

مواهب عربية بارزة في
سهرات إكسبو 2020 دبي
الفنائية نهاية الأسبوع

هنادي مهني:
«بدون ضمان» روشة
علاج للمشكلات الزوجية



شرب كمية كافية من الماء
ص 23 يمكن أن يمنع قصور القلب



كيف تعرف أن طفلك مصاب باعوجاج العمود الفقري؟

قالت الرابطة الألمانية لأطباء الأطفال والمراهقين إن ميل جسم الطفل ينذر بالإصابة بعوجاج العمود الفقري (Scoliosis). وأوضحت الرابطة أن أعراض هذا المرض الخطير تشمل أيضاً إمالة الرأس إلى الجانب في أغلب الأحيان وارتفاع أحد الكتفين عن الآخر وتقوس القوس الصدري للأمام على أحد الجانبين. وحذرت الرابطة من أن عوجاج العمود الفقري يمكن أن يؤثر بالسلب على وظيفة الرئة أو القلب مع مرور الوقت، كما أنه يندرج ضمن "العيوب الجمالية"، الأمر الذي يترتب عليه مشاكل نفسية. وكلما تأخر العلاج في هذه الحالات، زادت صعوبته وكانت النتائج غير مرضية في الغالب. لذا ينبغي استشارة الطبيب فور ملاحظة الأعراض سألقة الذكر للخضوع للعلاج في الوقت المناسب، والذي يتمثل في ارتداء كورسيه مع إمكانية اللجوء للجراحة لتصحيح وضعية العمود الفقري.

نصائح للحفاظ على رونق ملابس الكشمير عند غسلها

قالت الرابطة الألمانية لصناعة مستحضرات العناية بالجسم ومساحيق الغسيل إن الكشمير يحتاج إلى عناية خاصة من أجل الحفاظ على رونقه ومظهره الأنيق. ولهذا الغرض، أوصت الرابطة باختيار برنامج غسل مخصص للحفاظ على الصوف عند غسل الملابس المصنوعة من الكشمير في الغسالة الأوتوماتيكية، على أن يتبع استخدام مسحوق غسيل سائل مخصص للصوف، مع مراعاة الابتعاد عن مُنعم الملابس، وبعد الغسل، ينبغي تجفيف الكشمير بوضعه في المحفب في وضع الهواء البارد، وبدلاً من ذلك، يمكن تجفيف الكشمير في الهواء المتجدد من خلال وضعه على منشفة مفرودة وتقليبه على الجهتين بانتظام. وحذرت الرابطة من تعليق الكشمير بغرض تجفيفه، كي لا تتعرض الشيريرات الدقيقة للضرر. وكبي يستعيد الكشمير رونقه مجدداً، يمكن كبه بواسطة مكواة بخار، مع مراعاة وجود مسافة آمنة كافية عند توجيه البخار إلى الكشمير.



لا تتناول هذه الأشياء عند الإصابة بنزلات البرد!

يلعب نظامنا الغذائي دوراً كبيراً في تخفيف أعراض الأمراض والشفاء منها بسرعة. ومع انتشار نزلات البرد، هناك أطعمة ومشروبات ينصح بالابتعاد عنها، فما هي؟
سيلان الأنف أو السعال أو التهاب الحلق أو مشاكل في الجهاز الهضمي. تتعدد الأعراض التي تسببها نزلات البرد التي بدأت تنتشر أكثر في منتصف فصل الخريف من جديد. ورغم أن أي شخص يصاب بالمرض يريد أن يتعافى بأسرع ما يمكن، إلا أن كثيرين يهملون نظامهم الغذائي، رغم أنه يلعب دوراً كبيراً في تخفيف أعراض المرض أو زيادتها. وبحسب نوع الأعراض، هناك أشياء يجب عليك تجنب تناولها عند الإصابة بنزلات البرد، بحسب موقع "فيتال" الألماني المختص بالشؤون الصحية.
الوجبات السريعة غالباً ما يشعر المصابون بنزلات البرد بعدم الرغبة في الطهي. ومع ذلك، ينصح بالامتناع عن تناول الوجبات السريعة، لأنها في الغالب غير صحية وتحتوي على نسبة عالية من الدهون، ما يجعل الجسم يستغرق وقتاً أطول في هضمها. وقد تؤدي الوجبات السريعة إلى تقاطع بعض الأعراض مثل الإسهال أو الغثيان. وينصح بتناول وجبات منزلية تحتوي على خضار تمد الجسم بالفيتامينات الضرورية التي تساعد على الشفاء بوتيرة أسرع.
الحلويات ومثل الوجبات السريعة، ينصح بأن تزيل الحلويات من قائمة الطعام عندما تكون مصاباً بنزلة برد. ويعود ذلك إلى أن السكر يسهل إصابة الجسم بالتهابات ويضعف جهاز المناعة الذي يكون مضطرباً بالفعل عند المرض. ويمكن تطبيق هذه النصيحة حتى بعد أن تشفى من الإصابة!
منتجات الألبان إذا كانت نزلة البرد مترافقة مع اضطرابات في الجهاز الهضمي مثل الإسهال، ينصح وقتها بالاستغناء عن منتجات الألبان، خصوصاً تلك التي تحتوي على نسبة عالية من الدهون. فاللاكوتوز الموجود في الحليب وغيرها من منتجات الألبان قد يهضم بشكل سيء، ما قد يؤدي إلى تقاطع أعراض الإسهال.
القهوة كثيرون يحبون بدء يومهم باحتساء القهوة، وآخرون لا يمكنهم الاستغناء عن كوب قهوة بعد الظهر، وطالما كان تناولها باعتدال، فإن لها تأثيراً إيجابياً على الصحة. أما المصابون بنزلات البرد، فينبغي عليهم الامتناع عن تناول القهوة، خصوصاً إذا كانوا يعانون من اضطرابات في الجهاز الهضمي. فالكافيين الموجود في القهوة له تأثير منشط على الأمعاء وقد يؤدي إلى تهيج الأمعاء، خاصة عند الإصابة بالإسهال. كما أن للقهوة تأثيراً مدرراً للبول، وبالتالي فهي تعزز فقدان الجسم للسوائل التي يحتاجها عند الإصابة بنزلات البرد.
نصائح تقوية من نزلات البرد بمجرد دخول فصل الخريف يصاب الكثيرون بنزلات البرد رغم الاستعانة بالملابس الدافئة. وينصح الخبراء باتباع نظام غذائي موسمي والتأقلم مع هذا الفصل بشكل جيد. هنا نتعرف على أربع نصائح تساعدك على ذلك.
فصل الخريف تنخفض درجات الحرارة تدريجياً. ورغم الاستعانة بالملابس الدافئة يصاب الكثيرون بالتهاب الحلق ونزلات البرد. وينصح الخبراء باتباع أربع نصائح مهمة تساعد على الوقاية من نزلات البرد خلال فصل الخريف.
1. نظام غذائي موسمي يلعب النظام الغذائي المناسب دوراً مهماً في تقوية مناعة الجسم. فبنسبة 70 بالمئة من جميع الخلايا المناعية توجد في الأمعاء. وتتفادى المرض والحفاظ على صحة جيدة خلال الخريف ينصح باتباع النظام الغذائي الموسمي، بمعنى شراء واستهلاك المواد الغذائية التي سيتم حصادها في فصل الخريف سواء تعلق الأمر بالفواكه والخضروات ومن الأفضل أن تكون محلية وغير مستوردة، حسب موقع "ممنس هيلث" التخصصي في النصح الطبي.
ومن بين الخضار الموسمية المفيدة للمناعة الجزر واليقطين. فالجزر يتوفر على الفيتامينات A و C و E وهي مضادة لنزلات البرد. أما اليقطين فهو مليئ بالزنك الذي يقوي جهاز المناعة. يضاف إليها ملفوف الغطى.

بدانة الطفل ترفع خطر إصابته بالربو

حذرت مؤسسة الرئة الألمانية من أن البدانة ترفع خطر إصابة الأطفال بالربو؛ حيث أثبتت الدراسات الطبية وجود صلة مباشرة بين ارتفاع مؤشر كتلة الجسم وخطر الإصابة بالربو لدى الأطفال. وأوضحت المؤسسة أن مؤشر كتلة الجسم يكون مرتفعاً إذا كان يزيد على 25، مشيرة إلى أنه مع ارتفاع مؤشر كتلة الجسم ترتفع أيضاً نسبة النسيج الدهني، والذي يُكثف من عمليات الالتهاب داخل الجسم ويزيد من الحمل الواقع على الشعب الهوائية، وبالتالي يرتفع خطر الإصابة بالربو. وللحيلولة دون حدوث ذلك، شددت المؤسسة على أهمية محاربة البدانة لدى الطفل من خلال تعديل نظامه الغذائي، أي الإكثار من الفواكه والخضروات ومنتجات الحبوب الكاملة والإقلال من الدهون والسكريات والوجبات الجاهزة، مع ممارسة رياضات قوة التحمل باعتدال مثل المشي والجري وركوب الدراجات الهوائية والسباحة.

الشتاء أفضل وقت لفقدان الوزن

وفقاً لدراسة جديدة نشرت في مجلة "سيل ريبورتس ميديسن"، فإن ممارسة الرياضة في بيئة باردة يمكن أن تزيد من قدرة الجسم على التكيف مع درجات الحرارة المختلفة وتعزيز حرق الدهون. درس خبراء من جامعة كوبنهاغن مجموعة مؤلفة من ثمانية ذكور سبحوا خلال موسم البرد وذهبوا لجلسات السابونا بعد السباحة لمدة عامين، بينما اختارت مجموعة أخرى من السباحين ممارسة السباحة في شروط حرارة أكثر دفئاً. وأظهرت النتائج أن السباحين في الطقس البارد كانوا أفضل في التكيف مع تغير درجة الحرارة في بيئتهم وكان لديهم تنظيم حراري أفضل. علاوة على ذلك، فإن السباحين في الطقس البارد، شهدوا تنشيطاً أفضل للدهون البنية، وهي نوع خاص من دهون الجسم تساعد في تقليل الإصابة بأمراض القلب ومرض الشريان التاجي وداء السكري من النوع 2 وارتفاع ضغط الدم. إضافة إلى ما سبق، يقول الباحثون، إن تناول أنواع معينة من الأطعمة الشتوية يساعد في إنقاص الوزن، مثل الجزر الغني بالألياف التي تساعد على الشعور بالشبع لفترة أطول وتساعد في عمليات الهضم، وجذور الشمندر التي لا تحتوي على كمية كبيرة من السعرات الحرارية، والجوافة الغنية بالألياف، والتي تساعد على تحسين عملية الهضم وتعزز التمثيل الغذائي وإنقاص الوزن، وفق ما أوردت صحيفة تايمز أوف إنديا.

علامات تنذر بانفصال شبكية العين

قالت الجمعية الألمانية لطب العيون إن انفصال شبكية العين هو اضطراب في العين يعني تقشر شبكية العين عن الطبقة الكامنة فيها من الأنسجة الداعمة. وأوضحت الجمعية أن العوامل، التي ترفع خطر انفصال شبكية العين، هي: التقدم في العمر (بدءاً من 50 عاماً) وقصر النظر الشديد وإصابات العين الحادة والتاريخ العائلي وأمراض العين مثل التهاب العنبية وإجراء جراحة في العين سابقاً مثل إزالة الإعتام، بالإضافة إلى داء السكري وارتفاع ضغط الدم والتدخين. وأضافت الجمعية أن علامات التحذير، التي تنذر بانفصال شبكية العين، تتمثل في رؤية أجسام طافية ومضات في العين وتغميم الرؤية وتدهور الرؤية المحيطية (على الجانبين) والشعور بوجود حجاب أو ستار على مجال الرؤية. وينبغي استشارة الطبيب فور ملاحظة هذه الأعراض، نظراً لأن انفصال الشبكية قد يتسبب في الإصابة بالعمى، وغالباً ما يتم العلاج بواسطة الجراحة.

السل قد ينتقل بالتنفس

خلصت دراسة حديثة إلى أن مجرد التنفس قد يكون سبباً رئيسياً لانتقال عدوى السل، ما قد يغير في العمق استراتيجيات احتواء هذا المرض التي تركزت تاريخياً على أبرز أعراضه: العطس. ويذكر هذا النقاش بذلك الذي حصل في الأوساط العلمية في بداية جائحة كوفيد-19: ففي حال تأكيد فرضية انتقال السل من خلال التنفس، هذا يعني أن معالجة الأشخاص الذين أصيبوا بالأعراض لا تكفي لتوقف تفشي المرض. ففي الواقع، "يتحرك هذا الأمر مجالاً لتفشي العدوى بصورة لا يستهان بها قبل خضوع الأشخاص المصابين لأي علاج"، على ما أكد لوكالة فرانس برس أحد معدي الدراسة وهو راين ديكنلي من جامعة كيب تاون في جنوب إفريقيا. وأشار ديكنلي إلى أن المقاربة الجديدة ضد المرض يجب أن تقوم على رصد الأشخاص المصابين بالسل من دون انتظار خضوعهم للعلاج. وقال "إذا ما كان انتقال العدوى ممكناً في غياب أي أعراض، فإن ذلك يعقد المهمة كثيراً". وقدمت هذه النتائج التي لم تخضع بعد للمراجعة من علماء آخرين، خلال مؤتمر دولي عبر الإنترنت خصص للصحة الرئوية. والسل مرض معد يصيب الرئتين في أكثر الأحيان، بسبب بكتيريا تُعرف بالمتفطرة السلية أو عصية كوخ نسبة إلى اسم مكتشفها. وتسير تقديرات منظمة الصحة العالمية إلى أن 1.5 مليون شخص يموتون بسبب السل سنوياً، ما يجعله المرض المعدى الأكثر فتكاً "دون احتساب كوفيد".

أكثر من الحزن والأرق... علامات تكشف اكتئاب الرجل

قالت الجمعية الألمانية للطب والعلاج النفسي، وطب الأعصاب، إن لاكتئاب الرجل أسباب عدة تتمثل في التقدم في العمر، والإحساس بدنو الأجل، والوحدة، وفقدان عزيز، مثل شريك الحياة، أو أحد الأبناء، وفقدان مصدر الدخل المادي. وأوضحت الجمعية أن علامات مميزة، تنذر باكتئاب الرجل منها الاستغراق في العمل، أو الإفراط في ممارسة الرياضة، أو إدمان المخدرات والمشروبات الكحولية، إضافة إلى السلوك المتهور، والتصرفات العدوانية، أو المحوطة بالخاطر. وأضافت الجمعية أنه إلى جانب هذه العلامات هناك أعراض أخرى عامة والدوامات واضطرابات النوم. وتتمثل الأعراض النفسية المصاحبة في الحزن، والكآبة، والقلق، وفقدان الدوافع، وتراجع الثقة في النفس، والانهزامية، واليأس. وأوصت الجمعية المحيطين بالكتب، تشجيعه على استشارة الطبيب النفسي في أقرب وقت ممكن للعلاج النفسي قبل فوات الأوان وتقادم الحالة أو الإقدام على إيذاء النفس أو الانتحار. وأشارت الجمعية إلى أن أولى خطوات العلاج هي تحديد سبب الاكتئاب.



أعراض هبوط الرحم عند النساء

قالت الجمعية النسائية لأطباء أمراض النساء إن هبوط الرحم يعني تدلي الرحم باتجاه المهبل بسبب ضعف عضلات قاع الحوض. وأوضحت الجمعية أن أسباب ضعف عضلات قاع الحوض تتمثل في التقدم في العمر (سن اليأس) والحمل والولادة، بالإضافة إلى العوامل الجينية. وتتمثل أعراض هبوط الرحم في النزيف المهبلية وزيادة الإفرازات المهبلية والسلس البولي وآلام أسفل الظهر والشعور بتقل الحوض والشعور بألم أثناء ممارسة العلاقة الحميمة. وينبغي استشارة طبيب أمراض نساء فور ملاحظة هذه الأعراض للخضوع للعلاج في الوقت المناسب، والذي يتمثل في ممارسة تمارين تقوية عضلات قاع الحوض واستخدام جهاز مهبلي لدعم الرحم وإبقائه في موضعه، وفي الحالات الصعبة يتم اللجوء للجراحة. وإلى جانب هذه الطرق العلاجية، ينبغي الحفاظ على الوزن الطبيعي وتجنب رفع أعباء ثقيلة.



منوعات الفجر 22

إياد ريمايوي من سوريا وروك من الأردن ومصر

مواهب عربية بارزة في سهرات إكسبو 2020 دبي الغنائية نهاية الأسبوع



الجمعة - واعدة بأن تترك الجمهور في حالة من الانبهار. تجمع الفرقة بين اللغة العربية الكلاسيكية والموسيقى الشعبية المستوحاة من جميع أنحاء العالم، والتي تتخللها أنغام حديثة مستمدة من أغاني موسيقى ال"روك" وال"ريجي" ومن أغاني الموسيقى الإلكترونية. تبدأ العروض في تمام الساعة 23:00 على مسرح "دبي ميلنيوم"، على مدار يومين متتاليين. ونشجع الضيوف الراغبين في حضور العروض، مراعاة الوصول مبكراً إلى مكان الحدث، نظراً لمحدودية المقاعد، حيث سيتم الدخول وفقاً لأسبقية الحضور. سهرات إكسبو الغنائية هي سلسلة من الحفلات الموسيقية ستعرض في عطلة نهاية الأسبوع في إكسبو 2020 دبي ضمن فعاليات الحدث الدولي الممتدة على مدار 182 يوماً، والتي تهدف إلى تعزيز أطر التعاون بين شعوب ودول العالم.

الفرقة الصربية "أوت" التي تتخطى موسيقاها جميع الحدود الزمنية والجغرافية والثقافية لموسيقى الجاز في منطقة البلقان، حيث تمزج بصورة قوية بين الموسيقى الكلاسيكية، وفن الروك، والألحان التقليدية. وستعطي فرقة مسار إيجاري المسرح يوم الجمعة الموافق 22 أكتوبر لتقديم أغانيها التي تتسم كلماتها بالعنفوية وأحانها بالتقدمية. ومن الفرق الأخرى التي من المقرر أيضاً أن تحيي حفلاً موسيقياً "فرقة أوركسترا مندورا ثلاثينية" التي تتخذ من الولايات المتحدة مقراً لها، والتي يطلق على أسلوبها اسم "أندي مامبو". كما تقدم موسيقى تطرب لها المسامح تعزفها على آلات النقي الموسيقية اللاتينية، والأكورديون، والنحاس، والغيتار الفولاذي. أما فرقة البيت العشوائي، وهي فرقة روك عربية من الأردن، فستعطي خشبة المسرح أيضاً يوم

•• دبي إكسبو - الفجر
رسالة إكسبو - محمد جاهين
محمد معين الدين

يحيي الملحن السوري إياد ريمايوي، وفرقة الروك المصرية "مسار إيجاري"، وفرقة الروك الأردنية "البيت العشوائي" سلسلة حفلات "سهرات إكسبو الغنائية" على مسرح "دبي ميلنيوم" في إكسبو 2020 دبي نهاية هذا الأسبوع، في عرض مبهٍر لفنون الموسيقى التي تتجاوز الأنماط والأجيال، والثقافات. ويجذب إياد ريمايوي، الذي يشتهر بمقطوعاته الموسيقية الخاصة ببعض المسلسلات التلفزيونية مثل "ندم" و"العراق"، انتباه الجماهير يوم الخميس، 21 أكتوبر الجاري. ستعقب فقرته الموسيقية الممتدة 80 دقيقة

النجم الموسيقي البريطاني سامي يوسف يحيي حفلاً في ساحة التوصل نهاية الأسبوع

إحياء أراضي طريق الحرير، عبر محاكاة أسرة لتقاليدنا الموسيقية الأكثر تشويقاً. وأضاف: "على صعيد التصميم الإنتاجي، أسعدني حقا العمل مع فريق من ذوي المهارات والتصورات المنقطعة النظير، من أجل تقديم تجربة جذابة وغامرة إلى الحضور. وستكون هذه الفعالية أسرة وفريدة من نوعها، وأمل برويتكم جميعاً هناك". يُعرف سامي يوسف بحسه الابتكاري وقدرته على تخطي الحواجز الموسيقية على نحو متميز، وتجسد مجموعة أعماله الواسعة تأثيرات من الموسيقى الكلاسيكية الغربية والأصوات الحصرية، وصولاً إلى الموسيقى التقليدية لأراضي طريق الحرير وخارجها. وحتى يومنا هذا، قدم عروضاً في ست قارات، وتُرث إنتاجاته الموسيقية مجتمعة أكثر من مليار مرة. ننصح الزوار الذين يرغبون في حضور عرض "ما وراء النجوم" لسامي يوسف بالحضور مبكراً نظراً لمحدودية المقاعد، وسيكون الدخول بحسب أسبقية الحضور.



أقدم عرضاً في إكسبو 2020. سأعرض مؤلفات موسيقية جديدة كليا عدة كتبها خصوصا لهذه الفعالية الحية، بالإضافة إلى إعدادات موسيقية فريدة جديدة، والتعاون مع مجموعة لامعة من الموسيقيين العالميين تحت إشرافي، نهدف إلى

مثل الفيلم الناجح "سلامدوغ مليونير". وسيعطي انفراديا أيضا كل من المغنية المغربية الشهيرة نبيلة معن ومغني المقام الأذربيجاني تيار بيراموف في هاتين الأمسيتين. وقال سامي يوسف: "إنه لشرف كبير لي أن



التقليدية ذات الوترين، الذي عزف مع أمثال نجم الموسيقى التصويرية للأفلام السينمائية هانز زيمر، فينضم إلى يوسف على المنصة، إلى جانب عازف السيتار الهندي الشهير أسد خان، الذي ضمت أفلام عدة مقطوعات موسيقية له،

الجزيرة العربية، وتركيا، وآسيا الوسطى، فما بعد، لا ابتكار استعراض مدته 75 دقيقة، يضم ثمانية أعمال جديدة مكتوبة حصريا لعروضه الحية. أما قو غان، العازف البارع لآلة الأرهو الصينية

•• دبي - الفجر

يستعرض عازف الآلات المتعددة، والمغني والمؤرخ والممثل البريطاني، سامي يوسف، إنتاجا رائعاً من الموسيقى، والشعر، والمرئيات البصرية الأسرة بساحة التوصل في إكسبو 2020 دبي نهاية هذا الأسبوع، وذلك ضمن عرض يحاكي الإرث الفني لدولة الإمارات وأراضي طريق الحرير.

ويقدم يوسف ونخبة من أربع الموسيقيين من جميع أنحاء العالم عرض "ما وراء النجوم"، الذي يبدأ عند الساعة 8:30 مساء بتوقيت دولة الإمارات يومي 22 و23 أكتوبر، في حوار شيق بين تقاليد مختلفة، يتحلى كل واحد منها بلغته الموسيقية الخاصة البالغة التطور.

سامي يوسف، الذي استقطب جفله الموسيقي الأضخم على الإطلاق الذي أقيم في الهواء الطلق في مدينة اسطنبول 250,000 شخص، يستقي الإلهام لإنتاج الموسيقى والشعر من الأندلس وشمال أفريقيا وصولاً إلى شبه

لتقديم عروض موسيقية خلابة تكريماً لمستكشفي الفضاء الأوائل

أوركسترا الفردوس النسائية بإشراف الموسيقار العالمي إيه آر رحمان في إكسبو 2020 دبي



16 و51 عاما، لتبين أن عالم الموسيقى متاح للجميع ومن أجل الجميع.

خلال العرض الموسيقي ستقدم أوركسترا الفردوس مجموعة متنوعة من الألحان، أحدها مستلهم من الملحمة الفلسفية "هكذا تكلم زرادشت"، كتاب كتب للجميع وللا أحد" للفيلسوف الألماني فريدريك نيتشه، إضافة لمجموعة خلابة من الألحان الموسيقية الخاصة بعدد من الأفلام الكلاسيكية التي تدور حول الفضاء، مثل "حرب النجوم" و"إي تي" و"مغامرة على الأرض" ومقطوعة "بلاديو" لكارل جينكينز، والسيمفونية الخاصة لبيتهوفن، فيما سيختتم الحفل بأهلى طريقة ممكنة، عبر عزف أحدث المقطوعات الموسيقية من تأليف الموسيقار الكبير إيه آر رحمان، الشرف على الأوركسترا، التي ابتكرها خصيصاً لتكريم

أسبوع الفضاء في إكسبو 2020. يقول الموسيقار إي آر رحمان: "معرفة المجهول هو نوع من السعي وراء الحياة، وعبر استكشاف الفضاء نحن نستكشف أنفسنا".

•• دبي - الفجر

تستعد أوركسترا الفردوس، وهي الأوركسترا الرائدة التي تجمع بين أعضائها 50 موهبة من العازفات الموسيقيات الماهرات اللواتي يأتين من مختلف أنحاء العالم العربي، لاختتام أسبوع الفضاء في إكسبو 2020 دبي، بعرض موسيقي مبهٍر يوم السبت المقبل، تقدم خلاله مجموعة متنوعة من المقطوعات الموسيقية الخلابة المستوحاة من عالم الفضاء، كتكريم لمستكشفي الفضاء الأوائل، تتضمن معزوفة خاصة بالألحان الجديدة كليا لم تسمع من قبل للموسيقار الحائز على جائزة الأوسكار والجرامي إيه آر رحمان. ستستضيف حديقة "البوبيل" في إكسبو 2020 دبي، بدءاً من الساعة مساء يوم السبت 23 أكتوبر، عازفات أوركسترا الفردوس اللواتي سيدمن معزوفاتهن الساحرة والفريدة من نوعها، واحترافاً بثقافة المنطقة وتنوعها، تضم الفرقة، بقيادة المايسترو ياسمين صياح، عازفات من 23 جنسية مختلفة، تتراوح أعمارهن بين

الجناح الأمريكي في إكسبو 2020 يستضيف جلسة نقاش حول الشراكات الدولية في استكشاف الفضاء

وتابع: "الفضاء للجميع، ويجب أن يشارك فيه الجميع؛ ولهذا السبب تحدث دائما عن دول الفضاء الناشئة، وهي دول الشرق الأوسط وأفريقيا وأمريكا اللاتينية؛ هذا هو الوقت المناسب لهم جميعاً للمشاركة، وأمل أن أرى المزيد من الشركات الأمريكية تبرم شراكات مع رواد أعمال في الفضاء من هذه البلدان. لدينا الوقت المثالي للجميع للمشاركة، وأنا متحمس لذلك". وقال روبيرت هاروارد، المدير التنفيذي لدى شركة لوكهيد مارتن في الشرق الأوسط، نموذج الجامعات البحثية في التعاون. وقال: "نرى نهجا تصاعديا بين الطلبة والجامعات في مشاركة المعلومات بشكل أفضل من الوكالات الحكومية والشركات الخاصة. قد يصبح هذا هو نموذج المستقبل". وأضاف: "الفضاء بالنسبة لي مكان يطمح الجميع للذهاب إليه، وأعتقد أن نقاشات كالتى تحدث (في إكسبو 2020 دبي) تمنح الجميع القدرة على المشاركة بطريقة ما. أود أن أرى معاهدة شاملة تشمل الجميع لاستكشاف الفضاء".

الفضاء والتكنولوجيا والأعمال النووية لمجموعة جاكوب، على أهمية التعاون للدفع نحو الابتكار، خاصة بين الشباب، قائلة: "لا يوجد بلد واحد لديه أفضل الأفكار، علينا أن نأخذ الأفكار أينما نجدها. لذا علينا أن نتعاون". وأضافت أن "اكتشافات الفضاء ستصب في صالح قضية المناخ والاستدامة برمتها، وهي قضية حاسمة للجميع في الوقت الحالي وتتطلب تكاتف جميع الدول. كيف يمكننا إنشاء نظام بيئي دون تحديد المسارات التي تنبعث منها الكثير من نسب الكربون؛ عندما نضع أقدامنا صناعية قوية، نستطيع وقتها أن نرى ما يحدث للكوكب". وقال آين هربيرت، المدير العام لشركة ستارت لاب أوبيسيس: "نريد أن نكون روادا في استخدام تكنولوجيا الفضاء للأمن الغذائي، والمساعدة في حل أزمة التغير المناخي. وأرى أن منطقة الشرق الأوسط وأفريقيا وجنوب آسيا ستكون واحدة من أقوى المناطق فيما يتعلق بالفضاء، ونحن نتطلع أن تكون جزءاً من ذلك".

•• دبي - الفجر

استضاف جناح الولايات المتحدة في إكسبو 2020 دبي جلسة نقاشية بعنوان "الاستفادة من الشراكات الدولية في استكشاف الفضاء" ضمت أعضاء من شركات مختصة بينها بوينغ ولوكهيد مارتن ومجموعة جاكوبس إنجنيرينغ. وناقش المتحدثون سبل التعاون بين الدول وبعضها البعض وبين الحكومات وشركات القطاع الخاص في استكشاف الفضاء، وأهمية تلك الاكتشافات في حل مشكلات بيئية ومناخية تواجه كوكب الأرض. وقال كولجيت غامتا أورا، رئيس شركة بوينغ في الشرق الأوسط وتركيا وأفريقيا، إن "الخطوة الأولى التي يجب فعلها قبل عقد أي شراكات دولية في استكشاف الفضاء هي فهم طبيعة هذا القطاع؛ حينها ستعرف كل شركة وكل دولة دورها المطلوب وما تستطيع تقديمه في هذا الصدد". وأكدت دون هيكتون، المدير التنفيذي للعمليات ورئيس قسم



زوار الجناح المصري في أكسبو 2020 يشيدون بالتصميم والمقتنيات وحسن الضيافة

•• أكسبو : أسامة عبد المقصود

يعبر الجناح المصري عن حضارة الدولة المصرية الفرعونية بما يضمه من مقتنيات أثرية من بينها تابوت الكاهن بسماطيك، أحد التوابيت الخشبية الملونة التي تم اكتشافها بمنطقة سفرة، ويتزين التابوت بفسادة تشتهى برأسى صقر، وتظهر المعبودة "نوت" ناشرة أجنحتها، وتحمل ريشتي الماعت "إله الحق والعدالة" وتعد هذه المقتنيات نقطة في بحر من الآثار التي تمتلكها مصر حيث أنها واحدة من أهم الحضارات القديمة والتي تضرب في عمق التاريخ وكما يقال أن مصر جاءت ثم أتى التاريخ بعدها، ويقع جناح جمهورية مصر العربية بأكسبو 2020 دبي في منطقة الفرض التي تضم دول أوروبية وآسيوية مما يدل على أن الإمارات تمكنت من إعادة هيكلة الكرة الأرضية وتوزيع الدول على مساحات متقاربة ونقلها من قارة إلى قارة أخرى وكان أكسبو الكرة الأرضية الجديدة التي تضم دول العالم وتنتشر ثقافة الإنسانية والتعايش السلمي والأمن بين الشعوب على أرضها.

ومن أمام الجناح المصري في أكسبو 2020 دبي كان لنا لقاء مع عدد من الزوار الذين حرصوا على زيارته ومشاهدة المقتنيات واكتشاف ما به من رؤى تعيدهم للشعور بالحنين للوطن، فيقول أحمد سليم أنه حرص على زيارة الجناح المصري ومشاهدة المقتنيات الأثرية التي يتزين بها الجناح، واستطرد قائلاً أنه لم يرى الآثار المصرية كلها لانتشارها في ربوع مصر ولم يسعده الحظ بالتجول لمشاهدتها جميعاً لكنه رأى اليوم التابوت الأثري للكاهن بسماطيك والرأس الفرعونية بجمال النحت والتصوير الجمالي لهذه القطعة الأثرية العظيمة، وأعرب عن سعادته بالزيارة وتمنى أن تتكرر.

وعن مجموعة الصور والأفلام الترويجية قال مصطفى الشامي أن جناح مصر يعتبر الجناح المميز في منطقة الفرض وحسب ما شاهدت حتى الآن، خاصة وأن الجناح امتاز بما لدى مصر من حضارة عريقة ومقتنيات أثرية حقيقية شاركت بها الدولة في هذا المحفل الكبير ليكون وجهة سياحية وناطقة في العالم ولكل من لم يزور مصر ولم يراها، والصور الفرعونية والمعابد التي تعرض على شاشة عملاقة تبين مدى مهنية المصري القديم وإبداعه في النحت وكتابة

تاريخه. وقال عبد الرحمن عبد القادر زيارتي لجناح مصر في أكسبو 2020 دبي تعتبر الأولى وسوف تتكرر أن شاء الله، وسوف أعود زملائي وأصدقائي من الجنسيات الأخرى لزيارة الجناح ومشاهدة التابوت مباشرة بالعين بدلاً من مشاهدتها عبر وسائل الإعلام أو في صور على شبك



يقول أحمد فوزي الجناح المصري ابهرني على المستوى الشخصي وجمالي فخور أمام زملائي ونحن نشاهد الشاشات العملاقة التي تعرض الآثار والمعابد والساحة والعشب المرجانية في البحر الأحمر والزراعة والمشروعات الجديدة والعمارة التي تتم عن هويتنا العربية والإسلامية والفرعونية.

ويقول حاتم حامد كنت متوقع أن يكون الجناح المصري بأكسبو 2020 كما هو الآن فمذنا الإعلان عن مشاركة مصر وأنا على يقين من أن الجناح سيكون معبراً عن الهوية المصرية الفرعونية وبالفعل هو من أجمل الأجنحة في أكسبو 2020 وأعلى جناح لا يحتوي من آثار لا تقدر بمال ونحن فخورين جداً بهذا الصرح العظيم الذي اكتمل بالتصميم الداخلي والخارجي ولقت نظري أن الجناح المصري الوحيد الذي يسوق للسياحة بما لديه من آثار ويجذب المستثمرين ويعرض النهضة الزراعية والصحية والبنية التحتية والعالم السياحية التي تجذب السياح لمشاهدتها لأن مصر بها السياحة الدينية والعلاجية والتنقيضية.

ويقول محمود دياب أن الجناح المصر عجبني جداً وشعرت بالفخر وأنا شاهده وأزوره وسوف تتكرر الزيارة لعدة مرات وأشكر الدولة على أشركتك في هذا المحفل الكبير فلو لم تشارك مصر فيه كنا ستعلمنا بعد أن رأينا الجميع يحتفل بدوله لكن الحمد لله على هذا الجناح الذي يدعو للزهو بوطننا الغالي



أكسبو 2020 كما فيه من آثار فرعونية ومقتنيات ثمينة وعروض متميزة، ولم أجد زحماً على أي جناح مثل ما رأيت على الجناح المصري. كريم محمد يقول نحن نتغنى ببلدنا ووطننا الغالي ونباهي به العالم وكل زملائنا في العمل ومع ذلك ندعوم جميعاً لمشاهدة الآثار التي قد يصعب عليهم مشاهدتها في مصر الحبيبة .



مصر وهويتها، والكتابة الفرعونية القديمة التي تزين بها الجناح وتصميمه على شكل هرم واختيار المرشدين السياحيين كان موفقاً فمقابلتهم للزوار على أعلى مستوى والشرح وإي والدخول والخروج مريح وميسر. يقول فرج فوزي أنه لفخر أن نرى هذا الصرح العظيم يمثل مصر فالجناح مميز ويحفظ النظر بل اعتبره أفضل جناح في

منوعات الفكر 23



نورا المطروشي: استكشاف الفضاء

لا يقتصر على جنس أو دولة

•• دبي - الفجر

تأمل نورا عيسى المطروشي أن تصبح أول رائدة فضاء عربية، وأن تكون مهمتها الأولى إلى القمر، وتقول نورا إن استكشاف الفضاء لا يقتصر على جنس أو دولة، وأنه مجال مفتوح للجميع.

وفي حوار مع نورا المطروشي، خلال مشاركتها في أسبوع الفضاء، الذي ينظمه أكسبو 2020 دبي بالتعاون مع مركز محمد بن راشد للفضاء، ووكالة الإمارات للفضاء، في الفترة من 17 إلى 23 أكتوبر الجاري، وهو الأسبوع الثاني من أسابيع الموضوعات العشرة التي ستقام في أنحاء موقع الحدث الدولي ضمن برنامج الناس وكوكب الأرض.

تم اختيارك لتكوني أول رائدة فضاء عربية. ما أهمية ذلك بالنسبة لك ودولة الإمارات وجميع النساء؟

إنها مسؤولية كبيرة أن يتم اختياري لأكون أول رائدة فضاء عربية. ومجال استكشاف الفضاء لا يقتصر على جنس أو على دولة، فهو مفتوح للجميع؛ واعتقد أن النساء في عالمنا العربي سيستجعلن لدخول هذا القطاع بعد أن يروني دخلت فيه.

هل قدم لك هزاع التصوري أي نصيحة؟ وكيف أهتمتكم مهمته؟

نعم، هزاع النصورى وسلطان النيداي قدما لي النصائح الكثيرة؛ فهم من الدفعة الأولى ونستفيد من خبرتهم، حيث مرا بالتجربة كاملة. ومن النصائح أن أقوى عضلات اليدين من خلال التمرين المتواصل، لأنه في الفضاء ناعتمد على حركة اليدين كثيراً، ومع الحركة المتواصلة ستتعبان؛ فهذا يجب تقويتهما.

هل بدأت مرحلة تدريبك؟ وكيف تسير الأمور حتى الآن؟

بدأت مع زميلي محمد الملا التدريبات في مركز محمد بن راشد للفضاء، كما بدأتنا تعلم اللغة الروسية، وبدأنا بعض التدريبات للتعامل مع الصحافة، وإن شاء الله سنبداً التدريبات على الطيران، لتكون مستعدين أكثر عندما يبدأ التدريب مع ناسا.

ما هي آمالك بالنسبة لمهمتك الأولى؟

لم تحدد مهمتي الأولى بعد؛ أمل أن تكون مهمتي الأولى إلى القمر؛ وأمل أن أتمكن من القول إنني خطيت خطوة واحدة على سطح القمر.

ما هي النصيحة التي تقدميها لفتيات اللاتي يرغبن في العمل في قطاع الفضاء؟

نصيحتي أن نسعى لتحقيق أهدافنا؛ فإن فرص تحقيق الأهداف موجودة، وحتى إن لم تكن الفرص موجودة يمكننا أن نصنعها. وإذا في يوم من الأيام وصلنا لمرحلة تمكننا من إعطاء الفرص للناس فلنقدمها لهم، لأننا في يوم من الأيام كنا مكانهم وكنا نرغب في الحصول على فرصة.

هل أردت أن تصبحي رائدة فضاء عندما كنت طفلة؟

نعم، عندما كنت صغيرة كنت أحلم دائماً بأن أصبح رائدة فضاء، وأذكر أن معلمتي حولت لنا الفضل إلى سطح القمر، وأعطتنا معلومات عن كوكب الأرض والكواكب في مجموعتنا الشمسية؛ وبسبب هذه التجربة، بدأ يرسخ في داخلي هدف بأن أصبح رائدة فضاء.

برأيك، ما الذي سيقدمه أكسبو 2020 دبي لدولة الإمارات وللإنسانية؟

أكسبو 2020 دبي يعطي الفرصة للدول أن تجتمع في مكان واحد، وأن تجتمع العقول البشرية في هذا المكان ناقشة الأفكار وتبتكر وتطور تلك الأفكار؛ وتلاقى وجهات النظر من الممكن أن يلهمنا. أكسبو 2020 دبي منصة للإنسانية، لكي نعمل مع بعضنا البعض ونبنى مستقبل أفضل لنا ولأجيال المستقبل.

مديرة مكتب الأمم المتحدة لشؤون الفضاء: الأصول الفضائية مهمة للتنمية الاجتماعية والاقتصادية

•• دبي - الفجر

تقود عالمة الفيزياء الفلكية سيمونيتا دي بيبو مكتب الأمم المتحدة لشؤون الفضاء الخارجي بهدف تعزيز التعاون الدولي في الاستخدامات السلمية للفضاء الخارجي. وتعمل أيضاً لدى الأكاديمية الدولية للملاحة الفضائية. ومنذ عام 2016، وهي عضو في مجلس المستقبل العالمي لتكنولوجيا الفضاء التابع للمنتدى الاقتصادي العالمي. وخلال أسبوع الفضاء في أكسبو 2020 دبي "23-17 أكتوبر" أجرى فريق خدمة أخبار أكسبو مع سيمونيتا دي بيبو، مديرة مكتب الأمم المتحدة لشؤون الفضاء الخارجي الحوار التالي:

هل يمكنك شرح أبرز أهداف مكتب الأمم المتحدة لشؤون الفضاء الخارجي؟

تأسس مكتب الأمم المتحدة لشؤون الفضاء الخارجي في عام 1959، والهدف الرئيسي هو الحفاظ على الاستخدامات السلمية للفضاء الخارجي، وجلب فوائد الفضاء للبشرية في كل مكان. كما لدينا مجموعة متنوعة من الأنشطة، مثل العمل في لجنة الاستخدامات السلمية للفضاء الخارجي، والتي تخدمها حالياً 100 دولة من أصل 193 دولة عضو في الأمم المتحدة. لدينا أيضاً الكثير من الأنشطة لمساعدة البلدان النامية والناشئة على الاستفادة من استخدام الفضاء من أجل التنمية الاجتماعية



والاقتصادية المتدامة في بلدانهم. نحن حقا نعزز التعاون الدولي لصالح الجميع على الأرض.

سيطرت سياحة الفضاء على عناوين الأخبار في الأشهر الأخيرة. أين ترين قيمة مثل هذه الأنشطة وكيف يمكن ضمان وصول الفوائد منها إلى الجميع؟ استثمرت الحكومات الأموال في تطوير تكنولوجيا الفضاء، بدءاً من الأقمار الصناعية للاتصالات إلى الأقمار الصناعية المترية ثم أقمار رصد الأرض. ومع

تلبية القطاع الخاص لهذه الفرصة من منظور تجاري، أتوقع أن تكون هذه بداية حقبة جديدة. وعندما ننظر إلى الأرض من مسافة، تترك مدى هشاشتها - علينا أن نضع في الاعتبار تغير المناخ، وعلينا أن نعمل معاً للحفاظ على الكوكب للأجيال المقبلة. برأيك، ما هي الحدود التالية التي يجب استكشافها في الفضاء؟

استكشاف النظام الشمسي. ما الذي يمكن أن نتعلمه من استكشاف الفضاء ويمكن تطبيقه على الأرض؟

في كل مرة يكون لديك هدف صعب؛ عليك تطوير تقنيات جديدة، وعلينا أن تكون مبدعاً ومبتكراً، وعلينا أن نجمع براعة أكثر الأشخاص موهبة معاً لتحقيق الهدف. هذا يجلب الكثير من المزايا إلى الأرض، كما رأينا بالفعل في السنوات الستين الماضية منذ إطلاق أول قمر صناعي إلى الفضاء.

إتاحة فرص متساوية لاستكشاف الفضاء تعني مشاركة العديد من البلدان في هذا القطاع المهم. ماذا يعني ذلك بالنسبة لسلامة وأمن واستدامة أنشطة الفضاء الخارجي؟

كلما زاد عدد الأقمار الصناعية الموجودة في المدار، زاد التفكير في الاستدامة وكيفية الحفاظ على الفضاء، وهو مورد للجميع وللأجيال المقبلة. ولتطوير القطاع التجاري، علينا التركيز على سلامة وأمن واستدامة الفضاء الخارجي.

مملكة ليسوتو تستعرض كنوزها الطبيعية وجهود الاستدامة في أكسبو 2020 دبي

•• دبي-وأم

الذي قدرت قيمته بـ 18 مليون دولار. تعتبر جبال بسيتو الشاهقة مصدر فخر لشعبها ومنها تستوحي قبعات موكوروتلو تصميمها المخروطي وتصنع من عشب الويسها وتعتبر رمزا للهوية الوطنية كما تتوسط علم الدولة.

من جهة أخرى يدعم قطاع التكنولوجيا وبالأخص قطاع الاتصالات جيل الشباب عبر فتح أبواب التواصل مع العالم وجذب فرص الاستثمارات المحلية والعالمية وقد عملت "شركة فوداكوم" جنوب أفريقيا منذ بدايه جانحه كوروناً على تحسين وتطوير شبكات الاتصال لضمان التواصل بين سكان ليسوتو وتسهيل خدمات التعليم والعمل عن بعد.

وتتعم اراضي ليسوتو باساعة الشمس الساطعه 300 يوم في السنه مما يتيح انتاج الكهرباء عن طريق تحويل الطاقة الشمسيه باستخدام تقنيه الفوتوفولتيك ستنتمن ليسوتو قريبا من تحقيق الاكتفاء الذاتي من الطاقه الكهربائيه عبر محطه توليد للطاقه.

تحتفظها جنوب افريقيا من كل الجهات والمملكة دولة غير ساحليه مغلقة من كل الجهات وتعتمد على بحر جنوب افريقيا..مشيرا إلى أن جناح

مملكة ليسوتو في أكسبو 2020 دبي وعن طريق بعض الأعمال الفنية يشرح ويوعي زوار الجناح حول التهديد المتزايد للنظم البيئية الناجمة عن تغير المناخ ويتمحور العمل الفني حول فكره الاختفاء الوشيك للمناظر الطبيعية والكائنات الحيه.

كما يعرض الجناح ثمانية مجسمات من الزجاج يشرح من خلالها المشاركة الجماعيه والفرديه لسرب من الطيور المتحجرة اثناء طيرانها ويؤكد على المخاوف من الانقراض التسارع للانواع المهدده بالانقراض.

وتتيح الموارد المائية الضخمه في ليسوتو تلبية الارتفاع في معدل استهلاك الاسماك في الآونه الاخره حيث توفر موارد المياه العذبه والسدود ومزارع الاسماك ملاذا خاليا من السموم للاسماك ولاسيما سمك السلمون المرقط كما تساهم الارتفاعات المتفاوته في ليسوتو في تأمين ظروف مائيه مختلفه

تساعد على تنوع انواع السلمون والسلمون المرقط التي يتم تصديرها الى جنوب افريقيا. أما الزراعة الذكيه مناخيا فتهدف إلى تعزيز قدره الانظمه الزراعيه على دعم الامن الغذائي ويساهم الاستثمار في الزراعة الذكيه في الحفاظ على استدامه الموارد الغذائيه وتأمين التنوع الغذائى على مدار العام ومن ابرز فوائد الزراعة الذكيه انها قادره على زياده الدخل في القطاع الزراعي وتخفيض الانبعاثات الكربونيه. وتعيش خراف الميرينو وماعر الانغورا في جبال ليسوتو المرتفعه وتعتبر مصدرا لانتاج الاف الكيلوغرامات من الموهير والصوف سنويا مما يجعل ليسوتو ثاني اكبر دوله منتجه لاجود الصوف والموهير في افريقيا. كما تعتبر ليسوتو موطننا لاجود و أعلى أنواع الماس في العالم ويشتهر منتج لستينج بإنتاج أعلى أحجار الماس في العالم نظرا لجوده الأحجار المستخرجه منه كما يستخرج منه مؤخرا احد اكبر احجار الماس في العالم



مصرف الإمارات للتنمية ومكتب أبوظبي للاستثمار يوقعان مذكرة تفاهم للتعاون في تعزيز الأعمال واستقطاب الاستثمارات الأجنبية المباشرة

بين مكتب أبوظبي للاستثمار ومصرف الإمارات للتنمية في تحفيز الفرص على المدى البعيد في الإمارة والارتقاء بمستويات الدعم المقدم للمستثمرين" من جانبها، قالت منيرة هشام الكتاب، المديرة التنفيذية لمكتب أبوظبي للاستثمار: "تحسد هذه المذكرة التزام مكتب أبوظبي للاستثمار ومصرف الإمارات للتنمية بالتعاون الكامل لتحقيق التنمية والازدهار الاقتصادي الشامل لإمارة أبوظبي من خلال دعم وتوسعة أعمال القطاع الخاص. ستساهم جهودنا المشتركة في توفير موارد قوية تمكن المستثمرين من تأسيس أعمالهم وتطويرها في الإمارة".

أبو ظبي للاستثمار بموجب مذكرة التفاهم على استكشاف مجالات التعاون الثنائية لدعم استقطاب الاستثمارات إلى أبو ظبي من قبل الشركات الكبيرة والمتوسطة والصغيرة والناتجة، إضافة إلى تعزيز سهولة مزاولة الأعمال في الإمارة، وتوفير تمويل لسلاسل التوريد وجهود توسيع عمليات الشركات التي تتخذ من أبو ظبي مقراً لها. ويهدفه المناسبة، قال أحمد محمد النقيب، الرئيس التنفيذي لمصرف الإمارات للتنمية: "يسعدنا أن نتعاون مع مكتب أبوظبي للاستثمار بهدف تمكين عملية النمو والتنوع الاقتصادي لإمارة أبوظبي".

•• أبو ظبي- الفجر:



مؤسسة وطني الإمارات تختار دو شريكا للانتقال إلى منصة دبي بالس

•• دبي- الفجر:

أعلنت دو، التابعة لشركة الإمارات للاتصالات المتكاملة، أمس، عن اختيارها من جانب مؤسسة "وطني الإمارات" برنامج التنمية الاجتماعية الهادف إلى تعزيز الهوية الوطنية ومفهوم المواطنة الصالحة في المجتمع المحلي، لتكون مزود الخدمات السحابية المفضل لمساعدة المؤسسة على نقل تطبيقاتها ومراكز بياناتها إلى منصة دبي بالس، المبادرة المشتركة بين دبي الذكية ودو. وتهدف المؤسسة من خلال هذه الخطوة إلى ترحيل بياناتها وتطبيقاتها واستضافتها في البيئة السحابية الآمنة التي تتميز بها "دبي بالس"، إلى جانب الاستفادة من مجموعة متكاملة من الخدمات المدارة التي توفرها المنصة، حيث ستؤدي مهمة مساعدة المؤسسة لتحقيق هذه الأهداف. وجرى الإعلان عن توقيع اتفاقية الشراكة الجديدة على هامش فعاليات أسبوع جيتكس للتقنية 2021.

وقال فهد الحساوي، الرئيس التنفيذي لشركة الإمارات للاتصالات المتكاملة: "نحت منصة دبي بالس منذ إنطلاقها في تسهيل وصول الأفراد والشركات والجهات الحكومية إلى خدمات المدينة وبياناتها بفضل ما تتمتع به من مستوى عالٍ من الأداء والموثوقية والأمان، كما أثبتت كفاءتها كنظام تشغيل رقمي يواكب متطلبات المستقبل ويبي احتياجات كافة شرائح وفئات المجتمع، وبالتالي إلى ازدياد الطلب على المزاي والإمكانات التي توفرها السحابة في بيئات التشغيل المتطورة، تؤكد في دو التزامنا بدعم عملائنا في رحلتهم للانتقال إلى عالم الخدمات السحابية معتمدين في ذلك على مواردنا وخبرتنا الواسعة بما يضمن لهم تحقيق أهدافهم المنشودة. وتشكل شراكتنا مع مؤسسة وطني الإمارات، خطوة جديدة في إطار مساعيها وجهودنا لتمكين الشركات والمؤسسات الوطنية في رحلتها نحو مواكبة متطلبات التحول الرقمي، وستتيح لنا هذه الشراكة تزويد المؤسسة بقدرات وحلول سحابية مصممة خصيصاً لتبسيط العمليات وضمان الاستدامة التشغيلية على المدى الطويل".

ويجلب الفوائد والميزات التشغيلية المستدامة التي تتمتع بها المؤسسات نتيجة التطورات والتحول الرقمي، تسعى مؤسسة وطني الإمارات إلى تحقيق رؤيتها الرامية إلى تعزيز مرونة عملياتها والقدرة على التوسع وحماية أمن البيانات وتوفير التكاليف من خلال تنفيذ مبادرات الجديدة وترحيل خدمات تكنولوجيا المعلومات إلى السحابة. ولتحقيق هذه الأهداف وغيرها، تحتاج المؤسسة إلى خادم ملفات مستند إلى السحابة لتسهيل مشاركة المستندات بين المستخدمين، ومصادقة الملفات بشكل سلس للمستخدم وأجهزة الحاسوب وترخيص استخدامها في شبكة نطاق ويندوز، هذا بالإضافة إلى القدرة على تعيين سياسات الأمان وتطبيقها لجميع أجهزة الكمبيوتر، بما في ذلك تحديثات البرامج وعمليات التثبيت والتركيب.

ومن جهته قال ضرار بالهول الفلاسي، المدير التنفيذي لمؤسسة وطني الإمارات: "بالنظر إلى أن منصة دبي بالس هي مبادرة مشتركة بين دبي الذكية ودو، فقد وقع اختيارنا على دو باعتبارها شركة وطنية رائدة في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصالات لمساعدتنا في رحلة نقل تطبيقاتنا وبياناتنا إلى المنصة السحابية. وتنتقل إلى الاستفادة من محفظة الخدمات المدارة المتكاملة التي توفرها منصة دبي للارتقاء بمستوى خدماتنا خلال السنوات القادمة، ويسعدنا التعاون مع دو لدعمنا في الحصول على الخدمات التي نحتاجها".

هذا وستعمل دو على تمكين مؤسسة وطني الإمارات من إطلاق رحلتها نحو عالم الخدمات السحابية من خلال التنفيذ السلس والسريع لعملية نقل خدماتها إلى سحابة دبي بالس، ما يساهم في ضمان استمرارية الأعمال للمؤسسة واستفادة من محفظة خدمات مدارة متكاملة، والوصول إلى الشبكات والخدمات المطلوبة.

واستناداً إلى المتطلبات التي تحتاجها المؤسسة، ستقدم دو لمؤسسة وطني الإمارات ميزات منصة البنية التحتية كخدمة (IaaS) للاستفادة من خدمات الدليل والنشاط والخدمات المدارة الأخرى. وسيتم توفير هذه المزاي عبر منصة دبي بالس، التي تتميز بقابليتها للتطوير ومستواها العالي من الأمان واستضافتها في مراكز بيانات من المستوى الثالث في الإمارات العربية المتحدة.

غرفة عجمان تشارك في منتدى مستقبل الصناعات الغذائية بمعرض إكسبو

•• دبي- الفجر:

معرض إكسبو 2020 دبي تستهدف من خلالها بحث التعاون مع الوفود الاقتصادية والتجارية، وتنسيق اللقاءات المشتركة بين رجال الأعمال والمستثمرين وسيدات الأعمال ورواد ورائدات الأعمال من الإمارة مع نظرائهم من الدول المشاركة في المعرض، إلى جانب دعوة الوفود الاقتصادية لزيارة إمارة عجمان بهدف تنمية الأعمال وإيجاد الشركات الدائمة لتنمية القطاع الخاص وتمكين مجتمع الأعمال في الإمارة من الاستفادة من الحدث العالمي. من جانبه أوضح عبدالله عبدالحسن النعيمي، أن قطاع الأغذية والمشروبات من القطاعات الرئيسية في إمارة عجمان، الأمر الذي يعزز من أهمية المشاركة الترويجية للمؤسسات العاملة في قطاع الأغذية والتعرف على آخر تطورات قطاع الأغذية والمشروبات وفرص تطوره.

شاركت غرفة تجارة وصناعة عجمان في منتدى مستقبل الصناعات الغذائية بمركز دبي للمعارض في معرض إكسبو 2020 دبي، بحضور معالي مريم بنت محمد سعيد حارب المهيري وزيرة دولة للأمن الغذائي والمائي، ويستمر المنتدى على مدار يومي 19 و20 أكتوبر الجاري، بحيث تهدف غرفة عجمان من المشاركة إلى دعم قطاع صناعة الأغذية وإيجاد فرص لتنمية أعمال أعضاء غرفة عجمان من المنشآت العاملة في صناعة الأغذية والمشروبات.

ترأس وفد غرفة عجمان المشارك، ناصر الظفري المدير التنفيذي لقطاع دعم الأعضاء والابتكار، وحضر الملتقى عبدالله عبدالحسن النعيمي مدير إدارة علاقات ودعم الأعضاء ومجموعة من أصحاب ومسؤولي منشآت صناعة الأغذية من أعضاء غرفة عجمان.

وأكد ناصر الظفري على أهمية المنتدى ودوره الرائد في توفير منصة عالمية لبحث سبل تطوير قطاع صناعة الأغذية والمشروبات واستشراف مستقبله بحضور صنّاع القرار وقادة الأعمال والأكاديميين المتخصصين والخبراء ورجال الأعمال المهتمين والعالميين في قطاع صناعة الأغذية، موضحاً أن المنتدى يوفر فرصة لاستعراض الحلول ومواجهة التحديات التي قد يواجهها صنّاع الأغذية والمشروبات وطرح أفضل الممارسات والابتكارات واكتشاف الفرص لتطوير ونمو هذا القطاع. وأشار المدير التنفيذي لقطاع دعم الأعضاء والابتكار، أن غرفة عجمان تعتمد أجندة مشاركات واسعة خلال



الاتفاق على ضم 12 مركز بيانات تحت مظلة شركة "خزنة داتا سنترز"

تعاون بين اتصالات و جي 42 لتأسيس أكبر مزود لمراكز البيانات في الإمارات

•• أبو ظبي - وام:

- العمل على إعداد خطط ضخمة لتوفير 300 ميجاوات لدعم الاقتصاد الرقمي في الإمارات
- تعزيز الاتفاقية من مكانة الإمارات كوجهة مفضلة لكبرى الشركات التقنية في العالم

الإمارات على تسريع رحلتها في التحول الرقمي، وبما يمكن المؤسسات العامة والخاصة من الدخول في مرحلة جديدة تتميز بالكفاءة والمرونة. ومن خلال هذه الاتفاقية الفريدة فإننا نتطلع إلى التعاون مع مجموعة اتصالات لخلق قيمة مضافة لجميع أصحاب المصلحة والمجتمع بشكل عام". بدوره قال حسن النقيب، الرئيس التنفيذي لـ "خزنة داتا سنترز"، "تزايد مستويات البيانات التي يتم إنتاجها وتخزينها وتحليلها بشكل كبير في منطقة الشرق الأوسط، مما أدى إلى زيادة الطلب على خدمات مراكز بيانات البيعات بالجملة. يتطلب هذا النمو المزيد من التركيز على تعزيز مجالات التعاون واستخدام البيانات المشتركة للارتقاء بمستويات أداء الأعمال. من هنا ستكون "خزنة داتا سنترز" التي تستغل طاقاتها الاستيعابية إلى 300 ميجاوات من الحمل المعلوماتي، يمكن ودعم رئيسي لنمو وتطور الأعمال، مع قدرة عالية على إدارة مستوى الاتصال

الارتقاء بتجاربه العملاء بما يتوافق مع استراتيجيتها ورؤيتها المتمثلة في "قيادة المستقبل الرقمي لتمكين المجتمعات". ومن هذا المنطلق، وضعت مجموعة اتصالات الأساس الكفيل بتعزيز مكانتها الرائدة في مجال خدمات البنية التحتية الرقمية، ومن خلال شراكتنا مع G42، سننتقل بظموحنا الرقمية إلى مستويات جديدة أكثر تطوراً وتقدماً". من جانبه قال بيغ شيوا، الرئيس التنفيذي لمجموعة G42، "نحن سعداء بهذه الشراكة مع اتصالات، مشغل الاتصالات الرائدة في المنطقة والعالم، وبما يعزز من مكانة دولة الإمارات في مجال مراكز البيانات ويساعد على تحقيق طموحاتها وتطلعاتها الاقتصادية الحالية والمستقبلية. ومع استمرار ارتفاع الطلب على خدمات تخزين البيانات وخدمات البنية التحتية السحابية المبتكرة في دولة الإمارات والعالم، فإن هذه الشراكة الجديدة بين اتصالات ومركز البيانات التابع لنا "خزنة"، ستساعد دولة

أبو ظبي الرقمية توقع اتفاقية شراكة مع هواوي في جيتكس 2021

•• دبي - وام:

يتماشى مع دورها المحوري في قيادة المستقبل الرقمي لحكومة أبو ظبي، وفي إطار جهودها الرامية إلى دعم الشركاء الحكوميين لتقديم أعلى مستوى من الخدمات، مع العمل على بناء بيئة رقمية تشرى نمط الحياة وتقدم تجربة متميزتين. تتيح اتفاقية الشراكة الموقعة مع شركة هواوي وغيرها من اتفاقيات الشراكة الموقعة خلال معرض أسبوع جيتكس للتقنية 2021، فرصة الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة في دعم جهود مسيرة التحول الرقمي في الإمارة الرامية إلى تحسين نوعية الخدمات الحكومية، وذلك من خلال دعم المتعاملين وتسهيل معاملاتهم بما يضمن رضاهم وسعادتهم".

وقعت هيئة أبو ظبي الرقمية اتفاقية شراكة مع هواوي، الرائدة عالمياً في توفير البنى التحتية لتقنية المعلومات والاتصالات والأجهزة الذكية، وذلك بهدف دعم جهود الجهات الحكومية بتسريع عجلة التحول الرقمي في إمارة أبو ظبي من خلال دعم وتمكين حكومة رقمية متقدمة وأمنة ومتعاونة. وتم توقيع الاتفاقية ضمن فعاليات معرض "أسبوع جيتكس للتقنية 2021" من قبل سعادة الدكتور محمد عبدالحميد العسكري، المدير العام لهيئة أبو ظبي الرقمية، وجياوي ليو، الرئيس



المهرجان الدولي الرابع للتمور السودانية ينطلق 30 نوفمبر المقبل

•• أبوظبي-وام:

بدعم سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة، أعلنت اللجنة المنظمة للمهرجان الدولي الرابع للتمور السودانية استعدادها لإقامة الدورة الرابعة من المهرجان في قاعة الصداقة بالخرطوم خلال الفترة 30 نوفمبر المقبل ولغاية 3 ديسمبر القادم. تنظم المهرجان جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي بالتعاون مع وزارة الزراعة والغابات وجمعية فلاحه ورعاية النخيل السودانية بمشاركة محلية وعربية واسعة من مزارعي ومنتجي ومصنعي التمور..ويأتي تنظيم هذا المهرجان بدورته الرابعة بعد أن

حققت الجائزة نجاحاً ملموساً في تنظيم مهرجان التمور السودانية بدورته الأولى والثانية والثالثة على التوالي كما حقق المهرجان أهدافه المنشودة. جاء ذلك في تصريح صحفي لمعالي الدكتور الطاهر محمد إسماعيل حربي وزير الزراعة والغابات في جمهورية السودان خلال لقائه الدكتور عبد الوهاب زايد أمين عام جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي أمس للتوقيع على مذكرة التفاهم بين الطرفين لتنظيم المهرجان الدولي الرابع للتمور السودانية بحضور الدكتور نصر الدين شلقامي نائب رئيس مجلس الأمناء لجمعية فلاحه ورعاية النخيل السودانية والدكتور بدر الدين الشيخ الأمين العام لجمعية فلاحه ورعاية النخيل السودانية حيث

أشاد معاليهيب الرعاية الكريمة لمهرجان التمور السودانية بدورته الرابعةالذي بات يشكل علامة فارقة في مسيرة تطور قطاع نخيل التمر بالسودان ونقطة فاصلة في دعم المزارعين وإتاحة الفرصة لهم للاطلاع على أفضل الممارسات الزراعية بنخيل التمر عبر المشاركة العربية النوعية حيث يشارك أكثر من عشرة من المؤسسات والمنظمات والشركات الإقليمية والدولية يمثلون خمسة دول هي الامارات العربية المتحدة وجمهورية مصر العربية والمملكة الأردنية الهاشمية والجمهورية الإسلامية الموريتانية والمملكة العربية السعودية بالإضافة إلى أكثر من 100 مزارع نخيل من جمهورية السودان.

من جهته أكد الدكتور عبد الوهاب زايد أن المهرجان الدولي الرابع للتمور السودانية يأتي لإبراز الدور الريادي لدولة الإمارات في دعم القطاع الزراعي وخاصة في مجال نخيل التمر وللتأكيد على المكانة الدولية لجائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي ودورها البناء في تطوير قطاع نخيل التمر والارتقاء به على المستوى العربي والدولي بفضل الرعاية الكبيرة التي تلغها من قبل مؤسس وراعي الجائزة صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله وكذلك توجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة ودعم سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة ومتابعة معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان وزير التسامح والتعايش رئيس مجلس أمناء الجائزة..منوها ان سفارة الدولة بالخرطوم لم تألوا جهداً في تقديم كافة التسهيلات والدعم لإنجاح هذا التعاون



ق 30 نوفمبر المقبل

وتحقيق تلك الأهداف السامية والعمل بدأ واحدة من أجل الارتقاء بقطاع النخيل والتمور السودانية بما يعكس العلاقات النموذجية بين دولة الإمارات العربية المتحدة والجمهورية السودانية.

كما أكد الدكتور نصر الدين شلقامي نائب رئيس مجلس الأمناء لجمعية فلاحه ورعاية النخيل السودانية أن المهرجان الدولي الرابع للتمور السودانية جاء ليؤكد على عمق العلاقات الثنائية التاريخية بين البلدين والشعبين الشقيقين وعلى الثقة الكبيرة التي أولتها القيادة الرشيدة في البلدين من أجل العمل سوياً لتطوير وتنمية قطاع زراعة النخيل وإنتاج التمور بالسودان.. مشيراً إلى الأهمية الاستراتيجية التي يحظى بها المهرجان من جانب تعزيز حضور أصناف التمور السودانية في السوق العربي والدولي وزيادة الاهتمام والتنافس بين المزارعين لتحقيق أفضل النتائج بالإضافة إلى اعتباره فرصة لتطوير قطاع نخيل التمر زراعة وصناعة وتصدير على مستوى جمهورية السودان.



في اليوم الثالث من فعاليات فينتك سيرج

الإمارات تقود مسيرة التحول الرقمي في قطاع الخدمات المالية

•• دبي-الفسج:

أكدت رجاء المزروعى، نائب الرئيس التنفيذي لبرنامج فينتك هايف التابع لمركز دبي المالي العالمي، خلال كلمتها الرئيسية ضمن فعاليات اليوم الثالث من فينتك سيرج المكانة المتميزة التي وصلت إليها دولة الإمارات في ترسيخ منظومة الأعمال الحاضنة للشركات الناشئة في مجال التكنولوجيا المالية والشركات التقنية الجديدة في قطاع الخدمات المالية. وخلال كلمتها التي ألقتها في الفعالية المنعقدة في مركز دبي التجاري العالمي وتستمر حتى 20 أكتوبر، سلطت المزروعى الضوء على الدور المحوري الذي يلعبه برنامج فينتك هايف، باعتباره أول وأكبر مسرع للأعمال ضمن قطاع التكنولوجيا المالية في منطقة الشرق الأوسط وأفريقيا وجنوب آسيا. وقالت المزروعى: "شهدنا في قطاع الخدمات المالية تحولات جذرية على المستوى الإقليمي، حيث تولت دولة الإمارات دوراً ريادياً في دفع عجلة هذا التغيير. كما شهدنا ترخيص وإطلاق مصرف الإمارات المركزي لثلاثة بنوك رقمية، ولا يسعنا الانتظار حتى تصل هذه البنوك إلى الأسواق وترفع مستوى التنافسية. حيث سيتعين على المؤسسات المالية في هذه المرحلة أن تتحدى نفسها داخلياً أو تغير من نموذج عملها أو تبحث عن فرص تتيح لها التركيز على منتجات أساسية وتمكين الشركات الناشئة في مجال التكنولوجيا المالية من الوصول إلى جميع التقنيات والابتكارات التي توفرها". وأسهم برنامج فينتك هايف

في تسريع أعمال أكثر من 120 شركة ناشئة في مجال التكنولوجيا المالية من خلال برامج مختلفة، كما ساهم في البرهنة على 75 مفهوم أعمال وإطلاق أكثر من 40 منتج يتم استخدامها في المؤسسات المالية في الإمارات منذ إنطلاقه عام 2017.

وأكدت السيدة رجاء ذلك على الجهود المبذولة في الدولة لدعم التطوير المهني للمرأة في قطاع الخدمات المالية، حيث أشارت إلى دور مبادرة أكسيليريت هير التابعة لبرنامج فينتك هايف، والتي قدمت الدعم لأكثر من 60 سيدة حتى اليوم ومكنتهن من التواصل مع الاستشاريين الخبراء وقادة منظومة الخدمات المالية والمصرفية.

سترايب: التكنولوجيا المالية توفر تجارب سلسة

تناقص التغييرات الكبيرة التي يشهدها القطاع المالي والمصرفي قائمة المواضيع الأكثر أهمية في الوقت الحالي. ويؤكد كونايل شويترام من شركة سترايب الرائدة عالمياً في مجال التكنولوجيا على إمكانات التي يوفرها استخدام الأدوات والخدمات المالية للعملاء والعلامات التجارية على حد سواء.

وقال: "يتيح إدماج الخدمات المالية ضمن بيئات ومنظومات جديدة تجربة سلسة للعميل في عدة مجالات، بما فيها حركة الأموال واستخدام البطاقات الائتمانية وتقديم القروض وغيرها الكثير. ونتيح القوانين الناظمة والتكنولوجيا بصفتها المحركين الرئيسيين في هذا المجال، الوصول إلى خدمات مالية نموذجية وإن

بشكل تدريجي. وانتقلت التكنولوجيا المالية من استيراد الخدمات المصرفية من البنوك تدريجياً إلى إنشاء منصات وتقنيات توفر خدمات جديدة مستقلة". ويوفر استخدام الأدوات والخدمات المالية طريقة تواصل بسيطة باستخدام الواجهات البرمجية للتطبيقات بحيث يشكل الهيكل الأساسي الذي يضمن قيمة مضافة للعميل عن طريق تقديم تجربة جديدة وسلسة. كما يوفر قيمة مضافة للشركات من خلال منحها المجال لتقديم الخدمات وتوزيع مصادر الدخل. ويساعد المنظومة المالية أيضاً من خلال تسريع عملية تحول المدفوعات إلى شكلها الرقمي.

التحول الرقمي في نموذج عمل فروع المصارف

ناقش فيليب كينج، الرئيس العالمي لمجموعة الخدمات المصرفية للأفراد في مصرف أبوظبي الإسلامي، الدور المحوري الذي يمكن أن يلعبه فرع مصرفي صغير في واقع السوق القائم على التقنية بشكل متزايد.

وقال: "نسمع كثيراً في قطاع الخدمات المصرفية للأفراد عن عدم أهمية أحد الفروع المصرفية أو إغلاقه بشكل نهائي. إلا أننا نؤمن بأهمية تحويل فكرة الاستغناء عن الفروع المصرفية إلى تطويرها. وتبلغ نسبة العملاء ممن يستخدمون الوسائل الرقمية حوالي 70% من عملائنا، حيث يستفيدون من خدماتنا المصرفية الرقمية بشكل يومي أو أسبوعي على الأقل. وسجلنا خلال شهر واحد 13 مليون معاملة عبر

الفكرة

27



حكومة الإمارات تطلق مبادرة رواد الاقتصاد الرقمي

•• دبي-وام:

أطلقت حكومة دولة الإمارات مبادرة "رواد الاقتصاد الرقمي" الهادفة إلى تعزيز قدرات المواهب الشابة وتزويدها بالمعارف والخبرات اللازمة لتطوير تكنولوجيا مستقبلية متقدمة تنعكس إيجاباً على الاقتصاد والقطاعات الحيوية في الدولة، بما يمكنهم من المنافسة على أفضل فرص العمل مع كبرى الشركات العالمية المتخصصة في البرمجة والكفاءات الاصطناعية لتطوير حلول مبتكرة للتحديات، بما يمكنهم من المساهمة في تعزيز الاقتصاد الرقمي المستقبلي وترسيخ ريادة الدولة وبتنافسيتها العالمية. وتشكل مبادرة "رواد الاقتصاد الرقمي" التي تأتي ضمن مبادرات البرنامج الوطني للكفاءات الاصطناعية منصة لتعزيز الشراكة بين القطاعين الحكومي والخاص والأفراد من أصحاب المهارات والمواهب المتخصصة في مجال البرمجيات والتقنيات الحديثة وقادة التكنولوجيا من الشركات العالمية العاملة في الدولة، لتمكين أصحاب المواهب من المشاركة الفاعلة في دعم مسيرة التحول الرقمي في الدولة، وبناء اقتصاد وطني رقمي متطور يساهم في تحسين حياة الناس وبناء مستقبل أفضل.

ويطار المبادرة، أعلن مكتب الذكاء الاصطناعي في حكومة دولة الإمارات، عن التعاون مع شركة "أمازون ويب سيرفيسز" المختصة في خدمات الحوسبة السحابية، لتمكين الموهوبين من المنافسة في سوق العمل وفي الوظائف التي تشمل مجالات التقنية والبرمجيات بما يعزز مشاركتهم في دعم الاقتصاد الرقمي، وذلك ضمن فعاليات الدورة الـ 41 من معرض "جيتكس غلوبال 2021". وأكد معالي عمر بن سلطان العلماء وزير دولة للذكاء الاصطناعي والاقتصاد الرقمي وتطبيقات العمل عن بعد، أن حكومة دولة الإمارات تتبنى التكنولوجيا الحديثة وأدوات الذكاء الاصطناعي ركيزة لبناء اقتصاد رقمي وطني مستدام، ترجمة لتوجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله"، بالاستفادة من البنية التحتية المتطورة في الدولة للارتقاء بمستوى الأداء وتقديم أفضل الحلول لتعزيز ريادة الإمارات وبتنافسيتها العالمية. وقال عمر سلطان العلماء إن بناء الشراكات وتعزيز التعاون مع الجهات والشركات العالمية صاحبة الدور البارز في دعم الاقتصادات العالمية، يساهم في تسريع عمليات التحول الرقمي في الدولة والانتقال نحو الاقتصاد الرقمي المستقبلي والمستدام، مشيراً إلى أن إطلاق مبادرة "رواد الاقتصاد الرقمي"، والتعاون مع "أمازون ويب سيرفيسز"، يأتي ضمن جهود مكتب الذكاء الاصطناعي لتمكين المواهب والكوادر المتخصصة في قطاعات الرقمنة وتكنولوجيا الذكاء الاصطناعي للمشاركة بفاعلية في تعزيز الاقتصاد الوطني الرقمي. من جانبها قالت إيزابيلا غرويغو- تشيكوفيتش، نائب الرئيس لشؤون القطاع العام العالمي لمنطقة أوروبا والشرق الأوسط وأفريقيا في أمازون ويب سيرفيسز: "يسرنا التعاون مع مكتب الذكاء الاصطناعي في حكومة دولة الإمارات لدعم تنمية مهارات ومواهب أبناء الإمارات، وذلك في إطار التزامنا في أمازون ويب سيرفيسز ببناء قوى عاملة متنوعة وشاملة. ومع الإطلاق المرتقب لمركز بيانات أمازون ويب سيرفيسز في دولة الإمارات العربية المتحدة في النصف الأول من عام 2022، نواصل العمل على استقطاب المواهب والكفاءات عبر أقسام متعددة لدعم التوجهات نحو اعتماد التقنيات السحابية والمساهمة في دفع عجلة التحول الرقمي في دولة الإمارات العربية المتحدة. وننتقل إلى موضوع العمل مع المكتب في مشاريع تطوير المهارات الرقمية وتمكين المواهب المحلية". وتوفر شركة "أمازون ويب سيرفيسز" ضمن تعاونها مع مكتب الذكاء الاصطناعي قائمة دورية بالوظائف وفرص العمل المتاحة لدى الشركة في دولة الإمارات، فيما يعمل الجانبان على تشجيع المواهب المحلية للتقدم لتلك الوظائف الشاغرة، بما يساهم في تعزيز قدراتها وإمكاناتها في مختلف مجالات الاقتصاد الرقمي. كما يتعاون الجانبان في بناء قدرات أصحاب المواهب وتأهيلهم في مجال استخدام التقنيات والتكنولوجيا الحديثة في مختلف قطاعات الاقتصاد الرقمي، وإطلاعهم على تجارب الشركات التكنولوجية العالمية وتوفير أفضل الفرص لهم للمشاركة في تقديم حلول وخدمات مبتكرة تساهم في الارتقاء بمستوى الأداء الرقمي لتعزيز مسيرة التنمية في الدولة، ما ينسجم مع المبادئ العشرة لدولة الإمارات في الخمسين الجديدة، من خلال التركيز على تعزيز رأس المال البشري وتحقيق التفوق الرقمي والتقني والعلمي وبناء الاقتصاد الأفضل والأنشط في العالم.

تعاونية الشارقة تفتتح فرعها الـ 45 بتكلفة تصل لأكثر من 30 مليون درهم

•• الشارقة-وام:

افتتح سعادة ماجد سالم الجنيدي الرئيس التنفيذي لتعاونية الشارقة، والسادة المدراء التنفيذيين، ومديري الإدارات، الفرع الـ 45 لتعاونية الشارقة الكائن في منطقة البراشي في مدينة الشارقة، بتكلفة تصل لأكثر من 30 مليون درهم تقريبا، وذلك استكمالاً لإنجازاتها المتواصلة في إمارة الشارقة. وتوجه سعادت بالشكر والتقدير إلى مقام صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة على دعم سموه الدائم والمتواصل، وإلى سمو الشيخ سلطان بن محمد بن سلطان القاسمي ولي عهد ونائب حاكم الشارقة على متابعته الدائمة والمستمرة. وأكد سعادة ماجد الجنيدي أن تعاونية الشارقة تعمل على مواكبة النمو الاقتصادي المتسارع بإمارة الشارقة، وتنتقل بخطى مستقبلية نحو بناء منظومة اقتصادية كبرى في قطاع التجزئة، لتكون لها الريادة في السوق المحلي كأكبر التعاونيات وأقدمها في الدولة في تقديم الخدمة التعاونية على مدار 44 عامًا.

تطبيقنا لأجهزة الجوال، تتوزع بين 5 مليون معاملة مالية و 8 مليون معاملة غير مالية، مما يؤكد على امتلاكنا اليوم قاعدة أكبر من العملاء المتمكنين والمتقنين رقمياً". واختتم: "في حال اعتاد العميل على

هيئة النقل -عجمان توقع اتفاقية تعاون مع شركة Udrive لتفعيل خدمة التأجير الذكي

•• عجمان-الفسج:

وقعت هيئة النقل في عجمان اتفاقية تعاون مع شركة Udrive وذلك بغرض تفعيل خدمة التأجير الذكي في إمارة عجمان خلال معرض جيتكس جولبايل 2021، انطلاقاً منها لتعزيز الشراكة مع القطاع الخاص لتوفير أفضل الخدمات التي تتسجم مع الأهداف الاستراتيجية وفق رؤية عجمان 2021

ووقعت الاتفاقية السيدة رشا خلف الشامسي المدير العام لهيئة النقل- عجمان بالنائب - والسيد : نيكولاس وانسون مدير العام لشركة Udrive وبحضور عدد من المسؤولين وذلك في جناح حكومة عجمان - جيتكس 2021

وتهدف الاتفاقية إلى توفير خدمات نقل متكاملة في الامارة مما يعزز توجهات الهيئة في التوسع بتقديم خدماتها للجمهور والسياح وتقديم شركة "يودرايف" Udrive من خلال تطبيقها الذكي خدمة تأجير السيارات وذلك بتحديد اقرب نقطة للتعامل، وبمجرد وصول المتعامل إلى مكان السيارة يمكن فتح الأبواب باستخدام التطبيق، وعند الدخول



إليها سيدج المتعامل جهازا متصلا بفتح المركبة لتشغيلها والانطلاق بها إلى الوجهة التي يريدھا، ويمكن تحميل التطبيق الخاص بهذه الخدمة "Udrive" من متجر أندرويد وIOS.

وتعد هذه الخدمة وسيلة ميسرة وسهلة تمنح الزائرين الانتقال من مكان إلى آخر دون تحمل تكاليف اقتناء مركبات خاصة.

وأكدت السيدة رشا خلف الشامسي المدير العام لهيئة النقل - عجمان بالنائب "نهدف الاتفاقية إلى تفعيل خدمات التأجير الذكي للمركبات في إمارة عجمان، حيث تحرص الهيئة على تشجيع استخدام التقنيات الحديثة والخدمات الرقمية في قطاع النقل في عجمان".

وأضافت رشا الشامسي: "أن الهيئة تعمل على استقطاب الشركات التقنية في مجال النقل وذلك لتوفير جميع الحلول الرقمية لخدمات وسائل النقل في عجمان وتأتي هذه الخطوة من منطلق حرص الهيئة على التنوع في الخدمات المقدمة للجمهور"

من جانبه قال السيد نيكولاس مدير شركة Udrive التعاون الذي حصلنا عليه من هيئة النقل في عجمان لتوفير حل للتنقل لعملاء عجمان ميسور التكلفة وبمناحك التحكم.

منوعات القلب

29

وفقا لبحث تم تقديمه في مؤتمر ESC 2021، فإن الحفاظ على رطوبة جيدة طوال الحياة يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بقصور القلب. وقالت مؤلفة الدراسة الدكتورة ناتاليا ديميتريفا من المعهد الوطني للقلب والرئة والدم، وهي جزء من المعاهد الوطنية للصحة في بيتسدا بالولايات المتحدة: "تشير دراستنا إلى أن الحفاظ على الترطيب الجيد يمكن أن يمنع أو على الأقل يبطئ التغييرات داخل القلب التي تؤدي إلى قصور القلب. وتشير النتائج إلى أننا بحاجة إلى الانتباه إلى كمية السوائل التي نستهلكها كل يوم واتخاذ إجراءات إذا وجدنا أننا نشرب القليل جدا".



شرب كمية كافية من الماء يمكن أن يمنع قصور القلب

تصنيفه على أنه غير طبيعي في نتائج الاختبارات العملية ولكن يمكن استخدامه من قبل الأطباء أثناء الفحوصات البدنية المنتظمة لتحديد الأشخاص الذين يجب تقييم مدخولهم المعتاد من السوائل.

يزيد من مخاطر الآثار الضارة في القلب قد يساعد لتحديد الأشخاص الذين يمكن أن يستفيدوا من تقييم مستوى الماء لديهم. ويقع مستوى الصوديوم هذا ضمن النطاق الطبيعي ولن يتم

المعروفة بالمساهمة في تطور قصور القلب.

وقالت الدكتورة ديميتريفا: "من الطبيعي أن نعتقد أن الماء والصوديوم في الدم يجب أن يتغيرا يوما بعد يوم اعتمادا على الكمية التي نشربها كل يوم. ومع ذلك، يظل تركيز الصوديوم في الدم ضمن نطاق ضيق على مدى فترات طويلة، والذي من المحتمل أن يكون مرتبطا باستهلاك السوائل المعتاد".

وفحصت هذه الدراسة ما إذا كان تركيز الصوديوم في الدم في منتصف العمر، كمقياس لعادات الترطيب، يتنبأ بتطور قصور القلب بعد 25 عاما.

وقام الباحثون أيضا بفحص العلاقة بين الترطيب وسماكة جدران حجرة الضخ الرئيسية للقلب (البطين الأيسر)، يسمى تضخم البطين الأيسر، وهو مقدمة لتشخيص قصور القلب.

ووقع إجراء التحليل على 15792 بالغاً في دراسة مخاطر تصلب الشرايين في المجتمعات (ARIC). وكانت أعمار المشاركين من 44 إلى 66 عاما عند بدء الدراسة، وتم تقييمهم على مدار خمس زيارات حتى سن 70 إلى 90 عاما.

كما وقع تقسيم المشاركين إلى أربع مجموعات بناء على متوسط تركيز الصوديوم في الدم في زيارات الدراسة الأولى والثانية (أجريت في السنوات الثلاث الأولى): 135-139.5، 141.5-140، 143.5-142، و146-144 ملي مول / لتر.

ولكل مجموعة صوديوم، قام الباحثون بعد ذلك بتحليل نسبة الأشخاص الذين أصيبوا بفشل القلب وتضخم البطين الأيسر عند الزيارة الخامسة (بعد 25 عاما من بدء الدراسة).

وارتبط ارتفاع تركيز الصوديوم في الدم في منتصف العمر بفشل القلب وتضخم البطين الأيسر بعد 25 عاما. وظل الصوديوم في مصل الدم مرتبطا بشكل كبير بفشل القلب وتضخم البطين الأيسر بعد تعديل العوامل الأخرى المتعلقة بتطور قصور القلب، من قبيل العمر، وضغط الدم، ووظائف الكلى، وكوليسترول الدم، وجلو كوز الدم، ومؤشر كتلة الجسم، والجنس، وحالة التدخين.

وارتبطت كل زيادة بمقدار 1 ملي مول / لتر في تركيز الصوديوم في الدم في منتصف العمر بزيادة احتمالات الإصابة بتضخم البطين الأيسر وفشل القلب بمقدار 1.11 و 1.20، على التوالي، بعد 25 عاما.

وبدأت مخاطر كل من تضخم البطين الأيسر وفشل القلب في سن 70 إلى 90 في الزيادة عندما تجاوز صوديوم المصل 142 ملي مول / لتر في منتصف العمر.

وقالت الدكتورة ديميتريفا: "تشير النتائج إلى أن الترطيب الجيد طوال الحياة قد يقلل من خطر الإصابة بتضخم البطين الأيسر وفشل القلب. وبالإضافة إلى ذلك، فإن اكتشافنا أن زيادة الصوديوم في الدم عن 142 ملي مول / لتر

وتتراوح التوصيات بشأن تناول السوائل يوميا من 1.6 لتر إلى 2.1 لتر للنساء ومن 2 إلى 3 لترات للرجال. ومع ذلك، أظهرت الدراسات الاستقصائية في جميع أنحاء العالم أن العديد من الناس لا يلبون حتى الحد الأدنى من هذه

النطاقات.

ويعد الصوديوم في مصل الدم مقياسا دقيقا لحالة الماء: عندما يشرب الناس كمية أقل من السوائل، يزداد تركيز الصوديوم في الدم. ثم يحاول الجسم الحفاظ على الماء، وتنشيط العمليات



أطعمة قد يساعد تناولها في خفض خطر الإصابة بأمراض القلب

تشير الأبحاث إلى أن اتباع نظام غذائي نباتي في الغالب يمكن أن يحسن صحة قلبك. ومع ذلك، تشير

الدلائل إلى أن بعض الأطعمة الحيوانية لها فوائد أيضا.

وأفادت دراسة نشرت في يوليو الماضي أن تناول بعض منتجات الألبان كاملة الدسم باعتدال يمكن أن

يساعد في حماية قلبك.



تكون الخيار الأفضل لصحة القلب، لأنها غنية بالفلافانول ومضادات الأكسدة والعناصر الغذائية المفيدة الأخرى. وعلى النقيض من ذلك، تميل شوكولاتة الحليب إلى أن تكون أعلى في السكر المضاف والدهون المصنعة، والتي يمكن أن يكون الكثير منها ضارا بصحتك.

وتشير الدلائل إلى وجود مركبات معينة في الكاكاو تسمى الفلافانول ترتبط بالفوائد الصحية للقلب من الشوكولاتة. وفي حين أن الدراسة الأخيرة لم تفرق بين أنواع الشوكولاتة، تشير الدراسات السابقة إلى أن الشوكولاتة الداكنة قد

له أكبر الفوائد. ولم يكن تناول المزيد من الطعام مرتبطا بصحة قلب أفضل. ومع ذلك، يوصي الباحثون بـ 10 غ من الشوكولاتة يوميا، لتجنب استهلاك الكثير من السكر المضاف أو السعرات الحرارية الزائدة التي يمكن أن تعوض الفوائد الصحية للقلب.

العالي. وعلى عكس النظريات القديمة القائلة بأن ارتفاع نسبة الدهون المشبعة يشكل خطرا على صحة القلب، وجدت الدراسة الحالية أن أنواعا معينة من منتجات الألبان يبدو أن لها تأثيرا وقائيا. وعلى سبيل المثال، الأشخاص الذين تناولوا 200 غ من الأقل من الوجبة، أو ثلاثة أرباع كوب من الزبادي يوميا، كانوا أقل عرضة للإصابة بأمراض القلب من الأشخاص الذين لم يتناولوا الزبادي.

ووجد الباحثون أيضا أن الجبن مفيد بكميات معتدلة، تصل إلى 50 غ (حوالي شريحتين ونصف أو ثلث كوب من الجبن المشور) يوميا. ووجدت الدراسة أيضا ارتباطا صغيرا ولكنه مهم بين تناول الشوكولاتة بانتظام وانخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب بشكل لطيف. وتوصل الباحثون إلى أن تناول ما بين 20 غ إلى 45 غ من الشوكولاتة يوميا،

واستعرض الباحثون من جامعة نابولي ما يقارب 100 دراسة حول العلاقة بين مرض قلبي ومخاطر العادات الغذائية. وركزوا على فئات معينة من الطعام، مثل اللحوم الحمراء والدواجن والبيض ومنتجات الألبان والمكسرات والحبوب. وتشير النتائج التي توصلوا إليها إلى أن تناول الزبادي والجبن بكميات قليلة بانتظام، يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، ربما بسبب عملية التخمر التي تنطوي عليها تلك الأطعمة. كما تم ربط كميات صغيرة من الشوكولاتة بانخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. ويمكن أن تكون منتجات الألبان مفيدة للقلب، حتى الأنصاف كاملة الدسم. ووجد الباحثون أن تناول ما يصل إلى 200 غ من منتجات الألبان يوميا لم يكن مرتبطا بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب، على الرغم من وجود بيانات محدودة حول الاستهلاك





منوعات الفكر

30

لجنة تحكيم برنامج شاعر المليون تختتم جولات مقابلة الشعراء . . وتستعد لاختيار قائمة المائة

•• أبو ظبي-الفسج:

اختتمت لجنة تحكيم برنامج شاعر المليون بموسمه العاشر، الذي تنظمه لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية بأبوظبي، أمس الأول الثلاثاء، جولتها الخامسة في العاصمة "أبوظبي"، إذ شهدت الجولة شعراء من 15 جنسية عربية وغير عربية، قدموا تجارب شعرية متنوعة ونصوص قوية.

وبذلك تختتم لجنة التحكيم جولات مقابلات الشعراء التي أقيمت عبر تقنية الاتصال المرئي المباشر من مسرح شاطئ الراحة بأبوظبي في كل من المملكة الأردنية الهاشمية، دولة الكويت،

المملكة العربية السعودية، سلطنة عُمان، فيما قابلت الشعراء وجهاً لوجه في جولة دولة الإمارات العربية المتحدة، في خطوة تعكس التصميم على التعايش والعودة التدريجية إلى الحياة، وقد سجلت الجولات الخمس نجاحات مميزة وإقبال لافت من الشعراء للمشاركة في تصفيات المسابقة الأولى في الشعر النبطي، فيما تستعد لإنهاء اللمسات الأخيرة لإختيار قائمة المائة.

قال الأستاذ سلطان العميمي، مدير أكاديمية الشعر عضو لجنة تحكيم برنامج شاعر المليون، إن أبو ظبي كانت ناجحة بكل المقاييس، وكان عدد جنسيات الشعراء الذين شاركوا في مقابلات أبو ظبي الأكبر بين الجولات هذا الموسم حيث

شهدت الجولة شعراء من 15 جنسية عربية وغير عربية وجميعهم يتقنون الشعر النبطي، مضيفاً أن مستوى الشعر في جولة أبو ظبي كان مرتفع جداً وعدد الإجازات كبير جداً وكانت المستوى الأعلى شعراً بين كل جولات المسابقة. وأوضح العميمي أن الاستعداد الآن لمرحلة اعتماد قائمة المائة، حيث أنه بعد كل جولة يتم فرز أسماء من الجولات وبقية اللمسات النهائية على قائمة المائة والتي سوف يتم الإعلان عنها قريباً، مشيراً إلى أن جولات مقابلات شاعر المليون هذا الموسم شهدت خمسة جولات كانت جميعها ناجحة وعدد الشعراء بإزيد وفي كل موسم أكثر من الذي سبقه، متوقفاً أن يكون التنافس بين

الشعراء في هذا الموسم من خلال تقديم تجارب شعرية مهمة وفيها من الإبهار الكثير. وأشار الشاعر حمد السعيد عضو لجنة تحكيم البرنامج إلى أن محطة أبو ظبي جاء فيها خليط من الجنسيات المتعددة من الوطن العربي ودول أجنبية وهذا أثلج صدور لجنة التحكيم والقائمين على البرنامج، وهو يؤكد نجاح البرنامج في تثقيف الشعراء العرب وتعليم غير الناطقين بالعربية الذين استطاعوا أن يكتبوا الشعر النبطي ويشاركون في البرنامج مع إخوانهم وزملائهم من الوطن العربي، فلم يعد الشعر النبطي حكراً على أبناء الجزيرة العربية بل أصبح لكل أبناء الوطن العربي، والبرنامج

اليوم يجني ثمار المواسم الماضية، مؤكداً أن هذا الفضل يعود إلى صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، الراعي والداعم لهذه المسيرة الأدبية والثقافية. وأضاف أن محطة أبو ظبي كانت من أجمل المحطات وأقواها، وهنا لابد الإشارة إلى أن مقابلات الشاعر للجنة التحكيم مباشرة كان له الأثر الكبير، فالتقابلة عن طريق التقنيات الحديثة (عن بعد) لا يوجد فيها شعور بالاحساس المتبادل بين الشاعر واللجنة، لكن في محطة أبو ظبي كانت المقابلة مباشرة مع الشعراء في مسرح شاطئ الراحة، وقد اختلفت

مشاعر الشعراء من ناحية ادائهم والقائمين وحضورهم وغيرها. الدكتور غسان الحسن، عضو لجنة تحكيم البرنامج، اعتدنا أن تكون دولة أبو ظبي ثرية وفيها تنوع كبير حيث تضم شعراء من دول متعددة وخصوصاً الدول التي لم يقام بها جولات، ولقد شهدت الجولة جم غفير من الشعراء المبدعين والمميزين من حيث مستواهم وإدقانهم في مجال الشعر والتصوير الفني. وأضاف الحسن أن شعراء من دولة الإمارات العربية المتحدة والعديد من الجنسيات المختلفة توافدوا للمشاركة في جولة أبو ظبي، وعدد كبير منهم قدموا نصوص قوية وجزلة، ومن بين

ضمن 5 فئات تشملها الدورة 13

16 كتاباً من 6 دول عربية في القائمة القصيرة لجائزة اتصالات لكتاب الطفل

•• الشارقة-الفسج:

يتنافس 16 كتاباً لـ 14 كاتباً من 6 دول عربية و 11 دار نشر، على الفوز بجائزة اتصالات لكتاب الطفل التي ينظمها المجلس الإماراتي لكتب اليافعين وتدعمها شركة "اتصالات" بدورتها الـ 13، حيث سيُتوج الفائزون عن فئاتها الخمس خلال حفل افتتاح معرض الشارقة الدولي للكتاب 2021.

وتضم القائمة القصيرة للمرشحين عن فئة "الطفولة المبكرة" كتاب "أتمنى لك" للكاتب أسماء عمارة والرسامة نهي محمد (نهيبة) والصادر عن دار الشروق في مصر، وكتاب "أف بيا... بيا" للكاتب سمر محفوظ براج والرسام ستان حلاق، والصادر عن دار الساقى - الساقى للأطفال والشبان في لبنان، وكتاب "بسطة" للكاتب منار هزاع والرسامة بسمة حسام والصادر عن دار العالية للنشر والتوزيع في مصر، إلى جانب كتاب "ثلاثة تعال ذكية" للكاتب أمل ناصر والرسامة ندين عيسى، والصادر عن دار حكاية قمر في السعودية، وكتاب "يدي" للكاتب رحيمه بلقار والرسامة بسنت داوود، الصادر عن دار العالية للنشر والتوزيع في مصر.

وتضمن فئة "الكتاب المصور" يناهس كتاب "البطل الخارق" للكاتب نسيبة العريبي والمصور حسان مناصرة والصادر عن دار أشجار للنشر والتوزيع في دولة الإمارات، وكتاب "أخ أخ أخ أخ أخ أخ أخ" للكاتب منار هزاع والرسامة سهيلة خالد والصادر عن دار العالية للنشر والتوزيع في مصر، وكتاب "بنطاني قصير علي" للكاتب ماري دعروش والرسامة سيلبيستي أيريس الصادر عن دار السلوى ناشرون في الأردن، بالإضافة إلى كتاب "دماغ أختي متقوبا" للكاتب عبيد علي، والرسامة جلتار حاجو والصادر عن دار هاشيت أنطوان نوفل في لبنان، وكتاب "ماذا لو وجدت تنبئة غاضبة في بيتك" للكاتب أمل ناصر، والرسامة ريم العسكري والصادر عن دار حكاية قمر في السعودية.

ويناهس على فئة "كتاب ذو فصول" كتاب "أنا أعترض الديناصورات لم تنفرض" للكاتب ونام أحمد محمود والرسامة هيام صفوت، والصادر عن دار العالية للنشر والتوزيع في مصر، وكتاب "كابوسي الجديد" للكاتب والرسامة لبنى طه والصادر عن دار ديناصور في فلسطين، وكتاب "كرة برتقالية اللون" للكاتب تمارا سمير قححة والرسامة يكانه يعقوب والصادر عن دار الياسمين للنشر والتوزيع في الأردن.



وتشمل القائمة القصيرة للمرشحين عن فئة "كتاب اليافعين" كتاب "تمر وسلا" للكاتب محمد زكريا النابلسي والرسام ياسر جبيصة والصادر عن دار "و" للنشر في الإمارات، وكتاب "أناك تزرع وردة في غرتي" للكاتب أنس أبو رحمة والرسام إبراهيم جوايرة، والصادر عن دار ديناصور في فلسطين، وكتاب "هروب صغير" للكاتب عفاف طيالة والرسامة مريم هاني عبدالسلام، الصادر عن دار نهضة مصر في مصر، فيما لا يوجد قائمة قصيرة لفئة "كوميكس" وذلك لعدم توافر المعايير المطلوبة في الكتب المقدمة للجائزة، وسيتم الإعلان عن الكتاب الفائز خلال الحفل الرسمي للفائزين.

ورصدت الجائزة 1.2 مليون درهم للفائزين بهذه الدورة، بحيث تخصص 180 ألف درهم إماراتي لكل فئة، يتقاسمها بالتساوي كل من المؤلف والرسام والنشر، بواقع 60 ألفاً لكل فنان، باستثناء فئة اليافعين التي يتقاسم جوائزها المالية المؤلف والنشر فقط، بواقع 90 ألف درهم لكل منهما، كما تم تخصيص 300 ألف درهم لبرنامج "ورشة" الذي أطلقته الجائزة عام 2013، بهدف اكتشاف ورعاية الجيل الجديد من المواهب العربية في مجال كتب الأطفال واليافعين، وتطوير قدراتهم الإبداعية.



NIZAMI GANJAVI
(1141-1209)

أذربيجان تحتفي بمرور 800 عام على ميلاد الشاعر الكبير نظامي

•• دبي-الفسج:

قال جافيدان حسينوف، القنصل العام لجمهورية أذربيجان في دبي أن بلاده تحتفي هذا العام بالشاعر المعلق نظامي الكنجوي. وذكر في تصريح بهذه المناسبة أمس أن رئيس جمهورية أذربيجان إلهام علييف يحرس على تكريم هؤلاء الرموز الوطنية وإبقاءهم في دائرة الضوء خاصة المؤثرين منهم في مجال الأدب، مثل سائر المجالات الحيوية الأخرى. مشيراً إلى أنه يولي اهتماماً كبيراً للاحتفال بالذكرى السنوية للشخصيات البارزة ويهتم كذلك بتعريف العالم بأدبنا وثقافتنا.

وقال السيد حسينوف إنه في عام 2021 تَمَضَى 800 سنة على ولادة الشاعر والمفكر البارز نظامي الكنجوي. ويهذه المناسبة اصدر الرئيس إلهام علييف قراراً بإعلان 2021 عام نظامي الكنجوي في جمهورية أذربيجان. ولد الشاعر الكبير نظامي الكنجوي عام 1441 ميلادية في مدينة كنجة. أي في القرن الثاني عشر الذي عاشه الشاعر كان قرناً غنياً بالإنجازات العلمية والثقافية. والذي يظهر من الأعمال الأدبية الخاصة به أنه درس في مسقط رأسه ومنذ طفولته تعلم اللغة العربية، والبهلوية والفارسية واليونانية وكذلك تعلم بشكل عميق العلوم الموجودة في زمانه. في تلك الفترة كانت فرص التعليم واسعة في مدينة كنجة. وأصبح عمل نظامي الذي يعتبر ظاهرة فريدة للفكر الإنساني الفني جزءاً غير منفصلاً من روحانية شعبنا لأكثر من ثمانية قرون. وأوضح السيد حسينوف "إن حياة هذا العبقري الكبير وعمله الأدبي الفني يتعلق بمدينة كنجة التي اشتهرت في تلك الفترة بكونها مدينة كبيرة ليس فقط في أذربيجان والقوقاز بل في الشرق الأدنى والأوسط كذلك، وقال ان الشاعر أمضى حياة طويلة ثرية بالفكر والإبداع والثقافة والادب والشعر وأهدى للأدب العالمي لأن الفن اللغوي بعضها أقيم من بعض. منها أحد أعمال الشاعر الثمينة السمي بـ "خمسة" يقوم على قمة بحوث ثروتها روحية للبشرية ويأخذ مكانه اللاتق بين الأعمال الخالدة للأدب العالمي.

حفل توقيع ومناقشة هوامش في المدن والسفر والرحيل لعائشة سلطان في القاهرة

•• دبي - د.محمود علياء



استضافت مكتبة ديوان مصر الجديدة، حفل توقيع ومناقشة كتاب "هوامش في المدن والسفر والرحيل" للكاتبة الإماراتية عائشة سلطان، نائب رئيس اتحاد الكتاب الإماراتيين ورئيس اللجنة الثقافية ببنود الثقافة والعلوم، وذلك بحضور رئيس اتحاد الناشرين العرب وعدد من الكتاب والناشرين والمثقفين، قدمت الندوة الكاتبة لنا عبد الرحمن وأشارت إلى أهمية نشر الكتب أدب الرحلات، وذلك لفقرك المكتبة العربية مثل هذا الفن من الفنون الأدبية.

وذكر رئيس اتحاد الناشرين العرب الناشر محمد رشاد عن تجربته مع الكاتبة عائشة سلطان ونشر كتاب هوامش في المدن والسفر والرحيل: رحبت بالكتاب بعد اطلاعي على المادة فوجدت المادة دسمة مقمعة بالمعلومات القيمة وتمتاز بالأسلوب السري، فوافقته دون تردد على الرغم من أن الكتاب

إعادة طبع وهذا نادراً ما يحدث فراهنت على الكتاب وحققت نجاحاً باهراً في التوزيع.

ويضم الكتاب قصص وحكايات السفر لأكثر من 20 عاماً، تجولت فيها الكاتبة بين أروقة

المدن ومطارات الدول وأضافت عائشة سلطان أن القاهرة تجعلك تتفاعل مع روحها القديمة، تشعر وكأنك قوافل الفاتحين والخلفاء، كما تسمع في المكان نفسه أصوات

المدن ومطارات الدول وأضافت عائشة سلطان أن القاهرة تجعلك تتفاعل مع روحها القديمة، تشعر وكأنك قوافل الفاتحين والخلفاء، كما تسمع في المكان نفسه أصوات

الشعراء والملوك الذين جلسوا على عرش مصر، لقد ذهب كل المحتلين وكل الجيئنا وبقيت القاهرة وبقيت مصر لتؤكد معجزة كرامتها وخلودها. الجدير بالذكر أن عائشة

سلطان، هي نائب رئيس اتحاد الكتاب والأدباء في الإمارات، وهي كاتبة وصحفية إماراتية، شغلت منصب رئيس القسم الثقافي بجريدة البيان الإماراتية، وكانت عضواً بمجلس إدارة جائزة

الصحافة العربية، في الفترة من 2004 حتى 2013، ومؤسسة دار "ورق" دبي، كما صدر لها "أبيديات" و"شأن الحكايات" و"في مديح الذاكرة"، و"هوامش في المدن والسفر والرحيل".

شعر وإنشاد في حب الرسول بندوة الثقافة والعلوم

•• دبي - د.محمود علياء

نظمت ندوة الثقافة والعلوم أمسية احتفاءً بمولد الرسول الكريم شارك فيها إبراهيم بوملحة مستشار صاحب السمو حاكم دبي للشؤون الإنسانية والثقافية ونائب رئيس مجلس أمناء مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للأعمال الخيرية والإنسانية، والمهندس المنشد أسامة الصايغ والإعلامي جمال مطر، وبحضور معالي محمد المر وعبد الغفار حسين ود. سعيد حارب ود. ربيعة غباش وعلي عبيد الهاملي نائب رئيس مجلس إدارة الندوة ود.

صلاح القاسم المدير الإداري للندوة وأعضاء مجلس الإدارة وجمع غفير من المهتمين. افتتح الأمسية بلال البدرور رئيس مجلس إدارة الندوة مؤكداً أن الاحتفاء بالمولد النبوي يعكس محبة الرسول في قلوب جميع المسلمين، وأن الاحتفاء بإنشاد المادح النبوية وقراءة بعض من السيرة هو جوهر المحبة لله ورسوله الكريم. وبدأت الأمسية بقصيدة شعرية للمستشار إبراهيم بوملحة بعنوان "يا مبتغي روحي" واختتمت الاحتفالية بتكريم المشاركين وإعجاب واستحسان وحضور جماهيري غفير.



منوعات

الفكر

31

شخصية كوميدية ممتزجة ببعض الخطوط الدرامية والرومانسية في "تماسيح النيل"

هنادي مهني : «بدون ضمان» روضة علاج للمشكلات الزوجية

فنانة لها طلة جذابة، تخطف معها الشاشة فور رؤيتها ليس لجمالها فقط؛ وإنما لروحها التي تزيد من جمالها؛ فضلاً عن تمتعها بموهبة حقيقية تجعلها تؤدي أدوارها بتلقائية وانسيابية شديدة، هي الفنانة "هنادي مهني"، والتي تشارك في بطولة قصة "بدون ضمان" مع الفنانة هاجر أحمد، ضمن أحداث الموسم الثاني من مسلسل "إلا أنا"، وفور عرضه تمكنت من تصدر مؤشر محركات البحث ومواقع التواصل الاجتماعي يوماً تلو الآخر، وفي هذا الحوار، كشفت "هنادي" تفاصيل مشاركتها بالمسلسل وكواليسها التي كانت مليئة بالضحك، فضلاً عن تفاصيل تصوير بعض المشاهد والرسائل الهامة التي تناولها، كما كشفت لنا خلال الحوار عن تجربتها السينمائية الجديدة وتعاونها مع الفنان أحمد زاهر بـ"كذبة كبيرة"، وتفاصيل أخرى كثيرة..



• بداية ..
حدثينا عن قصة "بدون ضمان" من مسلسل "إلا أنا" وسبب تحمسك لها؟
- القصة مهمة جداً، وجدبتني منذ أن قرأتها، ولو لم أقم ببطولتها لشاهدتها وتابعت أحداثها وتطورها لشغفي بما يحدث بها، فهي حقاً تتناول أموراً هامة في حياة الأزواج، وأعتبرها روضة علاج للمشكلات الزوجية.
• تصدرت تريند موقع يوتيوب وجوجل بأكثر من مشهد.. فهل توقعت هذا النجاح خاصة مع عرض أكثر من مسلسل في آن واحد؟
لا، لم أتوقع، فنحن مازلنا نواصل التصوير، ولكني سعدت جداً بتفاعل الجمهور مع القصة لهذه الدرجة، ومن قبل التمثيل تجمعتني علاقة صداقة قوية مع الفنان إسلام جمال منذ سنوات، وجميع الكواليس كانت "كريمة ضحك"، وظهر ذلك في بعض المشاهد بتلقائية.

• حدثينا عن بعض هذه الكواليس؟
- مشهد حضوره بيوكيه ورد لكي يصلح "مريم"، فقد نظرنا لبعضنا وبعدها للورد وضحكنا بشكل تلقائي ولم يكن لدينا شيء لنقولها وما جاء بالمشهد كان "ارتجال"، والمشهد الآخر بعدما أخبرته مريم بأنها صنعت "وليمة" له على الغداء، وكان رد فعل شريف "إسلام جمال" في المشهد من الضحك والترفية الحقيقي.
• ظهرت في بداية أحداث القصة بفستان زفاف.. فكيف كان شعورك وهي المرة الأولى لك بالتمثيل بعد زواجك بالحقيقة؟
- ضاحكة، كانت درجة حرارتي 39 بسبب تطعيمى ضد "كوفيد19-". قبلها بيوم واحد

مواقع التواصل الاجتماعي لبيع ساعات حول العالم؟
- على الإطلاق، تضايقت لبعض الوقت فقط لأنني كنت أنتظر تعليقات الجمهور على الحلقة الجديدة من "بدون ضمان"، أما غير ذلك فلم أتأثر، فأتمنى أن يتم تطبيق اجازة اسبوعية منها.
• تشاركين في بطولة فيلم "تماسيح النيل" .. حدثيني عنه؟
- أجسد شخصية كوميدية ممتزجة ببعض الخطوط الدرامية والرومانسية، ويتضمن الدور العديد من الاستعراضات والغناء التي ستكون مفاجأة للجمهور، مع مجموعة كبيرة من النجوم الكبار الذين استمعت معهم.

فقط، فكتت أنتظر بفارغ الصبر الانتهاء من التصوير والعودة للمنزل وكان في الرابعة فجراً.
• كيف رأيت رسائل القصة ومشكلات الزواج في بيت العائلة والقائمة؟
- القصة رسائلها كثيرة ومهمة جداً، وفكرة الزواج في بيت عائلة هو "كارثة"، لأنها ينتج عنها مشكلات بشكل مستمر، وقد قدمت الفنانة سلوى عثمان شخصية "الحما" بشكل احترافي ولم أرى غيرها في هذا الدور، وابتنتها بالأحداث الفنانة الشابة جلا هاشم، فكتت أشاهدها أثناء التصوير لأنبهارها بها، بالإضافة لقائمة المنقولات والتي لم يكن والدها موافقاً لذلك لأنه يرى أن قلب ابنته وضمان حياة كريمة لها أهم من أي أشياء أخرى مثل "الأطباق وأثاث" وغيره، فضلاً عن علاقة "مريم" بوالدها القوية والتي ظهر عليها الصداقة، فكتت أرى "والدى" به خلال التصوير لأنه لديه مشاعر أبوة حقيقية، ومن ضمن الرسائل الهامة هي ضرورة الانصات لرأى والدنا لأن لهم خبرة كبيرة في الحياة وعاشوها من قبل أن نولد ورفضهم لبعض الأمور لنا ليس تعقيداً، ولكن خوفاً علينا ويكون رأيهم دائماً صحيحاً.
• شاركت بقصة "كذبة كبيرة" من مسلسل "ورا كل باب" مع الفنان أحمد زاهر.. حدثينا عنها؟
- كانت تجربة ممتعة جداً بالنسبة لي، وهو فنان محترف وموهوب، وكانت كواليس التصوير بوجه عام "مريحة للأعصاب".
• هل شعرت بأنها جاءت في وقتها وتناولها لمشكلات مواقع التواصل الاجتماعي؟
- بالطبع، ولكن ياليت هؤلاء الأشخاص يتعلمون ويحترمون خصوصيات غيرهم ولا يستبيحوا شئون غيرهم لمجرد أنهم عبر السوشيال ميديا ويتحدثون من واء شاشه.
• هل تأثرت بانقطاع



عمرو الدالي . . سعيد بردود الفعل حول (مش مبسوطة)



ولجسد داليا خلال الأحداث دور امرأة فقيرة تعمل في إعادة زوجها يعمل (نقاش) ويقوم بدوره الفنان هشام إسماعيل، وتعيش حياة غير سعيدة طوال أحداث المسلسل، وتمنى أن يحنو عليها زوجها ويشعر بها.
وتدع شبكة سي بي سي كل سبت حدوتة جديدة من 5 حلقات ليشهد الموسم الجديد من المسلسل تنوعاً كبيراً.

حققت حكاية (مش مبسوطة) نجاحاً كبيراً فور عرض أولى حلقاتها السبت الماضي ضمن حكايات مسلسل (زي القمر)، ما جعلها تصدر تريند جوجل ومواقع التواصل الاجتماعي.
وقال المؤلف عمرو الدالي، لـ "الدستور"، إنه سعيد بردود الأفعال التي تلقاها حول العمل، لافتاً إلى أنه حاول أن يقوم بكتابة حكاية من أرض الواقع لتناقشة المشكلة التي تعاني منها المرأة ومحاوله وجود حل لها، مؤكداً أن الحلقات المقبلة مليئة بالمفاجآت، متمنياً أن ينال إعجاب الجمهور وأن تستمر الحكاية بهذا النجاح حتى الثامنة.
وتعرض شبكة قنوات CBC الحكاية في الثامنة من مساء من السبت للأربعاء، وهي بطولة كل من الفنانة داليا مصطفي والفنانة بشرى، في حكاية اجتماعية جديدة من حكايات المجتمع النسائي المصري.
والحكاية الجديدة "مش مبسوطة" يتواجد في بطولتها بجوار الفنانة بشرى والفنانة داليا مصطفي الفنان أحمد سعيد عبدالغني وعدد من الشباب، والحكاية من تأليف عمرو الدالي، ومن إخراج شيرين عادل.
والسلسل يعبر في جميع حكاياته عن قضايا نسائية يناقشها بشكل اجتماعي ويمثل نماذج مختلفة

شيرى عادل تعود لجمهورها بفيلم ومسلسل



تعاقدت الفنانة شيرى عادل خلال الأيام الماضية على بطولة فيلم اجتماعي كوميدي جديد تعده للعرض خلال العام القادم بعد أن ظهرت مع الفنان خالد الصاوي خلال الفترة الماضية كضيفة شرف في فيلم "للإيجار" حيث تقدم معه فيلماً جديداً أيضاً.
والفيلم الجديد يمثل عودة شيرى للجمهور بعد غياب الفترة الماضية حيث تقدم أيضاً مسلسلاً جديداً مع الفنانة حورية فرغلي وتصوره حالياً للعرض خارج الموسم الرمضاني وهو مسلسل يدور في حارة شعبية وتقدم دوراً جديداً عليها.
وظهرت في كواليس العمل حورية فرغلي وشيرى عادل بـ (لوك) مختلف، حيث تظهر شيرى في دور فنانة محجبة، فيما تظهر حورية بشكل و"لوك" مغاير وذلك في أول ظهور لها بعد أزمتها الصحية الأخيرة.
يجسد الثنائي شيرى وحورية دور فتاتين من حارة شعبية تواجها العديد من الصعوبات، في إطار من الدراما الشعبية والصورة في بيروت بلتان.
وتحسم شيرى موقفها من إحدى الحكايات القصيرة المعروضة عليها حالياً للمشاركة فيها على غرار ما حققته من نجاح خلال العام الماضي من خلال مسلسل (إلا أنا) عبر قنوات (دي إم سي).

الفكر

طريقة لاستعادة الذكاء بعد كوفيد-19

كشفت الدكتورة دينيس فيدوريك، أخصائي الأمراض النفسية في معهد الدماغ البشري التابع لأكاديمية العلوم الروسية، كيفية الحفاظ على "شبابية" الدماغ بعد "كوفيد-19".

ويشير الأخصائي في حديث لراديو، "موسكو نتحدث"، إلى أن "الدماغ يصبح منسجماً، عندما يحل مشكلات إبداعية. والأشخاص الذين يحلون في عملهم مسائل جديدة، يتعافون بسرعة بعد الجلطة الدماغية وأمراض أخرى، واعتقد لا يستثنى "كوفيد-19". من ذلك".

ويضيف، معلقاً على ما نشرته مجلة The Lancet في الأسبوع الماضي، عن الاضطرابات المعرفية بعد "كوفيد-19"، حتى الآن هناك "الكثير من الغموض" في هذا المجال.

ويشير الدكتور، إلى أن "الأشخاص الذين يتمتعون بنمو عقلي عال منذ البداية، قد يكونون أقل عرضة للإصابة بعدوى الفيروس التاجي المستجد".

ويذكر أن علماء كلية لندن للإمبراطورية، بالتعاون مع علماء جامعة كامبريدج، اكتشفوا انخفاضاً كبيراً في مستوى المعارف، حتى بعد المسار الخفيف لـ "كوفيد-19".

كما أكدت نتائج اختباراتهم، البيانات الخاصة بأعراض "كوفيد-19"، وبالأخص "شبابية الدماغ" ومشكلات في تركيز الاهتمام واختيار الكلمات.



ما النظارات الشمسية التي يجب اختيارها لحماية العينين؟

تعد النظارات الشمسية أحد مظاهر الموضة، لكن الخبراء يقولون إن الشكل الذي تختاره له أهمية في الواقع من اختبار نظارات تحمي عينيك بشكل أفضل من أشعة الشمس الضارة.

وقالت الدكتورة ديانا سدرومريدج، المتحدثة الإكلينيكية باسم الأكاديمية الأمريكية لطب العيون: "ارتداء النظارات الشمسية من دون حماية 100% من الأشعة فوق البنفسجية هو في الواقع خطر صحي كبير". وأضافت في بيان صحفي للأكاديمية: "بغض النظر عن الموسم، يمكن أن يزيد التعرض لأشعة الشمس من خطر الإصابة بأورام في العين وإعتام عدسة العين وبعض سرطانات العين. والخبر السار هو أن حماية نفسك من أشعة الشمس أمر سهل ولا يتطلب كسر الميزانية، فقط اجتث عن ملصق الحماية من الأشعة فوق البنفسجية بنسبة 100%".

وهذا النوع من الحماية لا علاقة له بالسعر أو بالماركات التجارية، وفقاً للخبراء.

وأوضحت سدرومريدج: "اشتر فقط النظارات الشمسية المصنفة على أنها تتمتع بحماية 100% من الأشعة فوق البنفسجية الطويلة (UV-A) والأشعة فوق البنفسجية متوسطة الموجات (UV-B) أو أشعة فوق بنفسجية بطول موجة 400 نانومتر، وإذا لم تكن متأكدًا مما إذا كانت النظارات الشمسية الخاصة بك توفر الحماية المناسبة، فيمكنك اختبارها للتأكد من سلامتها من الأشعة فوق البنفسجية باستخدام مقياس ضوئي في متجر البصريات".

وقد توفر النظارات الشمسية ذات العدسات الأكبر مزيداً من الحماية، وتوفر النظارات الملوقة أفضل تغطية لأنها يمكن أن تمنع دخول الأشعة فوق البنفسجية من الجوانب.

كما تحمي النظارات عينيك من الرياح والتبخر الذي قد يسبب جفاف العين ومن الأجسام الغريبة مثل الحبيبات أو الرمل أو الغبار التي يمكن أن تهيج العين.

والسعر الأعلى لا يضمن الحماية من الأشعة فوق البنفسجية، ولكن نادراً ما توفر النظارات الشمسية الرخيصة حماية فعالة للعين مثل الماركات التجارية.

والعدسات الداكنة أو العدسات المستقطبة لا تمنع المزيد من الإشعاع الشمسي، ويمكن أن تقلل العدسات المستقطبة الوهج من الأسطح العاكسة، ما يجعل الأنشطة مثل القيادة أو الرياضات المائية أسهل وأكثر متعة.

ولا يهم اللون، يمكن أن تأتي العدسات باللون الكهرماني أو الرمادي أو الأخضر أو بظلال أخرى، ولكن الشيء الوحيد الذي يهم مع هذه الاختيارات هو تفضيلك الشخصي.



شاب وفتاة يرتديان ملابس تقليدية ويلتقطون الصور خلال حدث ثقافي في قرية نوسا للسياحة البيئية في لوكنجا، مقاطعة آتشيه، إندونيسيا. ا ف ب

قرأت لك

اليوسفي



فاكهة اليوسفي أحد أنواع الفاكهة اللذيذة التي تعود على الجسم بالعديد من الفوائد، وتحتوي على معادن وفيتامينات جمة وهي من الفواكه المفضلة خلال الشتاء.

وفي هذا السياق، كشف الموقع الطبي الأمريكي (Health Line) عن 5 فوائد مذهلة لليوسفي، وتشمل الآتي:

- 1 - يقلل خطر الإصابة بالسرطان.
- 2 - غني بفيتامين (C).
- 3 - يقلل الكوليسترول.
- 4 - يقلل من ضغط الدم.
- 5 - يساعد على خفض الوزن.

سؤال وجواب

كم هي سرعة النظام الشمسي؟

النظام الشمسي الذي تنتمي إليه هذه الأرض يجري في الفضاء بسرعة 400 كيلو متر في الثانية الواحدة

متى ظهر أول قط على وجه البسيطة؟

يقدر العلماء أن أول قط ظهر على وجه الأرض قبل 40 مليون عام في العصر الصخري الأدنى.

ما هو الاسم الذي كان يُطلق قديماً عن الذهب؟

الأصفر الرنان.

ماذا تعرف عن قوة نسيج العنكبوت؟

إن الخيط الذي ينسجه العنكبوت أقوى بكثير من سلك مصنوع من الفولاذ له سمك خيط العنكبوت نفسه.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن في العالم أكثر من 2000 نوع مختلف من الأفاعي، وأن منها من يصل طولها إلى 21 متراً وتسمى هذه الأفعى (الأناكندة) وهي تعيش في أميركا الجنوبية، وهناك حية هي الأقوى في العالم وهي أفعى (البوا المفترسة) مع أن طولها لا يتجاوز 5 أمتار، وهي تعيش في أميركا الوسطى والجنوبية، وكذلك هناك أفعى الكوبرا الخطيرة والحية ذات الأجراس المسماة الظهر التي تعتبر أثقل الأفاعي السامة.
- هل تعلم أن الحلزون يستطيع أن يزحف على طول حافة سكين حاد بدون أن يؤذي نفسه في أقل شيء. في الحقيقة الحلزون هو مخلوق عجيب بطرق عدة، فهو لا يتنفس، فله فطرة ترشده بالعودة إلى مخبئه مهما تجول بعيداً، ومع أن الحلزون قد يزن أقل من 15 غ، فهو يستطيع أن يجر خلفه وزناً قد يصل إلى أكثر من 450 غ. والحلزون الذي يعيش في الصدفة له جسم يتلاءم مع لفة الصدفة، وله عضلات قوية تمكنه من جر جسمه بكامله داخل الصدفة عندما يحيق به الخطر. وكوقاية إضافية عندما يكون الجسم في الصدفة، هناك قرص قرني عند الطرف يخلق الفتحة بإحكام.
- هل تعلم أن الحيوان الذي ينام ستة أشهر ويستيقظ ستة أشهر هو الفأر، فمعلوم أنه ينشط خلال فصل الصيف ليلاً نهاراً، وعند مجيء فصل الشتاء فإنه يأوي إلى مخبئه تحت الأرض حيث يبرد فيه حتى انقضاء فصل الشتاء.
- هل تعلم أن أسرع الحيوانات على الأرض هو الفهد وأسرع المخلوقات هو الصقر حيث تبلغ سرعته أثناء انقضاه على فريسته من الجو حوالي 360 كلم في الساعة.

قصة المتسول

اعتاد احد المتسولين أن يمر على حينا كل يوم ليتسول من الجالسين على المقاهي او المحال وحتى العابرين مما يجودون به وبالطبع كان يمر على أماكن أخرى لاندري عنها شيئاً لكنني في يوم ما لحته احد الاحياء المعروفه يتسول بجانب المسجد هنا، وفي جلسة على احد المقاهي بين ثلاثة شبان قال احدهم ان هذا الرجل يتسول في اليوم ما يقبضه احدنا في نصف شهر وانا واثق انه مليونير فقال صديقه لانه في النهاية متسول، لكن احدهم اسرع وقال ربما يتصنع التسول وفي اخر الليل يذهب ليصرف كل ذلك على هواه .. لذا لا تراقبه اندش الجميع من هذه الفكرة الجنونة التي طرأت فجأة، فقال احدهم نعم، لم لا .. ربما عرفنا ما يفعله بكل ما يتسوله طوال النهار واعتقد ان الان الوقت متأخر وبعد ان يمر من هنا علينا ان نسير وراءه .

وكان لهم ما ارادوه فقد ساروا يراقبونه بدون ان يدري حتى تعبت ارجلهم من السير فقد اخذ يمشي قرابة النصف ساعة ويزيد حتى وصل إلى منطقة معروفه بمأوى الفقراء وكلها عشش واكواخ خشبية يسكنها اناس قاحلون .. وعندما وصل المتسول فعل شيئاً غريباً وعجيباً .. فقد اخذ يمر على تلك الاكواخ الخشبية والعشش ويخبط عليها او ينادي او يصفق بيده فتخرج امرأة لتمد يدها وتأخذ بعض المال وتشكره وتدعو له بطول العمر .. هكذا سار الحال حتى نهاية ذلك الحي فلم يمر بباب إلا ونادى على من فيه ليعطيهم ما فيه النسيب والكل يدعون له وعندما انتهى من التوزيع دخل احد الاكواخ الخشبية ليغيب داخلها ربما 10 دقائق ولما هممت بالانصراف رأيتها يخرج علي دقائق احد الطبول التي كان يقرعها صبي صغير مليح الوجه .. وخرج الجميع ايضا اندمجوا في غناء شعبي جميل وبعض الموشحات ثم اقاموا ما يشبه حلقات الذكر في المولد .. فانصرفنا من هناك ونحن مندشئين من ذلك المتسول وكلنا تساؤلات عما رأيناه لذا كررنا ما قمنا به لعدة ايام وكلها متشابهة يتسول ليعطي اهل حيه الفقراء ومعظمهم سيدات أو رجال مسنون ومقعدون وينتهي يومه بسهرة وسط ذلك الجمع الذي يعتبره ابا روحيا لهم .

