

منوعات

الفكر

الاثنين 18 فبراير 2019 م - العدد 12558

Monday 18 February 2019 - Issue No 12558

أسنانك تكشف حالة

صحتك العقلية

يقول علماء إن الأسنان تقدم معطيات شاملة عن صاحبها، مثل نظامه الغذائي ونمط حياته، إلى جانب سبب وفاته، مشيرين مؤخراً إلى أنها يمكن أن تتنبأ كذلك بالمخاطر الصحية.

ووجد بحث حديث أن أسنان الإنسان قد تكشف عدداً مع المعلومات بشأن مستقبل حياته، لاسيما المخاطر الصحية التي تحدث به، وفق ما ذكرت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية.

وعلى وجه الخصوص، وجد العلماء أن الأسنان يمكنها التنبؤ باضطرابات الصحة العقلية التي قد تصيب الإنسان، مثل الاكتئاب والقلق وانفصام الشخصية..

وقالت الدكتورة إيرين دن، وهي طبيبة نفسية في مستشفى ماساتشوستس العام الأميركي، إن الأسنان اللبنية (أو الأولية)، التي يفقدها الإنسان حين يكون عمره لا يتجاوز 6 سنوات، تكشف أسراراً كثيرة.

وتابعت "من خلال دراسة هذه الأسنان، وجدنا أن الأشخاص الذين يمتلكون مينا أسنان خفيفة هم أكثر عرضة لمشكلات الاضطرابات ونقص الانتباه".

وأضافت إيرين دن "هذا شيء لم نشهده أو ن فكر به من قبل".

وذكرت أن البحث تم من خلال عملية تصوير عالي الدقة للأسنان اللبنية بعد سقوطها، ثم مقارنتها مع سلوك أصحابها.

وتوصل الباحثون إلى أن الاختلافات في أبعاد وأشكال الأسنان تنبئ بشكل أفضل بمستقبل الصحة العقلية.

وقالوا إن الدراسة في الحاجة إلى مزيد من البحث والتعمق، من أجل توفير نتائج أكثر دقة.

علاج ثوري يعيد الذاكرة الشابة

طور العلماء في مركز الإدمان والصحة العقلية في تورنتو بكندا علاجاً جديداً يعيد ساعة الذاكرة، المرتبطة بالشيخوخة والكاية، إلى الوراثة ويحسنتها.

ويأمل الأطباء في أن يساعد العلاج الجديد المرضى المصابين بالمرحل الأولى والمكرمة من ألزهايمر، بحسب ما ذكرت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية.

ومن المنتظر أن تبدأ التجارب على البشر في غضون عامين، وفقاً لما أعلنه الباحثون، الخميس الماضي، خلال اجتماع للجمعية الأميركية للعلوم المتقدمة.

وبحسب الخبراء، فإن العلاج المعدل صمم بحيث يمكنه أن يعكس حالات النسيان ويعيد الذاكرة اليومية، وييسر باستعادة خلايا الدماغ إلى حالتها أيام الشباب.

ويعتقد أن العلاج الجديد سيتيح للمرضى استعادة اللحظات الميكرة من اليوم وموضع مفاتيح السيارة أو المنزل وتذكر الوجوه وسبب دخول هذا المكان أو تلك الغرفة، وهي الأمور التي تزجج حياة كبار السن أو أولئك الذين تجاوزوا الخمسين من أعمارهم.

ويتوقع أن يأتي العلاج على شكل أقراص يتم تناولها يومياً، وتساعد كبار السن على إبقاء ذاكرتهم نشطة وبقظة، كما يأمل الباحثون أن يساعد في تحسين حالة العجز في الذاكرة والمعرفة مثل تلك في المراحل الأولى من مرض ألزهايمر.

وقال رئيس فريق الباحثين، إيتين سيبيل: "حالياً لا يوجد علاج لمعالجة النقص الإدراكي والعمرية مثل تراجع الذاكرة وفقدانها كما يحدث عند المصابين بالاكتئاب وغيرها من الأمراض العقلية وأمراض الشيخوخة".

والعلاج الجديد عبارة عن نسخة معدلة من مركب كيميائي يستخدم في علاج الاكتئاب والاضطراب النفسي.

ص 22

جمعية الإمارات لمتلازمة

داون تفتتح عيادتها الأولى

ص 31

المخرجة ليال راجحة:

ليس لأحد فضل

عليّ في نجاحي



التمارين الرياضية.. ممارستها

ص 23 يافراط قد تكون لها تأثيرات سلبية!



المراسلات، ص ب 505

email.munawaat@alfajrnews.ae

مشروبات الدايت

خطر على قلب المرأة

قالت نتائج دراسة جديدة إن تناول المرأة بعد سن اليأس مشروبات الدايت يرتبط بزيادة خطر الإصابة بالسكتة بنسبة 23 بالمائة، وبالسكتة الدماغية الإقفارية بنسبة 31 بالمائة. ووجدت النتائج أن المشروبات الحلاة بتحلية اصطناعية تزيد خطر الإصابة بأمراض القلب بنسبة 29 بالمائة لدى النساء بعد تخطي سن اليأس.

وبحسب النتائج التي نشرتها دورية "ستروك" يؤدي تناول المرأة بعد سن اليأس عبوتين في اليوم من المشروبات الحلاة بسكر اصطناعي إلى زيادة احتمالات الوفاة لأسباب مرضية بنسبة 16 بالمائة.

وأجريت الدراسة في ألبرت أنيثتاين كوليج بالولايات المتحدة، وحذرت نتائجها من مشروبات الدايت التي يتم الترويج لها باعتبارها صحية لأنها تحتوي على سعرات أقل، بينما يرتبط تناولها بانتظام بمخاطر صحية. وبشكل عام تقل الحماية التي يتمتع بها قلب المرأة بعد بلوغ سن اليأس، ما يتسبب في زيادة مخاطر الإصابة بمشاكل القلب والشرايين والسكتة. ونحت الجمعية الأمريكية لأمراض القلب على شرب الماء وإضافة الليمون (الحامض) أو الفواكه إليه لتحسين نكهته، بدلاً من تناول المشروبات السكرية.

توعية الأطفال بأزمات

الربو يقلل عددها

تشير دراسة حديثة إلى أن الأطفال في سن المدرسة المصابين بالربو الذين يتلقون حصصاً للتوعية عن كيفية التعامل مع حالتهم يصابون بعدد أقل من الأزمات الربوية وتقل عدد زياراتهم للطوارئ وحجزهم في المستشفيات. وحلل الباحثون بيانات من 33 دراسة سابقة عن فاعلية البرامج المدرسية للتعامل مع الربو في مساعدة الأطفال على تجنب الإصابة بالأعراض الحادة التي يمكن أن تؤثر على صحتهم وتحصيلهم الدراسي.

وشملت كل تلك الدراسات أطفالاً تتراوح أعمارهم بين الخامسة والثامنة عشرة وقسمتهم لمجموعتين إحداهما تلقت حصصاً بتعليمات للتوعية بشأن المرض فيما لم تلق الأخرى أي توجيهات.



كيف يؤثر فيتامين «د» إيجابيا على مستوى السكر في الدم؟

يحسن كثافة العظام أو يمنع الكسور والسقوط لدى البالغين. وذكر تقرير نشرته دورية "لانسيت" لأمراض السكري والغدد الصماء، أنه بعد جمع بيانات من 81 تجربة اكتشف الباحثون أن تناول الفيتامين لم يحقق فائدة للعظام. وقالت الدكتورة، أليسون أفينيل، من جامعة "أبردين" البريطانية، والتي شاركت في الدراسة "تظهر نتائجنا أنه لا يوجد سبب كاف يدعو البالغين لتناول مكملات فيتامين "د" للوقاية من الكسور.

باستثناء الأشخاص في المجموعات المعرضة لخطر كبير مثل أولئك الذين لا يتعرضون لأشعة الشمس". ولإجراء الدارسة الجديدة، فحصت أفينيل وفريق البحث الدراسات التي تناولت تأثير مكملات فيتامين "د" على صحة العظام، واستقروا في النهاية على 81 تجربة تشمل 53 ألفاً و 537 مريضاً. وتفاوتت الفترة الزمنية لتناول المختار، اكتشف الباحثون أن فيتامين "د" ليس له تأثير على مدة تصل لخمسة أعوام. وكان أكثر من 75 بالمئة من المشاركين في التجارب نساء تزيد أعمارهن على 65 عاماً.

وأشارت أفينيل إلى أن الباحثين لم يحسبوا متوسط أعمار المشاركين في الدراسات، لكن معظم كانوا في الخامسة والستين أو أكبر. وبعد جمع بيانات من جميع التجارب الذين يعانون من الصداغ النصفي "د" أي دور في الحماية من كسور العظام باستثناء شريحة معينة من الأشخاص!

الأشخاص!

وعند العلاج في المستشفى تتلقى النساء في حالة نقص فيتامين د جرعة مضمونة طبياً من هذا الفيتامين بالإضافة إلى العلاج التقليدي. ويتم مراقبة تطور مستوى فيتامين د. وبحسب دراسة ممولة من صندوق العلوم التنمساوي فإن إعطاء فيتامين د له تأثير إيجابي على مستوى السكر في الدم لدى المرضى.

عن ذلك تقول الدكتورة ليرشباوم: "في مستشفانا التعليمي للأمراض الباطنية نقيس اليوم بشكل روتيني مستوى فيتامين د لدى المرضى. هذا الإجراء يأتي تطبيقاً لنتائج دراستنا عن تأثير مكملات فيتامين د". ووفق الدراسة فقد تناولت 180 سيدة تعاني من "متلازمة تكيس المبايض" و 150 سيدة أخرى لا يعانون من هذا المرض مكملات فيتامين د بشكل منتظم أسبوعياً لمدة ستة أشهر. وثبت أنهم يعانون من نقص فيتامين

د منذ بدء الدراسة. لكن بمرور الوقت انعكس تأثير

فيتامين د بشكل أسرع لدى السيدات اللواتي يعانون من

هذه المتلازمة على مستويات السكر في الدم.

صحة العظام

توصلت دراسة حديثة إلى حقائق علمية قد تغير نظرة خبراء الصحة لفيتامين "د". الدراسة التي شارك فيها آلاف المرضى استبعدت أن يكون لفيتامين "د" أي دور في

الحماية من كسور العظام باستثناء شريحة معينة من الأشخاص! خلصت دراسة حديثة إلى أن تناول فيتامين "د"، قد لا

اضطرابات هرمونية

تعد "متلازمة تكيس المبايض" واحدة من أكثر الاضطرابات الهرمونية شيوعاً التي غالباً ما تكون سبباً لاضطرابات الدورة، بما في ذلك العقم. ومن الأعراض الشائعة لـ "متلازمة تكيس المبايض" على سبيل المثال نمو زغب داكن اللون فوق الشفة العليا، وحاجبان كثان سميكان، وينتشر شعر العانة على أعلى الضخدين ويصل كسريط عريض حتى صرة البطن، وشعر قائم على رجليتي الساقين، كما ينقل موقع "هابيل براكسيس" الأثاني عن

رابطة أطباء الأمراض النسائية.

خطر متزايد

لكن المخاطر الصحية تتجاوز ذلك، إذ ثبت بحسب موقع "هابيل براكسيس" أنها قد تتسبب بزيادة مخاطر الإصابة بأمراض القلب والدورة الدموية والسكري من النوع الثاني، مع التأثير السلبي على بارامترات التمثيل الغذائي كمستوى السكر في الدم والأنسولين المرتبط بمستويات أعلى من هرمون التستوستيرون لدى المرضى.

إضافة إلى ذلك يقول المختصون إن نقص فيتامين د عادة ما يكون أحد الآثار الجانبية المراقبة لمرض ما. وبحسب الدكتورة إليزابيث ليرشباوم من قسم الغدد الصماء والسكري في جامعة غراتس الطبية النمساوية، فإن هذا العارض يكون موجوداً لدى 80 إلى 85 بالمئة من المرضيات.

مكملات غذائية للتخلص

من الصداع النصفي

يمثل الصداع النصفي إحدى أكثر

المشاكل الصحية التي يعاني منها

ملايين الأشخاص في العالم، حيث

يعتقد بأن واحداً من بين كل 7

أشخاص في العالم يعانون من هذه

الحالة.

وقد أوصت أخصائية التغذية، هانا

براي في حديث لها مع صحيفة ستار

البريطانية، بتناول ثلاثة أنواع من

المكملات الغذائية الطبيعية التي

تساهم في علاج الصداع النصفي على

النحو التالي:

1- مكملات البكتيريا المفيدة

تقول هانا براي، إن الصداع النصفي

يتصاحب في كثير من الأحيان مع

اضطرابات هضمية، لذا فإن تحسين

الصحة الهضمية عبر تناول مكملات

البكتريا المفيدة يساهم بفاعلية في

التقليل من أعراض الصداع إلى حد

كبير.

2- المغنيزيوم

عادة ما يلاحظ انخفاض مستويات

المغنيزيوم في الدم لدى الأشخاص

الذين يعانون من الصداع النصفي

مقارنة بالأشخاص الأصحاء، وتشير

الأبحاث إلى أن نقص المغنيزيوم

قد يساهم في حدوث نوبات صداع

شديدة، لذا لا بد من تناول المغنيزيوم

الذي يتوفر في الخضار الورقية مثل

السبانخ والكرفس.

3- فيتامين B

يساهم فيتامين B في الحد من الصداع

النصفي عبر تخفيض مستويات

الحمض الأميني لدى الأشخاص

الذين يعانون منه، إذ تقول الدراسات

بأن المستويات المرتفعة من الحمض

الأميني تزيد من وتائر وحدة نوبات

الصداع.

لا تغف وجبة الطفل بالبلاستيك

تحت توصيات صحية على استخدام حاويات الطعام المصنوعة من المعدن لوجبة الطفل المدرسية، وتذهب أبعد من ذلك بالحث على تزويد الصغير بزجاجة ماء من المعدن أو النحاس وليس البلاستيك. ولا يقتصر التحذير هنا على البلاستيك فقط، فهناك ورق الألومنيوم أيضاً الذي لا يُصح بلف السندويشات فيه. إليك أضرار استخدام البلاستيك وورق الألومنيوم:

× عندما يتلامس البلاستيك مع الأطعمة يحدث تفاعل كيميائي بين مكونات الطعام وخاصة الساخن وبين تركيبة البلاستيك، تؤدي إلى وصول مواد ضارة إلى الأطعمة.

× هناك أدلة على أن المواد التي يطلقها البلاستيك المصنوع منه الحاويات وتصل إلى الطعام تؤثر سلباً على توازن الهرمونات.

× بالمثل، يؤثر ورق الألومنيوم على وظائف الأنسولين في الجسم، كما ترتبط كثرة استخدامه بالجذانة والكبد الدهني، والسكري.

× تشير تقارير طبية إلى أن كثرة شرب الماء من زجاجات بلاستيكية يرتبط بالإمساك، ويضعف الأظافر، وسهولة العدوى، وتساقط الشعر.

ما هي الأطعمة المُعالجة وتأثيرها على الصحة؟

يجمع العلماء على أن الأطعمة المُعالجة كالتفاح والبرغر والوجبات الجاهزة والكعك والبسكويت تتسبب بأضرار صحية كبيرة على المدى البعيد. وتشمل الأطعمة المُعالجة أيضاً، الحليب والجبن ولبن الزبادي والزيت، غير أن تناول هذه الأطعمة لا يعني بأنه خيار سيء أو غير صحي، لأن بعض الأطعمة تحتاج إلى المُعالجة لجعلها أكثر أمناً، كما هو الحال عندما يتم تقعيم الحليب، أو لجعلها مناسبة للاستخدام كما هو الحال عند عصر البذور لصنع الزيت. إلا أن الكثير من الأطعمة المُعالجة الأخرى تحتوي على مستويات عالية من الملح والسكر والدهون، لتحسين طعمها، وتمديد فترة صلاحيتها. ولهذا السبب فإن هذا النوع من الأطعمة هو الذي يتسبب بأضرار لصحة الإنسان. وتقول خبيرة التغذية سونال شاه: "الأطعمة الفائقة المُعالجة هي الأطعمة التي تخضع لعدة عمليات مثل التبريد أو التسخين، وإضافة مواد كيميائية لها لتعزيز النكهة والطعم والمظهر" وأضافت: "تشمل الأطعمة المُعالجة، الوجبات الخفيفة الحلوة أو ذات الطعم اللذيذ مثل رقائق البطاطس، والسلع المبجوزة المُعبأة مثل الكعك، والبسكويت، والوجبات الجاهزة المجمدة، ومنتجات اللحوم المعاد تصنيعها، والمكرنة سريعة التحضير، والشوربات الجاهزة، والمشروبات الغازية." هذه الأطعمة تحتوي على الكثير من المكونات، وهي غنية بالسكر والملح، وتفتقر للفيتامينات والمعادن والألياف. وقد حلت دراسة حديثة أُجريت في فرنسا، وجبات 44551 من البالغين الفرنسيين الذين تتجاوز أعمارهم 45 عاماً، لمدة عامين. وخلال العامين، توفي 602 من الأشخاص الذين خضعوا للدراسة. وبحسب الدراسة فإن أضرار المواد المُعالجة على الصحة تشمل زيادة الوزن والإصابة بمرض السكري من النوع 2 والمشاكل الهضمية، إضافة إلى أن المواد الكيميائية الاصطناعية في الأطعمة والمشروبات يمكن أن تؤدي إلى الإصابة بالسرطان على المدى البعيد، وفق ما نقل موقع "ميترو" الإلكتروني.



جامعة الإمارات تشارك في معرض الدفاع الدولي أيدكس 2019 بمشاريع مبتكرة

والذي يقوم باستخدام الطائرة بدون طيار ،و تقنيات الذكاء الاصطناعي للقيام بمهام المراقبة العسكري للبعثات العسكرية ، والإشراف على نقل المعدات والذخائر من مكان لآخر ، والتأكد من المسافة الآمنة لحركة الأفراد والمعدات والوصول إلى الجهة المتفق عليها، بما يحقق توفيراً للوقت والموارد وكذلك عبر الإنترنت"، ويهدف هذا المشروع إلى السماح للمسؤولين بمراقبة أنشطة المستخدمين عبر الإنترنت عن بعد، وتوفير بعض مميزات الأمان لحمايتهم من بعض الاختراقات، والاستخدام غير السليم من قبل المستخدمين. كما يقدم المشروع برامج لحماية المستخدم و أدوات للتحكم عن بعد، و لهذا المشروع العديد من التطبيقات في المجالات الأمنية والمدنية. و من مميزات هذا البرنامج إمكانية الفصل التلقائي لعنوان بروتوكول الإنترنت و ذلك للتحقق من إمكانية الاتصال عبر الشبكة، أخذ لقطة شاشة لجهاز المستخدم، فتح كاميرا الجهاز،التسجيل الصوتي، وإيقاف تشغيل جهاز المستخدم عن بعد بما يمكن المسؤولين من حماية المستخدم من السلوكيات غير المرغوب بها. وقدمت مهندسة الحاسب والشبكات بالجامعة عرض لمشروعين "التشفير الآمن للصور حتى النهاية"، و هو مشروع يعمل على تشفير المادثات الصوتية و عزلها لتوفير الخصوصية و الأمان للمحادثات عبر نظام التشفير الآمن للصور حتى النهاية و هو أحد الحلول الآمنة للتشفير الذي يعمل عن طريق عزل الصوت و تشفيره بشكل آمن ومستقل، والمستقبل و يمكن تطبيق هذا المشروع في المجالات الأمنية و المدنية، و مشروع "مفتش المهام العسكرية"

الدفاعية والتقنية ، حيث قدمت كلية تقنية المعلومات العديد من المشاريع، أبرزها مشروع "أنظمة النقل الذكية ذاتية التحكم"، لمحاكاة و تطوير نظام إلكتروني- فيزيائي مدمج متكامل يتألف من أجهزة نظم ذكية تعمل بشكل مستقل، ويتعاونون فيما بينهم لإنجاز المهام المعقدة، و يعنى نظام المحكاة بالتخطيط الأمثل لتنفيذ المهام اللوجستية وأتمتها، بالإضافة إلى المشاكل المتعلقة بالذكاء الاصطناعي، بالإضافة إلى العديد من التطبيقات في المجالات العسكرية والمدنية. وكذلك مشروع "النظام التعاوني الجوي-الأرضي لاستكشاف المسار وتخطيطه في حالة الكوارث" حيث يستند على تسيير طائرات ذاتية القيادة، وتقوم هذه الطائرات بالتعاون مع المركبات الأرضية غير المأهولة مثل الروبوتات، عبر منظومة من أجهزة الاستشعار والاتصالات مدعومة بتقنيات الذكاء الاصطناعي، مثل خوارزميات الرؤية و تحديد و التعرف على الأشياء لتنفيذ مهام محددة، و تطبيقات استراتيجية لتوفير الإسناد البري و الجوي، مثل تسليم و نقل المواد، والمراقبة، والمسح الميداني و الجوي ، وكشف الأهداف، والبحث والإنقاذ خاصة في مناطق العمليات العسكرية والكوارث الطبيعية.

بالإضافة إلى مشروع "تطوير Teleoperated روبوت باستخدام تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد" حيث يهدف المشروع الى تطوير Teleoperated روبوت للقيام بمهام عسكرية و أمنية متعددة باستخدام تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد و التي تعد إحدى تقنيات التصنيع ، كما يتم التحكم بهذا الروبوت عن بعد و ذلك عن طريق بدلة ذكية يرتديها المشغل

شارك جامعة الإمارات العربية المتحدة في أكبر دورات معرض الدفاع الدولي "أيدكس 2019"، في الفترة من 17-21 فبراير الجاري بمرکز أبوظبي الوطني للمعارض، بحضور سعادة الأستاذ الدكتور: محمد البيلي، مدير جامعة الإمارات ، وعدد من أعضاء الهيئة التدريسية والمبتكرين والباحثين والطلبة. وأكد سعادة الأستاذ الدكتور محمد البيلي - مدير الجامعة أن معرض الدفاع الدولي أيدكس 2019 يعد منصة عالمية لعرض التطبيقات الذكية والشاريع البحثية والإبتكارات لطلبة الجامعة من الباحثين والطلبة وأعضاء الهيئة التدريسية في مجالات تقنية المعلومات والاتصالات والصناعات الدفاعية والعسكرية ونظمها المختلفة، بما يتيح الفرصة لتعزيز الابتكار وتحويل العديد من المشاريع البحثية إلى شركات ناشئة بما يعزز رؤيتنا للريادة والتميز العلمي والبحثي على المستويين الإقليمي والدولي وفق الخطة الاستراتيجية للدولة للعلوم 2021، وعقد الشراكات الاستراتيجية التي تخدم توجهات الدولة نحو انتاج وتوطين الصناعات الدفاعية وتطبيقاتها العلمية والبحثية، كما يتيح الفرصة للمهتمين والباحثين والطلبة من الإطلاع على أحدث ما توصلت له التقنية الحديثة في عصر الثورة الصناعية الرابعة والاستفادة من الخبرات المتنوعة في هذا المجال السياحية - أبوظبي الحوي الهام.

محمد بن حم يحضر اجتماعات الجمعية العامة لإمسام بجنيف

حضر الشيخ الدكتور محمد بن مسلم بن حم العامري نائب الأمين العام لمنظمة أمسام بالأمم المتحدة اجتماعات الجمعية العامة لمنظمة إمسام وذلك بمقر المنظمة في جنيف

حيث إن المنظمة هي المراقب الدولي الدائم بالمجلس الاقتصادي والاجتماعي التابع للأمم المتحدة ، وهي تشارك بصفة مستمرة في مدالات المجلس بشأن المسائل الداخلة في نطاق أنشطتها.



ومن جانبه قال بن حم إننا نسعى دائما لتقديم كل الدعم الممكن وتحقيق الأهداف الإنسانية للمنظمة ، وذلك انطلاقا من رؤية قيادتنا الرشيدة في دولة الإمارات وأضاف نائب الأمين العام للمنظمة "إن إمسام تعد داعما أساسا لأهداف الأمم المتحدة للتنمية المستدامة 2015-2030". كما تعمل على نبذ الكراهية والعنف والتآخي بين الأديان ، وهو ما يتماشى مع إعلان صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله" بأن "عام 2019" في دولة الإمارات سيكون "عاما للتسامح مضيفا أن دولة الإمارات العربية المتحدة سباقة في ترسيخ التسامح كقيمة حقيقية في الحياة البشرية، وكداعم لعملية التنمية والتطور في شتى المجالات، وخلق نموذج راقٍ للعلاقات السلمي بين المجتمعات بيسمو بعيدا عن عنصرية الجنس أو اللون أو الدين، وهي المعاني التي ظلت ترسخها قيادتنا الرشيدة منذ المؤسس الشيخ زايد بن سلطان "طيب الله ثراه" والذي وضع اللبنات لدولة السلم والأمن والأمان والتعايش.

افتتاح مركز لطب الأجنة في أبوظبي

بحث طبي يكشف حدوث إجهاض مبكر عند النساء خلال الثلث الأول من فترة الحمل

.. أبو ظبي - الفجر

صرح مركز "أي في أي" للخصوبة الشرق الأوسط، الذي افتتح قسم طب الأجنة الخاص به مؤخراً في أبوظبي، أن الخوف من حدوث إجهاض مبكر خلال الثلث الأول من فترة الحمل، من أكثر المخاوف الشائعة التي تتشاور فيها عدد من النساء اليوم في الشرق الأوسط. يأتي هذا في وقت يواجه فيه كبير من النساء الحوامل، ولا سيما اللاتي تعرضن لمشاكل سابقة في الحمل، الكثير من المخاوف والقلق من حدوث أي مضاعفات في حملهن. ويرى المركز أنه من مسؤولية مركز الإخصاب نشر الوعي حول أحدث التقنيات المتوفرة لمساعدة النساء الحوامل لاستكمال فترة حملهن بأمان بغية أن يكن لهن أطفالاً سليمين.



وقالت الدكتورة "ديسبلافا ماركوفا"، رئيس مركز أي في أي لطب الأجنة "في أبوظبي في مركز أي في أي" للخصوبة الشرق الأوسط، "كل امرأة بغض النظر عن نوع حملها تعاني من الخوف حول ما إذا كان الحمل سيتقدم بسلاسة ودون حدوث مضاعفات حتى النهاية. فالخوف من فقدان الجنين في الثلث الأول من الحمل، خاصة حين يكون هناك تاريخ مسبق لحالات إجهاض متكررة، يدفع النساء إلى إجراء فحوصات في كثير من الأحيان". وأضافت الدكتورة "ماركوفا": "إذا كان إجراء الفحوصات الأولية في الأسابيع الأولى من الحمل طبيعية بين الأسبوع 11-13"، فهذا يطمئن النساء إلى انخفاض خطر الإصابة بالإجهاض. فإذا صُفّت المرأة على أن حملها من النوع المنخفض المخاطر، فعليها في هذه الحالة اتباع إجراءات الرعاية الروتينية للولادة منخفضة المخاطر". وعادة ما يعيد الأطباء تقييم المخاطر خلال الثلث الثاني من الحمل، وتصنيف الحمل على أنه منخفض المخاطر أو عالي الخطورة عند إجراء فحص تشريح الجنين وتقييم نسبة نمو.

أما بالنسبة للمخاوف من الأمراض التي يمكن أن تصيب الجنين، يقوم أخصائيو طب الأجنة بتقييم الجنين في الرحم عن طريق إجراء فحص شامل لتشريح الجنين في المراحل المختلفة للحمل.

فعلى سبيل المثال، خلال الثلث الأول من فترة الحمل، يقوم الأطباء بفحص الرأس، والدماغ، واليدين، والقدمين ويطعن الجنين، والصدر، والعمود الفقري، والناثة، والقلب الخاص بالجنين، كما يقومون بتقييم علامات التشوهات الصبغية عن طريق قياس السائل الموجود خلف عنق الطفل في النخاع الشوكي، والنظر إلى وجود عظام الأنف بالإضافة إلى فحص تدفق الدم في قلب الجنين والكبد.

وأضافت الدكتورة "ماركوفا": "يتم تقديم النصائح لكل امرأة بناء على النتائج التي تتوصل إليها من خلال فحص الموجات فوق الصوتية "السونار" التي تتم في الأشهر الثلاثة الأولى، فيما أن يتم التوصية بعمل المزيد من الفحوصات أو أن تتم طمأنة المرأة. أما في حالة حدوث الإخصاب في مختبر "IVF"، في مثل هذه الحالة تختلف الاستشارة حيث يعتمد الأمر على الاختيار الجيني الذي يتم للجنين. وإن تشخيص تشوهات الأجنة بغض النظر عن فترة الحمل يعتمد بشكل كبير على خبرة ومعرفة الفريق الطبي".

وأشارت الدكتورة "ماركوفا" إلى أهمية توفير الدعم العاطفي لتهنئة النساء والتقليل من مخاوفهن أثناء فترة الحمل، وتقديم المشورة والخضوع لاستشارة شاملة قبل الحمل أو في مرحلة مبكرة من الحمل. وخلصت الدكتورة "ماركوفا": "كلما كانت النساء أكثر استنارة ووعياً، كلما كن أكثر هدوءاً وطمأنناً في أنهن سيحققن نتائج إيجابية أثناء الحمل، مع ضرورة أن يتعرفن على الخيارات المتاحة التي يمكن أن تقدمها لهن أثناء فترة الحمل".

تنظيمها دائرة الثقافة والسياحة – أبوظبي

انطلاق مرحلة التقييم في الدورة السادسة من مسابقة القارئ المبدع

والمعلمين، وأمناء المكتبات من مدارس مناطق أبوظبي والعين والظفرة. كما شاركت إدارة المرور والدوريات بشرطة أبوظبي والأرشيف الوطني بأنشطة تفاعلية للطلاب المشاركين، بينما قامت مكتبة منتزه خليفة بتفعيل نشاط قراءة القصص واستضافت المشاركين مع أولياء الأمور لقضاء يوم ممتع في المنتزه. يذكر أن مسابقة القارئ المبدع هي مسابقة نوعية موجهة إلى طلاب الحلقة الدراسية الأولى والثانية من البنين والبنات في المدارس الحكومية والخاصة، بهدف تشجيعهم على القراءة المستمرة وتحفيزهم على زيارة المكتبات العامة واستثمار الإبداعات الثقافية وتوجيهها نحو التنمية المجتمعية الشاملة. إلى جانب تسليط الضوء على أهمية اللغة العربية كوعاء فكري وثقافي. كما وتشجع المسابقة على القراءة باللغة الإنجليزية، وتدعم إبداعات الطلبة الموهوبين في مجال القراءة، وتوجه العناية نحو أدب الطفل وإثراء الساحة الأدبية بالإبداعات الجديدة، ونشر القيم الثقافية والمجتمعية بين أفراد المجتمع. سيعلن عن الفائزين في مسابقة القارئ المبدع يوم 4 مارس القادم في حفل يقام في منارة السعديات.



على نقد النصوص والكتب التي تمت قراءتها. وضمت لجنة التحكيم في عضويتها مجموعة من الكتاب

المهارات اللغوية، والتحليل الدلالي ومستوى التحليل المعجمي، إلى جانب مهارات التفكير الإبداعي كقدرتهم

.. أبوظبي- الفجر

انطلقت مؤخراً مرحلة التقييم في الدورة السادسة من مسابقة القارئ المبدع لعام-2018، التي تنظمها دائرة الثقافة والسياحة – أبوظبي، وذلك في مكتبة منتزه خليفة.

شارك في المسابقة أكثر من 500 طالباً وطالبة من مختلف المدارس الحكومية والخاصة في أبوظبي ومنطقتي العين والظفرة، من بينهم طلاب من أصحاب الهمم. وقد استلم المشاركون استمارات المسابقة من كافة أفرع مكتبات قطاع دار الكتب دائرة الثقافة والسياحة – أبوظبي المنتشرة في أنحاء الإمارة، وهي باللغتين العربية والإنجليزية.

تم تقييم الطلاب المشاركين أثناء المقابلة الشخصية بناءً على عدة شروط من ضمنها نسبة إيجاز الكتاب، وعدد الفصول المعارة من أفرع مكتبات قطاع دار الكتب في دائرة الثقافة والسياحة – أبوظبي مقارنة بالقصص المقروءة من خارج هذه الأفرع، ومدى استيعاب الكتاب المقروء من خلال طرح أسئلة تختبر الفهم والاستيعاب، بالإضافة إلى التحدث بلغة عربية سليمة واستخدام

ضمن مبادرات عام التسامح وخدمة لأصحاب الهمم

جمعية الإمارات لمتلازمة داون تفتتح عيادتها الأولى

يقدم هذا النوع من الدعم الطبي لذوي متلازمة داون، كما أن الرؤية المستقبلية للعيادة هي تعزيز مفهوم الصحة من خلال تقديم خدمات صحية متميزة ونشر الوعي العام بأساليب الحياة الصحية السليمة أمليين من كل الجهات المختصة تقديم الدعم والشاركة الفاعلة وتذليل الصعوبات حتى تصبح العيادة نموذجاً يضيء باقي العيادات ذات الصلة . وتضمن الحفل تكريم ذوي متلازمة داون في فرع أبوظبي لمشاركتهم الفاعلة في أنشطة الجمعية خلال عام 2018 ومشاركتهم التطوعية في الأولمبياد الخاص.



لجنة الإيجابية والسعادة أن تأسس العيادة جاء ثمرة لجهود وتعاون فريق العمل واللجان المختصة في ذات الشأن حيث بدأ التحضير والتواصل في عام العطاء "عام زايد" وأثمرت الجهود وتم التنفيذ في عام التسامح اقتداءً بنهج ومسيرة قادتنا . وأضافت السليطي أن المستشفى يعد من أوائل المؤسسات الطبية الخاصة في مدينة أبوظبي الذي

على وجوههم. ودعا الساعدي كل الجهات الحكومية والخاصة للقيام بمثل هذه الخطوة الإيجابية والتي تساهم بشكل كبير في ترجمة توجهات القيادة في دعم أصحاب الهمم وتمكينهم ودمجهم في المجتمع ليكونوا جزءاً أساساً في تنمية مجتمع الإمارات.

من جانبها أكدت الأستاذة: مها السليطي رئيس

الاتحادية للهوية تطلع على مبادرات شرطة العين الابتكارية

.. العين - الفجر

اطلع وفد من الهيئة الاتحادية للهوية والجنسية _ العين ، على الخطط والمبادرات التطويرية التي تنفذها مديرية شرطة منطقة العين وممارساتها . في مختبر الابتكار ودعم المبدعين من منتسبي المديرية . ورحب العقيد محمد علي الشامسي مدير مديرية شرطة منطقة العين بالإجابة بالوفد الزائر برئاسة المقدم سيف الغعريت الكويتي مدير فرع الإستراتيجية والمستقبل في الهيئة بمدينة العين، وجرى تبادل الخبرات الشرطية والعرفية. واستمع الوفد إلى شرح حول فكرة إنشاء المختبر والذي تم تصميمه بجهود ذاتية من قبل العاملين، واطلع على آلية عمل منصات الابتكار وأهدافها في تعزيز القدرات الإبداعية للمنتسبين، والخطط المستقبلية للمختبر في توظيف الذكاء الاصطناعي لتطوير الخدمات. وأكد الشامسي حرص شرطة أبوظبي على دعم وتشجيع المبدعين وتنمية مهاراتهم الإبداعية، تحقيقاً لرؤية حكومة دولة الإمارات العربية المتحدة في أن تصبح في مصاف الحكومات الأكثر ابتكاراً على مستوى العالم بحلول 2021م. وحضر اللقاء العقيد محمد المدني نائبا مدير الشؤون الإدارية والعمليات والعقيد لبللى غريب الشامسي مدير فرع الشرطة النسائية وعدد من الضباط بالمديرية .



منوعات الفكر 23



أظهرت دراسة أخيرة أن الوزن الزائد يؤدي دوراً بارزاً في إمكان دخول المصابين بالإنفلونزا إلى المستشفى. نظرة إلى التفاصيل.

وفق دراسة جديدة، يصبح الناس أكثر عرضة لدخول المستشفى بسبب الإنفلونزا أو أي فيروس تنفسي آخر إذا كانوا بدينين جداً أو من أصحاب الوزن الزائد.

اشتقت البيانات المستعملة في الدراسة من ستة مستشفيات في المكسيك وشملت ٤٧٧٨ شخصاً يواجهون أعراض أمراض شبيهة بالإنفلونزا. تلقى جزء من هؤلاء الأشخاص علاجهم في المستشفى بينما تلقاه آخرون خارجها.

أكثر عرضة لدخول المستشفى

الانفلونزا تؤثر بالشخص السمين أكثر من غيره



رعاية طبية لمعالجة أمراض شبيهة بالإنفلونزا. لذا قد لا تعكس النتائج وضع عامة الناس. في النهاية، استنتج الباحثون: (يجب أن يأخذ الأطباء بالاعتبار مؤشر كتلة جسم المرضى عند تقييم المخاطر واختيار مسار العلاج للأمراض الشبيهة بالإنفلونزا).

(يبدو أن نقص الوزن يشكل عامل خطر دائم بالنسبة إلى المشاركين الراشدين المصابين بأمراض شبيهة بالإنفلونزا). لكن ذكر الباحثون أيضاً أن دراستهم تبقى محدودة بدرجة معينة لأنها اقتصرت على أشخاص أرادوا تلقي

مؤشر كتلة الجسم، ولكن تختلف التسميات. مثلاً، يُستعمل مصطلح (ما قبل البدانة) مقابل (الوزن الزائد) حين يتراوح مؤشر كتلة الجسم بين 25 و29.9. تصنّف (مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها) ومنظمة الصحة العالمية ظاهرة البدانة لدى الراشدين ضمن ثلاث فئات:

- الفئة الأولى: مؤشر كتلة الجسم بين 30 و34.9.
- الفئة الثانية: مؤشر كتلة الجسم بين 35 و39.9.
- الفئة الثالثة: مؤشر كتلة الجسم يساوي 40 وما فوق.

ربطت الدراسات السكانية بين الوزن الزائد والبدانة من جهة، وبين الوفاة المبكرة وداء السكري وارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والأوعية الدموية وبعض أشكال السرطان من جهة أخرى.

توصي (مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها) الأطباء باستعمال مؤشر كتلة الجسم لفحص الأفراد حصراً، وليس لتشخيص الأمراض.

يشير العلماء والأطباء أحياناً إلى الفئة الثانية تحت اسم (البدانة المُرضية) والفئة الثالثة تحت اسم (البدانة الحادة أو الشديدة).

في الدراسة الأخيرة، استعمل الباحثون مصطلح (البدانة المرضية) للدلالة على مؤشر كتلة الجسم الذي يبلغ 35 وما فوق.

نقص الوزن (مشكلة معقدة)

صحيح أن الحماية الغذائية الصحية وأسلوب الحياة يؤديان إلى تراجع مؤشر كتلة الجسم، لكن قد تكون الاضطرابات الغذائية وسوء التغذية ومشاكل صحية أخرى عوامل مؤثرة في هذا المجال أيضاً.

في تقرير عن دراسة ترويجية جرت في عام 2017 وشملت 30 ألف شخص، اعتبر الباحثون أن نقص الوزن يطرح مشكلة معقدة جداً.

اكتشف الباحثون عدداً إضافياً من الأشخاص الذين يدخنون يومياً وعدداً موازياً من الأشخاص الذين لا يمارسون أي نشاطات جسدية ضمن فئتي نقص الوزن والوزن الزائد معاً.

دعت الدراسة مقدمي الرعاية الصحية إلى فحص أصحاب الوزن الزائد بحثاً عن (المستوى نفسه) من المخاطر الصحية، مثلما يفحصون الأشخاص البدينين.

اعتبر الباحثون في الدراسة الأخيرة أن بحثهم يطرح أولى الأدلة المعروفة التي تربط بين تراجع مؤشر كتلة الجسم وبين زيادة حدة الأمراض الشبيهة بالإنفلونزا؛

28.5% منهم لأي (فيروس تنفسي معزول).

حين قارن العلماء بين حالات دخول المستشفى وبين مؤشر كتلة الجسم لدى المرضى الراشدين، تشكّل منحني على شكل الحرف U على الرسم البياني.

تراجع احتمال دخول المستشفى ضمن فئة الأشخاص الذين حملوا مؤشر كتلة جسم ضمن النطاق (الطبيعي) للوزن، بينما سُجلت أكبر نسبة خطر ضمن فئة الأشخاص الذين حملوا أدنى وأعلى مستوى من ذلك المؤشر.

شكل الأولاد (أي الفئة التي اعتبرها الباحثون تحت التاسعة عشرة) 32% من المشاركين في الدراسة. لكن لم يرصد العلماء أي رابط واضح بين مؤشر كتلة الجسم وبين خطر الإصابة بأمراض حادة تشبه الإنفلونزا ضمن هذه المجموعة.

أشرف الدكتور جون بيغل على الدراسة، وهو يعمل في شركة (ليدوس) للأبحاث الطبية الحيوية التي تُشغل منشآت (المختبر الوطني) في (المعهد الوطني للحساسية والأمراض المعدية). وكان الباحثون الآخرون يعملون في المعهد نفسه وفي مستشفيات أخرى في المكسيك.

نشرت مجلة (الإنفلونزا وفيروسات تنفسية أخرى) تقريراً عن هذه الدراسة حديثاً.

كتلة الجسم والبدانة

يشير مؤشر كتلة الجسم إلى وزن الشخص بالكيلوغرام مقسوم على مُربّع طوله بالأمتار.

نظراً إلى سهولة قياس مؤشر كتلة الجسم، يستعمله الباحثون غالباً لاستكشاف المخاطر الصحية المرتبطة بالوزن على مستوى السكان أو ضمن مجموعات كبيرة جداً.

تُحدد (مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها) مستويات مؤشر كتلة الجسم للراشدين على الشكل الآتي:

- نقص الوزن: مؤشر كتلة الجسم أقل من 18.5.
- وزن طبيعي: مؤشر كتلة الجسم بين 18.5 و24.9.
- وزن زائد: مؤشر كتلة الجسم بين 25 و29.9.
- بدانة: مؤشر كتلة الجسم يساوي 30 وما فوق.

يُستعمل النظام نفسه مع الأولاد والمراهقين منذ الولادة حتى التاسعة عشرة، ولكن تتوقف العتبة القصوى على العمر والجنس.

تستعمل منظمة الصحة العالمية المعدلات نفسها لقياس

توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- كان 43% من الأفراد مصابين بمرض حاد يشبه الإنفلونزا.
- كشفت الاختبارات عن إصابة 16.3% منهم بالإنفلونزا.

- كشفت الاختبارات عن إصابة 55.2% منهم بفيروس تنفسي آخر.
- لم يتعرض



التمارين الرياضية . ممارسة يافراط قد تكون لها تأثيرات سلبية !

اكتشفت دراسة كبيرة جديدة أنه حتى المعدلات المتطرفة من اللياقة البدنية تطيل الحياة، خصوصاً في حالة المسنين.

من المعروف أن ممارسة الرياضة تعود بالفائدة على الصحة، ولكن هل من الممكن الإفراط في التمرن؟ هذا ما يشير إليه عدد من الدراسات. على سبيل المثال، يحسّن التمرن لتسعين دقيقة يومياً الصحة العقلية، إلا أن ما يتخطى هذا الحد أسوأ من عدم التمرن البتة، حسبما يكشف تقرير نُشر أخيراً.

من اهتمامهم إلى مجموعة النخبة عند تقييم لياقتهم القلبية التنفسية. في المقابل، شكّلت اللياقة القلبية الوعائية المتدنية مؤشراً قوياً إلى الموت المبكر، تماماً مثل التدخين، ومرضى القلب، والداء السكري.

يستخلص الباحثون: (تشكّل اللياقة القلبية التنفسية مؤشراً قابلاً للتعديل إلى الوفاة على الأمد الطويل. وعلى العاملين في مجال الرعاية الصحية تشجيع المرضى على بلوغ معدلات لياقة عالية والحفاظ عليها).

يختم الدكتور جابر: (اللياقة القلبية الوعائية عامل يستطيع معظم المرضى التحكم فيه. واكتشفنا في دراستنا أن لا حدود تُوْدي في التمرن عندما تتخطاها. من الضروري تشجيع الجميع على بلوغ مستوى لياقة عالٍ والحفاظ عليه).

استناداً إلى معدلات لياقة محددة موضوعياً.

نشر العلماء نتائجهم في مجلة الجمعية الطبية الأميركية Network Open. وكان د. جابر وفريقه نظمو دراسة مرجعية استندت إلى بيانات من دراسة أتراب ضُمّت 122007 أشخاص شاركوا في اختبار على آلة المشي بين الأول من يناير 1991 و31 ديسمبر 2014.

قسم الباحثون (اللياقة القلبية-التنفسية وفق السن والجنس) إلى خمس مجموعات أداء: أداء متدنٍ، وأدنى من المعدل، وأعلى من المعدل، وعالٍ، والنخبة. كذلك حددوا لياقة المشاركين القلبية الوعائية بإخضاعهم لاختبار إجهاد. جاءت معدلات اللياقة بين أعضاء مجموعة النخبة مماثلة لما يُرى بين الرياضيين المحترفين. وبدأت هذه المجموعة من نسبة 97.7% صعوداً.

عُدل أمد حياتهم وفق سنهم، وجنسهم، ومؤشر كتلة جسمهم، كذلك الأدوية التي يأخذونها والحالات الأخرى التي يعانونها. ارتبط ارتفاع اللياقة القلبية التنفسية مباشرة بتراجع خطر الموت على الأمد الطويل. علاوة على ذلك، لم يلحظ الباحثون (أي حدود عليا) لفوائد اللياقة القلبية الوعائية. يكتب الباحثون: (ارتبطت اللياقة القلبية الوعائية العالية جداً بفرص استمرار أكبر وفوائد في حالة الأكبر سناً ومن يعانون ارتفاع ضغط الدم).

استفاد من بلوغ السبعين من العمر أو تتخطاها خصوصاً

لتحقيق هذا الهدف، حلل فريق بقيادة وائل جابر، طبيب قلب في عيادة كليفلاند، الرابط بين اللياقة القلبية الوعائية وبين أمد الحياة. يوضح د. كاييل ماندساغر، باحث في علم الفيزيولوجيا الكهربائية في عيادة كليفلاند أشرف على تقرير الدراسة: (نحن مهتمون خصوصاً بالعلاقة بين اللياقة البدنية العالية بإفراط وبين الوفاة). يضيف: (لم يسبق أن دُرست هذه العلاقة على هذا النطاق الواسع

يشير بحث آخر إلى أن ممارسة التمارين الرياضية بإفراط قد تكون لها تأثيرات قلبية وعائية سلبية. كذلك لاحظت دراسة نسبة تكلس عالية في شرايين الرياضيين والرجال الذين يشاركون غالباً في ألعاب رياضية. لذلك قرر باحثون من عيادة كليفلاند في أوهايو التحقق مما إذا كانت ممارسة التمارين الرياضية لفترات طويلة تنعكس على أمد حياة الإنسان.



المال والأعمال



دبي تستضيف الحدث التجاري الأكبر عالمياً في قطاع الأغذية والمشروبات

حمدان بن راشد يفتتح الدورة الرابعة والعشرين من معرض «جلفود 2019»

تقديم الأطعمة والمشروبات المراقبة وغيرها من الأنشطة المميزة؛ وبرنامج «باريكو ماسترز» «خبراء الشواء» الذي يتضمن مجموعة من مسابقات الشواء والعروض الحية التي تقدمها نخبة من أشهر الطهاة وخبراء الشواء في الهواء الطلق.

وفي سياق متصل، يرحب برنامج جلفود الأول من نوعه للشركات الناشئة برواد مجال الأغذية والمشروبات، لتسليط الضوء على مساهمتهم في رسم الملامح المستقبلية للقطاع. وتسحّص أكثر من 50 شركة ناشئة عالية على الاستفادة من منصة العروض التي تتيح لها طرح أفكارها المبتكرة أمام المستثمرين المحتملين، إضافة إلى سلسلة مؤتمرات متخصصة تتضمن آراء الخبراء وفصص النجاح المهمة التي تتناول الموضوعات الرئيسية المتعلقة بأداء الشركات الناشئة الصغيرة والمتوسطة في هذا القطاع.

من ناحية أخرى، يعتبر نادي CXO وجهة اجتماعية حصريّة لأبرز صنّاع القرار في القطاع والمدرء من ذوي الأفكار الابتكارية الطموحة. وستتيح منطقة الاكتشاف الخاصة بالعرض لزوارها التعرف على مجموعة من الابتكارات المختارة ضمن إطار تفاعلي، هذا بالإضافة إلى مسابقة الدلة الإماراتية الوطنية للخواقة، حيث يجتمع خبراء إعداد القهوة من جميع أنحاء العالم لاستعراض أحدث تقنياتهم أمام الحضور.

بمشاركة السيد مايك يسوداس، الرئيس التنفيذي للتكنولوجيا والمهندس المتميز لدى شركة «أي بي إم»، وذلك بالإضافة إلى جلسات أخرى. كما يشهد معرض 'جلفود 2019' إضافة مزيد من الفعاليات والجلسات التي ستساهم في تعزيز وإثراء تجارب الزوار والحضور.

من جهة ثانية، ستشهد مسابقة 'النكهات العالمية' مشاركة نخبة من أشهر الطهاة الحائزين على نجمة ميشلان وكبار خبراء الطهي، حيث سيستعرض المشاركون مهاراتهم المميزة ضمن مجموعة من العروض ولسلات الطهي الحية والتفاعلية. ويشمل ذلك 'بطولة جلفود العالمية للطهي'، والتي سيشارك فيها 4 فرق تمثل مناطق آسيا وأوروبا والشرق الأوسط والأمريكتين، وذلك من أجل التنافس على مدى ساعة كاملة لإعداد قائمة من 3 أطباق تعكس النكهات وأساليب الطهي المتميّزة في تلك المناطق.

فعاليات وتجارب مميّزة

وتشتمل قائمة البرامج والفعاليات التي تقام على هامش معرض 'جلفود 2019'، الذي ينعقد تحت شعار 'عالم من التميز. عالم من المأكولات'، على برنامج حديقة الشاي 'تي هاوس' الذي يركز على استعراض أصناف الشاي المتنوعة والفخرة، مع مجموعة من العروض المميزة والحلقات التعليمية ولسلات التدقق وأساليب

زيادةً في الطلب السنوي على الغذاء والإنفاق الاستهلاكي. وسيُتيح 'جلفود 2019' للعارضين هذا العام فرصة قيمة للتواصل مع الشركاء الحاليين والعملاء الجدد المحتملين، كما سيتم إضافة مجموعة من الأنشطة والفعاليات المميزة التي ستثري تجربة زوار المعرض. وستستضيف قمة جلفود للابتكار - التي تقام على هامش العرض الرئيس - وتستمر على مدى 3 أيام. بعضاً من أبرز الأسماء في القطاع، وذلك مناقشة أحدث التحديات والفرص في قطاع الأغذية والمشروبات العالمي.

قمة الابتكار تناقش

قطاع الأغذية والمشروبات

ابتداء من يوم الغد وحتى يوم الأربعاء 20 فبراير، ستشهد 'قمة جلفود للابتكار' عدة جلسات وفعاليات مميزة تشمل إلقاء كلمة رئيسة يوم الثلاثاء 19 فبراير بعنوان 'مستقبل الغذاء والرفاهية' للدكتور نايجل هيوز، نائب رئيس أول لقسم البحوث والتطوير في شركة 'كلوغز'، بالإضافة إلى تنظيم جلسة بعنوان 'حوار مميز: نمو العلامات الخاصة في الشرق الأوسط وشمال إفريقيا' بمشاركة السيد ميغيل بوفيدانو، المدير التنفيذي للعمليات لدى 'كارفور- ماجد الفطيم'، بالإضافة إلى جلسة أخرى بعنوان 'العمليات الذكية- التركيز على الذكاء الاصطناعي لدعم سلسلة التوريد'

التزايد على المواد الغذائية في المنطقة وخارجها.

العالم يتوافد إلى 'جلفود'

يشهد معرض 'جلفود 2019' تنظيم العديد من الأنشطة والمفاوضات التجارية؛ وسيقيم المندوبون رفيعو المستوى من 198 بلداً بتسليط الضوء على أحدث مجموعات المنتجات التي تستهدف القطاعات الرئيسة في سوق الأغذية والمشروبات. وتشير التوقعات إلى أن مبيعات الأغذية والمشروبات في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا سترتفع من 145.4 مليار دولار أمريكي في عام 2018 إلى 171.1 مليار دولار أمريكي بحلول عام 2023. بمعدل نمو سنوي مركب قدره 3.33%، وذلك بحسب 'تقرير جلفود لتوقعات قطاع الأغذية والمشروبات العالمي 2019' الذي أعدته مؤسسة 'يورومونيتر' أترناشيونال، والذي سيتم إصداره رسمياً خلال المعرض.

بهذه المناسبة، قالت تريكي سي لوه ميرماند، نائب الرئيس الأول لإدارة المعارض والفعاليات لدى مركز دبي التجاري العالمي: "استطاع معرض 'جلفود' ترسيخ مكانته على مر السنوات كم منصة رائدة تشجع لمخصصي وخبراء قطاع الأغذية والمشروبات استكشاف الصفقات التجارية المربحة، وإطلاق المنتجات والحلول الجديدة المتخصصة، والتي تواكب احتياجات منطقة تتطور بشكل مستمر، وتشهد

•• دبي-الفجر:

افتتح سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم، نائب حاكم دبي وزير المالية، أمس الدورة الرابعة والعشرين من معرض 'جلفود 2019' الذي يُعد الحدث التجاري السنوي الأكبر في قطاع الأغذية والمشروبات على مستوى العالم، والذي تُقام فعالياته من 17-21 فبراير في مركز دبي التجاري العالمي. ويستقطب 'جلفود 2019'، الذي سَتقام فعالياته على مدى 5 أيام، اهتماماً لافتاً من وزراء التجارة وكبار المندوبين التجاريين والشركات الوطنية من شتى أنحاء العالم. ويوفّر هذا المعرض منصة مبتكرة لعقد صفقات تجارية مجزية ومميزة على مستوى القطاع، واغتنام الفرص الجديدة في السوق، ومواكبة الاتجاهات الناشئة، وتحديد أجندة الأعمال المستقبلية لقطاع الأغذية.

وقام سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم بإقامة سعادة هلال سعيد المري مدير عام سلطة مركز دبي التجاري العالمي، مدير عام دائرة السياحة والتسويق التجاري في دبي بجولة في أرجاء المعرض الذي تبلغ مساحته مليون قدم مربعة، حيث أطلع سموه على أحدث المنتجات التي ستقدمها 5 آلاف جهة عارضة محلية وإقليمية ودولية ستحرس جميعها على توفير حلول تساعد في تلبية الطلب

•• دبي-الفجر:

يشارك الاتحاد الأوروبي، وهو الجهة الرائدة عالمياً في استيراد وتصدير منتجات الأغذية الزراعية والمشروبات، في معرض جلفود لهذا العام، بهدف استعراض أبرز ما تميز به هذه المنتجات من المواد الغذائية والمشروبات لا سيما من حيث مقومات السلامة

والجودة والفائدة الصحية. وسيتم افتتاح الجناح رسمياً من قبل سعادة السيد فيل هوغان، مفوض الاتحاد الأوروبي للزراعة والتنمية الريفية، الذي سيصل إلى دبي بمرافقة وفد يمثل 39 شركة أوروبية عريقة للمشاركة في معرض جلفود 2019.

ويهدف جناح الاتحاد الأوروبي في المعرض إلى تسهيل تصدير المنتجات الأوروبية من الأغذية الزراعية والمشروبات إلى دولة الإمارات العربية المتحدة، وتعزيز حضور الشركات الأوروبية المنتجة للمواد الغذائية الزراعية وتوطيد علاقاتها مع سوق دولة الإمارات وأسواق المنطقة.

وتعليقاً على ذلك، قال فيل هوغان مفوض الاتحاد الأوروبي: "يعد جلفود أكبر معرض سنوي للأغذية والمشروبات في العالم، وليس مستغرباً مشاركة الاتحاد الأوروبي بصفته الجهة الرائدة عالمياً في تصدير واستيراد

•• الشارقة-الفجر:

نفذت دائرة الموارد البشرية بالشارقة متمثلة ببرنامج "وفر" لخصومات موظفي حكومة الشارقة بالتعاون مع هيئات ومؤسسات ودوائر حكومة الشارقة ورشة تعريفية لمسؤولي وموظفي الجهات الحكومية في الشارقة الذين يتعاونون



منوعات الفجر 26

65.8 مليار درهم إيرادات شركتي اتصالات ودو في 2018

•• أبوظبي-وام:

ارتفعت إيرادات شركات الاتصالات المدرجة في سوقى أبو ظبي ودبي الماليين " اتصالات " و " دو " إلى 65.8 مليار درهم خلال العام 2018 بنمو نسبته 1.8% مقارنة مع 64.6 مليار درهم في العام 2017.

وأظهرت القراءة الخاصة بالمؤشرات المالية للمشغلين - كما وتقتها الميزانيات الصادرة عن الشركتين مع نهاية العام 2018 - تواصل النمو وهو ما انعكس على صافي الأرباح التي ارتفعت قيمتها إلى 10.35 مليار درهم بزيادة نسبتها 2.2% مقارنة مع 10.12 مليار درهم في العام 2017.

وعلى صعيد الموجودات فقد بلغ اجمالي قيمتها للشركتين 143.25 مليار درهم خلال العام 2018 مقارنة مع 145 مليار درهم في العام 2017.

ومع النمو الجيد لأرباح المشغلين في قطاع الاتصالات من المتوقع زيادة نسبة التوزيعات المقترحة على المساهمين الذي حصلوا على عوائد جيدة من الأرباح خلال النصف الأول من العام 2018.

كانت الشركتان قد وزعتا نحو 4 مليارات درهم على المساهمين أرباحا عن النصف الأول من العام الماضي منها 3.478 مليار درهم قيمة توزيعات شركة الإمارات للاتصالات.

وتفصيلا فقد ارتفعت أرباح شركة الإمارات للاتصالات الى 8.6 مليار درهم خلال العام 2018 بنمو نسبته 2.2% مقارنة مع 8.41 مليار درهم في العام 2017.

فيما ارتفع اجمالي إيرادات الشركة خلال العام الماضي إلى مستوى 52.4 مليار درهم بزيادة نسبتها 1.5% مقارنة مع 51.6 مليار درهم في العام 2017.. ووصلت قيمة اجمالي موجودات الشركة الى 143.25 مليار درهم.

و على مستوى الأداء الخاص بشركة الاتصالات المتكاملة " دو " فقد بلغ صافي الأرباح 1.75 مليار درهم بنمو نسبته 2.2% مقارنة مع 1.711 مليار درهم في العام 2017.

وبلغ اجمالي الإيرادات مع نهاية العام 2018 نحو 13.41 مليار درهم بزيادة نسبتها 3.1% مقارنة مع 13 مليار درهم في العام 2017. وشهد اجمالي موجودات الشركة ارتفاعا إلى مستوى 17.83 مليار درهم مع نهاية العام الماضي بزيادة نسبتها 8% مقارنة مع 16.505 مليار درهم في العام 2017.

سوق دبي المالي يوفر بيانات فورية حول نسب الملكية الأجنبية في الشركات المدرجة

•• دبي -وام:

أعلن سوق دبي المالي أمس الأحد عن إطلاق النسخة الجديدة من صفحة الملكية الأجنبية في الشركات المدرجة بما يوفر للمتعاملين بيانات فورية محدثة تلقائياً كل دقيقتين خلال جلسة التداول حول نسب الملكية "الحالية" وكذلك حول الأسهم "المتوفرة" للاستثمار الأجنبي التي يتم عرضها من خلال إضافة خانة جديدة إلى الصفحة اعتباراً من جلسة تداول أمس الأحد.

وقالت مريم فكري الرئيس التنفيذي للعمليات ورئيس قطاع التقاص والتسوية والإيداع في سوق دبي المالي أن رؤية ورسالة سوق دبي المالي تركز على ترسيخ مكانته كسوق مالية إقليمية بمقاييس عالمية توفر للمتعاملين خدمات تداول وتقاص وتسوية متطورة وضمن بيئة عمل تتسم بالشفافية والعدالة وفق أفضل الممارسات العالية وتحقيقاً لهذه الغاية فإن السوق يعمل دائماً على تطوير خدمات الموقع باعتباره المصدر الرئيسي الذي يتعين على المستثمر الرجوع إليه للحصول على المعلومات والبيانات اللازمة للاستثمار في السوق.. مؤكدة حرصهم على تحسين وتوسيع نطاق صفحة الملكية الأجنبية على الموقع الشبكي للسوق بما يوفر تحديثاً للملكية الفعلية كل دقيقتين خلال جلسة التداول علاوة على إضافة خانة نسبة الأسهم المتوفرة للتملك والتداول بالنسبة لكافة المجموعات الأمر الذي يمنح المستثمرين مستويات شفافية أعلى.

ومن أبرز مزايا الصفحة الجديدة للملكية الأجنبية هي تحديث النسب في خانتي " الحالي " و " المتوفر " كل دقيقتين خلال ساعات التداول، كما يتم تحديثها كل ساعة بعد ساعات التداول في كل يوم بما يعكس أية تطورات غير مرتبطة بأنشطة التداول "إن وجدت" ..

فضلا عن إضافة خانة جديدة تحدد الأسهم المتوفرة للتملك بخلاف الأسهم المملوكة بالفعل بالإضافة إلى إعادة تصنيف فئات الجنسية لتشمل ثلاث فئات على النحو التالي:

المواطنون والخليجيون والأجانب وذلك عقب دمج فئة العرب مع الأجانب كما توفر الصفحة الجديدة خاصية البحث عن البيانات التاريخية باستخدام اسم الشركة والتاريخ.

94 % نسبة افصاح الشركات عن نتائجها المالية الأولية في 2018 بسوق أبوظبي

•• أبوظبي-وام:

أعلن سوق أبوظبي للأوراق المالية أن نسبة إفصاح الشركات المدرجة لديه بلغت 94% عن النتائج المالية الأولية السنوية للعام 2018 وذلك في حدود المهلة الزمنية القانونية المحددة بـ 45 يوما من انتهاء الفترة المالية.

فقد التزمت 61 شركة من بين 65 شركة مساهمة عامة، محلية و أجنبية، مدرجة في السوق بالإفصاح.. فيما أفصحت ثلاث شركات مساهمة خاصة من مجمل خمس شركات مدرجة في منصة السوق الثانية عن بياناتها المالية الأولية السنوية للعام 2018.

وأكدت إدارة سوق أبوظبي للأوراق المالية أن التعاون المثمر القائم بين إدارة السوق من جانب والقائمين على إدارات الشركات المدرجة لديه من جانب آخر تعاون مستمر و بناء وفي الوقت نفسه يخدم تطلعات الصالح العام الهادفة إلى تحقيق الإفصاح والشفافية في الأسواق المالية.

منوعات
الفخر

27

سنغافورة تحتفل بعشر سنوات من المشاركات الناجحة في معرض جلفود 2019

46 شركة في سنغافورة يعرضون

خيارات منتجات غذائية صحية ومناسبة

•• دبی-الفجر:

تقود مؤسسة "إنتربرايز سنافورة"، الهيئة الحكومية المعنية بتنمية التجارة وقطاع الأعمال، بالتعاون مع جمعية المصنعي الأغذية في سنافورة، 44 شركة متخصصة في صناعة الأغذية والصناعات الغذائية خلال مشاركتهم معرض جلفود 2019، وهو العام العاشر على التوالي الذي تشارك فيه سنافورة في المعرض الذي يعد من أكبر الأحداث التي تركز على الأغذية والمشروبات في العالم، حيث يقوم الشركات كترتيباً بإطلاق منتجات غذائية جديدة إما في دولة الإمارات أو الشرق الأوسط.

قال باغ تشيوع بون، الرئيس التنفيذي لمؤسسة إستربرايز سنغافورة، "تحتل المنتجات الغذائية السنغافورية قبلة دولي واسع نظراً لما تتمتع به من ابتكار وجودة واعتدال ما لها عبر السلاسل العالمية. وتعتبر منطقة الشرق الأوسط على وجه الخصوص سوقاً سريعة النمو للأغذية والمشروبات، ووجهة تصدير رئيسية لشركات الأغذية في سنغافورة، وبصفتها أحد المعارض التجارية الرائدة في دبي، يمثل معرض جلدو منصة ممتازة للشركات لتكوين شراكات تجارية واضحة من أحدث المورعين، والتواصل وإقامة شركات تجارية متنوعة مع تجار الأغذية والمزعين في الشرق والعالم."

"يسرنا هذا العام أن يشارك 46 من مصنعي الأغذية في سنغافورة، إضافة إلى معرض جلفو، وجبهة رقعة مجموعة متنوعة من المنتجات، منها فواكه وخضراوات محلية وصحية ومنتجات الألبان. لا شك أن تمييز هذه الشركات من الاستفادة من معرض جلفو للتوسع في أسواق جديدة في الشرق الأوسط وخارجها.

من صادرات سنغافورة 758 مليون دولار سنغافوري " من صادرات سنغافورة 758 مليون دولار سنغافوري، كما حلت الإمارات بين 75 منها مجلس التعاون الخليجي، ونجحت في استيراد منتجات الأغذية في المنطقة خلال العام الماضي. ونجحت في استيراد منتجات الأغذية في المنطقة خلال العام الماضي. ونجحت في استيراد منتجات الأغذية في المنطقة خلال العام الماضي.

2018 وحده يستهمل إيراد 28 شركة بين شركات الأغذية المحلية وأصحاب الامتياز والموزعين في الشرق الأوسط. اليوم، يزور أكثر من 30 شركة أغذية سنغافورية نشاطها في المنطقة.

بحسب تقرير مؤسسة دبي للتنمية الصادرات عام 2018، يتوقع أن تصل قيمة سوق المأكولات والمشروبات في الإمارات إلى 131 مليار درهم للمأكولات، و14 مليار درهم للمشروبات بحلول عام 2021. وتعد الإمارات من أكبر المستوردين للأغذية في الشرق الأوسط، مدفوعة بارتفاع عدد الزفر من المنتجات المحلية الإجمالية، وزيادة الوعي بالإنفاق، وزيادة أعداد السكان المواطنين والوافدين. وهناك أيضاً طلب مرتفع على عروض المأكولات المختلفة للتلبية كافة المتطلبات والتطلعات لدى المستهلكين، حيث تتوفر نماذج متنوعة خدمات المطاعم عبر الإنترنت، وتطبيقات توصيل الطعام، التي ألهمت الحركة، وارتفاع شعبية عربات الأهمية.

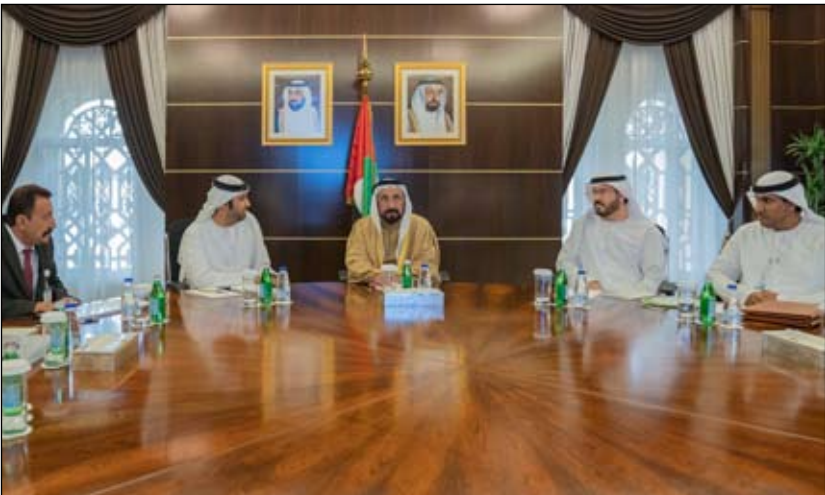
احتضالا بمرور عقد من الزمن على مشاركة سنغافورة في معرض " جلفو " ، يضيء الجناح السنغافوري منطقة الابتكار والتكنولوجيا التي تستعرض ابتكارات وعصاميات ذكية للأطعمة، ومفهوم " السوبر ماركت " الذي يتجزأ مجموعة متنوعة من العلامات التجارية السنغافورية في قطاع الأغذية، إضافة إلى مناجى جديدة في الأسواق.

سواء تستعرض شركات الأغذية السنغافورية مفاهيم غذائية غير تقليدية خيرات مريحة مثل الوجبات الجاهزة وآلات تزيد الأطعمة.4. وتقدم للبروتينات النباتية وبدائل السكر والأطعمة العادلة التي تم تطويرها في سنغافورة، والمستهة لخدمة الأولويات الصحية الوطنية في الإمارات والمملكة العربية السعودية، ولأطعمة لتلبية الطلب المتزايد على البدائل الصحية.

لأن الابتكار جزء لا يتجزأ من قطاع الأغذية في سنغافورة، تستخدم شركات تصنيع الطعام السنغافورية تقنيات مثل المعالجة بالضغط العالي، والتعليق الحراري بمساعدة الموجات الدقيقة، وذلك بهدف إطالة حياة منتجات الأغذية بدون الحاجة إلى استعمال الحفظ، والمحافظة على الجودة لغذائية والحسية لهذه المنتجات.

تدعم إبتدرياء سنغافورة الشركات السنغافورية وجوهدها لتعزيز نجاحها عبر ربط تلك الشركات بالشبكات والفرص المتوفرة خارج البلاد.

لدى إبتدرياء سنغافورة " مكتباً في دبي والرياض.



سلطان القاسمي يطلع على استراتيجية إدارة المراعي في الشارقة

•• الشارقة - وام:

استراتيجية إدارة المراعي وذلك قبل
ظهر أمس الأحد بمكتب سمو الحاكم.
و أكد صاحب السمو حاكم الشارقة
أن الإمارة تولي أهمية خاصة للحياة
النباتية وتنظيم عملية الرعي بما يوفر
البيئة المناسبة.

ووقدم وفد الدائرة في بداية اللقاء
شكره لصاحب السمو حاكم الشارقة

على دعمه المتواصل لجهود الدائرة في مختلف اختصاصاتها مؤكدا السعي لتحقيق ما تصبو إليه الإمارة وفق رؤية سموه الرشيدة في خدمة المواطنين وفي المجالات كافة.

وعرض الوفد رؤية ورسالة إدارة المراعي وأهدافها المستمدة من قانون تنظيم المراعي في الإمارة واستراتيجيتها التي

تستهدف إلى توفير الغذاء للثروة الحيوانية والتنمية المستدامة للموارد الرعوية وتطوير الأبحاث لتحسين نوعية الخدمات المقدمة لمربي الثروة الحيوانية، بالإضافة إلى مكافحة التصحر. وتشمل الاستراتيجية التحديات التي تواجه عمل الدائرة وطرق مواجهتها والفرص ذات البعد

البيئي والاقتصادي، والمواقع والمساحات التي سيتم تخصيصها للمراعي في مختلف مدن ومناطق الإمارة. وجرى طرح عدد من التوصيات المستقبلية التي من شأنها تحقيق التنمية المستدامة في المجالات الرعوية وتنمية الثروة الحيوانية والمحافظة على النباتات الصحراوية.



وأضاف "إن المجموعة ومنذ انطلاقتها عام 1972 تسعى إلى مواكبة مختلف التطورات، خاصة في ظل التطور السريع في جميع القطاعات تقنيا، ليكون لدينا أفضل الأدوات لتقديم خدماتنا الحالية

والتسويق للجديد منها في مكاتبنا التي يزيد عددها عن 100 مكتب حول منتشرة العالم، والتي أبرزها حماية حقوق الملكية الفكرية، والترجمة، والخدمات القانونية، الاستشارات، والتعليم.

بهدف تسهيل شراء وثائق التأمين على المركبات

«أبوظبي الوطنية للتأمين» تفتتح فرعين جديدين في مراكز «تسجيل» في الشارقة

•• أبوظبي-الفجر:

أعلنت شركة "أوبولي الوطني" لرئاسة للتمويل، إحدى شركات التأمين الرائدة في المنطقة في توفير حلول التأمين المجترة لعملائها من الأفراد والمؤسسات، عن افتتاح فرعين جديدين لتسجيل الركب في القاهرة؛ حيث بدأت الشركة خلال شهر ديسمبر بتقديم خدمات التأمين على الركاب في قرية تسجيل التابعة لشركة بنترول للإسارات الوطنية "أبوك"، ومن المتوقع أن يبدأ الفرع الثاني بتقديم خدماته في مركز تسجيل أبو غزالة خلال هذا الشهر.

وتعليقاً على ذلك: قال السيد أحمد
دريس، الرئيس التنفيذي لشركة
بوظبي الوطنية للتأمين: "يسرنا
إعلان عن افتتاح فرعين جديدين
للشركة في مراكز "تسجيل" لفحص
وسجل المركبات في الشارقة في خطوة
تتسجم مع استراتيجية الشركة
للهادفة إلى التركيز على احتياجات

عملائها، وتعزيز حضورها في مناطق الدولة».

من جهته، أشار سعادة سيف حميد الفلاسي، الرئيس التنفيذي لمجموعة "أيونك": "نحرص في مجموعة أيونك على تقديم أفضل خدمة من نوعها للعملاء من خلال ردهم بعروض فائقة التنوع. وقد قدمت تسجيل على مر السنين خدمات مميزة لفحص السيارات وتسجيلها

لأكثر من مليون عميل في دولة الإمارات العربية المتحدة، ولا شك في أن شراكتنا مع شركة 'أبوظبي الوطنية للتأمين' ستضيف مزيداً من القيمة لخدماتنا الحالية، وتتيح لعملائنا شراء أو تجديد تأمينهم الشخصي أو تأمين مركباتهم في مراكز 'تسجيل' تابعة لنا في الشارقة».

يشار إلى أن شركة أبوظبي الوطنية للتأمين تعمل على التوسع داخل

الدولة، حيث وصل عدد فروع ومكاتب الشركة في دولة الإمارات العربية المتحدة إلى 20. وذلك مع افتتاح الفرعين الجديدين في مراكز "تسجيل"، وتضطلع "تسجيل" بكافة الضوابط الإلزامية المطلوبة لاستكمال تسجيل المركبات و الكثير من الخدمات الأخرى، ولديها حالياً 15 فرعاً وثلاث وحدات متعلقة لفحص المركبات تتواجد في مناطق



تعاون بين الإمارات للأبنية الخضراء و«الدولي لمستقبل الحياة» بشأن الطاقة الصفرية

•• دبی - وام:

وقع مجلس الإمارات للأبنية الخضراء -المتندى المستقل الذي يهدف إلى الحفاظ على البنية من خلال تعزيز وتشجيع الممارسات المتعلقة بالأبنية الخضراء - مذكرة تفاهم مع "المعهد الدولي لمستقبل الحياة"، ويعد المعهد الدولي لمستقبل الحياة "ILFI"، منظمة بيئية غير حكومية تركز على قيم العدالة الاجتماعية والغنى والتغلب والسلامة البيئية. وكان المعهد أطلق عام 2006 "تحدي أبنية الحياة" وهو برنامج تصنيف للأبنية الخضراء يهدف إلى تشجيع ممارسات الأبنية المتجددة واستدامة البيئات العمرانية. وبموجب مذكرة التفاهم ستعاون المعهد مع مجلس الإمارات للأبنية الخضراء لتطوير شهادتي "ILFI"، للطاقات الصغرى والإنعازات الكربونية الصغرى لتطبيق برامجهما في دولة الإمارات حيث سيتم إطلاقها خلال مؤتمر مستقبل الحياة" المقرر العام الحالي.

ويتعاون الطرفان لتعزيز الوعي العام بأهمية شهادتي الطاقة الصفرية^١ والانبعاثات الكربونية الصفرية^٢ بين المئينين بالقطاع على أن يكون المجلس المدقق الحصري للشهادتين في الدولة. وتشمل مذكرة التفاهم خطوة استراتيجية هامة تدعم التحولات النوعية في قطاع البناء في دولة الإمارات بالتزامن مع دعم مبادرات مواجهة التغير المناخي وتحقيق الأهداف الرامية إلى وقف الانبعاثات الكربونية الناجمة عن تشغيل جميع الأبنية الجديدة بحلول عام 2030 وتحقيق رؤية الأبنية الشديدة الاستدامة بحلول عام 2050. وقال سعيد العبار رئيس مجلس إدارة مجلس الإمارات للأبنية الخضراء إن شراكتنا مع المعهد الدولي لمستقبل الحياة تسלט الضوء على الدور الرائد للمركز في تحقيق رؤية البيئات العمرانية ذات الانبعاثات الكربونية الصفرية في دولة الإمارات بما ينسجم مع أهداف المجلس العالمي للأبنية الخضراء واتفاقية باريس للمناخ. وأضاف أن مذكرة التفاهم تمثل منطلقاً نحو تغييرات نوعية في بيئتنا العمرانية.

لنحدد من الانبعاثات الكربونية فيها ودعم أهداف دبي الرامية للوصول إلى أقل نسبة كربونية في العالم بحلول عام 2050.

ويؤمل هذا التعاون وأرضا لترويج أعمال مركز التميز في الانبعاثات الصفراء الذي أطلقه مجلس الإمارات للانبعاثات الخضراء كمنصة تجمع الهيئات الحكومية والمؤسسات الأكاديمية وقطاع الخاص بشراكة المعارف والخبرات بما يساهم في الدفع قدما بجعله تطوير الأنبيئة ذات الانبعاثات الكربونية الصفراء في الدولة.

وتأتي مذكرة التفاهم مع المعهد الدولي لمستقبل الحياة لتدعم أهداف مركز التميز الرامية إلى تفعيل التواصل مع أكبر عدد ممكن من الجهات والمؤسسات المعنية بالحراك الدولي نحو الوصول إلى الانبعاثات الكربونية الصفرية.

من جانبها قالت أماندا ستيرجون الرئيس التنفيذي للمعهد الدولي لمستقبل الحياة "يسرنا للغاية أن نشهد مدى التزام دولة الإمارات بالأنشطة

تتطلب الانبعاثات الكربونية الصفرية من خلال هذه الشراكة التي تقدم توجهاً فيقتدي به على صعيد التعاون البناء اعتماد أفضل الممارسات وضرورة تفعيل تطبيقها بنجاح على المستوى المحلي.

وذكر أن نحو 40 بالمئة من الانبعاثات غازات الدفيئة في العالم تأتي من انبئة 28 بالمئة مرتبطة بتشغيل الأنبية مما يتطلب دوراً أكبر من قطاع البناء والإنشاءات للمساهمة في خفض الانبعاثات الكربونية على نطاق واسع.

يستضيف مجلس الإمارات للأبنية الخضراء بصورة دورية فعاليات مؤتمرات ومنتديات إقليمية وعالمية. كما حرص على تطوير سلسلة من أنشطة بما في ذلك فعاليات التواصل وورش العمل التقنية وأيام العمل وتقديم التسهيلات للبرامج التدريبية المتخصصة بقضايا تعنى مختلف المبادئ بما يلي متطلبات الأعضاء والمجتمع الإماراتي ومنطقة الشرق الأوسط بشكل عام.



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محاكم دبي
DUBAI COURTS

العدد ٢٠١٩/٢/١٨ بتاريخ

اعلان بورود التقرير بالتشر

في الدعوى ٢٠١٨/١٠٤ عقاري جزئي

الى المدعي عليه / ١- احمد كرم احمد شاشوه ٢- مريم عبدالله حسن مجهول محل الإقامة بما ان المدعي /امنه/ كرم احمد شاشوه ويمثله: راشد عبدالرازق محمد تولهك نعلمكم بان المحكمة قررت بجلستها المنعقدة بتاريخ: ٢٠١٩/٢/١١ في الدعوى المذكورة اعلاه احطاركم بـ بورود تقرير السيد الخبير المتبذ في الدعوى وقد تحدثت جلسة يوم الاثنين الموافق: ٢٠١٩/٢/٢٥ الساعة: ٠٨:٣٠ صباحا باقاعة: ch1.B.8 للتعقيب على التقرير .

رئيس الشعبة



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محكمة دبي
DUBAI COURTS

العدد ١٢٥٥٨ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٨

مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر

في الدعوى ٢٠١٩/٣٥٧ تقاري جزئي

الى المدعي عليه / ١-١ ايه بي ان تيريزيرز ش.م.م. مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / شركة تيرازو ديو ش.م.م. وميمته/ خالد كلنذر عبدالله حسين قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليها بالتضامن بمبلغ وقدره درهم (٤٩٩٩٣٢,٤٠) ورسوم والمصاريف وتعاب المحاماة والفائدة ٩% من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد التام.وحدت له جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٩/٣/١٠ الساعة: ١٠:٣٠ ص بالقاعة: 14.C.1 ch1 بدا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وأيام بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة اعيام على الأقل .



رئيس الشعبة



GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



DUBAI COURTS

العدد ١٢٥٥٨ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٨

مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر

في الدعوى ٢٨٠/٢٠١٩ تجاري جزئي

الى المدعي عليه / ١- الاوامر للتجارة العامة ش.م.م - ٢. صائق رمضان نباخته مجهول محل الإقامة بيا ان المدعي / الكابول والطلبات ش.م.م ويملكه حسين علي عبدالرحمن لوتاه قد اقام المدعي الدعوى وموضوعها مطالبة بالزام المدعي عليها بمبلغ وقدره (٢٠٠٠٠٠) درهم والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة ١٢٪ من تاريخ استحقاق الشيك وحتى السداد التام وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق: ٢٠١٩/٢/١١ الساعة ١٠:٣٠ ص الساعة: ch.1.C.13 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.



رئيس الشعبة



•• الشارقة-الفجر:

ضمن جهودها الرامية إلى الارتقاء بصناعة النشر، أطلقت هيئة الشارقة للكتاب، مشروع «ورش الإنتاج الفني»، الهادف إلى تعزيز قدرات الرسامين الإماراتيين، وتعزيز قدراتهم على ابتكار الحلول البصرية الجديدة والإبداعية لقصص وكتب الأطفال.

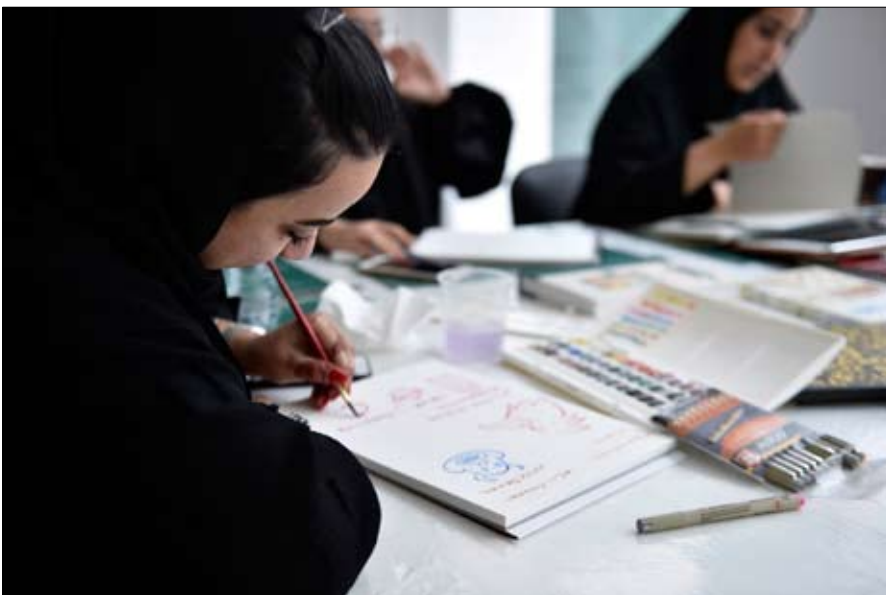
منوعات الفجر 30

في إطار استعداداتها لاختيار الشارقة «ضيف شرف» معرض بولونيا الدولي لكتب الأطفال 2020

«الشارقة للكتاب» تطلق مشروع «ورش الإنتاج الفني» دعماً لرسامي كتب الأطفال الإماراتيين

أصحاب الإبداعات الكبيرة من أجل الارتقاء بواقع صناعة الكتاب وتضمينه بإبداعات جديدة تسهم في لفت انتباه الأطفال لأهمية الكتاب وتعزيز من ارتباطهم بالقراءة والمعرفة، كما أن نتاج الورش يفتح آفاق الصغار على نماذج إبداعية جديدة تقرب لهم المفاهيم والمعاني بشكل سلس ومبتكر..

يشار إلى أن هيئة الشارقة للكتاب بدأت عملها في ديسمبر 2014، وتعمل على تشجيع الاستثمار في الصناعات الإبداعية وزيادة حصتها، وتوفير منصة فكرية للتبادل المعرفي والفكري والثقافي بين الشعوب والحضارات والثقافات، والتأكيد على أهمية الكتاب وأثره في نشر الوعي في المجتمع في ظل التطور التقني وتنوع مصادر المعرفة، واستقطاب العنيتين بقطاع الثقافة بوجه عام والنشر والطباعة والترجمة والتوثيق بوجه خاص إضافة إلى كتاب الأطفال.



الرسامين والعاملين في مجال كتب الطفل من مختلف أنحاء العالم. وقابت المجيني: تحرس الهيئة على مضاعفة خبرات ومعارف الرسامين

مختلف المدارس الفنية العالمية في هذا المجال لا سيما خلال المشاركة في معرض بولونيا الدولي لكتب الأطفال الذي يجمع نخبة من أهم

للتعرف على أنماط وأليات فنية جديدة ومتطورة، إضافة إلى إتاحة الفرصة أمامهم لتبادل أكبر للخبرات والمعارف مع نظرائهم من



الرسامين الإماراتيين نحو آفاق أكثر تطوراً وحدانية، مشيرة إلى أن المشروع يسهم في فتح النافذة أمام نخبة من المبدعين الإماراتيين

وحول هذا المشروع أشارت خولة المجيني، مدير المعارض والمهرجانات في هيئة الشارقة للكتاب إلى أن إقامة هذه الورش تسهم في قيادة إبداعات

السودان، ووليد طاهر من مصر، وفرانسيسكا فيناغا من إيطاليا، ودافيد حبشي من لبنان، وأندريا بيكلار من سلوفينيا.

ويأتي برنامج الورش ضمن استعدادات الهيئة للمشاركة في فعاليات اختبار الشارقة ضيف شرف معرض بولونيا الدولي لكتب الأطفال 2020، حيث تعقد الورش في مقر الهيئة بهدف تطوير آلية عمل الرسامين الإماراتيين، والارتقاء بقدراتهم الفنية في مجال الرسوم التوضيحية الموجهة للطفل، وتوجيههم نحو ابتكار رسوم احترافية لكتب عربية وعالمية مختارة، ليكون بإمكانهم بناء الشخصيات، والأماكن الملائمة لكتب الطفل، وتوظيف الجماليات البصرية في البيئة الإماراتية للوصول إلى قيمة فنية متميزة تسهم في إنتاج هويات بصرية جذابة لأطفال اليوم.

وخصصت الهيئة للإشراف على المشروع نخبة من الفنانين الرسامين العرب والعالميين، منهم: ناصر نصرالله من الإمارات، واسلي ميزا من المكسيك، وصلاح الحر من



الفجيرة تدعو إلى إدراج فن الطرائق بمنظمة اليونسكو بوصفه تراثاً إنسانياً

كمبادرة وطنية تهدف إلى إحياء التراث والفنون الشعبية الإماراتية من خلال تنظيم الفعاليات الدورية، مؤكداً أن الحفاظ على التراث الإماراتي يمثل هوية شعب الإمارات ويتراق مع استراتيجيات الانفتاح الثقافي للدولة وهو النهج الذي سار عليه المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه.

وفي ختام ملتقى فن الطرائق، كرم سعادة خليفة مطر الكعبي يرافقه سعادة خالد الطنحاني وعبيد اللاغش المشاركين في الملتقى.

وقال رئيس مجلس إدارة جمعية الفجيرة الثقافية خلال مداخلة على هامش الملتقى إن الجمعية بصدد تجهيز ملف كامل عن فن الطرائق لعرضه على الجهات المسؤولة عن التراث في الدولة بهدف تقديمه إلى منظمة "اليونسكو" كتراث إنساني حي مشيراً إلى ضرورة تسليط الضوء على التراث الثقافي لدولة الإمارات، وتشجيع التنوع الثقافي والإبداع البشري، وتعزيز استمرارية الفنون التراثية الأصيلة.

وأعلن الطنحاني إطلاق الجمعية "المجلس التراثي"

التراث الإماراتي الأصيل والفنون الشعبية. ودعا المشاركون الجهات المسؤولة والمعنية بالتراث إلى إرساء أسس الفنون الشعبية وتكريسها ضمن المهرجانات الفنية بهدف تعريف الأجيال الصاعدة على إرث الآباء والأجداد، والمساهمة في نشر هذه الفنون للحفاظ عليها.

وأدى المشاركون نماذج من فن الطرائق الذي يعد لونا شعريا مكونا من سبعة أشطر ويسمى (مسبح) والشرط منه يسمى طريقة وقد يتكون من ستة أشطر أو خمسة أشطر.

استضاف الملتقى في نسخته الأولى نخبة من الفنانين والباحثين التراثيين من بينهم عبد الفرج وإبراهيم جمعة والدكتور حمد بن صراي والدكتور سعيد الحداد وفصل المريخي وعبد الله الهامور فيما حل معهد الشارقة للتراث ضيف شرف على الملتقى.

وطالب المشاركون في الملتقى بإدراج فن الطرائق في منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة "اليونسكو" كتراث إنساني حي وتصنيفه ضمن القائمة التمثيلية للتراث الثقافي غير المادي للبشرية، مؤكداً أهمية إحياء

نظمت جمعية الفجيرة الاجتماعية الثقافية بالتعاون مع جمعية دبا للثقافة والفنون والمسرح "ملتقى فن الطرائق الأول" تحت شعار "تراثنا تسامح" في القرية التراثية بدبا الفجيرة.

حضر الملتقى سعادة خليفة خميس مطر الكعبي رئيس غرفة تجارة وصناعة الفجيرة، وسعادة خالد الطنحاني رئيس جمعية الفجيرة الاجتماعية الثقافية وعبيد اللاغش رئيس جمعية دبا للثقافة والفنون والمسرح، وجمهور غفير من المهتمين بالفنون التراثية.

الملتقى الفكري بالشارقة يستعرض المسيرة التاريخية للمسرح الخليجي

ونتائجها، أدت إلى انفصال الممارسة المسرحية عن التراث الخليجي، وابتعادها كلية عنه.

كما اعتبروا ان الغناء الشعبي بالحاجة الماسة إلى الدراسات المتعلقة بطرق توظيف الأغنية في المسرح، وكون الكتاب يندر أن يوظفوها في نصوصهم، ويندر أن يلتفت إليها للنقاد بالدراسة، أما المخرجون فإنهم إن وظفوا الأغنية فغالباً ما يكون وعيهم قاصراً عن بلوغ الدلالة البعيدة للأغنية، وقاصراً عن استغلالها درامياً وأدائياً، فتأتي الأغنية في الغالب كفاصل بين مشاهد، ولا تظهر طاقاتها الكلية مؤكدين ان الأغنية الشعبية يمكن أن تؤدي دورين بارزين في العرض المسرحي، أولهما الدور الدرامي والدور الثاني للأغنية هو الدور الأدائي.

من جهة أخرى وفي إطار سهرات المجلس المسرحي الذي يصاحب فعاليات الدورة الثالثة من مهرجان الشارقة للمسرح الخليجي نظمت ليل أمس الاول محاضرة ثقافية تحت عنوان "المسرح الكويتي ودراما التلفزيون: اتصال أم انفصال" وركزت مداخلتها على العلاقة بين الخشبة والشاشة: كيف تطورت؟ وما هي ملامح التأثير والتأثير بين ما ينتج في المسرح وما تقدمه دراما التلفزيون؟.

وقد أدار السهرة وقدم لها عبد الله العابر، الذي توجّه بالشكر إلى صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، على دعم ورعاية المهرجان.

استعرض عدد من المسرحيين الخليجيين المسيرة التاريخية للمسرح الخليجي علاقة النشأة والتطور فيه بالموثوث الشعبي، ومدى فاعلية ذلك الموثوث في الحقب الأولى لنشوء الظاهرة داعين الى إعادة تأمل وتقييم مشاريع عروض التجربة المسرحية الخليجية المعاصرة التي أضحت منصرفه عن الموثوث الشعبي.

جاء ذلك خلال جلستين للملتقى الفكري المصاحب لمهرجان الشارقة للمسرح الخليجي الذي يقام هذا العام تحت موضوع "المسرح الخليجي والمثوث الشعبي" حيث تحدث في الجلستين اللتين ادارهما فيصل الضحطاني من الكويت عبد الله يوسف من البحرين والدكتور سامي الجمعان من السعودية وجاسم البطاشي، من سلطنة عمان، وسكينة مراد من الكويت، وعبد الله سويد من البحرين.

واوضحوا ان البدايات البسيطة للحركة المسرحية الخليجية، التي كانت على أيدي طلاب هواة في المراحل الأولى من الدراسة، أدت إلى تكوين فرق داخل المدارس، ثم تكوين أندية مستقلة، وفرق أهلية شكلت النواة الأولى لعمل مسرحي متواصل حيث كان أولئك الرواد على وعي تام بأهمية المسرح ودوره في المجتمع، وعلى ارتباط وثيق بالمجتمع الا أن هذا الإنجاز الكبير الذي حققه الرواد، وتأسست عليه الحركة المسرحية الخليجية بكل أبعادها، لم يستمر طويلاً، ولم يظل متصاعداً، فقد جاءت فترة أخيرة هي التي نعيش اليوم تجلياتها



منوعات الفكر 31



أمل بوشوشة... طفلة مجدداً

أمضت الفنانة الجزائرية أمل بوشوشة لحظات ممتعة، إذ لعبت ومرحت والتقطت لنفسها صوراً تذكارية، كما تنزهت بالدراجة. ونشرت بوشوشة عبر صفحتها على أحد مواقع التواصل الاجتماعي، مقطع فيديو ظهرت فيه بقمة السعادة والحيوية تغطي ملامحها، حتى أنها عبرت عن استمتاعها بوقتها وعلقت على الفيديو، قائله: (أشعر بأنني عدت طفلة مرة أخرى).

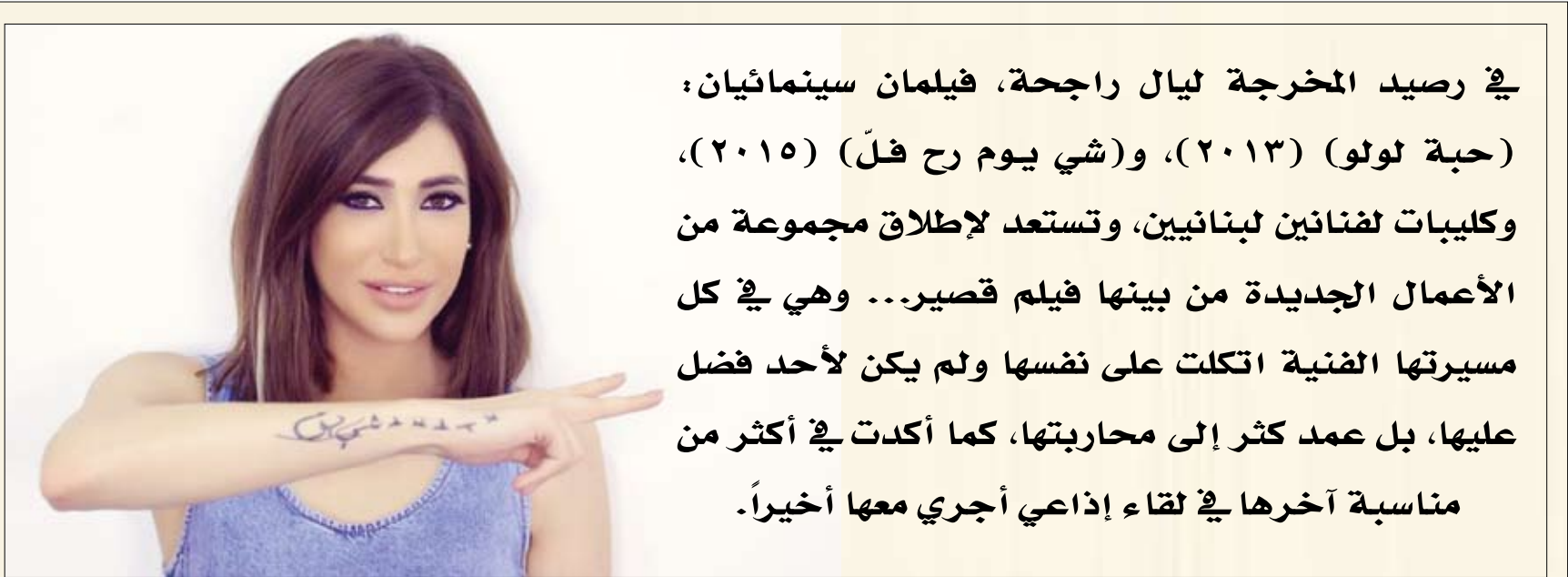
من ناحية أخرى، تنتظر أمل بوشوشة عرض مسلسلها الجديد (دولار)، الذي تشارك في بطولته مع عادل كرم، والعمل قصة محمود إدريس، وسيناريو وحوار هشام هلال وحيدر الصفار، وإخراج سامر البرقاوي.



ماغي بو غصن تثير التساؤلات على الإنستغرام

أثارت ماغي بو غصن التساؤلات بتعليق نشرته على حسابها عبر موقع (إنستغرام)، إذ قالت: (هل السوشال ميديا زادت أمراض البعض؟ أم أصبح للمرضى النفسيين منبر). وتلقت الممثلة اللبنانية رسائل عدة حول الموضوع، وعلق كثيرون: (الانثان معاً).

من جهة أخرى، زارت ماغي بو غصن العاصمة السورية دمشق للقاء الجمهور السوري خلال العرض الأول لفيلمها الجديد (تايم أوت)، من إخراج رامي حنا، وسيناريو وحوار كلود صليبيا، وإنتاج (إيفل فيلمز). وبطولة: ماغي بو غصن، ويورغو شلوب، ووسام صباغ، ووسام سعد (أبو طلال)، وبيار شمعون، وسمارة نهرا، وماسة حبيب، وهند باز، وزينة زيادة، وكريستيان الزغبى، وغيرهم.



تستعد لإطلاق مجموعة من الأعمال الجديدة من بينها فيلم قصير

المخرجة ليال راجحة: ليس لأحد فضل عليّ في نجاحي

أكدت المخرجة ليال راجحة أن عائلتها وحدها تساندها وأن زوجها السابق الإعلامي فيني رومي لم يكن له دور في مسيرتها الفنية وأن والدها أنتج فيلميها. جاء ذلك في حوار مع الدكتور عماد عبيد على أثير إذاعة لبنان الثقافية.

أضافت: (ليس لفنيي (أو غيره) فضل عليّ في نجاحي، لم يعرفني إلى أحد، باستثناء الفنان غدي، الفيلم كان من إنتاج والدي، والفضل لله وأهلي لا غير).

تابعت: (لم يفتح لي أحد أي باب، بل على العكس كانت ثمة محاولة لإغلاق الأبواب أمامي، لكن الله معي باستمرار)...

وحول سبب طلاقها قالت: (مرّت سنوات على ذلك، كلّ شخص يعرف أخطأه وما اقترفه. طويت هذه الصفحة في حياتي وعلمت أن زوجته حامل، أتمنى خلاصها بالسلامة).

أستلة سريعة

ضمن فقرة أعط صفة لـ: وصفت ليال راجحة عادل كرم بأنه صاحب قلب طيب، لورين قديح: مجنونة فنّ، فيني رومي: مُحِب، جوي كرم: ملاك، ليال راجحة: مُحاربة، نادين لبكي: ذكية.

في فقرة من أفضل؟ اعتبرت آدم أفضل فنان، واليسا أفضل فنانة. وفي فئة أفضل ممثل سُمّت: رودريغ سليمان، ومازن معضم، وعبدو شاهين، والياس الزايك، لافتة إلى أن هؤلاء يحضّرون فيلماً قصيراً معها، كذلك هي معجبة ببدیع أبو شقرا.

بالنسبة إلى أفضل ممثلة سُمّت: لورين قديح، وأفضل مخرج: ليال راجحة وإيلي السمعان، وأفضل مسلسل: (ثورة الفلاحين)، وأفضل فيلم سينمائي: (كثير كبير) و(قصة ثواني).

في فقرة نعم أم لا؟ أجابت على النحو التالي: السينما تتطوّر في لبنان؟ نعم. أحضّر لنجاحات جديدة؟ نعم. سأشارك في ديو المشاهير؟ نعم. حوريت؟ نعم. جمعت ثروة؟ نعم. زمن الفيديو كليبات ولى؟ نعم ولا. مع إقرار قانون الإعدام؟ نعم. مع الزواج المدني؟ نعم. سأمثل؟ ممكن. مغرمة؟ نعم.

قصص من الواقع

في فيلميها (حبة لولو) و(شي يوم رح فل)، ركزت المخرجة ليال راجحة على تناقضات الواقع الذي يظلم المرأة بحجة العادات والتقاليد. لذا اعتمدت الجرأة في طرح القضايا بهدف الإضاءة على معاناة الإنسان عموماً والمرأة خصوصاً، والتوعية على ضرورة نبذ العقليات المتحجرة والانفتاح لبناء مستقبل أفضل يقوم على أسس عقلانية ومنطقية بدل الانجراف بشكل أعمى وراء العادات والتقاليد...

في (حبة لولو)، صورت المخرجة ليال راجحة الآثار النفسية التي خلفتها الحرب التي عصفت بلبنان.

يتمحور الفيلم حول فاتن عبدالله الملقبة بـ(لولو)، فتاة عاشت مآسي الحرب ولدى خروجها، في أحد الأيام، من الملجأ، حيث كانت تختبئ من القصف، تجلب الطعام، تتعرض للاغتصاب من ضابط.

ولم يطل الوقت حتى يظهر عليها الحمل، فيتعامل معها والداها بما تفرض عليهما العادات والتقاليد غير أبيهين بوضعها النفسي، ويخيرانها بين الإجهاض أو ترك المنزل، فتقرر ترك المنزل والعيش وحدها مع ابنتها ليال، من دون أن تتمكن من استخراج أوراق ثبوتية لها.

تكبر ليال وتتعرف إلى كريم وتعيش معه قصة حب تؤدي إلى الزواج، لكنهما سرعان ما يقفان إلى جانب جارتها حلا بعد تعرّضها لحادث يشبه ما تعرضت له فاتن، وتقرر بدورها الاحتفاظ بالطفل.

أما في (شي يوم رح فل)، فتركز على قيمة الإنسان بحد ذاته بغض النظر عن المادة وأن السعادة والصحة لا يمكن شراؤهما بالمال.

يتمحور الفيلم حول شاب (يؤدي دوره عادل كرم)، يعيش حياته وفق ما تمليه عليه الغريزة لا العقل والقلب، وينغمس في عالم اللذات والمتاجرة بالمنوعات لجمع ثروة، ويلقى القبض عليه ويُرَج في السجن.

بعد خروجه، يستمر في الخط الذي انتهجه لنفسه من دون أن يحاول التغيير، إلى أن يلتقي ثلاث نساء: الأولى (لورين قديح) تويّج زوجها، والثانية (جوي كرم) تترك زوجها بعد اكتشافها شذوذه، والثالثة (إلهام أبي راشد) تكتشف أن حياتها انتهت بعد إصابتها بالسرطان وتقرر هجر حبيبها... فيعيش معهن قصصاً متناقضة تجعله يتعرف إلى قيمة الحياة ومعناها الحقيقي...

كليات وتجديد

درست المخرجة ليال راجحة الإخراج السينمائي في جامعة سيدة اللويزة، وحازت شهادة الماجستير في الصحافة والعلاقات العامة. إلى جانب فيلميها السينمائيين، أخرجت مجموعة من الكليات لفنانين لبنانيين من بينهم: نانسي عجرم، وكارلوس عازار، ويلي اسكندر، وباسكال مشعلاني، ونورهان... وتتميز كليباتها بجرأة في الطرح وإظهار الفنانين بإطلالات جديدة ومغايرة عن الصورة النمطية التي اعتاد الجمهور رؤيتها فيها، لذا حققت نقلة نوعية ورسمت لنفسها خطاً تميز بخصوصية وفردية.

بعد طلاقها من زوجها رجل الأعمال محمد حلاوة منذ ما يقرب من عام، ترددت أنباء مؤخراً حول ارتباط الفنانة المصرية ياسمين عبد العزيز مرة أخرى.

شقيق ياسمين، الفنان وائل عبد العزيز، خرج عن صمته لينفي صحة هذه الأنباء تماماً، مبدياً استيائه الشديد من إطلاق الشائعات حول شقيقته.

وائل كتب، على حسابه الخاص على موقع التواصل الاجتماعي: (ياسمين عبد العزيز مش مرتبطة بحد ومش

وائل عبد العزيز ينفي ارتباط اخته ياسمين عبد العزيز

فاضيه غير لشغلها وبيتها وارحمونا (بقا). يُذكر أن ياسمين عبد العزيز أعلنت عن انفصالها عن زوجها ووالد أبنائها محمد حلاوة بعد زواج استمر 12 عاماً، بينما لم تذكر أي أسباب للانفصال.

طليق ياسمين ارتبط بعد ذلك بالفنانة ريهام حجاج، والتي تعرضت للكثير من الانتقادات بسبب ارتباطها بمحمد حلاوة.

ولكنها دافعت عن نفسها وقالت إنها لم ترتكب جريمة وتزوجت على سنة الله ورسوله،

بعد طلاقها من زوجها رجل الأعمال محمد حلاوة منذ ما يقرب من عام، ترددت أنباء مؤخراً حول ارتباط الفنانة المصرية ياسمين عبد العزيز مرة أخرى.

شقيق ياسمين، الفنان وائل عبد العزيز، خرج عن صمته لينفي صحة هذه الأنباء تماماً، مبدياً استيائه الشديد من إطلاق الشائعات حول شقيقته.

وائل كتب، على حسابه الخاص على موقع التواصل الاجتماعي: (ياسمين عبد العزيز مش مرتبطة بحد ومش



الفكر

وداعاً للشخير.. حل ذكي لنوم هادئة



إذا كنت ممن يعانون الشخير ليلاً أثناء النوم، فإن التكنولوجيا باتت قادرة على تقديم حل ناجع يريحك من اضطرابات صحية خطيرة.

وبحسب موقع (إنفيرس)، فإن جهازاً ذكياً وصغيراً يسمى (سمارت نورا) Smart Nora يستطيع إراحة النائم من خلال تحريك المدة، حيث يتألف الجهاز من قطعة توضع تحت المدة، وأخرى تعلق على جدار السرير.

ويستطيع الجهاز رصد صوت الشخير بدقة، ويقوم عندها بنفخ الجزء الموجود تحت وسادة النوم حتى يتنفس النائم على نحو أفضل، ويتوقف عن الشخير.

وتعتمد هذه التقنية على تحريك رأس النائم بشكل سلس

دون إيقاظه لأجل جعل الهواء يتدفق دون صعوبة؛ إذ يقوم هذا الجهاز بتحريك أجزاء من الرأس والرقبة كما يحفز العضلات المسؤولة عن كبح تدفق الهواء أثناء الشخير.

وقال عشرات الآلاف من الأشخاص الذين جربوا هذا الجهاز: إنهم تمكنوا من النوم بصورة أفضل، أما من لا يشخرون فتخلصوا بدورهم من الإزعاج الذي يسببه شركائهم بسبب الصوت الليلي المزعج.

وكشفت دراسات الطبية أن الشخير ينذر الشخص النائم بمشكلات صحية خطيرة تصل إلى تهديد صحة القلب إلى جانب الاضطراب للاستيقاظ عدة مرات خلال الليل بسبب مصاعب الاختناق والتنفس.

6 عادات يومية تصيب بالأمراض وتسبب الوفاة

حذر خبراء الصحة من بعض العادات السيئة التي تتسبب في إصابة الإنسان بالأمراض، وربما تسبب في وفاته. ومن هذه العادات:

- تناول الطعام أثناء العمل: تسبب زيادة الوزن بالإصابة بأمراض القلب.
- الحمل البدني: تسبب النوح الثاني من داء السكري.
- التنظيف السريع للأذن: تسبب تمزيق طبلة الأذن.
- المراسلة أثناء السير أو القيادة: قد تسبب وقوع الحوادث.
- المضغ أثناء مشاهدة التلفاز: تسبب زيادة الوزن والتهاب المفاصل.
- تدخين السجائر: تسبب العديد من أنواع السرطان، كما تؤثر على صحة الأطفال.

4 مجموعات من الأغذية تزيد حب الشباب

يشتهب الخبراء دائماً في عدد من الأغذية وراء مشاكل الجلد والبشرة، ولذلك يؤكدون ضرورة تجنب هذه المنتجات إذا لاحظت وجود أي مشاكل في بشرتك، وهي:

-منتجات الألبان: ترتبط الدراسات بين تناول منتجات الألبان، وبشكل أكثر تحديداً منتجات الألبان قليلة الدسم، مع حب الشباب عند المراهقين والشباب، وإحدى النظريات تقول: إن عامل النمو الشبيه بالأنسولين في الألبان يحفز الغدد الدهنية بالبشرة، ما يؤدي إلي معظم هذه المشاكل.

- الكربوهيدرات المكررة: تقوم أجسامنا بتحويل الدقيق المكرر والسكر في المخبوزات، بما في ذلك المعجنات والكسرات والخبز والعديد من الأطعمة المصنعة إلى الجلوكوز، مما يرفع مستويات الأنسولين ويزيد من إنتاج الزهم المؤدي إلى عدد من مشاكل البشرة، وقد وجدت دراسة أجريت في عام 2012 أن المشاركين الذين تناولوا كميات أقل من السكر، وعدد أقل من المعجنات والكعك كان لديهم معدلات أقل من حب الشباب.

- الشكولاته: يناقش الخبراء دائماً ما إذا كانت الشكولاته تسبب حب الشباب أم لا، وكيف تؤدي إلى ذلك وما هي الأسباب؟

ولكن هناك دراسة صغيرة أجريت عام 2017 قالت: أن السبب في ذلك ليس مجرد تحميل الدم لنسبة سكر زائدة، فقد أعطوا طلاب إحدى الكليات الذين يعانون من حب الشباب إما حبوب الفاصولياء أو شكولاته الحليب، زادت مشاكل حب الشباب لدى مجموعة الشكولاته بعد 24 ساعة، وبعض الأبحاث تشير إلى أن حتى الشكولاته الداكنة تؤدي إلى استجابة من نظام المناعة أكثر عدوانية للبيكتريا المسببة لحب الشباب، ومن ثم زيادة الالتهاب.

- مسببات الحساسية الغذائية: عندما تأكل مسبباً للحساسية، يقوم جهاز المناعة الخاص بك بإنشاء أجسام مضادة محددة تطلق الهيستامين لمهاجمة الغزاة المدركين، وهذا يمكن أن يؤدي إلى الأكزيما، ومظاهر مختلفة من الحساسية تنعكس على الجلد وقد تؤدي أيضاً إلى تهيج، وبالمثل يمكن للحساسيات الغذائية أن تعطل ميكروبات الأمعاء وتؤدي إلى مشاكل جلدية، ولذلك يمكن أن يساعدك اختبار الحساسية والنظام الغذائي على تحديد المحفزات، ومن ثم تجنبها.



الممثلة يونغ مي تجمل جائزة الدب الفضي لأفضل ممثلة، بعد حفل توزيع جوائز مهرجان برلينال السينمائي الدولي التاسع والستين في برلين. رويترز

قرأت لك

الأناناس



تحتوي فاكهة الأناناس على العديد من الفيتامينات والمعادن المهمة للجسم، كما تحتوي على مضادات الأكسدة والإنزيمات التي تكافح الأمراض.

غني بمجموعة خاصة من مضادات الأكسدة تسمى فلافونويدات التي يتشرع ستة آلاف نوع. والوجبة الغنية بمضادات الأكسدة تقلل مخاطر الإصابة بأمراض مزمنة مثل السكري والقلب.

يساعد الأناناس على الهضم عبر مجموعة من الإنزيمات تسمى بروميلين التي تفتت جزيئات البروتين مما يسهل هضمها.

يقلل مخاطر الإصابة بالسرطان

يساعد ما به من انزيمات وفيتامينات ومعادن في تقوية جهاز المناعة.

تخفيف آلام المفاصل

تخفيف آلام جراحات الأسنان

يذكر أن كوب واحد من الأناناس يحتوي على 82.5 سعر حراري ويوفر 131 بالمئة من احتياجات الجسم اليومية من فيتامين سي وكذلك 76 بالمئة من الاحتياجات اليومية من المنجنيز.

سؤال وجواب

- **سور الصين العظيم أطول بناء أنزه الانسان يبلغ ارتفاعه 39 قدما وعرضه 33 قدما فكم يبلغ طوله ؟**
- **2400 كم**
- **ما اقصى مدى لنمو الشعر في السنه الواحدة ؟**
- **15 سم**
- **أين و متى استخدم نظام إشارة المرور لأول مرة في العالم ؟**
- **أمريكا عام 1918 م**
- **تستقبل أكبر محطة للسكة الحديد في العالم مانتى الف شخص و توجد في ؟؟**
- **نيويورك**
- **من مؤلف كتاب الإبانة عن أصول الديانة ؟**
- **أبو الحسن علي بن اسماعيل الأشعري**

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الجسم البشري يتكون من 206 قطعة عظم
- هل تعلم أن الزرافة لطول رقبتها فهي لا تنام في اليوم الواحد إلا تسع دقائق و ليست على مرة واحدة إنما على ثلاث مراحل كل مرة ثلاث دقائق
- هل تعلم أن شرايين الجسم البشري يبلغ طولها 600000 كم
- هل تعلم أن الحوت يستطيع البقاء تحت المياه بدون تنفس
- هل تعلم أن الحوت الأزرق هو أكبر حيوان على الكرة الأرضية
- هل تعلم أن الحيتان الزرقاء تستطيع التخاطب بواسطة غنائها على مسافة850 كم
- هل تعلم أن نافورة الماء التي تدفع من رأس الحوت فوق جمجمته يصل إرتفاعها أحيانا إلى 9 أمتار
- هل تعلم أن وزن الفيل يصل إلى 5 أطنان ومع ذلك تصل سرعته إلى 40 كم / الساعة
- هل تعلم أن المشوار الذي يقطعه الدم في مجراه كل يوم يبلغ 168 مليون ميل
- هل تعلم أن الطفل الطبيعي يبدأ في تركيز عينيه على الأشياء المتحركة وتحريك أطرافه في الأسبوع السادس من العمر ، وفي الفترة ذاتها يستجيب للأصوات المفاجئة
- هل تعلم أن صداع الشقيقة يصيب الأطفال أيضا ولكن بنسب أقل مما يصيب الكبار
- هل تعلم أن بعض حالات الروماتيزم وروماتيزم المفاصل يعالج بكمادات الثلج وتلقى نجاح كبير

قصة الراعي

كان أحد الرعاة ويدعى حنظلة يعبر الصحراء مشيا على قدميه وسط لهييب الحر وحرارة الشمس وقد اصابه الجوع والعطش .. وفي أثناء ذلك وجد جملا يعبر الصحراء وحيدا فمشى معه حتى عداه الجمال إلى ماء عذب ،وهناك شرب حنظلة وارثوى كثيرا ولكن الجمال أخذ يشرب ويشرب وكأنه لايشعب أبدا ولم يكن حنظلة يعرف أن الجمال يملأ سنامه حتي يستطيع أن يحمله ويعبر معه الصحراء ،وبعد فترة سار الاثنان حتى وصلا إلى واحة تسكنها قبيلة كبيرة نزل فيها ضيفين كريمين ومكث فيها يومين حتى خيرهما كبير القبيلة من أن يعيشا معهما كأنهما فردان من القبيلة او يحملان الزاد والزواد ويرحلان فاختار حنظلة أن يعيش وسط افراد القبيلة .

أخذ حنظلة يفكر كثيرا فيعمل يدر عليه ربحا يكفيه شر السؤال وهنا تذكر ماكان يفعله الجمال حينما ملأ سنامه بالماء ليستفيد منه اثناء الرحلة فجاءت له فكرة جميلة واخذ يبحث عن جلود الحيوانات القوية ثم ينظفها جيدا ويجعلها ملساء لامعة نظيفة خالية من الرائحة وبعد ذلك يقوم بخياطة متينة ولايترك منها غير رقبة طويلة تربط منها بعد أن تملأ بالماء ليحملها من اراد السفر فوق ظهره لتعينه على العطش وسط الصحراء ،وهكذا راجت فكرة حنظلة واطلق عليها اصحاب القبيلة وعاء الماء الجلدي ومنهم من اسماها قربة ومنهم من اسماها مطرلة لأنها تحتفظ بالماء نظيفا طاهرا فعاش حنظلة في وسطهم كريم النفس عزيزا بما يكسبه من صناعة القربة وبعد ذلك لجأ إلى طريقة أخرى للتكسب لم يكن يجيدها افراد القبيلة فقد كان يجيد صناعة بعض الاثاثات من الاخشاب فكان يثقت صناعة الاواني الخشبية وصناعة القوارب وغيرها فاستعان بالمواد الصمغية المستخرجة من الاشجار وحوافر الذبائح واستعان ايضا بامعاء الحيوانات الذبيحة واشياء كثيرة ليتقن عمله ولتخرج من بين يديه اشياء جيدة الصنع فاستطاعوا ان ينزلوا إلى النهر الصغير بقواربهم المتينة وعلمهم صيد الاسماك وتعليقها كما صنع لهم بعض الادوات الموسيقية البيئية وكان ايضا يعلمهم زراعة بعض انواع الخضروات والفاكهة حتى تحولت الواحة إلى جنة صغيرة تسكنها قبيلة سعيدة سميت بعد ذلك باسم حنظلة بعدها تزوج حنظلة من ابنة شيخ القبيلة واستحق أن يكون فخرا لهم وعنوانا لهم في كل أعمالهم الطيبة .

مساحة للتلوين

