

ص 22

وفد جامعة السلطان
محمد الفاتح التركية
يزور جامعة الإمارات



ص 31

بروس كامبل يدعو
المعجبين ألا يحكموا
مسبقاً على Evil Dead



المراسلات: ص ب 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

ولادة 4 جراء من الذئاب العربية في منتزه الصحراء بالشارقة

شهد مركز حيوانات شبه الجزيرة العربية في منتزه الصحراء التابع لهيئة البيئة والحميات الطبيعية بالشارقة ولادة 4 جراء يمكن مشاهدتها تتجول مع الأم في القسم الخاص بالذئاب العربية في المركز. وأثنى الذئب العربي تلد ما بين واحد و 4 جراء في أواخر فصل الشتاء وأول فصل الربيع وعادة ما تلجأ أثنى الذئب بعد الولادة إلى جحر وكر حيث تكون صغار الذئب ضعيفة عند ولادتها وتظل في داخل الوكر إلى أن تبلغ الشهرين من العمر ومع نموها تأخذ الجراء بالابتعاد عن الوكر تدريجياً لتتنضم إلى الذئاب البالغة في جولات الصيد لتتعلم كيف تسد حاجتها في الغذاء. ويعتبر الوطن الحقيقي للذئب العربي منطقة شبه الجزيرة العربية حيث تعيش في الجبال والسهول الحجرية والسهول الساحلية وأيضاً تتواجد الذئاب العربية في الصحارى الرملية الكبيرة مثل الربع الخالي وتجد وحالياً يتواجد الذئب العربي في محميات بسلطنة عمان والسعودية واليمن وفي دولة الإمارات اقترض الذئب العربي حيث لم يشاهد منذ سنوات عدة. ويمكن التفرقة بين سلالات الذئاب العربية الأصلية والذئاب المهجنة المتزاوجة مع الكلاب من خلال لون العيون حيث تتميز الذئاب العربية الأصلية بلون العيون الصفراء أما الذئاب المهجنة فتكون لون عيونها بنية.

الدعم الجماعي يخفف الوزن

ذكرت دراسة أميركية أن الأشخاص الذين يتبعون حمية غذائية فردية يخسرون وزناً أقل بخمس مرات من الأشخاص الذين ينتمون إلى مجموعة مراقبي الوزن لتحقيق هذا الهدف، مما يؤكد أهمية وجود شبكة اجتماعية داعمة لمساعدة الأشخاص الذي يرغبون بإحداث تغييرات دائمة في أنماط حياتهم وغذائهم. وبيئت الدراسة التي نشرت بدورية ديلي ميل البريطانية أن الأشخاص الذين ينضمون إلى مجموعة مراقبة الوزن يخسرون وزناً أكثر بخمس مرات من نظرائهم الذين يقومون بذلك بمفردهم. وهام الباحثون من كلية بايلور للطب في هيوستون في تكساس بدراسة مجموعتين، الأولى ضمت 147 شخصاً طلب منهم الانضمام إلى مجموعة مراقبي الوزن والثانية بلغت 145 شخصاً طلب منهم اتباع حمية فردية، بغية المقارنة بين الوزن الذي تخسره كل مجموعة. ووجد الفريق البحثي أنه بعد فترة ثلاثة أشهر وستة أشهر من الحمية، خسرت المجموعة الأولى وزناً أكثر من المجموعة الثانية، موضحين أن معدل الوزن الذي خسره المجموعة الأولى بعد ثلاثة أشهر بلغ 3.9 كيلوغرامات، مقابل 0.8 من الكيلوغرام للمجموعة الثانية. كما لاحظوا أنه بعد ستة أشهر زاد الفرق بين المجموعتين، إذ خسرت المجموعة الأولى بمعدل 5.84 كيلوغرامات، مقابل 0.59 من الكيلوغرام للثانية.

1700 خطوة في اليوم تقلل خطر الوفاة

أكد الأستاذ الدكتور الألماني إنغو فروبوزه أن مشي 1700 خطوة يومياً، أي ما يعادل عشر دقائق على الأقل، يحد من خطر الوفاة بنسبة 12%، مشيراً إلى إمكانية الحد من هذا الخطر بنسبة تصل إلى 20% عند مشي ثلاثة آلاف خطوة يومياً. ويستند فروبوزه بحديثه إلى نتائج دراسة حديثة أجراها المركز الصحي التابع للجامعة الرياضية بمدينة كولونيا الألمانية، موضحاً أنها أثبتت أن المواظبة على ممارسة أي نشاط بدني يومي تطيل من حياة الإنسان وترفع من جودة حياته بشكل عام. وأرجع السبب الرئيسي لحالة عدم النشاط البدني السائدة إلى طبيعة العصر الحالي التي تفرض علينا الجلوس فترات طويلة، كما يحصل في السيارة أثناء التنقل أو في المكتب أثناء أوقات العمل، أو أمام التلفاز بالمنزل.

الصداع النصفي .. بروتين دهني يقهر الألم

في دراسة أولية صغيرة شملت مصابين بالصداع النصفي الدائم، لاحظ العلماء أن قياس بروتين مشتق من الدهون اسمه (أديبوتكتين) قبل علاج الصداع النصفي وبعده قد يكشف بدقة عن ضحايا الصداع الذين سيشفون بتراجع الألم.



أخذت 9 أخريات الدواء الوهمي.

عمد الباحثون إلى قياس مستويات الأديبوتكتين في الدم، وهو هرمون بروتيني تفرزه الأنسجة الدهنية ويُعرف بتعديل عدد من مسارات الألم الناشطة خلال الصداع النصفي يرتبط الهرمون أيضاً بأبيض السكر وتنظيم الأنسولين والمناعة والالتهاب، فضلاً عن حالة البدينة التي تُعتبر عامل خطر للإصابة بالصداع النصفي.

حلت بيترتلين وزملاؤها مجموع مستويات الأديبوتكتين ونوعين فرعيين منه، أي أجزاء من مجموع الأديبوتكتين في الدورة الدموية؛ الوزن الجزيئي المنخفض من الأديبوتكتين والوزن الجزيئي المرتفع من الأديبوتكتين. يتألف الوزن الجزيئي المنخفض من أجزاء صغيرة من الأديبوتكتين وهو معروف بخصائص مضادة للالتهاب، بينما يتألف الوزن الجزيئي المرتفع من أجزاء كبيرة من الأديبوتكتين وهو معروف بخصائص تعزز الالتهاب. تنشط المسارات الالتهابية في الأوعية الدموية في الرأس عند الإصابة بصداع نصفي.

وجد الباحثون أن حدة الألم تتراجع عند المشاركين العشرين كلهم حين ترتفع لديهم مستويات الوزن الجزيئي المنخفض. وحين يرتفع معدل الوزن الجزيئي المرتفع مقارنةً بالوزن الجزيئي المنخفض، تزيد حدة الألم. توضح بيترتلين: (يمكن أن تحدد اختبارات الدم نسبة التجاوب مع العلاج).

في بداية الألم (حتى قبل إعطاء أدوية الدراسة)، حدد الباحثون الأشخاص الذين سيتجاوبون مع العلاج ومن لن يفعلوا، فقد تم تسجيل معدل أعلى من الوزن الجزيئي المرتفع مقارنةً بالوزن الجزيئي المنخفض عند الأشخاص الذين يتجاوبون مع العلاج. بعد تناول علاج الدراسة، تم رصد تغييرات في مستوى الأديبوتكتين أيضاً. المثير للاهتمام

أن الباحثين تمكنوا من رصد تراجع مستويات الأديبوتكتين في دم المرضى الذين تحدوا عن تراجع الألم لديهم بعد تلقي دواء الدراسة لمعالجة الصداع النصفي (سواء أخذوا دواءً فاعلاً للصداع النصفي أو الدواء الوهمي). تقول بيترتلين إن النتائج تشير إلى إمكان تطوير علاج من شأنه تخفيض مستويات الأديبوتكتين أو أجزاء منه مثل الوزن الجزيئي المنخفض والوزن الجزيئي المرتفع من الأديبوتكتين. إذا ثبت أن الأديبوتكتين مؤشر بيولوجي للصداع النصفي، قد يتمكن الأطباء بحسب رأيها من تحديد المصابين بالصداع النصفي ومعرفة الفئة التي ستجاوب مع أي نوع من الأدوية. قد يساهم ذلك أيضاً في مساعدة الأطباء على تحسين الخيارات الطبية ومحاولة استبدال الأدوية قريباً.

بعوض الملاريا يجذب لرائحة البشر

توصل فريق بحثي دولي إلى أن البعوض المصاب بالطفيل المسبب للملاريا يتجه إلى رائحة الإنسان بشكل أقوى من البعوض غير المصاب لهذا الطفيل، وذلك من خلال تأثير طفيل الملاريا على البعوض المصاب بحيث يصبح أكثر اجتذاباً لرائحة البشر من البعوض غير المصاب. في آلية تساعد على انتشار المرض. وقال الباحثون في دراستهم التي نشرت في مجلة بلوس ون الأميركية إن طفيل الملاريا بلازموديوم فالسيباروم يغير نظام التعرف على الرائحة لدى البعوض المعتاد له، بحيث يجد هذا البعوض الرائحة المنبعثة من الإنسان أكثر جاذبية ويجعله يتردد أكثر على مصدر هذه الرائحة، وهو ما يفسر استمرار انتشار هذا المرض الخاص بالمناطق المدارية. وتوصل الفريق البحثي لحل لغز توجه بعوض الملاريا واستطاعوا للمرة الأولى إثبات أنه إذا كانت أنتي بعوضة أنوفليس مصابة بطفيل بلازموديوم المسبب للملاريا فإنها تجذب أكثر من قبل نحو رائحة الإنسان لا الهواء، في حين أن أقرانها الذين لا يحملون هذا الطفيل أقل اهتماماً واجتذاباً لرائحة الإنسان.

الرئيس اللبناني يكرم أصغر طبيبة بالعالم

سلم الرئيس اللبناني ميشال سليمان جائزة تقدير للطالبة الفلسطينية إقبال الأسعد، التي أصبحت أصغر طبيبة في العالم بعد تخرجها من كلية الطب وهي ما زالت في العشرين من عمرها. وتمكنت إقبال من الحصول على شهادة الطب في سن صغيرة، كونها كانت طالبة متميزة ومتفوقة، مما ساعدها على التخرج من العديد من الفصول الدراسية، حتى أنها اجتازت امتحان الثانوية العامة، ولم تكن قد تجاوزت الثانية عشرة من عمرها بعد. ووفق موقع فلسطينيونا دوت كوم فإن إقبال ستبدأ بعثة دراسية لولاية أوهايو الأميركية في يونيو/حزيران المقبل، للتخصص في مجال طب الأطفال بعد أن حصلت على منحة من قطر.

نصائح لتحسين رؤية كبار السن

حذرت الجمعية الألمانية لمساعدة كبار السن من التغاضي عن الشعور بتراجع القدرة على الإبصار في الكبر، مؤكدة أنه ينبغي على كبار السن البدء في استخدام وسيلة بصرية مساعدة بأقصى سرعة ممكنة عند اكتشاف إصابتهم بإعياء الزرقاء مثلاً، إذ يمكنهم بذلك الاعتماد على أنفسهم في التعامل مع ظروفهم الحياتية الجديدة لمدة أطول. وتضرب الجمعية التي تتخذ من كولونيا مقراً لها، مثلاً لنوعية الوسائل البصرية المساعدة لكبار السن على التعايش مع تراجع قدرتهم على الإبصار، بأنه من المفيد أن يستخدموا العدسات المكبرة اليدوية عند التسوق، إذ تعمل هذه العدسات على تكبير الحجم بمعدل مرتين إلى عشر مرات، ومن ثم فهي تتناسب مع قراءة ملصقات الأسعار. وأكدت الجمعية أنه يجب ألا يعاني كبار السن من ارتعاش الأيدي كي يتسنى لهم استخدام هذه العدسات، وإلا فمن الأفضل استخدام العدسات المكبرة المزودة بحامل والتي يمكن وضعها على الورق مباشرة وتحريكها فوقه، إذ يمكن تكبير حجم الحروف والأرقام بمنتهى البساطة من خلال تحريك حلقة العدسة. وكى يتسنى لكبار السن المصابين بتراجع القدرة على الإبصار الاعتماد على أنفسهم ورؤية الأشياء بسهولة داخل المنزل، أوصت الجمعية بالحرص على وجود متناقضات بصرية أمامهم من خلال استخدام مفرش مائدة غامق مثلاً وأكواب ذات حواف ملونة، وذلك إذا كانت باقي أدوات المائدة فاتحة اللون. وشددت على ضرورة أن يتم توفير هذا التناقض البصري أيضاً في حواف ومقابض الأبواب والدرج، لافتة إلى أنه يمكن وضع علامة ملونة على الأزرار المهمة بالوقد أو غسالة الأطباق، وذلك كي يتسنى لكبار السن رؤيتها بسهولة.

سماعة الرأس خطيرة على حياتك



ويطلق الخبراء على هذه الظاهرة اسم فقدان السمع المؤقت، وإذا تعرضت الأذن لضوضاء مستمرة فيتحول هذا الفقدان المؤقت إلى فقدان دائم للسمع، وفي بعض الأحيان يتعرض المرء لحدوث طنين في الأذن. ويمكن للمرء تجنب مثل هذه التأثيرات الضارة عندما يقوم بشراء سماعة الرأس المناسبة، ويقول ميشيل تيسيركل، الخبير بجمعية الإلكترونيات فاقتة الجودة بمدينة فوبرتال الألمانية: مع بعض السماعات الجيدة لا يضطر المستخدم إلى ضبط شدة الصوت على درجة عالية، لكنه يستمتع بدرجة فاقتة من نقاء الصوت. وأوضح تيسيركل أن سماعة الرأس المزودة بوظيفة عزل جيدة، تخفف شدة الأصوات المحيطة بمقدار 20 إلى 25 ديسيبل، وهو ما يؤدي إلى تشتيت الانتباه عن متابعة الأحوال المرورية، ويمكن أن يتسبب في تعرض المرء لخطورة بالغة. لذلك ينصح الخبراء بضرورة خفض شدة الصوت، أو التخلي تماماً عن استخدام مشغلات الموسيقى النقالة.

عادةً ما يستخدم بعض الأشخاص سماعة الرأس من أجل الاستماع إلى أغنياتهم المفضلة، أثناء الذهاب إلى العمل أو في طريق العودة منه. وقد حذر البروفيسور رولاند لاستيسغ من أن سماعة الرأس لا تضر حاسة السمع فحسب، بل تتسبب في عدم ملاحظة المرء لمستخدمي الطريق الآخرين، أو تؤخر كثيراً الانتباه إليهم فيصبح الطريق أكثر خطورة في بعض الأحيان. وأوضح مدير عيادة الأنف والأذن والحنجرة في المستشفى الجامعي في مدينة فرايبورغ الألمانية أنه يوجد حد واضح للضوضاء التي تمثل خطورة على صحة الإنسان، موضحاً أن شدة الصوت التي تزيد على 85 ديسيبل تصبح ضارة بحاسة السمع. وبين أنه كلما اقتربت الأذن من مصدر الصوت، كانت شدة الضوضاء أعلى، لذلك يرى الطبيب الألماني أن سماعة الأذن التي توضع داخل الأذن تعد أكثر خطورة من سماعة الرأس التي توضع على الأذن من الخارج؛ لأنها تكون على مقربة من طبلة الأذن الحساسة. ويحذر لاستيسغ من أن قيم الضوضاء العالية يمكن أن تؤدي إلى عواقب وخيمة، موضحاً أن الخلايا الشعرية في الأذن الداخلية هي المسؤولة عن حاسة السمع، وإذا تعرضت هذه الخلايا الشعرية لضوضاء أكثر مما تحتمل، فإن قدرتها تنخفض تلقائياً، وبالتالي تدهور حاسة السمع لدى المرء.

يرسم على رأسه وشبوم غريبة

يعاني البريطاني يوسف حميد من البطالة لسبب خاص جداً، يتلخص في رسمه وشوما غريبة على رأسه، خاصة في منطقة الجبهة، التي تنفر أصحاب العمل منه منذ اللحظة الأولى. ورغم بلوغه الأربعين من عمره، قدم حميد 450 طلب وظيفة خلال العام الماضي، ولم يفلح في الفوز بأي منها بسبب وشومه التي على الأرجح تخيف أصحاب العمل منه، رغم أن من بين الوظائف التي تقدم لشغلها وظيفة عامل نظافة وعامل لغسل السيارات. ومع ذلك يستهجن حميد ذلك الموقف منه، الذي يعترف بأنه راجع إلى ما يصفه بالفن المرسوم على وجهه. وأوضح أن الوشم المرسوم على جبينه عبارة عن رمز بوذي، بالإضافة إلى رسوم تتعلق بالملكمة التايلندية في مؤخرة رأسه الأصعب، وشوم أخرى.



115 طالبا وطالبة من ثماني جامعات وكليات يشاركون في المسابقة الفنية

4 آلاف درهم للفائز الأول وثلاثة للثاني وألف درهم للثالث

جوائز تقديرية وتشجيعية لأصحاب الأعمال المتميزة



هذا وتتواصل فعاليات المسابقة حيث عقدت أمس ندوة حول التجربة الإماراتية السينمائية كما تم عرض أفلام قصيرة للطلبة المشاركين كما تعقد اليوم ورش عمل إحداهما حول الكاريكاتير.. حيث من المقرر أن يقام ظهر الأربعاء الحفل الختامي لتوزيع الجوائز على الفائزين.

الرسم بالمرکز الأول الطالبة فاطمة غلوم من جامعة الشارقة وحصلت على أربعة آلاف درهم وجاءت في المركز الثاني نيرمين عثمان من جامعة الشارقة أيضا وحصلت على ثلاثة آلاف درهم في حين جاءت هلا كوجك من جامعة الشارقة الأمريكية في المركز الثالث وحصلت على ألفي درهم وحصلت الطالبة صفاء الجبلي من جامعة الإمارات على الجائزة التقديرية بقيمة ألف درهم كما حصلت سارة الحميري وأمنة أحمد من جامعة الإمارات على الجائزة التشجيعية. وفي مجال التصوير الفوتوغرافي فازت بالمركز الأول سارة الهنائي من جامعة الإمارات وحصلت على ألفين وخمسمائة درهم وجاءت في المركز الثاني خولة عادل الملا من جامعة الشارقة وحصلت على ألف وخمسمائة درهم في حين حصلت أمل أحمد من جامعة الإمارات على المركز الثالث بقيمة ألف درهم وحصلت وديمة عبد النعم الحضري من جامعة الإمارات وإياسمين عباس من جامعة أبوظبي على الجائزة التشجيعية. وكانت الجائزة التي بدأ الإعلان عنها في فبراير الماضي وتقدم لها طلاب وطالبات من جامعة الإمارات وجامعة الشارقة وكليات التقنية العليا وجامعة خليفة للعلوم والتكنولوجيا وجامعة زايد وجامعة أبوظبي وكلية الإمام مالك بديهي قد خضعت لعمليات تحكيم من أساتذة وفنانين من أصحاب الخبرة لتقييم المشاركات المقدمة في الرسم والتصوير الضوئي في

• العين- الفجر:

• تصوير-محمد معين:



استوديو للتصوير جميع العاملات فيه من الهواة

• العين- الفجر:

أستوديو للتصوير جميع العاملين به تجمعه هواية التصوير حيث اتفقت كل من مهرة الزعابي المتخصصة في العلوم السياسية ومريم أعامري المتخصصة في الهندسة إضافة إلى سكينه عبد الله المتخصصة في الاتصال الجماهيري وأمينه يوسف الدراسة بكلية العلوم الإنسانية على تكوين فريق عمل من الجامعات لتوثيق لفعاليات باستخدام الكاميرا ومنذ تكوين هذا الفريق أصبح يحتل شهرة كبيرة تجعله دائما في قلب الحدث الطلابي.



توثيق فعاليات المسابقة بالصورة

• العين- الفجر:

حرصت طالبتان من هواة التصوير الفوتوغرافي على توثيق فعاليات معرض المسابقة الفنية الذي افتتح أمس بالحرم الجامعي الجديد بجامعة الإمارات حيث قامت الطالبتان بالتقاط صور لجميع الفعاليات منذ قص شريط الافتتاح وحتى نهاية الجولة التي شملت أجنحة المعرض المختلفة.



إبداعات توقف عندها الحضور

• العين- الفجر:

أحمد آل علي.. الطالب التخصص في الهندسة الميكانيكية بكلية الهندسة بجامعة الإمارات كانت له مشاركة في معرض مسابقة الرسم والتصوير الذي افتتح أمس حيث توقف مدير الجامعة والحضور عند إبداعات هذا الطالب الذي استطاع أن يوظف مهاراته من خلال الجهاز اللوحي للرسم واللاب توب في تشكيل العديد من الرسومات وتلوينها بشكل إبداعي أثارت إعجاب كل من شاهده.

استقبال طلبة أترك لدراسة اللغة العربية

وفد جامعة السلطان محمد الفاتح التركية يزور جامعة الإمارات لتعزيز التعاون البحثي والأكاديمي



تعتبر جامعة حديثة التأسيس نوعا ما قياسا بجامعة الإمارات وجامعتنا غير ربحية تابعة لوزارة الأوقاف التركية وتشمل على خمسة اقسام هي الحقوق والعلوم الاسلامية والعمارة والهندسة وكلية الآداب وكلية الفنون الجميلة، ولأول مرة في تركيا جامعتنا تدرس العلوم الاسلامية باللغة العربية لذلك نحن نولي هذه اللغة الجميلة كل الاهتمام ولدينا شراكات مع كثير من الجامعات العربية لتطوير هذا الجانب لذلك نحن هنا اليوم لأن جامعة الإمارات لها باع طويل في هذا المجال، وجامعتنا والتي تتخذ من مدينة اسطنبول مقرا لها واسم السلطان محمد الفاتح رحمه الله اسما لها تعمل على تطوير اللغة العربية في تركيا بعد ادخال تدريس اللغة العربية والقران الكريم والسيرة النبوية الشريفة في مدارس تركيا.

تربطنا علاقة جيدة مع تركيا مع موضوع التعاون المشترك على مستوى التعليم والبحث العلمي وجامعة الإمارات تحتضن نخبة من الاساتذة الاترك وتنعى ومن خلال هذه اللقاءات على تطوير هذا التعاون، واتقنا على توقيع اتفاقية شراكة بين جامعة الإمارات وجامعة السلطان محمد الفاتح باعتبارها جامعة فنية ومهتمة بتدريس اللغة العربية وعلومها حيث سيكون هنالك برنامج صيفي يبدأ نهاية الشهر القادم ويستمر لمدة شهر تقريبا لاستقبال طلبة جامعة السلطان محمد الفاتح لتطوير مهاراتهم في اللغة العربية.

في اطار تعزيز العلاقات الثنائية المشتركة بين دولة الامارات وتركيا في مجال التعليم العالي والبحث العلمي زار وفد من جامعة السلطان محمد الفاتح التركية جامعة الإمارات والذي يزور البلاد حاليا، حيث التقى الوفد والذي يرأسه الدكتور حكيم اوزديمير رئيس الجامعة سعادة الدكتور علي راشد النعيمي مدير جامعة الامارات في مكتبه بالمبنى الجامعي الجديد بحضور الاستاذ الدكتور محمد يوسف بني ياس نائب مدير الجامعة مدير الشؤون الأكاديمية والاستاذ الدكتور محمد البيبي عميد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية وتم الاتفاق على توقيع اتفاقية تعاون بين الجامعتين وذلك لتعزيز مستوى التعاون المشترك بين الجانبين.

• العين - الفجر:

بعدما عقد الوفد الزائر اجتماعا مع عمداء كلية العلوم الإنسانية وكلية القانون تم خلاله مناقشة الاليات الكفيلة بتطبيق فقرات التعاون بين الجامعتين والسبل التي تيسر وتسهل هذه الشراكة، ثم قام الوفد بالتجول في اروقة ومختبرات وقاعات الدراسة لجامعة الإمارات وابدى إعجاباه بالمستوى الذي بلغته الجامعة.

مستوى التعاون البحثي.

وقدم الدكتور النعيمي خلال الاجتماع شرحا عن جامعة الإمارات والدور الكبير الذي تقوم به الجامعة في تطوير التعليم العالي والبحث العلمي في الدولة في اطار خطة منهجية واضحة لبناء وتعليم اجيال من شباب الوطن المتعلم وقال الدكتور النعيمي

منوعات الفكر

23



الرابط بين الالتهاب والاكئاب

هل تساعد مضادات الالتهاب على معالجة المصابين بالاكتئاب؟ سؤال يطرحه العلماء الآن بعد ظهور أدلة جديدة مفادها أن الالتهاب يرتبط بتطور حالة الاكتئاب. وجدت دراسة نُشرت على شبكة الإنترنت، في (أرشيف الطب النفسي العام) في 24 ديسمبر 2012، أن ارتفاع مستويات (البروتين التفاعلي C) يرتبط بارتفاع خطر القلق النفسي والاكتئاب. ينتج الكبد (البروتين التفاعلي C) وترتفع مستوياته عند وجود التهاب في أنحاء الجسم. يمكن أن يشير ارتفاع مستوياته في الدم إلى حالات التهابية مثل مرض الشريان التاجي أو داء الأمعاء الالتهابي. توصي (جمعية القلب الأميركية) بإجراء اختبارات دم لرصد (البروتين التفاعلي C) كجزء من فحص دوري عند المصابين بخطر وشيك للإصابة بأمراض القلب. أشارت دراسات سابقة إلى أن بعض مستويات الالتهاب المنخفضة قد يمهّد لشوء حالة اكتئاب. بحسب رأي الباحثين، يحث هذا الرابط الجديد بين ارتفاع مستويات (البروتين التفاعلي C) والاكتئاب النفسي على إجراء دراسات مستقبلية لمعرفة ما إذا كانت إضافة مضادات الالتهاب إلى مضادات الاكتئاب تحسّن علاج الاكتئاب.



قواعد بسيطة يسهل اتباعها

حافظ على صحتك لأطول فترة ممكنة

ليس تناول الأطعمة الصحية أمراً صعباً، لا سيما أن القواعد الذهبية هي قواعد بسيطة يسهل اتباعها وتضمن أن تبقى بصحة جيدة لأطول فترة ممكنة. فيما له من تحدّ رائع... أن نأكل طعاماً صحياً! هنا نظرة إلى حلفاء التغذية الصحية وإلى طرق الطهو السليمة.

على حرارة عالية تصل إلى 150/135 درجة مئوية على أن تتراوح مدة المعالجة بين ثانية وخمس ثوانٍ كحد أقصى.

تخزين على حرارة منخفضة:
يوقف البرد أو يبطئ من نمو الكائنات الدقيقة إلا أنه لا يقضي عليها.
التبريد: على درجات حرارة إيجابية أي بين صفر و40 درجة للمنتجات الطازجة والسليمة.
التجميد: يحافظ على المنتجات على حرارة 18- درجة وقد يجمد بعض المنتجات سريعاً في حين أن بعضها الآخر يتطلب بعض الوقت.
بالإضافة إلى ذلك، يمكن الاعتماد على طرق جديدة غير مألوفة ومنها التآين والإشعاع والضغط العالي والترشيح الدقيق والتكثيف مع أجواء متغيرة...

تدابير:
ولكن ما إن يشتري المستهلك المنتجات حتى تنتقل مهمة حفظها إليه فيتعين عليه أن يتخذ تدابير خاصة.
• في البداية، لا بد أن يتأكد من تواريخ الحفظ وانتهاء الأجل قبل شراء أي منتج.
• ويفضل تجنّب العلب المشوهة واللصقات المزقة.
• ويتعين عليه أن يحترم درجات الحرارة المناسبة للتخزين وفقاً لما هو مدوّن على المنتج.
• في ما يتعلق بالتخزين في المنزل، ينصح الخبراء بتجنّب أي خلط بين المواد النيئة والمطبوخة لتفادي خطر التسمم. من هنا، يفضل تخزين اللحم النيئة أسفل البراد وتخزين اللحم المطبوخ في القسم الأعلى منه.
• لا ينبغي وضع الأطعمة الساخنة في البراد.
• ينبغي وضع العلب في أماكن باردة ونظيفة.
• لا ينبغي تخزين المياه المعدنية على حرارة عالية أو ضوء قوي.
• يجب غسل الفاكهة والخضار جيداً قبل أكلها أو طبخها.
• ينبغي اتباع تعليمات الصنّع.
• عند الشك بأي منتج، يُفضل التخلّص منه من دون أي تردد.

فهرس مضادات الأكسدة
• الأنثوسيانين
• مضاد للسكري، مضاد للسرطان.
• الإبيجالوكاتيكين جالاتو
يساعد على تنظيم معدل السكر الدموي وعلى تخفيف الدهون الثلاثية ويسدّ الجوع.
• البروأنتوسيانيدين
• مضاد لالتهاب المفاصل وللبكتيريا في شكل عام.
• البوليفينول
معظم العناصر الملونة هي أنواع من البوليفينول باستثناء الكاروتين الذي ينتمي إلى الكاروتينويد. تختلف خصائص كل عنصر وفقاً لونه، فالأحمر كالليوسوفين؛ يحمي الرئتان والبروستات، والأخضر الفاتح كالكلوروفيل يساعد على التخلص من السموم، والأخضر الداكن كالسولفورافان

وجبات غنية بالفيتامين
لا يعني غنى وصفاتنا بمضادات الأكسدة أنها غير لذيذة، من دون أن ننسى طبعاً سهولة إعدادها.
الوجبة الأفضل!
إنه الفشار إذ يحتوي على كمية من مضادات الأكسدة تفوق بأربع مرات تلك الموجودة في الفاكهة و15 مرة تلك الموجودة في رقائق الذرة. كذلك يتميز بأنه 100% غير مكرر (إذ نأكل الحبة كاملة) وقليل السعرات الحرارية شرط أن يتم تحضيره لوحده وأن يكون عضويًا. يمكن إضافة القرقة الغنية بالبروأنتوسيانين. وطبعاً يستحسن الابتعاد عن الفشار بالكرايميل وبالدهون غير المهدرجة.

الحفاظ على صحة البشرة، إلا أنه يُتلف بسهولة بفعل الضوء، لذلك لا بد من الانتباه إلى طريقة طهو اللحومات وأساليب حفظ منتجات الحليب.
• الفيتامين 3 B: يحيي البشرة ويتوافر في اللحومات والأسماك والقهوة.
• الفيتامين 5 B: جيد لصحة الشعر والأظفار ويتواجد في كبد البقر والخضار الجافة.
• الفيتامين 6 B: يذوي الكريات الحمراء ويتوافر في السلمون ويختفي عند طهوه بكميات كبيرة من المياه.
• الفيتامين 8 B: يتفاعل هذا الفيتامين مع B5 ويتواجد في مختلف أنواع الأطعمة.
• الفيتامين B9: يساهم في تشكيل الخلايا العصبية والكريات الحمراء ويتوافر في الخضار الورقية إلا أن حفظها يبقى صعباً.
• الفيتامين 12 B: يكمل مهمة الفيتامينات الأخرى ويتواجد في منتجات الحليب خصوصاً.

على غرار غيره من العناصر الغذائية الأخرى، لا بد من تنوع الأغذية للحصول على الفيتامين B على أن نعرف كيف نحافظ على هذه الأغذية ونطهوها. غير ذلك، تعتبر الخيميرة مصدراً غنياً جداً بالفيتامينات B.
ينبغي أن نحصر على تخزين الطعام في شكل مناسب. قبل أن نتناوله، يتعين علينا أن نشتره ونخزّنه، لا سيما أننا لم نعد في عصر القطاف حين كان الإنسان يقطف مباشرة من حقله ما يحتاج إليه من منتجات زراعية. اليوم، بات الإنسان يعتمد على طرق متنوعة من التخزين التي لا بد أن تتمكن من الحفاظ على طعم الأغذية وخواصها الغذائية.
لذلك، يتعين أن نخفف من زيادة الكائنات الدقيقة وأكسدة الدهون. يعمل الصنّاعون أيضاً لتحسين طرق التخزين من خلال بسترة منتجاتهم وتقييمها وتحفيظها وتبريدها وتجميدها. من الممكن أيضاً إضافة عوامل حافظة أو تعليب المنتجات بعد تفرغ الهواء من الدخان والملح والسكر على سبيل المثال.

التخزين والحفظ
تخضع المنتجات الغذائية لطريقتين من التخزين، بحسب نوعها، وترمي الوسائل التي يلجأ إليها الصنّعون والمتجّون إلى الحفاظ على السلامة الغذائية.

تخزين على حرارة عالية:
• البسترة: تعني تسخين المنتجات على حرارة 100 درجة على الأقل في حين أن درجات حرارة التعقيم تتخطى الدرجات القصوى. حين تصل المنتجات إلى المستهلك يمكن بعض الفوارق بين الطريقتين، ففي حين يتعين عليه أن يحتفظ بالمنتجات البسترة في البراد، يفضل أن تبقى المنتجات المقيمة بعيدة عنه.
• التعقيم: يقضي التعقيم على النباتات الجرثومية الحية كافة.
• المعالجة



أوميغا 3
لم يعرف الإنسان الأوميغا والألفا إلا منذ سنوات، فاجتاحت الأولى نظامنا الغذائي بقوة، والغريب أننا نحصر جميعاً على تناولها رغم أننا لا نعرف ماهيتها معرفة عميقة. ولكن من الضروري أن نضع النظر والتفكير في الأمر. لذلك سنتناول في ما يلي مختلف فئات الدهون.

تنقسم الأحماض الدهنية إلى ثلاثة أنواع:
• الأحماض الدهنية المشبعة (سيئة جداً).
• الأحماض الدهنية الأحادية غير المشبعة (سيئة).
• الأحماض الدهنية المتعددة غير المشبعة (جيدة).
تنتمي الأوميغا 3 و6 إلى الفئة الثالثة وتسمى أيضاً الأحماض الدهنية الأساسية لأنها ضرورية للجسم الذي لا يملك القدرة على إنتاجها وهو أمر نادر نسبياً، لذلك يتعين على الجسم أن يستمد هذه المواد من الأطعمة، ومن بينها: زيت اللفت والجوز والصويا والكتان والخس البري والأسماك الدهنية.
يتناول الناس كثيراً في أمر هذه المواد لأن الباحثين تمكنوا من استنتاج بعض النقاط الإيجابية لدى شعوب أخرى. فالإيبانيون وشعب الإسكيمو يعانون أقل من غيرهم أمراض القلب والأوعية الدموية ويعزى ذلك إلى استهلاكهم كميات كبيرة من الأسماك الدهنية. إلا أن مفول الأوميغا لا ينحصر في هذه النقطة فهي تؤثر أيضاً على دماغنا وعلى نوعية البشر. يستهلك بعض الشعوب على غرار الفرنسيين كميات قليلة من أوميغا 3 و6 بالمقارنة مع العناصر الغذائية الأخرى، إلا أن في إمداداتهم زيادة تناولهم من هذه المواد عن طريق تناول السردين وسلم الماكريل حتى وإن كانت معلبة.

فئة الفيتامين B
ينبغي أن يحصل المرء على كفايته من الفيتامينات ومن ضمنها الفيتامين B، أو الفيتامينات B، إذ وصل عدد هذه الفئة إلى 22 مركب. قد لا يكون هذا العدد صحيحاً، ولكن لا بد من الوقوف عند دور الفيتامينات B الرئيسية:
• الفيتامين 1 B: ضروري للجهاز العصبي والعضلات ويتواجد بكثرة في بعض أنواع اللحوم.
• الفيتامين 2 B: يؤدي دوراً أساسياً في



تخلصي من ثقل القدمين

مياه البحر
• تمتعي مجدداً بقدمين مرتاحتين بعد اتباع علاج بمياه البحر.
• حضري خليطاً من الطحالب الجارة والزيت الأساسية وضعيه على قدميك لمدة 20 دقيقة تقريباً، فالعلاج بالبرودة يمنح إحساساً بالخفة.
• يساعد البريوسثيرابي (تدليك هوائي) على تحفيز الدورة الوريدية. يتطلب هذا النوع من العلاج حوالي عشر جلسات تمتد كل منها على مدى 30 دقيقة وترفعين في خلالها ظهرك وقدميك قليلاً، في حين يضع العلاج أحزمة ضخمة عليها تنتفخ وتتقلص فتدلكها بنعومة وتمنحها راحة عميقة.

أقراص فاعلة
• تناولي ثلاثة أقراص من (كوبروم ميتاليكوم) 9CH كل مساء للتخلص من التشنجات التي ترزعجك ليلاً.
• تناولي قرصين من (زنكوم ميتاليكوم) 9CH ثلاث مرات يومياً إذا عجزت عن تحمل ثقل القدمين.
• تناولي ثلاثة أقراص من روسكوس أوكولياتوس 9CH صباحاً ومساءً للتخلص من المشاكل الوريدية التي تظهر مع الدورة الشهرية.

تصبح القدمان ثقيلتين كالحديد عند القيام بمجهود كبير. للتخفيف من حدة الثقل، إليك بعض التدابير البسيطة اليومية والعلاجات الطبيعية.
تشعرين عندما تعملين وما إن ترتفع حرارة الطقس أن قدميك تزنان أظناناً. للتخلص من هذا الشعور، إليك بعض القواعد البسيطة:
• أنهي حمامك بسكب بعض المياه الباردة على المنطقة الممتدة من الكاحل إلى الفخذين. ارفعي رجلك عن السرير بمعدل 10 إلى 15 سم. تجنبي الحرارة (الشمس، سونا، إزالة الشعر بالشمع الحار...)
• في ما يتعلق بالرياضة، احرصي على ممارسة السباحة وركوب الدراجة والمشي السريع للاستفادة من تأثيرها الممتاز.
• في ما يتعلق بالملايس، ارتدي الملابس الفضفاضة وأحذية بكعب يتراوح بين 3 و4 سم.
• بالنسبة إلى التغذية، تجنبي البهارات والقهوة نظراً إلى آثارها المحفزة وأكثر من تناول البقدونس والمفوف للاستفادة من تأثيرها الرائع على الدورة الدموية.

نباتات معشبة
• يخفف الآس البري والهاماميليس بشكل فاعل من ثقل القدمين. انقعي ملعقة من خليط هاتين العشبتين لعشر دقائق في مياه مغلية واشربي 3 إلى 4 أكواب منه يومياً.
• تبدو زيوت شجر السرو والتنغاف الفلفلي الأساسية مفيدة أيضاً. تناولي قطرتين من زيت السرو مع ملعقة من العسل أو زيت الزيتون كل صباح ومساءً. لإعناش قدميك وتخفيف ثقلهما، افركيهما بخليط يتألف من قطرتين من زيت السرو وقطرتين من زيت التنغاف الفلفلي في 3 إلى 4 ملل من مستخرج الخزامى.

الوخز بالإبر
• يبدأ المعالج بالبحث عن الأسباب الكامنة وراء ثقل القدمين التي تنتج بين انسداد الطاقة أو اختلال التوازن الغذائي، وقد يلجأ إلى تسخين الإبر لتحسين تأثير الإبرة.
• تُعزى الفائدة التي تتركها الحرارة إلى تأثيرها على سريان الطاقة في الجسم. ستحتاجين إلى ما يتراوح بين جرتين إلى خمس جلسات لمدة 20 إلى 30 دقيقة كل واحدة ليختفي الثقل من قدميك.



منوعات العصر

26

وزير الاقتصاد يبحث مع وزير الصناعة الجزائري سبل تعزيز التعاون

•• أبوظبي-وام:

بحث معالي سلطان بن سعيد المنصورى وزير الاقتصاد مع معالي شريف رحمانى وزير الصناعة والؤسسات الصغيرة والمتوسطة وترقية الاستثمار الجزائري سبل تعزيز التعاون الثنائى بين البلدين الشقيقين خاصة في مجال الصناعة والاستثمارات المشتركة والمشاريع الصغيرة والمتوسطة. وتم خلال الاجتماع الذي عقد امس في أبراج الاتحاد في أبوظبي بحضور سعادة المهندس محمد احمد بن عبد العزيز الشحي وكيل وزارة الاقتصاد وسعادة حميد شبيبة سفير الجمهورية الجزائرية لدى الدولة بحث إمكانية تأسيس شركات واطلاق استثمارات مشتركة في مجالات الصناعات الدوائية والسيارات والمركبات وقطع غيار السيارات والطاقة الجديدة والمتجددة. وأكد المنصورى حرص دولة الامارات على تطوير علاقاتها الثنائية مع الجمهورية الجزائرية الشقيقة في المجالات كافة خاصة على الصعيد الاقتصادي والتجاري والاستثماري بما يحقق مصالح البلدين والشعبين الشقيقين.

وأشار إلى سعي الامارات لتعزيز وتقوية علاقاتها مع الجزائر في ظل توجهيات القيادة الرشيدة لصاحب 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 لافتا إلى أن سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة حرص على متابعة ملف العلاقات الاقتصادية والتجارية والاستثمارية مع الجزائر ووجه سموه بتعزيز التعاون الثنائي خاصة على الصعيد الاقتصادي والاستثماري وتحديدا في المجالات التي تحقق مصالح البلدين وتعود عليهما بالنفعة المشتركة.

ولفت المنصورى الى أهمية اللجنة الاقتصادية المشتركة التي عقدت دورتها الحادية عشرة في أبوظبي مؤخرا بمشاركة ممثلين عن عدد من الوزارات والجهات الحكومية والقطاع الخاص من البلدين وأسفرت عن توقيع أربع اتفاقيات ومذكرات تفاهم أحدها في مجال النقل البحري والموانئ

وإتفاقية الخدمات الجوية ومذكرة تفاهم لإنشاء لجنة متابعة الاستثمار ومذكرة تفاهم لتطبيق إتفاقية فسادى الأزواج الضريبي التي من شأنها تعزيز فرص التعاون الاقتصادي والكشف عن فرص استثمارية جديدة وواعدة بين البلدين مشددا على أهمية الدور الاستراتيجي للجنة المشتركة في تعزيز العلاقات الاقتصادية واستكشاف فرص تعاون مثالية في مختلف القطاعات الحيوية منها بالتزام البلدين بتنفيذ المحاور الرئيسية المتفق عليها خلال اجتماعات اللجنة السابقة بما ساهم في تفعيل العديد من المشاريع الحيوية التي تصب في مصلحة اقتصاد البلدين.

وأكد معاليه أن هناك العديد من القطاعات الواعدة التي تتيح فرصا مجزية لتعزيز الاستثمارات المشتركة وفي مقدمتها قطاع الصناعة الذي توليه الامارات أهمية كبيرة في ظل سياسة التنوع الاقتصادي التي تتبعها الدولة نهجا وممارسة مشيرا بهذا الخصوص الى أهمية تأسيس شركات في قطاع الصناعات والمركبات وقطع غيار السيارات.

ولفت إلى أن الشراكة الثنائية بين الامارات والجزائر يمكن توسيعها وتعزيزها من خلال ضم طرف ثالث يمكن الاستفادة من خبرته وتجربته على هذا الصعيد لافتا إلى أن ذات الأمر يطبق على قطاع الصناعات الدوائية والصيدلة ونوه بهذا الخصوص باستثمارات شركة جلفار الاماراتية في قطاع الصناعات الدوائية في الجزائر.

وأضاف المنصورى إن قطاع الطاقة المتجددة يتيح الفرصة لتعزيز التعاون بين البلدين على هذا الصعيد مشيرا إلى أن دولة الامارات العربية المتحدة أصبحت من الدول الرائدة في مجال الطاقة النظيفة والمتجددة بالرغم من أنها من أكبر دول العالم انتاجا لقطع النفط ولفت إلى أن الامارات تضع خبراتها وتجربتها في مجال الطاقة المتجددة تحت تصرف الدول الشقيقة والصديقة.

ونوه إلى أن اهتمام الامارات بقطاع الطاقة المتجددة لم يقتصر على تشييد مشاريع الطاقة المتجددة في الدولة فقط وإنما امتدت هذه المشاريع لتشمل دول أخرى ومنها دول أوروبية متقدمة مثل المملكة المتحدة مصفوفة لندن وإسبانيا محطة خيما سولار للطاقة

الشمسية وبعض الدول العربية مثل موريتانيا التي دشنت فيها مصدر مؤخرًا محطة طاقة شمسية ضخمة. وأشار المنصورى الى أن تدينين صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله مشروع شمس1 مؤخرًا كرس ريادة الامارات العالمية بقطاع الطاقة المتجددة النظيفة ويعكس تصميم الامارات على الاستثمار في المستقبل من خلال مشاريع استراتيجية عملاقة وفريدة على مستوى العالم تعزز مسيرة التقدم والنهضة المدهشة التي تشهدها الدولة مثل محطة شمس 1 التي تعد أكبر مشاريع الطاقة الشمسية المركزة العاملة على مستوى العالم بكلفة 2.2 مليار درهم وتسهم في إنتاج 100 ميغاواط من الطاقة الكهربائية النظيفة بما يكفي لإمداد 20 ألف منزل في دولة الإمارات العربية المتحدة.

ولفت المنصورى إلى أن قطاع المشاريع الصغيرة والمتوسطة يتيح المجال لتعزيز التعاون الثنائي على هذه الصعيد في ظل اهتمام البلدين بتطويره وتنميته ادراكا لأهميته الاستراتيجية بالنسبة لاقتصاد الدولتين منوها بأن قطاع المشاريع الصغيرة والمتوسطة يحظى باهتمام كبير من جميع الجهات المسؤولة في الدولة على المستويين المحلي والاتحادي وهناك العديد من المؤسسات المتخصصة بتقديم التسهيلات والمشورة لأصحاب المشاريع الصغيرة والمتوسطة خاصة ما يتعلق بالتأمين مثل صندوق خليفة ومؤسسة محمد بن راشد.

ولفت الى أن وزارة الاقتصاد أعدت مشروع قانون المشاريع الصغيرة والمتوسطة بالتعاون والتنسيق مع الجهات المختصة وهو قانون عصري وحديث سيشكل داعمًا داساسيا لهذا القطاع الحيوي. وتم خلال الاجتماع الاتفاق على وضع خطة عمل محددة لتحديد المشاريع التي سيتم التركيز عليها في الاستثمارات المشتركة واعاد تقارير ربع سنوية لرصد التطور الحاصل على هذا الصعيد إضافة الى عقد اجتماعات دورية بين الجانبين لبحث قضايا الاستثمار وتذليل العقبات التي تعترض طريق الاستثمارات المشتركة وتم التنويه بأهمية الاستثمارات الاماراتية القائمة حاليا بالجزائر

التي تشمل التجارة المتبادلة من مجال الصناعات الدوائية والصيدلة وصناعة السيارات والمركبات وقطع الغيار وقطع الطاقة لتجدة والمدن المستدامة وما يعرف بالاقتصاد الأخضر الذي قطعت فيه الامارات شوطا كبيرا في ظل حرصها ايجاد مصدر طاقة نظيف يحافظ على البيئة ويراعي الاضرطاط المتعلقة بها. وأكد حرص بلاده على تقديم كافة التسهيلات المطلوبة والضرورية للمستثمرين الاماراتيين منوها بالدور الحيوي والهام للاستثمارات الاماراتية القائمة حاليا بالجزائر ومساهمتها الهامة في تعزيز التنمية.

ودورها التنموي الفعال على الساحة الاقتصادية في الجزائر.

وفيما يتعلق بتأسيس شركات في قطاعات صناعة السيارات وقطع الغيار والصناعات الدوائية والطاقة المتجددة تم الاتفاق على تشكيل فريق فني مشترك لبحث كافة التفاصيل المتعلقة بالمشاريع المقترحة. من جانبه أشاد وزير الصناعة والؤسسات الصغيرة والمتوسطة وترقية الاستثمار في الجمهورية الجزائرية بالتطور الملحوظ الذي تشهده مسيرة العلاقات الثنائية بين البلدين الشقيقين وخاصة على الصعيد الاقتصادي والتجاري والاستثماري.

وأكد معاليه أن آفاق العلاقات الثنائية رحبة في ظل توفر الكثير من الفرص المجزية للبلدين الشقيقين وتوفر الإرادة المشتركة الصادقة للمضي قدما بعلاقات التعاون البناء.

وعبر عن حرص الجزائر على الدخول في شركات ثنائية مع الامارات للاستثمار في مجال الصناعات الدوائية والصيدلة وصناعة السيارات والمركبات وقطع الغيار وقطع الطاقة لتجدة والمدن المستدامة وما يعرف بالاقتصاد الأخضر الذي قطعت فيه الامارات شوطا كبيرا في ظل حرصها ايجاد مصدر طاقة نظيف يحافظ على البيئة ويراعي الاضرطاط المتعلقة بها.

ويذكر أن إجمالي التبادل التجاري بين البلدين خلال الفترة 2009 2011 حقق معدل نمو سنوي بلغ نحو 37.5 بالمائة حيث ارتفع حجم التجارة المتبادلة من 349.7 مليون دولار عام 2010 إلى 574.7 مليون دولار نهاية عام 2011 بنسبة نمو بلغت 64.4 بالمائة وفي مجال النقل الجوي بدأ تسيير أول رحلة منتظمة لطيران الإمارات إلى الجزائر في مارس عام 2013 لتعزيز وتشجيع الحركة السياحية وخدمة قطاع الأعمال إضافة إلى أن حجم الاستثمارات الإماراتية في الجزائر ينمو باستمرار.

انطلاق المؤتمر الدولي العلمي السنوي الـ 21 عن الطاقة بين القانون والاقتصاد اليوم

•• العين-وام:

تطلق غدا الاثنين بالقاعة الكبرى الرئيسية بالمبنى الهلالي الحديث لجامعة الامارات بمدينة العين وبراعاية معالي الشيخ حمدان بن مبارك آل نهيان وزير التعليم العالي والبحث العلمي الرئيس الأعلى لجامعة الامارات العربية المتحدة وبراعاية حصرية من هيئة مياه وكهرباء ابوظبي جلسات المؤتمر الدولي العلمي السنوي الواحد والعشرين عن الطاقة بين القانون والاقتصاد والذي تنظمه كلية القانون بالجامعة ويتضمن 9 جلسات تناقش 13 ورقة عملة متخصصة. ويستمر المؤتمر يومين بحضور اساتذة وطلبة القانون والطاقة وجامعات الدولة وهيئات الطاقة المختصة . واكتمل اليوم وصول وفود المؤتمر وكان في استقبالهم سعادة الدكتور جاسم سالم علي الشامسي عميد الكلية رئيس اللجنة العليا للمؤتمر. وشملت الوفود أكاديميين وقانونيين من دول مجلس التعاون لدول الخليج العربية والعراق واليمن ومصر والجزائر وفلسطين وإيطاليا وأستراليا وبلجيكا. ويتضمن اليوم الأول للمؤتمر أربع جلسات بعد حفل الافتتاح يرأس الجلسة الأولى للمؤتمر سعادة الدكتور مطر حمد النيايدي وكيل وزارة الطاقة اليوم وهي بعنوان الابعاد الاقتصادية والاستثمارية في مجال الطاقة وتتضمن مناقشة خمس أوراق عمل. ويرأس الجلسة الثانية سعادة الدكتور سيف سالم الشامسي مساعد عميد كلية القانون بجامعة الامارات لشؤون الطالبات وهي بعنوان دور الاتفاقات الدولية والتشريعات الوطنية في التنمية المستدامة للطاقة وتناقش أربع أوراق عمل. وتناقش الجلسة الثالثة للمؤتمر في يومه الاول موضوع النظام القانوني لنشآت الطاقة ويرأسها الدكتور عبد الله عبد الرحمن الخطيب الاستاذ في كلية القانون بجامعة الإمارات العربية المتحدة وستناقش الجلسة خمس أوراق عمل وتعدد باليوم الثاني أربع جلسات.

وتناقش الجلسة الرابعة للمؤتمر موضوع عقود الطاقة ويرأسها الدكتور محمد محمود الكعالي مدير عام معهد التدريب والدراسات القضائي وتناقش أربع أوراق عمل الأولى بعنوان النظام القانوني لعقود الطاقة للدكتور عبد الكريم محمد السروي استاذ مساعد بالجامعة الخليجية بمملكة البحرين والورقة الثانية التزامات التعاقد مع الإدارة في تنفيذ عقود الطاقة للدكتور علاء محي الدين مصطفي أبو أحمد أستاذ مساعد بالمعهد العالي للقضاء في جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض والورقة الثالثة بعنوان الطاقة البديلة وأثرها في القواعد القانونية باللغة الفرنسية للدكتور طارق بكوش في كلية الإمام مالك بدبي والورقة الرابعة بعنوان التزامات شركة المشروع في عقد توليد الكهرباء من الطاقة النووية وفق نظام بي أو ت دراسة قانونية في ضوء التجربة المصرية المعاصرة في مجال توليد الكهرباء وتجربة دولة الإمارات وهي تطلق برنامجها النووي السلمي في مجال الكهرباء للدكتور ندى زهير القبيل استاذ القانون التجاري المساعد في كلية الحقوق بجامعة الموصل بالعراق.

زيادة عدد الرحلات الأسبوعية بنسبة 15% تصل إلى 1065 رحلة

ارتفاع حركة السفر في مطار أبوظبي الدولي خلال أشهر الصيف

•• أبوظبي-الضجر:



يستعد مطار أبوظبي الدولي لاستقبال حركة طيران نشطة من جميع أنحاء العالم خلال أشهر الصيف القادمة. ووفقاً لشركة أبوظبي للمطارات، فإن العديد من شركات خطوط الطيران ستقوم بزيادة عدد رحلاتها الأسبوعية القادمة والمغادرة من مطار العاصمة، ليصل إجمالي عدد الرحلات الأسبوعية إلى 1065 رحلة أسبوعياً بزيادة تعادل 15 بالمائة مقارنة بحوالي 959 رحلة أسبوعياً في صيف عام 2012. سيرتفع عدد مقاعد السفر المتاحة للمسافرين أسبوعياً إلى 32.004 مقعد، ما يشكل زيادة بنسبة 11 بالمائة مقارنة بحوالي 28.751 مقعد كانت متاحة لخدماتي مطار المطار أسبوعياً في الصيف الماضي. وقال المهندس أحمد الهادي، الرئيس التنفيذي للعمليات في شركة أبوظبي للمطارات: يؤكد تزايد حركة الرحلات الأسبوعية لشركات الطيران خلال فصل الصيف عبر مطار أبوظبي الدولي، على تنامي الثقة في إمارة أبوظبي كمركز جذب رائد للسياحة والأعمال. ومع تحقيق معدلات نمو متميزة بنسبة 10 بالمائة في حركة الطائرات منذ بداية عام 2013، فإن مطار العاصمة سيواصل المضي بخطوات نمو متسارعة لتعزيز مكانته كبوابة عالمية للطيران . وأضاف: تتطلع شركة أبوظبي للمطارات لمواصلة تقديم خدماتها المتميزة وفق أعلى درجات الجودة وأفضل المعايير العالمية، لخدمة جميع المسافرين وكافة خطوط الطيران الشريكة في المطار خلال موسم الصيف هذا العام الذي يشهد حركة سفر نشطة من وإلى أبوظبي . وضمت قائمة شركات الطيران التي قامت بزيادة عدد

الرحلات الأسبوعية القادمة والمغادرة من مطار أبوظبي الدولي كل من، شركة الاتحاد للطيران ، الناقل الوطني لدولة الإمارات العربية المتحدة، والتي رفعت عدد رحلاتها من 590 رحلة أسبوعية لتصل إلى 653 رحلة، وبت إيربويج التي رفعت رحلاتها من 14 إلى 18 رحلة أسبوعياً، وشركة طيران سيهيل التي زادت رحلاتها من أربع رحلات، و

مصر للطيران التي وصلت رحلاتها الأسبوعية إلى 11 رحلة بعد أن كانت تسع رحلات، وشركة الخطوط الجوية القطرية التي زادت رحلاتها الأسبوعية من 35 لتصل إلى 42 رحلة، وشركة إير بلو والتي رفعت عدد رحلاتها الاسبوعية من 12 رحلة إلى 13 رحلة، والخطوط التركية التي رفعت رحلاتها الأسبوعية من أربع رحلات لتصل إلى ست رحلات أسبوعياً.

الاتحاد النسائي العام يشارك بمعرض جاسكو للسفر والسياحة

•• أبوظبي-وام:

بجانب تعريف جمهور المعرض بهذه الحرف التراثية الأصلية التي طالما اشتهرت بها دولة الإمارات. وقدمت مشاركات من إدارة الصناعات التراثية والحرفية بالاتحاد النسائي العام نقوش حناء لآل زائرات المعرض إضافة إلى مسابقات التراثية وتقديم مكولات شعبية ونحت على الرمل بجانب مسابقة التصوير الفوتوغرافي فضلاً عن تقديم عروض سياحية وفعاليات ترفيهية تضمنت مسابقات وجوائز وفعاليات تراثية وصور تاريخية. وشهد المعرض إقبالا كبيرا من قبل الموظفين والمسؤولين والزوار وأصحاب الشركات ونجح في إبراز المكانة الاستراتيجية التي تحتلها دولة الإمارات

العربية المتحدة على خارطة السياحة العالمية كما نجح في تسليط الضوء على القومات السياحية لإمارة أبوظبي من خلال الإصدارات والنشرات التي تم توزيعها أثناء المعرض. وشارك في فعاليات المعرض الذي زاره عدد من الرؤساء التنفيذيين والمدراء العاملين في شركة بتروبل أبوظبي الوطنية أدنوك ومجموعة شركاتها وجمع من موظفي شركات المجموعة عدد كبير من وكالات وشركات السفر والسياحة والفنادق في الدولة من أبرزها شركة الاتحاد للطيران بجانب عدد من الهيئات التراثية في الدولة ومن أبرزها مسجد الشيخ زايد الذي عرض نموذجاً ضخماً لمسجد الغففر له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان.

شاركت إدارة الصناعات التراثية والحرفية في الاتحاد النسائي العام في فعاليات الدورة السابعة لمعرض جاسكو للسفر والسياحة الذي نظمته شركة أبوظبي لصناعات الغاز المحدودة جاسكو في مجمع خليفة للطاقة في أبوظبي. وتضمنت فعاليات إدارة الصناعات التراثية والحرفية في الاتحاد النسائي العام من خلال مشاركته في المعرض إقامة بيت شعر وعرض حي للحرف التراثية من قبل حاميات التراث اللواتي برعن في شغل الحوص والتلي

منوعات العقار

27

شنايدر إلكترونيك تطلق مجموعة

شاملة من منتجات الطاقة الشمسية

•• المشاركة-وام:

أكدت شركة شنايدر إلكترونيك العالمية المتخصصة في مجال إدارة الطاقة التزامها بقطاع الطاقة الشمسية مع إطلاق مجموعة كاملة من منتجات الطاقة الاحتياطية والشمسية خارج نطاق الشبكة للمساحات السكنية والتجارية الصغيرة.

وقال تورهان تورهانجيل رئيس شنايدر إلكترونيك لمنطقة الشرق الأوسط ان الطاقة الشمسية تشهد طلباً قوياً في المنطقة وان افتتاح محطة شمس للطاقة الشمسية ومجمع محمد بن راشد آل مكتوم للطاقة الشمسية يعكس بوضوح التزام المنطقة بالاستثمار في الطاقة الشمسية مؤكداً أن شركته ستواصل تسريع استثماراتها لتقديم أفضل المنتجات في الأسواق بما يتواءم مع الاحتياجات المتنوعة لقطاع الاقتصاد. وتتضمن الحلول الجديدة حلولاً للمباني السكنية والتجارية الصغيرة ومواقف السيارات ومحطات توليد الطاقة اللامركزية بالألواح الكهروضوئية منها محول كونيكسيت رل انفيرتر - وهو محول طاقة شمسية مرن وفعال أحادي المرحلة للاستخدامات السكنية ويتوفر بنماذج 3 و4 و5 كيلواط ويوفر كفاءة لا تضاهيها بنسبة 97.5 بالمائة في القطاع لتحويل الطاقة في أوقات الذروة وهو مصمم خصيصاً لتحقيق أقصى قدر من العائدات لمجموعة واسعة من أسطح المنازل المنفصلة والمساكن المتعددة.

وسعت شنايدر إلكترونيك مجموعتها من محولات كونيكسيت تي إل - لتشمل مستويات طاقة تصل إلى 8 و10 كيلواط وأصبحت المجموعة الكاملة تتوفر بنماذج 8 و10 و15 و20 كيلواط ويعتبر محول الطاقة الشمسية هذا الحل الأمثل للمباني التجارية ومواقف السيارات ومحطات توليد الطاقة اللامركزية باستطاعة تصل إلى فئة الميجاوات وتصل كفاءته في أوقات ذروة إلى أكثر من 98 بالمائة. كما أطلقت شنايدر إلكترونيك نظام المراقبة كونيكسيت مونييتور 20 وهو نظام صغير وبسيط للمراقبة والتحكم عن بعد بمحطات الألواح الكهروضوئية الصغيرة باستطاعة تصل إلى 20 كيلواط ويتيح هذا النظام سهل الاستخدام لمحطات الألواح الكهروضوئية إمكانية مراقبة الأداء التشغيلي للمحول باستخدام بوابة الكترونية بغض النظر عن موقعه. كما تتضمن الحلول الجديدة نظام التصميم - كونيكسيت ديزاينر - وهو أداة لتصميم نظم الألواح الكهروضوئية وتساعد مسؤولي التركيب في تحسين تصاميم النظام وتتيح هذه الأداة لمسؤولي التركيب اختيار طيف محولات كونيكسيت مع مجموعة واسعة من لوحات التحكم وأجهزة توجيه الأسطح من أجل بناء مخططات تستهدف تحقيق أقصى قدر من حصاد الطاقة. وطرحت الشركة حلولاً جديدة للطاقة الاحتياطية والشمسية خارج نطاق الشبكة منها محول شاحن يوفر هذا النظام قيمة جديدة ومحسنة لنقاط السعر في سوق الطاقة الاحتياطية والشمسية خارج نطاق الشبكة في عام 2013 ويتوفر النظام ضمن فئات 2.5 و4 كيلواط مع موجة جيبية نقية بالإضافة إلى طرح أداة الاتصال كونيكسيت كومبوكس - حيث يمكن تشغيل أنظمة - كونيكسيت أكس ديليو إس ديليو - مراقبة الأداء عن بعد باستخدام أجهزة من اختيارهم مثل أجهزة الكمبيوتر الشخصية وأجهزة الكمبيوتر اللوحي أو نظم إدارة المباني.

تحت رعاية معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان

إرنست ويونغ تعزز جهود التوطين عبر برنامج تدريبي جديد لمواطني دولة الإمارات

•• ابوظبي - الفجر:



تحت رعاية معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان، وزير الثقافة والشباب وتنمية المجتمع، أطلقت شركة إرنست ويونغ في السادس عشر من الشهر الحالي برنامج تنمية مواطني دولة الإمارات العربية المتحدة في إمارة أبوظبي.

وتهدف هذه المبادرة إلى مساعدة الشركات على تعزيز استراتيجيات التوطين الخاصة بهم والتركيز على تطوير مهارات الخريجين الجامعيين، والموظفين الجدد، والموظفين من مواطني دولة الإمارات.

يتألف برنامج تنمية مواطني دولة الإمارات العربية المتحدة من أربعة أطر عمل مستقلة وسوف يركز على مجالات الحاسبة والتمويل وتنمية المهارات الوظيفية وتعزيز المعرفة بالقطاع كما سيتضمن البرنامج تدريباً فنياً وتدريباً داخلياً ضمن شركة إرنست ويونغ.

وقال عبد العزيز السويلم الرئيس التنفيذي ورئيس مجلس إدارة شركة إرنست ويونغ الشرق الأوسط وشمال أفريقيا تتوجه بخالص الشكر إلى معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان على دعمه المتواصل لمبادرات التعليم والتدريب ويهدف البرنامج إلى تنمية مواطني دولة الإمارات العربية المتحدة الذي

أطلقته إرنست ويونغ إلى تمكين مواطني دولة الإمارات وتزويدهم بمهارات قيادية في القطاع كما سيساعدتهم على اكتساب خبرة قيمة تسهم في بناء اقتصاد عالمي قائم على المعرفة. وينسجم برنامج تنمية مواطني دولة الإمارات العربية المتحدة مع المبادرات الحكومية الأخيرة لدولة الإمارات العربية المتحدة حيث يدعم مبادرة

أبشر التي أطلقها صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله، والتي تم تسليط الضوء عليها من قبل سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان، نائب رئيس مجلس الوزراء ووزير شؤون الرئاسة، خلال كلمته في القمة الحكومية لعام 2013 التي عقدت في دبي.

وأضاف السويلم نجح مواطنو دولة الإمارات في

تنمية المجتمع ورواد الأعمال بدبي يستمعون لمشاكل أصحاب المشاريع في حثا ويعدون بدعمهم

•• دبي - الفجر:



وخطلتها المستقبلية في دعم المواطنين أينما كانوا.

وأستمرض السجواني البدايات لمنتدى رواد الأعمال، ومجلس إدارته وتطوعه بكامل أعضائه والرئيس وتبنيهم مسئولية دعم وتعزيز شباب المواطنين، لتنمية الوعي لديهم ذكوراً وإناثاً، لتحفيزهم على العمل والإنتاج ومساندتهم للخوض ضمن مجال ريادة الأعمال، وطرح مشاريع وأفكار إبداعية للبدء في تأسيس مشاريع صغيرة مربحة وناجحة تناسب ميولهم وتطلعاتهم، لافتاً إلى أن بداية المنتدى كانت بعدد لا يتعدى المائة عضو، إلا أنه تعدى وخلال سنوات قليلة الـ 2500 عضو المنتدى، مشيراً لتجربته الشخصية

حقوق اللقاء الذي نظّمته هيئة تنمية المجتمع بدبي بالتعاون مع منتدى رواد الأعمال في دبي بحتاً مؤخرًا، نجاحاً لافتاً وحضوراً كثيفاً من قبل أصحاب المشاريع الصغيرة والمتوسطة، والمهتمين من مختلف الفئات خاصة الإناث من المواطنين بعدما عرفن أن هناك مكاناً مخصصاً لهن، وتناول اللقاء التعريف بمنتدى رواد الأعمال بدبي، ودوره في دعم أصحاب المشاريع من قبل عبد الصاحب السجواني أمين سر المنتدى، وعرضاً لتجارب حية أستعرضها سهيل بن حمد عضو مجلس إدارة المنتدى، مشيراً لتجربته الشخصية لمشروعه هابي يامي لحبيبات الأيس كريم، وكيف أنه بدأ مشروع العام 2003 بثلاثة محلات، واليوم وبعد مرور عشر سنوات أصبح لديه 40 محلاً منتشرة في كافة إمارات الدولة، ومواجهاً كافة العقبات التي واجهته ومتغلباً عليها، كما أستعرض مانع الكندي مسئول المجالس المجتمعية في هيئة تنمية المجتمع بدبي، دور الهيئة

كيفية البدء بالمشروع، مشيرين أن لكل منهم فكرة ولكنهم يترددون في تنفيذها وخوض غمار العمل الحر، خوفاً من خسارته لما لديه من مال اقتصدته من أجل هذا المشروع، وأبدى أعضاء مجلس إدارة المنتدى مساعدتهم في كسر حاجز الخوف والتردد، مؤكداً على أهمية دراسة الجدوى لأي مشروع صغر حجمه أم كبير، كذلك طرح الحضور فكرة استغلال منطقتهم حثاً، وما تتمتع به جبالها ومناظرها الخلابة، لاستقطاب السياحة وإنشاء مخيمات على طول الطريق، تقدم خدماتها لكل من قصفها سواء من المواطنين أو القيمين الدائمين، أو السياح الذين يتوافدون على الدولة على مدار العام.

كما أستهل مانع الكندي حديثه محرباً عن سعادته بالحضور الكثيف خاصة من المواطنين، وحرصه على حضور اللقاء لما فيه من فائدة لهن في دعمهن في مشاريعهم الصغيرة لزيادة دخل أسرهن، مؤكداً على حرص هيئة تنمية المجتمع في دبي، إلى جعل الإمارة نموذجاً ملهماً لرفاه المجتمع، من خلال

717 ألف مسافر عبر مطار الشارقة الدولي في أبريل الماضي بنسبة نمو 14 في

•• المشاركة-وام:

وغير المنتظمة سجلت خلال شهر إبريل الماضي خمسة آلاف و380 رحلة مقارنة بعدد خمسة آلاف و518 رحلة في إبريل 2012 وبتراجع طفيف قدره 2.5 في المئة. كما سجل حجم مناولة الشحن خلال الفترة نفسها من العام الجاري 24 ألفاً و246 طناً من بضائع ومواد الشحن المختلفة وبلغ حجم الشحن البحري الجوي بالطائر ألفين وواحد وخمسين طناً. وقال سعادة علي سالم المدفع مدير عام هيئة مطار الشارقة الدولي ان معدلات الحركة في المطار واصلت منذ بداية العام الجديد تحقيق نتائج إيجابية في أعداد المسافرين وبما يعكس استمرارية النمو على مدى الأشهر والسنوات السابقة. وتوقع أن يستمر النمو في أعداد المسافرين عبر المطار مع بدء الإجازة الصيفية خاصة وذلك تبعاً للإقبال الشديد من المسافرين والخدمات المقدمة التي تستحوذ على ثقة المسافرين مؤكداً أن النمو في أعداد المسافرين بالمطار أصبح السمة المميزة له.

ارتفع عدد المسافرين عبر مطار الشارقة الدولي خلال شهر إبريل الماضي إلى 717 ألف مسافر بنسبة نمو توازي 14 في المائة بالمقارنة بالشهر ذاته من عام 2012 الماضي والذي وصل عدد المسافرين خلاله 629 ألف مسافر. وظهر التقرير الإحصائي الشهري للمطار أن حركة الطائرات المنتظمة

البيئة والمياه تنظم ورشة عمل الإدارة المتكاملة للإنتاج والوقاية في البيوت المحمية



والأسمدة بنسبة 70 في المائة مما يقلل من التلوث البيئي الناتج عن استخدام هذه المواد الكيماوية علاوة على تحقيق وفرة بنسبة 70 في المائة في استخدام المياه للري. ويتم أيضاً إجراء التجارب لإنتاج الأعلاف بطريقة الزراعة المائية بهدف توفير 90 في المائة من المياه مقارنة بوسائل الري المستخدمة تحت الظروف الحقلية التقليدية. ويساهم المشروع في تحقيق الأمن الغذائي عن طريق تلبية طلب السوق المحلي على الأعلاف الخضراء للثروة الحيوانية والتي لا يمكن تليتها بالطرق التقليدية بسبب النقص الشديد في الموارد المائية ونقص الأراضي الصالحة للزراعة والتكلفة العالية للإنتاج في الزراعة التقليدية وتقلبات المناخ ذات الأثر السلبي على إنتاج المحاصيل.

الزراعية وذلك لدعم وتشجيع المزارعين على تبني الممارسات الزراعية الجيدة وذات التقنيات العالية كالزراعة العضوية والزراعة المحمية والزراعة بدون تربة هايدروبونكس. وبلغ عدد البيوت المحمية حوالي 646 ربة 4 بيوت وكمية الإنتاج من الخضار تحتها حوالي 678 ر18 طن كما وصل عدد البيوت المحمية المستخدمة لنظم الزراعة المائية 700 بيت بمساحة 191 ألف متر مربع في نهاية عام 2012 مقارنة بـ 110 بيت في عام 2009. وتعتبر الزراعة بدون تربة تحت البيوت المحمية من الانماط الزراعية الحديثة لزيادة الإنتاجية ومواجهة الصعوبات التي تواجه الزراعة مثل شح المياه والأفات الزراعية وتلج التربة والتغيرات المناخية كون هذه التقنية تعمل على التقليل من استخدام المبيدات

بالتعاون مع شركاء الوزارة من الجهات المحلية والقطاع الخاص. وأشار المهندس موسى محمد عبدالله إلى أن الوزارة تتابع المستجدات في التقنيات الحديثة في الزراعة وذلك بالتواصل مع المنظمات والمراكز العلمية الإقليمية والدولية ولقد كان من نتائج هذا التواصل أن كانت دولة الإمارات العربية المتحدة من أوائل الدول التي طبقت الري الحديث وأدخلت الزراعة المحمية ونظراً للظروف المناخية بالدولة التي تتسم بندرة الأمطار والحرارة الشديدة ولاققت هذه التقنيات إقبالا كبيرا من المزارعين بسبب توفيرها للمياه والعمالة والفوائد الاقتصادية التي تعود على المزارعين. وأشار إلى أن الوزارة أطلقت مبادرة إنتاجنا لتطوير ونشر تقنية الزراعة المائية والزراعة العضوية في الصالات



•• دبي-وام:

مزارعين ومستهلكين وتجار والاطلاع على خطوات ومراحل تطبيق الممارسات الزراعية الجيدة بشكل يضمن إدارة الموارد والحفاظ عليها. وأوضح مدير المنطقة الوسطى أن تنظيم مثل هذه الورش يأتي انسجاماً مع استراتيجية الوزارة في تعزيز الأمن الغذائي ونشر مفاهيم الإدارة المتكاملة للإنتاج والوقاية في البيوت المحمية والممارسات الجيدة وتشجيع الزراعة المحمية من خلال تطوير كافة الجوانب المتعلقة بتوفير منتج ذو جودة تسويقية عالية منوهاً إلى أن الوزارة أطلقت عدة مبادرات لخدمة وتوعية المزارعين كمبادرة نخيلنا الحملة الوطنية لمكافحة سوسة النخيل ومبادرة إنتاجنا لتطوير ونشر تقنية الزراعة المائية في الدولة وتواصل الوزارة جهودها لدعم الممارسات الزراعية ذات التقنيات العالية

افتتح المهندس محمد موسى عبدالله مدير المنطقة الوسطى بوزارة البيئة والمياه امس فعاليات ورشة عمل الإدارة المتكاملة للإنتاج والوقاية في البيوت المحمية والممارسات الزراعية الجيدة التي تنظمها الوزارة في فندق كورال ديريه بدبي بالتعاون مع المكتب الإقليمي للمركز الدولي للحبوت الزراعية في المناطق الجافة إيكارد بدبي. وتتيح الورشة التي تستمر ثلاثة أيام ويشارك فيها عدد من الفنيين من وزارة البيئة والمياه والجهات المحلية في الدولة ودول مجلس التعاون الخليجي الفرصة للتعرف على الممارسات الزراعية الجيدة وأهميتها لمختلف القطاعات ذات العلاقة من

مترو دبي ينقل 33 مليوناً و300 ألف راكب خلال الربع الأول



•• دبي-وام:

تمكن مترو دبي خلال الربع الأول من العام الجاري 2013 من تحقيق معدلات مرتفعة في عدد مرتاديه مقارنة بالفترة ذاتها من العام الماضي. فقد بلغ عدد الركاب للخطين الأحمر والأخضر من شهر يناير حتى نهاية مارس الماضي للعام الحالي ما يقارب 33 مليوناً و341 ألفاً و95 راكباً ما يؤكد أهميته بين شراخ المجتمع كافة باتخاذ الوسيلة الأكثر استخداماً لديهم. وأوضح عدنان الحمادي المدير التنفيذي لمؤسسة القطارات في الهيئة أن العام الجاري شهد تطوراً ملحوظاً في أعداد مستخدمي المترو مقارنة بالفترة ذاتها خلال العام الماضي وهو ما نسعى له في خططنا السنوية من خلال وضع باقة متنوعة من المبادرات والفعاليات التي تسهم في جذب

أفراد المجتمع لاستخدام المترو كوسيلة نقل أساسية لاسيما أنها تتمتع بالأمان والسلامة والرفاهية في آن واحد. وأضاف إن الخط الأحمر الذي يبلغ طوله 52 كيلو متراً ويضم 29 محطة منها أربع محطات تحت الأرض و25 محطة مرفوعة تلي جميعها متطلبات وحاجات الأقراد في التنقل في مختلف المناطق الرئيسية في إمارة دبي حيث وصل عدد الرحلات التي تمت عبره في الربع الأول من العام الجاري إلى 26 ألفاً و359 رحلة في حين وصل عدد الرحلات عبر الخط الأخضر سبعة آلاف و841 رحلة موضحاً أن الخط الأحمر نقل في الربع الأول من العام الجاري 21 مليوناً و803 آلاف و705 راكباً حيث تصدرت محطة ديرة سيتي سنتر المركز الأول من خلال استقطاب ما يقارب مليوناً و643 ألفاً و115 راكباً من يناير حتى نهاية مارس تليها محطة برج خليفة



وصل عدد ركاب محطة عود ميثاء إلى 903 آلاف و106 راكب.

منوعات العقار

البحرين تخصص أربعة مليارات دولار لشبكات ومشاريع كهرباء مقبلة

•• النمامة-وام:

قال الدكتور عبدالحسين ميرزا وزير الدولة لشؤون الكهرباء والماء البحريني إن تكلفة تطوير شبكات الكهرباء خلال السنوات المقبلة يصل إلى 400 مليون دولار أمريكي فيما يبلغ مجموع تكلفة المشاريع خلال العشر سنوات القادمة ثلاثة مليارات و600 مليون دولار أمريكي. ونقلت وكالة الأنباء البحرينية بنا عن ميرزا في حوار مع صحيفة الوطن نشرته أمس أن التوقعات تشير إلى وصول الحمل الأقصى للكهرباء خلال صيف العام الحالي إلى ثلاثة آلاف و150 ميغاوات بزيادة ستة في المائة مقارنة بالعام الماضي فيما تبلغ سعة الشبكة الحكومية أربعة آلاف ميغاوات مشيراً إلى أن معدلات الزيادة في الاستهلاك الكهربائي خلال السنوات الماضية تراوحت بين سبعة و10 في المائة. وأضاف أن مجموع استهلاك قطاعات التجارة والصناعة والزراعة من الكهرباء العام الماضي بلغ حوالي النصف أي 2 في المائة مشيراً إلى أن الدراسات تتوقع وصول الحمل في الشبكة الحكومية إلى ضعف المستويات الحالية خلال العقد المقبلين.

المدفع: المتاحف تبرز منتج الشارقة السياحي بجمع جوانبه

•• الشارقة-وام:

أكد سعادة خالد جاسم المدفع مدير عام هيئة الإنماء التجاري والسياحي بالشارقة أهمية المتاحف في إمارة الشارقة كأحد أبرز عوامل الجذب السياحي الرئيسية كونها مرآة الشعوب والحضارات بما تضمه من مقتنيات مختلفة تشهد على النهضة التراثية والحضارية التي مرت بها الإمارة وتعكس العلاقة بين الإنسان وتاريخه وتتيح لكل زوار الإمارة قراءته والإطلاع عليه. وقال المدفع إن احتفالات إمارة الشارقة باليوم العالمي للمتاحف تأتي بالتزامن مع بدء التحضيرات للاحتفال بالشارقة عاصمة الثقافة الإسلامية للعام 2014 وتتوافق مع خطط الهيئة للترويج وإبراز منتج الشارقة السياحي بجميع جوانبه ولا سيما الثقافية منها حيث تقوم الهيئة باستثمار القومات السياحية والمواقع الثقافية بالإمارة وتوسيع مفهوم السياحة الثقافية بالشارقة محلياً وإقليمياً وعالمياً. وأضاف إن الهيئة تبذل كافة الجهود لاستغلال الثروات التاريخية والثقافية الموجودة في المتاحف الراقية والمتنوعة بالإمارة لتعريف السائح والمقيم على الإرث الثقافي للشارقة حيث تقوم الهيئة بدمج مواد عن المتاحف ضمن الدورات التدريبية التي تنظمها للمرشدين السياحيين للتعريف بالوجهات السياحية في الإمارة كما تقوم بالترويج لمتاحف الإمارة في المعارض والمحايل الدولية التي تشارك فيها وفي الجولات الترويجية التي تنظمها في أبرز المدن والعواصم الخليجية والأوروبية.

كهرباء ومياه دبي تدرش محطة تحويل رئيسية جديدة في منطقة مرسى دبي

•• دبي-وام:

التنمية الاجتماعية والاقتصادية في الإمارة من خلال توفير الإمدادات المستمرة والمستقرة للكهرباء والمياه لترسيخ مكانة دبي الرائدة في المنطقة وتعزيز دورها كقطب اقتصادي ومالي وسياحي عالمي.

وأضاف سعادته إن المشروع يهدف إلى تعزيز قدرة شبكات الهيئة لنقل الكهرباء إلى منطقة مرسى دبي حيث تم تحديد كابلات أرضية جهد 132 كيلوفولت بطول 320 متراً لربطها بمحطة التحويل الرئيسية جهد 132-11 كيلوفولت بمنطقة نخلة جميرا ومحطة التوزيع جهد 132 في جبل علي بما يرفع من الكفاءة والاعتمادية لشبكات الهيئة في هذه المناطق الحيوية ويضمن استمرار واستقرار الامدادات الى مختلف المستهلكين في كافة الاوقات. وأكد سعادته أن هذه المحطات تحتوي على أحدث التقنيات الرقمية الخاصة بمحطات التحويل بما يساهم في دعم اعتمادية وكفاءة عمل هذه المحطات ويخدم في النهاية خطط دبي العمرانية والاقتصادية الطموحة ولا تزال



هناك 17 محطة تحويل جهد 132 العمل على تطوير المحطات العاملة في الشبكة عن طريق رفع القدرة التحويلية العمتمدة عالمياً.

وقال سعادة سعيد محمد الطائر عضو مجلس الإدارة المنتدب والرئيس التنفيذي لهيئة كهرباء ومياه دبي إن جهود الهيئة مستمرة في إطار رفع كفاءة الشبكات لتلبية النمو في الطلب على خدمات الهيئة والمضي قدماً في تنفيذ مشاريعها الحيوية لاسيما في مجال البنية التحتية وانطلاقاً من دورها كمؤسسة مستدامة على مستوى عالمي تسهم الهيئة بشكل فعال في عملية

وزارة المالية تبحث التحضيرات لحفل استقبال البنوك والمصارف الوطنية في واشنطن

بأهمية الشراكة التي تجمعها مع مختلف القطاعات الاقتصادية في الدولة والدور الذي تؤديه هذه الشراكة في توفير فرص تمويلية واثمائية كبيرة تسهم في تعزيز مسيرة التنمية المستدامة التي تتبناها الحكومة الاتحادية. يشارك في حفل هذا العام بنوك أبوظبي الوطني والإمارات دبي الوطني وأبوظبي التجاري والخليج الأول ودبي التجاري ودبي الإسلامي ومصرف أبوظبي الإسلامي وبنوك الاتحاد الوطني والصغيرة الوطني والاستثمار إضافة إلى مصرف الهلال. يذكر أن حفل هذا العام يأتي استكمالاً للنجاح الذي حققه حفل استقبال البنوك والمصارف الوطنية الذي أقيم في العاصمة اليابانية طوكيو العام الماضي.



مواصلة تطوير وتنمية العلاقة التي تربطها بالمؤسسات المالية المصرفية الإماراتية وجذب مزيد من الاستثمارات الأجنبية للدولة الأمر الذي يعزز مكانة الدولة على خريطة الاستثمار العالمية. وأضاف أن وزارة المالية تؤكد من خلال ما تعتمده من أهداف وغايات استراتيجية إيمانها

الأمر الذي يشكل علامة بارزة في التسويق للقطاع وإظهار مدى قدرته على مواجهة التحديات المالية وإدارة الأزمات والتعامل معها من خلال الالتزام بتطبيق المعايير الدولية. ووضع فريق العمل الذي يضم وزارة المالية والبنوك خلال الاجتماعات كل التجهيزات اللازمة لإقامة حفل الاستقبال الذي سيستقطب وزراء مالية الدول المشاركة في هذه الاجتماعات ومحافظي البنوك المركزية والعديد من رؤساء المؤسسات المالية الدولية والمؤسسات الاستثمارية ووفود الدول المشاركة. وصرح سعادة خالد علي البستاني وكيل الوزارة المساعد لشؤون العلاقات المالية الدولية أن تنظيم حفل استقبال البنوك والمصارف الوطنية يعكس حرص الوزارة على

•• أبوظبي-وام:

عقدت وزارة المالية وممثلو البنوك والمصارف الوطنية ثلاثة اجتماعات تحضيرية متتابعة للاستعدادات لحفل استقبال ممثلي البنوك والمصارف الوطنية الذي يقام يوم 11 من شهر أكتوبر القادم في واشنطن وذلك للترويج للقطاع المالي والمصرفي والتعريف بالبنوك والمصارف الوطنية في الدولة ودورها في دعم مسيرة التنمية المستدامة. ويقدم الحفل الذي يقام على هامش الاجتماعات السنوية لصندوق النقد الدولي والبنك الدولي التي تعقد خلال الفترة من 11 حتى 13 من نفس الشهر الصورة المثلى للقطاع المصرفي الإماراتي أمام المستثمرين وذوي الاختصاص

برت شيفر رئيساً تنفيذياً لمركز دبي المالي العالمي للعقارات

•• دبي-وام:

بشكل واثق مع وحدة التطوير الخاصة وفريق عملها وسيكون مجلس إدارة مركز دبي المالي العالمي للاستثمارات مسؤوله المباشر الذي يتلقى التقارير الدورية لضمان الالتزام بأعلى المعايير الخاصة بالبنية التحتية في مركز دبي المالي العالمي وقال سعادة عبدالله محمد صالح رئيس مجلس إدارة شركة مركز دبي المالي العالمي للاستثمارات ومحافظ مركز دبي المالي العالمي إن هدفنا هو توفير البنية التحتية اللازمة لدعم مشاريع مركز دبي المالي العالمي ونمو أعماله وتوسيعاته ويسعدنا أن نرحب ببرت شيفر ليدعمنا في تحقيق أهدافنا المرجوة. وأضاف أن خبرة شيفر الواسعة في إدارة العقارات وتصوره حول مستقبل قطاع العقارات في مركز دبي المالي العالمي كلها عوامل مهمة في الدور الهام الذي سيقطع به برت في عمله لدى مركز دبي المالي العالمي للعقارات. من جانبه قال برت شيفر إن مركز دبي المالي العالمي حقق نجاحاً باهراً منذ إنشائه في عام 2004 كمركز مالي عالمي يربط الشرق مع الغرب ويمتلك المركز بنية تحتية عالمية المستوى ومنظمة مالية متكاملة لعمالها وأطلع قداماً للعمل مع الفريق لتلبية متطلبات عملائنا الحاليين والمستقبليين على القطاع العقاري وتنفيذ استراتيجية نمو المركز.

أعلنت شركة مركز دبي المالي العالمي للاستثمارات اسم تعيين برت شيفر رئيساً تنفيذياً لمركز دبي المالي العالمي للعقارات. وأعلن مركز دبي المالي العالمي في يوليو 2012 عن إعادة هيكلة المركز تحت وحدتين مستقلتين الوحدة الأولى التي تحتفظ باسم سلطة مركز دبي المالي العالمي وتتولى مهام تطوير الأعمال والتشريعات أما الوحدة الثانية فتحمل اسم مركز دبي المالي العالمي للعقارات وهي تابعة لشركة مركز دبي المالي العالمي للاستثمارات ومسؤولة عن إدارة المحفظة العقارية وتنفيذ خطة التطوير الشاملة للمركز. وسيقوم نبيل رمضان بمهامه كرئيس التنفيذي للعمليات لدى سلطة مركز دبي المالي العالمي بعدما أن تولى مهام الرئيس التنفيذي بالإمارة لمركز دبي المالي العالمي للعقارات. ويحمل شيفر معه في منصبه الجديد كرئيس تنفيذي لمركز دبي المالي العالمي للعقارات خبرة تقارب 30 عاماً في قطاع العقارات التجارية في منطقة الشرق الأوسط والولايات المتحدة الأمريكية وكندا. وسيقوم شيفر كرئيس تنفيذي لمركز دبي المالي العالمي للعقارات بالعمل

مدير إدارة الطاقة النظيفة في مصدر يؤكد أهمية التعاون والابتكار لضمان أمن الطاقة والمياه العالمي

•• روتردام - هولندا-وام:



العالم بما فيها لتلبية الطلب المتنامي على الطاقة وتحقيق أمن المياه والغذاء.

أكد بدر سعيد المكي مدير إدارة الطاقة النظيفة في مصدر مبادرة أبوظبي متعددة الأوجه للطاقة المتجددة أهمية التعاون والابتكار لتسريع عجلة نشر وتطبيق التقنيات والسياسات اللازمة لضمان أمن الطاقة والمياه العالمي. جاء ذلك في كلمة ألقاها للمكي يوم الأربعاء الماضي في منتدى التعاون من أجل التقدم الذي تشارك في استضافته كل من شركة شل ومدينة روتردام في هولندا. وقدم المكي عرضاً توضيحياً استعرض من خلاله أبرز

ستاندر تشارترد يستضيف ندوة حول التمويل التجاري للمؤسسات المالية

•• دبي-الضجر:

اقتصادية من الغرب للشرق. كما ركزت حصة أخرى على الطلب المتزايد على التمويل التجاري المطابق للشريعة الإسلامية. وتعليقاً على أهمية الندوة، قال فاروق صديقي الرئيس الاقليمي للمعاملات المصرفية في الشرق الاوسط وشمال أفريقيا وباكستان في ستاندر تشارترد: على الرغم من التحديات التنظيمية والضبابية في الاقتصاد العالمي، تستمر المنتجات بالتحرك حول العالم. ويقدم ذلك تحديات وفرص للمؤسسات المالية التي تستمر بدعم قطاع التجارة الحيوي. إن الهدف الاولي لندوتنا اليوم هو جمع مجموعة من الخبراء في التمويل التجاري في المنطقة لمناقشة التحديات والفرص والرؤى والاتجاهات في تمويل التجارة الإقليمية والعالمية.

استضاف قسم المعاملات المصرفية في ستاندر تشارترد ندوة فريدة من نوعها حول التمويل التجاري لعملائه من المؤسسات المالية في الامارات. وحضر الندوة ممثلين من البنوك التقليدية وبعض من المصارف الاسلامية في الامارات والمنطقة. وخلال الحدث، قام نيكولا لانغولا، رئيس الاقراض والاستفادة من الاصول الموزونة بالمخاطر في ستاندر تشارترد بمناقشة تأثير بازل 3 على الخدمات التجارية. وقام سريام موتوكريشانان، الرئيس العالمي لادارة منتجات التجارة للمؤسسات المالية في البنك بررض الفرص المتاحة في التمويل التجاري للمؤسسات المالية في ضوء التغيرات التنظيمية وانتقال القوى

منوعات

الفكر

31



بين أفليك يصمم الأحذية من أجل الكونغو

يطلق الممثل الأمريكي بين أفليك، بالتعاون مع شركة (توم)، مجموعة من الأحذية يعود ريعها لدعم مبادرته تجاه الكونغو. وذكر موقع (اي أون لاين) أن أفليك الذي أنشأ (مبادرة شرقي الكونغو) لمساعدة المحتاجين في الدولة الأفريقية، يتعاون مع شركة (توم) لتقديم مجموعة محدودة من الأحذية المصنوعة من النسيج الملون المتقدم من الكونغو، ولكل جواز أحذية يباع من المجموعة، سيتم تخصيص 5 دولارات لبرنامج (مبادرة شرقي الكونغو)، بالإضافة إلى جواز أحذية لطفل محتاج. يذكر أن أفليك كان قد أعلن مؤخرًا أنه حاول العيش على 1.5 دولار في اليوم ليلقي الضوء على العيش تحت خط الفقر.



ماكولي كولكين يدخن 60 سيجارة.. يومياً

يواجه الممثل الأمريكي ماكولي كولكين خطر الإصابة بسرطان الرئة والموت إذا استمر بالتدخين المفرط بعدما أفيد أنه يدخن يومياً ما لا يقل عن 60 سيجارة. ونقلت صحيفة (ناشونال إنكوويرر) الأميركية عن مصدر مقرب من كولكين (32 سنة) تأكيد أنه بعدما تخلص من الإدمان على الهيروين الذي كاد يقتله من قبل، عاد وتعلق بأفة جديدة وهي التدخين. وكشف أن الممثل الأمريكي، الذي اشتهر في سلسلة أفلام (هوم أثلون) في طفولته، يدخن يومياً ما لا يقل عن 60 سيجارة، ما يعرضه لخطر الإصابة بسرطان الرئة وبالتالي الموت. وقال خبراء للصحة إن كولكين معرض ما بين 100 إلى 300 مرة أكثر من أي شخص غير مدخن للإصابة بسرطان الرئة. يشار إلى أنه خلافاً لطلته الملبئة بالصحة في طفولته، يبدو كولكين الآن نحيلًا وضاحب اللون.

بروس كامبل يدعو المعجبين ألا يحكموا مسبقاً على Evil Dead

ما زال فيدي ألفاريز يتذكر المرة الأولى التي شاهد فيها فيلم The Evil Dead. كان المخرج جالساً داخل موقع التحرير القاتم في سانتا مونيكا يضع اللمسات الأخيرة على نسخته الخاصة من فيلم الرعب الذي صدر للمرة الأولى عام 1981.

طرق مبتكرة

لفت الفيلم، ومدته خمس دقائق، انتباه رايمي الذي بدأ يتفاوض مع ألفاريز بشأن مشروع ينفذانه معاً. فاقترح المخرج المخضرم على الوافد الجديد أن يطبع على أولى أفلامه. أخبر رايمي صحيفة (لوس أنجلوس تايمز) في مطلع السنة؛ (شعرت في الحال أنه راو ممتاز، حاد الذكاء، مرح، وصادق، وأنه يريد حقاً امتاع الجمهور بطرق مبتكرة. كانت هذه المرة الأولى في حياتي التي أشعر فيها أنه الرجل المناسب للمهمة ما إن التقيت به).

وضع ألفاريز نص Evil Dead بالتعاون مع صديقه القديم رودو سيغيس. وتولت ديابلو كودي، الحائزة جائزة أوسكار عن نصها لفيلم جونو، تعديل الحوار لأن الإسبانية هي لغة ألفاريز وسيغيس الأم. صُوّر الفيلم خارج أوكلاند في نيوزيلند طوال 70 يوماً، مركزاً على تأثيرات مساحيق التجميل بدل الاعتماد على الكوميوتر، والعبارات التي لا تموت بدل الإشارات العصرية. يوضح ألفاريز: (لا يمكنك أن تحدد في أي حقبة تاريخية تدور الأحداث. فما من هواتف خلوية، خصوصاً أن الناس يدركون أن ما من إرسال في الغابة، فما الداعي لحمل هاتف خلوي إلى الكوخ؟ حتى السيارات التي اخترناها كلاسيكية). (ستبدو سيارة أولدسموبيل من طراز عام 1973 مألوفة لبعض المشاهدين).

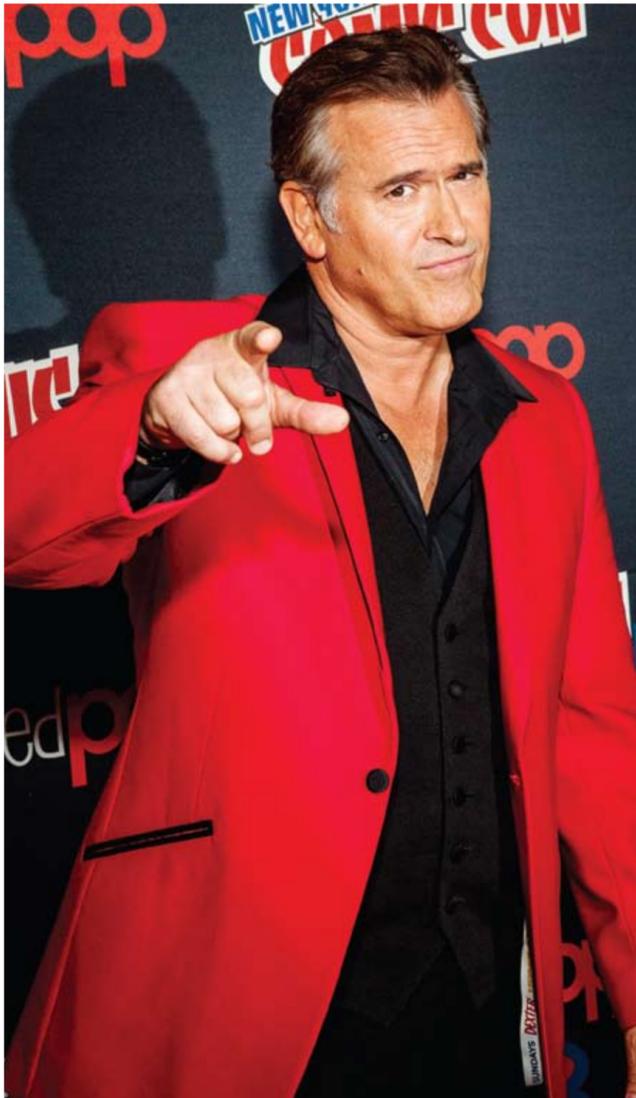
علاوة على ذلك، لا أحد من الممثلين يؤدي دور آس. يقول كامبل: (سررنا لأن فيدي قرر أن يلغي شخصية آس. فلا يحتوي الجزء الأخير على أي من الشخصيات الأصلية. نريد أن يكون الفيلم نسخة منفصلة. فلا أود أن أرغم بعض زملائي الممثلين على أمر مماثل، طالباً منهم أداء دور مثلته أنا قبل ثلاثين سنة).

كلمات وينديقية

تقبّل كامبل، رغم مسيرته الطويلة في عالم السينما، واقع أنه سيبقى في بعض الأوساط مرتبطاً بتلك الشخصية؛ شاب عادي خانف يتحول إلى بطل قاسي القلب يقضي على الشيطان ببضع كلمات وينديقية كبيرة.

لا يظن كامبل أنه سيحمل البندقية مجدداً ليؤدي دور آس، مع أنه لا يستبعد تماماً عودته. لكن شهرته المستمرة أتاحت له الترويج للجزء الجديد من فيلم Evil Dead. أمضى الممثل فترات طويلة في التنقل، مشاركاً في مؤتمرات واحتفالات ليحضر الناس على مشاهدة الفيلم. ومن بين أبطال أفلام الرعب، ما كان ألفاريز ليحظى بممثل أفضل. أخبر كامبل الحشد الذي ملأ الصالة في دار سينما بارامونت في أستان في تكساس، حيث بدأ عرض الفيلم ضمن إطار مهرجان South by Southwest السينمائي الشهر الماضي؛ (تشكل هذه بداية جديدة. وأمل ذات يوم أن تقصدوا دور السينما لتشاهدوا الأجزاء الثلاثة الأولى ومن ثم الأجزاء الثلاثة الجديدة وتستمعوا بها كلها).

أضاف كامبل: (اعتقد أن البعض قلق ويظن أننا لن ننتج فيلم Evil Dead. سيبقى ذلك الفيلم متواظراً للجميع... إلا أن هذا فيلم جديد، عملاقة غازية).



يذكر ألفاريز: (حاولنا تصوير فيلم مخيف جداً بالاستناد إلى أساس القصة، قبل أن نلجأ إلى العامل فوق الطبيعي. فمنا البداية يبدو الجو مخيفاً؛ ثمة فتاة مدمنة على الهيروين تريد الإفلاق عنه. فتعرب عن استعدادها لحبس نفسها في كوخ والتوقف عن تعاطيه فجأة، ما يُقال إنه الطريقة الأكثر فاعلية للتوقف عن تعاطي الهيروين. فتجن طوال ثلاثة أيام. ويُقال إن هذا أسوأ كابوس قد تعيشه).

أخرج ألفاريز (34 سنة) أفلاماً موسيقية وقصيرة في الأوروغواي قبل أن يأتي إلى هوليوود ليعقد اجتماعات مع عدد من المديرين عام 2009، بعد مرور أسبوع على نشره على شبكة الإنترنت فيلمه القصير Panic Attack؛ عن قوات آلية عملاقة غازية.

لمشاهدة Evil Dead أنه جزء من سلسلة. نظراً إلى هذا الواقع، قرر ألفاريز البدء من الصفر، على أمل التوصل إلى مقاربة جديدة مبتكرة إلى القصة الرئيسية نفسها، محافظاً في الوقت عينه على الصفات التي توحى بالخوف والتي ميزت الأجزاء الأولى من دون أن يلجأ إلى التكرار. قرر ألفاريز استغلال مخاوف الحياة الحقيقية؛ أربعة أصدقاء (شيلو هرنانديز، لو تابلور، جيسيك لوكاس، واليزابيث بلاكمور) يتوجهون إلى كوخ لمساعدة صديقهم (جاين ليفي) على الإفلاق عن إدمانها الهيروين. تبدو الأجواء متوترة حتى قبل أن يُكتشف الكتاب ويُقرأ محتواه. عندما تدرك المجموعة أن ميا (ليفني)، التي تعاني عوارض الانقطاع عن الهيروين، محقة في إصرارها على الهرب، يكون الأمل بالفرار قد تضاعف.

يتذكر المخرج فيدي ألفاريز، الذي وُلد في الأوروغواي، أنه دخل وصديقه حين كان في الثانية عشرة من عمره إلى متجر لتأجير أسطرمة الفيديو قرب منزله في مونتيفيديو، وطلب من الموظف أن ينصحهما بفيلم مخيف جداً.

يروي ألفاريز: (كنا قد سلمنا من Nightmares on Elm Street و Friday the 13th. فقلنا للموظف: لقد شاهدنا أفلام الرعب كافة، أعطنا фильماً مخيفاً حقاً. أتذكر أنه راح يتلفت من حول ومن ثم أجابنا: خذا هذا. هيا، وارجح بسرعة).

بعد أكثر من 30 سنة على إطلاقه، ما زال The Evil Dead أحد أبرز الأفلام التي تحطت المقبول. فقد أطلق فيلم الرعب المنخفض الميزانية هذا إحدى سلسلات أفلام الرعب الأغرر في عالم السينما. كذلك أعطى زخماً كبيراً لمسيرة مخرج شاب من ميشيغان يدعى سام رايمي.

تدور الأحداث حول مجموعة من الشبان تكتشف في كوخ كتاباً قديماً يحتوي على مقاطع لإعادة إحياء شياطين. عندما يقرأون مقطعاً من الكتاب، تفتح أبواب جهنم في الغابة. وما هي إلا فترة وجيزة حتى تبدأ الأطراف بالتطير ويندفع دق من السوائل اللزجة، ويتعرض بروس كامبل، الذي يؤدي دور البطل المحاصر آس، لضرب مبرح.

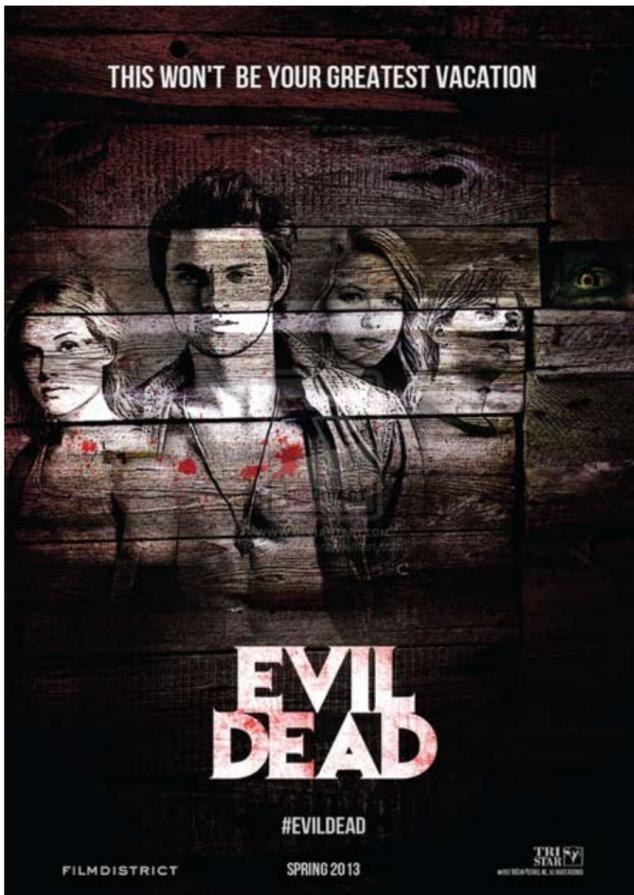
بطاقة غريبة

تمتعت ثلاثية رايمي (The Evil Dead II، 1981، Evil Dead II، 1987، و Army of Darkness عام 1992) ببطاقة غريبة قوية، فتطورت قصصها غير متوقعة ولا حدود لما قد تراه (أعين تطير، مصابيح تضلك، انعكاسات تتكلم، ويُسحب آس في الزمن إلى الوراء). لذلك حظيت السلسلة بشغف وإخلاص مماثلين لما اعتدنا رؤيتهما في مؤتمرات Star Trek.

تهافت محبو السلسلة على ألعاب فيديو Evil Dead، داماها وتذكاراتها، فضلاً عن نسخ لا تعد من الأفلام على أقراص Blu-ray و DVD. كذلك أعدت من القصة مسرحية Evil Dead الموسيقية التي عُرضت فترة طويلة في مختلف أنحاء الولايات المتحدة وكندا، بالإضافة إلى كوريا الجنوبية واليابان.

رغم ذلك، لم ترق فكرة إعادة فيلم جديد من سلسلة Evil Dead لا يتولى رايمي إخراجها ولا يؤدي فيه كامبل دور البطل للمعجبين الذين راودتهم شكوك كثيرة. هنا قرر كامبل، الذي أنتج فيلم Dead Evil الجديد بالتعاون مع رايمي وشريكهما روب تابرت، التدخل. فأولت إليه مهمة إقناع أنصار رايمي وحملهم على مشاهدة الفيلم. راح كامبل يتحدث عن ردود الفعل التي واجهها المشروع على تويتر، وهو جالس إلى جانب ألفاريز؛ (كثرت في البداية عبارات الرفض والاستهجان. لكنني ظلت أردد ألا داعي للتذمر، حتى يحين موعد التذمر. ونصحتهم بمشاهدة الفيلم قبل أن يحكموا عليه).

لا يدرك كثيرون ممن يدخلون صالة السينما



الفكر

التركيز أثناء تناول الطعام يسهل الهضم

كما يؤكد باحث آخر هو مارك ديفيد مؤلف كتاب الغذاء بطيء الهضم تناول الغذاء من أجل المتعة، والطاقة وتخفيف الوزن أن نفس المفاتيح الذي يشرح بالنشاط عند الإصابة بالإجهاد هو نفسه الذي يعطل عملية الهضم. ويلاحظ أن الإجهاد مهما قل وصغر يؤدي إلى إضعاف القابلية لهضم الطعام وتنشيط حركة الاستقلاب (الأبيض) والحقيقة إن هرمون الكورتيزول، هرمون الإجهاد الرئيس، يخفف إحساس الجسم بالمتعة والسرور ولذلك يفقد الإنسان متعة ما يأكله، وقد تشعر برغبة متصاعدة في تناول كميات أكبر من الطعام. لكن في المقابل فإن تناول الطعام بكامل الوعي يساعد على تنظيم الشهية أيضاً. فعندما تتناول الطعام بكامل التركيز والوعي، فإن جسمك يعرف الكمية التي يحتاجها، وسيكون لدى دماغك الوقت الكافي للتعرف على الرائحة والمذاق وقوام الطعام ولتسجيل متى تناولت ما يكفيك من مواد غذائية وسعرات.

هناك مثل شعبي قديم متداول في الصين يؤكد أن أفضل وجبة يتناولها الشخص على الإطلاق هي تلك التي يتناولها وهو في أوج التركيز والوعي باللحظة الراهنة. وعندما يتعلق الأمر بالغذاء، يتعلم الإنسان، كيف يجني فوائد ذلك عن طريق التركيز على الوجبات، ويعني ذلك أن الطعام الذي ستتناوله يصبح صحياً وأكثر متعة ومذاقاً، ويتعلم الإنسان أيضاً كيف يجني حصاد الوعي والتركيز خلال تناول الوجبات، ويعني ذلك طعاماً صحياً أكثر متعة واتصالاً بالذات وبالآخرين، وبأساليب أكثر قوة وفعالية. توصي الباحثة النفسانية سوزان ألبيرز مؤلفة كتاب تناول الطعام الواعي للطعام: دليل الغذاء الصحي، بالتركيز ووضوح الذهن عند تناول الطعام. وتحدد ألبيرز الشروط الأولية لهضم الطعام والتمثيل الغذائي ولحرق السعرات.

اليوجا مفيدة للتحكم بالمزاج وخفض القلق

تؤثر اليوجا بطريقة إيجابية على المزاج وتخفف حدة القلق، كما يمكنها أن تكون ذات فائدة علاجية لعدة اضطرابات عقلية. واكتشف باحثون من كلية الطب بجامعة بوسطن وجود صلة بين اليوجا ومعدلات نقل مادة عصبية يتسبب ارتفاعها بحالة من الراحة وتقلص الشعور بالقلق. وتبين في الدراسة، التي تنشر في مجلة الطب البديل، أن الذين يمارسون اليوجا يشعرون بقلق أقل، كما يفيدون عن تحسن مزاجهم أكثر من الذين يمارسون رياضة المشي. وعهد الباحثون برئاسة الدكتور كريس ستريتر في دراستهم إلى مراقبة مجموعتين من الناس طوال 12 أسبوعاً، المجموعة الأولى تمارس اليوجا 3 مرات لمدة ساعة أسبوعياً والأخرى تمشي خلال الفترة عينها.

زيت الزيتون والسّمك يساعدان في علاج التهاب البنكرياس

دراسة جديدة أن زيت الزيتون والسّمك يخففان من أعراض التهاب البنكرياس، وقالت الباحثة المسؤولة عن الدراسة في جامعة (غرانادا) الإسبانية، ماريلا بيلين لوبيز ميلان، إن مادتي حمض الأوليك والهيدروكسيستيرول، الموجودتين بكميات عالية في زيت الزيتون، والأحماض الدهنية غير المشبعة الموجودة في السمك، تخفف من أعراض التهاب البنكرياس. وقيم الباحثون دور مكونات النظام الغذائي الشرق أوسطي في منع تلف الخلايا، وخصوصاً تأثير الأحماض الدهنية ومضادات الأكسدة على آليات الخلية في مواجهة الإلتهاب الموضعي في البنكرياس، واستخدم العلماء نموذجاً تجريبياً على الفئران حيث تسببوا بتلف خلوي بعد تلقيها علاجاً مسبقاً يحتوي على هذه المكونات الغذائية. ووجد الباحثون أن حمض الأوليك والهيدروكسيستيرول يمكن أن يعتبراً مكونات غذائية يستهلكها الأشخاص لتحسين صحتهم والمساهمة في التخفيف من إمكانية تعرضهم لالتهاب البنكرياس، وقالت ميلان إن هناك دليلاً متزايداً على أن النظام الغذائي يلعب دوراً مهماً في الربط بين عملية الإلتهاب والأكسدة المتعلقة بظهور الأمراض المزمنة.



ميم شيفيا يؤدي عرضاً في مركز للتسوق خلال الاحتفال بالذكرى الأولى لافتتاح برج الراديو أطول مبنى في العالم والذي يطلق عليه شجرة سماء طوكيو. (أ ف ب).

قرأت لك

البقرة



البقرة اسم جنس يقع على الذكر والأنثى، والشائع تسمية البقرة الأنثى بالبقرة والذكر بالثور وهي حيوانات ثديية مجتررة من أكالات الأعشاب منها ما هو أليف ومنها ما هو وحشي. ولها سلالات مختلفة ويختلف وزن البقرة من سلالة إلى أخرى. تلد البقرة في السنة الثانية أو الثالثة من عمرها وتدم مدة حملها 258 يوماً وتنجب عجلاً واحداً أو اثنين. ومن الممكن أن يصل عمر البقرة من عشرين إلى خمسة وعشرون سنة، ولكنها تذبح قبل ذلك بكثير. والبقرة من الحيوانات المفيدة للإنسان حيث تربي لبنها ولحمها وجلدها وتعتبر الأبقار ثروة قومية في كثير من البلدان.

سؤال وجواب

- كم من الوقت يستغرق ضوء القمر حتى يصل إلينا؟
- ثانية واحدة.
- أين توجد الغابة السوداء التي تبدو وكأنها سلسلة جبال؟
- توجد في ألمانيا.
- ما أول مدينة اندلسية فتحها العرب؟
- الجزيرة الخضراء.
- ماذا تعرف عن القشاء الرامش؟
القشاء الرامش هو الجفن الثالث للطير، والمعروف أن للطيور ثلاثة أجفان جفان كالإنسان وجفن ثالث يحمي العين من الهواء والضوء الشديد ويسمى الجفن الرامش ويتحرك هذا الجفن في العين اليمنى إلى اليسار وفي العين اليسرى إلى اليمين.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن تونس هي أكبر دولة من حيث إنتاج الزيتون
- هل تعلم أن أقصر رجل في العالم هو الهندي جول إذ أنه لا يتجاوز طوله أكثر من اثنين وستين سنتيمترا
- هل تعلم أن شعر اللحية لدى الرجل قوي جدا ويعادل في قوته ومثاقته متانة سلك من النحاس في نفس قطر شعره
- هل تعلم أن البعد بين الشمس والأرض يعادل 385 ضعفا من بعد الأرض عن القمر
- هل تعلم أن عدد ملوك فرنسا الذين حملوا اسم لويس 18 ملكا
- هل تعلم أن العلقات سميت بهذا الاسم لأنها تعلق على جدران الكعبة
- هل تعلم أن الأملاك الفلسطينية في القدس لا تتجاوز 10 في المائة فيما تسيطر إسرائيل على 86 في المائة من مساحة القدس !!
- هل تعلم أن أقدم جيش نظامي أوروبي هو الحرس السويسري في الفاتيكان إذ يعود تاريخ تأسيسه إلى عام 1400م
- هل تعلم أن أول معركة بحرية إسلامية هي - ذات الصواري - التي وقعت في البحر المتوسط بين المسلمين والبيزنطيين في عهد عثمان بن عفان سنة 34هـ وانتصر فيها المسلمون
- هل تعلم أنه تم تحديد خط الطول جرينتش عام 1884م

قصة حارس الغابة

كان الجميع يسمعون عن حارس الغابة لكن أحدا لم يره .. وفي أحد الأيام وصل إلى الغابة مجموعة من الحراس يحملون شباكاً كثيرة وأسلحة وذخيرة وقد قرروا صيد مجموعة كبيرة من الحيوانات المختلفة وذلك للربح المادي من فرائها أو انيابها فنصبوا خيامهم على مشارف الغابة ودخل ثلاثة منهم يستكشفون الغابة وعماقها وما يوجد بها من حيوانات نادرة وغالية.. وعند عودتهم قابلهم الصيد من نفس المنطقة فقال لهم ممنوع الصيد هنا وستجدون ممانعة شديدة من حارس الغابة، ارحلوا قبل أن يقتلهم من هنا.. لكنه لم يجد منهم غير الاستهزاء بكلامه .. لم يضع الصيادون وقتاً فزلوا إلى الغابة للبحث عن مرادهم وبالفعل استطاعوا إصابة أحد النمر النادرة ورغم ذلك فقد هرب منهم باصابتهم فانهمكوا في البحث عن وانقضى اليوم بدون النمر بل لقد لاحظوا وكان الحيوانات قد فر عن أعينهم أين .. لا أحد يعرف.

في المساء وحول النار الهادئة أخذوا يتناولون طعامهم وهم يتضحكون ويستمعون للموسيقى على استعداد للنوم حتى يستيقظوا صباحاً لرحلة صيد جديدة وحقاً انهالت عليهم حيات جوز الهند وكان الشياطين تتقاذفها على رؤوسهم واهتمت الأرض بفعل خطوات سريعة ثقيلة بفعل اقدام كبير من الاطفال وقفزات متسارعة من القرد هطلت من فوق الاشجار وكانها زخات مطر قوية فزعت الصيادين ولم يستطع بعضهم ان ينجا بحياته فضع تحت اقدام الاطفال، اما من جرى منهم في كل اتجاه فلم يخرج من الغابة سائلاً بل حمل من الجروح والكسور الكثير ومع كل ذلك لم ير احد منهم من وراء كل ماحدث هل هي الحيوانات الغاضبة او حارس الغابة .. ذلك السؤال ماذا يتردد في تلك الغابة التي لم يستطع اي صياد ان يخرج منها بصيد يرضيه.



عائشة الكمبي



شمة المقبالي



سامية الشامسي



دانة الراشدي

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

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