

سكوير لاستقدام العمالة
Secure Manpower Recruitment
أبوظبي

استمتع بالحياة
باستخدام خدمات متخصصة

تسهيلات استقدام الخادمت
جودة عالية - استقدام سريع - إجراءات فورية

الخدمات المتوفرة حالياً

إندونيسيا	الفلبين
سيريلانكا	الهند
كينيا	إثيوبيا
بنجلاديش	يوغندا

أبوظبي
طريق المطار - نورة خياطة البناء
mailauh.secure@gmail.com
0529935519 02-4469546
whatsapp now
0529935519

الوقت مكتب: 9:00 حتى 1:35 - 5:00 حتى 10:00 - الجمعة عطلة

منوعات الغذاء

الوطن
نوفر الخدمات والمطابخ والطباخان
وكافة اهلن من مختلف الجنسيات

050 1171135
02 622 4444

ابوظبي - الخالدية

كما يمكنكم الإختيار عبر موقعنا الإلكتروني
www.alwatanmanpower.com

الأحد 12 أغسطس 2018 م - العدد 12401
Sunday 12 August 2018 - Issue No 12401

في أستراليا .. قتل الحيوان الوطني هو الحل

في محاولة لاحتواء أزمة الجفاف القاسية التي تضرب أستراليا، منحت السلطات مزارعين حق إطلاق الرصاص على حيوان يعتبر رمزا وطنيا للبلاد. وتواجه نيو ساوث ويلز، أكبر ولاية في أستراليا من حيث عدد السكان، أشد موجة جفاف منذ عام 1965، وفق ما أوردت "سكاي نيوز".

وسجلت السلطات هطول أقل من 10 مم من الأمطار الشهر الماضي، في مناطق غرب وشمال غرب ووسط البلاد، في حين كان شهر يوليو الماضي الأكثر جفافا على الإطلاق في مناطق وسط وغربي البلاد.

وذكرت الحكومة الأسترالية أن 100% من أراضيها التي تبلغ قرابة 800 ألف كيلومتر تعاني الجفاف.

وكان لهذه الظروف تأثير مدمر على المزارعين الذين باتت مساحة المراعي المخصصة لمشيئهم أقل. والشهر الماضي تضاعف الأمر كثيرا، إذ بدأ الآلاف من حيوانات الكنغر في الوصول إلى محيط مدينة نيو ساوث ويلز بحثا عن الطعام وأصبحت تنافس الماشية في طعامها.

وخرج الكنغر من مكان وجوده في المناطق البرية بعد شتاء طغي عليه الجفاف الشديد.

وقال رئيس جمعية صناعة الأعلاف الأسترالية، فرانك مكار، في تصريحات صحفية: لا يوجد شيء تقريبا في نيو ساوث ويلز، كما أن المراعي تقل بسرعة في جنوب فيكتوريا.

وسعت الحكومة المحلية، من جانبها، لتخفيف من حدة الأزمة، إذ منحت المزارعين مبلغ مليار دولار على شكل مساعدات، كما منحتهم الحق في إطلاق النار على حيوان الكنغر بعدد أكبر، حتى تكون هناك منافسة أقل على المراعي.

ويستلزم قتل الكنغر تقديم طلب عبر الإنترنت للحصول على ترخيص يتيح إطلاق النار عليه.

نصائح لمن يريد أن يبدأ يومه بنشاط وحيوية

كل واحد منا يريد التمتع بصحة جيدة وتجنب التوتر والإرهاق، يعتقد البعض أن ذلك صعب في ظل الضغط والإيقاع السريع للحياة اليومية الحديثة. لكن هذا ليس دقيقا، إذ يمكنك باتباع بعض النصائح البسيطة تحقيق رغبتك هذه.

أمور بسيطة يمكنك القيام بها يوميا، تساعدك على التمتع بصحة جيدة وعدم الشعور المستمر بالإرهاق والتعب والتوتر. هذا ما أكده الدكتور بارتاب شاهان، مدير مركز جيفا أيورفيدا الهندي بمناسبة اليوم العالمي للصحة الذي يصادف السابع من أبريل نيسان كل عام لموقع "ذا هيلث سايت" الهندي.

ويقول شاهان للموقع المعني بشؤون الصحة البدنية والنفسية، إن هناك نصائح يتبعها الأشخاص الأصحاء يوميا قبل الساعة العاشرة صباحا، تحسن من حالتهم النفسية وتساعدهم في تجنب التوتر والإرهاق اليومي. وهذه بعض النصائح التي يقدمها الطبيب الهندي:

طعام خفيف وطازج:
تناول الأطعمة الصحية الخفيفة صباحا يساعد على الشعور بالنشاط والحيوية، حيث يسهل هضم تلك الأطعمة. وينصح بعدم تناول الماء البارد بين الوجبات، كما يمكنك شرب قليل من الحليب الذي يقوم بتهدئة الأعصاب وإزالة التوتر.

ممارسة التأمل:
تعود على التأمل صباحاً 15-20 دقيقة، إذ يساعد ذلك على جمع وترتيب أفكارك والشعور بالهدوء لمواجهة التحديات طوال اليوم.

خطة اليوم:
تقول الدكتورة ليلي روزنتال، لموقع "ريدز دايجيست" الأمريكي المهتم بموضوعات الحياة الصحية والصحة النفسية، إن التخطيط اليومي لما ستفعله قبل الذهاب للعمل يساعد كثيرا في الربط بين عقلك وجسدك، مما يسمح لك بإعادة ضبط جهازك العصبي المركزي وإعادة تشغيله، على حد قول الخبيرة النفسية في نيويورك.

الهاتف المحمول:
من منا لا يستيقظ ويفتح عينيه ويتناول هاتفه المحمول ليرى ما جاءه من رسائل أو مكالمات! الأصحاء لا يفعلون ذلك، إذ يأخذون استراحة من هواتفهم خاصة في فترة

الصباح. ربما يكون الأمر صعبا لدى البعض خاصة من يحتاجون لتابعة أعمالهم طوال الوقت. ويشدد رجال الأعمال الناجحون، على أهمية تحديد أولويات وقتك دون تشتيت الانتباه. فالصباح هو للتأمل والكتابة والتدقيق الذهني والفكري، وبمجرد أن يتم تشغيل الهاتف والرد على رسائل البريد الإلكتروني وقراءة الأخبار يتم إغلاق الهاتف.

الإيجابية:
تقول المدربة الصحية الأمريكية سونيا ساترا، إن الشعور بالإيجابية من الأمور المهمة لبداية يوم سعيد دون توتر. كما أن التركيز على النظر إلى الجوانب الإيجابية لجريبات الأمور، من شأنه أن يساعد في التوصل إلى حلول للمشاكل. وتنصح ساترا في حديثها مع موقع "ريدز دايجيست" الأمريكي، بالتركيز على طرح أسئلة على الذات لتحويل تركيزك عن الأمور السلبية. على سبيل المثال، أسأل نفسك: ما الذي أجيد فعله حقا؟ أو كيف أريد أن يبدو عليه اليوم؟ أو ما هو الوقت اللازم لفعل أمر ما؟

تحذير من الأمراض:
مع ازدياد ضغوط الحياة وسوء التغذية فضلا عن عدم ممارسة الرياضة، يزداد احتمال الإصابة بالأمراض. وهناك أمراض يعتقد البعض أنه لن يصاب بها أبدا لكن العلم يقول عكس ذلك. ذكر موقع "فوكس" الألماني أن هناك الكثير من المفاهيم المغلوطة لدى بعض الناس بخصوص بعض الأمراض، مثل الاعتقاد بأن الرجل لا يمكن إصابته بسرطان الثدي أو أن مرض هشاشة العظام حصرا على النساء، فضلا عن أن فيروس داء فقدان المناعة المكتسبة (الإيدز)

كتاب عن تاريخ فيراري بشمن سيارة فاخرة

إذا كنت من عشاق سيارات فيراري الفاخرة، وترغب بالتعرف على تاريخ الشركة الحريق والحافل بالإنجازات، فربما ترغب باقتناء هذا الكتاب، ولكن بشرط واحد، أن تكون قادرا على دفع ثمنه، الذي يكفلك نحو 30 ألف دولار.

وقبل أن نزع بشأن السعر، يجب أن تعرف أن الكتاب يحتوي على حامل منحوت بشكل جميل من الفولاذ والكروم، إضافة إلى علبة عرض من الألومنيوم للكتاب، ومن المفترض أن تحاكي القطعتان الفينيتان اللتان تم تصميمهما بواسطة المصمم مارك نيوس محرك فيراري الأسطوري المكون من 12 أسطوانة.

ويوصف الكتاب بأنه "مجلد ضخ" يتضمن الكثير من الصور الفوتوغرافية من أرشيف فيراري، التي تحكي تاريخ العلامة التجارية الإيطالية الفاخرة، بحسب موقع أوديتي سنترال.

وسيتبع ما مجموعه 1947 كتابا، منها 250 فقط تأتي بسعر 30.000 دولار، وسيتم عرض التحف الفنية فائقة الندرة فقط في المتاحف ولدى هواة جمع تذكارات فيراري الخضمين، الذين لديهم تاريخ مثير للإعجاب في امتلاك السيارات الرياضية الفاخرة.

ولذلك حتى إذا كان لديك النقود الكافية، لن تتمكن من وضع يديك على الكتاب المحمي ما لم يتم استيفاء شروط معينة، ولحسن الحظ، لا يزال بإمكانك الحصول على واحدة من النسخ الأخرى البالغ عددها 1.697 نسخة من الكتب ذات الإصدار المحدود بسعر 6000 دولار.

أطعمة تحافظ على برودة جسمك في الصيف

كشفت أخصائي تغذية، عن بعض الوجبات التي يمكن أن تساعد في الحفاظ على برودة الجسم، المتغلب على نوبات العرق خلال التواجد في أماكن درجات الحرارة عالية فيها.

تبين أن تناول وجبة ساخنة في المساء يمكن أن تساعد جسمك أن يكون رطبا طوال النهار، خلال نوبات الحر الشديدة، كما أن البطيخ والكرم أيضا يساعد على رطوبة الجسم خلال فترات الحر الشديدة.

وقال دانيال أوشوجانسي، أخصائي التغذية: إن تناول صحن حساء في المساء مع بدء درجات الحرارة في الانخفاض يجعل جسمك باردا، كما أن تناول الكرم يعمل على تعزيز الدورة الدموية، مما يساعد على تدفق الدم والحفاظ على برودة الجسم، كما أوصى

دراجة نارية بهحرك طائرة

صمم سائق سباقات "فورمولا 1" سابق، دراجة نارية غريبة، قام بتزويدها بمحرك طائرة صنع من قبل شركة "رولز رويس"، وإطارات كبيرة مجوفة. وأضاف السائق البرازيلي السابق تارسو ماركيز لدراجته النارية إطارات "علاقة"، تعد الأكبر في أي دراجة نارية حول العالم.

وتعمل الدراجة بمحرك من 6 أسطوانات مصمم للطائرات بقوة 300 حصان، من صنع شركة رولز رويس، وفق ما نقلت صحيفة ديلي ميل البريطانية. وصممت الدراجة النارية لأسبوع "شاطئ ديتونا" بولاية فلوريدا الأميركية، وهو الحدث المتخصص بعرض المركبات المعدلة، وحازت على جائزة الأجل خلال الحدث.

وقال ماركيز إن الإطارات العملاقة المجوفة "36 بوصة" تهدف لجذب أنظار كل من يشاهد الدراجة، حيث "من الصعب أن لا يتأثر أو يندش المشاهد لدى رؤيتها".

وسيطلق على الدراجة النارية اسم "تي أم سي دومونت" نسبة للمخترع والطيار البرازيلي ألبيرتو سانتوس دومونت.



منوعات الفكر

22



تحت رعاية هزاع بن زايد

غرفة أبوظبي تنظم معرض العين للمشاريع الصغيرة والمتوسطة في دورته الثالثة سبتمبر المقبل

يتناسب مع احتياجات السوق ومؤثراته، ودعم التنوع في القطاعات لتشمل الصناعة والتجارة والسياحة وتكنولوجيا المعلومات والقطاع الغذائي وتجارة الجملة والتجزئة، وغيرها. وأوضح أن حكومة أبوظبي قامت بتوجيه الجهات والمؤسسات الرسمية للقيام بدور أساسي في تنظيم المعارض والمقتنيات للمشروعات الصغيرة والمتوسطة بهدف توفير فرص استثمارية واعدة تعكس حرص الإمارة على خلق بيئة استثمارية الأعمال والمستثمرين في مدينة العين.

من جانب آخر بلغ عدد الجهات العارضة في معرض العين للمشاريع الصغيرة والمتوسطة لدورته الحالية ما يزيد على 95 جهة مؤكدة حتى الآن، ولا يزال العدد في ازدياد، كما يضيء المعرض لهذا العام العديد من الجهات الحكومية والصارف والمؤسسات المالية ومعاهد التدريب ودور الأزياء والمراكز الصحية، ومن بينها مصرف الإمارات للتنمية وصندوق محمد بن راشد للابتكار وبنك المشرق ودائرة التنمية الاقتصادية وقطاع الفنادق وغيرها. كما يتوقع أن يفتتحه خلال يومي انعقاده ما يزيد على 1500 زائر.

ويتناسب مع احتياجات السوق ومؤثراته، ودعم التنوع في القطاعات لتشمل الصناعة والتجارة والسياحة وتكنولوجيا المعلومات والقطاع الغذائي وتجارة الجملة والتجزئة، وغيرها. وأوضح أن حكومة أبوظبي قامت بتوجيه الجهات والمؤسسات الرسمية للقيام بدور أساسي في تنظيم المعارض والمقتنيات للمشروعات الصغيرة والمتوسطة بهدف توفير فرص استثمارية واعدة تعكس حرص الإمارة على خلق بيئة استثمارية الأعمال والمستثمرين في مدينة العين.

من جانب آخر بلغ عدد الجهات العارضة في معرض العين للمشاريع الصغيرة والمتوسطة لدورته الحالية ما يزيد على 95 جهة مؤكدة حتى الآن، ولا يزال العدد في ازدياد، كما يضيء المعرض لهذا العام العديد من الجهات الحكومية والصارف والمؤسسات المالية ومعاهد التدريب ودور الأزياء والمراكز الصحية، ومن بينها مصرف الإمارات للتنمية وصندوق محمد بن راشد للابتكار وبنك المشرق ودائرة التنمية الاقتصادية وقطاع الفنادق وغيرها. كما يتوقع أن يفتتحه خلال يومي انعقاده ما يزيد على 1500 زائر.



ولفت إلى أهمية زيادة نسبة المشاريع التجارية وتخفيض نسبة البطالة وزيادة الابتكار والإبداع، مشيراً إلى أن ذلك ما جعله يتصدر اهتمامات خطة أبوظبي الاقتصادية. وأضاف أن إمارة أبوظبي أصبحت اليوم حاضنة مثالية للمشروعات الصغيرة والمتوسطة، ويؤكد ذلك التوجهات التي أتاحتها الفرص التنافسية لرواد الأعمال، وتشجيعهم على إطلاق مشروعاتهم والمشاريع الإبداعية الناشئة، وكل ما من

والتعرف على فرص الخدمات العالمية المختلفة. مشيراً إلى أن قطاع المشاريع الصغيرة والمتوسطة من القطاعات الحيوية التي تدعم اقتصاد الدولة، ويحفظ المستثمرين ويشجع المواهب أصحاب المشاريع الريادية والابتكارية في المجتمع، وتدعم دولة الإمارات بشكل عام من الدول المساندة التي وضعت استراتيجيات مختلفة لتمكين الشركات الصغيرة والمتوسطة المحلية من التطور والتقدم لتقف في مصاف كبريات الشركات، ومنها باستراتيجية غرفة أبوظبي التي تركز أساساً على تقديم كافة وسائل النجاح لرواد الأعمال الإماراتيين وترسيخ ثقافة الإبداع والابتكار ضمن هذا القطاع النشط والمؤثر.

ونوه المهيري إلى أن خطة أبوظبي أولت اهتماماً بالغاً بتنظيم الاستراتيجية الاقتصادية لقطاع المشاريع الصغيرة والمتوسطة، باعتباره محركاً رئيسياً في عملية النمو الاقتصادي، ويمثل رافداً حيوياً لدعم الناتج المحلي الإجمالي في دولة الإمارات، ومساهم قوي في سياسة التنوع الاقتصادي وتنشيط

•• العين - الفجر

تحت رعاية سمو الشيخ هزاع بن زايد آل نهيان نائب رئيس المجلس التنفيذي لإمارة أبوظبي، تنظم غرفة تجارة وصناعة أبوظبي معرض العين للمشاريع الصغيرة والمتوسطة في دورته الثالثة، وذلك في الفترة من 17 إلى 18 سبتمبر المقبل في مركز العين للمؤتمرات.

وأكد سعادة محمد هلال المهيري مدير عام غرفة تجارة وصناعة أبوظبي، أن معرض العين للمشاريع الصغيرة والمتوسطة، أصبح النصة الأكثر فاعلية لزيادة القدرات التنافسية وتوسيع نطاق الفرص بين رواد الأعمال في القطاع الخاص، ويأتي تنظيمه للدورة الثالثة التزاماً من غرفة أبوظبي تجاه تعزيز التنمية المستدامة في الإمارة، فضلاً عن كونه حقق نجاحاً كبيراً في دورته السابقة، حيث جماع تحت سقفه الجهات العارضة والمستثمرين والوفود التجارية من كافة أرجاء الدولة، ليقدّم لهم منسقيات الأعمال الاقتصادية، وحوافز للاستثمار المبكر والنمو التجاري



إجراءات جديدة لتسجيل المركبات الكلاسيكية في أبوظبي أول أكتوبر المقبل

•• أبوظبي - الفجر

أعلنت شرطة أبوظبي عن إجراءات جديدة لتسجيل المركبات الكلاسيكية، اعتباراً من أول أكتوبر المقبل، بعد إجراء الفحص الفني لها، وإصدار وثيقة التأمين.

وصنفت الكلاسيكية إلى فئتين: الأولى، تسجل لمدة سنة، وتستخدم على الطرقات باستمرار مقابل رسوم تسجيل 400 درهم لمدة سنة واحدة والتجديد 350 درهم سنوياً شريطة توفير وثيقة تأمين لمدة 13 شهراً، والفحص الفني.

أما الفئة الثانية، تسجل لمدة ثلاث سنوات، وهي التي يتم عرضها في المعارض والفعاليات المختلفة، ولا تستخدم على الطرقات العامة، وتطلب وثيقة تأمين للمركبة، وإجراء الفحص الفني برسوم التسجيل 1100 درهم لمدة ثلاث سنوات، والتجديد لنفس المدة مقابل 1050 درهم.

وتكون مدة التسجيل أو التجديد اختيارية حسب رغبة صاحب المركبة، و يدون في الملكية "يمنع سير المركبة على الطرقات"، ويتم نقلها بوسائل النقل المخصصة لهذه الغاية.

سعيد البحري: الشباب سفراء الثقافة وأوعية العلوم وحماة التراث وأهل لريادة الابتكار

•• أبوظبي - الفجر

قال سعادة سعيد البحري سالم العامري مدير عام جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية بمناسبة اليوم الدولي للشباب الذي يصادف يوم الثاني عشر من أغسطس من كل عام: "لقد أثبت الشباب على الدوام أنهم المحرك الأساس والرقم

الصعب في شتى مناحي النهضة والتطور التي تشهدها دول العالم، وفي كل مرة حققت فيها دولة الإمارات إنجازات عظيمة كانت قيادتنا الحكيمة تشير بالبنان إلى وعي شباب الإمارات وعزيمتهم ودورهم في صناعة الإنجاز، وهذا الأمر إن دل على شيء فإنما يدل على حجم التأثير والتغيير الإيجابي الذي يحدثه الشباب الواعي

والمؤمن بأن بناء الأوطان غاية ليس أسما منها غاية، وواجب وطني لا يمكن تجاوزه، حيث أثبت شباب الإمارات أنهم على قدر عالٍ من الوعي والمسؤولية وأنهم صمام الأمان للوطن ومكتسباته، وأنهم الثروة الحقيقية التي طالما راهنت عليها قيادتنا الحكيمة منذ بزوغ فجر الاتحاد إلى يومنا هذا."

وأضاف: في الوقت الذي يخصص فيه العالم يوماً للاحتفال بالشباب كان الشباب الإماراتي ولا زال محل احتفاء واحتراف القيادة الحكيمة في كل مناسبة وتظاهرة سواء كانت ثقافية أو علمية أو حتى تراثية، فالشباب هم سفراء الثقافة وأوعية العلوم وحماة التراث وأهل لريادة الابتكار والتطور والنماء، نعول عليهم استشراف المستقبل أمام الأجيال القادمة وتحقيق الإنجازات التي تضمن استدامة الحالة الفريدة التي يعيشها مجتمع الإمارات بكل ما فيها من أمن واستقرار ورفاه ورخاء وتعايش وتسامح، فما أثبتته أبناء وبنات الإمارات من تضحيات جسام وتميز منقطع النظير في المجالات العلمية والعملية كافة؛ يجعلنا أكثر اطمئناناً على المستقبل، ويعزز لدينا مفهوم الاستثمار ببناء الإنسان الإماراتي كنهج راسخ تبتناه حكومتنا الرشيدة ضمن أجندتها التنموية والنهضوية التي تحرص على أن يكون الشباب شركاء فاعلون في رسم ملامحها وخططها.

وأكد سعادته أن جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية يهتم بالشباب يترسخ لديه العزم والثقة بالقدرة على تحقيق المزيد من الإنجازات الفريدة لهذه المؤسسة التي تلعب دوراً رئيسياً في تعزيز سلامة وأمن المجتمع وتحسين رفاهيته وتنمية وتطوير الاقتصاد الوطني والنهوض به نحو الاستدامة، والتغلب على كافة العقبات التي تقف في وجه التنمية، ودفع عجلة التطور نحو تحقيق المزيد من الإنجازات والمكتسبات التي تدعم بدورها الجهود الحكومية الرامية لإسعاد المواطنين والمقيمين وتحقيق أرقى سبل العيش لهم.

تزامناً مع يوم الشباب العالمي شرطة أبوظبي تطلق جائزة رواد أمن المستقبل

الشباب وتحفيزهم وتكريهم. وتدعم أهداف الجائزة بشكل مباشر تحقيق أهداف مجلس شباب شرطة أبو ظبي من خلال تنمية مهارات ومواهب الشباب وتبني ابتكاراتهم ودعمهم، وتمكين الشباب من المساهمة في تحديد متطلبات تطوير العمل الشرطي. كما تسهم في تحقيق الأهداف الاستراتيجية لشرطة أبوظبي وهي فئة المجتمع ومنظمة شرطية تدار بكفاءة وفاعلية، وفي صورة أشمل تسهم أهداف هذه الجائزة في تحقيق أهداف خطة أبوظبي وهي مجتمع آمن، سعة إعلامية بارزة وتعزيز الثقافة والإبداع الفكري. ويشترط في الراغبين بالتقدم للجائزة أن يكون العمر من 15 إلى 30 عاماً وهي



نوعين من أنواع المشاركات وهي (الأعمال والإنجازات الفردية والأعمال والإنجازات المشتركة للمجموعات) بحيث تركز على العمل الأمني والشرطي الذي يساهم في أمن وسلامة المجتمع. وصرح النقيب علي سالم المزروعى عضو مجلس شباب شرطة أبو ظبي ومدير المشروع الى أن الجائزة تهدف إلى الاستفادة من مواهب وطاقت الشباب في تثقيف المجتمع بالعمل الأمني وتعزيز مساهمتهم في أمن وسلامة مجتمع إمارة أبو ظبي، وترجمة رؤى الحكومة في رعاية

والمتميزين في دعم أهداف ومبادرات شرطة أبو ظبي من خلال نشر الرسائل الأمنية التوعوية بكافة أشكالها المرئية والسموعة والمكتوبة عبر مختلف وسائل التواصل الاجتماعي. وجائزة القصة القصيرة تمنح لكتاب القصص القصيرة لإبراز القيم الإيجابية كالتسامح، والتعاون والمسؤولية المجتمعية لرصد السلوكيات السلبية ومعالجتها ونشر الثقافة الأمنية بهدف توعية المجتمع أمنياً. وتستهدف الجائزة أفراد المجتمع من فئة الشباب وتتضمن الجائزة

وتمنح جائزة الخدمة المجتمعية للأفراد والجماعات الذين يقومون بإسهامات بطولية وطوعية في خدمة المجتمع بإمارة أبو ظبي، وتمنح جائزة الإبداع والابتكار للمبدعين والمبتكرين الذين يسهمون بجهودهم في تقديم حل لمشكلة حالية أو تطوير خدمة من خدمات شرطة أبو ظبي للسعي في إسعاد المتعاملين وتحسين أداء المؤسسة في شتى مجالاتها. أما جائزة التميز في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي فتمنح للشباب (الإعلاميين وغير الإعلاميين)

أطلقت القيادة العامة لشرطة أبوظبي جائزة رواد أمن المستقبل، المخصصة لفئة الشباب من المواطنين والمقيمين في الدولة، بهدف تنمية مهاراتهم وتعزيز ثقافة المجتمع بالعمل الأمني وتفعيل دور المسؤولية المجتمعية لدى شريحة الشباب. ويتزامن إطلاق الجائزة مع يوم الشباب العالمي في الثاني عشر من أغسطس من كل عام.

وأكد معالي اللواء محمد خلفان الرميثي قائد عام شرطة أبوظبي، حرص واهتمام القيادة الرشيدة بتوفير الرعاية والدعم لشباب الوطن الذين يعتبرون رواد التطوير والتنمية، وبناء المستقبل. وأضاف معاليه أن حكومتنا الرشيدة تسخر كل الإمكانيات والموارد لتمكين الشباب من المشاركة الفعالة وطرح أفكارهم ومبادراتهم الهادفة إلى تطوير آليات العمل الأمني وتعزيز الأمن والاستقرار. وأوضح الرائد الدكتور أحمد الرمحي، رئيس مجلس شباب شرطة أبو ظبي أن معايير جائزة رواد أمن المستقبل تتكون من أربع فئات (الخدمة المجتمعية، الإبداع والابتكار، استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والقصة القصيرة) ومن المقرر أن تكون ضمن جائزة القائد العام للتميز اعتباراً من العام الجاري 2018.

وفد التعليم والمعرفة يطالع على برامج طيار المستقبل بشرطة أبوظبي

توعوية وإرشادية، تخرس في الطلبة الوعي الأمني وتبني قدراتهم وتطورها، و إعدادهم ليكونوا جيل المستقبل القادر على تحمل المسؤولية والحفاظ على مكتسبات الوطن.

وأعرب عن إعجابهم بالمبادرة، متمنياً رفع مستوى برامج المبادرة إلى مراحل متقدمة في المستقبل لإتاحة الفرصة أمام الطلاب لاكتساب خبرات جديدة والحصول على أكبر قدر من الاستفادة، وتمكينهم من اختيار التخصص الأكاديمي الذي يناسب قدراتهم ويتماشى مع احتياجات سوق العمل. وحضر اللقاء والزيارة من دائرة التعليم والمعرفة كل من: يعقوب يوسف الحمادي، رئيس قسم التعليم، وبيركة سالم الكثيري، أخصائي أول إرشاد أكاديمي، ومن إدارة طيران شرطة أبوظبي كل من: المقدم طيار محمد سالم الحمودي من قسم الدعم الجوي والمقدم طيار ناصر العيساني، رئيس قسم الخدمات المساندة، والمقدم طيار محمد راشد الحفني، من قسم الخدمات المساندة، والمقدم طيار علي عبيد بن بدر، من قسم العمليات الجوية، والمقدم مهندس طيار أحمد الظاهري، رئيس قسم الصيانة.

الأخلاق النبيلة، ويعلم احترام الأنظمة والقوانين والاعتماد على النفس، ويعمق الشعور بالانتماء للهوية الوطنية، ويبت فيه روح الشجاعة والإقدام والطاعة، وتحمل المسؤولية، ويفرس في نفوسهم قيم الانتماء للوطن.

وقدم حميد إبراهيم الهوتي، الشكر إلى شرطة أبوظبي على التعاون والتنسيق الدائم مع دائرة التعليم والمعرفة، وتنظيم المبادرات الهادفة التي تقدم جرعات

مهارات جديدة واكتساب خبرات متنوعة، مؤكداً حرص شرطة أبوظبي على تعزيز المسؤولية المجتمعية لدى الطلاب وتدريبهم بطبيعة عمل ومهام الإدارة ودورها في تقديم الخدمات الشرطية والمجتمعية والإنسانية.

وأكد أهمية البرنامج التدريبي خلال فترة الإجازة الصيفية، لملء وقت فراغ الطلبة واستثماره فيما يعود بالنفع والفائدة على الجسم والعقل، ويعزز لديهم

وتعرف الوفد على طبيعة العمل في قسم الصيانة، وألية تجهيز الطائرات من قبل فريق الصيانة، وكيفية التصرف في حال وقوع حادث، والإجراءات الوقائية التي يتوجب القيام بها، ونوعية التدريب العملي الذي يمارسه الطلاب في قسم الصيانة.

وأثنى مدير إدارة طيران شرطة أبوظبي على الطلبة المشاركين في مبادرة "طيار المستقبل"، لالتزامهم وحرصهم على تعلم

اطلع وفد من دائرة التعليم والمعرفة، في مقر إدارة طيران شرطة أبوظبي، بقطاع العمليات المركزية، على برامج التدريب التخصصية المقدمة لطلبة المدارس المشاركين في النسخة الثانية من مبادرة "طيار المستقبل".

وكان العميد طيار إبراهيم حسن البلوشي، مدير الإدارة التقى الوفد برئاسة حميد إبراهيم الهوتي، مدير شؤون الطلبة، في دائرة التعليم والمعرفة، واصطحبهم للتعرف على نوعية الأنشطة والفعاليات المقدمة للمشاركين في المبادرة، حيث استمعوا إلى شرح عن أضرار ومخاطر التدخين خلال المحاضرة التي تفاعل معها الطلاب.

وزار الوفد غرفة عمليات طيران شرطة أبوظبي في مبنى الإدارة، وقدم الطلاب المكلفين بالتدريب، شرحاً حول طبيعة العمل وكيفية التواصل مع مركز القيادة والتحكم، وألية التنسيق مع برج المراقبة والطيارين، وإجراءات تحريك الطائرات عند تلقي البلاغات وقت وقوع الحوادث، ودور الإدارة في مجال البحث والإنقاذ، ونقل المرضى والمصابين، والإجراءات الوقائية الضرورية.



منوعات العلاج

23



في الأصل ظهر الرمان في إيران وبدأ يُزرع منذ العصور القديمة. اليوم يُزرع على نطاق واسع في منطقة المتوسط من جنوب أوروبا، وفي الشرق الأوسط، والقوقاز، وشمال إفريقيا، وإفريقيا الاستوائية، وشبه القارة الهندية، وآسيا الوسطى، والمناطق الأكثر جفافاً من جنوب شرق آسيا. إليكم لمحة عن أبرز المنافع التي تفيض بها هذه الفاكهة الشهية.



يقوي مناعة الجسم ويحارب الفيروسات

الرمان . . أبرز المنافع التي لا تقدر بثمن



عصير الرمان يحتوي على الفركتوز لكنه لا يرفع مستوى سكر الدم بقدر عصائر الفاكهة الأخرى لأن الدم يمتصه ببطء من دون زيادة معدلات السكر بدرجات قياسية.

14. يريح الجهاز التنفسي؛ حمض الأسكوربيك (فيتامين C) في هذه الفاكهة مضاد قوي للالتهابات، ما يعني أنه يخفف التهابات لدى الأطفال المصابين بالربو ويخفف الألم والاحمرار في الحلق بدرجة ملحوظة.

15. يساعد على فقدان الوزن؛ يحتوي الرمان على نسبة منخفضة جداً من الدهون الطبيعية والكوليسترول لكنه غني بالمغذيات والمعادن. كذلك تعزز الألياف الغذائية فيه القابلة للذوبان وغير القابلة للذوبان شعور الشبع وتزيد حجم البراز وتطرد الدهون والسموم من الجسم.

16. يكافح الالتهابات؛ يعطي الرمان مفعولاً مضاداً للالتهاب في مناطق عدة من الجسم، لذا تعدد منافعه الصحية كونه يحمي من الربو والبواسير والإسهال وأمراض أخرى.

17. يعتني بالكبد؛ لا يكتفي عصير الرمان بحماية الكبد بل يساهم أيضاً في تجديد عملية التعالٍ إذا ارتبط الضرر بالإفراط في استهلاك مادة معينة. كذلك يساهم في أداء الوظيفة الطبيعية لهذا العضو الحيوي.

18. يهدئ اضطراب المعدة؛ يسبب عصير الرمان الجوع ويسيطر على العطش، فضلاً عن أنه غني بالألياف الغذائية القابلة للذوبان وغير القابلة للذوبان فيساهم في تحسين الهضم وتنظيم حركة الأمعاء.

19. يقيد البشرة؛ يبطئ عصير الرمان مسار الشيخوخة عبر تخفيف التجاعيد والخطوط الرفيعة والاصطيغ المفرط والبقع الداكنة والبثور، ويرطب البشرة عبر حمض البونينيك وحمض الأوميغا 3 الدهني، ويسرع تعالٍ الجروح، فضلاً عن أنه يطيل حياة الخلايا الليفية المسؤولة عن إنتاج الكولاجين والإيلاستين. يحتوي الرمان أيضاً على مضادات أكسدة مثل الأنثوسيانين والتانين القابل للتحلل بالماء وحمض الإيلاجيك (بوليفينول) الذي يمنع نمو سرطان الجلد.

20. يعتني بالشعر؛ يساهم عصير الرمان عند استهلاكه بانتظام في تقوية بصيلة الشعر ومنع تساقط الشعر وتجديد صحته ولعانه.

21. يقضي بالمغذيات؛ يحتوي الرمان على كميات كبيرة من الفيتامينات مثل

1. يحمي الشرايين؛

يُحسن عصير الرمان قدرة الجسم على تخفيض معدل الكوليسترول والقضاء على الجذور الحرة في الأوعية الدموية. كذلك يعطي أثراً مضاداً لتصلب الشرايين في القلب ويمنع تراكم الصفائح في الشرايين ويحافظ على مرونتها ويخفف الالتهابات في بطانة الأوعية الدموية.

2. يحارب متلازمة الأيض؛

يساعد الرمان الجسم على تنظيم مستويات السكر ويحسن ظاهرة حساسية الأنسولين، ويخفف الالتهابات ومشاكل أخرى مرتبطة بمتلازمة الأيض التي تُعتبر مسبباً أساسياً للبدانة، وتندر بالسكري غالباً.

3. يعالج الإسهال؛

يُعتبر عصير الرمان الطازج علاجاً ممتازاً لتخفيف الألم والالتهاب المرتبطين بالإسهال الحاد الذي يترافق مع ظهور دم ومخاط في البراز.

4. يقوّي الكلى؛

تضمن خلاصة الرمان حماية فاعلة لمصاعف الكلى الخارقة في وجه الأضرار التي تسببها السموم خلال عملية التطهير.

5. يحمي الأم وطفلها قبل الولادة؛

يحتوي عصير الرمان على خليط قوي من الفيتامينات والمعادن تشمل حمض الفوليك ومضادات أكسدة تضمن تدفق الدم بشكل سليم وتُخفّض مخاطر الولادة المبكرة أو احتمال تراجع وزن الأطفال. يساهم البوتاسيوم الذي يحتوي عليه أيضاً في تجنب تشنجات الساق والغثيان خلال الحمل.

6. يُخفّض الكوليسترول؛

الرمان غني بمضادات أكسدة تسمح بتخفيض مستويات الكوليسترول السيئ في مقابل تحسين معدلات الكوليسترول الجيد في الجسم.

7.

12. يجسّد الغضروف؛ يتولى عصير الرمان كبح الأنزيمات المسؤولة عن تضرر الغضروف لدى الصابين بالفصال العظمي والتهاب العظام.

13. ينظّم مستويات سكر الدم؛ صحيح أن

صحيح أن

تبيّن أن عصائر الليمون الهندي والرمان تؤثر في أنزيم يفرزه الكبد في الجسم ويُعتبر ضرورياً لتفكيك عدد من الأدوية الشائعة مثل الستاتين الذي يعالج الكوليسترول وسموم أخرى.

محتوى مرتفع من السكر؛

فاكهة الرمان غنية بالسكر والكربوهيدرات، لذا لا تُعتبر مناسبة للمصابين بالسكري. وإذا كنت تتبع حمية غذائية منخفضة وتريد تخفيف السرعات المستهلكة، فلن يناسبك عصير الرمان طبعاً.

تراجع ضغط الدم؛

تجنّب شرب عصير الرمان تزامناً مع أخذ أدوية طبية أو أعشاب ومكملات مسمّمة لتخفيض ضغط الدم لأنه قد يضاعف أثر تخفيض الضغط بدرجة قاتلة.

مشاكل أفضية؛



قدمك تخبرك عن حالتك الصحية

قالت صحيفة (ديلي ميل) البريطانية، إن الأعراض التي قد تظهر على القدمين تعد مؤشراً على مشاكل صحية يجب حلها.

وأوردت الصحيفة قائمة بالأعراض على النحو التالي:

1 - تغيير لون أظافر القدم من المهم الانتباه إلى لون أظافرك، فتحول الأظافر إلى اللون الأصفر يمكن أن يدل على أمراض معينة مثل الفطور والصدفية والأكزيما، وفي بعض الحالات النادرة تكون دليلاً على متلازمة الأظافر الصفراء التي تسبب التورم والسوائل في الرئتين.



2 - البرودة الدائمة يمكن أن يكون مرض السكري وراء برودة القدمين إذ إنه يغير كمية إمداد القدمين بالدم، ويغير أيضاً وظائف الأعصاب فيهما.

3 - جفاف بشرة القدمين وتشققها إذا بقي جلد القدمين جافاً أو متشقّقاً رغم الترطيب المستمر، فقد

1 - راحة القدمين الكريهة بغض النظر عن مستوى النظافة والعناية؛ فإن راحة القدمين الكريهة يعاني منها الجميع؛ بسبب وجود آلاف الغدد العرقية في أقدامنا، إضافة إلى أن الأحذية أو الجوارب يمكن أن تحبس الفطريات والبكتيريا التي تتكاثر في ظروف رطبة ودافئة.

2 - الجفاف الدائم

يقول الأخصائيون، إن راحة القدمين ليست أمراً مقلّفاً، ولكن يجب اتخاذ إجراءات معينة لتهيئة بيئة معادية لنمو الفطور والبكتيريا، مثل ارتداء جوارب نظيفة على الدوام، والحرص على تجفيف الحذاء إذا تعرض للتعرق أو الرطوبة، وإضافة

3 - جفاف بشرة القدمين وتشققها

إذا بقي جلد القدمين جافاً أو متشقّقاً رغم الترطيب المستمر، فقد



بفضل التقدم الحاصل في مجال العناية المركزة والتدريبات المكثفة التي تتلقاها الفرق الطبية،
ينجو ٨٥% من الأطفال الذين يولدون قبل أوانهم. لكن ما هي العوامل التي تضمن نجاة هذه الكائنات الصغيرة؟



الأطفال الخدج . . يحتاجون إلى معدات متطورة تقنياً لمساعدتهم



قد يواجه 04% من الأطفال الخدج مشكلات حركية أو حسية أو معرفية في عمر الخامسة ويحتاجون لرعاية طبية في هذه المرحلة.



هذه التدابير وقدرتها على تحسين وضع الطفل العصبي. لكن لمساعدته على التنفس وتسهيل دمه وتغذيته، سيحتاج إلى معدات متطورة تقنياً. لذا يتصل ببطارية مزودة بأنابيب يمكن مراقبتها عبر شاشة فيها أجهزة إنذار متواصلة. تتحسن فرص نجاة الطفل بفضل الحب الذي يحصل عليه من والدته في الأيام الأولى.

لن تكون الخطوات الطبية كافية فقد لوحظ أن الطفل الذي يبقى وحده وسط الآلات ولا يشعر بالحب يعجز عن النجاة. لذا يجب أن تبقى الأم إلى جانبه وتتكلم معه وتشجعه وتحثه على التمسك بالحياة.

الأثار العكسية المحتملة

يستحيل تحديد التداعيات المتوقعة بدقة إلا في حالة بعض الأطفال الخدج الذين يعانون مشاكل واضحة كأن يكشف التصوير بالرنين المغناطيسي عن إصابات غير قابلة للعلاج في أدمغتهم. بعد الفوز بالمعركة الأولى، سيضطر أهالي الأطفال الخدج إلى قطع مسار طويل وشاق. لا بد من تجاوز مراحل حاسمة للتأكد من غياب التداعيات العصبية، منها تعلم وضعية الجلوس والمشي واكتساب اللغة ثم تعلم القراءة في عمر السادسة أو السابعة. يفوق احتمال مواجهة آثار عكسية عتية الثلاثين في المئة حتى الأسبوع الخامس والعشرين كحد أقصى أو إذا كان وزن الطفل أقل من 700 غرام.

غير واقعية بنظرها. حتى أنها قد تشعر بحركته في بطنها ولا تصدق عدم قدرتها على احتضانه. قد يدوم أثر هذا الانفصال لبضعة أيام أحياناً. بعد إخراج الطفل من أحشاء أمه ووصله بالأنابيب وقبب مختلف مناطق جسمه، لن تكون التدابير الطبية كافية إذا لم يشعر بحب والديه.

العلاج والحب

يسمح نقل الطفل إلى الحاضنة سريعاً بوضعه في بيئة تشبه رحم أمه. يحاول الأطباء تخفيف الحواجز المفرطة حول الحاضنة للحد من الضجة والضوء وتخفيف أوجاعه، كما أنهم يمتنعون عن إعطائه الأدوية إذا لم تبرز الحاجة إليها. تثبت مختلف الدراسات فاعلية

ثلاث فئات أساسية

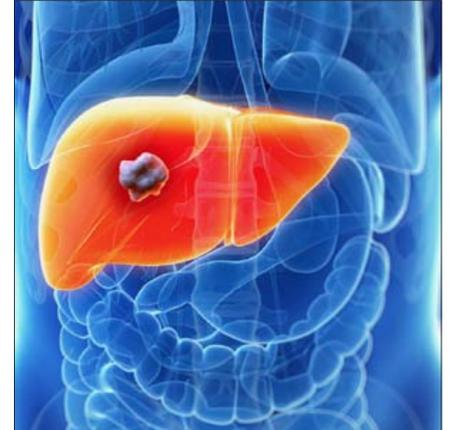
- الولادة المبكرة بدرجة خفيفة: تحصل الولادة بين الأسبوع الثاني والثلاثين ونهاية الأسبوع السادس والثلاثين.
- الولادة المبكرة بدرجة كبيرة: تحصل الولادة بين الأسبوع الثامن والعشرين ونهاية الأسبوع الثاني والثلاثين.
- الولادة المبكرة بدرجة فائقة: تحصل الولادة قبل الأسبوع الثامن والعشرين.

ولادة عتيقة وانفصال فوري

سواء ولد الطفل بطريقة طبيعية أو خلال عملية قيصرية، لا مفر من وضعه في الحاضنة. يسهل أن يززع هذا الوضع نفسية الأم إذا لم تجد مهد الطفل بالقرب منها وقد تصبح هذه الولادة

منوعات الفكر

26



أعراض قد تنذر بالإصابة بسرطان الكبد

حدد باحثون في المنظمة البريطانية الخيرية للبحوث السرطانية الأعراض التي يمكن من خلالها تشخيص الإصابة بسرطان الكبد مبكراً. وبحسب مختصين؛ فإن أكثر المعرضين للإصابة بسرطان الكبد هم الذين يعانون من تليفه والتهاب الكبد الفيروسي C، وتتمثل أعراضه في فقدان الشهية والوزن لأسباب مجهولة، واصفرار الجلد (اليرقان). وتتمثل الأعراض الأخرى في البطن المتورم (المتنقع)، ويضاف له شعور دائم بالغثاس دائماً، وظهور بول بلون داكن، وعند إهمال الشخص لهذه العلامات، قد يتطور المرض، وفي مرحلته الثالثة يبدأ بالانتقال إلى أعضاء أخرى في الجسم.

ويرافق هذه المرحلة تورم القدمين وأسفل الظهر واحمرار باطن اليدين، وتكون حرارة الجسم من 37 إلى 39 درجة مئوية ولا تنخفض بتناول الأدوية، وتزداد الحالة الصحية للشخص سوءاً يوماً بعد آخر.



باحثون يطورون مركباً حيويًا من خيوط العنكبوت لعلاج كسور العظام

توصل باحثون في جامعة "كونيتيكت" الأمريكية، إلى تطوير مركب حيوي مصنوع من الألياف الحريرية لخيوط العنكبوت، يمكن استخدامها في إصلاح العظام المحطمة، دون حدوث المضاعفات التي تحدثها المواد العلاجية الأخرى.

وغالباً ما تستغرق عمليات شفاء كسور الساقين وقتاً طويلاً مسبباً عدم الارتياح للمرضى، ولتسهيل وتسريع آلية شفاء الكسور، يقوم الأطباء بتثبيت شريحة معدنية لدعم العظام لمساعدته على سرعة الالتئام، ومع ذلك، يمكن أن تحدث مشكلة، في بعض المواد المعدنية تتسرب ذراتها إلى الأنسجة المحيطة، مما يسبب تهيجاً في الأنسجة والتهابات، كما يمكن أن تنمو العظام الجديدة إلى الوراء وتكون عرضة للكسر. وللأسباب السابقة، سعى الباحثون الأمريكيون إلى إيجاد حل فعال، حيث لجأ العالم (موى موى)، أستاذ الطب الحيوي إلى العنكبوت، وحيوطها الحريرية على وجه الخصوص، ليتم استخلاص بروتين "فيروين"، وهو بروتين موجود في ألياف الحرير الغزولة بواسطة العنكبوت، وحشرة العنقة والمعروفة بشدة قوتها.

وبدأ العلماء باختيار الألياف الحريرية في تطوير مركبات علاجية مختلفة حيث توصلوا إلى تطوير مركب جديد مكون من ألياف حريرية طويلة مزودة بحمض (بوليلكتيك)، وهو حمض قابل للتحلل مستمد من نشا الذرة وقصب السكر، ليغلف هذا الحمض الألياف بجسيمات حيوية دقيقة يتم تزويدها بها من معادن فوسفاتية وكالسيوم كالتواجد في الأسنان والعظم، وقد تم تطوير شرائط طبية علاجية من هذه الألياف.

وقد أظهرت التجارب الأولية التي أجريت على الشريط الطبي العلاجي المطور فاعليته وقوته ومرونته في ذات الوقت، فضلاً عن ما يتمتع به من خصائص علاجية عالية تعد الأعلى بين المواد العلاجية المسجلة للكسور.



أسبابه ما زالت غير واضحة

التصلب المتعدد . . . العلاجات تركز على التحكم في الأعراض

يسبب التصلب المتعدد التعب الموهن، واضطرابات في الرؤية، وخللاً في التوازن والتنسيق، وتيبس العضلات، ويؤدي

هذا المرض غالباً إلى الإعاقة، إلا أن أسبابه لم تُحدّد بوضوح بعد.

التي تتفاعل مع البكتيريا عبرت عن عامل محدد يتحد بالحمض النووي أو بروتينات تسهم في تنظيم الحمض النووي تدعى TOX. تسهم بروتينات TOX في تطوير خلايا لمفاوية محددة تقود بعد ذلك رد فعل مناعياً بغية التصدي لأجسام غريبة تعتبرها خطرة.

في هذه الحال، اكتشف الباحثون أن بيئة التهاب تؤثر في تعبير TOX في الخلايا للمفاوية الثانية، وأن هذا قد يؤدي دوراً في ظهور التصلب المتعدد، حسبما يتابع بيح موضحاً.

والبكتيري. يشير نيكولاس بيح، الباحث المشرف على إعداد تقرير الدراسة؛ (رأينا كمياد رد الفعل المناعي ذاته من الخلايا للمفاوية التي تدعى الخلايا للمفاوية الثانية من نوع CD8+).

يضيف؛ (لكن الفئران المصابة بالمرض الفيروسي وحدها عانت مرضاً التهابياً في الدماغ شبيهاً بالتصلب المتعدد). وقادت هذه الملاحظة العلماء إلى تفحص التعبير الجيني للخلايا للمفاوية الثانية من نوع CD8+ بغية معرفة كيفية تأثرها بالمرض الفيروسي. اكتشف الباحثون أن الخلايا للمفاوية

جهاز المناعة تجاه نوعين مختلفين من الأمراض أو البكتيرية المسببة للأمراض، أحدهما فيروسي والآخر بكتيري، وذلك بغية فهم ما قد يحفز رد الفعل الذي يرافق دوماً الإصابة بالتصلب المتعدد. بغية تحقيق هذا الهدف، عملوا على نماذج من الفئران، فحفظوا كل نوع من الأمراض في قوارض سليمة.

لاحظ الباحثون أن نوعاً معيناً من كريات الدم البيضاء (خلايا لمفاوية ثانية من نوع CD8+) يؤدي دوراً أساسياً في رد فعل الجهاز المناعي في الجسم يتفاعل بطرائق مماثلة مع المرض الفيروسي

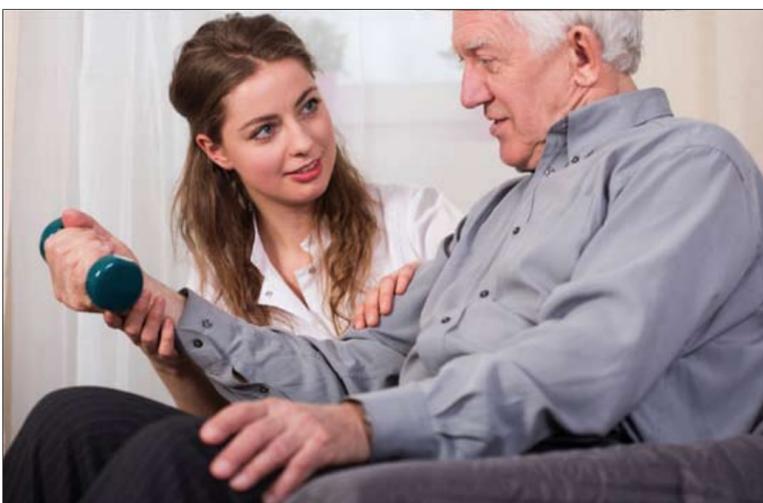
جينف الجامعية في سويسرا قرّينا خذوة إضافية من فهم ما يحفز ظهور هذا المرض.

يذكر دورون مركلر، باحث بارز في الدراسة؛ (قررنا تحليل العوامل المعدية في التصلب المتعدد بدراسة ردود فعل جهاز المناعة التي تثيرها الأمراض المختلفة). يتابع موضحاً؛ (عنى ذلك محاولة تحديد عنصر قد يؤثر في ظهور التصلب المتعدد حيث حدثت عدوى).

نشر الفريق الاكتشافات التي توصل إليها أخيراً في مجلة (المناعة). قرر مركلر وفريقه اختبار رد فعل

في حالة التصلب المتعدد، يهاجم جهازنا المناعي خطأ الميالين، أي الغمد الذي يغطي المحور العصبي. يشكل هذا المحور امتداداً يسمح لخلايا الدماغ بإرسال إشارات كهربائية تحمل المعلومات. مع حدوث الضرر، تُعوق تدريجياً وظائف عدة، مثل الرؤية والوظائف الحركية والمعرفية.

أسباب التصلب المتعدد ما زالت غير واضحة، ما يعني أن العلاجات تركز راهناً على التحكم في الأعراض بدل القضاء على المسببات البيولوجية. لكن بحثاً ناشئاً من جامعة جنيف ومستشفيات



حكمة

إن لم يكن عندك طموحات وهدف

تأكد إن مافيك ربح وُفايدة

ثشف كيف فرق الوعد عن كلّ الصدف

وُحدّد وعودك لو دروبك كايده

عبدالله موجاز



عام
زاييد

عام - زايد

آه يا من ون من حده
ارحموني بازجي يده
الوجن كالورد محتده
والمعنق ما حلاقده
والهدب والعين مسوده
الحسن والزين ماسده
يا سعادة عمري الثاني
من مودة جسمي الفاني
وخلود ابـروق زفاني
والثنايا حب رماني
والمدامع نورها جاني
في محله و يترك الثاني

الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان (طيب الله ثراه)

نسل الشيوخ

إهداء إلى معالي الشيخ / عبدالله بن محمد آل حامد، عضو المجلس التنفيذي، رئيس دائرة الصحة، حفظه الله ورعاه، لوقفته النبيلة وفزعته الكريمة تجاه ابنتنا / ساره حمد الجنيبي شفاها الله وعافاها.



البيت متوجه

الله يرحم من على العز ربّك

ابوك زايد و انت زايد مثل ابوك

متزايد بالطيب والطيب مسعاك

شوف اشكر بالله هالناس حبوك

نضحة نباك بعطرها عنبر وراك

يوم إن غيرك سيرته شوك في شوك

والرجل مثل النجم في كبد الافلاك

وانته سراج الدار والعين سموك

الله بحق الي مع الحق يركك

ويكفيك ربي شر حاقد وصعلوك

oLa taLa



كلنا خليفة

مدتلك هذي هب غريبه

يا قائد الدار وعمدها

يا كاسب شعبك بطيبه

قريب والقاصي شهدها

الم

ريتويت

استنصر العرب يوماً أوردني قصيدته

Following

عبدالله الرّشاش
@alroshash

الأصحاب، الحياة، الموت.

Tweets	Following	Followers
1,657	443	9,097

إنّ الموسيقى والتقسيم
والعود صمّتك صبا
واحساس صوتك،
حجازي.

الله اجعلني شبيهاك

Following

.. بيمار
@far8th1

يمكن شعر! مدري.. ويمكن شاعره: أم ل
طفلين

Tweets	Following	Followers
13.5K	470	54.5K

تغيب .. واقضي ليلة غياباك سهر :
جرك هوى غيري و جرجرني هواك!
الله يسود وجه غيابتك .. كثر!
م الله يبيض وجهه وبقناااa

للتواصل: E-mail: xhms@hotmail.com

@HaFajer

الشاعر / عبدالله العكبري

اباوع صورتك واوله ..
واقاوض لمحّة طيوقك :

مُقابل أسهر لساعات...
، تمرُّ هُنانه تاشوقك !

واخطفك منهم لعيني ..
وتخطفُ عمري بشوقك

واظلّ اتأملك أيام ..
ولك فدوة أني لجوقك !

اريدك تسكنُ بخصني
واريد اغفى على حتوقك

تدقّ العود قبل النَّاي ..
لحتّى يصير معزوقك !

واغنّي لك ألف موال !
وتكبر بالقلب أووفوك..

إلك أبقي وأماني بيك
واني خوفي من خوفك

وحبيبتك وربّ البيت !
نسيت ظروفي وظروقك

لأن لو نفسي تباريك ..
اعوفن نفسي، ما اعوفك

سارة
سين صادا
٢٠١٧