

انطلاق دورة الفوص لطلبة  
البرامج الصيفية في شرطة دبي



بعد انتهاء أزمة الملكية  
عودة أغنية "للي" للكينج  
محمد منير على يوتيوب



ساعات العمل الطويلة تزيد من خطر

ص 23 الإصابة بأمراض مميتة بنسبة 13%

## خبير بلغة الجسد يكشف مؤشرات كذب الأطفال

قد نرى أطفالنا على أنهم ملائكة صغار مثاليون لكننا نعلم أنهم يمكن أن يكونوا مراوغين عندما يريدون ذلك، ومهما حاول الوالدان تجنب ذلك، فجميع الأطفال يمارسون الكذب من حين لآخر.

وقد يكون من الصعب تحديد ما إذا كان الأطفال يكذبون، لكن دارين ستانتون، خبير لغة الجسد الذي يمتلك عشرين عاماً من الخبرة، يكشف عن بعض المؤشرات الرئيسية التي تدل على أن طفلك يكذب، بحسب صحيفة ذا صن البريطانية:

وضع اليدين على الفم: يقول الخبير دارين "مع وضع هذا في الاعتبار، يميل الأطفال إلى القيام ببعض الإيماءات الرئيسية عندما يكذبون أو يحاولون خداع والديهم أو معلمهم وما إلى ذلك، وسوف يبالغون في الإيماءات في محاولة لبيدوا أكثر منطقية. على سبيل المثال، قد يخبرك أحد الأطفال بنسخة من الأحداث ولكن بعد ذلك على الفور تقريباً يغطي فمه. وهذه بادرة غير واعية لحاوله منع الكلمات من الظهور".

الرد القوي: إذا أعطاك طفلك إجابة على الفور، فقد يعني ذلك أنه يكذب عليك، على سبيل المثال، قد يعني سؤال الطفل عما إذا كان قد غسل أسنانه بالفرشاة ورد سريعاً على سؤالك أنه لم يفعل ذلك حقاً. ويقول الخبير "هذا بشكل عام علامة حمراء للخداع لأن الشخص لم يكن يتوقع السؤال ولم يكن لديه الوقت للتفكير في إجابته".

تجنب التواصل بالعينين: النظر إلى الأسفل هو شيء يفعله كل من البالغين والأطفال عندما يخفون شيئاً ما أو يشعرون بالخزي. كبالغين، عندما تكذب، نحاول الحفاظ على الاتصال البصري لإثبات أننا صادقون لأننا عندما كنا أطفالاً تعلمنا أن الكذابين لا يمكنهم النظر في أعين شخص ما.

وضع اليدين للأسفل: يعد تعلم اكتشاف السلوك المخادع على مائدة العشاء مفيداً بشكل خاص لأن الاتصال جيداً لوجه يجعل سلوكهم واضحاً. وإذا كان الطفل بريئاً، فستكون نبرة صوته واضحة وسيحتفظ بمستويات طبيعية من إيماءات اليد، أما الطفل الذي يكذب سيغير نبرة صوته أو يضع يديه تحت الطاولة.



يعتبر الأرز طبقاً أساسياً في أكثر من 100 دولة، وكان غالباً ما يُنظر إليه على أنه عدو للجسم السليم والصحي، إذ تم تشويبه سمعته باعتباره الطعام الذي يتسبب في زيادة الوزن وانتفاخ البطن.

وهذه الحبة الشهيرة هي بالفعل غذاء عالي

الكربوهيدرات، لكن الكربوهيدرات ليست

بالضرورة ضارة. فهي تعتبر من أهم

مصادر الطاقة للعقل والعضلات، وفق

ما نقله موقع "boldsky" المهمت

بشؤون الصحة.

كما أن محتوى الكربوهيدرات

في ثلث كوب الأرز المطبوخ

هو 15 غراماً إضافة إلى

وجود كمية صغيرة من

البروتين ومن الدهون أيضاً.

مما يشير إلى أنه يمكن أن يكون خياراً غذائياً صحياً.

## لخسارة الوزن لا داعي لتجنب تناول الأرز. وإليك السرا!

• يحتوي الأرز البني على كمية عالية من الألياف بسبب طبقات النخالة الخارجية السليمة.

• تساعد الألياف، بالإضافة إلى المساعدة في الهضم، على الشعور بالشبع لفترة أطول من الوقت، بما يؤدي إلى القدرة على التحكم في الوزن.

• يتطلب الأرز البني مزيداً من المضغ، مما يؤدي إلى تناول كميات أقل.

• يحتوي الأرز البني على كمية عالية من الألياف بسبب طبقات النخالة الخارجية السليمة.

• تساعد الألياف، بالإضافة إلى المساعدة في الهضم، على الشعور بالشبع لفترة أطول من الوقت، بما يؤدي إلى القدرة على التحكم في الوزن.

• يتطلب الأرز البني مزيداً من المضغ، مما يؤدي إلى تناول كميات أقل.

الأرز البني

وتصنف حبوب الأرز البني كواحدة من الحبوب الكاملة، حيث تحتوي على جميع مكونات النخالة اللبنيّة والجنتين الغذوي والسويداء الغنية بالكربوهيدرات. ولكن فيما يتعلق بالأرز الأبيض، فإنه يحتوي فقط على السويداء. لذلك، فإن الأرز البني، بالمقارنة مع الأرز الأبيض، يحتوي على كمية أكبر من الألياف والمواد الغذائية ومضادات الأكسدة.

السعرات الحرارية

يحتوي الأرز بكل أنواعه على ما يقرب من 200 سعر حراري لكل كوب عند طهيها، و44 غراماً من الكربوهيدرات.

في حين يبلغ محتوى البروتين في الأرز خمسة غرامات، بينما في الأرز الأبيض أربعة غرامات.

كما أن كمية الألياف في الأرز الأبيض أقل من غرام واحد، بينما الكمية الموجودة في الأرز البني تتراوح من ثلاث إلى أربع غرامات.

ولا يوجد سوى 0.4 غرام من الدهون في الأرز الأبيض، و1.7 غرام في الأرز البني.

لتفقدان الوزن

• يعتبر الأرز البني، على وجه الخصوص، مفيداً لفقدان الوزن على الرغم من محتواه العالي من الكربوهيدرات.

أيهما أفضل؟  
يتمتع الأرز البني بمظهر غذائي أفضل من الأرز الأبيض، لذلك يجب استخدامه بنسبة 50٪ على الأقل من الوقت بدلاً من الأرز الأبيض، لكن ينبغي ألا تزيد الكمية عن حوالي نصف كوب في الوجبة الرئيسية.

ويعتبر الأرز، وخاصة الأرز البني، مصدراً غنياً بالألياف ومضادات الأكسدة والمنغنيز والسيلينيوم والحديد والمغنيسيوم والنحاس وفيتامين B. وعلى وجه التحديد، يمكن للألياف أن تحسن الهضم ومستويات الكوليسترول.

فيتامين B6

يمكن أن يشعر البعض بالقلق أو الحزن في بعض الأحيان، وقد يصل الأمر إلى اضطراب في الصحة النفسية يتطلب العلاج. وفي هذا الشأن، درس باحثون في جامعة ريدينغ البريطانية كيف يمكن لفيتاميني B6 وB12 أن يؤثرًا على مستويات التوتر والاكتئاب، وفقاً لما نشره موقع Medical News Today.

## صاروخ فضائي صيني يتفكك فوق المحيط الهندي

تفكك أمس الأول السبت فوق المحيط الهندي جزء من الصاروخ الفضائي الصيني الذي أطلق الأحد الماضي، لدى عودته غير المضبوطة إلى الغلاف الجوي، على ما أعلنت وكالة الفضاء الصينية، ما أثار غضب مسؤولين أميركيين انتقدوا عدم إعلان بكين سلفاً عن هذا الهبوط الذي ينطوي على مخاطر كبيرة.

وقدمت وكالة الفضاء الصينية، في بيان نُشر على صفحتها الرسمية على موقع "وي تشات"، إحدائيات الاستخدام، مشيرة إلى أن الصاروخ سقط في بحر سولو على بعد حوالي 57 كيلومتراً عن الساحل الشرقي لجزيرة بالاوان في الفلبين.

وأوضحت الوكالة أن "معظم أجزاء الصاروخ دُمرت أثناء هبوطه، بعدما كان قد استخدم الأحد الماضي لإطلاق الوحدة الثانية من ثلاث تحتاج إليها الصين لاستكمال محطاتها الفضائية تيانغونغ التي يفترض أن يبدأ تشغيلها في نهاية العام الجاري. وكان الجيش الأمريكي أعلن قبل ساعات عودة الصاروخ الصيني إلى الغلاف الجوي. وأوضح في تغريدة على موقع "تويتر" إن الصاروخ "لونغ مارش-5 بي" التابع لجمهورية الصين الشعبية عاد إلى الغلاف الجوي فوق المحيط الهندي في 30 تموز-يوليو عند الساعة 16.45 بتوقيت غرينتش.

من جهتها، أفادت وكالة الفضاء الماليزية أنها رصدت حطام الصاروخ المحترق قبل أن يسقط في بحر سولو شرق جزيرة بورنيو.

وقالت "اشتعلت النيران في حطام الصاروخ عند دخوله المجال الجوي للأرض، كما مزت حركة الحطام المحترق عبر المجال الجوي الماليزي وكان يمكن رصدها في مناطق عدة، خصوصاً خلال اجتيازها المجال الجوي حول ولاية ساراواك". ولم يتم تصميم صاروخ لونغ مارش-5 بي بشكل يتيح التحكم في هبوطه المداري، الأمر الذي أثار انتقادات كما هي الحال مع عمليات الإطلاق السابقة.



## «المرتبة» الصلبة للغاية ليست صديقة للظهر

قال أخصائي العلاج الطبيعي الألماني ألكسندر سركوفسكي إن المرتبة الصلبة للغاية ليست صديقة للظهر، حيث لا يتم توزيع الضغط بشكل متساو، مما يؤدي إلى الإصابة بالشد العضلي وآلام الظهر.

وأضاف سركوفسكي أن المرتبة الطرية للغاية ليست صديقة للظهر هي الأخرى، نظراً لأنها سرعان ما تهبط عند الاستلقاء عليها، مما لا توفر دعماً كافياً للظهر، مما يتسبب في الإصابة بالآلام الظهر.

وللتمتع بنوم هانئ والحفاظ في الوقت نفسه على صحة الظهر، ينبغي اختيار مرتبة ليست طرية جداً وليست صلبة للغاية. لذا ينبغي تجربة المرتبة في المتجر قبل شرائها، وذلك من خلال الاستلقاء عليها لمدة ربع ساعة تقريباً من أجل التحقق من أن الظهر يستلقي عليها بشكل مستقيم ومرح.

كما ينبغي أن تكون المرتبة أطول من قامته المرء بما لا يقل عن 20 سم.

وبشكل عام، ينبغي تغيير المرتبة بعد مرور 8 إلى 10 سنوات بغض النظر عن درجة صلابتها وخامتها.

## رحلة غوص في المياه الجليدية بين قارتين

يشكل صدع سيلفرا الواقع بين الصفيحتين التكتونيتين الأمريكية الشمالية والأوراسية، على مفترق طرق بين قارتين، أحد أشهر مواقع الغوص في العالم، ويقصده السياح الذين يستكشفون كل صيف أعماق مياهه الجليدية.

وتشكل هذه الممرات من الصخور المخمورة في قلب متنزه ثينغفيلير الوطني، في محاذة إحدى أكبر بحيرات آيسلندا، تجاوبف عميقة يتجاوز أعمقها 60 متراً، تقع بين القارتين اللتين تتباعدان كل سنة بمعدل نحو سنتيمترين.

وتختلط الانكسارات الضوئية المائلة إلى اللون البرتقالي بدرجات عدة من الأزرق، وتكتمل لوحة الألوان بالرمال البيج والأعشاب البحرية الخضراء الصفورية.

وترى السانحة الفرنسية الأمريكية كامشي لوند أن الأمر "يبدو أشبه بالشعر".





# منوعات الفكر 22

أول هاكاثون إماراتي بمشاركة مجتمعية نظمتها دائرة الموارد البشرية لحكومة دبي

## فوز 4 مشاريع مبتكرة للفرق المشاركة في هاكاثون دبي للمواهب، لتطوير حلول إبداعية تهدف إلى تحويل إمارة دبي إلى عاصمة حاضنة للمواهب

• عبد الله الفلاسي: الإمارات تتميز بأبنائها الموهوبين والمبدعين في مختلف التخصصات، وأصبحت حاضنة للعقول والمواهب وتؤمن بدور الشباب في التغلب على التحديات وصناعة المستقبل



في: كيفية استكشاف واستقطاب المواهب محلياً ودولياً، وكيفية تطوير المواهب المحلية لمصلحة إمارة دبي، وكيفية الاستفادة من المواهب في قطاعات ذات أولوية، وأخيراً كيفية المحافظة على المواهب ذات الأولوية، إذ قامت لجنة التحكيم بتقييم المبادرات، والحلول التي تم التوصل إليها، حيث يسعى هاكاثون دبي للمواهب لتحقيق عدد من المخرجات والتوصيات منها: تطوير أفكار تسهم في تحديد ملامح اقتصاد المواهب الخاص بإمارة دبي، وتكوين قاعدة بيانات للموهوبين في القطاعات ذات الأولوية لدي دبي لأغراض الاستشارة والتفعيل عند الحاجة، وكذلك تضمين رأي سكان إمارة دبي في خطة عمل دائرة الموارد البشرية لحكومة دبي، وتم في ختام هاكاثون دبي للمواهب تكريم الرعاة الذين كان لهم دور بارز في نجاح الهاكاثون، وهم: مؤسسة دبي للمستقبل، مركز دبي التجاري العالمي، كلية هارفارد للأعمال، شركة الابتكار العالمي وريادة الأعمال، و معهد مهندسي الكهرباء والإلكترونيات.

من القطاعين الحكومي والخاص، ومجموعة من المواهب العاملة في القطاعات ذات الأولوية، وعدد من خريجي مدرسة هارفرد للأعمال، وعدد من المقيمين في إمارة دبي والذين يمثلون مختلف الفئات العمرية، من الخبراء والاقتصاديين وأصحاب القرار، وذلك لوضع آلية عمل تدعم توجه مدينة دبي لجذب المواهب من داخل وخارج دولة الإمارات.

### جلسات وورش تدريبية

وتم خلال الهاكاثون الذي تم تنظيمه حضورياً وافتراضياً عقد جلسات وورش تدريبية لبحث الحلول الممكنة لنمو وازدهار القطاع الإبداعي في دبي، وزيادة جاذبيتها للمواهب والمبدعين وكذلك المستثمرين ورواد الأعمال، والاستثمارات المحلية والإقليمية والعالمية في القطاع الإبداعي، وتخلل ذلك جلسات توجيهية من قبل خبراء الهاكاثون لتوفير المعلومات المهنية والبيانات اللازمة، وتوجيه الفرق المشاركة نحو طرق طرح الأفكار وتطوير الحلول الخاصة بهم للتحديات الخاصة بالهاكاثون، وفي اليوم الأخير للهاكاثون تم تدريب فرق العمل على الإعداد والتحصير الجيد للعرض النهائي، ومراجعة كافة البيانات المتعلقة بالعرض.

### حلول إبداعية لأربع تحديات

وركزت فرق العمل المشاركة في "هاكاثون دبي للمواهب" على إيجاد حلول للمحور الرئيسي للهاكاثون الذي يدور حول كيفية تحويل مدينة دبي إلى مدينة مبنية على اقتصاد المواهب، بالإضافة لعمل الفرق على تطوير حلول إبداعية لأربع تحديات فرعية مكثفة أخرى تمثلت

في القطاعين الحكومي والخاص، ومجموعة من المواهب العاملة في القطاعات ذات الأولوية، وعدد من خريجي مدرسة هارفرد للأعمال، وعدد من المقيمين في إمارة دبي والذين يمثلون مختلف الفئات العمرية، من الخبراء والاقتصاديين وأصحاب القرار، وذلك لوضع آلية عمل تدعم توجه مدينة دبي لجذب المواهب من داخل وخارج دولة الإمارات.

وفي كلمة لسعادة عبد الله علي بن زايد الفلاسي، مدير عام دائرة الموارد البشرية لحكومة دبي، وجهها للمشاركين في الهاكاثون أكد أن القيادة الرشيدة لدولة الإمارات وعلى رأسها صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله"، وصاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله" حرصوا على رعاية الموهوبين والتميزين والمبتكرين في جميع المجالات، وتقديم لهم كل ما ينمي قدراتهم ويصلق مواهبهم ويجعلهم يحلقون في فضاءات النجاح والتميز، وتعمل على بناء قاعدة قوية من المواهب الوطنية في مختلف القطاعات.

وقال إن الإمارات تتميز بأبنائها الموهوبين والمبدعين في مختلف التخصصات، حيث أصبحت حاضنة للعقول والمواهب ونموذجاً في هذا المجال، إيماناً منها بدور الشباب في التغلب على التحديات وصناعة المستقبل، إذ تهدف رؤية الإمارات لترسيخ أسس البيئة المثلى لاستقطاب المواهب اللازمة لرفد سوق العمل باحتياجاته المتزايدة

في ختام هاكاثون دبي للمواهب الذي نظمتها دائرة الموارد البشرية لحكومة دبي، قدمت سبع فرق من المواهب التي تدرس وتعمل وتعيش في دبي، 7 مشاريع مبتكرة، تسهم في تطوير عدة قطاعات في دبي، وتستقطب المزيد من المواهب للعمل والعيش في دبي.

وأختارت لجنة التحكيم المؤلفة من 9 مختصين من القطاعات الحكومية والخاصة في دبي أفضل 4 مشاريع سيتم رفعها إلى الجهات المختصة لتبنيها، لتطوير حلول إبداعية تهدف إلى تحويل إمارة دبي إلى عاصمة حاضنة للمواهب.

وكرمت سعادة عائشة ميران مساعد الأمين العام لقطاع الإدارة الاستراتيجية والحكومة في الأمانة العامة للمجلس التنفيذي لإمارة دبي، أصحاب المشاريع الأربعة الفائزة، وهي: مشروع فريق فليم FLAM، ومشروع فريق أم 3 M3L، ومشروع فريق ساجا SAGA، ومشروع فريق تي TEA، والتي ركزت على توفير قاعدة معلومات شاملة عن المواهب المتميزة الحالية والمطلوبة والتي تتمتع بخبرات عالمية وتمتاز من مكانة دبي عاصمة للمواهب، مستفيدة من البنية التحتية المتطورة التي تتمتع بها دبي لجذب المزيد من رؤوس الأموال إلى دبي، باعتبارها مركزاً لأفضل الشركات العالمية. وشركاً في الهاكاثون، نخبة من الكوادر الوطنية العاملة



## انطلاق دورة الغوص لطلبة البرامج الصيفية في شرطة دبي

من الشركاء من الإدارات العامة ومراكز الشرطة، بمشاركة أكثر من 1300 طالب وطالبة يمثلون 21 جنسية، ويتضمن البرنامج تدريبات عسكرية، رياضية، محاضرات نوعية ومعرفية وزيارات للعديد من المواقع التعليمية ذات الصلة، إضافة لدورات تخصصية كدورة الغوص، ودورة لرعاية الخيل، ودورة في الإدارة العامة للتجارب والمباحث الجنائية بعنوان "التحري الواعد"، وأخرى للدرجات الهوائية وضابط المستقبل.

على بيئة الغوص، وكيفية السيطرة على المشاكل "إذا تطلب ذلك"، كما سيتعلمون على معدات الغوص وكيفية تنفس الهواء في الأعماق بشكل سليم، وأساليب استخدام معدات الغوص والتأكد من صلاحيتها.

يذكر أن البرنامج الصيفي الطلابي الذي بدأ في ١٢ يوليو ويختتم في 11 أغسطس يقام بالتعاون مع مؤسسة الإمارات للتعليم المدرسي وهيئة المعرفة والتنمية البشرية بدبي، ومجلس مجلس دبي الرياضي، بالإضافة للعديد

وليافته البدنية، وخلوه من أي أمراض قد تعيق انخراطه في الدورة.

وأضاف: "بعد إجراء الفحوصات يتجمع الطلاب في الإدارة العامة للنقل والإنقاذ للبدء في تعلم أساسيات الغوص، حيث يشمل الأسبوع الأول محاضرات نظرية تتناول التعرف على مبادئ الغوص، وكيفية التكيف تحت الماء مع المعدات، وكيفية التخاطب، والإجراءات المتبعة في الغوص مع الزميل، كما سيتعرف الطلاب قبل النزول إلى المسبح

يتدربون فيها على أساسيات الغوص وطرقه المختلفة، بالإضافة إلى تدريب الطلاب على الغوص باستخدام أسطوانات الهواء في المسبح، وفي أعماق البحار.

وقال العقيد عبدالله حسن مطر الخياط، مدير مركز حماية الدولي، بأن الطالب المتقدم لدورة الغوص يخضع في البداية لاختبار السباحة للتأكد من إجادة أساسيات السباحة، وبعد اجتيازها بنجاح يُحال إلى مركز شرطة دبي الصحي لإجراء الفحص الطبي للتأكد من جاهزيته

انطلقت فعاليات دورة الغوص التخصصية، التي ينظمها مركز حماية الدولي بشرطة دبي بالتعاون مع الإدارة العامة للنقل والإنقاذ، ضمن البرامج الطلابية الصيفية التي تنظمها شرطة دبي سنوياً تحت شعار (صيفنا آمن وسعادته...ابتكار وقيادة)، والتي تعد من الدورات المتميزة والتفاعلية لدى الطلاب المشاركين، وتستمر لشهر واحد،

## المخيم الصيفي في مكتبات دبي العامة ينطلق اليوم مع معرض مصاحب للمكتب المستعملة في مكتبة حتا

إلى 2588 كتاباً للكبار والصغار، وذلك لتلبية حاجة رواد المكتبة من جميع صنوف المعرفة، بما فيها قصص الأطفال والروايات العربية والكتب الدينية، وكتب في القانون والشعر والطب والتعليم والتكنولوجيا والمالية والتاريخ، وشتى أنواع المعارف.

شغف القراءة بين جميع شرائح المجتمع بمختلف أعمارهم لتكون أسلوب حياة لديهم، وصولاً إلى تأسيس مجتمع قارئ. ويتم تنظيم المعرض بالشراكة مع إحدى الجهات الخيرية في الإمارة للاستفادة من ريع المعرض في أعمال الخير.

ويستعرض المعرض باقة متنوعة من الكتب يصل عددها

ينطلق اليوم المخيم الصيفي في مكتبات دبي العامة ومعرض حتا للمكتبات المستعملة المصاحب له والذي تطلقه هيئة الثقافة والفنون في دبي "دبي للثقافة" للمرة الأولى في مكتبة حتا ويستمر حتى نهاية المخيم في 28 أغسطس الجاري 2022.

ويضم برنامج هذا العام، سياخذ المخيم الصيفي على مدار أيامه الصغار والبالغين من 15 عاماً في رحلة استثنائية من الإبداع والترفيه عبر باقة من الأنشطة المبتكرة، بما فيها ورشة "الرسم والإبداع" مع الفنانة الإماراتية عائشة الحمراي، و"السفر عبر الفن" التي ستلحق بهم إلى أعمال عالمية شهيرة؛ مثل لوحة "معبد دندور" و"لوحة موجة كاناغاوا العظيمة" ومنحوتة "مامان" وغيرها من الفنون المعاصرة العظيمة. إلى جانب الجلسات القرائية التفاعلية المتنوعة والمتعة مع الأدبيات بديرة الشامي، ونورة خوري ونادية النجار ووفاء الشامي وعفراء محمود. ويتواصل البرنامج أيضاً مع ورش الكتابة الإبداعية، وورش المهن المتعددة التي سيتعلم الصغار خلالها فنون صناعة السجاد وتزيينها بحياكة قطع من القماش، وصنع طاولة من الخشب وتنسيق الورود وصناعة الشموع والعطارة والصابون وتزيين الكعك وصناعة قوالب التيراو، والكثير من الأنشطة التي ستتيح لهم إطلاق العنان لخيلاتهم وتطوير مهاراتهم، وتدخل البهجة إلى قلوبهم.

كما يرافق فعاليات المخيم للنسخة الأولى من "معرض حتا للكتاب المستعمل" الذي يقدم مجموعة واسعة من الكتب المستعملة بأسعار رمزية تتراوح بين دراهم وخمسة دراهم وعشرة دراهم؛ ليكون الكتاب في متناول الجميع، بما يسهم في نشر الثقافة والمعرفة، وتشجيع الاهتمام بالكتاب وتعزيز

## شرطة أبوظبي تطلق فئة جديدة من لوحات أرقام المركبات الكلاسيكية



أرائهم ومقترحاتهم لافتاً إلى وجود معايير لتصنيف المركبة على أنها كلاسيكية أهمها أن يكون عمرها 30 سنة أو أكثر، واستيفاء إجراءات الفحص الفني. وأكد حرص مديرية ترخيص السائقين والأليات على مواصلة جهوداتها باستمرار نحو تعزيز رضا المتعاملين بالخدمات المقدمة، والتنوع في أشكال لوحات أرقام المركبات بما يلبي مختلف الأذواق وفق أعلى معايير الجودة والتميز.

أطلقت القيادة العامة لشرطة أبوظبي الفئة الجديدة من أرقام اللوحات الكلاسيكية للمركبات في إمارة أبوظبي بتصميم مميز، ضمن المساعي التطويرية للخدمات المقدمة لجمهور المتعاملين، وحرصاً على التنوع في أشكال لوحات أرقام السيارات بما يلبي مختلف الأذواق.

وأعلن اللواء أحمد سيف بن زيتون المهيري مدير قطاع العمليات المركزية أنه سيتم البدء بصرف اللوحات الكلاسيكية الجديدة للراغبين في اقتنائها، اعتباراً من الأول من شهر أغسطس 2022، عن طريق الموقع الإلكتروني لشرطة أبوظبي ومراكز إسعاد المتعاملين التابعة لمديرية ترخيص السائقين والأليات، وأكد اهتمام شرطة أبوظبي وحرصها المستمر على إسعاد المتعاملين وتلبية احتياجاتهم، وتحقيق توقعاتهم. وقال العقيد محمد البريك العامري مدير مديرية ترخيص





# منوعات الفكر

23

توصلت دراسة حديثة إلى أن أولئك الذين يعملون لوقت أطول من ساعات العمل الاعتيادية، يتعرضون لخطر أكبر للإصابة بمرض مميت. وتقول مؤسسة القلب البريطانية (BHF) إن العمل لساعات طويلة يؤدي إلى ضغوط إضافية يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب.



تؤدي إلى خلل في الجهاز العصبي اللاإرادي

## ساعات العمل الطويلة تزيد من خطر الإصابة بأمراض مميتة بنسبة 13%



وتشير أمراض القلب إلى مجموعة من الحالات التي يتم فيها حظر أو تعطيل إمداد القلب بالدم، مما قد يؤدي إلى الوفاة. وتوضح مؤسسة القلب البريطانية أن الأسباب الأكثر شيوعاً لأمراض القلب، تتضمن التدخين والكحول وزيادة الوزن وارتفاع الكوليسترول. وتقول أيضاً إن الإجهاد يمكن أن يلعب دوراً رئيسياً.

وكشفت الدكتورة أنجيليا راي، طبيبة عامة في The London General Practice، أن ساعات العمل ترتبط أيضاً بصحة القلب، قائلة: "أظهرت الدراسات يمكن أن تتأثر بالعمل لساعات طويلة. وأظهرت الدراسات أن العمل لساعات طويلة يزيد من خطر تعرضنا لنظم القلب غير الطبيعي مثل الرجفان الأذيني وبالتالي السكتة الدماغية. والخطر يزيد 1.4 مرة إذا كان 55 ساعة أو أكثر في الأسبوع مقارنة بمن يعملون من 35 إلى 40 ساعة".

وأضافت: "الساعات الطويلة تؤدي إلى خلل في الجهاز العصبي اللاإرادي الذي يتحكم في الأفعال اللاإرادية للكائن".

وبشكل أكثر تحديداً، قالت راي إن خطر الإصابة بأمراض القلب يرتفع بنسبة 13% وخطر الإصابة بالسكتة الدماغية يرتفع بنسبة 33% في حالة العمل لساعات طويلة.

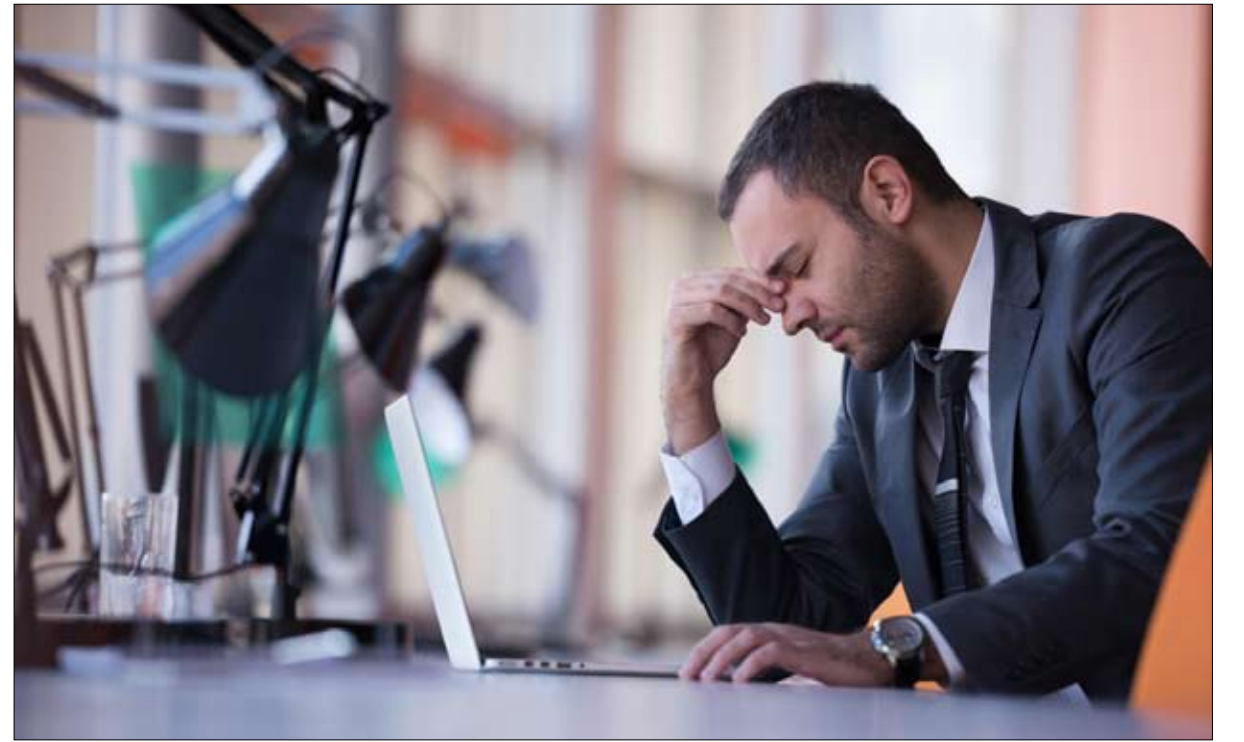
وحللت الدراسة التي أشار إليها الدكتور راي صحة 85494 من الرجال والنساء العاملين، بمتوسط عمر 43 عاماً، ولم يسجلوا إصابة بالرجفان الأذيني، وهو معدل ضربات قلب

- ألم أو ضعف أو خدر في الساقين و/ أو الذراعين  
- ضيق التنفس  
- ضربات قلب سريعة جداً أو بطيئة، أو خفقان القلب  
- الشعور بالدوار أو الدوخة أو الإغماء  
- إعياء  
- تورم الأطراف  
يمكن أن يؤدي ارتفاع ضغط الدم والسكري أيضاً إلى زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب

ونظراً لأن هذا الارتباط يبدو مستقلاً عن عوامل الخطر المعروفة للرجفان الأذيني، هناك حاجة إلى مزيد من البحث لتحديد الآليات الكامنة وراء الارتباط بين ساعات العمل الطويلة والرجفان الأذيني".  
وكان المشاركون في الدراسة من المملكة المتحدة والدنمارك والسويد وفنلندا.  
وتشمل الأعراض الشائعة لأمراض القلب ما يلي،  
- ألم في الصدر

من النتائج الصحية السلبية، مثل السكتة الدماغية وفشل القلب والخرف متعدد الاحتشاءات، وأمراض القلب والأوعية الدموية والجهاز التنفسي وارتفاع ضغط الدم وتضخم البطين الأيسر هي عوامل خطر للرجفان الأذيني".  
وتابعوا: "أظهرت نتائجنا أن الموظفين الذين يعملون لساعات طويلة كانوا أكثر عرضة بنسبة 40% لتطوير عدم انتظام ضربات القلب مقارنة بساعات العمل العادية.

غير منتظم أو سريع.  
كما تم تقييم ساعات عملهم، ثم بعد 10 سنوات وقع فحص حالاتهم الصحية مرة أخرى.  
وخلصت الدراسة إلى أن: "الأفراد الذين عملوا لساعات طويلة كانوا أكثر عرضة للإصابة بالرجفان الأذيني مقارنة بساعات العمل العادية".  
وأوضح الباحثون: "الرجفان الأذيني هو أكثر أنواع عدم انتظام ضربات القلب شيوعاً ويساهم في تطوير العديد



## دراسة: الموسيقى قد تكون مفتاح تحسين الذاكرة

قدم بحث جديد نظرة حول كيفية تغيير الموسيقى لمسارات الدماغ لا سيما عند كبار السن، الذين يستمعون إلى الموسيقى المفضلة لديهم.



بالموسيقى مثل البالغين المصابين باضطرابات معرفية وتنكسية عصبية.

التي تفقد نشاطها والاتصال الوظيفي لدى كبار السن، وخاصة في الأشخاص المصابين بالخرف".  
عادة ما تنشغل الموسيقى المألوفة والمحبوقة المناطق السمعية وتكافئ أكثر، قدمت الموسيقى التي اختارها المشاركون بأنفسهم اتصالاً أقوى، بحسب نتائج الاختبار. تقول لوي: "قد تكون هذه هي الآلية المركزية لما يحدث في الدماغ عندما تستمع إلى الموسيقى وعندما تستمع إلى الموسيقى باستمرار، ومثابرة، واهتماماً خلال فترة التدخل".  
ووفقاً لـ لوي، فإن قدرة الموسيقى على تهدئة الناس، وخاصة كبار السن موقفة جيداً، ولكن كيف وإلى أي مدى يمكن للموسيقى أن تساعد في تحسين الذاكرة والوظيفة الإدراكية والتنفيذية غير معروف كثيراً. تأمل لوي في توسيع نطاق دراستها لتشمل آخرين لتتضمن الفص في الدماغ، توضع لوي أن قشرة الفص الجبهي الإنسي هي "واحدة من المناطق

الذين يسمعون الموسيقى".  
جاءت فكرة إجراء هذا البحث من تجارب لوي في عزف الموسيقى في دور رعاية المسنين، تذكرت أن الأشخاص الذين لا يستطيعون عادة إنهاء فكرة أو جملة يبدأون في الغناء مع أغنية كانت تعزفها. تقول لوي التي يتكون فريقها البحثي من معالجين موسيقيين وأطباء أعصاب وأطباء نفسيين لكبار السن: "يبدو أن الموسيقى تشغل الدماغ بهذه الطريقة التي تختلف عن أي شيء آخر".

توضح مديرة مختبر Northeastern's Music Imaging and Neural Psyche الموسيقية Louis، أن هناك شيئاً يتعلق بالموسيقى وهو الاتصال الوظيفي بين نظام السمع ونظام المكافآت، وهذا هو السبب في أن الموسيقى خاصة جداً وقادرة على الاستفادة من هذه الوظائف المعرفية التي تبدو عامة جداً والتي أصبحت فجأة متشغلة بالأشخاص المصابين بالخرف







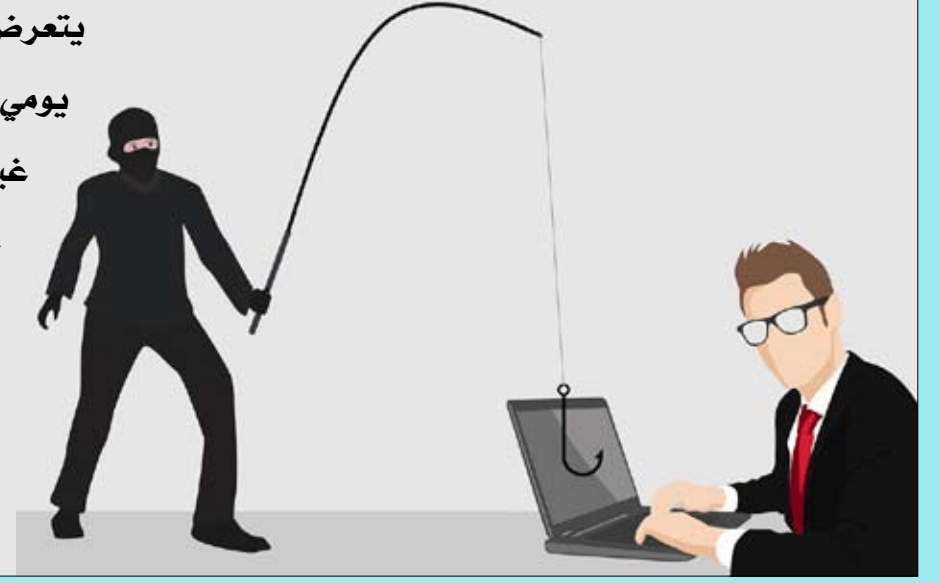


## منوعات

# الفكر

25

يتعرض مئات المواطنين لعمليات الاحتيال والنصب الإلكتروني بشكل يومي حيث يلجأ الأفراد أو المنظمات لاستغلال المستخدمين بشكل غير مشروع عبر منصات الإنترنت. يقوم المحتالون باستخدام خدمات شبكات الإنترنت - سواء كانت غرف المحادثات، أو المدونات، أو المواقع، أو متاجر الإنترنت أو تطبيقات ذكية - لإرسال رسائل خادعة للمستخدمين وجذبهم إلى الفخ المنسوب لسرقة حساباتهم الشخصية أو الائتمانية.



## طرق ووسائل عمليات الاحتيال والنصب الإلكتروني وكيفية تجنبها



إلى صعوبة القبض على هذا النوع من المجرمين. شراء المنتج، يتمكن المحتال من السيطرة على الحساب الائتماني التابع للمستخدم، واستغلاله كما يشاء.

**3- عمليات الاحتيال التنظيف Clean Fraud**  
تتمحور عمليات الاحتيال التنظيف حول استخدام بيانات ومعلومات حقيقية حول صاحب البطاقة أو الحساب المسروق. فعلى عكس عمليات الاحتيال الودية لا يلجأ المحتال هنا إلى استخدام معلومات مزيفة، بل يلجأ إلى تفاصيل دقيقة وحقيقية تساعده في استخدام الحساب البنكي بحرية، وشراء ما يرغب من منتجات.

**4- الاحتيال عبر مواقع التسوق بالعمولة Affiliate Fraud**  
يقوم هذا النوع من الاحتيال على أساس مواقع التسوق بالعمولة الشهيرة، حيث يقوم المحتال بتسجيل حساب على أحد هذه المواقع، ثم عن طريق بعض الإجراءات الاحترافية يستطيع التلاعب بمشاهدات الزوار، وفي بناء الموقع نفسه، وحسابات المستخدمين ورصيدهم.

**5- الاحتيال الثلاثي الأبعاد Triangulation Fraud**  
تقوم عملية الاحتيال الثلاثي عن طريق ثلاثة عناصر: الضحية، والموقع المزيف، والبيانات المالية للبريد البنكي. عن طريق توافر الثلاثة عناصر يستطيع المحتال جذب الضحية عبر العديد من العروض المغرية على متجره الإلكتروني. بمجرد أن يقوم الضحية باتخاذ قرار

إلكترونيًا، وبمجرد أن يتم خصم المبلغ من رصيده البنكي، يقوم بالاتصال اعتراضًا على عملية الخصم، مدعيًا أن بطاقته الائتمانية قد تعرضت للسرقة. تتم هذه الطريقة باحترافية شديدة حيث ينجح المحتال في إقناع المتجر الإلكتروني والبنك بتعرض حسابه للسرقة، ويتمكن من استرداد المال المدفوع بجانب احتفاظه بالبضائع.

**2- سرقة الهوية Identity Theft**  
سرقة الهوية هي من أكثر عمليات الاحتيال شيوعًا على الإنترنت، فيها يستفاد المحتال من البيانات الخاصة للمستخدم في عمليات الشراء الإلكترونية، أو في الزج به في إنهاء صفقات مشبوهة.

تحدث حالات سرقة الهوية الإلكترونية بسبب ضعف جدار الحماية في المتاجر ومواقع التجارة الإلكترونية، لذلك فإن الخبراء كثيرًا ما ينصحون بضرورة تحديث سبل الحماية بصفة دورية وباستمرار.

تعد عمليات سرقة الهوية من أكثر عمليات الاحتيال إلحاقًا بالضرر بكلا من المستخدم وصاحب المتجر الإلكتروني، فهذا النوع من العمليات صعب الاسترداد للمتجات والأموال فيه، بالإضافة

استخدام skimmer  
- حيل الخدمات الحكومية: انتحال صفة جهات تقوم بتقديم خدمات حكومية.  
- حيل مكالمات خدمة العملاء: انتحال صفة شركات اتصالات أو بنك.  
- الوظائف الوهمية: من خلال دفع رسوم تقديم الخدمة.  
- دعم المواطن أثناء الكوارث: حيث يتم إيهام الضحية بدعم من إحدى جهات الدولة مثل وزارة التضامن الاجتماعي أو وزارة القوى العاملة أو برنامج العمالة غير المنتظمة.  
- موقع مزيف: من خلال إعلان على الفيسبوك واستخدام الذكاء الاصطناعي للفيسبوك.  
- الاحتيال الرومنسي: النساء وكبار السن الأكثر عرضة للاحتيال الرومنسي عبر الانترنت.

أشهر 6 طرق للاحتيال المالي الإلكتروني:  
**1- عمليات الاحتيال الودية Friendly Fraud**

هي عملية يظهر فيها المحتال وكأنه الضحية وليس الجاني، حيث يقوم بشراء بعض المنتجات

ويعد الاحتيال المالي أحد صور الاحتيال الإلكتروني الخاصة، وفيه يتم استدراج الضحايا عن طريق إنشاء مواقع مزيفة، أو عن طريق تتبع معاملاتهم المالية. يتمكن المحتالون في هذا النوع من العمليات من سرقة أموال المستخدمين، واستغلال رصيدهم البنكي في صفقات مشبوهة، أو إجراء معاملات شرائية بغير رضاهم.

وقال المهندس وليد حجاج خبير أمن المعلومات إن عمليات الاحتيال المالي شائعة جدًا عند استخدام البطاقات الائتمانية ونصح المواطنين باستخدام بوابات الدفع الإلكتروني كوسيط مالي آمن عند إجراء المعاملات المالية الإلكترونية. وأضاف "حجاج" أن أنواع النصب والاحتيال الإلكتروني متعددة، فمنها:

- المكسب السريع: من خلال أفكار نصب متعددة.  
- مواقع تسوق حقيقية: وتكون مواقع آمنة ولكن بعد الدفع تكتشف الخدمة.  
- ماكينات الصرافة: استبدال الكروت من خلال نصاب أو



## 6 خطوات تتبعها الشركات الصناعية للاستفادة من تقنيات الذكاء الاصطناعي وتعلم الآلات

في ظل التحديات المتنامية التي تواجه القطاع الصناعي اليوم، كالتضخم ومشاكل سلاسل التوريد والتوترات السياسية، بدأ الكثير من الشركات الصناعية في اللجوء إلى حلول تعلم الآلات للمساعدة في التغلب على تلك التحديات وتعزيز عملياتها وتحقيق النمو. حيث قال خالد الشامي، نائب الرئيس لاستشارات الحلول بمنطقة الشرق الأوسط وإفريقيا لدى "إنفور" لقد بات المصنعون قادرين على كسب مزايا مهمة بفضل تقنيات تعلم الآلات، التي تتيح لهم قدرات تنبؤية خاصة بمراقبة الجودة وصيانة المنتجات، لضمان الجودة العالية لمنتجاتهم، ومراقبة صيانة الأنظمة لتجنب أية أعطال قد تصيب عمليات الإنتاج، هذا علاوة على القدرة على التحكم في المعرفة الداخلية.

المهارات التخصصية التي يملكها أصحاب الخبرة في هذه المجالات. باختصار، يمكن أن تقود حلول الذكاء الاصطناعي وتعلم الآلات أصولًا قيمة لتوسيع معرفة المصنعين بعملياتهم ومنتجاتهم وإنتاجهم. ويعزز دمج الذكاء الاصطناعي وتعلم الآلات في عمليات الشركات إجراءات اتخاذ القرارات الاستراتيجية، كما أن بإمكانها إضفاء قيمة أساسية على الأعمال، ما يكسب كليهما أهمية أكبر من أي وقت مضى في مناخ اليوم المليء بالتحديات.

تحسين رضا الموظفين واستبقائهم، كما يمكنها تحديد الموظفين الذين يفكرون في ترك العمل قبل أن يقدموا استقالتهم، وهذه مسألة مهمة في ظل الشحّ الحاصل في سوق الكفاءات المهنية اليوم. ومن المهم أن نتذكر أن تطبيقات تعلم الآلات الناجحة تتطلب بعض المهارات التخصصية، لذلك ينبغي ألا تحاول القيام بذلك بمفردك عند رغبتك في تحديد سبل استخدام حلول تعلم الآلات أو الذكاء الاصطناعي ودمجها في مؤسستك؛ فهذا الأمر يتطلب التركيز ومجموعة من

الالات التعامل معه.

**2-معلومات الأصول**  
تعدّ معلومات الأصول شائعة الاستخدام في الصيانة التنبؤية والوقائية، فمن المفيد أن تكون المؤسسة قادرة على التنبؤ بوقت تعطيل إحدى المعدات أو تعطلها غير المتوقع عن العمل، وهو أحد الأسباب الرئيسية لضياع الفرص وخسارة القيمة أثناء الإنتاج.

**3-معلومات التنبؤ**  
أداة جديدة ضرورية للشركات تساعد في حلّ مشكلات سلاسل التوريد، عبر معرفة الشركة لما يجب أن يطلبه من مواد، والوقت المناسب لذلك، كما يمكنها من التنبؤ عندما يكون هناك شحّ في بعض المواد.

**4-معلومات المبيعات**  
تساعد في تحسين الكفاءة والفاعلية في إدارة علاقات العملاء، وتجنب على التساؤلات حول "أفضل العملاء المستهدفين المحتملين"، كما تساعد في التنبؤ بأهداف المبيعات للعام القادم.

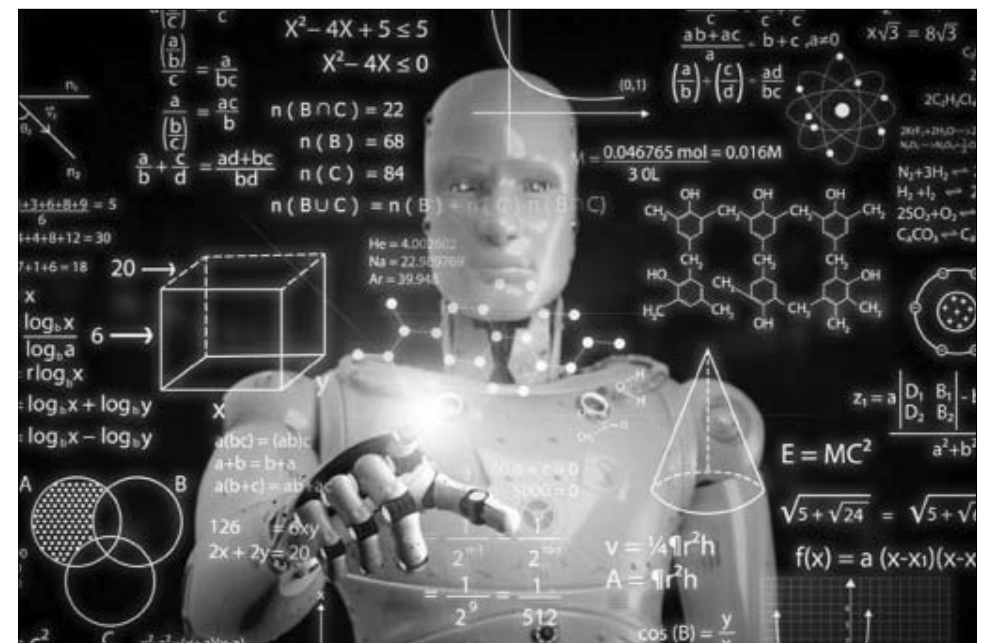
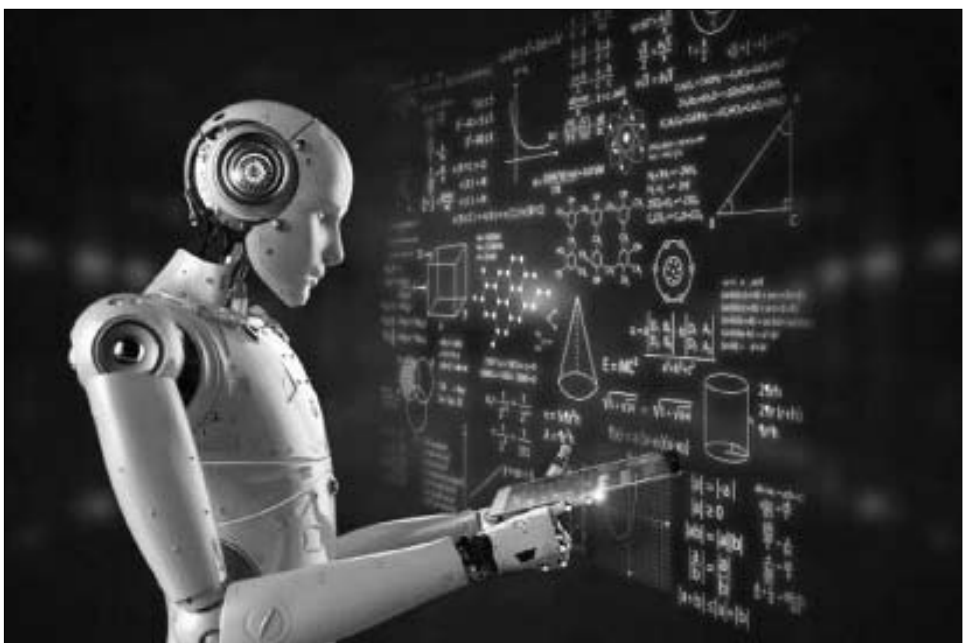
**5-معلومات التسعير**  
تدعم التسعير المرتكز على السوق وتكشف عن شذوذ الأسعار أو الفرص في السوق، حيث يمكن رفع الأسعار لزيادة الهوامش الربحية، وكذلك المواطن التي قد تنقلص فيها الهوامش وكيفية التعامل معها.

**6-معلومات رأس المال البشري**  
ترفع كفاءة العمل عبر تقديم رؤى متعمقة حول سبل

للمصنعين الاستفادة منها عبر دمج تقنيات الذكاء الاصطناعي وتعلم الآلات:

**1- معلومات العمليات**  
تحسن معلومات العمليات الكفاءة وترفع القدرة على اتخاذ القرارات السليمة لكل من عمليات الأعمال وعمليات التصنيع. يمكن أن يكون هذا ببساطة الحاجة إلى "طريقة لاكتشاف الانحرافات في نظام المحاسبة لمنع الاحتيال". وهذا ممّا يسهل على تقنيات الذكاء الاصطناعي وتعلم

وأضاف "لعل أحد أبرز الأمثلة على قيمة تقنيات الذكاء الاصطناعي وتعلم الآلات، يتمثل في جائحة كورونا، التي جعلت المصنعين يواجهون تحديات هائلة حثمت عليهم المسارعة إلى اكتشاف أفضل سبل التكيف لمواجهة. فالقدرة على التنبؤ بالطلب من خلال الاستفادة من تعلم الآلات أتاحت للمصنعين الذين يمتلكون هذه الأدوات إمكانية أن يحددوا، بسرعة وبدقة أكبر، ما يحتاج إلى تعديل. وفيما يلي ستة محركات أساسية معززة للقيمة، يمكن







# منوعات الفجر

26

## «مؤسسة كلمات» أول منظمة إماراتية ذات نفع عام تحصل على استثناء حقوق النشر وفق «معاهدة مراكش»

• بدور القاسمي: فتحنا للأطفال المكفوفين وضعاف البصر مصادر معرفة كبيرة ومتجددة

• عبد الله آل صالح: منح الاستثناء لـ«مؤسسة كلمات» يأتي ترجمة لجهود الدولة في دعم الأنشطة الفكرية الموجهة لأصحاب الهمم



• الشارقة-الفجر:  
أعلنت مؤسسة كلمات، التي تتخذ من إمارة الشارقة مقراً لها، حصولها على ترخيص من وزارة الاقتصاد بدولة الإمارات للاستفادة من معاهدة مراكش التي تديرها المنظمة العالمية للملكية الفكرية (WIPO)، حيث يمنح هذا الترخيص الحق للمؤسسة بإعداد نسخ من الكتب والمصنفات في نسق ميسر دون إذن المؤلف، لتوفيرها للمستفيدين داخل الدولة أو خارجها، وذلك ضمن جهود المؤسسة في مجال توفير الكتب لليافعين والأطفال المكفوفين وضعاف البصر، وتكون مؤسسة «كلمات» بذلك أول منظمة غير ربحية في دولة الإمارات تحصل على مثل هذا الترخيص.



«إن دولة الإمارات حرصت على تطوير المنظومة التشريعية للملكية الفكرية وفق أفضل الممارسات العالمية، حيث أتاح القانون المحدث رقم 38 لسنة 2021 بشأن حماية المؤلف ولائحته التنفيذية، تمكين أصحاب الهمم من ذوي الإعاقة البصرية من النفاذ إلى المعلومات والوصول إلى مصادر الإبداع وتعزيز مشاركتهم في الحياة الثقافية والإبداعية والاستفادة من مخرجات التقدم العلمي، وتوفير كافة الفرص والمكثبات لهم في قطاع النشر والتأليف، وبما يتوافق مع انضمام الدولة لمعاهدة مراكش». مشيراً سعادته إلى أن الاستثناء الذي منحه الوزارة لمؤسسة «كلمات» للاستفادة من معاهدة مراكش في إعداد نسخ من الكتب والمصنفات في نسق ميسر لفائدة الأشخاص المكفوفين في قراءة المطبوعات، يأتي ترجمة لجهود الدولة في دعم الأنشطة الفكرية الموجهة لأصحاب الهمم، ويرسخ مكانة الإمارات كوجهة عالمية للابتكار والإبداع، ويكفل الترخيص الذي حصلت عليه مؤسسة كلمات حق تحميل كتب بصيغة EPUB3 من وإلى منصة

وأكدت الشارقة بدور القاسمي، مؤسسة ورئيسة مؤسسة كلمات، رئيسة الاتحاد الدولي للناشرين، أن «مؤسسة كلمات» فتحت أمام الأطفال المكفوفين وضعاف البصر نافذة واسعة للحصول على مصادر معرفة متجددة وكبيرة تناسب احتياجاتهم، من خلال الحصول على تصريح من وزارة الاقتصاد للاستفادة من الاستثناءات التي حددتها «اتفاقية مراكش» للوصول إلى الكتب والمصنفات الخاصة بهذه الفئة. وتمت الشارقة بدور القاسمي ثقة وزارة الاقتصاد بمؤسسة كلمات، واعتبرت أن ذلك يأتي في إطار دعم القيادة للمؤسسات الثقافية، ويجسد مدى الإيمان بأهمية المعرفة والثقافة وتيسير وصول جميع الفئات إليها مهما كانت ظروفهم، لافتة إلى أن المزايا التي حصلت عليها «مؤسسة كلمات» وفق اتفاقية «مراكش» ستعزز برامج المؤسسة ومبادراتها الموجهة للأطفال والتي تهدف إلى أن تكون القراءة حقاً إنسانياً طبيعياً لا يحول دونه أي ظرف.

وقال سعادة عبدالله أحمد آل صالح، وكيل وزارة الاقتصاد:

### حمل رسالة الاشتياق والمحبة بعد غياب طويل

## الجسمي والجمهور الأردني يضيئون ليل عمان بحفل أسطوري



وجلالة الملك عبدالله الثاني بن الحسين ملك الأردن، ليشارك في نهاية الحفل جميع الحضور، والشركة المنظمة Entertainment165، على تنظيمهم المتميز والمحترف من جميع الجوانب على إخراج هذه السهرة الاستثنائية بالشكل الذي خرجت عليه في فعالية «عمان Live Nights 22»، بمنطقة أرض المعارض طريق المطار. ويستمر حسين الجسمي في جولته الغنائية العربية لعام 2022 من خلال محطة عربية قادمة، سيتم الكشف عنها خلال الأيام القادمة.

«يا بيرقنا العالي» التي حملت تفاعل كبير جداً خاصة وأنها تحمل كلمات معزة وفخر بملك الأردن الملك عبدالله الثاني بن الحسين، رافقها إطلاق الألعاب النارية. كما أعلن خلال الحفل عن تقديم أغنية «حي بالشهامة» عن تقديمه إهداء خاص من الإمارات وشعبها إلى الأردن وشعبها، حملت في رسالتها معاني الاحترام المتبادل والمحبة التاريخية التي تجمع الشعبين، تزينت خلالها الشاشات بصور القائدين صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس دولة الإمارات،

عاهل المملكة الأردنية الهاشمية، قال فيها: «جلالة الملك عبدالله الثاني بن الحسين، الله يطول عمره، كل الاحترام والتقدير على جهوده الثميرة والنيرة من أجل هذا الوطن». وعلى مدار ساعتين من الإبداع التواصل غناء وتفاعلاً بين الجسمي والجمهور الحاضر الذي تخطى عدد الـ 5500 محب، قدم «الجيل» مجموعة من المفاجآت، وتقل بين مجموعة كبيرة من أغنياته الخليجية والعربية ذات الألوان المختلفة، وقدم هدية خاصة للأردن وشعبه أغنية

وعبر الجسمي بعد صعوده على خشبة المسرح المميز الذي تجهز بأفضل وأحدث الأجهزة والشاشات العالمية، بكلمات المحبة والاشتياق عن سعادته ببقاء الجمهور الأردني في هذا الحفل التاريخي بعد الغياب الطويل، وقال: «مساء الخير عليكم أحبائنا، اشتقنا لكم وجيناكم من الإمارات وكلنا فرح بلقاكم في الأردن الغالي.. بوجودكم وحضوركم اليوم اكتملت فرحتنا، والأردن في القلب». ووجه حسين الجسمي في حديثه تحية احترام وتقدير لصاحب الجلالة الملك عبدالله الثاني بن الحسين

•• عمان - الفجر:

سجل تاريخ الحفلات الغنائية ليلة أمس الأول، ليلة غنائية استثنائية ضخمة جمعت «جيل الأغنية العربية» الفنان حسين الجسمي والجمهور الأردني الأسطوري في طريقة تفاعله والتعبير عن فرحه، وطريقة استقباله لضيف الأردن، الذي حمل معه كل معاني الاشتياق والمحبة، بعد غياب طويل تخطى أكثر من 15 عاماً عن الحفلات الجماهيرية في الأردن.





منوعات

الغلاف

27



انتهى الجدل المثار حول سرقة أغنية "للي" للكينج محمد منير، كما عادت الأغنية على "يوتيوب" مرة أخرى بعد حذفها، لتصبح متاحة للجمهور، ونوه النجم أكرم حسني، عن عودة الأغنية، ونشر اللينك الخاص بها عبر "ستوري" حسابه الشخصي على موقع "إنستجرام".



بعد انتهاء أزمة الملكية

## عودة أغنية "للي" للكينج محمد منير على يوتيوب

المنسى يعتذر لأكرم حسني ويبارك لمحمد منير

أغنية حماقي في الأساس مسروقة من لحن تركي، مما أثار جدلاً واسعاً وقام المحن مدين بإعلان حذف الأغنية، ليعود شاكوش بعدها ويعتذر لمدين وتطرح بنت الجيران مجدداً على يوتيوب.

مطربون تعرضوا لحذف أغنياهم واقعة تعرض الفنان أكرم حسني لأزمة كبيرة بعد حذف أغنية "للي" التي كتب كلماتها ولحنها للكينج محمد منير هي ليست الأولى التي يتعرض لها مطرب كبير لحذف أغنيته من اليوتيوب ونرصد هنا أبرز هؤلاء المطربين.

وجاء هذا بعدما اعتذر المطرب الشاب محمود المنسى، للفنان أكرم حسني بسبب سوء التقادم الذي جرى مؤخراً بينهم بسبب أغنية "للي"، واتهامه لأكرم حسني، باقتباس لحن الأغنية التي غناها الفنان محمد منير، من أغنيته "ولد الهلالية" التي نشرها المنسى عام 2017. وشارك المنسى، مقطع فيديو له عبر حسابه على "فيس بوك"، قال فيه: (أزيكم، بالنسبة للجدل اللي أثير الأيام اللي فاتت بخصوص تشابه لحن أغنيته (للي) مع أغنيته ولد الهلالية ومطالبتي بحقوق الأدبية، فأنا حاب أوضح أكثر من نقطة، أنا لا نزلت أغنية (للي) وسمعتها، لاحظت على طول إن لحنها يكاد يكون متطابقاً مع لحن أغنيته، فأنا كفتان غيرت على شغلي وتعبي وعملت فيديو أطالب فيه الناس إن هي تحكم، وعملت خطوات نحفظ فيها حقوقنا وقدمنا شكوى على فيديو الشركة المنتجة وانتقل).

روبي تعرضت النجمة روبي لحذف أغنتين من اليوتيوب، فكانت الأولى بعنوان "أنا لو زعلاند"، والتي طرحتها على طريقة الفيديو كليب ولكن تم حذفها بسبب انتهاج حقوق الطبع والنشر، كما طرحت أغنية بعنوان "في اللاللا" ولكن المنتج وليد منصور تسبب في حذفها بسبب تعاقد مع المطربة ساندي لتقدمها على طريقة الفيديو كليب.

وأضاف: (من بعدها الشركة المنتجة تواصلوا معنا، وقعدت مع الفنان أكرم حسني، وبصراحة الرجال استقبلني في بيته، وأحسن ضيافتي، وكان في منتهى الأدب والذوق والاحترام، بس ما وصلناش لحل، وبعدها أخويا وصديقي الفنان أمير محروس، تواصل معايا وحاول يقرب وجهات النظر، وأنا بنكره جداً من كل قلبي على مجهوده لحد ما رجعت لنفسني، وحطيت الوثقتين جنب بعض، لقيت فيهم تشابه كبير لكن مش تطابق). وأوضح: (وهنا أدركت أنني إسامت تقديري للموقف تمام، وزي ما أنا قوالت قبل كذا وإن الفلكلور ملك للجميع في التصرف فيه، فأنا استخدمت الفلكلور بتصرف وهو استخدامه بتصرف، والنتيجة الأخير إن الأغنيتين مش شبه بعض).

محمد رمضان وسعد لجرود حذف أغنية إنساني ل محمد رمضان وسعد لجرود من يوتيوب بعد عامين على طرحها، قبل أن تشب خلافاً بين محمد رمضان وسعد لجرود حول نسب العائدات من أرباح الأغنية، وتردد الأنباء وقتها أن حذف الأغنية جاء بناءً على طلب إدارة أعمال سعد لجرود.

وتابع: (وبالنسبة للاتهامات اللي بتقول إن أنا سارق من الفولكلور فأنا واخذ بيت واحد بس من الفولكلور، وبنيت عليه أغنية أربع دقائق من إبداع المؤلف والمحن تقدرنا تسمعهم، وعندنا أمثلة كتير من الموضوع ده، وتعملت في أغاني كتير أنتم بتحبوها زي على حسب وداد لعبد الحليم حافظ، زي أغنية خطوة يا صاحب الخطوة من ألحان عزيز الشافعي وأغاني تاني كتير جدا).

محمد عبد العزيز والطفل محمد أسامة حقق النجم كريم محمود عبد العزيز والطفل محمد أسامة نجاحاً كبيراً بأغنية الغزالة رابطة من فيلم "من أجل زيكو"، والتي تعرضت للحذف في شهر إبريل الماضي، بعد أن حققت مشاهدات تجاوزت 220 مليون على يوتيوب، حيث قامت إحدى الشركات بوقف الأغنية بسبب الملكية الفكرية.

وأكد على انزعاجه من عناوين السوشيال ميديا التي قالت إنه يتهم أكرم حسني بالسرقة، قائلاً: (وكمان ضايقتني عناوين السوشيال ميديا اللي بتقول إن أنا بتهم أكرم حسني بالسرقة، وده محض إطلاقاً في أي تصريح مني، ولو الكلام تحور ووصل لك بالشكل ده، فحقت علياً أنت أخ كبير وفنان مبدع، وكلام زي ده ولا يأثر إطلاقاً في حد بتقلك، فكان لازم أطلع تاني وأوضح سوء التقدير واعترف بغلطتي). وتابع: (أخيراً أنا قفلت الموضوع ده تماماً ومش هنكلم فيه تاني، وحابب أبارك لفريق عمل "للي" أيدعوتوا بصراحة، ومبروك للكينج ومجهوره، على طول في حته تانية).

فيكول سايا تعرضت النجمة فيكول سابا لحذف أغنيته "سك القرش" والتي طرحتها على طريقة الفيديو، وذلك بعد ساعات على طرحها في يونيو الماضي، وأوضحت فيكول في تصريحات صحفية أن الحذف كان نتيجة مشكلة تقنية في أغنية تسببت في الحذف ثم طرحتها مرة أخرى بعدها بيومين.

وكان المطرب الشاب محمود المنسى، قد اتهم الفنان أكرم حسني بسرقة لحن أغنية "للي" للنجم محمد منير، من كلمات ألحان أكرم حسني. والتي طرحها الكينج وحققت نجاحاً كبيراً بين عشاقه. وقال المطرب الشاب في فيديو مصور: (إن أول أغنية من إنتاجي كانت بعنوان ولد الهلالية.. بصراحة أنا مضايق جداً من بعد ما نزلت أغنية محمد منير (للي) واتفاجئت إن اللحن بتاعها (كويي بست) من أغنيته.. أنا مش طالع أنهم حد يعينهم ولا محتاج تبريرات زي توارد الأفكار أو توارد الألقاب.. لأن الفنان محمد منير فنان كبير وله تاريخ مشرف وأنا من عشاقه.. وأكرم حسني فنان مبدع.. لكن بعيداً عن أرائنا الشخصية أنا متمسك بحقي الأدبي جدا).

حسن شاكوش وعمر كمال تعرض مطربي المهرجانات حسن شاكوش وعمر كمال لنفس الأمر بعد حذف أشهر أعمالهم الغنائية مهرجان "بنت الجيران"، بعدما تجاوزت مشاهداته 600 مليون، وجاء ذلك بسبب اتهام شاكوش وكمال بسرقة ألحان أغنية "حاجة مستخبية" ل محمد حماقي قبل أن يرد شاكوش أن

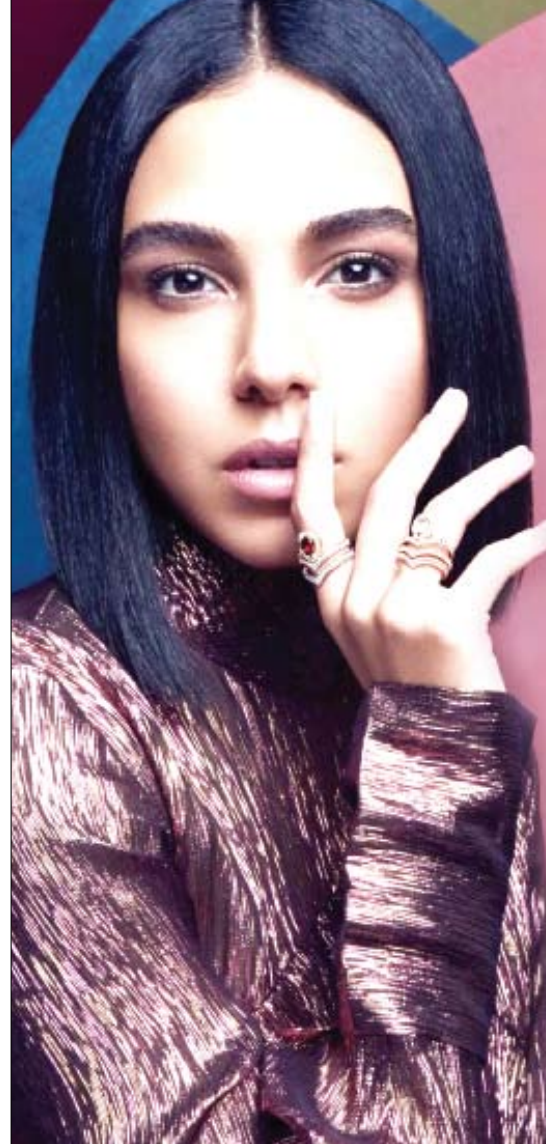
## (أرواح خفية) ... بنجوم وأطفال

تمهيداً لانطلاق التصوير، تواصل الشركة المنتجة للمسلسل المصري الجديد (أرواح خفية) التعاقد مع نجوم العمل، وينتهي المخرج المصري إبرام نشأت التحضيرات النهائية للعمل بمعاينة أماكن التصوير، وإتمام فريق العمل. وقالت مصادر في الشركة المنتجة، إنه (من اللافت في الدراما الجديدة، التعاقد مع عدد كبير من الأطفال (14) طفلاً)، ومن أعمار مختلفة، وهم من أسس السياق الدرامي في العمل، جنباً إلى جنب مع النجوم). من جانبها، أعربت الفنانة المصرية سميرة الخشاب عن سعادتها بالعودة إلى الدراما، بعد غياب عامين، وبأن يعرض العمل خارج السياق الرمضاني، خصوصاً أن المواسم أصبحت متنوعة، وتلقى قبولاً كبيراً من المشاهدين. ويشارك في بطولة مسلسل (أرواح خفية) مندر رياحنة ونضال الشافعي، وهو قصة وسيناريو وحوار سوسن عامر.



## سلمى أبو ضيف؛ منعطف خطر مسلس صعب وأعصابنا كانت مشدودة أثناء التصوير

تشارك الفنانة سلمى أبو ضيف في بطولة مسلسل "منعطف خطر"، والذي تصدر ترند رقم 1 على منصة شاهد VIP، وحقق العديد من ردود الأفعال الإيجابية على مواقع التواصل الاجتماعي. وتقدم سلمى أبو ضيف ضمن أحداث المسلسل شخصية سلمى وهي انفلونسر مشهورة في أوائل العشرينات من عمرها تتعرض للقتل لتبدأ عملية التحقيق في الجريمة، والتي معها تكتشف تفاصيل وأسرار غامضة عن الشخصية وماضيها. وعبرت سلمى عن مدى صعوبة المسلسل حيث صرحت "المسلسل من أول حلقة حتى آخر حلقة والأعصاب دائماً مشدودة ومفيش مشهد سهل وده لأن المخرج الأستاذ السدير مسعود مهتم بأن كل مشهد يخرج بأفضل شكل فتمكنا كثير وتعمقنا كثير في الشخصية". وأضافت سلمى "مسلسل منعطف خطر بيركز على قضايا كثير ومشكلات تعاني منها المرأة، للأسف بدأت تبقى موجودة بشكل كبير في حياتنا، عشان كده متأكدة من إنه هيمثل مفاجأة كبيرة للجمهور". وتشارك سلمى أبو ضيف بطولة المسلسل مع النجوم باسل خياط، ريهام عبد الغفور، باسم سمرة، آدم الشرقاوي، محمد علاء، تامر نبيل، والمسلسل من تأليف محمد المصري وإخراج السدير مسعود.





# الفكر

## الأفوكادو قد تساهم في خفض نسبة الكوليسترول في الدم

تضيف جلاسر: "إن أحد العوائق المهمة لهذه الدراسة هو أنهم لم يجمعوا بيانات عن استخدام الأدوية، بما في ذلك المكملات الغذائية خلال التجربة التي استمرت 6 أشهر". واستخدمت الدراسة في الوقت نفسه بحسب جلاسر بيانات خط الأساس الخاصة بالمشركين، كاستدعاء الطعام على مدار 24 ساعة لجمع بيانات حول النظام الغذائي المعتاد وهو "ليس جيدا مثل استبيان تكرار الطعام لأنه قد لا يمثل حقا النظام الغذائي المعتاد لشخص ما".

أقل من ثمرتي أفوكادو كل شهر. عندما انتهى الإطاز الزمني لثلاثة أشهر وجد أن المشاركين الذين كانوا يستهلكون الأفوكادو بانتظام كان نظامهم الغذائي صحيا بشكل عام وانخفضت نسبة الكوليسترول لديهم بشكل ملحوظ. تقول الأخصائية سارة جلاسر: "بشكل عام هذه دراسة جيدة لأنها عشوائية وتم التحكم فيها من قبل عدد كبير من الأشخاص، مع ملاحظة أن المشاركين في كل مجموعة لديهم أيضا نظام غذائي أساسي مماثل، وسجلوا حوالي 50٪ على مؤشر الأكل الصحي".

يعتبر الأفوكادو أحد أنواع الفاكهة المميزة، يحتوي على نسبة أقل من الكربوهيدرات وأعلى بالدهون، ويشير أخصائيو التغذية إلى أهمية تضمينه في النظم الغذائية. طلب من 500 مشارك في دراسة نُشرت مؤخرا في مجلة جمعية القلب الأمريكية، تناول ثمرة أفوكادو كبيرة كل يوم بينما لم يُطلب من 500 مشارك آخر القيام بذلك، بالإضافة إلى ذلك طلب من 500 شخص لم تكن الفاكهة جزءا منتظما من نظامهم الغذائي أن يأكلوا



## قرأت لك

### البرتقال والقلب



يعتبر البرتقال فاكهة غنية بالبوتاسيوم والكالسيوم، وهي مواد مسؤولة عن تنظيم وتعزيز وظيفة القلب.

يعتبر البوتاسيوم عنصراً هاماً من عناصر الخلية وسوائل الجسم التي تساعد على التحكم في معدل ضربات القلب وضغط الدم، فعندما

تنخفض مستويات البوتاسيوم، تصبح ضربات القلب غير طبيعية، في حالة تسمى بعدم انتظام ضربات القلب. كما وللبرتقال دور في تنظيم ضغط الدم العالي، حيث أن الفلافونويد الموجود في البرتقال يساعد على تنظيم ضغط الدم المرتفع، فالماغنيسيوم المتواجد فيها يساعد في الحفاظ على ضغط الدم. ومحتوى البرتقال العالي من الألياف القابلة للذوبان يجعله مفيداً جداً في خفض مستوى الكوليسترول في الدم. يحتوي قشر البرتقال الأبيض (اللب) على مركبات من الفلافونويدز تساعد على خفض البروتين الدهني منخفض الكثافة " الكوليسترول السيء".

## سؤال وجواب

### • من مؤلف علم العروض؟

- الخليل بن أحمد الفراهيدي

### • من هو مؤلف علم النحو؟

- أبو الأسود الدؤلي

### • من هما الشاعران اللذان أطلق عليهما الطائيان؟

- البحتري وأبو تمام.

### • متى صمم أول كمبيوتر إلكتروني حقيقي في العالم؟

- صمم أول كمبيوتر إلكتروني حقيقي في العالم بجامعة بنسلفانيا عام 1946م.

### • كيف يسمع الثعبان وماذا ليس له أذان ظاهرة؟

- الثعبان ليس له أذان ظاهرة ولكنه يسمع عن طريق موجات الصوت التي يلتقطها لسانه ويترجمها لأذانه الداخلية!



أفيال آسيوية في حديقة حيوانات زيورخ. حيث اجتاح فيروس قاتل الحديقة، مما أسفر عن مقتل ثلاثة

أفيال آسيوية في شهر واحد وترك الخبراء في حيرة من أمرهم بشأن كيفية وقف انتشاره. ا ف ب

## ما وراء عادات الأطفال السيئة؟

أعلنت البروفيسورة تاتيانا باتيشوفا، أنه وفقا للإحصائيات فإن ثلث الأطفال يقربون أظافرهم، وهذه وفقا لعلماء النفس، عادة سيئة جدا، ولكنها تختفي مثل العادات الأخرى، إذا لم تركز عليها.

وتشير باتيشوفا، أخصائية طب أعصاب الأطفال، في حديث تلفزيوني، إلى أن الكثير من الأمهات لا يعتقدن ذلك ويقفن عند ظهور هذه العادة لدى أطفالهن. وبالطبع هناك حالات تثير القلق فعلا.

وتضيف، الطفل يصعب إصبعه باستمرار، وهذا الحالة تتطلب تدخل طبيب أعصابي أعصاب، لتشخيص السبب.

وهناك عادة قضم الأظافر، وهذه علامة خطيرة جدا تشير إلى اضطراب عصبي وظيفي لدى الطفل. ولكن قبل كل شيء في هذه الحالة يجب تحديد ما إذا كان في العائلة بين البالغين من يمارس هذه العادة السيئة أيضا، حينها يصبح واضحا أن الطفل يقلده.

والعادة الأخرى هي لف الشعر على الأصابع، ليس المهم شعره أو شعر غيره. يمكن اعتبار هذه العادة من حالات التشنج اللاإرادي (النفثة)، حيث يكرر الطفل نفس الحركة عدة مرات. وهذه علامة تشير إلى اضطراب حالة الطفل الداخلية.

وتضيف البروفيسورة، وضع الإصبع في الأنف ليس من العادات السيئة، لأنها قد تكون بسبب سيلان الأنف أو أن في الأنف شيئا ما يزعجه وهو بهذه الحركة يريد لفت انتباه الآخرين إلى هذه المشكلة. كما يمكن أن بعض الطفل شفته، ومع أنها حركة مؤلمة، إلا أن الطفل بهذه الطريقة يعبر عن الإجهاد الذي يعاني منه.

وتشير البروفيسورة، إلى أنه بالإضافة إلى الحالة العصبية، قد تكون العادات علامة على أن الطفل يعاني من التهابات فما العمل؟

ووفقا لها، لن ينفع وضع مادة مرة مذاق على أصابع الطفل لكي يتخلى عن مص أصبعه أو قضم أظافره.

وتقول، "لن تختفي المشكلة، إذا لم يحل سببها الأساسي. لأن هذه العلامات العصبية قد تكون عاطفية بحتة، أو نتيجة إصابات عضوية في دماغ الطفل. لذلك قبل كل شيء يجب استشارة طبيب الأعصاب، الذي سيحول الطفل إلى الطبيب المختص، وعادة إلى طبيب نفسي".

وتضيف، قد تكون هناك حاجة إلى دراسة الحالة النفسية للأسرة لتحديد صعوبات التواصل. وربما يتضح أن هناك أشياء ناقصة في تربية الطفل.

وتشير الخبيرة، إلى عدم حظر أي شيء على الطفل. لأن الحظر يسببه أكثر على الاستمرار في هذه العادة، وفي جميع الأحوال كلمة "لا" تزيد من رغبة الطفل في عمل ما حرم منه. لذلك من الأفضل تحويل انتباه الطفل إلى شيء آخر.

## هل تعلم؟

- الفلفل الحار يحتوي على أعلى نسبة ممكنة من فيتامين (سي) مقارنة بجميع الخضراوات والفواكه الأخرى.
- تتسع خزانات وقود طائرة البوينغ 747 لأكثر من 227 ألف لتر.
- عندما يولد الإنسان يكون في جسمه 300 عظمة، إلا أن ذلك العدد يتراجع إلى 206 فقط عند الوصول إلى سن البلوغ.
- هل تعلم: الكوبرا الهندية عبارة عن حية من أخطر الحيات لأنها إذا عضت الإنسان قتلته في الحال ومع ذلك فهي لا تحب الاعتداء على الناس ولا تفكر في قتل الإنسان أو الحيوان إلا إذا فكر في الاعتداء عليها وهي كمعظم الثعابين تعطي التحذير قبل أن تفكر في الهجوم على عدوها
- تعمر السلحفاة 150 سنة
- لون دم جراد الحقل أبيض
- الدلفين هو أذكى الحيوانات
- الإسفنج حيوان بحري وليس نباتا
- أن أعدى أعداء الإنسان هي الحية
- فنفذ البحر يعيش على نهايات أسنانه
- بعض العناكب يمكث 520 يوماً بدون أكل

## قصة صائد السمك

عاش رضوان وهو أحد صيادي الأسماك من قلة الصيد في المنطقة التي اعتاد أن يصطاد فيها فقرر أن يذهب إلى منطقة أخرى بعيدة، عله يجد رزقه.. وهناك ولان الله رحيم بعباده فقد أرسل له الخير الكثير، فاصطاد واصطاد كثيرا حتى تعبت شبكته وذهب إلى السوق وبيع ما معه وكسب كثيرا من المال.. وفي البيت سأته الزوجة والأولاد عن حاله فحمد الله وقال ضاحكا: كان صيدي اليوم كمية وفيرة من المال. خرج طفله محمد يلعب فحكى لصديقه أن أباه احضر مالا كثيرا اصطاده من مكان ما على البحر فذهب الصديق وحكى لوالده فطمع الرجل وقرر أن يراقب رضوان عله يصطاد مالا مثله وفي اليوم الثاني وبعد ان انتهى رضوان من الصيد الوفير ذهب إلى السوق في الوقت الذي حضر فيه الرجل الذي كان يراقبه عن بعد وقال سأرمي شبكتي ربما يخرج السمك مالا، فرمى شبكته لكنها خرجت بالسمك فقط، فالتقى به بعيدا ورمي شبكته كرة أخرى واستمر على هذا الحال ربما يصطاد مالا، لكنه فشل فذهب إلى رضوان وقال له غاضبا صارخا من أين تصطاد هذا المال؟ فقال رضوان ضاحكا اصطاده من البحر فعندما اصطاد سمكا كثيرا وابععه يتحول إلى مال وهكذا اصطاد المال، فاندش الرجل من تلك العبارة وقرر العودة إلى البحر ليأخذ السمك الذي ألقى به على الشاطئ وبيعه فهو كثير جدا لكنه عندما وصل، كان هناك من أخذه وانصرف فوقف ليصطاد مرة أخرى وحاول عدة مرات دون أن تستطیع شبكته أن تمنحه ولو سمكة واحدة، وبات ليلته جائعا فقد افترى على نعمة الله ورفضها فعاقيه الله بالجوع لعدة أيام بعدها، رآه رضوان وقد ركع في المسجد يبكي ويستغفر الله ويستعين من الشيطان الرجيم الذي أكل رأسه وتركه جائعا هو وأولاده .

## مساحة للتلوين

