



فاطمة الحمادي



سيف الرحمن أمير



راية خميس المحرزي



الدكتور سالم بن ركاض

سمعاً وطاعة .. رسالة عهد وولاء من فريق شكرياً لعطائك

رسمت صورة وطنية جميلة على جدار الوطن الغالي، الذي يتطلع إلى الريادة، واستدامة التطور، والنماء والازدهار. وتوجهت فاطمة محمد الحمادي بالشكر والتقدير إلى جميع أعضاء فريق شكرياً لعطائك، على دعم فكرة طرح المبادرة في منصة الفريق على موقع "انستغرام"، وقالت إن القيادة الرشيدة للدولة تلهمنها بالعمل والإخلاص للوطن والسعي لكل ما يعزز نهضته وتطوره وتقدمه.

وأشاد سيف الرحمن أمير، رئيس مجلس إدارة فريق شكرياً لعطائك التطوعي، بالجواب اللافت والكبير من أعضاء الفريق مع المبادرة، والمشاركة الواسعة، لتأكيد الولاء والانتماء للقيادة الرشيدة، مشيراً إلى أن المبادرة من فكرة وإشراف الأستاذة فاطمة محمد الحمادي. بدورها عبرت الأستاذة راية خميس المحرزي المستشار الثقافي والعضو الفخري لفريق شكرياً لعطائك، عن سعادتها بالإنجاز الذي حققته المبادرة، وقال إنها

عبارات الولاء والطاعة لسموه، وتجديد العهد بالوفاء والإخلاص في خدمة الوطن لتعزيز تطوره وريادته في شتى المجالات. وأكد الشيخ الدكتور سالم بن ركاض العامري أن المبادرة تحمل في طياتها قيم الولاء والانتماء للوطن وقيادته الرشيدة، لتجسيد التلاحم والولاء بين القيادة وأبناء الشعب، للقائد الملهم صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله.

•• العين- الفجر:

نظم فريق شكرياً لعطائك التطوعي مبادرة "الولاء والطاعة" لمبايعة صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه الله، برعاية الشيخ الدكتور سالم بن ركاض العامري، الرئيس الفخري لفريق شكرياً لعطائك. تفاعل أعضاء الفريق مع المبادرة في الحساب الرسمي على "الانستغرام"، وقاموا بوضع صورهم مع كتابة

منوعات الفكر



بحجم 15 سم بـ30 سم

نجاح أطباء مستشفى توام في استئصال واحدة من أضخم الغدد الدرقية غير المنتظمة في تاريخ السجلات الطبية

•• العين - الفجر

نجح الأطباء في مستشفى توام، المنشأة الصحية التابعة لشركة أبوظبي للخدمات الصحية (صحة)، أكبر شبكة رعاية صحية في دولة الإمارات العربية المتحدة، في استئصال غدة درقية تعد من بين الأكبر ضمن الحالات الطبية المسجلة على الإطلاق. وقد توجهت المريضة البالغة من العمر 44 سنة إلى قسم الطوارئ بمستشفى توام بسبب معاناتها من صعوبة في التنفس والبلع.

وبعد إجراء المزيد من التشخيصات والضحوصات، اكتشف الأطباء وجود غدة درقية غير منتظمة ومتضخمة بشدة تضغط على الحنجرة والبلعوم السفلي والمريء. كما كانت الغدة تضغط على القصبة الهوائية للمريضة و تحيط بها وبالحنجرة بالكامل. وتسبب زيادة نشاط من خلال هرمونات غير منتظمة. ووصل حجم الغدة المتضخمة، الناجمة عن حالة طبية تسمى تضخم الغدة الدرقية، إلى 15 سم بـ30 سم.

وأجرى الأطباء عملية جراحية طبية معقدة وفريدة تطلبت أعلى مستوى من التنسيق والتعاون بين فريق من الخبراء شمل متخصصي التخدير والغدد الصماء والأذن والأنف والحنجرة، فضلاً عن استخدام معدات متنوعة بما فيها أجهزة مراقبة الأعصاب. وأجريت الجراحة بتاريخ 20 أبريل وغادرت المريضة المستشفى بعد ستة أيام فقط.

وجرت العملية بقيادة الدكتور نور الدين الحسن استشاري أمراض الأنف والأذن والحنجرة، واستشاري جراحة الرقبة والغدة الدرقية في مستشفى توام، واستخدم فيها جهاز مراقبة الأعصاب للحفاظ على أعصاب الحنجرة، إلى جانب تقنية جراحية خاصة استخدمت فقط لهذه الحالة ويتطلب قص عضلات الرقبة ثم خياطتها بعد استكمال العملية. واسترجعت المريضة صوتها بعد الجراحة إلى جانب قدرتها على التنفس والبلع بشكل طبيعي. ويمكن للمريضة النوم بشكل مسطح لأول مرة بعد تعذر ذلك لفترة طويلة.

وقال الدكتور نور الدين الحسن، استشاري أمراض الأنف والأذن والحنجرة، واستشاري جراحة الرقبة والغدة الدرقية: "في الماضي تتم إحالة مثل هذه الحالات إلى المستشفيات خارج الدولة. لكننا في مستشفى توام وشركة صحة، نمتلك خبرة واسعة في التعامل مع حالات أورام الراس والرقبة والغدة الدرقية المعقدة والخطرة، ولدينا فريق متكامل ويعتمد أحدث التقنيات لتحقيق أفضل النتائج العلاجية للمرضى."

وأضاف: "توجهت المريضة إلى قسم الطوارئ لمعاناتها من تضخم الغدة الدرقية إلى حجم قياسي هو بين الأكبر في تاريخ السجلات الطبية، مما تسبب بانسداد كبير في مجرى الهواء والجهاز الهضمي. وكانت الجراحة صعبة ودقيقة للغاية، لكنها استعملت بنجاح وتمت إزالة الغدة تماماً وتمكننا من الحفاظ على جميع الأعضاء الأساسية الحيوية". وعن تجربتها، قالت المريضة: "أشعر الآن بارتياح شديد بعد إزالة التضخم، وبإمكانتي التنفس بشكل طبيعي والتحدث وبلع الطعام كما كنت أفعل في السابق، وأصبحت جودة حياتي أفضل بكثير. لا أذكر أنني أصبت بالصدمة حينما اكتشفت حجم تضخم الغدة الدرقية لدي، وشعرت بالخوف قبل الجراحة نظراً لتعقيدها وصعوبتها. لكن فقتي كانت كبيرة بالفريق الجراحي وبالفعل قدموا عملاً ممتازاً. لا يمكنني سوى التعبير عن مدى امتناني للجميع في مستشفى توام وبشكل خاص الدكتور نور الدين".



أكاديمية الشعر حاضرة على منصة الشباب في معرض أبوظبي الدولي للكتاب

حفلات توقيع لكتاب ترجمة الشعر في العصر الحديث .. وديوان نجوم من تراب .. ومعجم الرمسة الإماراتية لمتحدثي اللغة الإسبانية .. وديوان يار دلي ..

أمسية للشعر الفصيح بمشاركة نجوم أمير الشعراء

معجم "الرمسة الإماراتية لمتحدثي اللغة الإسبانية"، خلال حفل توقيع المعجم، أن أكاديمية الشعر في لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية تقدم دور كبير في دعم الإبداعات الإماراتية، حيث تسعى دائماً للبحث عن أصحاب المواهب والمفكرين وتشجيعهم على متابعة المسير في مشاريعهم، مشيرين أن هذا الدعم حفزهم لترجمة بلغات عالمية متنوعة والاستمرار بذلك عاماً تلو الآخر.

وقال الشاعر عمر عتاز، صاحب ديوان "يار دلي"، أن الديوان صدر عن أكاديمية الشعر، وهو يضم مجموعة من القصائد الغزلية والوجدانية والوطنية وحكايات ومواقف متنوعة، وقد تمخض عن تجربة إنسانية كبيرة، مبرحاً عن تقديره لما تقدمه الأكاديمية لدعم الشعر والشعراء.

أمسية للشعر الفصيح بمشاركة نجوم أمير الشعراء أقامت أكاديمية الشعر أمسية شعرية للشعر الفصيح شارك فيها الشاعر كريم معنوق والشاعرة شيخة المطيري، من نجوم برنامج الشعر الفصيح "أمير الشعراء"، وذلك على مسرح ومنصة الشباب في معرض أبوظبي الدولي للكتاب، حيث قدم الشاعرين عدد من القصائد الوطنية والغزلية والوجدانية، وسط حضور واسع من الشعراء والمثقفين وزوار المعرض ومحبي الشعر الفصيح.



تقدي يتحدث عن إمكانية ترجمة الشعر من العربية إلى الإنجليزية والعكس، في محاولة إلى أن لا يفقد الشعر شيئاً من مكوناته، سواء على مستوى العروض أو الصورة الشعرية والمعاني التي أرادها الشاعر، ويتضمن نماذج ترجمة لثلاثة شعراء من العربية إلى الإنجليزية، وثلاثة شعراء من الإنجليزية إلى العربية.

وأكد كل من حنان الفردان وعبد الله الكعبي، مُعدي وينير بعقله المجتمع والمحيط بما ينتج من فكر وفنون وجمال وأدب وشعر بشكل خاص. وأشار الدكتور نيفين طينة، مؤلفة كتاب ترجمة الشعر في العصر الحديث "الناص والموائمة" الصادر عن أكاديمية الشعر، إلى أن الأكاديمية تسعى دائماً إلى مد جسور الثقافة التي تمكن الكاتب والأديب العربي من إيصال صوته وفكرته إلى جمهور الشعر والأدب والثقافة، مشيرة إلى أن الكتاب هو كتاب

•• أبوظبي- الفجر

نظمت أكاديمية الشعر التابعة للجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية في أبوظبي، خلال مشاركتها في معرض أبوظبي الدولي للكتاب 2022، أربعة حفلات توقيع لإصدارات حديثة "معجم الرمسة الإماراتية لمتحدثي اللغة الإسبانية، وديوان "يار دلي"، وكتاب ترجمة الشعر في العصر الحديث، وديوان "نجوم من تراب"، بالإضافة إلى تنظيم أمسية للشعر الفصيح، وذلك على مسرح ومنصة الشباب في المعرض.

وحضر سلطان العميمي، مدير أكاديمية الشعر، وعدد من المثقفين والكتاب والشعراء والمهتمين بالثقافة والأدب والشعر، حفل توقيع كتاب "ترجمة الشعر في العصر الحديث" للدكتورة نيفين طينة، وديوان "نجوم من تراب" للدكتور محمد حجوج.

وفي هذا الإطار، تقدم الدكتور محمد حجوج، صاحب ديوان "نجوم من تراب" الصادر عن الأكاديمية، بالشكر إلى أكاديمية الشعر بأبوظبي لتفضلها بنشر هذا الديوان والاهتمام به وإقامة حفل التوقيع الخاص به في معرض أبوظبي الدولي للكتاب، موضحاً أن الديوان يجمع قصائد من الشعر العمودي والشعر التفعيلي، وأن فكرة الديوان من عنوانه "نجوم من تراب" يعطي رمزية عن قيمة العقل في الإنسان وكيف



بالتعاون مع الهلال الأحمر

زايد للثقافة الإسلامية تطلق مبادرة «سقيا طير»

وترسخ هذه المبادرة نهج المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان - طيب الله ثراه - في الاهتمام بالبيئة والرفق بالحيوانات، تأكيداً على تعاليم الدين الإسلامي، وتجسيدا للقيم الإسلامية والإنسانية. وشارك في هذه المبادرة المجتمعية موظفي الدار ومطلة الدار من المهتمين الجدد ومتطوعي الهلال الأحمر الإماراتي، مما يساهم في ترسيخ العمل التطوعي لدى أفراد المجتمع.

تقديم الماء للحيوانات والطيور وذلك لقول الرسول - صلى الله عليه وسلم - " في كل كبد رطبة أجر ". وأضاف الساعدي بأن الهدف من المبادرة هو نشر ثقافة الرفق بالحيوان والطيور وخاصة في فترة الصيف، حيث تم توزيع 100 عبوة بلاستيكية (سقايات) في حديقة الدار بالمركز الرئيسي بالعين وفي حديقة الحيوانات بالعين، وذلك في إطار التعاون والشراكة مع الجهات الحكومية في تنفيذ المبادرات المجتمعية، على مدى يومين.

المياه المتوفرة في العيوت طوال الوقت وعلى مدار أيام الصيف وحمايتها من الموت عطشاً خلال أشهر الصيف الحارة. وأكد السيد: خليفة عبدالله الساعدي رئيس قسم العلاقات العامة والإعلام بالدار أهمية هذه المبادرات المجتمعية البيئية، التي تحافظ على معالم البيئة الحيوانية وعلى الأمن البيئي والتنوع الحيوي الذي تتميز به مدينة العين، وتأتي انطلاقاً من تعاليم ديننا الحنيف الذي يحث على

•• العين - الفجر

أطلقت دار زايد للثقافة الإسلامية وبالتعاون مع الهلال الأحمر الإماراتي مبادرة "سقيا طير" تتمثل في توزيع أكثر من 100 عبوة بلاستيكية خاصة (سقايات) لسقي الطيور والحيوانات في الحدائق والمنتزهات، نتيجة ارتفاع درجة الحرارة خلال فترة الصيف وحتى تتمكن الطيور من الاستفادة من

منوعات العقل

23

إذا كنت تستكشف أنظمة غذائية مختلفة مؤخرا، فربما تكون قد عثرت على نظام DASH الغذائي ووجدت نفسك فضوليا لمعرفة ما يتضمنه.

تم تقديم نظام DASH الغذائي لأول مرة في عام ١٩٩٧، وهو عبارة عن "الأساليب الغذائية لوقف ارتفاع ضغط الدم"، ويعرف بأنه ضغط الدم الانقباضي الذي يزيد عن ١٣٠ ملم زئبق أو ضغط الدم الانبساطي الذي يزيد عن ٨٠ ملم زئبق، وفقا لمركز السيطرة على الأمراض.



يركز على تقليل استهلاك اللحوم الحمراء والأطعمة المصنعة

DASH نظام غذائي يساهم في ضبط ضغط الدم



كلارك، "التركيز في نظام DASH الغذائي على تقليل اللحوم والأطعمة المصنعة التي تحتوي على نسبة عالية من الملح والسكر، والجمع بين تقليل الملح مع تناول المزيد من الأطعمة التي تساعد على خفض ضغط الدم وحماية الشرايين، ولا توجد أشياء مطلقة في هذا النظام الغذائي، يتعلق الأمر بتحقيق توازن أفضل تجاه الأطعمة التي ثبت أنها تساعد وتقليل تناول الملح إلى أقل من 6 جرام يوميا".

وبحسب كلارك يساعد زيادة تناول الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة، كما يوصي نظام DASH الغذائي، على زيادة تناول الألياف الغذائية، مما يمنح بدوره إحساسا بالامتلاء والشبع عند تناول الطعام. إذ غالبا ما يتسبب الجوع وقلة الرضا في الإفراط عن اتباع نظام غذائي، لذلك من المهم المساعدة في الحفاظ على الجوع منخفضا وزيادة الحافز. يشير تحقيق مجلة التغذية في دور الألياف في إنقاص الوزن إلى أن اتباع نظام غذائي غني بالألياف يمكن أن يساعد المصابين بالسمنة على الالتزام بنظام غذائي مقيد السرعات الحرارية، نظرا لأن السمنة غالبا ما تكون حالة موجودة جنباً إلى جنب مع ارتفاع ضغط الدم، فإن تقليل الوزن يمكن أن يساعد في المساعدة في علاج أعراض كليهما، وتقليل الضغط على نظام القلب والأوعية الدموية.

في الجسم، وفقا لجمعية القلب الأمريكية كلما زادت كمية البوتاسيوم التي تتناولها، زاد فقدان الصوديوم عن طريق البول. وجدت مراجعة في مجلة الكلية الأمريكية لأمراض القلب أن خفض الصوديوم قد يكون مفيدا لأولئك الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم قبل والمرحلة الأولى من ارتفاع ضغط الدم، وأشارت الدراسة إلى أنه يمكن استخدام نظام DASH الغذائي كطريقة تدخل للمساعدة في خفض ضغط الدم المرتفع والمساعدة في منع المصابين بارتفاع ضغط الدم من الإصابة بحالات صحية ثانوية.

ويتسبب ترك ارتفاع ضغط الدم دون علاج، في تلف مجموعة من الأعضاء في جميع أنحاء الجسم وقد يؤدي إلى نوبة قلبية أو سكتة دماغية. ويوفر نظام DASH الغذائي بحسب الخبراء طريقة رائعة قائمة على التغذية للمساعدة في تقليل ارتفاع ضغط الدم دون الحاجة إلى إجراء أي تغييرات جذرية على الطعام الذي تتناوله، وذلك بالتركيز على تقليل كمية الصوديوم المستهلكة من خلال تشجيع الناس على تناول الأطعمة الكاملة.

ما هو نظام DASH الغذائي؟

يركز نظام DASH الغذائي على تقليل استهلاك اللحوم الحمراء والأطعمة المصنعة بشكل كبير والتي تحتوي على نسبة عالية من الملح والسكر، وزيادة كمية البوتاسيوم والمغنيسيوم والكالسيوم. ويلعب البوتاسيوم والمغنيسيوم والكالسيوم دورا مهما في تنظيم ضغط الدم، بسبب دورها في استرخاء وانقباض الأوعية الدموية. إضافة إلى ذلك، فإن البوتاسيوم له تأثير تطهير على الصوديوم

ماذا تأكل في حمية DASH؟

تشرح أخصائية التغذية ومعالج الطعام ومستشارة التغذية المسجلة لورا كلارك، الخصاص الرئيسية لنظام DASH الغذائي. وتقول: "إنه نظام غذائي غني بالفواكه والخضروات والحبوب الكاملة والأسماك والدواجن والفول والبقول والمكسرات والبنوز ومنتجات الألبان قليلة الدسم".

وتضيف



الفوائد المحتملة لنظام DASH الغذائي

وفقا لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC)، فإن حوالي 1 من كل 4 بالغين (24%) يعانون من ارتفاع ضغط الدم ويخضعون للسيطرة، وهو رقم مخيف جدا بالنظر إلى عدد الأشخاص المصابين به في الولايات المتحدة، وقد تساعد التغييرات الغذائية، مثل اتباع نظام DASH الغذائي في إبقاء الحالة تحت السيطرة. توضح كلارك أن نظام DASH الغذائي له عدد من التطبيقات، على الرغم من أنه بدأ كنظام

غذائي لمساعدة المصابين بارتفاع ضغط الدم، وتم تصميمه في الأصل لخفض ضغط الدم، وله أيضا فوائد أخرى لصحة القلب والأوعية الدموية وقد ثبت أنه يقلل من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية والنوبات القلبية ويحسن



خضراوات تساعد على تعزيز صحة العظام

يعطي الهيكل العظمي للإنسان شكله المميز والصلب للجسم وتتصل بالهيكل العظمي العضلات والأربطة والأوتار، وتعتبر العظام محور الحركة في جسم الإنسان.

وتبدأ العظام مع التقدم بالعمر بالضعف، وبحسب الخبراء فإن هذا الضعف يحدث في عمر مبكر وهو الثلاثينيات من العمر، مما يعني أهمية الاهتمام بصحة العظام وتناول الأغذية التي تدعم الهيكل العظمي.



الخضراوات الورقية التي يمكن الاعتماد عليها في الغذاء اليومي ك السبانخ الكرنب، الملفوف، الروماني، والسلق السويسري، والخضراوات الورقية الداكنة، وتشمل الخضراوات الورقية الداكنة التي تحتوي على مستويات عالية من الكالسيوم: اللفت والبروكلي والملفوف والبيوك تشوي، ووفقا لجمعية الصحة الوطنية، على الرغم من أن السبانخ صحية للغاية، إلا أنها تحتوي على الأوكسالات التي يمكن أن تؤثر ذلك سلبا على امتصاص الكالسيوم، لذا فإن السبانخ ليس مصدرا جيدا للكالسيوم للعظام دائما.

ما أهمية تناول الأغذية التي تحتوي على الكالسيوم؟ يخزن الجسم معظم الكالسيوم في الأسنان والعظام، لذا فإن الكالسيوم ضروري للحفاظ على صحة وقوة العظام، وتشير الدراسات إلى أنه مع التقدم بالعمر إذا لم يحصل الإنسان على نسبة كافية من الكالسيوم سيقوم الجسم بشكل طبيعي بسحبه من العظام والأسنان مما يؤدي إلى تراجع صحة الهيكل العظمي إلى جانب الكالسيوم، تحتوي العديد من

الصحي فإن الخضراوات الورقية الداكنة هي واحدة من أفضل الخضراوات التي يمكن تناولها للمساعدة في منع أو إبطاء فقدان العظام. وأشار أخصائيو التغذية إلى عدة أنواع من

وبحسب الدراسات تعتبر ممارسة الرياضة بانتظام، وتناول طعام صحي، والحصول على العناصر الغذائية الصحيحة، أشياء يمكن أن تساعد في الحصول على عظام أقوى. وبحسب موقع EAT THIS NOT



الفجر

26

422 ألف زائر في سوق الجبيل خلال شهر رمضان وعيد الفطر

•• المشاركة-الفرج:

أعلن سوق الجبيل، التابع لشركة المشاركة لإدارة الأصول، الذراع الاستثمارية لحكومة المشاركة، عن استقبال 422 ألف زائر خلال شهر رمضان المبارك وعيد الفطر السعيد، وبأيت ذلك نظراً لما يوفره السوق من خدمات نوعية ومتكاملة يحتاجها مرتاديه من مختلف المنتجات والمستلزمات الغذائية الطازجة المتواجده تحت سقف واحد، موزعة على ثلاثة أقسام رئيسية، وهي قسم الخضراوات والفواكه، والأسماك واللحوم، وقال طلال محمد، مدير إدارة سوق الجبيل: "شهد سوق الجبيل خلال شهر رمضان وعيد الفطر، إقبالاً كبيراً ومميزاً من مختلف فئات المجتمع، والتي تعود إلى ما يقدمه ويوفره السوق من مستلزمات ومنتجات ذات جودة عالية ضمن مرافق وتجهيزات حديثة ومتميزة، تسهل على المستهلكين اصطحاب أسره، وعمل جولاتهم الشرائية بسرعة وسهولة وهو ما يوفر على المتسوقين وقت وجهد، ويقدم لهم خدمات ضمن أعلى المعايير.. وأضاف: "تحرص إدارة السوق على تطوير العمل والخدمات المقدمة في السوق، ومتابعة مختلف التفاصيل مع الحرص على

الاستمرار في إضافة خدمات جديدة ونوعية تلبى احتياجات الزوار بشكل مستمر، وبما يتناسب مع حجم الطلب المتزايد على السوق، مع الحفاظ على مستوى الجودة العالية المقدمة، وتنفيذها بأسرع وقت، مما يعزز من مكانة سوق الجبيل بصفته وجهة تسوق حيوية ووجهة ترفيهية جاذبية.

ويحتوي سوق الجبيل على 260 محل موزعة على 3 أقسام، هي قسم الخضراوات والفواكه 160 محلاً، منها 40 محلاً للمتسوق، وقسم اللحوم ويضم 50 محلاً، وقسم الأسماك والمعالجة ويضم 40 محلاً، بالإضافة إلى قسم الشواء، وقسم تنظيف وتقطيع الأسماك، ويعمل بها أكثر من 140 موظف في اليوم لتلبية طلبات عملاء السوق لهذه الخدمة وبأسعار رمزية، كما يتوافر في السوق خدمات متنوعة ومرافق أخرى، مثل الاتصالات، وأجهزة الصراف الآلي، وسوبر ماركت، وصيدلية وغيرها.

مالية عجمان توقع اتفاقية تعاون مشترك مع بنك أبوظبي الأول وشركة ماغناتي

•• عجمان-وام:

وقعت دائرة المالية بحكومة عجمان اتفاقية تعاون مشترك مع بنك أبوظبي الأول وشركة ماغناتي وهي شركة تعمل في سوق حلول المدفوعات الحكومية في دولة الإمارات وذلك بهدف دعم إطلاق خدمات ومنتجات دفع جديدة، عبر تطبيق منصة سداد عجمان. وتأتي هذه الاتفاقية في إطار جهود دائرة المالية المستمرة لتطوير خدمات مالية مبتكرة تتبني للمتعاملين دفع رسوم الخدمات رقمياً من خلال المنصة الموحدة للمدفوعات، والتي تعطي للمتعاملين تجربة فريدة وإدارة معاملاتهم المالية اليومية بشكل يلبي احتياجاتهم وتطلعاتهم. وأعرب سعادة مروان أحمد آل علي، مدير عام دائرة المالية بعجمان عقب توقيعها الاتفاقية عن سعادته بعقد الشراكة مع بنك أبوظبي الأول وشركة ماغناتي موضحاً أنها ستعمل رافداً من شأنه أن يساهم في ترسيخ ريادة إمارة عجمان كمرکز عالمي للخدمات المالية في العصر الرقمي، والمساهمة في تحقيق الأهداف والتطلعات الوطنية وفي مقدمتها رؤية الإمارات 2071.



ضمن أعمال المنتدى الاقتصادي العالمي في دافوس

مؤسسة القمة العالمية للحكومات تطلق تقرير «قرارات حاسمة أمام قادة الحكومات في عالم متغير»

محمد القرقاوي: الإمارات بقيادة محمد بن زايد تدعم جهود الحكومات في الاستعداد للتحويلات المهمة واتخاذ القرارات الحاسمة التي تسهم في صياغة مستقبل أفضل للشعوب



ولفت التقرير إلى أن التطورات الجيوسياسية تفرز عدداً من التحديات أمام الحكومات، مثل موجات الهجرة الجماعية، التي يسببها عدم الاستقرار السياسي وانعدام الأمن الغذائي والكوارث المناخية وغيرها، داعياً قادة الحكومات إلى ضرورة تقييم القدرات التكيفية والاستيعابية لبلدانهم على الصعيد الاقتصادي والاجتماعي والسياسي بشكل وقائي وتعزيزها بشكل استباقي، للاستعداد إلى أحداث قد تؤدي إلى الهجرة.



•• دافوس-وام:

النظر مع الجهات الفاعلة واستباق التحديات العالمية، إلى جانب استشراف مستقبل الذكاء الاصطناعي، ويركز التقرير على أربعة أبعاد رئيسية تؤثر على عملية اتخاذ القرار، تشمل: دولة الإمارات بقيادة صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله"، ترسخ مكانتها كداعم لجهود الحكومات للاستعداد للتحويلات المهمة واتخاذ القرارات الحاسمة التي تسهم في صياغة مستقبل أفضل للشعوب، مشيراً إلى أن حكومة الإمارات حريصة على تجسيد رؤى صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله"، الهادفة إلى مشاركة العالم في جهود تعزيز جاهزية الحكومات لاستشراف اتجاهات العقد المقبل.

جاء ذلك خلال إطلاق مؤسسة القمة العالمية للحكومات تقريراً معرفياً بعنوان: "قرارات حاسمة أمام قادة الحكومات في عالم متغير"، أعدته بالشراكة مع المعهد الوطني للتحولات - كبرني الشرق الأوسط، ضمن أعمال الاجتماع السنوي للمنتدى الاقتصادي العالمي في دافوس، حيث يحدد التقرير أربعة محاور رئيسية يركز عليها عالم اليوم بالنسبة للحكومات.

وأضاف القرقاوي أن الواقع الحالي يختلف تماماً عن العالم ما قبل جائحة "كوفيد-19"، فبهدد تدخل الحكومات عقداً جديداً من التغيرات المتسارعة على المستويات الاقتصادية والاجتماعية والتكنولوجية والصحية، ما يتطلب تعزيز التفكير الاستراتيجي الاستباقي، وتطوير الخطط الشاملة لتصميم سياسات المستقبل وتطويرها بما يتناسب مع التطورات العالمية.

وقال إن تقرير "القرارات الحاسمة" يمثل جهداً معرفياً هادفاً لدعم حكومات المستقبل لمواجهة تحديات الغد، ويعكس دور مؤسسة القمة العالمية للحكومات الرائد في إلهام حكومات المستقبل وتعزيز القدرة على الاستشراف والتعامل منذ اليوم مع تحديات المستقبل، من خلال التركيز على أبرز التحديات التي تمكن صنع القرار من الاستعداد وتعزيز الجاهزية والمرونة الحكومية للمتعامل معها وتسريع التطور نحو الأعوام المقبلة.

واعترض التقرير التغيرات الجذرية التي تزامت مع تحديات غير مألوفة مثل التغيرات المناخية والأمن السيبراني وانتشاع الديدون العامة بحيث تحتاج إلى نمط جديد من التعامل معها، ويتطلب مقاربة مختلفة لاتخاذ القرارات الحاسمة، والاستعداد لحالات الطوارئ عبر تقرير وجهات

نظام عالمي لتأمين الطاقة والغذاء وتوقع التقرير أن يرتفع استهلاك موارد الطاقة الرئيسية عالمياً بنسبة 50% بحلول العام 2050، ما يؤكد أهمية اتخاذ إجراءات عاجلة لتأمين أمن الطاقة على المدى القريب، مع المحافظة على المرونة على المدى البعيد، لتحسين آفاق الاستثمار الطويلة والتوزيع المتكافئ لمصادر الطاقة، وأضاف أنه يمكن للدول تعزيز مرونة الطاقة من خلال الشراكات، التي تدمج البنية التحتية للطاقة، وتبادل تقنيات التكنولوجيا وتسريع الاستثمار في الصناعات الاستراتيجية، وإتباع منهجيات تضمن المرونة في أمن الطاقة وتعزيز المرونة للمستقبل.

وأشار التقرير إلى أن أهمية النظر في ظل الظروف الراهنة لضمان الارتفاع بالأمن الغذائي على مستوى العالم في العقود المقبلة من خلال تعزيز الشراكات التي تدعم سلاسل الإمدادات الغذائية وتساهل بإيراد المواد الغذائية الرئيسية كالقمح والشعير والذرة والسلع الزراعية والمواد الغذائية الأخرى. الانقسامات المتزايدة ويشمل البعد الثاني الذي يتناولته التقرير، التسعير، اللقادة، وصناع القرار ليتمكّنوا من إحداث التأثير المطلوب والوصول إلى النتائج المرجوة من خلال اتخاذ القرارات الاستباقية المطلوبة في الوقت المناسب، وفي بعض الحالات، تسمم القرارات والإجراءات المبكرة في تجنب الأزمات أو بناء المرونة المطلوبة للنصدي لها. وفي العديد من الحالات الأخرى، تتيح المبادرة في اتخاذ القرار الحاسم استغلال الفرص لتحقيق مزايا استراتيجية. "تحديات رئيسية أمام صناع السياسات ويشمل "بعد الصدمات الاستراتيجية"، خمس تحديات رئيسية لابد على صناع القرار في الحكومات التنبيه والاستعداد لها، وهي: تحدي التضخم، وموجات الهجرة الجماعية، وأزمة الطاقة، والحماية الغذائية، إضافة إلى الصراعات الدولية التي ظهرت خلال العام الجاري.

ولفت التقرير إلى أن ما يواجهه صناع السياسات في جميع أنحاء العالم من تحديات رئيسية، تتمثل في كيفية احتواء التضخم المتزايد، من دون عرقلة نمو العمالة في مختلف المجتمعات. إذ إن التحدي المركزي يكمن في أن التديلات المالية المطلوبة لإبطاء التضخم - قد تعرقل النمو في القطاعات الاقتصادية، التي ما زالت تتعافى من آثار جائحة كورونا المستجد وقد يؤدي التأخر في إيجاد حلول للتضخم، إلى تقويض توقعات السوق، التي تسبب مخاطر عالية للركود التضخمي، إلى جانب ارتفاع أسعار السلع الأساسية.

في سياق استكشاف الفضاء، وإدارة البيانات والذكاء الاصطناعي لدعم مبادئ استشراف المستقبل في صنع القرار والاستجابة للتحويلات الكبرى السياسية وأسواق العمل وضمان أمن المجتمع. التوجهات التحويلية وأكد على التوجهات التحويلية، ضرورة التدخل الحكومي في إيجاد حلول للتحديات التي تشمل شبكات الجرائم السيبرانية، والشغافة أثناء الحروب، وحوكمة المتأفيسر، والرقابة على شركات التكنولوجيا، والاستجابة للتحديات التي تشمل شبكات الجرائم السيبرانية، والشغافة أثناء الحروب، وحوكمة المتأفيسر، والرقابة على شركات التكنولوجيا، والاستجابة للتحديات منسقة. إضافة إلى تنظيم المنافسة الفضائية. وتنشأون التقرير أهم التحديات التي يواجهها النمو الاقتصادي الرقمي العالمي، مع التطورات والتوسع الرقمي، وأهمية حماية البيانات والأنظمة الحكومية من التآثيرات الخارجية، وتعزيز التكامل والتعاون لتبني التشريعات الدولية، واتخاذ إجراءات حاسمة للتعاون في سبيل مكافحة الجرائم التكنولوجية.

ولفت إلى تزايد أهمية عالم المتأفيسر، الذي يقدر حجم سوقه بـ 800 مليار دولار أمريكي عام 2024، وسيصبح أكبر، بحيث يسكن فيه الأفراد ويتشاركون في التفاعل الاجتماعي والنشاط الاقتصادي على نطاق واسع، بحيث تتغير حياة الأفراد تماماً كما حصل مع بداية دخول عالم الإنترنت، وأكد أنه من المتوقع أن يقضي 25% من الأفراد ساعة واحدة يومياً في عالم المتأفيسر بحلول عام 2026.

وأشار إلى أن شركات التكنولوجيا تعيش نمواً مضطرباً، لتصبح نظاماً رقمياً متكاملاً يغطي القطاعات، وتتجاوز الهيئات التنظيمية، ما يتطلب تحرك الحكومات السريع للعمل معها، وتحديد مسارات العمل، حيث أتبع عدد من الدول والحكومات عدد من التوسيعات ونقاط اتخاذ القرارات 38 دولة الإصلاحات التي تؤثر على شركات إدارة البيانات، فيما اقترحت 21 دولة العمل للدفاع عن المنافسة.

ويركز البعد الثالث على ضرورة تطوير بنية آمنة للمحافظة على القدرة التحويلية للفضاء، بما يضمن تنظيم المنافسة في هذا القطاع الحيوي، والذي من المتوقع أن يصل حجمه إلى تريليون دولار بحلول العام 2040، فيما بلغ الاستثمار الخاص في شركات البنية التحتية الفضائية خلال عام 2021، نحو 14.5 مليار دولار أمريكي، بزيادة بلغت 50% عن 2020.

مسرعات السياسات ويركز البعد الرابع لتقرير على مسرعات السياسات ويركز البعد الرابع



غرفة تجارة دبي تعلن تأسيس مجموعة عمل الحديد والصلب

•• دبي-الفرج:

أعلنت غرفة تجارة دبي عن تأسيس مجموعة عمل الحديد والصلب، إحدى مجموعات الأعمال الجديدة العاملة تحت مظلة غرفة تجارة دبي، ليشكل تأسيس المجموعة خطوة هامة نحو توحيد جهود الشركات العاملة في هذا القطاع، وخدمة أهدافهم ومصالحهم المهنية، بالإضافة إلى تعزيز تواصلهم مع الجهات الحكومية المعنية فيما يخص بالتشريعات والمبادرات والخدمات التي تقدم أعمالهم. واجتمع أعضاء مجموعة العمل الجديدة مؤخراً برئاسة السيد بهارات بهاتيا مع غرفة تجارة دبي ممثلة بحسن الهاشمي، مدير إدارة العلاقات الدولية في مقر الغرفة لبحث فرص دعم صناعة الحديد والصلب، وتعزيز مساهمتها في النمو الاقتصادي، ومناقشة التحديات والفرص وتنسيق الجهود المشتركة وتحديد الأولويات للفترة المستقبلية.

وأشار الهاشمي إلى أهمية تأسيس المجموعة التي ستحصر على توحيد أصوات اللاعبين الرئيسيين العاملين في هذا المجال الحيوي، والارتقاء بتنافسية هذه الصناعة خصوصاً مع الحفاظ على جودة وكفاءة وتنافسية سوق الحديد والصلب في دبي والإمارات الشمالية، لماكبة الطلب المحلي والإقليمي، وإحداث توازن في معادلة العرض والطلب. ونحن نحصل على دعم كاف من الحكومة لحماية صناعة الحديد والصلب المحلية. ونحرص كمجموعة عمل على جمع كل العاملين في مجالنا تحت مظلة واحدة والحفاظ على بيئة عمل صحية ومثالية عبر الحوار والأفكار المتبادلة.

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في التنفيذ رقم ٤٦٥/٢٠٢٢/١٠٢١ نزاع تجاري

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٢/١٨٠٢ تنفيذ شيكات

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٢٠٢٢/٥/٢٧/٧٠197

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان محضر حجز بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٠٧/٢٠٢٢/٤٠١١ تنفيذ تجاري

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية التجارية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٣٦٥/٢٠٢٢/٢٨/٢٧

محاكم دبي محكمة التنفيذ
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٢٣٣٧/٢٠٢٠/٢٠٧/٢٠٢٢

محاكم دبي محكمة التنفيذ
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٢٣١٠/٢٠٢٢/٢٠٧/٢٠٢٢

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٣٩٨٢/٢٠٢٠/١٦/٢٠٢٢

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢١١/٢٠٢٢/٢٨٩ تنفيذ عقاري

محاكم دبي محكمة الاستئناف
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٣٠٥/٢٠٢٢/٧٧٦ استئناف تجاري

محاكم دبي محكمة الاستئناف
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
مذكرة اعلان بالنشر (استئناف)
في الاستئناف رقم: ٢٣٢٣/٢٠٢٢/٥٢٤ استئناف عقاري

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في المنازعة رقم: ٤٦٥/٢٠٢٢/٨١٠ نزاع تجاري

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٤٨٦/٢٠٢٢/٢٣٦ تعيين خبرة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم: ٢٠٨/٢٠٢٢/٢٣٢٢ تنفيذ تجاري

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٤٨٦/٢٠٢٢/٢٣٦ تعيين خبرة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٤٨٦/٢٠٢٢/٢٣٦ تعيين خبرة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم: ٢٥٢/٢٠٢٢/١١٢٧ تنفيذ شيكات

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في المنازعة رقم: ٤٦٥/٢٠٢٢/٣٣٨ نزاع تجاري

محاكم دبي محكمة التنفيذ
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان محضر حجز بالنشر
في الدعوى رقم: ٢٨٤/٢٠٢٢/٢٢٢ انابات تجارية

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٤٨٦/٢٠٢٢/٢٣٦ تعيين خبرة

محاكم دبي محكمة الاستئناف
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
مذكرة اعلان بالنشر (استئناف)
في الاستئناف رقم: ٣٢٢/٢٠٢٢/١٨٠ استئناف احوال شخصية وموارث

محاكم دبي محكمة دبي
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٢/١٩٦ تنفيذ شيكات

محاكم دبي محكمة دبي
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٤٦٠/٢٠٢٢/١٠٩٧ نزاع مدني

محاكم دبي محكمة دبي
العدد 13554 بتاريخ 2022/05/27
اعلان أمر أداء بالنشر
في الدعوى رقم: ٤٨٦/٢٠٢٢/٢٣٦ أمر أداء



منوعات الفجر 30

جناح المركز يستقطب جمهوراً أوطظي دولي للكتاب

تريندز وصحيفة الاتحاد وتوزع يطلقون تحالفاً لنشر المعرفة . . والمركز يكرم مكتبة الإسكندرية

•• أبوظبي-الفجر:

يواصل مركز تريندز للبحوث والاستشارات فعالياته في الدورة الـ 31 من معرض أبوظبي الدولي للكتاب 2022، حيث يعرض عبر جناحه الخاص عشرات العناوين من إصداراته البحثية المتنوعة، والتي تحلل وتستعرض القضايا الراهنة. وقد استقطب الجناح اهتمام زوار المعرض، حيث زاره عدد من أصحاب المعالي الوزراء والدبلوماسيين والكتاب والباحثين والإعلاميين، ومن أبرزهم معالي الدكتور مانع سعيد العتيبة المستشار الخاص لصاحب السمو رئيس الدولة، الذي تعرف على طبيعة عمل المركز، وشهد توقيع أحدث إصداراته الذي دشنته المركز حول جماعة الإخوان المسلمين، بعنوان "الطريق إلى الخلافة.. حقيقة المشروع الإخواني". كما زار جناح "تريندز" الشيخة بدور بنت سلطان القاسمي، رئيسة الاتحاد الدولي

للناشرين، ومعالي محمد المر رئيس مجلس إدارة مؤسسة مكتبة محمد بن راشد آل مكتوم، وسعادة الدكتور محمد الكويتي رئيس الأمن السيبراني لحكومة دولة الإمارات، وسعادة الدكتورة شيخة الظاهري، أمين عام هيئة البيئة، واللواء ثاني بطي الشامسي مدير أكاديمية سيف بن زايد للعلوم الشرطة والأمنية، والأستاذ سعيد البحري العامري، مدير عام هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية، وسعادة ناصر محمد اليماني عضو المجلس الوطني الاتحادي، وسعادة الدكتور مبارك سعيد الشامسي مدير عام مركز أبوظبي للتعليم والتدريب التقني والمهني. والكتابة سلامة الكتيبي، عضو مجلس إدارة جمعية الصحفيين الإماراتية، والإعلامي الإماراتي سعود الكعبي. كما زار الجناح عدد من طلاب المدارس بمختلف مراحلها التعليمية. وزار جناح مركز تريندز، الذي تميز هذا العام بموقعه وتصميمه، وفد سعودي

برئاسة اللواء الطيار الركن محمد بن سعيد المخدي، الأمين العام للحزب العسكري لمحاربة الإرهاب بالملكة العربية السعودية، حيث أبدى إعجابهم الشديد بما يقوم به تريندز من جهود بحثية خاصة في مجال محاربة الإرهاب بالفكر والعرفة الموثقة. وقد أبدى الجميع إعجابهم بالإصدارات النوعية التي يعرضها الجناح، وعبروا عن تقديرهم لجهود مركز تريندز للبحوث والاستشارات البحثية، التي تستعرض المستقبل وتنتشر المعلومة الموثقة المستندة إلى البحث العلمي الرصين، كما أثنى عدد من الكتاب على إصدار تريندز الأخير. من جانب آخر، قال متابعون لمنصات تريندز على مواقع التواصل الاجتماعي إن مركز تريندز يعتبر أقوى وأفضل مركز بحثي في المنطقة، وإن دولة الإمارات هي عنوان التعايش والتسامح ومحاربة التطرف والكرامية. فيما قال آخرون إن تريندز في حلتها الجديدة تفوق على كثير من مراكز الأبحاث العريقة في المنطقة، ليصبح بلا مناهص صوت منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا في الساحة العالمية للبحث العلمي ومراكز التفكير.

وتم إطلاق المبادرة المعرفية بحضور كل من الدكتور محمد عبدالله العلي الرئيس التنفيذي لتريندز، والأستاذ حمد الكعبي رئيس تحرير صحيفة الاتحاد، والأستاذ على سيف النعيمي مدير عام المتحدة للطباعة والنشر - توزع.

وتؤكد المبادرة أن الحق في المعرفة يعتبر حقاً أساسياً من حقوق الإنسان التي نصت عليها العديد من الاتفاقيات الدولية، ويتضمن ذلك الحق أن تكون المعرفة التي تصل للجمهور صحيحة وموضوعية وعلمية، حتى تساهم في تعزيز الوعي لديهم بالتطورات المحيطة بهم كافة، ومساعدتهم على بناء آراء إيجابية تجاه مجتمعاتهم وأوطانهم والمجتمع الإنساني بشكل عام.

وانطلاقاً من هذا المفهوم أتى الإعلان عن هذا التحالف الذي يجمع ثلاثاً من المؤسسات المهمة بعملية نشر المعرفة، وهي: مركز تريندز للبحوث والاستشارات، المؤسسة البحثية الرائدة في عملية إنتاج المعرفة ونشر البحوث والدراسات والإصدارات التي تستهدف خدمة صنّاع القرار والمفكرين على اختلاف مستوياتهم وتعزيز الفهم التكاملي لأبعاد القضايا المطروحة كافة، والتأثير الإيجابي على اتجاهاتها، وكذلك صحيفة الاتحاد، الصحيفة الإماراتية الرائدة محلياً وإقليمياً في متابعة التطورات المحلية والإقليمية والدولية وتحليلها ونشر المعرفة المرتبطة بها، إلى جانب شركة توزع، المؤسسة الرائدة والفريدة من نوعها في تقديم الخدمات اللوجستية والتوزيع والنشر والتسويق والتي تعد المؤسسة الأكثر تطوراً في منطقة الشرق

الأوسط في هذا المجال. وشدد الدكتور العلي على أهمية تكامل الأدوار بين البحث العلمي والإعلام والنشر، وقال إن التحالف بين الجهات الثلاث من شأنه إضراء المعرفة ونشر المعلومة الصحيحة الموثقة التي تنشر قيم الخير والسلام والتعايش والتسامح وتنبذ الإرهاب والكرامية.

وقال إن أهداف التحالف هي: تعزيز التعاون بين مراكز الفكر والدراسات ووسائل الإعلام والإساعات اللوجستية الداعمة لنشر المعرفة، بما يسمح بوصول المعرفة العلمية الدقيقة والتحليل السليم للأحداث والتطورات المختلفة إلى أكبر شريحة ممكنة من الجمهور، وتعزيز المحتوى الإعلامي بتحليلات وآراء ودراسات وإصدارات بحثية مستندة إلى قواعد البحث العلمي السليم، بما يعزز الاتجاهات الإيجابية للجمهور تجاه القضايا والتفاعلات المختلفة على المستويات المحلية والإقليمية والدولية كافة، وإيجاد منصة أو إطار تنسقي بين المعنيين بعملية نشر المعرفة، بما يسهل عملية التنسيق والتعاون وصولاً لتحقيق الأهداف المشتركة، والإسهام بصورة أكبر في تعزيز القيم الإيجابية التي تحض على التسامح والحوار وقبول الآخر والسلام والأخوة الإنسانية، ومواجهة خطابات الكراهية والتطرف والنفث وتفتيتها، من خلال جهود مشتركة تتسم بصفة الاستدامة.

نبذة الإرهاب والتطرف من جانبه، قال الأستاذ حمد الكعبي إن صحيفة الاتحاد يسعد بها التعاون مع

تريندز الذي يعتبر داعماً، مشيراً إلى أن المبادرة كبيرة في المضمون والمحتوى، إذ تجمع البحث والمحتوى والتوزيع؛ ما سيدعم البحث العلمي الذي هو طريق للمعرفة، وتيسر وصول البحوث العلمية الموثقة التي ينتجها "تريندز"، مؤكداً أنها تستحق الدعم الإعلامي لإبرازها وتوسيع سبل نشرها وإيضاحها للجمهور، ولا سيما ما يتصل منها بشهر قيم الخير والتعايش والتسامح ونبذ الإرهاب والتطرف بكافة أشكاله. بدوره قال الأستاذ علي سيف النعيمي إن مبادرة تحالف نشر المعرفة التي تم إطلاقها مع تريندز وصحيفة الاتحاد وتوزع تشكل مرحلة مهمة لنشر المعرفة وتعزيز البحث العلمي، مؤكداً الحرص على التعاون في هذا المجال لما فيه خدمة الباحثين والمهتمين والأكاديميين، ومشداً على أهمية تكاتف الجهود البحثية والإعلامية واللوجستية من أجل تحقيق أهداف المبادرة المعرفية.



انتهاء التحكيم في التصفيات الثانية لمسابقة تحدي القراءة في مدينة العين

•• العين - الفجر:

يستحقون العناية وال الرعاية الكاملة للوصول بهم إلى مراحل متقدمة وتحقيق آمال وطموحات الدولة في رؤيتها المستقبلية (الاقتصاد المعرفي)؛ فبالقراءة يتحقق الطموح والأمل ويستطيع الطلاب قيادة حياتهم العملية المستقبلية..

وقد عبر المحكمين عن بالغ سعادتهم؛ لما كان من أداء متميز من إحدى المتسابقات إذ قالوا: "لا تضيق أمة فيها أمثال هؤلاء الطلاب من القراءة المبدعين، فما زلنا نحن أمة اقرأ، ولدينا أمل وتفاؤل أن نعيد للعرب أمجادهم، ولتكن البداية من دولة الإمارات العربية المتحدة التي تسابق الزمن في شتى المجالات،

من إدارات المدارس وأمناء مصادر التعلم في المراكز التي تم التحكيم فيها وهي: مدرسة الجاهلي، مدرسة الجود، مدرسة شيخة بنت سرور، روضة ومدرسة الجوري، مدرسة الدانات؛ لإسهاماتهم المتميزة في التنظيم والترتيب وحفاوة الاستقبال والضيافة.

وذكرت هالة أحمد "إن هذه المسابقة تمثل تحدياً حقيقياً لجميع الطلبة في إجازة قراءة خمسين كتاباً في مجالات متنوعة، وما وجدناه من طلابنا في الإقبال على هذه المسابقة يمثل ظفرة حقيقية في القراءة ويشير بوجود براعم من القراء والكتّاب الموهوبين في مدارسنا والذين

تم الانتهاء من تحكيم التصفيات الثانية لمسابقة تحدي القراءة العربي في الدورة السادسة على مستوى مدينة العين بمدرسة الجاهلي. وشارك في لجنة التحكيم نخبة مميزة من المعلمين والمعلمات من مدارس مدينة العين ويأشرف مسؤولي تطوير جودة التعليم الدكتورة عائشة العيساني، وعيد هنترية، وهالة أحمد، و بدرية الحمادي وحسن الحماد. وقد تم توجيه الشكر إلى القائمين على هذا التحدي



يشارك في معرض أبوظبي للكتاب بجناح مستوحى من قيم مبادرة (كان ياما كان)

المجلس الإماراتي لكتب اليافعين يروي تأثير الكتب على حياة الأطفال اللاجئين

•• أبوظبي-الفجر:

يواصل المجلس الإماراتي لكتب اليافعين مشاركته في الدورة الـ 31 من معرض أبوظبي الدولي للكتاب، بجناح مستوحى من خيام اللاجئين، وتصميم يعكس القيم النبيلة لمبادرة "كان ياما كان"، التي ينقدها المجلس

للعام الثامن على التوالي، بهدف جمع الكتب الصادرة بلغات متعددة من المجتمع المحلي، وتوزيعها على الأطفال واليا فعين في المناطق التي تعاني الأزمات حول العالم. وحظي الجناح بزيارة الشيخة بدور بنت سلطان القاسمي، رئيسة الاتحاد الدولي للناشرين، المؤسس والرئيس الفخري للمجلس الإماراتي

لكتب اليافعين، والدكتور علي بن تميم، رئيس مركز أبوظبي للغة العربية، وسعيد حمدان الطنجي، المدير التنفيذي لمركز أبوظبي للغة العربية، مدير معرض أبوظبي الدولي للكتاب، الذين اطلعوا على أبرز معروضات الجناح، واستمعوا إلى شرح من مروة العقروبي، رئيسة المجلس الإماراتي لكتب اليافعين، عن مبادرة

"كان ياما كان" وأهم المشاريع والمبادرات التي يعكف المجلس على تنفيذها. ويبرز جناح المجلس في المعرض، أهم إنجازات مبادرة "كان ياما كان" منذ انطلاقها بالصوت والصورة، من خلال شاشات تركز على الفئات التي نجحت المبادرة في إيصال الكتب إليها، من سكان مخيمات اللجوء، إلى

جانب التعريف بالكتب الصامتة ودور المجلس في الترويج لها في دولة الإمارات والمنطقة، وأثار تلك الكتب على تحفيز المعرفة وإثراء المصادر التعليمية، حيث يتعرف زوار الجناح على نتائج المبادرة، مع إمكانية التبرع بالكتب في جناح المبادرة، حيث سيقوم المجلس بتوزيعها لاحقاً على الأطفال واليا فعين بالتزامن مع

اليوم العالمي للاجئين، الذي يصادف 20 يونيو من كل عام. وينظم المجلس الإماراتي لكتب اليافعين، ضمن برنامج مشاركته في المعرض، الذي يستمر حتى 29 مايو الجاري في مركز أبوظبي الوطني للمعارض، عدداً من الورش عبر جناحه رقم F5 في القاعة 11.



منوعات

العمل

31

قلة الأعمال تُضعف المنافسة

ميشال حوراني: لا أؤمن بالموهبة في مجال التمثيل

أطل الممثل ميشال حوراني في الموسم الرمضاني المنصرم من خلال مسلسل (والثقبنا) الذي تقاسم بطولته

مع نوال بري.

حوراني تحدث عن هذا العمل وموقفه من مشاركته لنوال بري في هذا الحوار:



• وهل تملك نوال بري ما يكفي من الموهبة لتؤدي دور البطولة في مسلسل (والثقبنا) وهل هي ظلمت في الأساس لأنه تم اختيارها لهذا الدور؟
- لا أؤمن بالموهبة في مجال التمثيل، في حين أنها مطلوبة في مجال الغناء، بمعنى أن يكون الصوت جميلاً. في التمثيل، أؤمن بالتدريب والجدية والمهارة والتحليل الفكري، وأعتبر أن بإمكان أي شخص أن يمثل.
• وهل هذا يعني أنك تعترف بالممثلين الأكاديميين فقط؟
- كلا، لأنه يمكن إتقان المهارات عن طريق مخرج أو محترف. رواد الحركة الفنية في لبنان لم يتخرجوا في معهد الفنون، وأنا دخلت عالم 85 فناناً من خلال برنامج (ساعة وفا) ووجدت أنهم اكتسبوا الخبرة من المخرجين كجان فياض والياس متى.
• أميل إلى اختيار الأكاديميين لأنني أؤمن بهم، ولكنني لست ضد غير الأكاديميين. وعالمياً برز العديد من النجوم، كما في هوليوود، من دون أن تكون لهم أي خلفية أكاديمية. ونادين لبكي مثلاً تستعين بأشخاص هم غير ممثلين في أفلامها، وهذا يعني أن بإمكان شخص ما أن يمثل إذا خضع لـ (الكاست) الصحيح ووضِع في المكان الصحيح وتمت إدارته بشكل صحيح، وفي الوقت نفسه هذا لا يعني أنه يمكن لأي شخص أن يصبح ممثلاً وأن يتخذ من التمثيل مهنة له. أي أن هناك ممثلاً يمكن أن يعمل في دور يشبهه، من دون أن يعني ذلك بالضرورة أن يمتن التمثيل ويستمر فيه.

• كيف تنظر إلى فقر الإنتاجات المشتركة والمحلية على الشاشات اللبنانية في الموسم الرمضاني 2022؟
- لبنان فقير بشكل عام ليس إنتاجياً فقط، والأوضاع الكارثية محلياً وعالمياً تجعل من تقديم أي عمل فني محلي إنجازاً كبيراً.
• اللافت في الدراما اللبنانية أنها أصبحت تركز على جمع القضايا الشائكة في العمل الواحد، كما في مسلسل (والثقبنا)، علماً أن هذا الأمر تكرر في أكثر من مسلسل وتحوّل ظاهرة؟
- بالنسبة إلى مسلسل (والثقبنا)، فإنه يتفرد في طرح قضية الفساد السياسي والقضايا التي نعيشها في تاريخ لبنان المعاصر وتحديداً في الأعوام الثلاثة الأخيرة. لا يوجد عمل لبناني آخر أضاء على الفساد السياسي في لبنان بحسب علمي ومعرفتي.
• ومسلسل (والثقبنا) يضيء على موضوع الفساد السياسي والنظومة الحاكمة في لبنان، من خلال قصة حب تجمع بين ابن الوزير الذي لعب دوره وبين ابنة عائلة عريقة في الحياة الوطنية. لا يمكن أن نخلع هذه الفريدة عن العمل. ومع أنني مع النقد، ولكن هناك مشكلة في النقد الفني الذي لا أرى أنه موجود، بل إن الموجود هو مجرد آراء شخصية لصحافي يعطي رأيه في عمل ما من دون الاستناد إلى معايير منهجية.

كل عمل فني هو موجه إلى الناس، ووظيفة النقد الفني والصحافة الفنية أي صحافي مساعدة صناع العمل الفني بهدف التحسين في المرحلة المقبلة. ومن خلال الأصدقاء التي تصلني يومياً من الناس، فهم يقولون لي إن (والثقبنا) يشبههم ويتكلم لغتهم، لذلك يجب الانطلاق من هذه النقطة والإضاءة عليها.
• وكوني أكاديمي، فإني أتمنى قراءة أو سماع نقد منهجي.

• وهل غياب الأعمال الأخرى المنافسة عن الشاشة الصغيرة في الموسم الرمضاني الماضي يصب في مصلحة المسلسل أم العكس هو الصحيح؟
- بالمباشر يمكن القول إن قلة الأعمال تُضعف المنافسة، وكنت أتمنى وجود المزيد من الأعمال كي يتحقق التنوع في الطروحات والممثلين والإخراج. وفي رأيي أن عدم وجود منافسة محلية أمر غير إيجابي.

• وهل هذا صب في مصلحة (والثقبنا)؟
- لم أستطع أن أس ذلك، لأنه لم تُعرض سوى حلقات معدودة من المسلسل، وكنت أتمنى وجود وفرة وغنى أكثر في الأعمال وأن يحتل كل عمل مكانه المناسب. وأنا أؤمن بأن العمل الجيد يبرز، والعمل الضعيف يتكسف، والغريال هو المشاهد والزمن.

• هناك انتقاد كبير لإسناد دور البطولة للوجوه الجديدة في الدراما اللبنانية في حين أن هناك الكثير من الممثلين الذين يستحقون مثل هذه الفرصة أكثر ويملكون القدرة والموهبة؟
- لست أنا من يجيب عن هذا السؤال، لأنه لا يعود لنا كممثلين اتخاذ القرار في هذا الموضوع، بل لأصحاب العمل الذين لا يلبثون أن يدقوا في نتيجة خياراتهم. شخصياً كمدرس في معهد الفنون أميل إلى اختيار أشخاص تكون لديهم خلفية أكاديمية.

• أما إذا سئلت كممثل هل يمكن أن تمثل مع أشخاص غير أكاديميين، أجيب (لا مشكلة عندي في ذلك)، لأن هناك الكثير من النجمات والنجوم والممثلين والممثلات لم يأتوا إلى المجال من العالم الأكاديمي.



«أنا جيت».. مي سليم تنتهي من أغنية جديدة وتطرحها قريباً

انتهت الفنانة مي سليم من تجهيز أحدث أغانيها لطرحها في بداية موسم الصيف، والأغنية تحمل عنوان "أنا جيت" كلمات عمرو المصري وألحان عمرو الشاذلي وتوزيع عمرو الخصري.



عند ربنا وبعد كدة لازم أفكر كويس أوى عشان أنا دلوقتي معايا طفلة ولازم اللي هيكون موجود في حياتي يحب بنتي جداً بشكل حقيقي".
وعن أخطائها في الزواج: "مش شرط الانفصال حصل عشان حد فينا وحش لكن اختلاف طبائع وتركيبه شخصيات زواجى الأول استمر سنة، والزواج الثاني كان أسبوعين، وده نصيب وكان قرارنا احنا الاتنين".
وقالت مي سليم: "غضبت من طليقي الثاني بسبب كتابته تديونة عنها في أعقاب الطلاق وذلك من أجل الحفاظ على الخصوصية وهذا طبيعي لدى كل إنسان مهما كانت مهنته".
وعن مواصفات عريسها القادم قالت: "يبقى بيراعي ربنا في كل التصرفات وخايف عليا ويبجيني بجد... وأكثر حاجة تزعجني من الراجل إنه يهين الست أو يبقى حاسس إنه تملك وفيه فرق بين الراجل اللي بيحبك واللى عايز يقضى على كل حاجة حلوة فيكي".

وكشفت مي سليم أن اتجاهها للغناء منذ البداية لم يكن رغبة ملحة لها بل رغبت في التمثيل والعكس صحيح أن شقيقتها ميس حمدان كانت هي من ترغب في امتحان الغناء قائلة: "ماكنتش عايزة أغنى وأختي ميس ماكنتش عايزة تمثل، وميس بدأت بالتمثيل، وأنا بدأت بالغناء".
وذكرت أن فرص الجواز للفنانة أقل، بسبب خوف الكثيرين من الاقتراب من مجتمع الفنانة قائلة: "فيه رجالة بتحب الارتباط بالفنانة ويبفخروا بزواجهم لكن فيه ناس تانية من الرجالة يشعرون بالفيرة من زواجهم ويسمعون لهدم الفنانة وفيه ناس تانية بتفكرنا نتكين واحنا والله العظيم مش نتكين".
وأبدت مي سليم إعجابها بأغنية "الغزالة رايقه" قائلة: "أكثر حاجة عجبتني في الفترة الأخيرة وهمل أغاني سينجل الفترة القادمة بس مش ألبومات".

وقد تطرقت مي سليم أثناء استضافتها من جانب الإعلامية ليس الحديدى حول زيجاتها السابقة بعد سؤال الأخيرة لها بقولها: "انتى جميلة ليه حظك مش حلو مع الرجالة"، لترد قائلة: "مش عايزة أقول حظى مش حلو، ويمكن عشان كنت صغيرة عشان كدة الاختيارات ماكانتش مطبوطة أو قدر أو مكتوب عند ربنا وأنا ماكنتش موفقة فعلياً في تجارب الزواج ويسأل نفسى دائماً ليه ماكانتش موفقة؟ والوحدة في المسؤولية صعبة جداً وأنا شايبة كل حاجة ويمكن ده حصل وأنا صغيرة جداً".
وتابعت في لقاء خلال برنامج "كلمة أخيرة" الذي تقدمه الإعلامية ليس الحديدى على شاشة ON قائلة: "لم أستمر في زواجى الأول إلا فترة صغيرة، وأنجبت ولذالك شلت المسؤولية بدرى وعشان كدة الشغل أمر مهم لأنه مصدر دخل لى عشان كدة فضلت فترة طويلة فقط حياتى عبارة عن بيت وبنيتى ومسؤولية والحمد لله أحوالى المادية بقت أفضل".
وحول نيتها للزواج مجدداً قالت: "أنا دلوقتي نضجت أكثر وقيت واعية وعشان كدة مافيش وقت للغلط تانى، وده نصيب من



الفكر

مادة غذائية تساعد في إزالة دهون البطن



تؤكد الدراسات أن دمج الألياف والبروتين والحد من استهلاك الدهون غير المشبعة والسكر المضاف، وممارسة الرياضة من شأنه تخفيف الوزن وإزالة الشحوم. وتعتبر أخصائية التغذية كورتني دانجيلو أن أفضل الخضروات للمساعدة في فقدان الوزن وتقليل دهون البطن هي السبانخ. وتقول دانجيلو: "السبانخ مليئة بالعناصر الغذائية، مما يجعلها مغذية جدا وصحية لجسمك، إنه غني بالفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة، وكلها مرتبطة بتقليل دهون البطن." ووفقا لدانجيلو، فإن أحد الأشياء التي تجعل السبانخ من أفضل الخضروات لفقدان الوزن والحفاظ على الصحة هو محتواها العالي من الألياف.

وتضيف دانجيلو: "السبانخ نبات منخفض السعرات الحرارية، ولكنه يحتوي أيضا على نسبة عالية جدا من الألياف، يساعد تناول الألياف على الشعور بالشبع ويمنع الإفراط في تناول الطعام، كما تساعد الألياف أيضا على هضم الطعام وامتصاصه، مما يساعد في الحفاظ على عملية التمثيل الغذائي لديك تحت السيطرة". وتشير الأبحاث إلى احتواء السبانخ على نسبة عالية من البروتين، ويوصي البعض بتناوله مطبوخا حيث أن كوبا واحدا من السبانخ المطبوخة يساوي حوالي 5 جرامات من البروتين.

أطعمة مفيدة لتقليل مخاطر الأورام السرطانية!

سيؤثر السرطان على شخص من بين كل شخصين خلال حياته، ولكن لحسن الحظ، فإن الوعي بالأعراض والتشخيصات الأفضل والعلاجات المحسنة تعني أنه قد لا يكون مخيفا كما كان من قبل. وبغض النظر، إذا كان بإمكانك اتخاذ خطوات لتجنب الإصابة بالسرطان، فستقل ذلك. وقال الدكتور ويليام لي: "إن اختياراتنا فيما يتعلق بالطعام ضرورية للوقاية من السرطان وعلاجه وحتى عكس مساره". وتعد المكسرات من أفضل الأطعمة المقاومة للسرطان التي يمكنك تناولها، وخاصة الجوز واللوز والبندق والكاجو والفستق والمكسرات البرازيلية. وأوضح الدكتور لي: "تحتوي المكسرات على مادة البوليفينول التي تقاوم السرطان وتمتد جهاز المناعة لدينا لمحاربة السرطان. ولديها أيضا أحماض أوميغا 3 الدهنية الصحية، والتي يمكن أن تجوع السرطان عن طريق قطع إمدادات الدم". والغذاء التالي الذي يجب التفكير فيه هو تناول المزيد من الطعام.

وأوضح قائلا: "قد تُعزى قوتها إلى اللايكوبين، الذي يحمي الحمض النووي الخاص بك من التلف، ما يساعد على حمايتك من السرطان". وأشار الطبيب لي إلى البحث الذي أظهر أن الرجال الذين تناولوا كوبين إلى ثلاثة أكواب من الطعام المطبوخة مرتين أسبوعيا لديهم خطر أقل بنسبة 30% للإصابة بسرطان البروستات.

كما أن البطاطا الأرجوانية هي صديقة أخرى لمكافحة السرطان، والتي تحتوي على مادة كيميائية طبيعية تسمى الأنثوسيانين، تقتل الخلايا السرطانية وتمحو الخلايا الجذعية السرطانية الخفية. ويوصي الدكتور لي بالمحار، حيث يحتوي على البروتينات والسكريات والأحماض الأمينية.

وتحتوي محتويات المحار على تأثيرات قوية مضادة للأكسدة تحمي الحمض النووي من أضرار الجذور الحرة. وقال لي: "وجد الباحثون أن تناول مستخلصات المحار يمكن أن يقلل تلف الحمض النووي بنسبة 90%".

وعندما يتعلق الأمر بمشروب صحي، قد يفاجئك أن الطبيب لي لم يقل الماء. بدلا من ذلك، يوصي بشرب شاي الماتشا الأخضر. وأظهر باحثو السرطان في إنجلترا أن شاي الماتشا الأخضر يمكن أن يقاوم سرطان الثدي عن طريق قطع خطوط الوقود عن الخلايا الجذعية السرطانية. وأجريت الدراسة في المختبر، وليس على الأشخاص المصابين بسرطان الثدي.

ومع ذلك، يقول الدكتور لي إن الاكتشاف "مثير ويجب أن يؤدي إلى مزيد من البحث لمعرفة ما إذا كانت نفس التأثيرات ستحدث في الأشخاص المصابين بسرطان الثدي".



ضييفة تصل لحضور عرض فيلم «إفيس» خلال الدورة 75 لمهرجان كان السينمائي، جنوب فرنسا - 1 ف ب

قرأت لك

الشوكولاتة



كشفت نتائج دراسة أجراها علماء أمريكيون أن تناول الشوكولاتة المحتوية على أكثر من 70% من الكاكاو تقلل احتمال الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

وقد توصل العلماء إلى هذا الاستنتاج من نتائج الدراسة التي أجروها على 44 شخصا يعانون من الوزن الزائد، كان عليهم تناول 70 جم من الشوكولاتة الداكنة يوميا لمدة شهر كامل.

واتضح للباحثين أن تناول الشوكولاتة بكميات معقولة بصورة منتظمة يوميا، يساعد في استعادة مرونة الأوعية الدموية ويمنع تكون الخثرة الدموية وبالتالي يقلل احتمال الإصابة باحتشاء القلب والدماغ (الجلطة).

سؤال وجواب

- ما هي أطول القنوات المائية الصناعية بالعالم؟
قناة السويس بمصر.
- استخلص الهنود الجمر من شجر كروم الأدغال مادة يسكبونها في مياه الأنهار فتتشل حركة الأسماك ثم تطفو على السطح ما اسم هذه المادة؟
تامبو
- أي القارات أكثر ارتفاعا؟
القارة المتجمدة الجنوبية
- في أي مكان توجد حاسة الشم بالثعبان؟
اللسان.
- من المعروف أن الأعصاب المخية عددها 12 عصب فما هو ترتيب عصب السمع؟
العصب الثامن
- ما اسم الجبل الذي كلم الله عليه نبيه موسى؟
جبل الطور بسيناء.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن كثرة الدهون في الطعام يؤدي إلى تكون الحصاة المرارية والسبب هو أن الدهون تزيد من نسبة الكوليسترول وهذا الأخير هو من بقاة الحصيات وان عانت المرارة لفترة طويلة من الحصيات فأنها قد تؤدي إلى إصابتها بالسرطان.
- هل تعلم أن حجم القلب يختلف من شخص إلى آخر وكذلك أبعاده . أما وزنه المتوسط فهو ٣٢٥غم بالنسبة للرجال أما متوسط وزنه عند النساء فهو ٢٤٥غم ولكن يتفاوت مع حجم الجسم ووزنه.
- هل تعلم أن معدل خفقات القلب يصل إلى ٧٢ خفقة في الدقيقة أو ٤٣٢٠ خفقة في الساعة أو ٣٧٨٤٣٠٠ في السنة.
- هل تعلم أن الكبد عند الأشخاص المدمنين على الكحول يكون أسمن أو أضخم من كبد الأشخاص الغير مدمنين لأن الكبد يُسَمّن بالمسكرات فيصبح مأوى للشحوم وبالتالي يتشعّب الكبد وهناك أسباب أخرى لتشعّب الكبد ولكن الإدمان في مقدمتها.
- الكبد يسمى بأعضاء عديدة في عضو واحد لكثرة وظائفه وهل تعلم أن كبد الكثير من الحيوانات يستعمل كعلاج فعال ل فقر الدم الخبيث.
- هل تعلم أن الرجال الذين تخطّوا سن الثلاثين أو الأربعين أكثر تعرّضا للقرحة من غيرهم

قصة رب ضارة نافعة

في ساحة الجامعة وضعت ورقة بيضاء كبيرة تحمل خبراً لسباق الجري جائزته كبيرة ..كانت الجائزة مطمع للكثير منهم فهب كل الرياضيون للأشتراك في سباق العدو المنتظر . كانت المسافة طويلة ووظب الكثيرين على التدريب الا ان احدهم وهو تومي فكر كثيراً، وهو يتدرب نعم لكن من يضمن له انه سيفوز .. جلس في بيته يفكر حين دخل شقيقه التوام ليسأله عما يشغل تفكيره وعندما سمع قصته رد عليه بخبت ربما لن تستطيع ان تكسب لكنا معاً نستطيع ذلك .. هي خدعة بسيطة ولكن مفيدة فما رأيك ان تشترك معاً ولكن بأسمك انت تومي انت تجري معهم وتتفق على مكان تتقابل فيه لأكمل انا السباق، تليس ملابس واحدة ونحمل نفس الرقم، وكما ترى لن نستطيع احد ان يشك في شين ابدا فأنا وانت صورة واحدة لشخصين.. ربما هي فكرة مجنونه لكنهما قاما معاً بتنفيذها فالسباق سيمر على اماكن كثيرة ملتوية ووعرة ويمكنهم تنفيذ خطتهم.

يوم السباق، اتفقا ودرسا الخطة معاً وقاما بفحص الطريق وكل زاوية سيمر عليها المتسابقون، وامام المرآة وقفا معاً ..انهما متطابقان تماماً، تومي اخذ موقعه بين المتسابقين اما روبرت فقد ذهب بسيارته إلى حيث من المنتظر ان يتقابل فيتبادل الأثنين مكانهما.. وبدأ السباق واسرع تومي ببذل كل ما في وسعه جرى بكل قوته وهلل الجميع من حوله، جرى وجرى بسرعه حتى يصل إلى المكان الذي سيقابل فيه روبرت ليحل محله، لكنه لم يعرف ان روبرت قد انقلبت سيارته واصيب ولا احد يدري به . ظل روبرت في حالة انغماء شديدة والوقت يمر به وهو لا يدري اما تومي فقد ركض بكل قوته ووصل إلى المكان ولم يجد شقيقه فلظن انه خدعه فأكمل السباق بكل قوة وبكل غيظ ايضا وكلما جرى اقسم بيته وبين نفسه ان يلقنه درسا لن ينساه .. مع وصوله لخط النهاية صفق الجميع له ووقف ليحمل جائزته وهو في قمة سعادته ..اما روبرت فقد وعى لنفسه وافق ليرى ان الدنيا قد اظلمت حوله جلس ليتذكر ما حدث ثم تمالك نفسه وعاد للبيت مخننا بالجراح وهناك عرفت الأسرة ما حدث وقال الأب: ربما فعل الله ذلك لتعرف مدى قدرتك على اجتياز مثل هذا السباق.. حمد تومي الله على نجاة شقيقه وعلى نبيله الجائزة وقال ربما لو تدخل روبرت في الأمر ما استطاع ان يكمل السباق ورب ضارة نافعه.

مساحة للتلوين

