

تكريم 100 متطوع وشركاء
النجاح بمبادرة الخير في
عيال زايد



علي ربيع:
دائماً ما أحب تقديم
أعمال بأفكار مختلفة



6 أسباب تجعل جلدك
يتحول إلى اللون الأزرق

عامان بين جراحة البدانة للمرأة ومحاولة الحمل

اقترح بحث جديد أن تنتظر المرأة التي خضعت لجراحة إنقاص الوزن عامين على الأقل قبل محاولة الإنجاب. وتلجأ كثير من النساء إلى جراحة علاج البدانة في سن الإنجاب لخفض خطر المضاعفات المرتبطة بالسمنة أثناء الحمل. وُعرض البحث أمس ضمن أعمال المؤتمر الأوروبي حول السمنة ECO، والذي انعقد في ماستريخت بهولندا بين 4 و 7 مايو- أيار الحالي. وقال البحث إن هناك احتمال متزايد لولادة طفل صغير الحجم بعد جراحة البدانة، وتتضمن المشاكل التي يمكن أن يتعرض لها المولود انخفاض حرارة الجسم، ونقص السكر في الدم، والالتهابات، والاختناق. وبحسب موقع "ميديكال إكسبريس"، تصح التوصيات الأوروبية النساء بعد جراحات البدانة ومنها ربط المعدة بالانتظار 12 شهراً على الأقل. ولتحديد الفترة المثالية صحياً، قامت الباحثتان أنا كاريرا وباربرا أراوجو من جامعة كويمبرا البرتغالية بمراجعة 48 حالة حمل بعد جراحات إنقاص الوزن تضمنت تكميم المعدة، وربط المعدة، وتحويل مسار البنكرياس الصفراوي، والمجازة المعدي. وقالت البروفيسور أراوجو: "الفترة بين جراحة السمنة والحمل لها تأثير كبير على وزن المولود، وكلما كانت أقصر زاد خطر إنجاب طفل شديد النحافة. يحدث ذلك بسبب فقدان الوزن السريع بعد جراحة السمنة مما يجعل من الصعب على المرأة اكتساب الوزن الكافي أثناء الحمل. ويمكن أن يؤدي ذلك أيضاً إلى نقص التغذية الذي يضر الطفل".

امنح الجهاز المناعي لديك جرعة دعم من خلال بعض العصائر



يتعرض جهاز المناعة للكثير من المخاطر التي تهدده، ما يجعله يبذل جهداً كبيراً في مواجهة ومكافحة هذه المخاطر. ولكي يكون جهاز المناعة لديك نشطاً باستمرار، فإنه يحتاج إلى جرعة صحية من الفيتامينات والمعادن لتعزيز قوته، وللحفاظ على طاقته واستمرارها.

ويتمكن أن يؤدي نقص فيتامين سي إلى تأخر التئام الجروح وضعف الاستجابة المناعية وعدم القدرة على مكافحة العدوى بشكل صحيح.

فإذا كنت مصابة بنزلة برد، فقد تؤدي الجرعات العالية من فيتامين سي إلى أعراض أقل حدة، وتعاف أسرع.

للبالغين، الحد الأعلى المسموح به هو 2000 ملليجرام (مجم) في اليوم.

عصير البرتقال والجريب فروت يحتوي هذا المزيج على أكثر من الكمية اليومية الموصى بها من فيتامين سي C الذي يحتوي على خصائص مضادة للأكسدة تحمي خلايا الجسم من المواد الضارة المسببة للأمراض.

ويتمكن أن يؤدي نقص فيتامين سي إلى تأخر التئام الجروح وضعف الاستجابة المناعية وعدم القدرة على مكافحة العدوى بشكل صحيح.

فإذا كنت مصابة بنزلة برد، فقد تؤدي الجرعات العالية من فيتامين سي إلى أعراض أقل حدة، وتعاف أسرع.

للبالغين، الحد الأعلى المسموح به هو 2000 ملليجرام (مجم) في اليوم.

عصير الجزر غني بالفيتامينات والكريس التي يتم تحويلها إلى فيتامين أ في الجسم. تساعد مضادات الأكسدة على مواجهة الجذور الحرة والتي يمكن أن تسبب تلفاً للخلايا. ومضادات الأكسدة الموجودة في الجزر لها دور داعم خاص عندما يتعلق الأمر بصحة وظائف المناعة لديك، مما يساعد في مكافحتها للفيروسات والحساسية.

عصير البنجر والجزر والزنجبيل والتفاح يحتوي هذا العصير المقوي على ثلاث خضروات جذرية ستساعد جهاز المناعة لديك وتقلل من أعراض الالتهاب.

عصير التوت غني بالفيتامينات أيضاً، لأنه يحتوي على مضادات الأكسدة وفيتامين سي C. على الرغم من أنه يمكنك تناول وجبة خفيفة من التوت على مدار اليوم، إلا أن عصير التوت هو طريقة رائعة لجني فوائد التوت بوفرة.

عصير الطماطم غني بفيتامين بي B9، المعروف باسم الفولات. يساعد في تقليل خطر الإصابة بالعدوى. وتوفر الطماطم أيضاً كميات متواضعة من المغنيسيوم، وهو مضاد للالتهابات. وأفضل طريقة للتأكد من أن عصير الطماطم طازج ولا يحتوي على الكثير من المكونات المضافة هو صنعه بنفسك.

تايمي الزيد: أفضل أطعمة لتعويض نقص فيتامين B12 في الجسم

عصير الجزر غني بالفيتامينات والكريس التي يتم تحويلها إلى فيتامين أ في الجسم. تساعد مضادات الأكسدة على مواجهة الجذور الحرة والتي يمكن أن تسبب تلفاً للخلايا. ومضادات الأكسدة الموجودة في الجزر لها دور داعم خاص عندما يتعلق الأمر بصحة وظائف المناعة لديك، مما يساعد في مكافحتها للفيروسات والحساسية.

عصير البنجر والجزر والزنجبيل والتفاح يحتوي هذا العصير المقوي على ثلاث خضروات جذرية ستساعد جهاز المناعة لديك وتقلل من أعراض الالتهاب.

عصير التوت غني بالفيتامينات أيضاً، لأنه يحتوي على مضادات الأكسدة وفيتامين سي C. على الرغم من أنه يمكنك تناول وجبة خفيفة من التوت على مدار اليوم، إلا أن عصير التوت هو طريقة رائعة لجني فوائد التوت بوفرة.

عصير الطماطم غني بفيتامين بي B9، المعروف باسم الفولات. يساعد في تقليل خطر الإصابة بالعدوى. وتوفر الطماطم أيضاً كميات متواضعة من المغنيسيوم، وهو مضاد للالتهابات. وأفضل طريقة للتأكد من أن عصير الطماطم طازج ولا يحتوي على الكثير من المكونات المضافة هو صنعه بنفسك.

تايمي الزيد: أفضل أطعمة لتعويض نقص فيتامين B12 في الجسم

عصير الجزر غني بالفيتامينات والكريس التي يتم تحويلها إلى فيتامين أ في الجسم. تساعد مضادات الأكسدة على مواجهة الجذور الحرة والتي يمكن أن تسبب تلفاً للخلايا. ومضادات الأكسدة الموجودة في الجزر لها دور داعم خاص عندما يتعلق الأمر بصحة وظائف المناعة لديك، مما يساعد في مكافحتها للفيروسات والحساسية.

عصير البنجر والجزر والزنجبيل والتفاح يحتوي هذا العصير المقوي على ثلاث خضروات جذرية ستساعد جهاز المناعة لديك وتقلل من أعراض الالتهاب.

عصير التوت غني بالفيتامينات أيضاً، لأنه يحتوي على مضادات الأكسدة وفيتامين سي C. على الرغم من أنه يمكنك تناول وجبة خفيفة من التوت على مدار اليوم، إلا أن عصير التوت هو طريقة رائعة لجني فوائد التوت بوفرة.

عصير الطماطم غني بفيتامين بي B9، المعروف باسم الفولات. يساعد في تقليل خطر الإصابة بالعدوى. وتوفر الطماطم أيضاً كميات متواضعة من المغنيسيوم، وهو مضاد للالتهابات. وأفضل طريقة للتأكد من أن عصير الطماطم طازج ولا يحتوي على الكثير من المكونات المضافة هو صنعه بنفسك.

تايمي الزيد: أفضل أطعمة لتعويض نقص فيتامين B12 في الجسم

عصير الجزر غني بالفيتامينات والكريس التي يتم تحويلها إلى فيتامين أ في الجسم. تساعد مضادات الأكسدة على مواجهة الجذور الحرة والتي يمكن أن تسبب تلفاً للخلايا. ومضادات الأكسدة الموجودة في الجزر لها دور داعم خاص عندما يتعلق الأمر بصحة وظائف المناعة لديك، مما يساعد في مكافحتها للفيروسات والحساسية.

عصير البنجر والجزر والزنجبيل والتفاح يحتوي هذا العصير المقوي على ثلاث خضروات جذرية ستساعد جهاز المناعة لديك وتقلل من أعراض الالتهاب.

عصير التوت غني بالفيتامينات أيضاً، لأنه يحتوي على مضادات الأكسدة وفيتامين سي C. على الرغم من أنه يمكنك تناول وجبة خفيفة من التوت على مدار اليوم، إلا أن عصير التوت هو طريقة رائعة لجني فوائد التوت بوفرة.

عصير الطماطم غني بفيتامين بي B9، المعروف باسم الفولات. يساعد في تقليل خطر الإصابة بالعدوى. وتوفر الطماطم أيضاً كميات متواضعة من المغنيسيوم، وهو مضاد للالتهابات. وأفضل طريقة للتأكد من أن عصير الطماطم طازج ولا يحتوي على الكثير من المكونات المضافة هو صنعه بنفسك.

تايمي الزيد: أفضل أطعمة لتعويض نقص فيتامين B12 في الجسم

عصير الجزر غني بالفيتامينات والكريس التي يتم تحويلها إلى فيتامين أ في الجسم. تساعد مضادات الأكسدة على مواجهة الجذور الحرة والتي يمكن أن تسبب تلفاً للخلايا. ومضادات الأكسدة الموجودة في الجزر لها دور داعم خاص عندما يتعلق الأمر بصحة وظائف المناعة لديك، مما يساعد في مكافحتها للفيروسات والحساسية.

عصير البنجر والجزر والزنجبيل والتفاح يحتوي هذا العصير المقوي على ثلاث خضروات جذرية ستساعد جهاز المناعة لديك وتقلل من أعراض الالتهاب.

عصير التوت غني بالفيتامينات أيضاً، لأنه يحتوي على مضادات الأكسدة وفيتامين سي C. على الرغم من أنه يمكنك تناول وجبة خفيفة من التوت على مدار اليوم، إلا أن عصير التوت هو طريقة رائعة لجني فوائد التوت بوفرة.

عصير الطماطم غني بفيتامين بي B9، المعروف باسم الفولات. يساعد في تقليل خطر الإصابة بالعدوى. وتوفر الطماطم أيضاً كميات متواضعة من المغنيسيوم، وهو مضاد للالتهابات. وأفضل طريقة للتأكد من أن عصير الطماطم طازج ولا يحتوي على الكثير من المكونات المضافة هو صنعه بنفسك.

تايمي الزيد: أفضل أطعمة لتعويض نقص فيتامين B12 في الجسم

عصير الجزر غني بالفيتامينات والكريس التي يتم تحويلها إلى فيتامين أ في الجسم. تساعد مضادات الأكسدة على مواجهة الجذور الحرة والتي يمكن أن تسبب تلفاً للخلايا. ومضادات الأكسدة الموجودة في الجزر لها دور داعم خاص عندما يتعلق الأمر بصحة وظائف المناعة لديك، مما يساعد في مكافحتها للفيروسات والحساسية.

عصير البنجر والجزر والزنجبيل والتفاح يحتوي هذا العصير المقوي على ثلاث خضروات جذرية ستساعد جهاز المناعة لديك وتقلل من أعراض الالتهاب.

عصير التوت غني بالفيتامينات أيضاً، لأنه يحتوي على مضادات الأكسدة وفيتامين سي C. على الرغم من أنه يمكنك تناول وجبة خفيفة من التوت على مدار اليوم، إلا أن عصير التوت هو طريقة رائعة لجني فوائد التوت بوفرة.

عصير الطماطم غني بفيتامين بي B9، المعروف باسم الفولات. يساعد في تقليل خطر الإصابة بالعدوى. وتوفر الطماطم أيضاً كميات متواضعة من المغنيسيوم، وهو مضاد للالتهابات. وأفضل طريقة للتأكد من أن عصير الطماطم طازج ولا يحتوي على الكثير من المكونات المضافة هو صنعه بنفسك.

تايمي الزيد: أفضل أطعمة لتعويض نقص فيتامين B12 في الجسم

عصير الجزر غني بالفيتامينات والكريس التي يتم تحويلها إلى فيتامين أ في الجسم. تساعد مضادات الأكسدة على مواجهة الجذور الحرة والتي يمكن أن تسبب تلفاً للخلايا. ومضادات الأكسدة الموجودة في الجزر لها دور داعم خاص عندما يتعلق الأمر بصحة وظائف المناعة لديك، مما يساعد في مكافحتها للفيروسات والحساسية.

عصير البنجر والجزر والزنجبيل والتفاح يحتوي هذا العصير المقوي على ثلاث خضروات جذرية ستساعد جهاز المناعة لديك وتقلل من أعراض الالتهاب.

علماء يطورون طريقة ثورية لعلاج السرطان

يعكف باحثون على تطوير طريقة "ثورية" لعلاج أمراض السرطان، من خلال إدخال عناصر مجهرية وموجة مغناطيسية إلى دم المريض حتى تقوم بمهاجمة الأورام الموجودة في الثدي والبروستات وغيرهما.

وبحسب صحيفة "غارديان"، فإن المشروع الذي يشرف عليه باحثون من جامعة "شيفلد" البريطانية، يعتمد على المعارف التي تراكتت في مجالين طبيين اثنتين.

وأول هذين المجالين هو الفيروسات، لا سيما التي تقوم بمهاجمة الأورام، في حين يتمثل الثاني في بكتيريا التربة التي يجري الاعتماد عليها لأجل إقامة المجال المغناطيسي للأرض. وتشرح مونيكا مونتانا، الباحثة المشاركة في المشروع، أن الطريقة واضحة ومباشرة وهي استخدام البكتيريا معبأة دواء لسرطان الثدي والبروستات وأورام أخرى.

وتابعت أن الطريقة تقوم على أخذ فنة من البكتيريا التي تهاجم الأورام بشكل طبيعي "ثم نطور طرقاً حتى نجعلها قادرة على الوصول إلى الأورام الداخلية، وذلك بالاعتماد على البكتيريا التي تحدث المغناطيس".

وأكدت الباحثة أن هناك آملاً واعداً بالفعل في أن تتمكن هذه المقاربة العلاجية في التصدي للسرطان الذي يؤدي بحياة ملايين الأشخاص كل سنة.

وحصل هؤلاء الباحثون من جامعة "شيفلد" على تمويل من منظمة بحوث السرطان البريطانية "كانسر ريسيرتش" التي تأسست سنة 2012، وتعد اليوم من الهيئات العلمية المرموقة عالمياً.

داخل دماغ الإنسان .. تحديد خلايا التعلم من الأخطاء

تصادف الإنسان في حياته اليومية الكثير من المواقف، التي يعرف فيها بشكل متأخر أنه ارتكب خطأً كان يجب أن يتجنبه، وهي ظاهرة تعرف باسم "مراقبة الأداء".

وحسب ما ذكرت مجلة "كوسموس" الأسترالية، فإن علماء وجدوا أن دماغ الإنسان ينتج "إشارة داخلية" تخبره بأنه ارتكب خطأً، مضيئة أن هذه الإشارة تمنح البشر الفرصة لتصحيح أخطائهم وتعلم مهام جديدة.

وتوصلت دراسة حديثة، نشرت في مجلة "ساينس"، إلى الخلايا العصبية المسؤولة عن اكتشاف الأخطاء والتعلم منها.

وقالت الدراسة، التي قادها علماء أعصاب، إن الخلايا العصبية الموجودة في القشرة الأمامية الوسطى للدماغ (قشرة فص الجبهة)، هي المسؤولة عن تلك "الإشارات الداخلية".

ويعد هذا الصدد، ذكر المؤلف الرئيس للدراسة، يولي روتيسوز، وهو أستاذ جراحة الأعصاب وعلم الأعصاب والعلوم الطبية الحيوية في مركز "سيدرز سينائي" الطبي بالولايات المتحدة، "جزء من سحر الدماغ البشري هو أنه مرن للغاية".

وأضاف: "إنجزرنا دراستنا لتلك شفرة كيف يمكن للدماغ أن يقوم بأمريين في نفس الوقت"، أي الانتباه للخطأ والتعلم منه.

وتابع: "سجلنا نشاط أكثر من 1000 خلية عصبية في القشرة الأمامية الوسطى للدماغ أثناء قيام الإنسان بمهام إدراكية معقدة". وأوضح روتيسوز أن الخلايا العصبية ترسل هذه الإشارات الداخلية لتحسين التعامل ومساعدة الدماغ على ضبط تركيزه في المستقبل.

كيف تستيقظ بشكل طبيعي دون استخدام منبه؟

يقول خبير الصحة والعافية تايلر وودارد، إننا بحاجة إلى إيجاد طرق أكثر طبيعية وأكثر هدوءاً للاستيقاظ كل صباح. ويوضح تايلر: "الذهاب للنوم في الليلة السابقة وترك الستائر مفتوحة سيسمح بدخول المزيد من الضوء الطبيعي إلى غرفة نومك في وقت الصباح ويسمح لك بالاستيقاظ ببطء". "من الواضح أن ضوء الشمس يتغير على مدار العام، وهذا شيء يجب مراعاته. ومع ذلك، يمكن أن يكون الضوء الطبيعي المنبعث من النافذة طريقة أكثر هدوءاً لبدء يومك". من جهته يوضح ستيف آدمز، الرئيس التنفيذي لشركة ماتريس أونلاين، أن التعرض للضوء الطبيعي يبطئ إنتاج الميلاتونين، وهو هرمون النوم، مما يساعد على الشعور بمزيد من الاستيقاظ. يقترح ستيف تجنب الكافيين بعد منتصف النهار وتجنب أجهزة الكمبيوتر المحمولة والهواتف قبل ساعات قليلة من الذهاب إلى الفراش لتقليل المشتتات التي قد تبطئ مستيقظاً في الليل، مما يجعل الاستيقاظ صباحاً أمراً صعباً. وينصح أيضاً بالحفاظ على درجة حرارة معتدلة في غرفة النوم والتي تساعد على النوم المريح والاستيقاظ الطبيعي. يمكن أيضاً تجربة تناول المشروبات الدافئة مثل شاي الأعشاب والقراءة قبل النوم لتهدئة جسمك وعقلك، مما يساهم في الاستيقاظ بشكل طبيعي في الصباح. يقول تايلر: "إن وجود روتين معين يساعد على تدريب العقل على الاستيقاظ بشكل طبيعي في أوقات معينة في الصباح". ولمساعدتك في معرفة روتينك، يوصي تايلر بتدوين أوقات نومك. ويضيف تايلر: "تدوين ملاحظات جدول نومك سيساعدك على فهم أنماط نومك، وبالتالي ستعرف مقدار الوقت الذي يحتاجه جسمك للنوم". سيساعدك ذلك في حساب الوقت المناسب للنوم في الليل. "يوضح تايلر أن التمارين الرياضية يمكن أن تساعد في تحسين جودة نومنا. وليس ذلك فحسب، بل إن التمرين سيساعد أيضاً في تعزيز صحتنا العقلية.



هل السعال ينقذك من النوبة القلبية!

منذ سنوات تضح مواقع التواصل الاجتماعي بمنشورات خاطئة ومغلوبة توهم الناس بأن السعال قادر على إنقاذ شخص من نوبة قلبية. ولعل المشكلة في أن تلك المنشورات تحمل في غالبها طابعاً إرشادياً، توهم الناس أنها علمية، كما توجههم بالادعاء أن السعال وأخذ نفس عميق يساعدان الشخص إذا شعر بأعراض نوبة قلبية. في حين يحذر الخبراء، من تجربة وسائل مماثلة في بعض حالات الإصابة بمشاكل في القلب، إن لا علاقة تربط بين السعال والنوبة القلبية ولا أدلة أقرب مستشفى لتلقي العلاج. كما ينبه الأطباء والاختصاصيون بشدة من تلك المحاولات التي قد تؤخر تلقي العلاج وتؤدي بحياة المصاب، وفق ما أكدت "فرانس برس". وفي السياق، قال دكتور بياترو خير، الباحث والاختصاصي في جراحة القلب والصدر في لبنان، إن لا علاقة تربط بين السعال والنوبة القلبية ولا أدلة طبية على أنها قد تنقذ المصاب بنوبة قلبية. كما أضاف أن النوبة القلبية قد تتسبب في الوفاة أو تلف عضلات القلب وخلاياها وهذه حالة طبية طارئة تتطلب التوجه بسرعة فائقة إلى أقرب مستشفى لتلقي العلاج".

«سولا» الجزائري يفوز بجائزة مهرجان مالو

توج فيلم «سولا» للمخرج الجزائري صلاح إسماعيل بجائزة أفضل فيلم روائي طويل في مهرجان مالو للسينما العربية الذي أسدل الستار على دورته الثانية عشر في السويد. وفازت بطلة الفيلم سولا بحري بجائزة أفضل ممثلة في المهرجان فيما حصل المصري محمد ممدوح على جائزة أفضل ممثل عن دوره في فيلم (أبو صدام) للمخرجة فادين خان. وفاز التونسيان أنيس الأسود وشامسة بن شعبان بجائزة السيناريو عن فيلم (فدحة) كما فاز مواطنهما مهدي هميلي بجائزة الإخراج عن فيلم (أطراف)، ومنحت لجنة التحكيم جائزتها الخاصة لفيلم (فرحة) من إخراج الأردنية دارين سلام كما نوهت اللجنة بالفيلم الأردني (الحارة) للمخرج باسل غندور. ويعد المهرجان الذي تأسس عام 2011 في مدينة مالو السويدية أكبر مهرجان للأفلام العربية بمنطقة الدول الاسكندنافية. وفي مسابقة الأفلام الوثائقية الطويلة فاز بجائزة أفضل فيلم (لولا ضحكة المترو) للمخرج جورج هاشم من لبنان.

منوعات العقل

23

قد يبدو للبعض أن تحول لون الجلد إلى الأزرق أمرا طبيعيا، خاصة في حال برودة الهواء في فصل الشتاء. وفي الواقع، هناك مجموعة كاملة من الأسباب التي تجعل الجلد يتحول إلى اللون الأزرق، وبعضها مقلق أكثر من غيره.

وتُعرف "الزرقة"، بأنها تحول لون البشرة أو الشفتين أو اللثة إلى اللون الأزرق، خاصة إذا كانت بشرتك داكنة، تصبح تحت أظافرك وحول عينيك مزرقّة.

ويمكن أن يكون هذا علامة على حالات يومية نسبيا مثل الكدمات، أو الحالات الشديدة، مثل قصور القلب. ومن مرض رينارد إلى الالتهاب الرئوي، إليك بعض الأسباب التي يمكن أن تسبب الزرقة، ومتى يجب طلب المساعدة الطبية المتخصصة.

متى يجب زيارة الطبيب؟

6 أسباب تجعل جلدك يتحول إلى اللون الأزرق



وتشير شارلوت: "يجب علاج اعتلال الشرايين المحيطية على الفور لمنع حدوث مشاكل قاتلة".

6. الالتهاب الرئوي

يمكن أن تسبب الحالات الرئوية الخطيرة أيضا في الإصابة بالزرقة، ويمكن أن يشمل ذلك الربو والالتهاب الرئوي. ويحدث الالتهاب الرئوي نتيجة التهاب الأنسجة في الرئتين، وقد يكون سببه "كوفيد-19". لذا تأكد من الحصول على اختبار إذا كان لديك أعراض. ومن الضروري الاتصال بالطوارئ في حال تحولت شفتي طفلك أو لسانه أو وجهه أو جلده فجأة إلى اللون الأزرق.

5. التفضض

يتسبب التفضض في تغير لون الجلد واللثة لمن يعانون منه بشكل دائم، وهو حالة مرضية تحدث نتيجة التعرض المزمن لعنصر الفضة، غبار الفضة، أو لأحد مركبات الفضة. ويمكن أن تسبب جزيئات الفضة آثارا جانبية أخرى، مثل تلف الكلى، ويمكن أن تتداخل مع الأدوية التي يتناولها الشخص. ويجب تجنب مشتقات الفضة إذا ظهرت

4. مرض الشريان المحيطي

تشرح شارلوت أن الجلد الأزرق هو أحد الأعراض المحتملة لمرض الشريان المحيطي (PAD) الذي يتسبب في ضيق الشرايين في الجسم حول القلب أو الساقين. ويُطلق عليه أيضا مرض الأوعية الدموية المحيطية (PVD)، وهو حالة شائعة تحدث عندما يؤدي تراكم الرواسب الدهنية في الشرايين إلى تقييد إمداد الدم إلى عضلات ساقيك.

وتشرح شارلوت: "في الحالات القصوى، يؤدي داء الشرايين المحيطية إلى انسداد الشرايين التي توقف تدفق الدم إلى قدميك، ما يعطي الجلد لونا أزرق". ويمكن أيضا أن يصبح لون الجلد شاحبا، وغالبا ما يشعر المصابون بالألم عند المشي أو ممارسة الرياضة، وهذا ما يخف عند الجلوس أو الراحة. وتقول هيئة الخدمات الصحية الوطنية إن الأعراض التي "تتطور بسرعة، أو تزداد سوءا بشكل مفاجئ، قد تكون علامة على وجود مشكلة خطيرة تتطلب علاجا فوريا".

تحدث هذه الحالة عندما تقيد أوعية اليدين والقدمين تدفق الدم. ويتسبب نقص تدفق الدم في تحول هذه الأطراف إلى اللون الأزرق. وإلى جانب اللون الأزرق على بشرتك، يمكنك أيضا أن تفقد الإحساس في أصابع اليدين و/أو أصابع القدم. ومن الشائع أيضا أن تعاني من انخفاض في درجة حرارة الجسم". ويمكن أيضا أن تتحول أصابع يديك وقدميك إلى اللون الأبيض، كما لو تم إفراغها من الدم تماما. ويقول حسين إنه يجب طلب العلاج "إذا كنت تعاني من خدر متكرر أو فقدان الإحساس في أصابع يديك أو قدميك، أو إذا لاحظت تحول لونها إلى اللون الأزرق الذي يعود أو لا يختفي".

3. فشل القلب

هذا لا يعني توقف القلب فجأة، ولكنه قصور في القلب طويل الأمد، والذي يؤثر على قدرة القلب على ضخ الدم". كما تقول شارلوت. وهي حالة تزداد سوءا بمرور الوقت حيث يكافح القلب لضخ "الأكسجين والدم إلى الجسم بالكامل" ويمكن أن تعني "فشل الساقين والرئتين في الحصول على كمية كافية من الأكسجين أو الدم". وهذا النقص في الأكسجين هو الذي يمكن أن يؤدي إلى الزرقة.

وتخف معظم الكدمات بشكل طبيعي بمرور الوقت في المنزل، وذلك بمساعدة الكمادات الباردة والباراسيتامول. ولكن يمكن التحول إلى الطبيب إذا كانت الكدمات شديدة، وتغطي مساحة كبيرة جدا، ولا يبدو أنها تلتئم أو بدأت في الانتفاخ.

2. رينود

يمكن أن تسبب متلازمة رينود، التي تؤثر على الدورة الدموية، في الإصابة بالزرقة، خاصة في الأطراف. ويقول المدير السريري والمدير الصيدلي المشرف في "ميدسين دايركت" حسين عبده،

1. الكدمات

الكدمات هي أحد الأسباب الأكثر شيوعا لتحول الجلد إلى اللون الأزرق (بالإضافة إلى اللون الأرجواني والأسود).

وربما تكون ناتجة عن سقوط أو ضربة على دعامة الباب، على سبيل المثال، وهو ما يسبب ظهور بقعة ورقاء يمكن أن تسبب شعورا بالألم.

وتوضح شارلوت كيرمرز، من مركز shopgiejo أن "كدمات الجلد تتلاعب بالأوعية الدموية. ويتراكم الدم في الأوعية الدموية صغيرة تحت الجلد عندما تصاب، ما يسبب الجلد الأزرق".



الإيبوبروفين . . مسكن للألم يمكن لاستخدامه الطويل زيادة مخاطر الإصابة بالنوبة القلبية

نستخدم جميعا تقريبا مسكنات الألم لعلاج حالات مثل الصداع. وفي الواقع توجد أنواع مختلفة من هذه المسكنات، ولكل منها استخداماته الخاصة وطريقة معينة في تناولها.



نظام القلب والأوعية الدموية لسببين رئيسيين، هما: - يغيرون مستويات المواد في الدم التي تزيد من احتمالية حدوث الجلطات، ويمكن أن تؤدي الجلطة الدموية إلى سد الشريان الضيق في القلب، ما يؤدي إلى نوبة قلبية. - مضادات الالتهاب غير الستيرويدية تغير تدفق الدم في الكلى، ما يجعل الجسم يحتفظ بمزيد من الملح والماء، ويؤدي ذلك إلى ارتفاع ضغط الدم، وبالتالي يزيد هذا من خطر الإصابة بسكتة دماغية.

ويقول موقع هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية (NHS) الإلكتروني: "هناك خطر متزايد من اضطراب المعدة، بما في ذلك النزيف ومشاكل الكلى والقلب".

إذا كنت تتناول الإيبوبروفين لفترة طويلة. ويشار إلى أنه لا يمكن لجميع تناول الإيبوبروفين أيضا، بما في ذلك من لديه من قبل رد فعل تحسسي تجاه مسكن الألم. وعلاوة على ذلك، لا تستطيع النساء الحوامل تناوله وهو غير مناسب لبعض الأطفال. ويمكن في هذه الحالات اعتماد مسكن آلام آخر شائع، وهي الباراسيتامول، والذي يستخدم لعلاج الصداع ومعظم الآلام غير العصبية. وهناك أيضا الأسبرين، وهو مثل الإيبوبروفين، من مضادات الالتهاب غير الستيرويدية.

طويلة يمكن أن يبدأ في إظهار بعض الآثار الجانبية السلبية، ويتضمن ذلك زيادة خطر الإصابة بنوبة قلبية أو الإصابة بأمراض قلبية أخرى. وتشكل مضادات الالتهاب غير الستيرويدية خطرا على

نحو 20 دقيقة للعمل إذا تم تناوله عن طريق الفم ويوم إلى يومين إذا استخدم كمرهم في الجلد. ومع ذلك، فإن مسكن الآلام هذا لا يخلو من المخاطر. وتشير بعض التقارير إلى أن استخدام هذا المسكن لفترة

والإجهاد، ويمكن أن يكون فعالا للغاية في شكل أقراص أو كبسولات أو حبيبات أو سائل. ويعمل الإيبوبروفين عن طريق تقليل الهرمونات في الجسم التي تسبب الألم والتورم. ويستغرق الأمر عادة

ويعد الإيبوبروفين أحد الأنواع الشائعة من مسكنات الآلام، وهو تحديدا، عقار مضاد للالتهاب غير ستيرويدي (NSAID)، ويستخدم لعلاج وجع الأسنان وآلام الظهر وآلام الدورة الشهرية والالتواءات



أكد أن الأمن المائي ركيزة أساسية للاستدامة والتنمية والازدهار

سهيل المزروعي: الإمارات أضحت اليوم الدولة النموذج في استخدام مزيج من الطاقة متوازن وآمن ومستدام

جهود الإمارات واضحة في الحفاظ على البيئة بما يتواءم مع اتفاق باريس للتغير المناخي

•• أبوظبي-وام-

أكد معالي سهيل بن محمد فرج فارس المزروعي، وزير الطاقة والبنية التحتية، أهمية اتخاذ خطوات عاجلة وفاعلة لاستدامة الموارد المائية، كون الأمن المائي ركيزة أساسية في منظومة التنمية والازدهار و يحظى بأولوية لدى حكومة الإمارات عبر جهودها الرائدة في تطوير قطاع الطاقة النظيفة وتعزيز كفاءته، وترشيد استهلاك الموارد الطبيعية، وإيجاد حلول بديلة عن الطاقة التقليدية بما يدعم التنمية المستدامة التي تستند إلى ضمان حماية البيئة والاستخدام الأمثل للموارد الطبيعية.

وقال معاليه، في كلمته الافتتاحية بالمؤتمر العالمي للمرافق الذي تستضيفه العاصمة أبوظبي: "إن دولة الإمارات تدرک أن الطاقة والياه يمثلان حجر الزاوية في الأمن الوطني، ولهما أهمية قصوى في دعم مستهدفاتها الاستراتيجية ومسيرتها التنموية، لذا عملت الدولة على إطلاق مشاريع كبرى في هذين القطاعين الحيويين الداعمين لمستهدفات الدولة للخمسين عاما القادمة في الازدهار والتنمية المستدامة.

وأضاف معاليه: "بهدف تعزيز الأمن المائي واستدامة الموارد المائية، تعمل الدولة على تنفيذ 3 مشاريع كبرى لتوليد المياه واستدامتها، كما أطلقت في وقت سابق مبادرة "الأمن المائي 2036"، والتي صيغت من منظور وطني لتغطية عناصر سلسلة إمدادات المياه كافة في الدولة للعشرين عاما المقبلة، حيث تهدف إلى حرية الوصول للستدام المستمر إلى كميات آمنة وكافية من المياه الصالحة للشرب في ضوء الظروف العادية وأثناء حالات الطوارئ واسعة النطاق.

وكشف معالي وزير الطاقة والبنية التحتية، عن أبرز 3 مشاريع لتوليد المياه قيد الإنشاء في أبوظبي ودبي وأم القيوين، والتي من المقرر الانتهاء منها خلال عام 2023 وتصل سعتها إلى 420 مليون جالون يوميا، والتي بدورها ستساهم في رفع قدرة تحلية المياه في الإمارات إلى 1.590 مليون جالون يوميا، وتعزيز الأمن المائي للدولة.

وقال إن الإمارات أصبحت اليوم الدولة النموذج في استخدام مزيج متنوع من الطاقة، عبر إطلاق المشاريع الكبرى من أجل زيادتها العالمية في هذا المجال، وتحقيق الاستدامة في قطاع الطاقة، ووضع أول خطة موحدة للطاقة في الدولة توازن بين جانبي الإنتاج والاستهلاك وبين الالتزامات البيئية العالمية، وتعتبر محطة بركة للطاقة النووية السلمية أول محطة نووية متعددة الوحدات في العالم العربي، موضحاً أنه تم الانتهاء سابقاً من الوحدات 1-2 من المحطة ليصل إجمالي إنتاجهما إلى 2800 ميغاواط، فيما تقرر تشغيل الوحدة 3 فعليا عام 2023، أما الوحدة 4 فهي في المراحل النهائية لاكتمال البناء، وعند تشغيل المحطة بالكامل ستنتج محطات بركة الأربع 5.6 فيغاواط من الكهرباء الهيدروجين سنويا.

وأوضح معاليه، أنه عندما تعمل جميع وحدات محطة بركة للطاقة النووية السلمية، ستنتج المحطة النووية ما يصل إلى 25% من احتياجات الكهرباء للدولة، وستعد 22.4 مليون طن من الانبعاثات الكربونية سنويا، أي ما يعادل انبعاثات 4.8 مليون سيارة، بينما تستثمر إمارة الشارقة 2



الكربون والمساهمة في تحقيق الحياد المناخي وتعزيز مكانة الدولة كمصدر للهيدروجين. ولفت إلى أن جهود حكومة الإمارات تستند على العمل المشترك بين مختلف القطاعات المعنية في الطاقة والمياه، بهدف تسريع النتائج، وتحويل التحديات إلى فرص حقيقية للمستقبل، وبناء استراتيجيات تتواءم مع مستهدفات الدولة للخمسين عاما القادمة. وقال معاليه: "إن تقدم دولة الإمارات لاستضافة دولة الإمارات الدورة الـ 28 للمؤتمر الأطراف في اتفاقية الأمم المتحدة الإطارية بشأن تغير المناخ "كوب 28"، يؤكد التزام الدولة بعملية تشاورية متعددة الأطراف تهدف إلى تسريع التوافق من أجل حماية البيئة، وإن استضافة هذا الحدث العالمي يمثل أساساً حقيقياً للانطلاق نحو العمل المناخي الذي يحقق مكاسب اجتماعية واقتصادية على حد سواء، بينما تستهجن الإمارات العمل المشترك مع المجتمع الدولي لضمان تحقيق اتفاق باريس للتغير المناخي، والأهداف المناخية على المستوى الوطني."

سياحة 365 تستعرض مزايا قطاع السياحة الترفيهية في أبوظبي خلال سوق السفر العربي

شركة التنمية السياحية تسلط الضوء على شراكها الاستراتيجية مع دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي والاتحاد للقطاعات لترسيخ مكانة أبوظبي كوجهة سياحية رائدة

•• أبوظبي-الفجر-

أعلنت سياحة 365، شركة التنمية السياحية المملوكة من قبل شركة أبوظبي الوطنية للمعارض (أذنيك)، عن مشاركتها هذا العام في سوق السفر العربي، بهدف استعراض مزايا قطاع السياحة الترفيهية في أبوظبي.

وتسلط الشركة خلال الفعالية الضوء على شراكها الاستراتيجية مع دائرة الثقافة والسياحة- أبوظبي والاتحاد للقطاعات، كما تحتضن بمرور حوالي العام على انطلاقها في أواخر شهر يونيو من العام الماضي، وقال سعادة حميد مطر الظاهري، العضو المنتدب والرئيس التنفيذي لشركة أذنيك: "تعمل على الارتقاء بقطاع السياحة في أبوظبي خلال فصل الصيف وعلى مدار العام القادم، من خلال شراكتنا الاستراتيجية مع دائرة الثقافة والسياحة في أبوظبي والاتحاد للقطاعات، وتعد الشركة، التي انطلقت بداية النصف الثاني من عام 2021، جزءاً من استراتيجية أذنيك لتطوير قطاع السياحة الترفيهية في أبوظبي، وتتطلع قدماً إلى تعزيز مكانة أبوظبي كإحدى وجهات السياحة الرائدة على مستوى العالم، بالاعتماد على تقنيات السفر المتطورة وسهولة الوصول، إضافة إلى توفير عروض فريدة للمسافرين من مختلف أنحاء العالم، كما نترننا لقطاع السياحة في العاصمة الإماراتية، وتسعى إلى استقطاب المسافرين لأغراض العمل والترفيه على حد سواء، بهدف إحداث تأثير اقتصادي واجتماعي إيجابي في أبوظبي، من جهة، قال سعادة صالح محمد الجزيري، مدير عام السياحة في دائرة الثقافة والسياحة- أبوظبي: "تشكل مذكرة التفاهم خطوة إيجابية



لقطاع السياحة في أبوظبي، وتساهم في تعزيز مكانة العاصمة الرائدة في مجال الابتكار السياحي على الساحة الدولية. ووفق أن هذه الشراكات الاستراتيجية إلى جانب تجاربنا السياحية والثقافية المتنوعة ستمنحنا دفعة قوية لتحفيز الزوار على استكشاف أبوظبي وفق اهتماماتهم وتطلعاتهم الشخصية، بالتعاون مع تسليط الضوء على وجهتنا في الأسواق العالمية وإتاحة المجال أمام أعداد أكبر من الزوار للاستمتاع بعروضها ومعاليها الاستثنائية.

الوصول، إضافة إلى توفير عروض فريدة للمسافرين من مختلف أنحاء العالم، كما نترننا لقطاع السياحة في العاصمة الإماراتية، وتسعى إلى استقطاب المسافرين لأغراض العمل والترفيه على حد سواء، بهدف إحداث تأثير اقتصادي واجتماعي إيجابي في أبوظبي، من جهة، قال سعادة صالح محمد الجزيري، مدير عام السياحة في دائرة الثقافة والسياحة- أبوظبي: "تشكل مذكرة التفاهم خطوة إيجابية

بالتعاون مع دائرة الثقافة والسياحة

- أبوظبي والاتحاد للقطاعات، وتكشف سياحة 365 خلال فعاليات المعرض عن تفاصيل شراكتها مع الاتحاد للقطاعات، والتي من شأنها الارتقاء بدورها من منصة سفر مخصصة للسوق المحلي إلى مشغل متكامل لختلف الرحلات الإقليمية والدولية. وتتيح هذه الخطوة للشركة تزويد وكالات السفر التقليدية والإلكترونية بعروض المحطات الخاصة بشبكة الاتحاد، وذلك في العديد من الأسواق الرئيسية، مثل ألمانيا وفرنسا وإسبانيا والمملكة المتحدة وسويسرا وإيطاليا وهولندا والنمسا وروسيا. كما تستعمل الاتحاد للمحطات كمشغل رحلات خاص بالشركات بالتعاون مع شركات التجزئة وكالات السفر الإلكترونية، لتنشيط حركة السياحة واستقطاب المزيد من المسافرين إلى أبوظبي والإمارات. وتشارك سياحة 365 في سوق السفر العربي 2022 بين 9 و12 مايو، ضمن المنصتين ME2310 وME2350 التابعتين لدائرة الثقافة والسياحة- أبوظبي، إلى جانب مشاركتها ضمن منصة ME2210 التابعة للاتحاد للمحطات والاتحاد للطيران، حيث تقدم للزوار عدة جوائز مميزة لرحلات العطلات.

الإمارات للطاقة النووية تسلط الضوء على دور الإمارات الريادي بمجال الطاقة الصديقة للبيئة

•• أبوظبي-وام-

الطاقة وتنوع مصادر إنتاج الطاقة.. ومن خلال بدء التشغيل التجاري لانتئين من المحطات الأربع ضمن محطات بركة للطاقة النووية السلمية، تعمل مؤسسة الإمارات للطاقة النووية على توفير الحلول المناخية التي من شأنها أن تسرع عملية خفض الانبعاثات الكربونية على نطاق واسع، إلى جانب تعزيز النمو وتطوير تقنيات الطاقة النووية السلمية في دولة الإمارات، والذي يُعد بمثابة محفز لتطوير المزيد من الابتكارات التي ستدفع من عجلة تحول الدولة إلى الطاقة الصديقة للبيئة.

وقال الحمادي: "في شهر مارس من العام الجاري، بدأت المحطة الثانية من محطات بركة للطاقة النووية السلمية مرحلة

التشغيل التجاري.. وتنتج محطات بركة اليوم 2.8 فيغاواط من الطاقة الكهربائية ما يجعلها أكبر مصدر للطاقة الصديقة للبيئة في الدولة.. وعند التشغيل التجاري لمحطات بركة الأربع ستبني الطاقة النووية السلمية 25% من الطلب على الطاقة الكهربائية في دولة الإمارات.. وستساهم مما يساهم دولة الإمارات على تسريع وتيرة تحولها لتصبح من أبرز المصدرين للغاز الطبيعي المسال بحلول عام 2030.. وأضاف أنه نظراً لدورنا في تعزيز هذا التقدم والتطور، قمنا بتطوير قطاع قادر على توظيف آلاف الأشخاص خلال عشر سنوات فقط.. وأصبح لدينا الخبرة والمعرفة في قطاع الطاقة النووية للأغراض السلمية، وسلاسل توريد محلية لقطاع

الطاقة النووية تقدر بمليارات الدراهم.. وهذا كله ما هو سوى جزء بسيط من الفوائد والمزايا التي توفرها محطات بركة والتي تشكل جزءاً من البرنامج النووي السلمي الإماراتي، وهو ما يساهم في تعزيز جهود الدولة لتحقيق الحياد المناخي. على صعيد متصل تحدث الحمادي في منتدى قيادات الطاقة النووية ليلسلط الضوء على أن ثمان من أكثر عشر دول استدامة في العالم تستثمر في الطاقة النووية.. وفي الأونة الأخيرة، أعادت مجموعة من الدول عبر أوروبا والشرق الأوسط وآسيا وأمريكا تأكيد التزامها بمصادر الطاقة الخالية من الانبعاثات الكربونية، وذلك لأن مثل هذه المصادر تعزز أمن الطاقة.



الفكر

25 67% نمو في حجم التبادل التجاري بين الإمارات واليونان خلال 2021

•• أبوظبي- وام-

نما حجم التبادل التجاري بين الإمارات واليونان خلال العام 2021 بنسبة 67% ليصل إلى أكثر من مليار درهم، مقابل 1.2 مليار درهم في العام 2020. فيما بلغ معدل نمو التبادل التجاري خلال السنوات العشر الماضية 166% حسب بيانات المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء. وأشارت البيانات إلى أن أهم 5 سلع تم استيرادها من اليونان خلال 2021 تضمنت زيوت نطف و زيوتا متحصلا عليها من مواد معدنية بقيمة 510 ملايين درهم، وسجائر بقيمة 134 مليون درهم، وصناعات و ألواح ألومنيوم بقيمة 77 مليون درهم، وأحجار بناء بقيمة 67 مليون درهم، وأدوية بقيمة 65 مليون درهم. وتصدرت سلعة ألومنيوم خام قائمة أهم 5 سلع تم تصديرها إلى اليونان العام الماضي مسجلة ما قيمته 244 مليون درهم، فيما تصدرت أجهزة الهواتف بما فيها أجهزة هاتف للشبكات الخليوية أو غيرها من الشبكات اللاسلكية مسجلة ما قيمته 124 مليون درهم. وأظهرت البيانات، أن حجم التبادل التجاري بين البلدين في العام 2012 بلغ 772 مليون درهم ليرتفع إلى 907 ملايين درهم في العام 2013، وسجل إجمالي التبادل التجاري بين الجانبين عام 2014 نحو 841 مليون درهم مرتفعاً إلى 991 مليون درهم في العام 2015. وشهد العام 2016 تجاوز التبادل التجاري بين البلدين حاجز مليار درهم ليرتفع إلى 1.18 مليار درهم عام 2017، وإلى نحو 1.5 مليار درهم عام 2018 وحوالي 1.67 مليار درهم في عام 2019.

1.4 مليار درهم الاستثمارات المباشرة

المشاركة بين الإمارات واليونان بنهاية 2020

•• أبوظبي - وام-

بلغ إجمالي الاستثمارات المشتركة المباشرة بين الإمارات واليونان بنهاية 2020 نحو 381.1 مليون دولار 1.4 مليار درهم منها 127.6 مليون دولار 468 مليون درهم إجمالي الاستثمار الأجنبي المباشر القادم من اليونان إلى الإمارات، وحوالي 253.5 مليون دولار 931 مليون درهم إجمالي الاستثمارات الإماراتية المباشرة إلى اليونان حسب بيانات المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء. وحقق إجمالي الاستثمار الأجنبي المباشر القادم من اليونان إلى الإمارات بنهاية العام 2020 زيادة بنسبة 116% ليصل إلى 127.6 مليون دولار 468 مليون درهم مقابل 59.3 مليون دولار 217 مليون درهم خلال العام 2011. وتوزعت الاستثمارات اليونانية في الدولة في 6 قطاعات تصدرتها الأنشطة العقارية بقيمة 175 مليون درهم، والنقل والتخزين بقيمة 174 مليون درهم، والبناء والتشييد بقيمة 73 مليون درهم، والتصنيع بقيمة 28 مليون درهم، وتجارة الجملة والتجزئة بقيمة 12 مليون درهم، وأنشطة أخرى بقيمة 6 ملايين درهم. وارتفع إجمالي الاستثمار المباشر من الإمارات إلى اليونان بنهاية العام 2020 إلى 253.5 مليون دولار 931 مليون درهم بزيادة عن العام 2019 والبالغ 229.2 مليون دولار 841 مليون درهم.

دائرة الاقتصاد والسياحة تستضيف ورشة عمل حول مبادرات تهدف إلى تسريع نمو التجارة الإلكترونية في دبي

•• دبي-الفجر-

استضافت دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي مؤخراً ورشة عمل افتراضية حضرها أكثر من 15 لاعباً رائداً في مجال التجارة الإلكترونية، بما في ذلك منصة "نون" الإلكترونية وأمازون، لاطلاعهم على أحدث مبادرات التجارة الإلكترونية التي أطلقتها لجنة التجارة الإلكترونية التابعة لعودة التسريع الاقتصادي في دبي. وهدفت الورشة إلى الحصول على آراء وملاحظات المعنيين في المجال حول مبادرات التجارة الإلكترونية في دبي بما في ذلك الشركات الصغيرة والمتوسطة والشركات متعددة الجنسيات، حيث تتعاون دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي مع العديد من الهيئات الحكومية والمناطق الحرة والشركات المحلية لضمان توفير بيئة مثالية لشركات التجارة الإلكترونية في الإمارة. وتضمنت المبادرات التي تمت مناقشتها خلال ورشة العمل تبسيط عملية تسجيل ضريبة القيمة المضافة، والسماح بعمليات المستودعات في البر الرئيسي على مدار 24 ساعة، وتبسيط فاتورة عملية فحص الخروج وتقليل تكاليف فاتورة الخروج لتجار الجملة وشركات التجارة الإلكترونية، ودمج الشحن البحري والجوي لتسهيل عملية خزائن الطرود في جميع أنحاء الإمارة، وغيرها من الخدمات التي من شأنها تعزيز مكانة دبي كمركز للتجارة الإلكترونية والخدمات اللوجستية، فضلاً عن تعزيز القدرة التنافسية لأعمال التجارة الإلكترونية الصغيرة المحلية. تم تشكيل وحدة التسريع الاقتصادي في دبي مؤخراً بتوجيهات من سمو الشيخ مكتوم بن محمد بن راشد آل مكتوم، نائب حاكم دبي، نائب رئيس مجلس الوزراء، وزير المالية، لضمان التنفيذ الأمثل للمبادرات الاستراتيجية التي تم تطويرها في إطار خطة دبي الاقتصادية 2030 للاتعاض الاقتصادي بعد الجائحة. ويعمل فريق وحدة التسريع الاقتصادي بشكل مباشر مع المعنيين في القطاعين العام والخاص لتسريع مبادرات جذب الاستثمار لإمارة دبي. وتعتبر التجارة الإلكترونية مجال تركيز رئيسي للوحدة، حيث تعمل لجنة التجارة الإلكترونية هيئة حكومية تعاونية تجسد رؤية دبي للتجارة الإلكترونية وتمكينها وجاذبيتها ونموها. وحضرت الجلسة التفاعلية التي استضافتها دائرة الاقتصاد والسياحة العديد من الجهات الحكومية، بما في ذلك جمارك دبي، ومؤسسة الموانئ والجمارك والمنطقة الحرة، وبلدية دبي. وقدمت دبي الجنوب لحة عامة عن حالة قطاع التجارة الإلكترونية، في حين أطلعت "دو" الشركات على المبادرات ذات الصلة والفوائد المتوقعة منها.

العصر

26

برعاية خالد بن محمد بن زايد انطلاق فعاليات المؤتمر العالمي للمرافق 2022

•• أبوظبي-وام

تحت رعاية سمو الشيخ خالد بن محمد بن زايد آل نهيان عضو المجلس التنفيذي لإمارة أبوظبي رئيس مكتب أبوظبي التنفيذي، انطلقت أمس فعاليات المؤتمر العالمي للمرافق 2022 والتي تستمر حتى 11 مايو الجاري في مركز أبوظبي الوطني للمعارض "أدنيك".

ويبحث المشاركون في المؤتمر التوجهات والتقنيات والابتكارات التي تؤثر على مستويات الطلب المستقبلية على إمدادات المياه ومصادر الطاقة في العالم. كما يتبع المؤتمر والمعرض المصاحب الذي يستمر ثلاثة أيام، إمكانية استكشاف فرص نمو الأعمال في القطاع على مستوى الدولة والمنطقة، فضلاً عن الاقتصادات سريعة النمو في آسيا.

ويشارك في المؤتمر والمعرض أكثر من 10 آلاف متخصص في قطاع المرافق، و120 شركة عارضة من مختلف أنحاء العالم، بهدف تسليط الضوء على الإجراءات الاستباقية الرامية إلى رقمنة أنظمة الطاقة والمياه، والحد من الانبعاثات واستقطاب الاستثمارات طويلة الأمد. كما يجتمع المؤتمر ما يزيد عن 200 متحد من المتخصصين في قطاع المرافق وأكثر من ألف من ممثلي الجهات المشاركة في المؤتمر الذي يستضيف أكثر من 50 جلسة نقاشية استراتيجية وافية.

استئناف الدوام الرسمي في الإمارات.. وإجازة العيد بروفة ناجحة لوسم السياحة الصيفي

•• أبوظبي-وام

شهدت الإمارات، أمس عودة انتظام العمل في الجهات الحكومية والخاصة ومؤسسات التعليم بعد انقضاء عطلة عيد الفطر السعيد التي امتدت على مدى 9 أيام وسط أجواء إيجابية ناجمة عن الارتياح العام جراء عودة الكثير من مظاهر الحياة الطبيعية إلى وضعا قبل دخول الإجازة. وحققت الفنادق ومراكز التسوق والمناطق الترفيهية المغلقة معدلات إشغال مرتفعة وإقبالاً واسعاً من الجمهور للاستفادة من فترة الإجازة الطويلة، وذلك تزامناً مع إعلان الهيئة الوطنية لإدارة الطوارئ والأزمات والكوارث تخفيف قيود مواجهة وباء كوفيد-19.

وتحافظ الإمارات منذ أكثر من شهرين على توازن إيجابي على مستوى حالات الإصابات المسجلة بالفيروس التي تراجعت بشكل ملحوظ، فيما لم تسجل طوال تلك الفترة أية حالة وفاة ناجمة عن الإصابة.

ودفعت الإشارات الإيجابية العديد من الجهات المعنية في الدولة للإعلان باكراً عن برامجها الصيفية لعام 2022 التي تتضمن تجربة سياحية مميزة ومتنوعة، مستفيدة من قائمة طويلة من الجهات السياحية المغطاء والهيئة للتعامل مع الأجواء الصيفية الحارة التي شهدتها المنطقة خلال الصيف.

وتتنوع تلك الجهات لتضم مراكز التسوق الضخمة، والمدن الترفيهية الغطاء، والمتنزهات السياحية، إضافة لقائمة عالية ومحلية ثرية من المتاحف.

وأطلقت أبوظبي حملتها الترويجية الجديدة التي تستهدف دعوة السياح من المنطقة والعالم لزيارة العاصمة خلال الصيف لاستكشاف تجربتها الثقافية والترفيهية الاستثنائية والعروض التي تطلقها سلسلة واسعة من الفنادق والمتنزهات ومعالم الجذب في جميع أنحاء الإمارة.

وبهذه المناسبة أطلقت أبوظبي "بطاقة صيف أبوظبي" التي تتضمن عروضاً ترويجية استثنائية تغطي التجارب السياحية والمواقع الثقافية ووجهات الترفيه العائلي. توفر البطاقة باقات بقيمة تناسب الجميع عبر قائمة متنوعة من الأنشطة التي تحفز الزوار على استكشافها خلال عطلة الصيف في الإمارة.. وتتيح فرصة زيارة المدن الترفيهية العالمية الثلاث في جزيرة ياس "عالم وارنر براذرز أبوظبي" و"عالم فيراري أبوظبي" و"ياس ووتورورلد أبوظبي"، والدخول إلى جميع المواقع الثقافية في الإمارة، ومن ضمنها متحف اللوفر أبوظبي، قصر الوطن، وقصر الحصن الذي يعد أقدم مبنى قائم في أبوظبي، فضلاً عن مواصلات مجانية عبر حافلات "ياس إكسبرس" وحافلات أبوظبي. وتضم أبوظبي تجارب فريدة تتضمن جزيرة نواي التي تبعد 15 دقيقة باليخت عن شاطئ أبوظبي إلى جانب تجارب ثقافية مفعمة بالأصالة مثل زيارة قصر الوطن، وتجربة الانطلاق على متن أسرع أفعوانية في العالم في "عالم فيراري أبوظبي" والاستمتاع بتجربة السياحة في ناشيونال أكواريوم أبوظبي أكبر حوض للأحياء المائية في الشرق الأوسط.

بدورها تواصل دبي تألقها وإبداعها في توفير تجربة استثنائية للسياحة الصيفية على مستوى المنطقة عبر سلسلة متنوعة من مراكز التسوق الضخمة، والتي تشهد عروضاً تسويقية مغرية طوال الموسم، بالإضافة إلى خيارات الترفيه الموجهة للصحار والكبار على حد سواء، وهو ما جعلها إحدى أهم الوجهات السياحية الصيفية في المنطقة.



وزير الصناعة والتكنولوجيا المتقدمة : الإمارات تصنع قصص نجاح متميزة

سلطان الجابر يطالع على خطط تطوير مصنع «الظاهرة» للأرز بمدينة خليفة الصناعية «كيزاد» لدينا منهجية واضحة لمتابعة المشاريع المبتكرة.. ونركز على ضمان بيئة تشريعية وإجرائية تعزز نجاحاتها



دور إيجابي لـ «كيزاد» بتوفير كل المزايا التنافسية لجميع الشركات و من بينها مصنع الظاهرة للأرز

الأوسط، وآسيا. تعد شركة الظاهرة الزراعية، إحدى الشركات الرائدة المتخصصة في قطاع الزراعة، وإنتاج وتجارة الأعلاف الحيوانية، والسلع الغذائية الأساسية، وإدارة سلاسل الإمداد بطريقة متكاملة حيث تتعامل مع أكثر من أربعين نوعاً من الأعلاف الحيوانية، والألبان، والمنتجات الطازجة، مثل الحمضيات، التمشور، العنب، الصالح، الزيتون، البطاطس، إضافة إلى منتجات الألبان.

وتتمتع الشركة بـ 17 مصنعا لمعالجة العلف، و3 مطاحن أرز، ومطاحن للدقيق إضافة إلى منشآت لتعبئة الفاكهة ولديها مزارع لإنتاج الألبان، وتصل سعة التوريد والتجارة السنوية، إلى 500 ألف طن متري من الأرز، و500 ألف طن متري من الدقيق-الطحين، ومليون طن متري من الحبوب والأسمدة، و150 ألف طن متري من الفواكه والخضراوات.. ويصل حجم الشحن السنوي، إلى 2.5 مليون طن متري أي ما يعادل 175 ألف حاوية مكافئة.

وتتمتع الشركة بتواجد جغرافي فريد تمتد النطاق حيث تلبى طلبات أكثر من 45 سوقاً في آسيا والشرق الأوسط، ويعمل بها أكثر من خمسة آلاف شخص.

وتركز "الظاهرة" على استراتيجيتها على ضمان عدم تقطع الإمدادات على مدار العام وعبر جميع الفصول، من خلال تنوع مصادر الإمداد على نطاق واسع ما يؤدي إلى استقراره، ويخفف من مخاطر تغير المناخ، ويخفف من المخاطر الاقتصادية والتجارية، ويضيف من القدرة على مواجهة تقلب أسعار السلع ويؤكد الالتزام بضمان الأمن الغذائي على المدى الطويل في الإمارات ومواجهة التحديات التجارية، خصوصاً خلال الأزمات المختلفة.

الثورة الصناعية الرابعة وتطبيقاتها، بصورة تعزز المزايا التنافسية للمنتجات الوطنية في الأسواق المحلية والدولية.

وأشاد معاليه بالدور الإيجابي لمدينة خليفة الصناعية "كيزاد" وقدرتها على توفير كل المزايا التنافسية للشركات، ومن بينها مصنع الظاهرة للأرز، الذي يوفر مخزوناً غذائياً استراتيجياً، ويتم تشغيل منشأته من خلال مجندي برنامج الخدمة الوطنية، ويطرق تعكس الارتباط بين أساليب الزراعة الحديثة، واستخدامات التكنولوجيا المتقدمة في الإجازة والتشغيل والتخزين والنقل.

وقال معاليه ديدم عبدالله الدرعي، الشريك المؤسس والعضو المنتدب لمجموعة الظاهرة القابضة، "إن دور مصنع بربنت ارتباطاً قوياً بالاستراتيجية الوطنية للأمن الغذائي لدولة الإمارات، التي تهدف إلى تطوير منظومة وطنية شاملة تقوم على أسس تمكن إنتاج الغذاء المستدام، وتحدد عناصر سلة الغذاء الوطنية، كما أن تأسيس المصنع في منطقة كيزاد الصناعية كان قراراً موفقاً، ووقع المصنع على مقربة من ميناء خليفة سهل بشكل كبير عمليات استيراد وتصدير الأرز، كما أن المصنع استفاد بشكل كبير من سلسلة التوريد المتكاملة في مدينة خليفة الصناعية التي تضمن حصول المصنع على منتجات أرز عالي الجودة، ونحن نشكر الصناعة في دولة الإمارات تحولت سريعاً إلى قصص نجاح إقليمية وعالمية بفضل ما تقدمه الدولة من دعم مستمر لهذا القطاع، ونحن أمام مرحلة جديدة تحصل خلالها المشاريع والشركات الناشئة والصغيرة والمتوسطة، على فرص كبيرة للنمو والتوسع مؤكداً أن الوزارة تعمل على طاقمها مع الشركاء في القطاعين الحكومي والخاص على دعم نمو الصناعات الوطنية وتعزيز تنافسيتها، وكذلك على مستوى توفير الحلول التمويلية لنمو الأعمال من خلال الشركاء الاستراتيجيين مثل مصرف الإمارات للتنمية، وتعزيز تبني التكنولوجيا المتقدمة وحلول

الرئيس التنفيذي للعلاقات الحكومية، وحمدان عبدالله الدرعي، الرئيس التنفيذي للعمليات التشغيلية.

رافق معاليه في الزيارة، سعادة عمر أحمد صويغ السويدي، وكيل وزارة الصناعة والتكنولوجيا المتقدمة، والكابتن محمد جمعة الشامي، العضو المنتدب، والرئيس التنفيذي لمجموعة موانئ أبوظبي و استمع معاليه إلى خطط التطوير في الشركة وفرص التوسع والمنافسة الإقليمية والعالمية، ومزايا وجود مصنع الظاهرة للأرز في "كيزاد"، والذي يوفر مخزوناً احتياطياً استراتيجياً، ويعزز الأمن الغذائي، مستفيداً مما تقدمه دولة الإمارات، وإمارة أبوظبي، من مميزات ومحفزات نوعية للقطاع الصناعي.

وقال معالي الدكتور سلطان بن أحمد الجابر: "تماشياً مع توجيهات القيادة الرشيدة، نركز في الوزارة على تحفيز القطاع الصناعي وتوفير بيئة أعمال داعمة للمستثمرين، لتعزيز مساهمة القطاع الصناعي في الناتج المحلي الإجمالي، ويعتبر القطاع الزراعي من القطاعات الحيوية، نظراً لدوره المحوري في تعزيز منظومة الأمن الغذائي الوطنية، ونسعى لتابعة كل المشاريع المبتكرة ضمن منهجية واضحة لضمان بيئة تشريعية وإجرائية تعزز نجاحاتها، والارتقاء بجودتها وتنافسيتها".

وأضاف معاليه أن الاستثمارات الصناعية في دولة الإمارات تحولت بسرعة إلى قصص نجاح إقليمية وعالمية بفضل ما تقدمه الدولة من دعم مستمر لهذا القطاع، ونحن أمام مرحلة جديدة تحصل خلالها المشاريع والشركات الناشئة والصغيرة والمتوسطة، على فرص كبيرة للنمو والتوسع مؤكداً أن الوزارة تعمل على طاقمها مع الشركاء في القطاعين الحكومي والخاص على دعم نمو الصناعات الوطنية وتعزيز تنافسيتها، وكذلك على مستوى توفير الحلول التمويلية لنمو الأعمال من خلال الشركاء الاستراتيجيين مثل مصرف الإمارات للتنمية، وتعزيز تبني التكنولوجيا المتقدمة وحلول

شهد مشاركة 40 شركة متخصصة وإبرام صفقات متنوعة

معرض «تفاصيل 2022» يختتم فعالياته في «إكسبو الذيد» مستقطباً أكثر من ألف زائر

•• الشارقة-الجزيرة

استضافة المعارض النوعية، ويجذب إليها الشركات والخبراء والمتخصصين في المجالات التي تضمها المعرض، الذي يشكل منصة مهمة للتعريف بأحدث المنتجات في مجالات الهندسة والإنشاءات والتصاميم، بجانب مساهمته في إبرام صفقات مجزية في مجالات مختلفة.

وأضافت الكتيبي أن المعرض وفر فرصاً كبيرة للحاضرين الذين تفاعلوا مع العروض المتنوعة، والقيم الإبداعية المتميزة في الفنون المعمارية الرقمية، بما في ذلك الأزياء والجران والأيوب والنوافذ، وتصميم وتنفيذ المطابخ والاستشارات الهندسية والمقاولات والإنشاءات، إلى جانب التواصل المباشر مع المهندسين وأصحاب الاختصاص والشركات، متيحاً الفرصة لزواره للاطلاع على أحدث المنتجات بأفضل الأسعار، والتعرف على الإبداع والابتكار في الروي والأفكار.

تقنيات ومعدات البناء والتشييد، ومواد التشطيب الداخلي والديكور، والخدمات الهندسية ومنتجات الأثاث وأنظمة الأمن والسلامة والعديد من المنتجات الأخرى، في حين قدم مصمم الديكور والهندسين المعماريين الاستشارات الهندسية للزوار حول تصميم مخططاتهم المنزلية، ومساعدتهم في اختيار الأثاث المناسب لمنازلهم، وفق أحدث التوجهات العالمية.

وأعربت رائدة الأعمال مريم الكتيبي رئيس اللجنة العليا المنظمة للمعرض، عن سعادتها بالنجاح الذي حققه المعرض، مؤكدة أن الحدث البارز الذي شهدته المنطقة الوسطى للمرة الأولى، يساهم في تعزيز مكانة الشارقة الرائدة في التطور الذي تشهده من خلال البنية التحتية، وقطاعات الإنشاءات والبناء، كما يدعم توجه إمارة الشارقة نحو تنظيم

اختتمت مؤخراً في مركز "إكسبو الذيد" فعاليات الدورة الأولى من معرض "تفاصيل 2022"، الحدث الأول من نوعه في المنطقة الوسطى، الذي أقيم خلال الفترة من 5 إلى 7 مايو الجاري، بدعم من غرفة تجارة وصناعة الشارقة، وسط مشاركة أكثر من 40 شركة متخصصة في قطاعات الإنشاءات ومواد البناء والاستشارات الهندسية، وخبذة من أبرز شركات الأثاث والإضاءة والبيوت الذكية، مستقطباً أكثر من ألف زائر على مدار ثلاثة أيام.

ونجح المعرض الذي شهد إبرام اتفاقيات تعاون وعدد من الصفقات والعقود والأعمال التجارية، في نيل رضا الحاضرين والزوار من خلال ما تضمنه من عرض لأحدث الابتكارات في



الغرفة

27 مركز أبوظبي للصحة العامة يطلق سلسلة ورش عمل حول المعلومات الغذائية

•• أبوظبي-الجزيرة:

أعلن مركز أبوظبي للصحة العامة، الأول من نوعه في المنطقة والذي يهدف إلى الحفاظ على صحة سكان الإمارة وضمان سلامة العاملين فيها من خلال تعزيز مفاهيم الصحة العامة والصحة الوقائية، عن إطلاق أول سلسلة من ورش العمل في إطار برنامج "صحي"، تهدف إلى تدريب المؤسسات الغذائية الفندقية على عرض المعلومات الغذائية ضمن قوائم الطعام المقدمة للمستهلكين.

ويهدف برنامج "صحي" الذي قدمه مركز أبوظبي للصحة العامة إلى تدريب 600 مؤسسة غذائية فندقية مسجلة لدى دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، على عرض معلومات السرعات الحرارية والمكونات الغذائية الكلية في قوائم الطعام التي تقدمها، لتثقيف أفراد المجتمع، وتمكينهم من اتخاذ قرارات وخيارات غذائية سليمة، واتباع أنماط الحياة الصحية، ويأتي برنامج "صحي" انسجاماً مع التزام مركز أبوظبي للصحة العامة بدعم برامج ومبادرات الصحة العامة اعتماداً على التعاون المشترك مع مجموعة واسعة من الهيئات والمؤسسات في إمارة أبوظبي.

وقالت الدكتورة مريم الواحدي، مدير إدارة صحة المجتمع في مركز أبوظبي للصحة العامة، "ندرك غالبية الناس أن تناول عدد كبير من السرعات الحرارية قد يؤدي إلى زيادة الوزن وعواقب صحية أخرى. ولذا، من الضروري تحديد عدد السرعات الحرارية في الوجبات التي تتناولها لضمان صحتنا، والحفاظ على نظام غذائي صحي ووزن ملائم، وستتيح هذه المبادرة فرصة لتمكين المجتمع من اتخاذ قرارات غذائية سليمة. ولن تقتصر فائدة المبادرة على إطلاع المستهلكين حول عدد السرعات الحرارية فحسب، فهي غير كافية لمعرفة القيمة الصحية للوجبات، بل ستتيح لهم معرفة المكونات الغذائية الكاملة، مثل الدهون والبروتينات والكربوهيدرات".

وسيشرف مركز أبوظبي للصحة العامة على تطبيق الإرشادات التوجيهية الخاصة بطريقة عرض المعلومات الغذائية، بما يضمن توحيد الأسلوب المتبع في جميع المؤسسات في أبوظبي. كما سيعمل البرنامج على توجيه المؤسسات المشاركة من خلال المواد التثقيفية والتعليمية حول استخدام برنامج التحليل الرقمي للأغذية لضمان تحقيق الأهداف الشاملة للبرنامج.

كما سيواصل مركز أبوظبي للصحة العامة جهودها الهادفة لتمكين جميع المؤسسات الغذائية المشاركة من خلال تنظيم الاجتماعات الدورية لتابعة تقدم البرنامج، وتمكين وصول المؤسسات لأحدث برامج تحليل التغذية الرقمية، وتنظيم الزيارات الميدانية التدريبية.

غرفة الشارقة تنظم «ملتقى سيدات الأعمال بين الشارقة وأوروبا» اليوم

•• الشارقة-الجزيرة:

تنظم غرفة تجارة وصناعة الشارقة اليوم الثلاثاء بالتعاون مع الرابطة الأوروبية، «ملتقى سيدات الأعمال بين الشارقة وأوروبا»، تحت شعار "ريادة الأعمال للفرصة... كوني أرحم"، والذي يهدف إلى تعزيز ثقافة ريادة الأعمال وتحفيز السيدات لبدء أعمالهن الخاصة، فضلاً عن توسيع مجالات التعاون والتنسيق لزيادة مشاركة المرأة في القطاعات الاقتصادية، وسيضم الملتقى الذي سينعقد في مقر الغرفة بتمام الساعة العاشرة صباحاً، تنظيم جلسات حوارية تناقش التخطيط للنظام البيئي الخاص بالشركات الناشئة في إمارة الشارقة، ومسؤولية تطوير الأعمال في مجمع الشارقة للبحوث والتكنولوجيا والابتكار، فضلاً عن استعراض الآليات المبتكرة لتمويل مشروعات رائدات الأعمال، إلى جانب استضافة عدد من رائدات الأعمال شاركة قصص نجاحهن والتحديات التي واجهتهن وكيف تغلبن عليها، كما سيخصص جزء من الملتقى لتنظيم ورش عمل إرشادية حول كيفية بناء علاقات مهنية فاعلة وأحدث الممارسات في التواصل السريع مع العملاء، وكيفية تقديم العروض للمستثمرين، وستختتم فعاليات الملتقى بجلسة للتواصل والتعارف بين الحضور.

معرض أبوظبي الدولي للصيد يعلن آليات المشاركة والبيع والشراء في قطاع الأسلحة

•• أبوظبي-الجزيرة:

يُعتبر معرض أبوظبي الدولي للصيد والفرصية المكان الأمثل لاقتناء أحدث الابتكارات والمنتجات عالية الجودة في قطاع أسلحة الصيد الذي ينمو سنوياً بشكل ملحوظ استجابة لرغبة جمهور المعرض، حيث بإمكانهم الحصول على كل ما يحتاجونه لممارسة هوايتهم المفضلة في الصيد من البنادق، المسدسات، الذخائر، بنادق مزخرفة للعرض، خناجر تراثية، سكاكين الصيد، والبنادق الهوائية، فضلاً عن أحدث المناشير وملابس ومستلزمات رحلات الصيد، والتي تقدمها أفضل العلامات التجارية.

ويتناسب مضمون أسلحة الصيد في العالم ومضمونها من الشركات والخبراء في تقديم السلاح الأفضل للصيادين. وفي كل عام تبرز ابتكارات لافتة ونادرة في عالم أسلحة الصيد بحكم ما تقدمه من فن وجودة ومثانة وأمان، ويتم صنعها خصيصاً لجمهور معرض أبوظبي للصيد. وتجدر الإشارة إلى أنه في دورة العام الماضي (أبوظبي 2021) تم بيع أكثر من 2000 قطعة من أسلحة الصيد، بإجمالي مبيعات مباشرة في موقع الحدث تجاوزت 29 مليون درهم إماراتي، فضلاً عن عدد



«راكن» تواصل مسيرة الإنجازات باحتضانها أكثر من 15 ألف شركة

•• رأس الخيمة-وام:

تأسست مناطق رأس الخيمة الاقتصادية «راكن» استرشاداً برؤية صاحب السمو الشيخ سعود بن صقر القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم رأس الخيمة مواصلة مسيرة النجاح التي بدأتها المناطق الحرة بالإمارة منذ ما يقارب 20 عاماً وتعمل تحت مظلة واحدة ووفق رؤية موحدة ترمي إلى المساهمة في نمو وازدهار اقتصاد إمارة رأس الخيمة.

وتلعب «راكن» دوراً محورياً في رسم المشهد الاقتصادي لإمارة رأس الخيمة والذي بدوره يساهم في دفع عجلة التنمية الاقتصادية الشاملة في دولة الإمارات.

تضم «راكن» في الوقت الراهن ما يزيد عن 15 ألف شركة من أكثر من 100 دولة والتي تعمل في أكثر من 50 قطاعاً يشمل التجاري والاستثماري والصناعي والمهني وغيره.

وتستفيد هذه الشركات من مختلف المرافق والتهيئات التي تمنحها «راكن» لهم في المناطق والمواقع المتخصصة التي تمكن العملاء من مزاولة أعمالهم وتوسيعها بالشكل الذي يعمل على ازدهارهم في المنطقة وترسيخ مكانة إمارة رأس الخيمة كمنطقة حاضنة للاستثمارات العالمية ووجهة متميزة للعمل والعيش. واستمرت «راكن» في تقديم كل وسائل الدعم لعملائها خلال فترة الجائحة وأضعة صحتهم وسلامتهم بالإضافة إلى صحة وسلامة موظفيها ووزارها على رأس أولوياتها من أجل استمرار الشركات بمزاولة أعمالها دون أي تأثير بالعوامل الخارجية.

والصالح تقديم حوافز وبرامج الدعم للعملاء علاوة على طرح باقات مبتكرة

لجذب المستثمرين الجدد ابتداء من باقات تأسيس الأعمال في مجال التجارة الإلكترونية ورخصة التعليم الافتراضي ووصولاً إلى باقة "أعمال" التي تضمنت مزايا حصرية. وواصلت «راكن» دعم القطاع الصناعي بالتركيز على تطوير البنية التحتية والتي تشمل المستودعات وقطع الأراضي القابلة للتطوير وسكنا للعمال في مناطقها الصناعية المخصصة لمختلف الأنشطة والتي تتميز بقربها من أهم المراكز اللوجيستية في إمارة رأس الخيمة مثل الموانئ البحرية والمطار. ونجحت «راكن» في استقطاب عدد من الشركات العالمية ذات الصيت والسمعة المعروفة في مختلف الصناعات للتسجيل فيها والاستفادة من الخدمات ومن أهمها مجموعة سان النمساوية التي أسست شركتها التابعة الجديدة تحت اسم "سان إنترنك" في «راكن» لمزاولة نشاطها المتعلق بمعالجة غاز الهيدروجين والصدى للبيئة والمستخدم في الزراعة حيث أنشأت المجموعة وحدة صناعية متكاملة على قطعة أرض تبلغ مساحتها 8470 متراً مربعاً في منطقة الحمرا الصناعية التابعة لراكن لإنتاج غاز الهيدروجين بالإضافة إلى مصنع ومزرعة لتربية الأسماك بقيمة استثمارية تعادل 12 مليون درهم وضعت المنشأة نظاماً زراعياً مستداماً بالكامل يتألف من مركز أبحاث ومختبر علمي ومحطة تحلية ومشاريع علاوة على أنظمة الزراعة المائية الداخلية ومن المتوقع أن تولد المنشأة ما يكفي من الطاقة لتزويد مبانها بالكهرباء إضافة إلى إنتاج غاز الهيدروجين الأخضر عن طريق أنظمة الشركة للطاقة الشمسية.

وأسست شركة إيموسال ستيل مزم ذ م

إحدى الشركات العريقة والعاملة في دولة الإمارات منذ ثمانينيات القرن الماضي وحدتها الصناعية في إمارة رأس الخيمة عبر «راكن» لإنتاج الأنابيب المعدنية والأنابيب المستخدمة في نقل المياه والدعامن. وتخطط الشركة لتسجيل ثلاث شركات أخرى من المجموعة نفسها في مناطق رأس الخيمة الاقتصادية "راكن" باستثمار يصل قيمته إلى 250 مليون درهم على مساحة تبلغ مساحتها 140 ألف متر مربع.

ومن المتوقع أن يعمل بالشركة أكثر من 450 عاملاً لإنتاج ما يعادل 1.5 مليون طن متري من الأنابيب المعدنية سنوياً ليتم توزيعها على مختلف المشاريع المحلية والعالمية. وانضمت شركة راد إنترناشيونال لقلوات الطرق "د.م.م." تحت اسم "راد أسفلت د.م.م." وتمتلك شركة راد إنترناشيونال لقلوات الطرق أكثر من 18 عاماً من الخبرة في قطاع الإنشاءات حيث أنجزت خلال هذه المدة العديد من المشاريع في دولة الإمارات مما أتاح لها تكوين وجود قوي في السوق المحلي وتقع منشأة راد في «راكن» على قطعة أرض تتجاوز مساحتها 10000 متر مربع بطاقة استيعابية تصل إلى 200 عامل وسيتم استخدام المنشأة الجديدة لإنتاج المواد اللازمة لإنجاز مشاريع مقاولات الطرق. وانضمت شركة بولار مانيفاكشورينج الرائدة في مجال الهندسة المتقدمة وصناعة ألياف الكربون إلى «راكن» وستزاول عملياتها في منشأتها في منطقة الحمرا الصناعية وتخطط الشركة لخلق ما يزيد عن 50

فرصة عمل للعمالة الماهرة في إمارة رأس الخيمة من أجل لتلبية الإقبال الكبير على ألياف الكربون والمنتجات المركبة في دولة الإمارات العربية المتحدة ومنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا وأسست شركة كيرسوف جلوبال مقرها لها في «راكن» وتختص الشركة العالمية في قياس أداء المركبات وتوفير الحلول الهندسية المتعلقة بتطوير المنتجات وخفض التكلفة وهندسة أنظمة التصنيع ومن المتوقع أن تخلق الشركة ما يقارب 100 وظيفة في المجال الهندسي لدعمها في مزاولة أعمالها والتي تنبأها في منشأتها الجديدة بمنطقة الحمرا الصناعية والواقعة على مساحة 7300 متر مربع.

وقامت شركة سيركولار كومبوتينغ البريطانية المنشأة والعاملة في مجال إعادة تدوير أجهزة الحاسب الآلي المحمولة والمستعملة بتوسيع منشأتها الإنتاجية في «راكن» لتمتد على مساحة تبلغ 27460 متراً مربعاً بتكلفة استثمارية تصل إلى 8 ملايين درهم كافية لاستيعاب طاقة إنتاجية لإعادة تدوير ما معدله 50 ألف جهاز حاسب آلي محمول شهرياً على خلال العامين القادمين لتتيح بهذا التوسع 300 فرصة عمل جديدة في إمارة رأس الخيمة. وانتقلت شركة سيبسال لتفاهم مع مصرف الإمارات للتنمية المعنى بتكثيف أجنحة التنوع الاقتصادي والتحول الصناعي لدولة الإمارات بهدف تعزيز بيئة الأعمال في القطاع الصناعي بالدولة بشكل عام وإمارة رأس الخيمة بشكل خاص وبموجب الاتفاقية يقدم مصرف الإمارات للتنمية حلولاً مالية مبتكرة للشركات العاملة تحت مظلة «راكن» بهدف مساعدتها على النمو والتوسع.

عويضة المررد «وام»:

18 مليار درهم استثمارات أبوظبي في قطاع توليد الطاقة الكهربائية لعام 2021

لا مركزي إلى جانب آليات السوق الجديدة حيث شهد قطاع الكهرباء تغيرات سريعة أهمها زيادة الاعتماد على مصادر الطاقة المتجددة والتقنيات النوظية، والتغيرات الشبكات الذكية وتقنيات التخزين والمنتجات الموفرة للطاقة.

وأوضح معاليه أن القدرة الإنتاجية في أبوظبي من الطاقة الكهربائية تصل حالياً إلى 23 جيجاوات 6% منها من الطاقة المتجددة.

وقال معاليه إن المؤتمر العالمي للمرافق يمثل فرصة مهمة لتبادل الخبرات والإطلاع على أحدث الرؤى العالمية من أجل تطوير قطاع المياه والكهرباء وهي أسس قائمة على التكنولوجيا الحديثة والاستدامة ليسهم الحدث في تعزيز مكانة أبوظبي متمسكة عالمية لإيجاد حلول لمختلف التحديات العالمية.

وحول التحول الرقمي في القطاع... قال معالي عويضة المررد إن تطوير المرافق من خلال الرقمنة في مختلف المراحل التشغيلية يساهم في مواكبة تطورات أبوظبي نحو تعزيز كفاءة الطاقة وتعزيز أمن الإمدادات في المستقبل وفق أسس أكثر استدامة حيث تم طرح 109 خدمات رقمية عبر مختلف المنصات الحكومية والتي تمثل نسبة 76.2% من إجمالي الخدمات التي يقدمها القطاع في الإمارة.. كما تقدم الدائرة 100% من خدماتها رقمياً.

وقال رئيس دائرة الطاقة في أبوظبي: "شهد اليوم

تغيرات هامة ومتسارعة على ساحة الطاقة العالمية مدفوعة بمزيج من الابتكارات التكنولوجية، والتغيرات غير المتوقعة في العرض والطلب التي تآثر بالأوضاع الجيوسياسية وتؤثر على سلوك الاستهلاك ووضع السياسات.

وأضاف معاليه أن هناك إجماعاً عالمياً على ضرورة تحويل التحديات الرئمة إلى فرصة لتسريع مسيرة التحول إلى الطاقة النظيفة وتحقيق الحياد الكربوني بحلول 2050.

وأشار إلى أنه عندما يتعلق الأمر بالتحول في قطاع الطاقة يتطلع العالم إلى قطاع المرافق من أجل القيادة والابتكار التكنولوجي وزيادة الاعتماد على الطاقة الكهربائية كونها واحدة من أولى أدوات إزالة الكربون وتوليد أكبر قدر ممكن منها من مصادر متجددة ونظيفة حتى تتمكن الشركات والصناعات الأخرى من تحقيق صلب أهدافها الصفرية.. وتوقع أن يرتفع النمو السنوي المركب لسوق المرافق العالمية بمقدار 8.8% بالإضافة لنمو الطلب على الكهرباء وتضاعف استهلاك الطاقة والمياه ثلاث مرات خلال العقد القادم.

وأكد معاليه التزام أبوظبي بدورها الرائد في التحول النموذجي نحو الطاقة المتجددة والنظيفة وموازنة هذا التحول مع متطلبات حماية البيئة، والنمو المستدام وهو من الأهداف الرئيسية التي تضطلع دائرة الطاقة



بدمعها وتحقيقتها. وقال معاليه إن أبوظبي تحضن عددا من أكبر محطات الطاقة الشمسية وأكثرها كفاءة من حيث التكلفة في العالم، مثل محطة نور أبوظبي للطاقة الشمسية ومشروع الظفرة للطاقة الشمسية الكهروضوئية، كما أنها الأولى في الشرق الأوسط التي تصفيا الطاقة النووية إلى شبكتها الكهربائية.. ومن المتوقع أن تصل نسبة إنتاج الطاقة النظيفة في الإمارة إلى أكثر من 54% بحلول عام 2025.

وأشار معاليه إلى أن أبوظبي بصدد إطلاق التشغيل التجاري لمحطة الطويلة لتحلية المياه بتقنية التناضح العكسي وهي الأكبر عالمياً وتستخدم الطاقة الشمسية أيضاً حيث ستنتج حوالي 200 مليون جالون بريطاني من المياه المحلاة يومياً وتساهم في رفع القدرة الإنتاجية بهذه التقنية إلى حوالي 43% بحلول 2025.

والتعريف بها، وفق التشريعات والآليات المعمول بها. وأكد أن المعرض يستقطب سنوياً مئات الشركات الدولية وضأن القرار والمهتمين من أكثر من 120 جنسية، مما يشكل فرصة كبرى للاكتشاف والابتكار، وبناء شبكة أعمال واسعة على مستوى العالم انطلاقاً من أبوظبي. وأطلقت اللجنة العليا المنظمة للمعرض، "دليل وتعليمات قطاع أسلحة الصيد" الموجة للعارضين،

أبوظبي، الصندوق الدولي للحفاظ على الحباري، ومركز أبوظبي الوطني للمعارض حيث يقام الحدث. وأشاد معالي ماجد علي المنصوري رئيس اللجنة العليا المنظمة للمعرض، الأمين العام لنادي صقاري الإمارات، بالجهود الكبيرة التي تبذلها وزارة الداخلية والقيادة العامة لشرطة أبوظبي، من خلال مكائنها التي تتواجد خلال فترة إقامة المعرض لتسهيل إجراءات تراخيص شراء أسلحة الصيد

الحصول على تصريح مُشاركة من مكتب الأسلحة والمواد الخطرة بوزارة الداخلية في دولة الإمارات بهدف استكمال إجراءات حُجوزاتهم في المعرض، ومن الضروري أن يتضمن التصريح نسخة عن ترخيص نشاط الشركة من السلطات المعنية بمنح التراخيص سواء في الإمارات أو في الدول الأخرى، مع أهمية تحديد نوعية المشاركة إن كانت للعرض فقط أم بغاية البيع، والالتزام بقائمة المواد التي تمت الموافقة عليها في التصاريح، والضوابط والتعليمات، وإجراءات الأمن والسلامة المعتمدة.

سكاكين الصيد، وحدات الرماية الحشوية والبيلاستيكية، الأسلحة الهوائية التي تقل عن 8 جول وهي لا تحتاج إلى ترخيص... ويحق لمن هم دون السن القانوني شراءها بموافقة ولي الأمر أو الوصي، وكذلك الأسلحة الهوائية التي تزيد عن 8 جول وهي تتطلب الحصول على ترخيص مُسبق وفق الإجراءات المتبعة. ويُسَترط على الشركات والمؤسسات المحلية والدولية الرغبة بالمشاركة في قطاع أسلحة الصيد بمعرض أبوظبي،



محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد 13538 بتاريخ 2022/05/10
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 4576/2022/202 تنفيذ شيكات

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد 13538 بتاريخ 2022/05/10
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 4087/2022/208 تنفيذ مدني

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد 13538 بتاريخ 2022/05/10
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 4270/2022/202 تنفيذ شيكات

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد 13538 بتاريخ 2022/05/10
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 1104/2021/211 تنفيذ عقاري

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد 13538 بتاريخ 2022/05/10
اعلان عليه بالنشر
لدى مكتب ادارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية المدنية

العدد 13538 بتاريخ 2022/05/10
اعلان المستأنف ضدهم بالنشر
الدعوى 150/2022 استئناف مدني

حكومة دبي
محاكم دبي
العدد 13538 بتاريخ 2022/05/10
انذار عدلي بالنشر
رقم (2022/1/94523)

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد 13538 بتاريخ 2022/05/10
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 3229/2022/207 تنفيذ تجاري

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد 13538 بتاريخ 2022/05/10
اعلان بالنشر
في الدعوى رقم 650/2022/111 مدني جزئي

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد 13538 بتاريخ 2022/05/10
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 6284/2022/207 تنفيذ تجاري

United Arab Emirates
Ministry of Justice
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Notification to the Defendant by Way of Publication

GOVERNMENT OF DUBAI
DUBAI COURTS
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Dubai First Instance Courts

GOVERNMENT OF DUBAI
DUBAI COURTS
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Dubai First Instance Courts

Banking Expert Meeting
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Banking Expert Meeting

دائرة المحاكم
Courts Department
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Government of Ras Al Khaimah - Courts Department

دائرة المحاكم
Courts Department
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Government of Ras Al Khaimah - Courts Department

دائرة المحاكم
Courts Department
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Government of Ras Al Khaimah - Courts Department

دائرة المحاكم
Courts Department
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Government of Ras Al Khaimah - Courts Department

دائرة المحاكم
Courts Department
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Government of Ras Al Khaimah - Courts Department

دائرة المحاكم
Courts Department
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Government of Ras Al Khaimah - Courts Department

دائرة المحاكم
Courts Department
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Government of Ras Al Khaimah - Courts Department

دائرة المحاكم
Courts Department
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Government of Ras Al Khaimah - Courts Department

United Arab Emirates
Ministry of Justice
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Notification in The Executive Case by Publication

United Arab Emirates
Ministry of Justice
Date 10/ 5/ 2022 Issue No : 13538
Notification by publication



•• دبي - د.محمود علياء
صدر حديثاً عن مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية
وضمن سلسلة "أعلام من الإمارات" كتاب جديد بعنوان
(حبیب الصایغ.. وعی الحدائثة وهاجس التجرب)
للکاتب والنقاد عزت عمر تناول فی الفصل الأول جانباً
من سیرة حیاة الشاعر الإماراتی الراحل حبیب الصایغ
(٢٠١٩ ١٩٥٥) شملت نشأته فی أبوظبى ومرآحل تعلمه
ونبوغه المبکر.

«حبیب الصایغ.. وعی الحدائثة وهاجس التجرب»

منوعات الفكر

30

جديد سلسلة أعلام من الإمارات عن مؤسسة العويس الثقافية

تؤكد دور المؤسسة في دعم الفعل الثقافي، وأنها حرصها على تخليد ذكرى أولئك الذين عبدوا طريق الفكر والثقافة والمعرفة في الإمارات، أولئك الذين أعطوا ثمرة حياتهم، كل في زمنه، فكانوا مشاعل تضيء درب المستقبل، وتفتح الأفق أمام الإبداع بكل أشكاله من درر الأدب والثقافة، لتعيدهم إلى الذاكرة الحية ولتفيد بأفكارهم النيرة والطموحة، عقول الأجيال الجديدة عليها تستفيد من أفكارهم النيرة الطموحة التي تحطت العواقب والحواسر وكل الظروف الصعبة التي عاشوا بها ليتركوا أثراً يمتد به.

الأعمال تبعاً لتوجهات الصايغ الحدائثة وما بعد الحدائثة، ممثلة بالسريالية والخيال المجنح، وبدل ذلك أمل أنني أوفيتها حقها من الإضاءة والدرس والتحليل. كتاب (حبیب الصایغ.. وعی الحدائثة وهاجس التجرب) جاء بـ 200 صفحة من القطع المتوسط وحمل الرقم 32 ضمن سلسلة أعلام من الإمارات التي أطلقتها مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية عام 2012.

العربي، الذي رافق هذه المرحلة المهمة من ثقافة المجتمع الإماراتي في انعطافته الكبرى نحو مجتمع الحدائثة وما بعدها، ولعل مثل هذا المزج المعتمد على التراث والأسطورة ساهم في تعزيز خصوصية الشاعر وبصمته الإبداعية، فضلاً عن علاقته بذاته والعالم العربي وغير العربي. يقول عزت عمر عن كتابه الجديد: اعتمدت على مجموعة من المراجع التي تناولت أعمال حبیب الصایغ الشعرية، وهي على كل حال قليلة بالنسبة لتجربة شاعر رائد عمرها 40 عاماً، ولعل السبب يكمن في صعوبة تحليل هذه

والدي، وهو أشبه بخطاب تحد للموت والرفعة في الحياة. الفصل الثالث، تناول فيه المؤلف مجموعاته الأخرى مثل: «كسر في الوزن»، «وردة الكهولة»، «رسم بياني لأسراب الزرافات»، وتوقفت مطولاً عند قصائده الشعرية والتعليق ومدى ارتباطها بزمنها، ووعي الحدائثة المبكر بالنسبة للشاعر والشعراء الإماراتيين عموماً، وما امتازت به أشعار حبیب وفي مقدار استجابتها لتعزيز هذا الوعي، واختتم الكتاب بتبيان علاقة شعره بالتراث المادي والمعنوي لدولة الإمارات والشعر

زمنين: زمن القبيلة وزمن كتابة النصّ أواخر السبعينيات، إذ بدأ شاعراً يهتم بالقضايا العامة للأمة العربية، مستلهماً حكاياته من التراث الإماراتي والتراث العربي عموماً، فيحضر الرّبان أسد البحر أحمد بن ماجد إلى جانب عنتره تذكرياً بمجريات الصراع على الخليج. وتناول عزت عمر بالتحليل أيضاً ديوانه «مبارى» وهو بدوره قصيدة واحدة، خصص لها كتاباً كاملاً حياً فيه المرأة العربية والأنثوية من خلال المرأة الرمز الكلي «مبارى.. وإلى جانبه تناول ديوانه الإشكالي شكلاً ومضموناً «أسمي الردي

وأضاف لسيرته في ذات الفصل توصيفاً عاماً لشعره وتوجهاته الفنية على شكل شهادات في شعره من خلال مقابلاته الصحافية أو زاويته اليومية في صحيفة «الخليج» الإماراتية إضافة إلى شهادات لعدد من الشعراء والنقاد والإعلاميين. الفصل الثاني أسماء المؤلف «القصيدة الكتاب»، تتبع فيها مراحل تطوّر النصّ الشعري وفق صدور دواوينه على التوالي منذ العام 1980 ديوانه الأول «هنا بار بني عيس.. الدعوة عامة»، وهو كما يبدو من العنوان نصّ إشكالي يمزج بين

«الناشر الأسبوعي» تركز على ريادة الشارقة ثقافياً



المناطق في العالم، عبر تسهيل وصول الكتاب إلى القراء في كل مكان. وتضمن العدد الجديد من «الناشر الأسبوعي» موضوعات تتعلق بصناعة النشر والتأليف والقراءة، من بينها حوار مع الشاعر والروائي الفلسطيني إبراهيم نصر الله، وحوار مع الشاعر والمترجم التونسي آدم فتحي، واستطلاع عن الكتاب الصوتي ودرجة حضوره عربياً، ودراسة عن الأدب الأوكراني والبحث عن الذات في ظل تشابك المرجعيات الثقافية، كما سلط العدد الضوء، من خلال كتابين صدرتا مؤخراً، على انفعالات الشاعر الإسباني لوركا في الرسم. وفي زاويته «رقيم»، كتب مدير التحرير، علي العامري، عن دور «مهرجان الشارقة القرائي للطفل» في صياغة أفق المستقبل من خلال تعزيز شغف الأطفال بالقراءة، وجاء في زاويته، «الاستقبال يبدأ الآن، ومن لا زاد له من المعرفة، ليس له غد مشرق»، مضيفاً: «الاستقبال الآن يتفتح مع صفحات الكتب في مهرجان الشارقة القرائي للطفل، هذا المهرجان الذي بلغ دورته الـ 13، هذا العام، يُعول عليه كثيراً في جعل

السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، نقطف ثمار رؤية سموه، ودعمه المستمر لبناء الإنسان أولاً، عبر منظومة ثقافية تقوم على الكتاب بوصفه المصدر الأول للمعرفة، وعبر مبادرات جديدة ضمن المشروع الثقافي الذي لا يتوقف عن النمو. وعن مؤتمر مؤزعي الكتب، أكد العامري أنه يُعد «مؤشراً جديداً على ريادة الشارقة ثقافياً، عبر مثل هذه المبادرات غير المسبوقة»، مضيفاً أن المؤتمر يأتي «ضمن رؤية الحاكم الحكيم لتوسيع مظلة المشروع الثقافي من جهة، ولقيادة الفعل الثقافي من جهة ثانية، فضلاً عن تعزيز المبادرات الجديدة التي تسهم بتطوير العمل الثقافي، ودعم صنّاع المعرفة من مؤلفين وناشرين ومصممين ومطبعين وقرطاسيين ومكتبيين وموزعي كتب، وكل ذلك يأتي لتيسير الوصول إلى مصادر المعرفة، لتكون حقاً أساسياً للجمع»، موضحاً أهمية المؤتمر في استعراض التجارب الناجحة، وفي تعزيز حرية حركة الكتاب، وتقليل الضجوة العرفية بين مختلف

الشارقة-الفجر: استعرض العدد الجديد من مجلة «الناشر الأسبوعي» مؤشرات الريادة الثقافية للشارقة، وأهمية «مهرجان الشارقة القرائي للطفل» في بناء أجيال المستقبل، مؤكداً أن المهرجان الذي تقام دورته الـ 13 في الفترة من 11 حتى 22 مايو الجاري، تتواصل فعالياته 12 يوماً، للمرة الأولى في تاريخه. وتناولت المجلة التي تصدر عن «هيئة الشارقة للكتاب»، أهمية إطلاق «مؤتمر مؤزعي الكتب»، للمرة الأولى على مستوى العالم، والذي تقام دورته الأولى يومي 15 و16 مايو الجاري، في المنطقة الحرة لمدينة الشارقة للنشر، ضمن فعاليات المهرجان. وفي افتتاحية العدد «أول الكلام»، كتب رئيس هيئة الشارقة للكتاب، رئيس تحرير المجلة، سعادة أحمد بن ركاض العامري، عن الريادة الثقافية لإمارة الشارقة، وجاء في كلمته: «بعد خمسة عقود من العمل المتواصل في مشروع الشارقة الثقافي التثويري، الذي يقوده صاحب



مركز الفنون بجامعة نيويورك أبوظبى يستضيف عرض «ذا ستوريفيل موسكيتو» لأول مرة في منطقة الشرق الأوسط



•• رواية الرسوم المتحركة المصوّرة سيتم عرضها وتصويرها وتسجيلها بشكل مباشر من قبل فريق من المؤدّين والموسيقيين والخبراء الفنيين باستخدام منصات ودمى مصغرة
•• عودة عروض الفنان كيد كوالا إلى مركز الفنون تأتي بعد النجاح الكبير الذي حققه عرضه الأول «نوفونيا ماست فول» في مايو ٢٠١٧



أن الأزمة الصحية العالمية حالت دون ذلك. ومن جهته، قال كيد كوالا: «يسرني أن يبصر عرض ذا ستوريفيل موسكيتو النور بعد انتظار طويل. فقد كنت وفريقي متحمسين للغاية للكشف عن هذا العرض في جامعة نيويورك أبوظبى في شهر مارس 2020، ولكن لم نستطع تحقيق ذلك حتى الآن. وأود أن أتوجه بجزيل الشكر إلى مركز الفنون على صبرهم ودعمهم لنا حتى لنصل لما نحن عليه الآن. نتطلع الآن إلى بدء جولتنا العالمية للإنتاج في المسرح الأحمر المميز في جامعة نيويورك أبوظبى. لقد قضينا وقتاً رائعاً في مركز الفنون للعرض الأول في منطقة الخليج لفيلم نوفونيا ماست فول في عام 2017. وننتظر عودتنا بفارغ الصبر. وأعد الجمهور دولة الإمارات بأن عرض ذا ستوريفيل موسكيتو يستحق منهم كل هذا الانتظار. ومتشوقون لاستقبالهم وعائلاتهم جميعاً.

في قاعة سيد فيلا للحفلات الموسيقية. ويتم عرض أحداث رواية الرسوم المتحركة المصوّرة وتصويرها وتسجيلها بشكل مباشر بأسلوب سينمائي مميز باستخدام ديكورات مسرحية ودمى مصغرة وأنواع متعددة من الكاميرات والشاشات، بمشاركة فريق من المؤدّين والموسيقيين وخبراء المؤثرات الصوتية والتقنيين. وتروي الدمى قصة العرض على أنغام الموسيقى الأصلية التي تعزفها فرقة موسيقية مؤلفة من ثلاثة فنّانين بمشاركة كيد كوالا على أجهزة تشغيل الأسطوانات وأجهزة الكيبورد والألات الإلكترونية. وتعليقاً على هذا الموضوع، قال بيل براغين، المدير الفني التنفيذي لمركز الفنون: «يمتاز العرض الذي يقدمه كيد كوالا بطابعه المرح والشيق، حيث يقدم للمشاهدين فيلم رسوم متحركة في الوقت الفعلي على شكل عرض أداء مفعم بالمشاعر والحرفية الفنية ليناسب جميع أفراد العائلة. وكما هو الحال في عرض نوفونيا ماست فول، الذي قدمه

7 مساءً. ويروي عرض ذا ستوريفيل موسكيتو، الذي يتم تقديمه بتكليف مشترك من مركز الفنون، قصة ذكر بعوض شاب يغادر بلدته الصغيرة في الريف بحثاً عن الشهرة والثروة في إحدى المدن الكبيرة، حيث يسعى لتحقيق حلمه بالعزف مع واحدة من أشهر فرق الجاز الأوسط يومي 12 و13 مايو الساعة



منوعات

الفكر

31



«زومبي» توليفة من الكوميديا والرعب والتشويق

علي ربيع: دائماً ما أحب تقديم أعمال بأفكار مختلفة

يشارك الفنان علي ربيع، في موسم أفلام عيد الفطر بتجربة سينمائية جديدة، من خلال فيلم "زومبي"، والذي ينتمي لتنوع الكوميديا والاكشن والرعب، في منافسة قوية على كعكة الإيرادات بشباك التذاكر، وفي هذا الحوار، يكشف "ربيع" تفاصيل مشاركته بالفيلم، وعن دعمه لمطربي المهرجانات وامكانية اتجاهه لهذا اللون الغنائي في الفترة المقبلة، بالإضافة لسر تحمسه لدخول عالم الزومبي وعن جديده بالفترة المقبلة، وتفاصيل أخرى :

- بداية .. حدثنا عن خوضك لموسم أفلام عيد الفطر بفيلم "زومبي"؟
- هو تجربة مختلفة، ويحتوي على توليفة من الكوميديا والرعب والتشويق، ويناسب جميع أفراد العائلة، وأتمنى أن ينال إعجاب الجمهور.
- وما الذي جذبك لفكرة الفيلم؟
- دائماً ما أحب تقديم أعمال أفكار مختلفة، وتعد هذه المرة الأولى التي يتم تقديم فيلم عن "الزومبي" بشكل كوميدي، ولهذا السبب تحمست له.
- وماذا عن شخصيتك بالأحداث؟
- أقدم شخصية مغنى مهرجانات يدعى "حمادة بطة"، وهو شخص جبان، ويتعاون مع فرقته الموسيقية لتحقيق حلمه بالغناء، ولكن الأقدار تجعله في مواجهة مع عالم الزومبي.
- هل يُعد "زومبي" دعماً لمطربي المهرجانات؟
- أنا شخص يحب جميع الألوان الموسيقية وأستمتع بهم، وأحب الحياة، وأتمنى أن الدنيا جميعاً تعيش في سلام وكل من لديه حلم يحققه، وأن نقبل الاختلاف، وهل واجهتك تحديات في عالم "زومبي"؟
- بالطبع، فهو عمل مختلف، وينتمي لنوعية الأكشن والكوميديا ويتم تقديمه بصورة مختلفة عما اعتاد عليه الجمهور لهذه النوعية من عالم الزومبي.
- وكيف ترى المنافسة على كعكة الإيرادات مع عودة نجم الكوميديا أحمد حلمي؟
- أحمد حلمي نجم كبير، ونحن جمهوره منذ طفولتنا، فنحن لا نناقسه على الإطلاق؛ بل نقدم تجربة جديدة وبشكل كوميدي من أجل إسعاد الجمهور فقط، وأتمنى أن تتمكن من صنع التاريخ الكبير وأشرف الذي قدمه الفنان أحمد حلمي مع الوقت لكي نصل في يوم من الأيام لتاريخه.
- وماذا عن الأغنية الدعائية للفيلم التي قدمها مطرب المهرجانات عنبه؟
- الأغنية خطيرة وجميلة للغاية.
- هل من الممكن أن نرى علي ربيع مطرب مهرجانات في الفترة المقبلة؟
- ضاحكاً، من الممكن أن أفعل أي شيء.
- وماذا عن جديده في الفترة المقبلة؟
- استعد لتقديم تجربة درامية على إحدى المنصات الإلكترونية ويتضمن 10 حلقات بعنوان "نصي الثاني"، ولكنه لا زال في مرحلة الكتابة والتحضيرات الأولية.
- ومن هو نصفك الثاني؟
- ضاحكاً، لم يتم الاختيار النهائي حتى الآن، ولكنها ستكون مفاجأة قوية.

صاحبة حضور مميز حتى في الأدوار الصغيرة

وفاء عامر.. تنوع واختلاف بثلاثة وجوه

القدرة على التنوع والتحول من شخصية لأخرى من سمات الممثل الناجح، خاصة وإن كان هذا التعدد بموسم واحد، واستطاعت وفاء عامر أن تمتلك هذه القدرة بطريقة مبدعة حيث شاركت هذا العام في السباق الرمضاني بثلاث وجوه مختلفة، وذلك بداية من ظهورها كضييفة شرف بمسلسل جزيرة غمام وتجسد دور هلاله، وعلى الرغم من قلة مشاهدتها وحجم دورها إلا أنها استطاعت أن تضيف السحر وتخطف أعين المشاهدين بأدائها المتمكن الواعي لكل تفاصيل الشخصية وانفعالاتها المختلفة.

أدوارها لها بصمة تجعل الجمهور يتذكر أغلب الشخصيات التي قدمتها على مدار مشوار حياتها. وعلى الرغم من اختلاف الشخصيات الثلاثة التي قدمتها هذا العام إلا أنها أتقنت كل شخصية بتفاصيلها المعقدة بطريقة مميزة إلى حد كبير. وتظل وفاء عامر واحدة من الفنانات القليلات القادرات على الإتقان الشديد والتنوع والقدرة على أداء وتمقص أي شخصية. وجذب الانتباه وتخطف أعين المشاهدين حتى وإن ظهرت في مشهد واحد من العمل. كان للدراما هذا العام حظاً كبيراً بوجود فنانة مثل وفاء عامر المضيئة لأي عمل تشارك به ولو بمشهد حيث اعتاد الجمهور المصري على رؤية وجهها البشوش والمرن والملمع المتمكنة البارزة القادرة على التغيير بسرعة شديدة واعتاد الجمهور أيضاً على وجودها كل رمضان فأصبح لا طعم لمسلسلات رمضان بدون وجود وفاء عامر.

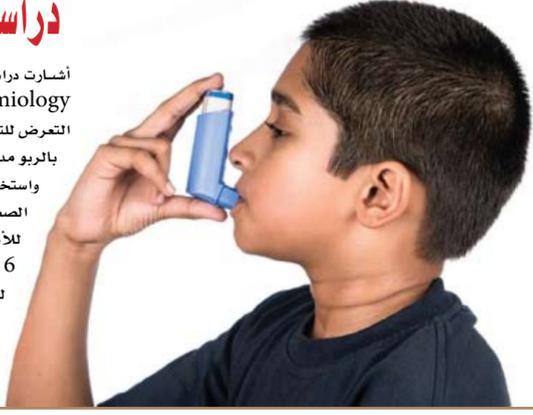
وما إلى ذلك فقط، فهو مختلف وفريد من نوعه من هذه الناحية، حيث يكشف المسلسل عن أحداث حقيقية علمية ذكرت بالفعل في الكتب وأكد الكثير على وجودها، وهذا ما يجعل المسلسل فريداً من نوعه فهو يناقش فكرة وجود السحر والشعوذة ولكن يتم تناولها داخل أحداث العمل بشكل واقعي وحقيقي وليس خيالياً، مما يضيف للمسلسل الكثير من الرعب والتشويق والإثارة. وتظل وفاء عامر صاحبة حضور مميز، حتى وإن كان حجم الدور صغير إلا أنه يصبح كبيراً ومهم ومؤثر جداً عند تجسيدها له. فلا تهتم وفاء عامر بالأشياء التي تعطل المبدع بقدر اهتمامها بمحتوى العمل نفسه وقدرتها على اختيار أدوارها بعناية شديدة لا طعم لمسلسلات رمضان بدون وجود وفاء عامر.

كما أنها قدمت أيضاً شخصية يسرية بمسلسل راجعين يا هوى وهي شخصية حادة الطباع وتمتلك من القسوة أشياء تجعلها تقوم بأفعال غير محببة لكل من حولها ومن بين المشاهد التي أظهرت شخصية يسرية هو ضربها لزوجها ابنتها "بالشيشب" بمنتهى القسوة والعنف، ونجح هذا المشهد وجميع مشاهد وفاء عامر أيضاً في إظهار الجانب السن بشخصية يسرية. وأخيراً تقديمها لمسلسل بيت الشدة الذي أثار الجدل بشكل كبير بعد حديثه عن عالم الجان والحياة الأخرى والحكي عن أشخاص من ألف سنة كشخصية الجد، وقدمت وفاء عامر شخصية فلك وهي سيدة قوية لديها ولد وبنيت، وتحاول الاستيلاء على الحارة التي تعيش فيها لتزيد من قوتها، حيث تقرر العودة إلى منزل جدتها، من أجل الانتقام من من حرقوا المنزل قديماً، وتواجه لعنة تطارد ابنتها سيف وهي سيطرة روح الجد على جسده وتدخل في صراعات صادمة. ولم يبن مسلسل بيت الشدة على أسس الجان والسدج.



الفكر

دراسة: الأطفال الذين يتعرضون للتنمر أكثر عرضة للإصابة بالربو



أشارت دراسة نشرت في *The Annals of Epidemiology*، إلى العلاقة بين التعرض للتنمر في مرحلة الطفولة والإصابة بالربو مدى الحياة. واستخدمت الدراسة بيانات تمثيلية على الصعيد الوطني في الولايات المتحدة، للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 6 إلى 17 عاماً من المسح الوطني لصحة الأطفال لعام 2018، وشرع القائمون على الدراسة باختبار تفاعلات التنمر مع الجنس ومؤشرات اجتماعية واقتصادية مختارة. وجد الباحثون في التحليلات المعدلة، أن الأطفال الذين يتعرضون للتنمر لديهم احتمالية أكبر للإصابة بالربو، وزاد احتمال الإصابة بالربو في مرحلة الطفولة مع تكرار التنمر، ولم يختلف الارتباط مع جنس الطفل أو المؤشرات الاجتماعية والاقتصادية المختارة. قالت الدكتورة المشرفة شارون جوزيف: "كثيرة توتر، قد يؤدي التنمر إلى رد فعل فيزيولوجي قد يؤدي إلى ظهور الربو" وأضافت جوزيف: "على سبيل المثال،

قياس تأثيرات الطبيعة على الصحة الجسدية والعقلية

حدثت دراسة نشرت في *BMC Psychology* مقياسين تم إنشاؤهما لقياس العوامل المتعلقة بقضاء الوقت في الطبيعة، وهي خطوة أولى في استكشاف كيفية تأثير ذلك على الصحة والرفاهية. وأظهرت مجموعة من الأدلة أن قضاء الوقت في الطبيعة يرتبط بالصحة الجسدية والعقلية، وأشارت الدراسة إلى أن معظم البالغين الأمريكيين لا يقضون إلا وقتاً قصيراً جداً في المساحات الخضراء أو الطبيعية. وأوضحت الدراسة أن هناك عاملين قويين للتنبؤ بالسلوكيات الصحية هما الضغنية الذاتية والنوايا، ومع ذلك، لم يتم بعد تطوير معايير لقياس هذه العوامل وهي ضرورية لإنشاء تدخلات فعالة قائمة على الأدلة لزيادة قضاء الوقت في الطبيعة.

استخدم الباحثون إجراء من تسع مراحل لبناء وصل واختبار المقاييس، وحددت المرحلة الأولى الكفاءة الذاتية والنوايا كمعيار سيتم قياسها بواسطة المقاييس. وعززت الكفاءة الذاتية على أنها "ثقة الشخص في قدرته أو قدرتها على اتخاذ الإجراءات والاستمرار في هذا الإجراء على الرغم من العقبات أو التحديات المتعلقة بقضاء الوقت في الطبيعة". وعززت النوايا على أنها "التخطيط للانخراط في سلوكيات معينة متعلقة بالطبيعة خلال الأشهر الثلاثة المقبلة".

سئل المستجيبون عن مدى تقديهم في أنهم "يستطيعون قضاء ساعتين على الأقل في الأسبوع في مساحات خضراء أو طبيعية" في ظل ظروف تشمل الطقس أو الإجهاد أو إمكانية الوصول أو الجدولة أو التكاليف، كما سئلوا عما إذا كانوا يعتزمون المشاركة في الأنشطة المتعلقة بالطبيعة مثل الخروج في الهواء الطلق أو المشي لمسافات طويلة أو زيارة المتنزهات في الأشهر الثلاثة المقبلة. وأظهرت نتائج المسح الذي أجري على عينة من 2000 شخص بالغ، أن قضاء المزيد من الوقت في الطبيعة يرتبط بكل من الفعالية الذاتية والنوايا، مما يشير إلى التدخلات المستقبلية لتحسين قضاء الوقت في الطبيعة.

وأشارت النتائج إلى أنه يجب التمتع بثقة متزايدة لقضاء الوقت في الطبيعة كهدف، وكلا العاملين يرتبطان سلباً بالعم، مما يشير إلى تناقص الثقة الذي يمكن أن يكون مرتبطاً بمخاوف التنقل أو السلامة التي تزداد مع تقدم البالغين في السن. وكان لدى الجيبين على الأسئلة الذكور كفاءة ذاتية أعلى من المستجيبين الإناث، وهي نتيجة تتفق مع الأبحاث الأخرى التي تظهر أن النساء أقل عرضة للمشاركة في الأنشطة الترفيهية في الطبيعة على الرغم من إظهار تفضيلهم للقيام بذلك. يقول الأستاذ في قسم الصحة البيئية والمهنية في كلية الصحة العامة بجامعة تكساس إيه أند أم، الدكتور جاي مادوك: "تطوير المقاييس هو مجرد الخطوة الأولى كما يأمل الباحثون أن تكون سلسلة من الدراسات بهدف نهائي هو إيجاد طرق لتحسين الصحة والرفاهية من خلال زيادة قضاء الوقت في الطبيعة". وأضاف مادوك: "نحن نعمل على تطوير مجموعة كاملة من الإجراءات، وبمجرد الانتهاء من ذلك، سوف نتطلع إلى تطوير تدخلات تستند إلى النظرية لزيادة الوقت الذي يقضيه في الطبيعة".



نساء يرتدين هساتين الهانبوك التقليدية يسرن في بيونغ يانغ حيث تحتفل البلاد بالذكرى التسعين لتأسيس الجيش. ا ف ب

قرأت لك

عصير الكرز



أكدت دراسة علمية أجراها فريق من الباحثين الأمريكيين في جامعة كارولينا، أن كوباً واحداً من عصير (الكرز) في الصباح والمساء لمدة أسبوعين يساعد الشخص على تجنب الأرق بل و يكسبه ساعة و20 دقيقة من النوم الهادئ. وشرحت الدراسة السر في ثمرة (الكرز) إذا أنها مصدر لهرمون الميلاتونين الذي ينظم عملية النوم، كما أن الفلافونويد (هو المسؤول عن اللون المتنوع في الزهور والفاكهة) المضاد للأكسدة يمنع من تدهور التريبتوفان هو حمض اميني متبلر يسبق هرمون السيروتين الذي يساعد على النوم.

سؤال وجواب

- من الشعب الذي ابتكر لعبة الدومينو؟
- الشعب الصيني.
- ما هو الحيوان الذي يعد الأثقل بين جميع حيوانات كوكب الأرض؟
- الحوت الأزرق.
- ما هو المكان الذي يعيش فيه النحل؟
- خلية.
- من هو العالم الذي اخترع الديناميت؟
- ألفريد نوبل.
- ساعة بيج بين الشهيرة موجودة في أي مدينة؟
- توجد في مدينة لندن.
- ما المقياس الذي يُستخدم في قياس سرعة السفن؟
- العقدة.

هل تعلم؟

- أن أول من عرف القمح، هم المصريون القدماء، عام 5400 قبل الميلاد
- عندما يقعد الأخطبوط إحدى أذرعه الطويلة، تنمو ذراع بديلة لها تدريجياً فيما بعد.....
- الكلب يستطيع أن يسمع دقات الساعة وهو على بعد 40 قدماً.
- الزرافة إذا انزلت ووقعت على الأرض مع انفراج سيقانها، فهي لن تستطيع القيام مرة أخرى ويمكن أن تظل هكذا إلى أن تموت.
- الفئران لا تحب رائحة النعناع.
- إن كل الكائنات تحرك فكها السفلي عند الأكل، عدا التمساح الذي يحرك فكه العلوي
- أن قلب الذبابة يخفق 1000 مرة في الدقيقة الواحدة
- أن أضخم أنواع العناكب تعيش في البرازيل، ويصل وزنها إلى 85 جراماً
- أن أثقل حيوان في العالم هو الحوت الأزرق
- أغلب الأسماك التي في أعماق عميقة جداً .. عمياء
- الفرس يستطيع أن يظل شهراً كاملاً واقفاً على أقدامه
- أن أكثر الحيوانات حدة في السمع هي الذئب والحمر

قصة بهلوان السيرك

خرج البهلوان من خيمته يتجول في الأرض الواسعة التي نصبت عليها خيمة السيرك، اخذ ينظر هنا وهنا وكأنه تائه لا يعرف ماذا يريد، لفت نظره بضع أطفال يمرحون هنا وهناك يبحثون عن حيوانات السيرك ويبحثون أيضاً عن البهلوان، كم يحبون البهلوان وكم يحبون الدب والفيل، حسناً ليخرج لهم هو أيضاً يحبهم .. اسرع اليهم فواجبهم وزادت فرحتهم وعلت ضحكاتهم .. دقائق وكان المكان يعج بالأطفال .. قضاوا حوالي الساعة يلعبون ويمرحون مع البهلوان ثم انصرفوا ليقوم بتأدية تدريباته وتناول افطاره. جلس يحتسي قهوته لكنه شرد، تذكر اطفاله الثلاثة او كما يقول ملائكته الثلاثة كم هو معذب، انفصل عن امهم واستطاعت ان تأخذهم وتوكلهم لأنه لا يصلح لهم .. هي ترى ذلك، ترى انه بهلوان ولا يصلح لرعاية اطفاله لكنها لا ترى انه انسان تعذب من اجلهم .. كم يحبهم وعندما اقترب منه صديقه تاكي اخذ يحكي له كم هم في جمالهم مثل الملائكة وكم يحبهم، يتمنى لو رآهم او يرونه، لا يطعم في اكثر من ان يراهم ولكن امهم قوية وتعرف كيف تسيطر عليهم وتحرمهم من والدهم لأنه بهلوان، عندما انتهى كلامه جلس يبكي ولم يراه غير تاكي انه الان يرى الانسان وليس البهلوان. بقي على عيد ميلاد البهلوان خمسة ايام سيتم عامة الخامس والأربعين .. قرر السيرك ان يحتفل به وقرر تاكي ان يقدم لصديقه وحبيبه البهلوان هدية عمرة، كانت الأيام تمر بسرعه عندما حان موعد عيد الميلاد، اليوم يحتفل السيرك بعيد ميلاد البهلوان احتفال رائع، واحتفل تاكي معهم ثم انصرف ميكراً ولم يرى صديقه البهلوان يجع هداياها الكثيرة ويتبسم للناس وللأطفال ولم يرى احد دموعه ومن رآها ظن انها دموع الفرح، وفي آخر الليل وصلت سيارة تاكي، ولم يهتم احد .. هذا شئ عادي لكنهم عندما لاحظوا نزوله من السيارة ومعه ثلاثة اطفال يشبهون الملائكة التقوا حوله ليتساءلوا من هؤلاء .. وصرح تاكي على صديقه البهلوان اخرج ايها البهلوان تعالي لتأخذ هديتك والا سأجعلك تندم العمر كله، خرج البهلوان في كامل زينته تقديراً لصديق عمرة .. ولم يكده يمشي ختوتين حتى رأى امامه ملائكته الثلاثة فأناها على ركبتيه ليضمهم في حضنه ويبكي بكاء الفرح والسعادة .. انه حقاً في قمة سعادته فلا يوجد في هذه الدنيا اجمل او احلى او اغلى من اطفاله .. يوماً لن ينساها وهدية لن ينساها وجميلاً لن ينساها لصديقه تاكي، قضى الأطفال الليل في حضن والدهم البهلوان ثم اخذهم صباحاً في صحة تاكي ليعود بهم إلى امهم .. يوماً لا ينسى وكلما اجتمع معهم كل يوم جمعه تذكر عيد ميلاده الخامس والأربعين انه حقاً يوم مولده.

مساحة للتلوين

