

131059
مركز الروسي
 AL ROUSI
 الرعاية والتجميل للرجال
 - حمام مغربي ملكي
 - منكير وديكير
 - حلاقة شعر + لحية
 - واكس - تنظيف بشرة
 - مساج بأنواع اللوشن
 - كامل الجسم
باقة العريس
 فقط 1700 درهم
 بدلا من 2500 درهم
 تشمل جميع الخدمات VIP
 حمام مغربي مساج منكير بديكير تنظيف بشرة
 لطيف وتبييض البشرة
 بخرمات الدكتور رنود العالمية
350 فقط درهم
 خدمة صف السيارات خدمة منازل
 ابو ظبي. ش. دلميا. منطقة خزان المياه. مقابل
 جامعة زايد. بناية فطاح الخليج. ميرانين
24 ساعة
 Tel: 02 4455655 Mob: 050 5707737
 alrousispa alrousi.spa www.alrousispa.com

الغد

المنحة للعمال
 توفير الخدمات والطبخات والسائقين من مختلف البلدان
 056 9111903
 02-63-2222
 ابو ظبي - الخالدية
 كما يمكن الاختيار عبر موقعنا الإلكتروني
 www.unitedmanpower.net

مواقيت الصلاة الفجر 04:05
 الظهر 12:23
 العصر 03:45
 المغرب 07:11
 العشاء 08:36
 الثلاثاء 4 يونيو 2019 م - غرة شوال 1440 العدد 12649
 Tuesday 4 June 2019 - Issue No 12649

محمد بن راشد يؤدي صلاة عيد الفطر في مسجد زعبل ويستقبل المهنيين في مجلس زعبل الكبير

•• دبي-وام: يؤدي صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله» في مسجد زعبل في دبي صلاة عيد الفطر السعيد. ويستقبل سموه المهنيين بهذه المناسبة المباركة في مجلس زعبل الكبير عقب الصلاة مباشرة بأعاده الله على قيادتنا وشعبنا ودولتنا بالخير والعز والبركات.

محمد بن زايد يؤدي صلاة عيد الفطر في أبو ظبي ويستقبل المهنيين في قصر المشرف

•• أبو ظبي-وام: يؤدي صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبو ظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة صلاة عيد الفطر السعيد في أبو ظبي. كما يؤدي الصلاة إلى جانب سموه الشيخ والوزراء وكبار المسؤولين في الدولة وجمعوع الصلبيين. ويستقبل صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان جمع المهنيين بالعيد في يومه الأول بقصر المشرف في أبو ظبي.

عدد من الجرحى الميئين يتلقون العلاج في القاهرة على نفقة الإمارات

•• القاهرة-وام: استقبل أحد مستشفيات العاصمة المصرية القاهرة أمس عددا من الجرحى الميئين لتلقي العلاج به وفقا لبروتوكول التعاون المشترك الموقع بين دولة الإمارات العربية المتحدة و عدد من المستشفيات في جمهورية مصر العربية بهذا الشأن والذي بدأ في ديسمبر الماضي. (التفاصيل ص2)

حكام الإمارات وأولياء اليهود يهتئون خليفة ومحمد بن راشد ومحمد بن زايد بعيد الفطر السعيد رئيس الدولة ونائبه ومحمد بن زايد يهتئون قادة الدول العربية والإسلامية



القائد الأعلى للقوات المسلحة بمناسبة عيد الفطر السعيد. (التفاصيل ص2)



صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء



صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة «حفظه الله»

والرخاء ولأمتنا العربية والإسلامية العزة والمجد والرفعة. كما بعث صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله» وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبو ظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة برفقيات تهنئة مماثلة إلى أصحاب الجلالة والفضامة والسمو ملوك ورؤساء وأمراء الدول العربية والإسلامية بهذه المناسبة السعيدة. من جهة أخرى هنأ أصحاب السمو الشيخ أعضاء المجلس الأعلى وأعلنت اللجنة المكلفة بتحري رؤية هلال شهر شوال لسنة 1440 هجرية في الدولة أن اليوم الثلاثاء هو غرة شهر شوال وأول أيام عيد الفطر السعيد. وقد بعث صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة «حفظه الله» برفقيات تهنئة بمناسبة عيد الفطر السعيد إلى أصحاب الجلالة والفضامة والسمو ملوك ورؤساء وأمراء الدول العربية والإسلامية. وتضمن سموه لهم في برفقيات التهنئة موفور الصحة والسعادة ولشعبهم مزيدا من التقدم

ميليشيات الحوثى تصف «مجمع ثابت» ومسكن عمال في العديدة في مكافحة الأمراض المعدية في المجتمعات المحتاجة

•• اليمن-وكالات: عادت ميليشيات الحوثى فجر أمس الاثنين، قصف "مجمع إخوان ثابت" التجاري والصناعي ومسكن العمال، ما أدى إلى إصابة اثنين من عمال المجمع، ضمن مسلسل التصعيد العسكري للمتطرفين داخل مدينة الحديدة. وقالت مصادر ميدانية، إن ميليشيات الحوثى قصفت بقذائف المورترز سكن العمال داخل المجمع، ما أدى إلى إصابة عاملين اثنين بجروح بليغة.

•• أبو ظبي-وام: تلقى صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبو ظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة أمس اتصالا هاتفيا من بيل غيتس الرئيس المشارك لمؤسسة بيل وميليندا غيتس. ويبحث سموه وبيل غيتس خلال الاتصال الهاتفي عددا من القضايا ذات الاهتمام المشترك فيما يتعلق بجهود الجانبين الإنسانية في مجالات تعزيز قوى التغيير في السودان توقف التفاوض مع المجلس العسكري ودعوات للعصيان عشرات القتلى ومئات الجرحى في فض الاعتصام والنائب العام يشكل لجنة تحقيق

كوشتر يشكك في حكم الفلسطينيين لأنفسهم الولايات المتحدة قلقة من فشل «صفقة القرن»

•• واشنطن-وكالات: ذكرت وسائل إعلان أمريكية أن وزير الخارجية الأمريكي مايك بومبيو، يشعر بالقلق من احتمال أن تقابل خطة السلام للشرق الأوسط التي أعدها صهر الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، بتشكيك وتعتبر «غير قابلة للتطبيق»، فيما رأى صهر الرئيس الأمريكي دونالد ترامب ومستشاره جاريد كوشتر في مقابلة أن الفلسطينيين غير مستعدين لإدارة شؤونهم بأنفسهم، وذلك قبيل الكشف المرتقب عن خطته للسلام. واستكشف الجواب الاقتصادية من هذه الخطة التي تهدف إلى تسوية النزاع بين إسرائيل والفلسطينيين في مؤتمر ينظم في النامة في 25 و26 يونيو (حزيران). وتكشف تصريحات بومبيو التي أدلى بها في لقاء خاص مع «مؤتمر رؤساء المنظمات اليهودية الأمريكية» ونقلتها صحيفة «واشنطن بوست» أولا، أنه حتى داعي الخطة الأمريكية يتوقعون أن ينظر إلى هذه الخطة لتسوية النزاع بين إسرائيل والفلسطينيين بتشكيك عميق. ونقلت الصحيفة عن تسجيل لحديث بومبيو في هذا الاجتماع، أن «الخطة يمكن أن ترفض»، «قد يقول البعض في نهاية المطاف إنها لا تتضمن شيئا جديدا خاصا وهذا لا يناسبني»، وإثنا تتضمن أمرين جديدين 9 أمور سيئة لذلك لست معنيا بها». بدوره، قال كوشتر لواقع «أكسيوس»، الإخباري في مقابلة فلسطينيين به أنهم سيبنون قراراتهم على مسألة إن كانت الخطة تحسن حياتهم. ولدى سؤاله بشأن إن كان يعتقد أنه بإمكان

قوى التغيير في السودان توقف التفاوض مع المجلس العسكري ودعوات للعصيان

•• الخرطوم-وكالات: لم يمض وقت طويل على بدء فض الاعتصام أمام مقر قيادة الجيش السوداني في الخرطوم وفق اتهام المعارضة، صباح أمس، حتى بدأت الاحتجاجات في العاصمة ومدينة أم درمان المجاورة، في وقت دعت المعارضة إلى عصيان مدني شامل. وقالت لجنة أطباء السودان المركزية المرتبطة بالمعارضة إن عدد الأشخاص الذين لقوا حتفهم خلال فض اعتصام في وسط العاصمة السودانية الخرطوم أمس الاثنين ارتفع إلى أكثر من 30. وأضافت اللجنة أن من المرجح زيادة العدد في ظل عدم الانتهاء بعد من حصر العد التعللي للقتلى. وذكرت وكالة السودان للأبناء أمس أن النائب العام شكل لجنة للتحقيق في أعمال العنف التي اندلعت عند موقع الاحتجاج الرئيسي أمام مقر وزارة الدفاع في الخرطوم. وخرجت مظاهرات متفرقة في مناط الخرطوم، ومن أخرى، احتجاجا على فض اعتصام القيادة في وقت مبكر، الاثنين. وقتل عددا من الأشخاص وأصيب المئات بجروح في عملية فض

عشرات القتلى ومئات الجرحى في فض الاعتصام والنائب العام يشكل لجنة تحقيق

•• الخرطوم-وكالات: وأضاف وزير الخارجية الأمريكي مايك بومبيو، يشعر بالقلق من احتمال أن تقابل خطة السلام للشرق الأوسط التي أعدها صهر الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، بتشكيك وتعتبر «غير قابلة للتطبيق»، فيما رأى صهر الرئيس الأمريكي دونالد ترامب ومستشاره جاريد كوشتر في مقابلة أن الفلسطينيين غير مستعدين لإدارة شؤونهم بأنفسهم، وذلك قبيل الكشف المرتقب عن خطته للسلام. واستكشف الجواب الاقتصادية من هذه الخطة التي تهدف إلى تسوية النزاع بين إسرائيل والفلسطينيين في مؤتمر ينظم في النامة في 25 و26 يونيو (حزيران). وتكشف تصريحات بومبيو التي أدلى بها في لقاء خاص مع «مؤتمر رؤساء المنظمات اليهودية الأمريكية» ونقلتها صحيفة «واشنطن بوست» أولا، أنه حتى داعي الخطة الأمريكية يتوقعون أن ينظر إلى هذه الخطة لتسوية النزاع بين إسرائيل والفلسطينيين بتشكيك عميق. ونقلت الصحيفة عن تسجيل لحديث بومبيو في هذا الاجتماع، أن «الخطة يمكن أن ترفض»، «قد يقول البعض في نهاية المطاف إنها لا تتضمن شيئا جديدا خاصا وهذا لا يناسبني»، وإثنا تتضمن أمرين جديدين 9 أمور سيئة لذلك لست معنيا بها». بدوره، قال كوشتر لواقع «أكسيوس»، الإخباري في مقابلة فلسطينيين به أنهم سيبنون قراراتهم على مسألة إن كانت الخطة تحسن حياتهم. ولدى سؤاله بشأن إن كان يعتقد أنه بإمكان

المنظمة الأوروبية لحقوق الإنسان في بيان أمس توضيحات من أنقرة بشأن 546 شكوى تلقتها حول التوقيف الموقت لقضاة في تركيا بعد الانقلاب الفاشل الذي وقع في تموز يوليو 2016.

وقالت المحكمة التي تتخذ ستراسبورغ مقرا لها، في تواريخ مختلفة، تم وقف أصحاب الشكاوى الـ 546 وجميعهم قضاة عن العمل بذريعة أنهم أعضاء في منظمة، الداعية فتح الله غولن التي تعتبرها تركيا «إرهابية»، وتم اعتقالهم ووضعهم في التوقيف قيد التحقيق. وبحسب المحكمة، وضع هؤلاء القضاة قيد التوقيف الموقت ثم الحبس الاحتياطي. وأوضحت المحكمة بالاعتراضات التي رفعها أصحاب الشكاوى ضد هذه القرارات قد رفضت. وهي تتضمن دعوى فردية اعتبرتها المحكمة الدستورية التركية غير مقبولة. وفي أثناء ذلك، اتهم القضاة بالانتماء إلى منظمة إرهابية، ولا تزال الدعاوى الجنائية المتعلقة بهذه التهم جارية. وأحالت المحكمة الأوروبية لحقوق الإنسان تلك الشكاوى إلى أنقرة، التي تستطيع تقديم ملاحظات خطية بشأنها. وتنظر المحكمة بعد ذلك بقبول تلك الملاحظات، وإذا اقتضى الأمر، تعلن عن قراراتها خلال عدة أشهر. وبعد محاولة الانقلاب في 15 يوليو 2016، أطلقت السلطات التركية حملة تطهير غير مسبوقه ضد المؤيدين المتطرفين لفتح الله غولن، خصم الرئيس التركي رجب طيب أردوغان، لكن أيضا ضد معارضين أكراد وصحافيين حيث أوقف عشرات

تجدد القصف الإسرائيلي الدامي لمواقع في سوريا

•• بيروت-أ ف ب: تواصل قوات النظام السوري وحليفها روسيا قصفها العنيف على جنوب محافظة إدلب ومحيطها موقعة المزيد من القتلى المدنيين، غداة دعوة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب لوقف ما وصفه بالمدنية، وعلى جبهة أخرى في سوريا، قصف الجيش الإسرائيلي على دعتين خلال 24 ساعة مواقع عدة تابعة للجيش السوري ومقاتلين مواليين له، ما أسفر عن مقتل 15 عنصرا من تلك القوات، وفق حصيلة للمرصد السوري لحقوق الإنسان. ومنذ نهاية أبريل، تستهدف الطائرات الحربية السورية والروسية ريف إدلب الجنوبي ومناطق مجاورة له، ويترافق ذلك من اشتباكات على الأرض بين قوات النظام من جهة والفصائل المتطرفة والمقاتلة من جهة ثانية. وأفاد المرصد السوري أمس الإثنين عن مقتل ستة مدنيين جراء القصف الجوي بينهم أربعة في مدينة

المطرب الإيطالي الذي يزعم نجاحه سالفيني!

•• الفجر - خيرة الشيباني: إنجازه في مسابقة الأغنية الأوروبية «الأوروفيزيون»، شهود أكثر من تسعة ملايين مرة على يوتيوب، يرتدي قميصا أحمر ينقوش ذهبي، ألهم المرشح الإيطالي محمود القاعة بأدائه لأغنية «نقود»، في نهاية المسابقة. فمع كل مقطع، يصفق الجمهور منسجما مع الإيقاع لدعم الغني الشاب، 26 عاما.

أبوظبي للتقاعد: 200 موظف نفذوا 5 مبادرات إنسانية خلال رمضان

•• أبوظبي-وام:

الرمضانية استهدفت ترسيخ النهج التطوعي والخيري وتعزيزه لدى الموظفين بالإضافة إلى تعزيز دور الصندوق المجتمعي. وقالت الشريفي: «يحرص الصندوق سنوياً خلال شهر رمضان المبارك على تنظيم مختلف الفعاليات المميزة التي تسهم في خلق مناخ إيجابي بين موظفيه وذلك من خلال إشراكهم في هذه الفعاليات التي تسهم في مد جسور التواصل والتراحم فيما بينهم من جهة وتسدّد مختلف فئات المجتمع من جهة أخرى.» وأضافت: «إن إشراك الموظفين في هذه الفعاليات ودعوتهم للمشاركة فيها ورعايتها يهدف إلى تعزيز ثقافة التطوع المجتمعي وتوثيق الروابط المهنية والاجتماعية بين الموظفين مما يعزز من مفهوم المسؤولية المجتمعية لديهم.»

لجهودهم المستمرة لدعم كافة موظفي الصندوق. ونفذ صندوق أبو ظبي للتقاعد على مدار شهر رمضان المبارك سلسلة حلقات مصورة حملت عنوان «راشد والتسامح، قدّمها الموظف الافتراضي للصندوق «راشد»، وتم بثها على مواقع التواصل الاجتماعي للصندوق تناولت عادات المجتمع الإماراتي في شهر رمضان الكريم والتي تتميز بالحبّة وبت روح التسامح في المجتمع وذلك من خلال توضيح العادات الإماراتية الأصيلة مثل تبادل الزيارات والمأكولات. من جانبها أكدت فاطمة الشريفي المتحدث الرسمي باسم الصندوق مدير إدارة الاتصال المؤسسي أن المبادرات المجتمعية الخمس تأتي في إطار خطط الصندوق وبرامجه السنوية التي يسعى من خلالها إلى ترسيخ مسؤوليته المجتمعية لافتة إلى أن الفعاليات والمبادرات

بمناسبة الشهر الكريم وتوزيع الهدايا عليهم ضمن مبادرة «زيارة كبار المواطنين» و شملت المبادرات الخمس أيضاً تنظيم زيارة لمستشفى مدينة خليفة الطبية قام بها وفد من موظفي الصندوق الذين وزّعوا خلالها الهدايا على الأطفال من مرآحي العيادات الخارجية وذلك انطلاقاً من حرص الصندوق على المشاركة المجتمعية في مختلف القطاعات. ونظم الصندوق كذلك مبادرة أطلق عليها «فرحة عيد، تضمنت مشاركة موظفي الصندوق في رسم البهجة على وجوه الأطفال من خلال شراء واختيار ملابس العيد لهم بالتعاون مع صندوق الشارقة للضمان الاجتماعي فيما اختتم الصندوق مبادراته الرمضانية بفعالية «رسالة شكر» حيث قام موظفو الصندوق بتقديم رسالة شكر وتقدير لعمال النظافة ومساعدي المكاتب وتوزيع الهدايا عليهم من قبل المدير العام

انتهى صندوق أبوظبي للتقاعد من تنفيذ خمس مبادرات اجتماعية وإنسانية امتدت على مدار شهر رمضان الكريم تحت عنوان «رمضاننا خير» وذلك ضمن فعالياته في عام التسامح لافتاً إلى أن عدد المشاركين في هذه الفعاليات الرمضانية تجاوز 200 من موظفيه. واستهل الصندوق مبادراته خلال الشهر الكريم بالمشاركة في تعبئة وتغليف 500 وجبة إفطار رمضاني قام موظفوه بتوزيعها على الصائمين بمدينة أبوظبي إلى جانب تنظيم زيارات إلى عدد من كبار المواطنين وأصحاب الهمم في مركز الضيف التابع لإسسة زايد العليا لأصحاب الهمم للأطمنان على صحتهم وتبادل التهاني معهم

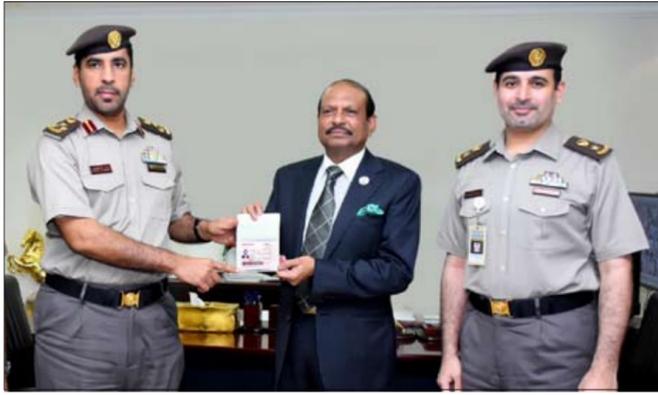
03

الهوية والجنسية تصدر أول إقامة ذهبية للمستثمرين في أبوظبي وتكرم صاحبها

مجالات تعد ذات أولوية بالنسبة للدولة .. وتحدد الشروط الخاصة بكل فئة كالتالي.

الأطباء والمتخصصون:

ويشترط توفر 2 على الأقل من الشروط التالية للحصول على أعلى شهادة علمية بدرجة أستاذ دكتور من أفضل 500 جامعة في العالم والحصول على جائزة أو شهادات تقدير للعمل القائم في اختصاص المتقدم والمساهمة في إجراء أبحاث كبيرة ذات طبيعة علمية أو عملية مرتبطة بمجال عمل المتقدم وكتابة مقالات أو كتب علمية في منشورات متميزة في مجال عمل المتقدم والحصول على عضوية في منظمة مرتبطة بمجال عمل المتقدم على أن تتطلب عملاً متميزاً لقبول العضوية، إلى جانب الحصول على تأهيل علمي عال لا يقل عن شهادة الدكتوراه بالإضافة إلى خبرة عملية في مجال عمل المتقدم لا تقل عن 10 أعوام والتخصص في مجالات مطلوبة وذات أهمية للدولة شرط إضافي للطبيب .. العلماء: أن يكون معتمداً من مجلس الإمارات للعلماء أو الحاصلين على ميدالية محمد بن راشد للتميز العلمي، المبدعون من أهل الثقافة والفن: أن يكون المبدع معتمداً من وزارة الثقافة وتنمية المعرفة. المخترعون: الحصول على براءة اختراع ذات قيمة مضافة على اقتصاد الدولة من الحصول على اعتماد من وزارة الاقتصاد. أصحاب الخبرة: الذين يتمتعون بقدرات عقلية متميزة يتم توثيقها ببراهين الاختراع أو أبحاث علمية منشورة في دوريات عالمية مميزة. المرءاء التنفيذيون: من أصحاب الشركات الرائدة والمعروفة وذات الخبرة العالمية ممن يملكون تحصيلاً علمياً عالياً، وخبرة عملية ومنصباً مثل مهندس في تخصص نادر يحمل درجة جامعية ويعمل في شركة خاصة في الدولة وذلك للحفاظ على الكفاءات الحالية واستقطاب كفاءات جديدة.



المستثمر مملوكاً بالكامل للمستثمر وليس قرضاً وأن يقدم ما يثبت ذلك وأن يحتفظ بالاستثمار لمدة 3 سنوات على الأقل وأن تكون ذمة المستثمر المالية غير متقلبة بمطالبات تنتقص من ملاءته المالية بقيمة 10 ملايين درهم وتشمل مزاي تأشيرة المستثمرين الشركاء بشرط مساهمة كل شريك بـ 10 ملايين درهم والزوجة والأبناء إلى جانب مدير تنفيذي واحد ومستشار واحد ويسمح القرار للمستثمرين بدخول الدولة لمدة ستة أشهر متعددة الدخول، وهي فترة تقديم متطلبات التأشيرة.

رواد الأعمال:

وتتمثل ذات الأولى: امتلاك مشروع سابق ونجاح بقيمة 500 ألف درهم كحد أدنى أو أن يكون حاصلًا على موافقة من حاضنة أعمال معتمدة في الدولة ويتم منح رواد الأعمال تأشيرة لمدة 5 سنوات مع قابلية التأهل للحصول على إقامة دائمة للمستثمرين في حال استيفاء شروط فئة المستثمر. وتشمل مزاي تأشيرة رواد الأعمال كلاً من رائد الأعمال والشركاء وثلاثة مدراء تنفيذيين والزوجة والأبناء لما سبق ذكره ويسمح لرائد الأعمال دخول الدولة لمدة ستة أشهر متعددة الدخول وهي فترة تقديم متطلبات التأشيرات مع قابلية التجديد لمدة ستة أشهر أخرى. أصحاب المواهب التخصصية والباحثون في مجالات العلوم والمعرفة. يمنح القرار تأشيرة لمدة 10 سنوات لأصحاب المواهب التخصصية والباحثين في مجالات العلوم والمعرفة من أطباء ومتخصصين وعلماء ومخترعين ومبدعين في مجال الثقافة والفن. وتشمل المزاي الخاصة بالتأشيرة الزوج والأبناء ويشترط لكافة الفئات وجود عقد عمل ساري المفعول والتخصص في

وسيمتتع الأفراد حاملي الإقامة الذهبية، بمزايا غير مسبقة تتضمن الإقامة بدون ضامن داخل الدولة للشخص وكذلك أفراد أسرته وهم الزوجة والأبناء كما توفر الإقامة الذهبية للمستثمرين إمكانية كفاءة عمالة مساعداً بما لا يزيد على 3 عمال والحصول على إقامة لأحد كبار العاملين لديه مستشاراً أو مدير تنفيذي مع أفراد أسرهم. وأكدت الهيئة أن اعتماد قرار «الإقامة الذهبية» لاقي ترحيباً واسعاً من المقيمين الذين يعثرون الإمارات وطنهم مشيرة إلى أن هناك إقبالاً كبيراً على التقدم بطلبات الاستفادة من هذه التسهيلات غير المسبوقة. وأسّرت الهيئة إلى تفعيل الروابط المتخصصة لتقديم طلبات الاستفادة من هذه التسهيلات. <https://beta.echannels.moi.gov.ae/echannels/web/ae/guest/index.html#/dashboard> حيث تمت إضافة ثلاث خدمات جديدة هي إصدار تأشيرة صلاحيتها 6 أشهر ولعدة سفرات لإنهاء إجراءات إقامة مستثمر وإصدار تأشيرة صلاحية 6 أشهر ولعدة سفرات لإنهاء إجراءات إقامة طولية الأمد لكل من رواد الأعمال والطبقة النواع وإصدار تأشيرة صلاحيتها 6 أشهر وسفرة واحدة فقط لإنهاء إجراءات إقامة الأشخاص الموهوبين. وأوضحت الهيئة أن الهدف من إصدار تأشيرة الدخول لمدة 6 أشهر إتاحة الفرصة للراغبين بالحصول على الإقامة الذهبية وطويلة الأمد لزيارة الدولة والإطلاع على التسهيلات التي توفرها في مختلف المجالات والتعرف على الفرص المتاحة في مجال اهتماماتهم ومن ثم دراسة خياراتهم واتخاذ القرار الأنسب بالنسبة لهم ولأفراد

•• أبوظبي-وام:

أعلنت « الهيئة الاتحادية للهوية والجنسية » أنها أصدرت أول إقامة ذهبية في أبوظبي وذلك للمستثمرين والذي يأتي تطبيقه تنفيذاً لقرار مجلس الوزراء رقم 56 لسنة 2018 لتقديم تسهيلات بشأن الإقامة للمستثمرين ورواد الأعمال والمبدعين وأصحاب المواهب الذين تنطبق عليهم الشروط المحددة لكل فئة ولأفراد عائلاتهم. وسلم العميد سعيد سالم بالحاس الشامسي المدير التنفيذي للإدارة العامة للإقامة وشؤون الأجانب في أبوظبي أول إقامة ذهبية تصدرها الإدارة للمستثمر يوسف علي موسليمان عضو مجلس إدارة غرفة تجارة وصناعة أبوظبي رئيس مجلس إدارة مجموعة اللؤلؤ العالمية وذلك خلال حفل تم فيه تكريم موسليمان تقديراً لدوره في تعزيز مسيرة النمو الاقتصادي في الدولة. وقالت الهيئة إنها أطلقت برنامجاً للتواصل مع المستثمرين المقيمين في الدولة المهتمين بالحصول على الإقامة الذهبية والذين يبلغ عددهم نحو 6800 مستثمر هدفه تعريفهم بالمنظومة الجديدة وشرح ما تنطوي عليه من فوائد كبيرة وميزات غير مسبقة تتيح لهم آفاقاً أوسع وخيارات أكثر تنوعاً لإدارة استثماراتهم وتنميتها بكفاءة عالية وتختصر عليهم العديد من الإجراءات وتوفر لهم تسهيلات كبيرة ليس على الصعيد الشخصي والأسري فقط بل وعلى الصعيد العملي من خلال تمكينهم من جذب الخبرات التي يحتاجونها لدعم مشاريعهم ومنحها التسهيلات اللازمة لمباشرة العمل بكل سهولة ودون أية معيقات. وأضافت الهيئة أن البرنامج يشمل أيضاً التواصل مع المستثمرين وكبار رجال الأعمال خارج الدولة للتعريف بهذه التسهيلات التي تسهم بشكل فاعل في تعزيز جاذبية الإمارات بيئة استثمارية متميزة وتدعم تنافسيتها على الصعيدين الاقتصادي والاجتماعي إلى جانب تعزيز صلاتها الإقليمية وموقعها المتقدم عالمياً في مجال توفير المناخ المناسب والبيئة الأفضل للمستثمرين وأصحاب رؤوس الأموال الذين يبحثون بشكل أساسي عن سهولة الإجراءات وحرية التنقل وإمكانية الاستقرار لهم ولعائلاتهم بما يخدم مصالحهم ويمكّنهم من تحقيق طموحاتهم وتطلعاتهم.



سفير الدولة في المكسيك يشارك في مراسم تسلم رئيس السلفادور الجديد مهام منصبه

•• مكسيكو سيتي-وام:

من الرئيس السابق سالفادور سانتشيس سيرين وسط احتفال كبير. عقب مراسم التسليم ألقى الرئيس السلفادوري الجديد خطاباً شكر خلاله الحضور ونقل تحياته وسلامه إلى شعوب وحكومات الدول الصديقة واستعرض مجموعة من برامجها وتعداته في سبيل تنمية البلاد والارتقاء بها إلى أحسن المستويات على جميع الأصعدة. ونقل سعادة سفير الدولة خلال لقائه فخامة رئيس السلفادور تحيات القيادة الرشيدة وشعب دولة الإمارات العربية المتحدة والتمنيات بالنجاح والسداد في مهامه الجديدة والرفاه للشعب السلفادوري وتعزيز العلاقات الثنائية بين البلدين.



الإمارات تشارك في احتفال إيطاليا بعيدها الوطني

•• روما-وام:



شارك سعادة عمر عبيد محمد الحصان الشامسي سفير الدولة لدى روما في الاحتفال الذي أقيم بمناسبة العيد الوطني لإيطاليا بحضور فخامة الرئيس سيرجيو ماتاريلا رئيس الجمهورية الإيطالية ورؤساء البعثات الدبلوماسية الأجنبية لدى روما. ونقل سعادة السفير الشامسي - خلال الاحتفال الذي أقيم بقصر رئاسة الجمهورية - تهاني صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة - حفظه الله، وصاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله» وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة لسخامة الرئيس سيرجيو ماتاريلا والشعب الإيطالي الصديق، من جانبه حمل فخامة الرئيس الإيطالي سعادة السفير تحياته إلى صاحب السمو رئيس الدولة - حفظه الله، وصاحب السمو نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله» وصاحب السمو ولي عهد أبوظبي نائب القائد

الأعلى للقوات المسلحة .. متمنياً لحكومة وشعب دولة الإمارات مزيداً من التقدم والإزدهار.



شرطة أبوظبي تشارك بملتقى غرس زايد

•• أبوظبي-الغد:

شاركت شرطة أبوظبي بملتقى غرس زايد تحت شعار، غرس زايد .. إماراتي وأقدر، بحضور معالي حسين بن إبراهيم الحمادي وزير التربية والتعليم وبمشاركة مُحدثين متخصصين وركز حول تحديات العمل التطوعي، وعقد الملتقى بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم في مبنى المدرسة الإماراتية في أبوظبي بمشاركة مؤسسة الإمارات لتنمية الشباب عن: المنصة الوطنية للتطوع وسائد، وبتكاتف، ومبادرة زايد العطاء من برنامج الشارقة فاطمة بنت مبارك للتطوع وصندوق وطن والهيئة الوطنية لإدارة الأزمات والكوارث، وركز الملتقى على عدة محاور حول أبرز الأسباب التي



للمجتمع قدمها الملازم صالح التميمي مدير فرع الأنشطة والبرامج قسم كلاً شرطة والثانية عن الثقافة التطوعية قدمها الملازم أول حميد زايد الكلياني مدير فرع خدمة المتعاملين والاستقطاب من قسم كلاً شرطة .

إنجازات إماراتية نابعة من قيما النبيلة وتمكين الأسرة من تبني فكر التطوع لتفعيل الطاقات الشبابية واستثمارها. وقدم فريق عمل مبادرة كلاً شرطة ورشتين للهيئة التدريسية الأولى حول أهمية التطوع



وتعزيز ثقافة التطوع لديهم، وتضمين الأهداف الأساسية للعمل التطوعي لما يخدم صالح الناس وتمكين الشباب من العمل بأفكارهم ورؤيتهم التطوعية ما فيه ضرورة لبناء المجتمع، وتوظيف الأولى حول أهمية التطوع

تؤدي إلى تحفيز مشاركة الشباب في العمل التطوعي وبيان مسؤولية وسائل الإعلام باختلافها على نشر الثقافة التطوعية والتشجيع على الانخراط في الأعمال الإنسانية. وهدف الملتقى إلى تمكين الشباب من المشاركة في الأعمال التطوعية

مواعيد زيارة نزلاء «إصلاحية شرطة أبوظبي» خلال العيد

•• أبوظبي-الفضج:

حددت شرطة أبوظبي مواعيد زيارات نزلاء مديرية المؤسسات العقابية والإصلاحية في قطاع أمن المجتمع خلال عطلة عيد الفطر. وستكون مواعيد الزيارات في إدارة الوثبة بدءاً من يوم الاثنين الموافق 3 يونيو 2019، من التاسعة صباحاً وحتى الثانية عشرة ظهراً، ومن الواحدة ظهراً وحتى الثالثة عصراً، وتشمل فئة النساء من الزوار وجميع القضايا عدا المخدرات من فئة النزلاء، كما يكون يوم الثلاثاء 4 يونيو 2019 لفئة النساء من الزوار وقضايا

المخدرات من فئة النزلاء وذلك من الساعة الثامنة صباحاً وحتى الثانية عشرة ظهراً، والفترة المسائية من الثالثة عصراً وحتى الخامسة مساءً، ويكون يوم الأربعاء 5 يونيو 2019 لفئة النساء من الزوار ولعنبر (9) من فئة النزلاء من الساعة الثامنة صباحاً وحتى الواحدة ظهراً، ويوم الخميس 6 يونيو 2019، لفئة الرجال من الزوار ولعنبر (9) من فئة النزلاء وذلك من الساعة التاسعة صباحاً وحتى الواحدة ظهراً، فيما يكون يوم الجمعة 7 يونيو 2019 لفئة الرجال الأجانب من الزوار وجميع القضايا عدا المخدرات من فئة النزلاء وذلك من الساعة الثامنة وحتى الحادية عشرة

صباحاً، أما الفترة المسائية فتكون لقضايا المخدرات من الساعة الثالثة وحتى الخامسة عصراً. وتكون الزيارة في إدارة المؤسسة العقابية والإصلاحية بالعين، يوم الثلاثاء 4 يونيو 2019، لفئة النساء من الزوار ولعنبر (9) من فئة النزلاء بقضايا المخدرات وذلك من الساعة الثامنة صباحاً وحتى الثانية عشرة ظهراً، فيما تكون الفترة المسائية من الثالثة عصراً وحتى الخامسة مساءً، ويكون يوم الأربعاء 5 يونيو 2019 لفئة الرجال العرب من الزوار والنزلاء وذلك بجميع القضايا عدا المخدرات من الساعة الثامنة صباحاً وحتى الثانية عشرة ظهراً، فيما تكون الفترة المسائية لنفس

الفئتين في قضايا المخدرات وذلك من الساعة الثالثة وحتى الخامسة عصراً، ويكون يوم الخميس 6 يونيو 2019 لعائلات من فئة الزوار والنساء من فئة النزلاء في جميع القضايا من الساعة الثامنة صباحاً وحتى الثانية عشرة ظهراً. وحددت إدارة رعاية الأحداث مواعيد الزيارات أول أيام عيد الفطر، لجميع الجنسيات من الزائرين، ولعنفه الأحداث، والقاصرات، والحاضنات، من الساعة الثامنة صباحاً إلى الواحدة ظهراً، ومن الثانية والنصف وحتى السادسة مساءً، وتخصيص ثاني أيام العيد، للمواطنين من فئة الزائرين، ولعنفه الأحداث والقاصرات والحاضنات من الزائرين،

من الساعة الثامنة صباحاً وحتى الواحدة ظهراً ومن الثانية والنصف وحتى السادسة مساءً، أما ثالث أيام العيد، فيكون لفئة المقيمين من الزائرين، ولعنفه الأحداث، والقاصرات، والحاضنات من الزائرين، من الساعة الثامنة صباحاً لغاية الواحدة ظهراً، ومن الثانية والنصف وحتى السادسة مساءً. وتحدد مواعيد الزيارات في قسم السجن الاحتياطي أول أيام العيد لفئة الرجال من الزوار من جميع الجنسيات من الساعة الثامنة صباحاً وحتى الواحدة ظهراً لجميع القضايا، وثاني أيام العيد لجميع الجنسيات من فئة النساء من الساعة الثامنة صباحاً وحتى الواحدة ظهراً لجميع القضايا.

04



بحضور منصور بن محمد بن راشد أصحاب الهمم من ذوي متلازمة داون يتوجون حملة «رمضان أمان»

•• دبي-الفضج:

شاركت مجموعة من أصحاب الهمم من ذوي متلازمة داون في حملة «رمضان أمان 8» والتي تنظمها جمعية الإحسان الخيرية بتوزيع وجبات الإفطار على السائقين قبل أذان المغرب في موقع

وقد أقرت الدكتورة منال جعور رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات لتلازمة داون التي شهدت المشاركة عن شكرها وتقديرها لسمو الشيخ منصور بن محمد بن راشد آل مكتوم على حضوره قائلة إن سموه يحظى بمحبة كبيرة من أبنائنا وأن مشاركته أدخلت السعادة والسرور على قلوبهم.

وأشادت جعور بدورها بالحملة التي تهدف إلى الحد من السرعة الزائدة والحوادث المرورية الناتجة عن السرعة الزائدة للحاق بموائد الإفطار والتي يشارك بها العديد من الدول وتمنت حرص القائمين على الحملة إتاحة الفرصة التطوعية لأصحاب الهمم من ذوي متلازمة داون للمشاركة

في هذه الحملة. وأكدت جعور أن ذوي متلازمة داون لديهم حس عال بمفهوم التطوع ويتفاعلون بهمة عالية في هذه المواقف ويروح تحفز قيم التسامح والتفاعل مع المجتمع بكافة فئاته وأشارت د. جعور أن أصحاب الهمم من ذوي متلازمة داون قاموا بتقديم وجبات الإفطار وسط إعجاب وتقدير وسعادة مستخدم الطريق وأضاف: إن هذه المشاركة ليست الأولى لهم ولن تكون الأخيرة مشددة بدورها على أهمية عرس ثقافة وقيم التطوع في نفوس الأبناء وإتاحة الفرصة لهم للمشاركة في الفعاليات العامة التي تعزز قيم المسؤولية وخدمة المجتمع



3000 سائق يستفيدون منها

«نعطيك فرصة» عيدية مرور رأس الخيمة لسائقي السيارات

•• رأس الخيمة-الفضج:

أطلقت إدارة المرور والدوريات بالإدارة العامة للعمليات المركزية في القيادة العامة لشرطة رأس الخيمة ممثلة بقسم المباحث والضبط المروري بالتعاون مع أفرع المرور الجغرافية بمراكز الشرطة الشاملة وفريق التوعية والإعلام المروري وقسم المرور والدوريات، مبادرة «نعطيك فرصة»، استهدفت السائقين بمختلف الطرق والأماكن على مستوى الإمارة على مدار يومين متتاليين، وذلك تزامناً مع اقتراب عيد الفطر المبارك. وشارك في المبادرة الرائد حسن حمد الزعابي مدير فرع المباحث

والتعقيب يرافقه النقيب حمد علي الشحي مدير فرع التحقيق وتخطيط الحوادث والملازم عبدالله حميدان الزعابي مدير فرع حجز المركبات، وعدد من الضباط وصف الضباط والأفراد. وأكد الرائد حسن الزعابي بأن الإدارة حرصت على إطلاق هذه المبادرة ضمن إطار جهودها الخاصة والمبدئية لتعزيز رضا الجمهور حول الخدمات التي تقدمها شرطة رأس الخيمة باعتبارها جزءاً من المجتمع وهدفها هو تحقيق إسعاد الجميع الذي يعد من أولوياتها الرئيسية والأساسية التي لا تدخل بشأنها جهداً لئلا يد الأمن والعون بالمشاركة في المبادرات الوطنية



على مدار العام عموماً وخلال فترة عطلة العيد تحديداً لتعزيز أمن الطرق وتوفير بيئة آمنة وسعيدة بعيدة عن المشاكل التي اتخذت كافة احتياطات السلامة المرورية وتجنب ارتكاب المخالفات

تعد الصفو العام بهذه المناسبة. وأوضح مدير فرع المباحث والتعقيب بأن المبادرة التي أطلقت اليوم تقوم بإعطاء إرشادات وتعليمات تقديم الخدمة المتميزة للسائقين حسب الاشتراطات الواجبة، حيث قام الفريق بتوزيع نماذج توعوية مطابقة لورقة المخالفات من خلال حملة تفتيشية تم تنظيمها بهدف تنفيذ المبادرة بدلاً من تحرير المخالفات عليهم بشكل مباشر بمنحهم التهنئة بمناسبة حلول عيد الفطر المبارك لتكون بذلك أول تهنئة تقدم لهم أثناء قيادتهم مركباتهم على طرق الإمارة، مؤكداً بأن المبادرة تهدف إلى جعل الطرق أكثر أماناً من خلال نشر التوعية المرورية

شرطة أبوظبي تدعو السائقين للالتزام بقواعد المرور في عطلة العيد

•• أبوظبي-الفضج:

دعت شرطة أبوظبي السائقين إلى ضرورة الالتزام بقواعد وأنظمة المرور والالتزام بالسرعة المحددة على الطرق لتفادي وقوع الحوادث خلال إجازة العيد. وأعلن العميد سهيل سعيد الخيلي مدير قطاع العمليات المركزية عن إعداد خطة شاملة للسلامة المرورية خلال عطلة العيد، تركز على تكثيف الرقابة المرورية على الطرق الداخلية والخارجية، وحول مصليات العيد وفي المناطق السياحية والحدائق بكل من أبوظبي والعين ومنطقة الظفرة، وتوفير الانسيابية المرورية والحد من كافة الأسباب التي تؤدي إلى وقوع الحوادث المرورية خلال عطلة العيد.

وحث السائقين على التحلي بالإيجابية والالتزام بقوانين وأنظمة السير والمرور، والتقييد بالسرعات المقررة على الطرق الخارجية والداخلية، وترك مسافة أمان كافية بين المركبات، واستخدام حزام الأمان، والالتزام بتحركات الأبناء داخل المركبة والتقييد بجلوسهم في المقاعد الخلفية للمركبة. ولفت إلى دور أولياء الأمور والأسر بالرقابة على أبنائهم، وعدم استغلال فرصة العيد بالاستعراض بالمركبات وتخصيص الوليات، وقيادة المركبات بطيش وتهور على الطرق، مشدداً أنه لن يكون هناك أي تهاون في تطبيق القانون على «التهورين» الذين يعرضون حياتهم، وحياة الآخرين للخطر، بإيقافهم وحجز مركباتهم



تحويلهم إلى القضاء لاتخاذ الإجراءات القانونية بحقهم. وأكد حرص شرطة أبوظبي على تعزيز الجهود المبذولة لتوفير السلامة المرورية خلال عيد الفطر، حاثاً على الانتباه للمشاة وأوضح مديرية المرور والدوريات وإعطائهم أولوية العبور من الأماكن المخصصة لهذه الغاية. وأوضحت مديرية المرور والدوريات

والحدائق بكل من أبوظبي والعين والظفرة، خلال عطلة العيد. ودعا العميد محمد ضاحي الحميري، مدير المديرية، السائقين إلى الالتزام بقانون السير والمرور والتقييد بالسرعات المقررة على الطرق الخارجية والداخلية وترك مسافة أمان كافية بين المركبات، وربط حزام الأمان والتقييد بجلوس الأطفال دون العاشرة في المقاعد المخصصة لهم. وأشار إلى تكثيف الرقابة من خلال الدوريات والمنظومة الذكية للحد من كافة الأسباب التي تؤدي إلى وقوع الحوادث المرورية خلال العطلة. ودعا السائقين إلى عدم استخدام كنف الطريق، المخصص لسائق الإسعاف والتدخل السريع ومركبات الشرطة، بما يمكنها من سرعة الوصول لمواقع الحوادث وإسعاف الصابئين وإنقاذ حياتهم. وحث أولياء الأمور والأسر على رقابة أبنائهم، وعدم استغلال فرصة العيد بالاستعراض والتسابق بالمركبات على الطرق، مشدداً أنه لن يكون هناك أي تهاون في تطبيق القانون على «التهورين» الذين يعرضون حياتهم، وحياة الآخرين للخطر، بإيقافهم وحجز مركباتهم وتحويلهم إلى القضاء لاتخاذ الإجراءات القانونية بحقهم. ونادى السائقين بضرورة الانتباه إلى حركة المشاة في مختلف الطرق خلال العيد وخفض السرعات بالقرب من أماكن عبورهم وإعطائهم الأولوية في العبور وزيادة الحرس والانتباه للأطفال خصوصاً بالقرب من الحدائق والأماكن السياحية.

مواصلات عجمان توزع فوالة العيد على أصحاب الهمم

مشيرة إلى أن توزيع فوالة العيد على أصحاب الهمم جاء بهدف تعزيز التواصل مع هذه الفئة من المجتمع لتحقيق السعادة لهم، فضلا عن أن هذه المبادرة تعتبر من أهم الأهداف التي تحتل على دمج هذه الفئة في المجتمع وتكرس للقيم والمبادئ التي تشهدها الدولة في المواطنين والقيمين. وأوضحت سارة الحوسني أن الهدف من المبادرة هو ترسيخ العادات والتقاليد وإحياء تراث الأجداد وبت روح السعادة في نفوس أصحاب الهمم حيث أن توزيع فوالة العيد ينتقل من جيل إلى آخر لتجسيد روح التكافل والتعاون بين أفراد المجتمع. وأعرب أصحاب الهمم عن سعادتهم بالمبادرة مشتمين دور مؤسسة المواصلات العامة بتوفير مركبات مجهزة بوسائل الراحة لنقلهم بالمجان داخل الإمارة

•• عجمان- الفجر:

في إطار سعي مؤسسة المواصلات العامة عجمان لتحقيق الهدف الإستراتيجي المتمثل في المشاركة المجتمعية قام فريق من المؤسسة بتوزيع فوالة عيد الفطر المبارك على أصحاب الهمم وذلك بزيارتهم في منازلهم بفرض إدخال السرور والبهجة عليهم. أكدت سارة أحمد الحوسني مدير إدارة الإمتياز وتصاريح النقل أن فوالة العيد يندرج ضمن سلسلة المبادرات الخيرية والمجتمعية التي تنفذها مؤسسة المواصلات العامة عجمان خلال أيام عيد الفطر المبارك والمناسبات الوطنية المختلفة لتحقيق الهدف الإستراتيجي المتمثل في مد جسور التعاون بين المؤسسة والمجتمع على مدار العام ،



05

في رأس الخيمة

«الثريد» وجبة شهية وتجارة رائجة في رمضان



كالبطاطا والبصل والثوم و معجون الطماطم وبعض البهارات، يمكن استخدام خبز الصاج أو خبز التنور أو خبز البيت.

قبل الأكل ،

وحول طريقة تحضير الثريد تتابع رشيدة : قبل الأكل يتم إختيار نسب و مكونات الثريد حسب الرغبة كما يمكن إضافة بعض النكهات المفضلة وأنواع مختلفة من الخضار. اللحم مقطوع إلى قطع متوسطة الحجم، ويصل مفروم ناعم، ثوم مفروم ناعم، خبز مقطوع، بطاطا مقطعة ، ملح، بهارات، زيت. وبعد تجهيز المكونات تبدأ الطريقة بسلق اللحم المقطع إلى أن ينضج ويضاف إلى ماء السلق البهارات المفضلة وشرائح من البصل و شرائح من الليمون. يوضع الزيت في قدر و يضاف إليه الثوم والبصل المقطع إلى أن يصبح لونهما ذهبيا، ثم تضاف قطع



يجد قبولا بلا منازع من جميع أفراد أسرتي فعندما تكون المكونات الرئيسية مثل الخبز ومرق اللحم أو الدجاج حاضرة فإن طبق الثريد يكون حاضرا على مائدة الأكل والى جانب تلك المكونات الرئيسية تضاف مكونات أخرى مثل الخضار

معروفة بإسمي المشرودة والفتات، ويطلق على طبق الثريد في بلدان الخليج العربي إسم التشريب، وتشتهر بشكل عام في بعض المناطق بإسم الفتة كالأردن و فلسطين و سوريا. وتقول رشيدة : " طبق الثريد

والدجاج والخضار. وبحسب زينب يعد الثريد وجبة شهية تتجه إليها الأيدي بشرافة وإن كان الإقبال عليه يكون كبيرا في شهر الصوم لأنه يتألف من مجموعة من الخضار وأصناف اللحوم التي تشبع البطن الصائمة واللحاف أن طبق الثريد يكون حاضرا بقوة وقت الإفطار والعشاء وأيضا السحور . أما أم سعيد التي تمارس صناعة الثريد على يد والدتي عندما كنت طفلة صغيرة وفي سنوات الماضي البعيد تعد صنعة تحرص الأمهات على تعليم الفتيات لأنها غير مكلفة وتجد لها سوقا رائجا في شهر الصوم وتجلب عائدا ماديا يريح الأسرة في بعض مصاعب الحياة . وتشرح " زينب ع " الثريد قائلة هو الخبز الذي يتكون من عجينة الطحين والملح والبيض ويصنع على الصاج وبعد أكلة شهية حيث يوضع على الطبق ويغطى بمرق اللحم

•• رأس الخيمة - الفجر

مع حلول شهر رمضان المبارك تشغل صناعة وتجارة الثريد في رأس الخيمة وهي مهنة تؤديها النساء في المنازل وتمارس بيعه في الأسواق مثل سوق الجسر للخضار والفواكه وسوق المعريض وسوق النخيل . وتقول " أم راشد " التي تشتهر بصناعة الثريد : " تعلمت صناعة الثريد على يد والدتي عندما كنت طفلة صغيرة وفي سنوات الماضي البعيد تعد صنعة تحرص الأمهات على تعليم الفتيات لأنها غير مكلفة وتجد لها سوقا رائجا في شهر الصوم وتجلب عائدا ماديا يريح الأسرة في بعض مصاعب الحياة . وتشرح " زينب ع " الثريد قائلة هو الخبز الذي يتكون من عجينة الطحين والملح والبيض ويصنع على الصاج وبعد أكلة شهية حيث يوضع على الطبق ويغطى بمرق اللحم

الحم والملح والبهارات إلى الثوم والبصل وتقلب إلى ان تحمز قطع اللحم قليلا. يضاف بعدها قطع البطاطا ومرق اللحم (ماء سلق اللحم) وتترك بضع حوان إلى أن يتشرب الخبز المرق ..



ضمن فعاليات عام التسامح

200 طالب بمسابقة « مستشفى برجيل رويال » للقرآن الكريم في العين

الشارقة والعين ، إحياء لتكريم رجيل القائد والمؤسس الشيخ زايد بن سلطان ال نهيان طيب الله ثراه واسهاماته وعطاءاته الكثيرة بمجال العمل والخيري والإنساني والتي لم تقف عند حدود دولة الإمارات بل تجاوزتها لتشمل العديد من أبناء شعوب العالم ما رسخ معه ريادة دولة الإمارات في هذا المجال الحيوي.

وأولياء أمور الطلبة المشاركين . وقال ميونون في كلمة ألقاها خلال حفل تكريم الطلبة الفائزين بالمسابقة إنها تأتي ضمن الفعاليات التي تنظمها مستشفى ميديور العين برعاية وتوجيه الدكتور شامشير فياليل صاحب مجموعة في بي اس للرعاية الصحية وسلسلة مستشفيات برجيل في أبوظبي ، دبي ،

حضر حفل توزيع الجوائز وتكريم الفائزين الدكتور أرون ميونون مدير المستشفى ومدير العمليات السيد سهيل سيد والسيد عقيل هشام مدير العلاقات العامة وكبار الشخصيات وكبار الأطباء وأعضاء لجنة التحكيم ممثلو مكتب الهيئة العامة للشؤون الإسلامية والأوقاف وعدد من المدعوين وأسرة المستشفى

الإسلامية والأوقاف ضمن فعاليات عام التسامح 2019 وبالتزامن مع يوم القائد والمؤسس للعمل الإنساني. اشتملت المسابقة على فئتين الأولى شملت طلبة المرحلة الابتدائية الدنيا والدارسين بالصوف من الأول وحتى الرابع فيما شملت الفئة الثانية طلبة المرحلة الابتدائية العليا

الدارسين بالصوف من الخامس وحتى الثامن وتأهل لمنافسات المرحلة النهائية 6 طلاب بمعدل 3 طلاب لكل فئة وحصل الفائز بالمركز الأول من كل فئة على جائزة نقدية قدرها 3 آلاف درهم فيما حصل الفائز بالمركز الثاني على ألفي درهم وحصل الثالث على ألف درهم.

•• العين - الفجر

شارك 200 طالب وطالبة بالمرحلة الابتدائية بالمدارس الحكومية والخاصة ومراكز التحفيظ في العين بمسابقة القرآن الكريم التي نظمتها مستشفى برجيل رويال العين بالتعاون مع مكتب الهيئة العامة للشؤون

مجلس ضاحية الصبيحية في خورفكان ينظم إفطارا جماعيا " فطور بيتنا "

الشارقة... حفظه الله ورعا... وأشاد محمد الخواوي النقيب رئيس مجلس ضاحية الصبيحية بمشاركة الأهالي وحرصهم على إحضار طعامهم من منازلهم ومشاركتهم مع بعضهم البعض في مائدة واحدة وأشار إلى أننا حرصنا على القيام بدور اجتماعي في دعوة الأهالي على الإفطار في مبادرة فطور بيتنا نتغز من القيم الاجتماعية التي تسود الأهالي في رمضان .

الكرام بهدف جمع الأهالي على مائدة واحدة وتعزيز التقارب الأسري . وتعد المبادرة إحدى البرامج التي يحرص مجلس الضاحية على تنفيذها لما لها من عوائد اجتماعية في ترسيخ العادات الأولية وجمع الأسر على مائدة واحدة وبالتالي تحقيق الأهداف التي من أجلها أنشأت الضاحية وفق رؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى للاتحاد حاكم

•• خورفكان- الفجر:

تحت مسمى فطور بيتنا دعا مجلس ضاحية الصبيحية وهو أحد المجالس التابعة لدائرة شؤون الضواحي والقرى بحكومة الشارقة الأهالي لإحضار طعامهم إلى مقر الضاحية وتناولها مع بعضهم البعض. وأقبل الأهالي على المشاركة في الإفطار لاسيما وبأتي خلال الليالي الأخيرة من شهر رمضان



بقيمة 125 ألف درهم لكسوة أبناء النزلاء والنزيلات في العيد

شرطة دبي تتسلم 500 بطاقة ممغنطة من مؤسسة عيسى صالح القرق الخيرية

وأبناء النزلاء في الخارج، إلى جانب عدد من أبناء النزيلات في سجون الإمارات الأخرى، مؤكدة أن هذه المبادرة الطيبة ستدخل السعادة والبهجة على قلوب الأسر وأطفالهم في عيد الفطر المبارك، وعبرت المقدم الزعابي عن امتنانها وتقديرها للأعمال الخيرية والإنسانية التي تقوم بها مؤسسة عيسى صالح القرق الخيرية على الدوام، مؤكدة أنهم مثال يحتذى به في الشراكة بين القطاعين الحكومي والخاص، بما يقدمونه من دعم للأسر والأفراد المتعسرين مادياً إيماناً منهم بأهمية المسؤولية المجتمعية وأثرها الإيجابي في تماسك المجتمع.

والسيد محمد فاروق المدير التنفيذي لمؤسسة عيسى صالح القرق الخيرية، بحضور الملازم أول حبيب الزرعوني رئيس قسم الرعاية الإنسانية في شرطة دبي. وأنتت المقدم جميلة الزعابي على المبادرة الكريمة لمؤسسة عيسى صالح القرق الخيرية لاسيما وأنها تشهد في دولة زايد الخير والعطاء عام التسامح الذي أطلقه صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله، موضحة أن عدد البطاقات الممغنطة يبلغ 500 بطاقة، قيمة كل منها 250 درهماً، وستذهب هذه البطاقات إلى أبناء النزيلات في سجن النساء،

تسلمت القيادة العامة لشرطة دبي ممثلة بالإدارة العامة للمؤسسات العقابية والإصلاحية بطاقات ممغنطة بقيمة 125 ألف درهم من مؤسسة عيسى صالح القرق الخيرية، بهدف توفير كسوة العيد لأبناء النزيلات، وأبناء النزلاء في الخارج. وكانت المقدم جميلة الزعابي مدير سجن النساء في دبي قد تسلمت البطاقات الممغنطة من السيد عيسى فريد القرق مدير عام مجموعة عيسى صالح القرق التجارية والصناعية،



عدم الإكثار من الطعام، والعودة تدريجياً إلى النمط الغذائي الذي كان سائداً قبل رمضان

«صحة» تؤكد على أهمية اتباع نظام غذائي صحي خلال أيام عيد الفطر

أخبار الساعة : قطر تواصل مفاوضات اللامسؤولية و خروجها عن الإجماعين الخليجي والعربي خدمة لأطراف خارجية

•• أبو ظبي - وام:

أكدت أخبار الساعة أنه في الوقت الذي تشهد فيه المنطقة تحديات غير مسبوقه تلقي بظلالها السلبية على الأمن والاستقرار في الدول الخليجية والعربية وتتطلب معها توحيد الصف العربي وتبني مواقف مشتركة من أجل التعامل الفاعل والبناء معها، فإن قطر تواصل مفاوضات اللامسؤولية، وتصر على الخروج عن الإجماعين الخليجي والعربي خدمة لأهداف أطراف خارجية تحاول شق الصف العربي. وقالت النشرة في افتتاحيتها تحت عنوان "موقف قطري غير مسؤول" إن تحفظ قطر على البيانين الصادرين عن القمة الطائرة لجلس التعاون لدول الخليج العربية والقمة العربية الطائرة اللتين استضافتهما مكة قبل أيام بدعى أن بعض بنودهما تتعارض مع سياستها الخارجية خاصة تلك التي تحدثت عن وحدة دول المجلس وإدانة إيران لا يثبت فقط أنها تعمل ضد المصالح الخليجية والعربية وإنما أيضا ارتهاج سياستها لإرادة أطراف خارجية لها أجدتها العادية للعالم العربي خاصة أن هذا التحفظ جاء بعد أيام من انتهاء القمتين ما يعني تعرضها لضغوط أجبرتها على تغيير مواقفها والتشكيك في نتائج القمتين. وأوضحت النشرة التي يصدرها "مركز الإمارات للدراسات والبحوث الاستراتيجية" أن مزاعم قطر الخاصة بأن بيان القمتين الخليجية والعربية أعدا مسبقا ولم تتم مناقشتها بشكل مستفيض وإدانتها لإيران من دون الإشارة إلى سياسة وسطية للتحديث معها وأن القضايا المهمة كفلسطين وليبيا واليمن كانت غائبة عن بيان القمتين يعبر عن سياسة قطر المرتبكة والمتناقضة في أن مما فكيف لها أن تأتي بعد أيام وتحدثت عن مثل هذه القضايا وكان أمامها فرصة كبيرة أمام القمتين لعرض رؤيتها ووجهة نظرها إزاء مجمل القضايا.. وكيف تزعم في الوقت ذاته غياب القضايا المهمة عن أجندة القمتين في حين أنها انعقدتا بشكل رئيس بلورة مواقف عربية موحدة تصبى للتحديات والمخاطر التي تواجه الدول العربية، وتعمل في الوقت ذاته على إيجاد حلول تنهي الأزمات المختلفة التي تشهدها العديد من الدول العربية. ونوهت إلى أن ادعاء قطر الخاص بأن بيان القمتين الخليجية والعربية لم يتطرقا إلى سياسة وسطية للتحديث مع إيران يعبر عن قصور في الرؤية والفهم.. صرح أن القمتين إمانتا السياسات الإيرانية العدائية والتدخلية في شؤون دول المنطقة لفتحها في الوقت ذاته حملتا رسالة سلام مع طهران شرط أن تتخلى عن هذه السياسات وتثبت بالفعل أنها دولة مسؤولة وتلتزم بمبادئ حسن الجوار وعدم التدخل في الشؤون الداخلية للدول واحترام سيادتها وتكف عن دعم الإرهاب وتحريض ميليشياتها وأذرعها على تهديد أمن واستقرار المنطقة. وأشارت إلى أنه بات واضحا أن التحفظ القطري على بيان القمتين الخليجية والعربية جاء استجابة لضغوط مارسستها عليها إيران خلال الأيام الماضية، وذلك في محاولة للتشكيك في أهداف ونتائج القمتين وإعطاء الانطباع بأن هناك خلافات وانقسامات حقيقية بين الدول العربية، وذلك لضرب حالة الإجماع التي كانت واضحة في كلمات ومدخلات قادة دول مجلس التعاون لدول الخليج العربية والدول العربية خلال فعاليات القمتين لتؤكد بذلك فطر أنها ليست سوى أداة تستخدمها إيران لضرب الإجماع العربي كما تفعل أذرعها وميليشياتها المسلحة والإرهابية في المنطقة التي سارت وانتقدت هي الأخرى فهم مكة الثلاث الخليجية والعربية والإسلامية لأنها تبنت موقفا موحدا من إيران يرفض استمرارها في تبني سياسات عدائية تهدد الأمن والاستقرار في المنطقة. ولفتت "أخبار الساعة" إلى أن قطر تدعي دائما أنها تبنت سياسة خارجية مستقلة لكن للأسف ممارساتها ومواقفها المختلفة تجاه العديد من القضايا الخليجية والعربية تشير بوضوح إلى أنها ليست سوى دولة تابعة تستجيب لأي ضغوط تمارس عليها ولهذا فإن ما تدعيه بأنها تنطلق في سياساتها ومواقفها من ثوابت تعلى من مصالح الشعوب الخليجية والعربية لا يمكن أن يخدع أحدا فأي سيادة وأي استقلالية تتحدث عنها بعد أن أصبحت إحدى أدوات إيران لضرب الصف الخليجي والعربي وخدمة مخططاتها التخريبية في المنطقة. وقالت النشرة إن محاولات قطر شق الصف العربي ليست وليدة تحفظها على بيان قمتي مكة الخليجية والعربية وإنما هي تمتلك بالفعل سجلا حافلا من المواقف والممارسات غير المسؤولة التي تنحاز فيها لإيران وترتكب على حساب المصالح العربية ولعل الجميع يتذكر موقف مفادرة أمير قطر تميم بن حمد للقمة العربية في تونس في نهاية شهر مارس الماضي احتجاجا على إدانة تدخلات إيران وتركيا المتواصلة في الشؤون الداخلية للدول العربية وتحميلها مسؤولية تعقد الأزمات في المنطقة واستغلالها. وشددت "أخبار الساعة" في ختام افتتاحيتها على أن مواقف قطر غير المسؤولة ستظل لفترة في جدار التضامن الخليجي والعربي ودليلا على أنها لم تصل بعد إلى درجة الرشد السياسي الذي يجعل منها دولة مسؤولة وملتزمة بالإجماعين الخليجي والعربي.

الجسم تدريجياً على استعادة نظامه الغذائي الطبيعي. وأشارت إلى أهمية تخفيف السعرات الحرارية المتناولة واختيار مكونات صحية وطرق طبخ صحية، وذلك بتعديل الوصفات الخاصة لتحضير الحلويات من خلال تقليل كميات الدهون واستبدال السكر بالعسل والتمر مما يزيد من قيمتها الغذائية ويفني طعمها، ولا ننسى التقليل من استهلاك الملح والاستعاضة عنه باستخدام الأعشاب والتوابل مثل البقدونس والزعتر. ونهيت عن مضار تناول الطعام بكثرة في أول أيام العيد مما يصيب أنظمة الجسم ببعض الاضطرابات الغير مستحبة، مثل عسر الهضم، وحرقة المعدة، والشعور بالتعب والرغبة بالنوم لأوقات أطول.



•• أبو ظبي - الفجر:

أكدت شركة أبو ظبي للخدمات الصحية "صحة" على ضرورة الاستمرار بتناول الغذاء الصحي خلال أيام عيد الفطر السعيد، كما كان متبعاً خلال شهر رمضان المبارك، والعودة تدريجياً إلى النمط الغذائي العادي بعد شهر رمضان. وتقدمت "صحة" بالتهنئة للقيادة الرشيدة، ولشعب دولة الإمارات، والمقيمين على أرضها، بمناسبة حلول عيد الفطر المبارك، سائلة الله أن يتقبل من الجميع صيامهم وقيامهم وصالح أعمالهم. وقالت خولة الحوسني أخصائية التغذية في مركز الزعفرانة وللشخصيات والفصح الشامل التابع للجهاز الهضمي والعودة للنمط

المؤسسات العقابية في دبي تحدد مواعيد زيارة النزلاء خلال أيام عيد الفطر

| اليوم | الوقت | الفئة | المعنى بالزيارة |
|--------------|------------------------------------|------------|--------------------------|
| اليوم الأول | From 8:00 am to 9:30 am (صباحاً) | رجال ونساء | Inmates Building No. (1) |
| اليوم الثاني | From 10:00 am to 11:30 am (صباحاً) | رجال ونساء | Inmates Building No. (2) |
| اليوم الثالث | From 8:00 am to 9:30 am (صباحاً) | رجال ونساء | Inmates Building No. (3) |
| اليوم الرابع | From 10:00 am to 11:30 am (صباحاً) | رجال ونساء | Inmates Building No. (4) |

| اليوم | الوقت | الفئة | المعنى بالزيارة |
|--------------|------------------------------------|-------|--------------------------------|
| اليوم الأول | From 8:00 am to 9:30 am (صباحاً) | رجال | المواطنين+ رعايا الدول العربية |
| اليوم الثاني | From 10:00 am to 11:30 am (صباحاً) | نساء | UAE & Arab Nationals |
| اليوم الثالث | From 8:00 am to 9:30 am (صباحاً) | رجال | الجنسيات الأخرى |
| اليوم الرابع | From 10:00 am to 11:30 am (صباحاً) | نساء | Women |

عيد الفطر في الفترة الصباحية من الساعة 8 وحتى 9:30، فيما من الساعة 10 وحتى 11:30 صباحاً.

وحتى 11:30. وتبدأ زيارة الرجال إلى الجنسيات الأخرى في سجن الجنج والمخالفات وسجن النساء والأحداث خلال ثاني أيام

اليوم الأول من عيد الفطر تبدأ زيارة الرجال والنساء للنزلاء في المبنى رقم "1" في إدارة السجن المركزي خلال أول أيام عيد الفطر السعيد في الفترة الصباحية من الساعة 8 وحتى 9:30، ولنزلاء المبنى رقم "2" من الساعة 10 وحتى 11:30. وتبدأ زيارة الرجال إلى فئة المواطنين ورعايا الدول العربية في سجن الجنج والمخالفات وسجن النساء والأحداث خلال أول أيام عيد الفطر في الفترة الصباحية من الساعة 8 وحتى 9:30، فيما تتمكن النساء من الزيارة في الساعة 10 وحتى 11:30 صباحاً. اليوم الثاني من عيد الفطر وتبدأ زيارة الرجال والنساء للنزلاء في المبنى رقم "3" في إدارة السجن المركزي خلال ثاني أيام عيد الفطر السعيد في الفترة الصباحية من الساعة 8 وحتى 9:30، ولنزلاء المبنى رقم "4" من الساعة 10



«دار البر» تقيم إفطاراً للصائمين في تشاد

الدولة وتوجيهات قيادتها الرشيدة. وشدد البيتيم على حرص الجمعية على التجاوب والتفاعل الحي مع طلبات ومقترحات سفارات الدولة في الخارج ومختلف المؤسسات والدوائر الحكومية، ومؤسسات القطاع الخاص، ونظيراتها من مؤسسات المجتمع المدني، في إطار العمل الخيري الإنساني، وبما يصب في صالح ذوي الدخل المحدود حول العالم،

«دار البر»، أن الجمعية تحرص على مديادي الخير والإحسان إلى المحتاجين والفقراء في كل مكان عبر العالم اليوم، ترجمة صادقة لقيم وتعاليم ديننا الحنيف، وسياسة ورؤية

إفطار الصائمين في تشاد، بالتعاون والتنسيق مع سفارة دولة الإمارات هناك، بناء على طلب من قبل وزارة الخارجية والتعاون الدولي. وأكد يوسف البيتيم مدير إدارة المشاريع الخيرية في

أعلن رواق الفن في جامعة نيويورك أبو ظبي عن معرضه القادم ضمن مساحة المشروع، والذي تقيمه الفنانة رند عبد الجبار بعنوان «عجائب الأرض، أساطير السماء»، والذي سينطلق يوم الثلاثاء 11 يونيو، مع حفل استقبال في تمام الساعة 5:30 عصراً. ويمثل هذا المعرض، الذي يستمر لغاية يوم السبت 29 يونيو، توثيقاً لبحث الفنانة الأخير حول التراث الثقالي



جامعة نيويورك أبو ظبي، بما في الإمارات. وتمثل مهمة «مساحة ذلك مهرجان كاستون السنوي المشروع» في توفير منصة غير ومعارض الكليات وغير ذلك من تجارياً للتجريب والاستكشاف في مشاريع الفنانين القيمين بدولة مجال الفنون البصرية.

يحمل عنوان «عجائب الأرض، أساطير السماء»

رواق الفن في جامعة نيويورك أبو ظبي يستضيف معرضاً للفنانة رند عبد الجبار في مساحة المشروع

القصص والأساطير التي تسعى إلى الإضاءة عليها ونقلها بكل صدق إلى الزوار. إذ تتكون المنهجية الأساسية لهذا البحث الفني استناداً إلى التكوين واللون والملمس الذي تم التقاطه في فنون العمارة والنحت والكتابة. ويقدم المعرض مجموعة من الأعمال النحتية التي تتجاوز في أبعادها الحدود المكانية والزمانية لتشكّل مجالا فسيحاً من الاكتشافات، حيث تجسد كل قطعة تاريخاً نامشياً يطرح في مساراته حواراً جامعياً شيقاً. كما تتحدّى

والمعماري لدولة العراق، مع تركيز خاص على الماضي القديم لبلاد ما بين النهرين. وتعكس الأعمال المعروضة سلسلة المراحل التاريخية التي تأثرت بالمسارات الحضارية عبر الزمن على امتداد الجغرافيا المشتركة للمنطقة، وتكشف عن ملامح العمارة والآثار والأساطير التي استمدت منها الإلهام. كما ينتق المعرض من دراسة السمات الشكلية والمادية للآثار الموجودة ضمن مقتنيات المتاحف والأرشيف الحضاري للبلاد، إضافة إلى



•• أبو ظبي - الفجر:

رحل شهر رمضان؛ ربح فيه من ربح، وخسر فيه من خسر، وأوجه الريج والخسارة كثيرة، ولعل أحدها ما يتعلق بصحة الصائم حيث هي هدف شخصي وديني أيضاً. ومن أركان الصحة المتفق عليها التخلص من الوزن الزائد، والمحافظة على وزن مناسب يساعد الإنسان على الاستمتاع بحياته.

ولعلك تكون ممن فقدت بعض الوزن الزائد في رمضان أو على الأقل حافظت على وزنك، ولم تجعل الكنافة والقطايف تتركان بصمة غير صحية عليك، عموماً أنا أقدم لك 12 نصيحة لتفقد بعض الوزن بعد رمضان؛ وتستمر في أو تبدأ بداية صحية جديدة:

07

اكتسبوا نمط حياة صحياً

بعد رمضان . . 12 نصيحة للحفاظ على الوزن

الرياضة بشكل منتظم، لذا فالانضباط في سنة صيام 6 أيام في شوال، وبدء ذلك بعد أيام من عيد الفطر يعتبر وسيلة - في رأيي - عملية لاكتساب عادة الانتظام على الصيام، والذي هو وسيلة مستمرة لتقوية الإرادة، ومن ثم المحافظة على الوزن، والبداية السريعة بعد عيد الفطر تجعل ذلك سهل التنفيذ، وأنت حديث عهد بالصيام قبل أن تفتقر الهمة وتعود لاستقبال الصيام.

10- قلل من الاستجابة لدعوات الطعام "العزومات"
الأكل خارج المنزل، خاصة في الإجازات والمناسبات له تأثير سلبي متعدد، فعادة ما تكون الوجبات عالية السعرات، وينتج بعده حالة من الإحباط واليأس التي قد تأخذ الراغب في الحفاظ على وزنه بعيداً عن طريق التغيير، لذا يجب الإقلال من تناول الطعام خارج المنزل واختيار قوائم طعام بسعر أقل نسبياً، وعدم الذهاب إلى هذه المناسبات وأنت في حالة جوع شديدة.

11- احتفظ بسجل غذائي
كل الدراسات الطبية تثبت بما لا يدع مجالاً للشك أن مريض السمنة الذي يحتفظ بسجل للشئ أن يأكل ويشرب يستطيع أن يحتفظ وزناً ويحافظ عليه أفضل ممن لا يحتفظ بسجل، وهذا السجل ممكن أن يكون ورقياً أو إلكترونياً بمساعدة كثير من التطبيقات الإلكترونية الموجودة، فالكاتب تساعد المريض والطبيب على المتابعة والتشجيع وتصحيح المسار لو بدأ مريض السمنة يتجاوز في الطعام والشرب.

12- اربط بمجموعة داعمة
المجموعات الداعمة للتخلص من السمنة على الإنترنت والفيديو كثيرة جداً، وهي أحد عوامل التشجيع التي تحقق فوائد كثيرة في حماية مريض السمنة من عدم الاستمرار في نمط حياة صحي مفيد.

12 نصيحة من السهل أن تبدأ بها، ولعلنا نلتزم بها كلها، وثق أنك قادر على الحفاظ على وزنك مدى الحياة باتباع هذه المجموعة من النصائح والإرشادات العملية.



7- اكتسب ثقافة السعرات
وهي أن تكون واعياً ومدركاً للمعلومات الأساسية حول ما يحتاجه الجسم من سعرات أساسية، وما تحتويه الأطعمة التي تأكلها، والمشروبات التي تشربها.

8- اسأل نفسك قبل كل وجبة لماذا أكل الآن؟
هل لأنني جائع أم مللت أم محبط؛ فإن كانت الأولى فيالهنا والشقاء، وإن كان السبب هو الملل أو الإحباط ففكر في حلول أخرى مثل الرياضة أو القراءة أو التواصل مع صديق أو الذكر والدعاء أو كل هذا معاً.

9- احرص على الصيام بعد رمضان مباشرة
صيام يوم أسبوعياً ثم الإفطار على طعام وشرب مناسب في محتواه من السعرات يعتبر وسيلة عملية للتخلص من كيلو أو اثنين شهرياً، خاصة لو صاحب ذلك ممارسة

النفسية للشخص، ما يجعل الإنسان أكثر قدرة على تحقيق أهدافه وإحداث التغيير الصحي الذاتي.

5- عود نفسك على التسوق الصحي
لا تنخدع بكثرة الشعارات والإغراءات التسويقية، واجعل بيتك شبه فارغ من الأطعمة ذات السعرات العالية.

6- اختر صعبة "صحية" تعينك
لأن المرء على دين خليله فحاول أن تحرص على صعبة الأصدقاء والأهل المتقنين بأهمية التخلص من السمنة، واتبع نمط حياة صحي؛ فهؤلاء هم خير معين، خاصة في أيام الإجازات حيث تكثر الدعوات على الغداء والعشاء، وحاول العمل على تغيير قناعات باقي الأهل والأصدقاء من غير المهتمين بالعادات الصحية.

وعملك حتى لو اضطرت لممارسة الرياضة في المنزل، ولكن احرص على جعل ذلك شيئاً جميلاً لطيفاً، وادعوا أحياءكم لمشاركته في ممارسة الرياضة.

وأما بالنسبة لشرب المياه بكثرة فمتفق عليه طيباً للتخلص من السموم، والمحافظة على سلامة أجهزة الجسم المختلفة، ويتحقق ذلك بجعله أول عمل بعد الاستيقاظ، وتقسيم شرب المياه على ساعات النهار.

والثالثة الحرص على النوم ساعات مناسبة بالليل، والتخلص من أسباب الأرق بالإقلال من استخدام المحمول ليلياً، والإقلال من شرب القهوة والشاي مساءً أو الاستعانة بطبيب إذا كان الأرق مستمراً.

4- استغف من مناج الذكر والدعاء الرمضاني يجعلهما برنامجاً يومياً لك وجعلهما وسيلة لتلجأ إليها لتفريغ الضغوط الحياتية، فمن الثابت طبياً وعملياً أن المناخ الروحي والدعاء يحسن المزاج والحالة

1- ضع هدفاً
الهدف هو الوجهة والنية والراية التي تسيّر وأنت تراها، ومن لا يعرف هدفه يتوه ولا يتقدم؛ لذا أقترح أن تتحدث مع نفسك، وتساها.
- لماذا أريد أن أفقد وزني؟ وممكن أن تكون الإجابة على السؤال الأول: لكي أستمتع بحياتي، لكي يصبح شكلي جميلاً أو لكي أرضي أهلي وأحبابي، المهم أن تذكر الهدف، اكتبه وضعه أمامك، وكرره باستمرار.
- أما السؤال الثاني هو كم من الوزن أريد أن أفقد؟ فالأفضل علمياً أن يكون الهدف واقعيًا يمكن إنجازها، فقليل دائم خير من كثير منقطع، فقدان من 2 إلى 3 كيلوغرامات شهرياً هدف واقعي يمكن تحقيقه.

2- ابدأ الآن
لا تضع ما تبقى من رمضان، ولكن اكتسب بعض العادات الغذائية الصحية فيما تبقى من الوقت ممكن أن تكون إحداها الأكل بوعي وإدراك بأن تتوقف عن الأكل أمام التلفزيون أو الكمبيوتر أو عادة التوقف قبل تمام الشبع والامتلاء، والثالثة أن تبدأ طعامك بالبروتين والفاكهة قبل النشويات كالأرز والمكرونة، وثق أن هذه العادات ستساعدك كثيراً فيما بعد.

3- اكتسب نمط حياة صحياً
ولعل من أهم أركان نمط الحياة الصحي ممارسة الرياضة بشكل منتظم، والإكثار من شرب المياه والنوم المنتظم.
أما الأولى فهي أساسية لما نعرفه من فوائد عديدة للرياضة على أن تبدأ بنظام متدرج يراعي ظروف وقتك



العودة للنظام الطبيعي يحتاج لوقت

برنامج غذاء صحي ليام العيد



كوب شاي مع الحليب.
الغداء
- الاختيار الأول
سمكة رنجة متوسطة الحجم يفضل أن توضع في ماء مغلي لمدة دقيقتين، وهذا أفضل من الشوي ولا تسبب العطش + ريف خبز أسمر 120 جم أو 4 ملاعق أرز.
2 ثمرة فاكهة.
- الاختيار الثاني
2 قطعة جلاش أو رفاق- أو 3 ملاعق فتة.
قطعة لحم مشوي متوسطة.
طبق سلطة كبير مع الخل.
2 ثمرة فاكهة.
العشاء
- الاختيار الأول
وحدة كحك مع وحدة بتيفور + كوب شاي (مع الحليب أو بدون) + ثمرة فاكهة.
- الاختيار الثاني
كوب زبادي + 4 ملاعق فول + بيضة مسلوقة + نصف رغيف بلدي (60 جم) - ثمرة فاكهة.
كما ينصح بممارسة رياضة يومية مثل الجري أو المشي السريع خاصة أيام العيد مع تغير النظام.

والمناعية، وملأت بها أمعاءك فقلت المساحة المتاحة للدهون والسكريات.
- ابدأ الغداء.. بطبق كبير من السلطة أو السوتيه وامض الطعام ببطء.
- قلل من السكريات والنشويات.. مثل الكحك والبسكوت خاصة في الأيام الأولى.
الواقع والمأمول في العيد
مع كون النظام السابق هو الأمثل لقضاء عيد سعيد بعيداً عن أدوية عسر الهضم وأدوية القولون، إلا أن العادات المتأصلة فينا قد يصعب تغييرها حتى ولو كانت للصالح العام.
تختلف عادات الشعوب والعائلات في عيد الفطر، فالبيض يسميه عيد السمك فيأكل الرنجة والملوحة، والآخر يأكل الفتة واللحم، ويكاد يجمع الناس على الكحك والبسكوت، ومنهم من يبدأ أول يوم العيد بوجبة مشابهة لوجبة الغداء، ثم يعاود الغداء مرة أخرى في منتصف النهار، وكثير من العادات الأخرى.
فيما يلي بعض الاقتراحات لتقليل الخسائر في حال أصر الجميع على التقيد بالعادات.

ولذلك غير العادات ببطء، وقرب مواعيد الغداء والعشاء لتقارب مواعيد الإفطار والسحور في رمضان ثم غيرها بالتدرج.
نصائح بسيطة لعيد صحي وسعيد
- قبل صلاة العيد تناول بعض التمرات أو البلح لتبني الجهاز الهضمي بعد الصلاة.
تناول إفطاراً خفيفاً مكوناً من خبز أسمر أو شوفان + جبن + زبادي أو لبنة + بيضة أو فول أو حمص أو بلبلة مع طبق السلطة.
- أحر وجبة الغداء.. حتى تقارب الوقت المعتاد عليه طوال شهر رمضان ثم قربها بالتدرج.
- قلل أحجام الوجبات.. لتعطي فرصة للأعضاء المرتبكة أصلاً أن تقوم بعملية الهضم.
- أحر وجبة العشاء.. لتقارب وجبة السحور ثم قربها بالتدرج.
- استبدل الرنجة والملوحة.. بالسلمون أو التونة الغني بالأميغا 3.
- لون أطباقك
كلما زادت ألوان الخضار والفاكهة زادت قيمتها الغذائية

شهر رمضان كان بمثابة شهر تنظيف للأعضاء (ديتوكس) مع تغير عاداتنا الغذائية ومواعيد تناول الطعام، ومع قدوم العيد يشعر الإنسان باحتياجه للبهجة مع ما يتبعها من تناول جميع الأطعمة طوال اليوم.
خلال شهر رمضان المبارك اعتاد الجسم على روتين معين من تناول الأطعمة في أوقات محددة خلال اليوم، ومع مرور الوقت يعتاد الجسم على هذا النظام وتصبح العودة للنظام الطبيعي هي ما يحتاج لوقت.

التدرج عنوان السلامة
العودة إلى العادات الغذائية قد تسبب ارتباكاً للمعدة والأمعاء، وقد يؤدي بنا إلى الوخيم، وآلام البطن وعسر الهضم وحرقان المعدة في أيام العيد التي يفترض فيها البهجة واللعب والزيارات.



روسيا تسحب مستشارين دفاعيين رئيسيين من فنزويلا

•• موسكو-وكالات:

ذكر تقرير إخباري أن مجمع صناعات الدفاع الروسية "روستيك" خفض عدد المستشارين الدفاعيين في فنزويلا من ألفين إلى بضعة عشرات. وقالت صحيفة "ول ستريت جورنال" نقلاً عن مصادر مطلعة، إن "الانسحاب جاء بشكل تدريجي وتصاعدت وتيرته على مدار الأشهر القليلة الماضية بسبب غياب عقود جديدة، والأموال الكافية لدى إدارة الرئيس الفنزويلي نيكولاس مادورو للاستمرار في الدفع مقابل الخدمات المرتبطة بالعقود السابقة، ومن المتوقع، حسب التقرير الذي أوردته وكالة بلومبرغ، أن تتوقف أيضاً بعض الخطط الأخرى، بما فيها إنشاء مصنع كلاشنيكوف. وتعرضت فنزويلا لأزمة اقتصادية وسياسية كبرى تحت حكم الرئيس نيكولاس مادورو، الذي فاز بفترة رئاسية ثانية في انتخابات جرت قبل عام، وقاطعتها معظم أحزاب المعارضة. ووفر أكثر من 3 ملايين فنزويلي من البلاد بسبب التضخم الشديد، وندرة السلع.

الصين تحذر الطلاب الراغبين في الدراسة بأمريكا

•• بكين-أ ف ب:

دعت الصين الطلاب إلى "تعزيز تقييمهم للمخاطر" قبل اختيار التوجه إلى الولايات المتحدة وذلك رداً على القيود الأخيرة ورفض تأشيرات دخول لطلاب صينيين. ودعت وزارة التعليم في بيان الطلاب والجامعيين إلى أن يكونوا مدركين جيداً لضرورة اتخاذ المزيد من الاحتياطات والقيام بكل التحضيرات اللازمة في هذا الإطار. وتأتي هذه الدعوة في إطار من الحرب التجارية بين بكين وواشنطن وقيود متزايدة في الولايات المتحدة على دخول الطلاب والباحثين الصينيين. ودعت الصين الطلاب إلى "تعزيز تقييمهم للمخاطر" قبل اختيار التوجه إلى الولايات المتحدة وذلك رداً على القيود الأخيرة ورفض تأشيرات دخول لطلاب صينيين. ودعت وزارة التعليم في بيان الطلاب والجامعيين إلى أن يكونوا مدركين جيداً لضرورة اتخاذ المزيد من الاحتياطات والقيام بكل التحضيرات اللازمة في هذا الإطار. وتأتي هذه الدعوة في إطار من الحرب التجارية بين بكين وواشنطن وقيود متزايدة في الولايات المتحدة على دخول الطلاب والباحثين الصينيين.

الرئيس الأمريكي يبدأ زيارة دولة لبريطانيا

•• لندن-أ ف ب:



بعد ذلك سيزور مع زوجته حزيران-يونيو ثم يتوجهان إلى إيرلندا في السادس من حزيران في فرنسا للمشاركة في الاحتفالات التي أعدها فرنسا لهذه المناسبة.

المحافظة بعد أيام بعد فشلها في تنفيذ الخروج من الاتحاد الأوروبي بعد ثلاث سنوات على الاستفتاء حول بريكست. ولم يتردد ترامب في التدخل قبل وصوله. ففي مقابلات مع صحف بريطانية انتقد الطريقة التي أدت بها تيريزا ماي المفاوضات مع القضية الأوروبية وقام بتزكية وزير الخارجية السابق بوريس جونسون الذي يؤيد بريكست بلا اتفاق، لتأتي رئاسة الحكومة خلفاً لها. كما أشاد بالشعبوي نايجل فاراج زعيم حزب بريكست الذي فاز في الانتخابات الأوروبية. ودان زعيم حزب العمال البريطاني جيريمي كوربن تصريحات ترامب معتبراً أنها "تدخل غير مقبول في ديموقراطيتنا". وكفخره من الرؤساء الأمريكيين الذين زاروا بريطانيا، سيركز ترامب على "العلاقة الخاصة" البريطانية الأميركية التي واجهت اختيارات عديدة مؤخرًا في عهد من اللفتا بما فيها إيران التي تدافع بريطانيا عن الاتفاق النووي المبرم معها، والبيئة. وتضغط واشنطن على لندن لاستبعاد مجموعة هواوي الصينية العملاقة للاتصالات من شبكتها للجيل الخامس (5ج). وستحتل العلاقات التجارية الأساسية لبريطانيا في مرحلة ما بعد بريكست حيزاً كبيراً من المحادثات وإن كان البعض في المملكة المتحدة يخشى ألا تجري الأمور في مصلحة بلدهم. وقال ترامب الأحد "لدينا إمكانية لتكون شريكاً تجارياً رائعاً للمملكة المتحدة"، مؤكداً استعدادها للتفاوض حول اتفاق للتبادل الحر بين البلدين بسرعة. وكما حدث خلال زيارته

سفن حربية صينية تثير الصدمة بدخولها ميناء سيدني

•• سيدني-أ ف ب:

محاولة لفرض النفوذ الصيني في المحيط الهادئ وفي مناطق أبعد من ذلك. وكتب مدير كلية الأمن القومي في الجامعة الاسترالية الوطنية روري ميدكالف على تويتر "زيارات السفن الصينية لأستراليا كانت في الماضي وبشكل نمطي زيارات منفردة، وليس مجموعة عمل تضم سفينة هجومية برمائية 700 عنصر، وأضاف "سيدني ليست محطة توقف ملائمة لهم بطريقهم إلى الوطن من خليج عدن، فما قصة هناك"، موضحاً "يبدو أنه عبارة عن استعراض خطير للقوة في جنوب المحيط الهادئ، وتعاملت كاتينيا بحذر مع سعي الصين لتطوير أسطول قادر على العمل في المياه العميقة، وحاولت مكافحة وجود بكين المتنامي في محيطها وحديثها الخلفية في المحيط الهادئ. وخلال زيارته إلى جزر سليمان، أعلن موريسون عن منح أستراليا 250 مليون دولار استرالي (173 مليون دولار أميركي) كمساعدة للجزيرة، تسمح لأستراليا بالحفاظ على نفوذها في هذا الأريخييل ذي الأهمية الاستراتيجية.



الجمعة. ويثير موعد زيارة هذه السفن التساؤلات، فهو يتزامن مع زيارة موريسون لجزر سليمان وشعبية الذكرى الثلاثين للقمع العنيف لتظاهرات ميدان تيان أنمين في الصين. وفي 4 حزيران/يونيو 1989، قام النظام في الصين بإطلاق النار على المئات واعتقال الآلاف، بعدما طالب متظاهرون بإصلاحات سياسية ووضع حد لدولة الفساد. كذلك، يأتي وصول السفن بعد

الصدمة بدخولها ميناء سيدني في وقت سابق، موضحاً أن السفن الصينية كانت بطريق عودتها "من عملية لمكافحة تهريب مخدرات في الشرق الأوسط، والسفن الصينية الثلاث هي سفينة كولون شان البرمائية، وسفينة التموين "لويوما لاك"، والفرقاطة الحديثة "جوشانغ" التي يعتقد أنها مزودة بتدائن أرض-جو ونظام صاروخي مضاد للغواصات، ومن المقرر أن تبقى هذه السفن في ميناء سيدني حتى

العمو تدعو مرشحي موريتانيا لتعزيز حقوق الإنسان

•• نواكشوط-أ ف ب:

القضاء من خلال مراجعة الدستور بحيث لا يتولى رئيس الجمهورية رئاسة المجلس الأعلى للقضاء، كما يتعهد المرشحون، بتوقيعهم على البيان، "إلغاء القوانين التي تجرم الأنشطة المتعلقة بالحق في حرية التعبير، بما فيها الأحكام المتعلقة بالتشهير الجنائي والردة ونشر المعلومات الكاذبة.. كذلك" يتضمن البيان تدابير تتعلق بتخفيف مدة الحبس الاحتياطي ووضع حد لاكتظاظ السجون وإغلاق جميع مراكز الاحتجاز الخاصة، وذلك من أجل منع التعذيب وغيره من ضروب المعاملة السيئة. كما يتضمن البيان "التزامات أخرى تصدى للممارسات التي تنطوي على تمييز، وتشمل، مثلاً: ضمان أن تكون إجراءات التسجيل المدني مبسطة ومجانبة ولا تسمح بممارسة أي شكل من أشكال التمييز على أساس العرق، بالإضافة إلى تنفيذ سياسة ثقافية ولغوية شاملة لضمان حصول المجتمعات غير الناطقة بالعربية على الخدمات الضرورية، ويقترح البيان كذلك "تخاذ تدابير محددة لضمان التنفيذ التام والتمتع بالحقوق الاقتصادية والاجتماعية والثقافية للجميع، من قبيل إجراء مشاورات موسعة بين الرئيس الجديد والمجتمعات المحلية لمراجعة قضية ملكية الأراضي، ونقل بيان أمستي عن مامادو سار، رئيس منتدى منظمات الوطنية لحقوق الإنسان (فوناده)، قوله إنه "يجب على جميع المرشحين الالتزام العلني بتوقيع البيان واعطاء الأولوية لحقوق الإنسان، واعتمد المجلس الدستوري الموريتاني اللائحة النهائية المؤلفة من ستة مرشحين للانتخابات الرئاسية المقررة في 22 حزيران/يونيو وبينهم مرشح الحزب الحاكم محمد ولد الشيخ محمد أحمد، رفيق الرئيس محمد ولد عبد العزيز. وتنظم الحملة الانتخابية من 7 إلى 20 حزيران-يونيو، وعند الضرورة تنظم دورة ثانية في 6 تموز/يوليو.

دعت منظمة العفو الدولية "أمستي" وحوالي 30 منظمة حقوقية ناشطة في موريتانيا أمس مرشحي الانتخابات الرئاسية المقررة في هذا البلد في 22 حزيران/يونيو الجاري إلى توقيع وثيقة تتضمن 12 بنداً تصب في خانة تعزيز حقوق الإنسان وقالت أمستي و32 منظمة محلية لحقوق الإنسان في بيان مشترك إن الرئيس الموريتاني المقبل يجب أن يتصدى لسجل حقوق الإنسان المتردى للبلاد باتخاذ موقف أشد صلابة ضد العبودية والاتجار بالبشر والاعتداءات على الحق في حرية التعبير، بما في ذلك ترهيب ومضايقة النشطاء الذين يناهضون التمييز. وطالبت المنظمات جميع المرشحين للرئاسة بـ "التوقيع على بيان يتألف من 12 التزاماً بتعزيز وحماية حقوق الإنسان في موريتانيا، ونقل البيان عن كيني فاطيم ديوب، مديرة الحملات لخرب أفريقيا في منظمة العفو الدولية، قولها إن "أوضاع حقوق الإنسان في موريتانيا تتسم بالخطورة، إذ إن كل من يتجرأ على التصدي للعبودية والتمييز وغيرهما من انتهاكات حقوق الإنسان يتعرض لخطر الاعتقال التعسفي والاحتجاز غير القانوني وحتى التعذيب، وأضافت أنه "يجب على الرئيس القادم أن يضع حداً لحقبة الانتهاكات الجسيمة لحقوق الإنسان التي استمرت عقوداً، وذلك بإجراء إصلاحات وتغيير الممارسات من أجل ضمان الاحترام التام لحقوق الإنسان، وأعرب البيان عن أسف المنظمات لأنه "منذ عام 2016 حتى الآن لم تصدر محاكم مكافحة العبودية في البلاد أحكاماً سوى على شخصين على الرغم من تسلمها 47 قضية للتحقيق فيها، شملت 53 مشتبهين به، وأضاف أنه "بتوقيع البيان يقطع المرشح وعداً بضمان أن تقوم حكومته، في حالة انتخابه، بتوفير الموارد الكافية المتاحة لجهاز الشرطة والقضاء لتمكينهما من تحديد الجناة المشتبه بهم في قضايا ذات صلة بالاستغلال وتقيدهم إلى العدالة.. وأضافت أن المرشح يلتزم أيضاً "بضمان استقلال

تأجيل مساع أممية للحد من تجارب كوريا الشمالية الصاروخية



وقال مصدر لرويترز "هم قلقون لأن الأمر يتضمن تكنولوجيا يمكن تحويلها لاستخدامات عسكرية على عكس المساعدات الإنسانية التي قد تُعفى من العقوبات بصورة أكثر سهولة، ورفضت متحدثه باسم وزارة الخارجية الأمريكية التعليق لكون المحادثات التي تجريها إيكوا غير معلنة. لكن أنتوني فيلبين المتحدث باسم إيكوا أكد يوم الجمعة تأجيل هذا الأمر. ويأتي التأجيل بينما تواصل الولايات المتحدة الضغط على كوريا الشمالية بفرض العقوبات بعد قمة ثانية بين الرئيس الأمريكي دونالد ترامب وزعيم كوريا الشمالية كيم جونج أون في فيتنام في فبراير شباط. وقال مصدر ثان إن الهدف من إجراء التدقيق وتنظيم ورشة عمل عسكرية ومدنية منفصلة، والذي كان من المقرر أن يجري في سبتمبر أيلول المقبل، هو الحد من إجراء بيونجيانغ لتجاربها الصاروخية المفاجئة وهي الممارسة التي تتبعها منذ أمد بعيد. وقال مصدر ثالث إن تلك الجهود قوبلت بالرفض من الولايات المتحدة ودول أعضاء أخرى في الأمم المتحدة منها اليابان بسبب

•• مونترال-سول-نيويورك-رويترز:

كشفت مصادر مطلعة لرويترز عن تأجيل مساع من جانب منظمة الطيران المدني الدولي (إيكوا) التابعة للأمم المتحدة لكبح برنامج كوريا الشمالية الصاروخي عبر إجراء تدقيق بشأن سلامة المجال الجوي وفي الوقت ذاته إحياء المسار الجوي لكوريا الشمالية، وسط مخاوف أمريكية من أن ذلك قد يشكل انتهاكاً لعقوبات الأمم المتحدة. وتتخذ رحلات الطيران حالياً مسارات غير مباشرة لتتفادى المرور بكوريا الشمالية بسبب التهديدات من احتمال إجرائها تجربة صاروخية مفاجئة. وذكرت المصادر أن المنظمة كانت تعزم إجراء أول تدقيق جوي في كوريا الشمالية منذ ما يزيد على عشر سنوات خلال العام الحالي، لكن جرى تأجيل الأمر حتى العام المقبل بسبب مخاوف الولايات المتحدة من أن ذلك التدقيق ربما يتضمن تبادل معلومات تكنولوجية يمكن استخدامها في تطوير برامج كوريا الشمالية للأسلحة، وطلبت كل المصادر عدم نشر أسمائها نظراً لحساسية الأمر.

أكثر موقع تركي إلكتروني يبيع كتباً لقيادات القاعدة

•• واشنطن-وكالات:

مونيتر. على سبيل المثال، سمح الموقع الإلكتروني ببيع وتخفيض سعر كتاب عشاق حور الجنة الذي كتبه عبدالله يوسف عزام، وهو رجل دين فلسطيني وعضو مؤسس للقاعدة. ويوسف عزام بأبي الجهاد العالمي، ووصل تأثيره إلى جبل الشياطين التركي عبر أعماله التي ترجمت كما حصل مع هذا الكتاب الذي يستذكر حياة أكثر من 150 متطرفاً قتلوا خلال الحرب السوفياتية الأفغانية. وقتل عزام سنة 1989. إن الأمر القضائي يحظر بيع ونشر كتاب العولفتي شمل أيضاً كتب عشاق الحور. وبالرغم من ذلك، وضع عدد من الباحثين هذا الكتاب على لائحة البيع ضمن موقع إن.إ.كوم، وعرض بعضهم حوسمات على السعر. .. بعكس العمل الصحافي

على النقيض من كتب الجهاديين التي توزع بحرية في تركيا، عمدت حكومة أردوغان إلى شن حملة قمع ضد صحافيين وكتاب وناشرين أنتجوا أعمالاً مشروعة تنتقد. حتى اليوم، هناك ما يقارب 200 صحافي خلف قضبان السجون في تركيا بناء على تهم متبركة حول الإرهاب. في هذه الأثناء، وضعت الحكومة يدماً على أكثر من 150 منصة إعلامية ودار نشر ومكتبات، استناداً إلى تهم مرتبطة بانتقاد العمل الحكومي.

أظهر الصحافي التركي المخضرم عبدالله بوزكورت كيف تستمر تركيا بغض الطرف عن نشر الكتب المتطرفة التي ألفتها قيادات بارزة في تنظيم القاعدة. وفي موقع "نوردك مونيتر" أشار إلى أن كتب رجال الدين المتطرفين في القاعدة والتي ألهمت عدداً من الإرهابيين، تباع علناً عبر أكبر منصة تجارية إلكترونية في تركيا، إن.إ.كوم، على الرغم من صدور حظر من قبل أحد القضاة سنة 2016. "كوزلر كتاب" هي منصة إعلامية تشتهر في تركيا بنشر وتوزيع كتب داعش والقاعدة. في هذا السياق، نشرت كتاباً للإرهابي الأمريكي من أصل يمني أنور العولفتي تحت عنوان، "44 طريقة لدعم الجهاد" حيث كان الكتاب معرضاً للبيع على الموقع نفسه بحلول 27 مايو "أيار" الماضي، تاريخ آخر ولوج إليه الموقع نوردك مونيتر. تم حظر الكتاب من قبل قاض في إحدى محاكم السلام الجنائية الواقعة في محافظة مرسين، جنوب شرق البلاد، بالقرب من الحدود مع سوريا في 2 فبراير "شباط" 2016. حظر أمر القاضي المسجل تحت رقم

2016/873 يبيع ونشر كتاب العولفتي وفوض الشرطة جمع كل طبعاته من المكتبات، على الرغم من الأمر القضائي، سمح موقع إن.إ.كوم لمنصته ببيع الكتاب في تحد للحكم وكذلك سمح لإسسة كامبانياي كاتالار بمواصله نشر وبيع الكتاب.

الموقع مقرب من أردوغان تأسس هذا الموقع التجاري الإلكتروني سنة 2012 في اسطنبول كمشروع مشترك بين مجموعة دوجوس، وهي تجمع أعمال مويد للرئيس التركي رجب طيب أردوغان ويديره فريد شاهنك، وبين مجموعة أس كاي وهي عملاق اتصالات كوري جنوبي، ويتعامل مع الموقع أكثر من 6 ملايين زبون وحوالي 100 ألف بائع محترف.

عشاق حور الجنة يستخدم الموقع منصته لبيع كتب جهادية أخرى أيضاً، وفقاً لتحقيق نوردك

عريقات يصف فريق ترامب للسلام بالمستوطنين

•• رام الله - رويترز:



دعا مسؤول فلسطيني بارز أمس الاثنين العرب إلى مقاطعة فريق الإدارة الأمريكية الذي يعمل على إنجاز خطة للسلام بين الفلسطينيين والإسرائيليين ووصفه بأنه بضيق من "المستوطنين". وقال صائب عريقات أمين سر اللجنة التنفيذية لمنظمة التحرير الفلسطينية مرة أخرى أدعو الأشقاء العرب لعدم الحديث مع هذه الفرقة من المستوطنين كوشنر، جرينبلات وفريدمان. ما يخططون له هو الازدهار

للمستوطنين. وكان عريقات يشير في تغريدته إلى جاريد كوشنر صهر الرئيس الأمريكي دونالد ترامب وأحد مصممي خطة البيت الأبيض للسلام في الشرق الأوسط التي لم يكشف عنها بعد وجيسون جرينبلات مبعوث الرئيس الأمريكي للسلام في الشرق الأوسط وديفيد فريدمان السفير الأمريكي لدى إسرائيل. وأضاف عريقات في تغريدته على تويتر باللغتين العربية والإنجليزية "هذا الشخص كوشنر لا يكرث للفلسطينيين. وقد عزل نفسه عن أي دور في عملية السلام، وتأتي تصريحات عريقات

بعد مقابلة لكوشنر مستشار البيت الأبيض بثت يوم الأحد وقال فيها إن الفلسطينيين يستحقون "تقرير المصير"، ولكنه لم يصل إلى حد تأييد إقامة دولة فلسطينية وأبدى عدم تأكده من قدرتهم على حكم أنفسهم. وسئل كوشنر في برنامج تلفزيوني على محطة إتش.بي.أو التلفزيونية عما إذا كان يعتقد أن بإمكان الفلسطينيين أن يحكموا أنفسهم دون تدخل إسرائيلي فقال "هذا سؤال جيد جدا. هذا أمر علينا أن ننتظر لنراه. الأمل أن يصبحوا قادرين، بمرور الوقت، على الحكم،".

15 قتيلا حصيلة قتل القصف الإسرائيلي بسوريا

•• دمشق-وكالات:

قصف الجيش الإسرائيلي مواقع عدة تابعة للمنظم السوري وقوات تقاقل إلى جانبه في سوريا أمس الأول في جنوب البلاد ثم فجر أسس الاثنين في وسطها، ما تسبب بمقتل 15 عنصراً من هذه القوات. ومنذ 2011، نفذت إسرائيل عشرات الضربات ضد النظام السوري، وضد مواقع وقوات إيرانية وأخرى تابعة لـ "حزب الله" اللبناني تقاقل إلى جانب قوات النظام. وأعلنت دمشق فجر الإثنين، أن دفاعاتها الجوية نصت لعدوان إسرائيلي استهدف مطار "التيغور" العسكري في ريف حمص (وسط) وأسفر في حصيلة أولية عن مقتل جندي وإصابة اثنين آخرين بجروح، إضافة إلى إصابة مستودع ذخيرة وأضرار مادية أخرى. وفضلت وكالة الأنباء الرسمية السورية "سانا" عن مصدر عسكري قوله، إن "سائط دفاعنا الجوي تصدت لعدوان إسرائيلي ودمرت صاروخين من الصواريخ التي استهدفت مطار ال تيغور. وقال المرصد السوري لحقوق الإنسان، إن سلاح الجو الإسرائيلي أثار على المطار "الذي تتواجد فيه مستودعات وقواعد عسكرية تابعة للحرس الثوري الإيراني".

سياسات إدارته أضرت بشكل مباشر بفلسطينيين عاديين

ترامب يخفق في تشخيص الصراع الإسرائيلي الفلسطيني

•• واشنطن-وكالات:

بعد أكثر من عامين من التأجيل، أعلنت إدارة الرئيس الأمريكي ترامب بداية الشهر الماضي، عن أول قسم من خطتها التي طال انتظارها لإطلاق عملية السلام بين إسرائيل والفلسطينيين. ويعقد البيت الأبيض مؤتمراً دولياً يومي 25 و26 يونيو "حزيران" في النمامة، يقال إنه يهدف لتشجيع الاستثمار في الضفة الغربية المحتلة وقطاع غزة.

ويرى خالد الجندي، زميل غير مقيم لدى معهد بروكينغز، ومستشار القيادة الفلسطينية من 2004-2009 حول مفاوضات الوضع الدائم مع إسرائيل، أن الهدف من ذلك المؤتمر، الذي أطلق عليه اسم ورشة عمل "من السلام إلى الازدهار"، جمع عشرات المبادرات من الدولارات في صورة تعهدات من دول عربية وأوروبية وآسيوية للمساعدة في دعم الاقتصاد الفلسطيني. ولكن، حسب ما كتب الجندي في موقع "فورين بوليسي"، لم يكشف بعد عن المكون السياسي لخطة سلام الإدارة - والتي يشرف عليها جاريد كوشنر، صهر ترامب ومستشاره.

ريفان إلى باراك أوباما، حاولوا أيضاً تحسين "نوعية الحياة" بالنسبة للفلسطينيين دون التصدي مباشرة للاحتلال الإسرائيلي. ويضاف إليه، لم تفلح قط فكرة لأن يصبح ما يسمى السلام الاقتصادي بديلاً عن أفق سياسي مجرد.

سوء تشخيص

ويرى الكاتب في تركيز الإدارة الأمريكية على الاقتصادات بمثابة سوء تشخيص للمشكلة، وكما كشفت تقارير صادرة عن الأمم المتحدة والبنك الدولي وسواها من الهيئات، تشكل قيود يفرضها الاحتلال الإسرائيلي على الضفة الغربية واستمرار حصاره لقطاع غزة أكبر العقائل أمام نمو الاقتصاد الفلسطيني. ويعني آخر، ما يفترض إليه الفلسطينيون ليس التمويل بل الحرية. ووفق ما رآه رجل الأعمال الأمريكي من أصل فلسطيني، سام بحور "لا يتطلب إحياء الاقتصاد الفلسطيني خطة كبرى، ولا ورشة عظمية، إنه يتطلب تخفيف الحصار الاقتصادي على الأراضي الفلسطينية..

ويعي ظل رفض كل من السلطة الفلسطينية وممثلين عن القطاع الخاص الفلسطيني حضور ورشة البحرين، لا جدوى من عقد مؤتمر صمم من أجل مساعدة فلسطينيين ولن يحضره أي فلسطيني.

سبب رئيس

ولكن، وحسب الكاتب، يرجع السبب الرئيسي للتشكيك في جدوى خطة الإدارة لسجلها في هذه القضية. فمُنذ اعترافها بالقدس كعاصمة لإسرائيل في ديسمبر "كانون الأول" 2017، مطبلة سياسة أمريكية استمرت طوال 70 عاماً، ورفضها قضية القدس المتنازع عليها عن طاولة

تشكيك

ويطرح كاتب المقال عدة أسباب تثير الشكوك بورشة العمل الاقتصادية المقترحة في البحرين، وأولها خطأ طرح خطة اقتصادية قبل الكشف عن رؤية سياسية. ووفق ما لفت إليه عدد من المحللين، لا يتوقع قدوم مستثمرين ومتبرعين محتملين طالما أنهم لا يعرفون ما هو مطلوب منهم الاستثمار فيه.

ويقول الكاتب إن رؤساء أمريكيين سابقين، من رونالد

•• عواصم-وكالات:

ما تزال نتائج قمم مكة العربية والإسلامية والخليجية ورسائلها لتقوى صدقاً واسماً، وفي وسائل الإعلام العربية والدولية. ووفق صحف عربية فإن قمم مكة أرسلت برسالة مهمة إلى من يهيمه الأمر، بأن الأمة العربية والإسلامية، قررت أن تتغير إلى الأفضل، وتخلق نهائياً صفحة الخلافات.

البدائية مع ما كتبه سمير عطا الله الكاتب الصحفي في صحيفة الشرق الأوسط والذي أشار إلى أن قمم مكة بدت وكأنها استثناء عربي خليجي إسلامي، حول ما هو الإسلام، وما هي الرسالة ومعانيها الحقيقية.

ورأى أن العامل السعودي اختار مكة شاهداً، لا موقعاً فقط. واختار استضافة المنتسبين إليها من حول الأرض شهوداً على ما يحصل للإسلام والخليج والعرب. وقسم الكاتب الدول المشاركة في القمم إلى فريقين، الأول تمثله السعودية وحلفاؤها، والثاني تمثله إيران وتركيا.

وأشاد الكاتب بالصراحة التي

•• عواصم-وكالات:

يعيش السودان حالة من القلق بعد أنباء جديدة عن سيطرة قتلى في فض اغتصاب أمام مقر القيادة العامة للقوات المسلحة في العاصمة الخرطوم أمس الاثنين، وأجريت القوى السياسية السودانية عن تحوفاها من انزلاق البلاد إلى الجهول في ظل تصاعد التوتر. ووفقاً لصحيف عربية صادرة أمس الاثنين، فإن الأزمة في السودان تتعدّد في ظل اتساع فجوة الخلاف بين المجلس العسكري وقوى الحرية والتغيير التي تطالب بتسليم السلطة لحكومة مدنية تماشيًا مع صوت الشارع.

يقول الكاتب في صحيفة العرب اللندنية محمد أبو الفضل، إن "تطورات الموقف في السودان تكشف عن تعمد بعض الدوائر في الداسة والخارج زيادة مساحة الارتباك بين المؤسسة العسكرية والقوى المدنية المنتعشة في الشارع، والتأكيد على صعوبة التلاقي بينهما حول جملة من القواسم المشتركة". وأضاف أبو الفضل، أن "هذه القوى تسعى أيضاً إلى تغذية التناقضات كي تستمر الخلافات والتجادبات وتتواصل عملية استنزاف القوى الرئيسية". وأشار إلى أن الهدف الرئيسي من وراء ذلك هو "إدخال القوى السياسية في مرحلة الإنهاك بصورة تجعلها تقبل التسليم بمطالب دوائر منافسة، لأن وجود قوة وحيدة وازنة في السلطة، عسكرية أو مدنية، تمثل خطراً على أطراف تشعر بعدم الارتياح للمضي نحو الاستقرار".

وقال أبو الفضل "إنه وفي حالة السودان، يفرض التجاذب والتنافس في الرؤى إلى عدم الالتفات لكثير من المشكلات التي تعصف بهيكل الدولة، ويقدم فرصة على طيق من فضة لأصغار الثورة المضادة للسعي نحو

إيران أمام خيارين.. الإذعان أو دفع الثمن

كانت عليها القمم، مشيراً إلى أنه لم يعد ممكناً تخفيف بيانات القمم بالكلام المصقول، وقال "هناك خطر واضح ومعلن على الإسلام والعرب وخطر داهم على الخليج". وحدد الكاتب الرسالة التي وجهتها القمم إلى كل من إيران وتركيا بالتحديد، قائلا إن أبرز ما جاء في هذه الرسالة أن السعودية والدول الإسلامية ستصوّد لمن يعادي العربية والإسلام والسلام، ومن يحرك الغطرسة المعادية في كل مكان. وأشار الكاتب إلى أن وثيقة مكة كانت بمثابة إعلان تاريخي ضد الازواجيات والثنائيات والوجهين.

صحيفة الرياض بدورها عرضت ما أسمته بمشاهد النجاح في القمم، وقالت الصحيفة السعودية إن نجاح القمم العربية والخليجية والإسلامية جاء ليحمل معه ثلاثة مشاهد جديدة عنوانها "توافق عربي خليجي إسلامي، على ضرورة مجابهة

قوى الشر المهتدة لأمن واستقرار دول المنطقة، وقالت الصحيفة في افتتاحيتها إن "القمم الثلاث، انعقدت في رحاب مكة المكرمة، وفي العشر الأواخر من شهر رمضان الكريم، وهذا بعث برسالة مهمة إلى من يهيمه الأمر، بأن الأمة العربية والإسلامية، قررت أن تتغير إلى الأفضل، وتخلق نهائياً صفحة الخلافات، وتستبدلها بصفحة جديدة، عنوانها تعزيز التضامن والتعاون والتأخي والتألف بين دول المنطقة، وأوضحته الصحيفة أن "الجميل والرائع يبقى، أن القمم الثلاث في ختام أعمالها، خرجت بتأييد شامل، على ضرورة الوقوف في وجه إيران، التي تعمل وفق أجندة سياسية، هدفها الأول الخرب وإشارة الفتنة ونشر الفوضى والاضطرابات في دول المنطقة، عبر التحكم في مليشيات وعصابات، تنوب عنها في تنفيذ أهداف تلك الأجندة".

أما الكاتب فارس بن حزام فاعتبر



المحادثات، أغلقت واشنطن مقر البعثة الفلسطينية في واشنطن، وقوضت بشكل منهجي كل شكل من أشكال الدعم الاقتصادي والإنساني للفلسطينيين، سواء خارج الأراضي الفلسطينية المحتلة أو داخلها. ومنذ أغسطس "أب" 2018، أوقفت الإدارة الأمريكية بشكل مطرد مشاريع مساعدات اقتصادية بما يزيد عن 100 مليون دولار للضفة الغربية وقطاع غزة، فضلاً عن إنهاء مشاركتها السنوية، حوالي 200 مليون دولار، لوكالة غوث وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين. ويرى الكاتب أن اقتراحاً مقديماً من إدارة انسحب كلياً

عسكري عدواني. وقالت الصحيفة إن "إدانة الدول الخليجية والعربية للأعمال التي قامت بها الميليشيات الحوثية الإرهابية المدعومة من إيران جاءت من العصور بالطائرات المسيرة على محطتين لضخ النفط داخل السعودية، وما قامت به من أعمال تخريبية طالت السفن التجارية في المياه الإقليمية للإمارات تأكيداً للمؤكد والتضامن مع المملكة ضد أي عدوان عليها، وتكثيف سبل التعاون والتنسيق بينها في مواجهة المخاطر التي تنتج من ذلك. وأشارت الصحيفة إلى أن "النظام الإيراني يدفع اليوم ثمن التدخلات الإيرانية المستمرة في الشؤون الداخلية لمملكة البحرين، ومساندة الإرهاب وتدريب الإرهابيين وتهريب الأسلحة والمتفجرات وإشاعة النعرات الطائفية لزعة الأمن والنظام والاستقرار ويتجرع السم ويتحمل نتائج الأعمال الإرهابية. واختتمت الصحيفة تقريرها بتوجيه سؤال واضح إلى إيران وتخبرها بين الإذعان أو دفع الثمن.

في المجلس العسكري، لتذويب الخلافات في شأن تشكيل المجلس السيادي، وبياتت قريبة من التناغم مع العسكري، وأطلعت قيادات من التحالف باقتراب إعلان توافق بين الجانبين، بينما لا يزال تجمع المهنيين وتحالف "قوى الإجماع الوطني"، الذي يضم قوى اليسار، يتسكك بعدم التنازل عن غالبية مدنية ورئاسة المجلس السيادي.

وقال القيادي في "قوى الحرية والتغيير" محمد سر الختم وفقاً للصحيفة، إن "المجلس العسكري طلب من التحالف تسليم مذكرة بشأن ما اتفق عليه، بما فيه مقترح يتضمن تشكيل المجلس السيادي مناصرة، بواقع 5 لكل طرف، وأن تكون الرئاسة دورية". أكد عضو تحالف قوى الحرية والتغيير الدكتور حسين إسماعيل نابري، في حديث للصحيفة "الانتباهة" السودانية على دقة المشهد السياسي في السودان، قائلاً إن "المفاوضات المتعثرة بين المجلس العسكري وقوى الحرية والتغيير، شكلت أزمة سياسية واضحة". وأشار إلى أن قوى الحرية والتغيير اتخذت الموقف السلم حيال رفض المجلس العسكري لمقترحاتها السياسية في المفاوضات بينهما. وقال نابري نصاً "أعتقد أن قوى الحرية والتغيير اتخذت الموقف السلم حيال رفض المجلس العسكري لمقترحاتها. على مكونات قوى الحرية والتغيير الالتزام بمواقفها". وأضاف، أنه ليس من الملام أن تصدر البيانات المخالفة من الأحزاب السياسية. وأوضح نابري، أن هذه البيانات ستعكس بصورة سلبية على استقرار البلاد، وقال إن المستقبل حافل بالكثير من السيناريوهات، أخطرها أن تنزل السودان إلى الجهول وتتحوّل من صراع ما زال يمكن وصفه بالسلمي إلى اقتتال دموي.

مخاوف من وصول السودان إلى «حافة الهاوية»

توظيف عدم التناغم بين المجلس العسكري وتحالف إعلان الحرية والتغيير، لأجل عودة مظفرة للقوى الرافضة في الداخل لعزل الرئيس عمر حسن البشير. ناهيك عن فتح نافذة لعودة أصحاب المصالح القابعين والمتربصين في الخارج ممن حققوا مزايا من وراء تصورات وتوجهات وممارسات حكم البشير.. وأكدت صحيفة الينديندنت عربية، أن المجلس



عواصم



القاهرة

قالت الخارجية المصرية إنها تتابع ببالغ الاهتمام تطورات الأوضاع على الساحة السودانية والأحداث الأخيرة وتدابيراتها، وتعرب عن مواساتها لأسر الضحايا وتمننى الشفاء العاجل للجرحي. كما أكدت على أهمية التزام كافة الأطراف السودانية بالهدوء وضبط النفس والعودة إلى مائدة المفاوضات والحوار بهدف تحقيق تطلمات الشعب السوداني.

وجددت مصر دعمها الكامل للسودان في هذا الظرف الدقيق من تاريخه ومساندتها الكاملة للجهود الرامية لتحقيق مستقبل أفضل لأبناء الشعب السوداني يقوم على الاستقرار والتنمية ويحقق الرخاء والرفاهية.

بودابست

نفذ غواصون من كوريا الجنوبية عمليات غوص تجريبية في نهر الدانوب في بودابست أمس الاثنين ضمن استعدادات لمحاولة الوصول إلى حطام سفينة سياحية كانت تقل سائحين معظمهم من كوريا الجنوبية عندما غرقت في حادث الأسبوع الماضي. وكانت السفينة السياحية (فايكنج سيجين) قد اصطدمت بسفينة سياحية أصغر اسمها (ميرميد) يوم الأربعاء الماضي خلال أمطار غزيرة. وانقلبت السفينة الأصغر التي كانت تقل مجموعة من السياح الكوريين الجنوبيين ثم غرقت في أسوأ حادث في الدانوب منذ ما يزيد على نصف قرن.

وتم إنقاذ سبعة كوريين أحياء وانتشل سبع جثث ليلة الحادث. وما زال 21 آخرون، هم 19 كوريا ومجريان، مفقودين ويفترض أنهم في عداد الموتى.

وحال فيضان خلال الأيام الخمسة التي أعقبت الكارثة دون وصول الغواصين إلى الحطام أو انتشال باقي الجثث. ولم تنجح محاولات مجرية لإرسال غواصين إلى مكان قريب من الحطام. وقال مصور تلفزيوني من رويترز إن بارجة كورية وعدة زوارق مطاطية سريعة حلت محل بارجة مجرية في وقت مبكر صباح اليوم الاثنين لإعادة للاختبارات والغوص في نهاية المطاف. وقال فريق الإنقاذ في بيان "سيبدأ (الغوص) اعتباراً من الساعة الثامنة (بالتوقيت المحلي) اليوم لاختبار إمكانية العمل تحت الماء بمجرد استكمال الاستعدادات.. وأضاف البيان " مهمة الغوص اليوم لا تهدف لدخول السفينة وإنما لاستيعاب الوضع أولاً..

سول

ذكرت وكالة الأنباء المركزية الكورية الرسمية أمس الاثنين أن كيم يونج تشول المسؤول الكوري الشمالي الكبير وكبير مبعوثي بيونجياغ النوويين سابقاً رجع زعيم كيم جونغ أون إلى حفل فني في إشارة إلى أن رئيس جهاز المخابرات السابق حي وما زال يمثل قوة في هيكل السلطة بكوريا الشمالية. ويأتي ظهور هذا المسؤول بعد أنباء متضاربة عن تغييرات في الفريق الذي قاد التفاوض مع الولايات المتحدة العام الماضي قبل انهيار المحادثات النووية إثر فشل زعيم كوريا الشمالية والرئيس الأمريكي دونالد ترامب في التوصل إلى اتفاق خلال قمة في فبراير شباط.

وذكرت الوكالة أن كيم يونج تشول كان العاشر من بين 12 "مسؤولاً كبيراً" رافقوا كيم جونغ أون وزوجته ري سول جو خلال حضورهما عرضاً فنيا للهواة من زوجات ضباط في الجيش الكوري الشمالي يوم الأحد. وكانت صحيفة تشوسون لبو الكورية الجنوبية قد ذكرت يوم الجمعة نقلاً عن مصدر كوري شمالي لم تحده أن كيم يونج تشول الذراع اليمنى لكيم جونغ أون والذي كان نظير وزير الخارجية الأمريكي مايك بومبيو قبل قمة هانوي الفاشلة أحيل لعسکر عمل وإعادة تقييف.

وعندما سئل بومبيو عن آخر اتصال أجرته الولايات المتحدة مع كيم يونج تشول ومع كوريا الشمالية بوجه عام امتنع عن الرد قائلاً "تجري مفاوضاتنا بشكل غير معلن".

كوشنر ينفى التحدث بشأن تصريحه الأمني مع ترامب

•• واشنطن-رويترز:

نص جاريد كوشنر مستشار البيت الأبيض وصهر الرئيس دونالد ترامب أن يكون قد تحدث مع الرئيس بشأن تصريحه الأمني، وذلك وفقاً لما جاء في مقابلة مع مؤسسة أكسيوس الإخبارية وسط تحقيق في الكونغرس بشأن القضية. وتحقق لجنة في مجلس النواب فيما إذا كان بعض العاملين في البيت الأبيض قد حصلوا على تصاريح أمنية عالية المستوى رغم اعتراض بعض المسؤولين. وأبلغت مصادر بالكونغرس رويترز بأن من بين هؤلاء العاملين كوشنر وزوجته إيفانكا ترامب.

وسئل كوشنر عما إذا كان قد بحث تصريحه مع ترامب فقال لأكسيوس "لم أناقشه معه". كانت إيفانكا ترامب، بنت الرئيس الجمهوري الكبرى، قد أبلغت تلفزيون (إيه.بي.سي. نيوز) في مقابلة في فبراير شباط بأنها وكوشنر لم يحصلوا على معاملة خاصة فيما يخص التصاريح الأمنية. وسبق أن أبلغ كوشنر تلفزيون فوكس نيوز أنه التزم بجميع القواعد الأخلاقية الحكومية لدى اصطلاحه بعمله في البيت الأبيض في أعقاب فوز ترامب في انتخابات 2016. كانت صحيفة نيويورك تايمز قد نقلت في فبراير شباط عن مصادر قولها إن ترامب أمر بإعلاء كوشنر تصريحاً أمنياً للاطلاع على المعلومات شديدة السرية برغم عدم موافقة بعض المسؤولين. ورفض البيت الأبيض في بادئ الأمر التعاون مع التحقيق الذي تجريه لجنة الإشراف بمجلس النواب في مسألة التصاريح الأمنية، لكنه سمح لاحقاً للرئيس السابق لكتب التصاريح الأمنية في البيت الأبيض بالإدلاء بشهادة محدودة أمام محققي الكونغرس.

وقال معاون في الكونغرس إن المسؤول، كارل كلانين، أكد أنه خفف القواعد الخاصة بإصدار التصاريح برغم اعتراض مسؤولين آخرين.

واشنطن تطالب بوقف المذبحة في ادلب

•• واشنطن- أ ف ب:



طالب الرئيس الأمريكي دونالد ترامب كلاً من دمشق وموسكو، وبدرجة أقل طهران، بوقف "القصف الجهنمي" على ادلب، آخر معقل رئيس للجهاديين في سوريا، معرباً عن أسفه لأن الكثير من المدنيين يروحون ضحية "هذه المذبحة".

وقال ترامب في تغريدة قبيل مغادرته واشنطن إلى لندن "نسمع أن روسيا وسوريا، وبدرجة أقل إيران، تشن قصفاً جهنمياً على محافظة ادلب في سوريا، وتقتل بدون تمييز العديد من المدنيين الأبرياء. العالم يراقب هذه المذبحة. ما

الأكبر" منذ بدء النزاع عام 2011. حصدت المنظمات الحقوقية السورية وكالات الأمم المتحدة والدول المانحة على "التدخل فوراً" للتعامل مع الأزمة الإنسانية الناجمة عن القصف. وتسيطر هيئة تحرير الشام على جزء كبير من محافظة ادلب وأجزاء من محافظات حماة وحلب وللادقية المجاورة، كما تتواجد في المنطقة فصائل إسلامية ومقاتلة أخرى أقل نفوذاً. وتخضع المنطقة المستهدفة لاتفاق روسي-تركي ينص على إقامة منطقة منزوعة السلاح تفصل بين قوات النظام والفصائل الجهادية والمقاتلة، لم يتم استكمال تنفيذها.

المنظمات الضوء على الصعوبات الإنسانية المتفاقمة في المحافظة الواقعة في شمال غرب سوريا، قائلين إنه بالإضافة إلى عشرات القتلى المدنيين، دفع القصف بأكثر من 300 ألف شخص للفرار من ديارهم إلى الحدود التركية وأن "أكثر من 200 ألف منهم يعيشون في بساتين الزيتون" لعدم وجود أماكن في مخيمات اللاجئين. وقتل نحو 950 شخصاً ثلثهم من المدنيين خلال شهر من التصعيد العسكري المستمر في محافظة ادلب ومحيطها في شمال غرب سوريا، وفق حصيلة للمرصد السوري لحقوق الإنسان.

هو الهدف منها؟ ما الذي ستحصلون عليه منها؟ توقفوا... ومنذ أواخر نيسان-أبريل، تشهد محافظة ادلب وبعض الأجزاء من محافظات حماة وحلب وللادقية المجاورة التي تسيطر عليها هيئة تحرير الشام (جبهة النصرة سابقاً)، غارات مكثفة ينفذها النظام وحليفته روسيا، وكذلك اشتباكات دامية بين المتشددين والقوات الموالية للرئيس بشار الأسد. وأت تغريدة ترامب بعيد تنديد منظمات سورية غير حكومية الجمعة بعدم تحريك العالم ساكناً إزاء التصعيد العسكري الحاصل في محافظة ادلب حيث تحصل "أكبر" موجة من النزوح منذ بدء النزاع في سوريا.

•• واشنطن-وكالات:

أئمة قادوا صلوات تدعم التوغل التركي في عفرين

تركيا تبني المساجد حول العالم . . لتعزيز قوتها الناعمة

حول تشييد أنقره آلاف المساجد في أكثر من مكان، كتب جون بيك، صحفي يركز في عمله على الشرق الأوسط، في موقع "ذا أتلانتيك"، أن تلك الجهود التركية ليست بريئة، وإنما تنفذ لخدمة أهداف أخرى. ويستهل بيك مقالته بالإشارة لبناء مسجد في تيرانا، عاصمة ألبانيا، سيكون الأكبر في منطقة البلقان. ورغم أنه لن يفتتح قبل بضعة أشهر، فقد شغل المسجد ركناً من تيرانا، ويات يحجب بمساحته الكبيرة مبنى البرلمان المجاور. وبدا المبنى بجدران من حجارة صفراء تعلقو قبي ومآذن، مختلفاً عن أية مباني اشتدت في نفس المكان.

سيطرة تركية

ويشير كاتب المقال لتشابه هيكل المسجد مع العمارة العثمانية التقليدية، ولسبب وجيه، فقد مولته تركيا. وهو يأتي ضمن سلسلة من المساجد الكبيرة التي تبنيها حكومة الرئيس التركي

فرغيزيا، الأكبر في وسط آسيا. ويقال إن تجمعا في ميريلاند سيكون الأكبر من نوعه في غرب الكرة الأرضية. وتمول أنقره ما لا يقل عن 2000 مسجد آخر من مختلف الأحجام، وتم التخطيط لبناء مساجد أخرى في مناطق كفنزويلا، حيث يدعم أردوغان حكومة نيكولاس مادورو المحاصرة، وكوبا حيث يزعم أردوغان أن بحارة مسلمين وصلوا إليها قبل كريستوفر كولومبوس. وحال اكتمال بنائها، سيقبى عدد من تلك المساجد تحت سيطرة أنقره، وستلقى - في عدد من المناطق ذات الجاليات التركية الكبيرة- نفس الخطب الأسبوعية التي ترفضها الدولة التركية، والتي تسمع في كل مدينة وبلدة وقرية تركية.

موجة انتقادات

ويشير الكاتب لتوجيه قوى غربية موجة من الانتقادات إلى أردوغان، نتيجة ممارسات غير ديمقراطية وغير ليبرالية، وحيث تم تطهير

واعتقال من يعتبرون أعداء محليين، وهوجمت مجموعات كردية مسلحة في كل من سوريا والعراق، وتمت مخاطبة بنوك وقوى أجنبية بشأن مشاكل مالية

خاصة بتركيا. وحسب الكاتب، في الوقت نفسه، وصلت حكومة أردوغان تدريجياً حملة قوة ناعمة دولية، ومن أبرز نتائجها بناء مساجد. كما تدعم الحكومة

التركية التعليم الديني، وبرنامج لترميم مباني من العصر العثماني، وعمليات اجتماعية ومساعدات واسعة النطاق. وقد رحب بتلك المساعدات معظم



المستفيدين منها، ولكن يلاحظ أنه في ألمانيا بات يخشى من أن يعمق النفوذ التركي انقسامات طائفية خاصة بها، أو أن يكون وسيلة للتجسس.

أمال في ذات السياق، قال سليم كورو، محلل لدى مركز أبحاث السياسة الاقتصادية إن أردوغان وحزبه الحرية والعدالة (AKP) بعلاقاته الوثيقة بجماعة الإخوان المسلمين، يأمل بأن "تصبح تركيا أكثر من مجرد بلد عادي، وأن تصبح شيئاً أعظم، وهم غالباً ما يعبرون عن تلك الآمال". وأضاف أن "الدين قد ثبت بأنه أداة أكثر فعالية من التواصل الثقافي التقليدي". إلى ذلك، يتحكم بالمساجد في تركيا إدارة الشؤون الدينية، أو ديانات، وهي هيئة رسمية يعمل بها أئمة وتكتب الخطب الدينية وتصدر فتاوى. وتأسست تلك الهيئة في 1924، لكنها نمت بسرعة في ظل AKP لتصبح هيئة سياسية ذات طموحات عالمية. ويعمل في تلك الهيئة ما يزيد عن 100 ألف شخص، وبميزانية توسعت بمعدل أربعة أضعاف منذ 2006. خلال فترة أردوغان الأولى كرئيس للوزراء، اتصل إلى

ملياري دولار هذا العام.

موضع جدل

وما لفت إليه الكاتب هو أن ديانات، من خلال الاتحاد التركي الإسلامي للشؤون الدينية (DITTIB)، هيئة تركية رسمية أخرى، تدير 900 من أصل 2400 مسجد في ألمانيا. ونصف الهيئة نفسها بأنها محايدة سياسياً، لكنها كانت مثار جدل في عدة مناسبات. وفي العام الماضي، أشارت مجلة دير شبيغل الألمانية إلى أن بعض أئمة DITTIB قادوا صلوات تدعم التوغل العسكري التركي في منطقة عفرين السورية. وفي 2017، حققت السلطات التركية مع عدد من الأئمة بتهمة أنهم تجسسوا على أتباع فتح الله غولن، إدارة الشؤون الدينية، أو ديانات، داعية إسلامي مقيم في ولاية بنسلفانيا اتهمه أنقره بتدبير المحاولة الانقلابية ضد أردوغان في 2016. ويشير الكاتب لاجتماع أخير عقد في أنقره بين ماركوس كيربر، مسؤول رفيع في وزارة الداخلية الألمانية، مع رئيس مؤسسة ديانات وبعض مستشاري أردوغان. ويومها قال كيربر نظرائه الأتراك أترام هم اليوم أتراكنا". وقال كيربر إنه لس على الفور حيرتهم وارتباكهم.

مسؤولون أوباما نصحوا إيران بعدم ابتلاع طعم ترامب

•• واشنطن-وكالات:

كتبت الصحافيتان بيتسي وودرف وإيرين باتكو في موقع "دايلي بيست" الأمريكي، أنه بينما ترسل إدارة الرئيس دونالد ترامب مقالات وحملة طائرات إلى الخليج، فإن مجموعة صغيرة من المسؤولين في إدارة الرئيس السابق باراك أوباما تواصلت مع مسؤولين في الحكومة الإيرانية، بينهم وزير الخارجية محمد جواد ظريف، ونصحوهم بعدم ابتلاع طعم ترامب والتزام الهدوء. وكشفتا أن المحادثات بين المسؤولين السابقين في إدارة أوباما والحكومة الإيرانية جارية منذ نوفمبر "تشرين الثاني" 2016. وظريف، الذي يزور الولايات المتحدة سنويا لحضور اجتماعات الجمعية العامة للأمم المتحدة في نيويورك، يجتمع عادة مع نواب وباحثين وصحافيين ومسؤولين سابقين في المدينة. وقد اتخذت سياسة الأرض المحروقة حيال إيران التي يتبعها ترامب بهدف سحق الاقتصاد الإيراني، متعلفاً في مايو "أيار" عندما أرسل الرئيس الأمريكي بواج وقادفات بي-52 إلى المنطقة في عرض للقوة، وذلك بعد تتبع نشاطات إيرانية. وأثار هذا التحرك الخوف من صراع بين الجانبين. لكن مسؤولين في وكالات الاستخبارات أفادوا أن هذه الخطوات الناشطة آتت في سياق قرار اتخذته إدارة ترامب بمعاقبة أي بلد ينتهك العقوبات الأمريكية من طريق شراء النفط الإيراني أو تصنيف الحرس الثوري الإيراني على أنه منظمة إرهابية. وبعد أسابيع، سرت أنباء عن أن البيت الأبيض يفكر في اقتراح بإرسال ما يصل إلى 120 ألف جندي إلى الشرق الأوسط، ولكن عوض ذلك، قرر ترامب إرسال 1500.

مليونية منتظرة يوم الجمعة المقبل

تأجيل انتخابات الجزائر . . هل يلبي مطالب الشعب؟

•• الجزائر-وكالات:

أشار إعلان المجلس الدستوري في الجزائر تأجيل الانتخابات الرئاسية وتمديد مهلة الرئيس المؤقت عبد القادر بن صالح، ردود فعل قد تندر بتصاعد الحراك الشعبي وتزيد ضبابية المرحلة المقبلة. وكان المجلس الدستوري الجزائري "على هيئة قانونية في البلاد"، قد أعلن الأحد "استحالة" إجراء الانتخابات الرئاسية في الموعد المقرر لها، في الرابع من يوليو المقبل، وذلك على الرغم من تأكيد الجيش على أهمية عقدها في موعدها المحدد، من أجل إخراج البلاد من الأزمة السياسية. ودعا المجلس إلى ضرورة "تهيئة الظروف للملائمة لتنظيم الانتخابات وإحاطتها بالشفافية والحياد، لأجل الحفاظ على المؤسسات الدستورية التي تمكن من تحقيق تطلمات الشعب السيد، ووصف القيادي في حزب جيل جديد، حبيب براهيمية، تأجيل الانتخابات بأنه "انتصار للحراك الجزائري، الذي يرفض إجراء الانتخابات في الوقت الذي كان مقرراً لها في الرابع من يوليو، وذلك بعد انتصاره المتمثل في اجبار الرئيس السابق عبد العزيز بوتفليقة على التنحي".

وأشار في حديثه لموقع "سكاي نيوز عربية"، إلى أن تأجيل الانتخابات ليس الغاية التي يروجها الشعب الجزائري في حراكه الذي أجبر بوتفليقة على التنحي، معتبراً أنه لا بد من تشكيل هيئة مستقلة "تحظى بالشفافية" للإشراف على الانتخابات، وضمان نزاهتها. ويشأن تمديد المجلس الدستوري، مهلة الرئيس المؤقت عبد القادر بن صالح، اعتبر المكلف بالإعلام في "جيل جديد"، أن القرار "يس دستورياً"، كونه يناقض نص المادة 102 من الدستور الجزائري، الذي حدد مدة أقصاه 90 يوماً، لحين إجراء الانتخابات. يذكر أن بن صالح تولي منصبه كرئيس مؤقت للبلاد عقب تنحي بوتفليقة تحت ضغط الشارع والجيش في مطلع أبريل الماضي. وتوقع براهيمية أن يخرج الشارع الجزائري بالملايين يوم الجمعة المقبل، لرفض "الإجراء غير الدستوري"، تمديد مهلة بن صالح إلى حين انتخاب رئيس جديد. من جانبه، قال الناشط صادق طماش في اتصال هاتفي مع موقع "سكاي نيوز عربية" إن تأجيل إجراء الانتخابات "لا يلبي مطالب الحراك الجزائري، بالرغم من دستوريته".



علامات الاهتراء على التحالف ظهرت بعهد ترامب

العلاقة الخاصة بين بريطانيا وأمريكا تحت المجهر

•• لندن-رويترز:

ظلت العلاقة الخاصة التي تربط بريطانيا بالولايات المتحدة من أقوى التحالفات في القرن العشرين.. إلا أن مشروع انفصال بريطانيا عن الاتحاد الأوروبي ورئاسة دونالد ترامب أشارا علامات استفهام حول مستقبل هذه العلاقة. وبدأ ترامب زيارة تستمر ثلاثة أيام لبريطانيا بعد عام تقريبا من إثارته الجدل خلال زيارته السابقة بامتداد خصوم رئيسة الوزراء تيريزا ماي وانتقاد الأسلوب الذي تعاملت به في مفاوضات الانسحاب من الاتحاد الأوروبي. وخلال رئاسة ترامب بدأت تظهر علامات الاهتراء على التحالف مع بريطانيا الذي رعاه رونالد ريجان ومارجريت ثاتشر في الثمانينيات. فما هي هذه العلاقة الخاصة وما هي الفروق الرئيسية بين الولايات المتحدة وبريطانيا وفق المعايير الأساسية؟

× اقتصاديا

الولايات المتحدة هي صاحبة أكبر اقتصاد في العالم إذ يبلغ حجمه 21.3 تريليون دولار أي ما يعادل 24 في المئة من الناتج المحلي الإجمالي العالمي. أما بريطانيا فهي خامس أكبر اقتصاد في العالم بقيمة 2.4 تريليون دولار أي ثلاثة في المئة من الناتج المحلي العالمي. ورغم أن الاتحاد الأوروبي يمثل نحو نصف التجارة الخارجية لبريطانيا فإن الولايات المتحدة هي أكبر شريك تجاري منفرد لبريطانيا ببارق كبير لتلها ألمانيا ثم هولندا وفرنسا والصين. وتمثل بريطانيا من جانبها سابع أكبر شريك تجاري للولايات المتحدة بعد الصين وكندا والمكسيك واليابان وألمانيا وكوريا الجنوبية. وتعمل كل من الولايات المتحدة وبريطانيا لتحقيق فائض في التجارة مع الآخر الأمر الذي يشير إلى أنهما لا يستخدمان معايير واحدة. وعلى مدار عقود ظلت واشنطن ولندن مشتركان في رغبة واحدة

فتح الأسواق العالمية أمام التجارة الحرة.

× عسكريا

اقترحت الإدارة الأمريكية إنفاق 686 مليار دولار على الدفاع هذا العام. ويتجاوز إنفاق الولايات المتحدة على الموازنة العسكرية ما تنفقه الدول السبع التي تليها في قائمة أعلى الدول من حيث الإنفاق العسكري مجتمعة. ولدى الولايات المتحدة ثاني أكبر عدد من الأسلحة النووية بعد روسيا. وتملك البحرية الأمريكية أسطولاً من 14 غواصة نووية من فئة أوهايو ويمكن لكل منها حمل 20 صاروخاً متعدد الرؤوس النووية الموجهة لأهداف مختلفة من طراز ترايدنت 2 دي5. أما بريطانيا صاحبة أكبر الميزانيات الدفاعية في الاتحاد الأوروبي فتتفق 40 مليار جنيه استرليني (53 مليار دولار) سنوياً. والقوتان النوويتان الأخريان في أوروبا هما فرنسا وروسيا. ولدى بريطانيا أسطول من أربع غواصات من فئة فانجراد

التي يمكنها حمل 16 صاروخاً من طراز ترايدنت 2 دي5. وهذه الصواريخ من مخزون تتقاسمها بريطانيا مع البحرية الأمريكية. وخاص البلدان معارحوبا في أوروبا وكوريا والكويت والعراق ويوغوسلافيا السابقة وأفغانستان وليبيا وسوريا. وتعتبر بريطانيا حلف شمال الأطلسي الذي تنزعه الولايات المتحدة أساس الدفاع عنها. وقد طالب ترامب الحلفاء الغربيين بزيادة حصصهم من نفقات الحلف. وتعمل القوات الأمريكية من عدة قواعد في بريطانيا من بينها قواعد ليكنهيت وكروتون ومينويد هيل الجوية.

× المخابرات

التعاون على صعيد المخابرات وثيق للغاية بين الولايات المتحدة وبريطانيا وهو من المجالات الرئيسية التي يظهر فيها أثر التحالف واضحاً من الناحية العملية. وخلال الحرب العالمية الثانية توصل البلدان إلى اتفاق لتبادل الاستخبارات تم توسيع نطاقه

فيما بعد ليشمل كندا وأستراليا ونيوزيلندا وأصبح يعرف باسم "العيون الخمس". ويحقق هذا الاتفاق الجمع بين وسائل التجسس التكنولوجية الحديثة التي تعمل بأجهزة الكمبيوتر في الولايات المتحدة وأسلوب بريطانيا التقليدي الذي يعتمد على العنصر البشري ويحقق أداءً قوياً في الاتحاد السوفيتي السابق وأوروبا والشرق الأوسط. والتعاون بين وكالات المخابرات الرئيسية المحلية والأجنبية وثيق. ولأن نقاط القوة على الصعيد الجغرافي تكمل بعضها بعضاً فإن المعلومات التي تجمعها وكالة التنصت البريطانية لها فائدة خاصة عند وكالة الأمن القومي الأمريكية. وتبلغ ميزانية المخابرات الأمريكية 60 مليار دولار بينما تبلغ ميزانية المخابرات البريطانية 2.3 مليار جنيه استرليني "2.89 مليار دولار".

× عالم المال

تعد لندن ونيويورك أكبر

تعاملاتها اليومية 5.1 تريليون دولار. ويخفق حجم العملات المتداولة في لندن بكثير حجم المعاملات في الولايات المتحدة وبقيصة دول الاتحاد الأوروبي مجتمعة. وتوضح بيانات ريفينيتقت أن قيمة مؤشر إس.أند. بي500 الذي يضم أسهم أكبر 500 شركة أمريكية تبلغ حوالي 25.7 تريليون دولار. وللمقارنة فإن أسهم مؤشر هانغشانغ تايمز لكل الأسهم والذي يضم أكثر من 600 سهم لندون تبلغ قيمتها حوالي 2.5



تريليون جنيه استرليني. أما سوق السندات الأمريكية التي تضم الديون الحكومية وديون الشركات فتزيد قيمتها على 40.7 تريليون دولار وفقاً لبنك التسويات الدولية في حين أن سوق السندات في بريطانيا قيمتها 5.8 تريليون دولار. المصادر: صندوق النقد الدولي ووزارة الدفاع الأمريكية ووزارة الدفاع البريطانية ومكتب مدير المخابرات الوطنية ولجنة المخابرات واللجنة الأمنية في البرلمان في بريطانيا وكذلك بنك إنجلترا وريفينيتقت.

اسمه محمود ومن أصول مصرية :

المطرب الإيطالي الذي يزعج نجاحه سالفيني . . .

•• الفجر - خيرة الشيباني

إنجازه في مسابقة الأغنية الأوروبية "الاوروفيزيون"، شهود أكثر من تسعة ملايين مرة على يوتيوب. يرتدي قميصاً أحمر بنقوش ذهبية، ألهب المرشح الإيطالي محمود القاعة بأدائه

لأغنية "نقود" في نهاية المسابقة. فمع كل مقطع ، يصفق الجمهور منسجماً مع الإيقاع لدعم المغني الشاب، 26 عاماً. في الأخير، فاز بالمركز الثاني، خلف دنكان لورنس، المرشح الهولندي. وفي مواجهة النشوة التي يثيرها المغني الشاب، من الصعب تخيل أنه قبل بضعة أشهر، كان فوزه بتمثيل إيطاليا في

"الاوروفيزيون"، موضع خلاف.

أصول مصرية تزعج

في نهاية مهرجان سانريمو الشهير، المسابقة التي تحدد الفنان الإيطالي الذي سيفني في "الاوروفيزيون"، كانت البلاد منقسمة حول انتصار المطرب الشاب. لقد تحصل خصمه "أولتيمو"، على

ثلاثة أضعاف الأصوات من الجمهور، لكن تصويت هيئة التحكيم المحترفة، المكونة من صحفيين، رجح كفة محمود أمام دهشة الجميع. وزاد هذا في منسوب التشكيك في شرعية المغني الشاب لتمثيل بلده، إضافة إلى أن شخصيته وأسلوبه الموسيقي غير التقليدي، لا يرضيان الجميع.

11



المرتبة الثانية في الاوروفيزيون



الاغاني الايطالية الاكثر مبيعا



المصري الذي يربع سالفيني



سالفيني.. توظيف الفن في السياسة



محمود في حفل توقيع

المحاصصة على الإذاعات يتنافس والليبرالية، و سيكون من الأفضل إنفاق أموال حتى يتسنى للشباب الوصول إلى مزيد من الحفلات الموسيقية، وإنشاء برامج تلفزيونية موسيقية مثيرة للاهتمام، وهذا غائب اليوم.

وأكدت، أن فنانين مثل محمود، هم الذين يُظهرون وجه إيطاليا الراهن. "لقد أعطوا الموسيقى الإيطالية نفساً جديداً بفضل مزج الأنواع، وإذا تمسكنا بـ "أولتيمو" وأغانيه التقليدية، لا كان هناك هذا الهوس بالموسيقى الإيطالية الموجودة منذ عام 2015، ولتحول الشباب إلى الموسيقى الدولية..

بالنسبة لباربرا توماسينو، سواء تم تمرير مشروع القانون أم لا، لن تتجح الرابطة أبداً في أن تلمي على الشعب الإيطالي لأي موسيقى يستمع. "الأذواق والأنماط الموسيقية تتغير. الرباب" والد "تراب" هما موضة اليوم، ولا يمكننا إجبار الشباب على الاستماع إلى الأغنيات الشعبية أو المزيد من الموسيقى الإيطالية". فمن صفحاتهم على سوتيفي أو من يوتيوب، لن يهتم الشباب، في كل الأحوال، بهذه المحاصصة، تؤكد الناقدة الموسيقية.

عندما ستل على عجل، في نهاية إحدى جلسات التوقيع، اكتفى المطرب الذي يستهدفه هذا القانون بهز كتفيه وأجاب همساً: "لا أعتقد أن هذا القانون مفيد ..."

يحتل الألبوم الأول لمحمود، جيوفينيو بروساتا، المرتبة الأولى في إيطاليا. ويوضح محمود، الذي يشعر بالظرف من الجدل المتتالي حول أصوله وأغانيه، أنه يود الآن أن يتفرغ لـ "صناعة الموسيقى" فقط.

1 - أظهر استطلاع أجرته ايراون، وهي شركة ترأقرب البيت الإذاعي، أن 45 بالمئة من الأغاني التي تبث على الإذاعات هي فعلاً إيطالية. عن سلبت الفرنسية

اسم الفنان وأصوله المصرية أثارت موجة انتقاد عنيفة على صفحات التواصل الاجتماعي

الوطنية والمحلية، والتي من وجهة نظره "خطأ". ويرى عالم الاجتماع، إن مشروع القانون هذا مجرد فرقة شعبية، "نظام الحصص هذا المخروض على الموسيقى سيدمر معناها الكوني من خلال الانتهازية السياسية.

في متاجر التسجيلات بروما، الألبومات الإيطالية التي تصدر باستمرار الإحصائيات، تؤكد هذا الاتجاه. "تستخدم الرابطة صعود نزعة حمائية حاضرة بقوة في إيطاليا اليوم، لتمرير العديد من الإجراءات التي من شأنها حماية تاريخ بلدنا، لكنها في الواقع حسابات سياسية، تضيف باربرا توماسينو، صحفية في التلفزيون الإيطالي وناقدة موسيقية.

من هذا الجدل، قدمت الصحفية تقريرا للبرنامج الشقائي على القناة الأولى الإيطالية "كافيتيريا رأي". بعد تصوير الحصص، لم تحف الناقدة غضبها. "إن فرض

أوجها اليوم، فانها ستظل كذلك خلال عشر سنوات.. سيكون ذلك مفيداً في المستقبل، والحماية مطلوبة". في مكتبه الفسيح المزدان بمصمقات فنانيه، يعترف ماسيمو بونيلي بدون عقد: "بين واحد يغني باللغة الإيطالية، وآخر يغني بالإنجليزية، اخترت الذي يغني باللغة الإيطالية.. الهوية الثقافية شيء يجب الحفاظ عليه."

هذه الحاجة إلى العودة إلى التقاليد، التي يعبر عنها السكان الإيطاليون أكثر فأكثر، هي موضوع دراسة عالم الاجتماع فرانكو فيراروتي. "هناك حالياً حركة تؤكد الحاجة إلى الاعتراف بالهوية الوطنية حاضرة بقوة في السياسة، وهي تظهر أيضاً في الموسيقى"، يعترف الباحث.

وبالنسبة للأكاديمي، هذا الجدل منطقي في المناخ السياسي السائد في السنوات الأخيرة، في وقت تشهد فيه إيطاليا "تعزيراً ثقافياً وموسيقياً تجاه اللغات

الحاجة إلى الاعتراف بالهوية الوطنية حاضرة بقوة في السياسة، وتظهر أيضاً في الموسيقى

الإيطالية، إيكومباني، إنها "فكرة جيدة". ورغم أنه لا يدعم الرابطة، فإن رجل الأعمال، يعتقد أن هذه الحصص ستشجع على تسويق الفنانين الوطنيين. "قبل إنتاج فنان جديد، أتساءل دائماً كيف يمكنني الترويج له. وإذا كنت اعلم أنه يمكنني الحصول على انطلاقاً أفضل عبر الإذاعة، سأكون أقل تردداً بكثير..

حجة أخرى، الطبيعة المؤقتة للأنماط الموسيقية. "ليس لأن الموسيقى الإيطالية هي في

أغنية فقط باللغة الوطنية في فرنسا، مقابل خمس أغاني في إيطاليا، وهو رقم قياسي. إن تأثير نظام الحصص على الإقبال على الموسيقى الوطنية لم يثبت بعد.

فرقة شعبية قد يبدو مشروع القانون هذا لأول وهلة غير ضروري، إلا أنه حظي بترحيب العديد من الفنانين والعديد من المنتجين. يقول ماسيمو بونيلي، منتج في واحدة من أكبر شركات الموسيقى

نظام الحصص هذا المفروض على الموسيقى سيدمر معناها الكوني من خلال الانتهازية السياسية



طوابير لمصافحة محمود

رابطة سالفيني تقترح مشروع قانون يحدد نسبة بث الأغاني الإيطالية على أمواج الأثير

فيه الموسيقى في إيطاليا ركيزة مهمة لتقافتنا.. مشروع قانون أعدته الرابطة كرد فعل على الجدل "الذي لا معنى له"، بالنسبة لجوليا بابيلو، الناقدة الموسيقية: أغاني محمود، الذي يحمل الجنسية الإيطالية، سيتم إدراجها في هذه الحصص إذا تم اعتماد المشروع.

الحقيقة الثانية المفاجئة، أن حصصاً أغنية على ثلاثة أتي مطالب بها الرابطة، هي أقل من العدد الحالي لما يبث من الموسيقى الإيطالية على موجات الأثير، والقريب من أغنية على أغنيتين 1. رقم أعلى بكثير من فرنسا، حيث تجبر الحصص المماثلة محطات الإذاعة الخاصة على بث ما لا يقل عن 40 بالمئة من الموسيقى الفرنسية منذ قانون عام 1994.

وأظهر تحليل للعاون العشرة الأكثر شعبية التي تبث على محطات الراديو في كلا البلدين، عام 2018، أيضاً أنه تم غناء

إبداع مشروع قانون من طرف نائب عن الرابطة في رد فعل على اختيار محمود. ويهدف مشروع القانون هذا إلى فرض حصص من الموسيقى الإيطالية على الإذاعات في البلاد. وقال البرلمان الذي يقضو المرسوم أليساندرو موريلي، رئيس لجنة النقل في مجلس النواب ومدير إذاعة سابق: "إن فوز محمود يشهد بأن اللوبيات الكبرى والمصالح السياسية، أهم من الموسيقى.. وأنا أفضل مساعدة الفنانين والمنتجين في بلادنا."

ويأمل النائب أن "يفتح هذا المقترح نقاشاً واسعاً حول الإبداع الإيطالي، وخاصة على شباننا". وهدفه: أغنية واحدة من كل ثلاثة تبث على موجات الهواء الإيطالية تكون مؤلف إيطالي. وستتم تخصيص 10 بالمئة من هذه الحصص للفنانين الشباب ومن ينتجون لهم. وهي بالنسبة للنائب طريقة "لإفصاح المجال للترويج لهواهنا... في وقت تمثل

إذا كان محمود أو اليساندرو محمود، اسمه الحقيقي، قد ولد في ميلانو من أم إيطالية، فبان والده مصري. هذا المطرب الشاب، الذي اكتشف عام 2012 بمشاركته في اكس فاكطور، بعيد اختراع الموسيقى الإيطالية بطريقته الخاصة. وأغنيته "سولدي" (النقود)، والذي يُعد أحد ملحنها الثلاثة، مستوحاة من أصوله المصرية.

القطعة الموسيقية التي عُرضت في "الاوروفيزيون"، هي مزيج من البوب والراب على إيقاعات موسيقية الإلكترونيات ونغمات شرقية. أغنية فريدة من نوعها وغير قابلة للتصنيف في المشهد الموسيقي الإيطالي الحالي. حتى موضوع "النقود"، الذي يروي غياب أبيه عن عائلة مرقها المشاكل المالية، تحدث انفجاراً أمام القصص الرومانسية التقليدية لخصمه أولتيمو..

التي تتضمن بعض الكلمات العربية - واسم الفنان وأصوله، أثارت جميعها موجة نقد عنيفة على الشبكات الاجتماعية في إيطاليا من قبل شريحة من المناهضين للأجانب. وقد علق وزير الداخلية الإيطالي والرئيس اليميني المتطرف ماتيو سالفيني، على تويتر، في ليلة نهائي سانريمو: "محمود... يوف ...

أجمل أغنية إيطالية؟! لو كنت أنا لاخترت "أولتيمو"، وأتم، ما رأيكم؟. وأوضح أنه كان يفضل رؤية "المزيد من كتاب وملحنين الأغاني الإيطاليين في اختيارات سانريمو". تعليق دفع محمود للتفاعل: ذكر أنه "إيطالي مائة بالمئة"، وأن كلماته الخفيفة باللغة العربية ليست سوى ذكرى جملة كان والده يكرها له عندما كان طفلاً. لأن محمود لا يتكلم اللغة العربية، وبين الفنان إن أغنيته تروي قصة، ولا تسعى إلى إبراز موقف سياسي، إلا إن الجدل لم تخف حدته.

المطرب الذي تم اكتشافه عام 2012، يعيد اختراع الموسيقى الإيطالية بطريقته الخاصة

الرابطة توظف الجدل بسرعة، وفي 17 فبراير، تم

ختم الشهر

بالتفكير ليؤوب مسمي الليل ومن يعمل سوءاً أو يظلم نفسه ثم يستغفر الله يجد الله غفوراً رحيماً (التساء: ١١٠).
راجع حساباتك مع الله، ثم تأمل، أليس من الخزي والخسارة أن يعفو ربك عن الملائين من إخوانك المسلمين، وتبقى أنت متقلاً بدنوبك وأوزارك التي أثقلت كاهلك بمعاصيك ومخالفاتك، وأنت تعلم أن ربك لا يظلم مثقال ذرة؟!

تعالى الذي وفقه لصالح الأعمال، وإقامة العبادة، ويسأله القبول والنيات على العمل الخير، وليلطف المزيد من التوفيق. ومن أساء وقصر في رمضان فليغتنم أوقات عمره، وأيام حياته، وليتب توبة نصوحاً إلى خالقه، وليتندم على تقريطه، ويسأل الله التوفيق لصالح الأعمال، فإن ربنا غفور رحيم، يفرح بتوبة عبده، ويقبل توبته إذا علم منه حسن النية، وصدق اللهجة، وسلامة القصد.

وليحتم شهره بالاستغفار، فإنه ختم الأعمال الصالحة، عيسى الله أن يقبله، ويقبل منه، أفلا يتوبون إلى الله ويستغفرونه والله غفور رحيم (المائدة: ٧٤).

سبحان من يسهط يده بالليل ليتوب مسمي النهار، ويسهط يده

التمين قد لا يعود عليه مرة أخرى، فلا بد أن يغتنم أوقاته فيما يفيدته ويفتعه، ويبقى له في آخرته.

ومن الناس من ركب الشيطان، وأضله الهوى، وألف العصبان، فدخل رمضان لم يغير شيئاً في مجرى حياته، ولم يعدل مسار برنامجه اليومي إلا بالسهر واللعب، والغفلة، واللهو، يمتنع عن الطعام والشراب، ويصوم نهاره، ولكنه بعيد عن مجالسة الصالحين، بعيد عن بيوت الله، وإن جاء إلى الصلاة أتاها كسولاً، وربما صلى في بيته بعد زهاب الوقت، فهو أسير هواه، في جميع أيام الشهر الكريم، وهو في هذه اللحظات يتأسف ويتحسر، ويرسل عبارات الندم على أن ضيع أوقاته سدى.

أما من أحسن في هذا الشهر، وواظب على الطاعة؛ فليشكر الله

ها هي أيام رمضان قد انقضت، ولياليه تصرمت، مضت أوقاته كأنها طرفة عين، أو ومضة برق، كان المسلمون في جميع البلدان يترقبون دخوله، يستعدون له، يهتف بعضهم بعضاً بمقدمه، وحل هذا الموسم الكريم، ونزل بساحتهم، بخيراته وبركاته، بفضل الله وحسناته، ببره ونفحاته.

من عباد الله الفطن الذكي، الذي عرف أن الفرصة باغتنامها، وما هي أمامه فرصة عظيمة، فحضر عن ساعد الجد، ووظف جوارحه في طاعة الله، ياد قلبه وقالبه في أطراف النهار، وفي أواخر الليالي، وفي أوقات الأسحار، وفي الهواجر، يذكر ربه، يتلو آياته، يردد التسبيح والتحميد، هو بين يدي خالقه، يركع ويسجد، يقوم ويعطيل القيام، يلجج بالدعاء، وطلب المغفرة والرحمة، لأنه يقين أن مثل هذا الموسم

سلام من الرحمن كل أوان
سلام على شهر الصيام فإنه
لئن ذهبت أيامك الغر بفتة
الآيات في لعانها المعارف لاين رجب (ص: ٢١٦).

علي خير شهر قد مضى وزمان
أمان من الرحمن كل أمان
فما الحزن من قبلي عليك بفان
الآيات في لعانها المعارف لاين رجب (ص: ٢١٦).



آداب بيئية

أحكام الإسلام

له الذي كفاني وأواني، والحمد لله الذي أطعمني وسقاني، والحمد لله الذي من علي، أسألك أن تجبرني من النار. رواه ابن السني.

١٠- تفقد مرافق البيت وأثاثه، والحرص على سلامته، والقيام بإصلاح ما يحتاج إلى ذلك إن كان يحسن إصلاحه، وعدم إهماله حتى يكبر ويزيد.

١١- الانتباه إلى نظافة البيت ومطهرته والمشاركة في خدماته.

عن الأسود بن يزيد قال: سئلت عائشة رضي الله عنها: ما كان النبي صلى الله عليه وسلم يصنع في بيته؟ قالت: كان يكون في مهنة أهله، يعني خدمة أهله. فإذا حضرت الصلاة خرج إلى الصلاة، رواه البخاري.

١٢- حفظ أسرار البيت الخاصة، وتجنب عدم إذاعتها أمام أحد.

١٣- الاستئذان والسلام عند الخروج من البيت، وإعلام الأهل عن الوجهة التي يريد.

١٤- ترديد دعاء الخروج من البيت عند الخروج منه.

عن أم سلمة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم كان إذا خرج من بيته قال: بسم الله توكلت على الله، اللهم إني أعوذ بك أن أضل أو أضل، أو أزل أو أزل، أو أظلم أو أظلم، أو أجهل أو يجهل علي رواه الترمذي وأبو داود.

وعن أنس رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: من قال إذا خرج من بيته: بسم الله توكلت على الله، ولا حول ولا قوة إلا بالله، يقال له: كُفيت ووفيت وهديت، وتُنشئ عنه الشيطان رواه الترمذي والنسائي.



الطهارة والاعتسال، ومراعاة الحشمة والأدب أثناء الجلوس والمقام، والفض عن عورات الآخرين.
٥- تجنب رفع الأصوات والصخب واللعب المزعج للأهل أو للحيوان.
٦- تجنب رفع صوت المذياع أو الرائي وخاصة في أوقات الراحة أو النوم.
٧- تجنب سماع شيء أو رؤيته ما لا يليق بالمسلم إضاعة الوقت به.
قال تعالى: (إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا) (٣٦) الإسراء.
٨- الانتباه للستر والحياء، وتجنب كشف العورات وخاصة عند تبديل الثياب، وعند

أهله رواد أبو داود.
وعن أنس رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: يا بني إذا دخلت على أهلك فسلم، تكن بركة عليك وعلى أهل بيتك رواه الترمذي.
٣- تجنب التسلل إلى البيت، أو الدخول فجأة على الأهل دون إخبار أو إعلام أو استئذان، لتلا يرى ما يكره أن يوقع أحدا في الحرج أو الرعب، وخاصة عند العودة من غيبة طويلة.
قال تعالى: (وَلَيْسَ الْبِرُّ بِأَنْ تَأْتُوا الْبُيُوتَ مِنْ ظُهُورِهَا وَكَذَلِكَ الْبُرُّ مَنِ اتَّقَى وَأَتُوا الْبُيُوتَ مِنْ أَبْوَابِهَا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ

تسمية الله تعالى عند الدخول إلى البيت.
عن جابر رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: إذا دخل الرجل بيته فذكر الله تعالى عند دخوله وعند طعامه قال الشيطان: لا مبيت لكم ولا عشاء، وإذا دخل فلم يذكر الله تعالى عند دخوله قال الشيطان: أدركتم البيت، وإذا لم يذكر الله تعالى عند طعامه قال: أدركتم البيت والعشاء. رواه مسلم.
٢- الدعاء بما ورد عن النبي محمد صلى الله عليه وسلم عند الدخول إلى البيت،

8 نهائج للحفاظ على صحتك في عيد الفطر

على مراجعة طبيبك بعد العيد مباشرة، للتأكد من عدم التضمر من الصيام، ومتابعة لزومات مرضك.



بسكريات الفواكه البسيطة وبعض العسل، كذلك قلل من المشروبات السكرية، وانتخب منتجات الفصح الكامل (مع قشوره)، والرز الأسمر أو البرغل.

٥- أكثر من الخضار والفواكه والمكسرات وذلك لتسهيل هضمها، ولشغلها حيزاً هاماً من المعدة يدراً عنك الإحساس بالجوع، ولاحتوائها أكثر ما يلزمك من فيتامينات ومعادن ومضادات أكسدة. حاول أن تجعل الخضار والفواكه تعادل نصف ما تأكل من طعام.

٦- خفف من تناولك الملح وعض عنه بالبهارات (مثل إكليل الجبل والزعرير واللفل والتشيلي) التي ثبت غناها بمضادات الأكسدة، وبمضيق الليبومين.

٧- عد إلى برنامجك الحركي والرياضي بالتدريج، فبعد شهر من تخفيف نوع وكمية التمارين الرياضية الذي اقتضاه الصيام، من غير المناسب لعضلاتنا وجهازنا المناعي أن نطبق برنامجاً قاسياً من التمارين.

ويفضل أن تبدأ بالرياضات المنشطة للقلب cardio (مثل المشي، والسباحة، وركوب الدراجة)، ثم نضيف إليها ألعاب القوى (مثل حمل الأثقال وتشغيل أجهزة المقاومة في صالات الرياضة) في مرحلة لاحقة، كما يفضل أن تبدأ بالمشي، ويحمل أثقال خفيفة، قبل انتقالنا للركض وحمل الأثقال الكبيرة.

٨- إذا كنت مصاباً بمرض مزمن (كدرجة خفيفة من داء السكري أو ارتفاع الضغط) وصمت رمضان، فاحرص

الهضمي أقل تحملاً لكميات الطعام الكبيرة التي تؤكل دفعة واحدة، وأقدر على معالجة الوجبات الصغيرة التي يفصل إحداها عن الأخرى ٣-٤ ساعات، ولعل أهم وجبة من هذه الوجبات هي الفطور الصباحي، لأنه يعينك على عدم الإفراط في الطعام بقية اليوم.

نحن نعلم أن هذا المطلب سير بوجود الحفلات والدعوات التي تكثر في الأعياد، لكنه مطلب ضروري إذا أردت أن تبقى نفسك عقابيل التخمة، من فطرم الحמוضة (الجزر أو الارتداد المعدي - المريئي)، إلى نفخة وأوجاع البطن، إلى اضطرابات البراز.

وقد وجد بعض الأطباء أن فطرم الطعام يؤدي كذلك لاضطرابات هامة في الغدد الصم. ومن الحيل التي يمكنك اتباعها إذا دعيت إلى وليمة زاخرة بكل أصناف المأكول، ألا تقف إلى جانب طاولة الوليمة، تتناول من كل ما استهوكت منظره، بل أن تتخب عدداً قليلاً من الأطعمة، وتجلس إلى طاولة صغيرة لتستمتع بتناولها ببطء مع بعض الأصحاب.

٢- تجنب الدهون ما أمكنتك وللأسبب نفسه، اختر السمك والدجاج بدل لحم البقر والضأن، وانزع الشحوم عن شرائح اللحم التي تتناولها، وانتخب المشوي بدل المقلبي من الطعام، وابتق الزيوت النباتية بدلاً من الحيوانية، ورجح الحليب قليل الدسم وشنتقائه على الحليب كامل الدسم.

٣- أكثر من شرب الماء بما لا يقل عن ثمانية أكواب يومياً، فهذا، إضافة لفائدته في الوقاية من التجفاف في حر الصيف، من شأنه أن يجنبك الإفراط في تناول المأكولات الغريبة والمتوفرة في كل مكان أيام العيد.

٤- حدد من تناولك السكريات المركبة خاصة إن كانت ممزوجة بالدهون، وعض عنها

ها نحن قد ودعنا رمضان الكريم، نسأل الله أن يكون قد تقبل صيامنا فيه، واستجاب لدعواتنا، وأثابنا عليه أحسن أجر، وكل عام وأنتم وأمة الإسلام بخير وبركة.

وأطل علينا عيد الفطر ببهجته وأفراحه، فلنحتفل بقدمه كما يأمرونا ديننا الحنيف.

وفي خضم أفراح العيد واحتفالاته، نجد بعض الناس يقعون ضحية سوء تصرفاتهم، خصوصاً فيما يتعلق بمأكلهم ومشربهم، فيسبحوا لأنفسهم أن ينهلوا من كل ما لذ وطاب ليل نهار، وكأنهم يريدون أن يعوضوا -بسرعة- كل ما فاتهم من طعام وشراب خلال شهر رمضان، دون رعاية لأبسط قواعد التغذية الصحية ومبادئها، كما يركنون للكسل والسهر، والتقاصص عن الرياضة البدنية، فينتهي الأمر بهم إلى الوعكة والمرض، وزيادة الوزن، وقد يحتاجون لدخول المستشفى.

إن أهم مبدأ في الوقاية من اضطرابات عيد الفطر الصحية، هو التدرج في تغيير عادات الطعام والنوم والحركة التي يفرضها الصيام، والعودة إلى نسق الحياة الصحي بكتير من الدراية والروية.

ونورد فيما يلي ما تعتبره أهم التوصيات لدرء اضطرابات العيد الصحية عن أنفسنا:

١- اعتمد -قدر استطاعتك- الوجبات الصغيرة المتعددة، بدل الوجبات الضخمة. ففي هذه المرحلة الانتقالية، يكون جهازك



وزير الخارجية البريطاني؛ نستمع لرأي أمريكا بشأن هواوي



•• لندن-رويترز:

قال جيريمي هنت وزير الخارجية البريطاني أمس إن بلاده تهتم بما تقوله الولايات المتحدة عن مخاطر استخدام شبكات الجيل الخامس التي تأسسها شركة هواوي الصينية وإنها لا ترغب في الاعتماد بشكل مفرط على دولة ثالثة في تقنيات تكنولوجيا محددة. وقال هنت لراديو هيئة الإذاعة البريطانية (بي.بي.سي) "تتابع بعناية كل ما تقوله الولايات المتحدة عن تلك المسائل... وستنصت بدقة لما يقولون... ويعد أن فرضت عقوبات على شركة هواوي وسعت

منها من شراء معدات أمريكية، طلبت إدارة ترامب من حلفائها عدم استخدام تكنولوجيا ومعدات الجيل الخامس التي تقدمها هواوي بسبب مخاوف من أنها قد تمكن الصين من التجسس على اتصالات وبيانات حساسة. وقال هنت "لم نتخذ قرارنا النهائي لكننا أوضحنا أننا ندرس المسائل الفنية، أي كيفية ضمان عدم وجود باب خلفي يتيح لدولة ثالثة استغلال شبكات الجيل الخامس في التجسس علينا، وأيضاً المسائل الاستراتيجية حتى نضمن عدم الاعتماد تقنياً بشكل مفرط على دولة ثالثة فيما يتعلق بهذه التكنولوجيا الحيوية للغاية".

•• طوكيو-رويترز:

هبط المؤشر نيكى القياسي في بورصة طوكيو للأوراق المالية أمس فيما يتأثر المستثمرين بالقلق إزاء تصاعد المخاطر العالمية والنمو المحلي نتيجة حرب رسوم جمركية طويلة وواسعة النطاق بين الولايات المتحدة وشركاء تجاريين رئيسيين لها. ونزلت أسهم مجموعة سوتف بنك ذات الثقل على المؤشر 6.2 بالمئة بعد أوردت صحيفة وول ستريت جورنال أن مساعي البنك لجمع أموال لصندوق ثان ضخم أسقطت بفنور من بعض كبار مدبري الأموال في العام. وأغلق المؤشر نيكى منخفضاً 0.9 بالمئة إلى 20410.88 نقطة

نيكي يهبط جراء مخاوف تباطؤ عالمي

وهو أقل مستوى إغلاق منذ التاسع من فبراير- شباط. وخلال تعاملات اليوم نزل المؤشر 1.4 بالمئة إلى أقل مستوى في أربعة أشهر ونصف الشهر عند 20305.74 نقطة. كما أن مكاسب البين المتواضعة أضرت بشركات التصدير التي تتعرض لضغوط بالفعل جراء الخلافات التجارية العالمية. ونزل الدولار 0.1 بالمئة إلى 108.19 ين بعدما سجل خلال التعاملات الآسيوية أقل مستوى منذ 14 يناير كانون الثاني عند 108.10 ين في التعاملات الآسيوية. وقد هبطت أسهم فايف كورب 3.3 بالمئة ونزل سهم ياسكاوا إلكترونيك 1.8 بالمئة وتراجع سهم طوكيو إلكترونيك 2.1 بالمئة وهبط سهم كوماتسو 1.8 بالمئة.

حرب كلامية بعد زيادة الصين الرسوم على سلع أمريكية

•• عواصم-وكالات:

زادت الصين السبت الماضي الرسوم الجمركية على سلع أمريكية بقيمة مليارات الدولارات. في وقت تستعد للكشف عن قائمة سواد للشركات الأجنبية "غير الموثوق بها"، والتي يشير محللون إلى أن هدفها معاقبة الشركات الأمريكية والأجنبية التي تقطع الإمدادات عن مجموعة الاتصالات العملاقة هواوي. وتستهدف الخطوة الصينية سلعاً أمريكية بقيمة 60 مليار دولار برسوم عقابية جديدة تتراوح نسبتها من خمسة إلى 20 %، وتأتي كرد على رفع واشنطن الرسوم على بضائع صينية بقيمة 200 مليار دولار إلى 25 %.

جاءت مخاوف أمنية، في تهديد لطموحات المجموعة العالمية على حرب الرسوم بين البلدين. وفي 16 مايو، أدرجت وزارة التجارة الأمريكية مجموعة هواوي على ما يسمى "قائمة الكيانات" لأسباب مرتبطة بالأمن القومي، وهو ما يعني منعها من الحصول على المكونات الأمريكية التي تحتاجها لمعدات. لكنها منحتها لاحقاً مهلة 90 يوماً قبل بدء تطبيق الحظر.

وردت وزارة التجارة الصينية الجمعة بالإعلان أنها ستصدر من جهتها قائمة "كيانات غير موثوق بها" تسخر عقوباتها التجارية وتتوقف عن إمداد الشركات الصينية.

وقال المذيع كانه هوي في برنامج إخباري على محطة "سي سي تي في" الرسمية بثته عدة قنوات صينية أخرى الجمعة: "بالنسبة لتدابير الصين المضادة، تطابق أفعالنا مع أقوالنا". وأضاف: "إذا أردتم التحدث فينا بفتح، وأما إذا اخترتم) القتال، فسنقاتل حتى النهاية".

وأضاف كونغ: "قد تتحول إلى أداة مفيدة في التعامل مع الكيانات التي تخضع بسهولة لضغوط الحكومات الأجنبية العادية للصين". وأكد خبراء أن شركاء هواوي الذين قطعوا الإمدادات سيكونون أولى الشركات التي تضاعف إلى القائمة.

وقال الخبير في الشأن الصيني في "جامعة كولبرايك فينتام" كريستوفر بالدينغ: "من الواضح جداً الآن أن هذا لم يعد نزاعاً

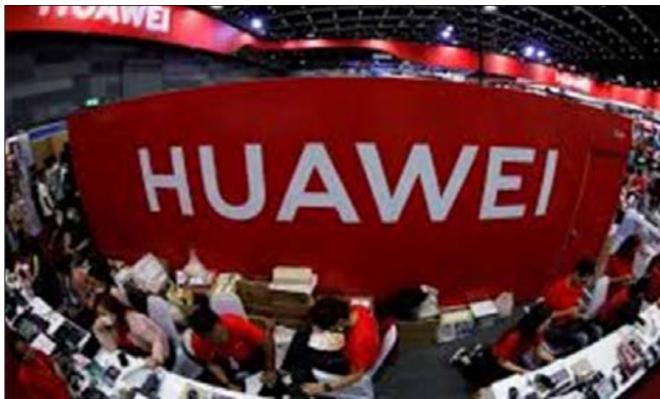
على وجه الخصوص مرزوي هواوي وانتقل وكوالكوم إنها تستهدف على الأرجح الشركات الكورية الجنوبية واليابانية التي قد تكون تحاول اتخاذ قرار بشأن مدى الصرامة التي ستتبعها في تطبيق القرار الأمريكي.. وأضاف أن الصين تسعى لجمع خيار قطع الإمدادات عن هواوي مسألة أكثر صعوبة. وقال بولك: "يحتل أنها تضع الشركات في وضع يجبرها على الاختيار بين الولايات المتحدة والصين وهو أمر من شأنه أن يأتي بنتائج عكسية عليها.. وأفادت صحيفة "غلوبال تايمز" الصينية الرسمية، أن القائمة الجديدة تشكل "داعماً لتشكيل حاجز يحمي الشركات الصينية، وذكرته الصحيفة القومية في مقال أن "الصين جاهزة لخوض حرب اقتصادية وتجارية طويلة الأمد مع الولايات المتحدة.. وحذر مسؤولون صينيون سابقون الجمعة من أن الحرب التجارية قد تتواصل لسنوات.

وقال الخبير في الشأن الصيني في "جامعة كولبرايك فينتام" كريستوفر بالدينغ: "من الواضح جداً الآن أن هذا لم يعد نزاعاً



تجارياً، وسيتم بشكل أوسع بكثير ليتحول إلى إجراءات اقتصادية تشارك المعلومات.. وزاد ترامب بأكثر من الضعف الرسوم العقابية على منتجات صينية بقيمة 200 مليار دولار لتصبح نسبتها 25 بالمئة وأطلق إجراءات تستهدف باقي الواردات من الدولة الآسيوية. وردت الصين بفرض رسوم النسبت تتراوح نسبتها بين خمسة و25 بالمئة على منتجات. وتشمل السلع منتجات التجميل والمعدات الرياضية والآلات الموسيقية والنبيذ والواقبات

هواوي تتخلى عن قطاع أعمال الكابلات البحرية



•• بكين-وكالات:

تعتزم شركة هواوي الصينية التخلي عن قطاع أعمال الكابلات البحرية عبر بيع حصتها البالغة 51% في شركة كابلات الاتصالات البحرية، وفقاً لملف الإيداع المرسل إلى بورصة شنغهاي للأوراق المالية من قبل المشتري الصيني، الذي لم يكشف عن حجم الصفقة. وقالت Hengtong Optic-Electric، وهي شركة لمنتجات شبكات الاتصالات الضوئية ومقرها في مقاطعة جيانغسو الصينية، في إيداعها إلى البورصة: إنها وقعت خطاب نوايا مع شركة Huawei Tech Investment التابعة لشركة هواوي في 31 مايو لشراء الحصة.

وزارة التجارة الأمريكية حذراً تجارياً عليها، الأمر الذي يهدد بشكل كبير بتعطيل سلسلتها للإمداد. ونقلت صحيفة وول ستريت جورنال في مارس "أدار" عن مسؤولي الأمن الأمريكيين قولهم: إن الكابلات

البحرية المصنعة من قبل شركة هواوي قد تكون عرضة للتجسس من قبل الدولة الصينية، وهو ما تنفيه الشركة. ووفقاً للتقرير السنوي لشركة هواوي، فقد حصلت عملاقة

التكنولوجيا الصينية على غالبية حقوق التصويت في مجلس إدارة شركة Huawei Marine في أغسطس "أب" 2018، مع احتفاظ Global Marine بحصة غير مسيطرة بنسبة 49%.

الفرنك السويسري قرب أعلى مستوى في عامين

•• لندن-رويترز:

ارتفع الفرنك السويسري لأعلى مستوياته في نحو عامين مقابل اليورو أمس مع تشديد الرئيس الأمريكي دونالد ترامب لوقفه التجاري إزاء دول بخلاف الصين، مما حفز المستثمرين على التحرك صوب العملات التي تعتبر ملاذاً آمناً. واحتلت توترات التجارة الاهتمام الرئيسي للمستثمرين في الأسابيع الأخيرة بعد أن رفع ترامب الرسوم الجمركية على واردات صينية، وهدد بزيادة الرسوم على واردات مكسيكية وألقى بمعاملة تجارية تفضيلية للهند. ووقع تصاعد التوترات بشأن التجارة المستثمرين إلى التخلي عن الأصول العالية المخاطر مثل الأسهم وشراء العملات منخفضة العائد مثل الين والفرنك مع اقتراب الأخير من مستويات عادة ما يتدخل عندها البنك الوطني السويسري لإبقاء



العملة منخفضة. ومقابل اليورو، صعد الفرنك السويسري 0.2 بالمئة إلى 1.1146 فرنك لليورو بعد أن زاد أكثر من اثنين بالمئة في مايو-أيار، مسجلاً أكبر مكسب شهري في ثمانية أشهر. ولم يكن الفرنك العملة الوحيدة منخفضة العائد المتأثرة، مع ارتفاع الين الياباني أيضاً بصفة عامة مقابل مجموعة من العملات. ويوم الجمعة سجلت العملة اليابانية أكبر مكسب يومي في أكثر من عامين، مرتفعة ما يزيد قليلاً عن 1.2 بالمئة خلال الجلسة. وارتفع الين 0.2 بالمئة مقابل الجنيه الاسترليني 0.1 بالمئة مقابل اليورو اليوم. وتراجع الدولار بعد أن نزلت العوائد القياسية لسندات الخزنة الأمريكية لأجل عشر سنوات إلى 2.121 بالمئة اليوم، وهو أدنى مستواها منذ سبتمبر-أيلول 2017.

الأسهم الأوروبية تنخفض بسبب مخاوف التجارة وصفقة إنفيون

•• عواصم-رويترز:

نزلت الأسهم الأوروبية من جديد بعد أن وجهت الصين تحذيراً جديداً لواشنطن بشأن التجارة ما أثار مخاوف من حدوث ركود بينما ضغطت صفقة شركة إنفيون الألمانية لصناعة الرقائق لشراء شركة أمريكية نظيرة لها على قطاع التكنولوجيا. ونزل المؤشر ستوكس 600 للأسهم الأوروبية 0.6 بالمئة بحلول الساعة 07:20 بتوقيت جرينتش، ليوصل الخسائر التي سجلها يوم الجمعة والتي قادته لتسجيل أسوأ أداء شهري في العام الجاري. ونزل المؤشر داكس الألماني الذي يتأثر بشكل خاص بالمخاطر التجارية 0.7 بالمئة إلى أقل مستوى في شهرين. وتراجعت أسواق الأسهم عالمياً في مايو-أيار وفقد المؤشر ستوكس ما يزيد عن ستة بالمئة بعد سلسلة من التطورات الجديدة في

حرب التجارة التي يشنها الرئيس الأمريكي دونالد ترامب مع الصين ودول أخرى أفضت بعض المستثمرين بأن الانزلاق نحو الركود أمر محتمل خلال العام المقبل. وأظهرت بيانات اليوم أن أنشطة المصانع في معظم الدول الآسيوية انكمشت الشهر الماضي ما يشير إلى أن حرب الرسوم الجمركية تال منها. وبالنسبة لأبناء الدمج والاستحواذ، اقتضت شركة إنفيون الألمانية على شراء نظيرتها الأمريكية سيريس لأشباه الموصلات في صفقة قيمتها الشركة عند تسعة مليارات يورو شاملة الديون. وتراجعت أسهم إنفيون خمسة بالمئة لتتبدل المؤشر ستوكس 600. وفقد قطاع التكنولوجيا، المنكسف بشدة أيضاً على قضية التجارة، 1.1 بالمئة ونزل سهم اس.تي ميكرو إلكترونيكس وإيه.اس.ام انترناشونال لتصنيع الرقائق أكثر من واحد بالمئة لكل منهما.

•• واشنطن-وكالات:

كشفت إدارة الطيران الفيدرالية الأمريكية أن أجنحة أكثر من 300 طائرة بوينغ 737 بينها طراز ماكس، تعاني خلافاً تصنيعياً، الأمر الذي يوجه ضعة جديدة للشركة الأمريكية التي لم تستق بعد من الضعة السابقة والمتعلقة بتحطم طائرتي 737 ماكس، ومعناها من التحليق في بيان نشر أول من أمس

وقالت الهيئة المعنية بسلامة الطيران في الولايات المتحدة، إن أكثر من 300 طائرة بوينغ 737 ماكس "إن جي"، تعاني من خلل تصنيعي لبعض القطع والأجزاء في أجنحتها، ومن بينها القطع المعروفة باسم "السدف"، وهي إحدى أسطح التحكم بالديناميكية الهوائية الموجودة بالحافة الأمامية لجناح الطائرة. وطالبت إدارة الطيران الفيدرالية شركة بوينغ باستبدال كل القطع المتضررة التي تصنعها شركة أخرى مزودة لبوينغ، في كل الطائرات التي تبنت وجود تلك

صدمة جديدة لبوينغ.. خلل في أجنحة «مئات الطائرات»

بفحص أجنحة 159 طائرة أخرى من نفس الطراز. كما حددت مشكلات في أجنحة 21 طائرة من طراز بوينغ 737 إن جي، فيما ستفحص 112 طائرة أخرى من الطراز نفسه. ويشار إلى أنه تم وقف تشغيل طائرة بوينغ 737 ماكس، بعد حادثتي تحطم في إندونيسيا وإثيوبيا في غضون 5 أشهر، أسفرتا عن مقتل 346 شخصاً.



الخلل، بينما يرتفع عدد الطائرات التي تعاني من الخلل في الأجنحة نفسه في الدول الأخرى إلى 133 طائرة إن جي 179 طائرة ماكس، وفي بيان من بوينغ جاء في أعقاب بيان إدارة الطيران الفيدرالية، قالت الشركة إنه لم يتم إبلاغها عن أي مسائل تتعلق بالقطع والأجزاء المعطوبة فيها، وذلك في غضون 10 أيام، وفقاً لما ذكره موقع "سي إن بي سي" الإخباري. وقالت الإدارة إن تمكنت من تحديد 33 طائرة "بوينغ إن جي" ومثلها "ماكس" داخل الولايات المتحدة تعاني من هذا

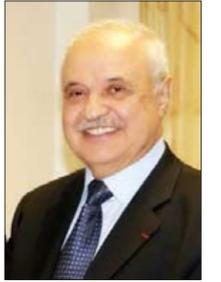
الخلل، فيما يرتفع عدد الطائرات التي تعاني من الخلل في الأجنحة نفسه في الدول الأخرى إلى 133 طائرة إن جي 179 طائرة ماكس، وفي بيان من بوينغ جاء في أعقاب بيان إدارة الطيران الفيدرالية، قالت الشركة إنه لم يتم إبلاغها عن أي مسائل تتعلق بالقطع والأجزاء المعطوبة فيها، وذلك في غضون 10 أيام، وفقاً لما ذكره موقع "سي إن بي سي" الإخباري. وقالت الإدارة إن تمكنت من تحديد 33 طائرة "بوينغ إن جي" ومثلها "ماكس" داخل الولايات المتحدة تعاني من هذا



إنشاء المركز الرئيسي لشبكة طلال أبوغزالة لتقديم خدمة الانترنت للبحث والتعليم

عمان - الفجر:

أعلن سعادة الدكتور طلال أبوغزالة، رئيس المنظمة العربية لشبكات البحث والتعليم (أسرن) عن إطلاق المركز الرئيسي لشبكة طلال أبوغزالة لتقديم خدمة الانترنت للبحث والتعليم (TAG-REN-HUB Education Network HUB) والتي تعتبر مركزاً رئيسياً للربط على شبكات البحث والتعليم المحلية والإقليمية وتوفير خدمة الانترنت للبحث والتعليم. وتم تشغيل الشبكة وتركيبها في العاصمة الأردنية عمان لتوفير عمليات الربط على كافة شبكات البحث والتعليم على مستوى العالم، ويدير المركز من قبل المنظمة العربية لشبكات البحث والتعليم وبدعم من طلال أبوغزالة العالمية. وتم تجهيز المركز بأفضل المعدات والتجهيزات التقنية عالية المستوى لتوفير أفضل أداء، وأعلى درجات ديمومة الخدمة وعدم انقطاعها من خلال أجهزة معرزة



بوحدات إضافية لتلافي أي انقطاع إضافة الى تركيب هذه التجهيزات في مكان آمن (Secure Data Center) مزود بأقصى درجات الحماية. ويرتبط المركز حالياً مع شبكات البحث والتعليم الإقليمية والعالمية من خلال نقطة التواجد الرئيسية للمنظمة العربية لشبكات البحث والتعليم والمتواجدة في لندن بالتعاون مع الشبكة الأوروبية للبحث والتعليم (GEANT). توجه الشبكة الشكر الجزيل للاتحاد الأوروبي على الدعم المتواصل لبناء الشبكة العربية للبحث والتعليم من خلال مشاريع الربط الأورومتوسطي والربط الأفريقي واللذان ساهما بشكل كبير في تطوير البنية التحتية للبحث والتعليم في المنطقة العربية. وقال سعادة الدكتور طلال أبوغزالة: "نحن فخورون بتقديم هذه الخدمة إلى مجتمعات البحث والتعليم في المنطقة العربية حتى يتمكنوا من الوصول إلى البنى التحتية الإلكترونية الإقليمية والعالمية التي ستمكّنهم من التعاون وتبادل المعرفة من أجل تحسين البحث العلمي والأنشطة التعليمية في المنطقة".

إنيوس تستثمر في مجمع بتروكيماويات سعودي

لندن-رويترز:

قالت شركة إنيوس التابعة للملياردير جيم راتكليف أمس إنها ستستثمر ملياري دولار لبناء ثلاثة مصانع ستكون جزءاً من مجمع للبتروكيماويات تطوره أرامكو السعودية المملوكة للحكومة وتوتال في المملكة. وقالت الشركة إن مصانع إنيوس ستكون جزءاً من مجمع بتروكيماويات تبلغ قيمته خمسة مليارات دولار يُطلق عليه اسم مشروع أميرال، يهدف إلى توريد مشتقات وكيماويات متخصصة بقيمة تزيد عن أربعة مليارات دولار. وقال جيم راتكليف رئيس مجلس إدارة إنيوس في بيان الإعلان عن الصفقة مع أرامكو وتوتال "سنجلب تكنولوجيا متقدمة لأنشطة المصنّب مما سيضيف قيمة ويخلق المزيد من الوظائف في المملكة. وذكرت شركة الطاقة والكيماويات أن المصانع ستحصل على مواد خام وطاقة تتمتع بمزايا تنافسية، فضلاً عن بنية تحتية لخدمة العملاء في المنطقة وآسيا. وإنيوس من أكبر منتجي اكريلونوتريل، وهي مادة سائلة تُستخدم في صناعة الألياف الصناعية وبولييمرات أخرى. وقالت الشركة إن أحد المصانع الثلاثة سيبتدئ هذه المادة.

15

جوائز بقيمة 4 مليون درهم و6 سيارات BMW في السحب النهائي للمهرجان

«رمضان الشارقة 2019» يواصل فعالياته... وأصداء إيجابية انعكست على عوائد ومبيعات تجار التجزئة

مساعدة المسق العام للمهرجان أن فعاليات المهرجان الترويجية حازت على اهتمام ورضا الجمهور وتجلت ذلك من خلال التفاعل اليومي الحامد واللافت مع مختلف الأنشطة التي نظمتها الغرفة ومراكز التسوق، وقال: إن اللجنة المنظمة للمهرجان أطلقت هذا العام لأول مرة مسابقة التصوير الفوتوغرافي لأجمل لقطة من فعاليات المهرجان وذلك في إطار سعيها الدائم لتقديم كل ما هو جديد والعمل أيضاً على استقطاب الجماهير والتواصل معهم بشكل أقرب، لافتاً إلى أن المسابقة التي يتم الاشتراك بها عبر منصات المهرجان التفاعلية في مواقع التواصل الاجتماعي، قد لاقت قبلاً وتفاعلاً كبيراً من جمهور المتابعين لحسابات مهرجان رمضان الشارقة، حيث تقوم اللجنة بالإعلان يومياً عن الفائزين بأجمل لقطة، الذين يتم ترشيحهم للدخول في سحب إلكتروني أسبوعي يحظى فيه الفائزون على جوائز قيمة وهدايا ثمينة..



الشارقة-الفجر:

أعرب عدد من ممثلي القطاعات الاقتصادية المشاركين في مهرجان رمضان الشارقة 2019 الذي تنظمه غرفة تجارة وصناعة الشارقة تحت شعار "هل رمضان وهلت المفاجآت" عن سعادتهم بالتأثير الإيجابي الذي انعكس على مبيعاتهم وحجم أعمالهم، حيث أظهرت المؤشرات الأولية بعد انقضاء أربعة أسابيع أصداء إيجابية انعكست بشكل كبير على العوائد والمبيعات التي ارتفعت نتيجة الزيادة في أعداد المتسوقين والسياح. وقال سعادة محمد أحمد أمين مدير عام غرفة تجارة وصناعة: إن مهرجان رمضان الشارقة هذا العام شهد إقبالاً كبيراً ومشاركة متميزة من قبل المراكز والمحلات التجارية، ويرجع ذلك بسبب القرارات الجديدة التي اتخذتها غرفة تجارة وصناعة الشارقة في سبيل دعم وتنشيط الحركة الاقتصادية في المنطقة الشرقية، ومن أهمها قرارها بإعفاء المحال التجارية بمختلف فئاتها في المنطقة الوسطى والشرقية من رسوم الاشتراك في المهرجان، وكان لهذا القرار أثره البالغ في إقبال المراكز والمحلات التجارية على المشاركة في المعرض، مؤكداً في هذا السياق مشاركة أكثر من 2000 مركزاً ومحلاً تجارياً في فعاليات المهرجان في مختلف مدن ومناطق الشارقة، محققين زيادة في الاشتراك المحال بنسبة وصلت إلى 80% عن المواسم السابقة.

مدير عام غرفة الشارقة: قرار الغرفة بإعفاء المحال التجارية من رسوم الاشتراك أعطى دفعة قوية للمعرض



مضيفاً أن اللجنة التنظيمية للمهرجان أعلنت في وقت سابق عن زيادة الجوائز الأسبوعية للمهرجان والتي تشمل على أجهزة محمولة، وقسائم مشتريات بقيمة 10 آلاف درهم، وذلك نتيجة الإقبال الكبير من قبل الجماهير على عمليات الشراء والتفاعل مع جميع السحوبات المتعددة، مؤكداً أن غرفة تجارة وصناعة الشارقة تحرص دائماً على توفير الإمكانيات والتسهيلات اللازمة لإنجاح المهرجان وتشرف على الحملات الترويجية المصاحبة له، وتقوم ببحث سبل دعم وتطوير قطاع تجارة التجزئة وما يرتبط به من أعمال وخدمات مع العتئين بشؤون القطاع.

من أبرزها إجراء سحوبات على 15 سيارة فاخرة والعديد من الجوائز العينية القيمة، إلى جانب التخفيضات التي تصل نسبتها إلى نحو 75% طوال أيام المهرجان على مختلف السلع والمنتجات.

وأرباح، حيث يمكن للمتسوقين الحصول على كوبون لكل عملة شرائية بقيمة 200 درهم، فضلاً عن قسائم مشتريات بقيمة 50 ألف درهم مقدمة من لاند مارك جروب، كما رصدت اللجنة التنظيمية للمهرجان بالتنسيق مع أكبر المراكز التجارية ومحال البيع بالجزء المشاركة جوائز قيمة للمتسوقين خلال فترة العروض

السحب النهائي للمهرجان على 6 سيارات BMW X1، كما رصد مجموعة كبيرة من الجوائز المميزة تشمل على 7 سيارات جيب رنجلر، وقسائم شرائية تصل قيمتها لغاية 500 ألف درهم بالإضافة إلى إقامات في فنادق 5 نجوم و تذاكر سفر من طيران العربية، فضلاً عن جوائز فورية عن طريق كوبونات امسح

زخماً أكبر، خاصة مع دخول الأسبوع الأخير من الشهر المبارك واقتراب عطلة عيد الفطر التي فاعل ومؤثر في تحفيز القطاعات الاقتصادية كافة، حيث انعكس ذلك على ارتفاع نسبة المبيعات في مراكز التسوق والأسواق العامة بنسبة وصلت إلى 90%، لافتاً إلى راشد الجسروان مدير إدارة العلاقات الاقتصادية والتسويق

في غرفة تجارة وصناعة الشارقة، منسق عام المهرجان أن هذه الحملات الترويجية تسهم بشكل فاعل ومؤثر في تحفيز القطاعات الاقتصادية كافة، حيث انعكس ذلك على ارتفاع نسبة المبيعات في مراكز التسوق والأسواق العامة بنسبة وصلت إلى 90%، لافتاً إلى راشد الجسروان مدير إدارة العلاقات الاقتصادية والتسويق

وخارجها، وعبر توفير السلع ومستجبات العلامات التجارية بأسعار مغرية بما يحفز الزوار على الشراء.

الحملات الترويجية تحفز القطاعات الاقتصادية من جانبه اعتبر سعادة إبراهيم راشد الجسروان مدير إدارة العلاقات الاقتصادية والتسويق

عودة الكهرباء بعد انقطاعات المنطقة الجنوبية بالسعودية



الخدمة مرة أخرى. وأوضحته الشركة، أنه خلال عملية إعادة محطة الشقيق وربطها بالشبكة، حدث عطل فني على أحد المولدات، مما تسبب بفصل جزء من الأحمال مساء أمس، وذلك لحماية النظام الكهربائي، وتلا ذلك إعادة الشبكة وإصلاح كافة الأعطال، مشيرة إلى أن الشبكة تعمل الآن بشكل طبيعي. وأعدت "السعودية للكهرباء" شديدة اعتدائها وأسفها مرور مشتركها في المنطقة الجنوبية العزيزة بهذه التجربة، مؤكدة حرصها على تعزيز موثوقية الشبكة والخدمة المقدمة لهم.

المحطات الكبرى عن الخدمة، وتأثر بعض المحطات الفرعية بها تبعاً لترابط الشبكة. وذكرت الشركة السعودية للكهرباء أن الفرق الميدانية من مهندسي وفنيي الشركة عملت على مباشرة معالجة هذه الانقطاعات بطاقتها القصوى، وتمكنت من إعادة الخدمة تدريجياً للمناطق المتأثرة منذ بدء الانقطاعات، حتى اكتملت الإعادة، اليوم الاثنين، للمستهلكين. وكانت الخدمة الكهربائية قد عادت أولاً، صباح السبت الماضي، ومن ثم انقطعت الساعة الواحدة بعد الظهر، بسبب عطل في محطة الشقيق البخارية وخروجها عن

الرياض-وكالات: أعلنت الشركة السعودية للكهرباء، أمس الاثنين، عودة الخدمة الكهربائية للمستهلكين بالمنطقة الجنوبية المتأثرين بالانقطاعات التي شهدتها بعض المحافظات والمدن والقرى في مناطق عسير وجازان ونجران والباحة وبعض المحافظات في الجزء الجنوبي الغربي من منطقة مكة المكرمة. وقالت وكالة الأنباء السعودية إن الانقطاعات حصلت نتيجة الانقلابات الجوية والرياح الشديدة، التي تسببت في سقوط أبراج نقل جهد عالي، تلاها خروج إحدى

هواتف الجيل الخامس المتوفرة حالياً في الدول العربية



الشهر الحالي على أن يتوفر في الأسواق الأخرى خلال فترة قريبة.

بدأت الهواتف الحديثة الداعمة لاتصال الجيل الخامس 5G بالوصول إلى مختلف الأسواق العالمية، بالرغم من أن تغطية الجيل الخامس ما زالت محدودة نسبياً على مستوى العالم. الهواتف الحديثة الداعمة لشبكات الجيل الخامس: OPPO Reno 5G أول هاتف يدعم الجيل الخامس يتم طرحه تجارياً في السوق الأوروبية، وستقوم الشركة ببيعه عن طريق شركة الاتصالات السويسرية Swisscom. Samsung Galaxy S10 5G بنفس مواصفات Galaxy S10+ مع فارق أنه يدعم ترددات شبكة الجيل الخامس إضافة إلى فوارق في الشاشة والبطارية والكاميرات. الهاتف متاح حالياً للبيع في الولايات المتحدة وكوريا الجنوبية لكن من المتوقع أن يصل سريعاً إلى بقية أجزاء العالم. ZTE Axon 10 Pro 5G يعتبر من أول هواتف الجيل الخامس التي وصلت رسمياً إلى الشرق الأوسط عبر شركتي "إصالات" و"دو" في الإمارات. OnePlus 7 متوفر حالياً في بريطانيا كأول هاتف جيل خامس هناك، مع المتوقع توفره عالمياً خلال فترة قصيرة. LG V50 ThingQ 5G الهاتف متوفر الآن في الولايات المتحدة وسيوفر للبيع في بريطانيا خلال أيام ثم ستبعت ذلك توفر الهاتف في أسواق العالم الأخرى. Mate 20X و Huawei Mate X سيتوفر الهاتفان للبيع خلال الشهر الجاري بسعر يُعادل حوالي 2600 دولار لـ Mate X وحوالي 1250 دولار لـ Mate 20X. Xiaomi Mi Mix 3 5G من المفترض أن يتوفر الجهاز للبيع في أوروبا بدءاً من

الذهب يبلغ أعلى مستوى في شهرين

عواصم-رويترز:

الذي اصطدم فيه البلدان بشأن التجارة والتكنولوجيا والأمن. وفي مؤشر على النزاعات الصينية الأمريكية تلقى ضغط كبير على الاقتصاد العالمي، أظهرت بيانات رسمية يوم السبت أن صادرات كوريا الجنوبية انخفضت لتتقارب الأسعار الذي أشار إلى انخفاض قدره 5.6 بالمئة. ودفعت قائمة الأفاق المتعاملين على زيادة رهاناتهم على أن مجلس الاحتياطي الاتحادي (البنك المركزي الأمريكي) سيخفض أسعار الفائدة عاجلاً وليس آجلاً. وتجاوزت أسعار الذهب المستوى الرئيسي البالغ 1300 دولار للمرة الأولى منذ أبريل-نيسان يوم الجمعة. وبالنسبة للمعادن النفيسة الأخرى، ارتفعت الفضة 0.2 بالمئة إلى 14.59 دولار للأوقية، وزاد البلاتين واحداً بالمئة إلى 799.25 دولار للأوقية، بعد أن نزل الأسبوع الماضي لأدنى مستوياتها منذ 15 فبراير شباط عند 784.42 دولار للأوقية. وارتفع البلاديوم 1.1 بالمئة إلى 1338.24 دولار للأوقية.

ارتفعت أسعار الذهب أمس لأعلى مستوى في أكثر من شهرين في الوقت الذي أثار فيه تصاعد التوترات التجارية بين الصين والولايات المتحدة وتهديد واشنطن بفرض رسوم جمركية على المكسيك المخاوف بشأن حدوث ركود عالمي ودفع المستثمرين صوب المعدن الذي يعتبر ملاذاً آمناً. وبحلول الساعة 06:27 بتوقيت جرينيتش، ارتفع الذهب في المعاملات الفورية 0.5 بالمئة إلى 1311.24 دولار للأوقية (الأونصة) بعد أن لاسم أعلى مستوياته منذ 27 مارس آذار عند 1312.60 دولار للأوقية. وزادت العقود الأمريكية الآجلة للذهب 0.4 بالمئة إلى 1316.20 دولار للأوقية. ونزلت العقود الآجلة للأسهم الأمريكية وأسواق الأسهم الآسيوية وأسعار النفط لأدنى مستوى في عدة أشهر في ظل تنامي التوترات التجارية، وتصاعدت التوترات بين الولايات المتحدة والصين خلال نهاية الأسبوع في الوقت

الذهب يبيع أعلى مستوى في شهرين





16

ختام مميز لسيدات بطولة شرطة رأس الخيمة للرمية



رأس الخيمة-الفجر
شهد المقدم فهد عبد الله بن جمعة رئيس قسم الأنشطة الرياضية والاجتماعية واللقب سيف راشد يهيمور مدير فرع نادي ضباط الشرطة والملازم أول طارق محمد الحمادي مدير فرع الأنشطة الرياضية ختام بطولة شرطة رأس الخيمة للرمية سيدات التي نظمتها إدارة الإعلام والعلاقات العامة قسم الأنشطة الرياضية والاجتماعية ضمن خطة القسم الداخلية خلال عام 2019 واهتماماً بالعنصر الشرطي النسائي خلال شهر رمضان المبارك في تعزيز دورها في بناء القدرات البدنية والمحافظة على اللياقة الذهنية والاستعداد الدائم بجانب إبراز المهارات التي يتمتعن بها حيث تظل رياضة الرماية من أهم الرياضات الشرعية التي تعزز من قدرات العاملات وتنمي مهاراتهن وتحفز ملكاتهم فوق

ما تدعمه من الترابط والتلاحم وتمتين أواصر العلاقة والزمالة المهنية بين عناصر الشرطة من كافة الرتب حيث شهدت البطولة منافسات قوية بين المتسابقات والتي أسفرت نتائجها على حصول مدني ميثه حسن الرفاعي على المركز الخامس وحصلت على المركز الرابع ملازم أول عبده سعيد الشحي وجاءت في المركز الثالث عريف موزة سعيد النقيب بينما حصلت شرطي أول فاطمة سعيد النعيمي على المركز الثاني وتوجت بلقب البطولة والمركز الأول مساعد أول منى ناصر الغافري .

أكد أن نادي رأس الخيمة يملك معطيات التطور

سالم المفتول: دعم القيادة الرشيدة يعزز طموحات «أصحاب الهمم»

المختلفة. وأوضح أن المشاركة في الفعاليات الرماضية كانت إيجابية من خلال بطولة كرة القدم لأصحاب الهمم برعاية غرفة تجارة رأس الخيمة، فضلاً عن تكريم أعضاء النادي من المتميزين، إلى جانب الفعاليات التي نظمتها النادي السوداني برأس الخيمة لتكريم أصحاب الهمم الذين عكسوا صورة رائعة من التحدي ومواجهة الإعاقة بالعزيمة والمثابرة والروح العالية والانتقال إلى الواقع المشرف في الفترة المقبلة، وفعالية التسامح.

رأس الخيمة في عام التسامح، مشيراً إلى أن التطور الذي شهده النادي في الفترة الماضية كان نتيجة طبيعية لهذا التقدير المشرف لأصحاب الهمم، الأمر الذي يعزز تطوراتهم وطموحاتهم لأجل الوصول إلى أفضل المراكز على مستوى المنافسات المختلفة. وأشار المفتول إلى رغبة النادي في تأكيد وجوده المشرف في الموسم المقبل من خلال التفاعل والمشاركة مع الفعاليات الرياضية المختلفة وذلك لتعزيز قدراته ورفع مستوى



تدريبات أردنية- إماراتية مشتركة في الجوجيتسو

غريزمان يقود فرنسا لفوز ودي على بوليفيا



قاد أنطوان غريزمان الذي قرر ترك فريقه أتلتيكو مدريد الإسباني دون أن يعلن حتى الآن عن وجهته المقبلة، المنتخب الفرنسي بطل العالم إلى الفوز على ضيفه البوليفي 2-صفر في نانت، وذلك في مباراة ودية تدخل ضمن استعدادات بلاده لتصفيات كأس أوروبا 2020 والضيوف لكوبا أميركا 2019.

وكان غريزمان خلف الهدف الأول الذي سجله توما ليمار لفريق المدرب ديديه ديشان بتمريرة رائعة (5)، قبل أن يضيف بنفسه الثاني وأخر الشوط الأول بعد تمريرة عرضية من بول بونغا أربكت الدفاع البوليفي الذي فشل في إبعاد الكرة، فسقطت أمام غريزمان الذي تابعها في الشباك (42)، رافعا رصيده إلى 29 هدفاً بقميص «الديوك». وقد تعكرت فرحة أبطال العالم بهذا الفوز الودي بعد إصابة نجم باريس سان جرمان كيليان مبابي في كاحله الأيسر، ما اضطر ديشان إلى استبداله خلال استراحة الشوطين بوسام بن بيدر. وتحتضر فرنسا لسفر إلى تركيا من أجل مواجهتها السبت المقبل في الجولة الثالثة من منافسات المجموعة الثامنة لتصفيات كأس أوروبا 2020، والتي يتصدرها أبطال العالم بنفس عدد نقاط (6) مضيفهم التركي الذي تغلب بدوره الأحد على نظيره الأوزبكستاني بهدفين أيضاً سجلهما مهمت زكي تشيليك، قبل لقاء أندورا بعدها بأربعة أيام. أما بوليفيا، فتحتضر لخوض كوبا أميركا لمنتخبات أميركا الجنوبية حيث تفتتح البطولة في 15 الشهر الحالي ضد البرازيل المضيفة ضمن المجموعة الأولى التي تضم البيرو وفنزويلا.

تم تحديثها أو شيدت من الصفر لاستضافة النهائيات القارية. باستثناء الأندية الثلاثة الكبرى بنيفيكا وبورتو وسبورتينغ التي استغادت إلى أقصى حد من ملاحظها الجديدة لتحسين تجربة المتفرج، والاستفادة من عائدات شباك التذاكر حسب دانيال سا، فإن تبعات الاستثمار كانت ثقيلة جداً بالنسبة للأندية الأخرى مثل فارو وليريا وأفييرو، و«سطية» بالنسبة لأندية مثل غيمارايش وبراجا وبوافيستا. وعلى الرغم من الوضع الجيد للمنتخب الوطني على صعيد البطولات الدولية والقارية، والنجوم الذين يتنافسون مع الأندية الأوروبية الكبرى، فإن وضع الأندية البرتغالية ليس في أفضل حالاته واللقب الأخير من أصل أربعة توجت بها في دوري أبطال أوروبا، يعود إلى عام 2004 حين أحرزه بورتو بقيادة مورينيو. وتبذل الأندية «الثلاثة الكبرى» الكثير من الطاقة في قتالها الداخلي، متغذية في الغالب بالجدل الدائر حول التحكيم أو القضايا القضائية العديدة التي تتعلق بها، والتي تجعلها بعيدة كل البعد عن «الاتحاد المقدس» الذي يصاحب عادة استضافة أي بلد بطولة دولية كبرى...



التدريب الممتاز للاعبينا ومدربينا. اليوم، يعمل الاتحاد بشكل ملفت جداً على تعزيز ذلك. ويقر فرناندو سانتوس أيضاً بالعمل «الممتاز» الذي طوخته الأندية من ناحية التدريب، موضحاً «في السابق، أنشأت ثلاثة أو أربعة أندية فقط مراكز تدريب، واليوم إنها موجودة عند الجميع»، ما عزز العوامل التي جعلت من البرتغال «مرجعية عالمية في كرة القدم». لكن ليست كل الأمور ودية، فنتائج نهائيات كأس أوروبا 2004 لم تشمل ثمارها الإيجابية للجميع في ما يتعلق بالمنشآت والملاعب التي

وأشاد المدرب التونسي الذي سبق له المشاركة في دورتين أولمبيتين برياضة الجودو عامي 1996 و2000 - بمركز الإعداد الأولي والخدمات التي يوفرها للاعبين الأردنيين من رياضات عدة، كما أشاد بمستوى المنتخب الأردني، مشيراً إلى أن رياضة الجوجيتسو في الأردن تحظى بسمة طيبة على مستوى العالم. وأضاف: المنتخب الأردني من أفضل المنتخبات على مستوى العالم ولعل الإنجازات الأخيرة

البرتغال تلتقي سويسرا بنصف نهائي الأمم الأوروبية

تستعد البرتغال لاستضافة المربع الذهبي للنسخة الأولى من دوري الأمم الأوروبية اعتباراً من الأربعاء وهي بهالة مختلفة تماماً عما كان عليه الوضع عندما استضافت البطولة الكبرى الأخيرة على أرضها، نهائيات كأس أوروبا 2004. تلتقي البرتغال الأربعاء مع سويسرا في المباراة الأولى من الدور نصف النهائي للبطولة القارية التي استحدثت من أجل أن تحل بدلا من المباريات الودية، وفي صفوفها لاعب متوج بلقب أفضل لاعب في العالم خمس مرات ويلقب دوري أبطال أوروبا خمس مرات أيضاً بشخص قائدها كريستيانو رونالدو. كان لاعب يوفنتوس الإيطالي الحالي وريال مدريد الإسباني السابق شابا يافعا عندما استضافت بلاده نهائيات كأس أوروبا 2004 التي وصلت فيها إلى المباراة النهائية قبل أن تسقط في المتر الأخير أمام اليونان، مفرطة بفرصة إحرازها للقب الأول لها إن كان على الصعيد القاري أو العالمي. لكن البرتغاليين تخلصوا أخيراً من عقدة البطولات الكبرى بتتويجهم أبطالا للقرعة الحوزوز عام 2016 بفوزهم في نهائي كأس أوروبا على فرنسا المضيفة التي توجت بعدها بعاميين في مونديال روسيا بلقبها العالمي الثاني.

وتدين البرتغال بالتخلص من هذه العقدة إلى مدربيها فرناندو سانتوس الذي رأى أنه «خلال الأعوام العشرين الأخيرة، شاركت البرتغال على الدوام في البطولات الدولية، ومنذ أن توليت المهمة عام 2014 وصلنا إلى الأدوار النهائية لهذه البطولات. هذا الأمر يقول الكثير عن قيمة اللاعبين والمدربين البرتغاليين، لكن أيضاً عن العمل الذي قام به الاتحاد (البرتغالي لكرة القدم)». من البيديهي أن وجود نجم عالمي مثل رونالدو تسبب بتغيير عقلية كرة القدم البرتغالية التي لم تعد تخفي طموحاتها، وإلى جانب الكرات الذهبية الخمس التي نالها «سي آر 7»، شهدت البرتغال ولادة أفضل لاعبين في العالم في كرة الصالات (ريكاردينو) وفي كرة القدم الشاطئية (مادير). من المستحيل أيضاً أن يتم تجاهل حالة وتأثير «المدرّب المميز» جوزيه مورينيو الذي ترك أثراً واضحاً في كرة الأندية الأوروبية، ما حيا بذلك الصورة النمطية للمدربين البرتغاليين الذين لطالما كانوا مهمشين ومبعدين عن الأندية الأوروبية الكبرى. وهناك أيضاً شخص برتغالي فاعل ومؤثر جداً على صعيد الأندية

إنجاز لرياضة الجمباز الأردنية

•• كوبر-سلوفينيا-الفجر

حقق لاعب المنتخب الأردني للجمباز أحمد أبو السعود إنجازاً غير مسبوق لرياضة الجمباز الأردنية وذلك خلال مشاركته في كأس العالم للتحدي والتي جرت في مدينة كوبر السلوفينية خلال الفترة من 30 مايو الماضي إلى 2 يونيو الجاري. وتمكن أبو السعود في تنفيذ

حركة جديدة على جهاز المقابض، وقد أقرت لجنة الحكام عقب نهاية البطولة إدراج هذه الحركة باسمه. ومن المقرر أن تعقد لجنة الحكام التابعة للاتحاد الدولي للجمباز اجتماعها في أغسطس المقبل ليم إدراج حركة أحمد أبو السعود في القانون الدولي للجمباز وسيتم تعميمها على جميع الاتحادات الوطنية. وكان أحمد أبو السعود قد تأهل أيضاً إلى

النهائي على جهاز المقابض بحصوله على المركز الثاني من بين 33 لاعباً شاركوا في المنافسات لكن الحظ لم يحالفه في النهائي للحصول على ميدالية. وهنأت صاحبة السمو الملكي، الأميرة رحمة بنت الحسن، اللاعب بإنجازته التي وصفته بالالفن والمميز، وأعربت عن فخرها وفخر أسرة اتحاد الجمباز بهذا الإنجاز.



في النمسا ثاني محطاته الخارجية

مربط دبي يعانق المركز الأول بثلاثية ذهبية



•• ويلز-النمسا-الفجر

المركز الأول بثلاثة ألقاب ذهبية هي حصيلة مربط دبي للخيول العربية في بطولة ويلز لجمال الخيل العربية التي شهدتها مدينة ويلز التنسوية واختتمت فعاليات مساء أول أمس الأحد. وقد استأصد الإنتاج المحلي لمربط دبي في منافسات شرسة تبارت فيها أجمل الخيول التي شاركت بها كوكبة من المربين العالميين الكبار. وكان الإنتاج الجديد لكل المربين، أقوى رهاناتها لترجمة قوتها الإنتاجية النوعية، وتسجيل بصمة المهور والمهترات في سجلات البطولات الدولية خلال الموسم الخارجي لبطولات جمال الخيل العربي؛ موسم ترفع حراته التنافسية ولا يلفظها سوى الذهب واعتلاء



العام الجاري المهر دي شخاط ابن الفحل الأممي دي خطاف والفرس دي شيرين، والذي خطف باقتدار ذهبية المهور بمر السنته. وثانيها المهرة دي عسلية ابنة أسطورة الإنتاج العالمي المعاصر الفحل إف إيه إل رشيم والفرس إيلي فلانينكا، التي ارتشفت ذهبية المهرات بمر السنته. وثالثها المهرة البطلة دي سينية ابنة الفحل المتميز إف إيه إل رشيم أيضاً والفرس رويال أميرة، والتي استطاعت توقيع بصمتها الذهبية بين المهرات الياضعة بعدما نالت

مربط دبي أبرز صانعيها بامتياز خلال السنوات الأخيرة، والتي رسخ فيها قوته وجبروته الجمالي، خاصة بإنتاج الفحل الأسطوري إف إيه إل رشيم الذي اكتسح مجال صناعة الأبطال كما ونوعاً في كافة البطولات محلياً وعالمياً. وقد كانت آخر محطات إنجازات إنتاجه بطولة براغ الدولية قبل أيام بثلاثية ذهبية لكل من المهرة دي شملة والمهر دي شام.

الجديد، أسهمه الذهبية في بطولة ويلز الدولية لجمال الخيل العربية، بعد أن حقق في نسخة العام الماضي ثنائية ذهبية فضية ثلاثية خيول من أبناء "رشيم"؛ وهي على شلال والمهر دي بارق، مما جسد قوة التوالي المهرة دي نواصي والمهر دي المشهد الإنتاجي الراسخ لمربط دبي في بطولة ويلز.

بالإنجاز الذهبي الثلاثي مؤكداً أن قوة المشاركة الدولية من المربط الكبرى المعروفة بجودة الإنتاج، ومستوى عالياً من الإشارة. وقال المحلي ضالته في قوة هذه البطولة، "لقد وجدت إنتاجاً عالمياً جديداً بقوة نجاح الإنتاج المحلي للمربط. وأكد المرازيق أن الفحل إف إيه إل رشيم يواصل قيادة الجودة العالمية للإنتاج الجديد من الخيول العربية، وهو يصنع تاريخاً جديداً لجمالها وأصلاتها.



وعلامته الكاسحة التي استمدت بريقها من تراكم النتائج الجيدة والإنجازات القياسية منذ سنوات، وانعكاسات ذلك على المشهد العالمي للتطور النوعي للخيول العربية الأصيلة.

المرازيق؛ تاريخ جديد بدوره عبر عبد العزيز المرازيق المدير التنفيذي لمربط دبي، عن سعادته بالنتائج المتميزة التي حققها المربط في بطولة وصفها بأنها من أقوى البطولات الدولية وأجملها. واعتبر الإنجاز الثلاثي احتفالاً عالمياً جديداً بقوة نجاح الإنتاج المحلي للمربط. وأكد المرازيق أن الفحل إف إيه إل رشيم يواصل قيادة الجودة العالمية للإنتاج الجديد من الخيول العربية، وهو يصنع تاريخاً جديداً لجمالها وأصلاتها.

تفاعل كبير مع ملتقى النادي السوداني لأصحاب الهمم

•• رأس الخيمة-الفجر

أكدت المشاركات في الملتقى النسائي الذي نظمه النادي السوداني برأس الخيمة تحت شعار "أصحاب الهمم والتسامح" أن الرعاية والاهتمام والدعم لفئة أصحاب الهمم من القيادة الرشيدة وأصحاب السمو الشيوخ مهد الطريق لأداء دورهم الطبيعي في المجتمع لأنهم يمثلون جزءاً مهماً منه لا ينفصل عن مكوناته في عام التسامح والمبادرات الإنسانية، إلى جانب أن المجتمع يستمد من "فرسان الإرادة" التحدي والمثابرة والقدرة على تجاوز كل الظروف لأجل وضع بصمة مميزة وقالت عائشة الزعابي، عضو مجلس إدارة نادي الجزيرة الحمراء، مدير روضة الغدير إن اهتمام الدولة بأصحاب الهمم وتوفير الحياة الكريمة لهم ودعمهم في المجتمع مثلاً يحتذى على مستوى العالم بإنسانيتها راسخة ووضعت لثباتها الأولى المغفور له بإذن الله، الشيخ زايد بن سلطان



آل نهيان، طبيب الله ثراء، موضحة وأوضحت عائشة الزعابي أنها تعلمت الكثير من الأمور المهمة في كيفية تلبية رغبات أصحاب الهمم والتعامل معهم وتوفير جميع المعطيات المطلوبة لهم والتاريخ في بروز العديد من نجوم الكرة البحرينية وباقي الألعاب الرياضية، حيث كانت تشكل الفرسان المبع الأساس لتصوير المواهب والخامات المتميزة.

الفغير وذلك بالوعي الرائع والتحدى لمواجهة واقعها المرتبط بالإعاقة من خلال المشاركة في الأنشطة بالحوية والابتهامة والطموح والهمة العالية لدرجة أنها أصبحت قائدة للطلاب في أداء النشيد الوطني في الطابور

الصباحي ووصفت فاطمة البلوشي إعاقته بأنها تمثل مدرسة كبيرة تتعلم منها الدروس والعبر في الاندماج مع فئات المجتمع وتستمد منها الثقة والصبر والمثابرة خصوصاً أنها تستطيع أن تفعل كل شيء

بسعادة كبيرة لا محل خلالها لتأثير الإعاقة على تطوراتها للوصول إلى الأهداف التي تسعى إليها، موضحة أن تسعى لتأكيد وجودها في المجتمع من خلال المشاركة في كل الفعاليات الاجتماعية والرياضية وتوزيع

الوجبات الغذائية في الشوارع بهدف تعزيز رغبة فئات أصحاب الهمم وتشجيعهم لتأكيد حضورهم المشرف في المجتمع. وأشارت انتصار الزعابي، عضو مجلس إدارة نادي رأس الخيمة للشطرنج إلى أن المرأة

اضطلعت بدور كبير في التفاعل مع أصحاب الهمم لأداء دورهم الطبيعي في المجتمع خصوصاً أن أصحاب الهمم يحملون على عاتقهم عكس الصورة المشرفة عن الدولة من خلال الحرص على المشاركة الإيجابية في جميع الفعاليات والأنشطة. ونوهت الهندسة ريم فيصل عباس، مديرة مركز متميزون للتعليم والتدريب إلى أن التسامح ثقافة متجذرة في عمق وجدان الشعب الإماراتي في دولة سباقه دائماً في ميادين التميز وإرساء القيم

الإنسانية وتبني المبادرات المبدعة والمهمة في مجال التميز والعتاء الإنساني، بينما أشارت فاطمة يحيى، أمين السر بفرق سرفاء الخير التطوعي إلى أن التسامح قيمة رائعة من مبادئ دولة الإمارات التي منحت أصحاب الهمم فرصة عظيمة لعكس الوجه المشرف من خلال الصورة المتميزة والمعبرة عن القيم الراسخة والمستمدة من أصحاب السمو الشيوخ. موضحة أن التسامح رسالة عظيمة تحتشد بالقيم والمبادئ لكل العالم وتعكس إنسانية هذه الدولة. وأشارت زينب عبدالله الخليفي، إدارية منتخب كرة القدم للسيدات في نادي رأس الخيمة لأصحاب الهمم إلى الجهود الكبيرة التي يقوم بها النادي لتوفير الأجواء الإيجابية أمام اللاعبين واللاعبات وتعزيز الدور المميز في خدمة هذه الفئة وسط أجواء التسامح في الدولة التي قدمت صورة معبرة للعالم من خلال استحداث وزارة التسامح هي الأولى من نوعها على مستوى العالم.

الأولمبية البحرينية تشمن مبادرة ناصر بن حمد بإنشاء 100 ملعب بفرجان البحرين

•• النمامة-الفجر

أشاد الأمين العام للجنة الأولمبية البحرينية محمد النصف بمبادرة سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة رئيس المجلس الأعلى للشباب والرياضة، بإنشاء 100 ملعب بفرجان البحرين والتي تعد امتداداً لمبادرات سموه الرائدة للارتقاء بالحركة الشبابية والرياضية. وأكد النصف أن مبادرة الشيخ ناصر المنبثقة من البرنامج الوطني لتطوير القطاع

الشبابي والرياضي "استجابة" ستسهم في إحياء ملاعب الفران من جديد وإتاحة الفرصة أمام الأطفال والنشأة لممارسة مختلف الألعاب الرياضية التي تتناسب مع ميولهم ورغباتهم في بيئة مثالية وآمنة. وأشار إلى أهمية ملاعب الفران على مر الأزمنة والتاريخ في بروز العديد من نجوم الكرة البحرينية وباقي الألعاب الرياضية، حيث كانت تشكل الفران المبع الأساسي لتصوير المواهب والخامات المتميزة.

وأوضح النصف بأن المبادرة تحمل في طياتها العديد من الأهداف المتميزة والتي تصب في صالح تطور الرياضة البحرينية، حيث أن توفير 100 ملعب في الفران فكرة رائدة ستشكل نقلة نوعية في مسيرة الرياضة البحرينية لما تشكله تلك الملاعب من بيئة خصبة لاكتشاف المواهب ورفع الأندية والمنتخبات الوطنية بأفضل اللاعبين، كما أنها تسهم في توجيه الشباب نحو ممارسة النشاط البدني بصورة عامة

وجعل الرياضة أسلوب حياة بهدف تعزيز الصحة النفسية والجسدية للأفراد، بالإضافة إلى الأبعاد الاجتماعية الأخرى للمبادرة من خلال تعزيز الروابط والعلاقات المتينة بين أبناء تلك الفران. كما أشادت سعادة الشيشة حياة بنت عبد العزيز آل خليفة عضو خلية لاكتشاف المواهب ورفع الأندية والمنتخبات الوطنية بالعديد من المعاني والقيم النبيلة تجاه أبناء المجتمع وبالأخص فئة البراعم والنشأة لما لها من



انعكاسات إيجابية على تطوير الحركة الشبابية والرياضية.

«يويفا» يستعين بـ«الفار» في دوري الأمم

قال الاتحاد الأوروبي لكرة القدم (يويفا) أمس الاثنين إنه سيستعين بتقنية حكم الفيديو المساعد في نهائيات دوري الأمم في البرتغال هذا الأسبوع. واستخدمت هذه التقنية في كأس العالم 2018 في روسيا، وفي أواخر خروج المغلوب في دوري أبطال أوروبا هذا الموسم. وسيتم الاستعانة بها في الدوري الإنجليزي الممتاز وأطلق الاتحاد القاري تدريبات منتخبات البرتغال وإنجلترا وسويسرا وهولندا على كيفية استخدام هذه التقنية في أبريل "نيسان" الماضي، ورحب مدرب إنجلترا، غاريث ساوثغيت، باستخدامها. وقال ساوثغيت: "لا يوجد نظام يعمل بنسبة مئة في المئة، لكنه نجح في تصحيح أخطاء رئيسة واضحة، إجمالاً اتخذ هذا النظام في النهاية القرارات الصحيحة". والانتقاد الرئيس الذي يوجه لهذا النظام هو الوقت

الذي يستغرقه لمراجعة القرارات التحكيمية، إضافة إلى أن الجماهير الموجودة في الملعب لا تدري ما يدور حولها بينما يراجع الحكم إعادة الفيديو على جانبي الملعب. وقال مدرب هولندا، رونالد كومان، إن "هذا النظام لديه مساحة للتحسن.. يساعد حكم الفيديو المساعد في اتخاذ قرارات أكثر عدالة وتصحيح معظم الأخطاء وهو بالطبع أمر طيب". وتابع مدرب هولندا: "لكننا نعرف جميعاً أن الجدل لن يتوقف لأن الناس يفسرون القرارات بأكثر من طريقة.. أؤيد استخدام هذه التقنية لتصحيح الأخطاء الكبيرة والواضحة فقط بدلاً من مراجعة كل خطأ محتمل". وستلعب إنجلترا مع هولندا في الدور نصف النهائي لدوري الأمم في 6 يونيو "حزيران" الجاري، بعد يوم من مواجهة البرتغال وسويسرا في مباراة الدور نصف النهائي الأخرى.

من الأقرب للتتويج بالكرة الذهبية؟

وهو الأكثر استحفاً للكرة الذهبية هذا الموسم. وقال الهولندي بعد نهائي دوري الأبطال: "أعتقد أن ميسي هو أفضل لاعب في العالم.. يجب أن يفوز بجائزة الكرة الذهبية.. لذلك أنا لا أفكر بها.. لكن إذا فزت، فسأخذها.. لكن أعتقد يجب منحها لميسي.. إنه الأفضل في العالم، سواء كان في النهائي أم لا.. يذكر أن ميسي هو هداف دوري الأبطال أوروبا برصيد 12 هدفاً، كما حقق الحذاء الذهبي ببارق 3 أهداف عن المهاجم الفرنسي كيليان مبابي، وتوج بلقب هداف الدوري الإسباني في الموسم الماضي، وكذلك حقق اللقب مع ناديه برشلونة وتمكن من تسجيل 51 هدفاً في 50 مباراة.

ويتمكن صلاح تعزيز حظوظه في السباق على الكرة الذهبية، حال تمكن من قيادة منتخب بلاده للتتويج ببطولة أمم أفريقيا لكرة القدم، التي تنطلق خلال الأيام القليلة المقبلة. كما نجد زميل صلاح في ليفربول، المدافع الهولندي فرجيل فان دايك، الذي اختير كأفضل لاعب في الدوري الإنجليزي الموسم الماضي، كما حصل على جائزة أفضل لاعب في نهائي دوري أبطال أوروبا. وقدم فان دايك أداءً مميزاً منذ بداية الموسم، وساهم في الحفاظ لليفربول على نظافة شبابه في 22 مباراة في الدوري، و6 في دوري أبطال أوروبا، منها النهائي ضد توتنهام (0:2).

ولكن صخرة دفاع ليفربول يرى أن ميسي أفضل لاعب في العالم حالياً ورونالدو، الذي بجعبته 5 كرات ذهبية هو الآخر. ولكن ميسي وقف مذهولاً أمام العودة التاريخية التي حققها لليفربول أمام برشلونة في أنفيلد بمباراة الإياب، إذ تمكن "الريدز" من إحراق هزيمة مؤلمة بالنادي الإسباني، وتوقف عليه برياعة نظيفة. ويتتويج لليفربول بدوري الأبطال للمرة السادسة في تاريخه، برز اسم النجم المصري محمد صلاح، كواحد من أبرز المرشحين للحصول على الجائزة، نظراً للدوري الكبير الذي لعبه في تتويج "الريدز". كما أن "الفرعون" المصري تمكن من تصدر قائمة هدافي الدوري الإنجليزي الممتاز للعام الثاني على التوالي، بعد تسجيله 22 هدفاً.

قبل أسابيع قليلة على نهاية الموسم، كان كان الطريق مههداً للنجم الأرجنتيني ليونيل ميسي نحو الظفر بالكرة الذهبية السادسة في تاريخه، لكن تتويج لليفربول الإنجليزي بدوري أبطال أوروبا بعشر أوراق الترشيحات من جديد، وفتح الباب أمام تكهنات جديدة. وانتهالت الصحافة الإسبانية في مايو "أيار" الماضي، وبالتحديد بعد مباراة إياب نصف نهائي دوري أبطال أوروبا، بالمدح على ميسي، بعد أن قاد فريقه للفوز باللقاء على لليفربول بنتيجة 3-0. وأعاد البرسا مرة أخرى لنهائي البطولة الأعلى بين أندية أوروبا. وحتى تلك المباراة، كان ميسي يقدم أداءً استثنائياً مع برشلونة في الدوري الإسباني ودوري الأبطال، وبدأ الحديث حينها عن اقتراب قبضته من

إرث رونالدو في ريال مدريد يزرع هازارد



فيما اقترب ريال مدريد بنسبة كبيرة من حسم صفقة نجم تشيلسي إيدن هازارد في فترة الانتقالات الصيفية، ذكرت تقارير صحافية أن النجم البلجيكي يتحتم عليه الآن التنازل عن قميصه المفضل، الذي اشتهر به منذ عدة سنوات. وأصبح انتقال نجم تشيلسي، إيدن هازارد إلى ريال مدريد، في فترة الانتقالات الصيفية مسألة وقت ليس إلا، إذ يريد مدرب "البيزنطيين" زين الدين زيدان، تعزيز كتيبته الكروية بالنجم البلجيكي، الذي ينشر سحره الكروي باستمرار أينما حل وارتحل.

ويرغب هازارد بشدة في الانتقال إلى ريال مدريد، إذ يدرك النجم البلجيكي أن حمل قميص فريق العاصمة الإسبانية، قد يساعده في الفوز بالمزيد من الألقاب الجماعية والفردية، ومن بينها جائزة الكرة الذهبية.

بيد أن انتقال النجم البلجيكي المتوقع إلى القلعة المرديدية، سيحرمه على ما يبدو من شيء ارتبط باسمه كثيراً فوق المستطيل الأخضر، إذ أوردت صحيفة دايلى ستار البريطانية أن إيدن هازارد، لن يحمل قميصه المفضل رقم 10 مع ريال مدريد.

وتعرف هازارد بحبه الكبير للقميص رقم 10، إذ حصل عليه في 2014 من زميله السابق في فريق تشيلسي خوان ماتا، كما أن النجم البلجيكي المميز يحمل نفس القميص منذ عدة سنوات مع منتخب بلاده.

وأفادت دايلى ستار، أن إدارة الأبيض "الملكي" قررت منح هازارد القميص رقم 7، الذي كان يحمله أسطورة الفريق كريستيانو رونالدو، وذلك قبل رحيله إلى يوفنتوس صيف السنة الماضية، وأضاف أن هازارد سيأخذ الرقم 7 من اللاعب ماريانو دياز، الذي سيرحل عن الفريق بنسبة كبيرة في "الميركاتو" الصيفي.

وأوضح نفس المصدر، أن ريال مدريد لن يأخذ القميص رقم 10 من نجم الفريق لوكا مودريتش، الذي يحمله حالياً ويمنحه بعد ذلك إلى إيدن هازارد، إذ يتحتم الآن على النجم البلجيكي التنازل عن قميصه المفضل فوق أرضية الميدان.

تضع حجراً كبيراً أمام حصول ذلك. ووجهت فتاة برازيلية اتهامات بالاعتصاب إلى نيمار، خلال تواجدها في فندق سوهيتل باريس في العاصمة الفرنسية منتصف مايو "أيار" الماضي.

وأشارت الضحية في بلاغها إلى أنها تعرفت على نجم باريس سان جيرمان عبر وسائل التواصل الاجتماعي، وبدأت في تبادل الرسائل معه.

واعت الفتاة البرازيلية أن نيمار دعاهما للقاء في العاصمة الفرنسية، حيث تواصل أحد مساعديه معها من أجل منحها تذاكر الطيران، بينما أشارت إلى أنها نزلت في الفندق المشار إليه، ووصلت لغرفة نيمار الذي كان يبدو في حالة سُكر.

ونشرت صحيفة Globo Esporte نقلاً على لسان رونالدو، إذ يرى فيه المدرب الفرنسي زين الدين زيدان حلاً مناسباً للعودة بالفريق إلى منصات التتويج.

كما لم يخفي النادي الكاتالوني نيته استعادة نجمه السابق، الذي قاد الفريق برفقة ليونيل ميسي لآخر ألقابه في دوري أبطال أوروبا، لكن الاتهامات الأخيرة التي وجهت له قد

ولكن محاولة نيمار لتبرئة اسمه أدخلته في مشاكل جديدة، إذ أكدت الشرطة أنها بدأت تحقيقاً بسبب نشره تلك صوراً حميمية، والتي تضمنت صور لفتاة في ملابسها الداخلية. وبغض النظر عن حقيقة ما حدث، هذه الاتهامات ستعقد من موقف نيمار، وتنتشر عملاقاً إسبانياً بعيداً عنه، خصوصاً وأن للاعب تاريخ طويل مع إثارة الجدل.

وفور رحيله إلى سان جيرمان، أصبح نيمار مهتماً بشكل يومي يسرد تفاصيل سيرهاته على إنستغرام برفقة صديقاته، ويات منعساً بحضور الحفلات الغنائية، سواء في أوروبا أو في بلاده البرازيل.

ورفض نيمار في مرات عدة الاعتذار عن نمط حياته، مشيراً إلى أن نا يفعله خارج المستطيل الأخضر يخصه هو فقط. وما أثار الجدل حول نضج نيمار الكروي بشكل أكبر، هو تصرفه خلال حفلة عيد ميلاده الأخيرة، إذ كان حينها يعاني من إصابة خطيرة في مشط القدم، وبالرغم من ذلك، قام البرازيلي بالرقص والاحتفال، مع العلم أنه كان يسير على عكازين.

في وقت ازدادت فيه التكهات حول مصير النجم البرازيلي نيمار الموسم المقبل، ظهرت مشاكل جديدة تحيط بلاعب باريس سان جيرمان الفرنسي، قد تدفع الأندية الطامعة في ضمه للتراجع قليلاً. فيالرغم من موهبته اللافتة وقدرته الكبيرة على حسم المباريات، هناك أسباب تجعل من ناديي برشلونة وريال مدريد الإسبانيين، الرغبين في ضم اللاعب، التفكير مرتين قبل ضم نيمار، إذ أنه ومن المعروف عن اللاعب شغفه وإثارته للمشاكل بشكل مستمر.

وكان ريال مدريد، وفقاً لصحيف فرنسية وإسبانية، أبدى رغبة شديدة في التعاقد مع نيمار، لسد الفراغ الكبير الذي تركه البرتغالي كريستيانو رونالدو، إذ يرى فيه المدرب الفرنسي زين الدين زيدان حلاً مناسباً للعودة بالفريق إلى منصات التتويج.

كما لم يخفي النادي الكاتالوني نيته استعادة نجمه السابق، الذي قاد الفريق برفقة ليونيل ميسي لآخر ألقابه في دوري أبطال أوروبا، لكن الاتهامات الأخيرة التي وجهت له قد

شوارع ليفربول تتحول إلى كرنفال أحمر

شيء ما، التتويج باللقب السادس أسرع هدف في تاريخ المباريات النهائية للمسابقات القارية النهائية للمسابقات القارية بافتتاحه التسجيل من ركلة جزاء بعد دقيقة و48 ثانية، انه استمد حافظه من خيبة أمل نهائي العام الماضي عندما اضطر لمغادرة الملعب باكياً بعد إصابة في كتفه تسبب بها المدافع سيرخيو راموس. وقال "قبل المباراة، نظرت الى صورة العام الماضي (المباراة النهائية) وشعرنا بخيبة أمل كبيرة لخسارتنا النهائي"، متابعا "تعد خاب أملي كثيراً بعد الإصابة، خرجت بعد قرابة ثلاثين دقيقة (من صافرة البداية) وخسرنا المباراة. هذا الأمر حفزني للفوز اليوم. عندما تعرف ماذا يعني شعور الخسارة، تقول لنفسك: لنذهب ونفوز بذلك (الكأس). وأتى التتويج القاري لليفربول بعد نحو ثلاثة أسابيع من فشله في تحقيق لقب أول في بطولة إنكلترا منذ 1990، إذ لم تكفه النقاط الـ97 التي جمعها للتغلب على مانشستر سيتي الذي تفوق في المرحلة الأخيرة بفارق نقطة واحدة فقط واحتفظ باللقب. وكشف كلوب أنه تلقى في غمرة احتفالات الأمل، اتصال تهينة من مدرب سيتي الإسباني جوسيب غوارديولا. وأوضح "وعندنا بعضنا البعض بأننا سنتنافس معا مجددا الموسم المقبل"، مضيفاً "سنعمل على الفوز بكل شيء وسنرى ما إذا في إمكاننا الحصول على



وأكدت صافرة النهاية ليل السبت أشعلت حماس جماهير لليفربول في مدريد وشمال إنكلترا. وقال كلوب "كنا عملياً جميعنا نذرف الدمع على أرض الملعب، لأن الأمر كان عاطفياً جداً، كان كبيراً جداً، كان يعني الكثير بالنسبة إلينا". بالنسبة إلى لليفربول، كان مذاق الثأر لندينا بعد الخسارة الموسم الماضي في نهائي المسابقة القارية أمام ريال مدريد الإسباني 3-1 في مدينة كييف.

أفضل لأنني (في 2005) كنت في التاسعة من العمر. لا تكثرت للانتظار طوال فترة بعد الظهر، مضيفة مع بدء تساقط الأمطار بشكل خفيف "يمكنها أن تمطر طوال اليوم. لا يهم..! أش. أما بالنسبة لجدها كين جونز، البالغ من العمر 79، فهذه التشكيلة من اللاعبين بين أفضل التشكيلات التي عاصرها في لليفربول ف "هم رائعون. لا أعتقد أنه بالإمكان استبدالهم بأي شيء أفضل.

كيرا "أردنا أن نشترى تذاكر للذهاب إلى مدريد، لكن هذا (حضور الاحتفالات) هو أفضل أمر ممكن بعد ذلك"، متابعا "لقد انتظرنا طويلاً. ابنتي كانت في الثانية من عمرها فقط عندما أحرزنا اللقب للمرة الأخيرة. وأعادت اللقب إلى مشجعين آخرين ذكرى الاحتفالات السابقة قبل 14 عاماً. وقالت أنيشا تبتون (23 عاماً) التي حضرت مع والدتها وجدتها "أنا متحمسة هذه المرة ستكون

تحت سماء مليدة بالغيوم لا تعكس بتاتا أجواء الفرحة العارمة لأبناء المدينة، تحولت لليفربول الأحد إلى كرنفال أحمر احتفالاً بفريقها العائد من مدريد وبين أيدي لاعبيه كأس دوري أبطال أوروبا لكرة القدم التي توجوا بها على حساب منافسهم المحلي توتنهام، بالفوز عليه 2-صفر في المباراة النهائية. واحتشد عشرات الآلاف في الشوارع من أجل إلقاء نظرة على الكأس الغالية التي أحرزها نادي لليفربول للمرة الأولى منذ 2005، رافعا رصيده الإجمالي في أهم مسابقة للأندية على الإطلاق إلى ستة ألقاب. وعلق المدرب الألماني لليفربول يورغن كلوب على ما شاهدته الأحد في شوارع المدينة، بالقول "بإمكانك أن ترى من عهد كلوب الذي أعينهم، ما يعني لهم هذا الأمر. شيء لا يصدق...، مضيفاً لتلفزيون النادي "إنه شيء جنوني. لا يمكنني حقاً أن أصفه لأنني بكيت بعض الشيء أيضاً. ما يفعله الناس شعور لا يوصف.. بالنسبة لتينا تايلور "51 عاماً" التي ارتدت قميص لليفربول الأحمر ووشاحاً جنياً إلى جنب مع زوجها وابنها، فما تحقق "كان رائعاً بالنسبة للمدينة، لقد جعل الجميع متعاضدين.. وبعد دقائق معدودة، مرت الحافلة المكشوفة المزينة بـ "أبطال أوروبا" مع الكأس الفضية الشهيرة التي

أمسيات من الترفيه والموسيقى الجنية يومي 5 و6 يونيو في بودا-بار بيتش أبوظبي



احتفاءً بعيد الفطر السعيد يستضيف بودا - بار بيتش، الذي يقع في منتجع سانت ريجيس السعديات بأبوظبي الذي جيه (أش) على مدار يومي 5 و6 يونيو، حيث سيقدّم أجمل مقطوعاته الموسيقية التي اشتهر بها خلال مسيرته الفنية.

ومن خلال رحلته التي بدأها من القاهرة واستقراره في مونتريال، تمكن دي جيه أش من دمج أصوات الشرق الأوسط الأصلية مع الأناضول المحلية العميقة بأسلوب منفرد متميز. وقد ساهمت أغنية (لوسنت)، التي تم إصدارها في عام 2012، في جذب انتباه العديد من المنتجين إليه، وذلك بسبب مزيجها المعقد الذي يجمع بين الموسيقى الشرق أوسطية والإلكترونية.

جيروم بوتينغ سفيراً للتسامح لدى أودي

أودي تعقد دورة (التنوع) التفاعلية التي تتمثل أهدافها في تغيير طريقة التفكير القديمة، والانفتاح على لغات جديدة، والتعايش مع التنوع بوعي تام كأحد عوامل النجاح. وتحشد هذه الدورة رجالها في مقر الشركة بعد أن كانت قد عُقدت في مدينة نيكاسولم، وبالتعاون مع معهد شواباخ لإدارة التنوع وتحت شعار (تصرف على طبيعتك)، تعمل أودي على توعية عدة آلاف من متدربيها وموظفيها ومدرائها بأسلوب ينطوي على المرح في جزء منه.

وكان لاعب كرة القدم المحترف جيروم بوتينغ، الذي لعب لصالح نادي بايرن ميونخ الألماني لعدة سنوات، قد حضر هذه الدورة. وكُرس الرياضي البالغ من العمر 30 عاماً نفسه على مدى عدة سنوات لقضايا التنوع والمساواة في المجتمع. ووصف بوتينغ موظفي أودي بصراحة ما عاناه من تحامل ومعاملة قانمة على التمييز. ويؤمن بوتينغ، سواء كان داخل الملعب أو خارجه، أن هناك طريقة واحدة فقط لكسر هذه الحواجز، وقال: (اقتراب من الآخر وخذ وقتك في تكوين انطباع آخر عنه). وقال دينيس ماثيو، رئيس إدارة التنوع في مجموعة أودي، وفي نقاش جماعي مع الموظفين: (إن العديد من موظفي أودي ملتزمون بالتنوع ويتصرفون على هذا الأساس. إننا نسعى لترسيخ مبدأ احترام التنوع في ثقافتنا المؤسسية وخلق بيئة العمل التي تتيح لكل فرد توظيف كامل قدراته



19



مجموعة لاسيرين تجمع نجوم الفن والإعلام في سحورها الرمضاني

وحضر من نجوم الفن ليلية وقصي خولي والفنان اللبناني وليد توفيق والفنان السوري معتصم النهار والنجمة المصرية صفية العمري والنجمة المصرية إيمي سمير غانم والفنانة وهاء عامر ودينا حايك ورجاء الجداوي والنجمة اللبنانية لاميّتا فرنجية والفنانة حياة الإدريسي والمطرب اللبناني علاء زلزلي والنجمة السورية صباح جزائري والفنانة أروى وآخرون.

سيحضر في ذاكرتها للقائنا بالكثير من النجوم بمناسبة روحية كهذه، مشددة على أهمية لقاء الضانين والإعلاميين خارج نطاق العمل، منوهة بدور الحامية ميرنا بونس في ترتيب هكذا لقاء بث الراحة في نفوس كل الحاضرين.

للفنانين والإعلاميين ورجال المجتمع وكل الشرائح في دولة الإمارات العربية المتحدة متمنياً الخير والسعادة لشعب الإمارات والشعوب العربية بمناسبة الشهر الفضيل.

في حين قالت النجمة المصرية إيمي سمير غانم إن حضورها

وزارة التسامح في الدولة. وفي تصريحات خاصة أشاد الفنان السوري قصي خولي بالحفل والأجواء وأشار إلى أهمية لقاء الأجيال في مناسبة لا تكرر سوى مرة واحدة في العام.

وشكر خولي السيدة ميرنا بونس على الدعوة وجمعها

يقبل فيها الهلال الأحمر هدية مادية، على أن يجري مزاد علني للكسوة يذهب ريعه لساعدة المحتاجين حول العالم.

وأوضحت بونس أن دولة الإمارات تستضيف أكثر من 200 جنسية تسود بينها قيم الحبة والتسامح والتعددية منوهة بإطلاق

بحضور أكثر من مئة شخصية من دبلوماسيين ورجال أعمال وسيدات مجتمع ونخبة من نجوم الفن والإعلام أقامت مجموعة لاسيرين لصاحبها الحامية ميرنا بونس سحوراً بمناسبة شهر رمضان وذلك في خيمة أساطير فندق أتلانتس. وتبادل المدعوون أطراف الحديث وسط أجواء رمضانية طغت عليها الروحانية والطرافة وال لطرافة والابتسامه والضحك.



لينوفو تعين قائداً جديداً لمنطقة الشرق الأوسط وتركيا وإفريقيا

استعدداً لمرحلة جديدة من تنمية أعمال لينوفو وتوسيع محافظتها من المنتجات التوفرة في المنطقة، أعلنت الشركة عن تعيين «شاذلك شارما»، في منصب المدير التنفيذي والمدير العام لأعمالها في منطقة الشرق الأوسط وتركيا وإفريقيا.

تمتد خبرة شاذلك العميقة في مجال تقنية المعلومات وقطاع الأجهزة النقالة إلى 23 عاماً، اكتسبها من العمل في مناصب تنفيذية متعددة، كان آخرها المدير التنفيذي ورئيس مجموعة أعمال الأجهزة النقالة لدى موتورولا ولينوفو في منطقة آسيا والمحيط الهادئ.



سوق أبوظبي للأوراق المالية ينظم سحورا لشركائه الاستراتيجيين وممثلي وسائل الإعلام

نظم سوق أبوظبي للأوراق المالية مؤخراً سحوره السنوي لشركائه الاستراتيجيين وممثلي وسائل الإعلام، وذلك حرصاً منه على تقوية الروابط بين أصحاب العلاقة والمصلحة بعمل السوق. أقيم السحور في الخيمة الرمضانية لفندق قصر الإمارات في أبوظبي، وهدف إلى تعزيز التواصل بين السوق وشركائه الاستراتيجيين وممثلي وسائل الإعلام، لتوفير بيئة عمل إيجابية تسهم في ترسيخ مبادئ التعاون بين المهنين في السوق و هؤلاء الشركاء.

حضر حفل السحور سعادة، خليفة المنصوري، الرئيس التنفيذي لسوق أبوظبي للأوراق المالية، بالإضافة إلى رؤساء الإدارات ومديري الأقسام في سوق أبوظبي للأوراق المالية.

و في هذا الإطار، علق سعادة المنصوري أن شهر رمضان المبارك يعزز روح المشاركة، التسامح، والإحساس بالمسؤولية المجتمعية. إنه لمن دواعي سرورنا أن نقيم مثل هذه المناسبات في الشهر الفضيل مع عملائنا وشركائنا الذين هم مفتاح نجاحنا فإن دعمهم و مساهمتهم يلعب دوراً أساسياً في الوصول إلى الرؤية التي نطمح إليها، وتحقيق أهداف السوق ككل.

أكد سعادة المنصوري في حديثه حرص إدارة السوق على تعزيز العلاقة الاجتماعية مع ممثلي المؤسسات، الشركاء الاستراتيجيين، ومثلي وسائل الإعلام، حيث تهدف هذه اللقاءات إلى توفير بيئة ودية تسهم في جودة العمل والارتقاء بالخدمات المقدمة، والتعرف عن قرب على المقترحات والآراء بجانب تعزيز مفهوم الاتصال. وأوضح أن هذه اللقاءات التي تنظم بشكل دوري هي تجسيد عملي لتوجهات القيادة الرشيدة لدولة الإمارات التي تؤكد بشكل دائم أهمية التعاون بين المؤسسات بجميع قطاعاتها فضلاً عن كونها تسهم في تعزيز الترابط والتعاون فيما بين الأطراف كافة.



فندق باب القصر يطلق عروضاً حصرية احتفاءً بعيد الفطر السعيد

أطلق فندق باب القصر في أبوظبي عروضاً حصرية خاصة للاحتفاء بعيد الفطر السعيد تعكس أرقى ما تقدمه الضيافة العربية الأصيلة، جنباً إلى جنب مع الاستمتاع بإقامة فاخرة وسط واجه من المرافق الرائعة المرافقة مع خدمات الضيافة المصممة خصيصاً لتلبية احتياجات جميع الضيوف والزوار.



رايت هيلث، تقدم فحوصات طبية مجانية لـ 10 آلاف عامل منذ يناير 2019

أعلنت (رايت هيلث)، أكبر مؤسسة لخدمات الرعاية الصحية المختصة لدوي الدخل المنخفض وأسرعها نمواً في الإمارات العربية المتحدة بدعم من (هاوندشين القابضة)، عن إنجاز فحوصات طبية مجانية لأكثر من 10 آلاف عامل في مخيماتها الطبية التي تقيمها كل أسبوع في أكثر من 20 عيادة موزعة في أنحاء دولة الإمارات. وابتداءً من يناير 2019، قدمت (رايت هيلث) فحوصاتها المجانية للعاملين في أبوظبي ودبي والشارقة وجعمان، في إطار مبادراتها الرامية لتعزيز الوعي الصحي بين العاملين ذوي الدخل المحدود، وتحفيزهم على تبني أنماط حياة وعادات



التمكين الاجتماعي مستمرة في عطائها للأيتام في (زكي)

تواصل مؤسسة الشارقة للتمكين الاجتماعي جهودها في حملة زكي الرمضانية التي تستمر طيلة الشهر الفضيل، وقد حصدت تفاعل العديد من الجهات والأفراد في مشاريعها المتنوعة، حيث تستثمر المؤسسة من خلالها عطايا المزيكين والمتبرعين لتساهم بتقديم المساعدات المالية والدعم الصحي والتعليمي وتغطية احتياجات الأسر في أوجه التمكين المقدمة، والتي بدورها يرسم بصمة عميقة على أسر الأيتام بما يحقق لهم الرخاء والرضا والسعادة وتحقيق الاكتفاء العيشي لهم والسعي لتوفير ظروفها أكثر استقراراً وملاءمة ما يعزز من فرص تمكينهم في شتى المجالات المقدمة.



«الشارقة للإذاعة والتلفزيون، تعيش مع مشاهديها ومستمعها أجواء الفطر السعيد

حرصاً منها على مشاركة متابعي قنواتها الإذاعية والتلفزيونية في المناسبات الدينية والاجتماعية، خصصت هيئة الشارقة للإذاعة والتلفزيون، مجموعة من الأعمال التي تتناسب مع أجواء عيد الفطر السعيد، حيث تقدم طيلة أيام العيد باقة متنوعة ومتميزة من الأعمال والبرامج الثقافية والاجتماعية والدينية التي تلبى ذائقة جميع أفراد العائلة. وتمتاز أجواء العيد عبر شاشة تلفزيون الشارقة بنكهة استثنائية، حيث تشارك جمهورها فرحة الإفطار وأجواء اللقاءات العائلية وسهرات الأحيبة والأصدقاء، وتقدم البرنامج المحلي «عيد الشارقة»، الذي يتطرق إلى سرد حكاية العيد في إمارة الشارقة، والطقوس التي تمتاز بها في هذه المناسبة، حيث يجول الإعلامي سلطان الشامي على امتداد 35 دقيقة ليروي حكاية الاحتفاء بهذه المناسبة سارداً تفاصيل استعدادات السكان المحليين والمقيمين والبهجة التي تقمر شوارع ومحال الإمارة، ليقدّم لقاءات حية من محال الخياطة الرجالية والنسائية ومحال الذهب والسوق القديم بالإضافة إلى أسواق الطيب والدخون وغيرها، إلى جانب الأحاديث الجانبية التي يجريها مع المتسوقين والتي تجسد جانباً من استعدادات الجمهور للعيد.



طالبة جامعة أبوظبي والمدرسة البريطانية الدولية ينظمان معرضاً للهندسة المعمارية



نظمت جامعة أبوظبي والمدرسة البريطانية الدولية في أبوظبي معرضاً حمل شعار «الاستدامة، والهندسة المعمارية والمدنية» وجمع مشاركات المشروع البحثي الذي استمر على مدى فصل دراسي كامل واتبحت خلاله الفرصة للطلبة لاستعراض أعمالهم في التصميم الحضري.

وأقيم المعرض، الذي كان مفتوحاً أمام الجمهور، على مدى أربعة أيام في الحرم الجامعي بأبوظبي، وهدف إلى رفع الوعي بالحاجة إلى الاستثمار في التعليم وعلم الجماليات والإبداع وتحفيز الخيال والتلاحم الاجتماعي.

واستعرض المشاركون تصاميمهم في مشروع التجديد الحضري، الذي اختير الطلبة في إعادة تصميم نموذج لحي كبير من أحياء مدينة أبوظبي يتضمن مرافق سكنية وتجارية واجتماعية وترفيهية، وذلك باستخدام خصائص الاستدامة المتوفرة والمتنشرة حالياً.

الفكر

يومية - سياسية - مستقلة

تصدر عن دار الفجر للصحافة والطباعة والنشر والتوزيع

رئيس التحرير:

عبيد حميد المزروعى
email:obaid@alfajrnews.ae

مدير التحرير:

د. شريف الباسل
email:bassel@alfajrnews.ae

المكتب الرئيسي أبوظبي: هاتف:4488300 - فاكس: 4488436
دبي: هاتف: 2217155 - فاكس: 2210070
العين: هاتف: 7663631 - فاكس: 7666518

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

طبع بمطابع الفجر- النورينج

تنورة محامية» تطيح قاضيا

أعلن مجلس القضاة والمدعين العامين في تركيا أنه أوقف مؤقتا عن العمل قاضيا في مدينة إسطنبول، بعد إدلائه بتعليقات انتقد فيها "قصر تنورة" محامية أثناء جلسة قضائية. وذكرت صحيفة "حرييت" التركية، أن القاضي، محمد يويول، أراد إخطار نقابة المحامين في المدينة أن المحامية توجي جيتين ظهرت مرتدية تنورة بصورة غير لائقة. وقال في اعترافه أن المحامية ترتدي تنورة ترتفع 15 سم فوق الركبة، وهو ما أثار غضب زملاء المحامية. وعندما انتشرت القصة، اجتمع حشد من المحامين أمام قاعة استماع بأحد محاكم إسطنبول، حيث يعمل يويول، واحتجوا على تصرفه، قبل أن يدخلوا للقاعة ويهتفوا "النساء ينتظرن اعتذارا منك". وقال رئيس نقابة المحامين في إسطنبول للقاضي إنه يتوجب عليه تقديم اعتذار، إلا أن القاضي غادر المحكمة سريعا. وعلق على الحادثة، وزير العدل التركي، عبد الحميد غل، قائلا إن الحادث "غير سار ومؤسف وغير قانوني".

يطلق عملا مربعا بتصميم تواقع أنيقة

قد لا يكون الحصول على توقيع أنيق أمرا هاما للأشخاص العاديين، لكن رجال الأعمال والشخصيات العامة على استعداد لدفع المال للمصممين، للحصول على توقيع مميز يساعد على بناء الثقة بين شركاء العمل. ابتكر إيفان كوزين "20 عاما" وهو طالب من كراستونيارسك- روسيا خدمة مربحة عبر الإنترنت، بتصميم تواقع مخصصة لرجال الأعمال، ويات بجني الكثير من المال من خلالها. وخطرت الفكرة ببال كوزين عندما بلغ العشرين من العمر، واضطر إلى تغيير جواز سفره، وأدرك أنه لا يحب توقيعه، فاستعان بصديقه أستاذيا زودور التي أتقنت الخط خلال دراستها في الصين، وصممت له توقيعًا جميلا، فقرر أن يغير نشاطه التجاري، والتحول إلى تصميم التواقع كخدمة مدفوعة الأجر. ولم يجد إيفان صعوبة في إطلاق شركته الخاصة بالتعاون مع أستاذيا، وأنشأ حسابا خاصا على موقع التواصل الاجتماعي إنستغرام، وأتفق 15 ألف روبل "230 دولارا" على نشر إعلانات خاصة للخدمة على الإنترنت، وفي غضون 12 ساعة، تلقى الصديقان اتصالا من أول عميل. وعندما وصلت الطلبات إلى 40، اضطر إلى توظيف مصمم آخر، لأن أستاذيا كانت تواجه صعوبة في التعامل مع هذا الكم من العمل.

لهذا السبب لا ترتب السرير عند مغادرة الفندق

كشفت عاملة في خدمة غرف الفنادق، أمرا تمني أن ينتج بعض النزلاء عنه قبل مغادرة الفندق. وأوضحت العاملة، في حديث لها مع موقع بينزس إنسايدر، أن ترتيب النزلاء السرير قبل مغادرة الفندق أمر يصعب مهمة عمال النظيفة، لأن عليهم تغيير أغطية الأسرة في الغرفة بعد مغادرة نزلائها. وقالت العاملة، "يحاول بعض النزلاء ترك غرفتهم على أحسن ما يرام، ويجهدون في ترتيب السرير بشكل مثالي، ظنا منهم أنهم يحسنون التصرف. إلا أن هذا السلوك يضع المزيد من وقت عاملة خدمة الغرف لأنها ستحتاج إلى إزالة الأغطية القديمة، واستبدالها بأخرى جديدة ونظيفة، ونصحت الموظفة النزلاء بإزالة الأغطية وتجميعها على السرير قبل المغادرة ليسهل على موظفي الخدمة استبدالها.

لماذا لا يتذكر البعض أحلامهم؟

يسهل على البعض تذكر أحلامهم بتفاصيلها، في حين يجد آخرون صعوبة كبيرة في تذكر ما يحلمون به أثناء نومهم. ولكن لماذا لا يستطيع بعض الناس تذكر أحلامهم بمجرد الاستيقاظ؟ تكمن الأسباب في الطريقة التي ننام بها والمواد الكيميائية التي تتفاعل في أجسامنا. عندما ننام، يمر دماغنا بأربع حالات ذهنية مختلفة، والحالة النهائية هي حركة العين السريعة، وهي عندما يبدأ المخ في الحلم. وخلال مرحلة حركة العين السريعة، تنقلب العينان بسرعة، وينخفض معدل ضربات القلب، ويدخل الجسم في حالة شلل تُعرف باسم الأتونيا. وفي هذه المرحلة، تتغير مستويات مادتين كيميائيتين في أدمغتنا تلعبان دورا كبيرا في الأحلام. ويزيد إنتاج الأسيتيل كولين، مما يؤدي إلى نشاط مكثف في الدماغ. ويتحكم الأسيتيل كولين في مدى حيوية أحلامنا، وفي الوقت نفسه، فإن مادة النورابينفرين، وهي مادة كيميائية تنظم اليقظة والإجهاد لدينا تتناقص، وتساعد المستويات الأدنى من النورابينفرين الدماغ على معالجة الأحلام بدون إجهاد، ولكن تقلل من القدرة على حفظ الأحلام أثناء النوم. وترتفع مستويات هاتين المادتين بشكل كبير عندما نغفو بسرعة أو نستيقظ على المنبه، مما يجعل من الصعب على المخ الاحتفاظ بالأحلام. علاوة على ذلك، في بعض الأحيان لا يتذكر المخ الأحلام، لأنها ببساطة ليست مثيرة بما فيه الكفاية، بحسب موقع إن دي تي في.

منزل متنقل يتمدد لثلاثة

أضعاف حجمه

قد يكون من الصعب العثور على منزل متنقل يتسع لعدد كبير من الأشخاص، لكن هذا المنزل يمكن أن يحقق هذه المعادلة الصعبة. ويتميز المنزل الذي يحمل اسم "بيور 3 إكس" بقدرته على التمدد لثلاثة أضعاف حجمه، مما يوفر مساحات إضافية لعدد أكبر من الأشخاص، بحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية. ويبلغ طول المنزل 8 أقدام وعرضه 6 أقدام، لكن لا داعي للقلق، حيث يمكن أن يتمدد المنزل ليصل عرضه إلى 15 قدما على الأقل، وهو أكبر بكثير من الداخل مما يبدو عليه من الخارج، ويضم كافة التجهيزات اللازمة. وعند أحد الطرفين يوجد مقعد وطاولة للطعام، وفي الطرف الآخر هناك سرير مزدوج، وفي الوسط مطبخ وموقد حوض للجلي وتلاجة، وفي الناحية الخلفية مرحاض ودش. ويتم توفير الطاقة للمنزل عبر بطارية تعمل بالطاقة الشمسية، ويأتي بثلاثة أحجام، الأول مخصص لشخصين ويضاعف حجمه لضغفي الحجم الأصلي، وأكبرها قادر على استيعاب 3 أشخاص، ويتراوح السعر بين 20 ألف و44 ألف جنيه استرليني.

تحذير طبي من طعام الأرناب الشائع

إذا كنت ممن يقدمون للأرناب الطعام الأكثر شيوعا لهذه الحيوانات الأليفة، الخس والجزر، فأنت مدعو لأن تتوقف عن هذه العادة بشكل فوري، لأنك تؤدي إلى تزويدها بمواد خطيرة. وحسبما نقلت صحيفة "صن" البريطانية، فإن تقديم الخس كوجبة للأرناب، يشبه إمدادها بمادة مخدرة من قبيل الأفيون. وأضاف المصدر، أن الخس يحتوي مادة "لاكتوكاريوم" التي تعرف بتأثيرها المهدئ، وتستطيع إحداث تفاعل مهم في جسم الأرناب الذي يتناولها. وفي المنحى نفسه، يحذر الخبراء البيطريون من تقديم الجزر، ويقولون إن ما فيه من سكريات يؤدي إلى بداية الحيوان والإضرار بأسنانه. ويشبه تناول الأرناب للجزر، إقبال الإنسان على الشوكولاته، ولذلك، يتوجب أن تمنح المادتان للأرناب بكثير من الاعتدال، تقاديا للأضرار الضارة. وتقول شركة "بورغس المختصة في غذاء الحيوانات، أن النمط الصحي للأرناب هو أن يشكل العشب 90 بالمئة من غذائه، إلى جانب عدد من النباتات مثل الثمنغ وقشور التفاح.

سقطت في الشلال بعد «خطأ سخيف»

لقت امرأة حتفها، بعدما غرقت في شلال شمالي كاليفورنيا، إثر انزلاقها من أعلى القمة، وفق ما ذكرت السلطات، السبت. وقالت سلطات الوقاية في تاهو، في بيان، إن المرأة توفيت، الجمعة، في شلال "إيغل فولز"، مشيرة إلى أن طاقم الإنقاذ نجح في انتشال جثتها. وتابعت أن "المياه الباردة للغاية التي تغذي الشلال تتحرك بسرعة كبيرة بسبب ذوبان الثلوج في جبال سييرا نيفادا المحيطة، ويرتفع شلال "إيغل فولز"، المطل على بحيرة تاهو، بنحو 45 مترا "150 قدما" عن سطح الأرض. ونقل موقع "إنسايدر" عن شهود عيان قولهم إنهم شاهدوا الضحية قريبة جدا من الحافة، تحاول التقاط صور تذكارية، مشيرين إلى أنه "لم يكن هناك أي حاجز يمنع الوصول إلى منطقة الخطر.. ولم تكشف السلطات أي معلومات بشأن الضحية، التي تتضافر إلى قائمة الضحايا الذين لقوا مصرعهم، خلال التقاطهم الصور.

ديان فون فورستبرغ تشير إلى تمثال الحرية وهي تحضر نزهة الغروب في جزيرة ليبرتي في مدينة نيويورك. "أ ف ب،

تسمح ضخم يقتحم منزلا

تجاسا سكان منزل في ولاية فلوريدا الأميركية، باقتحام تسماح المنزل في ساعة مبكرة من الصباح، الأمر الذي استدعى تدخل الشرطة، ووفقا ذكرت صحيفة "يو أس آيه توداي"، وعثر سكان المنزل على تسماح في المطبخ بعد أن اقتحم نافذة أرضية تطل على الحديقة، حسب الشرطة التي نشرت صورة للتسماح بعد تقييده. وجاء في بيان صادر عن إدارة الشرطة أن الزاحف البالغ طوله 3 أمتار و35 سنتيمترا اقتحم المنخفضة الموجودة في المطبخ. وقبل دخوله إلى المنزل، كان التسماح يسير بطريقة عدوانية على جانب الشارع، على حد قول أحد شهود العيان الذين اتصلوا بالشرطة للتبليغ عن اقتحامه المنزل.

وتمكن صياد للتسماسيح تابع للشرطة من السيطرة على الحيوان الضخم، فيما لم يتم الإبلاغ عن أي إصابات، لكن صاحب المنزل سيحتاج إلى استبدال النوافذ التي هشمها التسماح. أما التسماح فقد بدت على جسمه جروح بسيطة من جراء تسر الزحاج، وتم نقله إلى مكان خاص للعلاج، مما وصفه الصياد بأنه "تجربة مؤلمة". وقالت سوزان ليندنوت، مديرة المشورين العامة للاستشارة، إن "التسماح كان غاضبا جدا"، مشيرة إلى أن عملية السيطرة على التسماسيح استغرقت 15 دقيقة.

أنت على «فيسبوك».. هل لاحظت فارق الدقائق؟

انخفاض شعبية "فيسبوك" لدى المراهقين، والتغييرات التي أجراها الموقع على طريقة تدفق الأخبار على حسابات المستخدمين، الأمر الذي أدى إلى تقليل المحتوى المعروض أمامهم. وقد يظن البعض أن حزمة دقائق أقل ليست بالأمر المهم، لكنه أمر مقلق بالنسبة إلى "فيسبوك" وخاصة في الولايات المتحدة، التي تعتبر أحد أبرز أسواقه، وفي حال لم يجذب التطبيق الشهير الكثير من المستخدمين، فذلك يعني خسارة الكثير من الإعلانات. ويعتمد الموقع حاليا في تحقيق جزء كبير من إيراداته على تطبيقه الرئيسي "فيسبوك". ويضاف إلى ذلك، الفضائح التي تلاحق الموقع مثل تسريب بيانات المستخدمين، والقضايا التي يواجهها بسبب مزاعم انتهاك خصوصية المستخدمين.

غير أن الوضع ليس كله قاتما بالنسبة إلى "الموقع الأزرق"، إذ أشار التقرير إلى أن منصة "إنستغرام" التي يملكها الموقع "نقطه مضيئة". وعزا أحد محللي الشركة الأمر إلى أسباب منها،

المرأة تقاوم سرطان المعدة أفضل من الرجل

قالت نتائج دراسة بريطانية إن المريضات بسرطان المعدة أو المري لديهن فرصة نجاة أكبر من المرضى الرجال، وإن هؤلاء المريضات تعشن فترة أطول على الرغم من إصابتهن بأعراض الدوخة والقيء والإسهال بمعدل أكبر. ويعتقد أن هذه النتائج يمكن أن توفر نظرة أوضح للمخاطر التي يتعرض لها المريض بسبب الآثار الجانبية لعلاج السرطان. واقتترحت نتائج الأبحاث التي أجريت في جامعة لندن بأن الفرق بين استجابة المريض والمرض لا يعود إلى اختلاف تعامل جسم كل منهما مع العلاج الكيميائي فقط، فهناك فارق واضح في السنوات التي يعيشها كل منهما بعد تلقي العلاج، وأجريت أبحاث الدراسة عن طريق تحليل البيانات الصحية لـ 3000 مريض ومرضى بسرطاني المعدة والمري، وأظهرت النتائج أن معدل الشكوى من أعراض الدوخة والقيء تتفاوت بنسبة 10 نساء إلى 5 رجال، ويبلغ التفاوت في الشكوى من الإسهال 9 نساء و4 رجال.

لعشاق «البرغر».. احذروا من البكتيريا القاتلة

إذا كنت ممن يأكلون اللحم دون طبخه، بشكل كاف، فأنت ممن يعرضون أنفسهم لتتابع صحية كبيرة، ولذلك، ينصح الخبراء باتباع نصائح دقيقة، أثناء إقامة حفلات شواء في الخارج أو تحضير شطيرة البرغر. ويحسب وكالة المخابرات الغذائية في بريطانيا، وهي مركز حكومي، فإن تحضير "البرغر"، يتطلب طهي قرص الكفتة جيدا، أما تركه نيئا من الداخل، فينثر بقاء البكتيريا وإصابة جسم الإنسان بالأمراض. وينصح الخبراء باستخدام كفتة البرغر تختلف بشكل كبير عن شطيرة اللحم "الستيك" التي يفضل البعض عدم طهيها كثيرا، حتى أن التمدل يسألون في العادة عن درجة الطهي التي يريدونها الزبون، ويوضح المصدر، أن "الستيك" لا يضر كثيرا، إذا لم يجز طهيها جيدا، لأن البكتيريا تكون على الجهتين الخارجيتين للحوم فقط، وحين يتعرض لحرارة عالية، فإن العناصر الضارة، تزول بشكل كبير. ولا يحصل هذا الأمر، في حالة الكفتة، لأنها تكون رخوة وتتحرك فيها البكتيريا بكثافة أعلى، وبالتالي، يجب أن تكون مطهية إلى درجة متقدمة. وينصح الخبراء باستخدام شوكة وغرستها وسط قرص الكفتة، بغرض التأكد من الطهي، وإذا كانت ذات لون وردي، فمعنى ذلك أنها أصبحت مناسبة للاستهلاك، وتنص التعليمات الصحية، على ضرورة تغطية اللحم، أثناء وضعه في التلاجة، فضلا عن عدم إعادة استخدام الصحن الذي وُضع فيه حينما كان نيئا.

«حمية المتوسط» تساعد مرضى السكري

تشير دراسة أميركية إلى أن وظائف المخ لدى مرضى السكري قد تتحسن، إذا اتبعوا حمية البحر المتوسط الغنية بالفواكه والخضراوات والبقوليات والحبوب الكاملة والأسماك والدهون الصحية. وارتبطت حمية البحر المتوسط منذ فترة طويلة بصحة أفضل للقلب والمخ، وكذلك تقليل خطر الإصابة بالسكري. وتقدم صورة واضحة عن الفوائد الإدراكية لتابع مرضى السكري، أو غير الصابيين بهذا المرض لهذا النظام الغذائي. وأضافت ماتي غير البريد الإلكتروني "حمية البحر المتوسط الصحية تشمل أغذية غنية بالفواكه والخضراوات التي تحتوي على مضادات الأكسدة وعلى الأسماك والزيوت التي تحتوي على دهون صحية.. تساعد تلك العناصر الغذائية في الحفاظ على الوظائف الإدراكية من خلال تقليل الالتهابات والتأكسد في المخ. وأوضحت ماتي أن تلك الفوائد قد تساعد كل الأشخاص سواء كانوا مصابين بالسكري أم لا لكن عندما يكونون مصابين بالسكري فإن تناول أغذية تحتوي على البقوليات والحبوب الكاملة بوفرة، وهو ما يوجد في حمية البحر المتوسط المعروفة، قد يساعد على إبقاء معدل السكر في الدم تحت السيطرة بشكل جيد، ويحسن بالتالي من الوظائف الإدراكية.

ملحمة إنسانية.. أنجبت «أوبن» في سيارة «أوبن

ربما لم يكن سائق سيارة أوبر يدري أنه هناك راكبا خفيا سيظهر في القصد الخلفي لسيارته بعد دقائق قليلة على تحركه مع المستخدمين الذين كانوا يتنوع التوجه إلى المستشفى. فبعد أن انطلق السائق كرونال شوكلر، وهو أصلا من ولاية جورجيا في الهند، بسيارته برقفة المرأة الحامل أدا لتوغتيرها مع والدها وشقيقته الصغرى من منطقة سكنها شرقي لندن إلى مستشفى سانت توماس في العاصمة البريطانية، فوجئ بأن المرأة لن تتمكن من الانتظار للوصول إلى المستشفى.

وقالت أدا لسكاي نيوز "اعتقدنا أن لدينا بضعة دقائق أخرى إضافية، لكن الانقباضات زادت وبدأ الجنين بالخروج"، مضيفة أن سائق سيارة أوبر اضطر إلى الاتصال بالإسعاف، وكان على "شقيقتي أن تمسك بالطفل في الكروسي الخلفي للسيارة. وبعد دقائق قليلة وصلت سيارة الإسعاف، لكن "الراكب الرابع" كان قد وصل في الكروسي الخلفي للسيارة. وقالت أدا، البالغة من العمر 34 عاما وأم لطفل عمره 4 سنوات، إن سائق السيارة "شوكلر" كان متعاونًا للغاية وداعما وطيبا حقا، مشيرة إلى أنه جعل كل الأمور سهلة عليها.

هنا سعر حذاء تيلور سويت في أحدث إطلاقاتها

أشعلت النجمة العالمية تيلور سويت الأجواء خلال مشاركتها في حفل Wango Tango concert، لعام 2019، والذي أقيم في كاليفورنيا بالولايات المتحدة الأمريكية. ظهرت تيلور سويت مرتدية ملابس بعدة ألوان ذات تصميم لافت للأنظار، بينما اختارت حذاءها من مجموعة Stella McCartney، ووصل سعره 455 جنيه استرليني.

وكشفت تيلور أن اليومها يتضمن أغنيات تحمل رسائل سياسية مشيرة إلى أنها ستبني دائما تشجع الشباب للمشاركة في الانتخابات الأمريكية كما فعلت سابقا في انتخابات نصف الولاية الأمريكية في شهر تشرين الأول الماضي، إلا أنها لم تكشف عن موعد محدد لإصداره.

