

منوعات الغذاء

ص 22

العين للتوزيع تنظم برنامجاً
صحياً لموظفيها



ص 31

فاليري أبو شقرا:
البطولة الحقيقية
تكمُن في نوعية العمل



اجعل برنامجك الرياضي
أكثر تميزاً في الجو الحار

ص 23

الأثنين 1 أكتوبر 2018 م - العدد 12441
Monday 1 October 2018 - Issue No 12441

المراسلات: ص 505
email.munawaat@alfajrnews.ae

سكان لندن يفجرون غضبهم في صور جونسون وماي

يمكن لسكان لندن الذين ضاقوا ذرعاً من الحديث عن خروج بريطانيا من الاتحاد الأوروبي ، أن ينفسوا عن غضبهم في صالات الألعاب الرياضية، بتوجيه الضربات إلى أكياس ملاكمة تحمل صور مسؤولين كوزير الخارجية السابق بوريس جونسون ورئيس المفوضية الأوروبية جان كلود يونكر. وتستغرق التدريبات المكثفة 30 دقيقة وتشمل تمرينات، يقفز فيها المدربون في أكياس تحمل صورة رئيسة الوزراء تيريزا ماي، وأخرى يلقون فيها الكرة على الأرضية التي تحمل صور ماي وزعيم حزب العمال جيريمي كوربين.

وهناك أيضاً ركن كامبرون للراحة ، على اسم رئيس الوزراء السابق ديفيد كامبرون سلف ماي، حيث يلتقط فيه المدربون أنفسهم. وتقدم شركة جيم بوكس لصالات اللياقة البدنية هذه التدريبات، التي تأخذ من خروج بريطانيا من الاتحاد الأوروبي موضوعاً لها. ويقول مديرها مارك داير إنه وقع الاختيار على الموضوع بعد استطلاع آراء المشتركين عن أكثر ما يشعرون بالإحباط من العيش في العاصمة البريطانية.

وقال 52 في المئة من المشاركين إن أكثر ما يحبطهم هو الخروج من التكتل، وجاء في المركز الثاني أسعار الإيجارات ثم تأخر القطارات.

وقال داير لرويترز "قلنا حسناً.. ما هي أفضل طريقة للتفسيخ عن الإحباط والغضب أكثر من حصة التدريبات الرياضية.. حيث يمكنك توجيه لكمة لصورة أكثر سياسي تكرهه على كيس الملاكمة".

تدقق قياسي للمدنيين الروس إلى سوريا

أفادت أرقام رسمية نشرها جهاز أمن روسي أن أعداد المدنيين الروس الذين يسافرون إلى سوريا بلغت مستويات قياسية في عام 2018. ويتم حساب أعداد المسافرين من المواطنين الروس بحسب الدول التي يقيمونها، ويُنشر جهاز الأمن الاتحادي هذه الأرقام على أساس ربع سنوي على موقع إحصاءات حكومي.



الباذنجان .. غذاء خارق ودرع ضد السرطان وأمراض القلب

نصائح ومحاذير لتحقيق الاستفادة القصوى من الخضروات لكل نوع من الفيتامينات تركيبتها الخاصة، وتذوب أغلبها في الدهون، هذا يعني أن الجسم يحتاج إلى الدهون لها لتجربتها. وهذه الفيتامينات هي فيتامين C و E و K، لذا ينصح خبراء التغذية بتناول الأفوكادو أو زيت الزيتون أو زيت جوز الهند والمسكرات إلى جانب الخضروات، فهي تجعل تضاعف من فوائد الخضروات سواء كانت نيئة أم مطبوخة. ينصح خبراء التغذية بضرورة تناول مختلف أنواع الخضروات وأشكالها. فالاكتفاء بتناول الخضروات الورقية مثل الخس لا يضمن الحصول على كافة المغذيات النباتية كاللوتين والفلافونويد والعنصر، علماً أن هذه المركبات تساعد على الوقاية من أمراض خطيرة مثل أمراض القلب والسرطان. تناول الخضروات النيئة مفيد جداً، لكن هناك أنواع من الخضار تكون مغذية أكثر، لو تم تناولها مطبوخة. علماً أن خبراء التغذية ينصحون بتجنب طهي الخضار بقليلها أو تجميدها، بل سلقها قليلاً حتى يتغير لونها دون أن تصبح رخوة. ومن بين الخضار التي ينصح بتناولها مطبوخة: الطماطم والجزر والهليون والبطر والسبانخ، أما أنواع الخضار التي ينصح بتناولها نيئة فهي: الفليفلة والشمندر والبصل والبروكولي. لا شك أن الخضروات الطازجة هي الأفضل، لكن حفظ الخضروات لمدة طويلة في التلاجة يجعلها تفقد الكثير من المواد العنصرية الغذائية الموجودة بداخلها، يمكن تجنب ذلك بغسل الخضروات وتقطيعها وتجميدها، لاستخدامها لاحقاً بعد إذابتها.

الدموية وتخفض مستوى الكوليسترول وضغط الدم. فوائد كثيرة اجتمعت في ثمرة واحدة، يقول عنها الطباخ الاسكتلندي الإسرائيلي المشهور عمري مكناب من مطعم "نايت كيتشن" البرليني: "إن الباذنجان مكون لذيذ للغاية وعنصر مركزي في مطبخ البحر المتوسط، وبالنسبة لي فإنه غذاء عصري على الدوام". وصل الباذنجان إلى أوروبا من آسيا عبر إيران. في المطبخ الياباني، حيث يحل صيفاً دائماً على المائدة منذ حوالي اثني عشر قرناً، يعتبر الباذنجان أيضاً من الرموز السماوية. ويعتقد اليابانيون أنك إذا حملت به، فإن ذلك فال حسن، وحتى تسميته باليابانية "ناسو" "ناسو" قريبة في المعنى من كلمتي "وصول" أو "لوفاء". كما أن ألوان هذه الثمرة ألهمت الكثير من المصممين، إذ قالت شركة كيا شارولته لمستحضرات التجميل الألمانية أن منتجاتها من صبغ الأظافر بلون الباذنجان والحالي من المركبات الحيوية بات من أكثر المنتجات مبيعاً منذ الربيع الماضي. ناهيك عن الإقبال على الأثاث بقطع هذه الثمرة.

الكثير من الخصائص تجعل هذه الثمرة شبه الاستوائية جذابة بهذا الحصول على هذا القلب، إذ يتميز بسرعته الحرارية المنخفضة وكمية الدهون القليلة، ما يجعله من الوجبات المناسبة لخسارة الوزن، وهنا يتوقف الأمر على طريقة إعداده إذ ينصح الخبراء بتناوله مشوياً أو مسلوفاً وعدم قليه لتجنب تحميله بكم هائل من السعرات الحرارية التي تكون نتيجتها السمنة. كما أن الباذنجان يحتوي على العديد من الفيتامينات والمعادن الهامة لصحتنا، إضافة إلى المركبات الفينولية التي تعمل كمضادات للأكسدة، ما يقلل بدوره من مخاطر الإصابة بالسرطان. اكتشف الباحثون أن مضاد الأكسدة الرئيسي الموجود فيه هو حامض الكلوروجينيك، الذي يعد من أقوى المركبات النباتية في محاربة الجذور الحرة وتقليل الأكسدة. وتكتسب الثمرة شبه الاستوائية طعمها المر من ارتفاع نسبة المركبات الفينولية، ما قد يجعلها غير مرغوبة لدى الكثير من الأشخاص. فائدة أخرى للباذنجان تتمثل في خفض مستوى الكوليسترول السيء في الدم، ما يعمل على وقاية خلايا جسم الإنسان من التغيرات السرطانية ومضاد فيروسي وميكروبي أيضاً. أما قشرة الباذنجان فتحتوي على مركب الأنثوسيانين، ويعد من أهم مضادات الأكسدة التي تحارب السرطان عن طريق تقليل نمو الأوعية الدموية الجديدة التي تغذي الورم السرطاني. إضافة إلى ذلك فإن هذه الثمرة تحتوي على الكثير من الألياف الغذائية التي تلعب دوراً في الوقاية من مرض السكري من النوع الثاني وتعمل على تعزيز صحة الجهاز الهضمي وسلامته وتقي من أمراض القلب والأوعية

إياكم وارتكاب هذا الخطأ عند تناول الأدوية

يحرص بعض الناس على تناول المكملات الغذائية وبعض الأعشاب المفيدة بشكل دوري، حتى يضمنوا إمداد الجسم بعناصر مفيدة، إلا أن لهذه العادة تبعات خطيرة. وبحسب ما نقلت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية، فإن الخلط بين مكونات من الأعشاب وأدوية وصفها الطبيب يزيد عرضة الإصابة بالنزيف، ومضاعفات أخرى أكثر خطورة في الكبد والكلى. وينبه الأطباء مرضاهم في العادة إلى عدم تناول بعض المواد، لكن الناس قد يخلطون أحياناً بين بعض الأعشاب والأدوية المسكنة دون الخضوع للفحص أو الاستشارة لاسيما حين يأخذون مسكنات عابرة. ويقول الخبير المختص في علم التغذية، كريس إترينج، إن على المرضى أن ينتبهوا دائماً إلى الوصفة التي تقدم إرشادات، وتحذر من تناول أدوية أو علاجات موازية في الوقت نفسه. ويوضح أن الصابون يدها السكري مثلاً مطالبون بمعرفة ما إذا كان تناول المكملات سيؤثر على مستوى الجلوكوز في الجسم، وهذا التدقيق مطلوب أيضاً لدى الصابون بمرض ضغط الدم. وينصح الخبراء بعدم تناول المكملات الغذائية مع القهوة، كما يحذرون أيضاً من الجمع بين أدوية "الستاتين" المنخفضة للكوليسترول وعصير العنب، كما ينبغي الحذر من المزج بين مسكنات الألم وفيتامين سي.

ويما أن المختبرات تحذر من التفاعلات الكيميائية المعروفة فقط، فإن الشخص الذي يتناول دواء تقليدياً غير معروف مدعو إلى التريث والبحث عن خصائصه في الإنترنت، وفي حال لم يفعل فإنه يعرض أعضاء مهمة من جسمه مثل الكبد لمخاطر جمة.

قراءة الشعر للوقاية من الخرف

يعتقد باحث بريطاني أن تعلم وتذوق الشعر تأخير كبير على الدماغ، ويمكن أن يساعد على الوقاية من الخرف. ويقول غيليس برانديت، إن قراءة وإتقان الشعر، إضافة إلى الغناء، يمكن أن تساعد على تعزيز المهارات اللغوية، والوقاية من الأمراض المتعلقة بالقدم في السن، مثل الخرف والزهايمر. وفي مقال بصحيفة ديلي ميل البريطانية، تحدث برانديت عن تجارب أشخاص كان للشعر دور رئيسي في حياتهم، حيث لا زال يتذكر أول أبيات شعر حفظها في المدرسة قبل نحو 7 عقود من الزمن. وفي مختبر الذاكرة في قسم العلوم العصبية بجامعة كامبريدج، تحدث برانديت مع البروفيسورة أوشا غوسوامي، التي تقول: "منذ نعومة أظفارك، تساعد تلاوة والديك للشعر، وغناء الأغاني في تحسين مهارات اللغوية، ومع تقدمك في السن، فإن تعلم الشعر، دون أدنى شك سيبقي الخرف بعيداً عنك". وتؤكد غوسوامي أن حفظ الشعر من طهر قلب مفيد للدماغ، وبقية نشاطاً، كما أن حفظ الشعر إلى جانب التمارين الرياضية، يساعدان بالتأكيد على الوقاية من الخرف.

خبر رائع لعشاق مك دونالدز.. تغيير هائل بأهم منتجاتها

أعلنت "مكدونالدز"، صاحبة إحدى أكبر العلامات التجارية في مجال الوجبات السريعة في العالم، بعض التعديلات على منتجاتها الأكثر شعبية. وفي مسعى لاستقطاب الزبائن المهتمين بتناول الطعام الصحي، قالت مكدونالدز إنها تعمل على وقف استخدام أي مكونات صناعية من ساطرها. وأكدت الشركة أن ساطرها البرغر وبدل تشيز برغر وماكدابل وكوارتر باوندر ودابل كوارتر باوندر، وبيغ مائل، لن تحتوي مجدداً على أي إضافات صناعية، على مستوى الطعام أو اللون. وتعلق التغييرات الجديدة بمعظم مكونات الشطيرة، سواء كان الخبز أو الجبن أو الصلصات، باستثناء المخل. وأشارت "مكدونالدز" إلى أنها لن تستخدم مكونات مثل برويونات الكالسيوم من الخبز، وحوض السوربيك من الجبن الأمريكي، وسوربات البوتاسيوم وبنزوات الصوديوم من الصلصة. وشددت الشركة على أن إزالة أي من هذه المكونات الصناعية لن يؤثر على الطعم المميز لوجباتها. وقال كريس كيميزينسكي رئيس مكدونالدز أميركا في بيان: هذا التطوير يعكس التزامنا بالريادة من أجل مكدونالدز أفضل. ويهدد الخطوة، تكون مكدونالدز لحدث بعدة منافسين أعلنوا في وقت سابق إزالة المكونات الصناعية، مثل تاكو بيل وصبواي وياثيرا بريد.

أسباب تجعل الخمسين العمر الذهبي للرجال

يخشى كثير من البشر التقدم في السن، فالمرأة تخاف من بلوغ الأربعين، والرجل يهاب الوصول إلى الخمسين، لكن ما أن يصل أحدهم إلى أحد العمرين يتكشف أنه لم يكن مصيباً في هذا التخوف. ويتحدث فرانت فيلر، الكاتب البريطاني المختص بأسلوب الحياة في صحيفة "التلغراف" البريطانية، عن أبرز الأسباب التي تجعل الرجل سعيداً أكثر في عمر الخمسين، خاصة حين يختبر أشياء جديدة لا تتوفر في ما مضى من السنين. ولأنه "لكل سن حكمه" وتجاربه أيضاً، فإن على الإنسان، خصوصاً الرجل، ألا يياس إن وصل إلى سن الخمسين، فهذا العمر فوائده أيضاً، بل ربما يكون العصر الذهبي للرجل للأسباب التالية:

تعمل بانتظام لا تقارنك: بلوغ الخمسين يجعلك تترك أكثر من أي وقت مضى مدى رغبتك في تحقيق إنجازات أكثر والتمتع بالفوز: لا شيء سوء أن ذلك يجعلك تبسّم لأنك حققت هذا الإنجاز في هذا العمر بالتحديد.

تعلم أن الحياة قصيرة: في سن الخمسين تكون الخبرات الحياتية قد نضجت بما فيه الكفاية لمراكمة الذكريات والاستفادة منها، وكذلك الوقوف عند المحطات التي لم تستغلها في حياتك والأمنيات التي لم تحققها يوماً، حينها فقط تترك كم أن الحياة قصيرة. تعيد اكتشاف نفسك: في الخمسين تصبح لدى الرجل قابلية للتغيير واستخدام مهاراته بطرق مختلفة تماماً والانتفاض على التقاليد، لكن ذلك يتطلب نوعاً خاصاً من الرجال أمثال أولئك الذين يقبلون على الحياة ويعشقون المغامرات. ترتدي ملابس النوم أكثر: يكون لدى الرجل في سن الخمسين توجه أكثر للراحة والاستمتاع بأشياء لم يجد لها الوقت الكافي في شبابه، ويمتد ارتداء ملابس النوم لفترة أطول من ذي قبل، وتستشعر أنك أصغر كثيراً من لو أنك ترتدي بدلة رسمية. تحول الغضب إلى طاقة: تكون لدى الرجل في عمر الخمسين قدرة كبيرة على تحويل أي غضب يعمل بداخله إلى طاقة إيجابية ينثرها على من حوله من الناس، فكل ما تحمله من عصبية في سن الشباب ينضج بطاقة إيجابية في الخمسين.

لماذا يعاني البعض أكثر من غيرهم في نزلات البرد؟



المريض، كما ارتبط النمط بالحمل الفيروسي، أو كمية الفيروس في الجسم.

إيجاد علاجات فردية للفيروس. وفي الدراسة الجديدة، درس الفريق نوعية وعدد الميكروبات الأنفية لدى 152 مشاركاً قبل وبعد حقنهم بفيروس الأنفلونزا رقم 39، وهو فيروس شائع بين الذين يتعرضون لنوبات البرد، ولتحليل الميكروبات، أخذ الباحثون مسحات أنفية وعينات من البراز للمرضى وقاموا بتقييمها والأعراض على مدى الأيام الخمسة التالية. ووجد الفريق أن البكتيريا الأنفية يمكن أن تقع في واحد من ستة أنماط، وتعتمد شدة الأعراض على النمط الموجود لدى

توصلت دراسة حديثة إلى أن الكائنات الحية الدقيقة التي تعيش داخل أنفك يمكن أن تحدد نوع وشدة أعراض البرد التي تتعرض لها. ويقول الباحثون إن الأشخاص الذين لديهم المزيد من البكتيريا في أنوفهم، والتي تسبب التهابات الجهاز التنفسي السفلي والتسمم الغذائي والحمى، هم أكثر عرضة للسهال والعلاس عندما يصابون بالزكام. وقد أظهرت الدراسات السابقة، أن البكتيريا الموجودة في القناة الهضمية يمكن أن تؤثر على الاستجابات المناعية المضطربة، ويقول فريق من كلية الطب بجامعة فيرجينيا إن النتائج التي توصلوا إليها تلقي ضوءاً جديداً على أعراض الأنفلونزا الشائعة، ويمكن أن تصمد الطريق

الإعصار ترامي

يتوجه نحو أوساكا

توجه الإعصار القوي ترامي نحو الجزيرة الرئيسية في اليابان مما أجبر شركات الطيران والسكك الحديدية على إلغاء أو تأجيل رحلات، كما تسبب في انقطاعات للكهرباء وعمليات إجلاء من مناطق ما زالت تتعافى من إعصار اجتاحها الطيراني. وقال مطار كانساي الدولي في أوساكا بغرب اليابان والذي كانت قد غمرته مياه الفيضانات بسبب إعصار الشهر الماضي إنه أغلقت مدارجه من وقالت هيئة الإذاعة والتلفزيون اليابانية إن شركات الطيران ألغيت أو تعطلت الغاء أكثر من 930 رحلة. وذكرت شركة غرب اليابان للسكك الحديدية أنه سيتم تعليق معظم خدمات القطارات المحلية وخطارات الطلقة في مناطق غربية اليوم الأحد. وقالت هيئة الإذاعة والتلفزيون اليابانية إن اليابان أصدرت أوامر إجلاء وتحذيرات لحوالي 700 ألف أسرة في جنوب وغرب اليابان مضيفة أن ما يربو على 300 ألف أسرة تعاني انقطاعات في الكهرباء في مقاطعتي أوكيناوا وكاجوشيما الجنوبيتين.

منوعات الفكر

23



مشكلة الطقس الحار الوحيدة أن الحرارة مرتفعة جداً في الخارج. ولكن يمكنك خلال أشهر الصيف أن تجعل برنامجك الرياضي أكثر تميزاً باتباع النصائح التالية التي يقدمها أبرز المحترفين في عالم اللياقة :

نصائح يقدمها أبرز المحترفين في عالم اللياقة

اجعل برنامجك الرياضي أكثر تميزاً في الجو الحار

بقضاء 30 دقيقة في غسل السيارة و128 سرعة حرارية في أعمال البستنة. إليك خيارات أخرى: رمي الصحن الطائر، أو تنزیه الكلب، أو المشاركة في مباراة لكرة الطائرة (كلها نحو 100 سرعة حرارية)، أو جز العشب (176 سرعة حرارية)، أو ركوب الدراجة حول الحي (192 سرعة حرارية)، أو اللعب بالهولاء-هوب، الذي يحرق نحو 50 سرعة حرارية في 10 دقائق.

درجات الحرارة، مارس تمارين القلب بانتظام (مثل المشي، أو الركض، أو السباحة، أو ركوب الدراجة الهوائية) إنما بوتيرة أبطأ. ولكن أضف فترات قصيرة عالية السرعة تدوم 30 ثانية تقريباً كل ثلاث إلى خمس دقائق. وهكذا تحافظ على مستوى لياقتك عالياً وتحرق المزيد من السعرات الحرارية من دون أن تضطر إلى أن تتمرن بوتيرة مرتفعة طوال الوقت.

عدّل حرارة جسمك،

خذ حماماً بالماء البارد قبل التمرن. تشير الأبحاث إلى أن تبريد الجسم قبل التمرن يساهم في تحسين الأداء في الجو الحار، ربما لأنه يخفف نبض القلب، فضلاً عن حرارة البشرة والحرارة الداخلية. وهل يستطيع الأولاد أيضاً اعتماد هذه الطريقة؟ يكفي عموماً تبريد العنق أو الرأس بكيس من الثلج لحارقة الحر.

راقب نبض قلبك،

كلما ازداد الحر، اضطر الجسم إلى بذل جهد أكبر. لذلك إذا كنت تركز عادة بسرعة نصف كيلومتر في تسع دقائق، قد تلاحظ أن نصف الكيلومتر بات يستغرق 10 دقائق مع ارتفاع حرارة الطقس. استخدم جهاز قياس نبض القلب لمراقبة نظم قلبك أو حاول أن تردّد أحد الأناشيد التي يرددّها الجنود أثناء تمارين الركض. وستدرك أنك تتمرن بجهد كافٍ حين تضطر إلى التقاط نفس سريع كل ثلاث إلى ست كلمات (رددّه بصوت خافت إن كنت تخشى أن تبدو كأضحوكة).

الجا إلى التراب،

حاول أن تمشي، أو تركض، أو تتركب الدراجة على دروب مغطاة بالتراب أو الحصى، بما أن الأسفلت أو الإسمنت يشعان حرارة ويعكسان نور الشمس، ما يجعلك تشعر بحراً أكبر. وإذا أمكنك، ابدأ التمرن وفق اتجاه الريح. وهكذا تنتهي تمرينك بالركض بعكس اتجاه الريح، ما يمنحك بعض الانتعاش.

انتقل إلى التمرن بقواصل،

كي تحافظ على مستوى لياقتك مع ارتفاع



استمتع باليوغا،

استغل درجات الحرارة العالية لتركّز على تحسين مرونتك ببعض حركات اليوغا. يذكر إدوارد فيلغا، مدرب يوغا في مدينة نيويورك له كتاب Yoga for Suits (اليوغا لأصحاب البرزات): (عندما ترتفع درجة حرارة جسمك، تستطيع التعمق أكثر في وضعية ما).

مارس نشاطات عشوائية،

أضف القليل من التمارين إلى نشاطات صيفية ممتعة. على سبيل المثال، تحرق امرأة وزنها 63 كيلوغراماً تقريباً نحو 100 سرعة حرارية

احم رأسك،

يشكل الحجاب المد من الشبك أفضل طريقة لحماية وجهك من الشمس والسماح في الوقت عينه للحرارة بالخروج من رأسك. أما إذا رغبت في ركوب الدراجة الهوائية، فاشتر خوذة جديدة مزودة بفتحات تهوية عميقة لتتيح للهواء بدخول الخوذة بخصه.

أعد ملء مخزونك من

الوقود بالفاكهة

تحتوي الفاكهة عموماً على مقدار كبير من الماء يصل إلى 80% من حجمها. لذلك تشكل فاكهة مثل العنب، والبطيخ، والبطيخ الأصفر طريقةً لذيذةً لجسدك بالوسائل وتعزيز مخزون الطاقة بعد التمرن. احتفظ بها مجلدة لتحصل على وجبة سريعة منعشة. إليك بعض الخيارات الجيدة الأخرى: العصائر المثلجة، أو اللبن المثلج، أو الجليو مع قطع الفاكهة. تقدّم كل هذه الخيارات خليطاً ممتازاً من النشويات والسكريات، فضلاً عن أنها سهلة الهضم. أما إذا فقدت الكثير من الملح (ملاحظة: تحمل ملابسك بقع عرق بيضاء بعد التمرن)، فاستبدل الصوديوم بشرب عبوة من عصير V8 أو مشروب رياضي.



يُزرع في الأصل على جزيرة (ساكورا جيما) اليابانية منذ قرون

الفجل (العماق) فوائد عظيمة للقلب والأوعية الدموية



العنصر موجود في القهوة وبعض المنتجات الزراعية والبحرية. وذكرت تقارير أنه يُخفف شيخوخة الدماغ والخرف المرتبط بالتهاميم، ويكبح هجوم الخلايا السرطانية). قد يكون هذا العنصر مفيداً أيضاً للوقاية من السكري. يمكن إيجاده في عدد من النباتات، من بينها البازلاء وبنور القنب والشوفان والبطاطا. ربما نسمع في السنوات المقبلة عن استعمالات إضافية لهذا العنصر الكيماوي. يأمل المشرفون على الدراسة الجديدة بأن تقيد نتائجهم العلماء الذين يبحثون عن العناصر النشيطة في خضراوات أخرى. عند فهم هذه الآلية بالتفصيل، قد تتحسن التدخلات الصيدلانية القادرة على إبطاء نشوء أمراض القلب والأوعية الدموية أو منعها من التطور.

والخنازير لمقارنة فجل (ساكورا جيما دايفون) بأنواع أقل إبهاراً من الفجل. استعمل العلماء مجموعة من الاختبارات، من بينها المجهر الفلوري، فأثبتوا أن الفجل العملاق يحث على إطلاق كمية إضافية من أكسيد النيتريك مقارنةً بنظرائه الأصغر حجماً. **العنصر النشط** أراد كاجيا أيضاً أن يفهم طريقة تأثير فجل (ساكورا جيما دايفون) في أكسيد النيتريك. بعد استبعاد مركبات محتملة أخرى، بما في ذلك الناقل العصبي (غايا)، استنتج فريق البحث أن الهرمون النباتي (تريغونيلين) قد يكون لاعباً أساسياً في هذا المجال. يطلق التريغونيلين سلسلة تفاعلات جزيئية تبرز إنتاج أكسيد النيتريك. لم يكن هذا الهرمون عنصراً غربياً بالنسبة إلى الأبحاث الطبية. أوضح الباحثون: (هذا

لا يزال اكتشاف الطرائق التي تسمح بتخفيض مخاطر أمراض القلب والأوعية الدموية يطرح تحدياً متواصل في أوساط علم الطب. تساءلت دراسة حديثة حول قدرة الفجل (العماق) على تقديم المساعدة في هذا المجال. رسمياً، يحمل هذا الفجل اسم (ساكورا جيما دايفون). كان الفجل العملاق يُزرع في الأصل على جزيرة (ساكورا جيما) اليابانية منذ قرون ويُعتبر منتجاً مبهراً. أكبر حبة من نوع (ساكورا جيما) تزن نحو ٣١ كغ وقد فاق محيطها عتبة المتر.

على مستوى القلب والأوعية الدموية، لذا عمد باحثون من جامعة (كاجوشيما) اليابانية حديثاً إلى إطلاق تجربة لمعرفة ما إذا كانت منافع الفجل الصحية قابلة للقياس مثل حجمه. ونشرت النتائج أخيراً في (مجلة الكيمياء الزراعية والغذائية).

أهتم فريق العلماء، بقيادة كاتسوكو كاجيا، باكتشاف أثر فجل (ساكورا جيما) في إنتاج أكسيد النيتريك الذي يُعتبر عنصراً مهماً لتنظيم وظيفة الأوعية الدموية.

تنتج الخلايا التي تحدد الأوعية الدموية، أي الخلايا البطانية الوعائية، أكسيد النيتريك. وعند إطلاق هذا الغاز في مجرى الدم، سترتخي الأوعية الدموية وينخفض ضغط الدم.

يسهم أكسيد النيتريك في تخفيض مخاطر أمراض القلب والأوعية الدموية بأكثر من طريقة: تتصل خلايا الدم البيضاء والحمراء أحياناً بجدران الأوعية الدموية، ما يؤدي إلى زيادة مخاطر تشكل الجلطات. لكن يسمح إطلاق أكسيد النيتريك بكبح هذه العملية وتصعيبها. يُقال إن مضادات الأكسدة تضر بالخلايا البطانية، ما يُضعف قدرتها على إنتاج أكسيد النيتريك، من ثم يزيد احتمال التعرض لأمراض القلب والأوعية الدموية.

لذا سيعطي الكشف عن العمليات التي تحتل على إطلاق أكسيد النيتريك من تلك الخلايا أثراً واثقاً في صحة الأوعية الدموية. استعمل فريق البحث خلايا بطانية مأخوذة من البشر

والأوعية الدموية، من بينها النوبات القلبية والجلطات من مضادات الأكسدة. وبحسب بعض الدراسات السابقة، قد يؤثر أيضاً في العوامل المرتبطة بالنوبات القلبية والجلطات الدماغية، لا سيما ارتفاع ضغط الدم ومخاطر الإصابة بجلطات دموية.

تشريح الفجل العملاق

حتى اليوم، لم تحلل أي دراسات منافع الفجل العملاق

تنجم حالة وفاة من أصل أربع عن أمراض القلب



«الاقتصاد» تبحث تبادل الخبرات مع كبريات الشركات الأمريكية



•• أبو ظبي- وام:

نظمت وزارة الاقتصاد زيارة لوفد رسمي واستثماري من دولة الإمارات إلى الولايات المتحدة الأمريكية للتعرف على مجموعة من الشركات الأمريكية الكبرى في مجال الاستثمار المؤسسي في الشركات الناشئة ونظام رأس المال المخاطر. وتهدف الزيارة التي نظمتها الوزارة بالتعاون مع صندوق Turn 8 الاستثماري إلى بحث فرص التعاون وتبادل الخبرات والاطلاع على أحدث الاتجاهات والنماذج في مجال الاستثمار النوعي المرتبط بالابتكار والتكنولوجيا والأبحاث العلمية والتطوير، والتعرف على منظومة الاستثمار في المشاريع الناشئة وشركات القطاع الخاص القائمة على الابتكار، لاسيما من خلال آليات رأس المال المخاطر وحاضنات الابتكار. وضم الوفد الذي ترأسه سعادة جمعة محمد الكبيت الوكيل المساعد لقطاع التجارة الخارجية بالوزارة محمد ناصر حمدان الزعابي مدير إدارة الترويج التجاري بوزارة الاقتصاد وممثلون عن شركة مبادلة للاستثمار وشركة أبوظبي الوطنية للتأمين "أدنك" وسوق أبوظبي المالي العالمي وأفاق للاستثمار ومجموعة شرف وعددا من المؤسسات الحكومية والشركات الاستثمارية وشبه الحكومية ورجال الأعمال بالدولة. وقال سعادة جمعة محمد الكبيت إن الزيارة تأتي في إطار جهود وزارة الاقتصاد لتطوير بيئة الاستثمار في قطاع الابتكار بالدولة انسجاماً مع محددات رؤية الإمارات 2021 ومستهدفات الاستراتيجية

الوطنية للابتكار لجعل الإمارات إحدى أفضل الدول ابتكاراً، وترسيخ دور الابتكار كمحرك للتنمية وركيزة لبناء اقتصاد تنافسي متنوع ومستدام يقوم على المعرفة بقيادة كفاءات وطنية. وأضاف سعادته أن دولة الإمارات اتخذت خطوات عديدة لارتقاء مناخ الابتكار لديها، عبر تشجيع وترسيخ الممارسات الابتكارية في القطاعين الحكومي والخاص وعلى مستوى المؤسسات والأفراد، الأمر الذي وضعها في صدارة الدول العربية على مؤشر الابتكار العالمي 2018 وفي المرتبة 38 عالمياً، مع خطط متواصلة لتحقيق قفزات مهمة في هذا المسار. وتابع الكبيت بأن الولايات المتحدة الأمريكية تعد ثالث أكبر شريك تجاري لدولة الإمارات، مع وصول إجمالي

حجم التبادل التجاري غير النطفي بين البلدين إلى نحو 30.6 مليار دولار في عام 2017، مشيراً إلى أن الابتكار والتكنولوجيا والمشاريع الصغيرة والمتوسطة والاستثمار في الشركات الناشئة تعد من أبرز محاور التعاون بين البلدين، لاسيما في ظل الريادة العالمية للولايات المتحدة في هذا المجال. وأكد أن مخرجات الزيارة من شأنها أن تعزز خيرة المؤسسات الحكومية وقطاع الأعمال في الدولة بسبل تطوير منظومة رأس المال المخاطر والاطلاع على أفضل الممارسات والممارسات المتبعة في هذا الصدد، باعتباره من أهم الأدوات الاقتصادية الحديثة لخلق مشاريع ابتكارية وتحول الابتكار والأفكار الجديدة الواعدة إلى استثمارات ناجحة، فضلاً عن أهميتها في بناء شبكة عالمية من الشركاء، مما يعزز

فرص الشركات الإماراتية في الاستثمار الابتكاري المشترك في المستقبل. وأوضح سعادته أن الزيارة تمثل فرصة بالغة الأهمية لتعميق ثقافة الابتكار في القطاع الخاص وإبراز أهمية الاستثمار في الشركات الناشئة والمبتكرة، وإقامة شركات وعلاقات عمل مثمرة مع أفضل شركات رأس المال المخاطر والكيانات المستثمرة في الابتكار في الولايات المتحدة الأمريكية، لتبادل الخبرات ونقل المعرفة حول آليات احتضان وتطوير الأفكار الخلاقة ودعم وتشجيع الشركات الناشئة والمشاريع الصغيرة والمتوسطة المرتبطة بالإمارات، وعززت تبادل الخبرات بما يدعم مساعي "أدنك" لتقديم حلول تأمينية مخصصة إقليمياً ودولياً، وتعزيز عملياتنا التجارية، الأمر الذي يحقق أفضل العوائد لساهمينا.

خلال ملتقى أعمال جمع بين الطرفين

الشارقة تفتح قنوات استثمارية جديدة مع مجتمع الأعمال في بوسطن



•• الشارقة- الفجر:

بوسطن، إحدى أعرق المراكز الاقتصادية والشقافية في شرق الولايات المتحدة وأكثرها شهرة، وأمام نخبة من المستثمرين الأمريكيين، استعرض وفد رفيع المستوى من إمارة الشارقة برئاسة الشيخ فاهم بن سلطان القاسمي رئيس دائرة العلاقات الحكومية بالشارقة، مقبومات الجذب الاستثماري التي تتمتع بها الإمارة، والتي جعلت منها وجهة رئيسة للأعمال والاستثمارات الأجنبية المباشرة في المنطقة. وتأتي زيارة وفد إمارة الشارقة إلى مدينة بوسطن في إطار سلسلة من الجولات الدولية التي يجريها حالياً للتعريف بمكانة الإمارة الاقتصادية والفرص الواعدة في قطاعاتها المختلفة. واستهدف الوفد من خلال ملتقى أعمال الشارقة - بوسطن، الذي نظم بالتعاون بين مكتب الشارقة للاستثمار الأجنبي المباشر "استثمر في الشارقة" ومجلس الأعمال الأمريكي الإماراتي في فندق ريتز كارلتون في بوسطن، التعريف بأهمية الإمارة للشركات الأمريكية الراغبة في التوسع في المنطقة وأسواقها، عبر التواجد في واحدة من أسرع البيئات المحلية تطوراً وافتتاحاً وارتباطاً مع العالم. وشهد الملتقى حضور نخبة من كبار المسؤولين الاقتصاديين الأمريكيين، وممثلي الجهات الحكومية في الإمارة منها مركز الشارقة لريادة الأعمال "شراع"، وشركة الأعمال التجارية للجامعة الأمريكية في الشارقة، وجامعة الشارقة، والجامعة الأمريكية في الشارقة، وشركة "بيت" ومجمع الشارقة للبحوث والتكنولوجيا والابتكار، بالإضافة إلى طيف واسع من المستثمرين وممثلي الشركات الخاصة في بوسطن والولايات المتحدة الأمريكية، المهتمين بتوسيع أعمالهم التجارية في دولة الإمارات، التي تمكنت العام الماضي من جذب 10.4 مليارات دولار من الاستثمارات الأجنبية المباشرة.

تعاون مثمر وشهد انعقاد الملتقى في سياق الجهود

الرامية إلى تطوير العلاقات الثنائية، وتعزيز أفاق التعاون المشترك بين المدينتين، حيث افتتحت الإمارات العربية المتحدة عام 2016 الفصلية الثالثة لها في الولايات المتحدة الأمريكية بمدينة بوسطن في ولاية ماساتشوستس، نتيجة نمو قيمة صادرات الولاية من البضائع والسلع إلى دولة الإمارات بنحو 150 مليون دولار أمريكي في عام 2015، ما جعلها تحتل المركز 21 كأكبر الولايات الأمريكية المصدرة للإمارات، مقابل استيراد ماساتشوستس بضائع بقيمة 17 مليون دولار من الإمارات في ذات العام. وبحسب تقرير "سليتك أميركا" الصادر عن وزارة التجارة الأمريكية، تحتل الإمارات المركز السابع كأسرع مصدر للاستثمار الأجنبي المباشر نحو الولايات المتحدة، إذ حققت قيمة الاستثمارات الإماراتية في الولايات المتحدة من 16.7 مليار دولار في عام 2011 إلى 27.5 مليار دولار في عام 2015. وتعتبر الخدمات المالية والنقل والوقود الأحفوري والاتصالات والفضاء من أهم القطاعات التي تتركز فيها الاستثمارات الإماراتية في الولايات المتحدة.

مزايا وتسهيلات استثمارية وشكل الملتقى فرصة مثالية لكلا الجانبين لبحث أفاق التعاون الثنائي ومجالاته بما يحقق المصالح المشتركة، إذ تمت مناقشة جملة من التسهيلات والمزايا والحوافز التشجيعية التي يمكن أن يقدمها مكتب (استثمر في الشارقة) بالتعاون مع الدوائر والجهات الحكومية المعنية في الشارقة، لرجال الأعمال والمستثمرين الأمريكيين، لتكبيهم من تحقيق أهدافهم التجارية واستدامة أعمالهم، خصوصاً في عدد من القطاعات الحيوية مثل التعليم والصحة

والطاقة المتجددة والصناعات الخفيفة وغيرها. وكان من بين حضور الملتقى سعادة سالم الشامسي، المفصل العام للدولة في بوسطن، والشيخ فاهم بن سلطان القاسمي، رئيس دائرة العلاقات الحكومية بالشارقة، وداني سبرايته، رئيس، مجلس الأعمال الأمريكي-الإماراتي، في حين مثل (استثمر في الشارقة) في الملتقى، كل من: محمد جمعة المشرخ، المدير التنفيذي للمكتب، ومروان العجلة، مدير ترويج الاستثمار.

الشارقة .. حضور اقتصادي كبير وفي كلمته الافتتاحية، قال سعادة سالم الشامسي: "يسعدنا أن نستضيف أول وفد من إمارة الشارقة إلى بوسطن برئاسة الشيخ فاهم القاسمي لاستكشاف الفرص المثمرة للاستثمار والتعاون مع مؤسسات وشركات في بوسطن".

وأفاد الشامسي عن وجود فرص هائلة للاستثمار في مجال البناء والتكنولوجيا والروبوتات والرعاية الصحية، بالإضافة إلى الشركات الجديدة لتعزيز الابتكار وجذب الاستثمارات الأجنبية والمهارات من بوسطن إلى الشارقة. وأشار الشامسي: "تعتبر بوسطن مقراً لكبرى الشركات مثل جنرال إلكتريك بالإضافة إلى الشركات المبتكرة مثل Greentownlabs ذاتية القيادة ووجود عدد من مسرعات الطاقة النظيفة وماسروبوتس Mass Robotics المتخصصة في الروبوتات. كما أن وجود أكبر الجامعات في بوسطن مثل MIT و Harvard يجعلها مقراً عالمياً للبحث العلمي والتنمية في كبرى القطاعات مثل الذكاء الاصطناعي والتكنولوجيا الحيوية، وأوضح: "نسى إلى مشاركة

الجهات الحكومية في بوسطن في منتدى الشارقة للاستثمار الأجنبي المباشر في ديسمبر القادم من أجل التعرف عن قرب على استراتيجيات الإمارة في السنوات المقبلة وفرص التعاون المحتملة، وقال الشيخ فاهم بن سلطان القاسمي، رئيس دائرة العلاقات الحكومية في الشارقة: "تستند العلاقات السياسية والشركات الاقتصادية بين الولايات المتحدة الأمريكية والإمارات العربية المتحدة، إلى زمن طويل تعززت خلاله العلاقة الثنائية بين مجتمع الأعمال الأمريكي وإمارة الشارقة، ونحن نسعى إلى الاستمرار، وتعزيز هذه الشراكة عبر لقاء الضوء على الفرص الاستثمارية الهائلة التي تتيحها إمارة الشارقة، ومدينة بوسطن الأمريكية. وأضاف: "نتطلع من خلال الملتقى إلى توظيف القيم المشتركة بين الجانبين في مجالات الثقافة والتعليم والابتكار، مستندين في هذا التوجه إلى التناغم والانسجام الذي تعمل في إطاره مؤسسات الإمارة وقصصياتها الخارجية، حيث يتعاون مكتب (استثمر في الشارقة) مع مختلف المؤسسات الرسمية، داخل الدولة، وكذلك مع المؤسسات العامة والشركات الخاصة من خارج الدولة، مما يسهم في توضيح الفرص الاستثمارية التي تزخر بها مختلف القطاعات الاقتصادية في الشارقة، لا سيما قطاعات السفر، والترفيه، والنقل والإمداد، والرعاية الصحية والبيئة، والتعليم، والتصنيع الخفيف".

وقدم المشرخ عرضاً تفصيلياً لسلط الضوء خلاله على الفرص الاستثمارية التي يوفرها اقتصاد الإمارة المتنوع للمستثمرين في مدينة بوسطن ومجتمع الأعمال الأوسع في كل أرجاء الولايات المتحدة الأمريكية. وقال المشرخ: "ترتبط الإمارات العربية المتحدة والولايات المتحدة الأمريكية بعلاقات وطيدة وروابط تجارية وثيقة

التنفيذيين في الشركات الأمريكية المضيفة وعقد عدد من الندوات المعقدة حول أطر عمل رأس المال المخاطر والاستثمار في المشاريع الابتكارية، ومن أبرز تلك الشركات شلمبرج، وسايك، وستانلي، ومبادلة، وبيرووجيز، وجوجل الاستثمارية، إلى جانب عدد من الشركات الأمريكية الناشئة. من جانبهم، أعرب عدد من أعضاء الوفد عن أهمية الزيارة، حيث قال صلاح شرف، المدير التنفيذي لمجموعة شرف، إن الزيارة أعطت انطباعاً عميقاً عن آليات تشغيل الشركات الاستثمارية في قطاع المشاريع الناشئة، والتي تركز استثماراتها في شركات تقدم أحدث التكنولوجيات وتطبيقات الذكاء الاصطناعي، مؤكداً أن التجربة أضافت أفكاراً جديدة ورؤية مختلفة في تطبيق الأعمال وكيفية نجاح رأس المال المخاطر في الولايات المتحدة ومقومات نجاحه ودور مراكز البحث العلمي والتطوير ومساهمة الجامعات في هذا الصدد.

بدوره، قال عبدالله النعيمي، نائب الرئيس التنفيذي لقطاع الخدمات المساندة في شركة أبو ظبي الوطنية للتأمين، إن الزيارة منصبة مهمة للتعرف على توجهات الاستثمار على المستوى العالمي ومتطلبات المستثمرين وتطلعاتهم، مضيفاً أنها أتاحت فرصة للحوار والتعريف بالبيئة الاستثمارية الرائدة التي توفرها دولة الإمارات، وعززت تبادل الخبرات بما يدعم مساعي "أدنك" لتقديم حلول تأمينية مخصصة إقليمياً ودولياً، وتعزيز عملياتنا التجارية، الأمر الذي يحقق أفضل العوائد لساهمينا.

الفكرة

25 سلطان المنصوري يلتقي ممثلي «مجلس الشباب لاقتصاد المستقبل»

•• أبو ظبي- وام:

التقى معالي سلطان بن سعيد المنصوري وزير الاقتصاد رئيس مجلس إدارة هيئة الأوراق المالية والسلع بأعضاء "مجلس الشباب لاقتصاد المستقبل" الذي تم اعتماده تشكيلة مؤخرًا، وذلك في مستهل انطلاق أنشطة المجلس. وحدد المنصوري خلال اللقاء مع أعضاء المجلس- الذي تشكل بإشراف ورعاية وزارة الاقتصاد ومبادرة من هيئة الأوراق المالية والسلع- مجموعة توجهات والخطوات العريضة التي تمثل مرجعية عمل للمجلس ومن بينها ضرورة قيام المجلس بإشراك الشباب في عملية رفع مقترحاتهم وأفكارهم للقيادات المسؤولة في الدولة، مع التأكيد على أهمية وجود جيل شاب واع ومفتتح مدعم بالرؤية الابداعية ونهج الريادة ويبحث دائماً عن المركز الأول.

ويتشكل المجلس من 9 أعضاء يمثلون كلا من وزارة الاقتصاد وهيئة الأوراق المالية والسلع وهيئة العامة للطيران المدني وهيئة التأمين. وقال معاليه إن الجيل الحالي لديه من الفرص ما يسمح له بتحقيق مستقبل مشرق لدولة الإمارات العربية المتحدة، وأنه من المهم التركيز على تنمية المهارات والقدرات الشبابية لقيادة القطاعين الحكومي والخاص والعمل على تحقيق المزيد من العمق الاقتصادي الذي يمثل أحد الأهداف الاستراتيجية للدولة، وكذلك التركيز على القطاعات الاقتصادية الثلاث في الدولة، ممثلة في القطاع الحكومي، والقطاع شبه الحكومي والذي يشمل الشركات التي تملكها الحكومة، ثم القطاع الخاص. ولفت معاليه إلى أن فرص الشباب في القطاع الخاص واعدة جداً سواء من حيث الوظائف المتوفرة فيها أو من خلال قيام رواد الأعمال الشباب بإطلاق مشاريعهم التجارية الخاصة.

وأكد معاليه- خلال اللقاء الذي حضره د. عبيد الزعابي الرئيس التنفيذي لهيئة الأوراق المالية- على ضرورة عقد جلسات حوارية مباشرة مع الشباب لتلقي ملاحظاتهم وآرائهم ونقلها بشكل مستمر إلى القيادة العليا في الدولة، مع العمل في الوقت نفسه على تعزيز مستوى التوعية لدى الشباب بالتوجهات الحكومية فضلاً عن مواكبة التوجهات العالمية، وأن يكون الشباب مزوداً بالعلم والمعرفة والمهارة التي يتطلبها العصر.

بنك دبي التجاري يبرم شراكة مع بلووم للتعليم لتوفير مزايا مصرفية متنوعة لأولياء أمور الطلاب

•• دبي- الفجر:

أبرمت "بلووم للتعليم"، ذراع التعليم التابعة لشركة "بلووم قابضة"، شراكة استراتيجية مع بنك دبي التجاري لتقديم مجموعة من المنتجات والخدمات المصرفية لأولياء أمور الطلاب في مدارسها المفتحة حديثاً: "برايتون كوليدج دبي" و"مدرسة "دوايت دبي"، وتستجيب هذه الشراكة لأولياء الأمور الحصول على خصومات كبيرة على الرسوم المدرسية عند الدفع باستخدام بطاقات بنك دبي التجاري الائتمانية، والاستثمار في تعليم أبنائهم من خلال إدراج بونوس بوستر (Bonus Booster)، وتأمين تعليم أطفالهم من خلال إنشاء خطة ادخار مرتبطة بآليات (EduCare) والتي تضمن تعليم الأطفال حتى في حال وقوع حوادث مؤسفة كحالات الوفاة أو الإعاقة. كما توفر الشراكة مزايا أخرى مرتبطة بالبطاقة، ومصممة خصيصاً لأولياء أمور الطلاب والعائلات، وتشمل نقاط ولاء على كافة المشتريات، وخطط سداد مبسطة بفائدة 0%، وخصومات حصرية على المطاعم وأساليب الحياة وتذاكر السينما وخدمة صف السيارات ودخول مجاني إلى صالات الطائر حول العالم، وبهذه المناسبة، قال الدكتور بيرند فان ليندر، الرئيس التنفيذي لبنك دبي التجاري: "نحن في بنك دبي التجاري ندرك الأهمية التي يوليها معظم أولياء الأمور لتزويد أطفالهم بتعليم رفيع المستوى، والادخار لتأمين تعليمهم العالي، والتي تنعكس في شراكتنا مع بلووم للتعليم وتؤكد مواصلة جهودنا لدعم أولياء الأمور في هذا المجال من خلال توفير مجموعة واسعة من المنتجات المصرفية، وتشكيلة متنوعة من التسهيلات التي تهدف إلى تخفيف الأعباء المالية وتساعد على تحقيق أهدافهم المالية".



المتاهلون النهائيون الثلاث من جامعة جورج واشنطن سياحة رأس الخيمة تعلن الفائز بتجدي الابتكار في سياحة الرياضة والمغامرات

•• رأس الخيمة - الفجر

أعلنت هيئة رأس الخيمة لتنمية السياحة عن الفائز في "تجدي رأس الخيمة للابتكار في سياحة الرياضة والمغامرات"، المبادرة التي أطلقتها الهيئة بالتعاون مع "المعهد الدولي للدراسات السياحية" في "جامعة جورج واشنطن" وشهدت تكليف طلاب من مختلف أنحاء العالم باقتراح استراتيجيات مبتكرة لفعاليات المغامرة الرياضية والتي من شأنها استقطاب عشاق سياحة المغامرة إلى إمارة رأس الخيمة وتعزيز مكانتها كوجهة رائدة في هذا القطاع، وتم الإعلان عن فوز فريق "Trip adventure"، من جامعة كونغ للفنون التطبيقية بالتحدي خلال فعالية احتفالية أقيمت في رأس الخيمة تزامناً مع الاحتفالات باليوم العالمي للسياحة في 27 سبتمبر 2018، بحضور شخصيات رفيعة المستوى، وكبار الشخصيات عدد من المدراء التنفيذيين من إمارة رأس الخيمة هذا وقد المتاهلون النهائيون الثلاث وهم: "تيمبلي أوولس" من جامعة تمبل الأمريكية، وفريق جولباي سيتزنس من جامعة جورج واشنطن، وترتيب المتقدم "من جامعة هونغ كونغ للفنون التطبيقية، أفكارهم أمام لجنة التحكيم، مستعرضين فيها كيفية تسخير المعالم الطبيعية المتنوعة التي تمتاز بها الإمارة لاستقطاب السياح وعشاق المغامرات من مختلف أرجاء العالم.



الفرجة

26

كلية طلال أبو غزالة الجامعية للابتكار تعلن عن بدء التسجيل في برنامج الماجستير



عمان - الفجر:
أعلنت دائرة القبول والتسجيل في كلية طلال أبو غزالة الجامعية للابتكار عن بدء التسجيل في برنامج الماجستير في المجالات التالية: القيادة المبتكرة وريادة الأعمال، الموارد البشرية، التسويق الإلكتروني، تحليل البيانات، كلية طلال أبو غزالة الجامعية للابتكار هي كلية جامعية متخصصة بالأعمال

وتقنية المعلومات. حيث تعتبر الكلية الوحيدة في العالم التي تركزت على الإبداع والابتكار وتهتم بتخريج جيل مبدع كل ضمن حقول تخصصاتهم. وأكد سعادة الدكتور طلال أبو غزالة على أن القوة الاقتصادية سوف تعتمد على الإبداع والابتكار، الأمر الذي دعاه إلى تأسيس كلية طلال أبو غزالة الجامعية للابتكار نظراً للضرورة الثابتة وإيمانه بالطاقت الشبابية وقدرتهم على دعم الاقتصاد العالمي والمحلي. وحصل برنامج الماجستير في إدارة الأعمال على الاعتماد الخاص من قبل هيئة اعتماد التعليم العالي في الأردن.

«مرجان» مطورا رئيسيا مشاريع التملك الحر في رأس الخيمة

رأس الخيمة - الفجر



أعلنت شركة «مرجان» امس عن انطلاق أعمالها في إمارة رأس الخيمة لتكون مطورا رئيسيا لمشاريع التملك الحر. وستعمل الشركة ككيان مستقل مسؤول عن تطوير مشاريع عقارية متنوعة ستطرح للتملك الحر في الإمارة. وقال المهندس عبدالله راشد العبدولي العضو المنتدب والرئيس التنفيذي لشركة «مرجان» : وضعنا رؤية عقارية إلى تنوع اقتصاد إمارة رأس الخيمة على الصعيد العقاري، وتعزيز جاذبيتها للسياح والمستثمرين من كافة أنحاء العالم بفضل ما تحضنه من وجهات ذات مستوى عالمي.

وتتمتع إمارة رأس الخيمة بمقومات نمو هائلة، وستعمل «مرجان» على تحقيق الأهداف التنموية المنشودة، حيث ستضع الشركة انطلاقا من دورها كمطور رئيسي إطار عمل دقيق ومتكامل للمشاريع العمرانية، بالتزامن مع استقطاب الاستثمارات الأجنبية، ودعم النمو الاقتصادي عبر تعزيز أداء قطاعات

الضيافة والسياحة وتجارة التجزئة والعقارات. وستستحوذ «مرجان» على شركة «جزيرة المرجان» وكافة نشاطاتها وأصولها العقارية. وستركز «مرجان» على عقد الشراكات الاستراتيجية مع أبرز الشركات العقارية المحلية والعالمية، إضافة إلى وضع دراسات الجدوى الاقتصادية لمشاريع التملك الحر الجديدة، الأمر الذي سيساهم بدور جوهري في دفع عجلة النمو في الإمارة. علاوة على ذلك، تخطط «مرجان» للاستفادة من الأراضي لوضع أسس راسخة لسيرة التنمية في الإمارة مستقبلا. وستتبع الشركة خططا يتم تنفيذها على مراحل مع تحديد أولويات العمل في كل مجمع للتملك الحر.

بنك أبوظبي الأول يحصد جائزة «الشركة الرائدة في علاقات المستثمرين في الشرق الأوسط»

دبي- الفجر:

حصد بنك أبوظبي الأول، أكبر بنك في دولة الإمارات العربية المتحدة وأحد أكبر وأمن المؤسسات المالية في العالم، جائزة «الشركة الرائدة في علاقات المستثمرين في الشرق الأوسط»، وذلك خلال المؤتمر السنوي لجمعية علاقات المستثمرين في الشرق الأوسط (ميرا) 2018 الذي أقيم مؤخرا في منتجج بولغري في دبي. فضلا عن ذلك، حصل بنك أبوظبي جازئة «الشركة الرائدة في علاقات المستثمرين في دولة الإمارات» للسنة الثانية على التوالي، كما حصلت صوفيا البوري، رئيس علاقات المستثمرين في بنك أبوظبي الأول، على جائزة «أفضل مسؤول لعلاقات المستثمرين في دولة الإمارات» ، ليحصل البنك بذلك ثلاث جوائز في الفعالية ذاتها. ويعزز حصول البنك على هذه الجوائز مكانته الرائدة في القطاع المصرفي في دولة الإمارات العربية المتحدة، وحرصه على اتباع أفضل الممارسات في مجال علاقات المستثمرين. تسلمت هذه الجوائز الرائدة في القطاع المصرفي في المنطقة وجودة أعمالهم، وذلك بالاستناد إلى نتائج استبيان «إكستيل للشرق الأوسط وشمال أفريقيا» الذي يعتمد على تصويت محلي عمليات البيع والشراء لأفضل الشركات في



الأداء في كل سوق سنويا. وتعلقت على ذلك قالت صوفيا البوري، رئيس علاقات المستثمرين في بنك أبوظبي الأول: «نحن فخورون بحصولنا على هذه الجوائز المقدمة من قبل شركائنا في القطاع الاستثماري، وتمثل كل جائزة شرفا دليلا على العلاقات الوطيدة التي بناها بنك أبوظبي الأول، والذي سيواصل بناءها مع المستثمرين والمحليين.

حمدان بن راشد: تنمية الصادرات والصناعات الوطنية ضمن صدارة أولويات الخطط التنموية

دبي- وام:

أكد سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي وزير المالية، رئيس مجلس إدارة شركة الاتحاد لانتمانات الصادرات، وهي وكالة ائتمان الصادرات الوطنية التابعة للحكومة الاتحادية، أن الجهود التي قامت بها الشركة خلال السبعة أشهر الأولى من بدء عملياتها شكلت بداية قوية للدور الحيوي الذي تضطلع به في دعم الصادرات والصناعات الوطنية في إطار الاستراتيجية الطموحة للدولة لتنويع بنيتها الاقتصادية وتعزيز نمو القطاعات غير النفطية.

جاء ذلك، خلال ترؤس سموه مؤخرًا اجتماع مجلس إدارة شركة الاتحاد لانتمانات الصادرات، بحضور معالي سلطان بن سعيد المنصوري وزير الاقتصاد نائب رئيس مجلس الإدارة وذلك في ديوان صاحب السمو حاكم دبي.

حضر الاجتماع أعضاء مجلس إدارة الشركة - خليفة سالم المنصوري وكيل دائرة التنمية الاقتصادية في أبوظبي، وساعد محمد العوضي المدير التنفيذي لمؤسسة دبي لتنمية الصادرات ورئيس اللجنة التنفيذية في الاتحاد لانتمانات الصادرات، ومروان أحمد آل علي مدير عام دائرة المالية في عجمان، والدكتور عبد الرحمن محمد علي الشايب التقني مدير عام دائرة التنمية الاقتصادية في رأس الخيمة، ويوسف عبد الله العوضي نائب مدير الدائرة المالية بالصحيرة، ومديرة سالم الروم مدير إدارة السياسات والمعايير المحاسبية بوزارة المالية، وسيف محمد الشيخ وعبد الله محمد اليوسف.

وقال سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم، إن تنمية الصادرات والصناعات الوطنية وتمكينها من تعزيز تواجدها في أسواقها القائمة وتسهيل دخولها

إلى أسواق جديدة تمثل أحد أبرز أولويات الخطط التنموية، باعتبارها أحد المحاور الحيوية لدعم نمو الاقتصاد المحلي وتحقيق التنمية المستدامة، تماشيا مع أهداف رؤية الإمارات 2021.. مشيرًا سموه إلى أن قيام شركة الاتحاد لانتمانات الصادرات بتوفير مظلة ائتمانية رائدة لدعم مصدري المنتجات والخدمات في الدولة وتزويدهم بحلول وأدوات فعالة تضم الأدوات المتوافقة مع أحكام الشريعة الإسلامية لتأمين صادراتهم وإدارة المخاطر التجارية والسياسية التي تواجههم، يوفر لهم ميزة هامة تتيح لهم تعزيز قدراتهم التنافسية وتوسيع النطاق الجغرافي لصادراتهم في أسواق المنطقة والعالم، بما يساهم بالتالي في دعم نمو قطاعي التجارة والصناعة، ومساهمتها في الناتج المحلي الإجمالي للدولة.

وأضاف سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم أن الصادرات تقوم بدور المحرك الرئيسي للتنمية في الاقتصاديات الدول مما يجب أن تحظى بالاهتمام والريعية من قبل الحكومات والجهات ذات العلاقة كحرف التجارة والصناعة والمؤسسات المالية والبنوك، بحيث تتضافر الجهود لتحقيق المزيد من النجاح في مختلف المجالات الاقتصادية لذلك فإن تواجدها المؤسسات العالمية العاملة في مجال تأمين المخاطر الائتمانات مثل شركة الاتحاد لانتمانات الصادرات، بشكل قوي وفعال ضمن المنظومة الاقتصادية للدول، يشكل امرا حيويا حيث يتطلب نمو حجم الصادرات وجود المزيد من الحماية ضد المخاطر خصوصا في ظل الأوضاع الاقتصادية العالمية المتغيرة والتي تجعل العملية التجارية أكثر تعقيدا.

وأكد سموه أن نشاطات شركة الاتحاد لانتمانات الصادرات يأتي ضمن جهود وخطط حكومة دولة الإمارات العربية المتحدة لتوفير المناخ الملائم



وأشار إلى أن الشركة بدأت خلال الفترة الماضية القيام بمحملات مكثفة للترويج بأنشطتها وخدماتها، حيث يتم عقد سلسلة من الاجتماعات وورش العمل مع غرف التجارة والصناعة في الدولة، باعتبارها شريكا رئيسيا في تعريف القاعدة الضخمة لأعضائها من الشركات التجارية والصناعية بخدمات الشركة وتحفيزها على الاستفادة من هذه الخدمات لتنمية أنشطتها وعملياتها، حيث تساهم حلول التأمين الإئتماني الفريدة التي توفرها الشركة في تزويد المصدرين في دولة الإمارات العربية المتحدة بخدمات تتناسب تماما مع متطلباتهم، وتمكنهم من تعزيز قدراتهم التنافسية وبناء شراكات تجارية ناجحة في مختلف الأسواق التي تعمل بها.

وناقش اجتماع مجلس إدارة الشركة عددا من البنود المطروحة على جدول أعماله، كما استمع إلى تقرير قدمه الرئيس التنفيذي لشركة السيد ماسيمو فالسيوني حول الأعمال التشغيلية والإدارية للشركة، حيث تم تقديم ومناقشة خطة عمل الشركة للفترة من 2018 إلى 2022.

شركة يابانية تعرض أطول ناطحة سحاب خشبية في العالم في معرض سيتي سكيب بدبي

دبي- الفجر:



العالم والتي من شأنها أن تجذب اهتمام عشاق كرة القدم، تصميم ملعب كامب نو الشهير لنادي برشلونة لكرة القدم، والذي سيتم توسيعه وتجديده بتكلفة إجمالية تصل إلى 380 مليون يورو.

ويتضمن هذا المشروع تجديد الملعب بالكامل وتركيب السقف وزيادة سعة الاستيعاب إلى 99 ألف إلى 105 ألف متفرج بحلول عام 2021.

وقد تم تصميم المشاريع التي تعرض في معرض سيتي سكيب جلوبال هذا العام من قبل مجموعة نيكيين، والتي تشمل نيكيين سيكاي ونيكيين سييس ديزاين ونيكيين هاوسينج سيستيم، وتندرج جميعها تحت عنوان "الخبرة المتكاملة" التي تمثل العلامة الجديدة بعد تغيير العلامة التجارية للشركة.

واختتم الدكتور جبري حديثه قائلا: "عندما نتحدث عن "الخبرة المتكاملة" فإننا نشير إلى التكامل مع عملائنا وشركائنا، مما يخلق

تواصلًا مستمرًا بين العقول الكبيرة والحلول الإبداعية الأمر الذي يسهم بتحسين عملية التصميم. وقد ساهم مكتب الإقليمي في دبي بتوسيع نطاق وجودنا إلى أكثر من 20 مدينة بفضل روح التصميم والهواهب الإبداعية لدينا ومشاريعنا المتنوعة في جميع أنحاء منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا واتحاد الدول المستقلة والهند.

يمكن لزوار معرض سيتي سكيب جلوبال في مركز دبي العالمي للمؤتمرات والمعارض الاطلاع على مشاريع شركة نيكيين سيكاي في جناحها في القاعة 4 (4D30).

وقال الدكتور جبري: يوجد هذا المبنى في قلب مدينة دبي ويجسد قيم الطموح والابتكار والروح الرائدة لدي مدينة عالمية في القرن الواحد والعشرين. كما ستقوم الشركة أيضا بعرض مشروع (TOD) الذي سيكون الأول من نوعه في دبي، ومشروع المقر الرئيسي للسوق المالية السعودية تداول في الرياض الذي تم الانتهاء من إنشائه خارجيا، ويجري العمل على إكماله من الداخل ويضم أحدث التقنيات وفق أعلى المعايير العالمية. ومن المشاريع الأخرى التي تعرضها شركة نيكيين سيكاي في معرض سيتي سكيب

ومناخذ للبيع بالتجزئة وحديقة على السطح. كما سينتزين بالشرفات المغطاة بالمساحات الخضراء. وحول هذا المشروع، قال الدكتور فادي المدير التنفيذي المسؤول في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا والهند: "تركز رؤيتنا لهذا المشروع على المساهمة بشكل إيجابي في تحويل طوكيو إلى مدينة أكثر ملاءمة للبيئة، فالمساحات الخضراء التي تندفق على طول المبنى بالكامل تضيئ لمسة طبيعية وجميلة.. كما ستستعرض شركة نيكيين سيكاي مشروع فوندي مير وهو مبنى متعدد

يعقد في دبي يومي 17 و18 أكتوبر الجاري

مشاركة خليجية وعربية ودولية موسعة في ملتقى التأمين الخليجي 15 أكثر من 100 قيادي وخبير تأمين يناقشون تقييم وتسيير المخاطر ودور هيئات الإشراف والرقابة

أبوظبي- الفجر:

يشارك أكثر من 100 من القيادات والخبراء العاملين في شركات التأمين الإماراتية والخليجية والدولية في فعاليات ملتقى التأمين الخليجي السنوي الخامس عشر الذي يعقد تحت رعاية سلطان بن سعيد المنصوري وزير الاقتصاد رئيس مجلس إدارة هيئة التأمين يومي 17 و18 أكتوبر الجاري في دبي

وتشمل قائمة المشاركين رؤساء تنفيذيين ومدراء وخبراء ووسطاء تأمين في دول مجلس التعاون الخليجي واتحادات الأزمات ومراقبي التأمين العربية والدولية وممثل هيئات الإشراف والرقابة على التأمين وممثلي وزارات الاقتصاد والتجارة العربية والأوروبية. وقال خالد بن محمد البادي رئيس جمعية الإمارات للتأمين رئيس المجلس التنفيذي لاتحاد التأمين الخليجي إن الموضوع الرئيسي للملتقى يتحور في دورته الخامسة عشر لهذا العام بصورة خاصة حول تقييم وتسيير المخاطر في قطاع التأمين الخليجي لافتا إلى أنه سيتم خلال فترات النقاش معالجة عدد من الموضوعات الفنية الهامة وتأثيرها على صناعة التأمين وإعادة التأمين

وأضاف البادي - يتناول اليوم الأول للملتقى بالنقاش والتحليل قضايا ومنظومة التسيير الفني لأعمال التأمين والعلاقات البيئية بين شركات التأمين وأهمية تنظيم السوق لوضع سياسة تسعيرية سليمة وأهمية التعاون بين شركات التأمين في هذا المجال.

كما سيطلم الملتقى في يومه الأول الضوء على موضوع بالغ الأهمية يتعلق بدور هيئات الإشراف والرقابة على التأمين

في وضع الأطر الرقابية لتفادي المشاكل وحث شركات التأمين لالتزام بأسعار فنية للتسيير وأهمية دور الوسطاء والعملاء.

ويتضمن جدول أعمال المؤتمر في يومه الثاني تنظيم أعمال إعادة التأمين وضبط الأسواق في ضوء مشروع تعليمات تنظيم أعمال إعادة التأمين ودور هيئات الإشراف والرقابة على التأمين في تنظيم جسور العلاقة بين شركات التأمين وإعادة التأمين ووضع الآلية للتعامل مع شركات إعادة.

كما يتضمن جدول الأعمال في يومه الثاني موضوع استخدام التكنولوجيا في تقييم وتسيير المخاطر وموضوع تأثير الأزمات المالية العالمية والمحلية على قطاع التأمين. وأشار خالد بن محمد البادي إلى أن اتحاد التأمين الخليجي الذي تأسس في العاصمة أبو ظبي عام 1993 والسدي يضم في عضويته شركات التأمين في دول مجلس التعاون الخليجي يقوم بدور فعال في خدمة صناعة التأمين الخليجية من خلال سعيه الدائم لمناقشة القضايا والموضوعات الهامة التي تمه قطاع التأمين بشكل عام بهدف إرساء مفهوم التعاون والتكاتف بين هذه الشركات والعمل على تدعيم الروابط والصلات وإزالة العقبات التي تقف في وجه هذا التعاون

وتتناول جلسة العمل الأولى موضوع مفهوم التسيير الفني لأعمال التأمين والمنظومة المحددة له، وتركز ورقة العمل الرئيسية في هذا الموضوع على أن نتائج قطاع التأمين والشركات العاملة فيه تتحد وبشكل مباشر بالألية المتبعة من قبل الشركات في تسعير منتجاتها التأمينية، وإن عملية التسيير تقتضي من الشركات استخدام الآليات الفنية في دراسة الخطر وتقييمه بشكل مدروس مبني على أسس



علمية منها الإحصائيات وكذلك الأسس الفنية في تحديد السعر المناسب لمثل هذه الأخطار. وإن من الأسباب الرئيسية لتحقيق نتائج سليمة في أي من الأعمال ان كان على مستوى سوق التأمين أو مستوى الشركات هو التسيير العشوائي لمثل هذه المخاطر. وسوف تتناول حلقة البحث هذه النقاط وضرورة قيام الشركات باستخدام الأساليب السليمة والصحيحة في تحليل المخاطر وتسييرها بحرفة أثر قبول مثل هذه المخاطر على محافظتها وبالتالي نتائج أعمال هذه الشركات. وتركز ورقة العمل الثانية على أن هيئات الإشراف والرقابة على التأمين تلعب دوراً هاماً في ضمان استمرار وديمومة شركات التأمين وتجنبها للوقوع في المشاكل والمصاعب نتيجة خسائر محافظتها التأمينية . وإن تقديم شركات التأمين للقراري والإحصائيات الدورية والتي تقوم هيئة الإشراف والرقابة بتحليلها يمكنها من تكوين تصور عن وضع هذه

ومن جهة أخرى ، كان هنالك تأثير سلبي لمثل هذه الأزمات على استثمارات الشركات وكذلك انعكاسات قد تكون أكثر خطورة على أعمال التأمين من جهة قدرة شركات إعادة التأمين على الوفاء بالتزاماتها تجاه شركات التأمين، وهذا أيضا يبرز الدور الهام في اختيار الشريك المناسب من شركات إعادة التأمين للتعامل معها. وفي موضوع استخدام التكنولوجيا في تقييم وتسيير المخاطر تركز ورقة العمل

على أن التكنولوجيا تلعب دوراً هاماً في مختلف القطاعات الاقتصادية حيث وصل اليوم الاعتماد على عنصر المكننة واعتماد الآلية في إدارة العديد من الأعمال إلى مستويات عالية إلى درجة أن هنالك اليوم ما يسمى بالمكاتب الافتراضية والبنوك الافتراضية والتي تمارس وتداول أعمالها عن طريق الانترنت. واليوم يعتمد على التكنولوجيا إلى درجة كبيرة في تسيير وتقييم أعمال تأمينات السفر وبضياء إلى ذلك تأمينات المركبات وغيرها من منتجات التأمين ويتم التسيير آليا. هذا لتهدف حلقة البحث هذه إلى تناول المدى الذي وصلت إليه هذه الآلية في قطاع التأمين في التسيير. وفي إصدار الوثائق وغيرها من الإجراءات داخل شركات التأمين وإعادة التأمين. وتوضح ورقة العمل الثانية في هذا الصبح أن التأثير التكنولوجي اليوم قد أصبح يغطي جميع جوانب إدارة الأعمال والأنشطة التي انتشر وانطلق في المنطقة العربية وكافة بلاد العالم ، وتعتبر هيئة التأمين في دولة الإمارات العربية المتحدة مثالا رائدا في هذا المجال من حيث التواصل مع أسواق التأمين كافة. وستتناول ورقة العمل المقدمة في هذه الجلسة مدى تقدمنا في هذا الشأن من حيث آلية التطبيق والتنفيذ وكيف نتوقع مستقبل تطوير التكنولوجيا في منظقتنا. وتختتم فعاليات الملتقى بحلقة نقاش تتناول الدور المشترك الذي تلعبه أطراف العملية التأمينية في خلق تنمية مستدامة لسوق التأمين الخليجي والدور الذي يمكن أن تقوم به شركات إعادة التأمين الخليجية في الارتقاء بصناعة التأمين الخليجية ودور هيئات التأمين في دعم هذه الشركات.

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٨٤٢٧ عمالي جزئي

الى المدعي عليه / ١- راهول دانجوال مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / واليو منيخ للوساطة التجارية ش.ذ.م.م. ويمثله / علي إبراهيم محمد الحمادي قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بمستحقات عمالية وقدرها (٣٥٠٠٠ درهم) تعويض عما أصاب الشركة من اضرار والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٨/١٠/١ الساعة ٠٩:٣٠ ص بالقاعة: ch1.B.10 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٩١٧٢ عمالي جزئي

الى المدعي عليه / ١- الجموعة الزراعية ش.ذ.م.م مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / زين العابدين شمس الحق قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بمستحقات عمالية وقدرها (١٥٢٥٥ درهم) درهم والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة رقم الشكوى: MBI85146722AE وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٨/١٠/١٤ الساعة ٠٨:٣٠ ص بالقاعة: ch1.A.2 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل ، علما بان الدعوى جددت من الشطب .

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٨٨٨٥ عمالي جزئي

الى المدعي عليه / ١- ند الحمر للاعمال الفنية ش.ذ.م.م مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / شهروز عاشق علي قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بمستحقات عمالية وقدرها (١٤٩٠٠ درهم) وتذكرة عودة بمبلغ (٢٠٠٠) درهم والرسوم والمصاريف رقم الشكوى: MBI84771188AE وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٨/١٠/١٦ الساعة ٠٨:٣٠ ص بالقاعة: ch1.A.2 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل ، وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضوري .

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٤٢٢١ تنفيذ عمالي

الى المنفذ ضده/ ١- زي اكسيس لاعمال تنفيذ التصميم الداخلي ش.ذ.م.م مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ فيساج فينو جوبالان ويمثله: سمير حليم كنعان قد أقام عليك الدعوى للتنفيذ المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (١٩٢٥٠) درهم الى طالب التنفيذ و اذ خذت المحكمة بالاضافة الى مبلغ (١٤٩٨) درهم رسوم لخرينة المحكمة . وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٩٢٥ عمالي

الى المنفذ ضده/ ١- وادي النورس وكيل وسائل النقل البري ش.ذ.م.م. مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/مصطفى احمد جمعه نصر قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٣٨٥١٦,٦٠) درهم الى طالب التنفيذ و اذ خذت المحكمة بالاضافة الى مبلغ (٢٨٩٤) درهم رسوم لخرينة المحكمة . وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٨٩ تنفيذ عقاري

الى المنفذ ضده/ ١- محمد العلمي مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ لويدي تي اس بي بنك بي ال سي ويمثله / سمير حليم كنعان قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ: ٢٠١٨/٥/٢٩ اخطارك لسداد قيمة المطالبة (٥٧٨٨٤٠٩) درهم خلال شهر من تاريخ الاعلان والا بيع العقار محل الرهن عن طريق المزاد بالمزاد العلني وفقا لنص المادة ٢٩٥ من قانون اجراءات مدنية وهي شقة سكنية - المنطقة برج خليفة - رقم الارض: ١٥٥ - اسم المبنى: برج خليفة المنطقة ٢ - رقم العقار: ٢٥٠٤ - المساحة: ٢١٦,٧٤ متر مربع وذلك للعلم بما جاء فيه ونفاذ مفعوله قانونا.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
مذكرة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١١٩٥ استئناف تجاري

الى المستأنف ضده/ ١- برهان محمد نديم مجهول محل الإقامة بما ان المستأنف / امبريال للشقق الفندقية ويمثله: حسين علي حسن علي البناي قد استأنف القرار / الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٧/١٣٤٩ تجاري جزئي بتاريخ: ٢٠١٨/٥/٢٨ وحددت لها جلسته يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٨/١٠/١٦ الساعة ١٠:٠٠ صباحا بالقاعة رقم ch2.E.23 وعليه يقتضي حضوركم او من يملككم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان بصيغة اشكال بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٤٢٨ اشكالات تجارية
موضوع القضية اشكال في التنفيذ رقم ٢٠١٨/١٣١٦ لوقف الاجراءات التنفيذية

طالب الإعلان: مستشکل - سريفيغاس راو كاتا - المطلوب اعلاؤه: المستشکل ضده: ١ شركة ايه بي بافا للتشاعات ذ.م.م - مجهول محل الإقامة - موضوع الاعلان: نعلمك بانك قد حددت جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٨/١٠/١٠ الساعة: ٠٨:٣٠ ص بالقاعة: ch1.C.15 للنظر في الاشكال اعلاه والتي يتوجب عليكم حضورها وفي حالة تخلفكم عن الحضور سيصدر قرار في غيابكم مع نفاذ أثره القانوني بحكمك.

رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
مذكرة إعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٨٥ استئناف مدني

الى المستأنف ضده/ ١- سيام تاماراكان اوشا مجهول محل الإقامة بما ان المستأنف / محمد يونس محمد اكبر ويمثله: هاني رجب موسى عبدالله الجسمي قد استأنف القرار / الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٧/٢٠٨٤ مدني جزئي بتاريخ: ٢٠١٨/٣/٢٧ وحددت لها جلسته يوم الاحد الموافق ٢٠١٨/١١/٤ الساعة ١٠:٠٠ صباحا بالقاعة رقم ch2.D.17 وعليه يقتضي حضوركم او من يملككم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٣٠٥٩ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/ ١- شركة جلف غلوري للخدمات البحرية ش.م.م. ويمثلهها فؤاد سامي مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ شركة هامي للتجارة العامة ش.ذ.م.م. ويمثله: سرحان حسن محمد حسن المعيني قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٣٢١٥٠١) درهم الى طالب التنفيذ و اذ خذت المحكمة وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
مذكرة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٩٠٨ استئناف تجاري

الى المستأنف ضده/ ١- مائدة بيكم سيد مهدي مرعشي ٢- اسعد ميرزا صالح حكيم خليفي ٣- سيد محمد رضا عبدالمجيد موسي اصفهاني مجهول محل الإقامة بما ان المستأنف / صلاح صفا حكيم خليفي ويمثله: سرحان حسن محمد حسن المعيني قد استأنف القرار / الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٧/١٢٥٥ تجاري كلي بتاريخ: ٢٠١٨/٤/٢٥ وحددت لها جلسته يوم الاحد الموافق ٢٠١٨/١٠/٢٨ الساعة ١٠:٠٠ صباحا بالقاعة رقم ch2.E.23 وعليه يقتضي حضوركم او من يملككم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٣٢٥٧ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/ ١- مطعم فوم نيور هود ش.ذ.م.م. مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ بي بي فريش فروتس للصناعات الغذائية ش.ذ.م.م. ويمثله: عبدالرحمن نصيب عبدالرحمن بن نصيب قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٣٢٠٢٦) درهم الى طالب التنفيذ و اذ خذت المحكمة وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٣٢٥٥ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضدهم/ ١- شركة يوني بوند للتجارة ش.ذ.م.م. ٢- رينو فرجيس ك ج فرجيس (كفيل ضامن) ٣- فارجيس روي كاتيجير ام فيلا ريجيس (كفيل ضامن) مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ مصرف ابوظبي الاسلامي ش.م.م. ويمثله: جابر راشد محمد جابر راشد السلامي قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٧٤٧٠٢٢,٧٣) درهم الى طالب التنفيذ و اذ خذت محضوريا بالنسبة للمدعي عليه الثاني ويمثله: الحضوري بالنسبة للمدعي عليهما الاول والثالث بالزام المدعي عليهم بالتضامن وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٥٩٥ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضدهما/ ١- عصام محمود محمد حسن ٢- الخطوط المستقبلية لمقاولات البناء ش.ذ.م.م. مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ طالب حسن عبود عيضة العامري قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بالتضامن بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٤٥٩٨٣) درهم الى طالب التنفيذ و اذ خذت المحكمة . وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٠٨٦ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/ ١- دلنا الخليل للمقاولات ش.ذ.م.م. مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ واوغاريت للخدمات الفنية ش.ذ.م.م. قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٣٠٢٤٥) درهم الى طالب التنفيذ و اذ خذت المحكمة . وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان حكم تهيدي بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/١٧٠٧ استئناف عمالي

الى المستأنف ضده/ ١- آيس انترناشيونال اوبليكشن سنتر منطقة حرة ذ.م.م. مجهول محل الإقامة بما ان المستأنف/ مايك محمد جبارين بما ان المدعي قد اقام الدعوى المذكورة اعلاه وعليه نعلمك بانك قد حكمت المحكمة بتوجيه البين الحاسمه الى مدير المستأنف ضدها بالصيغة التالية (القم بالله العظيم بان المستأنف ضدها لم تنفق مع شركة الجيت انترناشيونال - المملوكة لسيد/ عيروس الهاسمي - بان تدفع للمستأنف (مايك محمد جبارين) راتبها شهريا قدره مبلغ (٥٥٠٠٠) درهم علاوه على المبلغ الذي كان يتقاضاه من الشركة المستأنف ضدها والله على ما افول شهيد) وحددت جلسة: ٢٠١٨/١٠/١١ لاعلان المستأنف ضدها بالحكم التهيدي بالنشر . وحددت لها المحكمة جلسة يوم الخميس الموافق: ٢٠١٨/١٠/١١ الساعة: ١٠:٠٠ صباحا في القاعة: ch2.D.19.

رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
مذكرة إعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٥٢٤ استئناف عمالي

الى المستأنف ضده/ ١- محمد عادل محمود عبدالغني بهاء الدين مجهول محل الإقامة بما ان المستأنف / شركة داماك ورلد ريل استيت ذ.م.م. ويمثله: هند حميد علي غدير الكتبي قد استأنف الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٧/١٣٢٤٠ عمالي جزئي بتاريخ: ٢٠١٨/٦/١٠ وحددت لها جلسته يوم الاثنين الموافق ٢٠١٨/١٠/١٥ الساعة ١١:٠٠ صباحا بالقاعة رقم ch1.A.4 وعليه يقتضي حضوركم او من يملككم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٩٦٦ مدني جزئي

الى المدعي عليه / ١- محمد عمر فاروق لخدمات تحميل وتفرغ البضائع ش.ذ.م.م. مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / افتاب احمد عارف محمد عارف قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبلغ (١٥٠٠٠) درهم والرسوم والمصاريف والفائدة ٩% من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد التام. وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق: ٢٠١٨/١٠/١٤ الساعة: ٠٨:٣٠ ص بالقاعة: ch2.D.17 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٩٢٢ مدني جزئي

الى المحكوم عليه/ ١- فناء الواحة للشقق الفندقية مؤسسة فريدة لالكها الشيخ/ خالد بن زايد بن صقر ال نهيان مجهول محل الإقامة نعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٨/٧/٢٢ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ بلدية دبي وتمثله دائرة الشؤون القانونية لحكومة دبي بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعي مبلغ (ثلاثة وخمسون الف درهم) والزامها بالرسوم والمصاريف . حكما بمثابة الحضوري قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١١٠٩ مدني جزئي

الى المحكوم عليه/ ١- خالد الدحاني لخدمات الحراسة مجهول محل الإقامة نعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٨/٨/٢٦ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ اوبينا كريستيان اونجوو بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعي مبلغ (ثلاثة وخمسون الف درهم) والزامها بالرسوم والمصاريف . حكما بمثابة الحضوري قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٣١٥ مدني جزئي

الى المدعي عليه / ١- محمد راشد سيف المري مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / شركة الامارات للاتصالات المتكاملة ش.ذ.م.م. وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٣٠١٧١,٥٨) درهم والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة ١٢٪ من الاستحقاق وحتى السداد التام وشمول الحكم بالتلفا المعجل بلا كفاة وضم ملف النزاع رقم: ٢٠١٨/١٥٥٤ مدني. وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق: ٢٠١٨/١٠/١١ الساعة: ٠٨:٣٠ ص بالقاعة: ch2.D.19 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٧٥٢ مدني جزئي

الى المدعي عليه / ١- محمد امير سلايات خان مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / شركة الامارات للاتصالات المتكاملة ش.ذ.م.م. قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٩,٩٢٤,٥٥) درهم والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة ١٢٪ من الاستحقاق وحتى السداد التام وضم ملف النزاع رقم: ٢٠١٨/١٤٦٦ مدني. وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق: ٢٠١٨/١٠/١١ الساعة: ٠٨:٣٠ ص بالقاعة: ch2.D.19 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
إعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٣٢١٥ عقاري كلي

الى المدعي عليه / ١- تنقيات بطول لتطوير العقاري ش.ذ.م.م. مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ البيرا بيرني لينش تونج قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليها بتعويض المدعية بمبلغ اجمالي وقدره (٥,٩٢٤,٩٢٤) درهم مع الفائدة التجارية بواقع ١٢٪ اعتبارا من رفع الدعوى حتى تمام السداد التام والزام الرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٨/١٠/١٤ الساعة ٩:٣٠ ص بالقاعة Ch1.B.8 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضوري .

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٤٤١ بتاريخ ٢٠١٨/١٠/١
إعادة إعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٤٧٨ تجاري كلي

الى المدعي عليه / ١- علي ادم للتجارة العامة ش.ذ.م.م. مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ ام اتش كي للتجارة وتموين السفن ش.ذ.م.م. ويمثله: حسن علي مطر الريامي قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليها بمبلغ وقدره (٨٨٧٧٥) درهم والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة القانونية بواقع ١٢٪ من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد التام. وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٨/١٠/٧ الساعة ٩:٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.15 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضوري .

رئيس القسم

تحت رعاية صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة وبالشراكة مع الهيئة العامة للسياحة والتراث الوطني في المملكة العربية السعودية .. يستضيف متحف اللوفر أبوظبي خلال الفترة من ٨ نوفمبر إلى ١٦ فبراير المقبلين معرض « طرق التجارة في الجزيرة العربية : روائع آثار المملكة العربية السعودية عبر العصور ».

ويطلع المعرض العالمي الثاني في موسم فعاليات متحف اللوفر أبوظبي الثقافية الزائر على تاريخ الجزيرة العربية من خلال قطع من تراث المملكة العربية السعودية وثقافتها إضافة إلى مجموعة مختارة من القطع النادرة من دولة الإمارات العربية المتحدة. وتم تقديم المعرض للمرة الأولى في متحف اللوفر في باريس في العام ٢٠١٠ ليحول بعد ذلك ١٤ مدينة من مختلف أنحاء العالم لتعريف العالم بأسره على تاريخ هذه المنطقة.

متحف اللوفر أبوظبي يستضيف معرض « طرق التجارة في الجزيرة العربية » 8 نوفمبر

القطع الفترة التي تمتد من العصر الحجري القديم ، مليون سنة قبل الوقت الحاضر ، وصولاً إلى عصر النهضة السعودي وتمر هذه الفترة الطويلة بالصور الحجرية ثم بفترة العبيد ، الألف الخامس قبل الميلاد ، ثم فترة دلمون ثم فترة الممالك العربية المبكرة ثم الممالك العربية الوسيطة والمتأخرة ثم فترة العهد النبوي وفترة الدولتين الأموية والعباسية والعصرين الإسلامي الوسيط والمتأخر حتى فترة توحيد المملكة العربية السعودية وما تلاها من تطور وازدهار يتضح في مجالات الحياة كافة وبخاصة في خدمة الحرمين الشريفين، وأقيمت أولى محطات المعرض في متحف اللوفر في العاصمة الفرنسية باريس ثم أقيم تباعاً في مؤسسة لاكايشا ببرشلونة ومتحف الإرميتاج بروسيا ومتحف البرجامون ببرلين ثم انتقل إلى الولايات المتحدة الأمريكية حيث أقيم في متحف



ساكسر بواشنطن ومتحف كارنيج ببيتسبرغ خلال إقامة المعرض في أشهر المتاحف العالمية بالمدن والواصم الأوروبية والأمريكية والآسيوية. وشكل المعرض فرصة مهمة وحسبوية لاطلاع العالم على حضارات المملكة والجزيرة العربية وما تزخره من إرث حضاري كبير ومقومات حضارية وتاريخية ممتدة عبر العصور. وخلال السنوات الثمان الماضية وتحديداً منذ الثالث عشر من يوليو عام 2010 قامت الهيئة العامة للسياحة والتراث الوطني بتنظيم المعرض في 14 محطة دولية توقف خلالها في أشهر متاحف العالم وقدم عروضاً مميزة لعدد كبير من القطع الأثرية المتنوعة ذات القيمة الاستثنائية لأول مرة خارج أراضي المملكة العربية السعودية.

من المنطقة الشرقية معار من المتحف الوطني في الرياض ولوحات محفورة من القرن التاسع معارة من مكتبة الملك فهد الوطنية ولوحا حجريا شكل على هيئة إنسان من الألفية الرابعة قبل الميلاد معار من المتحف الوطني بالرياض وبابا للكعبة يعود إلى العام 1355 معار من المتحف الوطني في الرياض ومفتاحا للكعبة معار من قسم الفنون الإسلامية في متحف اللوفر.

وسلط المعرض الضوء على الحضور العالمي للمملكة ومكانتها الإسلامية باحتضانها الحرمين الشريفين وكذلك دورها الاقتصادي وتأثيرها في العلاقات الإنسانية انطلاقاً من موقعها الجغرافي المميز الذي شكل جسراً في المجالات الثقافية والاقتصادية بين الشرق والغرب.

ويترافق هذا المعرض مع فعاليات تمتد على مدى ثلاثة أيام وتشمل عرضاً بعنوان «على طرق الجزيرة العربية، يضم الموسيقى والأداء والشعر ويقدمه 80 فناناً من شبه الجزيرة العربية وأفريقيا والبحر الأبيض المتوسط والمحيط الهندي والهند وإندونيسيا والصين مع رسم معاصر لفن الخط لفنانا التونسي كوم .. كما سيضم البرنامج الثقافي المتزامن مع المعرض عروض أفلام مختارة من الفئانة هند مزينة فضلا عن جلسات حوارية ومجموعة متنوعة من ورش العمل التعليمية والجلسات الإرشادية. ويعد معرض « طرق التجارة في الجزيرة العربية، روائع آثار المملكة العربية السعودية عبر العصور، واحدا من أهم المعارض السعودية العالمية التي قدمت التراث الحضاري للمملكة والجزيرة العربية لأكثر من



هذا المعرض وبالتحديد المجموعة المختارة من الآثار من دولة الإمارات العربية المتحدة .. ويتولى تسويق هذا المعرض جمال عمر والدكتورة ثريا نجيم والمنسقة العامة لقسام الآثار في اللوفر أبوظبي نويمة دوسي كما تساعد مستشارتان علميتان من متحف اللوفر بتنسيق المعرض وهما ماريان كوتي من قسم آثار الشرق الأدنى وكارين جوفان من قسم الفنون الإسلامية.

ويقدم المعرض للمرة الأولى على الإطلاق قطعاً أثرية من الإمارات العربية المتحدة بما في ذلك لؤلؤة وجدت في أم القيوين يرجع تاريخها إلى عام 5300-5500 قبل الميلاد معارة من متحف أم القيوين وحجراً مزينا برسم لجمال من أواخر الألفية الثالثة قبل الميلاد معار من متحف العين وقطعة فريدة من نوعها يعود تاريخها إلى الألفية الأولى قبل الميلاد من ساروق الحديد معارة من بلدية دبي وقطعا من جلفار معارة من متحف رأس الخيمة الوطني. وستعرض هذه القطع إلى جانب أهم القطع الأثرية من المملكة العربية السعودية الحديث ورأس تمثال برونزي من القرن الثالث قبل الميلاد معارة من قسم الآثار في جامعة الملك سعود وقناعا جانايزيا من القرن الأول قبل الميلاد

ويعد المعرض واحدا من أهم المعارض السعودية العالمية التي قدمت الإرث الحضاري والتاريخي للمملكة والجزيرة العربية لأكثر من خمسة ملايين زائر من مختلف دول العالم. وقال معالي محمد خليفة المبارك رئيس دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي إن دولة الإمارات العربية المتحدة تشترك مع المملكة السعودية بتاريخ طويل من الأخوة والصداقة والتفاهم .. مشيراً إلى أن المعرض سيسلط الضوء على التراث الثقافي الفني والمشارك بين البلدين منذ فترات مبكرة من التاريخ وصولاً إلى الوقت الحاضر.

ويكتشف الزائر من خلال معرض طرق التجارة في الجزيرة العربية، روائع آثار المملكة العربية السعودية عبر العصور ، خمسة فصول من تاريخ شبه الجزيرة العربية تمتد من أولى المجتمعات في العصر الحجري القديم مروراً بعملية الاستكشاف البحرية وطرق تجارة القوافل التي ربطت المنطقة مع آسيا وبلاد ما بين النهرين والبحر الأبيض المتوسط وصولاً إلى طرق الحج التي برزت في القرن السابع ميلادي والتطورات الاجتماعية والاقتصادية بين القرنين الرابع عشر والسادس عشر والتي مهدت الطريق لوصول المنطقة إلى الطابع الحديث الذي تتخذه في يومنا هذا.

وفي هذا السياق قال ماثيو راباتييه مدير اللوفر أبوظبي : « لطلالاً شكلت شبه الجزيرة العربية نقطة للتبادل الثقافي والتجاري والحضاري وجذور اللوفر أبوظبي مترسخة في تاريخ هذه المنطقة الأصلية ويشكل هذا المعرض فرصة هامة بالنسبة إلينا لدراسة هذا التراث الفني من جديد والاحتفاء به من خلال مجموعة رائعة من القطع الأثرية التي تروي إلى جانب قطع مجموعتنا المتنامية حكاية عربية من منظور جديد..

من جانبه أكد جمال عمر نائب الرئيس لقطاع الآثار والمتاحف بالهيئة العامة للسياحة والتراث الوطني بالمملكة العربية السعودية أهمية المعرض لما يجمعه بين البلدين الشقيقين من علاقة خاصة ومميزة وما يشتركان به من تراث حضاري وراث تاريخي ولأنه المحطة الأولى في الجزيرة العربية خارج المملكة خاصة أنه يبرز حضارات الجزيرة

تحت عنوان « التعامل مع التحديات »

« مكتبة الذيد العامة » تنظم فعالية « المكتبة البشرية »



أفضل الكتب التي تتحدث عن الموضوع الذي يحتاجه كل فرد منهم، للتعرف عليه بشكل أعمق وأكبر واستخراج المزيد من التجارب التي تسهم في إكسابهم المزيد من الخبرة، ومناقشتها مع أصحاب الخبرة والتجربة من المشاركين. وقالت سارا المرزوقي، مدير إدارة المكتبات في الشارقة: « تعد فعالية « المكتبة البشرية، فرصة حقيقية للقاء الخبراء البشرية ووضعها في إطار إنساني مجتمعي قادر على تحويلها إلى حالة إيجابية مؤثرة، تفيد جميع فئات المجتمع مهما اختلفت أجناسهم وأعراقهم فكل شخص لديه كتاب خاص في داخله، يحمل فيه الكثير من القصص والعبر التي يمكن مشاركتها مع الآخرين، ومن خلال هذه الفعالية سامننا في مساعدة الأفراد على التعرف على المزيد من الخبرات والتجارب بصورة علمية مبسطة بعيدة عن القالب النمطي الرسمي بهدف تحقيق تأثير أكبر وأعمق في الحضور. كما نسعى في الفترة المقبلة إلى إقامة فعالية المكتبة البشرية بصورة دورية في جميع مكتبات الشارقة الست.

المفيدة مع الأفراد الطامحين للتعرف على المزيد من هذه الخبرات والقصص المهمة في مختلف الشؤون الإنسانية والعملية. وشكلت هذه الفعالية فرصة، أمام الأفراد لمشاركة آلامهم وتطلعاتهم، مع أصحاب الخبرات في محاور محددة، لمساعدتهم في إخراج أفكارهم والتعرف على تجاربهم الناجحة

التي أجريت في السنوات الأخيرة سلطت الضوء على تاريخ المنطقة وتنوعها منذ القدم والمميز في



•• المشاركة-الفجر:

نظمت إدارة مكتبات الشارقة - التابعة لهيئة المشاركة للكتاب- في مكتبة الذيد العامة، فعالية « المكتبة البشرية، تضمنت جلسة حوارية تحت عنوان «التعامل مع التحديات»، مؤخرًا، بهدف الجمع بين الشخصيات ذوي الخبرة والتجارب

نادي تراث الإمارات يطلق «أكاديمية الحرف التقليدية»

فيها.. فيما قدم طلاب أكاديمية بوبيد للفروسية التابعة للنادي عروضاً للخيل الخشبية والأغراض التي كانت تستخدم التراثية طوال أيام المعرض.

صناعة القوارب الخشبية التقليدية وتعرفوا على أسماء وأنواع المحامل الخشبية والأغراض التي كانت تستخدم التراثية طوال أيام المعرض.

الجناب وما يقدمه من نشاطات تراثية وتعرفوا على معرض إصدارات ومقتنيات مركز زايد للدراسات والبحوث التابع للنادي ومركز سلطان بن زايد وأنشطة المراكز السنائية وركن القرية التراثية.. كما تقدم عدد من مسؤولي النادي كل على حدة أقسام الجناب وسير العمل به. وقدم ركن القرية التراثية ورشة لصناعة الفخار بجانب عرض نماذج لبيوت تراثية مثل بيت الشعر وبيت البحر إضافة إلى قسم للتراث البحري.. بينما شاركت المراكز السنائية للنادي بركن تنظم فيه كثير من الفعاليات للزوار من بينها الأضال البديوية.



تم إطلاق الأكاديمية على هامش مشاركة النادي في فعاليات الدورة الـ 16 من المعرض الدولي للصيد والفروسية التي اختتمت أمس الأول في مركز أبوظبي الوطني للمعارض. وتهدف الأكاديمية إلى الاهتمام بالأعمال والأشغال اليدوية والحرف التقليدية والحفاظ عليها من الاندثار عن طريق تعليمها للأجيال الجديدة ورعاية مواهبهم وتوجيههم وتنمية الفكر العلمي في أوساطهم وتشجيعهم على البحث والاستكشاف وإثراء ثقافتهم وتنشيط قدراتهم الإبداعية إضافة إلى تكوين قاعدة من المدربين المتخصصين في المهن والحرف التراثية.

أطلق نادي تراث الإمارات أمس «أكاديمية الحرف التقليدية، لتعزيز جهوده في إبراز تراث الإمارات كهوية وطنية والاهتمام بجيل الشباب والناشئين.

وذلك على إطار رسالته لتأصيل التراث والاهتمام بجيل الشباب والناشئين.



وحظي الجناب بحضور جماهيري كبير طوال أيام المعرض وزيارة عدد من المسؤولين الذين اطلعوا على أقسام

وتقدم دورات حرفية للذكور في صناعة النسيج والبشوت والزجاج والسيوف ودباغة الجلود ولبنات دورات في السدو

منوعات

الفن

31



بعد إطلالتها اللافتة في مسلسل (الهيبة- العودة) اختيرت ملكة جمال لبنان السابقة فاليري أبو شقرا من شركة (صباح إخوان) لبطولة مسلسل (ما فيني) إلى جانب الممثل معتمص النهار.

والى جانب التمثيل الذي تتفرغ له وتضعه في أعلى أولوياتها لا تزال فاليري أبو شقرا منفتحة على عروض تقديم البرامج. عن المسلسل الجديد ومسيرتها كان هذا الحوار:

أحب أن أقسو على نفسي عموماً ونقد أدائي بهدف التقدم والتطور

فاليري أبو شقرا: البطولة الحقيقية تكمن في نوعية العمل

• قدمت برنامج Project runway، أية خبرة اكتسبت منه؟
- تعرّفت إلى أناس كثيرين مهمين في مجالاتهم، كذلك اكتسبت خبرة مهمة مع المصمم العالمي إيلي صعب ولجنة التحكيم والضيوف، فضلاً عن الخبرة التي اكتسبتها خلال التصوير الاحترافي وهذه أمور تسهم في نضوج المقدم وتكسبه خبرة في كيفية التصرف لمواجهة أمور معينة إضافة إلى تحدي نفسه وإزالة العواقب. لذا كانت تجربة جميلة وسهلة في أن ذات نكهة مميزة، خصوصاً أنها متعلقة بمجال الموضة.
• هل تفكرين بمشاريع على صعيد التقديم مستقبلاً؟
- تركز أولويتي راهنا على التمثيل إنما أبقى منفتحة على عروض تقديم البرامج لأن التجربة كانت جميلة جداً وهي جزء مني. على كل أفضل التفرد لكل مشروع على حدة وعدم خلط الأمور مع بعضها، لذا سأترك الحكم للوقت.
• هل تفضلين برامج معينة دون سواها؟
- لا أحبذ برامج الألعاب والترفيه، بل أتجه أكثر نحو برامج اكتشاف المواهب الفنية من تمثيل وغناء ورقص. على كل عندما ألتقى عرضاً ما أدرس خطواتي جيداً وأقرر على أساسها.
• في مقابل نجاح الأعمال العربية المشتركة سجلت الأعمال المحلية نجاحاً أيضاً في شهر رمضان، هل تفضلين أياً منهما؟
- منفتحة على جميع الأعمال بغض النظر عن هويتها. صحيح أن المسلسلات المختلفة تحقق نسبة انتشار أكبر إنما في النهاية يفرض العمل الجميل نفسه بغض النظر عن هوية الممثلين أو الإنتاج أو الإخراج...
• برأيك يحقق الممثل اللبناني من خلال هذه الأعمال الانتشار فحسب؟
- طبعاً، فالممثل الموهوب المجتهد يلفت النظر أينما طل، لكن مشاركته في مسلسل عربي مشترك تفسح المجال إزاء انتشار عربي أوسع.
• عدد كبير من ملكات الجمال دخلن مجال تقديم البرامج أو التمثيل، من منهن برأيك كانت الأفضل والأنجح؟
- نادين نسيب نجيم أول اسم يتبادر إلى ذهني لأن قلّة استطعن تحقيق هذا النجاح وبفترة قصيرة كما فعلت هي.
• تو عاد الزمن بفاليري أبو شقرا، هل تشاركين في مسابقة ملكة جمال لبنان؟
- ربما، لأنها لم تؤثر سلباً في حياتي بل أدت دوراً إيجابياً، موضحة أن هذه المسابقة تشكل باباً واسعاً لتحقيق الطموحات. وتابع: (لكنني لم أفكر في ذلك عندما شاركت فيها.
• ترى الفتيات أن المشاركة في هذه المسابقة تفسح المجال لتحقيق الأهداف سريعاً. لكنني أعودهن إلى عدم انتظار هذه الفرصة للسعي إلى طموحاتهن في الحياة).
• تختتم: (أعتبر أن التسرع لتحقيق الانتشار والنجومية لا يدوم سوى فترة قصيرة، بينما الثاني بالقرارات لاختيار ما يُنمّنا فعلاً ينعكس نوعية أفضل فينال تقديراً أكبر من الجمهور وبقوة أهمّ بخياراته).

في التمثيل. يكفيني اختياري لدور البطولة لأشعر بمسؤولية كبرى على كل يجب ألا نسكّر بفكرة البطولة، بل على العكس لا بد من التعمق في الشخصية والاجتهاد لنبرهن أن البطولة الحقيقية تكمن في نوعية العمل.
• هل شكل مسلسل (الهيبة- العودة) دعماً مهنياً مهّد أمام بطولة (ما فيني)؟
- صحيح أنني أدت دوراً صغيراً في (الهيبة- العودة) لكنه أسهم في انتشاري وكسب تعاطف الجمهور، ما مهّد الطريق بطبيعة الحال أزاء دخولي مجال التمثيل.
• كيف تقيمين أداءك التمثيلي فيه؟
- أحب أن أقسو على نفسي عموماً ونقد أدائي بهدف التقدم والتطور. صراحة، وعلى رغم ردود الفعل الإيجابية، فإنني لم أكن راضية عن نفسي في (الهيبة- العودة) إذ بإمكانني تقديم أداء أفضل، إنما كانت مساحة الدور محدودة أساساً، كذلك الشخصية في تحركاتها المؤطرة سابقاً.
• اعتبر بعضهم أن التركيز كان على جمالك الخارجي بدلاً من أدائك، ما رأيك؟
- هذا الرأي متعارف عليه، كلما أطلت ملكة جمال أو فتاة جميلة في أي مسلسل درامي، إذ يعتبر كثيرون أن التركيز اقتصر على الجمال بدلاً من الأداء. أدعو أصحاب هذا الرأي إلى متابعة مسلسلي الجديد للحكم على أدائي فأتسكن من إثبات العكس.
• كيف تصفين الثنائية مع النجم تيم حسن؟
- شرفني أداء دور بمعينته. حاولت الاستفادة من خبراته فساعدني كثيراً للسير في الطريق الصحيح. كانت تجربة ثنائية جميلة جداً، فهو نجم متواضع يساعد الممثل قبائلته وهو مجتهد كثيراً، وفي رأيي يجب أن يتمثل كل ممثل ناجح بمسيرته ليحقق النجاح فالنجومية.
• نجحت ثنائية الكتابة كلوديا مرشليان والمخرجة رشا الشريتي في أعمال عدة سابقاً، فكيف تتوقعين بطولتك الأولى بإدارتهما؟
- تحمست كثيراً عندما علمت أنني سأعمل تحت إشراف المخرجة رشا الشريتي لأنها تحرص على توافر أرق التفاصيل في المشاهد ولديها القدرة على استخراج ما لدى الممثل من قدرات دفينه من خلال إدارة خطواته باحتراف أثناء التصوير. بدورها، أثبتت كلوديا مرشليان نجاحها من عمل إلى آخر. لذا أنا متأملة جداً من تعاوني معها وأتمنى أن تكون النتيجة على مقدار توقعاتنا، خصوصاً أنني محظوظة بالانطلاق مع أناس محترفين يقدرون الفن والتمثيل والعمل.
• كنت تتويين التخصص في الطب لكنك توجهت إلى الإخراج والتمثيل؟
- صحيح في فترة الدراسة رغبت في التخصص في الطب لكنني وجدت أنني أحب التمثيل أكثر. صحيح ألا مجال للمقارنة بين الاثنين وأن الوسط الفني أكثر تقبلاً من الطب، إنما المناهضة واردة في المجالين وعلى الإنسان أن يقدم قناعاته ويتحدى نفسه للتقدم بكل مرحلة. وما دامت الثقة متوافرة والأهداف واضحة فلا بد من أن يصل.

• مبارك توقيع عقود مسلسل (ما فيني)، كيف تجري التحضيرات؟
- لم يُنجز حوار المسلسل نهائياً بعد، لذا نحن راهناً في المرحلة الأولى من التحضيرات، أي اكتشاف الشخصيات وقراءة النص والاطلاع على المواقع، على أن نستهل التصوير في 10 سبتمبر الجاري.
• هل التقيت الممثل معتمص النهار؟
- نلتقي قريباً في جلسة قراءة المشاهد وتحضيرها استعداداً لبداية التصوير.
• ما تفاصيل المسلسل؟
- يقع المسلسل في جزأين ويروي قصة حب وحقد وكراهية وانتقام تدور أحداثها في قرية جبلية نائية.
• يشكل التعاون مع شركة إنتاجية ضخمة مرحلة متقدمة في مسيرتك المهنية؟
- طبعاً، لهذا السبب انضمت إلى مسلسل (الهيبة- العودة) شركة (صباح إخوان) محترفة إنتاجياً، ما يشكل إضافة نوعية إلى مسيرتي المهنية سواء من ناحية الخبرة أو الانتشار كما سينعكس هذا التفاهم الإيجابي بيننا نتيجة جميلة في المسلسل.
• ثمة مسؤولية كبرى تواجهينها خصوصاً أن الشركة تراهن على نجاحك في بطولتك الأولى؟
- طبعاً، خصوصاً ألا خبرة كافية لدي



يبحث عن فكرة جديدة في السينما تضيف إلى مشواره

محمود العسيلي: يستعد لتقديم أغنية جديدة وفكرتها غريبة ومختلفة



عبر النجم محمود العسيلي عن سعادته البالغة بنجاح حفلاته التي قدمها في صيف 2018، مؤكداً أن جميع الحفلات كانت في أماكن مختلفة وتخاطب جمهوراً مختلفاً وأشار العسيلي، إلى أنه يفضل أغاني «السينغل» خلال هذه الفترة، وخاصة أن كل أغنية يتم طرحها بشكل منفرد تأخذ حقلها في المشاهدات والاهتمام والاستماع، بينما «الألبوم» كاملاً، يعد موضة وانتهت، ولا يأخذ الاهتمام المطلوب لكل أغانيه، موضحاً أن السيارات حالياً لا يوجد بها «سي دي» فالجميع يستمع للأغاني عبر الإنترنت والموبايل وخلافه، وهو ما جعله يفضل طرح «السينغل» عن الألبوم الكامل.
وأوضح أن النجم عمرو دياب، هو «أسطورة الغناء» في مصر، ولا يقارن بأحد، وخاصة أنه تاريخ كبير وموسوعة، وكذلك هو المطرب الوحيد الذي يطرح أي أغنية الجميع يستمع لها ويهتم بها دون دعاية وخلافه.
وذكر أن ديو «خاينة» مع المطرب الشعبي محمود الليثي الهدف منه مخاطبة جميع الفئات والأعمار، بطريقة مدروسة، موضحاً أنه يدرس تقديم فكرة «ديو» على طريقة الرب



مع مطرب أو مطربة من شمال إفريقيا، غير أنه لم يستقر على المطرب حتى الآن، وذلك لإرضاء الذوق العام، وخاصة أنه يبحث عن كل ما هو جديد ليقدّمه لجمهوره، لاسيما أن الجمهور يحاسبه على كل خطوة، وهو ما يجعله دائماً يبحث عن المختلف والمميز أيضاً. وبعد تقديمه فيلم «خليج نعمة»، منذ 12 عاماً، لفت العسيلي إلى أنه يبحث عن فكرة جديدة في السينما تضيف إلى مشواره، وسيناريو قوي للتفكير في قرار العودة إلى التمثيل مرة أخرى، وهو ما دفعه للتركيز في الغناء فقط. وعبر عن سعادته بنجاح أغنية «تقدر» مع عدوية وانتشارها في مصر بطريقة كبيرة، مضيفاً أنه اعتبرها من أهم الأغاني التي قدمها في الفترة الماضية، موضحاً أنه لا يفكر بطريقة كبيرة في مشاهدات «اليوتيوب»، فقط، بينما يفكر في نجاح الأغنية وحب الجمهور لنوعية الأغاني، وردود الأفعال من الناس والأصدقاء، فضلاً عن أن الحفلات تثبت النجاح أكثر من مشاهدات «يوتيوب». وعن جديد، أشار إلى أنه يستعد لتقديم أغنية جديدة وفكرتها غريبة ومختلفة، بعنوان وغيرها.

العلاج

آلام أسفل الظهر.. الأسباب والعلاج!

آلام أسفل الظهر عموماً هي خليط من الاضطرابات العضلية الهيكلية، أو اضطرابات الفقرات القطنية الموجودة أسفل الظهر. وعادةً ما تكون الأعراض عرضة وتتطور بدرجة كبيرة في غضون شهرين أو ثلاثة أشهر من بدايتها، وهذه الآلام ليس لها سبب طبي واضح، كما أنها لا تكون بسبب كسر أو انزلاق أحد الأقراس الفقرية، ويمكن تصور ما يسمى بآلام الظهر الحادة على أنها خلل وظيفي. ومن الأفضل عند ظهور مثل هذه الآلام، الاستمرار في

الحركة والابتعاد عن المسكنات، والتي قد تساعد فقط مع الحالات الحادة في بدايتها، وفي كثير من الحالات يساعد العلاج بالحرارة أو العلاج الطبيعي، وفي أسوأ الحالات يقوم الطبيب بحقن مخدر موضعي لعضلة الظهر الصلبة، وفي كلتا الحالتين وبعد حوالي أسبوع تكون الآلام قد اختفت في أغلب الأحيان. وتجدر الإشارة إلى أن الجهاز العضلي الهيكلي هو كيان شديد التعقيد، وفي حالة وجود أي خطأ يتوقف النظام عنده وتتوتر العضلات المحيطة به لحماية موضع الضعف، وهنا يظهر الألم في الظهر.



قلة النشاط البدني تهدد 1.4 مليار شخص بـ5 أمراض عالمياً

كشفت دراسة حديثة أجريت في 168 بلداً أن 1.4 مليار شخص باتوا أكثر عرضة لأمراض القلب والأوعية الدموية والسكري والخرف وبعض أنواع السرطان، وذلك لقلة النشاط البدني عندهم. ووفقاً للدراسة التي أجرتها منظمة الصحة العالمية ونشرتها "ويست فرانس"، فإن واحدة من كل ثلاث نساء وواحد من كل أربعة رجال لا يمارسون النشاط البدني الكافي؛ ما يؤدي إلى زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية والسرطان أو مرض السكري. فعلى الصعيد العالمي، لا يقوم ما يقرب من واحد من كل ثلاث نساء وواحد من كل أربعة رجال ما يكفي من النشاط البدني للبقاء بصحة جيدة. ولاحظ القائمون على الدراسة "تقدم قليل" بين عامي 2001 و2016 في تحسين مستويات النشاط البدني، إلا أنهم أكدوا في الوقت نفسه أنه في 55 دولة أي (33%) من أصل 168 دولة، لم يكن لدى أكثر من ثلث السكان نشاط ما داي كاف. ويقول الباحثون: بخلاف المخاطر الرئيسية الأخرى على الصحة العالمية، فإن مستويات النشاط البدني الضعيف لا تتراجع في جميع أنحاء العالم، فأكثر من ربع البالغين لا يقومون بمستويات النشاط البدني الموصى به ليكونوا في صحة جيدة. وتأخذ الدراسة في الحسبان مستويات النشاط الذاتي (في العمل، في المنزل، أثناء السفر وأوقات الفراغ) للبالغين (18 سنة فما فوق).

ابتكار دواء يقضي على السرطان تماماً

أثبت علماء معهد سكريبس للبحوث العلمية في الولايات المتحدة فعالية لقاح جديد ضد أورام الميلانين عند اختياره على الفئران المخبرية. وتفيد مجلة Proceedings of the National Academy of Sciences، بأن العلماء أضافوا إلى دواء مخصص لعلاج الأورام مستحضر ديبروفوس Diprofos الذي يحفز جهاز المناعة. وتوصل العلماء إلى هذه النتيجة بعد أن اختبروا حوالي 100 ألف مركب كيميائي، يمكنها زيادة فعالية العلاج الكيميائي لسرطان الجلد. واستخدم العلماء أكثر أنواع سرطان الجلد عدوانية، وتم تعديل الأورام جينياً لتتكون بروتين بيرومين باستخدام بياض البيض، الذي يلعب دور المستضد الذي يحفز رد فعل الجهاز المناعي. وقسم الباحثون الفئران إلى ثلاث مجموعات على أساس نوع العلاج: الأولى حققت بالاستئضد PD-L1 الذي يمنع مقاومة الخلايا السرطانية لمناعة الجسم. المجموعة الثانية حققت بالاستئضد PD-L1 ومركب ديبروفوس. والثالثة حققت بمركب "جبر الشبة" بدلا من ديبروفوس. وحصل كل فأر على جرعتين متصلهما سبعة أيام. وخلال 54 يوماً تعافت فئران المجموعة الثانية تماماً من الأورام السرطانية، وفئران المجموعة الثالثة كانت نسبة شفائها 25%، في حين نفقت جميع فئران المجموعة الأولى. وإضافة لهذا، لم يتمكن الباحثون من إصابة فئران المجموعة الثانية بالأورام. ويعد نجاح اختبار هذا اللقاح على الفئران مباشرة قبل اختباره على الإنسان، حيث يجب أن تؤكد الاختبارات اللاحقة فعاليته في علاج مرضى السرطان أو استخدامه كلقاح.



تايلور بلاكويل خلال حضورها حفل جوائز أصوات أطفالنا السنوية الثامنة عشر لجمع التبرعات للأطفال في هوليوود. (ا ف ب)

قرأت لك

اللوز



أكدت الدكتورة الفرنسية ماري بلومي، خبيرة التغذية الفرنسية أهمية الفوائد الصحية للوز على امتصاص حموضة عصارة المعدة، حيث يفضل تناول زيت اللوز بعد تناول الطعام لحماية جدار المعدة.

وأوضحت الخبيرة الفرنسية، أن اللوز غني بالألياف والبروتين كما أنه يساعد على الشبع، ويفضل تناوله بين الوجبات الغذائية، حيث تحتوي 20 حبة لوز على 160 سعرا حراريا، كما أنه غني بأوميجا-9 وفيتامين هـ، ولديه القدرة على إيقاف الجلطات التي تسد الشرايين ومنظم للضغط بفضل المستويات المرتفعة لليبوتاسيوم الذي يعمل على استبعاد الملح كما يعمل على اختراق الكوليسترول السيئ والتخلص منه في البراز. وأضاف بلومي أن اللوز عبارة عن كوكتيل من مضادات الأكسدة، ويحتوي على الزنك والحديد وفيتامين هـ وب-9 وهو، مفيد للعضلات بسبب الماغنسيوم ومفيد للعظام بفضل الكالسيوم، ومفيد للجلد ومن الأفضل خلطه مع الفاكهة الغنية بفيتامين سي، مثل البرتقال والكيوي والمانجو، وهو كذلك غني بفيتامين بي-3 ويسهل عملية الهضم.

سؤال وجواب

- ما الكلمة التي إذا تكررت عرفت وإذا عرفت 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؟
- ولیم شکیبیر

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الموطن الأصلي لطير الكيوي في نيوزيلندا، وأن عطر العنبر موجود في كبد الحوت، وأن موطن الضب أساساً في الصحارى 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 صعق وقتل الأسماك القريبة المجاورة.
- هل تعلم أن المرجان (واليس) هو جنس حيوانات بحرية ثوابت من طائفة المرجانيات يفرز هيكلًا 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، فيبيضه واحدة تعطي عدة بواب مرتبة على أغصان كازهار على شجيرة. ويشكل الهيكل المرجاني مادة أولية لصناعة الحلي.
- هل تعلم أن الأحجار الكريمة هي أحجار صلبة شفافة نادرة الوجود، تستعمل بعد قطعها وصلقها في صناعة المجوهرات. تنتمي الأحجار الكريمة الشفافة والأحجار نصف الكريمة الشفافة ونصف الشفافة وغير المنفذة إلى عدد من الأنواع: مجموعة الماس، مجموعة الكورندين أو الياقوت، مجموعة الاسبينل مجموعة الزبرجد، التوباز، التورمالين، الجياداي أو العقيق، مجموعة الكوارتز

قصة الفقير والجانزة

لم يكن عبود يعرف ما سيحدث له لكنه على كل حال عرف في النهاية .. كان عبود رجلاً طيب القلب يقدم مساعده 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 العزة ووضع لها بعض الحليب وشرب هو الباقي .. استمر الحال هكذا حتى شفيت القطعة واستعادت عافيتها فكانت تخرج تمشي وراءه مثل ظله وسبحان الله كان فاتها دائماً خير عليه فكلما خرجت وراءه 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 معاً إلى السوق الواسع فوجد من يعمل لديه في جو حار خائف لكنه تحمل وعمل بمشقة وجه حتى تعب جداً ودخل عليه الليل حين أنهى عمله وقبض أجره القليل، ذهب به واشترى بعض الطعام وذات ليلة عند الفجر استيقظ على لعق القطعة الصغيرة لوجهه .. أذاحها ليلام لكن لا فائدة استمرت تداعبه ثم نموه وتذهب إلى باب البيت عدة مرات حتى أحس بأن هناك شيئاً ما فقام وخرج وراءها وهناك خلف البيت أخذت القطعة تنكش التراب وتزيحه ثم تتوقف وتذهب إليه وكأنها تدعوه ليأتي وينكش التراب أيضاً فظن أنها تريد أن تقضي حاجة فقام بأزاحة بعض التراب لكنه أحس بأن هناك شيئاً يبرز من تحته وكان عبارة عن جره صغيرة سحبهها بيده فوجدها قد اقلبت بأحكام بقطعة من الفخار أيضاً حملها بيده وهو مندش ويتساءل كيف عرفت القطعة بأمرها، هناك في البيت اضطرت لكسر الجرة فوجدتها ممتلئة عن آخرها بقطعة نقدية ومشغولات ذهبية، ولم يكن لديه غير الدهشة الشديدة والذهول وحينما دار وجهه لينظر إلى قطعتة لم يجدها بل وجد باب بيته مغلق فاسرع وفتح الباب لكنها لم تكن هناك .. منذ ذلك الوقت اختفت القطعة ولم يرها أبداً لكنه دائماً يتذكرها ويقول أين انت يا صاحبة الفضل؟ هو الآن رجل ميسور الحال جداً وقد خصص بعض ماله لمساعدة المحتاجين الذين لم يكن يستطيع مساعدتهم وهو فقير .

مساحة للتلوين

