

**سكوير لاستقدام العمالة**  
**Secure Manpower Recruitment**  
القطري

**استمتع بالحياة**  
بإستخدام خدماتنا وتخصصاتنا

**خدماتنا تشمل:**  
جودة عالية - سالكهم سريع - إجراءات سريعة  
الخدمات المتعددة

**إحتياجاتنا:**  
العمال المنزليين  
العمال الصناعيين  
العمال الزراعيين  
العمال الصناعيين

**القطري**  
طريق المطار - ليرة خيرية الجبله  
www.securemanpower.com  
0529935519 02-4489548  
www.securemanpower.com  
0529935519

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

# منوعات الفكر

**الأيسر للإنارة**  
**Al Aysar Lighting**

لا تذهب بعيداً نحن الأقرب أقل الأسعار لجميع أنواع LED

تفتخر عن استقبال مكالمات شركات الدعاية والإعلان

شارع المرزوق بجوار كلية الخوارزمي - 0558811932 / 026411191

الاثنين 20 نوفمبر 2017 م - العدد 12178  
Monday 20 November 2017 - Issue No 12178

## أراد تقبيل فيل فركله بالهواء

انتشر فيديو بكثافة على مواقع التواصل الاجتماعي لحادثة مؤسفة وقعت حين حاول رجل تقبيل فيل في حديقة للحيوانات في الهند.

وأراد الرجل تقبيل الفيل بعدما أطعمه الموز بغية التقرب منه، فتمكن من فعل ذلك.

إلا أن المرة الثانية كانت مختلفة، فحين اقترب الرجل من الفيل ليقبله، أمسك بأنيابه الأمر الذي أفضب الحيوان الضخم ودفعه إلى ركل الرجل بقوة ليطيير في الهواء ويسقط على الأرض.

وكان صديق الرجل الذي تعرض للإصابة قد حذره من عدم الإقتراب من الفيل مرة أخرى لأن الأمر سيُفضيه إلا أنه لم يكتفرت لنصيحة صديقه.

## حصان طروادة يقتل رجلا

سقط رجل يبلغ من العمر 55 عاما عن الحصان الخشبي الذي بقي بعد تصوير فيلم طروادة عام 2004، في إحدى ساحات مدينة كاناكالي التركية.

ونشر موقع "RusTurkey.com"، فإن المسألة وقعت في 12 من نوفمبر الجاري، بعد أن تجاوز الرجل الحاجز حول الجسم، وتساق الحصان الخشبي الذي يبلغ ارتفاعه 12 مترا وسقط على الأرض.

وأكد شهود عيان أن الرجل قال قبل أن يسقط من على ظهر الحصان الأسطوري: لن يحدث لي شيء.

ونتيجة سقوطه على رأسه على الساحة الخرسانية تحت التمثال، أصيب الرجل بجراح خطيرة، نقل على إثرها إلى المستشفى، وفارق الحياة رغم كل الجهود التي بذلها الأطباء لإنقاذ حياته.

وأوضح الموقع أن هذه ليست المرة الأولى التي يحاول فيها ميستان غوثي المخمور، الصعود إلى التمثال الخشبي لحصان طروادة، فقد منعت الشرطة المحلية من ذلك، في أبريل عام 2015.

## جينات العزوبية مسؤولة عن بقاء الإنسان دون زواج؟

وجد باحثون صينيون أن للجينات الوراثية تأثيرا على العلاقات العاطفية وعلى حالة الإنسان من حيث بقاءه خلف سياج العزوبية أو دخوله في قصص الزوجية. ورجحوا وجود "جين" مسؤول عن بقاء بعض الناس عازبين دون زواج، أسموه: جين العزوبية.

نشرت مجلة "ساينتيفيك ريبورتس" العلمية المتخصصة دراسة لباحثين صينيين قاموا بتجارب للتحقق مما إذا كانت الجينات الوراثية تلعب دورا في أوضاع الإنسان الاجتماعية والاقتصادية وعلى ملامح مظهره وتوجهات شخصيته. ووفقا للدراسة - التي أجريت على 579 شخصا - أكد الباحثون وجود علاقة بين أحد الجينات الوراثية وبين حالة الإنسان الاجتماعية من حيث الزواج أو العزوبية، وأطلقوا عليه اسم "جين العزوبية".



ومن بين بعض الجمل التي يرد منها التخفيف عن الأعراب أو العزباء الجملة التالية: حياة الأعراب أفضل من حياة المرتبط، حينها يفكر الأعراب أو العزباء نعم هي أفضل لو كف الآخرون عن إزعاجي بأسئلتهم السخيفة". وتصريح آخر يثير مشاعر الاستفزاز لدى العزباء: أنا متأكد بأن فارس الأحلام ينتظرك، حينها تريد أن تقول: لقد مللت الانتظار فعليه أن يركب حصانه الأبيض ويأتي إلي.

أما أكثر الجمل استفزازا، ربما عليك أن تقلل من شروطك. عندها تريد أن تصرخ: سوف لن أقبل بمن هب ودب. أما السؤال التالي فيثير الغضب لدى الكثير من العزباء: هل تريد أن تذهب إلى الحفل لوحدهك؟ وعلى ذلك تريد أن تجيب: "وأين المشكلة في ذلك؟ أنا انسان مستقل وأستطيع أن أذهب إلى الحفلات لوحدي وبدون أي مرافق مزعج.

أما محاولات ربط العلاقات عبر الأقارب والأصدقاء فأحيانا ما تكون مزعجة، على غرار أن يقول لك أحدهم: أنا أعرف شخصا مثيرا للاهتمام، يجب أن أعرفك عليه. فيتبادر إلى ذهنك كل الأشخاص الذين تعرفت عليهم من خلال أصدقائك ومعارفك والتجارب السنية معهم، وكل وجدانك يريد أن يصرخ: ألا يحق لي أن اختار من أريد ومن يعجبني؟.

وقال الباحثون من جامعة بكين إن هذا الجين الوراثي يؤثر على العلاقات العاطفية، وإن ذلك يعود إلى ارتباطه بمستوى هرمون السعادة هرمون السيروتونين في الدماغ، وهو هرمون يتحكم بسلوك الحب والخيول الرومانسية كما أنه ذو دور مهم في تنظيم مزاج الإنسان وفي زيادة الرغبة الجنسية والحد من الاكتئاب والاضطرابات النفسية، ولكنها عوامل لها تأثير على تشكيل العلاقات العاطفية ودور في استقرار العلاقات الغرامية وبالتالي أيضا الزوجية.

لكن الباحثين الصينيين حذروا من تعميم نتائج أبحاثهم على كافة الشرائح البشرية، مشيرين إلى أن دراساتهم متعلقة بطلاب الجامعات حصريا والبالغين المتحررين نسبيا من القيود الأسرية والضغط الاجتماعي.

ويأمل الباحثون في زيادة مجال أبحاثهم في هذا الصدد على شرائح أوسع من المجتمع، بحسب ما نشرت مجلة "أوغسبورغر أنغيماينه" الألمانية.

حياة العزوبية جميلة لولا تسع عبارات يكررها المتزوجون رغم الحرية التي يحظى بها العزباء والعازبات، إلا أن الضغوط الاجتماعية كبيرة لإيجاد شريك حياة، البعض يحاول إعطاهم نصائح لإيجاد الشخص المناسب، لكنها في أحيان كثيرة قد تثير غضبهم وتستفزهم، إليك بعضا منها:

## كيف تنظف القردة أسنانها؟

اكتشف الباحثون أن قردة مكاك - طويل الذيل، تستخدم أدوات مختلفة في حياتها اليومية.

ونشرت مجلة Primates أن علماء الأحياء في الهند اكتشفوا أن قردة جزر نيكوبار تستخدم الريش وخيوط النايلون لتنظيف الفجوات الموجودة بين أسنانها، كما تستخدم أيضا مجموعة مختلفة من الأشياء لأغراض أخرى.

ودرس العلماء في هذا البحث سلوكيات مجموعة من 20 قردا، تعيش على جزيرة نيكوبار الكبرى في الهند، منذ ديسمبر 2013 حتى أبريل عام 2015. ويبلغ مجمل ساعات المراقبة لهذه القردة 1660 ساعة، كلها في النهار، وكان اهتمام الباحثين منصبا خلال الدراسة على كيفية تعامل القردة مع الطعام، وعلى الأدوات التي تستخدمها.

وبدون العلماء خلال هذه المراقبة سلوكيات جديدة لهذا النوع من القردة، فهي تستخدم أوراق الشجر لتنظيف ثمار الكاجو وفصلها عن القشور، وتغسل الطعام الذي تجده بيديها. كما أنها تسهل على نفسها البحث عن الحشرات بين النباتات، باستخدام الأوراق في النش والتفتيش. وأخيرا تنظف أسنانها بعد الطعام، باستخدام ريش الطيور أو الألياف النباتية أو حتى خيوط النايلون. ومن المثير للاهتمام أيضا أن هذه الحيوانات عدلت بعض الأدوات لجعلها أكثر ملاءمة للاستخدام.

## لماذا نتأثر بالموسيقى .. هذا ما تفعله بنا أغنية مفضلة

من منا لا يتأثر بسماع أغنيته المفضلة، أو موسيقى يعشقها، من منا لا يشعر بذاك السحر الذي تنتشره الأنغام؟

أسئلة كثيرة قد نطرحها في محاولة تفسير هذا الأثر الواضح الذي تتركه الموسيقى في النفوس، وقد حاولت بعض الدراسات الإجابات عنها.

فقد أظهرت دراسة نشرت قبل أشهر في مجلة "Nature"، أن أدمغة البشر تبدي أنماط تواصل متشابهة عند استماع أشخاص متعددين إلى أغانيهم المفضلة، وذلك أيا كانت تلك الأغاني بحسب ما أورد موقع believeinscience

أن معظم الأغاني تشكل الذكريات، ولكن الأغاني المفضلة تسترجع ذكريات سابقة.

فندما استمع المشاركون للأغاني المنتقاة، وجد الباحثون نشاطا كبيرا بين القشرة السمعية والحصين، مما يلعب دورا كبيرا في تشكيل الذكريات.

أما عندما استمع المشاركون إلى أغانيهم المفضلة، اختفت تلك الارتباطات.

وفهم بهذا بحسب نتيجة الدراسة أن معظم الناس لديهم ذكريات مرتبطة فعليا بقوة بأغانيهم المفضلة، الأمر الذي سبق تشكيل الذكريات الجديدة.

وبغض النظر عن نوع الأغنية هادئة أو صاخبة، فطالما أنها مفضلة، فهذا يعني أنها ستجلبنا نشعر بالتمتع والصفاء.

وفي التفاصيل، أن الباحثين الذين قاموا بتلك الدراسة راقبوا النشاط الدماغي لكل مشارك أثناء استماعه لسلسلة من الأغاني، واستنتجوا، بحسب ما أورد موقع believeinscience



## نهاية مروعة لأطول قط

لقى القط أركتوروس، الذي يعد أطول قط منزلي في العالم، مصرعه خلال حريق شب في منزل صاحبه بولاية ديترويت الأمريكية.

ودخل أركتوروس موسوعة غينيس للأرقام القياسية بصفته القط المنزلي الأطول في العالم بـ 53.6 سم.

كما أسفر الحريق أيضا عن مصرع القط سينغس، الذي يحتل موقعه في موسوعة غينيس للأرقام القياسية لتمتعه بأطول ذيل في العالم ويبلغ طوله 44.5 سم.

وعلى الرغم من ترجيح كفة مقتلهما في الحريق، إلا أن مالكهما يأمل أن يكونا قد تمكنا من الفرار.

وأشار ويل باروز مالك القطين، أنه حاول إنقاذ الهرين إلا أنه لم ينجح في تحديد مكانهما قبل أن تحاصره النيران والدخان، ليضطر إلى الهرب، وأكد أنه ترك الأبواب مفتوحة على أمل أن ينجح الهرين في الفرار.



## بطول 160 كم مع تخصيص دور للشهيد

## زينة اليوم الوطني 46 تضيء شوارع وضواحي مدينة العين

العين بتدرجات وارتفاعات مختلفة لتعكس طابع الحدائق باستخدام مجسمات هندسية تحمل اسم دولة الإمارات سبتهر بوبرها مرتادي المنطقة ، وستخلق أجواء احتفالية تستمر لمدة شهر كامل . ومن جانب آخر تزين المبنى الرئيسي لبلدية مدينة العين، من خلال استخدام شاشات رقمية تعرض لوحات مستوحاة من روح المناسبة الوطنية، تعرض في الواجهة الأمامية لمبنى بلدية مدينة العين، بحيث تعكس الشاشات لوحات وطنية متنوعة كإجازات الاتحاد ، ذات مؤثرات معنوية ثلاثية الأبعاد ، كما وحرضت بلدية مدينة العين على استخدام الإضاءة الموفرة للطاقة الكهربائية والمواد الصديقة للبيئة في جميع استخداماتها للمواد المضيفة والإنارة بشكل عام.

بالقرب من مستشفى العين وبلدية مدينة العين ، باعتباره أحد أبرز الدوريات في المدينة حيث يربط منطقة المركز الإداري مع منطقة وسط المدينة. فيما تضمنت دور زايد الخير أشكالاً هندسية أوحى بعالمية اتحاد دولة الإمارات وإنجازاتها خلال 46 عاماً، وجاءت عبارات عام الخير لتضيء دور الديوان بمقولات للشهيد خليفة بن زايد رئيس الدولة بأن بداية تاريخ من الخير بدأ مع قيام الاتحاد، كما تزينت بقية الدوريات بمنطقة وسط المدينة باستخدام محاور المستقبل والابتكار وأضاف عبارات من السلام الوطني لدولة الإمارات، بالإضافة إلى الأعلام المضيفة والشعارات الرسمية لدولة الإمارات واليوم الوطني 46 . كما وغطت الأقسام المضيفة شارع الشيخ خليفة الرئيسي بمدينة

شوارعها الرئيسية المؤدية لمركز المدينة بمجسمات براقة تعكس محور المستقبل ورموز وعبارات تعزز من روح استشراق المستقبل الباهر لدولة الإمارات، فيما تزين القطاع الجنوبي بمنطقتي الوقف والقوع من خلال عبارات الإرادة والريادة بأشكال هندسية ورموز متنوعة، كما وعملت بلدية مدينة العين في هذا العام على تخصيص دور سرح بن عمار بعنوان دولة الابتكار باستخدام إضاءة جديدة مبتكرة أنهرت سكان المدينة وزوارها. وأضافت الظاهري، فيما تزينت مناطق وسط المدينة ودورياتها بزينات جديدة ومبتكرة، حيث تم تصميم دور شعار ومجسمات احتفاء بيوم الشهيد ، وذلك تعظيماً وتخليداً للشهداء ودور جنود دولة الإمارات البواسل ، ويقع الدور المخصص ليوم الشهيد

### •• العين - الفجر

بدأت بلدية مدينة العين بتفعيل زينة اليوم الوطني 46 والتي امتدت على أكثر من 160 كم، واستخدمت أكثر من 1500 مجسم مبتكر ومضيء، بالإضافة لشبكات براقة زينت 1500 شجرة وعبارات ورموز مستمدة من وحى المناسبة الوطنية، لأجواء احتفالية مبهرة ستحضرها مدينة العين .

وقالت المهندس ناهد الظاهري رئيس فريق مشروع زينة اليوم الوطني ببلدية مدينة العين ، لم تقتصر أعمال الزينة على مناطق وسط المدينة ، بل شملت المناطق الخارجية وضواحي مدينة العين بدءاً من القطاع الشمالي وتحديداً من منطقة القعب والتي ازدادت



## 187 اختصارياً تخرجوا منذ إنطلاقه في عام 2008

### جامعة زايد تستقطب دفعة جديدة

### ماجستير العلوم في أمن شبكات المعلومات

### •• أبوظبي - الفجر

أعلنت كلية الابتكار التقني بجامعة زايد عن فتح باب التسجيل في برامجها الخاصة بأمن المعلومات، بكتلا مرحلتها: البكالوريوس والدراسات العليا.

وقال د. أندرو ماريغتون، عميد الكلية بالإجابة: "لقد حقق برنامج ماجستير العلوم في تقنية المعلومات، تخصص أمن شبكات المعلومات" سمعة ممتازة على الصعيدين الأكاديمي والمهني، وخاصة في أوساط ممارسي الفحص الجنائي الرقمي داخل دولة الإمارات العربية المتحدة وخارجها"، منوهاً بأن برنامج "بكالوريوس العلوم في تكنولوجيا المعلومات، تخصص أمن وتكنولوجيا الشبكات" معتمد دولياً من "مجلس الاعتماد الأكاديمي للهندسة والتكنولوجيا ABET" بالولايات المتحدة الأمريكية.

وأوضح ماريغتون أن "مختبرات الكلية مجهزة بتسهيلات ومرافق عالية الجودة والتكلفة، ومن بينها الأجهزة والبرمجيات نفسها التي يستخدمها المتخصصون في قطاع أمن شبكات المعلومات ومحققو الفحص الجنائي الرقمي في مجال إنفاذ القانون."

وقال: "إن لدينا أيضاً أعضاء هيئة تدريس متعددي الثقافات ولديهم باع طويل في الأنشطة البحثية كما يتمتعون بتأهيل عال وخبرات متميزة، وهم أيضاً فخورون بالمكانة المتميزة التي حققتها الكلية".

ومنذ إنطلاقه في عام 2008، ساهم برنامج "ماجستير العلوم في تقنية المعلومات، تخصص أمن شبكات المعلومات" في تخرير 187 خريجاً ناجحاً يعملون على تحسين مستوى أمن المعلومات ومنع جرائم الإنترنت والتحقيق الجنائي في الجرائم الرقمية على الصعيدين الوطني والدولي.

وبالنظر إلى المتطلبات التي استجبت لدى المؤسسات والهيئات العاملة في كل الصناعات تقريباً، أصبح من الضروري بالنسبة لها إيلاء اهتمام كبير لتكنولوجيا البصمات الرقمية، بعدما باتت عرضة لهجمات سيبرانية متنامية أكثر تعقيداً وخطورة.

ويتصدى برنامج "ماجستير العلوم في تقنية المعلومات، تخصص أمن شبكات المعلومات" لهذه التهديدات الملحة من خلال تطوير خبراء فنيين مؤهلين تأهيلاً عالياً ومزودين بالخبرات اللازمة لمعالجة أمن أنظمة المعلومات وكذلك البيانات والشبكات والبنية التحتية المتعلقة بها.

وقال د. ماريغتون إن خريجي هذا البرنامج سيجدون مواقعهم في سوق العمل كخبراء لأمن الكمبيوتر في مجموعة متنوعة من المناصب رفيعة المستوى في مؤسسات القطاعين العام والخاص، مثل "مدير أمن المعلومات"، "أخصائي أمن شبكات المعلومات"، و "مستشار أمن المعلومات"، وخاصة في مجال الخدمات القائمة على الإنترنت، والمؤسسات المالية، وشركات مراجعة وإستشارات أمن المعلومات، والمؤسسات الحكومية المعنية بالأمن القومي، مثل وزارتي الدفاع والقضاء والجهات الخوطة بإنفاذ القانون.

ويحظى برنامج "ماجستير العلوم في تقنية المعلومات، أمن شبكات المعلومات" بالاعتماد محلياً من قبل وزارة التعليم العالي في دولة الإمارات العربية المتحدة، ودولياً من قبل مفوضية الولايات الوسطى للتعليم العالي بالولايات المتحدة الأمريكية، إلى جانب الاعتراف بها في هيئات التعليم العالي والتوظيف في القطاعين الخاص والعام على مستوى العالم.

وأوضح ماريغتون أن تصميم البرنامج وتدريبه يتم بشكل مشترك بين أعضاء هيئة التدريس بالكلية حاصلين على الدكتوراه ويعملون بدوام كامل ويحظون برصيد بحثي كبير من جهة، وكذلك خبراء متمرسين في صناعة الأمن من ذوي الدراية في الفحص الجنائي السيبراني، ويجمعون بين الأساس النظري والفني والحكمة المختربرية القوية، والقدرة على نقل مهاراتهم العملية والميدانية للخريجين للاستفادة بها في سوق العمل الذي يشهد تنافسية عالية تزداد اضطراباً وتعقيداً يوماً بعد يوم.

وأشار إلى أن تدريس البرنامج يتم بوسائل تعليمية متقدمة، تجمع بين أفضل الأجهزة والبرمجيات لتزويد الخريجين بخبرة عملية مباشرة في استخدام الأدوات والتقنيات الرائدة في صناعة الأمن السيبراني.

ويقدم البرنامج للدارسين بنظام 12 ساعة / 36 ساعة معتمدة في فصول مسائية على مدى 24 شهراً في كلاس حرمي جامعة زايد بأبوظبي ودبي، والقبول مفتوح للراغبين من الذكور والإناث من جميع الجنسيات وخصوصاً العاملين حالياً في تكنولوجيا المعلومات والجالات ذات الصلة. وتسمى كلية الابتكار التقني إلى استقبال أفضل المرشحين الذين يتمتعون بمكانة أكاديمية عالية من خلال عملية اختيار تشمل إجراء مقابلة إلزامية بشأن القبول في البرنامج.

ولفت د. ماريغتون إلى أن جامعة زايد تلتمز بمساعدة طلبة الدراسات العليا على تحمل تكاليف الدراسة بهذا البرنامج من خلال توفير مجموعة واسعة من خيارات الدعم المالي تشمل مناصب المنح الدراسية لتكنولوجيا المعلومات والاتصالات، والجدارة الأكاديمية والمنح الدراسية للخريجين، فضلاً عن مساعدات التدريس السخية للدراسات العليا.

### عطلة نهاية الأسبوع

## انطلاق فعاليات المواقع المدرجة على قائمة اليونسكو للتراث في واحة العين



والسبت من كل أسبوع حتى نهاية شهر مارس القادم، وتبدأ الساعة الثانية ظهراً وتستمر حتى الثانية عشر من منتصف الليل. وتتضمن سلسلة من البرامج المتنوعة ورش عمل تفاعلية للأطفال، يستمتعون خلالها بصنع أعمال يدوية وفنية من وحي الواحة والحرف التقليدية، مثل استخدام الخوص وغيرها من المواد التراثية، إلى جانب أعمال ترفيحية أخرى، تتضمن التزيين بالبألونات والرسم على الوجوه، وكل ذلك وسط أجواء السوق التقليدي الذي شارك الزوار في مجموعة من البرامج المتنوعة والأنشطة التي تم تصميمها لتناسب كل أفراد العائلة، والتي تحفي بالغمى الثقافية والتراثي للمواقع التاريخية.

### •• العين - الفجر

ضمن البرنامج الثقافي لمنطقة العين 2017-2018، الذي تنظمه دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، نظمت فعالية "عطلة نهاية الأسبوع" في واحة العين احتفاءً بالتراث الثقافي الغني لأول موقع إماراتي مدرج على قائمة اليونسكو للتراث العالمي. وبدأت الفعاليات في البيلازا الغربية بالواحة، حيث شارك الزوار في مجموعة من البرامج المتنوعة والأنشطة التي تم تصميمها لتناسب كل أفراد العائلة، والتي تحفي بالغمى الثقافية والتراثي للمواقع التاريخية. وتقام فعاليات "عطلة نهاية الأسبوع" يومي الجمعة



### أطلق مبادرة إصدار أطلس متخصص بأمراض الإبل

## «أبوظبي للرقابة الغذائية» يستضيف اجتماع شبكة الشرق الأوسط للإبل «كامينت» في العين

تقوم كل دولة من الدول الأعضاء بتحديد الأمراض الأكثر شيوعاً والمتعلقة بصحة الإبل وتعزيز وتطوير القدرات في مجال تشخيص ومكافحة هذه الأمراض، بالإضافة إلى عقد العديد من البرامج التدريبية والأنشطة المشتركة في المجالات المتعلقة بصحة الإبل. الجدير بالذكر أن شبكة كامينت قد تم إنشاؤها بعضوية دول المنطقة بهدف تطوير وتعزيز القدرات في مجال أمراض الإبل وتعزيز التعاون بين دول المنطقة لمكافحة هذه الأمراض لتطوير قطاع تربية الإبل، بدأت وقد عقدت مؤخرًا اجتماعاً شبه إقليمي خلال الفترة 14-16 فبراير لعام 2016 في العاصمة أبو ظبي، بمشاركة المنظمة العالمية للصحة الحيوانية ومنظمة الأغذية والزراعة وعدد من الدول الأعضاء في المنطقة، حيث تم التأكيد على أهمية الشبكة والتوصية بإنشاء شبكة إقليمية متخصصة بأمراض الإبل- إصدار أطلس أمراض الإبل والذي يعكس في طياته أهم أمراض الإبل وطرق تشخيصها. وخرج المجتمعون بجملة من التوصيات تلخص في أن

الاتحاد الأهمية الاقتصادية والاجتماعية للإبل في المنطقة والجهود التي تبذلها دولة الإمارات العربية المتحدة في الحفاظ على الثروة الحيوانية في المنطقة وخاصة الإبل، مؤكداً أهمية تظافر الجهود بين ممثلي الدول الأعضاء في شبكة الشرق الأوسط للإبل وذلك لمواجهة أهم التحديات المتعلقة بصحة وانتاجية الإبل. وتناول المشاركون العديد من المحاور والمواضيع ذات الصلة بشبكة الكامينت، حيث تم مناقشة دور الدول الأعضاء في إجراء المسوحات المرضية وتحليل النتائج وفقاً للأسس الوبائية، واستعراض الأنظمة العالمية المتبعة في جمع ونقل العينات المرضية سواء داخل الدول وخارجها، والمساهمة في تطوير الموقع الإلكتروني لشبكة الكامينت من خلال إبراء المعلومات المتعلقة بالمرض، كما قام ممثلو الدول الأعضاء بالشبكة بعرض ومناقشة أهم التحديات والأمراض المتعلقة بصحة الإبل، كما أعلن الجهاز خلال الاجتماع عن مبادرة إصدار أطلس أمراض الإبل والذي يعكس في طياته أهم أمراض الإبل وطرق تشخيصها. وخرج المجتمعون بجملة من التوصيات تلخص في أن

إلى مواصلة الجهود في تعزيز وتطوير القدرات العلمية والفنية في علم الأوبئة وتشخيص أمراض الإبل من خلال تبادل المعلومات بشأن الأمراض المستوطنة أو المنتشرة في الدول بالإضافة إلى الحالة الصحية والأمراض الناشئة في القطيع، وجمع عينات من المنطقة وفحصها للكشف عن الأمراض السارية، وتسهيل الدعم والتنسيق من قبل المنظمات الدولية مع الجهات الوطنية ذات العلاقة في الدول الأعضاء بشأن مكافحة أمراض الإبل بما في ذلك الأمراض الجديدة، وتسهيل التعاون بين المؤسسات الوطنية والإقليمية والدولية والمختبرات والمراكز المرجعية بهدف بناء القدرات وتبادل الخبرات، والمساهمة في تطوير وتوحيد واعتماد طرق مرجعية لأمراض الإبل الرئيسية وفقاً لمعايير وإجراءات المنظمة العالمية للصحة الحيوانية، إلى جانب تشجيع الدراسات والأبحاث المتعلقة بأمراض الإبل والتعامل التي تشكل مصدراً للخطورة في انتشار الأمراض وانتقالها بين الحيوان والبيئة والإنسان. وقال المنصور، إننا من خلال اجتماعنا هذا نتطلع

### •• العين - الفجر

استضاف جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية، اجتماع شبكة الشرق الأوسط للإبل - كامينت في فندق دانات العين بحضور راشد علي المنصور، المدير التنفيذي لقطاع الثروة الحيوانية بالجهاز بالإبنة والدكتور ماجد القاسمي مدير إدارة الصحة والتنمية الحيوانية بوزارة التغيير المناخي والبيئة والدكتور غازي يحيى المدير الاقليمي للمنظمة العالمية للصحة الحيوانية وممثلي الشبكة الإيطالية للمختبرات البيطرية والدول الأعضاء في الشبكة. واستهل راشد المنصور الاجتماع بكلمة افتتاحية رحب فيها بالحضور وأكد أهمية اجتماع اللجنة التوجيهية لشبكة الشرق الأوسط للإبل والذي يأتي مكملاً للاجتماع المنعقد مؤخراً في باريس، حيث شهد اعتماداً تشكيل اللجنة التوجيهية لشبكة الشرق الأوسط للإبل من ممثلي الدول الأعضاء واستعراض أهداف الشبكة.

### بعد نجاحه في مركز القطارة للفنون في العين

## معرض جنون الكرتون ينتقل إلى منارة السعديات

### •• العين - الفجر

تستقبل منارة السعديات في أبوظبي، معرض "جنون الكرتون"، الذي تنظمه دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، خلال الفترة من 23 نوفمبر الحالي إلى 23 ديسمبر القادم، وذلك بعد النجاح الذي حققه المعرض في مركز القطارة للفنون بالعين، حيث سجل المعرض على مدار سبعة أسابيع، حضوراً لافتاً من قبل الجمهور. ويقدم المعرض مجموعة متنوعة

من أعمال الرسوم الهزلية التي أبدعها 33 فنانياً من جنسيات مختلفة. ويحشد معرض "جنون الكرتون" جهود دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، الرامية إلى توفير منصة داعمة للفنانين وقيمي المعارض الناشئين، وتحفيز الأجيال الصاعدة على تطوير اهتمامهم ب مجال الفنون. كما يعتبر فرصة للتعرف على مصادر الإلهام وإقامة حوارات فنية ومجتمعية. ويسر المعرض نماذج من مختلف التقنيات



# منوعات الفكر

23

لا شك في أن الأمومة تجربة سعيدة، لكن يمر معظم الأمهات بلحظات من الإحباط بعد الإنجاب. مع ذلك لا بد من التمييز بين الإحباط العابر واكتئاب ما بعد الولادة. فيما يلي آراء الخبراء...



## كيف تعرفين أنك مصابة باكتئاب ما بعد الولادة؟



الغذاء العاطفي بالغ الأهمية أيضاً ويشمل النظرات والأصوات والنوايا ونوعية الاهتمام والتواصل الروحي. يقال إن الطفل يتغذى من الحب أكثر من الحليب، لكن يبقى الأخير أساسياً طبيعياً.

كذلك من المعروف أن مذاق الحليب الطبيعي الذي يتناوله الطفل يتغير بحسب نوعية الأغذية التي تأكلها الأم وبحسب عواطفها أيضاً. لذا يمكن أن تكون الرضاعة طريقة فاعلة لترسيخ العلاقة بين الأم وطفلها والحفاظ على الرابط البيولوجي بينهما. لكن الرضاعة ليست إلزامية بأي ثمن. عموماً، من الأفضل أن تحدد الأم ما يناسبها وما تريده لطفلها.



تصبح مزممة مع مرور الوقت فيضطرب نوم الطفل ويبيكي باستمرار للتعبير عن انزعاجه أو يفرق في وحدة مؤلمة ويشعر بأنه متروك.

يتكيف كل طفل مع وضعه بطريقة مختلفة عن غيره، إذ ما من طريقة موحدة للتأقلم مع الظروف المستجدة في حياة الأطفال. صحيح أن الطفل (مرن) بطبيعته، ولكن يسهل أن يخترقه هذا العنف النفسي المؤلم. لذا لا بد من معالجة اكتئاب ما بعد الولادة من وجهة نظر الأم والطفل معاً.

- هل يجب أن تتوقف الأم عن إرضاع طفلها إذا كانت مصابة باكتئاب ما بعد الولادة؟
- يحتوي الحليب على الغذاء الضروري للطفل، لكن يكون

يخرج الوضع عن السيطرة.

- هل تعيش الأم اضطراباً نفسياً حاداً؟
- تشكل الرغبة في إنجاب طفل وحمله وجليه إلى العالم وتلبية حاجاته الجسدية والعاطفية تجربة قوية جداً لدرجة أنها قد تجدد الذكريات العائلية القديمة، وتصب هذه الحالة الأم والأب على حد سواء. تتذكر المرأة في هذه الفترة مستوى العطف الذي تلقته في طفولتها وحجم الأمان المادي والنفسي الذي تمتعت به في الماضي. قد تغرق المرأة التي تشعر بتعب شديد في حالة من الاكتئاب بوتيرة تدريجية، تظهر بعد أسابيع أو أشهر من موعد الولادة. يشتق هذا الاضطراب من الماضي البعيد ويتسلل إلى الحاضر تدريجاً ولا يقتصر على بضعة أيام، ولكن يمكن معالجته خلال أشهر عند تشخيص الحالة بدقة ومتابعتها بالشكل المناسب.
- لماذا يصيب هذا الاكتئاب بعض النساء دون سواهن؟
- لا يظهر الاكتئاب عشوائياً بل يكشف عموماً عن تراجع تقدير الذات وقلة الثقة بالآخرين نتيجة لتجارب صعبة على مستوى العلاقات مع الناس. تكمن المشكلة في ميل المحيطين بالأم إلى إنكار الاضطراب والإغفال عما يصيبها. يترسخ هذا الوضع تلقائياً وسرعان ما تدخل الأم في دوامة لامتناهية لأنها لا تجد أي مخرج مناسب. يؤدي زوجها ووالد طفلها دوراً محورياً في هذا المجال، فيقدم لها المساعدة أو يزيد وضعها سوءاً.
- هل من مؤشرات تحذيرية؟
- يصعب التأكد من اكتئاب ما بعد الولادة لأن الأم تخفي ما تعيشه غالباً خوفاً من أحكام الآخرين عليها، لا سيما أقرب الناس إليها أو الأمهات الأخريات في حياتها. كذلك تخاف من تشويه صورة (الأم الصالحة) التي ينسبها إليها المجتمع من حولها. قد تجد صعوبة في إنشاء رابط مع طفلها ولا يسهل أن تتحمل هذا الوضع. لذا قد يتحول لقاؤها اليومي مع طفلها إلى محنة حقيقية فتشعر بأنها أم غير كفوءة وتعجز عن النوم بسبب أفكار سلبية تجتاحها من دون أن تجد حلاً مناسباً. هكذا يتسلل الاكتئاب إلى حياتها تدريجاً ولا يتضح إلا إذا قررت التعبير عن معاناتها وانزعاجها وعواطفها السلبية ووحدها وعجزها عن تلبية حاجات الطفل وحدها. حين تنهار الأم بالكامل، سيبدو الاضطراب مفاجئاً ومقلقاً جداً بالنسبة إلى المحيطين بها، لكن سيتحسن الوضع في هذه الفترة لأن الأم بدأت تبدي مؤشرات واضحة على وضعها الصعب، من ثم يمكنها أن تتلقى المساعدة من المقربين منها. إنها أول خطوة على طريق التعافي. يزداد الوضع تعقيداً حين تصر الأم على التزام الصمت ولا تتلقى أي رعاية أو دعم أو علاج وتتمسك بأفكارها السيئة والمرعبة. لا تختفي هذه المشكلة من تلقاها نفسها مع مرور الوقت.
- هل من تداعيات على الطفل؟
- تنعكس معاناة الأم على طفلها والعكس صحيح. لا يستطيع المولود الجديد أن يستعمل الكلمات للتعبير عن وضعه ويتكلم طبعاً على قرارات الراشدين من حوله. تبدأ حياته العاطفية في هذه المرحلة وقد تشكل الأسابيع والأشهر الأولى من حياته وضعاً مستمراً مؤلماً في نظره وقد يصاب بأمراض هضمية وجلدية. يمكن أن تكون هذه الحالات حميدة في البداية، لكنها

وادراك حجم المسؤوليات المرتقبة خلال السنوات المقبلة...  
• هل يصيب جميع النساء؟  
- إنها مرحلة بيولوجية شائعة ولكنها ليست حتمية لأن لكل امرأة تاريخها الخاص وتمتّع بقدرته تكيفية مختلفة عن غيرها. يصاب بعض النساء بنوبة إحباط خلال بضعة ساعات، أو يشعرون بحزن غير مبرر أو يمكن أن يصيبهن إحباط صامت لأيام متلاحقة.

- ما أفضل مقاربة للتعامل مع نوبات الإحباط بعد الولادة؟
- يجب أن نتذكر الأم في البداية أن حالتها شائعة وعابرة. من الطبيعي أن تضطرب حين تفكر بأنها أنجبت كائناً جديداً في العالم، ويسهل أن تعتبر أسهل تعبير عاطفي مؤشراً على الإحباط نظراً إلى توسع النقاش حول هذا الموضوع رهنأ.
- هل يجب أن تتكلم الأم عن وضعها إذا شعرت بالحزن؟
- من الضروري أن تكون الأم الجديدة محاطة بأشخاص مقربين منها. يمكن أن يدعوها شخص موثوق به إلى التكم بالموضوع الذي يزعجها، أو يمكنها أن تتحاور مع أمهات أخريات أو تتصل في المساء بشخص ترتاح له لإخباره بوضعها. لكن لا بد من توخي الحذر لأن الإحباط قد يصبح قوياً في بعض الحالات. إذا كانت الأم وحيدة، يمكنها أن تقابل طبيباً نفسياً. ومن الضروري أن يطلع الأب على وضع زوجته لأنه أفضل شخص قادر على دعمها.

الاحتئاب ما بعد الولادة  
• ما الصفات التي تطبع اكتئاب ما بعد الولادة؟  
- تحمل هذه الحالة طابعاً مرصياً وترتبط على وجه التحديد بدخول طفل جديد إلى حياة المرأة. في هذه الحالة، لا تتعلق المشكلة باضطراب الهرمونات في جسمها بل بقوة الصدمة العاطفية والجسدية والنفسية والتاريخية ومدى تأثيرها في يومياتها طوال أيام وأسابيع وأشهر طويلة. في النهاية، قد

هل يخلط البعض بين الإحباط العابر واكتئاب ما بعد الولادة؟  
يمكن أن يُستعمل مصطلح الإحباط بشكل خاطئ لوصف المشاعر المختلفة التي تنتاب الأم الجديدة. صحيح أن المرأة تشعر باضطراب نفسي في الحالتين، لكن الإحباط مشكلة فيزيولوجية في المقام الأول بينما يحمل اكتئاب ما بعد الولادة طابعاً مرصياً.

يبدأ الإحباط بعد بضعة أيام من الولادة ويتراقد مع آثار هرمونية قوية تزيد حساسية المرأة. في المقابل، يظهر الاكتئاب بعد بضعة أسابيع أو أشهر، ويديم لأسابيع أو أشهر أو حتى سنوات... تكون المشكلة في هذه الحالة حادة للغاية. يرتبط الإحباط بوصول المولود الجديد وبالمسؤوليات المستقبلية، بينما يتعلق الاكتئاب بالماضي ويتطلب التصالح معه.

الإحباط العابر  
• هل من تعريف دقيق للإحباط العابر بعد الولادة؟  
يرتبط هذا الإحباط بولادة الطفل. بعد ثلاثة أيام تقريباً على الإنجاب، تتراجع الهرمونات فجأة في جسم المرأة ويرتفع في الفترة نفسها مستوى هرمونات أخرى. كما يحصل في أي مرحلة هرمونية قوية، تصبح المرأة أكثر عرضة للاضطرابات العاطفية والمزاجية، وقد تحصل أحياناً تقلبات جذرية.

- هل يرتبط الإحباط بالتعب بعد الولادة؟
- هذا صحيح! يسهل أن تضطرب المرأة بسبب التعب الشديد الذي يصيبها في الأيام الأولى التي تلي الولادة وتأتي عوامل أخرى لتعزيز حساسيتها في هذه الفترة. يمكن تفسير المشكلة بأسباب جسدية: فرغ البطن، ليونة الأنسجة، أوجاع مرتبطة بالولادة (نزف، استعمال ملقط الجراح...). أو يمكن أن تتأثر الحالة بقلة النوم منذ ولادة الطفل أو بإيقاع الرضاعة والاعتناء به وزيارات الأقارب المكثفة... يبرز أيضاً بعض العوامل النفسية مثل اكتشاف الذات واكتساب صفة الأم



## الرضاعة الطبيعية. . تحسن نومك وتقوي دماغك



ليتر من الحليب ألف درجة حرارية. يجب أن تزداد نسبة السعرات المستهلكة قليلاً كي تعزز إنتاج الحليب في جسمك. إذا كان أكلك طبيعياً، ستخلصين من مخزون الدهون كونك تحرقين السعرات لإفراز الحليب.

تكبير الثديين  
حين تلدين، يكون حجم الثديين قد زاد بثلاثة أضعاف وتبرز الحلمتان وتصبحان داكنتين كي يتمكن الطفل من رصدهما. لكن حين توقفين الرضاعة، يفترض أن يستعيدا حجمهما الطبيعي.

فقدان الوزن الزائد  
قد تُسهّل الرضاعة فقدان الوزن لكن تتوقف النتيجة على كمية الطعام التي تستهلكينها. يتطلب إنتاج كل ألف

صحيح أن الرضاعة تضمن راحة طفلك وسعادته، لكنها تنعكس بشكل مدهش على جسمك أيضاً، فتحسن نومك وتقوي دماغك وتساهم في خسارة الكيلوغرامات الزائدة.

الرضاعة، يتعلّق السبب بهرمون البرولاكتين. سيساعدك هذا الوضع على أخذ قسط إضافي من الراحة. تشير البحوث في هذا المجال إلى أن المرأة التي ترضع طفلها تنام لخمس وأربعين دقيقة إضافية في الليلة مقارنة بالأم التي لا ترضع طفلها، كذلك لا تشعر بالمستوى نفسه من التعب.

تقوية الدماغ  
تحمي الرضاعة خلايا الدماغ وتخفف خطر الإصابة بمرض ألزهايمر في مرحلة لاحقة من الحياة لأنها تحسّن الحساسية تجاه الأنسولين داخل الجسم.

دقة في إنتاج الحليب  
في البداية، يُضغّ الجسم الحليب بشكل متواصل لكنه يتعلم سريعاً أن يفرز الحليب عند الحاجة! لكن قد يضطرب الوضع حين يفرّغ الطفل وجبته وأثناء العلاقة الجنسية لأن الجسم يطلق الأوكسيتوسين في هذه الأوقات المحددة.

تضييق الرحم  
تشعر النساء بانقباضات بعد الولادة لكنها تزداد قوة في الأسابيع الأولى بسبب الرضاعة كونها تعزز إنتاج الأوكسيتوسين الذي يسبب الألم. لكن كلما زاد الألم، يعود الرحم إلى حجمه الطبيعي في وقت أسرع وستتمكنين حينها من استعادة جسم ما قبل الولادة.

حماية المفاصل  
إذا أرضعت طفلك طوال 12 شهراً على الأقل على مر حياتك، سيتراجع احتمال إصابتك بالتهاب المفاصل الروماتويدي بنسبة 20%. وكلما أطّلت مدة الرضاعة، يتراجع الخطر بدرجة إضافية.

تراجع خطر سرطان الثدي  
تخفف الرضاعة خطر الإصابة بسرطان الثدي قبل

تأجيل الانفعالات  
رُبطت زيادة مستويات الأوكسيتوسين أثناء الرضاعة بترسيخ ميك إلى التفاخر بطفلك وحمائيته بشراسة، حتى أن سلوكك قد يصبح عدائياً أحياناً.

تحسين النوم  
إذا لاحظت أنك تنامين بوتيرة أسرع من طفلك أثناء









# الغبار

27

86 مليون درهم صايع أرباح «جلفار»  
خلال الشهور التسعة الأولى من 2017

رأس الخيمة-وam:

بلغ صايع أرباح شركة الخليج للصناعات الدوائية «جلفار» خلال الشهور التسعة الأولى من العام الحالي 86 مليون درهم محققة مبيعات بقيمة 992 مليون درهم. وأعلن ذلك مجلس إدارة شركة الخليج للصناعات الدوائية جلفار في اجتماع عقد مؤخراً كشف خلاله عن النتائج الفصلية للشركة ونافس إنجازات الأعمال الخاصة بها للأشهر التسعة الأولى من عام 2017. وسلط المجلس الضوء على الفرص والتحديات التي باتت تؤثر مؤخرًا على منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا حيث أجرى المجلس تقصيماً للنتائج الفصلية الثلاثة الأولى من العام الجاري. وتناول مجلس الإدارة الإجراءات المتخذة لضمان أن تكون الشركة في وضع يمكنها من تحقيق المزيد من النمو قبل نهاية العام لتحقيق خطة جلفار المستقبلية لعام 2020.

وقال جيريوم كارل مدير العام جلفار: عززت الشركة من إنجازاتها السابقة في الربع الثالث وعملت على تمهيد الطريق لختام السنة المالية بوضع أفضل وعلى الرغم من بيئة السوق وسرعة التغيير والوضع الإقليمي العام الذي يؤثر على قطاعنا تمكنت جلفار من تعزيز حصنها وزخمها في أسواقها الرئيسية. وأكد كارل أن المنتجات التي أطلقتها جلفار مؤخراً بالإضافة إلى علاماتها التجارية الرئيسية الأخرى برهنت مجدداً على الكفاءة والابتكار التي تتمتع بها وساهمت النتائج الواعدة التي تم تحقيقها في أسواق الإمارات والمنطقة في تعزيز حضور الشركة الإقليمي بينما ستنضم الأسواق الجديدة في أفريقيا في تنوع هذا الحضور وتعزيز نمو جلفار.

الإمارات تفوز باستضافة «المنتدى العالمي  
لغاز البترول المسال» عام 2020 في دبي

دبي-وam:

فازت دولة الإمارات باستضافة «المنتدى العالمي لغاز البترول المسال» الذي تنظمه «الجمعية العالمية لغاز البترول المسال» الهيئة الرسمية المعنية بشؤون قطاع غاز البترول المسال على المستوى العالمي، والتي يزيد عدد أعضائها على 250 شركة متخصصة في صناعات النفط والغاز في القطاعات العام والخاص في أكثر من 125 دولة، إذ سيتم تنظيم النسخة 33 من المنتدى في دبي العام 2020. وستقوم مجموعة «إينوك» باستضافة هذا الحدث الكبير بعد أن شاركت في إعداد ملف الاستضافة مع 14 جهة حكومية أخرى في دبي ضمن خطوة تهدف إلى ترسيخ المكانة العالمية الرائدة لدولة الإمارات في قطاع الطاقة. وحظي ملف استضافة «المنتدى العالمي لغاز البترول المسال» بدعم دائرة السياحة والتسويق التجاري في دبي، ووزارة الطاقة، والإدارة العامة للدفاع المدني في دبي، وهيئة كهرباء ومياه دبي، وهيئة الطرق والمواصلات في دبي، وشرطة دبي، ومؤسسة مطارات دبي، بالإضافة إلى عدد من أبرز المؤسسات الفاعلة في قطاع النفط والغاز على المستويين المحلي والإقليمي. وتعمل الجمعية العالمية على عقد شراكات طويلة الأمد مع المنظمات الدولية، وتنفيذ مشاريع مختلفة على الصعيدين المحلي والعالمي، بهدف تحقيق قيمة مضافة للقطاع من خلال دفع عجلة الطلب على غاز البترول المسال، وتعزيز الامتثال لأفضل ممارسات الأعمال والسلامة.

ويهدف المناسبة قال سعادة سعيد محمد الطاير، العضو المنتدب الرئيس التنفيذي لهيئة كهرباء ومياه دبي ونائب رئيس مجلس إدارة مجموعة «إينوك»: تعتبر قضايا الطاقة النظيفة والاستدامة والابتكار من المحاور الجوهرية لاستراتيجيات التنمية الاقتصادية والتطوير في دبي. وبالنسبة لنا كمؤسسة شبه حكومية، فقد توفرت لدينا الإمكانيات اللازمة للمساهمة بدور فعال في دعم رؤى وتطلعات قيادتنا الرشيدة نحو تحقيق أمن الطاقة وتعزيز كفاءة استهلاك الموارد، مستندين في ذلك إلى التزام حكومتنا بتقديم كل سبل الدعم الممكن لنا في هذا المجال.

بدوره قال سعادة سيف حميد الغلاسي، الرئيس التنفيذي لمجموعة إينوك: لقد حققت إينوك وشركة غاز الإمارات إنجازات مهمة على صعيد تطوير حلول الطاقة النظيفة والمتجددة والبتكر، وسعدنا أن نحظى بفرصة استضافة حدث كبير يمثل أهمية المنتدى العالمي لغاز البترول المسال في عالمنا العربي. من جانبه قال سعادة هلال سعيد المري، مدير عام دائرة السياحة والتسويق التجاري في دبي: يعد اختيار دبي لاستضافة المنتدى العالمي للغاز البترولي المسال القرار إقامته عام 2020، دليلًا على الإمكانيات التي تتمتع بها الإمارة فيما يتعلق باستقطاب فعاليات الأعمال الرئيسية التي تخلق بيئة من التعاون بين مختلف الأطراف المعنية بهدف تبادل المعرفة والخبرات.

منتدى دبي العالمي لإدارة المشاريع

ينطلق اليوم بمشاركة دولية واسعة

دبي-وam:

تنطلق اليوم الدورة الرابعة لمنتدى دبي العالمي لإدارة المشاريع الذي تنظمه هيئة الطرق والمواصلات بدبي بالتعاون مع هيئة كهرباء ومياه دبي وشركة إعمار العقارية وموانئ دبي العالمية ومعهد إدارة المشاريع PMI. وسيتم خلال حفل الافتتاح تكريم الفائزين في الدورة الأولى لجائزة حمدان بن محمد للابتكار في إدارة المشاريع التي يبلغ مجموع جوائزها حوالي مليوني درهم 550 ألف دولار. وتم اعتماد شعار «نصنع الفرق» عنواناً رئيسياً للنسخة الرابعة من المنتدى الذي يتضمن 30 جلسة في إدارة المشاريع و5 دورات تدريبية تخصصية مع 5 كلمات رئيسية بينما تم استحداث مواضيع مهمة في إدارة المشاريع منها حلقات نقاشية عن مستقبل إدارة المشاريع ومشاريع إسبى 2020 وإدارة المعرفة إلى جانب دورات تدريبية تخصصية حول إدارة المشاريع المرنة وإدارة الفوائد وتأسيس مكاتب إدارة المشاريع وإدارة محافظ وبرامج المشاريع وتحليل الأعمال والبيانات الضخمة في حين يتوقع أن يضم المنتدى 1500 مشارك من رواد الفكر في مجال إدارة المشاريع بالمنطقة، وخصص المنتدى محورا مهما حول إدارة المشاريع للشباب بناء على مذكرة تفاهم تم توقيعها مع مجلس الإمارات للشباب حيث تقام جلسات تعريفية بمبادئ إدارة المشاريع وممكنات نجاح المشاريع وأهمية تطبيق ممارسات إدارة المشاريع في المجالات المختلفة فضلاً عن تنظيم حلقة شبابية أخرى بإدارة مجلس الإمارات للشباب.



## وزارة المالية تنظم ورشة التنسيق المالي على مستوى الإمارات

والتحليل، ومن ثم مرحلة إعداد البيانات، والصعوبات التي تحول دون ذلك، كما تم الاطلاع على تقارير إحصاءات مالية الحكومة الدورية، بالإضافة إلى مناقشة كل من مشروع التنسيق المالي لقطاعي الصحة والتعليم مع البنك الدولي، وزيارة بعثة مشاورات المادة الرابعة ل صندوق النقد الدولي. وسلطت الوزارة الضوء خلال الورشة على أهم النتائج والمستجدات مشروع جمع بيانات إحصاءات مالية الحكومة على مستوى الدولة، واستكمال الربط الإلكتروني لنظام بوابة الإمارات لتقارير إحصاءات مالية الحكومة مع جميع الأنظمة المالية بحكومات

دبي وإمارة الشارقة، وإمارة أم القيوين، وإمارة رأس الخيمة، وإمارة العجينة، وإمارة عجمان. وأكد سعادة سعيد راشد اليتيم وكيل الوزارة المساعد لشؤون الموارد والميزانية على أهمية تحقيق أعلى درجات التنسيق والتكامل في رسم وتطبيق السياسات المالية على مستوى حكومة الاتحادية وعلى مستوى الدوائر المالية في حكومات الإمارات، نظراً لأهميته كحجر الأساس لنجاح الأهداف الاستراتيجية لرؤية دولة الإمارات 2021 ولوصول إلى التنمية المستدامة في الدولة.

وقال سعادته: تشكل هذه الورش منصة مثالية لمناقشة وتحليل أهم النتائج والمستجدات الخاصة بمشروع

دبي-الفجر:

في إطار جهودها للارتقاء بمستويات الإدارة المالية على المستوى الاتحادي، وتعزيز التكامل في السياسات المالية بين مختلف إمارات الدولة، نظمت وزارة المالية ورشة التنسيق المالي على مستوى دولة الإمارات العربية المتحدة مؤخراً في مقرها بإمارة دبي. وتأتي هذه الورشة في إطار رؤية الوزارة في أن تكون وزارة رائدة عالمياً في المجال المالي. وعقدت الورشة بحضور أحمد العبدولي رئيس قسم إحصاءات مالية الحكومة وأعضاء إدارة تنسيق السياسات المالية في الدولة، وممثلين عن الدوائر المالية في كل من إمارة أبوظبي، وإمارة

سلطان بن سليم: إنجاز جديد نضيفه إلى نجاحاتنا التي تعزز استراتيجية دبي الذكية

## دبي التجارية تطبق معيار الأيزو 18295:1-2017 في تشغيل مركز الاتصال لديها

دبي-الفجر:

أعلنت دبي التجارية، النافذة الذكية الموحدة للتجارة والخدمات اللوجستية في دبي التابعة لمجموعة موانئ دبي العالمية، عن تطبيقها معيار أيزو 18295:1-2017 والخاص بمعايير تشغيل مراكز الاتصال. وتعتبر دبي التجارية من أوائل المؤسسات في العالم التي تطبق هذا المعيار الذي تم إطلاقه حديثاً منذ شهر يوليو الماضي؛ وتضمن من خلاله أن يكون مركز الاتصال وخدمة العملاء التابع لها متوأمًا مع أرقى المعايير العالمية، ويلبي حاجات المتعاملين بشكل كامل، ويمثل إضافة حقيقية لمجموعة المنصات الذكية والإلكترونية الشاملة التي تقدمها المؤسسة، سواء عبر موقعها الإلكتروني dubaitrade.ae أو عبر التطبيقات الذكية تريديشيلد و لوجي غيت.



ويهدف الترشيح لفتح أسواق جديدة وتوسيع نطاق الخدمات



التي يتم تقديم الدعم الفني من



التعامل مع كافة الإجراءات والخدمات التي يحتاجها عملاؤنا.

رئيس كهرباء ومياه الشارقة يشارك بمؤتمر أسبوع الطاقة في سنغافورة

الشارقة-وam:

الطاقة ووزراء وشخصيات عديدة إلى أن دولة الإمارات بصفه عامة وإمارة الشارقة بصفه خاصة قطعت شوطاً كبيراً في مجال الطاقة المتجددة وتحضي بخطوات ثابتة وبكل ثقة في عملية التحول الذكي والاعتماد على الطاقات المتجددة. وتطرق إلى أهمية الحفاظ على الطاقة من خلال وضع برامج طموحة نحو طاقة تكون أنظف وأكثر استدامة لجميع الفئات.

مؤكداً أن استراتيجية هيئة كهرباء ومياه الشارقة وضعت ضمن أولوياتها تنفيذ مشروعات طموحة

أكد سعادة الدكتور المهندس راشد الليم رئيس هيئة كهرباء ومياه الشارقة أهمية التخطيط لعمليات التحول نحو طاقة عالمية ذكية ومستدامة من خلال خطط ومقترحات لأنظمة طاقة آمنة وصادقة للبيئة وذات كفاءة اقتصادية مرتفعة.

ونوه الليم خلال الكلمة الافتتاحية التي ألقاها في مؤتمر أسبوع الطاقة المتعدد حالياً في سنغافورة بحضور ممثلي عشرين دولة وعدد من خبراء

الرفع كفاءة الطاقة بنسبة 50 بالمائة من خلال تحويل تشغيل الوحدات الغازية الجديدة والعالمية من النفط الثقيل إلى الغاز الطبيعي إضافة إلى تحويل محطات الانتاج الغازية إلى دورات لحطات مركبة والاهتمام بموضوع ترشيح استهلاك الطاقة من خلال برامج أعدها الهيئة وخططت بدأت تنفيذها والتي سينخفض الطلب على الطاقة بموجبها في السنوات المقبلة إلى جانب دعم السياسات البحثية وبناء القدرات البشرية في هذا المجال.

وأكد ضرورة العمل وتكاتف الجهود الدولية لتطوير حلول جديدة في مجال الطاقة المتجددة للبلدان الفقيرة التي ليس لديها الخبرة والتكنولوجيا ورأس المال. مشيراً إلى أن هذه البلدان أقل البلدان مسؤولية عن التغيير المناخي ومع ذلك تعاني آثاره. وأوضح أن أفريقيا لديها فرص كبيرة في مجال إنتاج الطاقات المتجددة ويمكنها وضع معايير في هذا المجال حيث أن نحو ثلثي سكانها متأثرون بفقير الطاقة لكن هناك فرصاً لتطوير يجب الاستفادة منها.

وأوضح أن أفريقيا لديها فرص كبيرة في مجال إنتاج الطاقات المتجددة ويمكنها وضع معايير في هذا المجال حيث أن نحو ثلثي سكانها متأثرون بفقير الطاقة لكن هناك فرصاً لتطوير يجب الاستفادة منها.

«آثار الغبار على الألواح الشمسية الكهروضوئية»

المتدب الرئيس التنفيذي للهيئة اهتمام كهرباء ومياه دبي بتعزيز الابتكار في مجالات الاستدامة والطاقة المتجددة ودعم جهود البحث والتطوير في مجال الطاقة النظيفة والاقتصاد الأخضر من خلال طويلة المدى التي أطلقها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي رعاه الله لبناء اقتصاد أخضر

حساسات وأجهزة خاصة لقياس نسبة الأتربة وتنظيف الألواح بشكل دوري وتقليصها بمواد خاصة للحماية من آثار الأتربة. وتناولت حركة الغبار وخصائص ذراته والطرق الوقائية لتقليل أضرارها فضلاً عن دراسة تجارب مختلف البلدان في هذا المجال وخصوصية المناخ بالمنطقة، وأكد سعادة سعيد محمد الطاير العضو

الشمسية الكهروضوئية من القطاعات البحثية والمؤسسات الأكاديمية والجهات الحكومية. ركزت الورشة - التي امتدت ثلاثة أيام - على تبادل الخبرات وأفضل التجارب العالمية حول تأثير الغبار على الألواح الكهروضوئية ومستوى أدائها وكيفية التخفيف من هذه الآثار. وتطرق إلى القضايا المتعلقة بصيانة الألواح وتشغيلها بما فيها تركيب

دبي - وam:

نظمت هيئة كهرباء ومياه دبي بالتعاون مع المختبر الوطني للطاقة المتجددة التابع لوزارة الطاقة الأميركية ورشة العمل الثانية حول «آثار الغبار على الألواح الكهروضوئية» بمرکز دبي الدولي للمؤتمرات والمعارض وذلك بمشاركة متخصصين في الألواح









# جامعة نيويورك أبوظبي تقدم محاضرات على مدى يومين في برنامج «القيادات الإعلامية العربية الشابة»



•• دبي-الفسح:

استضاف مركز الشباب العربي امس جامعة نيويورك أبوظبي، التي تشارك في برنامج القيادات الإعلامية العربية الشابة، الذي انطلقت أعماله يوم 13 نوفمبر الحالي بمشاركة أكثر من 100 شاب وشابة من 19 دولة عربية.

وتشارك جامعة نيويورك أبوظبي في البرنامج لطرح عدد من المواضيع التي يملها العصر الحديث على كافة القطاعات والمجالات، ويشكل أخص القاطع الإعلامي، على مدى يومين متتاليين من البرنامج في إمارة أبوظبي.

تناولت جلسات اليوم الأول من جدول الأعمال مع جامعة نيويورك أبوظبي مواضيع السياسة في عصر الإعلام الرقمي والتفاعلي، بالإضافة إلى مناقشة إمكانية استخدام الحواسيب الإلكترونية لتحليل اتجاهات الإعلام ونقده بصورة بناءة.

وقدمت الجامعة ورشة عمل وتدريب عملي لمحاولة فهم وتحليل وسائل الإعلام الموجودة حالياً، بينما اختتمت الورشة الأولى بمناقشة التأثير المحتمل للتكنولوجيات الجديدة ودور الشباب في عالم مليء بالتحديات والخوارزميات والتشغيل الآلي.

بينما تناول الجزء الثاني من الورشات كيفية تأثير السياسة على محتوى الإعلام الرقمي وتقنياته، والجهات الرئيسية التي يمكن أن تستخدم الإعلام لأغراض سياسية. بالإضافة إلى العمل على وضع أفضل الاستراتيجيات لتجنب الآثار السياسية السلبية في وسائل الإعلام الرقمية والحفاظ على مصداقيته.

وقالت زينب العلي، مديرة برنامج القيادات الإعلامية العربية الشابة في مركز الشباب العربي: لا يخفى الدور الأكاديمي في عملية تطوير مواهب الشباب وقدراتهم المعرفية، وفي بوابة المعرفة الأولى التي يتلقى من خلالها الشباب تدريبهم النظري

وجريدة الشرق الأوسط وجريدة الحياة. وبرنامج القيادات الإعلامية العربية الشابة هو أضخم برنامج من نوعه. تم إطلاقه ضمن المبادرة الإعلامية للشباب العربي بهدف إلى تطوير جيل متمكن من المواهب الإعلامية الشابة والمؤثرين الإعلاميين في الوطن العربي، لبناء منظومة إعلامية متكاملة، تضمن استمرارية تطور هذا المجال في المستقبل، وتواكب أهم تطوراته وتغيراته.

ومحاضرات وندوات، بالإضافة إلى زيارات ميدانية إلى عدد من المؤسسات الإعلامية الرائدة في المنطقة. وتعاون مركز الشباب العربي مع عدد من الشركاء الاستراتيجيين في البرنامج منهم مؤسسة تومسون رويترز، ومجموعة MBC، وقناة سي إن إن، وبلومبيرغ، وقناة العربية، وقناة سكاي نيوز عربية، والجامعة الأمريكية في دبي، وتويتر، وGoogle

الذي يعد مكملاً للتجارب العملية، والتي حرصنا على توفيرها من خلال ورشات العمل والزيارات الميدانية في برنامج القيادات الإعلامية العربية الشابة، بالتعاون مع عدد من الجهات الأكاديمية والإعلامية المرموقة في الوطن العربي والعالم. يستمر برنامج القيادات الإعلامية العربية الشابة حتى 26 نوفمبر، بشكل مكثف يشمل عدة محاور منها الورشات التدريبية وجلسات مناظرة متنوعة

# منوعات الفكر

30



## هيئة الشارقة للكتاب تفتح أبواب مدينة النشر أمام الناشرين الكويتيين

•• الشارقة-الفسح:

تواصل هيئة الشارقة للكتاب مشاركتها في معرض الكويت الدولي للكتاب، بدورته الثانية والأربعين التي تقام خلال الفترة ما بين 15-25 من شهر نوفمبر الجاري، وتركز فيها الهيئة على الترويج لمدينة الشارقة للنشر، التي افتتحت مؤخراً، وتشكل وجهة للعاملين في قطاع النشر، من مختلف أنحاء العالم.

وحظي جناح الهيئة في المعرض الذي يشهد مشاركة 479 عارضاً من 30 دولة عربية وأجنبية، بزيارة العديد من كبار المسؤولين، تقدمهم معالي الشيخ محمد عبد الله المبارك الصباح، وزير الدولة لشؤون مجلس الوزراء ووزير الإعلام بالوكالة، الذي أشاد بجهود صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، في دعم العمل الثقافي على المستوى العربي والدولي، وتعزيز العلاقات الأخوية بين الإمارات والكويت، وأكد على أهمية تطوير التعاون بين الجانبين من أجل تحقيق مزيد من التميز للثقافة العربية، والتعريف بها في جميع أنحاء العالم.

وقال سعادة أحمد العامري، رئيس هيئة الشارقة للكتاب: تحظى المشاركة في معارض الكتاب الخليجية والعربية بأولوية خاصة لدينا، تماشياً مع رؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، في ضرورة توثيق علاقات التعاون والشراكة مع المؤسسات والهيئات المعنية بالثقافة والفنون والنشر في مختلف الدول العربية، من أجل الارتقاء بالثقافة العربية والتعريف بها على نطاق واسع في جميع أنحاء العالم.

وأكد العامري أن هيئة الشارقة للكتاب حرصت هذا العام على التعريف بمدينة الشارقة للنشر، التي توفر فرصة للناشرين العرب لفتح الآفاق على مختلف أسواق الكتاب في العالم، عبر ما توفره لهم من مرافق وخدمات وتسهيلات، ويفضل تواجد جميع العاملين في القطاعات المرتبطة بصناعة النشر في مكان واحد، بدءاً من دور النشر، والوكالات الأدبية، وصولاً إلى شركات الطباعة، وشركات التوزيع.

وخلال مشاركتها في المعرض، نظمت الهيئة العديد من اللقاءات والاجتماعات مع الناشرين المشاركين، ومسؤولي المؤسسات الثقافية، إضافة إلى العديد من الشخصيات الرسمية المعنية بالعمل الثقافي وصناعة الكتاب، وتناولت هذه اللقاءات بحث سبل تعزيز التعاون بين الجانبين، والمشاركة في الدورة المقبلة من مهرجان الشارقة الفرائي للطفل، التي ستقام خلال الفترة من 18 إلى 28 أبريل 2018.

ويصدرت هيئة الشارقة للكتاب إلى توزيع العدد الأول من مجلته الجديدة «الناشر الأسبوعي»، التي تصدر بالتعاون مع مجلة بيليشرز ويكلي الأمريكية العربية،

على زوار جناحها، إضافة إلى توزيع استثمارات المشاركة في جوائز معرض الشارقة الدولي للكتاب، ومعرض الشارقة لرسوم كتب الطفل، ومنحة الترجمة التي تقدمها سنوياً لعشرات الناشرين، وجائزة ترجمة للترجمة، الأكبر من نوعها في العالم.

يذكر أن هيئة الشارقة للكتاب كانت قد بدأت عملها في ديسمبر 2014، وهي تعمل على تشجيع الاستثمار في الصناعات الإبداعية وزيادة حصتها،

وتوفير منصة فكرية للتبادل المعرفي والفكري والتغلب على الشغوب والحضارات والثقافات، والتأكيد على أهمية الكتاب وأثره في نشر الوعي في المجتمع في ظل التطور التقني وتنوع مصادر المعرفة، واستقطاب المعنيين بقطاع الثقافة بوجه عام والنشر والطباعة والترجمة والتوثيق بوجه خاص إضافة إلى كتاب الأطفال.

## الفجيرة الثقافية ضيف شرف ملقى شعراء المهجر في باريس

تشارك جمعية الفجيرة الاجتماعية الثقافية كضيف شرف في الدورة الرابعة من الملتقى الأدبي الشعري الذي ينظمه منتدى الشعراء CPMP بالعاصمة الفرنسية باريس في 25 نوفمبر الجاري. ويقيم الأديب الإماراتي خالد الطنحاني رئيس مجلس إدارة الجمعية خلال المنتدى قراءات شعرية ضمن كوكبة من الشعراء العرب الذين سيقدّمون من مختلف دول المهجر وبعض البلدان العربية. ويحفل برنامج جمعية الفجيرة الاجتماعية الثقافية خلال هذه الزيارة بالعديد من اللقاءات الإعلامية وزيارات عدد من المؤسسات الثقافية المرموقة لبحث سبل التعاون الثقافي خصوصاً فيما يتعلق بالتحضير لفعاليات الأيام الثقافية الإماراتية التي ستنتظمها الجمعية في باريس بداية العام المقبل 2018. وأوضح خالد الطنحاني أن الجمعية تسعى من خلال مشاركتها

الدولية إلى مد جسور التواصل الحضاري مع الثقافات الأخرى وتوسيع آفاقه وتسليط الضوء على الإبداعات الإماراتية وفتح باب التواصل مع أدب المهجر لتعزيز التعاون مع المثقفين العرب المهاجرين إلى دول أوروبا وذلك من منطلق دعم مسيرة العطاء الثقافي العربي عالمياً والاحتفاء بأدب المهجر الذي أسهم في نشر الثقافة العربية في دول المهجر. يذكر أن جمعية الفجيرة الاجتماعية الثقافية نظمت في أكتوبر الماضي ضمن مبادرة «سفرنا زايد» أياماً ثقافية إماراتية في مدريد بالتعاون مع سفارة الدولة في المملكة الإسبانية حيث لاقت الضعائات الإماراتية نجاحاً كبيراً وحظيت باهتمام واسع في الأوساط الثقافية والإعلامية العربية والإسبانية. كما شاركت الجمعية ضمن برنامجها الدولي في ملتقى «ابن بطوطة» الثقافي بإيطاليا ومنتدى الفن والإبداع الشبابي بالمملكة المغربية.



## وفد من إكسبو 2020 يزور مركز جمعة الماجد للثقافة والتراث



بدعوة من سعادة جمعة الماجد رئيس مركز جمعة الماجد للثقافة والتراث زار المركز وفد من إكسبو 2020 ضم كلا من د. حياة شمس الدين مستشار أول الشؤون الثقافية، وأ. ماهيتا أياشا يوريتا، وأ. أحمد العنزي مدير الأنشطة، وكان في استقبالهم كل من د. محمد كامل المدير العام للمركز، وأ. شيخة الطيبري رئيس قسم الثقافة الوطنية، وأ. أنور الظاهري رئيس شعبة العلاقات العامة. تأتي هذه الزيارة لبحث أوجه التعاون بين المركز وإكسبو 2020، وللإطلاع على مقتنيات المركز وإمكاناته التي يمكن أن تشكل دعماً للجانب الثقافي والتراثي في إكسبو.

بدأت جولة الوفد في قسم الثقافة الوطنية حيث اطلع على معرض الإمارات في ذاكرة الزمن، ثم زار الوفد معرض مسيرة العطاء الذي يضم عدداً من المقتنيات النادرة والصور التي توثق مسيرة المركز خلال ربع قرن من الزمن. وفي خزانة المخطوطات اطلع على عدد من المخطوطات الأصلية التي اشتملت على المنمنمات والصور والتذهيب، والمصاحف النادرة، وزار الوفد أيضاً قسم المكتبات الخاصة والعمل الرقمي. ثم انطلق الوفد إلى معمل الحفظ والمعالجة والترميم. وفي ختام الزيارة عبر الوفد عن شكره لهذه الفرصة التي أتاحت لهم التعرف على الجهود التي يبذلها المركز في سبيل الحفاظ على التراث ونشره بين الناس، وتوجه بدعوة للمركز لزيارة إكسبو للاطلاع على ما تم إنجازه منذ بدء العمل فيه إلى الآن، وبدوره تقدم د. محمد كامل مدير مركز جمعة الماجد للثقافة والتراث بالشكر الجزيل للوفد لتبليته هذه الدعوة وشكر لهم تعاونهم المثمر البناء.



## منوعات

# الفكر

31

لقب مطرب لا يعطى (عبثاً) بل بناءً على استمرارية تمتد لسنوات

## نجوى كرم: لا يهمني أن أتصدر كشاعرة في أغنياتي

من نجاح الى نجاح، ومن خلال استمرارية لم تشبها شائبة ونجومية لم تهتز، تثبت نجوى كرم أنها ستكون مدرّسة فنية للأجيال القادمة. (شمس الأغنية) التي صنعت نجاحها ونجوميتها بإصرار وعناد، سعت بجهد وجهد وكد وتعب لأن تصبح الرقم واحد عربياً، هي التي تستقبل بزفة عروس في حفلاتها في أي بلد غنت فيه، للتأكيد على مكانتها الفنية التي لا ينازعها عليها أحد، صوتاً وحضوراً وشكلاً.

نجوى كرم تحدّثت عن نجاحها وسر استمراريته وعن علاقتها ب (الفانز) وإطلالاتها العفوية على مواقع التواصل الاجتماعي، عن الفارق بين نجومية المهرجانات ونجومية (السوشيال ميديا) ومواضيع أخرى في الحوار الآتي:

أو أوضع في مكان ما أنني الأولى أو الثانية، سواء من (فانزاتي) أو من (فانز) غيري، بل يهمني أن أقل الصورة الحقيقية من خلال مهرجاناتي لأنها وحدها تعبر عن الحقيقة.

• أنت من الفنانة القليلات اللواتي تمكن من المحافظة على شكل أنيق وجسم رياضي وإطلالة جميلة بعيداً عن المبالغة في عمليات التجميل، فهل تشعرين بأن التوازن ضروري في منحك هذا الشكل اللائق وغير المزيّف؟

• من يمارس الرياضة لا يمكن أن يكون (Over) في أشياء أخرى ولا يضطر إلى عمليات تجميل، لأن الرياضة (تزيّن) الجسم. ويجب ألا ننسى أن هناك أساساً، ولذلك فإنني أحرص على الشكل المرتب والأنيق. فأن لا يهمني أن أكون (موديل) أو (فاشينيستا) تعرض الملابس فقط.

• أحياناً يحصل تضارب في المعلومات التي تتعلّق بمراتب الألبومات واحتلالها للصدارة، ويدخل (الفانز) في حروب في ما بينهم لأن كلاً منهم يدعي أن ألبوم نجمه المفضل هو الأول. ما رأيك بهذا الموضوع، وكيف تتعاطين معه وتنظرين إليه؟

• هل تؤمنين بأنه لم تعد هناك نجمة أولى في العالم العربي، وهل يمكن القول إنه بالإضافة إليك تعتبر نانسي عجرم وإليسا وهيفاء وهبي وسميرة سعيد وشيرين عبد الوهاب وأصالة نجمات الوقت الحالي؟ وهل يعود السبب إلى كوننا نعيش عصر الأغنية الضاربة؟

• في كل العصور لطالما كانت هناك أغنية ضاربة أو أغنية يرددها الناس دائماً، تحيي الفنان مجدداً وتصبح جزءاً من تاريخه الفني. ويجب ألا ننسى أنه إذا برز فنان ب (هفوة) أو بأغنية، فإنه يمكن تصنيفه مع الفنانين الذين لهم تاريخ فني.

• وأقول هذا من دون تسميات. ولذلك، لا يجوز الخلط بين مواقع الفنانين وأحجامهم، فهناك فنانون أصبحوا مدرّس تقريباً وربما يصبحون كذلك بعد عشر سنوات، فإذا لم تضرب لهم أغنية بينما ضربت ل (حدا غنية ع الماضي)،

فإن الأخير لن يُعَد المدرّسة في بيتها، لأن الاستمرارية هي التي تؤكد وجود الفنان على الساحة الفنية. ومن هنا، فإن كلمة مطرب لا تعطى (عبثاً) أو كيفما كان، بل بناءً على استمرارية تمتد لسنوات، وعندما يصبح الفنان مدرّسة للجميع.

• شاركت حتى الآن كمضو لجنة تحكيم في برنامج (أرابز غوت تالانت)، فهل ستكتفين بهذه التجربة أم يمكن أن تخوضي تجارب أخرى جديدة من خلال تقديم البرامج أو التمثيل أو الإعلانات؟

• من خلال ما تقدّمه للناس ونجاحاتنا، تصلنا عروض كثيرة يمكن أن تناسب شخصيتنا وربما العكس. وتالياً، ما لا يُناسب شخصيتي لا أواجه فيه وما يتناسب معها أواجه فيه،

ومن بينها برنامج (أرابز غوت تالانت) الذي وجدت أنه يُناسبني ويضيء على جوانب شخصيتي لم تكن ظاهرة في شخصيتي الفنية. الدنيا عرض وطلب، والموضوع كله ليس سوى تكلمة لحياتنا الفنية.

الأحيان نغير معاً في الأفكار، ليس لكوني شاعرة بل لأنني أريد غناء الكلام والموضوع الذي أشعر به وأتفاعل معه، كما هي الحال بالنسبة إلى أي فنان أو مطرب يحتاج إلى كلمة يشعر بها ويتفاعل معها. بالنسبة إلى الألمان، يمكن أن أستدوق بعض الجمل اللحنية، ويمكن ألا أحب جملاً لحنية أخرى، ولكن في النهاية يجب التركيز أولاً وأخيراً على صوتي وهذا ما اعتدت عليه منذ بداياتي الفنية.

• أحياناً يحصل تضارب في المعلومات التي تتعلّق بمراتب الألبومات واحتلالها للصدارة، ويدخل (الفانز) في حروب في ما بينهم لأن كلاً منهم يدعي أن ألبوم نجمه المفضل هو الأول. ما رأيك بهذا الموضوع، وكيف تتعاطين معه وتنظرين إليه؟

• هل تؤمنين بأنه لم تعد هناك نجمة أولى في العالم العربي، وهل يمكن القول إنه بالإضافة إليك تعتبر نانسي عجرم وإليسا وهيفاء وهبي وسميرة سعيد وشيرين عبد الوهاب وأصالة نجمات الوقت الحالي؟ وهل يعود السبب إلى كوننا نعيش عصر الأغنية الضاربة؟

• في كل العصور لطالما كانت هناك أغنية ضاربة أو أغنية يرددها الناس دائماً، تحيي الفنان مجدداً وتصبح جزءاً من تاريخه الفني. ويجب ألا ننسى أنه إذا برز فنان ب (هفوة) أو بأغنية، فإنه يمكن تصنيفه مع الفنانين الذين لهم تاريخ فني.

• وأقول هذا من دون تسميات. ولذلك، لا يجوز الخلط بين مواقع الفنانين وأحجامهم، فهناك فنانون أصبحوا مدرّس تقريباً وربما يصبحون كذلك بعد عشر سنوات، فإذا لم تضرب لهم أغنية بينما ضربت ل (حدا غنية ع الماضي)،

فإن الأخير لن يُعَد المدرّسة في بيتها، لأن الاستمرارية هي التي تؤكد وجود الفنان على الساحة الفنية. ومن هنا، فإن كلمة مطرب لا تعطى (عبثاً) أو كيفما كان، بل بناءً على استمرارية تمتد لسنوات، وعندما يصبح الفنان مدرّسة للجميع.

• شاركت حتى الآن كمضو لجنة تحكيم في برنامج (أرابز غوت تالانت)، فهل ستكتفين بهذه التجربة أم يمكن أن تخوضي تجارب أخرى جديدة من خلال تقديم البرامج أو التمثيل أو الإعلانات؟

• من خلال ما تقدّمه للناس ونجاحاتنا، تصلنا عروض كثيرة يمكن أن تناسب شخصيتنا وربما العكس. وتالياً، ما لا يُناسب شخصيتي لا أواجه فيه وما يتناسب معها أواجه فيه،

ومن بينها برنامج (أرابز غوت تالانت) الذي وجدت أنه يُناسبني ويضيء على جوانب شخصيتي لم تكن ظاهرة في شخصيتي الفنية. الدنيا عرض وطلب، والموضوع كله ليس سوى تكلمة لحياتنا الفنية.

بالتفاعل الحقيقي والمباشر على المسرح وفي المدرّجات. أما بالنسبة إلى صدى الأغاني على (السوشيال ميديا)، فكلنا لدينا فضول كي نعرف الأغنية ونشاهدها ونسمعها، ولكن ليس بالضرورة أن نحبها وأن نذهب من أجلها لحضور الفنان في حفلاته.

• تشاركين في ألبوماتك ليس غناءً فقط بل أيضاً في كتابة الشعر وربما في بعض الجمل اللحنية، فهل ترين أنه يجب أن تتدخلي في عملك على مستوى الكلمة واللحن؟

• لست شاعرة في الأساس ولا يهمني أن أتصدر كشاعرة في أغنياتي، ولكن في بعض الأحيان أحب أن أقل بعض الخواطر إلى الناس لأنني أعجبتُ بفكرتها، سواء بسبب أسلوبها أو لأنها تطرح موضوعاً معيناً بطريقة جذابة، ولم لا؟

• منذ بداياتي كنتُ أتعاطى مع الشاعر وفي غالبية الأحيان كنتُ أنا من يطرح الموضوع، وفي كثير من

القرية التي تضمّ المحبين من (الفانز) الذين يتبعون أخباري الحقيقية. هناك فنانون هم في الحقيقة نجوم (سوشيال ميديا)، فهل ترين أن مواقع التواصل الاجتماعي صنعتُ نجوماً من لا شيء، وأنتِ شخصياً كيف تتعاملين معها، خصوصاً وأنا أصبحنا نشاهدك في الفترة الأخيرة وأنت تطبخين وتأكلين المشبك وتعدين الفطائر؟

• أحياناً نعتمد العفوية في إطلالتنا كي نكون حقيقيين وعلى سجيّتنا وطبيعتنا وننقل الأشياء كما هي. وإذا حطفت لنا صورة وأعجبنا، يمكن أن ننشرها على (السوشيال ميديا) كي يُشاركنا بها الجمهور، فيشعر (الفانز) بأنه لا توجد حواجز بيني وبينهم.

• ولا شك في أن (السوشيال ميديا) باتت تشكل عنصراً أساسياً في حياة الفنان، ولكن من يملك ملايين المتابعين على (السوشيال ميديا)، فهذا لا يعني أن الملايين سيتواجدون في حفلاته. جمهور (السوشيال ميديا) يختلف عن جمهور الحفلات، والأقلية منه يمكن أن تتواجد في حفلات الفنان، والعكس صحيح. وأعتقد أن من يلاقي الفنان في حفلاته ليس بالضرورة هو نفسه الذي يتابعه على (السوشيال ميديا)، فجمهور مواقع التواصل جديد وشبابي، يتابع وأحياناً يتواجد في الحفلات، بينما جمهور الحفلات هو جمهور شبّاك التناكر الخاص بالفنان أي أنه صدى الأغاني الذي يُترجم

تؤكد النجاحات المستمرة التي تحقّقينها وجودك على الساحة الفنية، وهذا الأمر تثبتته المهرجانات والحفلات التي تشاركين فيها. ولا نبالغ إذا قلنا إن كل مهرجان تشاركين فيه، يتحوّل إلى عرس وهذا ما لسناءه في أكثر من دولة عربية بينها لبنان. ولا شك في أن المحبة من الله، ولكنك ما سرّ هذا النجاح الذي يلازم مسيرتك الفنية عاماً بعد عام؟

• الفن يتطلب متابعة من كافة نواحيه وعلى جميع الأصعدة. يحتاج الفن إلى اهتمام ويجب أن يشعر الفنان وكأنه لا يزال في مرحلة البدايات، ولذلك، كلما اشتغل الفنان في البدايات على تحقيق شهرة واسعة وعلى أن يكون معروفاً إعلامياً، وكلما عرف كيف ينال رضى الناس عنه، والأهم كيف يحترم هو الجمهور من خلال ما يقدمه من كلمة ولحن وعمل، عدا الاهتمام بصوته ووضحة صوته، كل هذه الأمور تشكل الأرضية للاستمرارية.

• وأنا شخصياً أحب أن أحافظ على هذه الركاكز، كما أحرص على التواصل مع الأجيال الجديدة، لأنها هي التي تمّد في عمري الفني وتمنحني خلايا جديدة لتقديم كل ما هو جديد.

• نحن في عصر (السوشيال ميديا). كم تخصصين من وقتك لها بهدف التواصل مع (الفانز) وكم تشعرين بأنها جزء أساسي من نجاح الفنان وتواجده؟ إذ حتى لو اكتفى بنشر تغريدة على (تويتر)، فهذا الأمر كفيلاً يتناقل أخباره إعلامياً وعلى المواقع الإلكترونية؟

• هذا أمر مؤكّد، لأن اسمها مواقع تواصل اجتماعي. هذه المواقع أزالّت الحواجز بين الفنان وبين محبيه، وبيات متاحاً أن يتواصل معهم مباشرةً للإطمئنان عنه ومعرفة أخباره من دون زيادة أو نقصان، سواء في يومياته العادية أو مشاريعه الفنية. ولا شك في أن (السوشيال ميديا) هي منبر وسيف ذو حدين، إذ إنها تخطف الناس من عالمهم الاجتماعي ولكنها في الوقت نفسه تحوّل العالم قرية صغيرة، وأنا حريصة على هذه



أؤدي شخصية جديدة بكل ما تعنيه الكلمة

## هدى صلاح: (حبيبي حياتي) عمل اجتماعي يتخلله جانب كوميدى



بصورة وأسلوب جميل جداً، حتى إنني انجذبت إليه ووقعت في إغرائه بمجرد قراءتي للأوراق الأولى منه، مردفةً (أنه مسلسل يتسم بكثير من السلاسة وسهولة الانتقال على صعيد تسلسل الأحداث التي تدور في حقبة السبعينات من القرن الماضي، إلى جانب مناقشته وطرحه لجملة من القضايا المهمة التي تشغل مختلف شرائح المجتمع). وأشارت صلاح إلى ملامح الشخصية الدرامية التي تجسدها، بالقول: (أؤدي في المسلسل شخصية جديدة بكل ما تعنيه الكلمة، إذ لم يسبق لي أن جسدتُ مثيلاً لها، وتتمثل في شخصية امرأة كويتية استقرائية، تكون ضد علاقة حب تنشأ خلال أحداث المسلسل، مكملةً من الأسباب التي دفعتها إلى قبول المشاركة فيه، أنها المرة الأولى التي تشارك في مسلسل تدور أحداثه في فترة السبعينات، فأغراها العمل بجاذبية إطاره الزمني، وزادت: (وجدت أنه من التميز أن أطل بهذه الصورة على جمهوري من باب التغيير والتنويع، على صعيد الشكل الخارجي الذي يجب أن يتغير تماشياً مع (ستايل) ذلك الوقت)، مواصلة: (إلى جانب ذلك، فإن وجود المخرج الفضلي، صاحب الرؤية والنظرة الجميلة، كان عاملاً مهماً أيضاً في قبولي للمشاركة، خصوصاً أنني سبق أن اجتمعت معه في أعمال سابقة ناجحة، بالإضافة إلى رغبتني الصادقة في الانضمام إلى فريق ممثلي الفنان حسن البلام).

من النجوم بينهم حسن البلام، انتصار الشراح، زهرة عرفات، عبدالإمام عبدالله، شوق، محمد رمضان، هدى صلاح، مبارك المانع، فهد البناي وبإاسة.

الفنانة التونسية هدى صلاح، التي تؤدي أحد أدوار البطولة في هذا المسلسل، قالت في تصريح خاص عن مشاركتها: (مسلسل (حبيبي حياتي) عمل اجتماعي يتخلله جانب كوميدى، وقد صاغته الدكتورة الدرع

بعيداً عن التصريحات الإعلامية، وتحت سياج محكم من الصمت، يعمل فريق مسلسل (حبيبي حياتي) - على نار هادئة - للانتهاء من تصوير الجزء المتبقي من مشاهد المسلسل الذي من المقرر عرضه خارج الدورة الرمضانية المقبلة.

(حبيبي حياتي) من تأليف الدكتورة فوزية الدرع وإخراج خالد الفضلي، ويتقاسم تجسيد أدواره نخبة



# الفكر

## مع حلول الشتاء 4 أغذية تساعد في تقوية المناعة



3- أوميغا 3: تتمتع الأحماض الدهنية أوميغا 3 بأهمية حيوية للجسم، ولكنه لا يستطيع إنتاجها بنفسه، لذا يجب إمداده بها عبر التغذية، وذلك بتناول الأسماك خاصة، مثل السلمون، والتونة، والسردين، والماكريل، وبيذور الكتان، وزيت بذور الكتان.  
4- الأعشاب والتوابل: لا تضيء الأعشاب والتوابل نكهة مميزة على الأطعمة فحسب، بل تعمل أيضاً على تقوية جهاز المناعة وتعزيز عملية الهضم، لذا ينبغي خلال فصل الشتاء تدفئة الجسم من الداخل بتناول الكركم، والزنجبيل، والفلفل الأحمر الحريف.

تنتشر في فصلي الخريف والشتاء، الفيروسات المسببة لنزلات البرد، والإنفلونزا بسبب انخفاض درجات الحرارة، وحتاج إلى الأغذية التي تساعد في تقوية المناعة حفاظاً على صحتنا.  
مجلة (فرويندين) الألمانية نصحت بـ4 أغذية تساعد في تقوية المناعة، وهي:  
1- فيتامين سي: يعد سلاحاً فعالاً لمحاربة نزلات البرد، لذا ينبغي الإكثار من الليمون، والبرتقال، واليوسفي، والفلفل الأحمر، والفراولة، والبابايا.  
2- الزنك: يعمل على تقوية جهاز المناعة ويدعم أيضاً بناء كرات الدم البيضاء، وتتمثل المصادر الغنية بالزنك في المحار، ولحم الكابوريا، والدواجن، والزيادي، والحمص، وبيذور القرع العسلي.

## طريقة غريبة للقضاء على السرطان

طوّر باحثون في جامعة كولورادو الأمريكية، آلية جديدة لعلاج أمراض السرطان، تعتمد على الجوع، عبر الحد من وصول الجلوكوز إلى الخلايا السرطانية، باعتباره المادة الحيوية التي تمد الخلايا الخبيثة بالطاقة اللازمة للانقسام.  
ولاحظ العلماء بعد هذه الطريقة أن تعطيل جينات "CDK8" (المسؤولة عن احتياطي الطاقة ولها الفضل في بقاء الخلايا السرطانية على قيد الحياة رغم نقص المواد الغذائية)، يساعد على الحد من امتصاص الجلوكوز ويقتل الخلايا الخبيثة بشكل عام.  
وسيتيح العلاج الجيني في القريب العاجل تطوير أساليب جديدة أكثر فعالية في علاج الأورام الخبيثة، وتسريع الإجراءات الطبية في هذا المجال. بحسب "روسيا اليوم".

## 8 أسباب طبية تفسر الشعور الدائم بالجوع

يعود الشعور الدائم بالجوع لعدة أسباب طبية، يعرضها موقع "Reader's Digest" وهي:  
1- الاكتئاب، من أقوى الأسباب العلمية للشعور الدائم بالجوع، نتيجة نقص نسبة هرمون السيروتونين (المسؤول عن تنظيم الحالة المزاجية للإنسان)، فيتم تعويض النقص بتناول الطعام بشكل مستمر.  
2- الضغط العصبي الذي يسببه الإجهاد أو الشجار أو ضغوطات العمل، يزيد من إفراز هرمون الكورتيزول (الذي يُفرز استجابةً للإجهاد)، فيعمل على إقناع الجسم بتناول الطعام.  
3- زيادة نشاط الغدة الدرقية، يعمل على سرعة عملية التمثيل الغذائي، مما يؤدي إلى الشعور بالجوع بشكل أسرع.  
4- تؤدي السمنة وزيادة دهون الجسم إلى ارتفاع مستوى هرمون الأنسولين، مما يجعل الشخص يشعر بالجوع المستمر.  
5- الدورة الشهرية، من أقوى مسببات الشعور بالجوع المستمر، نتيجة للتغيرات الهرمونية التي تحدث للمرأة أثناء هذه الفترة.  
6- زيادة الشهية من أكثر الأعراض التي تسببها الآثار الجانبية الناتجة عن تناول مضادات الاكتئاب.  
7- يؤدي جفاف الجسم إلى الشعور الدائم بالجوع، لذلك يُنصح بتناول 8 أكواب من الماء يومياً.  
8- عدم الحصول على قسط كافٍ من النوم يومياً، يمكن أن يكون سبباً قوياً للإحساس المستمر بالجوع، نتيجة عدم انتظام الهرمونات التي تتحكم في مستويات الجوع عند الاستيقاظ.



ملكة جمال الهند مانوش تيشلار تتوج بلقب ملكة جمال العالم ويجوارها الوصيفة الأولى ملكة جمال المكسيك أندريا ميزا والوصيفة الثانية ملكة جمال إنكلترا ستيفاني هيل في مسابقة ملكة جمال العالم بمقاطعة هاينان، الصين. (رويترز)

## قرأت لك

فوائد الزنجبيل



يعمل الزنجبيل على الشعور بالدفء ويحارب بقوة نزلات البرد القارس في الشتاء، كما أن الزيوت الطيارة بشراب الزنجبيل لها دوراً مهماً في تنشيط مستقبلات حرارة الجسم مما يعمل زيادة تدفق الدم في الأوردة ومن ثم الشعور بالدفء.  
يحفز الزنجبيل عملية الهضم ويساعد في حرق السعرات الحرارية وأيضاً التخلص من الدهون بشكل سريع، ويحفز تناول الزنجبيل عملية الأيض ويساعد على تنظيم مستوى السكر والكوليسترول والدهون في الدم.

## سؤال وجواب

- ما الكلمة التي إذا تكررتها عرفت وإذا عرفت ما تكررتها؟  
- كلمة أمس
- ما هي الكلمة التي ينتهي معناها إذا نطقت بها؟  
- كلمة الصمت
- أديب ورحالة لبناني في العصر الحديث من مؤلفاته قلب لبنان؟  
- أمين الريحاني.
- من صاحب كتاب العقد الفريد في الأدب العربي؟  
- ابن عبد ربه
- ما هو الكتاب الذي اشتهر به ابن طفيل؟  
- حي بن يقظان.
- من صاحب مسرحية عطيل العالمية؟  
- وليم شكسبير

## هل تعلم؟

- هل تعلم أن الموطن الأصلي لطير الكيوي في نيوزيلندا، وأن عطر العنبر موجود في كبد الحوت، وأن موطن الضب أساساً في الصحاري وأن موطن سمك الحفش الغني بالكافيار في بحر قزوين والبحر الأسود.
- هل تعلم أن السمك الكهربائي الأقوى هو الأنقليس، والذي يتواجد على سواحل أميركا الجنوبية. عضوه الكهربائي موجود في ذيله. وهو يستطيع أن ينتج صدمة كهربائية بقوة 550 فولتاً. وهذا ما يؤدي إلى صق وقتل الأسماك القريبة المجاورة.
- هل تعلم أن المرجان (واليس) هو جنس حيوانات بحرية ثوابت من طائفة المرجانيات يفرز هيكلاً كلسياً متشعباً أحمر، وقليل ما يكون وردياً أو أبيض. والهيكل الكلسي داخلي لكنه ذو فجوات تسمح للأجزاء الحية بالاختباء فيه في حالة الخطر. ويشبه هذا المرجان النباتات في نشوئه ونموه، فبيضته واحدة تعطي عدة بوالب مرتبة على أغصان كأزهار على شجيرة. ويشكل الهيكل المرجاني مادة أولية لصناعة الحلي.
- هل تعلم أن الأحجار الكريمة هي أحجار صلبة شفافة نادرة الوجود، تستعمل بعد قطعها وصلقلها في صناعة المجوهرات. تنتمي الأحجار الكريمة الشفافة والأحجار نصف الكريمة الشفافة ونصف الشفافة وغير المنفذة إلى عدد من الأنواع: مجموعة الماس، مجموعة الكورندين أو الباقوت، مجموعة الاسبينل مجموعة الزبرجد، التوباز، التورمالين، الجادي أو العقيق، مجموعة الكوارتز

## قصة الفقير والجائزة

لم يكن عبود يعرف ما سيحدث له لكنه على كل حال عرف في النهاية .. كان عبود رجلاً طيب القلب يقدم مساعده إلى كل من يحتاج إلى مساعدة حتى لو كان حيوان صغير .. وفي أحد الأيام وجد قطعة صغيرة مسكينة ومريضة ترتجف من البرد فأخذها معه إلى بيته الصغير جداً وضع لها جلباباً بالياً ثم غطاه به وحلب العزة ووضع لها بعض الحليب وشرب هو الباقي .. استمر الحال هكذا حتى شفيت القطعة واستعادت عافيتها فكانت تخرج تمشي وراءه مثل ظله وسبحان الله كان فاتها دائماً خير عليه فكلما خرجت وراءه طلبه شخصاً ما لقضاء عمل مقابل رزق وفير .. اما اذا نامت في البيت ولم تلحق به فيكون يومه بسيط ورزقه ايضا بسيط وفي ذات يوم خرجا معا إلى السوق الواسع فوجد من يعمل لديه في جو حار خائف لكنه تحمل وعمل بمشقة وجهد حتى تعب جدا ودخل عليه الليل حين أنهى عمله وقبض اجره القليل، ذهب به واشترى بعض الطعام وذات ليلة عند الفجر استيقظ على لعق القطعة الصغيرة لوجهه .. اذاحها ليأكل لكن لا فائدة استمرت تداعبه ثم نموه وتذهب إلى باب البيت عدة مرات حتى احس بان هناك شيئاً ما فقام وخرج وراءها وهناك خلف البيت اخذت القطعة تنكش التراب وتزيحه ثم تتوقف وتذهب اليه وكأنها تدعوه ليأتي وينكش التراب ايضا فظن انها تريد ان تقضي حاجة فقام بأزاحة بعض التراب لكنه احس بان هناك شيئاً يبرز من تحته وكان عبارة عن جره صغيرة سحبتها بيده فوجدها قد اقلبت باحكام بقطعة من الفخار ايضا حملها بيده وهو مندهش ويتساءل كيف عرفت القطعة بأمرها، هناك في البيت اضطر لكسر الجرة فوجدها ممتلئة عن اخرها بقطع نقدية ومشغولات ذهبية، ولم يكن لديه غير الدهشة الشديدة والذهول وحينما ادار وجهه لينظر إلى قطعه لم يجدها بل وجد باب بيته مغلق فاسرع وفتح الباب لكنها لم تكن هناك .. منذ ذلك الوقت اختفت القطعة ولم يرها ابداً لكنه دائماً يتذكرها ويقول اين انت يا صاحبة الفضل؟  
هو الان رجل ميسور الحال جداً وقد خصص بعض ماله لمساعدة المحتاجين الذين لم يكن يستطيع مساعدتهم وهو فقير .

## مساحة للتلوين

