

ص 22

عالم فيراري أبوظبي تحتفل  
باليوم العالمي للأفعوانيات



ص 31

حسن يوسف:  
(ليلة زفاف المرحوم)  
اعادتني إلى خشبة المسرح



أبرز الأخطاء التي يقع فيها  
الكثيرون أثناء اتباع ريجيم غذائي

ص 23

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

## آيفون وأيباد.. إنذار

مخيف لـ 1.4 مليار مستخدم

تصر شركة أبل بأسبوع سيء هذه الأيام، فبعد أيام قليلة على اختراق تقنية "تشيك" على الهوية بواسطة الوجه، ومسألة منع إصلاح البطارية لدى طرف ثالث غير الشركة، أدت قصة أخرى تتعلق بإهمال الشركة إلى ضرورة تحذير كل مستخدم آيفون وأيباد.

فقد قالت شركة "تشيك بوينت" التي تعني بأمن الأجهزة الإلكترونية، التي اختارتها مؤسسة "أبل إنساير"، إنها تمكنت من إيجاد طريقة لاختراق كل أجهزة آيفون وأيباد، التي تعمل بأنظمة التشغيل الخاصة بشركة أبل بدءاً من "الثامن" (iOS 8) وصولاً إلى الإصدارات التجريبية من نظام التشغيل الثالث عشر (iOS 13)، وهو أحدث الإصدارات.

وهذا يعني أن التحذير يغطي 8 أعوام من أجهزة آيفون وأيباد من أبل، ويشمل نحو 1.4 مليار مستخدم (بحسب تصريح للرئيس التنفيذي آبل تيم كوك) لأجهزة تعمل بواسطة أنظمة التشغيل المقصودة في جميع أنحاء العالم، وبالتالي فهذا أمر مقلق لأصحاب جميع تلك الأجهزة، وفقاً لما ذكره موقع فوربس الإخباري.

وما اكتشفته "تشيك بوينت" هو أنه يمكن استغلال تطبيق "سجل أرقام الهواتف" أو "جهات الاتصال" المضمن في نظام التشغيل iOS باستخدام قاعدة بيانات "أس كيو لايت" المتوقعة مع معايير الصناعة، بحيث يمكن لأي عملية بحث في هذا التطبيق خداع الجهاز، لتشغيل برمجية ضارة قادرة على سرقة بيانات المستخدم وكلمات المرور.

وقالت تشيك بوينت إن "أس كيو لايت" هو محرك قاعدة البيانات الأكثر انتشاراً في العالم، وهو متوفر في كل نظام تشغيل، وكمبيوتر مكتبي وهاتف محمول. وتعد أنظمة التشغيل ويندوز 10 وماك أو أس وأي أو أس وكروم وسفاري وفيرفوكس وأندرويد برامج مستخدمة شائعة لبرنامج أس كيو لايت. وبحسب تشيك بوينت فإن الصدمة الحقيقية تكن في سبب وجود ثغرة أمنية في تطبيق "جهات الاتصال" في المقام الأول، وهو يستفيد من الأخطاء المعروفة التي قُشلت أبل في إصلاحها طوال 4 سنوات.



## دقائق استرخاء يومية تقيك شر التوتر العصبي

الرياضة في مجموعة فهي تزيد من فرص التحسن إذ أن مجرد الحوار مع زميل يشارك في لعبة رياضية، تحسن الحالة المزاجية. الضوء لعلاج الاكتئاب: تزيد حالات الاكتئاب في فصول السنة المعتمة لاسيما وأن إنتاج الجسم لمادة السيروتونين تساعد على تحسين المزاج يتراجع في الشتاء وهو السبب في الشعور بالكسل والاكتئاب المرتبط بالشتاء. ولتجاوز هذا الأمر ينصح الخبراء، وفقاً لتقرير نشره موقع "غوفيمين" الألماني، بالتنزه لفترات طويلة أثناء سطوح الشمس. أما بالنسبة لمن تتدهور حالتهم في الشتاء فيمكنهم الاعتماد على نوع معين من للمبات التي تحاكي الضوء الطبيعي وما له من تأثيرات إيجابية على الحالة المزاجية.

الاسترخاء: الضغط العصبي هو السبب الرئيسي الذي يجعلنا نرى الجوانب السلبية في الحياة وتجاهل مواطن جمالها وهو أحد مسببات الإصابة بالاكتئاب. ويمكن التغلب على الضغط العصبي بالاسترخاء عن طريق اليوغا مثلاً.

الشوكولاتة: بعض الأفعال البسيطة لها نتائج كبيرة على حالتنا النفسية ومنها تناول الشوكولاتة والحلوى التي تؤثر بشكل إيجابي على مشاعر السعادة، وبالنسبة لمن يهتم بحساب السرعات الحرارية لكل شيء يأكله، يساعدهم الشوكولاتة على الاستمتاع بقطعة من الشوكولاتة ثم ممارسة الرياضة لفترة أطول في اليوم التالي. أعصاب طبيعية: تساعد بعض المواد الطبيعية على تحسين الحالة المزاجية ومنها نبتة سان جونز، المعروفة في بعض الدول العربية بعشبة العرن وكذلك زهرة الناردون. ومن المهم معرفة الآثار الجانبية لهذه المواد الطبيعية فنبتة سان جونز مثلاً تقلل من فاعلية أقراص منع الحمل.

السعادة وتقوي نظام المناعة في الجسم. واستعرض موقع "آر.تي.إل" الألماني بعض الأطعمة التي تقوم بهذه الوظيفة ويمكنها محاربة الضغط العصبي اليومي، وهي: البيض: لا يحتوي صفار البيض على فيتامين "سي" فقط، بل إنه غني بفيتامين بي 12 الذي يساهم في بناء خلايا الدم ويؤثر على قوة الخلايا العصبية، وبالتالي يقلل من آثار الضغط العصبي. البروكلي: يحتوي البروكلي على عنصر البوتاسيوم الذي يساهم في تقوية الخلايا العصبية، وفق ما نشره موقع "آر.تي.إل".

الحلوى والأعشاب يتعرض الكثيرون لحالات إجهاد واكتئاب عرضية لا تصل إلى درجة الاكتئاب المرضي لكنها تسلب من الإنسان طاقته وريغبته في ممارسة أي نشاط. وبعيداً عن الأدوية يمكن أن تساعد بعض الطرق المنزلية البسيطة على التخلص من نوبات الاكتئاب.

الطقس السيء وضغوط العمل وأيضاً المشاكل العائلية تعد من بين العوامل التي تزيد من احتمالات الإصابة بنوبات اكتئاب عارضة. لكن تغيير أسلوب الحياة واتباع بعض الطرق التقليدية والمنزلية بسيطة، يمكنها أن تساعد في التخلص من نوبات الكآبة العارضة بحسب ما نقله موقع "غوفيمين" الألماني. الحركة تقتل الاكتئاب: يقول الخبراء إن الحركة تقتل الاكتئاب، فمن ينجم في القيام من الأريكة والخروج للهواء الطلق، يكون قد أجزأ أولى خطوات التخلص من الاكتئاب. وتساعد الحركة على التخلص من المشاعر السلبية وعدم الرغبة في إنجاز أي شيء. أما ممارسة

وتساعد بعض تمارينات الاسترخاء البسيطة على التخلص من هذه الحالة وتقليل التفكير في الماضي أو المستقبل. وتقدم زاكينهايم نصائح بسيطة للقيام بهذه التمارين وتقول إن فترة الصباح هي الوقت المثالي لها إذ يمكن بعد الاستيقاظ البقاء في السرير والأعين مفتوحة لعدة دقائق مع التنفس الهادئ والتكرير مع حركة الشيق والتزفير على الجسم. وعند الشعور بالتوتر خلال اليوم، يفضل أن يبدأ الإنسان بالتركيز على تنظيم نفسه والتركيز عليه كنوع من الاسترخاء.

وتنصح الخبيرة، بتخصيص بضع دقائق كل يوم للقيام بهذه التمارين بشكل منتظم لتجاوز مشكلة التوتر الزائد، أما بالنسبة لمن يعانون من مشكلات نفسية، فهم عادة عرضة أكبر للأفكار السلبية إذ من الممكن أن يصل الأمر إلى ضياع القدرة على ترتيب الأفكار وهنا يتطلب الأمر جلسات العلاج النفسي.

### حارب الضغط العصبي بالبيض والبروكلي!

يلجأ كثيرون لليوغا أو الشوكولاتة كوسائل للتخلص من الضغط العصبي الناتج عن مسؤوليات ومشكلات الحياة اليومية، لكنهم يتجاهلون أن علاج الضغط العصبي يبدأ من الفم، إذ أن التغذية تلعب دوراً مهماً في ذلك. يسود اعتقاد بأن الشوكولاتة والسكريات من أفضل الهدنات بعد يوم عمل شاق ومرهق. وصحيح أن السكريات تحسن الحالة النفسية نتيجة رفع معدل السكر في الدم، لكنه لا يدوم سوى فترة قصيرة، إذ يتراجع سريعاً وبالتالي لا يتحقق الهدف المنشود. ويؤكد العلماء أن التغذية السليمة هي الحل الأمثل للتخلص من الضغط العصبي، إذ تحتوي بعض الأغذية على فيتامينات ومواد معدنية معينة تقوي الأعصاب وتزيد من إفراز هورمون

## 4 أنواع من الدقيق لمرضى الضغط

يتم تعريف ضغط الدم بأنه الضغط الذي يضعه التدفق على جدران الشرايين، ويعتبر الضغط مرتفعاً عندما يكون كلاً من الرقمين الأعلى والأدنى مرتفعين عن المعدل الصحي لفترة. فإذا تم تشخيص الحالة ينبغي عليك القيام بعدة إجراءات، أهمها تقليل ملح الطعام، وزيادة معدل المشي والنشاط البدني، وإجراء تعديلات غذائية، في صدارتها زيادة الألياف.

دقيق الحبوب الكاملة. يوفر تناول المزيد من الخضروات والفواكه جرعة جيدة من الألياف الغذائية، ويمكنك الحصول على مزيد من الألياف بانتظام عن طريق تناول دقيق الحبوب الكاملة.

أنواع الدقيق الصحي لمرضى الضغط:

- × يُصنع الخبز الأسمر من دقيق القمح الكامل، وهو غني بالألياف والبروتين النباتي.
- × دقيق حبوب الشوفان من أغنى أنواع الحبوب بالألياف، وهو مناسب لإعداد الطائرات والكعك والبانكيك.
- × دقيق الحنطة السوداء أو (البالكويت) مناسب لمن لديه حساسية من القمح، وإعداد البانكيك والفتائر والمخبوزات الأخرى.
- × دقيق الشعير مناسب أيضاً لمرضى ارتفاع ضغط الدم، ويحتوي كل 100 غرام منه على 17 غراماً من الألياف و12 غراماً من البروتين النباتي الصحي.

## لصاقة تلخص المرأة من آلام الدورة

اختبر الباحثون في بريطانيا لصاقة خاصة على مجموعة من النساء، تولد أكثر من 1000 نبضة مسكنة للألم في الثانية، وقادرة على تخفيف آلام الحيض.

وأجرت السلطات الصحية البريطانية اختباراً على عدد من النساء، طلب منهن وضع هذه اللصاقة على مدار 24 ساعة خلال فترة الدورة الشهرية، وأظهرت النتائج انخفاضاً في آلام الحيض بنسبة 70%، وهي نتيجة مباشرة لعدد كبير من النساء.

وتشير الإحصائيات إلى أن أكثر من نصف النساء في سن الإنجاب، يعانين من تقلصات في البطن لمدة يومين إلى ثلاثة أيام في الشهر، وسبب الألم هو شد واسترخاء الرحم، للمساعدة في تشجيع بطانة الرحم على الانفصال، وهي عملية تحدث كل شهر كجزء من الدورة الشهرية للمرأة.

وإذا انقبض الرحم بقوة شديدة، فيمكن أن يضغط على الأوعية الدموية القريبة، مما يؤدي إلى انقطاع إمدادات الدم والأكسجين مؤقتاً، ونتيجة لذلك يطلق الرحم مواداً كيميائية تسبب الألم. ويمكن أن تساعد مسكنات الألم التي لا تحتاج إلى وصفة طبية مثل الأيبوبروفين، في علاج الألم الخفيف إلى المعتدل، كما تتوفر أيضاً أدوية مضادة للتشنجات أقوى بدون وصفة طبية.

## النوم مع النحل... لعلاج الأمراض

يعد النوم مع النحل من الطرق التي يلجأ إليها كثيرون في ليتوانيا، وذلك لتخفيف الآلام ومعالجة العديد من الأمراض.

ويعتمد أسلوب العلاج البديل "الغريب" على النوم في غرفة واحدة مع الصناديق التي تربي فيها النحل.

ونقلت "رويترز" عن صاحب مركز للعلاج بهذه الطريقة قوله إنها تساعد على تخفيف الآلام ومعالجة أمراض متنوعة من خلال الطاقة الناتجة من رفرفة النحل لأجنحته.

وأوضح زيديروناس غابرتاس الذي يدير مركز طبيا متخصصا بالعلاج بهذه الطريقة في قرية كاونيتيسكس في شمال ليتوانيا، أنه أصبح معاندا على استخدام هذه الطريقة منذ سبع سنوات، بعد أن اكتشف فائدتها في تخفيف آلام الظهر.

وعلى الرغم من أن أسدقاء غابرتاس كانوا في البداية يشككون في جدوى هذه الطريقة، إلا أن حوالي 500 عميل يأتون إلى المركز سنويا في الفترة ما بين مايو وسبتمبر.

جدير بالذكر أن النحل ارتبط بعلاجات الطب البديل حيث تستخدم جميع منتجات النحل، مثل العسل والصفصع (البروبوليس) وحتى السم، لعلاج العديد من الأمراض.

## فيروس إيبولا.. علاجان

### يفتحان باب الأمل

أوشك علماء على إيجاد علاج فعال لوباء إيبولا بعدما تبين أن عقاقير في تجربة سريرية ساهمت في تعزيز معدلات بقاء المرضى بشكل كبير على قيد الحياة في جمهورية الكونغو الديمقراطية، على ما أعلنت السلطات الصحية الأمريكية التي شاركت في تمويل البحث وبدأت هذه الدراسة في نوفمبر الماضي في جمهورية الكونغو الديمقراطية، وهي ستوقف في هذه المرحلة وسيحصل جميع المرضى في المستقبل على هذا العلاج الذي أعطى نتائج إيجابية، وفق معاهد الصحة الأمريكية. وقال مدير المعهد الوطني للحساسية والأمراض المعدية، أنطوني فونسي، لوكالة "فرانس برس" إن "ريبن-أب 3" و"ماب 114"، هما العقاران الوحيدان حتى الآن اللذان أظهرتا من خلال دراسة علمية انخفاضاً كبيراً في معدل الوفيات للأشخاص المصابين بمرض فيروس إيبولا. وأوضح أن التجربة كان من المفترض أن تشمل 725 شخصاً، لكنها أوقفت من قبل مجلس مستقل عندما وصل عدد المشاركين فيها إلى 681 شخصاً لأنه في تلك المرحلة، كان العقاران قد حققا نسبة نجاح كبيرة. وحتى الآن، جرى تحليل بيانات 499 شخصاً من أصل 681. وفي هذه المجموعة، انخفض معدل الوفيات إلى 29 في المئة مع "ريبن-أب 3"، وساهم "ماب 114" في خفض نسبة الوفيات إلى 34 في المئة وفق فونسي، مقارنة بمعدل سابق يراوح بين 60 و67 في المئة من العدد الإجمالي للمصابين الذين لم يتلقوا علاجاً. وهذا العقاران يلجمان قدرة هذا الفيروس الفتاك على التمدد وإصابة خلايا صحية.

## الفاكهة تعالج الهالات السوداء

تمثل الهالات السوداء تحت العينين مشكلة شائعة بالنسبة للكثير من النساء اللواتي يحرصن على الحفاظ على مظهر خال من العيوب. وللتخلص من هذه المشكلة، أوردت صحيفة "تأيمز أوف إنديا" قائمة بأنواع الفواكه التي يمكن أن تساعد في التخلص من الهالات السوداء، على النحو التالي:

- 1 - الجوافة: تعد الجوافة مصدراً هاماً لفيتامين سي ومضادات الأكسدة، التي تساعد في التقليل من ظهور الهالات السوداء تحت العينين، لذا يوصي خبراء التغذية بالإكثار من تناول هذه الفاكهة.
- 2 - الأفوكادو: يوفر الدهون الصحية وفيتامين H الموجودة في ثمار الأفوكادو، الغذاء الصحي اللازم للحصول على بشرة مشرقة خالية من أي تصبغات وخاصة تحت العينين.
- 3 - الطماطم: يمكن معالجات الهالات السوداء عبر وضع عصير الطماطم على المنطقة التي تقع تحت العين، لأن الطماطم تساعد على تبييض البشرة، وإعطائها مظهراً ناعماً ونضراً.
- امزجى ملعقة صغيرة من عصير الطماطم وملعقة صغيرة من عصير الليمون، ثم ضعي المزيج على عينيك لمدة 10 دقائق، ثم اشطفيها بالماء. استخدمى هذا العلاج مرتين في الأسبوع لبضع أسابيع وستحصلين على نتيجة رائعة.
- 4- الخيار: له خصائص تساعد على تفتيح البشرة، وهو مليء بفيتامين K الذي يساعد في تقليص الشعيرات الدموية وتقليل ظهور الهالات السوداء. يمكن وضعه مباشرة على البشرة أو تضمينه في نظامك الغذائي.



## «إل جي» تتحدى سامسونغ وهواي بهاتف الشاشين

كشفت شركة "إل جي إلكترونيكس" عن إعلان ترويجي لأحدث هواتفها "تيك كيو في 60"، والذي يدعم تقنيات شبكات الجيل الخامس، ويأتي بشاشتين قابلتين للفصل. وتخطط "إل جي" لتقديم هاتفها الجديد خلال معرض الإلكترونيات الاستهلاكية (إيفا) لعام 2019 في برلين والذي يعد أكبر معرض للإلكترونيات في أوروبا، وذلك في 6 من سبتمبر المقبل، أي بعد 4 أشهر فقط من إطلاقها لهاتف "تيك كيو في 50"، ويظهر في الإعلان الذي تصل مدته إلى 15 ثانية ويحمل عنوان "الازدواج، الأفضل"، عقب ساعة يتحرك من الساعة السادسة إلى الساعة 12 في شاشة الساعة التصفية، مشيرة إلى الحركة المطورة للشاشة الثانية التي أطلقتها "إل جي" والتي يمكن تثبيتها على زاوية 104 درجة أو 180 درجة. وقالت الشركة الصانعة إن الهاتف الجديد مزود بتقنية "التوقف الحر" والتي تسمح بتثبيت الشاشة الثانية والسيطرة عليها في أي موضع تماماً مثل الكمبيوتر المحمول، وفق ما نقلت وكالة "يونهاب".

# منوعات الفجر

22



## سالم بن ركاض يرضى حفل تخرج الطلبة السودانيين الجامعيين بالإمارات

•• أبو ظبي - الفجر

شهد سعادة الدكتور الشيخ سالم بن ركاض العامري عضو المجلس الوطني سابقاً حفل تخرج الطلبة السودانيين بالإمارات والذي أقيم بمسرح الكاسر بأبوظبي وتخلل الحفل عدة فقرات منها القصائد الوطنية لدولة الإمارات وجمهورية السودان مما أعرب الحضور عن الدور



## بأم غافة بالعين

### مجلس شرطة أبوظبي... ملتزمون بتعزيز السلامة المرورية

•• العين - الفجر

نظمت القيادة العامة لشرطة أبوظبي بالتعاون مع مكتب شؤون المجالس بديوان ولي العهد محاضرة بمجلس أم غافة بمنطقة العين بعنوان "السلامة المرورية.. حيث تحدث المقدم: محسن المنصوري نائب مدير إدارة مرور العين بمديرية المرور والدوريات إلى ضرورة الالتزام والتحمي بمسؤولية بالسرعات المحددة لقيادة المركبات على الطرقات لتفادي وقوع الحوادث حفاظاً على سلامة الجميع.. وحث الجميع بجدية حول أهمية مراقبة أولياء الأمور لأبنائهم وعدم السماح لهم بقيادة المركبات بغير رخصة قيادة إضافة إلى الاعتماد على الاستعراض الخطير للمركبات الأمر الذي يؤدي إلى وقوع حوادث جسيمة وخسائر في الأرواح. ولفت إلى أهمية الخطط والبرامج واللوائح المرورية والإجراءات الوقائية في الحد من أو منع وقوع الحوادث المرورية من أجل سلامة الجميع. ودعا الأهالي إلى ضرورة التواصل مع الجهات المعنية والإبلاغ عن السائقين المتهورين والتعاون مع الشرطة لردع المخالفين.

## مركز زايد للدراسات يكرم شرطة أبوظبي



•• أبو ظبي - الفجر

كرم مركز زايد للدراسات والبحوث الاستراتيجية التابع لنادي تراث الإمارات شرطة أبوظبي لتعاونها

الثالثة والخمسين لتولي المغفور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان مقاليد الحكم في أبوظبي، بحضور ممثلين عن الشركاء الاستراتيجيين المكرمين وعدد من مديري الإدارات والموظفين في المركز.



•• الوثبة - الفجر

## آل جمري العامري تكرم الشاعر أديب بن البخيت العامري

وخلل الحفل العديد من الفقرات المتنوعة التي تضم الأهازيج الإماراتية، وتضمن الحفل أيضاً العديد من القصائد الوطنية والاجتماعية التي شارك بها عدد من شعراء دولة الإمارات.

كرمت من خلاله الشاعر أديب البخيت بن غثيان العامري وذلك احتفاءً به وتقديراً له على جهوده ومساهمته التي بذلها في خدمة المجتمع، كما أشاد الشاعر



## ضمن دورات تدريبية العين للتوزيع تقوم بتوعية موظفيها بقواعد السلامة العامة

•• العين - الفجر

نظم قسم الصحة والسلامة والبيئة بشركة العين للتوزيع دورات تدريبية عن قواعد السلامة أثناء العمل على الشبكات وكيفية التعامل مع المخاطر وذلك ضمن سلسلة من الدورات التدريبية التي يقمها القسم على مدى العام، بهدف رفع كفاءة وجاهزية المهندسين والفنيين على كيفية التعامل مع شبكات الشركة بشكل آمن مما يهدف إلى خلق بيئة عمل آمنة وخالية من الحوادث، وتأتي هذه الدورات تعزيزاً لمبدأ العين للتوزيع وحرصها على صحة وسلامة الموظفين والحفاظ على تطبيق أعلى معايير السلامة في جميع أفرع الشركة تناولت الدورات تزويد الموظفين بالمعلومات القيمة حول أفضل الممارسات في مكافحة الحرائق، وبأساليب العملية الحديثة للحد من بعض المخاطر المترتبة على الحرائق، وتم إطلاعهم على آليات الاستجابة الفعالة في حالات الطوارئ بالإضافة إلى التطبيق العملي حول مهارات الإسعافات الأولية وكيفية التعامل مع الحالات الطارئة، وفق القواعد التي حددها القانون والاشتراطات الطبية والصحية المتبعة في بعض الحالات التي تستدعي تدخل سريع، صرح مدير قسم الصحة والسلامة والبيئة المهندس عبدالهادي الهاجري، بأن الشركة تسعى للارتقاء بأعلى معايير الصحة والسلامة في العمل، والالتزام بتطبيق أفضل وأحدث الممارسات العالمية في هذا المجال، لضمان ترويج ثقافة الصحة والسلامة المهنية بين موظفيها حيث يستمر قسم الصحة والسلامة بإقامة ورش عمل ودورات تدريبية للموظفين لرفع مستوى الوعي لديهم وضمان مدى جاهزيتهم في تخطي المخاطر.



## عالم فيراري أبوظبي تحتفل باليوم العالمي للأفعوانيات

•• أبو ظبي - الفجر  
رمضان عطا

ومسارها الطويل، إذ تنطلق براكيبها بسرعة عالية على مسار طويل يمتد لسافة تبلغ 2.195 متراً. روسا، قوة جذابية تبلغ 4.8 على مقياس الجاذبية، تمنحهم شعوراً فائقاً بالحساس والإثارة خلال اجتيازهم للمنحنيات والانحدارات الحادة على ارتفاعات تصل إلى 52 متراً.

وهناك عشر حقائق مميزة حول واحدة من أروع المركبات الأفعوانية في العالم: حيث حققت «فورمولا روسا» إنجازاً فريداً هذا الشهر تمثل بمشاركة أكثر من 5 ملايين راكب على متنها. استمتع العديد من المشاهير بمشاعر الحماس والتشويق على متن «فورمولا روسا»، بما فيهم عدد من نجوم الفورمولا 1 أمثال كيمي رايكين، وسيباستيان فيتيل، وفيرناندو ألونسو، وفيليب ماسا، وتشارلز لوكليرك. كما اختبر العديد من أساطير كرة القدم هذه التجربة الرائعة مثل ديفيد سيلفا، وكريم بنزيمة، وريو فيريناندو، ورافاييل فاران، وشارك أيضاً كل من المغني والمؤلف الأمريكي الشهير بوست مالون، وفرقة الباستيل، والفنانة والممثلة الأمريكية الفائزة بجائزة غرامي أليشيا كيز، ومعنى الرب الأمريكي سويت بيش. استوحى تصميم مسار وهيك «فورمولا

بالتقاط الصور الجميلة مع الديكورات المميزة، والتألق بالأبطال والتقاط الصور مع الكأس على النصبة في منطقة «فورمولا روسا». ولتعايش الحلويات نصيبهم مع أصناف الكوكيز بتصاميمها المستوحاة من الأفعوانية الأسرع في العالم. كما ستتاح للضيوف خلال هذا اليوم فرصة لقاء الشخصيات المفضلة لديهم وسيحصل عشاق السرعة على شهادة خاصة عند مشاركتهم في لعبة «فورمولا روسا». وتضم عالم فيراري أبوظبي باقة مميزة من الألعاب الحاسوبية وتجارب الترفيه العالمية والمأكولات الإيطالية، إضافة إلى أكبر متجر تجزئة علامة فيراري على مستوى العالم. وسيجد الضيوف الكثير من الخيارات للاستمتاع بيوم ترفيهي مليء بالفرح والبهجة بداية من سباقات المحاكاة الأكثر تطوراً.

وقالت بيانكا ساموت، مدير عام عالم فيراري أبوظبي: «سعدنا أن نحتفل بهذا اليوم مع محبي عالم فيراري أبوظبي من مختلف الأعمار والجنسيات، إذ يشكل اليوم العالمي للأفعوانيات فرصة رائعة للضيوف من العائلات والأصدقاء للاستمتاع بالتجارب الترفيهية المميزة المستوحاة من سباقات الفورمولا واحد. وقد رحبت عالم فيراري أبوظبي بمكانتها كوجهة مفضلة للعائلات والمسافرين عاماً بعد عام بفضل ألعابها التي حققت العديد من الأرقام القياسية، ومرافقها المليئة بالمرح والتشويق.. وستوفر للضيوف بهذه المناسبة تشكيلية متنوعة من التذكارات الجميلة في متجر الهدايا لتذكركم بالأوقات الجميلة التي أمضوها خلال هذا اليوم الذي يقصص الجزيرة ياس من ارتفاع أكثر من 50 متراً وضيوف من توثيق هذه اللحظات

# منوعات الغذاء

23



## شوربة سالاري للريجيم

شوربة السالاري أو شوربة الريجيم هي نوع من الشوربات التي تحفز عملية حرق الدهون في الجسم، وتساعد في تخفيف الوزن بشكل أكثر كفاءة عند اتباع نظام الريجيم، ومن هذا المقال سنستعرض طريقة عمل شوربة سالاري للريجيم.

شوربة سالاري للريجيم

مكونات شوربة سالاري للريجيم:

- 6 عود بصل أخضر (إذا لم يتواجد فيمكن استخدام البصل العادي)
- 2 حبة فلفل أخضر
- علبه أو علبتين من مجنون الطماطم
- حزمة كرفس أو بققدونس أو كزبرة
- حبة كبيرة من الملفوف
- كيس من أكياس شوربة البصل (ماجى أو لبيتون)
- الملح
- فلفل أسود
- بهارات

طريقة تحضير شوربة سالاري للريجيم:

- 1- يتم تقطيع الخضراوات إلى قطع بكميات متساوية (بمعنى مقدار الملفوف = الملفوف = البصل)
- 2- يتم وضعها على النار بعد أن يضاف إليها الماء حتى يغطيها ثم يضاف إلى المقادير كيس من الشوربة والبهارات والملح حسب الطلب.
- 3- تغلى الشوربة لمدة 10 دقائق على نار عالية ثم تخفف الحرارة إلى نار منخفضة حتى تصبغ الخضراوات طرية.



غالباً ما يتبع البعض حمية توصف في كثير من الأحيان بـ(القاسية) من أجل التخلص من السمنة والتمتع بجسد رشيق وصحي، إلا أن رحلة فقدان الوزن قد تأتي بنتائج عكسية، ويتفاقم الوضع بدلا من تحسنه.



رحلة فقدان الوزن قد تأتي بنتائج عكسية

## أبرز الأخطاء التي يقع فيها الكثيرون أثناء اتباع ريجيم غذائي

براكسيس) بتناول وجبة خفيفة صباحاً أو على الأقل شرب كأس واحد من العصير.

8- عدم ممارسة الرياضة يتسبب عدم ممارسة الرياضة في إبطاء عملية التمثيل الغذائي، لذلك يجب ممارسة الرياضة 2 إلى 3 مرات في الأسبوع.

9- الوزن باستمرار ينصح موقع (هايل براكسيس) بتجنب أن يزن الشخص نفسه بشكل شبه دائم، إذ يفضل القيام بذلك مرة واحدة في الأسبوع وفي اليوم نفسه أيضاً.

10- قلة النوم بحسب المصدر ذاته، فإن الشخص المنهك يأكل كمية أكبر من الطعام، ويضيف أنه يجب النوم ما بين 7 و8 ساعات في اليوم من أجل التمتع بصحة جيدة.

5- قائمة محظورات وضع قائمة من المحظورات، التي يجب الابتعاد عنها بشكل صارم أثناء الريجيم الغذائي، من بين الأخطاء الشائعة، فكل محظور يعتبر مرغوباً. وبالتالي، يجب تجنب هذا الأمر وأكل كل شيء لكن بكميات معتدلة.

3- أهداف غير واقعية يتسبب وضع أهداف غير واقعية من أجل فقدان الوزن في الشعور بالإحباط والاستسلام بسرعة كبيرة.

6- الكثير من النوايا يؤدي وضع الكثير من النوايا إلى الضغط والشعور بالإحباط، إذ غالباً ما يتم وقف الريجيم الغذائي قبل الميعاد المحدد، لذلك يفضل أن تكون التغييرات خطوة بخطوة من أجل التعود على النظام الغذائي الجديد.

7- عدم تناول وجبة الفطور من بين أخطاء الريجيم الغذائي هو الإفراط عن تناول وجبة الفطور الصباحية، مما قد يتسبب في الشعور بالجوع الشديد، وينصح موقع (هايل

الطعام أثناء الريجيم الغذائي من بين الأخطاء التي يجب تفاديها، إذ يجب أكل ما بين 3 و5 وجبات يوميا وذات سرعات حرارية منخفضة.

3- أهداف غير واقعية يتسبب وضع أهداف غير واقعية من أجل فقدان الوزن في الشعور بالإحباط والاستسلام بسرعة كبيرة.

ويهدف تجنب الوقوع في هذا الخطأ، ينصح بتحديد وقت كاف لفقدان الوزن ووضع أهداف معقولة يتم الوصول إليها شيئاً فشيئاً على غرار: فقدان كيلوغرامين في الشهر.

4- وجبات صغيرة كثيرة يعتمد البعض أثناء الريجيم الغذائي على تناول وجبات صغيرة كثيرة، مما يجعل من عملية حرق الدهون أمراً غير ممكن. ويتطلب تجاوز هذا الأمر وضع فترات استراحة بين وجبات الطعام تتراوح مدتها بين ساعتين و3 ساعات.

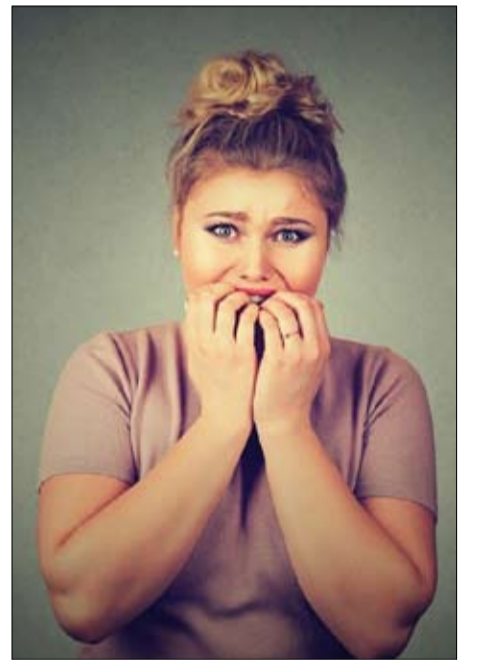
موقع (هايل براكسيس) الألماني الذي يعنى بشؤون الصحة،

أشار في تقرير إلى أبرز الأخطاء التي يقع فيها الكثيرون أثناء اتباع ريجيم غذائي، وكيفية التغلب عليها بطريقة بسيطة وفعالة في الوقت نفسه، ومن هذه الأخطاء:

1- ريجيم قصير وقاس يشير موقع (هايل براكسيس) إلى أن الريجيم الغذائي القصير والقاسي غير صحي، ويؤدي في الغالب إلى ما يطلق عليه (تأثير اليويو)، الذي يعني خسارة الوزن واكتسابه مرة أخرى، حسب ما أورد موقع مجلة (فوكس) الألمانية.

ولتجاوز هذا الخطأ، ينصح بالاعتماد على نظام غذائي متوازن ومعتدل يحتوي على سرعات حرارية أقل.

2- أكل أقل يوضح المصدر نفسه أن تناول كميات قليلة من



## 10 أطعمة تشعرك بالشبع ولا تزيد وزنك

ينصح خبراء التغذية بضرورة عدم حرمان الجسم من الأكل لدرجة الجوع الشديد، لكن على من يتبع حمية أن يختار نوعية محددة من الأطعمة، ولا يركز على الكميات فقط. نستعرض هنا 10 أطعمة بإمكان بعضها أن يشعرك بالشبع، كما أنها لا تزيد الوزن، وبالتالي لن تشعر بالذنب إذا ما تناولت منها كميات تملأ المعدة، وفق ما ذكر موقع (هيلثي أند بريتي).



### بذور الشيا

تنتمي بذور الشيا إلى مجموعة الأغذية التي تحتوي على أعلى عناصر غذائية. فكل بذرة منها تحتوي على 11 غراماً من الألياف. لذلك ليس هناك شك في أن صحناً صغيراً من بذور الشيا سيقيك ممتلئاً لفترات طويلة.

تؤدي إلى زيادة الوزن. حتى الكميات الكبيرة من المكسرات يمكن أن تساعد في تحسين عملية الأيض وتحسين فقدان الوزن.

### الحبوب الكاملة

الحبوب الكاملة محملة بالألياف التي سرعان ما تشعر متناولها بالشبع. ويمكنك العثور على الحبوب الكاملة في الأرز الأبيض والأرز البني والشوفان.

الدهن، إلا أنها ليست ضارة كما تعتقد، فهي دهون مختلطة بكثير من الماء.

### خل التفاح

يمكنك استهلاك الكمية التي تريدها من خل التفاح، وينصح بإضافته على الأطباق التي تحتوي على كميات عالية من الكربوهيدرات، فهذا سيمنحك شعور بالشبع لفترة طويلة.

### المكسرات

رغم أن المكسرات تحتوي على مستويات عالية من الدهون، فإنها لا

### التونة

التونة سمكة تحتوي على أحماض دهنية أساسية، وبالكاد تحتوي على أي سرعات حرارية. وهي النوع المفضل من الأسماك لدى الرياضيين المحترفين ورياضي كمال الأجسام، لأنها غنية بالبروتين الضروري لبناء العضلات.

### الفاصوليا

البقوليات إجمالاً يمكن أن تكون مفيدة لفقدان الوزن. لكن الفاصوليا، سواء كانت بيضاء أو سوداء، غنية بالألياف والبروتين، وسوف تملأ معدتك بسرعة وتشعرك بالشبع.

### الأفوكادو

### الأفوكادو

### ثمرة فريدة،

### فهي تحتوي

### على مستويات

### هائلة من الدهون

### الصحية. وعلى

### الرغم من محتواها



### الفلفل الحار

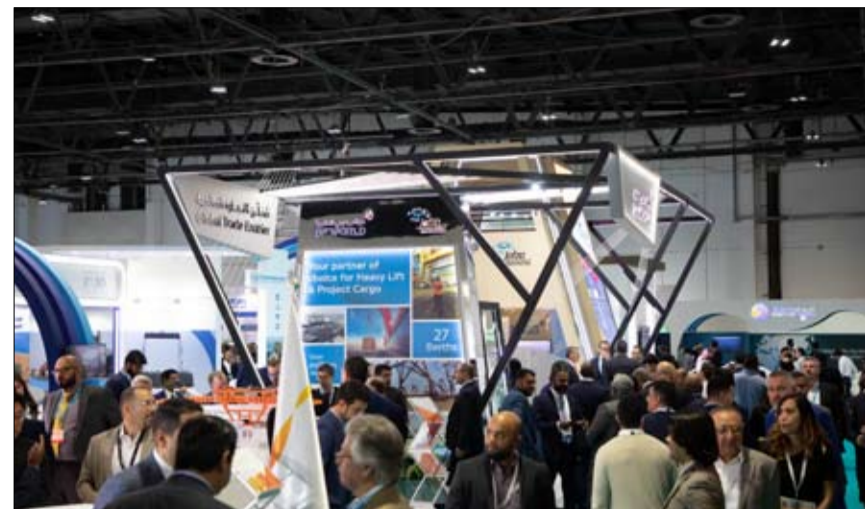
غالباً ما يستخدم الفلفل الحار كمعصر فعال في حبوب انقاص الوزن. وتساعد الحرارة الطبيعية التي يسببها الفلفل على حرق الدهون الزائدة في الجسم، لا سيما في منطقة الخصر.



بعد النجاح الباهر لدورته الرابعة

## «بريك بلك الشرق الأوسط» يعود لتحقيق نجاح جديد في دبي

شهدت دورته الرابعة في فبراير من العام الجاري زيادة في المشاركة والحضور بنسبة 83%، ما يعزز مكانة الحدث ذي السمعة العريقة بعدد الفعاليات الأسرع نمواً ضمن كافة فعاليات «بريك بلك» عالمياً



•• دبي - الفجر:

تحت رعاية معالي الدكتور عبد الله بلحيف النعيمي، وزير تطوير البنية التحتية في دولة الإمارات ورئيس مجلس إدارة الهيئة الاتحادية للمواصلات البرية والبحرية، يعود مجدداً مؤتمر ومعرض «بريك بلك الشرق الأوسط»، الحدث الأكبر في صناعة شحن البضائع السائبة والمعدات الثقيلة للمشاريع الكبرى في دول مجلس التعاون الخليجي إلى الإمارات، والذي سيقعد في يومي 25 و 26 فبراير من العام 2020. وسيكون العام الثاني على التوالي الذي يعقد فيه المؤتمر والمعرض بفعالياتهما الشاملة على مدار يومين متواصلين في إمارة دبي، وستقام الدورة الخامسة من هذا الحدث الاستراتيجي في مركز دبي التجاري العالمي، ما يوفر موقعاً مناسباً لالتقاء مجموعة كبيرة من أهم اللاعبين الرئيسيين في صناعة الشحن البحري في منطقة الشرق الأوسط وكبار صناع القرار.

تستضيف موانئ دبي العالمية - إقليم الإمارات الحدث للعام الثاني على التوالي، وبهذه المناسبة قال محمد المعلم، المدير التنفيذي ومدير عام موانئ دبي العالمية - إقليم الإمارات: «يسعدنا أن نشارك مجدداً في دعم جهود بريك بلك الشرق الأوسط في جمع قادة الصناعة من جميع أنحاء المنطقة. فخلال فترة قصيرة لم

تجاوز الخمس سنوات، استطاع حدث بريك بلك الشرق الأوسط أن يتحول إلى منصة مثالية لتواصل العاملين في قطاع الشحن والموانئ ووكلاء النقل البحري وخبراء نقل الحمولات الثقيلة، وأضاف المعلم: «من المتوقع أن يستفيد قطاع نقل البضائع غير المعبأة بشكل كبير من تبادل المناقشات الهامة مع قادة الصناعة البحرية، والتي تستعرض الفرص والتحديات التي تواجهها جميعاً. ومع مواصلة دبي تألقها كواحدة من أهم المراكز البحرية في العالم، يمنح حدث بريك بلك الشرق الأوسط لقطاع الصناعة إحساساً بالثقة في قدرته على المساهمة في هذه الرؤية. وتتطلع للمشاركة في الدورة القادمة (BBME 2020)، والتي من المتوقع أن تضيف نواحيًا جديدًا إلى سلسلة النجاحات التي حققتها حتى الآن».

إنجازات مؤكدة وقد حضر الدورة الرابعة من مؤتمر ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط، والتي انعقدت في فبراير الماضي، أكثر من 3,400 مشاركاً و1,700 شركة محلية وعالمية، ما يدعم قرار منظمي الحدث بعقدته مجدداً في دبي، وفي معرض تعليقه على أهمية اختيار دبي كمقر لتنظيم الفعاليات للمرة الثانية على التوالي، أوضح بن بلامير، المدير التجاري لمؤتمر ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط، إنجازات مؤكدة



قائلاً: «إن مناخ ممارسة الأعمال المتميز في دبي يجعل دولة الإمارات واحدة من أكثر الوجهات جاذبية لممارسة الأعمال التجارية. وقد عززت الدورة الرابعة التي عقدها مؤخراً هذا العام قرارنا؛ حيث شارك في الحدث أكثر من 90 عارضاً من 75 دولة، وارتفع عدد المشاركين بنسبة 83% مقارنة بالعام الماضي، وأظهرت هذه النتائج الواعدة دور دبي الحيوي كمحطة حيوية تجمع صناعات القرار الرئيسيين في قطاع الشحن البحري وسلسلة الإمداد والتوريد في مكان واحد، وأضاف بلامير: «مواكبة لما تمتاز به دبي من تفكير إبداعي متطلع إلى المستقبل، نعتزم في مؤتمر ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط على تشجيع

الابتكار لتعزيز صناعة شحن المعدات الضخمة للمشاريع العملاقة التي يتم العمل عليها في المنطقة بشكل عام. ووفقاً لذلك، ستقوم بتسليط الضوء على أحدث الاتجاهات والتقنيات المعتمدة في هذا المجال، وتنظيم ورش العمل تشارك فيها الجامعات والمدارس في الإمارات لإعداد الشباب بشكل أفضل للتعامل مع هذه المهام. وسندعم رؤية المنظمة البحرية الدولية في زيادة عدد النساء العاملات في قطاع الملاحة البحرية، من خلال التعاون مع العديد من المنظمات العالمية مثل الجمعية النسائية الدولية للشحن والتجارة «ويستا»، والرابطة العربية للنساء في مجال النقل البحري «أويما»، وإلى جانب المعرض المتكامل الذي يتم تنظيمه خلال هذا الحدث، يقدم المنظومون مؤتمراً شاملاً لمدة يومين متوالين، يغطي القضايا الهامة في مجال شحن البضائع السائبة والنقل البحري، لتمكين أخصائيي شحن المعدات الضخمة للمشاريع العملاقة من الاستفادة من الفرص الإقليمية التي يتم طرحها خلال المؤتمر، ووضع الخطط الفعالة للاستفادة من تلك المشاريع. ويحظى الحدث بدعم استراتيجي من الرعاة والشركاء الرئيسيين، الذين يواصلون التزامهم الدائم بدعم الحدث، وعلى رأسهم ميناء الملك عبد الله، وشركة أجليتي، وشركة البحري للخدمات اللوجستية، وموانئ

أبو ظبي، وميناء الملك عبد العزيز، إضافة إلى شركة ميكو، وكوسكو للملاحة وميناء صلالة. ويضمن كل من المؤتمر والمعرض فرصاً لمناقشة القضايا والمواضيع الاستراتيجية في صناعة الشحن البحري وجهاً لوجه بين الخبراء وأصحاب القرار وكافة الأطراف المعنية بالصناعة. من جانبها صرحت ليزلي ميريديث، مديرة التسويق في بريك بلك للإعلام والفعاليات، قائلة: «شهدت الدورة الرابعة من مؤتمر ومعرض بريك بلك الشرق الأوسط نجاحاً استثنائياً، حيث أظهرت النتائج أن 55% من الحاضرين خططوا للعديد من المشاريع المشتركة مع المعارضين الذين التقوا بهم، في حين أن 64% جاؤوا لمقابلة موزعين وشركاء أعمال جدد. ومع مشاركة ما يقرب من 150 من شركات الشحن الكبرى في الدورة السابقة، أثبتت دبي مكانتها في دعم الصناعة البحرية، ونحن نعمل بلا كلل مع رعاة الحدث وشركائنا المرموقين لضمان ارتفاع الدورة الخامسة القادمة من فعالياتنا إلى مستوى تتجاوز فيه مرة أخرى كل التوقعات ونقدم فيه قيمة مضافة حقيقية للصناعة». واختتمت ميريديث كلامها قائلة: «سنفتح باب التسجيل للدورة الخامسة من المؤتمر والمعرض قريباً، ونرحب بجميع قادة الصناعة والخبراء للانضمام إلينا من خلال التسجيل عبر منصتنا الرسمية».

# الفكرة

25



## داماك العقارية تحقق إيرادات بقيمة 1.9 مليار درهم ومبيعات بقيمة 1.8 مليار درهم خلال النصف الأول من عام 2019

•• دبي - الفجر:

أعلنت شركة داماك العقارية دبي (ش.م.ع.) «داماك» أو «الشركة» اليوم نتائجها المالية للنصف الأول من عام 2019. وسجلت الشركة إيرادات إجمالية بقيمة 1.9 مليار درهم، وبلغت قيمة المبيعات المحجوزة

للفترة ذاتها 1.8 مليار درهم. ووصلت قيمة الربح الإجمالي 502 مليون درهم إماراتي بهامش ربح بلغ 27%. وسجلت قيمة إجمالي أصول الشركة 24.7 مليار درهم إماراتي مقارنة بـ 25.2 مليار درهم حتى 31 ديسمبر 2018، فيما بلغت قيمة الأرباح الصافية 82 مليون درهم خلال النصف الأول من عام 2019.

وتمكنت داماك خلال الأشهر الـ 12 الماضية من خفض قيمة الدين العام بمقدار 1.4 مليار درهم إماراتي، وبذلك تصبح قيمة الدين العام الحالية 4.1 مليار درهم، هذا فيما بلغت قيمة السيولة النقدية وأرصدة البنوك 5.6 مليار درهم إماراتي، أما إجمالي قيمة العقارات المطوّرة فبلغ 9.4 مليار درهم إماراتي، فيما استقرت قيمة حقوق المساهمين عند 14.2 مليار درهم حتى 30 يونيو 2019.

وقامت الشركة خلال النصف الأول من العام الجاري بتسليم 1.476 وحدة، من بينها تسليم أول دفعة من الوحدات في مجمع أكويبا، أكبر مجمع سكني لداماك. هذا بالإضافة إلى الانتهاء من بناء 315 وحدة في مجمع كلارايت الذي أصبح جاهزاً وفي صدد التسليم، وانتهاء أعمال البناء في مشروع برج عالية ويرج 108.

وقال حسين سجواني رئيس مجلس إدارة شركة داماك العقارية: «شهدت الشركة خلال النصف الأول من عام 2019 تطورات عدة، إذ قمنا بإطلاق أحدث مشاريعنا وهو مشروع زاده في الخليج التجاري، كما قمنا بتسليم أول دفعة من الوحدات في مجمع أكويبا السكني. وخلال النصف الثاني من 2019، سنواصل التركيز على استكمال وتسليم مشاريعنا الحالية التي ما زالت قيد الإنشاء، وبالنسبة لجمعياتنا السكنية، فقد حققنا تقدماً كبيراً في مجتمعي داماك هيلز وأكويبا السكنيين. وسواصل الجمعان استقبال المزيد من السكان الجدد خلال العام الحالي». وأوضح سجواني: «لقد حافظنا على وضع مالي قوي ومتين خلال الفترة الماضية، وبينما يقف الاقتصاد الإماراتي على عتبات مراحل نمو جديدة خلال السنوات المقبلة، نتطلع في داماك إلى تأثر القطاع العقاري بهذا النمو وتحقيق تقدم ملحوظ».

وأضاف: «أنتقدم بالشكر إلى قيادة دولة الإمارات العربية المتحدة التي قادت بحكمتها عمليات تحويل الدولة إلى مركز عالمي للأعمال والابتكار. فبفضل جهود القيادة وطموحها وإجراءاتها الوقائية لمواجهة التغييرات العالمية تمكّنت الإمارات من مواصلة النمو والانتقال من نجاح إلى آخر، وختم سجواني قائلاً: «نتقدم بالشكر لكافة الموظفين والعملاء والشركاء والمساهمين وكل من شاركنا الالتزام بتحقيق رؤيتنا، وساهم معنا في تحويل داماك من بداياتها المتواضعة، إلى جهة تطوير عقاري قامت بتسليم أكثر من 26 ألف منزل».

## ألمانيا تسعى لأسواق جديدة لتصدير القمح

•• هامبورج - رويترز:

قال اتحاد لشركات التعاونية الزراعية الألمانية إن مصدري القمح الألمان يسعون لدخول أسواق جديدة بما في ذلك الصين والمكسيك واندونيسيا بعد إشارات على أن السعودية صارت على وشك فتح أسواقها للواردات من روسيا. وكانت السعودية أكبر سوق لصادرات القمح الألمانية في السنوات القليلة الماضية، لكن الشركات الألمانية ستواجه منافسة أشد بكثير بعدما أعلنت المؤسسة العامة للحبوب في السعودية الخميس الماضي أنها ستخفف مواصفاتها بشأن جودة واردات القمح اعتباراً من العطء القادم. ويُظنر إلى تلك الخطوة على أنها تفتح الباب أمام واردات من البحر الأسود وخصوصاً من روسيا. وقال الاتحاد دي. آر. في الألماني في بيان: «فرص تصدير القمح الألماني إلى السعودية قد تتراجع في المستقبل... خفض هذا البلد في الآونة الأخيرة الجودة المطلوبة للواردات، وتابع قائلاً: «يفاقم ذلك خطر تدفق المزيد من قمح منطقة البحر الأسود إلى الشرق الأوسط خلال الشهور المقبلة». وأضاف الاتحاد أن ألمانيا ستعين عليها السعي لدخول أسواق قمح جديدة.

## الكويت تعتمد شهادة «طلال أبوغزالة في مهارات تقنية المعلومات» لكافة أعضاء هيئة التدريس والتدريب

•• الكويت - الفجر:

ويأتي الاعتماد وفقاً لقرار الهيئة نظراً لامتدادها شهادة كامبريدج التي كانت تقدمها «طلال أبوغزالة العالمية» بالتعاون مع هيئة الامتحانات الدولية لأعضاء هيئة التدريس والتدريب بالهيئة».

«تبين توافق شهادة دبلوم طلال أبوغزالة لمهارات تقنية المعلومات مع شهادة دبلوم كامبريدج الدولي لمهارات تقنية المعلومات من حيث الأهداف والعمليات اللازمة لتأهيل أعضاء هيئة التدريس والتدريب بالهيئة».

ومن الجدير بالذكر بأن وزارة التربية والتعليم الأردنية تعتمد الشهادة لغايات رتب المعلمين وفقاً لقرار وزير التربية والتعليم في أيار 2017. ويتم تقديم الشهادة من خلال مركز طلال أبوغزالة للتدريب الإلكتروني الذي استمر بتقديم شهادة دبلوم طلال أبوغزالة الدولي في مهارات تقنية المعلومات التي TAG-DIT، استمراراً للشهادة التي كان قد قدمها منذ عام 2001 بالتعاون مع هيئة الامتحانات الدولية - جامعة كامبريدج. بعد أن أقرت الهيئة مؤخرًا اتباع سياسة جديدة لها بوقف اعتماد الشهادات المهنية الصادرة لكافة المنظمات والمؤسسات في دول العالم اعتباراً من 30-6-2017، حيث استمر المركز في تقديم ونشر الشهادة وبرامجها التدريبية وامتحاناتها دون الحاجة لاعتمادها من أي جهة أخرى، نظراً للخبرة الكبيرة التي اكتسبتها طوال ستة عشر عاماً في تطوير وإدارة شهادة دبلوم طلال أبوغزالة الدولي في مهارات

تقنية المعلومات. يشار إلى أن مركز طلال أبوغزالة للتدريب الإلكتروني تأسس عام 2001، ويركز على تقديم خدمات تقييم مهارات تكنولوجيا المعلومات عالية الجودة في العالم العربي من خلال الشراكة مع المؤسسات الرائدة. ويسعى المركز إلى توسيع نطاق انتشاره في المنطقة، وتقديم خدمات تقييم تكنولوجيا المعلومات على تطبيقات برمجية محددة، وللمزيد من المعلومات يمكن زيارة الموقع الإلكتروني <http://www.tagicit.com> وتهدف الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب إلى توفير القوى العاملة الوطنية الفنية والمهنية لتلبية احتياجات التنمية في البلاد في المجالات المختلفة لتحقيق التقدم والرفعة للكويت، ومن أهدافها إيجاد العمالة الوطنية الفنية والمهنية التي تحتاجها البلاد لتصبح منافسة للعالمية الوافدة في كثير من مجالات الإنتاج والخدمات.



## كارثة بيئية في جزيرة إيضا اليونانية بسبب حريق مدمر

•• ماكرالي - أ ف ب:

يسعى رجال الإطفاء اليونانيون إلى احتواء حريق يدمر منذ أكثر من ثلاثين ساعة محمية طبيعية في جزيرة إيضا حيث تتحدث السلطات عن «كارثة بيئية هائلة». ولم يسفر الحريق الذي يمتد على طول 12 كيلومتراً عن سقوط ضحايا، لكنه أدى إلى إخلاء أربع قرى في الجزيرة اليونانية الثانية في المساحة بعد كريت وتبعد نحو مئة كيلومتر شمال شرق أثينا. وقال حاكم المنطقة المنتهية ولايته كوستاس باكويايس «لها كارثة بيئية هائلة في غابة صنوبر فريدة» كانت قد بقيت «سليمة» حتى اليوم. والحريق الذي بدأ على حافة طريق عند الساعة الثالثة والثلاثين (00.00 ت غ) امتد تحت تأثير هبات رياح إلى الأحرار الكثيفة جدا والجافة في وسط الجزيرة. في منطقة محمية بسبب حيواناتها ونباتاتها البرية.

ودفع الحريق السلطات إلى إخلاء قرى كونتوديسوتي وماكريميالي وستافروس وبلاتانا في وسط الجزيرة، وكان يهدد مدينة ساخنا خلال الليل، حسبما ذكرت السلطات. وقال ثاناسيس كاراكاتزاس المسؤول في الدفاع المدني لوكالة أنباء أثينا اليونانية «من بساخنا إلى كونتوديسوتي وماكريميالي، احترق كل شيء. من حسن الحظ أنه لم يسقط ضحايا». وبحسب مصور في وكالة فرانس برس، كافح عناصر الإطفاء طوال الليل أسنة اللهب التي بلغ ارتفاعها من 20 إلى 30 متراً، وسط غطاء نباتي كثيف وتضاريس وعرة يصعب الوصول إليها. وقال بايس رازوس وهو مسؤول محلي «يفترض أن تنقلب على الحريق في نهاية اليوم». لكن النيران حولت جزءاً من غابة أغريليستا إلى رما، وتسببت بأضرار لا تقدر بثمن في هذه المحمية البالغة مساحتها 550 هكتاراً. أعشاب مشتعلة وأشجار صنوبر تندلع منها النيران وشجيرات متفحمة كان مشهد الكارثة الأروع انكاساً لخراب حقيقي بحسب ما لُحظ مصور فيديو في فرانس برس.

ونجح نحو مئتي رجل إطفاء يعملون في المنطقة بتساعدهم 75 آلية برية وتسع مروحيات وسبع طائرات لرش المياه بإبعاد النيران عن المناطق



الإمارة تضم ما يقرب 45000 شركة صغيرة ومتوسطة؛  
الشارقة تستضيف منتدى الشركات الصغيرة والمتوسطة  
المنتدى سلط الضوء على أحدث الوسائل الفعالة لنمو  
الأعمال من خلال برامج إدارة الأعمال

•• الشارقة-البحرين

استضافت الشارقة مؤخراً منتدى عالمي حول ضريبة القيمة المضافة لتسليط الضوء على الحلول الفعالة لزيادة كفاءة العمل لمواكبة تطور الأعمال في المنطقة، بحضور ممثلين عن العديد من الشركات في الإمارات. حيث ساهم المنتدى بشكل أساسي في فهم الطرق الجديدة لتعزيز الكفاءة التشغيلية لمواكبة التطور المستمر في السوق وزيادة المنافسة. ويعد هذا المنتدى الأول الذي يقام في الشارقة والذي نظّمته شركة "تالي سوليوشنز"، الشركة العالمية الرائدة في مجال المحاسبة وبرامج الامتثال الضريبي. وتعد إمارة الشارقة ثالث أكبر إمارة في الإمارات العربية المتحدة، والتي تضم ما يقرب من 45000 شركة صغيرة ومتوسطة. وقد قام كل من المحلل القانوني "أنشول سيثي" من شركة "إنفيتي سوليوشنز" بإبراز أهمية الحلول التي تقدمها شركة "تالي سوليوشنز" في مواجهة التحديات المختلفة التي تواجه العمليات اليومية للشركات، مع التركيز أيضاً على الحلول التي يجب الالتزام بها حتى يتمكنوا من مواجهة تلك التحديات بأقل تأثير.

وتحدث "سيثي" عن مواصفات "الإدارة المتميزة" حيث ناقش كيف يمكن للمدير غير المناسب أن يفقد الأعمال وإدارة التدفقات النقدية، كما تطرق إلى العوامل التي يجب مراعاتها والاستفادة المستقبلية من إدارة التدفقات النقدية الجيدة. وناقش إدارة المخزون، والأنواع المختلفة للمخزون، وكيف ينبغي للمرء تحسين المخزون للحصول على أفضل النتائج. وأثناء مناقشته لمرکز التكلفة وإدارة مركز الربح، وأوضح أن رجل أعمال جيد لديه رؤية مستقبلية دائمة لتقرير التكلفة. وتطرق أيضاً إلى أهمية تقارير نظم المعلومات الإدارية للموظفين الإداريين وكيف يمكن للمرء تحديد القضايا في الأعمال في وقت مبكر والتخطيط وفقاً لذلك. كما قام بطرح متطلبات الامتثال الضريبي الأساسية وأهمية الالتزام بها.

ولقد استفاد المشاركون في معرفة الطرق الجديدة لتعزيز ليس فقط الكفاءة والإنتاجية ولكن أيضاً كيفية تعزيز الأرباح وخدمة العملاء وذلك من خلال مراقبة الأداء والإدارة المالية والامتثال الضريبي الفعال في الوقت المناسب. كما قام المشاركون بتبادل الخبرات من خلال المناقشات واستعراض تجاربهم الخاصة بعد الانتقال إلى حلول المحاسبة الإلكترونية.

وقد عززت الشارقة عبر السنوات جهودها لتعزيز ثقافة ريادة الأعمال والابتكار في الإمارة، تماشياً مع توجيهات القيادة الحكيمة ورؤيتها المستقبلية النابضة وفقاً لأهداف رؤية الإمارات 2021. ويواصل قطاع الشركات الصغيرة والمتوسطة المحلي مساره التصاعدي بجهود ودعم حكومي قوي.

وتشارك العديد من الشركات الصغيرة والمتوسطة في الإمارة في التصنيع والعقارات والغاز والسياحة والتعليم والرعاية الصحية واللوجستيات والخدمات التجارية، وفقاً لموقع حكومة الإمارات العربية المتحدة. ووفقاً للموقع يمثل التصنيع حوالي 19% من إجمالي الناتج المحلي السنوي (GDP)، حيث يعد قطاعاً اقتصادياً رئيسياً في الإمارة. وتم اعتماد برنامج المحاسبة الضريبية الخاص بـ "تالي" وهو يهدف إلى تبسيط امتثال ضريبة القيمة المضافة للشركات. وعلى مدار العام الماضي، ساعدت تالي أكثر من 50000 شركة في الالتزام بلوائح ضريبة القيمة المضافة في الإمارات العربية المتحدة والمملكة العربية السعودية. وتعد الشركة وكيل ضرائب مسجل يساعد العملاء على تحقيق الالتزام الضريبي وإدارة السجلات وعودة الملفات في الوقت المناسب وبطريقة فعالة. وتعتبر "تالي" شركة موثوق بها من قبل أكثر من 2 مليون شركة على مستوى العالم.

ارتفاع إنتاج الغاز في حقل ظهر  
بمصر إلى 11.3 مليار متر مكعب

•• موسكو-روترز:

قالت شركة الطاقة الروسية العملاقة روسنفت إن إنتاج الغاز الطبيعي في حقل ظهر، أكبر حقل غاز في البحر المتوسط، بمصر زاد أكثر من ثلاثة أمثاله في النصف الأول من العام الجاري ليلعب 11.3 مليار متر مكعب. والحقل أحد الأصول الهامة لشركة روسنفت التي يسيطر عليها الكرملين في إطار استراتيجيتها للتوسع عالمياً وبرنامجها للغاز الطبيعي.

واشترت روسنفت حصة 30 بالمئة في المشروع من إيني الإيطالية في عام 2017.

وقالت الشركة إن إنتاج الغاز من المشروع البحري سيبلغ 76 مليون متر مكعب (2.7 مليار قدم مكعبية) يومياً بحلول نهاية العام الجاري مقارنة مع 68 مليون متر مكعب في الوقت الراهن.

وقالت روسنفت في بيان "بعد بدء إنتاج الحقل في ديسمبر (كانون الأول) عام 2017، يضي تطويره بأسرع من الجدول الزمني المحدد، وتسيطر إيني على 50 بالمئة من المشروع بينما تملك بي.بي ومبادلة للبترول حصة عشرة بالمئة لكل منهما في ظهر.



•• دبي - الفجر:

عقدت دبي الذكية الاجتماع الثاني لـ "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" في مقرها بدبي، والذي تم تشكيله من قبل مؤسسة دبي للمستقبل كجزء من مبادرة "مجالس دبي للمستقبل"، التي أطلقها سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي، رئيس مجلس أمناء مؤسسة دبي للمستقبل مطلع العام الجاري، بهدف وضع حلول مبتكرة للقطاعات الاستراتيجية والتنبؤ بمستقبلهم خلال الـ 50 سنة القادمة.

وترأس الاجتماع، سعادة الدكتورة عائشة بنت بطي بن بشر، مدير عام دبي الذكية رئيس المجلس، بحضور سعادة وسام لوتاه، المدير التنفيذي مؤسسة حكومة دبي الذكية، نائب رئيس المجلس، وعدد من الأعضاء وصناع القرار في مختلف الدوائر الحكومية ومؤسسات القطاع الخاص المعنية بتكنولوجيا المدن الذكية محلياً وعالمياً.

وأكدت سعادة الدكتورة عائشة بنت بطي بن بشر، أن دبي أظهرت منذ مدة طويلة استعدادها الكامل لقيادة الطريق إلى تبني التقنيات المتقدمة ودمجها بالخدمات والمبادرات المختلفة، التي تهدف

إلى تحسين رهاية الناس، وتعزيز مسيرة دبي لتصبح أسعد وأذكى مدينة على وجه الأرض.

وأضافت: "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" يعتبر تكنولوجيا البلوك تشين واحدة من أكثر التقنيات الواعدة التي ظهرت على الساحة العالمية في السنوات الأخيرة، وقد حققت دبي بالفعل إنجازات ملحوظة في هذا المجال، حيث أطلقت "استراتيجية دبي للبلوك تشين". كما استضافت مؤتمرات وفعاليات دولية ضمن ذات الإطار جمعت نخبة من الخبراء الدوليين المؤثرين بتقنية البلوك تشين.

وأوضحت سعادتها: "تشكل مبادرة "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" إضافة نوعية لمسيرة دبي نحو التميز والريادة المستقبلية بمجال البلوك تشين، حيث يؤسس المجلس لجعل دبي عاصمة عالمية لتكنولوجيا البلوك تشين، ويعمل كمنصة بارزة تجمع صناع القرار من مختلف الجهات والمؤسسات الحكومية والخاصة المحلية والعالمية، لوضع نظرة مستقبلية قائمة على هذه التكنولوجيا

وأكدت سعادة الدكتورة عائشة بنت بطي بن بشر، أن دبي أظهرت منذ مدة طويلة استعدادها الكامل لقيادة الطريق إلى تبني التقنيات المتقدمة ودمجها بالخدمات والمبادرات المختلفة، التي تهدف إلى تحسين رهاية الناس، وتعزيز مسيرة دبي لتصبح أسعد وأذكى مدينة على وجه الأرض. وأضافت: "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" يعتبر تكنولوجيا البلوك تشين واحدة من أكثر التقنيات الواعدة التي ظهرت على الساحة العالمية في السنوات الأخيرة، وقد حققت دبي بالفعل إنجازات ملحوظة في هذا المجال، حيث أطلقت "استراتيجية دبي للبلوك تشين". كما استضافت مؤتمرات وفعاليات دولية ضمن ذات الإطار جمعت نخبة من الخبراء الدوليين المؤثرين بتقنية البلوك تشين. وأوضحت سعادتها: "تشكل مبادرة "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" إضافة نوعية لمسيرة دبي نحو التميز والريادة المستقبلية بمجال البلوك تشين، حيث يؤسس المجلس لجعل دبي عاصمة عالمية لتكنولوجيا البلوك تشين، ويعمل كمنصة بارزة تجمع صناع القرار من مختلف الجهات والمؤسسات الحكومية والخاصة المحلية والعالمية، لوضع نظرة مستقبلية قائمة على هذه التكنولوجيا

وأكدت سعادة الدكتورة عائشة بنت بطي بن بشر، أن دبي أظهرت منذ مدة طويلة استعدادها الكامل لقيادة الطريق إلى تبني التقنيات المتقدمة ودمجها بالخدمات والمبادرات المختلفة، التي تهدف إلى تحسين رهاية الناس، وتعزيز مسيرة دبي لتصبح أسعد وأذكى مدينة على وجه الأرض. وأضافت: "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" يعتبر تكنولوجيا البلوك تشين واحدة من أكثر التقنيات الواعدة التي ظهرت على الساحة العالمية في السنوات الأخيرة، وقد حققت دبي بالفعل إنجازات ملحوظة في هذا المجال، حيث أطلقت "استراتيجية دبي للبلوك تشين". كما استضافت مؤتمرات وفعاليات دولية ضمن ذات الإطار جمعت نخبة من الخبراء الدوليين المؤثرين بتقنية البلوك تشين. وأوضحت سعادتها: "تشكل مبادرة "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" إضافة نوعية لمسيرة دبي نحو التميز والريادة المستقبلية بمجال البلوك تشين، حيث يؤسس المجلس لجعل دبي عاصمة عالمية لتكنولوجيا البلوك تشين، ويعمل كمنصة بارزة تجمع صناع القرار من مختلف الجهات والمؤسسات الحكومية والخاصة المحلية والعالمية، لوضع نظرة مستقبلية قائمة على هذه التكنولوجيا

أعلن عن ثلاث مبادرات نوعية بمجال البلوك تشين

دبي الذكية تعقد الاجتماع الثاني لـ «مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين»  
لاستعراض رؤية وخطط المرحلة المقبلة



والتي تم تطويرها بناءً على تعاون مشترك بين جهات من القطاعين الحكومي والخاص، وتمت مراجعتها من قبل الجهات العالمية المعنية بهذا المجال. وتستعرض الإرشادات والسياسات التي يجب اتباعها عند تنفيذ تطبيقات البلوك تشين في دبي، وتغطي ثلاث محاور رئيسية هي: الضدرات المؤسسية بمجال البلوك تشين، وحقت العديد من الإنجازات. ويعد مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين إنجازاً جديداً في ذات الإطار، حيث تنطلق للعمل مع جميع الكيانات الأعضاء في المجلس لتنفيذ مبادرات البلوك تشين الرائدة وتسريع عملية انتقال دبي إلى مدينة ذكية متكاملة في المستقبل.

وأوضحت سعادتها: "تشكل مبادرة "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" إضافة نوعية لمسيرة دبي نحو التميز والريادة المستقبلية بمجال البلوك تشين، حيث يؤسس المجلس لجعل دبي عاصمة عالمية لتكنولوجيا البلوك تشين، ويعمل كمنصة بارزة تجمع صناع القرار من مختلف الجهات والمؤسسات الحكومية والخاصة المحلية والعالمية، لوضع نظرة مستقبلية قائمة على هذه التكنولوجيا

هائلة لتحويل العديد من جوانب الحياة اليومية للأفراد والمؤسسات والحكومات على حد سواء إلى حلول مبتكرة، وعلى عكس العديد من الدول حول العالم والتي كانت متخوفة من هذه التكنولوجيا، احتضنت دولة الإمارات دبي على وجه الخصوص تقنية البلوك تشين في وقت مبكر ضمن مسيرة التحول الرقمي، وحقت العديد من الإنجازات. ويعد مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين إنجازاً جديداً في ذات الإطار، حيث تنطلق للعمل مع جميع الكيانات الأعضاء في المجلس لتنفيذ مبادرات البلوك تشين الرائدة وتسريع عملية انتقال دبي إلى مدينة ذكية متكاملة في المستقبل.

وأوضحت سعادتها: "تشكل مبادرة "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" إضافة نوعية لمسيرة دبي نحو التميز والريادة المستقبلية بمجال البلوك تشين، حيث يؤسس المجلس لجعل دبي عاصمة عالمية لتكنولوجيا البلوك تشين، ويعمل كمنصة بارزة تجمع صناع القرار من مختلف الجهات والمؤسسات الحكومية والخاصة المحلية والعالمية، لوضع نظرة مستقبلية قائمة على هذه التكنولوجيا

وأوضحت سعادتها: "تشكل مبادرة "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" إضافة نوعية لمسيرة دبي نحو التميز والريادة المستقبلية بمجال البلوك تشين، حيث يؤسس المجلس لجعل دبي عاصمة عالمية لتكنولوجيا البلوك تشين، ويعمل كمنصة بارزة تجمع صناع القرار من مختلف الجهات والمؤسسات الحكومية والخاصة المحلية والعالمية، لوضع نظرة مستقبلية قائمة على هذه التكنولوجيا

وأوضحت سعادتها: "تشكل مبادرة "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" إضافة نوعية لمسيرة دبي نحو التميز والريادة المستقبلية بمجال البلوك تشين، حيث يؤسس المجلس لجعل دبي عاصمة عالمية لتكنولوجيا البلوك تشين، ويعمل كمنصة بارزة تجمع صناع القرار من مختلف الجهات والمؤسسات الحكومية والخاصة المحلية والعالمية، لوضع نظرة مستقبلية قائمة على هذه التكنولوجيا

وأوضحت سعادتها: "تشكل مبادرة "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" إضافة نوعية لمسيرة دبي نحو التميز والريادة المستقبلية بمجال البلوك تشين، حيث يؤسس المجلس لجعل دبي عاصمة عالمية لتكنولوجيا البلوك تشين، ويعمل كمنصة بارزة تجمع صناع القرار من مختلف الجهات والمؤسسات الحكومية والخاصة المحلية والعالمية، لوضع نظرة مستقبلية قائمة على هذه التكنولوجيا

وأوضحت سعادتها: "تشكل مبادرة "مجلس دبي لمستقبل البلوك تشين" إضافة نوعية لمسيرة دبي نحو التميز والريادة المستقبلية بمجال البلوك تشين، حيث يؤسس المجلس لجعل دبي عاصمة عالمية لتكنولوجيا البلوك تشين، ويعمل كمنصة بارزة تجمع صناع القرار من مختلف الجهات والمؤسسات الحكومية والخاصة المحلية والعالمية، لوضع نظرة مستقبلية قائمة على هذه التكنولوجيا

منطقة عجمان الحرة توقع مذكرة تفاهم مع دبي للتأمين



تسعى العلي رئيس العمليات في دبي للتأمين وعدد من كبار المسؤولين من الجانبين. في تصريح لسعادة فاطمة سالم مدير عام منطقة عجمان الحرة بالتكليف: "تأتي تلك الخطوة في سياق حماية حقوق العمال وتخفيف الأعباء على مستثمري المنطقة الحرة، فضلاً عن المساهمة بجهود الدولة في حماية حقوق تلك الفئة المنصرم.

تسعى العلي رئيس العمليات في دبي للتأمين وعدد من كبار المسؤولين من الجانبين. في تصريح لسعادة فاطمة سالم مدير عام منطقة عجمان الحرة بالتكليف: "تأتي تلك الخطوة في سياق حماية حقوق العمال وتخفيف الأعباء على مستثمري المنطقة الحرة، فضلاً عن المساهمة بجهود الدولة في حماية حقوق تلك الفئة المنصرم.

تسعى العلي رئيس العمليات في دبي للتأمين وعدد من كبار المسؤولين من الجانبين. في تصريح لسعادة فاطمة سالم مدير عام منطقة عجمان الحرة بالتكليف: "تأتي تلك الخطوة في سياق حماية حقوق العمال وتخفيف الأعباء على مستثمري المنطقة الحرة، فضلاً عن المساهمة بجهود الدولة في حماية حقوق تلك الفئة المنصرم.

تسعى العلي رئيس العمليات في دبي للتأمين وعدد من كبار المسؤولين من الجانبين. في تصريح لسعادة فاطمة سالم مدير عام منطقة عجمان الحرة بالتكليف: "تأتي تلك الخطوة في سياق حماية حقوق العمال وتخفيف الأعباء على مستثمري المنطقة الحرة، فضلاً عن المساهمة بجهود الدولة في حماية حقوق تلك الفئة المنصرم.

•• عجمان- الفجر:

وقعت منطقة عجمان الحرة مذكرة تفاهم مع شركة دبي للتأمين بهدف مد عمالة المنطقة بمظلة تأمينية لتكون بديلاً عن الضمان المصري الحالي الخاص بالعمالة الوافدة بحيث يغطي المستحقات العمالية، وتشمل

تراجع النشاط الاقتصادي في ألمانيا في الربع الثاني

عددة في الحزب الاشتراكي الديمقراطي ممثلته بسبب الفائض في الميزانية منذ سنوات. وقال كلاوس ميكلسن من معهد "دي إي في" في برلين إن "الوقت يبدو اليوم مناسباً أكثر من أي وقت مضى لبدء تغيير في التوجه، وأطلق كوادر

بالثة العام الماضي. هذه الأجواء أعادة احياء الجدل في ألمانيا حول الميزانية بشأن وقف الحزم وضرورة اللجوء إلى الاستنادة من أجل تحفيز النشاط، لا سيما وأن الصناديق العامة

سجل اقتصادها بين نيسان/ابريل وحزيران/يونيو تراجعاً بنسبة 0.2 بالمئة. وفي منطقة اليورو، تحولت الدولة النموجية في العقد الأخير إلى كرة تلج، ليصبح أداؤها أدنى من إيطاليا (0 بالمئة) وفرنسا (0.2 بالمئة) في الفصل المنصرم.

سجل اقتصادها بين نيسان/ابريل وحزيران/يونيو تراجعاً بنسبة 0.2 بالمئة. وفي منطقة اليورو، تحولت الدولة النموجية في العقد الأخير إلى كرة تلج، ليصبح أداؤها أدنى من إيطاليا (0 بالمئة) وفرنسا (0.2 بالمئة) في الفصل المنصرم.



مبنى جديد قيد الإنشاء في منطقة عجمان الحرة.

وقال كارستن بريجيسكي الخبير الاقتصادي في مجموعة "أي إن جي بنك" إن "النزاعات التجارية والقلق العالمي والصعوبات التي يواجهها قطاع السيارات أدى إلى تركز الاقتصاد الألماني أخيراً، ويمكن أن يسوء الوضع في الربع الثالث. وقال الخبير الاقتصادي في معهد "كا اف في" كلاوس بورغر إن "البيانات مفتوحة لا تكتمش تقني، أي فصلين سلبين متتاليين، وتعمل الحكومة الألمانية حالياً على نمو بنسبة 0.5 بالمئة هذه السنة وهو رقم ضعيف تاريخياً بينما يتحدث صندوق النقد الدولي عن 0.8 بالمئة، وهو تراجع بالمقارنة مع 2.2 بالمئة في 2017 و1.4

وقال كارستن بريجيسكي الخبير الاقتصادي في مجموعة "أي إن جي بنك" إن "النزاعات التجارية والقلق العالمي والصعوبات التي يواجهها قطاع السيارات أدى إلى تركز الاقتصاد الألماني أخيراً، ويمكن أن يسوء الوضع في الربع الثالث. وقال الخبير الاقتصادي في معهد "كا اف في" كلاوس بورغر إن "البيانات مفتوحة لا تكتمش تقني، أي فصلين سلبين متتاليين، وتعمل الحكومة الألمانية حالياً على نمو بنسبة 0.5 بالمئة هذه السنة وهو رقم ضعيف تاريخياً بينما يتحدث صندوق النقد الدولي عن 0.8 بالمئة، وهو تراجع بالمقارنة مع 2.2 بالمئة في 2017 و1.4

•• فرانكفورت-أ ف ب:

تراجع النشاط الاقتصادي في ألمانيا في الربع الثاني من العام ما يشير مخاوف من انكماش ويثير اجواء ارتياح لدى دعاة تبني خطة إنعاش توقف سياسة الامتتاع عن الاستنادة. وأعلن المكتب الفدرالي للإحصاءات (ديستاتيس) أن أول اقتصاد في الاتحاد الأوروبي تراجع بنسبة 0.1 بالمئة مقارنة مع ما كان عليه في الأشهر الثلاثة السابقة. ويفسر هذا التغيير بتراجع أداء المصدرين الأثاني الذين يعانون من أجواء دولية تهيمن عليها الخلافات التجارية. وهذا الأداء السيء يأتي بعد تحسن نسبيته 0.4 بالمئة في الفصل الأول. وفي حال تراجع إجمالي الناتج الداخلي مجدداً في الفصل الرابع، سيدخل الاقتصاد الألماني في ما يعرف تقنيا بأنه انكماش. وكانت ألمانيا أفلتت من الانكماش بفارق طفيف في النصف الثاني من 2018. مع تراجع إجمالي الناتج الداخلي في الربع، التحقت ألمانيا ببريطانيا التي

# العقار

27



## تباطؤ نمو منطقة اليورو في الربع الثاني

•• بروكسل-رويتزر:

أظهرت بيانات أمس أن الناتج المحلي الإجمالي لمنطقة اليورو سجل نمواً طفيفاً في الربع الثاني من عام 2019 إذ فقدت اقتصادات في المنطقة قوتها الدافعة بينما انكمش الاقتصاد الألماني، أكبر اقتصاد أوروبي، بفعل تباطؤ عالمي مدفوع بالنزاعات التجارية والضبابية المتعلقة بانفصال بريطانيا عن الاتحاد الأوروبي.

وقال مكتب الإحصاءات التابع للاتحاد الأوروبي (يوروستات) إن نمو الناتج المحلي الإجمالي لمنطقة اليورو التي تضم 19 دولة بلغ 0.2 بالمئة في الربع الثاني من العام مقارنة مع الربع السابق، ليتباطأ مقارنة مع النمو البالغ 0.4 بالمئة في الشهور الثلاثة الأولى من العام.

وتتفق التقديرات الأولية للناتج المحلي الإجمالي، التي تشمل نمواً بنسبة 1.1 بالمئة على أساس سنوي في الربع الثاني من العام الحالي، مع توقعات خبراء الاقتصاد.

وقال مكتب الإحصاءات الاتحادي الألماني في وقت سابق اليوم أنه بعد التعديل في ضوء عوامل التقويم،

تباطأ معدل النمو السنوي لكثير اقتصاد في أوروبا إلى 0.4 بالمئة في الربع الثاني من 0.9 بالمئة في الربع الأول.

وانخفض الإنتاج الصناعي لمنطقة اليورو 1.6 بالمئة في يونيو حزيران على أساس شهري بينما تراجع 2.6 بالمئة مقارنة مع يونيو حزيران عام 2018.

وتوقع خبراء اقتصاد انخفاضاً أقل حدة للإنتاج الصناعي بنسبة 1.4 بالمئة على أساس شهري و 1.2 بالمئة على أساس سنوي.

## أزمة هونغ كونغ تشير الخوف في كاثاي باسيفيك للطيران

•• هونغ كونغ-أ ف ب:

يسيطر مناخ من الخوف داخل شركة طيران هونغ كونغ "كاثاي باسيفيك" التي أدخلت الأسبوع الماضي في الأزمة السياسية غير المسبوقة في المدينة الصينية شبه المستقلة، في وقت تهدد فيه بكين باتخاذ إجراءات صارمة بحق أية شركة يشتبه بتأييدها الحركة الاحتجاجية المطالبة بالديموقراطية.

وأثارت الشركة الأسبوع الماضي غضب القوميين الصينيين بعدما شارك جزء من موظفيها البالغ عددهم 27 ألف موظف في التظاهرات المؤيدة للديموقراطية أو أعربوا عن دعمهم للحراك الديموقراطي. وسارع مسؤولو "كاثاي باسيفيك" إلى طمأنة بكين، بالثأني بالشركة عن الحراك، وبالتعهد بطرد أي موظف يدعم "التظاهرات غير القانونية" أو يشارك بها.

ومنذ ذلك الحين، فصلت الشركة بالفعل موظفين، وأوقفت عن العمل طياراً مرتبطاً بالتظاهرات.

ويبدو بعض الموظفين في المجموعة بمناخ من الخوف والتشكيك في أوساطها، فيما يخشى كثير تعرضهم للتجسس من قبل زملاء لهم يريدون معرفة مواقفهم السياسية. وقالت مضيقة طيران قدمت نفسها باسم كات لوكالة فرانس برس "لدي انطباع بأننا دفعنا إلى الصمت. لا يمكننا حتى إظهار دعمنا (للحراك الديموقراطي) على مواقع التواصل الاجتماعي.. وأضاف "يقول العديد من الزملاء أن بعض الأشخاص يمكن أن يرسلوا لوائح بأسماء المؤيدين للتظاهرات غير القانونية إلى إدارة الشركة"، موضحة "ذلك يخيف الجميع حقاً.."

أضيفت إلى ذلك التظاهرات الحاشدة في مطار هونغ كونغ الدولي، أكثر المطارات النشطة في العالم، ما أدى إلى إلغاء مئات الرحلات في اليومين الماضيين. وهذا أمر سلبي بالنسبة لـ "كاثاي" التي استعادت مؤخراً عافيتها المالية بعد عامين من التراجع.

وأعلنت المجموعة الأربعة الماضي عن ربح صاف بقيمة 1.63 مليار دولار هونغ كونغي (185 مليون يورو) في الربع الأول من العام، مقابل خسارة بلغت 263 مليون دولار هونغ كونغي في الربع الأول من عام 2018.

استهدفت وسائل الإعلام الصينية كذلك شركة طيران هونغ كونغ. وعتوت صحيفة الشعب التابعة للحزب الشيوعي الحاكم "خطايا شركة طيران كاثاي باسيفيك الأربع"، معددة أنشطة موظفين في المجموعة اعتبروا مؤيدين للحراك الاحتجاجي. وطلبت الإدارة العامة للطيران المدني الصيني الجمعة من شركة "كاثاي باسيفيك" أسماء الموظفين العاملين على متن رحلات متوجهة إلى الصين أو عابرة للمجال الجوي الصيني.



## «ويتيكس 2019» و«دبي للطاقة الشمسية 2019» يساطان الضوء على أبرز حلول الطاقة المتجددة والنظيفة بين 21 و23 أكتوبر 2019

المنطقة من خلال توفير منصة فريدة وتمييزة لبناء الشراكات مع جميع القطاعات الحكومية والخاصة في سبيل تطوير حلول مبتكرة.

تحت مظلة الأسبوع الأخضر يسلم المعرضان الضوء على أبرز حلول الطاقة المتجددة والنظيفة، حيث تكف إمارات دبي حالياً، من خلال مبادرة جديدة ومبتكرة لاستخدام تقنيات الطاقة الشمسية، على دراسة تطوير وإنشاء محطات طاقة شمسية عائمة في مياه الخليج العربي، وتشمل الدراسة الجدوى الاقتصادية وإعداد المتطلبات الفنية لإنشاء محطات عائمة لأنواع الطاقة الشمسية الكهروضوئية.

كما يتطرقت المعرضان لمبادرة «شمس دبي» التي أطلقتها هيئة كهرباء ومياه دبي دعماً لمبادرة دبي الذكية، لجعل دبي المدينة الأذكى والأسعد عالمياً، وتهدف إلى تشجيع أصحاب المباني على تركيب ألواح كهروضوئية فوق أسطح المباني

وإنتاج الكهرباء، ليطم ربطها بشبكة الهيئة، بما يسهم في زيادة الاعتماد على الطاقة النظيفة، وزيادة حصتها في مزيج الطاقة، وإشراك الجمهور في جهود تعزيز الاستدامة والحد من البصمة الكربونية للإمارة.

وقال سعادة / سعيد محمد الطاير، العضو المنتدب الرئيس التنفيذي لهيئة كهرباء ومياه دبي: "تحت مظلة الأسبوع الأخضر آخر التطورات والحلول والتقنيات في مجال الطاقة المتجددة والنظيفة. ويأتي بات المعرضان منصة مثالية لاستعراض أهداف استراتيجية دبي للطاقة النظيفة 2050 قدرة إنتاجية تبلغ 42.000 ميجاوات من الطاقة النظيفة والمتجددة بحلول عام 2050. وقد أطلقت هيئة كهرباء ومياه دبي عدة مبادرات ومشاريع طموحة لتحقيق هذا الهدف أبرزها مجمع محمد بن راشد آل مكتوم للطاقة الشمسية والذي يعد أكبر مجمع لتوليد الطاقة المتجددة في موقع واحد في العالم، وفق نظام المنتج المستقل، وستصل قدرته

إلى 5000 ميجاوات بحلول عام 2030 باستثمارات تبلغ 50 مليار درهم..

أضاف سعادته: "نعمل في الهيئة على إطلاق مبادرات وحلول مبتكرة لإتزاماً لتوفير مستقبل مبتكر ومستدام للأجيال القادمة، حيث تعد الأنظمة الكهروضوئية العائمة من أبرز التطبيقات التقنية الناشئة التي تعتمد على نشر أنظمة الطاقة الشمسية الكهروضوئية مباشرة فوق الماء. ويتطلب تحقيق أهداف استراتيجية دبي للطاقة النظيفة 2050 قدرة إنتاجية تبلغ 42.000 ميجاوات من الطاقة النظيفة والمتجددة بحلول عام 2050. وقد أطلقت هيئة كهرباء ومياه دبي عدة مبادرات ومشاريع طموحة لتحقيق هذا الهدف أبرزها مجمع محمد بن راشد آل مكتوم للطاقة الشمسية والذي يعد أكبر مجمع لتوليد الطاقة المتجددة في موقع واحد في العالم، وفق نظام المنتج المستقل، وستصل قدرته

## 1.1 % انخفاض في أسعار المستهلك بأبوظبي خلال يوليو

في شريحة الرفاه "الدنيا" بنسبة 1.1% وانخفضت بنسبة 0.9% لشريحة الرفاه "المتوسطة" وبنسبة 0.4% لشريحة الرفاه العليا. وأظهرت البيانات الصادرة عن مركز الإحصاء أبوظبي انخفاض معدلات أسعار المستهلك للأسر المواطنة وغير المواطنة بنسبة 0.7% بينما انخفضت شريحة الأسر بنسبة 1.2%.

في شريحة الرفاه "الدنيا" بنسبة 1.1% وانخفضت بنسبة 0.9% لشريحة الرفاه "المتوسطة" وبنسبة 0.4% لشريحة الرفاه العليا. وأظهرت البيانات الصادرة عن مركز الإحصاء أبوظبي انخفاض معدلات أسعار المستهلك للأسر المواطنة وغير المواطنة بنسبة 0.7% بينما انخفضت شريحة الأسر بنسبة 1.2%.

في شريحة الرفاه "الدنيا" بنسبة 1.1% وانخفضت بنسبة 0.9% لشريحة الرفاه "المتوسطة" وبنسبة 0.4% لشريحة الرفاه العليا. وأظهرت البيانات الصادرة عن مركز الإحصاء أبوظبي انخفاض معدلات أسعار المستهلك للأسر المواطنة وغير المواطنة بنسبة 0.7% بينما انخفضت شريحة الأسر بنسبة 1.2%.

## تراجع أسعار النفط بفعل بيانات اقتصادية ضعيفة

العالم بحسب بيانات اقتصادية. وسجل الناتج المحلي الإجمالي لمنطقة اليورو نمواً طفيفاً في الربع الثاني من 2019.

العالم بحسب بيانات اقتصادية. وسجل الناتج المحلي الإجمالي لمنطقة اليورو نمواً طفيفاً في الربع الثاني من 2019.

العالم بحسب بيانات اقتصادية. وسجل الناتج المحلي الإجمالي لمنطقة اليورو نمواً طفيفاً في الربع الثاني من 2019.

وقال محللون إن عمليات بيع لجني الأرباح بعد المكاسب القوية التي حققها النفط ضغطت أيضاً على أسعار الخام. وارتفعت أسعار النفط الخام القياسية بعد أكبر ارتفاع فيما يزيد عن شهر. وأعلنت الصين عن مجموعة من البيانات الضعيفة غير المتوقعة لشهر يوليو تموز، بما في ذلك انخفاض مفاجئ في نمو الناتج الصناعي لأدنى مستوى في أكثر من 17 عاماً، مما يبرز اتساع تقاطع الضعف الاقتصادي مع تصاعد حدة الحرب التجارية مع الولايات المتحدة. ويضغط التباطؤ العالمي الذي تآجج بفعل النزاعات المتعلقة بالرسم الجمركية والضبابية المحيطة بانفصال بريطانيا عن الاتحاد الأوروبي أيضاً على اقتصادات أوروبا. وتسبب انخفاض الصادرات في انكماش اقتصاد ألمانيا في الربع الثاني من

العام الماضي وذلك وفقاً لنتائج حساب الرقم القياسي لأسعار المستهلك لشهر يوليو 2019 بأساس عام 2014. وبلغ معدل الانخفاض في أسعار المستهلك 0.7% خلال الفترة من يناير - يوليو من 2019 مقارنة بالفترة نفسها من عام 2018 حيث بلغ الرقم القياسي 111.1% للفترة من يناير إلى يوليو العام الحالي بينما كان 111.9% للفترة ذاتها من العام 2018. وأثر انخفاض أسعار المستهلك خلال الفترة من يناير إلى يوليو 2019 مقارنة بالفترة ذاتها من العام الماضي على انخفاض معدلات أسعار المستهلك للأسر

وارتفاع مخزونات النفط الخام الأمريكية، مما حدا تقريبا المكاسب القوية التي حققها الخام في الجلسة السابقة بعد أن قالت الولايات المتحدة إنها ستترجى

لندن-رويتزر:

انخفضت أسعار النفط أمس بفعل بيانات اقتصادية ضعيفة من الصين وأوروبا



## تراجع أداء اقتصاد الصين في يوليو

لأسعار المنتجين، مما يعزز توقعات بال حاجة لمزيد من الدعم على مستوى السياسات قريباً. وكشفت بيانات من مصلحة الدولة للإحصاء أن نمو الإنتاج الصناعي تباطأ على نحو ملحوظ إلى 4.8 بالمئة في يوليو تموز على أساس سنوي وهو ما يقل عن أكثر التوقعات تتأزماً في استطلاع أجرته رويترز ويمثل أقل وتيرة للنمو منذ فبراير شباط عام 2002.

وتوقع محللون تباطؤ نمو الإنتاج الصناعي إلى 5.8 بالمئة مقارنة مع يونيو حزيران عندما سجل معدل نمو 6.3 بالمئة. وزادت واشنطن بقوة بعض الرسوم الجمركية في مايو أيار. وقالت وزارة الصناعة في الشهر الماضي إن الصين ستحتاج إلى "جهود شاققة" لتحقيق هدف النمو الصناعي لعام 2019 بنسبة بين 5.5 وستة بالمئة.

وتباطؤ نمو الاقتصاد الصيني إلى ما يقرب من أدنى مستوى في ثلاثين عاماً عند 6.2 بالمئة

الربع الثاني من العام وظلت الثقة في مجال الأعمال متزعزعة مما أثر سلباً على الاستثمارات. ونمت استثمارات الأصول الثابتة 5.7 بالمئة في

الربع الثاني من العام وظلت الثقة في مجال الأعمال متزعزعة مما أثر سلباً على الاستثمارات. ونمت استثمارات الأصول الثابتة 5.7 بالمئة في

الربع الثاني من العام وظلت الثقة في مجال الأعمال متزعزعة مما أثر سلباً على الاستثمارات. ونمت استثمارات الأصول الثابتة 5.7 بالمئة في





**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20304)

المنذر : بنك دبي الإسلامي ش.م.ع  
المنذر إليها : الطلاع لتجارة مواد البناء ذ.م.م  
ينذر المنذر المنذر إليها بسرعة سداد مبلغ وقدره (97.976.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (92076/1 /الفتنة 2 / خصوصي/الشارقة) من نوع (ميتسوبيشي كاتر) بيك اب (شحن) موديل 2015- لون (أبيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20303)

المنذر : بنك دبي الإسلامي ش.م.ع  
المنذر إليها : النجم المتألق لمقاولات البناء ذ.م.م  
ينذر المنذر المنذر إليها بسرعة سداد مبلغ وقدره (47.130.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (24746 /الفتنة 2 / خصوصي/الشارقة) من نوع (كيا سورينتو- استيشن) موديل 2015- لون (ذهبي) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20394)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع  
المنذر إليها : بوجان توفجدمزيك  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (23.063.60) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (13754 / خصوصي/ I / دبي) من نوع (بي ام دبليو X5- استيشن) موديل (2009) لون (أبيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20402)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع  
المنذر إليها : يونيت جاين بالبير جاين  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (48.480.05) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (62714 / خصوصي/ 6 / ابوظبي) من نوع (هايونداي ايزرا - صالون) موديل (2016) لون (فضي) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20305)

المنذر : بنك دبي الإسلامي ش.م.ع  
المنذر إليها : بيجو كوتشنتو مانو  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (41.079.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (48124 /الفتنة B / خصوصي/ عجمان) من نوع (ميتسوبيشي لانسر - صالون) موديل 2015- لون (فضي) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20330)

المنذر : بنك دبي الإسلامي ش.م.ع  
المنذر إليها : جاري دي لارا ياساي  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (48.037.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (56750 /الفتنة 14 / خصوصي/ ابوظبي) من نوع (هوندا اكورد - كوبيه) موديل 2014- لون (أبيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20397)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع  
المنذر إليها : رامي روف نجيب خليل  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (42.874.39) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (53845 / خصوصي/السابعة عشر / ابوظبي) من نوع (هوندا اكورد - صالون) موديل (2013) لون (أبيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20396)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع  
المنذر إليها : ساج لتجارة الديزل ذ.م.م  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (43.663.17) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (98612 / خصوصي/ B / عجمان) من نوع (تويوتا كورولا 1.6 - صالون) موديل (2015) لون (أبيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20327)

المنذر : بنك دبي الإسلامي ش.م.ع  
المنذر إليها : صفوان عبده علي العفول  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (55.282.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (91750 /الفتنة 17 / خصوصي/ ابوظبي) من نوع (كيا سيورتنج - استيشن) موديل 2017- لون (أبيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20331)

المنذر : بنك دبي الإسلامي ش.م.ع  
المنذر إليها : صفوانش باتياشيري احمدوني شاه نواس  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (28.401.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (94487 /الفتنة 17 / خصوصي/ ابوظبي) من نوع (هايونداي النترا - صالون) موديل 2016- لون (أسود) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20404)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع  
المنذر إليها : طارق غازي درويش السلعوس  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (23.566.51) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (24388 / خصوصي/ N / دبي) من نوع (كيا اوبتيما - صالون) موديل (2014) لون (أزرق) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20395)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع  
المنذر إليها : عمر موسى عبدالمطلب احمد العباسي  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (33.152.23) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (56248 / خصوصي/ 16 / ابوظبي) من نوع (فورد فيوجن - صالون) موديل (2016) لون (أزرق) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 30390)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع  
المنذر إليها : عويس قريشي ذو الفقار الحق ذو الفقار  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (23.927.69) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (96812 / خصوصي/ L / دبي) من نوع (بي ام دبليو 323 - صالون) موديل (2010) لون (ذهبي) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20328)

المنذر : بنك دبي الإسلامي ش.م.ع  
المنذر إليها : هروس غلام سرور  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (121.669.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (79316 /الفتنة أبيض / خصوصي /الشارقة) من نوع (اودي ايه 7 - صالون) موديل 2015- لون (أسود) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20392)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع  
المنذر إليها : كاسماني بن نور هادي تارموجي  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (20.226.82) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (89607 / خصوصي/ V / دبي) من نوع (FORD FOCUS - صالون) موديل (2016) لون (أبيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20401)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع  
المنذر إليها : محمد انور سيد عبدالحسن  
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (74.505.35) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (99317 / خصوصي/ Q / دبي) من نوع (فورد ايدج - استيشن) موديل (2013) لون (أبيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20329)

المنذر : بنك دبي الإسلامي ش.م.ع  
المنذر إليها : محمد رايح ماميكوتي اكات محمد علي ماميكوتي اكات مويديتي محم - ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدره (92.949.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (31585 / خصوصي /B / عجمان) من نوع (تويوتا فورتشنر - استيشن) موديل 2015- لون (أبيض / لؤلؤي) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**حكومة رأس الخيمة**  
**دائرة المحاكم**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**إنذار عدلي بالنشر**  
رقم (2019/ 20386)

المنذر : بنك دبي الإسلامي ش.م.ع  
المنذر إليها : معلم القصر الذهبي  
ينذر المنذر المنذر إليها بسرعة سداد مبلغ وقدره (381.336.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر والا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (33287 /2 / خصوصي /الشارقة) من نوع (هايونداي ايه 10 - هاتشباك) موديل 2015- لون (فضي) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،  
الكاتب العدل

**محاكم دبي**  
**محاكم دبي الابتدائية**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر**  
في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٩٦ تنفيذ عقاري

الى المنفذ ضد/ ١- شركة ابيار للتطوير العقاري - مساهمة مقفلة - فرع دبي مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ ميشيل جريج ويمثله / محمد عبدالله محمد العامري - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزائمك بتنفيذ الحكم الصادر في الدعوى ٢٠١٩/١٩٨ عقاري كلي بسداد المبلغ المنفذ به (١١٤٢٤٠٤) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. ببطلان اتفاقية البيع والشراء المؤرخة في ٢٠١٣/٣/٣١ م. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**محاكم دبي**  
**محاكم دبي الابتدائية**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر**  
في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٣٧٩ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضد/ ١- بدر عبد الله احمد عبدالكريم العلي مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ يوليا شيبور اكوا ويمثله / محمد عبدالله محمد العامري - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزائمك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (١٤٥٥٦٤) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**محاكم دبي**  
**محاكم دبي الابتدائية**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر**  
في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٧٤٥ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضد/ ١- كوهو اندستريال كوال كليمند (فرع دبي) مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ موري لأعمال الحديد الفنية ويمثله / ناصر مال الله محمد غانم قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزائمك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٥٤٠٨٧٠,٤٥) درهم بالتضامن الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**محاكم دبي**  
**محاكم دبي الابتدائية**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**اعلان بالنشر**  
للحضور أمام الخبرة

بالدعوى رقم 2019/2240 تجاري جزئي - الشارقة

المدعي عليها / بيرفتك انجنييرينج - ذ.م.م  
العنوان : مجهول محل الإقامة  
تحيطم علما انه تم انتدابنا خبير حسابي بالدعوى اعلاه والرفوعة ضدكم من المدعيه / البين للمعمان - ش.م.ع - وعليه فانتم مكفون او من يمثلكم قانونا بحضور اجتماع الخبرة والقرار عقده يوم الموافق 2019/8/18 الساعة 2 ظهرا وذلك بمقر مكتبنا في (دبي - شارع ابوبكر الصديق - مركز حمرين - البوابة 4 - الطابق 5 - 5BG) يرجى الحضور بالوعد والمكان المحدد واحضار المستندات المؤيدة لدفاعكم بالدعوى علما بأنه في حال تخلفكم عن الحضور فان الخبرة ستباشر اعمالها وفقا للصلاحيات المخولة لها قانون.  
للاستفسار ب : 050/6317417  
الخبير الحسابي/ ناهد رشاد محمد

**محاكم دبي**  
**محاكم دبي الابتدائية**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**اعلان حكم بالنشر**  
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٣١٥ تجاري كلي

الى المحكوم عليه/ ١- شركة الحسن الهندسية دبي- ذ.م.م مجهول محل الإقامة لتعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٤/١٥ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ طيساكو للمقاولات الفنية (ذ.م.م) بالزام المدعي عليها بان تدفع للمدعية مبلغ وقدره (١,٤٢٧,٦٢٠,٥٠) (مليون واربعمائة وسبعة وستون الف وسبعمائة وستون درهم وخمسون فلسا) والفائدة بواقع ٩٪ من تاريخ المطالبة الحاصل في ٢٠١٨/١٠/١٤ وحتى تمام السداد، مع الزامها بالرسوم والصاريف والمصروفات ومبلغ ١٠٠٠ درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضور قبلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

**محاكم دبي**  
**محاكم دبي الابتدائية**

العدد ١٢٧٠٦ بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٥

**مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر**  
في الدعوى ٢٠١٩/٢٧١٥ تجاري جزئي

الى المدعي عليه / ١-الباشا تجارة الادوية البيطرية والمحبرية والكيماوي مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / فيراري انيما هيلك بي تي واي ليمتد ويمثله / محمد عبدالله محمد العامري - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها الزام المدعي عليها بان يسدد للمدعية مبلغا وقدره ٤١٠,٠٨٦ دولار امريكاني ويعادله بالدرهم الإماراتي ١٥٠,٨٠٠ درهم مع الفائدة القانونية بواقع ١٢٪ من تاريخ قيد الدعوى الماثلة وحتى تمام السداد والزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف واتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٩/٢٦ الساعة ٨,٣٠ من بالاعتقا Ch1.C.12 لذا فلتحضر او من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم



# منوعات الفجر 30

•• أبوظبي-الفجر:

تشارك دولة الإمارات في النسخة الـ 13 من مهرجان «سوق عكاظ» الذي يقام بمدينة الطائف بالمملكة العربية السعودية ويستمر حتى 31 أغسطس 2019. وتشارك دولة الإمارات بجناح ضخم تشرف عليه وتنظمه وزارة الثقافة تنمية المعرفة بالشراكة مع السفارة الإماراتية في المملكة العربية السعودية.

يستضيف جناحها مجموعة متنوعة من الأنشطة تعكس ثراء تراثها الثقافي

## التراث الإماراتي حاضراً في النسخة الـ 13 من مهرجان «سوق عكاظ» بالطائف



المناجير والطعام والمأوى. وتستضيف النسخة الـ 13 من مهرجان سوق عكاظ 11 بلداً عربياً، تشارك بموروثها الثقافي والاجتماعي في «حي العرب» الذي يضم أجنحة، دولة الإمارات، والبحرين، والكويت، وسلطنة عمان، ومصر، والأردن، ولبنان، وتونس، والمملكة المغربية.

وسعت إلى تطويرها، حيث تم تحويل سوق عكاظ إلى مهرجان ثقافي وأدبي يجتذب سنوياً أكثر من 800 ألف زائر للاحتفاء بالتراث الثقافي العربي القديم والحديث عبر الاستعراضات الفنية والعروض المتحفية وأعمال الفنون والتصوير الفوتوغرافي وورش العمل ومجموعة واسعة من

ورونقه كملتقى سنوي لقادة وشيوخ القبائل العربية، والشعراء المشوهين، وكبار التجار والعامه من الناس، حيث تقام المناقشات الشعرية، والأسواق التجارية، ومسابقات الفروسية والمبارزة. واهتمت المملكة العربية السعودية حديثاً بإحياء تلك النوعية من المناسبات الثقافية التاريخية

العالية والاحتفاء بالتراث المحلي ومشاركته مع باقي الشعوب الشقيقة والصديقة حول العالم ويعد سوق عكاظ من أهم المناسبات الثقافية والتراثية والاقتصادية وأعرقها على مستوى جزيرة العرب. فقد نشأ قبل عشرات القرون في حبة ما قبل الإسلام. واحتفظ سوق عكاظ بمكانته

في المملكة العربية السعودية وما لدى دولة الإمارات من عناصر حضارية تجمع البلدين. كما أن هذه المشاركة تأتي في إطار حرص الدولة على حضورها الثقافي والتراثي في العديد من المناسبات الإقليمية والدولية، كما تعكس التزام الوزارة لترسيخ مكانة الدولة على خارطة الثقافة

فقد كان سوق عكاظ فيما مضى حدثاً شاملاً تجتمع على منصفته العديد من الفعاليات الثقافية والاجتماعية والاقتصادية والاجتماعات السياسية لكبار قادة العرب. وفي هذا العصر، يستكمل سوق عكاظ مسيرته ومهمته كمناسبة كبرى تذكرنا بتراثنا وثقافتنا المشتركة مع الأشقاء

الرزفة والبولية، بالإضافة إلى فنون الطهي المستوحاة من المطبخ الإماراتي الشعبي، وأصول الضيافة وتقديم القهوة العربية بنكهتها الإماراتية. وتعكس المشاركة الإماراتية في مهرجان سوق عكاظ عمق العلاقات التاريخية والثقافية المشتركة لشعوب الجزيرة العربية.

ويقدم جناح دولة الإمارات مجموعة واسعة من المواضيع الثقافية والتراثية والأنشطة التفاعلية التي تستعرض ثراء التراث الثقافي والحضاري لمجتمع دولة الإمارات ومن بينها التراث المعنوي المدرج على قائمة التراث الانساني العالمي التابعة لمنظمة اليونسكو، ومن بينها استعراضات

## معرض العين للكتاب ينطلق 24 سبتمبر القادم

تنظم دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي الدورة الحادية عشرة من معرض العين للكتاب في الفترة من 24 سبتمبر حتى 3 أكتوبر المقبلين في مركز العين للمؤتمرات برعاية سمو الشيخ طحون بن محمد آل نهيان ممثل الحاكم في منطقة العين.

ويشهد المعرض - خلال عشرة أيام - مشاركة العديد من دور النشر والمؤسسات الثقافية المحلية التي تعرض أحدث عناوين الكتب من مختلف الحقول المعرفية، مع تسليط الضوء على أهم التجارب الثقافية والأدبية للكتاب الإماراتيين إلى جانب فعاليات يومية بحضور عدد من المفكرين والكتاب الإماراتيين والمقيمين بالدولة.

ويشارك في البرنامج الثقافي المصاحب لمعرض العين للكتاب نخبة من المثقفين والمؤلفين والشعراء للتداول حول القضايا الفكرية المختلفة، وإحياء أمسيات شعرية وندوات نقاشية وتقديم عروض موسيقية من قبل مواهب محلية مميزة، كما يقدم «ركن الإبداع» برنامجاً تفاعلياً شائقاً للأطفال والناشئة بين سن 6 حتى 12 عاماً.. ويضم المعرض لأول مرة ركناً للرسامين.

وقال سعادة سيف سعيد غباش، وكيل دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي: «بعد الإقبال الواسع الذي حققه معرض العين للكتاب العام الماضي من قبل الطلاب والمهتمين، يسعدنا تقديم نسخة موسعة من المعرض لإحداث تأثير أعمق على محبي القراءة والمعرفة من خلال توفير منصة لأحدث الكتب والاصدارات للناشرين العاملين بالدولة، إلى جانب برنامج ثقافي غني، يفتح باب الحوار والتفاعل بين الكتاب والمثقفين والجمهور».

وأضاف: «يشكل معرض العين للكتاب عنصراً هاماً في المشهد الثقافي في إمارة أبوظبي، حيث نعمل في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي على تمكين الوصول إلى المعرفة وتعزيز حب القراءة باعتبارها أدوات حاسمة في التنمية المجتمعية والفردية على حد سواء، كما أن المعرض يعد أحد الأحداث الثقافية التي تعكس نمو قطاع النشر بالدولة وازدهاره».



## منوعات

# الفكر

31



## أسماء أبو اليزيد بطلة (شكة دبوس)

تجسد الفنانة الشابة أسماء أبو اليزيد دور البطولة للمرة الأولى في مسلسل (شكة دبوس)، من إخراج أحمد الجندي، المقرر البدء بتصويره الفترة المقبلة، حيث وقع الاختيار عليها، بعد نجاحات قدمتها بالدراما في فترة قصيرة. ويعمل صناع العمل حالياً على ترشيح باقي فريق الممثلين، وخصوصاً أن الشركة المنتجة ترغب في البدء بتصوير المسلسل خلال الشهر المقبل على أقصى تقدير. يُشار إلى أن أسماء شاركت أخيراً في بطولة مسلسل "هوجان" في رمضان الماضي مع النجم محمد إمام، كما شاركت في بطولة فيلم "المر" مع النجوم أحمد عز وأحمد رزق وأحمد صلاح حسني وهند صبري، تأليف وإخراج شريف عرفة، وحقق ما يقرب من 60 مليون جنيه في شبكات التذاكر.



## محمد محيي يضع اللمسات الأخيرة على ألبومه

يضع المطرب محمد محيي اللمسات الأخيرة على ألبومه الجديد، الذي يضم 18 أغنية، المقرر طرحه في الأسواق بعد حملة دعائية تنطلق منتصف أغسطس الجاري. ويعمل محيي على 5 أغنيات جديدة في ألبومه الجديد من تلحينه، الأولى من كلمات نور الدين حمدي، وتوزيع محمد العشي، والثانية من كلمات أشرف أمين، وتوزيع محمد العشي، والثالثة من كلمات نور الدين مصطفى، وتوزيع فهد، والرابعة من كلمات رومانية. يذكر أن آخر ألبومات محمد محيي يحمل اسم (مظلوم)، وصور من خلاله فيديو كليب يحمل اسم الألبوم، وكانت آخر أعمال محيي دويتو غنائي مع فريق بلاك تيم، من خلال أغنية (الراوي)، كلمات الشاعر الغنائي ميدو زهير، وألحان أمير صلاح، وتوزيع وليد ميمي.

تغيبت عن الدراما، لأنني رُشحت لأدوار لم تكن مناسبة لي

## حسن يوسف: (ليلة زفاف المرحوم) اعادتي إلى خشبة المسرح

عاد الفنان حسن يوسف للمسرح بعد غياب ٢٩ عاماً، بمسرحيته الجديدة (ليلة زفاف المرحوم)، التي قدم عرضها الأول في السعودية أخيراً، قائلاً إن الشوق هو ما أعاده إليه. وفي هذا الحوار تحدث حسن يوسف عن المسرحية، وكواليسها، ومشاركته في مسلسل (الضاهر)، وغيرها. وفيما يلي التفاصيل.



أعود لتقديم هذه الأعمال، وخاصة أنها مهمة للتعريف بشخصيات دينية مؤثرة في حياتنا، لكن المشكلة في هذه الأعمال دائماً ما تكون إنتاجية ومرتبطة بعزوف المنتجين عن تقديمها، باعتبارها غير مربحة مثل غيرها، فضلاً عن تكلفتها المرتفعة بالتجهيزات لكي تخرج للنور.

لماذا يحصرك البعض في هذه الأعمال فقط؟  
- يمكنني أن أقدم أي عمل فني، لكن في النهاية أنتقي الأدوار التي أقوم بها، وفي الفترة

• كيف وجدت الدراما الرمضانية؟  
- لم أستطع مشاهدة أي عمل درامي في رمضان، بسبب انشغالي بزيارات الأهل والأقارب وأداء طقوس العبادة، لكنني شاهدت حلقات متفرقة من بعض الأعمال التي أعطتني انطباعاً جيداً عما تم تقديمه.

• كيف تتعامل مع الشائعات التي تلاحقك وزوجتك الفنانة المعتزلة شمس البارودي؟  
- الشائعات أمر سيئ جداً، خصوصاً المتعلقة الوفاة والمرض، التي تخرج من دون أن يكون لها أي أساس من الصحة، وأتعب من مصالحة الذين يقومون بإطلاقها، وآخر مرة عندما كنت في السعودية لتقديم المسرحية خرجت شائعة بوفاة زوجتي وأصابني بالرعب، بسبب خوفي عليها، وقمت بالاتصال بها والاطمئنان عليها، ولا أعرف ما فائدة أن يقول شخص على آخر إنه تويي أو مصاب بالمرض دون أن يكون هذا الأمر حقيقياً.

• ما سبب حماسك لتجربة مسرحية "ليلة زفاف المرحوم"؟  
- اشتقت للمسرح بشكل كبير، لاسيما أن آخر مرة وقفت فيها على خشبة كان قبل 29 عاماً، لكنني عندما تلقيت معالجة العمل المسرحية وافقت على الفور، وخاصة أنها ضمت مجموعة من الممثلين المحترفين، وكنت سعيداً جداً بردود الأفعال من الجمهور السعودي عند عرضها، فالتفاعل معها خلال العرض أسعدني كثيراً.

• حدثنا عن شعورك عند العودة لمواجهة الجمهور على المسرح؟  
- لا أنكر أنني كنت متردداً في البداية، خصوصاً أن فترة الغياب طويلة جداً، ويمكن اعتبارها بمنزلة عُمر آخر، إضافة إلى علمي بالجهود الكبيرة التي يحتاجها العمل المسرحي من أجل خروجه للنور والبروفات اليومية التي يتم إجراؤها لساعات طويلة، لكن هذه الصعوبات تبدت مع الاشتياق للعودة.

• كيف وجدت استقبال الجمهور السعودي للمسرحية؟  
- أعرف جيداً أن الجمهور السعودي ذواق للفن الصوري، وعندما صعدت على المسرح لأول مرة فوبلت بتصفيق حار جعلني أشعر بسعادة وفخر بأنني أقف أمامهم، واستمر هذا الأمر في كل يوم نقدم فيه العرض، والتجربة بالنسبة لي لا تنسى.

• كيف وجدت التعاون مع المخرج إسلام جمال؟  
- إسلام مخرج موهوب، وهو ما مسته من المرة الأولى التي تعاملت معه فيها، واستطاع أن يخلق حالة من البهجة في الكواليس ساعدت على عدم شعورنا بالوقت خلال التحضير.

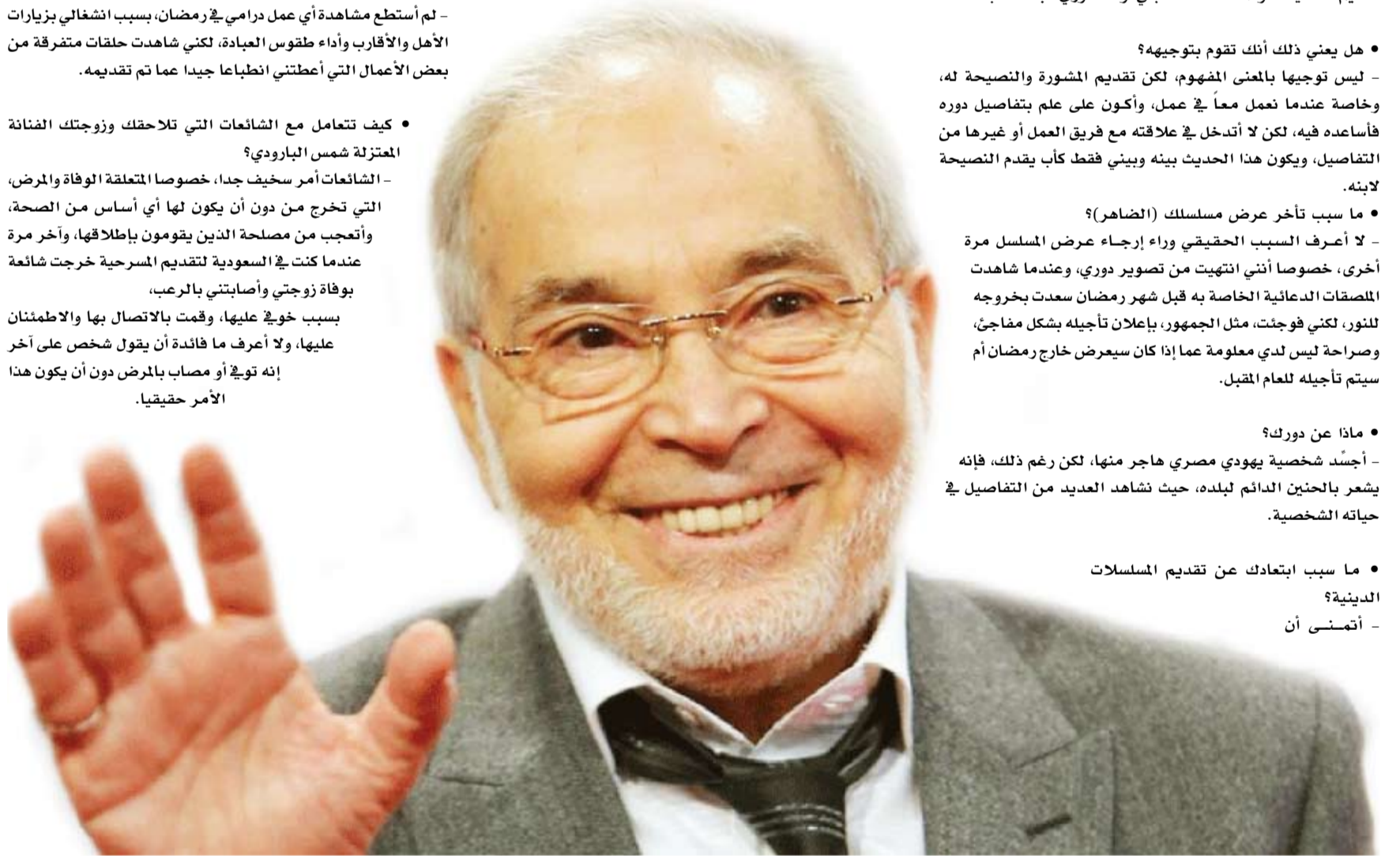
• البعض وجد في مشاركة جلك عمر بالعرض مجاملة لك؟  
- ليس صحيحاً، لأن عمر منذ بداياته الفنية لا يعتمد على شهرتي أو علاقاتي، ويعمل على تطوير نفسه بشكل منفرد، وترشيحه للمسرحية لم يكن من جانبي على الإطلاق، لكن هذا لا يعني أنني أتأخر عنه في تقديم النصيحة أو المساعدة، لأنه ابني، وهذا دوري تجاهه كآب.

• هل يعني ذلك أنك تقوم بتوجيهه؟  
- ليس توجيهياً بالمعنى المفهوم، لكن تقديم المشورة والنصيحة له، وخاصة عندما نعمل معاً في عمل، وأكون على علم بتفاصيل دوره فأساعده فيه، لكن لا أتدخل في علاقته مع فريق العمل أو غيرها من التفاصيل، ويكون هذا الحديث بينه وبينني فقط كآب يقدم النصيحة لابنه.

• ما سبب تأخر عرض مسلسل (الضاهر)؟  
- لا أعرف السبب الحقيقي وراء إرجاء عرض المسلسل مرة أخرى، خصوصاً أنني انتهيت من تصوير دوري، وعندما شاهدت اللمسقات الدعائية الخاصة به قبل شهر رمضان سعدت بخروجه للنور، لكنني فوجئت، مثل الجمهور، بإعلان تأجيله بشكل مفاجئ، وصراحة ليس لدي معلومة عما إذا كان سيعرض خارج رمضان أم سيتم تأجيله للعام المقبل.

• ماذا عن دورك؟  
- أجسد شخصية يهودي مصري هاجر منها، لكن رغم ذلك، فإنه يشعر بالحنين الدائم لبلده، حيث نشاهد العديد من التفاصيل في حياته الشخصية.

• ما سبب ابتعادك عن تقديم المسلسلات الدينية؟  
- أتسنى أن



## هند صبري ونيللي كريم في جلسة تصوير مشتركة

باللون النبيتي الغامق. وزينتا إطلالتهما بخواتم ماسية جميلة من "KATCHOUNI JEWELLERY". لتظهرها بلوك مثير وجذاب.

تسريحة شعر مشدودة للخلف. أما عن مكياج نيللي فاختارته سموكي باللون النود الترابية مع أحمر شفاه بالبيني المحروق، فيما بدت هند رائعة بمكياج بسيط، وخفيف مع أحمر شفاه

وارتدت هند فستاناً فضفاضاً باللون "المستردة" بكتف وكشف. في حين ارتدت نيللي "جاميسوت" بنفس اللون مع حزام ذهبي حول الخصر، واعتمدت الاثنان

بينما ينتظر الجمهور عرض فيلم "الفيل الأزرق 2" في دور السينما، اجتمعت بطلتا الفيلم هند صبري ونيللي كريم في جلسة تصوير جديدة، وبصحبتهما فيل أزرق.



# الفكر

## ممارسة الأيروبيكس تحد من تطور مرض باركنسون



الرياضية مثل الأيروبيكس يعزز العوامل التي تساهم في تكوين تأثير وقائي على الدماغ. كما تساعد هذه التمارين في الحفاظ على روابط المخ وتقيد انكماش الدماغ، الأمر الذي يؤدي بدوره إلى تخفيف أعراض مرض باركنسون وشيخوخة الدماغ. ويوصي أسكوغ مرضى باركنسون، بالبدء بممارسة التمارين الرياضية الغير مجهدة والمشاركة عليها بشكل مستمر، إضافة إلى الخضوع لجلسات علاج فيزيائي تحت إشراف مختصين، للحد من تقدم مرض باركنسون، وفق ما نقلت صحيفة إكسبرس البريطانية.

وفي مقال افتتاحي نشر على موقع «جاما نيورولوجي، الإلكتروني، يشرح طبيب الأعصاب جيريك إريك أولسكوغ، كيف تساهم تمارين الأيروبيكس في إبطاء تطور أعراض مرض باركنسون. بحسب أولسكوغ فإن بعض التمارين الرياضية المجهدة مثل المشي السريع أو التمدد، تتسبب بالتعب والتعرق مما يزيد من احتمال تطور أعراض داء باركنسون، وخاصة تصلب العضلات، وفقدان التوازن وتباطؤ الحركة. ويشير الدكتور أسكوغ إلى بعض الدراسات العلمية التي تبين بأن نوعاً معيناً من التمارين

مرض باركنسون هو حالة تتعرض فيها أجزاء من الدماغ للتلف التدريجي على مدار سنوات عديدة. هذا بدوره يعطل الخلايا العصبية في الدماغ التي تتحكم بالحركة. ونتيجة لذلك، فإن الأشخاص الذين يعانون من مرض باركنسون عادة ما يعانون من اهتزاز لا إرادي وحركة بطيئة و تصلب في عضلات الجسم. تشير العديد من الدراسات إلى أن نوعاً معيناً من التمارين الرياضية قد يؤدي إلى إبطاء تقدم مرض باركنسون (الشلل الرعاشي) ويحافظ على الصحة بشكل عام لفترة أطول.

## 4 زيوت تسرع شفاء كسور العظام

تجبير الكسور هو الخطوة الرئيسية لعلاجها، وقد يتطلب الأمر تدخلاً جراحياً بتركيب شريحة تساعد على التئام العظام على النحو السليم. ومن الخطوات العلاجية التكميلية دهان العظام المكسورة بزيوت أساسية تمتلك خصائص تسريع الشفاء.

زيت الروزماري. يحتوي زيت الروزماري على مادة تمنع تسرب الكالسيوم من العظام.

زيت النعناع. يمتاز زيت النعناع بخصائصه المضادة للالتهابات، ويعتبر من أفضل الزيوت لتخفيف الألم.

زيت اللافندر. يمنع زيت اللافندر الأمراض التي تصاحب الكسور، مثل الصداع والدوخة.

زيت البابونج. يحتوي زيت البابونج على مضاد حيوي نباتي يحمي من الالتهابات.

## أدوية نزلات البرد غير مناسبة للرضع

يتفق الخبراء على أنه يجب ألا يتم إعطاء الأطفال الصغار خصوصاً الرضع أدوية الكحة والبرد دون وصفة طبية. ولكن الدراسات توصلت إلى نتائج متضاربة بشأن ما إذا كان الأطباء يتبعون هذه الإرشادات أم يخرفونها.

والآن تشير دراسة وطنية أجراها الباحثون في جامعة روتجرز بولاية نيوجيرسي الأمريكية إلى أن الأطباء كبخوا استخدامهم لأغلب فئات علاجات البرد الخاصة بالأطفال.

وحلت الدراسة، التي نشرت في دورية «عاما لطب الأطفال»، البيانات التي تم الحصول عليها من الزيارات لطباء الأطفال وغرف الطوارئ بالمستشفى، والمستوصفات لمعرفة كم مرة أوصى الأطباء بأدوية الكحة والبرد، سواء من خلال وصفات كتابية أو بتقديم الدواء أو بتوجيه الآباء إلى شراء أنواع معينة من الصيدليات.

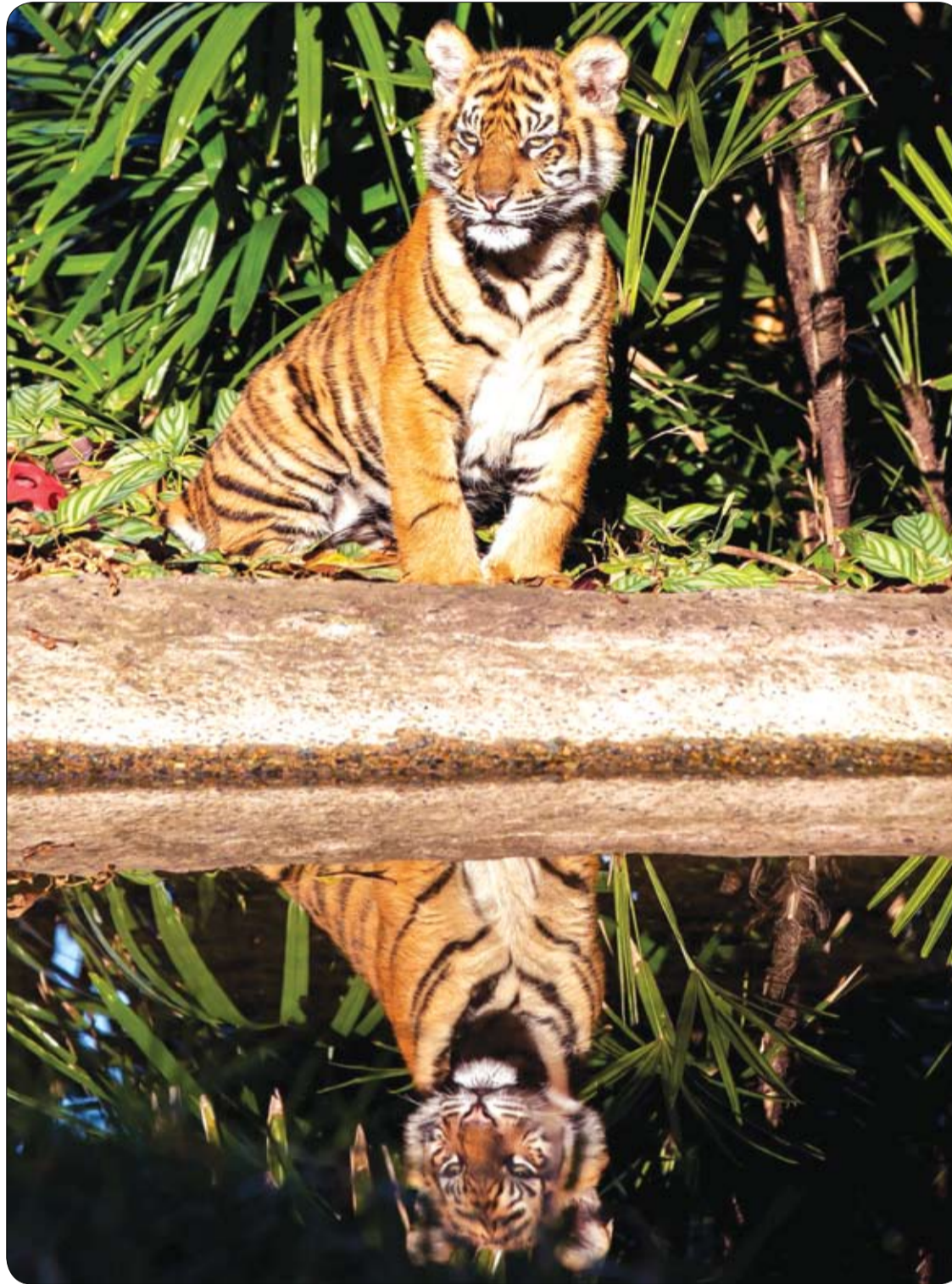
وبين 2002 و2015، قلل الأطباء بشكل كبير التوصية بمشروبات السعال أو أدوية طرد البلغم أو مزيجات الاحتقان حيث تراجع العدد من 38 إلى 15 لكل ألف زيارة. ولكن زادت توصيتهم بشكل طفيف بمضادات الهيستامين ليرتفع الرقم من 15 إلى نحو 19% لكل ألف زيارة.

ورغم أن الباحثين لم يفصلوا بين المنتجات المشتراة دون وصفة طبية والأدوية الموصوفة من جانب الطبيب، فإنهم قالوا إن أدوية الكحة والبرد تحتوي على أفيونيات الكوداين أو الهيديروكودون. ونادراً ما تم وصف منتجات الأفيون على مدار فترة 14 سنة وتقلص استخدامه قبل العام الماضي عندما ذكرت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية أن مثل هذه الأدوية يجب ألا تستخدم إلا من قبل البالغين ممن يبلغون 18 عاماً فأكثر.

وينتهي الحال بالآلاف من الأطفال في غرف الطوارئ سنوياً جراء الجرعات الزائدة عرضياً من أدوية البرد رغم أن البحث يظهر أن هذه المشكلة تراجعت منذ 2008.

وحذرت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية ذلك العام بشدة من استخدام أدوية البرد بدون وصفة طبية للأطفال دون سن العامين.

وفي هذه الفترة تقريباً، قامت شركات صناعة الدواء بإعادة تصنيف منتجاتها طواعية لاستخدام الأطفال الذين تبلغ أعمارهم أربعة أعوام فيما فوق وحذرت الأكاديمية الأمريكية لطباء الأطفال من استخدامها بالنسبة للأطفال الذين تقل أعمارهم عن ستة أعوام.



شبل نمر سومطرة يبلغ من العمر سبعة أشهر ، وهو واحد من ثلاثة من مواليد هذا العام. في حديقة حيوان تارونجا في سيدني. ا ف ب

## قرأت لك

زيت النعناع والصداع



قال اتحاد روابط الصيدلة الألمان: إن زيت النعناع يُعد سلاحاً فعالاً لمواجهة الصداع؛ حيث إنه يعمل على تبريد الرأس، ومن ثم القضاء على الألم. ولهذا الغرض يتم دلك الجبين والصدغين بكمية مناسبة من زيت النعناع المخفف. وأضاف الخبراء الألمان أنه يمكن أيضاً مواجهة الصداع من خلال تعاطي المسكنات، التي لا تحتاج إلى وصف الطبيب، مع مراعاة ألا يتم تعاطيها لمدة تزيد على 3 أيام متتالية أو 10 أيام في الشهر.

## سؤال وجواب

- ما هو المرض الذي يلقب بالموت الأسود ؟  
- الطاعون
- ما اسم كبير الآلهة عند الفرس ؟  
- أهورا مزدا
- ما اسم معركة بواتيه بالتسمية العربية ؟  
- بلاط الشهداء
- من مؤسس الجمهورية التركية ؟  
- مصطفى كمال
- من أطلق على أمريكا هذا الاسم ؟  
- أميركو فوسبوتشي
- من اكتشف الهند ؟  
- فاسكودي غاما

## هل تعلم؟

- يعود الفضل للساعاتي الفرنسي انطوان رودية في إبتكار أول منبه صباحي وذلك في عام 1847
- أسرع حيوان في العالم هو الفهد الصياد فهو يستطيع أن يجري بسرعة 112 كم في الساعة ولكن لمسافة لا تزيد عن 300 متر فقط.
- العنصر الوحيد المكون للماش هو الكربون الصاخي .
- شعر اللحية لدى الرجل قوي جدا ويعادل في قوته ومتانته مائة سلك من النحاس في نفس قطر شعره.
- أكبر شجرة هي شجرة الخشب الاحمر ارتفاعها 83 م ومحيطها عند القاعدة 30 م وتوجد في امريكا .
- نمو ظفر إصبعك الوسطى هو أسرع بينما نمو ظفر إبهامك هو الأبطأ .
- الحيوان الوحيد الذي يستطيع أن يخرج معدته إلى الخارج هو نجم البحر.
- الرازي من أوائل الذين أشاروا إلى الجراحة التجميلية كفرع من فروع الجراحة.
- اصغر نبات زهري قطره 1.5 - 5.7 مم واسمه وليفا ويعيش على المستنقعات .
- إذا قمت برج بيضة بشكل جيد فإن باستطاعتك أن توقفها على قاعدتها . إذ أن من خلال الرج سوف ينتقب الغشاء الفاصل بين الخ والآخ ، وسوف يهبط الخ إلى قاع البيضة.

## قصة جحا والأصدقاء

جلس جحا وصديقه يتحدثان عن أمثيتهما فقال جحا: أتمنى أن يكون لي 100 صديق يحبونني وأحبهم، وتمنى جاره أن يكون لديه أموال كثيرة ومزارع وخيول ومواش، فقال جحا ميراث الدنيا في الأولاد والأصدقاء.

فقال الرجل بل فيما لديك من مال .  
واستمر النزاع حتى اتفقا على أن يثبت كل منهما لصاحبه صدق الكلام.  
خرج جحا من بيته في جولة كبيرة عاد بعدها وقد أصبح لديه مائة صديق.. أما صاحبه فذهب يجمع الأموال بكافة الطرق حتى أصبح غنيا جدا في فترة بسيطة.  
ولما تقابل حكي كل منهما لصاحبه ماذا فعل، فكان جحا سعيدا بأصدقائه.  
في إحدى الأيام أحب جحا أن يختبر أصدقائه ومدى حبه لهم فإذ دعا عليهم يدعي أفلاسه وخسارته لتجارته فأسرع الجميع بعرض خدماتهم عليه وأموالهم وتجارتهم حتى يقف على قدميه مرة أخرى، واندفقوا عليه العطايا والهدايا ففرح جدا بذلك وقال: بحق الصديق وقت الضيق .  
أما صاحبه فقد اتد الأمطار على مزرعاته فخربتها وهربت خيوله وتفرقت مواشيه التي لا يستطيع رعايتها وحده ، كما خسر أمواله الكثيرة في لعب القمار لأنها جاءت من هباء، وهنا تقابل مع جحا فقال له جحا: عرفت ما حدث لك، فبكي الرجل وقال: عدت كما كنت لا مال ولا صديق، لا بيت ولا شئ .  
فقال جحا: ولكن لديك صديق.. أنا وتستطيع أن تعتمد علي وتطلب ما تريد ولكن عدني أن تعمل وتكد وتعب ليكون عندك مالا تعبت فيه وعندما تستطيع أن تحافظ عليه، فقال الرجل: حقا الصديق وقت الضيق وهو لا يضع لك المال يضع.

## مساحة للتلوين

