

ص 22

وزارة المالية تطلق مبادرات إنسانية ومجتمعية خلال شهر رمضان المبارك



ص 27

ريان حركة: الفن مهنة مُنصّفة ولكنها مُتعبة في الوقت نفسه



ألم الرسغ.. التشخيص الدقيق ضروري لتقديم العلاج المناسب والتعافي

ص 23

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

لغز ظهور دوامة بيضاء ضخمة في سماء بريطانيا

أصيب البريطانيون بالذهول بعد رصدهم دوامة زرقاء وبيضاء متوهجة دوارة غامضة في السماء قرب بورتسموث، ليلة الإثنين، وتداولت حسابات عديدة على مواقع التواصل صورها، متسائلين عن ماهيتها، فيما اعتبرها آخرون كائنات فضائية أو بوابة إلى عالم آخر. غير أن الخبراء رجحوا أن يكون هذا الشكل الغريب نجم من الفوائد وقود متجمد مضاع انبعث عن صاروخ سبيس إكس، وفق "دايلي ميل".

وتتشكل الدوامة الزرقاء الفاتحة عندما يتحول الوقود الزائد المنبعث من الصاروخ سريع الدوران إلى جليد، ثم تعكس ضوء الشمس في الغلاف الجوي العلوي، مانحة إياه بريقاً خلاباً، قبل أن تتحول إلى بخار ماء، وقال خبراء إن هذا الأخير، يبدو بسبب صاروخ فالكون 9 التابع لشركة سبيس إكس، والذي أطلق مهمة NROL-69 السرية التابعة للحكومة الأمريكية. وغالباً ما تُطلق شركة إيلون ماسك صواريخ تُحدث تأثيرات مصرية عند انطلاق الوقود المتجمد في الغلاف الجوي، وفق "دايلي ميل".

وفيما قال مستخدمون على المنصات إن الدوامة في الواقع قمر صناعي ساطع أو طائرة كانت محاطة بسحابة حلزونية رقيقة تشع من الجسم، صرح مكتب الأرصاد الجوية في منشور على منصة X أنه تلقى تقارير عديدة عن دوامة مضيئة في السماء.

وأشار إلى ما اعتبره كثير من تفسيرا منطقيا، بعيداً عن الكائنات الفضائية. وقال بدوره في منشوره: "من المرجح أن يكون سبب هذه الظاهرة صاروخ سبيس إكس فالكون 9، الذي أطلق في وقت سابق".

خبراء تغذية يحددون أفضل أنواع الحليب وسبب اختيارها

لم يكن عالم الحليب أكثر إرباكاً من أي وقت مضى. ليس فقط هناك الكثير من الخيارات للاختيار من بينها في قسم الألبان، ولكن خيارات الحليب النباتية تستهلك ممراً كاملاً تقريباً في الوقت الحاضر. يمكن أن يجعل حجم الاختيار هذا حتى المتسوق الأكثر خبرة غير متأكد من النوع والعلامة التجارية التي يجب اختيارها. ولكن بعيداً عن العدد الهائل من الخيارات، يمكن أن تكون العديد من خيارات الحليب الصحية ظاهرياً محملة بمكونات غير مرغوب فيها مثل السكر المضاف والمواد الحافظة وإضافات غامضة أخرى، وفقاً لما نشره موقع Real Simple.

مع وضع هذا في الاعتبار، يمكن اختيار إصدارات الحليب البقري التي تحتوي على أقل من غرامين من الدهون المشبعة، و15 مغم من الكوليسترول الغذائي لكل وجبة. أفضل أنواع الحليب الصحية بناءً على هذه المعلومات، تم اختيار خمسة من أفضل أنواع الحليب الصحية التي يمكن الحرص على تناولها:

حليب الشوفان
تقول ديفيس، موضحةً سبب ارتفاع شعبية هذا الحليب الخالي من منتجات الألبان في السنوات الأخيرة: "يعد حليب الشوفان بديلاً كريماً نباتياً للحليب لمن يعانون من حساسية تجاه المكسرات". ولكن مع هذا الحليب مصنوع من الحبوب، يمكنك توقع حمولة كربوهيدرات أعلى، مماثلة لتلك الموجودة في الحليب البقري (حوالي 12 غراماً لكل وجبة). وتضيف ديفيس أن حليب الشوفان يحتوي على بيتا جلوكان، وهي ألياف حيوية تساعد في تغذية بكتيريا الأمعاء وإبطاء عملية الهضم وتحسين مستويات السكر في الدم بشكل عام.

الحليب البقري 1%
يعد الحليب البقري مصدراً ممتازاً لفيتامين A والفسفور والمغنيسيوم والزنك والسيلينيوم وفيتامينات B. بما يشمل الريبوفلافين وفيتامين B12. تدعم هذه الفيتامينات عملية التمثيل الغذائي للطاقة وصحة العظام والمناعة والنمو والتطور الصحي. وتضيف دكتور مودي أن الحليب البقري 1% الخالي من اللاكتوز وعالي البروتين والمصفى للغاية هو الخيار الأمثل، لأنه يحتوي على ضعف محتوى البروتين في الحليب العادي تقريباً، ولا يحتوي على اللاكتوز المسبب للأعراض، ويفتخر بحوالي نصف محتوى الكربوهيدرات في حليب الألبان العادي بسبب عملية الترشيح الفائق.

حليب اللوز
إن حليب اللوز هو أحد أكثر الخيارات النباتية شيوعاً بعد حليب الشوفان بفضل مذاقه المحايد ولمسه الكريمي. تقول دكتور ديفيس إن "حليب اللوز غير المحلى منخفض الكربوهيدرات والسكريات الحرارية، لذا يمكن احتساء هذا المشروب مع تأثير ضئيل على نسبة السكر في الدم". كما أن اللوز (وحليب اللوز) غني بالدهون غير المشبعة الصحية للقلب، وفيتامين E العز للامعاء، ومجموعة من الفيتامينات النباتية المضادة للالتهابات. للحصول على خيار البقري المصفى للغاية للحصول على محتوى أقل من الكالسيوم وفيتامين D، يمكن تجربة تناول حليب اللوز.

مزايا وسليبات
على الرغم من أن هذا أمر ساق، إلا أن هناك بعض الجوانب الإيجابية لهذه الوفرة من الخيارات الحليب. تقول إيرين ديفيس، أخصائية التغذية ومستشارة مرضى السكري: "إن الشيء الرائع في جميع أنواع الحليب المتاحة هو أن هناك شيئاً يناسب الجميع. يعتمد اختيار الحليب الأفضل لكل شخص" على تفضيلاته واحتياجاته الصحية الشخصية".

الحليب الحيواني
على سبيل المثال، إذا كان الشخص يتبع نظاماً غذائياً قائماً على النباتات أو كان حساساً تجاه منتجات الألبان، فلا يوجد نقص في الخيارات الخالية من منتجات الألبان للاختيار من بينها. ولكن إذا كان يعطي الأولوية لتناول البروتين أو الكالسيوم ويمكنه تحمل منتجات الألبان، فربما يكون خيار الحليب البقري هو الخيار الأفضل. توضح ديفيس مودي: "أخصائية تغذية، أن مجرد أن يكون هناك منتج ما قائماً على النباتات، فهذا لا يجعله أكثر صحة بطبيعته. إن الحليب البقري غني بشكل طبيعي بالفيتامينات والمعادن والبروتين".

الحليب النباتي
ولكن هناك مغذيات ومكونات في كلا النوعين من الحليب يجب الحذر منها. بالنسبة للحليب النباتي، يجب أولاً التحقق من قائمة المكونات، حيث تُضيف بعض العلامات التجارية مكونات مثل المواد المكثفة والسكر، والتي يمكن ألا تكون مثالية، والتي ترجع إلى التأثيرات المسببة للالتهابات للسكر المضاف. كما أن الافتقار إلى الأبحاث طويلة الأمد حول العديد من المواد المضافة للأغذية، بما يشمل المواد المكثفة والمواد الحافظة أو غيرها من المكونات التي يصعب نطقها. وتضيف دكتور مودي أن "هذه المواد تنتشر بشكل أكبر في أنواع الحليب النباتي المنكهة، لذا ينبغي مراعاة البحث دائماً عن الإصدارات غير المحلاة".

من الناحية المثالية، يحتوي الحليب النباتي على أكثر من (أو ما يقرب من) خمسة غرامات من البروتين و250 مليغراماً من الكالسيوم لكل وجبة. فيتامين D هو عنصر غذائي آخر يتم إضافته أيضاً إلى كل من الحليب النباتي والحليب البقري بسبب فوائده للجسم بالكامل. يحتوي الخيار الصحي من أي من الفئتين على أكثر من ميكروغرامين من فيتامين D لكل وجبة.

مكونات مثيرة
من الضروري أيضاً الانتباه إلى المكونات المثيرة في الحليب مصنوع من منتجات الألبان، ويجب الحذر بشكل أساسي من محتوى الدهون المشبعة والكوليسترول الغذائي في هذه الخيارات. وعلى الرغم من الاستنتاجات المختلفة الحيطه بهذه العناصر الغذائية، فإن حقيقة أنها ربما تزيد من مستويات الكوليسترول تبرر توخي الحذر بشأن استهلاكها.



غير المحلى.

حليب الأبقار التي تتغذى على العشب
يُعد مصطلح "تغذية على العشب" مصطلحاً اجتاح عالم الألبان - ولسبب وجيه. تشرح دكتور ديفيس قائلة إن "حليب الأبقار، التي تتغذى على العشب، يحتوي على أحماض أوميغا-3 الدهنية، والتي لها العديد من الفوائد الصحية". تشمل هذه الفوائد تقليل الالتهابات ومستويات الكوليسترول وحتى قراءات ضغط الدم.

حليب الصويا
باعتباره بديلاً أصلياً للألبان، كان حليب الصويا موجوداً منذ منتصف التسعينيات. توضح دكتور مودي أنه "الحليب الأكثر تشابهاً مع الحليب البقري من حيث ملف الأحماض الأمينية لأنه يحتوي على جميع الأحماض الأمينية الأساسية التسعة التي تمنحه بروتيناً كاملاً، وهي ميزة نادرة في البروتين النباتي). إلى جانب النكهة الأكثر متعة". كما أنه هناك الكثير من إيزوفلافون الصويا في هذا المشروب، والذي يمكن أن يساعد في تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والعديد من أنواع السرطان، ويدعم صحة العظام.

معايير مهمة
للوصول إلى أفضل اختيار للحليب الصحي يمكن الاعتماد على الإرشادات التالية:

- تجنب الخيارات التي تحتوي على سكر مضاف أو مواد مكثفة أو مواد حافظة أو مكونات غامضة أخرى.
- من المرجح أن تكون أنواع الحليب غير المنكهة خالية من المكونات المثيرة للقلق.
- البحث عن خيارات تحتوي على أكثر من خمس غرامات من البروتين لكل وجبة.
- يجب أن تكون الخيارات المثالية مدعمة بما لا يقل عن ميكروغرامين من فيتامين D لكل وجبة.
- أكثر من الكالسيوم لكل وجبة لصحة العظام.
- الحليب المصنوع من منتجات الألبان والذي يحتوي على أقل من غرامين من الدهون المشبعة و15 مليغراماً من الكوليسترول الغذائي لكل وجبة هو الأفضل لصحة القلب.
- بالنسبة لأولئك الذين يراقبون تناولهم للكربوهيدرات، يمكنهم اختيار الحليب المصنوع من الجوز أو الحليب البقري المصفى للغاية للحصول على محتوى أقل من الكربوهيدرات.

العلماء يسجلون أول دليل على أن أسماك القرش تحدث صوتاً

سجل الباحثون ما يعتقدون أنه أول دليل على إحداث أسماك القرش للصوت، وذلك وفقاً لما جاء في بحث نُشر حديثاً. وسجل العلماء قيام أسماك قرش في نيوزيلندا "موستيوس لينتيكولتس"، وهو نوع من أسماك القرش الصغيرة التي توجد في المياه الساحلية في أنحاء البلاد، بإصدار نقرات عند التعامل معها أسفل المياه، فيما يعتقد أنها "أول حالة موثقة لإصدار سمكة قرش لصوت نشط". وشملت الدراسة، التي استمرت أكثر من 11 شهراً، 10 أسماك صغيرة- 5 إناث و5 ذكور. وتم تسجيل الأصوات في خزان بلاستيكي تجريبي تم إعداده لتسجيل الأصوات. وخلص البحث، الذي ترأسه كارولين نيدر من مؤسسة وودز هول لعلوم المحيطات في الولايات المتحدة، إلى أنه في المتوسط "تصدر أسماك القرش نقرات أكثر بكثير" خلال أول 10 ثواني من التعامل معها مقارنة بالشرع ثواني التالية. ويعتقد العلماء أنه من المرجح أن يكون الارتطام القوي مع الأسنان المسطحة لأسماك القرش هو مصدر الصوت. وقال العلماء إن سبب صوت النقرات "ما زال غامضاً" ولكن ربما يُصدر "كرد فعل على اضطراب أو ضيق". وسوف يتعين إجراء مزيد من الأبحاث السلوكية للتحقق من الأمر. وقد نُشرت الدراسة في دورية "رويال سوسايتي أوبن ساينس".

دراسة تكشف: قلة النوم قد تحدث تغييرات غريبة في الشخصية

من العواقب المعروفة لعدم الحصول على قسط كافٍ من النوم، الانفعال، والتعصب، والعينين، غير أن أبحاث جديدة تشير إلى أن عدم الحصول على قسط كافٍ من النوم باستمرار، قد يسبب تغييرات غريبة في الشخصية، حيث يزيد من خطر تصديق نظريات المؤامرة. ووفقاً لباحثين تابعوا أكثر من 1000 بريطاني، فإن أولئك الذين عانوا من نوم مضطرب لمدة شهر كانوا أكثر عرضة لتأييد معتقدات مُبالغ فيها وغير مُثبتة، بما في ذلك أن الأرض مسطحة أو أن استخدام التطعيمات كوسيلة لزراعة شريحة في

أجسام الناس، وفق "دايلي ميل". ولطالما أشارت الأبحاث حول نظريات المؤامرة إلى أن سمات الشخصية قد تكون مسؤولة عنها، حيث يكون الأشخاص الذين يمانون من انعدام الأمان، والارتياح، والاندفاع أكثر ميلاً لقبولها. ومع ذلك، أشارت الدراسة الجديدة إلى أن قلة النوم قد تؤدي إلى مثل هذه التغييرات في الشخصية. وأكد الخبراء اليوم، الذين وصفوا النتائج بأهمية، أن الاهتمام بجودة النوم قد يُمكننا من تقييم المعلومات بشكل نقدي ومقاومة الروايات المضللة بشكل أفضل.



مساحة الأنهار الجليدية في الصين تقلصت 26%

أظهرت بيانات رسمية صدرت خلال الشهر الجاري أن مساحة الأنهار الجليدية في الصين تقلصت بنسبة 26 بالمئة منذ عام 1960 بسبب الارتفاع السريع في درجة حرارة الأرض. وتخفي الأنهار الجليدية في جميع أنحاء العالم بوتيرة أسرع من أي وقت مضى، إذ كشف تقرير أصدرته منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (يونسكو) أن أكبر خسارة على الإطلاق في الكتل الجليدية كانت خلال الأعوام الثلاثة الماضية. ومع استمرار الانكماش، حذرت جماعات مدافعة عن البيئة من أنه من المتوقع أن يساهم انخفاض توافر المياه العذبة في زيادة المنافسة على الموارد المائية. كما يندثر انحسار الأنهار الجليدية بكوارث جديدة. وتقع الأنهار الجليدية في الصين بشكل رئيسي في غرب البلاد وشمالها، في منطقتي التبت وشينجيانغ وأقاليم سيتشوان ويونان وقانسو وتشينغهاي. وأظهرت البيانات المنشورة في 21 مارس آذار على الموقع الإلكتروني لمعهد الشمال الغربي للبيئة والموارد التابع للأكاديمية الصينية للعلوم أن إجمالي مساحة الأنهار الجليدية في الصين بلغ حوالي 46 ألف كيلومتر مربع في عام 2020.



تجاوزت الـ20 ألف وجبة

عونك يا وطن يوزع وجبات إفطار صائم ضمن الفعاليات الرمضانية التي ينظمها طيلة أيام شهر رمضان



الفريق، ويتم تطويرها وتحسينها سنوياً لضمان خدمة أكبر عدد ممكن من المحتاجين. وأضافت القاسم: "هذه المبادرات هي ثمرة القيم التي غرستها فينا قيادتنا الرشيدة، حيث تعلمنا منها حب الخير والعمل التطوعي، سواء كأفراد أو مؤسسات، لخدمة الوطن والمجتمع".
تمثل هذه المبادرات جزءاً مهماً من رؤية فريق عونك يا وطن للتطوعي، حيث ستظل المسؤولية المجتمعية المؤسسة من أولويات الفريق، بما يسهم في تعزيز روح العطاء وترسيخ قيم الخير في المجتمع الإماراتي. واختتمت الحملة وسط أجواء إنسانية مميزة، حيث شارك المتطوعون بحماس كبير في تقديم وجبات الإفطار للصائمين، مؤكداً استمرارهم في هذه الرسالة النبيلة لخدمة المجتمع وتعزيز قيم التراحم والتآزر.

التي تحرص عليها المؤسسات في دولة الإمارات لتعزيز ثقافة العطاء والتكافل. وتوجه بن حم بالشكر والتقدير إلى القيادة العامة لشرطة أبوظبي ممثلة في قطاع المهام الخاصة لمشاركتهم الفعالة في تنظيم المبادرة جنباً إلى جنب مع المتطوعين، مما أسهم في نجاح الحملة وضمان توزيع الوجبات بأنسبائية وتنظيم عالٍ، بما يعكس روح التعاون والمسؤولية المشتركة بين الجهات الرسمية والتطوعية.
من جانبها، أكدت سلام القاسم، منسقة فريق عونك يا وطن، أن الفريق يحرص على دعم المبادرات التي تترك أثراً إيجابياً حقيقياً في حياة أفراد المجتمع، مشيرة إلى أن المبادرات الرمضانية أصبحت جزءاً سنوياً من عمل

لأصحاب المبادرات الإنسانية المتميزة. وأكد الشيخ الدكتور محمد بن مسلم بن حم العامري أهمية استثمار أيام شهر رمضان المبارك في الأعمال الخيرية والإنسانية تقرباً إلى الله عز وجل. كما أشاد بالدور البارز الذي تلعبه حملات إفطار صائم المنتشرة في مختلف أنحاء الدولة، والتي تعكس روح التلاحم والعطاء خلال الشهر الفضيل، حيث يجتمع الصائمون من مختلف الجنسيات على موائد الرحمن في أجواء تعبر عن القيم الإسلامية السامية.
كما نوه الشيخ محمد بن حم بالدور الكبير الذي تقوم به المؤسسات والجهات الداعمة لهذه المبادرة، على مساهمتهم الفعالة في دعم الحملة وتقديم آلاف الوجبات للصائمين. وأكد أن هذا التعاون يعكس روح المسؤولية المجتمعية

تحت رعاية الشيخ الدكتور محمد بن مسلم بن حم العامري، قام فريق عونك يا وطن التطوعي بتنفيذ مشروعه السنوي "إفطار صائم" ضمن الفعاليات الرمضانية التي ينظمها طيلة أيام شهر رمضان المبارك، حيث تم توزيع الوجبات الغذائية على الصائمين، خاصة فئة العمال. وانطلقت الحملة مع بداية الشهر الكريم وتستمر حتى نهايته، حيث تم توزيع أكثر من 20.000 وجبة في مدينة العين وضواحيها، مستهدفة الفئات المحتاجة. وتهدف هذه المبادرة إلى نشر ثقافة التكافل الاجتماعي وتعزيز قيم العمل التطوعي، إضافة إلى تقديم الدعم المعنوي والتشجيع



في إطار التزامها بتحقيق مرتكزات عام المجتمع

وزارة المالية تطلق مبادرات إنسانية ومجتمعية خلال شهر رمضان المبارك

في 19 رمضان من كل عام، أطلقت وزارة المالية مبادرة "من خير زايد" بالتعاون مع الهيئة العامة للشؤون الإسلامية والأوقاف والزكاة وهيئة الهلال الأحمر الإماراتي، حيث استهدفت تقديم المساعدات لأكثر من 1500 شخص من الفئات المحتاجة في المجتمع، مستهدفة قيم العطاء والتكافل التي أرساها المغفور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه. وتمثلت المبادرة في تنظيم حملات إفطار الصائم حيث استهدفت العمالة المساعدة. واختتمت وزارة المالية مبادراتها خلال شهر رمضان المبارك بمبادرة "عديتكم علينا" التي أقيمت في دبي بالتعاون مع مركز راشد لأصحاب الهمم، واستهدفت المبادرة 50 من أصحاب الهمم المسجلين في المركز، بهدف إدخال الفرح والسرور عليهم خلال عيد الفطر، وترسيخ قيم التكافل الاجتماعي والمشاركة المجتمعية.

الوزارة، حيث تم توزيع سلال غذائية تحتوي على المواد الأساسية لضمان تلبية احتياجات الأسر المتعففة والتخفيف من الأعباء المالية التي قد تواجهها. وتعكس هذه المبادرة حرص الوزارة على تعزيز التكافل الاجتماعي، بما يجسد القيم الإنسانية العريقة لدولة الإمارات.
كما أطلقت الوزارة مبادرة "دعم الحالات الإنسانية" بالتعاون مع هيئة الهلال الأحمر الإماراتي، والتي استهدفت تقديم الدعم والمساعدات الإنسانية لحالات مرضية، حيث تهدف الحملة إلى مساعدة الفئات الأكثر احتياجاً والتي تمر بظروف مرضية قاهرة وتمكنهم من تسديد تكاليف المتطلبات العلاجية اللازمة عبر مشاركة فاعلة من موظفي الوزارة ودعم هذه الحالات الإنسانية. وفي إطار احتفاء دولة الإمارات بيوم زايد للعمل الإنساني، الذي يصادف

للفئات الأكثر احتياجاً فحسب، بل تمتد لتعزيز ثقافة العمل التطوعي وترسيخ الشراكات الفاعلة بين الجهات الحكومية والقطاع الخاص، بما يسهم في بناء مجتمع أكثر تكافلاً واستدامة.
وأضاف سعاده: "هذه الجهود تتماشى مع مرتكزات عام المجتمع 2025، الذي يهدف إلى تعزيز التلاحم الاجتماعي وتفعيل دور المؤسسات في خدمة المجتمع، وإن وزارة المالية ماضية في إطلاق مبادرات نوعية تحدث أثراً إيجابياً مستداماً، وتسهم في تمكين الفئات المستفيدة وتعزيز جودة حياتها، في إطار رؤية شاملة تعكس قيم التضامن والإنسانية التي رسختها القيادة الرشيدة".
وتفصيلاً، نظمت وزارة المالية في ديوانها بأبوظبي، مبادرة "البر الرمضاني للأسر المتعففة"، بالتعاون مع هيئة الرعاية الأسرية بأبوظبي وهيئة الهلال الأحمر الإماراتي، وبمشاركة أكثر من 50 متطوعاً من قيادة وموظفي

في إطار التزامها بالمسؤولية المجتمعية والعمل التطوعي، نظمت وزارة المالية أربع مبادرات إنسانية ومجتمعية خلال شهر رمضان المبارك، انسجاماً مع مرتكزات "عام المجتمع 2025" الذي يرسخ قيم التلاحم والتكافل بين أفراد المجتمع، ويعزز من الجهود الرامية إلى دعم الفئات الأكثر احتياجاً والارتقاء بجودة حياتهم. وتشمل المبادرات: "البر الرمضاني للأسر المتعففة"، و "دعم الحالات الإنسانية"، و "من خير زايد"، و "عديتكم علينا".
وأكد سعاده بونس حاجي الخوري، وكيل وزارة المالية أن المبادرات المجتمعية التي تنفذها الوزارة خلال شهر رمضان المبارك تعكس التزامها الراسخ بالمسؤولية المجتمعية، وترسيخ قيم العطاء والتكافل التي تعد جزءاً أصيلاً من نهج دولة الإمارات. وأوضح أن هذه المبادرات لا تقتصر على تقديم الدعم

إطلاق منحة دراسية في جامعة مردوخ دبي

أكورن ستراتيجي تتعاون مع مؤسسة خبراء التواصل والعلاقات العامة المستقبلين



من جانبه: أعرب البروفيسور بيتر وارنج، نائب رئيس الجامعة للتعليم العابر للحدود، والقائم بأعمال عميد جامعة مردوخ دبي، عن تقديره لهذه الشراكة الجديدة، قائلاً: يشرفنا أن تستثمر شركة أكورن ستراتيجي في طلابنا من خلال هذا البرنامج الرائد للمنح الدراسية.

وتعزيز جهود الحفاظ على البيئة في المنطقة، يسرنا إطلاق هذا البرنامج الرائد للمنح الدراسية، وخاصة في وقت تبرز فيه قضية استدامة المياه كمسألة بالغة الأهمية لمستقبل دولة الإمارات. وحيث أننا نؤمن بأن التواصل الفعال يلعب دوراً محورياً في مواجهة هذه التحديات، فإن هذه المنحة تعكس التزامنا المستمر بتبني مهارات التواصل الاستراتيجي القادر على إحداث تغيير إيجابي وهاذف. وأضاف كيت: "نشجع هذه الشراكة مع جامعة مردوخ دبي ومؤسسة خبراء التواصل والعلاقات العامة المستقبلين (FCF)، مع قيمنا ومبادئنا في أكورن ستراتيجي، فطلابنا أمناً بأهمية وقوة التواصل الاستراتيجي في حل التحديات المعقدة، ونفخر اليوم بالاستثمار في تطوير المواهب المبدعة التي ستشكل مستقبل هذه الصناعة والمنطقة".

الاستدامة الحرجة، وسيسجل موضوعها الافتتاحي لعام 2025 عنوان "استدامة المياه وتحلية المياه في الصحراء".
ويقوم الطلاب المشاركون في المنحة بإعداد ملخصات لحملات إبداعية مبتكرة، وعروض تقديمية، ومقاطع فيديو، تركز على تعزيز الوعي على المياه وممارسات تحلية المياه المستدامة. ويحصل الطالب الفائز على دعم مالي، بالإضافة إلى جلسة إرشادية مع أحد كبار المديرين التنفيذيين في شركة أكورن ستراتيجي. وتعلقاً على هذا التعاون، قالت كيت ميدتون، المؤسس والرئيس التنفيذي لشركة أكورن ستراتيجي، ورئيس جمعية الشرق الأوسط للعلاقات العامة (مبرة): "باعتبارنا وكالة اتصالات تسويقية وإبداعية تلتزم بالتطوير المهني

بالتعاون مع مدرسة البحر الخاصة

جمعية الإمارات للسرطان تقدم الهدايا وتوزع السلال الغذائية على الأسر المتعففة في منطقة العامرة



قدمت جمعية الإمارات للسرطان بالتعاون مع مدرسة البحر الخاصة مبادرة إنسانية خلال شهر رمضان المبارك، شملت تقديم الهدايا وتوزيع السلال الغذائية على الأسر المتعففة في منطقة العامرة في العين، بهدف إدخال البهجة والسرور وغرس قيم العطاء والتكافل في نفوس هذه الأسر والمرضى، وقد شارك في هذه المبادرة الشيخ الدكتور سالم بن ركاض رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات للسرطان، وادم البلوشي عضو مجلس إدارة الجمعية ومدير المدرسة وأعضاء الهيئة التعليمية والطلبة وأفراد فريق التطوعين في الجمعية.
وقالت إدارة مدرسة البحر إن هذه المبادرة لفريق المدرسة التطوعي يسهم في تعزيز روح المسؤولية المجتمعية لدى الطلبة، وتنمية مهاراتهم وترسيخ مفهوم العمل التطوعي كجزء أساسي من التربية والتعليم. وذكرت جمعية الإمارات للسرطان أن مبادرتها مع مدرسة البحر الخاصة خلال شهر رمضان المبارك، شملت العديد من أفراد الأسر المحتاجة، وذلك لترجمة قيم التراحم والمحبة وبت الأمل والإيجابية في قلوب الأسر المتفئة والمصابين والمرضى.

منوعات العلاج

23

يحدث ألم الرسغ عادةً بسبب الالتواءات أو الكسور الناتجة عن الإصابات المفاجئة. ولكن قد يكون ألم الرسغ أيضاً نتيجة لمشكلات طويلة الأمد؛ مثل الإجهاد المتكرر، والتهاب المفاصل / ومتلازمة النفق الرسغي. ونظراً لوجود العديد من العوامل التي يمكنها أن تُسبب ألم الرسغ، فقد يصعب تشخيص السبب الأكيد للإصابة به. ومع ذلك، فإن التشخيص الدقيق ضروري لتقديم العلاج المناسب والتعافي.



ألم الرسغ . . التشخيص الدقيق ضروري لتقديم العلاج المناسب والتعافي



مشكلات الأوتار. إذا كان المصاب بحاجة لعملية جراحية، يمكن أن يساعد اختصاصي العلاج الطبيعي في وضع برنامج تأهيل بعد العملية. قد يستفيد من إجراء تقييم لتصميم مكان العمل لمعرفة العوامل التي قد تساهم في ألم الرسغ. إذا كان لدى المصاب عظمة مكسورة في الرسغ، فسيحتاج إلى محاذاة القطع العظمية كي تلتئم العظمة بشكل صحيح. يمكن أن تساعد الجبيرة في تثبيت القطع العظمية معاً إلى أن تتعافى وتلتئم.

عند الإصابة بالتواء أو شد في الرسغ، فقد يحتاج المصاب إلى ارتداء جبيرة لحماية الأوتار أو الأربطة المصابة أثناء التعافي. تعتبر الجبائر مفيدة بشكل خاص في الإصابات الناتجة عن فرط التدريب والتي تسببها الحركات المتكررة.

الجراحة

قد تحتاج بعض الحالات إلى التدخل الجراحي. ومنها:

- كسور العظام. قد تحتاج في بعض الحالات إلى الخضوع لجراحة من أجل تثبيت كسور العظام للسماح لها بالالتئام. وقد يحتاج الطبيب إلى تثبيت شظايا العظام ببعضها باستخدام أدوات معدنية.
- متلازمة النفق الرسغي. إذا كانت الأعراض شديدة، فقد يستدعي الأمر قطع الرباط الذي يشكل سقف النفق لتخفيف الضغط عن العصب.
- ترميم الأوتار أو الأربطة. قد تلزم الجراحة أحياناً لترميم الأوتار أو الأربطة التي تمزقت.

التهاب المفاصل
الالتهاب المفصلي العظمي. يحدث هذا النوع من التهاب المفاصل عندما تتلف الغضاريف التي تبطن أطراف العظام تدريجياً مع مرور الوقت. والالتهاب العظمي المفصلي في الرسغ حالة غير شائعة ولا تحدث عادة إلا للأشخاص الذين تعرضوا لإصابة في الرسغ من قبل.

التهاب المفاصل الروماتويدي
هو اضطراب يهاجم فيه الجهاز المناعي أنسجة الجسم، وكثيراً ما يصيب الرسغ. وفي حال إصابة أحد الرسغين، يصاب الرسغ الآخر عادة أيضاً.

أمراض وحالات أخرى
متلازمة النفق الرسغي. يرجع سبب الإصابة بمتلازمة النفق الرسغي إلى زيادة الضغط على العصب المتوسط عند موضع مروره عبر النفق الرسغي، وهو ممر يمتد في باطن الرسغ.

تكيسات المَعْد العصبية
تظهر هذه الكيسات التي تصيب الأنسجة الرخوة بشكل أكبر في ظاهر الرسغ. وحينذاك قد تصبح العقد العصبية مؤلمة، وقد يتفاقم الألم أو يتحسن مع النشاط.

داء كيتنوك
يؤثر هذا الاضطراب عادةً على اليافعين، وينطوي على تدهور إحدى العظام الصغيرة في الرسغ تدريجياً. وتحدث الإصابة بداء كيتنوك عن عدم وصول ما يكفي من الدم إلى هذه العظمة.

الوقاية
من المستحيل تجنب كل الأحداث غير المتوقعة التي قد تسبب انكسار الرسغ، ولكن قد توفر النصائح الأساسية التالية شيئاً من الحماية:

- تقوية العظام: يمكن للحصول على كمية كافية من الكالسيوم أن يساعد على الوقاية من الكسور. وتتراوح الكمية المناسبة للبالغين بين 1000 و 1200 ملليجرام يومياً.
- تجنب السقوط: السبب الرئيسي لمعظم إصابات الرسغ هو السقوط إلى الأمام على يد ممدودة. وللمساعدة في الوقاية من السقوط، ينبغي ارتداء أحذية حساسة. ينبغي كذلك إخلاء المنزل من المخاطر، وترك الضوء يغمّر مكان المعيشة، وتركيب مقابض ارتكاز في الحمام ودرازين على السلم، إذا لزم الأمر.
- ارتداء الأدوات الواقية عند ممارسة الأنشطة

الأعراض
يتفاوت ألم الرسغ بناءً على سببه. فعلى سبيل المثال، يوصف ألم الالتهاب المفصلي العظمي غالباً بأنه مشابه لألم الأسنان الخفيف. بينما تُسبب متلازمة النفق الرسغي في العادة، شعوراً يشبه شعور الوخز بالمسامير والإبر. ويحدث هذا الشعور بالوخز عادةً في أصابع الإبهام والسبابة والوسطى، وفي الليل بالتحديد. يقَدِّم الموضع المحدد لألم الرسغ دلائل عن سبب الأعراض.

الإصابات
الإصابات المفاجئة. غالباً ما تحدث إصابات الرسغ عند سقوط الجسم للأمام على اليد الممدودة. الأمر الذي يمكن أن يُسبب حدوث التواءات وتمزق بل وحتى كسور. يشمل الكسر الزورقي كسر العظمة الموجودة في الرسغ من ناحية الإبهام. قد لا يظهر هذا النوع من الكسور في الأشعة السينية بعد حدوث الإصابة مباشرة.

الإجهاد المتكرر
هو أي نشاط يتضمن حركة الرسغ مراراً وتكراراً مما يؤدي إلى التهاب الأنسجة المحيطة بالمفاصل أو حدوث كسور إجهادية. تتضمن بعض الأمثلة ضرب كرة التنس أو الإمساك بقوس آلة التشيلو أو القيادة لمسافات طويلة. يزداد خطر الإصابة عند أداء الحركة لساعات طويلة متتالية دون انقطاع. التهاب عمود الوتر "دو كورفان"، هو إصابة نتيجة الإجهاد المتكرر تسبب الألم في قاعدة الإبهام.

الوقاية
من المستحيل تجنب كل الأحداث غير المتوقعة التي قد تسبب انكسار الرسغ، ولكن قد توفر النصائح الأساسية التالية شيئاً من الحماية:

- تقوية العظام: يمكن للحصول على كمية كافية من الكالسيوم أن يساعد على الوقاية من الكسور. وتتراوح الكمية المناسبة للبالغين بين 1000 و 1200 ملليجرام يومياً.
- تجنب السقوط: السبب الرئيسي لمعظم إصابات الرسغ هو السقوط إلى الأمام على يد ممدودة. وللمساعدة في الوقاية من السقوط، ينبغي ارتداء أحذية حساسة. ينبغي كذلك إخلاء المنزل من المخاطر، وترك الضوء يغمّر مكان المعيشة، وتركيب مقابض ارتكاز في الحمام ودرازين على السلم، إذا لزم الأمر.
- ارتداء الأدوات الواقية عند ممارسة الأنشطة

الوقاية

التبرع بالدم يقدم فائدة غير متوقعة لصحتك وحياتك

كشفت دراسة حديثة أن التبرع المنتظم بالدم قد يحمل فوائد صحية تتجاوز إنقاذ حياة الآخرين.

أجرى فريق من العلماء من معهد فرانسيس كريك دراسة شملت ٢١٧ رجلاً تبرعوا بالدم أكثر من ١٠٠ مرة، وقارنوهم بـ ٢١٢ رجلاً تبرعوا بالدم أقل من ١٠ مرات.

وأظهرت النتائج أن التبرع بالدم بشكل متكرر يرتبط بوجود طفرات في جين DNMT3A، الذي يلعب دوراً أساسياً في إنتاج خلايا الدم.

الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم شهدوا تحسناً في قراءاته بعد التبرع المنتظم، حيث كان التحسن أكثر وضوحاً كلما زاد عدد مرات التبرع. نشرت نتائج الدراسة في مجلة Blood.

حول تأثير بعض الطفرات على صحة خلايا الدم" وإلى جانب دوره المحتمل في الوقاية من السرطان، قد يساهم التبرع المنتظم بالدم أيضاً في خفض ضغط الدم. فقد وجدت دراسة أجريت على 292 متبرعاً أن الأشخاص

بالخلايا الطبيعية. ويساهم التبرع المنتظم بالدم في زيادة مستويات EPO في الجسم، ما يعزز تجديد خلايا الدم الجذعية ويحسن صحة الدم. وقال الدكتور دومينيك بونيه، رئيس مجموعة مختبر الخلايا الجذعية المكونة للدم في جامعة كريك، والمعد الرئيسي للدراسة: "دراستنا تسلط الضوء على كيفية تفاعل جينائنا مع البيئة ومع تقدمنا في العمر، إذ يبدو أن الأنشطة التي تقلل الضغط على إنتاج خلايا الدم تعزز تجديد الخلايا الجذعية، ما يدعم نموها الصحي بدلا من التسبب في أمراض".

وفي تجربة أخرى، خلط العلماء خلايا معدلة بجين DNMT3A مع خلايا معرضة للإصابة بسرطان الدم، ووجدوا أن خلايا المتبرعين بالدم بشكل متكرر نمت بمعدل أسرع، ما يشير إلى أن التبرع المنتظم قد يقوي الخلايا السليمة ويحد من نمو الخلايا السرطانية. ومع ذلك، شدد العلماء على ضرورة إجراء المزيد من الدراسات لتحديد التأثير الدقيق للتبرع بالدم على خطر الإصابة بالسرطان، خاصة أن المتبرعين بالدم غالباً ما يكونون أشخاصاً أصحاء بطبيعتهم، ما قد يؤثر على النتائج.

ويوضح بونيه: "حجم عيّنتنا صغير نسبياً، لذا لا يمكننا الجزم بأن التبرع بالدم يقلل من الطفرات المرتبطة بسرطان الدم. لكن هذه الدراسة تقدم معلومات مهمة

(EPO)، الذي يساعد في تنظيم إنتاج خلايا الدم الحمراء، ووجدوا أن الخلايا الحاملة لطفرة DNMT3A نمت بنسبة 50% أسرع عند تعرضها لهذا الهرمون مقارنة

وفي تجارب معملية، سعى العلماء لمعرفة سبب شيوع هذه الطفرة بين المتبرعين بالدم بشكل متكرر، حيث عرضوا خلايا دم بشرية معدلة وراثياً لهرمون الإريثروبويتين



تتمتع الدراما الخليجية بنكهة خاصة على شاشات قنوات مؤسسة دبي للإعلام، التي لا تزال تواصل تألقها خلال شهر رمضان المبارك، حيث تحتفي في دورتها البرمجية الحالية بمجموعة من المسلسلات الخليجية الكويتية التي تتميز بضخامة إنتاجها وبقدرتها على سرد حكايات اجتماعية مؤثرة وجذابة، تجسد شخصياتها مجموعة كبيرة من نجوم الفن الكويتي المعروفين الذين أضاءوا بحضورهم اللافت شاشة تلفزيون دبي وقناة سما دبي، ما يعكس حجم الاهتمام والدعم الذي تقدمه "دبي للإعلام" لهم بهدف تعزيز حضورهم على الساحة الفنية، وهو ما يتماشى مع توجهات المؤسسة الرامية إلى منح الجمهور تجارب درامية مميزة قادرة على تلبية تطلعاته واهتماماته.

يطلون على الجمهور عبر مجموعة من المسلسلات الدرامية المهمة

نجوم الفن الكويتي يضيئون شاشات قنوات «دبي للإعلام» في رمضان

متابعي الدراما الرمضانية، بفضل نصح الكوميدي الذي يناقش سلسلة من الظواهر التي نعيشها اليوم، مثل تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الأطفال وتربط الأسرة، والزواج، وبيئة العمل، وقد نجحت المخرجة الإماراتية نهلة الفهد في تقديم هذه الظواهر بقوالب درامية متفردة. وفي رمضان الحالي، نجح نجوم الفن الكويتي في استعادة ألق الدراما التاريخية، من خلال مسلسل "واحة الأعرابي" الذي تعرضه قناة "سما دبي"، وهو من تأليف بندر طلال السعيد وإخراج ثامر الصلاوي، وبطولة عدد كبير من نجوم الكويت والخليجي، منهم جمال الدهان، أسهان توفيق، أحمد العماني، وشوق موسى، إلى جانب ضيوف الشرف يعقوب عبدالله وعبدالله التركي، ليكون العمل بمثابة مرآة تنقل التاريخ بأسلوب فني معاصر.

المتعة" لما فيه من عناصر جذب جماهيري عالية. من جهة أخرى، يلعب نجم الممثل القدير محمد المنصور في مسلسل "المنار" للمخرج باسم شعبو ومن تأليف محمد العنزي وبدر الجراف، حيث تتجلى خبرة المنصور وتجربته الفنية الطويلة في هذا العمل الذي وصف بـ "الدراما الاجتماعية المليئة بالغموض"، بفضل إيقاعه السينمائي المتساعد وقدرته على جمع فنانين معروفين على الساحة، وعلى رأسهم الفنان حسين المنصور، وخالد البريكي وحمد العماني، وببني عبدالحسن وفرح الصراف وشذى سبت، وغيرهم، الذين عملوا على تقديم مجموعة من الشخصيات الفنية اللافتة التي تتصارع مصالحها وأهدافها في أجواء مليئة بالغموض والترقب. وفي مسلسل "باب السنين" الذي يحمل بصمات الكاتبتين الكويتيتين مريم نصير ومريم الظلاف، يتألق الفنان عبدالعزيز النصار والفنانة شيما سليمان، والفنان بشير غنيم، والفنان أحمد النجار، والذين سعوا إلى تقديم عمل لافت قادر على جذب انتباه

بفضل الجهود التي بذلتها مؤسسة دبي للإعلام لجمعها معاً، بعد مرور عقدين من الزمن على تقديمها عملاً درامياً، ما يرسخ مكانة المؤسسة كجهة داعمة للفن الخليجي. كما يتميز "السيرك" بقصته المشوقة المليئة بالمغامرات والمفاجآت، ويقدم تجربة فنية مختلفة تحاكي الواقع بروح ساخرة مكنته من تصدر اهتمامات المشاهدين، وهو ما جعل المسلسل الذي وصف بـ "كوميديا هادفة" بمثابة مفاجأة جميلة في الموسم الرمضاني الحالي، لا سيما أنه يضم أيضاً مجموعة من نجوم الفن الكويتي، ومن بينهم عبدالعزيز النصار، ومحمد وشهاب حاجيه، إضافة مهمة للمشاهد الفني الخليجي، بفضل قدرته على تقديم مزيج استثنائي يجمع بين الخبرة والشباب. ويضم مسلسل "السيرك" كل من الفنان داوود حسين والفنان حسن البلاط، حيث تكمن أهميته بكونه يجمع لم شمل ثنائي معروف في الدراما الكوميديا، وذلك

اعتزازه بما تعرضه قنوات "دبي للإعلام" خلال رمضان هذا العام من مسلسلات كويتية ناجحة. وأضافت: "تتبع هذه المسلسلات عمق العلاقة الطويلة التي تجمع المؤسسة مع نجوم الفن الكويتي الذين تمكنوا بحضورهم وأدائهم اللافت من إثراء دورتنا البرمجية الرمضانية"، مؤكدة على أهمية الدور الذي تؤديه المؤسسة في دعم وتطوير الدراما الخليجية، بهدف المحافظة على تفردها هويتها، عبر توفير ما تحتاجه من منصات داعمة وتقديم الفرص لأصحاب المواهب الفنية. في الموسم الرمضاني الحالي، تتصدر الفنانة القديرة حياة الفهد قائمة نجوم الفن الكويتي الذين اختاروا العودة إلى الشاشة الصغيرة هذا العام، حيث تطل على الجمهور عبر مسلسل "أفكار أمي"، وتمتكت فيه من استقطاب نسبة عالية من المشاهدين الذين تابعوا شخصيتها

عززت ما تميزت بقوتها وما تمتع به من نفوذ كبير في محيط عائلتها، وتسمى إلى السيطرة على كل جوانب حياة أبنائها، وفرض أفكارها وأرائها دون أي اعتبار لرغباتهم أو تطلعاتهم، تشكل هذه الشخصية إضافة نوعية إلى مسيرة الفهد الفنية، حيث استطاعت عبر هذا العمل الذي تتعاون فيه للمرة الثالثة مع المخرج باسل الخطيب تقديم صورة درامية ناضجة، وهو ما يجعل من العمل الذي يضم تحت مظلته نخبة من الفنانين الكويتيين، ومن بينهم شيما نديم أرحمه وبشار الشطي وسعود بوشهري وشهاب حاجيه، إضافة مهمة للمشاهد الفني الخليجي، بفضل قدرته على تقديم مزيج استثنائي يجمع بين الخبرة والشباب. ويضم مسلسل "السيرك" كل من الفنان داوود حسين والفنان حسن البلاط، حيث تكمن أهميته بكونه يجمع لم شمل ثنائي معروف في الدراما الكوميديا، وذلك

دبي-الفجر: وفي هذا الإطار، أشارت سارة الجرمن، رئيسة القنوات التلفزيونية والإذاعية إلى حرص مؤسسة دبي للإعلام على تعزيز علاقتها مع الأسرة الفنية الكويتية، من خلال ما تقدمه من دعم وإنتاجات درامية ضخمة قادرة على إثراء المشهد الفني الخليجي. وقالت: "تمثل الكويت مدرسة مميزة في الفن، وهي صاحبة تاريخ عريق في الإنتاج الدرامي الخليجي، وقد أثبتت على مدار العقود الماضية قدرتها على إنتاج وتقديم أعمال درامية قوية تحظى بمشاهدات عالية، وبقدرة على جذب انتباه الجمهور الخليجي والعربي على حد سواء"، وعبرت الجرمن عن



تقدمه أوركسترا أرابيسك على المسرح الرئيسي في شهر رمضان المبارك

القرية العالمية تتألق بعرض «الفصول الأربعة» الساحر

عروض تميز الثقافات وتبهر الجمهور. إلى جانب العرض الموسيقي الساحر "الفصول الأربعة" الذي تقدمه أوركسترا أرابيسك، تحتضن القرية العالمية مجموعة من الفعاليات الرمضانية المميزة. من بينها عرض الدمى المبهج "سر الفانوس" الذي يقام على مسرح الصغار التابع لها، والذي يقدم أسلوب سردي شائق يحمل ضمن طياته القيم الأساسية للشهر الفضيل من المحبة والألفة والعطاء، إذ يستلهم العرض فكرته من التقاليد العريقة لتزيين الفوانيس، مستخدماً حبكة مشوقة تعكس البهجة التي يحملها الشهر المبارك. وتضفي الألعاب النارية سماء القرية العالمية يومي الجمعة والسبت من كل أسبوع في تمام الساعة 10:00 ليلاً طوال ليالي رمضان، لتضفي مزيداً من البهجة على أجواء الشهر الفضيل. ويمكن للضيوف الاستمتاع بهذا المشهد المبهج من أي مكان في القرية العالمية، بما في ذلك الوجهة الجديدة "ملتقى القرية العالمية".



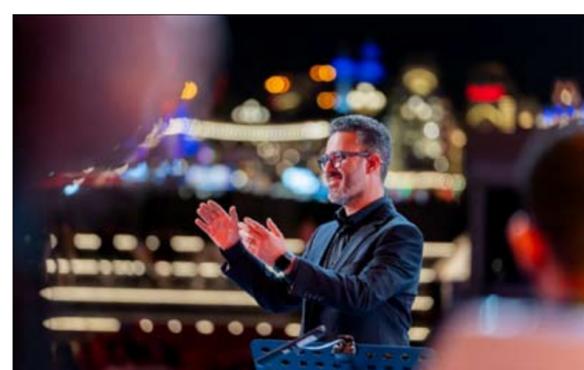
حيث أثمرت هذه الشراكة عن ذكريات ولحظات لا تنسى على المسرح الرئيسي، ولا تزال تقدم عروضاً عالمية المستوى لضيوف الوجهة. ونجحت "أورنيلا آرترس إيفنتس" بخبرتها



هذا وتشترك القرية العالمية، بصفتها إحدى أبرز الوجهات الترفيهية في الإمارات وأهم المحطات على أجندة دبي السنوية للفعاليات، في حملة #رمضان_في_دبي على مستوى الإمارة، كما تعزز روح الشهر المبارك من خلال ما تقدمه من تجارب وأنشطة مميزة، فضلاً عن تصديدها ساعات العمل من الساعة 5:00 مساءً حتى 1:30 بعد منتصف الليل من الأحد إلى الأربعاء، ومن الساعة 5:00 مساءً حتى 2:00 بعد منتصف الليل من الخميس إلى السبت خلال الشهر الفضيل لتمنح الضيوف تجربة رمضان لا تضاهي خلال موسمها الـ 29.



ويشهد الموسم الـ 29 للقرية العالمية استمرار الشراكة الاستراتيجية والناجحة بين القرية العالمية وأوركسترا أرابيسك التابعة "أورنيلا آرترس إيفنتس"، للعام الرابع على التوالي،



دبي-الفجر: توّجت القرية العالمية، أحد أهم المنتزهات الثقافية في العالم والوجهة العالمية الأولى للثقافة والترفيه والتسوق في المنطقة، تجاربها وفنالياتها "عالم الروائع الرمضانية" بالعرض الموسيقي الساحر "الفصول الأربعة" لأوركسترا أرابيسك من "أورنيلا آرترس إيفنتس"، والذي يُقدّم مرتين يومياً على المسرح الرئيسي للوجهة خلال موسمها الـ 29 طوال شهر رمضان المبارك. وبلمسات إبداعية من المخرج ناصر إبراهيم، وقيادة موسيقية متقنة من المايسترو نوفل بن محرز، وأداء ساحر لعازفة البيانو الشهيرة جوزال ستيلانوفا، يجتمع 26 موسيقياً موهوباً ليقدموا عرض "الفصول الأربعة"، الذي يمزج بتناغم فريد بين الموسيقى الغربية والكلاسيكية والشرقية ليُبدعوا معزوفات تأسر الحواس وتأخذ الضيوف في رحلة موسيقية أسرة. تشكل التوليفة الموسيقية التي تجمع بين البيانو والعود والناي والقيثارة والكمّان جوهر عرض "الفصول الأربعة"، حيث يتضمّن مقطوعات لألحان معروفة، تُقدّم بأسلوب مبتكر يمزج بين التداخل والتنوع، ومن أبرز هذه المقطوعات: "بيرهابس"، و"سواي"، و"بيلا تشاو"، و"أنا كل ما أقول التوبة"، و"يا حبيبي تعال"، ما يجعل العرض محطّ اهتمام ضيوف القرية العالمية من مختلف الثقافات. المايسترو نوفل بن محرز هو موسيقي مرموق وعازف كمّان بارع يتمتّع بخبرة واسعة، ويشتهر بتراسه للعديد من فرق الأوركسترا وتأليفه لأعمال موسيقية استثنائية. أمّا عازفة البيانو العالمية جوزال ستيلانوفا، فهي حائزة على عدة جوائز على المستوى الدولي كما أنها مديرة

منوعات

الفن

27

لا شيء يمنع من اجتماع الفن والزواج وتكوين عائلة

ريان حركة: الفن مهنة مُنْصِفة ولكنها مُتعبة في الوقت نفسه

أعلنت الممثلة اللبنانية ريان حركة أنها سترتبط رسمياً خلال هذه السنة وأكدت أن لا شيء يمنع من اجتماع الفن والزواج وتكوين عائلة. كما أشارت حركة، التي لا تطل في الموسم الرمضاني الحالي، إلى أنها منشغلة في هذه الأيام بتصوير مسلسل جديد، موضحة أنه في عصر «السوشيال ميديا» والمنصات تحظى الكثير من الأعمال بنسب مشاهدة عالية وهي تكون بأهمية الأعمال الرمضانية.

- غياب الممثل في رمضان هل ينعكس عليه، خصوصاً أن بعض الممثلين يحرصون ويركزون على أهمية الظهور في هذا الموسم؟
- العديد من النجوم يغيبون في رمضان ثم لا يلبثون أن يعودوا بأعمال مهمة وقوية، ويكون سبب غيابهم التحضير لأعمال أخرى جديدة أو لأنهم يكونون مترددين في اختيار الأدوار التي يرغبون بتقديمها ويحرصون على عدم التسرع أو الإقدام على خطوات ناقصة أو المشاركة في أدوار لا تعجبهم.
- لا شك في أن ظهور الفنان في الموسم الرمضاني مهم جداً، ولكننا اليوم في عصر «السوشيال ميديا» والمنصات، وهناك مسلسلات تعرض خارج الموسم الرمضاني وهي تحظى بمشاهدة عالية وتكون بأهمية الأعمال الرمضانية، والفارق الوحيد هو أن التسويق للمسلسلات الرمضانية يكون مكثفاً أكثر بسبب المنافسة الشديدة.
- وما سبب غيابك عن الموسم الرمضاني الحالي؟
- أنا مرتبطة بتصوير مسلسل لبناني سوري مشترك مؤلف من 45 حلقة، وكنا قد باشرنا تصويره قبل الحرب وتوقفنا خلالها، ثم عاودنا التصوير بعد انتهائها. المسلسل طويل ولا يمكنني الجمع بين عمليين في وقت واحد بسبب تضارب الوقت والمواعيد.
- من تلتك بين ممثلات جيلك الفني؟
- أكثر ممثلتين تلتانني من بنات جيلي هما جوي حلاق وماريلين نعمان لأنهما متميزتان وتجيدان اختيار أدوارهما والأعمال التي تشاركان فيها، وهما تستحقان الفرص التي تحصلن عليها.
- وهل الفرص هي التي تقف وراء بروز بعض الممثلات أكثر من غيرهن وهل حصلت على الفرص التي تستحقينها وتحلمين بها؟
- طبعاً، حصلت على الفرص التي أستحقها وتمكنت خلال فترة قصيرة جداً من أن أحقق النجاح والمشاركة في أعمال مهمة أعتز بها كثيراً، كما أن الجمهور صار يعرّفني ويتتقنني دائماً بأعمال وأدوار جديدة.
- هل الفن مهنة تُنْصِف كل من يعمل فيها وماذا أخذت منك شخصياً؟
- لا شك في أن الفن مهنة مُنْصِفة ولكنها مُتعبة في الوقت نفسه لأنها تأخذ الكثير من وقتنا وطاقتنا. إلا أن الممثل ينتظر دائماً الفرصة المناسبة كي يبرز، وهو يمكن أن يحصل عليها خلال وقت قصير وأحياناً يمكن أن يتطلب منه الأمر الانتظار سنوات طويلة، ومن



تامر شلتوت: مشهدا التعذيب والقتل الأصعب في مسلسل الغاوي



انتهى دور الفنان تامر شلتوت بقتله في أحداث الحلقة التاسعة من مسلسل الغاوي بعد أن قرر الخواجة قتله على يد ذراعه الأيمن غريب على خلفية خيانة شلتوت له والاتفاق مع محمد لطفى على بيع الساعة.

وعن دوره في المسلسل الغاوي قال الفنان تامر شلتوت بصراحة سعيد جداً بنجاح الدور وأعتبره نقلة فنية في مشواره الفني، وأشكر كل من رشحنه ووشق في، لافتاً أن مشهدى التعذيب والقتل من أصعب المشاهد في هذا المسلسل حيث تعرض لعدة إصابات في هذا المشهد.

المسلسل من النوع الذي يتكون من 15 حلقة، وهو من تأليف طارق كاشف ومحمود زهران، وإخراج ماندو العدل، وهو من إنتاج شركة سينرجي ويضم مجموعة من النجوم مثل أحمد مكي، عائشة بن أحمد، عمرو عبد الجليل، وأحمد بدير، بالإضافة إلى تامر شلتوت الذي يظهر كأحد الشخصيات الرئيسية.

تدور قصة المسلسل في إطار شعبي حول شخصية "شمس العدوي"، الذي يعيش في أحد أحياء القاهرة القديمة. يقتر شمس التوبة عن البلطجة والجريمة التي كان يمارسها مع أصدقائه، لكن حياته تنقلب رأساً على عقب عندما يتعرض أحد أصدقائه للظلم.

منة عرفة: كنت خائفة من "شهد" بمسلسل «وتقابل حبيب» لكن رد الفعل فاجاني

أعربت الفنانة منة عرفة عن سعادتها ببرد فعل الجمهور الإيجابي على دورها بمسلسل «وتقابل حبيب»، وقالت «اليوم السابع» أنها سعيدة بالنجاح على الرغم من أنى كنت خائفة من دور «شهد» ومدى تقبل الجمهور لشخصيتي الشريرة في المسلسل لكن بفضل الله ودعم كل زملائي في المسلسل كلل الجهد بالنجاح وكنت سعيدة بكل فريق العمل الذين كنت اعتبرهم جميعاً أسرتي».

يعرض مسلسل وتقابل حبيب، بطولة النجمة ياسمين عبد العزيز، ضمن مسلسلات رمضان 2025، على قناة DMC و DMC Watch it ومنتصة الرقمية.

قصة مسلسل وتقابل حبيب تدور أحداث مسلسل وتقابل حبيب حول «ليل» سيدة ثرية تكتشف

خيابة زوجها لها والزواج عليها، فتتصل عنه، وفي نفس الوقت تخوض قصة حب شائكة، فتعيش بعد ذلك في صراعات عاطفية، كما تكتشف العديد من الأسرار عن عائلة طليقها تجعلها تدخل في معركة صعبة.

أبطال مسلسل وتقابل حبيب مسلسل وتقابل حبيب بطولة ياسمين عبد العزيز وكريم فهمي، وخالد سليم، وفينكول سابا، وأنوشكا، وبسنت شوقي، وصلاح عبد الله، حنان سليمان، رشوان توفيق، محمود ياسين جونيور، منة عرفة، بسنت أبو باشا، إنجي كيوان، بتول الحداد، كريم عبد الخالق، حمدي هيكل، ريم رأفت، وعدد آخر من الفنانين، من تأليف عمرو محمود ياسين وإخراج محمد الخيري وإنتاج شركة سينرجي.



