

معرض العين للكتاب يناقش آفاق الكتابة للطفل



مي حريري :

لا أهتم بمن يحاربني فنياً



انحتي جسمك بتقنية التبريد



مأساة إنسانية عمرها 49 يوماً بالمحيط

نجا شاب إندونيسي من الموت بأعجوبة، مؤخراً، بعدما ظل عالقاً وسط المحيط لمدة 49 يوماً كاملة، قبل أن تتمكن سفينة تنمية من إنقاذه.

ويعمل الشاب البالغ من العمر 19 عاماً على منصة خشبية صغيرة لصيد السمك ويوزره بشكل أسبوعي شخص يستلم الأسماك التي وقعت في الشباك، ومقابل ذلك يقدم له الماء والطعام والوقود.

وبحسب ما نقلت صحيفة "غارديان" البريطانية، فإن منصة الصيد العائمة كانت على بعد 125 كيلومتراً من البر، وهو ما جعل سيناريو النجاة عبر السباحة أمراً صعباً، إن لم يكن مستحيلاً.

وينحدر الشاب أدنى من جزيرة سيلانوي، وتواجه منصة الصيد الخشبية عادةً في مياه قريبة، لكن هبوب عاصفة قوية في أواسط يوليو الماضي أبعداها داخل المحيط.

وحين ابتعدت هذه المنصة بسبب الرياح، لم يجد الشاب سوى مؤونة تكفي لأيام قليلة، ولذلك اضطر إلى صيد السمك، أما عملية الصيد فكانت تتم بما يحرق من خشب، ولأجل الشرب، كان يصفي مياه البحر بشايه حتى يقل ملوحتها قدر الإمكان. وحاول العالق أن يثير انتباه 10 سفن كبرى مرت على مقربة من المكان الذي كان فيه، لكن المركبات البحرية لم تكن تنتهبه إليه.

وحين لمح السفينة البنمية عمل على رفع قطعة من شايه، ولما فشل أيضاً في هذه الطريقة أرسل إشارات راديوية، وهو ما ساعده أخيراً على الخروج من محنته.

وبما أن السفينة التي أنقذت الشاب كانت في طريقها إلى اليابان فقد وجد الناجي نفسه في بلد آخر، لكنه عاد إلى إندونيسيا في الثامن من سبتمبر الجاري.

ويقول أدني إنه قضى أوقاتاً عصيبة في البحر حتى أنه كان يفكر في إلقاء نفسه في الماء ووضع حد لمعانته، لكنه كان يتذكر وصية والديه اللذين يحذانه على التحلي بالصبر حين يواجه محناً.

لطالما احتار كثيرون في الاختيار بين الخضروات الطازجة وبين المعلبة التي توفر الوقت والمجهود. يرى البعض أن الخضروات المعلبة قد تفتقر إلى المصادر الصحية مقارنة بمثلتها الطازجة، فما هو حير خبراء التغذية؟

من المعروف أن الخضروات والفواكه من أهم مصادر التغذية الصحية، لكن يبقى الطعام صحياً بعد تعليبه؟ العديد من الدراسات أثبتت أنه لا يوجد فرق بين الخضروات المعلبة والطازجة من حيث القيمة الغذائية، وبحسب موقع بوسطن غلوب الأمريكي فقد وجد العلماء في دراسة حديثة بجامعة ميتشغان أن الخضروات المعلبة قدمت مقارنات غذائية مماثلة للطازجة والمجمدة.

ملية التسخين المستخدمة في التعليب تسبب في فقدان الفيتامينات الأقل استقراراً في الماء مثل فيتامين B و C أما ما يبقى من هذه الفيتامينات يظل سليماً عندما يتم تخزينه لشهور. وأوضحت الدراسة، أنه في الوقت الذي توفر فيه الخضروات الطازجة كل العناصر الغذائية السليمة في البداية، إلا أن عملية انتقالها ووصولها إلى منزلك ثم وضعها في الثلاجة لعدة أيام، قد تكون عوامل كافية للقضاء على فوائدها.

وخلصت الدراسة إلى أنه عندما يتعلق الأمر بالفيتامينات مثل A و E، والمعادن والألياف، فإن الخضروات المعلبة تصبح مماثلة في القيمة الغذائية لتلك الطازجة أو حتى المجمدة.



المعلبات الغذائية . هل هي آمنة ومفيدة حقاً؟

التقرير الخاص بمنظمة CFA.
مزاياء وعيوب الخضروات المعلبة يدرك الكثيرون أهمية تناول الخضروات والفواكه. قد يميل البعض لتناول الخضروات المعلبة أكثر من الطازجة. ولذلك دوافع كثيرة، منها سهولة استخدامها. صحيح أن للخضار المعلبة مزايا إيجابية ولكن لها عيوباً أيضاً، فما هي هذه العيوب؟
الخضار والفواكه تصدّر قائمة الأغذية الصحية. ولكن ماذا عن الخضار المعلبة؟ فهي وإن كان لها بعض المزايا الإيجابية، إلا أن خبراء التغذية يرون أن تناولها محفوف ببعض المخاطر، وفيما يلي نقدم لكم مزايا وعيوب الخضار المعلبة.
1. تأمين الكمية اللازمة: قد يكون تناول الخضار المعلبة مفيد بالنسبة لأولئك الذين لا يحصلون على الكم اللازم من الخضار في نظامهم الغذائي. صحيح أن الخضار والفواكه تفقد بعض المواد الغذائية المفيدة أثناء عملية حفظها، لكن يبقى داخلها الكثير من المعادن والفيتامينات.
2. سهولة التحضير: بالطبع تحضير الخضار المعلبة بعد يوم عمل شاق، هو أسهل وأسرع بكثير من إعداد الخضار الطازجة. لكن هذا النوع من الراحة، هو واحد من الأسباب الرئيسية لكثير من المشاكل الصحية في كثير من البلدان وخاصة الصناعية.
3. مدة صلاحيتها طويلة: على عكس الخضروات الطازجة، يمكن الاحتفاظ بالخضروات المعلبة لمدة تصل إلى خمس سنوات، وهو ما يتيح تناول جميع أنواع الخضروات حتى في غير مواسمها.
4. تكلفتها منخفضة: مقارنة بأسعار الخضروات

والتي تكون مرتفعة الثمن بعض الشيء. ونشر موقع ميل تايم الأمريكي تقريراً لاتحاد الأطعمة المعلبة بأمريكا CFA يصح فيه المفاهيم الخاطئة التي يتم تداولها عن الخضروات المعلبة جاء فيه "أن الاعتقاد بأن المعلبات غير صحية هو اعتقاد خاطئ، إذ أن الأغذية المعلبة تضم عناصر غذائية تطابق ما ورد في الإرشادات الغذائية لوزارة الصحة الأمريكية". لذا ينصح بتناول الخضروات والفواكه وحتى البقوليات أو المكائولات البحرية سواء معلبة أو مجمدة أو حفيفة، طبقاً لما ورد بالموقع المتخصص في نشر تقارير عن اتحاد الأطعمة المعلبة في أمريكا CFA.
هناك اعتقاد سائد أن الأطعمة المعلبة ليست مغذية غير أن الأبحاث المنشورة في "مجلة علوم الأغذية والزراعة" الأمريكية أشارت إلى أن الأطعمة المعلبة يمكن أن تكون مغذية وصحية، وفي بعض الحالات قد تكون أكثر إفادة من نظيراتها الطازجة والمجمدة. كما يبدو الاعتقاد أن المعلبات مليئة بالمواد الحافظة والألوان، إلا أنه ونظراً لأن الأطعمة المعلبة قد تم طهيها بالفعل، فإن المواد الحافظة ليست ضرورية لمنع تلفها. فعملية تعليب الطعام نفسها تحافظ على صلاحية الغذاء، لذلك فإنه لا يشترط وجود استخدام كميات كبيرة للألوان أو المواد الحافظة داخل المعلبات بحسب

الأسماك الدهنية لتنجي طفلاً ذكياً

قالت نتائج دراسة فنلندية جديدة إن أكل الأسماك الدهنية أثناء الأسابيع الأخيرة من الحمل وخلال فترة الرضاعة الطبيعية مفيد لنمو دماغ الجنين وهدرتة على الإبرص في المستقبل. وتزود الأسماك الدهنية الحامل بالدهون طويلة السلسلة والتي تصل إلى الجنين وتساهم في بناء خلايا الدماغ وشبكة العين. وأظهرت الأبحاث التي أجريت في جامعة توركو بفنلندا أن الأمهات اللاتي أكلن الأسماك الدهنية 3 مرات أو أكثر في الأسبوع خلال الثلث الأخير من الحمل أنجبن أطفالاً يتمتعون أكثر بصحة الدماغ والعيون مقارنة بمن تأكلن الأسماك مرتين أو أقل في الأسبوع. وتوجد هذه الدهون المشبعة طويلة السلسلة في الأسماك مع فيتامين د، وإي، وهي توليفة مسؤولة عن نمو وتطوير دماغ الجنين خلال المرحلة الأخيرة من الحمل. وأظهرت الاختبارات التي أجريت للأطفال في عمر سنة و 7 و 10 ثم 14 سنة أن تناول أمهاتهم الأسماك الدهنية أثناء الثلث الأخير من الحمل ساعد على سرعة معالجة أدمغتهم للمعلومات وكان له تأثيراً إيجابياً على صحة العيون وخاصة الشبكية. وتحت التوصيات الطبية على التوازن الغذائي للحصول على كل المغذيات التي يحتاجها نمو الجنين أثناء الحمل، ويلعب فيتامين "ب12" دوراً هاماً في نمو دماغ الطفل أيضاً. من الأسماك الدهنية قليلة الزئبق السردين والسلمون والتونة.

التدخين والدماغ . دراسة جديدة تكشف حجم الضرر

كشفت دراسة جديدة في كوريا الجنوبية عن خطر الإصابة بالخرق يزداد لدى المدخنين، لكن الإفلاج عن هذه العادة يمكن أن يحد من هذا الضرر. وقال معدو هذه الدراسة في دورية "طب الأعصاب السريري والتطبيقي" إن خطر الإصابة بالخرق قل بنسبة 14 بالمائة و19 بالمائة بالترتيب بالنسبة للمدخنين منذ فترة طويلة، والذين لم يدخنوا على الإطلاق، وذلك بالمقارنة بالمدخنين الذين استمروا في التدخين. وقال داين تشوي، كبير معدي الدراسة من كلية الطب بجامعة سول الوطنية، إن "التدخين معروف بألاف من نتائجه السلبية على الصحة بما في ذلك الإصابة بالسرطان وأمراض شرايين القلب. ولكن يقل التأكد نسبيًا على تأثير التدخين على أدمغتنا". وتشير الدراسة إلى عدة دراسات أجريت في الثمانينيات والتسعينيات، وجدت أن التدخين يحد من خطر الإصابة بالزهايمر، لكن هذه الدراسات كانت تمولها عادة شركات التبغ. وقال تشوي لروترز هيلث عبر البريد الإلكتروني كان هناك اعتقاد خاطئ بأن التأثير المشمل للتبغ قد يعمل كعازل من الخرف". وقال تشوي إن "النقطة المثيرة للاهتمام هي إمكانية وقف زيادة خطر الإصابة بالخرق المرتبط بالتدخين من خلال الإفلاج عنه".

تحذير من الدوام الدراسي العالي للماهرقين

حذر خبير تربوي أمريكي من أن الدوام الحالي لطلاب المدارس، والذي يبدأ قبل الساعة الثامنة والنصف صباحاً، يعد خاطئاً، وفق ما ذكرت صحيفة "نيويورك تايمز".

وينصح هنري نيكلاس، وهو معلم بمدرسة ثانوية، القائمين على العملية التربوية بتأخير الدوام ليبدأ عند الثامنة والنصف كحد أدنى، لكي يأخذ الأطفال والمراهقون نصيبهم من ساعات النوم الكافية، وهي 8 ساعات على الأقل.

وقال نيكلاس في مقال نشرته الصحيفة، إن قلة النوم تؤدي إلى خفض التركيز، كما أنها تسبب على المدى البعيد بمشكلات في الذاكرة، الأمر الذي يؤثر بدوره على التحصيل العلمي للطلاب على مدار العام الدراسي. ويثير الكاتب المخاوف من أن آثار قلة النوم تتجاوز التحصيل العلمي -على أهميته- إلى ظهور أعراض أمراض متعصبة في المستقبل، مثل السكري والسمنة والأوعية الدموية والقلب وضغط الدم. وأشار المقال إلى أن 3 من كل 4 طلاب في الصفوف من التاسع إلى الثاني عشر، في الولايات المتحدة، لا يحصلون بساعات النوم الكافية، وهي 8 ساعات على الأقل يومياً، الأمر الذي يجعلهم عرضة للمشكلات التعليمية والصحية. ويوميى الكاتب أولياء الأمور بضرورة مساعدة أبنائهم وتحفيزهم على النوم 8 ساعات يومياً على الأقل، من خلال حثهم على قضاء ساعات أقل أمام شاشة التلفزيون وشاشات الأجهزة اللوحية المحمولة.

مفاجأة بشأن أشهر خداع بصري في التاريخ

"زوجتي أم حماتي" هي اللوحة الأكثر شهرة في مجال الخداع البصري في العالم عبر التاريخ، لكن العلماء أصبح لهم رأيهم في هذا الأمر أيضاً. ويعتقد العلماء والباحثون أن ما تراه من هذه اللوحة يعتمد على عمرك، فالبعض يرى امرأة شابة تشيح بوجهها إلى جهة اليمين، في حين يراها آخرون امرأة عجوز ذات أنف كبير تنظر إلى الأمام.

وإذا لم تكن لديك القدرة على تحديد أي منهما في الرسم، فإن دقن المرأة الشابة هو أنف السيدة العجوز، وأذن الشابة هي عين المرأة العجوز. وكانت أقدم نسخة من الرسم الخادعة أصبحت آمنة، فيعض الشركات ألمانية، لكن النسخة الأكثر شهرة هي التي يمكن رؤيتها هنا مع المادة المرهقة.

والرسم تعود لفنان الكاريكاتير البريطاني وليام إيل هيل، وظهرت في مجلة "بوك" الأمريكية في السادس من نوفمبر عام 1915. وفي دراسة أسترالية لعاني نفس في جامعة فليندرز، زعم أن ما يراه الشخص يعبر عن عمره، فأشارت إلى أن كبار السن يرون المرأة العجوز أولاً، بينما يرى الشباب أو صغار السن الفتاة الشابة.

وشملت الدراسة 393 شخصا، منهم 242 ذكراً و 141 أنثى، تتراوح أعمارهم بين 18 و 68 عاماً، بينما يبلغ متوسط أعمارهم 32 عاماً. وتم عرض الصورة على عينة الاستطلاع لمدة ثانية، ثم طلب منهم أن يحددوا جنس وعمر الشخصية في الرسم عندما عرضت عليهم مباشرة.



عاداتك مع القهوة تخبرك عن شخصيتك

لا شك أن القهوة من أكثر المشروبات الساخنة شعبية في العالم، وتختلف عادات تناولها من بلد إلى آخر، وتحرص العديد من المقاهي والمطاعم، على تقديم قهوة شهية لزبائننا بنكهات متنوعة. وتقول الدكتورة سنام حفيظ، وهي طبيبة مختصة بالأمراض العصبية، وعضو هيئة تدريس في جامعة كولومبيا الأمريكية، إن تقديرك القهوة يمكن أن ينبع من تشننتك، وخاصة إذا كان والدك أو إخوانك الأكبر سناً يبدأون يومهم بكوب شهى من القهوة في الصباح. وتشيرت الدكتورة حفيظ "ربما تكون

قد شاهدت والديك يعيدان تعبئة كوب القهوة مراراً في المطبخ، أو تتسرب رائحة البن من غرفة نومك، أو ربما يكون شرب القهوة تقليداً ثقافياً في عائلتك أو مدينتك، فالكثير من ذلك يتم تعلمه ومن ثم التعود عليه". فهل يعود شاربو القهوة أنفسهم على الحاجة إليها؟ أم أنهم يحبون حقاً مذاق القهوة الشهية؟ يقول حفيظ إن الأمر يمكن أن يكون مزيجاً من هذين العاملين، وتشرح أنه إذا بدأ أحدهم في شرب القهوة على أساس يومي، يتبادر إلى ذهنه أنه بحاجة إلى الكافيين، وبالتالي يبدأ في الاعتماد عليه.

معضلة الرضاعة تواجه الزعيمة الأم بقصر الأمم المتحدة

تواجه رئيسة وزراء نيوزيلندا، جاسيندا أرديرن، تحديات صعبة في الأمم المتحدة هذا الأسبوع من بينها ظهورها لأول مرة أمام زعماء العالم، ومواعيد نوم ابنتها الرضعية التي يبلغ عمرها ثلاثة أشهر. وتصعدت أرديرن، التي يبلغ عمرها 38 عاماً، عناوين الصحف ونشرت الأخبار العالمية، منذ وصولها إلى السلطة في أكتوبر، عندما باتت ثاني زعيمة منتخبة في العالم تقلد، وهي في السلطة، بعد رئيسة وزراء باكستان الراحلة بينظير بوتو في 1990. ولا تعد أرديرن أصغر رئيسة وزراء في نيوزيلندا فسبق، وإنما أيضاً أول من أخذ اجازة لرعاية الطفل وهي في السلطة، ويُنظر إليها على نطاق واسع على أنها رمز لتقديم المرأة. ومع استعدادها للإفلاء أول كلمة لها في الأمم المتحدة تواجه أرديرن أيضاً المهمة الصعبة المتعلقة بالسر مسافة طويلة مع طفلة، وسيكون نحو 130 زعيماً وعشرات الوزراء موجودين في مقر الأمم المتحدة هذا الأسبوع.



11 طالباً إماراتياً يكملون بنجاح فترة التدريب المشترك لعام 2018 في اليابان

الطلاب الإماراتيين يبدعون في ورشات التدريب والتجارب الجديدة في أشهر الشركات اليابانية

تكييف التربية وإزالة الروائح الكريهة الجوية. وأكدت الحوسني على مدى جودة التدريب التي تلقته ودوره الفعال في فهم التجارب الواقعية وكيفية العمل ضمن فريق محدد، جنباً إلى جنب مع تعريف القضايا وإيجاد الحلول الممكنة خطوة بخطوة.

من جهته، قال السيد منيرهو ميشيما، المدير العام الداخلي محمداً مثلاً، يحتذى به لأبرز الطلاب في الإمارات الذين يدعمون فطنتهم التقنية والتعليمية والثقافية في بعض الشركات الأكثر شهرة في اليابان، موضحاً في خضم حديثه بأننا نجدون أمل كبير في أن يتم تطبيق ما تعلموه في اليابان لصلحة دولة الإمارات العربية المتحدة، ويسعدنا أن نرى نجاح ونمو البرنامج على مدى السنوات السبع الماضية، وننتقل إلى مزيد من التعاون والتطوير المتبادل للخبرات البشرية والروابط بين بلدينا.

وأضاف ميشيما: "يعد برنامج التدريب الداخلي أحد البرامج العديدة التي يقوم بها جاييس للطالبة الإماراتيتين الساعين إلى مواصلة تعليمهم في اليابان. مع إتاحة برامج مختلفة من خلال الدراسة اللغوية والثقافية والأكاديمية والفنية في كل من المرحلة الجامعية ومستوى الدراسات العليا.

الشركات اليابانية التي عقدت فيها ورشات التدريب؛ مركز فونتينر للأبحاث والعلوم الذرية التطبيقية في جامعة إيباراكي، شركة ميتسوبيشي للصناعات الثقيلة ومركز توتوري لإعادة تدوير الموارد في شركة يوكوجاوا إلكترونيك.

وعند وصول الطلبة المبتعثين إلى أرض اليابان، انضموا لنظام التدريب الداخلي في بنائهم الجديدة بدورات تمهيدية تضمنت مهارات اللغة الأساسية وأداب الأعمال والسلوك ومحاضرة عن كيفية ممارسة الأعمال التجارية اليابانية وتطبيق "كايزن"، والتي تشير إلى "التحسين المستمر" داخل مكان العمل. وقام الطلاب بزيارة ثقافية إلى مدينة هيروشيما اليابانية ومنزلة السلام التذكاري الخاص بها.

من جانبه قال الطالب عمران الزبيدي من كليات التقنية العليا، الذي أنجز فترة تدريبه في شركة يوكوجاوا إلكترونيك: "إنني سعيد لاكتساب المعرفة والخبرة التطبيقية في مجال تكنولوجيا (SCAD) وهي عبارة عن التحكم الإشرافي واكتساب البيانات عبر نظام كمبيوتر يجمع ويحلل المعلومات في الوقت الحقيقي للمراقبة والتحكم في مصنع أو معدة في صناعات تعنى بالاتصالات السلكية واللاسلكية. وفحص المياه والغازات، الطاقة، وتكرير النفط والغاز إضافة إلى

•• دبي - الفجر

منوعات الفجر



يتضمن توقيع 11 كتاباً لمؤلفين إماراتيين وعرب وأجانب كلمة للترجمة ينظم ندوات مفتوحة في معرض العين للكتاب 2018

•• العين - الفجر

ضمن فعاليات البرنامج الثقافي لعرض العين للكتاب 2018، الذي يقام تحت رعاية سمو الشيخ طحنون بن محمد آل نهيان ممثل الحاكم في منطقة العين، أعلن مشروع "كلمة" للترجمة في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، عن تنظيم حفلات توقيع 11 كتاباً لخبيرة من الكتاب الإماراتيين والعرب والأجانب. بالإضافة إلى استضافة تودتين حواريتين تسلطان الضوء على الكتب الصادرة عن مشروع "كلمة"، بمشاركة نخبة من المؤلفين ورواد الفكر ضمن فعاليات نادي كلمة للقراءة للموسم الحالي.

وقال عبدالله ماجد آل علي - المدير التنفيذي لقطاع دار الكتب بالإبارة في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي: "أثني فعالية توقيع الكتب والندوات والحوارية، لتحفيز القراءة ومختلف شرائح المجتمع على تبني القراءة كمنهج حياة، بالإضافة إلى توعية المجتمع بما يمتلكه من عقول مبدعة ومفكرة في مجالات الأدب والتأليف والترجمة، ونهدف من خلال تنظيم فعالية توقيع الكتب إلى توفير الأرضية التي يلتقي عليها الكاتب مع قرائه واكتساب جمهور جديد، وكذلك منح القارئ فرصة لقاء الكاتب ومحاورته. كما تعكس فعالية توقيع الكتب تنوع التوجهات والأدبيات والمواضيع التي يعالجها المؤلفون الـ 11 بما يؤكد على شراء ساحتنا الثقافية، وكذلك الاهتمام المجتمعي المتزايد بالحركة الأدبية والثقافية الإماراتية، وهو الحراك الذي نؤمن بيقيناً أنه سيقدم للمجتمع العديد من النماذج المهمة التي ستكون قدوة لتخريج جيل جديد من رواد الساحة الثقافية والأدبية في دولة الإمارات".

وتسنى لجمهور المعرض توقيع نسخهم من كتاب "كتاب جنوب شرقي شبه الجزيرة العربية في فترة ما قبل الإسلام من خلال المصادر العربية الإسلامية" مساء أمس 24 سبتمبر. وسيتمكنون في يوم الخميس 27 سبتمبر في السادسة مساءً من لقاء مؤلفي كتاب "طبية الجواء"، وكذلك ابن مؤلف كتاب "أبو ظبي وجهتنا".

ويحظى رواد المعرض يوم 28 سبتمبر في الساعة 6 مساءً بلقاء مؤلفة كتاب "صوت الرشاد"، ومؤلف كتاب "الأخلاق والأدب والحكمة في العزائم الإماراتية"، وفي نفس اليوم الساعة السادسة مساءً أيضاً سيكون اللقاء مع مؤلفة القصة القصيرة الصادرة باللغة الإنجليزية والمخصصة للأطفال بعنوان "When Refugee becomes Home" أو "عندما يعود اللاجئ إلى وطنه، والتي تتناول فيها معاناة اللاجئين من أطفال سوريا. وفي 29 سبتمبر الساعة الخامسة مساءً سيلتقي الزوار بمؤلفة كتاب شعر الأطفال وموسيقاه في الـ 2010. ويتيح هذا البرنامج أيضاً لزوار المعرض فرصة لقاء مؤلف كتاب نصف قرن ويزيد في رحاب التعليم وذلك يوم الأحد 30 سبتمبر في 6 مساءً. على أن تختتم فعالية توقيع الكتب يوم الإثنين الأول من أكتوبر بلقاء مؤلفي كتب سواحل الإمارات في العصور القديمة، وروايات وذكرات من ماضي الإمارات وعتيق بن روضه الظاهري في السادسة مساءً.

وعلى صعيد الندوات الحوارية، يوجه نادي كلمة للقراءة دعوته للجمهور ورواد معرض العين للكتاب للمشاركة في ندواته التي سينظمها ضمن فعاليات البرنامج الثقافي للمعرض، حيث يلتقي الجمهور مع الكتاب مناقشة أحدث إصدارات كتب كلمة، وتقام يوم 25 سبتمبر بين الساعة 5:00 - 5:45 مساءً ندوة تناقش كتاب "العناصر" وتقدير الندوة الدكتوروة منى الفلاسي من كلية العلوم في جامعة الإمارات العربية المتحدة. كما تقام ندوة حوارية أخرى يوم 1 أكتوبر بين الساعة 6:00 - 6:45 مساءً مناقشة كتاب "من أين يأتي عداؤنا" وتقدير الندوة ندى زهير أبو الأدب، مدير إدارة التغذية المجتمعية في شركة صحة - أبوظبي ويتضمن هذا البرنامج أيضاً لعرض العين للكتاب 2018 العديد من الندوات والجلسات الحوارية التفاعلية مع رواد الثقافة والفكر الإماراتيين. والتي تطرح العديد من قضايا الفكر والإبداع في المشهد الثقافي للنقاش بالإضافة إلى باقة من الأسميات الموسيقية.

وسلط البرنامج الثقافي عبر مجموعة من أنشطته الضوء على الساحة الفنية، من خلال استضافة عروض موسيقية متنوعة، من بينها عرض أحيان من بلوستان، والذي سيروي الكثير عن حضارة بلوستان القديمة عبر الأزياء والأداء الموسيقي الفلكلوري، وعرض ماتريوشكا الدمية الروسية، الذي سيدعم الموسيقى الكلاسيكية الروسية التي تحظى بتاريخ كبير، وحضور عالمي واسع، ويؤديها فنانون كبار يلهمون عشاق الموسيقى الكلاسيكية. وعرض بحر الضيعة، والذي يقدمه مجموعة من فناني وطلبة أكاديمية الفجيرة للفنون الجميلة بقيادة الفنان علي الحفيتي، بالإضافة إلى عرض لموسيقى الجاز تقدمها مؤسسة ماي ميوسك هيد، وعرض ميرسي ام للموسيقى الهندية.

يفتتح معرض العين للكتاب أبوابه لاستقبال الزوار يومياً من الساعة التاسعة صباحاً حتى الواحدة ظهراً، ومن الساعة الخامسة مساءً حتى التاسعة مساءً، ويوم الجمعة من الخامسة مساءً إلى التاسعة مساءً في مركز العين للمؤتمرات، الدخول مجاناً.



ضمن البرنامج الثقافي المصاحب

معرض العين للكتاب يناقش آفاق الكتابة للطفل

•• العين - الفجر

والذي يستهدف توعيتهم عن مخاطر الشائعات وما يمكن لها أن تلعبه من دور في بث التفرقة وإثارة الفتنة وزعزعة أمن الأوطان والدول، كما استعرضت الكاتبة تجربتها التربوية مع ابنتها التي استطاعت أن تصبح كاتبة في عمر مبكرة، مشيرة إلى أهمية أن يمارس الآباء دوراً مسانداً للأطفال في القراءة واستنباط العبر والحكمة من الكتب المقروءة. من جهة أخرى، يواصل ركن الإبداع في معرض العين للكتاب في استقبال الأطفال عبر برامجهم وفعالياتهم المتعددة، التي توفر مصادر الإلهام للصغار من خلال برنامج شري ومتنوع بالأفكار الإبداعية والمهارات والأنشطة التثقيفية. حيث شهد يوم أمس إقبالا من قبل طلاب وطالبات المدارس في الفترة الصباحية، بالإضافة إلى الزوار الأطفال في الفترة المسائية، والذين شاركوا في ورش عمل تجمع الأطفال مع الوالدين لتنفيذ أعمال فنية ملهمة.

إلى التركيز على أدب الطفل مع تسارع التطور التكنولوجي وانصراف الأطفال إلى الأجهزة اللوحية عوضاً عن الكتاب، كما تحدثت المشاركون عن الحضور الرمزي لشخصية المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه، في أدب الطفل الإماراتي، والشخصيات التي تحضر في التجارب الأدبية للأطفال، من خيالية وأسطورية إلى تراثية وحنكائية وصولاً إلى تلك الواقعية التي يحاكي الأطفال سلوكياتها وتصرفاتها وأخلاقياتها ومثلها العليا فيفتدي بها ويعيشها في حياته. وأبرزت الكاتبة الشبيبة مريم القاسمي وجوه تقاطعها مع أدب الأطفال والذي اعتبرته جزءاً أساسياً من حياتها وعالمها منذ الطفولة، حيث ارتبطت ارتباطاً وثيقاً بالأطفال وحياتهم، وكزمت وفقتها وأدواتها الإبداعية للتعبير عن أحلام الأطفال ومخاوفهم وبخاصة في موضوعات مثل

التنمر والتوحد والخوف من الآخر وضغوط الحياة المدرسية، كما في تجربتها الأدبية مع كتابها "أدم الضموني" و "مكاملان معاً"، كما استعرضت كتابتها من وحي إرث الشيخ زايد رحمه الله وبخاصة في كتابها "حكيم العرب"، إضافة إلى المؤثرات التخيلية العالية التي عكسها كتابها "أين اختفت الحروف"، متمنية أن يكون للقراءة والمكتبة حصة دراسية مستقلة في المناهج الدراسية بما يتيح للطفل أن يطلق العنان لخيالته بعيداً عن صرامة المساقات التربوية في المدرسة.

من ناحيتها، تعمقت الكاتبة بثينة الشريفي علاقة الطفل بالوعي الوطني والإنساني، معتبرة أننا نخطئ حين نخاطب الطفل على أنه طفل دوماً، فهو جزء من حاضر الوطن ومستقبله، وهو الأمل الذي نبني به الغد المشرق لدولتنا، وبخاصة مع كتابها "أم مصدركم الموثوق" الموجه للأطفال

تحت رعاية سمو الشيخ طحنون بن محمد آل نهيان، ممثل الحاكم في منطقة العين، انعقدت أمس ندوة حوارية بعنوان "أدب الطفل: مستقبل أجيال الكتابة"، بمشاركة كل من الكاتبات الشبيبة مريم القاسمي وبثينة الشريفي، وأدارها الأديب سامح كمش، وذلك ضمن إطار فعاليات اليوم الثاني لمعرض العين للكتاب الذي تنظمه دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي من 23 سبتمبر إلى 2 أكتوبر في مركز العين للمؤتمرات، وتناولت الأدبيات تجربتهما الإبداعية في الكتابة للطفل، حيث دار الحوار حول محفزات الإلهام في الكتابة للأطفال وهل يكتب الأدب للطفل أم لا أنه يعود طفلاً حين يكتب هذا النوع الصعب من الإبداع الأدبي؟ وتكررت المناقشة حول الحاجة

مناقشة مشروع صرف مياه الأمطار

جامعة الإمارات ودائرة التخطيط العمراني تعقدان اجتماعاً تنسيقياً



•• العين - الفجر

مياه الأمطار، وخفض مناسيب المياه الجوفية، وذكر الدكتور شريف، يأتي هذا الاجتماع ضمن مشروع دراسة الطررق غير التقليدية لصرف مياه الأمطار في بلدية أبو ظبي، كما تم مناقشة دراسة حفر آبار لحقن المياه في حقول المياه الجوفية العميقة وإنشاء قاعدة بيانات متكاملة باستخدام نظم المعلومات الجغرافية، حيث تولي بلدية أبو ظبي اهتماماً كبيراً بتطوير الطرق المبتكرة واستخدام التكنولوجيا الحديثة بالتعاون مع هيئة البيئة بأبوظبي. وجامعة الإمارات.

العلمية المبتكرة وذلك بحضور عدد من الخبراء والباحثين وممثلي بلدية إمارة أبوظبي. وقدم الأستاذ الدكتور محسن شريف - مدير المركز الوطني للمياه عرضاً توضيحياً شاملاً عن استخدام نظم الصرف الصحي لمياه الأمطار في أبو ظبي، وكيفية خفض مناسيب المياه الجوفية في مناطق تجمعات المياه، وإمكانية استخدام آبار الحقن في خزانات المياه الجوفية الممتدة وأحواض التخزين، كبديل مبتكر وفعال وأقل كلفة من الطرق التقليدية لصرف

بما يضمه المعرض من أنشطة وبرامج، ولقاعات ثقافية بين المتقنين والكتاب والشعراء الإماراتيين من جهة، ومن جهة أخرى العمل على إبراز الوجه الثقافي للمدينة وتوثيق العلاقة بين القارئ والكتاب بالإضافة إلى ما ينتج عن ذلك من تلاقح فكري هام، بما يسهم في تعزيز الانتماء والولاء الوطني.

ويستمر المعرض حتى الثاني من أكتوبر

صار حدثاً مهماً يتربحبه أبناء المدينة ومشتاقها كل عام لا يتضمنه من أنشطة ومشاركات قوية من دور النشر المحلية والمؤسسات الثقافية المختلفة، مشيراً إلى أن المعرض أخذ مكانته التي يستحقها بين المعارض الدورية بالدولة، مشيداً بالتطور المستمر للمعرض عاماً بعد عام. جاء ذلك في أعقاب الجولة التي قام بها في المعرض، حيث أعرب عن سعادته

سعيد بن حم يزور معرض العين للكتاب

•• العين - الفجر

المقبل، ويستقبل جمهوره يومياً من الساعة 9 صباحاً إلى 1 ظهراً، ومن الساعة 5 إلى 9 مساءً، ويوم الجمعة من الساعة 5 إلى 10 مساءً.

وقد أسهم المعرض على مدى سنواته السابقة بالارتقاء بالساحة الثقافية في مدينة العين، ونمو الاهتمام بصناعة الكتب بما يتناسب وروية وأهداف دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي

أشاد الشيخ سعيد محمد بن مسلم بن حم العامري، بنمو عدد دور النشر المشاركة في معرض العين للكتاب في دورته العاشرة، والتي تنظمها هيئة أبوظبي للسياحة والثقافة حالياً في مركز العين للمؤتمرات.

وأكد بن حم على أن معرض العين للكتاب

منوعات

23



وصفت مقالة في عام 2014 حالة معزولة من فرط التنسج الدهني المتناقص عادة جلسات تفتيت الدهون بالتبريد.

بحسب تلك المقالة، يبقى هذا الأثر الجانبي نادراً ولا يصيب أكثر من 0.005% من الناس. يسجل الأشخاص في هذه الحالة زيادة في الخلايا الدهنية، ما قد يؤدي إلى نتوء المنطقة التي خضعت للعلاج. يكون هذا الاضطراب أكثر شيوعاً لدى الرجال والأشخاص الذين يتحدرون من جذور لاتينية.

كم تدوم النتائج؟

تقضي هذه التقنية على الخلايا الدهنية فلا تعود إلى الظهور. لكن لا يعرف العلماء معلومات كثيرة عن آثار نحت الجسم بالتبريد على المدى الطويل أو مستوى فاعليته، فقد اكتفى معظم الدراسات بمراقبة المشاركين لبضعة أشهر بعد العلاج. لكن القضاء على الخلايا الدهنية لن يمنع نشوء خلايا جديدة. لذا سيكون تبني أسلوب حياة صحي أساسياً للحفاظ على نتائج العلاج. سرعان ما تعود الدهون للظهور إذا كان الشخص لا يمارس الرياضة أو لا يلتزم بحمية صحية.

بدائيل نحت الجسم بالتبريد

يبقى شظف الدهون أفضل خيار لكل من يريد تحقيق نتائج سريعة خلال جلسة علاجية واحدة. لكن سيزد احتمال مواجهة المضاعفات بما أن الجراحة غازية بدرجة إضافية. ذكرت المراجعة التي جرت في عام 2015 أن نسبة المضاعفات البسيطة التي ترتبط بشظف الدهون تصل إلى 21.7%. في المقابل، تقتصر نسبة المضاعفات البارزة على 0.38%.

يمكن اللجوء أيضاً إلى الأنواع التالية من تقنيات تقليص الدهون بطرق غير جراحية:

علاج تجميلي للتخلص من كتل الدهون في الجسم

انحتي جسمك بتقنية التبريد

نحت الجسم أو تفتيت الدهون بالتبريد علاج تجميلي للتخلص من كتل الدهون في الجسم. تعطي هذه التقنية مفعولها عبر تجميد الخلايا الدهنية في مناطق محددة من الجسم. مثل شظف الدهون، يستعمل جراحو التجميل ومعالجون آخرون تقنية نحت الجسم بالتبريد لاستهداف المناطق التي يصعب فيها التخلص من الدهون عن طريق الحمية الغذائية والرياضة.

نفسه إذا كان الشخص يتمسك بنظام غذائي غير صحي ولا يتحرك كثيراً رغم خضوعه لجلسات نحت الجسم بالتبريد. كذلك، لا تستطيع هذه التقنية أن تشد البشرة المترهلة. إذا تمطط الجلد حول الرواسب الدهنية، قد يلاحظ الشخص بقاء فائض من الجلد بعد جلسة إزالة الدهون.

نتائج الأبحاث

تعتبر الأبحاث تقنية نحت الجسم بالتبريد علاجاً آمناً وفعالاً نسبياً للتخلص من بعض مناطق الدهون. في عام 2015، حلت مراجعة واردة في مجلة (الجراحة التجميلية والترميمية) 19 دراسة سابقة عن تفكيك الدهون بالتبريد.

اكتشف الباحثون أن الناس خسروا بين 14.67 و28.5% من الدهون في المناطق التي استهدفها علاج تفكيك الدهون بالتبريد خلال الدراسات التي قاست نسبة انحسار الدهون بأداة الفرجار التي تشبه المسطرة. وعندما قاست الدراسات نسبة انحسار الدهون بالموجات فوق الصوتية، خسر المشاركون بين 10.3 و25.5%.

لكن لم يكتشف الباحثون أي رابط بين عوامل خطر صحية بارزة والجلسة العلاجية.

ولم تضعف وظيفة الكبد أو تتراجع مستويات الدهون أيضاً، ما يعني أن نحت الجسم بالتبريد مجرد عملية تجميلية. كذلك، قد لا يؤدي تجميد الدهون من دون تعديل عوامل أخرى في أسلوب الحياة إلى تحسين الوضع الصحي العام.

نشرت مراجعة مختلفة في عام 2015 (مجلة جراحة التجميل) بعدما حلت 16 دراسة واكتشفت أن نسبة تراجع الدهون لدى المشاركين بلغت 19.55%.

يؤكد الشرفون على الدراسة على ضرورة جمع بيانات طويلة الأمد حول هذه التقنية. كانت غالبية الدراسات الواردة في تحليلهم صغيرة ولم تقارن نتائج نحت الجسم بالتبريد بتلك التي يحققها الناس عند الخضوع لجراحات تجميل أخرى أو عند تعديل أسلوب حياتهم.

قد يسهم تدليك المنطقة المستهدفة بعد العلاج مباشرة في تحسين نسبة انحسار الدهون لكن لا بد من إجراء أبحاث إضافية في هذا المجال. رصدت دراسة من عام 2014 زيادة في نسبة انحسار الدهون عادة تدليك البشرة بعد تلقي العلاج بشهرين. لكن بعد مرور أربعة أشهر، لم يعد الاختلاف بارزاً من الناحية الإحصائية.

آثار جانبية ومضاعفات

عملية تفكيك الدهون بالتبريد ليست غازية، ما يعني أنها لا تتطلب إحداث أي شقوق جلدية ولا تستلزم أي تخدير أو أدوية من شأنها أن تسبب الحساسية. من ثم، يتراجع مستوى المضاعفات والآثار الجانبية المحتملة مقارنة بعمليات غازية أخرى مثل شظف الدهون. اكتشف التحليل الوارد في (مجلة جراحة التجميل) أن 12 شخصاً فقط من أصل 1445 (أي أقل من 1%) تعرّضوا لبعض المضاعفات، تعلق أبرز أثر جانبي بتراجع الشعور في المنطقة المستهدفة.

تبرز مضاعفات أخرى أيضاً، من بينها:

- تورم.
- ظهور كدمات.
- زيادة الحساسية.
- احمرار البشرة.
- ألم موضعي.

لم ترصد مراجعة من عام 2015 أي مضاعفات حادة مثل النزف أو تغير الاصطبغ الجلدي أو ظهور الندوب. لكن

يستلزم معظم جلسات نحت الجسم بالتبريد ساعة من الوقت تقريباً ولا حاجة إلى أي وقت للتعافي نظراً إلى غياب الضرر المترتبة على البشرة أو الأنسجة. لكن يعترف أشخاص بشهورهم بألم في موقع العلاج، بما يشبه الألم الذي قد يشعرون به بعد ممارسة تمارين مكثفة أو التعرض لإصابة عضلية بسيطة. بعد الجلسة، قد تحتاج الخلايا الدهنية إلى فترة تتراوح بين 4 و6 أشهر قبل أن تخرج من الجسم. في غضون ذلك، ستراجع منطقة الدهون بنسبة 20%.

ما مدى فاعلية التقنية؟

يحقق نحت الجسم وأشكال أخرى من تفكيك الدهون بالتبريد معدلات نجاح مرتفعة. نتج هذه التقنيات في التخلص من مناطق الدهون في الجسم وتقل آثارها الجانبية مقارنة بمقاربات أخرى مثل شظف الدهون. صحيح أن هذه التقنية قادرة على إزالة الدهون، لكنها ليست علاجاً سريعاً ويجب ألا يتوقع الناس تلاشي كتل دهونهم بالكامل. لا تفيد هذه التقنية جميع الناس ويواجه البعض آثاراً جانبية أسوأ من غيرهم.

قد يؤدي أسلوب الحياة وعوامل أخرى دوراً مؤثراً في هذا المجال أيضاً. من الطبيعي ألا تنقلص الدهون بالتبريد

تقنية نحت الجسم بالتبريد غير غازية، ما يعني أنها لا تتطلب إجراء أية جراحة ولا تستلزم إحداث شقوق في الجلد أو الخضوع للتخدير، من ثم لا تحمل مخاطر بقدر شظف الدهون، وتعتبر آمنة عموماً ولكن يجب أن يطالع الناس على بعض الآثار الجانبية المحتملة. نستكشف في ما يلي تفاصيل نحت الجسم بالتبريد، بدءاً من طريقة عمله ومستوى فاعليته وصولاً إلى الآثار الجانبية والمخاطر المحتملة.

ما معنى نحت الجسم بالتبريد؟

يتم تسويق تقنية تفتيت الدهون بالتبريد تحت اسم نحت الجسم بالتبريد أو CoolSculpting وقد صادقت عليها (إدارة الغذاء والدواء).

تستعمل هذه التقنية وغيرها من أشكال تفتيت الدهون بالتبريد درجات حرارة متجمدة لتفكيك الخلايا الدهنية. لا يؤدي البرد للخلايا الأخرى كما يفعل بالخللايا الدهنية، لذا يفترض ألا تنضج البشرة أو الأنسجة الكامنة. خلال الجلسة العلاجية، يشظف المعالج الجلد من فوق منطقة النسيج الدهني في جهاز لتبريد الخلايا الدهنية. يسمح البرد بتخدير المنطقة المستهدفة ويذكر أشخاص أنهم يشعرون بدرجة من البرودة.



الغسل المتكرر للشعر يؤدي لأضرار بالغة



من وتيرة غسل الشعر. وإذا كانت المهنة هي التي تقض وراء غسل الشعر بشكل متكرر، مثل العاملين في مجالات الطهي، والتمريض، والتدريب الرياضي، ففي هذه الحالة يجب اختيار شامبو يتناسب مع طبيعة الشعر، ويكون موجهاً للغسل المتكرر في الوقت نفسه، على أن يتم استعماله بالتزامن معه. أنواعاً من البلسم، والأفنة، والأمصال التي تحافظ على صحة الشعر وحيويته.

يعتبر خبراء العناية بالشعر أن النصيحة التي تقول بضرورة عدم غسله يومياً لا تنطبق على الجميع، إذ يصبح غسل الشعر بشكل متكرر عند ظهور الحكة، أو القشرة، أو أي تساقط في الشعر.

كما يمكن أن يكون عادة يومية يتبناها كل من يرغب بالشعور بالانتعاش بعد الحمام الصباحي.

يشكل اختيار الشامبو المناسب خطوة ضرورية عند تكرار غسل الشعر بشكل يومي. والمهم أيضاً هو اختيار أنواع الشامبو التي لا تحتوي على نسبة مرتفعة من العناصر الراجعة التي تلحق الأذى بالشعر عند استعمالها بشكل يومي.

يشجع خبراء العناية بالشعر على البحث عن الأسباب التي تدفعنا إلى غسل الشعر بشكل يومي، إذا كان ذلك نتيجة الإفراط في الإفرازات الزهمية، فلا يكفي غسل الشعر بشامبو ناعم ولكن يجب اعتماد شامبو معالج يسهم في توازن الإفرازات على أن يتم استعماله بالتناوب مع الشامبو الناعم.

وإذا كان الهدف من الغسل المتكرر هو التخلص من القشرة، والحكة، فقد يدل ذلك على أن الشامبو المستعمل لا يتناسب مع طبيعة فروة الرأس.

وفي هذه الحالة يجب البحث عن الشامبو المناسب الذي يسهم في التخلص من هذه المشكلة ويسمح بالتخفيف

مشكلات قد يعانها. وتختلف نسبة الإفرازات بين شخص وآخر، مما يفسر وجود عدة أنواع من الشعر منها: العادي، والجاف، والدهني.



ينصح الاختصاصيون في العناية بالشعر بعدم الإفراط في غسله للحفاظ على صحته، خاصة أن المادة التي تفرزها فروة الرأس بهدف حماية الشعر من الجفاف تلعب دوراً أساسياً في توازن صحته والوقاية من عدة

الغرفة

29

أبوظبي للجوذة، يصدر 2019 شهادة مطابقة للعاملين في التوصيلات الكهربائية الداخلية

•• أبوظبي - وام:

أصدر مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة 2019 شهادة مطابقة للأفراد العاملين لدى الشركات العاملة في مجال التوصيلات الكهربائية الداخلية.

يأتي ذلك في إطار اتفاقية التعاون الموقعة بين المجلس وشركة أبوظبي للتوزيع في يوليو 2017 والتي تنص على اعتماد الشركة لشهادة المطابقة الصادرة من المجلس وإدراجها كمتطلب ضمن الإجراءات الخاصة بتريخيص الأفراد والشركات للعمل في مجال التوصيلات الكهربائية الداخلية.

ويقيم المجلس - بموجب الاتفاقية - الطلبات المقدمة من الأفراد وإصدار شهادات المطابقة التي تلبى اشتراطات برنامج المطابقة حيث أصدر المجلس حتى الآن 2019 شهادة مطابقة للأفراد العاملين لدى الشركات العاملة في مجال التوصيلات الكهربائية الداخلية وتشمل مساعد كهربائي عدد 719 وكهربائي عدد 365 ومشرف فني عدد 321 ومساعد مهندس كهربائي عدد 175 ومهندس كهربائي عدد 188 ومهندس كهربائي أول عدد 76 إضافة إلى إصدار 175 شهادة مطابقة للمهندسين الحاصلين على مؤهل التوصيلات الكهربائية.

وقال سلطان المهيري مدير إدارة خدمات المعلومات والمشاركة في مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة إن المجلس يسعى من خلال برامج المطابقة الخاصة بمجال التوصيلات الكهربائية إلى تحسين جودة الخدمات المقدمة من الأفراد العاملين في هذا المجال وفقاً لأعلى المواصفات والمقاييس العالمية وبما يتماشى مع دور المجلس في تطوير البنية التحتية للجودة في إمارة أبوظبي وتحقيق الأهداف التي وضعتها خطة أبوظبي لبناء اقتصاد تنافسي مستدام ومنفتح عالمياً.

وأضاف المهيري أن المجلس يوفر الخبرات اللازمة لإعداد وتطوير برامج المطابقة ذات العلاقة بخدمات الأفراد مع المحافظة على تحديثها بشكل دوري لضمان ملاءمتها لمتطلبات الجهات التنظيمية والسوق.

ويدعو المجلس الأفراد العاملين لدى الشركات العاملة في مجال التوصيلات الكهربائية إلى الحصول على شهادة مطابقة الأفراد الخاصة بهم حتى يتسنى لهم الإيفاء بمتطلبات التصديق لدى شركة أبوظبي للتوزيع.

كفاية رأس المال للبنوك الإماراتية تقفز إلى 18.1%

•• أبوظبي - وام:

ارتفعت الملاءة المالية للبنوك العاملة في دولة الإمارات وذلك بعدما قفزت نسبة كفاية رأس المال للجهاز المصرفي إلى 18.1% مع نهاية شهر أغسطس من العام الجاري وهي الأعلى منذ ديسمبر من العام 2017.

المؤشر الجديد على الملاءة المالية التي يتمتع بها الجهاز المصرفي الإماراتي جاءت بحسب الأرقام الصادرة من مصرف الإمارات المركزي متزامنة أيضاً مع ارتفاع نسبة كفاية رأس المال للنش الأول من 16% في نهاية العام 2017 إلى 16.6% في شهر أغسطس الماضي.

ومع بلوغ البنوك لهذه النسبة من كفاية رأس المال فإنها تكون بذلك عززت من ملاءتها المالية وعلى نحو يفوق متطلبات المصرف المركزي والمعايير التي تفرضها المؤسسات المالية العالمية. وبحسب معايير المصرف المركزي فإن حجم الأثر الربحية للتغيرات في القروض والودائع - تعد من المؤشرات المهمة للدلالة على الملاءة المالية للجهاز المصرفي - حيث يتم من خلاله رصد نسبتين رئيسيتين فيما يتعلق بتمويل البنوك وهما نسبة القروض إلى الودائع بالإضافة إلى نسبة الإقراض إلى الموارد المالية المستقرة.

وبلغت نسبة القروض إلى الودائع للنظام المصرفي ككل 95.8% خلال الشهور الثمانية الأولى من العام الجاري في حين وصلت الأصول السائلة كنسبة من إجمالي الأصول 16.7%. علماً بأن نسبة الأصول السائلة تشمل نسبة الاحتياطي الإلزامي لدى البنوك بموجب تعليمات المعول بها وشهادات الودائع التي تحتفظ بها في المصرف المركزي وذلك بالإضافة إلى الاحتياطات الزائدة والسندات الحكومية المرجحة ذات مستوى المخاطر الضعيف وديون القطاع العام والنقد في البنوك بحسب المعايير التي يفرضها المصرف المركزي. يشار إلى أن رسمة البنوك التقليدية تتفوق عادة على نظيرتها الإسلامية من حيث نسبة كفاية رأس المال كما يتضح من خلال الإحصاءات التي يصدرها المصرف المركزي.

«إنترناشونال جولدن جروب» تعرض أحدث الأسلحة في معرض الصيد والفروسية

•• أبوظبي - وام:

تعرض شركة إنترناشونال جولدن جروب الإماراتية المتخصصة في تسويق وتجارة الأسلحة والخيرة خلال مشاركتها في معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية 2018 الذي انطلق أمس جميع أنواع أسلحة الصيد المختلفة والرائدة في هذا المجال إلى جانب ملابس الصيد من شركة «بريتا» الإيطالية المتخصصة في صناعة ملابس ومعدات الصيد.

وأكد خليفة البلوشي نائب الرئيس التنفيذي للشركة في تصريح لوكالة أنباء الإمارات «وام» حرص إنترناشونال جولدن جروب على المشاركة الدولية في معرض الصيد والفروسية بالتعاون مع الشركاء الاستراتيجيين للوصول لأعلى درجات ترضى التعاملين في مجال تطوير وترقية منتجات أسلحة الصيد والمستلزمات التقنية المتعلقة بها.

ولفت البلوشي إلى أن إنترناشونال جولدن جروب تعد أكبر شركة عارضة في الحدث من خلال استقطاب الشركات العالمية في مجال أسلحة الصيد ومعدات وتلبية حاجات العملاء في مجالات الصيد والرياضة وجميع ملحقاتها الخاصة بالأسلحة الخفيفة والمتوسطة ومعدات الأمن المتنوعة. من جهته أعرب مسؤولو شركات أجنبية عن سعادتهم بالتعامل مع «إنترناشونال جولدن جروب» وباختيارهم الشركة المثلث لتوطين عملية تسويق وترويج منتجاتها في الإمارات ودول الخليج العربي والشرق الأوسط.



بمشاركة 25 دولة ونخبة من الشركات والعلامات التجارية الرائدة

اليابان تشارك بجناح وطني في «معرض الساعات والمجوهرات» للمرة الأولى

•• المشاركة - الفجر:

يشهد «معرض الشرق الأوسط لساعات والمجوهرات» في دورته الـ 45 التي تقام فعالياتها في مركز اكسبو المشاركة خلال الفترة 2-6 أكتوبر المقبل، مشاركة يابانية لافتة، هي الأولى من نوعها في تاريخ الحدث الذي انطلق قبل 24 عاماً.

وتتمثل المشاركة اليابانية في دورة المعرض الخريفية لهذا العام، والتي تقام بدعم من غرفة تجارة وصناعة المشاركة، بجناح وطني ضخم يضم نخبة من الشركات اليابانية الرائدة في مجال تصميم وصناعة وتجارة الساعات والمجوهرات. كما يشهد المعرض الذي يقام على مساحة 30 ألف متر مربع، مشاركة بارزة لمجموعة شركات «مالابار للذهب والماس» وذلك للمرة الأولى أيضاً، حيث تعرض تشكيلة واسعة وجاذبة من مجوهرات الذهب والألماس والبلاتين والساعات التي تتميز بنقاوتها الفائقة ومشغولاتها الذهبية المعتمدة من قبل (B.I.S) مع تقنيات ومقاومتها (Hallmarking) للحرق وفق أرقى المواصفات العالمية. وتشارك الهند بأكثر جناح وطني في المعرض الذي يقام على مدى خمسة أيام،



حيث يضم الجناح الهندي تحت مظلة 58 شركة تعرض أحدث إبداعاتها لهذا الموسم من تشكيلات الجواهر التقليدية والمعاصرة، فيما حلت هونغ كونغ ثانية في عدد العارضين ضمن جناحها الوطني بـ 55 عارضاً، إلى جانب أجنحة أخرى لعدد من الدول الرائدة في مجال صناعة الساعات والمجوهرات، من أبرزها إيطاليا بـ 28 شركة وتركيا وماليزيا وسنغافورة ولبنان وتايلند.

يأتي ذلك في وقت شارف فيه مركز اكسبو المشاركة على إكمال استعداداته لانطلاق فعاليات المعرض الذي يعتبر الأول والأكبر من نوعه على روزنامة المعارض التجارية المتخصصة في دولة الإمارات والمنطقة، والذي يوفر منصة دولية وإقليمية لعرض أحدث تصاميم الساعات والمجوهرات والماس والأحجار الكريمة، وسط مشاركة أكثر من 500 شركة وعلامة تجارية وطنية وعالمية من ما يزيد على 25 دولة.

وأكد سعادة سيف محمد المدفع الرئيس التنفيذي لمركز اكسبو المشاركة، أن مشاركة اليابان في معرض الساعات والمجوهرات بجناح وطني يضم مجموعة من أهم وأعرق شركاتها التي تحظى بسمعة عالمية مرموقة، إلى جانب مجموعة شركات مالابار للذهب

للؤلؤ والمجوهرات الجاهزة ومن الدول التي تحظى بمكانة متقدمة في قطاع مجوهرات الألماس. وأشار المدفع إلى أن اكسبو المشاركة بصدد إنجاز كامل التحضيرات لاستقبال زوار المعرض وتوفير أرقى الخدمات للعارضين، معرباً عن توقعاته بأن تحقق دورة المعرض المقبلة نتائج إيجابية للعارضين والتجار وأن تحظى برضا الزوار الذين تنتظرهم العديد من المناسجات والجوائز القيمة.

وتأتي مشاركة اليابان بجناح وطني في ضوء الاجتماع الذي عقد في أبريل الماضي بين مركز اكسبو المشاركة ووفد من شركة «جوكو شوفاي» اليابانية الرائدة عالمياً في مجال تصميم وصناعة المجوهرات، وتم خلاله بحث مجالات التعاون بين المركز والشركة في إطار سعي الشركة لطرح منتجاتها في منطقة الشرق الأوسط، حيث أبدى الوفد الياباني في حينها في ضوء زيارته دورة المعرض الـ 44 التي أقيمت في شهر أبريل الماضي، اهتماماً بالغا بالحدث كمنصة مميزة تستقطب أبرز خبراء قطاع المجوهرات على مستوى العالم، وكفرصة للتعرف عن قرب على سوق الشرق الأوسط، والاستفادة من التنوع الذي يميز العارضين المشاركين



سوق أبوظبي العالي وهيئة الأنظمة والخدمات الذكية يوقعان مذكرة تفاهم

•• أبوظبي - وام:

وقعت هيئة الأنظمة والخدمات الذكية وسوق أبوظبي العالي مذكرة تفاهم لفتح آفاق جديدة من التعاون في إطلاق المبادرات المبتكرة والمشاريع المشتركة التي تسهم في تطوير المنطقة المالية الحرة في جزيرة المارية وتدعم النمو المتسارع لاقتصاد إمارة أبوظبي.

شهد توقيع المذكرة معالي أحمد بن علي محمد الصايغ وزير دولة رئيس مجلس إدارة سوق أبوظبي العالي ومعالي سيف محمد الهاجري رئيس إدارة التنمية

المهيري عن ثقته بدور مذكرة التفاهم الجديدة في تطوير السوق أملاً أن يثمر تعاون السوق مع هيئة الأنظمة والخدمات الذكية عن دفعة قوية لتطوير الابتكارات والأنظمة الذكية وتسريع نشرها على مستوى جزيرة المارية وإمارة أبوظبي.. منوهاً أن السوق يعتبر مركز مالي عالمي وبيئة نشطة رائدة في مجال التقنية المالية الرامية إلى تعزيز البيئة الاقتصادية وتسهيل حياة السكان وتوفير كافة سبل السعادة والنجاح والرفاهية لهم.

ومن جانبه أعرب طاهر بن طاهر مستو سوق أبوظبي العالي من جهة إمارة أبوظبي عمومًا من جهة أخرى. وستعمل هيئة الأنظمة والخدمات الذكية مع سوق أبوظبي العالي يداً بيد على مساعدة الجهات الحكومية وشركات القطاع الخاص المعنية على إنشاء تجمعات تقنية في أبوظبي تركز على تبادل الخبرات في مجال الأمن المعلوماتي وممارسة الأعمال.

وذكرت سعادة الدكتورة روضة السعدي المدير العام لهيئة الأنظمة والخدمات الذكية في أبوظبي أن هذه الشراكة تعتبر خطوة تعكس الالتزام المستمر بمد

تنظيم الاتصالات» تشارك في اجتماع لجنة النطاق العريض بنيويورك

•• أبوظبي - وام:

شاركت الهيئة العامة لتنظيم قطاع الاتصالات ممثلة بمديرتها العام سعادة محمد عبيد المنصوري في الاجتماع الدوري للجنة النطاق العريض الذي عقد في مدينة نيويورك.

تطرق المنصوري في كلمته خلال الاجتماع إلى عدد من القضايا المهمة في مجال الاتصالات وتقنية المعلومات مثل تحديات تنظيم تكنولوجيا المعلومات والاتصالات والسياسات واللوائح المستقبلية ودور دولة الإمارات في هذا المجال.. كما وجه الدعوة لحضور فعاليات مؤتمر المندوبين المفوضين الدوليين المزمع عقده في إمارة دبي في الفترة من 29 أكتوبر إلى 16 نوفمبر 2018.



وأكد سعادته على الدور الكبير الذي تلعبه دولة الإمارات في تعزيز مجال الاتصالات وتقنية المعلومات من خلال تبنيها لأفضل السياسات والممارسات في هذا المجال ودعمها المستمر للدول الأقل نمواً في المنطقة.. منوهاً بجهوية الإمارات لاستضافة مؤتمر المفوضين الدوليين.

وناقشت اللجنة في اجتماعها أهم القضايا والمستجدات في عالم الاتصالات وتقنية المعلومات وما تم إنجازه بخصوص الأهداف السبعة التي حددها اللجنة لتحقيق التنمية المستدامة بحلول عام 2025 والتي تقوم على نشر النطاق العريض بين دول العالم وتحقيق المساواة بين الرجال والنساء ورفع نسبة مستعملي النطاق العريض حول العالم.

«الاقتصاد» تبحث سبل تعزيز العلاقات التجارية مع التشيك



•• أبو ظبي-وام:

بحث معالي سلطان بن سعيد المنصوري وزير الاقتصاد مع معالي رادك فوندراشك رئيس مجلس النواب التشيكي سبل تعزيز العلاقات الاقتصادية والتجارية بين البلدين في مختلف المجالات ذات الاهتمام المشترك.

وأكد معالي المنصوري خلال استقباله رئيس مجلس النواب التشيكي والوفد المرافق في أبوظبي أن دولة الإمارات تتمتع بروابط اقتصادية وتجارية قوية ومتنامية مع دول الاتحاد الأوروبي وتوسعي إلى توطيد أواصر التعاون مع العديد من الوجهات الجديدة والواعدة في أوروبا .. معرباً عن ترحيبه بفتح قنوات جديدة للشراكة والتعاون مع جمهورية التشيك التي تمثل مقصداً اقتصادياً مهماً في منطقة وسط أوروبا.

وركز الاجتماع على مناقشة إمكانات التعاون في مجموعة من القطاعات ذات الأولوية في اهتمامات البلدين مثل الطاقة المتجددة والمياه والمجالس المرتبطة بالابتكار والتكنولوجيا الحديثة والمشاريع الصغيرة والمتوسطة إضافة إلى قطاعات الصحة والبنية التحتية والنقل الجوي والتجارة الخارجية والخدمات اللوجستية والقطاعات الاقتصادية المتخصصة.

حضر الاجتماع معالي المهندسة عزة سليمان عضو المجلس الوطني الاتحادي وسعادة يوسف عيسى الرفاعي الوكيل المساعد للخدمات المساندة بوزارة الاقتصاد والدكتور أيوب العفيفي مدير البرنامج الوطني للمشاريع والمشآت الصغيرة والمتوسطة فيما حضره من الجانب التشيكي الدكتور ديفيد كاسال عضو مجلس النواب التشيكي ورئيس جمعية الصداقة الإماراتية التشيكية ومجموعة من الأعضاء والمستشارين في البرنامج التشيكي.

وأكد معالي وزير الاقتصاد أهمية تكثيف الحوار وتبادل الزيارات خلال المرحلة المقبلة للاطلاع بشكل أوسع على تطورات المناخ الاقتصادي التشيكي وتحديد مجالات التعاون واستكشاف فرص التعاون التجاري والاستثماري وتبادل الخبرات بين الجانبين مشيراً إلى أهمية العمل والتنسيق لبحث



وأنها تعد اليوم دولة عصرية حديثة ومتفتحة على العالم .. مشيراً إلى وجود العديد من القواسم المشتركة في الخطط التنموية للبلدين مما يعزز فرص التعاون والشراكة بين البلدين.

وأوضح الجانب التشيكي أن جمهورية التشيك شهدت أداء اقتصادياً جيداً خلال المرحلة الماضية وحقق نتائجها المحسنة الإجمالية نمواً ملحوظاً مع تركيزها على قطاع الصناعة والاستثمار في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصالات وقطاعات المعرفة والبحث العلمي .. مشيراً إلى أن القطاع الصحي في التشيك يشهد تطورات متواصلة أيضاً وأنه يتطوي على العديد من فرص التعاون وتبادل الخبرات.

البلدين في هذا الجانب. وأكد معالي أهمية العمل المشترك بين الجانبين لتحقيق ربط فعال ومد جسور التواصل بين مجتمع الأعمال والشركات في جمهورية التشيك ونظيرتها في القطاع الخاص بدولة الإمارات لعقد تفاهات تجارية وبناء شراكات ومشاريع استثمارية تحقق مصالح الطرفين وكذلك تفعيل التعاون من خلال المناطق الحرة والمناطق الاقتصادية المتخصصة المتطورة في دولة الإمارات.

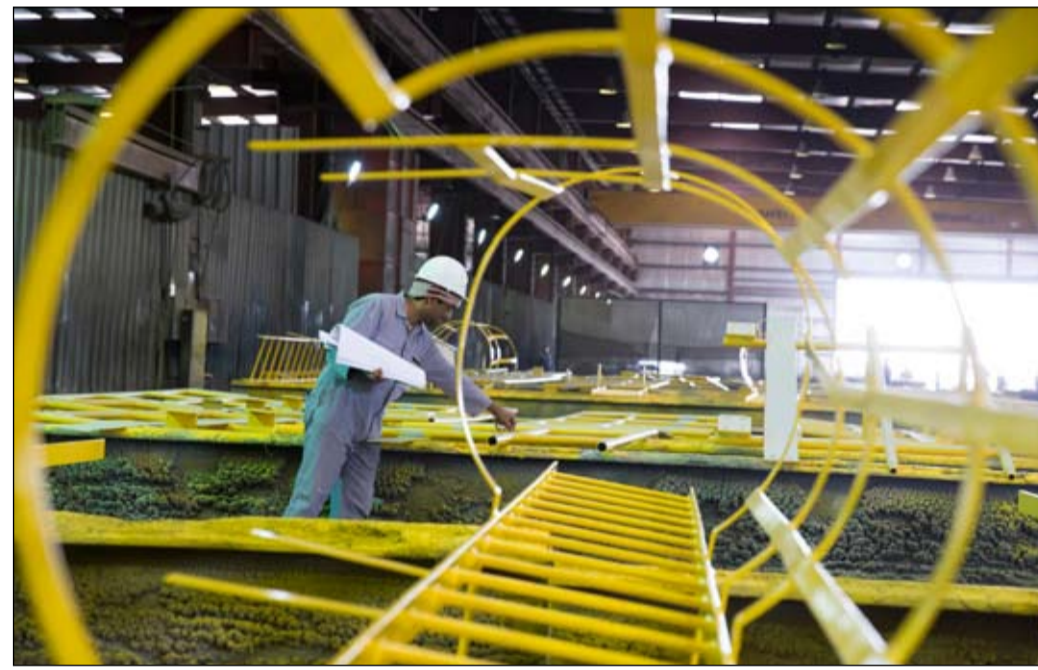
من جانبه أعرب معالي رادك فوندراشك رئيس مجلس النواب التشيكي عن اهتمام بلاده بتعزيز التعاون مع الإمارات في مختلف القطاعات ذات الأولوية للبلدين .. وأثنى على ما حقته دولة الإمارات من إنجازات

التجارية المرموقة وبنيتها التحتية القوية وخدماتها الرائدة في مجالات المواصلات والنقل الجوي والخدمات اللوجستية تجعل منها بوابة حيوية لإعادة تصدير المنتجات التشيكية إلى أسواق جديدة.

ونوه إلى أن التعاون في مجال المياه والطاقة الكهربائية يمثل محورا آخر مهماً من محاور التعاون .. معرباً عن الاهتمام بالاطلاع على تجربة التشيك في وضع حلول مبتكرة وفعالة لهذه الخدمات الحيوية في المراكز الحضرية واستخدامها واستهلاكها بكفاءة عالية في ضوء تركيز دولة الإمارات على استدامة الموارد وتحقيق التنمية الخضراء .. مشيراً إلى النموذج الرائد الذي قدمته مدينة مصدر في هذا الصدد وإمكانات تعزيز التعاون بين

دبي للاستثمار تقدم حولا متكاملة لقطاع الإنشاءات من خلال 18 شركة

المخبري، والألواح والمخارج الكهربائية، والأسقف والأرضيات، والإنارة، إضافة إلى خدمات التبريد المركزي والصيانة، ومنتجات الاستدامة، كالألواح الشمسية والمصابيح الموفرة للكهرباء، ولدائن البوليمر العازلة. وأضاف السركال: " بفضل هذا التنوع الشامل، أصبح بمقدور المطورين الحصول على نسبة عالية من احتياجاتهم من السوق المحلي، ويعني ذلك خفض التكاليف اللوجيستية، والحد من نفقات التخزين والاستيراد، والعمل وفق الميزانيات المحددة من دون حدوث أي مفاجآت غير متوقعة. والأهم من ذلك كله، أن دبي للاستثمار تحرص على الأبحاث والتطوير لمواصلة تحسين منتجاتها وخدماتها وفق أرقى المعايير العالمية، الأمر الذي ساعدنا في تحقيق الانتشار العالمي والوصول إلى أسواق جديدة في آسيا وأوروبا وأفريقيا، وحصد المزيد من الجوائز العالمية التي تعترف بتميزنا وتفوق منتجاتنا من حيث الجودة.



الشركات التابعة لدبي للاستثمار الحديد، والمانسيوم والزجاج بأنواعه المختلفة، وتجهيزات الديكور والأثاث

للشركات التابعة لدبي للاستثمار للمشاريع والقطاعات المستقبلية في الدولة، وتتضمن المنتجات التي توفرها

الصناعية للدولة، والارتفاع بالقدرة المحلية لمواكبة التطورات الصناعية والتقنية العالمية، وتوفير الدعم

•• دبي-الجزيرة:

أعلنت دبي للاستثمار (ش.م.ع.) الشركة الرائدة متعددة الأنشطة الاستثمارية والمدرجة في سوق دبي المالي، عن جوائزها لتوفير الحلول المبتكرة لقطاع الإنشاءات، من خلال تنوع الأنشطة التي تمارسها الشركات التابعة لها، والتي وصل عددها إلى 18 شركة تعمل في هذا القطاع.

وقال عبد العزيز بن يعقوب السركال، مدير عام دبي للاستثمار: " عملنا خلال السنوات الماضية على إنشاء أو الدخول في شراكات مع شركات قائمة تعمل في قطاع البناء، وعملنا جاهدين لسنوات لجسر الفجوة في الطلب. إن سياسة التوسع التي تنتهجها دبي للاستثمار انطلاقاً من حرصها على دعم استراتيجية التنوع الاقتصادي التي تشجع عليها القيادة في دولة الإمارات، والحد من الاعتماد على الموارد النفطية. وعلاوة على ذلك كله، ساهمت المجموعة في تعزيز القاعدة

«نخيل» ترسي عقداً بـ 35 مليون درهم لبناء مركز جديد في «جميرا بارك»

•• دبي-وام: أرسدت شركة «نخيل» للتطوير العقاري امس عقداً بقيمة 35 مليون درهم لتشييد مركز جديد مخصص للصحة والرياضة والترفيه في مجتمع «جميرا بارك» بدبي. ويعتد «نخيل» شركة جي بي انش العالمية للمقاولات - التي تتخذ من دبي مقراً لها - لتشييد المركز الذي تبلغ مساحة البناء فيه 93 ألف قدم مربع وستبدأ الأعمال الإنشائية شهر أكتوبر المقبل. كما سبض المركز مجموعة من المرافق المخصصة للأطفال إضافة إلى مرافق أخرى.. ومن المقرر أن يصبح الأكبر في محفظة «نخيل» المتنامية للوحدات المجتمعية في دبي. ويعتبر جميرا بارك واحداً من بين أكثر مجتمعات «نخيل» شعبية ويضم حالياً نحو 21 ألف ساكن ويمتد على مساحة تزيد عن 380 هكتاراً.



في تحضير القهوة في مختلف مراحلها وأداب استقبال وتوديع الضيوف وفنون إدارة الحديث في المجلس إضافة إلى تدريبات نظرية وتطبيقية عملية ضمن أسلوب ورشة العمل يتبع ذلك أداء تقييمي للمشاركين وبناء عليه يتقرر منحهم الرخصة أو إعادة التدريبات.

لبت القهوة وفق الملفات التي تم اعتمادها من قبل اليونسكو. وتستقبل حالياً طلبات الالتحاق بالبرنامج التدريبي الذي يمتد ل عشرة أيام متواصلة وهو مفتوح للجنسين ويتضمن تدريبات على القيام بدور صانع القهوة والمضيف خطوة خطوة بما في ذلك استخدام الأدوات التقليدية

من الإماراتيين بعد الخضوع لتدريبات مكثفة من قبل خبراء التراث في الدائرة وتتضمن تعلم مراحل إعداد القهوة باستخدام الأدوات التقليدية وآداب تقديمها وكيفية إدارة المجلس الذي تقام فيه التجربة إضافة إلى كيفية تصميم المجلس. ووضعت الدائرة مواصفات قياسية

«الثقافة والسياحة» في أبوظبي تطلق مبادرة «بيت القهوة»

بشكل مباشر حيث سيكون صاحب المشروع بمثابة مرشد قناع يقدم تجربة حقيقية للزوار ويجسد عمق التقاليد التراثية وأصالتها ويشرح ما يكمن خلفها من مبادئ.

وأكد أنه تم تصميم مبادرة «بيت القهوة» لتكون بمثابة محاكاة متكاملة لإعادة تقديم تقاليد القهوة العربية في أقرب صورة لا كان متعارف عليه في مجتمعاتنا القديمة وذلك لتوثيق وحفظ الممارسات التي ارتبطت بالقهوة والمجلس والتي ترمز إلى الكرم والضيافة والاحترام المتبادل حيث يقدم البرنامج التدريبي لتدريبات مكثفة من قبل خبراء التراث في الدائرة وتتضمن تعلم مراحل إعداد القهوة باستخدام الأدوات التقليدية وآداب تقديمها وكيفية إدارة المجلس الذي تقام فيه التجربة إضافة إلى كيفية تصميم المجلس. ووضعت الدائرة مواصفات قياسية



يمكن من بدء مشروع سياحي وثقافي يجتمع فيه الممارسات التراثية من كرم وضيافة وآداب السلوك إلى جانب تعلم كيفية إدارة مشروع خاص مستقل يضيف إلى التجارب السياحية التي توفرها الإمارة بعداً شخصياً إذ تقوم تجربة «بيت القهوة» على العلاقة التي يقيمها صاحب المشروع أو «المضيف» مع ضيوفه

السياقات المعاصرة دون أن يفقد مميزاته كما تعطي الفرصة للإماراتيين لتمثيل تراثهم بعد الخضوع لبرنامج تدريبي مصمم لتدريبهم على التقاليد والممارسات المرتبطة بإعداد القهوة وتقديمها وإدارة المجلس وهي ممارسات تقليدية لاتزال تمارس في يومياتنا وبأشكال مختلفة. وأضاف أن رخصة «بيت القهوة»

•• أبو ظبي-وام: أطلقت دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي مبادرة «بيت القهوة» ضمن استراتيجية لإحياء التراث والتقاليد الأصيلة من خلال منح التصاريح والتراخيص لإدارة مشروع سياحي ثقافي يقدم تجربة محاكاة نموذجية لمرحلة إعداد القهوة وتقديمها. حضر حفل الإطلاق - الذي أقيم في منارة السعديات أمس الأول - معالي محمد خليفة المبارك رئيس دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي وسعادة سيف سعيد غباش وكيل دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي. ويأتي إطلاق مبادرة «بيت القهوة» ضمن التزامات الدائرة للحفاظ على التراث والترويج له ودعم ممارساته لاسيما عناصر التراث التي تم إدراجها على القائمة التمثيلية للتراث الثقافي غير المادي لليونسكو في

بمشاركة 383 مديراً في المنشآت الفندقية

«دبي للسياحة» تختتم البرنامج التدريبي لقطاع الفنادق في إدارة الإيرادات

دبي-الفجر: اختتمت دائرة السياحة والتسويق التجاري بدبي (دبي للسياحة) بنجاح سلسلة ورش العمل الخاصة بالبرنامج التدريبي لقطاع الفنادق في إدارة الإيرادات، التي استعرضت أفضل الممارسات في هذا المجال، وتوقع توجهات السوق في قطاع الضيافة، بالإضافة إلى مناقشة أحدث الأنظمة والأدوات مع متخصصي الحجوزات والمبيعات والتسويق والإيرادات.

وشارك في تقديم هذا البرنامج التدريبي خبراء من شركة "إنسايتس أوت" (InsightsOut)، المتخصصة في مجال البحوث والإدارة في قطاع الخدمات والضيافة، حيث تم تنظيم ورشة عمل تفاعلية بمشاركة 383 من المتخصصين في المجال، وذلك على مدار شهري يوليو وأغسطس الماضيين، والتي جاءت متوافقة مع المهمة الأساسية لدبي للسياحة التي تحرص على ضمان تطبيق أفضل الممارسات في مختلف العمليات التشغيلية للمنشآت الفندقية، حتى تتميز في تقديم أسعار جذابة مواكبة لتلبية متطلبات الخطط التنموية.

وقدم البرنامج للمشاركين فرصة التعرف على التأثيرات العالمية لإدارة الإيرادات، وتأثيرها على معدلات نسب الأرباح والربحية، وكذلك الدور المحوري الذي تلعبه أفضل الممارسات في عرض الأسعار المناسبة، وتأثير استراتيجيات التحول واجتذاب أفضل الكوادر في تعزيز معدلات الأرباح في جميع فئات الفندق.

وقال عصام كاظم، المدير التنفيذي لمؤسسة دبي للتسويق السياحي والتجاري: تتبع استراتيجية تواصل شاملة تمكّننا من تعزيز التعاون مع



وأهمية العمل على تطبيق ما تعلموه في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية

تنظيم الاتصالات و«سيسكو» تتعاونان لتسريع التحول الرقمي

إضافة نوعية للبرنامج العالمي «التسريع الرقمي لدولة الإمارات»

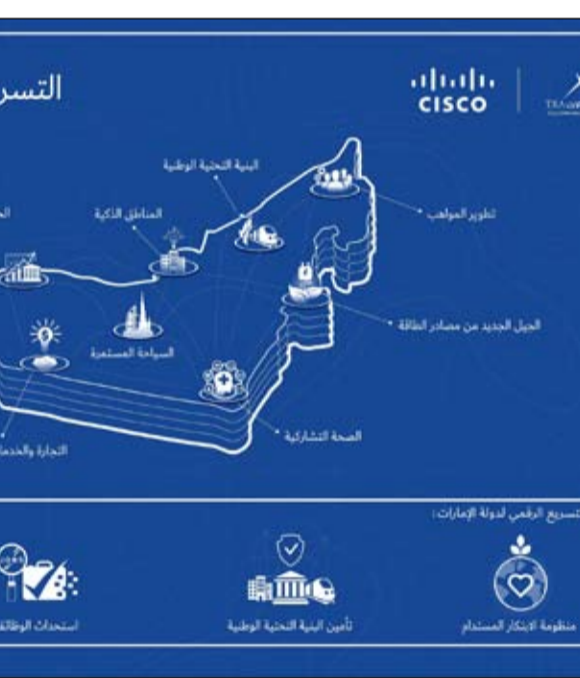
وقدم البرنامج للمشاركين فرصة الاطلاع على كتب على الأمور المهمة الخاصة بالعديد من المواضيع الأساسية، ومن بينها تحليل البيانات، وتسهيل عملهم.

وأهمية العمل على تطبيق ما تعلموه في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية

في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية

في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية

في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية



العاليمين في المجالات التقنية لتسريع عمليات التحول الرقمي في مختلف مجالات العمل الحكومي والحياة. وأضاف: تعد الشراكة بين القطاعين الحكومي والخاص عاملاً أساسياً في ضمان إنجاح استراتيجياتنا المستقبلية، وتهيئة الظروف المناسبة لتبني التقنيات الحديثة مثل إنترنت الأشياء وأدوات الذكاء الاصطناعي. من جهته، قال تشاك روبنز الرئيس التنفيذي رئيس مجلس إدارة

العالميين في المجالات التقنية لتسريع عمليات التحول الرقمي في مختلف مجالات العمل الحكومي والحياة. وأضاف: تعد الشراكة بين القطاعين الحكومي والخاص عاملاً أساسياً في ضمان إنجاح استراتيجياتنا المستقبلية، وتهيئة الظروف المناسبة لتبني التقنيات الحديثة مثل إنترنت الأشياء وأدوات الذكاء الاصطناعي. من جهته، قال تشاك روبنز الرئيس التنفيذي رئيس مجلس إدارة

وأهمية العمل على تطبيق ما تعلموه في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية

في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية

في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية



في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية

في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية

الفكرة

31

الاتحادية للتنافسية والإحصاء: ارتفاع التبادل

التجاري بين الإمارات والسعودية بنسبة 266.9%

دبي - وام:

أصدرت الهيئة الاتحادية للتنافسية والإحصاء أحدث تقاريرها عن التبادل التجاري بين دولة الإمارات والمملكة العربية السعودية خلال العقد الأخير بمناسبة اليوم الوطني السعودي الـ 88. وأشار التقرير إلى ارتفاع قيمة التبادل التجاري بنسبة وصلت إلى 266.9 بالمائة وقيمة إجمالية بلغت قرابة 6 مليارات درهم خلال الأعوام من 2008 إلى 2017 موضحة أن الواردات تمثل نسبة كبيرة من حجم التجارة الخارجية غير النفطية لدولة الإمارات مع السعودية حيث بلغت قيمة هذه الواردات 25.4 مليار درهم في عام 2017 مقارنة بـ 16.1 مليار درهم خلال نفس الفترة من عام 2008 وارتفاع قدره 9.2 مليار درهم أو ما نسبته 57 بالمائة. ووفقاً للتقرير ارتفعت قيمة الصادرات غير النفطية بشكل كبير وصل إلى 12.8 مليار درهم خلال الفترة ما بين عامي 2008 و2017. فيما ارتفعت قيمة السلع المعاد تصديرها إلى حوالي 35.6 مليار درهم تقريبا ونسبة كبيرة عما كانت عليه خلال نفس الفترة من العام 2008.

وقال محمد حسن المدير التنفيذي لقطاع الإحصاء والبيانات الوطنية في الهيئة الاتحادية للتنافسية والإحصاء إن الأرقام التي أصدرتها الهيئة تشير إلى قوة وعمق العلاقات التجارية بين دولة الإمارات والسعودية منذ عشرات السنين وزيادة في هذه الأرقام تدل على تطور العلاقات التجارية بين البلدين وتوسع مجالاتها بما يخدم المصلحة العامة للاقتصاد السعودي خلال العام 2017 حسب التصنيف الدولي للسلع أن "الألات وأجهزة وإذاعة الصوت والصور ولوازمها" جاءت في المرتبة الأولى من حيث قيمة التبادل التجاري حيث بلغت نسبتها 31.8 بالمائة من إجمالي قيمة التبادل الكلي ما بين دولة الإمارات والسعودية ثم اللؤلؤ والأحجار الكريمة والمعادن الثمينة ومصنوعات هذه المواد والتي بلغت نسبتها 17.1 بالمائة تقريبا ثم تبعتها المنتجات المعدنية بنسبة بلغت 12.5 بالمائة من إجمالي التبادل التجاري بين البلدين. وفيما يخص الاستثمارات السعودية المباشرة في الإمارات أشارت الإحصاءات الرسمية الصادرة عن الهيئة أن هذه الاستثمارات نمت بأكثر من 25 بالمائة في السنوات الخمس الأخيرة ما يؤكد التعاون المستمر بين البلدين الشقيقين في مختلف المجالات. بينما تجاوزت قيمة أرصدة الاستثمارات السعودية المباشرة في دولة الإمارات حوالي 17 مليار درهم بنهاية عام 2017 وينمو قدره 5 بالمائة عن العام السابق... في حين تحتل السعودية المرتبة الخامسة في قائمة أعلى الدول التي تمتلك استثمارات مباشرة في الدولة حيث تتركز حوالي 75 بالمائة من هذه الاستثمارات في أنشطة التعدين واستغلال الحاجر والأنشطة العقارية وبنسبة البيع بالجملة والتجزئة وصلاح المركبات.

«بينونة» تشارك في معرض الصيد والفروسية

أبوظبي- وام:

تشارك شركة بينونة الوطنية لتجارة المعدات العسكرية والصيد في فعاليات الدورة الـ 16 من المعرض الدولي للصيد والفروسية في أبوظبي بنجاح لعرض بنادق وأسلحة ومعدات صيد متنوعة بالتعاون مع شركات عالمية وأكثر من 25 ماركة عالمية. وقال سعيد الغفلي المدير التنفيذي لشركة بينونة لتجارة المعدات العسكرية والصيد في تصريح لوكالة الأنباء الإمارات «وام» إن الشركة تشارك سنويا في معرض الصيد والفروسية وهي شركة إماراتية متخصصة في بيع الأسلحة والمناظر ومعدات الصيد البري وعرض أحدث البنادق والأسلحة الخفيفة بمختلف أنواعها. وأضاف الغفلي بالاهتمام الكبير الذي توليه القيادة الرشيدة وعلى رأسها صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله" للتراث والرياضة التراثية وتوجهات القيادة الرشيدة الدائمة بصون ركائز التراث الإماراتي العريق الذي يحظى باحترام وتقدير العالم أجمع. ونوه الغفلي بمستوى تنظيم المعرض وحجم المشاركات ونوعية العروض إذ تمثل فعاليات المعرض فرصة لا لتقاء المهتمين والمهنيين برياضة الصيد والفروسية مع بداية موسم الصيد وفصل الخريف القادمين.

«أراضي دبي» شريك استراتيجي

لمعرض «سي تي سكيب جولوبال 2018»

دبي - وام:

أعلنت دائرة الأراضي والأمالك في دبي دخولها في شراكة استراتيجية في دورة العام الحالي 2018 مع معرض ومؤتمر «سي تي سكيب جولوبال» الذي سيقام خلال الفترة من 2 إلى 4 أكتوبر المقبل في مركز دبي التجاري العالمي للمؤتمرات والمعارض... فيما تشارك الدائرة هذا العام في منصة متميزة تحت شعار «أراضي دبي... ذكاء اصطناعي يحاكي مستقبل عقارك». وأعرب سعيد سلطان بطي بن مجر عن مدير عام دائرة الأراضي والأمالك في دبي عن الفخر بالشراكة الاستراتيجية مع هذا الحدث العالمي الذي يعد أكبر فعالية في الاستثمار والتطوير العقاري حيث يجمع المستثمرين والمطورين والمسؤولين الحكوميين والمتخصصين في القطاع العقاري.

وقال إن حضور «أراضي دبي» يعتبر مهما جدا في مثل هذه الفعاليات التي تسهم في الترويج للقطاع العقاري في دبي وتستقطب جميع الأطراف ذات الصلة به من المستثمرين والمطورين والباحثين عن أفضل الخيارات الاستثمارية... منها بأن منصة الدائرة في المشاركات السابقة كانت مقصدا أساسيا للمستثمرين الراغبين في الاطلاع على التشريعات والنظم التي تسهم في خلق بيئة استثمارية آمنة وجاذبة لتضع دبي في فئة مميزة عن غيرها من الوجهات العالمية. وأكد ابن مجر حرص «أراضي دبي» ودعمها المستمر للمعارض المحلية والعالمية التي ترى فيها فرصا سانحة للإعلان عن الامتيازات والتسهيلات المتاحة أمام المستثمرين العالميين الذين يقصدون دبي... مشيرا إلى أنه تم اختيار شعار «أراضي دبي... ذكاء اصطناعي يحاكي مستقبل عقارك» عنوانا لمشاركتها هذا العام في هذا المعرض للتركيز على مواصلة تطوير التطبيقات الذكية التي تضمن للمتعاملين وإنجاز معاملاتهم في أي وقت ومن أي مكان حول العالم براحة تامة وبأعلى درجات الأمان إلى جانب التطبيقات الذكية ونظام الأرصدة الذكية.. لافتا إلى أن الدائرة تعمل بوتيرة متسارعة لإتمام نظم البلوك تشين بالتعاون مع القطاعين العام والخاص.

في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية

في مجال إدارة الإيرادات، والتي بلا شك ستساعدكم على تحقيق معدلات الأرباح والنمو المرجوة، وكذلك المساعدة على مواكبة الرؤية السياحية

ظاهرة تنفصل خلالها تدريجياً المركبات العضوية المعقدة إلى عناصر أبسط

بعد الموت... الجسم... مسيرة طويلة لتفكيك مكوناته

عندما يموت الإنسان، قد تكون هذه نهاية رحلته في هذا العالم. لكن الوضع مختلف بالنسبة إلى جسمه، الذي يبدأ بدلاً من ذلك مسيرة طويلة لتفكيك مكوناته. إذاً، ماذا يحدث عندما يتفكك الجسم؟ ولم علينا معرفة ذلك؟

يجعلنا نعتقد تقريباً أننا أول جيل من الخالدين. لكننا لسنا كذلك. تعتبر دوتي أن هذا الحظر الضمني للمواضيع المرتبطة بالموت يعمق خوف الناس منه، سواء كان موتهم هم أو موت غيرهم، ويسهم في نشر المعلومات الخاطئة عن الجثث كمواضع لنقل العدوى.

ما زالت خرافة أن الجثث مرتع للعدوى مستمرة رغم كثرة الأدلة التي تشير إلى العكس. لهذا السبب كتبت دوتي: (من المفيد أن نتذكر مدى ضعفنا. ونجني الكثير من العودة إلى إثارة موضوع تفكك الجسم بطريقة مسؤولة).

عندما تكون فكرة عما يحدث في الجسم بعد الموت، يتيح لنا ذلك التخلص من حالة الخوف المحيطة بإدراكنا فضاءنا. كذلك يساعدنا في الاعتناء بمن نحب بطريقة أفضل، حتى بعد لحظاتهم الأخيرة.

يشير العلماء، مثلاً، إلى أن الفكرة الخاطئة عن أن الجثث تنشر الأمراض بسهولة (خرافة أقوى من أن تموت) يدعمها غالباً الوصف المبالغ فيه للجثث في وسائل الإعلام. تعتبر هذه مشكلة كبيرة في حالة الوفيات التي تنجم عن كوارث طبيعية. رغم ذلك، تذكر منظمة الصحة العالمية على صفحتها بكل وضوح: (لا تؤدي الجثث الناجمة عن كوارث طبيعية عادة إلى انتشار الأوبئة).

على نحو مماثل، يؤكد معدو تقرير خاص نُشر في مجلة Pan American Journal of Public Health: (طوال 20 سنة، عرفنا أن جثث من يموتون في الكوارث الطبيعية لا تسبب انتشار الأمراض المعدية). ويتابعون مشددين على أن معرفة أن الجثث لا تشكل تفاقياً خطراً صحياً قد تقود إلى سياسات أفضل بشأن الموت. كذلك تساعد من ظلوا على قيد الحياة في تقبل خسارتهم بطريقة طبيعية تقدمية.

نأمل أن تسهم المعلومات التي قدمناها في هذا المقال في توجيه علاقتك مع الفناء ومع جسمك اللذين يشكلان جزءاً من العالم الطبيعي.

التعفن وعمل النطف، ما يسمح بتسرب الغازات المتراكمة. ويُعتبر هذا أحد أسباب انبعاث روائح قوية واضحة من الجسم في هذه المرحلة.

تقدم كايتلين دوتي، التي تتولى تجهيز الجثث للدفن، وصفاً دقيقاً لهذه الروائح في كتابها (الدخان يدخل في عينيك) (Smoke Gets In Your Eyes):

(تشبه أولى روائح الجسم المتعفن رائحة عرقسوس مع مسحة حمضيات قوية. لا أقصد بذلك الليمون الحامض الصيفي الطازج، بل رذاذ عبوة من معطر الحمامات الصناعي برائحة البرتقال عندما يُرش في وجهك مباشرة. أضف إلى ذلك كأساً من عصير العنب الأبيض صُبت قبل يوم وبدأت تجذب الذباب، ثم زد دلواً من السمك المتروك في الشمس. هذه رائحة تفكك جسم الإنسان).

نصل بعد ذلك إلى المرحلة ما قبل الأخيرة، ما بعد التحلل، وعنها يكتب غوف: (يتحول الجسم إلى جلد، وغضروف، وعظم). في هذه المرحلة، تأتي عادة مجموعة متنوعة من الخنافس لتزلي الأنسجة اللينة ولا تخلف وراءها سوى العظم.

أما المرحلة الأخيرة، فهي مرحلة الهيكل العظمي، التي لا يتبقى فيها من الجسم سوى الهيكل العظمي ويضع شعيرات. تعتمد الفترة التي يحتاج إليها الجسم ليتفكك على المنطقة الجغرافية الموجود فيها ومدى تفاعله مع الظروف البيئية المحيطة. فإذا كان في مناخ جاف حرارته شديدة الارتفاع أو الانخفاض، فقد يتحتم.

يضيف غوف: (تتساقط هذه الطبقة باستمرار وتحل محلها البشرة الكامنة تحتها. ولكن عند الوفاة، في البيئات الرطبة، تبدأ البشرة بالانفصال عن الأدمة تحتها ومن السهل إزالتها عن الجسم).

عندما يتفصل الجلد تماماً عن يدي الإنسان الميت، تُدعى هذه الحالة (تشكل القزازين).

بالإضافة إلى ذلك، تحدث ظاهرة تُعرف بـ(التجزع) عندما (تهاجر) أنواع معينة من البكتيريا في البطن إلى الأوعية الدموية، ما يؤدي إلى اكتسابها لونا أرجوانياً مخضوضراً. ونتيجة هذه الظاهرة، يبدو الجلد في بعض أجزاء الجسم (الجدع، والساقين، والذراعين عادة) متجزعا كالرخام.

علاوة على ذلك، إذا ظلت العينان مفتوحتين بعد الموت، (يجب جزء القرنية الذي يتعرض للهواء، ما يؤدي إلى اكتسابه لونا أحمر برتقالياً إلى أسود)، حسبما يشير غوف، وتُدعى هذه الظاهرة (البقعة السوداء) (tache noire).

أخيراً، نصل إلى التعفن، الذي يدعى غوف (عملية إعادة التدوير التي تعتمد على الطبيعة). تصبح هذه العملية سهلة نتيجة العمل المتضافر للبكتيريا، والفطريات، والحشرات، والعوامل المررمة بمرور الوقت. ويتواصل هذا العمل إلى أن يتجزع الجسم من الأنسجة اللينة ولا يتبقى منه إلا الهيكل العظمي.

مراحل التفكك

يشير غوف أيضاً إلى أن عدد مراحل التفكك يختلف باختلاف العلماء، إلا أنه ينصح بتأمل خمس مراحل بارزة. أولاً، تشير المرحلة الحديثة إلى الجسم بعد الوفاة عندما نلاحظ إشارات قليلة إلى بدء عملية التفكك. تشمل العمليات القليلة التي تبدأ في هذه المرحلة شحوب اللون واكتساب الجسم مسحة خضراء، وازرقاق الجثة، وظهور البقعة السوداء.

كذلك قد تتواجد حشرات عدة، خصوصاً الذباب، إلى الجثة في هذه المرحلة كي تضع بيضها، الذي تقصص منه اليرقات لاحقاً وتؤدي دوراً في تجريد الهيكل العظمي من الأنسجة اللينة المحيطة به.

الأجزاء السفلية من الجسم)، ما يؤدي إلى شحوب البشرة. قد تبدأ هذه العملية بعد نحو ساعة من الموت وتستمر من 12 ساعة بعد الوفاة.

مع التحشيب الموتى، يصبح الجسم متيبساً ولا يمكن طيه مطلقاً، بما أن كل العضلات تشد بفعل التبدلات التي تطرأ عليها عند المستوى الخلوي. يبدأ التحشيب الموتى في الساعتين إلى الساعات الست بعد الموت وقد يدوم من 24 إلى 84 ساعة. بعد ذلك، ترتخي العضلات وتستعيد قابليتها للطي.

تشمل العمليات المبكرة الأخرى أيضاً برودة الموت، التي تحدث عندما يبرد الجسم لأنه (يتوقف عن ضبط حرارته الداخلية). وتعتمد برودة الجسم عموماً على حرارة البيئة المحيطة به، التي تبلغها حرارة الجسم طبيعياً في غضون 18 إلى 20 ساعة بعد الموت.

من إشارات التحلل الأخرى اكتساب الجسم مسحة خضراء، مع انفصال الجلد عن الجسم وتجزعه، وظهور البقعة السوداء، والتعفن بالتأكسد.

إشارات التفكك الأخرى

تعود المسحة الخضراء التي يكتبها الجسم بعد الموت إلى تراكم الغازات في تجاويفه. ومن أبرز مركبات هذه الغازات مادة تُعرف بالهيدروجين المبكرت. يكتب غوف أن الأخير يتفاعل (مع الهيموغلوبين في الدم ليشكل السلفهيموغلوبين) أو الصباغ المخضوضر الذي يعطي الجسم الميت هذا اللون الغريب.

أما بالنسبة إلى انزلاق الجلد، حين يتفصل الجلد تماماً عن الجسم، فقد يبدو أقل إزعاجاً عندما نتذكر أن الطبقة الخارجية الحامية من جلدنا تتألف في الواقع من خلايا ميتة.

يوضح غوف: (الطبقة الخارجية من الجلد، أو الطبقة المتقرنة، ميتة. من المفترض أن تكون كذلك، وتؤدي دوراً حيوياً في الحفاظ على الماء وحماية الجلد الحي الكامن تحتها).

بالنسبة إلى معظمتنا، يبدأ احتكاكنا بجسم من ماتوا وينتهي خلال مراسم الدفن المحزنة. حتى في تلك المناسبة، لا نحصل إلا على جثة ملفوفة بكفن أو ممددة في تابوت أنيق بعدما يكون الشرفون على عملية الدفن قد حضروها بدقة. ولكن ماذا يحدث للجسم طبيعياً بعدما يكون حظي بلفائه الكبير مع الموت؟ وماذا إذا بقى الإنسان التحنيط كي يبطئ عملية التحلل ويبقى جسمه (بحالة جيدة) مدة أطول؟

في الأحوال الطبيعية (إذا تُرك الجسم، مثلاً، في البيئة الطبيعية أو وُضع في قبر قليل العمق)، يبدأ الجسم الهامد بالتفكك تدريجياً. ولا يتبقى منه سوى العظم، الذي قد ينشئه علماء الآثار في المستقبل.

في هذا المقال، نصف عملية التفكك هذه ونوضح لم من المفيد أن نفهم ما يحدث للجسم بعد الموت.

عملية التفكك

صحيح أن كثيرين منا يعتقدون أن التفكك مرادف للتعفن، إلا أنه ليس كذلك. تفكك جسم الإنسان عملية أطول تمر بمرحلتين عدة يشكل التعفن إحداهما فحسب.

التفكك ظاهرة تنفصل خلالها تدريجياً المركبات العضوية المعقدة التي كانت تؤلف كائناً كان حياً سابقاً إلى عناصر أبسط. تشكل هذه (عملية متواصلة تبدأ عند نقطة الموت وتنتهي عندما يتحول الجسم إلى هيكل عظمي)، حسبما يوضح عالم الطب الجنائي م. لي غوف.

تمة إشارات عدة إلى أن الجسم بدأ عملية التفكك، وفق غوف. ولعل أبرز ثلاث إشارات بينها، التي تُذكر غالباً في مسلسلات الجرائم، ازرقاق الجثة، والتخشب الموتى، وبرودة الموت.

ازرقاق وتخشب وبرودة

يشير ازرقاق الجثة أو الزرقة التالية للموت إلى النقطة التي يصبح فيها جسم الشخص الميت باهتا جداً أو شاحباً بعيد الوفاة. ويعود ذلك إلى خسارة الدورة الدموية مع توقف القلب عن النبض.

يذكر غوف: (يبدأ الدم بالاستقرار، بفعل الجاذبية، في



وصولاً إلى العظم خلال المرحلة الثالثة أو مرحلة التحلل، يتفكك الجلد بسبب



أصبح الوسيلة الأحدث والأكثر ابتكاراً في مجال الترويج السياحي

عصير القصب... المشروب الأساسي في مصر

يستمتع به كل من يشربه، خاصة في أيام الصيف، ومن السهل أن تجد غالبية محلات عصير القصب متاحة على مدار الـ 24 ساعة، حيث يمكنك الحصول على كوب من عصير القصب المنعش على الفور. ويتراوح سعر الكوب الواحد بين جنبيين اثنين وعشرة جنيهات.

التقرير أشار أيضاً إلى أن عصير القصب يعد بالنسبة إلى كثير من الناس هو المشروب الأساسي في مصر، حيث يمتلك تناوله العديد من الفوائد الصحية، خصوصاً بعد وجبة (كثري) أو (فلافل).

ومن الشائع أيضاً أن تجد الأطفال المصريين يشربون هذا العصير الرائع من أكياس بلاستيكية صغيرة مستخدمين في ذلك (شفاط الشروب).

المصريون، يعتقدون أن عصير القصب له كثير من الفوائد الصحية خاصة أنه من أرخص مصادر الحصول

على الطاقة، وتنشط الجسم. والحقيقة أنه توجد كثير من الفوائد الصحية المرتبطة بهذا العصير بالفعل؛ إذ ثبتت قدرته على التحكم في ضغط الدم العالي وضخه لهرمون السعادة (سيروتونين) الذي يحارب كلاً من الاكتئاب والتوتر.

بدوره قال أستاذ الحساسية والمناعة الدكتور مجدي بدران، ل (الراي)، إن (عصير القصب يساعد أيضاً على إتمام عملية الهضم، لاحتوائه على البوتاسيوم وكثير من مضادات الأكسدة الطبيعية التي تحارب الأمراض وتدعم جهاز المناعة).

وفي السياق ذاته قال أستاذ التغذية العلاجية الدكتور سعيد متولي: (إن الدراسات أثبتت أنه يمنع تكون حصي الكلى. ويعالج أيضاً التهابات الحلق ويمنع تسوس الأسنان، ويساعد الكبد على أداء وظيفته بطريقة أفضل).

هل يمكن أن يكون مشروب شعبي طريقتاً أو أسلوباً لتنشيط السياحة للبلد التي ينتمي إليها؟ هذا بالفعل ما يحدث في مصر، التي تتنوع منتجاتها السياحية، لكن المفاجأة كانت أن (عصير القصب)، صار هو الوسيلة الأحدث والأكثر ابتكاراً في هذا الاتجاه.

وبين الحين والآخر تطل علينا وزارة السياحة المصرية، بتقارير متميزة حول المعالم المصرية، ليست فقط الأثرية والتاريخية، بل أيضاً المشروبات والمأكولات التي يتميز بها الشعب المصري، بهدف تنشيط السياحة أحد أهم قطاعات الدخل القومي المصري.

المفاجأة، انضرد بها موقع (هيئة تنشيط السياحة المصرية)، حيث نشر تقريراً بعنوان (عصير القصب... قوة خارقة في ذاته) ذكر فيه أن قصب السكر، وخاصة في صعيد مصر هو عبارة عن نباتات خضراء طويلة تستخدم

بالاتفاق مع مصر، بعد أن عرف العرب حرارة الأرض في العام 641 بعد الميلاد.

وعمل المصريون على تطوير طرق إنتاج جديدة مأخوذة بالأصل عن الشعب الهندي، وهي أدت إلى بدايات صناعة السكر في مصر في العام 710 بعد الميلاد.

ولفت التقرير إلى أنه يوجد في مصر العديد من المصانع ومعامل التكرير لمنتجات قصب السكر، فهو المصدر الأساسي للسكر والمصدر الوحيد للسل الأسود والمادة الخام في صناعات الخشب الألبكاش ولب الورق، وتقع أغلب تلك المصانع في محافظات صعيد مصر بالقرب من حقول القصب المنتشرة على نطاق واسع في تلك المناطق.

وأوضحت (هيئة تنشيط السياحة المصرية) أن المصريين يحبون قصب السكر لندائه الحلو وشعور الارتواء الذي



منوعات

الفن

39

أعلنت الفنانة اللبنانية مي حريري قبل فترة قصيرة عن أنها تنازلت عن حضانة ابنتها سارة لوالدها أسامة شعبان، لما فيه من مصلحة لها.

حريري التي أقدمت على هذه الخطوة مُرغمة، قالت إنها وجدت أن ابنتها أصبحت في سن تحتاج إلى وجود أب إلى جانبها، خصوصاً أنها أصبحت في الـ 13 من عمرها، أي في سن المراهقة. ولكن مي تعاني الآن من ابتعاد ابنتها عنها ولا سيما أنها تربت في حضانة وكانت تلامزها كظلمة.

حريري تحدّثت أيضاً في الحوار عن صداقاتها في الوسط الفني، وأشادت بوائل كفوري (فهو صديقي وإنسان أصيل وحقيقي جداً والوحيد الذي لا يأتي على سيرة الناس)، مثنية على وائل جزار (فهو طيب وليس خبيثاً ويحب من قلبه وهو في الأساس كتلة مشاعر ولا يعطي سوى المحبة والإخلاص)، واصفةً راغب علامة بأنه فنان راقٍ ومحترم. كما أعربت عن محبتها لمايا دياب (فهي فنانة في حالها لا تتدخل في أمور أحدٍ وتقوم بمصلحتها).

لا شيء يمكن أن يعوّض عن العائلة

مي حريري : لا أهتمّ بمن يحاربني فنياً



والدها، وهو دعاني إلى الغناء ولكنني كنت حزينة ولم أتمكن من إمساك الميكروفون.

• ولكنك تعرضت للانتقادات بسبب فستانك القصير، خصوصاً عندما دعاك إلى المسرح؟
- (جسمي حلو وبيلبطني شو ما لبست). أهتمّ بنفسِي ورشاقتي وأمَارِس الرياضة، وكل عائلتي تفعل مثلي. هذه انتقادات سخيفة ولينظروا ماذا يفعل غيري. لا شيء يحرق قلوبهم سوى جسمي، ماذا أفعل لهم؟ جمالي نعمة ونقمة.

• وكيف كان جمالك نعمةً بالنسبة إليك؟
- بسبب الانتقادات السلبية التي أقرأها عندما أنشر صوري. من تكتب تعليقات مماثلة تكون إنسانة شريرة، ولا أعرف كيف يمكن لأي شخص أن يدخل على حساب فنان وأن يكتب تعليقاً سلبياً بهدف إيذاء الآخر.

• ما رأيك بحجاب أمل حجازي؟
- هي قامت بما تملبه عليها قناعاتها. أنا إنسانة وأخاف الله بطريقتي. أمل إنسانة طيبة، وهي لم تؤدّ أحداً في يوم من الأيام، وارتدت الحجاب لأنها كانت على قناعة بذلك.

• هل شاهدت إطلالة وائل كفوري في برنامج (تخاريف) والتي تحدت فيها عن الزواج والخيانة والغدر والتميمة والحسد؟
- (برافو... هو نفس ومنيح اللي حكى لأنه كان رح بيحج). أحب وائل، وهو صديقي وأعرف كيف يفكر وكيف هي حياته. وعندما يتطرق إلى هذه المواضيع، فهذا يعني أن قلبه (مليان). هو الإنسان الوحيد الذي لا يأتي على سيرة الناس، وحقيقتي جداً. هو جاري وصديقي وتلعب تنس معاً. نحن أصدقاء مقربون منذ فترة بعيدة، وأعرف نفسيته جيداً، وهو إنسان أصيل ولا يهتمل بأحد. ووائل جزار طيب أيضاً، كما أنه ليس خبيثاً ولا يحب التميمية والتحدث عن الآخرين، ويحب من قلبه، وهو في الأساس كتلة مشاعر ولا يعطي سوى المحبة والإخلاص، ولا يعرف الغيرة والحسد (تركيب الأطفال) والانتغال بالآخرين.

• ومن يلفتك أيضاً في الوسط؟
- راغب علامة إنسان محترم وراقٍ وهو صديق وأحبه كثيراً. كما أحب مايا دياب كثيراً لأنها طيبة، وهي جارتني وبحالها وتقوم بمصلحتها ولا تتدخل بأحد.

• هل تشعرين بأنك مُحاربة فنياً؟
- لا أهتمّ للحروب. لا شيء يؤثر بي. الله معي ولا شيء يهمني. أحببت حفلات عدة في المغرب وأذربيجان. من أين يعرفوني في أذربيجان؟
• من خلال أعمالك؟
- هذا صحيح.

• ما الأسباب التي دفعتك للتخلي عن حضانة ابنتك سارة؟
- كل ما أريده أن تكون سارة بخير، وأنا أريد مصلحتها. عصر التكنولوجيا جعلنا نفقد القدرة على السيطرة على الأولاد، وسارة تحتاج إلى أب بجانبها.

سارة صارت صبية وتتمتع بالشكل الحسن وقامة مشوقة، ونحن نعيش وسط غابة ومن الطبيعي أن أخاف عليها. اتخذت قراراً مع أنني أعاني كثيراً حتى أنني فقدت 5 كيلوغرامات من وزني وكل هذا لا يهمني، فالمهم ألا يلحق الأذى بأولادي.

• كم تبلغ سارة من العمر؟
- 13 عاماً.

• وهل تقلبت فكرة العيش مع والدها؟

- طبعاً. سارة على تواصل دائم مع والدها. أنا امرأة ذكية وأعرف كيف أبقى الأب في خيال أولادي. مع أنني أنا من أقوم بتربيتهم. وعلقت مع سارة كما فعلت مع ملحم جونيور تماماً، حيث كنت أحدثه دائماً عن والده (الموسيقار الراحل ملحم بركات).

• اللافقت أنك حاربت كثيراً من أجل الحصول على حضانتها؟

- هذا صحيح. لكن الأولاد بحاجة إلى حضن الأب أيضاً. الأم والأب مُتّبعان هما اللذان يساهمان في تكوين شخصية الطفل. الأم هي العنصر الأساسي في الطفولة، وابنتي دخلت في عمر المراهقة، وهي في حاجة إلى والدها. لكننا منفصلان، ووجوده ضروري في حياتها في هذه المرحلة. مثلاً، أنا عجزت عن أن أنتزع منها الهاتف، بينما والدها فعل ذلك. كل ما أتمناه ألا يحرمني منها، وأن نظل على تواصل دائم، خصوصاً أنها تنام في حضني منذ ولادتها.

• ألم تتصل بك منذ أن سافرت إلى والدها؟

- طبعاً، ولكن الأمر يحتاج إلى وقت كي أستطيع أن أتجاوز غيابها. والدها طلب مني أن أقسو قليلاً على قلبي كي تتمكن من التأقلم مع الجو الجديد. أعيش معاناة، ولكن مصلحة سارة فوق كل اعتبار. أنا مسكورة وأعيش حرقة كبيرة.

• تعيشين مع جونيور حالياً؟

- بل جونيور يعيش لوحده في بيته في كفرحباب، ولديه حياته الخاصة.

• فنياً ماذا تحضرين؟

- بعد الأغنية المغربية طرحت أغنية عراقية، أيضاً لدي حفل في المغرب.

• هل الضن يمكن أن يواسيك ويهني عن العائلة؟

- أبداً، لا شيء يمكن أن يعوّض عن العائلة. الفن هو هبة خلق. عندما تواجدت في حفل راغب علامة كانت ابنتي سارة معي قبل أن تغادر إلى



علي الحجار سعيد ب(الدويتو) مع مدحت صالح

على سعيد آخر، فرغ الحجار من تسجيل 7 أغنيات سيضمها إلى ألبومه الجديد، متمكناً على المزيد من التفاصيل في الوقت الحالي، ريثما تكتمل بقية الأغنيات ويتم تنفيذها بشكل نهائي، واصفاً ألبومه الجديد بأنه يُغيّر السائد الفني، لحناً ولوناً وكلاماً.

ينبض بحب مصر. الحجار قال: لم يُخف سعادته أيضاً، بنجاح حفله الأخير، الذي أحياه في مهرجان القلعة الدولي للموسيقى والغناء، حيث عجت أركان المسرح بالآلاف من الحاضرين وكان (كامل العدد)، لافتاً إلى أن الجمهور المصري والعربي ذواق للفنان الأصيل.

معبراً عن سعادته بـ (الدويتو) الذي جمعه بالفنان مدحت صالح في أغنية (شيك إيدك)، من ألحان إبراهيم نصير، اعتبر الفنان المصري علي الحجار أن الغناء مع مطرب لديه قدرات عالية مثل صالح تجربة ثرية ومهمة في حد ذاتها، خصوصاً أنهما التقيا في عمل وطني



الفخراي يبحث عن سيناريو جيد للموسم الرمضاني القادم

في السباق الرمضاني الأخير في موازاة ذلك، تتسابق التحضيرات في مسلسل (بحر) للمخرج أحمد صالح والمؤلف أحمد عبد الفتاح، وذلك بعد الاستقرار على بطل العمل الفنان ماجد المصري. وكشف المخرج صالح عن ترشيحه الفنانة يسرا اللوزي للوقوف أمام المصري لتجسيد دور البطولة النسائية أمامه في أحداث المسلسل المكوّن من 60 حلقة.

وينطلق تصوير (بحر) بعد موسم عيد الأضحى، وانضم إليه كل من محمد ياب، ثراء جبيل، الشابة كوكي، فوزية محمد، ومحمد علي رزق. كما تم التعاقد مع الفنانين عبدالرحمن أبو زهرة ومحمود جمعة وسناء شافع وحنان سليمان وسلوى عثمان وأشرف زكي. وفي محطة درامية أخرى، قالت الفنانة جيهان خليل إنها بدأت إجازتها الصيفية، عقب انتهائها من تصوير آخر مشاهدتها في مسلسل (أبواب الشك)، استعداداً لبدء عرضه على فضائية الحياة في شهر سبتمبر المقبل. وينتمي (أبواب الشك) إلى أعمال الـ 60 حلقة، وهو من بطولة لقاء الخميسي، خالد سليم، أحمد صلاح حسني، جيهان خليل، نبيل عيسى، طارق صبري، ميار الغيطي، تامر شلتوت، عائشة بن أحمد وعبدالرحمن أبو زهرة. أما التأليف، فللمحمد ناير والإخراج لأحمد سمير فرج.

الفنان يحيى الفخراني قال إنه يعمل حالياً على عدد من الأفكار والسيناريوهات للاختيار بينها، من أجل الموسم الرمضاني المقبل، أو



الفكر

الشعور بالنعاس الدائم طوال اليوم يُسبب الزهايمر



وجود علاقة بين اضطرابات النوم وتطور مرض الزهايمر، مُشيراً إلى أن النوم السيئ يساهم في تطور المرض. ويعتقد بأن مرض الزهايمر يظهر نتيجة تراكم بروتين بيتا أميلويد في الخلايا العصبية. ويتكون هذا البروتين من أجزاء بروتين APP الذي يساهم في عمليات إصلاح الخلايا العصبية المتضررة وتشكيل الروابط بينها. ويؤدي

للدماغ، وفق "روسيا اليوم". وتبين أن المتطوعين الذين يشعرون بالنعاس دائما خلال النهار، أكثر عرضة بثلاث مرات للإصابة بـ "الزهايمر" عن غيرهم؛ نتيجة لتراكم بروتين بيتا أميلويد وبالذات الببتيد AB42، الذي يعد أحد العوامل المسببة لمرض الزهايمر. وقال آدم سبير، أحد معدي الدراسة؛ إن استنتاجات العلماء تسمح بالحديث عن

أكد علماء بجامعة "جون هوبكنز" الأمريكية، أن الأشخاص الذين يشعرون بالنعاس خلال اليوم، أكثر عرضة من غيرهم للإصابة بمرض الزهايمر بثلاث مرات. وتوصل العلماء لهذه النتيجة من خلال دراسة وتحليل بيانات 123 متطوعا كانوا مع التقدم بالعمر يقدمون طوال 16 سنة تقارير عن حالتهم الصحية، وكانوا يخضعون للتصوير المقطعي البوزيتروني

أفضل 5 رياضات تنقذك من أمراض السمنة

نصح الدكتور فيصل الصفي، طبيب الباطنية والشيخوخة، بممارسة أنواع معينة من الرياضات لحرق السعرات الحرارية، والبعد عن السمنة وأمراضها.

- وقال الصفي عبر (تويتر): أفضل الرياضات لحرق السعرات الحرارية:
- الملاكمة 800 سعرة بنصف ساعة.
 - الإسكواش 748 سعرة/ساعة.
 - التجديف 740 سعرة/ساعة.
 - السباحة 680 سعرة/ساعة.
 - كرة القدم 612 سعرة.

وجبات تخلصك من دهون البطن

قالت صحيفة "إنديبندنت" البريطانية؛ إنه لا توجد طريقة واحدة يمكنك من خلالها منع وتقليل الدهون في منطقة البطن. ونقلت الصحيفة عن "كاري دي بيلولا"، من جامعة "كاليفورنيا بوليبيتك ستيت" - قولها: "لا يوجد حتى الآن أي نظام غذائي معجزة أو طعام أو مغذ أو مكون نشط حيويًا يستهدف دهون البطن". ومضت الصحيفة تقول: "مع ذلك، فإن اتباع نظام غذائي صحي للقلب غني بالألياف وانخفاض الدهون المشبعة، يمكن أن يكون وسيلة فعالة لتقليصه".

ونقلت عن "دي بيولا" قولها: "تعد دهون البطن القاتل الصامت، ويرتبط بعدد من المخاطر الصحية". ومضت "دي بيولا" تقول: "على الرغم من الطرق التي لا تعد ولا تحصى، والتي توصف بأنها تخفض الدهون في البطن (كشرب الشاي الأخضر، وتناول وجبات غنية بالبروتين، والصيام المتقطع)، إلا أن هناك نقصاً في الأدلة العلمية لدعم أي من هذه الادعاءات". وتابعت الصحيفة بقولها: "تصحب دي بيولا الذين يسعون إلى تقليل الدهون حول بطونهم باتباع نظام غذائي مهني على الأدلة يحافظ على صحة القلب، مثل اتباع نظام غذائي يعتمد على إيقاف ضغط الدم (DASH)، الذي طوره المعهد الوطني للشيخوخة". ولفتت الصحيفة إلى أن تلك الحميات تتكون عادة من كثير من الحبوب الكاملة واللحوم الخالية من الدهون والأسماك والفواكه والخضراوات ومستويات منخفضة من منتجات الألبان". كما توصي "دي بيولا" بتبني برنامج لإنقاص الوزن يتضمن نظاماً غذائياً صحياً مع تمارين منتظمة.



جوليان هوك لدى وصولها لحضور العرض الأول للفيلم (مولد نجم) في لوس أنجلوس، كاليفورنيا. (رويترز)

قرأت لك

فوائد الزنجبيل



يعمل الزنجبيل على الشعور بالدفاة ويحارب بقوة نزلات البرد القارس في الشتاء، كما أن الزيوت الطيارة بشراب الزنجبيل لها دوراً مهماً في تنشيط مستقبلات حرارة الجسم مما يعمل زيادة تدفق الدم في الأوردة ومن ثم الشعور بالدفاة. يحفز الزنجبيل عملية الهضم ويساعد في حرق السعرات الحرارية وأيضاً التخلص من الدهون بشكل سريع، ويحفز تناول الزنجبيل عملية الأيض ويساعد على تنظيم مستوى السكر والكوليسترول والدهون في الدم.

سؤال وجواب

- ما الكلمة التي إذا تكررتها عرفت وإذا عرفتها تكررت؟
- كلمة أمس
- ما هي الكلمة التي ينتفي معناها إذا نطقت بها؟
- كلمة الصمت
- أديب ورحالة لبناني في العصر الحديث من مؤلفاته قلب لبنان؟
- أمين الريحاني.
- من صاحب كتاب العقد الفريد في الأدب العربي؟
- ابن عبد ربه
- ما هو الكتاب الذي اشتهر به ابن طفيل؟
- حي بن يقظان.
- من صاحب مسرحية عطيل العالمية؟
- وليم شكسبير

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الموطن الأصلي لطير الكيوي في نيوزيلندا، وأن عطر العنبر موجود في كبد الحوت، وأن موطن الضب أساساً في الصحاري وأن موطن سمك الحفش الغني بالكافيار في بحر قزوين والبحر الأسود.
- هل تعلم أن السمك الكهربائي الأقوى هو الأنقليس، والذي يتواجد على سواحل أميركا الجنوبية. عضوه الكهربائي موجود في ذيله. وهو يستطيع أن ينتج صدمة كهربائية بقوة 550 فولتاً. وهذا ما يؤدي إلى صق وقاتل الأسماك القريبة المجاورة.
- هل تعلم أن المرجان (واليس) هو جنس حيوانات بحرية ثوابت من طائفة المرجانيات يفرض هيكلها كلسياً متشعباً أحمر، وقليلاً ما يكون وردياً أو أبيض. والهيكل الكلسي داخلي لكنه ذو فجوات تسمح للأجزاء الحية بالاختباء فيه في حالة الخطر. ويشبه هذا المرجان النباتات في نشوئه ونموه، فيبضه واحدة تعطي عدة بوابل مرتبة على أغصان كأزهار على شجيرة. ويشكل الهيكل المرجاني مادة أولية لصناعة الحلي.
- هل تعلم أن الأحجار الكريمة هي أحجار صلبة شفافة نادرة الوجود، تستعمل بعد قطعها وصلقلها في صناعة المجوهرات. تنتمي الأحجار الكريمة الشفافة والأحجار نصف الكريمة الشفافة ونصف الشفافة وغير المنقذة إلى عدد من الأنواع: مجموعة الماس، مجموعة الكورندين أو الياقوت، مجموعة الاسبينل مجموعة الزبرجد، التوباز، التورمالين، الجادي أو العقيق، مجموعة الكوارتز

قصة جحا المخادع

لم يكن عبود يعرف ما سيحدث له لكنه على كل حال عرف في النهاية .. كان عبود رجلاً طيب القلب يقدم مساعدته إلى كل من يحتاج إلى مساعدة حتى لو كان حيوان صغير .. وفي أحد الأيام وجد قطعة صغيرة مسكينة ومريضة ترتجف من البرد فأخذها معه إلى بيته الصغير جداً وضع لها جلباباً بالياً ثم غطاها به وحلب المعزة ووضع لها بعض الحليب وشرب هو الباقي .. استمر الحال هكذا حتى ضفت القطعة واستعادت بسيطتها ووجهت حتى تمشي وراءه مثل ظله وسبحان الله كان قالها دائماً خير عليه فكلما خرجت ورائه طلبه شخصاً ما لقضاء عمل مقابل رزق وفير .. أما إذا نامت في البيت ولم تلحق به فيكون يومه بسيط ورزقه أيضاً بسيط وفي ذات يوم خرجا معا إلى السوق الواسع فوجد من يعمل لديه في جو حار خاق لكنه تحمل وعمل بمشقة وجهه حتى تعب جدا ودخل عليه الليل حين انتهى عمله وقبض أجره القليل، ذهب به واشترى بعض الطعام وذات ليلة عند الفجر استيقظ على لعق القطعة الصغيرة لوجهه .. أذاحها لثيماً لكن لا فائدة استمرت تداعبه ثم تموء وتذهب إلى باب البيت عدة مرات حتى أحس بأن هناك شيئاً ما فقام وخرج ورائها وهناك خلف البيت أخذت القطعة تنكس التراب وتزيحه ثم تتوقف وتذهب إليه وكأنها تدعوه لثيماً وينكس التراب أيضاً فظن أنها تريد ان تقضي حاجة فقام بإزاحة بعض التراب لكنه أحس بأن هناك شيئاً يبرز من تحته وكان عبارة عن جره صغيرة سحبتها بيده فوجدها قد اقتلت بأحكام بقطعة من الفخار أيضاً حملها بيده وهو مندهش ويتساءل كيف عرفت القطعة بأمرها .. هناك في البيت اضطر لكسر الجرة فوجدها ممتلئة عن آخرها بقطع نقدية ومشغولات ذهبية، ولم يكن لديه غير الدهشة الشديدة والذهول وحينما أدار وجهه لينظر إلى قطعتة لم يجدها بل وجد باب بيته مغلق فاسرع وفتح الباب لكنها لم تكن هناك .. منذ ذلك الوقت اخفت القطعة ولم يرها أبداً لكنه دائماً يتذكرها ويقول ابن أنت يا صاحبة الفضل؟ هو الآن رجل مسيور الحال جداً وقد خصص بعض ماله لمساعدة المحتاجين الذين لم يكن يستطيع مساعدتهم وهو فقير .

مساحة للتلوين

