداف الإستراتيجية للهيئة تم تحديدها بناء على أعلى آلية عمل تستند بشكل رئيسي على تطوير المعرفة والخبرات والتدرات وتحسين الأداء الفردي والمؤسسي ورعاية المواهب والكفاءات الوطنية واستقطاب الخبرات العالمية للإستفادة من تجارب الدول المتقدمة في مجالات التنافسية والإحصاء. وأوضحت أن نجاح الهيئة في تحقيق تنافسيتها يستوجب تضاهف جهود كل الجهات الحكومية الاتحادية والمحلية من جميع القطاعات الحيوية في الدولة وتعزيز التواصل والعمل المشترك بين القطاعين العام والخاص في الدولة واتباع أفضل الممارسات العالمية على صعيد الأعمال لتمكين الإمارات من أن تصبح واحدة من الدول الأكثر تنافسية في العالم. وقام أعضاء مجلس الإدارة بمناقشة واعتماد عدد من الخطط والمبادرات الإستراتيجية التي عرضت عليهم من قبل فريق العمل الذي بدوره وقع كل ملاحظات وتوجهيات الأعضاء وإدراجها ضمن خطة العمل الإستراتيجية للهيئة. ويتولى مجلس إدارة الهيئة مهمة اعتماد السياسات وتنفيذ الإجراءات التي تعزز وتقدم الخطط التنافسية والنظم الإحصائية في دولة الإمارات وتوحيد الجهود والطاقات في الدولة لتحقيق رؤية الإمارات في الأزهار والنمو المستدام.

الريمشي: نسبة المواطنين العاملات في غرفة تجارة أبوظبي تجاوزت 55 بالمائة

دبي- وأم: في دفع عملية التنمية الثقافية والاجتماعية والاقتصادية في بلادنا إلى أعلى وأفضل المستويات، وقال الريمشي إن مسيرة نهضة المرأة وتقدمها انطلقت منذ قيام دولة الإمارات العربية المتحدة في الثاني من شهر ديسمبر عام 1971. في إطار المشروع التنموي الطموح للبلاد المؤسس للفقور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان - طيب الله فراد - لبناء الوطن والمواطن وتطلعا من رؤيته الثاقبة الحكيمة بأن المرأة تمثل نصف المجتمع. وأكد الريمشي أنه خلال السنوات الماضية حققت المرأة في بلادنا مزيدا من المكاسب والإنجازات النوعية المتميزة التي سبقت بها العديد من النساء في العالم في إطار المشروع النهوضي وبرامج التمكين السياسي، واستراتيجية الخطة العشرية الخامسة لتمكين المواطن. ولفت الى انه وبدعم من القيادة الحكيمة الرشيدة وصلت المرأة في بلادنا إلى مستويات عالية من القدرات العلمية والأكاديمية وحقت جدارة وكفاءة عملية في مجالات التطور التقني والتكنولوجي مما مكنتها من المشاركة الإيجابية الفاعلة في جميع

مجالات التنمية المستدامة ومختلف مواقع العمل في تنفيذ الاستراتيجية الوطنية للابتكار خلال السنوات المقبلة التي تشمل العديد من القطاعات التنموية الحيوية والتي تركز على الإبداع والابتكار في صنع المستقبل. ونوه الى ان المرأة المواطنة تعمل كذلك بكفاءة عالية وجدارة واقتدار ضمن الكوادر الوطنية العاملة في مجال أبحاث الفضاء الخارجي في منظومة قطاعات استراتيجية تنموية جديدة تقوم على وكالة الإمارات للفضاء إضافة إلى عملها في قطاعات استراتيجية تنموية جديدة تقوم على اقتصاد المعرفة والإبداع والابتكار من بينها الطاقة المتجددة والطاقة النووية للأغراض السلمية وصنعي وإطلاق الأقمار الصناعية وتكنولوجيا صناعة الطيران والدفاع وكل هذه المجالات ساهمت في الارتقاء بدور المرأة المواطنة ومضاعفة مساهمتها في الناتج المحلي الإجمالي للدولة. كما أصبحت المرأة الإماراتية تشغل اليوم 66 بالمائة من الوظائف الحكومية العامة من بينها 30 بالمائة من الوظائف القيادية العليا كما ارتفعت بصورة ملحوظة نسبة مساهمة المرأة في النشاط الاقتصادي وقطاع الأعمال.

دبي- وأم: كشف سعادة محمد ثاني مرشد الريمشي رئيس اتحاد غرف التجارة والصناعة بالدولة رئيس مجلس إدارة غرفة تجارة وصناعة أبوظبي ارتفاع نسبة المواطنين العاملات في الغرفة لتتجاوز 55 بالمائة من مجموع العاملين يساهمن بشكل مميز في دعم مسيرة عمل غرفة تجارة وصناعة أبوظبي.

وقال الريمشي في كلمة بمناسبة الاحتفال بيوم المرأة الإماراتية ان عدد المواطن من سيدات ورائدات الأعمال في إمارة أبوظبي بلغ 355 سيدة يدرن مشاريع بمليارات الدراهم وما نسبته 70 بالمائة من إجمالي أعداد سيدات الأعمال المسجلات في مجلس سيدات أعمال أبوظبي التابع لغرفة أبوظبي كما وصلت نسبة المواطنين في القطاع المصري إلى 37.5 بالمائة .

وأكد ان الاحتفال بيوم المرأة الإماراتية يعكس اهتمام وحرص قيادتنا الرشيدة على إبراز وتقدير دور المرأة المواطنة في سعيها الجاد نحو التقدم والتطور ولساهمتها المميزة والمستدامة

المدير العام: معدلات الاشغال في قصر الامارات ارتفعت خلال الصيف بنسبة 20%



820 طفلاً شاركوا في المخيم الصيفي وندرس إقامة «قصر الأطفال» للموسم المقبل

لنزوار من جميع أنحاء العالم لرؤية التحفة المعمارية العالية المستلهمة من التقاليد الإماراتية الأصيلة. وأكد أن الثلاثة أشهر الأخيرة من العام الجاري سوف تشهد أعلى نسبة حجوزات وتنضم العديد من الفعاليات ومن أبرزها الإمارات التعليمية والاستراتيجية والأنشطة الفنية والثقافية، والاحتفالات بمناسبة اليوم الوطني لدولة الإمارات العربية المتحدة في الثاني من ديسمبر المقبل.

وأوضح ان قصر الامارات يحرص على تصميم عروض وبيانات صصرية وفقاً لاحتياجات السياح متضمنة إقامة حفمة ومرحبة ونشاطات عديدة في مرافق القصر. مما أدى إلى زيادة في أعداد السائحين القادمين من دول مجلس التعاون الخليجي وخاصة من المملكة العربية السعودية ومملكة البحرين.

وقال السيد هولجر أن معدلات الاشغال في القصر في شهر حزيران الماضي زادت بنسبة 20% مقارنة بالعام الماضي .

العائد، وقام فريق العمل بتجهيز غرف وأجنحة القصر الفاخرة ومرافقه بالكامل ليحظى الزوار بتجربة إقامة مريحة وممتعة. وبإمكان العائلات والنزوار الاستمتاع بأطلالة قصر الامارات الساحرة على البحر، والتأمل بالشاهد الخلابة وسط الحدائق الخضراء المحيطة به، ويقدم القصر خدمات أعلى من مستويات فنادق الخمس نجوم، ويوفر لزائريه كافة سبل الراحة والتسهيلات الراقية بصيغة عربية تقليدية أصيلة، فيبهر القصر زواره بحسن الضيافة والحرية والهدأة في التصميم، ويستقطب القصر القادة والمسافرين والمسافرين من كافة أنحاء العالم ليستمتعوا بتجربة فريدة ومميزة لا تنسى. وعبر السيد هولجر عن شكره وامتنانه إلى هيئة أبو ظبي للسياحة والثقافة، وقال أنها تلعب دورا محوريا في زيادة معدلات الاشغال عن طريق تنظيمها للعديد من الفعاليات، وأعرب عن فخره واعتزازه بأن يكون قصر الامارات جزءا من أي فعالية شأنها خدمة ودعم المجتمع وجذب السياح للدولة.

أعلن السيد هولجر شروت المدير العام لقصر الإمارات ان معدلات الاشغال ارتفعت هذا الصيف بنسبة 20% مقارنة بالفترة نفسها من العام الماضي . وذكر في تصريح صحافي امس ان المخيم الصيفي للأطفال موسم الصيف المقبل 2018 . وأشار السيد هولجر ان القصر يستعد حاليا لاستقبال الزوار في الربع الأخير من العام الجاري بالتزامن مع موعد افتتاح متحف اللوفر على شاطئ السعديات أبو ظبي، إذ يعتبر هذا المتحف واحدا من أهم المعالم الرئيسية للعاصمة أبو ظبي، وبشكل وجهه جذب سياحية

أبو ظبي-الفسجر: أعلن السيد هولجر شروت المدير العام لقصر الإمارات ان معدلات الاشغال ارتفعت هذا الصيف بنسبة 20% مقارنة بالفترة نفسها من العام الماضي .

وأشار السيد هولجر أن معدلات الاشغال في القصر في شهر حزيران الماضي زادت بنسبة 20% مقارنة بالعام الماضي .

برنامج تخصصي واسع يتناول للمرة الأولى "تكرير وتسويق النفط"

برنامج مؤتمر «أديبك» في أبوظبي الأكبر بقطاع النفط والغاز في العالم

900 متحدث في أكثر من 200 جلسة تخصصية واستراتيجية تنعقد في المؤتمر

•• أبوظبي-البحرين:

يتم تنظيم جلساتهما من قبل جمعية مهندسي البترول، في حين يُشرف قسم "غلوبال إنيرجي"، لدى شركة "دي إم جي للخدمات" على تنظيم الجلسات الخاصة بقطاع التكرير ومعالجة الغاز صناعات المصنّب. ويقول المنظمون إن التطور في برنامج المؤتمر يعكس المساعي الحثيثة التي يشهدها القطاع بحثاً عن تحقيق الكفاءة والتكامل في سوق تواجهها العديد من التحديات والصعوبات. ويهدف المناسبة، قال رئيس مؤتمر أديبك التخصصي 2017، مدير تطوير الاحتياطيّات النفطية في أصول بوحصا وجنوب شرق لدى شركة أبوظبي للعمليات البترولية البرية المحدودة، أذكو، السيد علي سالم الرواحي، إن مفتاح تحقيق النمو لشركات النفط والغاز يتمثل في إيجاد أفكار جديدة، وتبادل المعلومات سعيًا وراء تطبيق أفضل الممارسات. وأضاف: من الواضح أن أديبك تأسس ليكون منبراً رفيعاً لتبادل المعرفة في مجال النفط والغاز، وما يقدمه المؤتمر بات اليوم يحظى بأهمية متزايدة، وبالرغم من أن مالكي الموارد النفطية يحصلون على أسعار أفضل لمنتجاتهم، لا يمكن للشركات الاعتماد على حدوث زيادات أخرى في الأسعار لضمان سير أعمالهم على ما يُرام، لذا فإن التركيز سيظل يجمع برنامج المؤتمر على امتداد أربعة أيام مجموعة من أشهر الخبراء والقادة العالميين وكبار صانعي القرار في القطاع، مع ما يزيد على 10 آلاف مندوب من أعضاء الوفود.

ومن المقرر أن يضم برنامج مؤتمر أديبك حوالي 900 متحدث تنتظر مشاركتهم في أكثر من 200 جلسة تنعقد في إطار معرض ومؤتمر أديبك الذي يقام تحت رعاية كريمة من صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس دولة الإمارات العربية المتحدة، وتستضيفه شركة بترول أبوظبي الوطنية أدنوك وينظمه قسم الطاقة العالمية في شركة دي إم جي للخدمات، بوصفه أحد أبرز فعاليات النفط والغاز في العالم وأكبرها في إفريقيا والشرق الأوسط، وذلك في الفترة بين 13 و16 نوفمبر المقبل في مركز أبوظبي الوطني للمعارض. ويجمع برنامج المؤتمر على امتداد أربعة أيام مجموعة من أشهر الخبراء والقادة العالميين وكبار صانعي القرار في القطاع، مع ما يزيد على 10 آلاف مندوب من أعضاء الوفود.

ومن المقرر أن يُغطي البرنامج التخصصي الموسع جميع قطاعات العمليات النفطية، والتي تضم قطاع التنقيب والإنتاج، المعروف باسم "صناعات المنبع"، وقطاع النقل، المعروف باسم "الصناعات الوسطى"، وهما القطاعان اللذان



هذا القطاع، فيما يعود للعام الثاني على التوالي مؤتمر الأمن في قطاع الطاقة ليلتضد الضوء على الأهمية المتزايدة لأمن الإنترنت والبنية التحتية التقنية في عمليات النفط والغاز. وقال كريستوفر هـدسون، رئيس قطاع الطاقة لدى شركة "دي إم جي للخدمات"، إن أديبك يشكل ملتقى واحداً في مدينة واحدة لقطاع عالمي واحد، مشيراً إلى التجسيد الواضح لهذا النهج في برنامج المؤتمر.

وأضاف: هذا الحدث عبارة عن منصة متكاملة لقطاع عالمي يكتنفه التقيد، حيث تعمل على إضفاء القيمة على كل مستوى من مستويات عمليات قطاع صناعة النفط والغاز المتكاملة ونحن نرى في أديبك منبراً مرموقاً لتبادل المعرفة، ودعم وتشجيع الابتكار وخلق المزيد من فرص الأعمال التجارية، بفضل الدعم المقدم من المستوى التنفيذي لدى أكثر الشركات تأثيراً في هذا القطاع.

وهندسة وإدارة المشاريع، وتقنيات استخراج الغاز، والموارد غير التقليدية، وطرق وتقنيات تحسين وزيادة إنتاج النفط، والموارد البشرية والمواهب، والبرمجيات التحليلية البترولية المتقدمة. ومن المقرر أن تضم دورة 2017 من برنامج مؤتمر أديبك جلستين وزاريتين، وأربع جلسات لبرنامج قادة الأعمال العالميين، وأربع جلسات في البرنامج نفسه مخصصة بصناعات المصنّب، وثمانية جلسات نقاش، وثلاث جلسات عامة لجميع المشاركين في المؤتمر حول القطاع البحري، وتسع جلسات حوار للتفنيين، وثلاث جلسات تخصصية صباحية تنعقد في موعد الإفطار، وثلاثاً أخرى على الغداء تُعنى بالشؤون الراهنة.

وقدّمت أوراق العمل المقترحة من 622 شركة ومؤسسة تتوزع على 70 بلداً، وجاء 59 بالية منها من خارج منطقة الشرق الأوسط، في دلالة على المكانة المتميزة التي بات يحظى بها أديبك على المستوى العالمي. وقد اختارت اللجنة التخصصية للعام 2017، التي تضم 164 خبيراً بارزاً، 809 أوراق عمل عالية الجودة. وتغطي جلسات المؤتمر فروع علوم الأرض المتعلقة بالتنقيب والإنتاج، وتقنيات مرافق الإنتاج، وتطوير الحقول، والتقييم التشغيلي، وتقنيات حفر الآبار وتجهيزها للاستخراج، والصحة والسلامة والبيئة،

والنهائية لتعزيز وزيادة أرباحهم. وتلقى برنامج المؤتمر التخصصي لدورة أديبك المرتقبة هذا العام 3,060 ورقة عمل مقترحة، بزيادة قدرها 10 بالية عن مؤتمر العام الماضي، وذلك للعام الثاني على التوالي، مسجلاً رقماً قياسيًّا لعدد الأوراق المقدمة في أي مؤتمر بقطاع النفط والغاز.

وقدّمت أوراق العمل المقترحة من 622 شركة ومؤسسة تتوزع على 70 بلداً، وجاء 59 بالية منها من خارج منطقة الشرق الأوسط، في دلالة على المكانة المتميزة التي بات يحظى بها أديبك على المستوى العالمي. وقد اختارت اللجنة التخصصية للعام 2017، التي تضم 164 خبيراً بارزاً، 809 أوراق عمل عالية الجودة. وتغطي جلسات المؤتمر فروع علوم الأرض المتعلقة بالتنقيب والإنتاج، وتقنيات مرافق الإنتاج، وتطوير الحقول، والتقييم التشغيلي، وتقنيات حفر الآبار وتجهيزها للاستخراج، والصحة والسلامة والبيئة،

"أينوك" تمنح العقد الأخير لتوسعة

مصفاة جبل علي لشركة "آست لما وراء البحار"

•• دبي-وام:

منحت مجموعة "أينوك" العقد الأخير من بين ثلاث حزم بقيمة مليار دولار تغطي مشروع توسعة مصفاة جبل علي إلى شركة آست لما وراء البحار - Overseas-AST. ويتضمن عقد الهندسة والمشتريات والإنشاءات بناء خطوط الأنابيب المتقاطعة التي تربط بين وحدات المعالجة الجديدة في المصفاة وصهاريج التخزين ومرافق الشحن ضمن المنطقة الحرة بجبل علي. ويصل قطر خط الأنابيب إلى 24 بوصة ويمتد بطول 17 كيلومتراً لنقل وقود الطائرات والإيزومرات والناقلات الخفيفة والنقل في ممر خاص عبر المنطقة الحرة بجبل علي. ويتضمن العقد أيضاً إنشاء تقاطع طرق جديد يسمح بتنفيذ عمليات النقل دون التأثير على حركة المرور أو إمدادات المرافق في مختلف أرجاء المنطقة الحرة. وقال سعادة سيف حميد الفلاسي الرئيس التنفيذي لمجموعة أينوك أنه مع ارتفاع استهلاك الطاقة بنسبة 2.1 بالية في المنطقة وتسجيل الشرق الأوسط ما يصل إلى 6.7 بالية من مجمل الاستهلاك العالمي في 2016 فإن مشروع توسعة مصفاة جبل علي سيلعب دوراً جوهرياً في تعزيز استراتيجيات تسويق وتوزيع الصادرات بالتزامن مع توسيع نطاق استخدام منتجاتنا محلياً. وأضاف أن مشروع توسعة المصفاة يعد جزءاً من الاستراتيجية الطاقية الجديدة للمجموعة الهادفة إلى تزويد الطاقة بشكل متواصل وبأعلى مستويات الكفاءة والموثوقية في دولة الإمارات العربية المتحدة. وأوضح إن الوصول إلى المرحلة الأخيرة من مشروع التوسعة يجعلنا أكثر استعداداً لتلبية الطلب المتنامي على الطاقة النظيفة والمنتجات البترولية على المستوى المحلي لا سيما وأن المنتجات التي سيتم تصنيعها ستكون متوافقة مع معايير الانبعاثات الأوروبية "يورو 5". من جانبه قال أندرو فانتون الرئيس التنفيذي لشركة Overseas-AST، نحن نسعى دائماً إلى توفير الحلول المبتكرة ذات الكفاءة العالية التي تضمن اكتمال المشاريع بكل موثوقية وتتطلع قدماً إلى التعاون الوثيق مع أينوك وفريق عملها لإنجاز المشروع وفق أفضل المعايير. وكان أعلن عن مشروع التوسعة في سبتمبر 2016 مع منح عقد الهندسة والمشتريات والإنشاءات لأعمال التصميم والإنشاء الخاصة بوحدات المعالجة الجديدة في المصفاة إلى شركة تكتيب الإيطالية.

بأنشطة الاتحاد. ومن جانبه أعلن مساعد الرئيس السوداني في كلمته خلال الجلسة الافتتاحية استضافة السودان للاتحاد العربي للإعلام السياحي ومساعدته ودعمه من أجل الترويج للسياحة والآثار بالدول العربية وفي السودان بصفة خاصة. ودعا إلى أهمية الترويج للسياحة العربية البينية.

مؤكدًا اهتمام الدولة بها كونها أحد أهم الموارد الداعمة للاقتصاد العربي وهي أكثر القطاعات الاقتصادية التي تقضي على البطالة بتوفير فرص عمل جديدة للشباب وانعاش المناطق حوّلها. ومن جانبه أكد محمد أبو زيد وزير السياحة السودانية أن السودان يدعم الاتحاد بكل إمكانياته، باعتباره من الدول الجاذبة للسياحة بالإضافة إلى تعاون المنظمة العالمية للسياحة في إبراز الإمكانيات المحلية العربية. من جانبه، قال محمد عبد القادر الأمين العام للاتحاد إن الاتحاد يهدف إلى تمكين العلاقات العربية في المجال السياحي، موضحاً أن الاتحاد سيكون الإعلامي الرئيسية لوزراء السياحة وكافة الجهات المعنية بالعمل السياحي في المنطقة العربية. وأشار إلى أن هذا التجمع الإعلامي يعد الأول من نوعه على المستوى العربي، ويهدف لنشر ثقافة وتقنيات الإعلام السياحي، باعتباره عنصراً مهماً في الترويج للجوذب والمفاسد السياحية.

•• الخرطوم-وام:

دشن اللواء الركن عبدالرحمن الصادق نائب رئيس جمهورية السودان ومعالى محمد أبو زيد وزير السياحة وممثل جامعة الدول العربية أعمال أول اتحاد عربي للإعلام السياحي بالعاصمة السودانية الخرطوم.

وانطلقت فعاليات المؤتمر التأسيسي للاتحاد العربي للإعلام السياحي بحضور قادة 16 دولة عربية وذلك بهدف تهيئة العلاقات العربية في المجال السياحي.

واختار المجلس التأسيسي للاتحاد العربي للإعلام السياحي والإعلامي الإماراتي حسين المناعي رئيساً بالإجماع للاتحاد والصحفي السوداني محمد عبد القادر أميناً عاماً للاتحاد إضافة إلى إطلاق مبادرة تدريب 100 إعلامي عربي خلال عام 2018. وقال المناعي إن الوطن العربي الكبير بحاجة إلى اتحاد يجمع كل أطراف التخصص في الإعلام السياحي، ليدير دفة التدريب والاحتراف في

الإعلام السياحي وبالتالي يبرز المقومات السياحية العربية في وسائل الإعلام العربية والعالمية. مشيراً إلى أن نطاق عمل الاتحاد لن يكون محدوداً بل سيتسع ليشمل أوجه التدريب بكل أنواعه ويشكل واحداً من التعاون مع المنظمات العربية والعالمية المعنية

•• دبي-وام:

أكد سعادة جمال الجسمي مدير عام معهد الإمارات للدراسات والبحوث والمالية أن الاحتفال بيوم المرأة الإماراتية الذي يصادف في 28 أغسطس من كل عام يأتي تقديراً كبيراً لدور المرأة الإماراتية في مضيها قدماً بخطوات ثابتة وسعيها الجاد نحو التقدم والتطور.



الفكرة

31



أدنوك تشيد بدعم القيادة للمرأة وتجدد الالتزام بتعزيز مشاركتها في قطاع النفط والغاز

•• أبوظبي-وام:

جددت شركة بترول أبوظبي الوطنية أدنوك امس التزامها بتمكين المرأة في قطاع النفط والغاز ضمن استراتيجيتها للنمو الذكي التي تركز على تطوير الكوادر البشرية. وأكد معالي الدكتور سلطان بن أحمد الجابر وزير دولة الرئيس التنفيذي لمجموعة أدنوك - في كلمته خلال الاحتفال الذي أقامته الشركة في أبوظبي بمناسبة يوم المرأة الإماراتية - أن مسيرة تمكين المرأة انطلقت منذ قيام الاتحاد وذلك بفضل دعم وتشجيع المغفور له الأب المؤسس الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه وتوجيهاته الحكيمة بضرورة تنمية وتطوير الإنسان وتمكين المرأة للاستمرار بالقيام بدورها في بناء المجتمع والوطن.

وأشاد معاليه باستمرار دعم القيادة لتمكين المرأة من خلال توجيهات صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله" وصاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله" وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة.

وأكد أن تمكين المرأة وتعزيز دورها يعكس الرؤية بعيدة المدى للقيادة واستشرافها للمستقبل حيث حققت المرأة الإماراتية إنجازات كبيرة وأصبحت شريكاً فاعلاً في مسيرة النهضة الاقتصادية والاجتماعية التي تشهدها الدولة. وضمن معالي الدكتور سلطان بن أحمد الجابر الدور الكبير لسمو الشبخة فاطمة بنت مبارك رئيسة الاتحاد النسائي العام الرئيسة الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية رئيسة المجلس الأعلى للأومئة والطفولة في دعم المرأة وتشجيعها على المشاركة في مسيرة النمو في الدولة.

وقال إن شعار "المرأة شريكة في الخير والعطاء شعار مبارك أطلقته أم الإمارات .. مؤكداً أن دعم سموها قد عزز مكانة التقدمة والإنجازات الكبيرة التي حققتها المرأة الإماراتية في مختلف القطاعات ومواقع العمل سواء داخل الدولة أو في المحافل الدولية.

وأضاف أن دولة الإمارات أصبحت منصة حية يستقي العالم منها دروساً حقيقية في مختلف المجالات وبالأخص في تمكين المرأة وتعزيز دورها في بناء الوطن. وأشاد معاليه بالدور المحوري للمرأة في بناء المجتمع من خلال دورها كأم .. معرباً عن أسى معاني الفخر والاعتزاز والتقدير لأهيات شهدائنا الأبرار الذين يشكلون مصدر عز وافتخار للجميع .. مؤكداً أن مواقفهن الأصيلة والنبيلة والمشرقة تسمو في الأعالى وأن هذا ليس مستغرباً على أبناء وبنات الإمارات الذين تأصلت فيهم مواقف زايد الخير.

وقال إنه تماشياً مع توجيهات القيادة لتتخذ أدنوك بتشجيع المرأة واتاحة المزيد من الفرص أمامها لتعزيز مساهمتها في مسيرة النجاحات والإنجازات التي تحققتها الشركة. وجد معاليه التزام أدنوك بتمكين المرأة في قطاع النفط والغاز وتشجيع مشاركتها .. مشيراً إلى التقدم الذي حققته في أن يكون حقل الرميثة "أول منشأة في الشرق الأوسط تم إدارتها من قبل كوادر نسائية. وأكد أن "أدنوك" تعمل على توفير البنية التحتية الضرورية لتسهيل عمل المرأة في مختلف المواقع الميدانية وعلى مستوى الإدارة العليا .. موضحاً أن المرأة المواطنة أصبحت ممثلة في سبعة من مجالس إدارات الشركات التابعة لأدنوك وذلك بفضل جدارتها وقدرتها على التميز.

كما أكد معالي الدكتور سلطان بن أحمد الجابر استمرار أدنوك بالعمل على تنفيذ المبادرات التي أعلنت عنها العام الماضي والتي تشمل تعيين أول رئيسة تنفيذية في شركات المجموعة وزيادة نسبة تمثيل المرأة في الإدارة العليا وزيادة نسبة المواطنات من إجمالي عدد الموظفين المواطنين الجدد .. مشدداً على عزم "أدنوك" تحقيق كل هذه الأهداف في عام 2020.

175 مليون درهم تصرفات العقارات في دبي

•• دبي-وام:

حققت التصرفات العقارية في دائرة الأراضي والأملاك في دبي أكثر من مليار و175 مليون درهم حيث شهدت امس تسجيل 208 مبيعات بقيمة 595 مليون درهم، منها 27 مبيعة للأراضي بقيمة 259 مليون درهم و 181 مبيعة للشقق والفلل بقيمة 336 مليون درهم. وجاءت أهم مبيعات الأراضي بقيمة 56 مليون درهم في منطقة الخليج التجاري لتليها مبيعة بقيمة 25 مليون درهم في منطقة مجمع دبي للاستثمار الثاني لتليها مبيعة بقيمة 16 مليون درهم في منطقة حدائق الشيخ محمد بن راشد. وتصدرت منطقة حدائق الشيخ محمد بن راشد المناطق من حيث عدد المبيعات إذ سجلت 6 مبيعات بقيمة 35.9 مليون درهم وتلتها منطقة الجدايف بتسجيلها 6 مبيعات بقيمة 64 مليون درهم وثالثة في وادي الصفا 6 بتسجيلها 2 مبيعة بقيمة 8 ملايين درهم. أما فيما يتعلق بأهم مبيعات الشقق والفلل فقد جاءت مبيعة بقيمة 21 مليون درهم بمنطقة نخلة جميرا كاهم المبيعات لتلتها مبيعة بقيمة 21 مليون درهم في منطقة نخلة جميرا وأخيراً مبيعة بقيمة 20 مليون درهم في منطقة نخلة جميرا. وتصدرت منطقة برج خليفة المناطق من حيث عدد مبيعات الشقق والفلل إذ سجلت 31 مبيعة بقيمة 96 مليون درهم وتلتها منطقة مدينة المطار بتسجيلها 26 مبيعة بقيمة 19 مليون درهم وثالثة في البرشاء جنوب الخامسة بتسجيلها 19 مبيعة بقيمة 12 مليون درهم.



الوطني للتوظيف في القطاع المصرفي والمالي والحكومي بمرکز إكسبو بالشارقة كل من إيمان السنكي - بنك أبوظبي التجاري - وريم البنا - بنك أتش أس بي في الشرق الأوسط - في العام 2015 ثم صبيحة الظفري - بنك الاتحاد الوطني - في العام 2016. وعلى الجسمي المرأة الإماراتية هذا إنجازاً التي تحققت على جميع الأصعدة مؤكداً استمرار المعهد في تقديم كافة الدعم لها في مجال التأهيل المالي ودمجها في الصناعة المالية والمصرفية لتحتل المناصب القيادية.. سنياً بالتزامن مع المعرض

في إقبال المرأة على التدريب والتعليم المصرفي التخصصي. وأشار إلى أن نسبة مشاركة المرأة في التدريب وصلت إلى 43% من إجمالي عدد المشاركين في البرامج التدريبية في 2016.. وكذلك ارتفعت نسبة مشاركة المرأة في التعليم الأكاديمي في المعهد إلى 55% من إجمالي الطلبة المسجلين للعام الدراسي 2016 حيث بلغ إجمالي المشاركات 9977 من إجمالي عدد المشاركين البالغ 23197 وهذا يعد إنجازاً تقوم به بهدف تحقيق المزيد من النجاحات للمرأة استشرافاً برؤية القيادة الرشيدة التي أولت المرأة اهتماماً كبيراً باعتبارها مكوناً رئيسياً في المجتمع يسهم بدور فاعل في عملية التنمية الشاملة والمستدامة ونتج عن ذلك تزايد

10 آلاف موظف وموظفة. وذكر أن الاهتمام بالمرأة تدريباً وتعليماً كان وما زال محورياً رئيسياً في إدارة معهد الإمارات للدراسات المصرفية وذلك استشرافاً برؤية القيادة الرشيدة التي أولت المرأة اهتماماً كبيراً باعتبارها مكوناً رئيسياً في المجتمع يسهم بدور فاعل في عملية التنمية الشاملة والمستدامة ونتج عن ذلك تزايد

المعهد من خلال هذا البرنامج من تأهيل أكثر من 30 مواطنة من العاملات في القطاع المصرفي بالبلد ودمجهن في الوظائف القيادية وذلك خلال الثلاث سنوات الماضية. وأوضح جمال الجسمي أن من بين المبادرات التشجيعية لدعم دور المرأة القيادي تنظيم المعهد جائزة خاصة للمرأة المتميزة في القطاع المصرفي والمالي يقدمها المعهد منذ العام 2014 تكريماً لها وتقديراً لدور الفعال الذي تسهم به في تطوير العمل وتحفيزاً للقيادات من المواطنات اللاتي ساهمن في تطوير وتعزيز خدمات ومنتجات القطاع المصرفي وتهدف إلى تمكينها وتحفيزها وتسهيل الضوء على دورها في دعم وتطوير الصناعة المصرفية والمالية حتى يصبحن المثل الذي يحتذى ويدفع بالمرأة إلى التطلع إلى الإنجاز والارتقاء إلى الوظائف القيادية بأعداد أكبر وبتواتر أسرع تتماشى مع رؤية الدولة الاستراتيجية. وفازت بهذه الجائزة التي تقدم سنوياً بالتزامن مع المعرض

برنامج خاص بالمرأة وقد تمكن

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٠٧٩ تنفيذ عمالي

الى المنفذ ضده/١- اريج الورد لتجارة اقمشة الستائر واقمشة التنجيد ش.م.م. مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/محمد عظيم الدين قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٨١٣٦) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالاضافة الى مبلغ (٢١٨٣) درهم رسوم لخزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٠٢٠ تنفيذ عمالي

الى المنفذ ضده/١- بونو لخدمات التنظيف مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/شوكوت علي خان لياقت علي خان قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (١٠٩٣٨) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالاضافة الى مبلغ (٩٨٩) درهم رسوم لخزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٩٤٧ تنفيذ عمالي

الى المنفذ ضده/١- بيت لها للخدمات الفنية ش.م.م. مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/محمد حمد محمد اسلام قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٦٦٤٤) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالاضافة الى مبلغ (٨٣٣) درهم رسوم لخزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٨٨٥ تنفيذ عمالي

الى المنفذ ضده/١- اسماعيل سابدان لتجميل الاراضي ش.م.م. مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/محمد الياس خوسو احمد خان خوس قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (١١٥٠٤) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالاضافة الى مبلغ (١٠٢٧) درهم رسوم لخزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٤٨٨ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/١- شهرام قدمعلي كيومير ش.م.م. شركة رويال بزنس للتجارة العامة د.م.م. مجهولي محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/فريد مهدي بنى زمامي ويمثله:هاني رجب موسى عبدالله الجسمي قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٤٣٧٠٩٠) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٣٢٤ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/١- ابيكس لصناعة الطابوق الاسمنتي ش.م.م. ٢- الكس كوشى تي ني كوشى ٣- بدمايهان راجيندرا برساد مجهولي محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ//الصنع الوطني لعبوات البوليسترين ش.م.م. ويمثله:علي اسماعيل ابراهيم الجرمن قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (١١٧٢٧٧,٥) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٢٨٥ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/١- ايه جي تي ادفانسد جيرمان تكنولوجي منطقة حرة د.م.م. مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/آبتيك دستريوشون منطقة حرة د.م.م. ويمثله:حكمت محمود فياض قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٩٨٢٥٥) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٤٨١ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/١- وودين دابيس تريدينج ش.م.م. مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/القبة للمعارض ش.م.م. ويمثله:رياض عبدالمجيد محمود الكبان قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (١١٩٦٥٦) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/١٢٠٢ تنفيذ مدني

الى المنفذ ضده/١- محمد رضا محمد تقي راستي اصل مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/علي غفار علوي قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٧٥٢٣٣٩,١١) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٤٩٢ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/١- مؤسسة عفوان للتجارة ٢- عامر بن رفيع بن محمد عبدالقادر مجهولي محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/كسيهوهمر اند في دي ووركس لتجارة الاثاث ش.م.م. قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٣٦٥٠٧) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٢٢٥ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/١- عروج سحر امجد حسين مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/شركة الوفاق للتعمير ش.م.م. قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٥٤١٢٠٨) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢١٢٩ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/١- احمد موسى محمد جعفر البلوشي مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/البنك التجاري الدولي ش.م.م. ويمثله:عبدالحكيم حبيب منصور بن حرز قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٥٤٢٠٥,٦٦) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
التسويات الودية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة اعلان متنازع ضده بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٨٨ نزاع تعيين خبرة تجاري

الى المتنازع ضده /١- فيض فريد احمد ميان نور رباني مجهول محل الاقامة بما ان المتنازع / محمد شريف احمد محمد فلكنزا قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بنذب خبير متخصص مع الزام المدعي عليه بالرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٧/٩/٥ الساعة ٨,٣٠ ص بملكت الصلح لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة التمييز

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
اعلان صحيفة طعن بالنشر
في الطعن رقم ٢٠١٧/١٦٩ طعن تجاري

تدعو دائرة محاكم دبي - محكمة التمييز الطاعن/١- العربية لصناعة العلب ش.م.م. ويمثله: سعيد جمعه سعيد السويدي باعلان الطعون ضده/١- شركة سارل كاب بن عمر CAB مجهولي محل الاقامة نلنكم بأن الطاعن اقام عليك الطعن المذكور اعلاه ويتوجب عليكم الحضور الى محكمة التمييز وذلك للرد على صحيفة الطعن المقدمة ضدكم.

رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/١٦٠ استئناف تظلم تجاري

الى المستأنف ضده/١- ركابي احمد ابراهيم محمد مجهول محل الاقامة بما ان المستأنف /بنك دبي التجاري ش.م.م. ويمثله:عباس مشنت فندي المالكي قد استأنف/ الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٧/١٢٨ تجاري وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٧/٩/٢٧ الساعة ١٧,٣٠ مساء بالقاعة رقم Ch 1.B.7 وعليه يقتضي حضوركم او من يملك قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتمكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة إعادة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٦٨٢ احوال نضس مسلمين

الى المدعي عليه /١- ريجولا كي عبدالله مجهول محل الاقامة بما ان المدعي/ محمد سكير كاريبودي عبدالله ويمثله:عبدالله يوسف احمد انوشي آل ناصر قد اقام عليك الدعوى وموضوعها الزام المدعي عليها من تمكين المدعي من رؤية الاولاد مع الزامها بالرسوم والمصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٧/٩/٦ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة رقم (٦) لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة اعلان متظلم ضده بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٤١٢ تظلم تجاري

الى المتظلم ضده /١- اسماعيل محمد كوني محمد موسى مجهول محل الاقامة بما ان المتظلم / بنك ام القيوين الوطني ش.م.م. ويمثله:عبدالله حمد عبدالله عمران العمران الشامسي قد اقام عليك التظلم المذكور اعلاه وموضوعه تظلم من القرار الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٥٨ امر على عريضة تجاري والرسوم والمصاريف. وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٧/٩/١٠ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة : Ch 1.B.6 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل، وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضوري.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة اعلان متظلم ضده بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٤٠٩ تظلم تجاري

الى المتظلم ضده /١- ماهيم كنيا لال مجهول محل الاقامة بما ان المتظلم / بنك ام القيوين الوطني ش.م.م. ويمثله:عبدالله حمد عبدالله عمران العمران الشامسي قد اقام عليك التظلم المذكور اعلاه وموضوعه تظلم من القرار الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٧/٦١٢ امر على عريضة تجاري والرسوم والمصاريف. وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٧/٩/١٠ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة : Ch 1.B.6 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل، وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضوري.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة اعلان متظلم ضده بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٤٠٨ تظلم تجاري

الى المتظلم ضده /١- غسان فار على هاشمي مجهول محل الاقامة بما ان المتظلم / بنك ام القيوين الوطني ش.م.م. ويمثله:عبدالله حمد عبدالله عمران العمران الشامسي قد اقام عليك التظلم المذكور اعلاه وموضوعه تظلم من القرار الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٧/٦٤٤ امر على عريضة تجاري والرسوم والمصاريف. وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٧/٩/١٠ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة : Ch 1.B.6 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل، وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضوري.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة اعلان متظلم ضده بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٤٠٧ تظلم تجاري

الى المتظلم ضده /١- يسوسد ارويكا دوس مجهول محل الاقامة بما ان المتظلم / بنك ام القيوين الوطني ش.م.م. ويمثله:عبدالله حمد عبدالله عمران العمران الشامسي قد اقام عليك التظلم المذكور اعلاه وموضوعه تظلم من القرار الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٧/٦٣٣ امر على عريضة تجاري والرسوم والمصاريف. وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٧/٩/١٠ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة : Ch 1.B.6 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل، وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضوري.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٩٧ استئناف تظلم تجاري

الى المستأنف ضده /١- جي ام ام لتجارة العامة ش.م.م. ٢- جاسم حسن جمعة محمد حسين المازم عن نفسه وبعصفته مالك جي ام ام لتجارة العامة ش.م.م. وضامن للتسهيلات المصرفية مجهولي محل الاقامة بما ان المستأنف /بنك ابوظبي الوطني ويمثله:نوال زايد سالمين طيبك الحوسني قد استأنف/ الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٧/٤٩ تظلم تجاري. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٧/٩/٢٧ الساعة ١٧,٣٠ مساء بالقاعة رقم Ch 1.B.7 وعليه يقتضي حضوركم او من يملك قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتمكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٩٦ استئناف تظلم تجاري

الى المستأنف ضده/١- يه اس تي تيليكوم ش.م.م. ٢- علي سليمان مراد عبدالله الطاهر البلوشي - عن نفسه وبعصفته مالك/يه اس تي تيليكوم ش.م.م. وضامنة للتسهيلات المصرفية مجهولي محل الاقامة بما ان المستأنف /بنك ابوظبي الوطني ويمثله:فانونا ناصر احمد خليفة السويدي ويمثله:نوال زايد سالمين طيبك الحوسني قد استأنف/ الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٧/١٠٦ تظلم تجاري. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٧/٩/٢٧ الساعة ١٧,٣٠ مساء بالقاعة رقم Ch 1.B.7 وعليه يقتضي حضوركم او من يملك قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتمكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة إعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٦٥ استئناف تظلم تجاري

الى المستأنف ضده /١- مخزن كرشنا مالكا/موكيش رامشندا خيرا ٢- موكيش رامشندا خيرا عن نفسه وبعصفته مالك مخزن كرشنا وضامن للتسهيلات المصرفية مجهولي محل الاقامة بما ان المستأنف /بنك ابوظبي الوطني ويمثله:فانونا ناصر احمد خليفة السويدي ويمثله:نوال زايد سالمين طيبك الحوسني قد استأنف/ الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٧/٢٠ تظلم تجاري. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٧/٩/٢٠ الساعة ١٧,٣٠ مساء بالقاعة رقم Ch 1.B.7 وعليه يقتضي حضوركم او من يملك قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتمكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢١٠٩ بتاريخ ٢٩/٨/٢٠١٧
مذكرة اعلان متظلم ضده بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٤١١ تظلم تجاري

الى المتظلم ضده /١- فيصل محمد سليم مجهول محل الاقامة بما ان المتظلم / بنك ام القيوين الوطني ش.م.م. ويمثله:عبدالله حمد عبدالله عمران العمران الشامسي قد اقام عليك التظلم المذكور اعلاه وموضوعه تظلم من القرار الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٧/٦٣٣ امر على عريضة تجاري والرسوم والمصاريف. وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٧/٩/١٠ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة : Ch 1.B.6 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل، وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضوري.

رئيس الشعبة

•• أبوظبي-الفجر:

في إطار الترويج الثقافي والسياحي لأبوظبي عالمياً، شاركت هيئة أبوظبي للسياحة والثقافة في معرض بكين الدولي للكتاب في الفترة من ٢٣ و٢٧ ولغاية ٢٧ أغسطس ٢٠١٧.

وتأتي المشاركة بعد استضافة الصين كضيف شرف في معرض أبوظبي الدولي للكتاب ٢٠١٧، حيث تم عرض الثقافة والتراث الصيني الغنيين، مع آخر ما توصلت إليه الصين من تقنيات وآليات في صناعة النشر، حيث كانت هذه المشاركة الأضخم في تاريخ معرض أبوظبي الدولي للكتاب من حيث عدد الفعاليات والضيوف من كتاب ومتحدثين ومساحة الجناح، حيث شارك مجموعة من أهم الكتاب والأدباء الصينيين، مع توقيع المئات من مذكرات التفاهم بين الناشرين العرب والصينيين، وتأسيس دار نشر صينية في أبوظبي، وترجمة مجموعة من أعمال الكتاب الإماراتيين إلى اللغة الصينية.

أبوظبي للسياحة والثقافة تروج لكتبها ومعرض أبوظبي الدولي للكتاب في معرض بكين الدولي للكتاب

جاؤوا من 65 بلداً، وسعى باستمرار للنمو المعتدل في مساحة المعرض وعدد المعارض والبرامج، والحفاظة في الوقت نفسه على الجودة ومعايير حماية الملكية الفكرية وتعزيز حضور البعثات الدولية، تلك التي تسهم في صناعة الكتاب العربي.

هذا وقد انضم مكتب هيئة أبوظبي للسياحة والثقافة في الصين لبعثة المعرض لتزويد المعلومات السياحية عن إمارة أبوظبي لزوار الجناح باللغة الصينية حيث تم تزويد الجناح بالعديد من الكتيبات السياحية التي تقدم معلومات واقية عن أبوظبي باللغة الصينية تتضمن أهم معلومات عن الوجهات السياحية فيها وعادات الطعام والخرائط والفتاقد والرحلات، وخلف توافر المعلومات انطباعاً جيداً لدى زوار الجناح.

إلى اجتذاب مزيد من المعارض من مختلف دول العالم، وهذا يتحقق بخلق فرص أكبر للناشرين المشاركين، ولذا سعى معرض أبوظبي الدولي للكتاب إلى إغناء البرنامج المهني بموضوعات هدفها تطوير صناعة الكتاب، وهذا لا يكفي أن يتحقق دون المشاركة في المعارض الدولية والاطلاع على تجارب الدول الأخرى في هذا المجال، واجتذاب الخبرات والترويج للمعرض في المحافل الدولية، ومن هذا المنطلق يعتبر معرض بكين من المعارض الأساسية التي تقدم فرصة سانحة للقاء الناشرين من الشرق الأقصى وباقى دول العالم.

وأضاف عبدالله ماجد آل علي: اجتمع في معرض أبوظبي للكتاب العام الماضي حوالي 1320 عارضاً من الناشرين والمختصين في عالم الكتاب

الصينيين، وأبدى العديد متم الرغبة بشراء الكتب وبالذات المترجمة منها لتوزيعها في هذه المنطقة.

وقد تم عقد مؤتمر النشر الرقمي على طريق الحرير برعاية معرض أبوظبي الدولي للكتاب ومعرض بكين الدولي للكتاب، حيث حضره المئات من الناشرين في مجال النشر الرقمي من جميع دول العالم، تبعه توقيع مذكرة تفاهم استراتيجي بين هيئة أبوظبي للسياحة والثقافة والهيئة الوطنية للإعلام والنشر والإذاعة والتلفزيون لإنشاء اتحاد النشر الرقمي العربي الصيني.

وقال عبدالله ماجد آل علي المدير التنفيذي لقطاع دار الكتب بالإمارة في هيئة أبوظبي للسياحة والثقافة: يسعى معرض أبوظبي الدولي للكتاب

كما تأتي المشاركة ضمن برنامج التواصل والتسويق الدولي لمعرض أبوظبي الدولي للكتاب الذي تنظمه هيئة أبوظبي للسياحة والثقافة، ويعد من أكبر معارض الكتاب وأسرعها نمواً على مستوى منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا.

وقد قام فريق المعرض بسلسلة من اللقاءات والاجتماعات مع المختصين في عالم النشر من الصين ومن باقي دول العالم، حيث يجتمع تحت قبة معرض بكين في دورته الرابعة والعشرين أكثر من 2000 عارض، مع اهتمام كبير من المثقفين الصينيين المهتمين بالثقافة والأدب العربيين. وقد لاقت إصدارات المكتبة الوطنية وكلمة التي تفخر الهيئة بعرضها دائماً في معارض الكتاب الدولية اهتماماً كبيراً من جانب الموزعين والناشرين

•• المشاركة-الفجر:

حصدت هيئة الشارقة للكتاب -خلال مشاركتها في الدورة الرابعة والعشرين من معرض بكين الدولي للكتاب- جائزة «العارض المتميز» بعد مشاركة شهدت تفاعلاً كبيراً من الناشرين والعاملين في صناعة الورق والطباعة، حيث عرضت الهيئة تجربتها الثقافية بين ٢٥٠٠ دار نشر من ٨٩ دولة حول العالم استضافها المعرض.



جذبت كبار الناشرين والعاملين في صناعة الورق والطباعة

«الشارقة للكتاب» تحصد جائزة «العارض المتميز» في معرض بكين الدولي للكتاب

وتمكنت الهيئة من جذب اهتمام كبار الناشرين الصينيين بمدينة الشارقة للنشر، الأولى من نوعها في العالم، والتي تستعد لاستقبال 320 ناشرًا وموزعاً في مرحلتها الأولى المقرر تدشينها قبل نهاية العام الجاري، حيث أبدى الناشرون رغبتهم في افتتاح فروع لهم بالشارقة تمهيداً للانطلاق منها نحو الأسواق الإقليمية والدولية، وتعزيز حضور الكتاب الصيني، ترجمة ونشرًا وتوزيعاً.

ونظمت الهيئة خلال مشاركتها سلسلة اجتماعات ولقاءات تنسيقية مع عدد من ممثلي دور النشر، وشركات الطباعة، وكلاء الحقوق والترجمة، من الناشرين الصينيين ونظرائهم من مختلف دول العالم، عبروا خلالها عن رغبتهم في تطوير تعاونهم مع مؤسسات النشر والطباعة في دولة الإمارات العربية المتحدة والعالم العربي.

واستقبلت الهيئة في جناحها عدداً من الشخصيات الرسمية، وممثلي الهيئات الثقافية، حيث زار الجناح سعادة محمد عبدالله الشامسي، القائم بأعمال سفارة الدولة لدى جمهورية الصين الشعبية. وقال سالم عمر سالم، مدير إدارة التسويق والمبيعات في هيئة الشارقة للكتاب: مع عدد سكان يقرب من 1.4 مليار نسمة، تعد جمهورية الصين الشعبية، مهد صناعة الورق والطباعة، أكبر سوق للكتاب في العالم، حيث

تمتلك الكثير من القدرات والخبرات لتحقيق رؤيتها في توسيع نطاقها لتشمل دولاً ومناطق جغرافية أكبر، خصوصاً أن الترجمة دلت الكثير من العقبات التي كانت تمنع فهم الآخر، والتواصل معه، والتعرف على ثقافته.

وأكد سالم أن الناشرين الصينيين يمتلكون انطباعاً إيجابياً عن العالم العربي بشكل عام، وعن دولة الإمارات وإمارة الشارقة بشكل خاص، مستندين في ذلك على الروابط التجارية التي تربط بين الصين والعرب، وهو ما يجعل التعاون بين الجانبين في مجال النشر أمراً يسيراً وضرورياً، خصوصاً في ظل رغبة القراء الصينيين والعرب بقراءة إصدارات كل طرف مترجمة إلى لغتهم الأم.

ووجهت هيئة الشارقة للكتاب دعوة إلى ممثلي عشرات دور النشر الصينية والآسيوية والدولية التي حضرت في بكين، للمشاركة في فعاليات معرض الشارقة الدولي للكتاب، وخصوصاً دورته المقبلة المقرر انعقادها خلال الفترة ما بين 1-11 نوفمبر 2017، إضافة إلى البرنامج المهني المخصص للناشرين والذي يسبق المعرض، إلى جانب دعوتهم للاستفادة من منحة الترجمة التي يقدمها المعرض سنوياً بقيمة 300 ألف دولار أمريكي.



جائزة حمدان بن محمد للتصوير تشارك في المخيم الصيفي لأصحاب الهمم

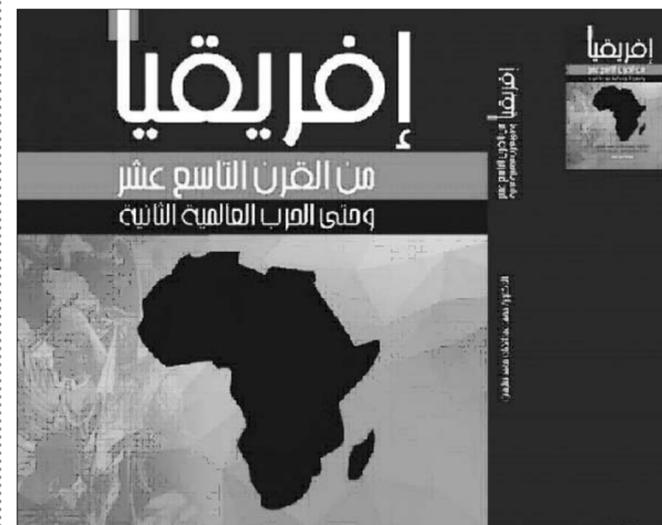


شاركت جائزة حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم الدولية للتصوير الضوئي في المخيم الصيفي لنادي دبي لأصحاب الهمم والذي جاء تحت شعار إلى القمة يا أصحاب الهمم بتقديم دورة أساسيات التصوير الضوئي لمنتسبي النادي.

وقال سعادة علي خليفة بن ثالث الأمين العام للجائزة إنه وفق رؤية سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي لإمارة دبي راعي الجائزة يأتي تقديم المعلومة القيمة والمهارة الإبداعية على رأس أولوياتنا وضمن أنشطتنا الصيفية وقد سعدنا بالمشاركة في المخيم الصيفي لنادي أصحاب الهمم بتقديم دورة مفصلة عن أساسيات التصوير، مشيراً إلى أن هذه باكورة لتعاون استراتيجي بين الجائزة والنادي والذي سيتم على مدار العام بإذن الله.

وأشار ابن ثالث إلى أن أصحاب الهمم رهان رابع في شتى الأنشطة الإبداعية، معرباً عن توقعاته بظهور مواهب بصرية لافتة في الفترة القادمة. ونوه بأن الدورة أسعدت منتسبي النادي وأضافت لهم مهارة مهمة، مشيراً إلى أنهم طامحون دوماً للمنافسة على المستوى المحلي والحلم ببلوغ العالمية وقد تسنى ذلك للبعض منهم الذين تأقوا في البطولات والمحافل الدولية ويعتبرون رافداً نوعياً للمنتخبات فتفخر به جميعاً.

النيل العربية تصدر «افريقيا من القرن التاسع عشر حتى الحرب العالمية الثانية»



يصدر قريباً عن مجموعة النيل العربية كتاب «افريقيا من القرن التاسع عشر حتى الحرب العالمية الثانية» للمؤلف الدكتور محمد عبد القادر سليمان يتناول هذا الكتاب تاريخ قارة افريقيا من القرن التاسع عشر حتى أحداث الحرب العالمية الثانية أي تاريخ القارة الحديث والمعاصر في محاولة جادة لرسم صورة متكاملة للسياسة الاستعمارية في افريقيا تبع من رؤية شاملة للتاريخ الاستعماري من جانب كل دولة اوروبية استعمارية مع تسليط الضوء على الأهداف الاستعمارية

منوعات الفكر 39



تحمل سيلينا غوميز قلباً من ذهب، وتبدو واضحة وشفافة إلى أقصى الدرجات. أنتجت المسلسل الناجح Reasons Why ١٣ ولا تزال تجذب أعداداً متزايدة من المعجبين مع مرور الأيام. مواصفات نجمة مميزة بمعنى الكلمة.

العمر مجرد رقم

سيلينا غوميز: لست مهتمة لبيع الأكاذيب لجمهوري

أما نجمة تلفزيون الواقع كيم كارداشيان Kim Kardashian، فاحتلت المرتبة الثانية، بـ 500 ألف دولار عن كل تدويته تشرها لتابعيها، الذين وصل عددهم إلى 100 مليون، كما ورد اسم شقيقتها أيضاً في اللائحة. واحتل المركز الثالث نجم كرة القدم كريستيانو رونالدو Cristiano Ronaldo بـ 400 ألف دولار عن كل تدويته تشرها لتابعيها، الذين وصل عددهم إلى 104 مليون. يذكر أن اللائحة ضمت أيضاً اسم خبيرة المكياج هدى قطان Huda Kattan بـ 18 ألف دولار عن كل تدويته تشرها لتابعيها، الذين وصل عددهم إلى 20.5 مليوناً.

غوميز تصدر لائحة الأغنى على استقرار في الوقت الذي يستخدم الناس فيه استقرار مشاركة الصور الجميلة مع الأصدقاء، يستخدم نجوم العالم هذا التطبيق، لجني أموال طائلة تزيد من ثرواتهم. وفي هذا السياق كشف موقع Hopper HQ، عن اللائحة التي تصدر للمرة الأولى هذا العام، والتي كشفت عن أغنى شخصيات على استقرار. وقد تصدرت سيلينا غوميز Selena Gomez اللائحة، التي ضمت 20 شخصية من نجوم عالم الغناء، وتلفزيون الواقع، والرياضة والأزياء، فترنعت على عرش الصدارة بـ 550 ألف دولار، عن كل تدويته تشرها لتابعيها، الذين وصل عددهم إلى 122 مليوناً.

الاجتماعي وفرضت شخصيتها من خلال تقبل جسمها وعدم حصر هويتها بشكلها الخارجي.

قوة مؤثرة

في عام 2013، انفصلت غوميز عن جاستن بيبير بعدما شكلاً معاً ثنائياً أسطورياً بالنسبة إلى المعجبين، ثم علمت بأنها مصابة بداء الذئبة. لكنها لم تكشف إصابتها بهذا المرض المؤلم والمزمن قبل مرور سنتين. في غضون ذلك، أدت إقامتها في مركز لتلقي العلاج الكيماوي إلى انتشار إشاعات عن إدمانها. شرعت النجمة الشابة آنذاك بالإحباط وضدت بشعبيتها المخيفة على مواقع التواصل الاجتماعي، فتواترت عن الأنظار طوال ثلاثة أشهر. اعترفت غوميز بأن موقع (استغرام) اجتاحت حياتها بشكل مبالغ فيه وأنها أدمنت عليه. في المرحلة اللاحقة، كان كشف وضعها وضعفها إزاء معجبيها كفيلاً بمساعدتها على النهوض وأشعلت مواقع التواصل الاجتماعي مجدداً عند عودتها إلى الساحة.

تمدح جاستن بيبير رغم الانفصال يبدو أن الخلاف الأخير الذي حصل بين النجمة العالمية سيلينا غوميز Selena Gomez وجاستن بيبير Justin Bieber، على إثر انفصالهما وارتباط الأخير، قد انتهى.

فقد مدحت سيلينا خلال استضافتها في راديو «سيربوس إكس إم» ضمن البرنامج الصباحي «The Morning Mash Up on Monday»، بحبيبها السابق، وذلك بعد يوم واحد من الحفل الغنائي الخيري الذي أقامه برفقة باقة من نجوم العالم، دعماً للمتضررين في التفجير الإرهابي الذي حصل في مانشستر قبل أسبوعين. وقالت خلال اللقاء، إن أداءه كان رائعاً وإن الحفل كان جميلاً، إلا أنها في الوقت عينه، تحدت عن علاقتها بحبيبها الحالي ذا ويكند The Weeknd حيث قالت إنها تخرج مع هذا الشخص الجديد كثيراً، من دون ذكر اسمه، علماً بأنهما بدأ المواعدة قبل خمسة أشهر. يُذكر أن علاقة بيبير وسيلينا، شهدت خلافات شديدة، عندما نشر صورة صديقته الجديدة «صوفيا ريتشي»، ولم يحبها الجمهور، فطلب جاستن أن يحترمها لأنه يحبها، ثم تدخلت سيلينا وطلبت منه ألا ينشر صورة معها، إذا كان جمهوره لا يحبها، لتبدأً بينهما حرب اتهامات كبيرة على استقرار.

وقد أثر ذلك في صحة سيلينا غوميز وحالتها النفسية، إذ خضعت بعدها للعلاج من أجل الخروج من الحالة التي وصلت إليها.

المراهقين، شابة ناضجة تحت إشراف والدتها التي تدير أعمالها. وهي تظهر على أغلفة المجلات وفي فيديو هاتها بصورة ساحرة وجذابة، لكنها غير مبتدلة بأي شكل.

كانت مسيرتها منظمة وتدرجية، فتحوّلت من طفلة بضعفرتين إلى مراهقة ظريفة قبل أن تظهر معالم أنوثتها من دون أن تقصد إبراز جاذبيتها.

النجمة البالغة من العمر 24 عاماً اعترفت في إحدى المقابلات بأنها كانت مهووسة بالعمل، ولم تكن تخرج مطلقاً. ربما يكون هذا الوضع طبيعياً بالنسبة إلى فتاة بدأت مسيرتها في عمر السابعة وترتبت مع أم عزابية.

ثم حققت النجاح في عمر الرابعة عشرة. لم تتورط غوميز في مرحلة المراهقة بقضايا المخدرات والفضائح الجنسية، على عكس عدد من نجوم (ديزني) السابقين من أمثال بريتن سبيرز ومايلي سايرس. ونجحت في الدفاع عن نفسها مثلاً حين انتقدتها الناس بسبب وزنها الزائد على مواقع التواصل.

تحدثت النجمة سيلينا غوميز مع المجلة الشهيرة In Style عن حياتها بعد أن أتمت عامها الخامسة وعشرين، وكيف اختلفت وجهة نظرها للأمر بعد التجارب التي مرت بها.

اعتبرت نجمة البوب أن العمر مجرد رقم، وهي تشعر أحياناً أنها ما زالت في عمر المراهقة وفي أوقات أخرى تشعر أنها في الأربعين، لكنها تقدر بالإجازات التي حققتها، ولكن إذا عاد بها الزمن ربما كانت ستغير بعض الأمور منها دخولها مجال الفن مبكراً عندما كانت صغيرة، وتحوّلت لوحدة من أشهر نجوم ديزني.

وقالت نجمة البوب أن حياتها تغيرت بعد العام الماضي حيث ألغت جولتها الغنائية للتفرغ لعلاج الآثار الجانبية لمرض الذئبة الذي تعاني منه، وما يواكبه من قلق ونوبات الهلع والاكئاب، وأكدت سيلينا أنها عاشت في جو مليء بالحب يجعلها مستعدة لمواجهة أي شيء.

وأوضحت سيلينا أنها بعد أن عادت إلى دائرة الضوء، أصبحت أكثر صراحة ولا تبحث عن تصدير مفهوم «الكمال» على وسائل التواصل الاجتماعي، فهي اليوم غير مهتمة ببيع الأكاذيب لجمهورها.

أما عن علاقتها العاطفية مع المغنى المعروف ذا ويكند، ذكرت سيلينا أننا نبحت عن شخص يضيف شيئاً ما إلى حياتنا وقالت، «أنا محظوظة لأنه موجود بحياتي وأستطيع أن أصفه بأنه صديقي الأقرب».

وتصدرت النجمة سيلينا غوميز غلاف In Style، وظهرت بأكثر من إطلالة خلال جلسة التصوير تعتمد على الأسلوب الطبيعي واللوك الجذاب الهادئ كما اعتادت سيلينا غوميز.

المراهقة المحبوبة في عام 2012، أصبحت سيلينا غوميز، محبوبة



كيم كارداشيان .. مُطالبات بتعويض بـ 100 مليون دولار



رفع المخترع هوشماند هاروتوي دعوى قضائية ضد الشركة التي تمتلكها نجمة برامج تلفزيون الواقع الأميركية كيم كارداشيان، مطالبا بتعويض قدره 100 مليون دولار.

وزعم أنه تمت سرقة فكرته من قبل شركة كيم، وهي عبارة عن تطبيق مزود بإضاءة مدمجة لمساعدة المستخدمين على التقاط صور فائقة الجودة.

ويقول هاروتوي إنه حصل في عام 2013 على براءة اختراع لـ(جهاز إضاءة مدمجة وحافظتها لهاتف محمول) مرخص لشركة تدعى (سنا بلايت). وجاء في وثائق قضائية، أن كارداشيان تحصل على جزء من عائدات بيع الحافظة محل النزاع. وأضاف: (من غير القانوني أن تحتكر السوق، لكن الأكثر من ذلك أنه ليس من الأسلوب الأميركي أن تفعل هذا وأنت تتسم بالخداع وغياب الأخلاق طوال الوقت).

جزء رابع من فيلم (بيفور ميدنايت)

يُدرس صُنعت فيلم (بيفور ميدنايت) إنتاج جزء رابع من العمل الفني الذي صدر عام 2013.

ولفت الفنان الأميركي إيثان هوك، الذي أدى بطولة الفيلم مع الممثلة جولي دلي، إلى أن الأمر يتطلب وقتاً قبل اتخاذ قرار بشأن إنتاج جزء رابع، وفق ما أفاد موقع (انترتينمنت ويكلي).



الفكر

أهم 3 أسباب تسبب التعب والإرهاق بعد الأكل



ارتفاع مؤشر نسبة السكر الخاصة بكل طعام، ويعتبر المؤشر الصحي للأطعمة المعتدلة أو قليلة التأثير على نسبة السكر ما يقل عن 70، أما ما يزيد على هذا المعدل فينبغي أكل القليل منه.

وتسبب الكربوهيدرات البسيطة التي تُصنع منها المخبوزات الجاهزة، والحلوى، والمياه الغازية، والعصائر المحلاة ارتفاع نسبة السكر بشكل كبير بعد أكلها، كلما زادت نسبة السكر في الوجبة، شعر الإنسان بالإرهاق بعد الأكل وليس بالطاقة والنشاط.

3- صعوبات الهضم: في كثير من الأحيان يكون سبب الإرهاق تناول وجبة صعبة الهضم نتيجة ارتفاع نسبة الدهون فيها، اللحوم الحمراء الغنية بالدهون، والمقالي خاصة التي تم استخدام الزبدة في إعدادها، والأطعمة المسببة للحموضة بشكل عام تؤدي إلى الشعور بالإرهاق بعد أكلها.

يرى أطباء أن الشعور بالإرهاق والتعب بعد الأكل يكون بسبب وجود صعوبة في هضم بعض هذه الأطعمة، كما قد يكون حجم الوجبة غير مناسب، أو كمية السكر فيها عالية إلى درجة غير صحية.

إليك أهم 3 أسباب تسبب التعب بعد الأكل:
1- الحساسية: بعض الأكلات تحتوي على عناصر تسبب رد فعل التهابي من الجسم، مثل القمح والشعير والجاودار الذي يحتوي على الغلوتين، والذي قد يؤدي لدى بعض الحالات إلى إعاقة عملية امتصاص المغذيات عبر جدار الأمعاء.

بينما تثير الأجبان ومنتجات الحليب والمكسرات ردود فعل التهابية لدى البعض الآخر، تؤثر سلباً على سلامة الهضم، وبالتالي تعيق وصول المغذيات إلى الجسم، فيشعر بالتعب.

2- السكريات الزائدة: بعض الأطعمة تسبب ارتفاع نسبة السكر بالدم أكثر من غيرها، وهناك قائمة تقيس مدى

روشتة لحماية الأطفال من الالتهابات الجلدية

يتسبب الحفاض في التهابات جلدية للأطفال في كثير من الأحيان، خاصة مع عدم الحرص على نظافة الطفل وتغيير بشرته جيداً.

ويقدم أخصائي أمراض الأطفال وحديثي الولادة الدكتور مؤمن سعد، مجموعة من النصائح للوقاية من طفح الحفاض، في مقدمتها الاهتمام بنظافة الطفل، واستعمال مناديل رطبة وناعمة تخلو من الكحول والمواد العطرية عند تغيير الحفاض للطفل.

وأشار إلى أنه يمكن استعمال قطعة قماش مبللة بمياه دافئة بدلاً من المناديل، وتنظيف الطفل بالماء الدافئ عند تغيير الحفاض، وتغيير بشرته جيداً، وكذلك تبديل الحفاض كل ساعتين أو ثلاث على الأكثر، وعدم تركه بالحفاض المتسخ فترة طويلة.

كما ينصح الدكتور مؤمن سعد بتجنب الحفاضات الضيقة؛ لأنها تزيد فرص ظهور الطفح الجلدي، وينصح بترك الطفل لبعض الوقت بدون حفاض؛ لتعريض بشرته للهواء.

فيتامين سي الحل لسرطان الدم

كشفت دراسة جديدة أجراها باحثون من جامعة نيويورك الأمريكية، أن بإمكان فيتامين "سي" أن يمنع بعض أشكال سرطان الدم من التطور بحسب ما نشر موقع "ميدكال نيوز توداي".

ويتكون سرطان الدم (اللوكيميا) في الأنسجة المسؤولة عن إنتاج خلايا الدم، ويبدأ هذا النوع من السرطان بالتكون، عادة، في خلايا الدم البيضاء، ويتسبب سرطان الدم في وفاة ملايين الأشخاص سنوياً حول العالم. وأظهرت العديد من الدراسات السابقة أن فيتامين سي يعمل ضد مجموعة واسعة من أنواع السرطان؛ يتصدرها سرطان البنكرياس، وسرطان الكبد، وسرطان القولون، وسرطان المبيض، غير أن دراسات أخرى أشارت إلى أنه قد يجعل العلاج الكيميائي أقل فعالية.

وعن تأثير فيتامين سي على سرطان الدم، تبين بحسب الدراسة الجديدة قدرة الفيتامين على تحفيز إنزيم "تي إي تي 2"؛ ما يحد قدرة الخلايا الجذعية على التكاثر وتجديد نفسها.

وتؤثر التغييرات الجينية في عمل هذا الإنزيم القيد عند الإصابة بسرطان الدم؛ حيث لاحظ الباحثون أن 10% من مرضى سرطان الدم اللعابي الحاد، و30% من المرضى الذين يعانون من نوع ما قبل سرطان الدم يسمى "متلازمة خلل التنسج النقوي"، و50% من الذين يعانون من سرطان الدم النقوي المزمن- لديهم عطل وراثي يقلل من عمل الإنزيم. ودرس العلماء كيفية تحفيز هذا الإنزيم وراثياً، وما إذا كان يمكن استخدام فيتامين سي للقيام بذلك، وأجروا تجاربهم على مجموعة من الفئران وأكدت الدراسة فرضية الباحثين.

ووجد الباحثون أن جرعة عالية من فيتامين سي تعزز آلية وراثية لاستعادة وظيفة الإنزيم، وهو ما يجعل فيتامين سي علاجاً محتملاً للقضاء على سرطان الدم.



شبان يصطادون البط في نهر خلال حدث تقليدي قبل مهرجان كيشي "عيد الحب الصيني" في جيانغخه بمقاطعة قويتشو بجنوب غرب الصين. (ا ف ب)

قرأت لك

فوائد الشوفان



يقلل من الكوليسترول، لأنه يمنع ترسب الكوليسترول داخل الشرايين والتصاقه بجدرانها، حيث إن ذلك يساعد في الوقاية من تصلب الأوعية الدموية وانسدادها، وذلك بتناول ثلاثة غرامات من هذه الشوفان يوميا أي بمقدار كوب من الشوفان.

الوقاية من السكري حيث أثبت دور الشوفان في المحافظة على مستويات السكر في الدم والسيطرة عليها، فكونه غنيا بالكربوهيدرات المعقدة والألياف الغذائية، الفيدة يساعد على ببطء امتصاص السكر في الأمعاء وتنظيم مستواه في الدم، وبالتالي يلعب دوراً مهماً في الوقاية من الإصابة بالسكر من النوع الثاني، كما وكون الشوفان مصدراً جيداً لعنصر المغنيسيوم فهو بذلك سيساعد على تنظيم مستويات الانسولين والجلوكوز في الجسم، فوائد الحبوب لمرضى السكري كثيرة.

بصفته مصدراً للبروتين أيضاً فهذا سيدعم موضوع زيادة الاحساس بالشبع لوقت طويل وبالتالي تقليل كمية الطعام المتناول لاحقاً ومن هنا المنطلق تلعب حبوب الشوفان المتناولة يوميا دوراً كبيراً في مسانلة نقصان الوزن

يحمي الشوفان من الإصابة بالسرطانات وخاصة سرطان الأمعاء، لاحتوائه على نسبة عالية من الألياف التي تمنع السرطان.

سؤال وجواب

- ماذا تعني كلمة البتول؟
- العذراء
- ما معنى كلمة الديوان؟ وما هو أصلها؟
- فارسية تعني الدفتر أو السجل.
- من صاحب الرياضيات التي غنتها أم كلثوم؟
- عمر الخيام.
- من هو الشاعر صاحب الكوميديا الإلهية؟
- الإيطالي دانتي.
- من صاحب ملحمة الفردوس؟
- ملتون.
- ماذا تعني كلمة الخان؟
- الحاكم.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن جميع الحشرات الصغيرة تملك جهازاً عصبياً مركزه الدماغ الذي يستلم الأحاسيس ويرسل الأوامر إلى بعض العضلات لتقوم بعمل معين. وبالنسبة إلى دم الحشرات فهو ليس أحمر مثل دم الإنسان لأنه لا يحتوي على الأوكسجين وبالتالي لا يحتوي على كريات حمراء.

ويشكل قلب الحشرة جزءاً من أنبوب طويل ممتد في الجزء الأعلى من الجسم مباشرة تحت الجلد ومفتوح مباشرة تحت الدماغ. ويتخلل هذا الأنبوب ثقبوب صغيرة يمتص القلب الدم عبرها ويضخه نحو الرأس. وهناك ينصب الدم فوق الدماغ ثم يسري عائداً في الجسم ويغسل بطريقه أعضاء الجسم والعضلات والأعصاب. وبذلك يحمل معه الغذاء المهضوم من البقايا المطلوب طردها إلى الخارج.

- هل تعلم أن خنفساء الروث التي تعيش في الصحاري الأفريقية تصنع كريات صغيرة من الروث تضع فيها بيضها ثم تدفنه بالأرض بشكل جيد إلى أن يفقس.

- هل تعلم أن أصناف الحشرات التي لا تعد ولا تحصى كالجراد والنمل والأرضة تلعب دوراً مهماً جداً في نشوء الحياة الحيوانية والنباتية وتطورها. في المناطق المعتدلة تضطلع الديدان بمسؤولية تغذية التربة. في السفناء تقوم الأرضات بهذه المهمة.

- هل تعلم أن أصناف الحشرات التي لا تعد ولا تحصى كالجراد والنمل والأرضة تلعب دوراً مهماً جداً في نشوء الحياة الحيوانية والنباتية وتطورها. في المناطق المعتدلة تضطلع الديدان بمسؤولية تغذية التربة. في السفناء تقوم الأرضات بهذه المهمة.

قصة الحمار والديك

في إحدى الأيام قرر العم سلطان أن يذهب إلى المدينة المجاورة في زيارة لبعض الأهل وليشترى بعض الاغراض ففرح بذلك حماره رشيق وقال حمداً لله لبيته يجلس هناك يومين أو حتى اشبع يوماً لأن الديك كوكو هنا يؤذن مع الفجر فيستيقظ العم سلطان ولا يتركني انام.. حمداً لله ذهب سلطان للمدينة وهناك ترك الحمار في حضيرة ابن عمه وهي حضيرة واسعة فيها كل شيء وهنا كانت المفاجأة.. الدجاج يلعب في كل مكان والبط يصيح والاوز يتشاجر الحمام يطير ويحط كل دقيقة لا يهدأ.. الاولاد يدخلون ويخرجون ويلعبون في كل شئ.

ثم جاء ابن صاحب البيت ليأخذ الحمار رشيق يحمل على ظهره بعض الاغراض الثقيلة ومشى طويلاً طويلاً ثم عاد مرة أخرى وهكذا لم يهدأ الحال طوال اليوم وفي المساء لم يستطع النوم فقد اراد منه الحصان ان يبتعد عنه بسبب شخيره العالي والقطعة تدخل وتخرج فتصيح كل الطيور والكلب ينبع على القطعة فيزيد الامر سوءاً وضجيج السيارات بالجوار يقلقه وصراخ القطط عند رؤية الفئران وصياح البط والاوز والدجاج عند وضع بيضهم... يا الهي اكاد اجن انا الحمار رشيق يحدث لي هذا... اه يا الهي ابن غرقتي ابن الديك كوكو متى نرحل من هنا اكاد اجن... كرهت المدينة كرهتها كم احب كوكو، وعندما قرر سلطان العودة إلى القرية لم يكن هناك اسعد من الحمار رشيق الذي عاد إلى الهدوء والراحة والسكينة في الريف الجميل واقسم ان لا يتطير على تلك النعمة ابداً.

