

منوعات الفكر 23

يمكن أن يؤدي الحصول على علاج يومي لأشعة الشمس إلى تعزيز صحتك العامة، مع بحث جديد يربط الوقت الذي تقضيه بالخارج مع مزاج أفضل وتحسين النوم وانخفاض خطر الإصابة بالاكتئاب مدى الحياة.



يخفض خطر الإصابة بالاكتئاب

الفوائد الصحية الحقيقية للخروج في الهواء الطلق

النوم. ووجدت دراسات سابقة من كاي ورفيقه أن ما يقرب من نصف المنازل "في دراسة أجريت في مليون" لديها ضوء ساطع بما يكفي لقمع الميلاتونين بنسبة 50%. على الرغم من أن الحساسيات الفردية للضوء الاصطناعي تختلف بشكل كبير. وفي هذه الدراسة الأخيرة، شرع كاي وزملاؤه في تحديد كيفية ارتباط مقدار ساعات النهار التي تقضي بالخارج بالمزاج والنوم والنتائج الصحية، وهو أمر درس بدرجة أقل من التأثيرات السلبية للضوء في الليل. وأظهر التحليل أن الحصول على مزيد من الضوء في أي وقت بين الفجر والغسق كان مرتبطًا بتحسين الحالة المزاجية وتحسين النوم، فضلاً عن انخفاض خطر الإصابة بالاكتئاب وتقليل استخدام الأدوية المضادة للاكتئاب. ورُبطت كل ساعة إضافية من الضوء الطبيعي أيضاً بانخفاض احتمالات الإصابة بالاكتئاب على مدى الحياة، واستخدام أقل لمضادات الاكتئاب، وزيادة السعادة. وأولئك الذين أبلغوا عن حالة مزاجية أفضل وبنامون مع المزيد

وأظهرت الأبحاث السابقة أن قضاء الوقت في الهواء الطلق وفي الطبيعة له مجموعة من الفوائد الصحية، قد يكون جزء منها مرتبطاً بالضوء الطبيعي باعتباره أهم إشارة بيئية لإيقاعات الجسم اليومية. وقد يكون عدم الحصول على ما يكفي من الضوء الطبيعي عاملاً رئيسياً يساهم في تدني الحالة المزاجية ومشاكل النوم التي ترتبط أيضاً بالاكتئاب واضطراب المزاج الشائع وأحد الأسباب الرئيسية للإعاقة في جميع أنحاء العالم. وتشرح المجموعة في ورقته البحثية: "تطور البشر في بيئة ذات تمييز واضح بين الليل والنهار، لكن بيئتنا الحديثة طغت هذا التمييز". وفي هذه الأيام، يقضي الأشخاص "معظم ساعات الاستيقاظ في ظروف الإضاءة المتوسطة والصناعية، بسبب انخفاض التعرض لأشعة الشمس والتعرض الساطع نسبياً للضوء الليلي". ويمكن أن يؤدي هذا إلى اضطراب النوم لأن الضوء يثبط الميلاتونين، وهو هرمون يعزز

ويقول عالم النفس وباحث النوم شون كاي، من جامعة موناش في مليون بأستراليا، والذي أظهرت دراسته التجريبية السابقة كيف يؤثر الضوء الاصطناعي على النوم وعلى إيقاعات الساعة البيولوجية: "الحصول على ضوء ساطع في النهار لا يقل أهمية عن تجنب الضوء في الليل". وفي هذه الدراسة القائمة على الملاحظة الجديدة، نظر كاي وزملاؤه في تأثير التعرض للضوء في الهواء الطلق على النوم والحالات المزاجية لدى أكثر من 400 ألف شخص في البنك الحيوي بالملكة المتحدة، وهي دراسة كبيرة أجريت على البالغين في المملكة المتحدة تجمع معلومات عن كل شيء بدءاً من التمارين وعادات النوم وحتى التشخيصات الطبية والنتائج الصحية. وسُئل الناس عن مزاجهم وأدويتهم والوقت الذي يقضونه في الهواء الطلق في يوم عادي في الصيف والشتاء، من بين أمور أخرى. وفي المتوسط، أفاد البالغون في المملكة المتحدة في الدراسة أنهم يقضون حوالي 2.5 ساعة من النهار في الهواء الطلق.



ويمثل امتصاص بعض أشعة الشمس في ساعات النهار تحدياً لعمال الورديات الذين يعملون ضد إيقاعات الساعة البيولوجية العادية. وتشير بعض الأبحاث إلى أن تحدي ساعة جسمك الطبيعية ليس جيداً للصحة العقلية، وفقاً لدراسة حديثة أخرى تحلل بيانات البنك الحيوي في المملكة المتحدة، والتي وجدت أن الأشخاص الذين كانوا غير محاذين لساعة أجسامهم الطبيعية كانوا أكثر عرضة للإبلاغ عن الاكتئاب ولديهم رفاة أقل. ولكن الأمر المثير للاهتمام هو المقارنة بين نتائج الدراسة حول مخاطر الاكتئاب، واستخدام مضادات الاكتئاب، ومجموعة الأدلة المتزايدة التي تشير إلى أن العلاج بالضوء هو علاج فعال ولكنه غير مستغل بشكل كافٍ لعلاج الاكتئاب، خاصة مع الأدوية. ونُشرت الدراسة في مجلة الاضطرابات العاطفية Affective Disorders.



عبر اختبار بسيط

علماء يزعمون أن مرض ألزهايمر قابل للاكتشاف قبل ظهور الأعراض

توصل العلماء إلى أن مرض ألزهايمر يمكن اكتشافه قبل سنوات من بدء المريض في إظهار الأعراض.

ومن المعروف أنه عادة ما يتم التقاط حالة التدهور المعرفي فقط، عندما يبدأ شخص ما في النسيان والارتباك، لكن الباحثين في جامعة غلاسكو، اكتشفوا أن الأفراد الأصحاء المعرضين لخطر وراثي أعلى للإصابة بمرض ألزهايمر قد يظهرون اختلافات في بنية الدماغ ودرجات الاختبارات المعرفية، ما يمكن أن يسלט الضوء على الأشخاص الأكثر عرضة للخطر.

دليلاً إضافياً على النظرية القائلة بأن بعض التغييرات الدماغية المرتبطة بمرض ألزهايمر يمكن أن تبدأ قبل سنوات عديدة من ظهور أعراض مثل فقدان الذاكرة، إلا أنها في الواقع، نظرت فقط إلى الأشخاص من خلفية أوروبية من البيض، لذلك لا يزال يتعين إثبات وجود ارتباط بين العوامل الوراثية والتغيرات التي تطرأ على الدماغ بالنسبة لأولئك في المجتمعات العرقية الأخرى.

المعرض لخطر الإصابة بمرض ألزهايمر بدقة في وقت لاحق من الحياة، فقد يكون ذلك بمثابة تغيير حقيقي للعبة". ويشار إلى أن الاكتشاف المبكر للأشخاص المعرضين لخطر أكبر لديه القدرة على تمهيد الطريق لعلاجات جديدة في المستقبل ومساعدة الباحثين على فهم أسباب تطور الأمراض مثل مرض ألزهايمر. وعلى الرغم من أن الدراسة، التي وُصفت بالكبيرة، تُظهر

وكان لديهم أيضاً ذكاء منخفض وقدرة أقل على التفكير وحل المشكلات الجديدة. وقالت راتشانا تانك، طالبة الدكتوراه في جامعة غلاسكو والمؤلفة الرئيسية للدراسة: "قد تكون آثار المخاطر الجينية واضحة قبل تشخيص الخرف السريري بوقت طويل. وعلى الرغم من أننا لا نستطيع أن نقول على وجه اليقين إن هذه الاختلافات هي علامات مبكرة للخرف في حد ذاته، فمن المهم أن نقوم بمزيد من البحث في هذا المجال". وأشار الدكتور دونالد ليال، محاضر في الصحة العامة في معهد الصحة والرعاية بالجامعة والمؤلف المشارك للدراسة: "يمكن أن تؤدي هذه النتائج إلى طريقة أفضل لقياس مخاطر الإصابة بمرض ألزهايمر مقارنة بالطرق الحالية للاستفسار عن تاريخ عائلي للخرف". وأوضح: "القدرة على تحديد الأفراد المعرضين لخطر تدهور القدرات المعرفية والتراجع المتسارع المحتمل يمكن أن يحسن التشخيص وخيارات العلاج بشكل كبير في المستقبل". ويمكن أن يغير التعرف المبكر على المرض بشكل كبير كيفية إدارته وتمكين التدخلات التي تمنع أو تؤخر ظهور المرض، وفقاً للبروفيسور بول مورغان، خبير الطب في علم الأحياء بجامعة كارديف، والذي أشار إلى أن فحص السكان يمكن أن يتم باستخدام تسجيل PRS.

واستخدم الباحثون تقييم المخاطر متعددة الجينات (PRS)، وهي طريقة مستخدمة لتقدير الخطر الجيني للفرد للإصابة بمرض معين، بناءً على ملايين الواسمات الجينية. وكان لدى أولئك الذين حصلوا على درجة أعلى من PRS اختلافات طفيفة في الحصين، وهو أحد الأجزاء الأولى من الدماغ التي تتأثر بمرض ألزهايمر.

وعمل الباحثون، خلال الدراسة، على حساب درجة المخاطر الجينية لـ 32790 من البالغين الأصحاء غير المصابين بالخرف، ممن وقع تخزين معلوماتهم الصحية في قاعدة بيانات البنك الحيوي في المملكة المتحدة، وكان متوسط أعمارهم 64 عاماً. وتتضمن قاعدة البيانات بيانات متعمقة حول صحتهم وأسلوب حياتهم ونتائج الاختبارات المعرفية.



وأشار الدكتور دونالد ليال، محاضر في الصحة العامة في معهد الصحة والرعاية بالجامعة والمؤلف المشارك للدراسة: "يمكن أن تؤدي هذه النتائج إلى طريقة أفضل لقياس مخاطر الإصابة بمرض ألزهايمر مقارنة بالطرق الحالية للاستفسار عن تاريخ عائلي للخرف". وأوضح: "القدرة على تحديد الأفراد المعرضين لخطر تدهور القدرات المعرفية والتراجع المتسارع المحتمل يمكن أن يحسن التشخيص وخيارات العلاج بشكل كبير في المستقبل". ويمكن أن يغير التعرف المبكر على المرض بشكل كبير كيفية إدارته وتمكين التدخلات التي تمنع أو تؤخر ظهور المرض، وفقاً للبروفيسور بول مورغان، خبير الطب في علم الأحياء بجامعة كارديف، والذي أشار إلى أن فحص السكان يمكن أن يتم باستخدام تسجيل PRS. مضافاً أن تصوير الدماغ، هو الطريقة الطبيعية لتشخيص الخرف، لكنه مكلف وأن اختبارات الإدراك تتطلب عمالة كثيفة. وقالت فيونا كاراغز، مديرة الأبحاث والتأثير في جمعية ألزهايمر بالملكة المتحدة: "إذا تمكنا من تحديد الأشخاص



برعاية منصور بن زايد آل نهيان

نهيان بن مبارك يفتتح معرض أبوظبي الدولي للتمور 2021 بنسخته السادسة معرض أبوظبي للتمور بوصلة مهرجانات التمور العربية، ومنصة لتنمية وتطوير القطاع

•• أبوظبي - الفجر:

برعاية سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان، نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة، شهد معالي الشيخ نهيان مبارك آل نهيان، وزير التسامح والتعايش، رئيس مجلس أمناء جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي، صباح أمس افتتاح معرض أبوظبي الدولي للتمور بنسخته السادسة الذي تنظمه جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي بالتعاون مع شركة أبوظبي الوطنية للمعارض "أدنيك"، وسط حضور عربي ودولي كبير بالتزامن مع الدورة الحادية عشرة من معرض سيال الشرق الوسط 2021، والذي يستمر خلال الفترة من 07 ولغاية 09 ديسمبر 2021 في مركز أبوظبي الوطني للمعارض. حيث تفقد معاليه أجنحة المعرض برفقة معالي اللواء محمد الزملوط، محافظ الوادي الجديد في جمهورية مصر العربية والدكتور عبد الوهاب زايد أمين عام الجائزة، معرباً عن تقديره للمستوى الرفيع الذي حققه معرض أبوظبي للتمور من جودة في المنتجات ورفعة في سمعة التمور الإماراتية والعربية على المستوى العربي والدولي بفضل الجهود التي تقوم بها جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي، بتوجيهات ودعم من قبل سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان، نائب رئيس مجلس الوزراء، وزير شؤون الرئاسة، الداعم الأول لزراعة النخيل وإنتاج التمور، من خلال الاشراف على تنظيم مهرجانات التمور العربية في كل من جمهورية مصر العربية، وجمهورية السودان، والمملكة الأردنية الهاشمية، وجمهورية السودان، والجمهورية الإسلامية الموريتانية. وأضاف معالي الشيخ نهيان بأن معرض أبوظبي للتمور يعتبر بوصلة مهرجانات التمور العربية، ومنصة لتنمية وتطوير قطاع زراعة النخيل وإنتاج التمور والابتكار الزراعي.



الفجر

25 18.3 تريليون درهم حجم التجارة غير النفطية للإمارات خلال 5 عقود

•• أبوظبي-وام

بلغ إجمالي حجم التجارة الخارجية غير النفطية للإمارات خلال 5 عقود قرابة 5 تريليونات دولار / 18.3 تريليون درهم، منها 11.8 تريليون درهم واردات، وصادرات غير نفطية 2.2 تريليون درهم وإعادة تصدير بقيمة 4.3 تريليون درهم، بحسب بيانات المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء.

وارتفعت مساهمة الصادرات غير النفطية وإعادة التصدير من 24% من إجمالي التجارة الخارجية غير النفطية في عام 1999 وما قبلها لتصل إلى 36% في عام 2010 ونسبة مساهمة 43% و44% خلال 2019 و2020 على التوالي، ما يشير إلى التطور الكبير في التجارة الخارجية غير النفطية للإمارات.

ومن حيث القيمة وخلال آخر 10 سنوات، تبين أن الواردات حققت نمواً بالتوسط بلغ 5.8% مقابل 13.3% للصادرات غير النفطية و9.6% لإعادة التصدير ليصل حجم التجارة الخارجية غير النفطية للدولة في عام 2020 إلى 382 مليار دولار / 1.4 تريليون درهم./

وبحسب بيانات التنافسية والإحصاء، بلغ إجمالي التجارة الخارجية غير النفطية في الدولة في العام 1971 قرابة 1.1 مليار درهم ليرتفع إلى 41.1 مليار درهم في العام 1981، مواصلاً الارتفاع إلى 69.2 مليار درهم في العام 1991، وأكثر من 151.2 مليار درهم في العام 2001، وأكثر من 927.6 مليار درهم في العام 2011، وقرابة 1.4 تريليون درهم في العام 2020.

وبلغت الصادرات غير النفطية في العام 1981 أكثر من 5.5 مليار درهم، لترتفع إلى 18.1 مليار درهم بنهاية العقد الثاني، وحوالي 39 مليار درهم في العام 2001، متجاوزة 324 مليار درهم في العام 2011، وأكثر من 618 مليار درهم بنهاية العام الماضي.

وفي سياق متصل، أكد اقتصاديون أن السياسات الاقتصادية الرشيدة التي تبنتها الإمارات منذ تأسيسها عززت تضاعف التجارة الخارجية غير النفطية، مشيرين إلى جدارة الانفتاح الاقتصادي في الإمارات سعياً للدخول في الاقتصادات الكبرى في العالم بالارتكاز على عدد من العوامل الرئيسية تتضمن بيئة جاذبة للاستثمار، وبنية تحتية متطورة، وانفاق حكومي، وتنوع اقتصادي مستدام، وتعديل التشريعات، وتحفيز قطاع الأعمال. بدوره، أكد الدكتور فهد بن جمعه عضو اللجنة الاقتصادية في مجلس الشورى السعودي سابقاً، أن الإمارات تعمل على تقديم بيئة أعمال تدعم الشركات والأعمال والمنشآت المتوسطة وصغيرة الحجم ما يعزز التجارة والانتاج المحلي الإجمالي.

وأضاف، يمتلك اقتصاد الإمارات الديناميكية والتنوع وموارد هيدروكربونية، والمرونة في ممارسة الأعمال التجارية في أكثر من 40 منطقة حرة متخصصة في مختلف إمارات الدولة، ما يسهم النمو المتصاعد للتجارة والاقتصاد. من جهته أفاد الدكتور نجيب الشامي المستشار الاقتصادي ومدير عام المسار للدراسات الاقتصادية، بأن السياسات التجارية والاقتصادية المرنة التي اعتمدها الإمارات حققت للدولة مكانة متميزة عالمياً، وجعلتها وجهة للاستثمار الأجنبية المباشرة الباحثة عن بيئة استثمارية متكاملة وفرض واعدة.

تعاون مشترك بين القطاع الخاص الإماراتي والبولندي

•• دبي-وام

وقع اتحاد غرف التجارة والصناعة بالدولة وغرفة التجارة البولندية مذكرتي تفاهم لتعاون مشترك لتعزيز العلاقة بين القطاع الخاص الإماراتي والبولندي وتأسيس مجلس أعمال مشترك بين البلدين خلال المرحلة المقبلة وتطوير آفاق التعاون والتنسيق بينهما في جميع المجالات الاقتصادية.

وسيمت بموجب المذكرتين تنمية العلاقات التجارية والاستثمارية بين ممثلي القطاع الخاص في الإمارات وبولندا إلى جانب تنظيم بعثات تجارية في كلا البلدين من أجل مد جسور التواصل البناء بين أصحاب الأعمال الإماراتيين ونظرائهم البولنديين وتحفيز مشاركة الجانبين في المعارض التجارية ومختلف الفعاليات الاقتصادية.

وقع المذكرتين من جانب اتحاد غرف التجارة والصناعة بالدولة حميد محمد بن سالم، الأمين العام لاتحاد الغرف، فيما وقع من جانب غرفة التجارة البولندية نائب رئيسها ستيفان بكير أسانوفيتش بحضور الوفد التجاري البولندي المشارك في أعمال المنتدى الاقتصادي العربي البولندي الذي عقد بدبي ضمن فعاليات اكسبو 2020.

وأكد حميد محمد بن سالم أن توقيع المذكرتين تعتبر خطوة جيدة نحو تعزيز وتفعيل العلاقات الثنائية بين القطاع الخاص في البلدين الصديقين، وقال إن الاتفاق الذي تم توقيعه أمس على هامش المنتدى الاقتصادي العربي البولندي يأتي بهدف تحقيق نقلة نوعية في مستوى العلاقات الاقتصادية المشتركة بين الإمارات وبولندا لتوسيع حجم العلاقات المشتركة والاستفادة من الفرص الاستثمارية المتاحة لإقامة شركات ناجحة بين أصحاب الأعمال كلا البلدين.

اتحاد الغرف وغرفة التجارة البولندية يوقعان مذكرتي تفاهم

•• دبي-وام

وقع كل من اتحاد غرف التجارة والصناعة بالدولة، وغرفة التجارة البولندية مذكرتي تفاهم لتعاون مشترك لتعزيز العلاقة بين القطاع الخاص الإماراتي والبولندي وتأسيس مجلس أعمال مشترك بين البلدين خلال المرحلة المقبلة، وتطوير آفاق التعاون والتنسيق بينهما في جميع المجالات الاقتصادية. وسيعمل الطرفان بموجب مذكرتي التفاهم على تنمية العلاقات التجارية والاستثمارية بين ممثلي القطاع الخاص في الإمارات وبولندا، إلى جانب تنظيم بعثات تجارية في كلا البلدين من أجل مد جسور التواصل البناء بين أصحاب الأعمال الإماراتيين ونظرائهم البولنديين، وتحفيز مشاركة الجانبين في المعارض التجارية ومختلف الفعاليات الاقتصادية. وقع المذكرتين من جانب اتحاد غرف التجارة والصناعة بالدولة الأمين العام لاتحاد الغرف حميد محمد بن سالم، ومن جانب غرفة التجارة البولندية نائب رئيسها ستيفان بكير أسانوفيتش، بحضور الوفد التجاري البولندي المشارك في أعمال المنتدى الاقتصادي العربي البولندي الذي عقد بدبي ضمن فعاليات اكسبو 2020.



برنامج استضافة كبار المشترين الذي أشرفت عليه الأمانة العامة للجائزة، حيزاً مخصصاً لعقد اللقاءات التجارية بدولة الإمارات العربية المتحدة، وحرصها على تعزيز الأمن الغذائي من خلال الاكتفاء الذاتي من التمور لما تتميز به من خاصية التخزين الاستراتيجي وهي من أساسيات الأمن الغذائي وعامل استقرار آمني واجتماعي. كما أتاح

الغذائي على المستوى الوطني والدولي. وأكد الدكتور زايد حرص الأمانة العامة للجائزة على تلبية رؤية القيادة الرشيدة بدولة الإمارات العربية المتحدة، وحرصها على تعزيز الأمن الغذائي من خلال الاكتفاء الذاتي من التمور لما تتميز به من خاصية التخزين الاستراتيجي وهي من أساسيات الأمن الغذائي وعامل استقرار آمني واجتماعي. كما أتاح

قطاع التمور على مستوى الشرق الأوسط والعالم، خاصة بعد نجاحه في استقطاب أعداد هائلة من كبار المشترين المهتمين باستيراد التمور. بما يحقق انسيابية التواصل بين منتجي ومصنعي التمور في المنطقة العربية مع كبار التجار والمستثمرين حول العالم ضمن ما يعرف بتأمين سلسلة القيمة وأمدادات توريد الأغذية بما يساهم في تعزيز الأمن

المعرض المختصة في زراعة النخيل وإنتاج التمور يمثلون 10 دول هي دولة الإمارات العربية المتحدة، المملكة العربية السعودية، المملكة الأردنية الهاشمية، جمهورية السودان، جمهورية مصر العربية، المملكة المغربية، سلطنة عمان، فرنسا، ناميبيا، فلسطين ما يؤكد نجاح هذا المعرض التجاري المهم في ترسيخ مكانة العاصمة أبوظبي كلاعب أساسي

وزير الاقتصاد: الإمارات حلقة وصل بين أسواق المال العالمية في الشرق والغرب

•• أبوظبي-وام

همزة الوصل بينها، مؤكداً أن اعتماد النظام الجديد لأيام العمل وعطلة نهاية الأسبوع يوحد أيام العمل مع الأسواق العالمية، ما يوفر المزيد من الوقت أمام المصناعات الحيوية التي تشمل التبادلات والتعاملات التجارية والمالية مع غالبية دول العالم التي تعتمد العطلة الأسبوعية يومي السبت والأحد، حيث يؤمن تطبيق أيام التبادلات والتعاملات التجارية والاقتصادية والمالية مع تلك الدول، توفير مليارات الدولارات سنوياً على الدولة، إضافة إلى منح المؤسسات والشركات التجارية التي تتخذ من الدولة مقراً لها المزيد من وقت العمل المشترك مع الشركات الأجنبية.

وأشار معاليه إلى أن النظام الجديد من شأنه تعزيز مكانة الدولة في مؤشرات التنافسية والعديد من المؤشرات الاقتصادية كونه يقلل الفجوة الزمنية بين الأسواق المحلية والعالمية ما يسهم بدوره في الجهود الوطنية الرامية إلى استقطاب المزيد من الاستثمارات والشركات العالمية للعمل داخل الدولة. وقال ابن طوق إن النظام الجديد يمدد من فترة العطلة

أكد معالي عبدالله بن طوق المري، وزير الاقتصاد، أن دولة الإمارات تشكل حلقة وصل بين أسواق المال في الشرق والغرب، مثل بورصة طوكيو وشنغهاي وسنغافورة، والبورصات الأوروبية الكبرى في كل من لندن وباريس وهامبورغ، وحتى أسواق المال في نيويورك. ولفت إلى أن النظام الجديد للعمل الأسبوعي يعزز ارتباط اقتصاد الإمارات بالاقتصاد العالمي ويرسخ مكانة الدولة الريادية ومن دورها الاستراتيجي كمركز اقتصادي إقليمي وعالمي. وتابع معاليه أن تميز وكفاءة وتنافسية النموذج التنموي لدولة الإمارات يرتكز في الأساس على رؤية القيادة الرشيدة للدولة والنظرة المستقبلية والأداء الحكومي المتقدم الذي يعمل وفق فكر مرن ونهج استباقي ومبادرات ذات أثر إيجابي ملموس تخدم متطلبات النمو وتخلق فرص جديدة بشكل مستمر.

وأوضح ابن طوق أن وجود فارق التوقيت بين أسواق المال العالمية في آسيا وأوروبا وأمريكا، يجعل من الإمارات



لتوحيد جهود تمكين المرأة في مجتمع الأعمال

مذكرة تفاهم بين مجلس سيدات أعمال دبي وجمعية خريجي إنسياد

•• دبي - الضجر:

نادي خريجي إنسياد لسيدات الأعمال كل من سنثيا صعب، وجابريلا يانزن-نوك. وقالت سعادة الدكتورة رجاء عيسى صالح القرق، رئيس مجلس إدارة مجلس سيدات أعمال دبي إن مذكرة التفاهم الموقعة مع جمعية خريجي كلية إنسياد في الإمارات تأتي في إطار الشراكات الاستراتيجية التي تخدم سيدات رائدات الأعمال في دبي، وتتسم مع الخطط المستقبلية التي وضعتها الإمارة لتعزيز مفهوم وتنافسية ممارسة الأعمال، واستقطاب الاستثمارات النوعية، خصوصاً في مرحلة التعافي الاقتصادي وعودة عجلة النمو إلى الدوران

مجلس سيدات أعمال دبي، وتثالي سليمان، رئيسة جمعية كلية إنسياد في الإمارات، وبحضور عدد من أعضاء مجلس سيدات أعمال دبي وأعضاء جمعية خريجي كلية إنسياد في الإمارات. ونصت مذكرة التفاهم على تبادل الخبرات والمعارف، وتسهيل حصول أعضاء الجانبين على التدريب والتوجيه والإرشاد والاستفادة من الخدمات والمبادرات المختلفة للطرفين، والترويج والتعريف بنشاطاتهما وفعاليتاتهما، والمشاركة فيهم بما يعزز من مهارات وكفاءات مجتمع سيدات الأعمال في دبي. كما نصت المذكرة على دعم جمعية

مجلس سيدات أعمال دبي، وتثالي سليمان، رئيسة جمعية كلية إنسياد في الإمارات، وبحضور عدد من أعضاء مجلس سيدات أعمال دبي وأعضاء جمعية خريجي كلية إنسياد في الإمارات. ونصت مذكرة التفاهم على تبادل الخبرات والمعارف، وتسهيل حصول أعضاء الجانبين على التدريب والتوجيه والإرشاد والاستفادة من الخدمات والمبادرات المختلفة للطرفين، والترويج والتعريف بنشاطاتهما وفعاليتاتهما، والمشاركة فيهم بما يعزز من مهارات وكفاءات مجتمع سيدات الأعمال في دبي. كما نصت المذكرة على دعم جمعية

مجلس سيدات أعمال دبي، وتثالي سليمان، رئيسة جمعية كلية إنسياد في الإمارات، وبحضور عدد من أعضاء مجلس سيدات أعمال دبي وأعضاء جمعية خريجي كلية إنسياد في الإمارات. ونصت مذكرة التفاهم على تبادل الخبرات والمعارف، وتسهيل حصول أعضاء الجانبين على التدريب والتوجيه والإرشاد والاستفادة من الخدمات والمبادرات المختلفة للطرفين، والترويج والتعريف بنشاطاتهما وفعاليتاتهما، والمشاركة فيهم بما يعزز من مهارات وكفاءات مجتمع سيدات الأعمال في دبي. كما نصت المذكرة على دعم جمعية

مجلس سيدات أعمال دبي، وتثالي سليمان، رئيسة جمعية كلية إنسياد في الإمارات، وبحضور عدد من أعضاء مجلس سيدات أعمال دبي وأعضاء جمعية خريجي كلية إنسياد في الإمارات. ونصت مذكرة التفاهم على تبادل الخبرات والمعارف، وتسهيل حصول أعضاء الجانبين على التدريب والتوجيه والإرشاد والاستفادة من الخدمات والمبادرات المختلفة للطرفين، والترويج والتعريف بنشاطاتهما وفعاليتاتهما، والمشاركة فيهم بما يعزز من مهارات وكفاءات مجتمع سيدات الأعمال في دبي. كما نصت المذكرة على دعم جمعية



بتوجيهات محمد بن راشد

مكتوم بن محمد يعلن إدراج تيكوم في سوق دبي المالي

دبي- وام

تنفيذاً لتوجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله"، الهادفة إلى تطوير أسواق المال والبورصات في الإمارة، أعلن سمو الشيخ مكتوم بن محمد بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي نائب رئيس مجلس الوزراء وزير المالية، عن إدراج مجموعة "تيكوم" في سوق دبي المالي، وذلك ضمن خطط اللجنة العليا لتطوير أسواق المال والبورصات في دبي، وفي إطار سعيها إلى مضاعفة قيمة الأسواق المالية في الإمارة إلى ثلاثة تريليونات درهم خلال المرحلة المقبلة، وأكد سمو الشيخ مكتوم بن محمد بن راشد آل مكتوم أن حفظة تيكوم متنوعة، وتمثل نموذجاً ناجحاً على المستوى العالمي لمجموعات الأعمال، مشيراً إلى أن المجموعة تحقق نتائج قوية ما يعني أن إدراجها سيضيف تنوعاً كبيراً لسوق دبي المالي. وخلال العقود الماضية، لعبت "تيكوم" دوراً محورياً في مختلف المجالات والقطاعات الحيوية وأصبحت شريكاً أساسياً في مسيرة التنوع الاقتصادي التي

تتبنها دبي.. وتحظى المحفظة الضخمة للمجموعة بفرص نمو غير محدودة نظراً لتنوع استثماراتها في قطاعات متعددة، فضلاً عن تبنيها نماذج عمل متطورة على المستويين الاستراتيجي والتشغيلي.. ويشكل إدراج هذه النوعية من الشركات دعماً للأسواق المالية في دبي، لما يقدّمه من قيمة مضافة وفرص واعدة للمستثمرين.

10 مجمعات أعمال

تشكل مجموعة تيكوم، العضو في دبي القابضة، مساهماً فاعلاً في مسيرة النهضة الشاملة التي تشهدها دبي لاسيما في القطاعات الاقتصادية، إذ تسهم المجموعة من خلال عملها الدؤوب على تطوير مجمعات أعمال متخصصة يبلغ عددها 10 مجمعات رئيسية للأعمال تشمل: مدينة دبي للإنترنت، ومدينة دبي للتعبئة، ومدينة دبي للإعلام، ومدينة دبي للاستوديوهات، ومدينة دبي للإنتاج، ومجمع دبي للمعرفة، ومدينة دبي الأكاديمية العالمية، ومجمع دبي للعلوم، وحي دبي للتصميم، ومدينة دبي الصناعية.



كما تستضيف المجموعة المقرات الإقليمية لعدد كبير من الشركات البالغ عددها أكثر من 6,500 شركة، من بينها أسماء عالمية مثل: "جوجل"، و"سي. إن. إن"، و"يونيفير"، إلى جانب آلاف الشركات الناشئة والمتوسطة، ويعمل بها ويديرها مجموعة من الكوادر الإبداعية ورواد الأعمال يتخطى عددهم 95 ألف مبدع.

وتشكل مجمعات الأعمال التابعة للمجموعة حجر الأساس في مسيرة تنويع الاقتصاد وترسيخ مكانة الإمارة وجهةً إقليمية للأعمال والابتكار، حيث تنشط في قطاعات حيوية واعدة تشمل تكنولوجيا المعلومات والإعلام والعلوم والتعليم والتصميم والصناعة.

يذكر أن سوق دبي المالي شهد خلال الفترة الماضية زخماً كبيراً بعد الإعلان عن عدد من عمليات الإدراج القوية، علاوة على اعتماد اللجنة العليا لتطوير أسواق المال والبورصات في دبي لمجموعة واسعة من المبادرات الرامية إلى دعم حركة التداول في سوق الأسهم حيث تم الإعلان عن إدراج 10 شركات من المؤسسات الحكومية وشبه الحكومية الرائدة،

الفكرة

27 نهيان بن مبارك يفتتح منشأة تابعة لشركة «أوشان أويل فيلد» في أبوظبي

دبي- وام

افتتح معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان وزير التسامح والتعايش حوض بناء وتصليح السفن التابع لشركة أوشان أويل فيلد بأبوظبي التي تتخذ من الشارقة مقراً لها، وهي شركة مختصة في تقديم خدمات النفط والغاز وحفر الآبار.

ورحب معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان بافتتاح منشأة شركة أوشان أويل فيلد منوها بمتابع الاستثمار في الدولة. وقال محمد سمير، الرئيس التنفيذي لشركة أوشان أويل فيلد إن المشروع الجديد يمثل علامة فارقة في خطط الشركة التوسعية لخدمة عملائها في قطاع التنقيب والانتاج والتوزيع وصناعة النفط والغاز وتشمل الخدمات التي تقدمها شركة أوشان أويل فيلد حلولاً متكاملة في مجال الخدمات المتعلقة بمجال التنقيب عن النفط والغاز والخدمات والتوريدات والهندسة والخدمات البحرية للعملاء على مستوى العالم من خلال تواجدها في منطقة الخليج العربي وتركيا والهند وميانمار وماليزيا وبروناي وتايلاند والمملكة المتحدة والولايات المتحدة الأمريكية.

وأوضح أن الهدف طويل الأجل للشركة يتمثل في الاستثمار في تقديم الدعم للعملاء من خلال الحفاظ على ميزة تنافسية وفعالة من حيث التكلفة من خلال توسيع عروض خدماتها لزيادة الربحية للعملاء والحفاظ على سلامة الجودة في مجال النفط والغاز.

اقتصاديون: النظام الجديد لمواعيد العمل يعزز تنافسية الإمارات عالمياً

دبي- وام

يحقّق النظام الجديد لمواعيد العمل الأسبوعي لحكومة الإمارات والمقرر تنفيذه اعتباراً من الأول من يناير 2022 الانسجام مع الأسواق الدولية ويعزز التنافسية العالمية للدولة في الاقتصاد وقطاع الأعمال، وسيكون القطاع المالي والتعاملات التجارية والطاقة في صدارة المستفيدين بحسب ما أفاده باحثون اقتصاديون في الإمارات.

وقال هؤلاء: إن نظام العمل الجديد لموظفي حكومة الإمارات يعد تجربة جديدة سترفعها دول المنطقة لتستفيد من نتائجها، متوقعين أن يحقق هذا التوجه عدة فوائد أبرزها زيادة جذب الاستثمار الأجنبي، تحسين الميزان التجاري، زيادة النمو الاقتصادي، ترسيخ مكانة الإمارات على الخريطة الاقتصادية العالمية، وتنشيط السياحة الداخلية.

وقال الخبير الاقتصادي محمد علي ياسين الرئيس التنفيذي للاستراتيجيات والعملاء في شركة "الظبي كابيتال": إن النظام الجديد للعمل الحكومي في الإمارات يعزز التنافسية العالمية للدولة والانسجام مع الأسواق المالية الدولية بما يوفر إجراء التسويات ويخفف الأعباء على القطاع المالي، وأضاف أن هذا النظام يشكل تجربة جديدة في المنطقة تقودها الإمارات سعياً لمزيد من الاندماج في الاقتصاد العالمي وترقيتها الدول الحديثة، ويمكن لدول المنطقة ودول أخرى حول العالم نقل التجربة خلال السنوات القليلة المقبلة.

وأعلنت حكومة الإمارات أمس الثلاثاء عن النظام الجديد للعمل الأسبوعي والمقرر تنفيذه اعتباراً من الأول من يناير 2022، ويبدأ العمل يوم الإثنين من كل أسبوع وينتهي في الثانية عشرة ظهر يوم الجمعة وذلك بعدد 8 ساعات يومية خلال أربعة أيام و4 ساعات ونصف يوم الجمعة مع إمكانية تطبيق ساعات الدوام المرنة والعمل عن بعد في الجهات الاحادية يوم الجمعة، ليصبح الإجمالي 36.5 ساعة أسبوعية بأقل من المعدل العالمي الذي يتراوح بين 40 إلى 42 ساعة عمل، ما يعكس على مزيد من جودة الأداء.

بإدوره، أشار الخبير الاقتصادي الدكتور على سعيد العامري رئيس مجموعة الشموخ لخدمات النفط والغاز والتجارة، إلى أن التوجه الجديد في مواعيد العمل يحقق استفادة كبرى خاصة للشركات المتعاملة مع أسواق المال العالمية وقطاع البترول، كما سيسهم بزيادة معدلات نمو وضع القطاع الوطني وتحسين الميزان التجاري. من جهته، قال المحلل المالي وأخص الطه عضو المجلس الاستشاري الوطني لمعهد الاستشارة والأوراق المالية البريطاني في الإمارات إن مواعيد العمل الجديدة من شأنها أن تساهم في تحقيق قفزة نوعية في أداء الاقتصاد الوطني.

لبحث أطر توظيف أواخر العمل والتعاون المشترك محمد بن هادي الحسيني يلتقي رئيس مجموعة البنك الإسلامي للتنمية

دبي- الفجر

في إطار سياساتها الرامية إلى تعزيز علاقات دولة الإمارات العربية المتحدة بمختلف دول العالم والمؤسسات والمنظمات المالية الإقليمية والدولية، التقى معالي معالي محمد بن هادي الحسيني، وزير دولة للشؤون المالية، أمس مع معالي الدكتور محمد سليمان الجاسر، رئيس مجموعة البنك الإسلامي للتنمية، وذلك في مبنى الوزارة بدبي. وناقش اللقاء علاقة الشراكة التي تربط دولة الإمارات بالمجموعة، وآليات توظيف أواخر العمل والتعاون المشترك بين الجانبين.

وخلال اللقاء، أكد معالي محمد بن هادي الحسيني أهمية الشراكة الاستراتيجية التي تربط دولة الإمارات مع مجموعة البنك الإسلامي للتنمية، مشيراً إلى التزام الدولة بالعمل على مواصلة تعزيز مسيرة التكامل الاقتصادي والتجاري والتنموي بين مختلف الدول الأعضاء من خلال منح المساهمات الإنمائية ودعم مختلف المشاريع الإقليمية والدولية التي تلبي احتياجات ومتطلبات هذه الدول. وقال معالي: تحرص دولة الإمارات على العمل مع كافة المؤسسات والمنظمات الإقليمية والدولية لدعم وتطوير الخطط الاستراتيجية الرامية إلى تحقيق التنمية الاقتصادية والاجتماعية الشاملة والمستدامة ومحاربة الفقر والبطالة في مختلف دول العالم بما يؤكد على علاقات الأخوة والصدقة مع كافة شعوب العالم.

تجدر الإشارة أن دولة الإمارات تعتبر شريكاً استراتيجياً لمجموعة البنك الإسلامي للتنمية، حيث تستضيف مكتب المؤسسة الإسلامية لتأمين الاستثمار والتمثبات الصادرات، وفرع المؤسسة الدولية الإسلامية لتمويل التجارة، فضلاً عن المقر الرئيسي للمركز الدولي للزراعة الملحية، والمركز الدولي الإسلامي للمصالحة والتحكيم. وانضمت دولة الإمارات لعضوية البنك بموجب المرسوم الاتحادي رقم 91 لسنة 1974م.



أحمد بن سعيد يفتتح فعاليات أسبوع غاز البترول المسال الأول في الشرق الأوسط

دبي- وام

افتتح سمو الشيخ أحمد بن سعيد آل مكتوم رئيس هيئة دبي للطيران الرئيسية وأقيم لمجموعة طيران الإمارات، فعاليات أسبوع غاز البترول المسال الذي تستضيفه دبي على مدار ثلاثة أيام من أول انعقاد له في منطقة الشرق الأوسط تأكيداً على المكانة الرائدة لدبي كمركز عالمي متطور لحلول الطاقة المبتكرة، وتقديراً لنهجها التنموي القائم على مبدأ الابتكار، ويقام أسبوع غاز البترول المسال 2021 في مركز دبي التجاري العالمي تحت شعار "طاقة من أجل الغد"، بتنظيم من الجمعية العالمية لغاز البترول المسال وباستضافة مجموعة اينوك، ويسلط الحدث، الذي يستمر حتى يوم الخميس 9 ديسمبر الجاري، الضوء على غاز البترول المسال ويبحث إمكانات نموه، مع إتاحة الفرصة لعقد شراكات أعمال جديدة في هذا المجال.

حضر حفل الافتتاح البروفيسور يمي



التيانية والثلاثين للمنتدى العالمي لغاز البترول المسال والمؤتمر الأوروبي لغاز البترول المسال للعام 2019. وتنعقد فعاليات الأسبوع في مدينة مختلفة كل عام، ويجمع تحت مظلتها العديد من الرؤساء التنفيذيين لأبرز

تسويق الغاز ومدير عام شركة غاز الإمارات وساتيش كومار فادوجوري، مدير التسويق في شركة النفط الهندية المحدودة والدكتور أنجيلا ويلكنسون، الأمين العام والرئيس التنفيذي لمجلس الطاقة العالمي سكوت فوستر، مدير شعبة الطاقة المستدامة في لجنة الأمم المتحدة الاقتصادية لأوروبا وييمي أديتونجي، المدير التنفيذي للمجموعة في شركة البترول الوطنية النيجيرية وبران غريغر، الرئيس التنفيذي لشركة "إس اتش في إنرجي". وناقش المشاركون خلال الجلسة الحوارية دور غاز البترول المسال وغاز البترول المسال المتجدد في تأمين الطاقة مستقبلاً، مع الأخذ بعين الاعتبار التحديات الرئيسية لغاز البترول المسال، مع الأخذ بعين الاعتبار الطاقة في المستقبل وتشمل: التغير المناخي، وجود الهواء، والاقتدار للطاقة، والتنمية الاقتصادية.

ويتبرأ أسبوع غاز البترول المسال أهم حدث تنظمه الجمعية العالمية لغاز البترول المسال، والذي كان قد أطلق في مدينة أمستردام خلال الدورة

الإمارات تستعرض إمكاناتها في القطاع البحري خلال اجتماع المنظمة البحرية الدولية بلندن

دبي- وام

تظيفة. ولطالما استفادت الإمارات كمركز للتميز البحري من نجاح القطاع البحري لتكثير الإزدهار الاقتصادي حيث أسهم إبتاعها نهجا شاملا ومتوازنا كونها دولة علم ودولة ميناء ودولة ساحل في أن تكون إحدى أبرز الدول الداعمة للمنظمة البحرية الدولية. بينما تم انتخاب دولة الإمارات لأول مرة لعضوية مجلس المنظمة في الفلحة "ب" في عام 2017 وتم إعادة انتخابها في عام 2019.

وتخدم جهود دولة الإمارات في مجال التجارة البحرية والبضائع العابرة نحو ملياري نسمة من الصين والهند ودول الخليج إلى دول آسيا الوسطى وصولاً إلى أوروبا الشرقية وتلتزم الدولة بمسؤوليتها تجاه المشاركة في تأسيس منصة مستدامة لتبادل المعرفة بين الدول والمؤسسات البحرية حول أفضل الممارسات في القسط البحري.. وإلى جانب جهوده في تطوير القطاع البحري عملت دولة الإمارات على ضمان حقوق البحارة وتمكين المرأة من المشاركة الفاعلة في القطاع.

وقالت سعادة المهندسة حصة آل مالك مستشارة الوزير لشؤون النقل البحري بوزارة الطاقة والبنية التحتية، بصفتها إحدى الدول الموقعة على اتفاقية العمل

المصنوي وكبل وزارة الطاقة والبنية التحتية لقطاع البنية التحتية والنقل عن الفخر بالإجازات التي حققتها دولة الإمارات على مدى السنوات الماضية حيث ساعدت الممارسات والقرارات والتشريعات التي أصدرتها الدولة في تطوير القطاع البحري وتعزيز معايير السلامة إضافة إلى الإسهام في حماية البيئة البحرية على مستوى العالم. مشيراً إلى أن الإمارات جاءت في المركز الثالث عالمياً في تيسير التجارة البحرية وتزويد بحرا وفي تزويد وقود السفن وفي المركز الخامس عالمياً ضمن أهم المراكز البحرية الدولية كما صنّفت موانئ الدولة ضمن أفضل عشرة موانئ عالمية في حجم مناولة الحاويات. وأضاف أنه مع الإعلان عن مشاريع الخمسين في دولة الإمارات نهدى إلى تحقيق إنجازات أكبر في القطاع البحري وعبر إعادة انتخاب الدولة لعضوية مجلس المنظمة البحرية الدولية ونسعى إلى مواصلة العمل مع الدول الأعضاء للارتقاء بالقطاع البحري العالمي وصناعة النقل البحري من خلال الإسهام بشكل جماعي في تعزيز مهمة المنظمة البحرية الدولية، والمتمثلة في تحقيق سلامة النقل البحري وأمنه وفاعليته في بحار

المنظمة البحرية الدولية للمساواة بين الجنسين IMOgender، وهي عبارة عن منتدى للسديري الدول الأعضاء في المنظمة البحرية الدولية بهدف إلى تحقيق المساواة بين الجنسين.

من جانبه ذكر محمد خميس الكعبي الممثل الدائم لدولة الإمارات لدى المنظمة البحرية الدولية أن دولة الإمارات تسعى من خلال عضويتها في المنظمة البحرية الدولية إلى مواصلة الإسهام في تطوير الاستراتيجيات والسياسات والإتفاقات ووضع المعايير المنظمة للنقل البحري..منوها إلى مشاركة الدولة الإيجابية في مختلف أنشطة الجمعية والمجلس واللجان الفنية الرئيسية واللجان الفرعية ومجموعات العمل ذات الصلة.

يشار إلى أن دولة الإمارات تعد أحد الأعضاء المؤسسين لمذكرة تفاهم الرياض لتحقيق السلامة البحرية والنقل البحري الفعال والكفؤ في منطقة الخليج العربي.. وكدولة علم تحتل دولة الإمارات المرتبة 21 على مستوى العالم من حيث حجم الأسطول ولديها أكثر من 20 ميناء رئيساً منتشرة عبر إمارات الدولة من الضفيرة شرقاً إلى أبوظبي في الساحل الجنوبي.



الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم SHCFICILABMIN2021/0006754 عمالي (جزئي)

حكومة رأس الخيمة دائرة المحاكم العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إخطار عدلي رقم التصديق 2021/21843

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي اسم المصفي: كابكس حسن للتدقيق

حكومة دبي دائرة التنمية الاقتصادية العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة اسم الشركة: المرجان للشحن والملاحة - ذ م ح

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم AJCEXCIPOR2021/0002316 تجاري (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - إخطار دفع في القضية رقم SHCEXCIPOR2021/0001564 تجاري (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان منفذ ضده بالنشر محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - مؤسسة السفينة الذهبية لتجارة إخطار دفع في القضية رقم SHCEXCILABMIN2021/0003229 عمالي (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان منفذ ضده بالنشر محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - ملحة الجنوب إخطار دفع في القضية رقم SHCEXCILABMIN2021/0004778 عمالي (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان منفذ ضده بالنشر محكمة عجمان الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - فاطمة نجيب صالح ابراهيم إخطار دفع في القضية رقم AJCEXCIPOR2021/0002701 مدني (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - نواف غانم احمد القنام إخطار دفع في القضية رقم SHCEXCIPOR2021/0005115 أمر على عريضة

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان منفذ ضده بالنشر في الدعوى /القضية التنفيذية رقم SHCEXCICOM2019/0002702 تجاري (كلي)

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل إدارة الكاتب العدل والتصديقات العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ تنازل / بيع

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان مدعي عليه بالنشر لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الابتدائية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية في الدعوى رقم AJCFICIRCA2021/0004589 مدني (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان منفذ ضده بالنشر محكمة عجمان الابتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - فاطمة نجيب صالح ابراهيم إخطار دفع في القضية رقم SHCEXCIPOR2021/0003239 تجاري (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان مدعي عليه بالنشر لدى محكمة عجمان الابتدائية المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية في الدعوى رقم AJCFICIPOR2021/0003239 تجاري (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان مدعي عليه بالنشر لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الابتدائية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية في الدعوى رقم AJCFICIRCA2021/0004589 مدني (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة محكمة دبي محكمة التنفيذ العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان بالتشهر في الدعوى رقم 2521/2021/11 مدني جزئي

الإمارات العربية المتحدة محكمة دبي محكمة دبي العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ١٠٠/٢٠٢٠/٢٢٤٤ أحوال نفس مسلمين

الإمارات العربية المتحدة محكمة دبي محكمة دبي العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان مدعي عليه بالنشر لدى محكمة عجمان الابتدائية المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية في الدعوى رقم AJCFICIRCA2021/0004589 مدني (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة محكمة دبي محكمة دبي العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان مدعي عليه بالنشر لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الابتدائية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية في الدعوى رقم AJCFICIRCA2021/0004589 مدني (جزئي)

الإمارات العربية المتحدة محكمة دبي محكمة دبي العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان أمر أداء بالنشر في الدعوى رقم 6614/2021/60 أمر أداء

الإمارات العربية المتحدة محكمة دبي محكمة دبي العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم 2293/2021 أمر أداء

الإمارات العربية المتحدة محكمة دبي محكمة دبي العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان بالتشهر في الدعوى رقم 2021/10/12 جزئي

الإمارات العربية المتحدة محكمة دبي محكمة دبي العدد ١٣٤١١ بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٨ إعلان أمر أداء بالنشر في الدعوى رقم 6614/2021/60 أمر أداء



منوعات الفكر

30

لوحات وقصائد احتفالاً باتحاد المحبة في ندوة الثقافة والعلوم

•• دبي - د. محمود علياء

واللوحات القصيدة "لم يكن زايد فينا واحداً"،
والثالثة القصيدة يوم الشهيد، واللوحات القصيدة
يا خليفة والتي قال فيها:
يا خليفة أود إذا قلنا سمانا
وذاتهُ المَحنى سمانا أو خليفة
يا رجانا ويا رجاً منهُ رجانا
وسورٌ دبرتنا (م) الأيام الخيفة
لو يميل الدهر سيفه في حمانا
تذبحةً يا سيّد الدنيا بسيفه
لُكّ قدا بأرواحنا وغالي دمانا
وبالقلوب المخلصه ولا جلك تذبحة
كما ضم المعرض لوحات لقصيدة زايد بن سلطان أبو
الجميع قيادة وشعباً لسلطان بن علي العويس والتي قال
فيها:
الاتحاد قصيدةٌ وحروفها
أبناؤها وقوامها الأمراء

وأبو الجميع قيادة وريادة
هو زايد، تجلّى به الظلماء
ولوحة لقصيدة الأخيار لإبراهيم بوملحة مستشار
صاحب سمو حاكم دبي للشؤون الإنسانية والثقافية
ونائب رئيس مجلس أمناء مؤسسة محمد بن راشد آل
مكتوم للأعمال الخيرية، وقصيدة الجود والمجد والتاريخ
والأدب لحمد خليفة بوشهاب، وقصيدة حديث الشجو
لسالم الزمر،
وقصيدة أوتار المسرات لعبدالله الهدية، وقصيدتي يوم
الوطن الكبير، وطوباك من وطن للدكتور محمد عبد
الرحيم سلطان العلماء.

وبعد المعرض تبارى الشعراء في لقاء قصائد المحبة بهجاً
واحتفالاً باليوم الوطني وأدار الجلسة بلال البديور مؤكداً
أن احتفالات الدولة بالخمسين عاما الماضية واستهلال
الأعوام الخمسين القادمة لن تنتهي،
فقد أدرك الكثيرون المنجز الحضاري الذي قدمته دولة
الإمارات، والذي يتضح جلياً وقد تناوله الكثير من
الكتاب بأقلامهم والخطاطون بريشاتهم والرسامون
بفرشهم والشعراء بقصائدهم، باعتبار أن الشعراء هم
ديوان العرب، لان الشعر هو من يحفظ التاريخ العربي،
وتوثيقاً لتلك المسيرة الاتحادية وهذا المنجز المشهود تنظم
هذه الأمسية الشعرية نخبة من الأقلام الشعرية في حب
الإمارات.

وألقى إبراهيم بوملحة قصيدته دولة الأخيار بمناسبة
اليوم الوطني الخمسين قال فيها:
يا دولة الأخيار يا وطن المنى
للعين كالأبصار
أو أنها كالروح نبض شفافنا
من الأسرار
نحيا بها أملاً تحدر عنده
فيضها المدرار
يا درة تسنى العيون بحسنها
من الأقطار
فاقت على البلدان شأوا لافتاً
بلغت ذرا العليا

سر النبوءات

واقصيدة كوكب التاريخ التي قال فيها:
حرية النسيم
وبيت شعري يثير
وكيف نال العلا
أسائل المجد من
وأبو الجميع قيادة وريادة
هو زايد، تجلّى به الظلماء
ولوحة لقصيدة الأخيار لإبراهيم بوملحة مستشار
صاحب سمو حاكم دبي للشؤون الإنسانية والثقافية
ونائب رئيس مجلس أمناء مؤسسة محمد بن راشد آل
مكتوم للأعمال الخيرية، وقصيدة الجود والمجد والتاريخ
والأدب لحمد خليفة بوشهاب، وقصيدة حديث الشجو
لسالم الزمر،
وقصيدة أوتار المسرات لعبدالله الهدية، وقصيدتي يوم
الوطن الكبير، وطوباك من وطن للدكتور محمد عبد
الرحيم سلطان العلماء.
وبعد المعرض تبارى الشعراء في لقاء قصائد المحبة بهجاً
واحتفالاً باليوم الوطني وأدار الجلسة بلال البديور مؤكداً
أن احتفالات الدولة بالخمسين عاما الماضية واستهلال
الأعوام الخمسين القادمة لن تنتهي،
فقد أدرك الكثيرون المنجز الحضاري الذي قدمته دولة
الإمارات، والذي يتضح جلياً وقد تناوله الكثير من
الكتاب بأقلامهم والخطاطون بريشاتهم والرسامون
بفرشهم والشعراء بقصائدهم، باعتبار أن الشعراء هم
ديوان العرب، لان الشعر هو من يحفظ التاريخ العربي،
وتوثيقاً لتلك المسيرة الاتحادية وهذا المنجز المشهود تنظم
هذه الأمسية الشعرية نخبة من الأقلام الشعرية في حب
الإمارات.
وألقى إبراهيم بوملحة قصيدته دولة الأخيار بمناسبة
اليوم الوطني الخمسين قال فيها:
يا دولة الأخيار يا وطن المنى
للعين كالأبصار
أو أنها كالروح نبض شفافنا
من الأسرار
نحيا بها أملاً تحدر عنده
فيضها المدرار
يا درة تسنى العيون بحسنها
من الأقطار
فاقت على البلدان شأوا لافتاً
بلغت ذرا العليا

بدور القاسمي تدعو الناشرين الإيطاليين لتعزيز مرونة صناعة النشر من خلال التعاون والعمل المشترك

•• روما - الفجر:

في إطار متابعتها لأسواق النشر التي تأثرت بتداعيات أزمة كورونا في جميع
أنحاء العالم، التقت الشبيخة بدور بنت سلطان القاسمي، رئيسة الاتحاد الدولي
لناشرين، أعضاء جمعية الناشرين الإيطاليين، حيث تعرفت إلى التحديات
التي تواجههم، واستعرضت عددا من مبادرات الاتحاد الرامية لتمكين الناشرين

الكتب ما سهم في رفعها بمعدل 16.3% مقارنة مع العام الماضي.
وأشارت الشبيخة بدور القاسمي إلى أن هذه التحديات ما تزال تواجه قطاع
النشر على الرغم من الإشارات الإيجابية للتغلب، وأن التعاون والعمل المشترك
يلعب دوراً محورياً في تنمية شركات وقطاع النشر، داعيةً المشاركين في الاجتماع
لتعزيز المرونة من خلال العمل يداً بيد، وأكدت أن هذا الهدف كان وراء إطلاق
الاتحاد للخطوة العالمية لتعزيز استدامة ومرونة صناعة النشر (إنسباير)،
التي شهدت انضمام اتحاد الناشرين الأوروبيين و50 هيئة ومؤسسة ومنظمة
عالمية، وأعربت عن تطلعها لانضمام المزيد من الناشرين الإيطاليين والجهات
المعنية بقطاع النشر في إيطاليا للخطوة في الفترة المقبلة.

وأكدت رئيسة الاتحاد الدولي للناشرين على أهمية اتباع منهج قائم على
التضامن والتكاتف والتعاون لمواجهة التحديات القطاعية المشتركة التي تشمل
أزمة سلسلة الإمداد، وانتشار المتحور الجديد من فيروس كورونا "أوميكرون"،
وغيرها، وتأتي زيارة رئيسة الاتحاد الدولي للناشرين إلى العاصمة الإيطالية
روما بعد سلسلة من اللقاءات عقدتها خلال العام الجاري في كل من اليونان،
والإمارات العربية المتحدة، وإسبانيا، والمملكة العربية السعودية، وروسيا،
وتركيا، ومصر، وكينيا، وساحل العاج، وغانا، وجورجيا، قيمت خلالها التحديات
التي تواجه أسواق النشر التي تضرت جراء أزمة كورونا، وأكدت التزام الاتحاد
بخطته تجاه مساعدتها على استعادة قوتها وحيويتها ونشاطها.
وعلى هامش اللقاء، زارت الشبيخة بدور القاسمي "مكتبة أنجيليكا" التاريخية،
إحدى أهم المكتبات العامة وأكثرها عراقية في العاصمة الإيطالية روما، التي
تأسست مطلع القرن السابع عشر في العام 1604، وتحتضن أكثر من 200
ألف كتاب ومخطوط في الأدب والمسرح والنقد الأدبي الإيطالي، وغيرها من
الكتب التاريخية والدينية والمرجعية الموسوعية، بالإضافة إلى المخطوطات
النادرة.

إيطاليا، الذي يقام خلال الفترة 4 - 8 ديسمبر الجاري في روما، ويجمع
أكثر من 500 ناشر من جميع أنحاء إيطاليا سنوياً، كمنصة لتبادل المعارف
ومشاركة المستجندات مع الجمهور.

وبعد استماعها من المشاركين في الاجتماع للتحديات العملية التي تواجههم
على أرض الواقع خلال أزمة كورونا وخططهم المستقبلية، أشادت الشبيخة بدور
القاسمي بمجتمع الناشرين الإيطاليين، وجهودهم الكبيرة لتعزيز مبيعات

وأصحاب المصلحة العاملين في قطاع النشر من خلال تمهيد الطريق أمامهم
للتغلب في مرحلة ما بعد كورونا.
جاء ذلك خلال زيارة قامت بها الشبيخة بدور القاسمي للعاصمة الإيطالية
روما، حيث رافقتها معالي داريو فرانسيسكي، وزير الشؤون الثقافية الإيطالي،
في افتتاح دورة العام الجاري من معرض "بيو ليبري بيو ليبري" للكتاب،
المعرض الوطني الأول المخصص لدور النشر الصغيرة والمتوسطة المستقلة في



ثنائية أدبية لأحمد الخشن تستقرئ الذات البشرية وتسبر أغوار الواقع الاجتماعي



صدر حديثاً عن دار دلون الجديدة
للطباعة والنشر والتوزيع إصداران
أدبيان للكاتب الصحفي أحمد راتب
الخشن الكتاب الأول وعنوانه "كلمات
ذات أجراس" وهو عبارة عن مجموعة
من الأقوال التي اقتضتها الكاتب من
خلاصة تجاربه الحياتية والمهنية التي
امتدت لقرابة أربعة عقود من الزمن
شغل فيها مراكز تحريرية وإدارية
في العديد من الصحف والمجلات في
دولة الإمارات وتباينت تلك المقولات
ما بين الحكمة، والفلسفة، والدعابة
والسخرية، والأدب، وشكلت مجموعتها
باقة تستحق أن تقرأ لها أجراس.
أما الكتاب الثاني وعنوانه "النجوم
لا تقول وداً" فهو مجموعة قصص
اجتماعية تتألف من 18 قصة قصيرة
عمد فيها الكاتب إلى تقديم حكاية
للمتلقي مؤمناً أن الحكاية هي الوسيلة
التي تشد المتلقي إلى النص، وتجعله
يتابعه، ويحرص عليه، وفق ما ذكره
الناقد الكبير الدكتور سمر روعي
الذي فصل في مقدمته التي قدم بها لهذا
الكتاب، وتميزت تلك القصص بأن
أبطالها من مختلف المراحل العمرية
بداً من مراحل الطفولة الأولى،
وبدايات الشباب، مع تركيز جلي على
مرحلة التقاعد والشيوخ.
وطرحت القصص مواضيع في براءة
الطفولة، ومشاعر الحب في بدايات
الشباب، ومواضيع في الخيانة والغيرة
التي لا تموت حتى بعد وفاة من
نحب، وغيرها من المشاعر الإنسانية،
والقصص الطريفة كل ذلك بأسلوب
راق، ولقطات مواقف واقعية ذكية
تحتزم القارئ.
وشكل الإصداران بمجملهما قيمة
مضافة تستحق القراءة.

منوعات

الفكر

31

أركز في الأدوار التي تخرج مني طاقات تمثيلية جديدة ومختلفة

مي كساب : مسلسلات الأوف سيزون خطوة مميزة من صناع الدراما

حققت الفنانة مي كساب نجاحاً كبيراً خلال الفترة الماضية بخوضها بطولة حكاية "عقبال عوضك" ضمن حكايات مسلسل "زي القمر"، والتي تناولت خلالها معاناة الفتيات اللاتي يتعرضن للعنف الأسري والتنمر من المجتمع والتأخر في الزواج، ويسبب تمكنها من تقمص الشخصية أصبحت تريند جوجل والسوشيال ميديا لعدة أيام. وكشفت "مي" في هذا الحوار، عن كواليس مشاركتها في مسلسل "زي القمر" وكيف حضرت لشخصية "شادية" وعن رأيها في ردود الأفعال حول دورها، كما تحدثت عن كواليس مسلسل "اللعبة" والتحضير للجزء الجديد، وعن دورها كأم بجانب دورها كفنانة بالإضافة إلى زوجها مطرب المهرجانات أوكا ودوره في حياتها الفنية.

الوقت، ولكننا غيرنا هذا الأمر في الجزء الجديد وأصبحت تصرخ في الوقت اللازم فقط.

- ما المعايير التي تختارين على أساسها أدوارك؟
- لم أضع معايير بعينها بقدر أنني أركز في الأدوار التي تخرج مني طاقات تمثيلية جديدة ومختلفة، ودائماً أبحث عن السيناريو القوي المتناسك، والتنوع حتى لا يمل جمهوري من الشخصيات التي أقدمها، ومن أصعب الأدوار التي قدمتها خلال مسيرتي الفنية شخصية "شفق" في مسلسل سرايا عابدين، لأن وقتها لم أكن أمًا ووالدي كانت متوفاة بنفس التوقيت، وأشكر المخرج عمرو عرفة لاختياره لي لتقديم هذا الدور.
- ما رأيك في السينما حالياً؟ وهل هناك عمل سينمائي جديد قريباً؟
- السينما في ازدهار كبير، وفي أزهى حالاتها، والمتجون يعون ما يفعلون ويصرفون على الأفلام ببخ لتوفير الإمكانيات، مما يجعل هذه الأفلام في أعلى مستوى، أما عن فيلمي الجديد بالفعل أحضر لعمل سينمائي جديد بعنوان "فلوت زيادة"، وسأعاقف رسمياً مع شركة الإنتاج خلال الفترة المقبلة ووقتها سأعلن عن كافة التفاصيل.
- بالنسبة للفن... هل هناك ألبوم غنائي جديد؟
- بالفعل أحضر لألبوم غنائي جديد، واخترت العشر أغاني التي يتضمنها الألبوم وأعكف على تنفيذها خلال الفترة الحالية، وبالنسبة لي أحب وأفضل الألبوم الكامل عن الأغاني "السنجل" المنفردة، لذلك لا أطرح أي أعمال غنائية إلا من خلال ألبوم كامل، لأنه لا تبعيني الأغاني المنفردة فنياً.
- كيف توازنين بين الأمومة والفن؟
- في الحقيقة بمساعدة الله سبحانه وتعالى فهندي يقين بالله بأن الفترة التي لا أعمل بها وجلست بالمنزل هي من أجل أبنائي والانتباه لتربيتهم، وعندما عرض علي عمل فني كان الوقت حينها يسمح بأن أصطحبهم معي، وأنا أم حريصة جداً على الانتباه لتربية أبنائها فأوازن بشي الطرق بين مي كأم وبين مي كفنانة، وأشعر حيناً بأنني شمعة تحترق من أجل الآخرين، أم وزوجة وفنانة وصاحبة، فأحمد الله على هذه النعمة.
- هل تمنعين من دخول أولادك مجال الفن؟
- بصراحة سأقول لهم سلبيات وإيجابيات المهنة وسأطلق لهم حرية الاختيار، فسأضعهم إذا أرادوا دخول المجال، وأؤيدهم إذا لم يختاروه، لم أقف عائناً لهم في اختيارهم أبداً.
- حديثاً عن دور زوجك أوكا في حياتك الفنية؟
- أوكا الداعم الأساسي في حياتي الفنية والشخصية، فأنا شخصية كسولة ولست من الأشخاص الذين يتواصلون مع أحد من أجل مصلحة الشخصية، ولكن وجود أوكا في حياتي جعلها أفضل بكثير خاصة وأنه شخص "كريتيك" ودائماً يعطيني أفكاراً خارج الصندوق، وداعم لي في التمثيل والفن، ويقف معي في كل المواقف الصعبة، لذلك أجد الله على وجوده في حياتي.

من جمال المشاهد كنت أستمتع بهذا المجهود وأنسى الإرهاق، وأصبحت أتحدث لغة عربية فصحي بعد الانتهاء من التصوير لفترة وجيزة بسبب شخصية "شادية" ولكن سرعان ما خرجت منها.

- ما الذي جذبك في سيناريو العمل؟
- السيناريو سبب رئيسي لموافقتي على المشاركة في العمل، فكان مكتوباً بشكل متماسك، ويتضمن أحداثاً واقعية ومؤثرة، كما أنه يناقش قضية مهمة تخص المرأة وما تتعرض له من ظلم في بعض الأوقات بالمجتمع العربي، كما أنه تضمن جملاً عديدة تعبر عن شعور الفتيات بشكل واقعي وحقيقي يمس القلب.
- كيف ترين مسلسلات الأوف سيزون؟
- خطوة مميزة من صناع الدراما التلفزيونية، وأؤيد هذه النوعية من المسلسلات، لأنه فتح سوقاً كبيرة لأشخاص عديدة، وأتاح الفرصة لنجم شباب ووجوه جديدة للمشاركة في الأعمال الفنية، بالإضافة إلى أن الجمهور أصبح متعلقاً بهذه النوعية من المسلسلات خاصة التي تتضمن أكثر من حكاية في آن واحد، وبالنسبة للحدود القصيرة فأصبحت لها قاعدة جماهيرية كبيرة، وتبتعد كل البعد عن المط في الأحداث الذي يجعل المشاهد يصاب بالملل لما تتضمنه من أحداث كثيرة وموجزة في حلقات محدودة.
- في رأيك... هل هناك تطور في الدراما التلفزيونية؟
- بالتأكيد هناك تطور كبير بشكل لا يوصف، وملحوظ بالسنوات الأخيرة الماضية، وأصبحت المسلسلات كلها ذات قصص توعوية أكثر وهادفة وأكثر وتحمل رسالة هامة مع مواكبة العصر الحديث، وأتمنى أن نستعين بأساتذة كبار في الإخراج مثل محمد فاضل ومجدي أبوعميرة، فهم أساتذة عظماء لو تواجدوا في الساحة الفنية باستمرار بالطبع سنستفيد بخبراتهم بشكل كبير.
- حديثاً عن مسلسل "اللعبة" وكواليس مشاركتك فيه؟
- أنا أحب مسلسل اللعبة جداً وأعتبره "وش خير" بمشوارتي الفني، كما أنني أحب النجمين شيكو وهشام ماجد، والشغل معهما مريح لأبعد الحدود بالإضافة إلى خفة ظلمهما، وبدلت مجهوداً كبيراً لتجسيد شخصية "شيماء"، والمخرج معتز التوني مجتهد ويعتري، ومؤلفو العمل مبدعون كتبوا السيناريو بشكل متماسك مما تسبب في نجاح موسميه الأول والثاني، ونهجه للموسم الثالث.
- هل سيعرض مسلسل "اللعبة" في رمضان 2022؟
- حالياً نقوم بالتحضير للجزء الثالث من مسلسل اللعبة، ووضعنا خطة تصوير لينطلق شهر نوفمبر المقبل، وحتى الآن عرضه لم يكن في موسم رمضان 2022، وغالباً سوف يكون ضمن قائمة مسلسلات الأوف سيزون، ومتحمسة جداً لتصوير الجزء الثالث وعرضه لعرفة ردود أفعال متابعي هذا العمل الاجتماعي الكوميدي.
- ما أكثر صفة تميزت بها شخصية "شيماء"؟
- شخصية شيماء تعلقت بها جداً، ولا أنسى الجملة الأساسية التي كتبها مؤلفو العمل في البداية كملحوظة وهي "توقع من شيماء تعمل أي حاجة في أي وقت"، فهذا هو أكثر شيء حبيته في الشخصية وتميزت بها، باستثناء الصراخ لم أحبه في البداية لأنها كانت تصرخ طوال

في البداية.. كيف استقبلت ردود الأفعال حول حكاية "عقبال عوضك"؟
- سعيدة جداً بردود الأفعال التي فاقت توقعاتي تماماً، وكنت أشعر بالسعادة مع كل إشادة أو تهنئة من الجمهور أو زملائي بالوسط الفني، وفي الحقيقة لم أتوقع هذا النجاح الكبير التي حققته الحكاية، ولم أعلم بأنها ستصدر التريند وتصبح حديث السوشيال ميديا والشارع المصري قبل عرضها، فهما وصفت شعوري لم أستطع التعبير عن سعادتي بالمشاركة في هذا العمل.

- كيف حضرت لشخصية "شادية"؟
- شخصية شادية جذبتني منذ الهولة الأولى خاصة أنها مكتوبة بشكل متمكن ومحترف، حتى أنها جعلتني أبكي عندما قمت بقراءتها على الورق، لذلك شعرت بها وصدقها، والمخرج والستايست كانا حريصين على شكلها وملابسها بشكل جيد ودقيق جداً، فعندما ارتديت الملابس التي صممت خصيصاً لـ "شادية" وجدنتي أنني ارتديت معها الشخصية، وأحمد الله على قدرتي بتجسيدها ووصول مشاعرها ووجعها وكسرتها وللعنف التي تعرضت له للجمهور، مما جعل هناك تفاعلاً كبيراً معها وتعاملاً خاصة أن المشاهدين اقتنعوا بأنها شخصية حقيقية، وبالنسبة لي أفضل مدرسة التمثيل الطبيعية دون تكلف أو اصطناع.
- ماذا عن أجواء كواليس التصوير؟
- في منتهى الارتياح والشعور بالبهجة والحب، وأوجه الشكر للمخرج معتز حسام جداً على فريق العمل الجميل الذي كونه واستطاع أن يوظف كل فنان في مكانه الصحيح ليخرج العمل بالشكل الذي شاهده الجميع، وكان يحرص على دقة التفاصيل وردود أفعال الشخصيات وملامحهم، وأود أن أؤكد أن معتز حسام هو من رشحتي لهذا الدور بمشاركة المنتجة مها سليم، فحقيقي استمتعت بالتعاون معهم جميعاً وأتمنى تكرار هذه التجربة الرائعة.
- ما الصعوبات التي واجهتكم أثناء التصوير؟
- بصراحة الصعوبات كانت أننا كنا نقوم بالتصوير على الهواء بالتزامن مع العرض، مع تكثيف ساعات التصوير التي كانت تصل إلى 18 ساعة في اليوم، فكان الدور يجهدي خاصة أنني لم أجد وقتاً لأرتاح فيه، ولكن



سمية الخشاب تتبرأ من (ظروف خاصة)



نفت الفنانة سمية الخشاب مشاركتها في مسلسل جديد باسم (ظروف خاصة) للعرض خلال الموسم الرمضاني القادم، بعد انتشار سلسلة من الأخبار عن مشاركتها في المسلسل الذي يكتبه المؤلف حسين مصطفي.

وأكدت الخشاب أنها لم تتعاقد على المسلسل، وأنها لا تزال في طور قراءة عدة سيناريوهات معروضة عليها للمشاركة من خلالها في الموسم الرمضاني القادم، وخاصة بعد النجاح الكبير الذي حققته خلال الموسم الماضي من خلال المشاركة في مسلسل موسى مع الفنان محمد رمضان.

وتلقت سمية أخيراً عدداً من العروض للمشاركة في موسم الدراما الشتوي، لكنها لم توافق على أي عمل، وتفكر بشكل جاد في البطولات الرمضانية التي تحظى بانتشار أوسع، وتحاول البحث عن دور مختلف تماماً عن أدوارها السابقة.

أحمد زاهر في مسلسل جديد بالموسم الشتوي

اتفق الفنان أحمد زاهر بشكل مبدئي على تقديم بطولة مسلسل جديد من بطولته خارج السباق الرمضاني من 45 حلقة تعرض بداية العام القادم، ويبدأ زاهر خلال أيام جلسات عمل مع مخرج المسلسل رؤوف عبدالعزيز، للوقوف على تفاصيل التصوير والشخصيات.

ويحكي المسلسل مجموعة قصص اجتماعية مختلفة، كل قصة تستغرق بين 10 و15 حلقة، بإجمالي 3 قصص.

كما يجري مخرج المسلسل مفاوضات مع بقايا طاقم التمثيل الذي يشارك زاهر في البطولة، على أن ينطلق تصوير المسلسل في ديسمبر المقبل.

يذكر أن زاهر أنهى أخيراً من تصوير مشاهدته في فيلم فارس، الذي بدأ تصويره بداية العام الحالي، ودخل الفيلم حالياً في عمليات المونتاج والمكساج للحاق بموسم رأس السنة القادم.



الفكر

دراسة تكشف علاقة غير متوقعة بين لقاح الإنفلونزا والخرف



خلال السنوات الأربع أو الخمس الماضية. ولكن بمجرد وصولهم إلى ست سنوات أو أكثر، انخفض الخطر بمعدل 14%. وقال العلماء إنه لا يوجد ما يشير إلى أن الإصابة بالإنفلونزا تسبب الخرف. بدلا من ذلك، تأتي الفائدة من الحصول على لقاح لاحقاً في الحياة. وتشير الدراسات التي أجريت على الحيوانات إلى أن اللقاحات مثل لقاح الإنفلونزا تزيد من نشاط خلايا الجهاز المناعي في الجهاز العصبي المركزي المسؤولة عن إصلاح الضرر الذي يمكن أن يؤدي إلى الخرف. وأوضح العلماء: "لقاحات الإنفلونزا يمكن أن تكون وسيلة رخيصة ومنخفضة المخاطر للتدخل ضد الخرف". ووصفت الدكتوروز روزا سانشو، من مركز أبحاث أترهايمر بالملكة المتحدة، النتائج بأنها مثيرة للاهتمام، مضيفة: "إن فهم سبب حدوث ذلك هو وسيلة محفزة لمزيد من البحث".

توصلت دراسة جديدة إلى أن الحصول على لقاح الإنفلونزا كل شتاء يمكن أن يقلل بشكل كبير من خطر الإصابة بالخرف. وخفض اللقاح من فرص تطوير الحالة المستعصية بنسبة 14%. ولكن يبدو أن هذا يعمل فقط عندما يكون المرضى قد تلقوا الجرعات لمدة ست سنوات متتالية على الأقل. ويعتقد العلماء أن اللقاحات تقوي تدريجياً جهاز المناعة المتقدم في السن لدرجة أنه يمكن أن يمنع الضرر الأساسي في الدماغ الذي يسبب الخرف. ولم يكن هناك تقدم كبير في العلاج منذ عقود، لكن العلماء يعتقدون الآن أن اللقاحات مثل لقاح الإنفلونزا يمكن أن تلعب دوراً مهماً في تقليص عدد المرضى. وقام العلماء من كلية الطب بجامعة سانت لويس في الولايات المتحدة بتتبع ما يقارب 70 ألف شخص تبلغ أعمارهم 60 عاماً أو أكثر. وراقبوا عدد الذين تلقوا لقاحاً سنوياً للإنفلونزا وما إذا كانوا أصيبوا بالخرف لاحقاً. وكشفت النتائج التي نُشرت في مجلة Vaccine، اختلافًا طفيفاً بين أولئك الذين لم يتلقوا لقاحاً والذين تم تحصينهم سنوياً

التوت البري يحرق دهون الجسم الخطرة عند تناوله بانتظام!

تعد الدهون الحشوية مصدر قلق خاص لأنها تقع في عمق تجويف البطن، ما يبطئ الفراغ بين أعضاء الجسم الحيوية. وتتمثل الطريقة الأكثر فعالية للحرق من خلال النظام الغذائي والتمارين الرياضية. وقد تكون لفاكهة واحدة، عند تناولها بشكل منتظم، تأثيرات حرق قوية للدهون الحشوية. وغالباً ما يتم تجاهل هذه الحالة باعتبارها حقيقة لا مفر منها تتعلق بالشيخوخة، ولكنها تلعب دوراً رئيسياً في مجموعة متنوعة من المشكلات الصحية التي تهدد الحياة.

وتظهر الأبحاث المتزايدة أن الفوائد الغذائية للتوت البري تساعد على تحسين الدورة الدموية وتقوية جهاز المناعة والمساعدة في الحفاظ على مستويات السكر في الدم الصحية.

وفي إحدى الدراسات التي أجريت على الفئران، وجد الباحثون أن التوت البري يمكن أن يساعد أيضاً في حرق الدهون الخطرة الموجودة حول الجزء الأوسط من الجسم.

ومن أجل تجربتهم، قام الباحثون بملء القوارض قبل إعلامها بالتوت لمدة 90 يوماً.

وفقدت القوارض التي تناولت التوت البري كمية كبيرة من دهون البطن. ويعتقد الباحثون أن هذا قد يكون نتيجة لمضادات الأكسدة التي تؤثر على كفاءة استقلاب الجلوكوز والدهون.

وقال إي ميتشل سيمور، من مختبر أبحاث Cardioprotection Research التابع لجامعة ميشيغان، في بيان: "من خلال التأثير على الجينات التي تنظم حرق الدهون ومخزونها، يمكن أن يساعد التوت الأزرق أيضاً في خفض نسبة الكوليسترول المرتفعة".

وأضاف ستيفن بولينغ، من جامعة ميشيغان، "جرى البحث جيداً عن فوائد تناول الفاكهة والخضروات، ولكن اكتشافنا فيما يتعلق بالتوت الأزرق يُظهر أن المواد الكيميائية الموجودة بشكل طبيعي التي تحتوي عليها، مثل الأنثوسيانين، تبشر بالخير في التخفيف من هذه الظروف الصحية".

ووجد حقل بحث منفصل أن الفاكهة قد تخفض أيضاً الدهون الثلاثية وتحسن مستويات السكر في الدم.

ويشتهر التوت البري على نطاق واسع بمحتواه من مضادات الأكسدة التي لا مثيل لها. وهذه الفلافونويد فعالة بشكل خاص في مكافحة الالتهاب في الجسم.

وفي إحدى الدراسات، كتب الباحثون: "يحتوي التوت البري على عدد كبير من المواد الكيميائية النباتية، بما في ذلك أصباغ الأنثوسيانين الوفيرة. ومن المحتمل أن يكون للأنثوسيانين تأثير كبير على وظائف الصحة من بين مختلف المواد الكيميائية النباتية. وتربط الدراسات الوبائية بين تناول التوت الأزرق و/أو الأنثوسيانين المنتظم والمتدلل مع انخفاض مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية والوفاة ومرض السكري النوع 2، وتحسين الحفاظ على الوزن والحماية العصبية.



عرض للأشياء المضيئة خلال حدث "حديقة الكريسماس" في حديقة حيوانات تيربارك في برلين، ألمانيا. رويترز

قرأت لك

مواد غذائية مثالية لوجبة العشاء



- 1 - خضروات بطازجة ومطبوخة، تهضم خلال 30-40 دقيقة، ولا تشكل ثقلاً على المعدة.
- 2 - منتجات الألبان: سهلة الهضم، وتحتوي على البروتينات وبكتيريا تكافئية، تؤثر إيجابياً في عمل الجهاز الهضمي، وتساعد على فقدان الوزن بفعالية.
- 3 - البيض مع الكرفس وخضروات أخرى.
- 4 - الأسماك غير الدهنية. هذه سهلة الهضم مقارنة باللحوم الحمراء.
- 5 - لحم الدجاج أو الديك الرومي، ومن الأفضل أن يكون مطبوخاً في الفرن أو مطهواً على البخار.
- 6 - جين قليل الدسم، لأنه يخلق شعوراً سريعاً بالشبع ويسرع عملية التمثيل الغذائي.

سؤال وجواب

- من هو أول مهندس معماري في التاريخ؟
- هو الفرعوني أيموتب
- من أول من شرب الشاي؟
- هو الإمبراطور الصيني شن توانج وكان يغلي الماء قبل شربه
- من أول من اخترع لعبة الشطرنج؟
- هو الفارسي كرناماك في الهند في 500م
- من هو أول رئيس لدولة باكستان؟
- هو محمد علي جناح ثم حوажه نظام الدين

هل تعلم؟

- هل تعلم أن بعض الثدييات تصبح نائمة لا أكثر في فصل الشتاء. وحيث أن عدد كبيراً من الحيوانات تصرف الشتاء في السبات. بعض الحيوانات الأخرى تهاجر في الشتاء ومنها الرنة وعدد كبير من الطيور وكل الحيوانات التي تجد غذاءها في الأنهار والبحيرات، التي تتجمد طوال أشهر كثيرة في السنة.
- هل تعلم أن الحوت الأزرق هو الحيوان الأضخم في العالم، الذي يصل طوله إلى أكثر من 30 متراً ويزن حوالي 125 طناً. وهو أكثر ما يتواجد في المحيط الباسيفيكي. وما يشير الغرابة أن هذا النوع من الحيتان يصنف في مجموعة الحيتان التي لا أسنان لها، فأفواهها مصنوعة من مئات الصفائح العظمية وهي تنمو إلى أسفل من سقف الفم وتشكل نوعاً من المنخل.
- هل تعلم أن أكبر الحيوانات اللاحمة في المنطقة القطبية الشمالية هو الدب القطبي الذي ينتقل دون كلل يفتش عن فريسة. الذئب القطبي أيضاً صياد لا يعرف التعب تجعله شهيته النهمه جريئاً وجسوراً إلى أبعد حد.
- هل تعلم أن القممة وأسد البحر لا تزور الشاطئ إلا في موسم التزاوج، يفضل طبقة الدهن السمكية التي تتراكم تحت جلودها، تستطيع هذه الحيوانات تحمل درجات الحرارة المنخفضة في المناطق القطبية.
- هل تعلم أن البطاريق (جمع بطريق) في موسم التوالد تتجمع في مستعمرات كثيفة في القارة القطبية الجنوبية، والأصقاع القريبة منها. وتكتفي هذه الطيور بشكل جيد مع الحياة البحرية في المناطق القطبية الباردة.

قصة الثعبان والضفدع

جلست سي سونج تبكي ابها المريض في دارهما الجميلة المطلة على النهر الصغير، وكانت مياه النهر تسير ببطء شديد وكأنها حزينة لحزن سي سونج، وعندما كان الناس يتوافدون للاطمئنان على والدها العجوز الطيب كانت تسمع على السننهم كلمات تعني انه ليس هناك أمل في الشفاء وقضت ليالي طويلة على هذا الحال. اياما مرت قبل ان تصل لبيتها عجوز قبيحة تتطلب ان تراها وعندما اقبلت عليها سي سونج قالت العجوز: ايها الجميلة هل تريدين لوالدك ان يشفي ويعيش وسط الناس حكيماً طليق اللسان والحكمة كما كان؟.. فقالت: بالطبع اتمنى ذلك.. فقالت العجوز: حسناً، ما عليك غير ان تتزوجي الثعبان ملك الجبل، انه يقظ شامخا اعلى القمة واذا حضرت الليلة في المساء ليتم زواجكم معا سيشفى والدك في الحال.. جلست سي سونج حزينة تبكي حالها وتقول: حسناً ان حياه ابي تساوي الكثير وسأتزوج الثعبان ليعيش ابي.. فسمعت مربيتهما قولها وتناقلته مع اصدفاهما حتى وصل الخبر إلى والدها الذي قال: ان فعلت ذلك فلن اقبل العيش من بعدك.. ولكن سي سونج قالت: لقد وعدت يا ابي وسأفي بوعدتي.. حزن الجميع خاصة الضفدع رشيق الصديق الوفي لسي سونج، وقد قرر ان يحميها قدر استطاعته وقال لنفسه حياتي فداء لسي سونج، وعندما جاء الليل تسللت سي سونج في طريقها إلى اعلى الجبل، وهناك وجدت العجوز التي رحبت بها وابدت الثعبان سعاده وامر العجوز ان تكف سحرها عن والد سي سونج في الحال.. ثم مد رأسه الكبير وحمل عليها سي سونج ليضعها في غرخته الكبيرة الواسعة وذهب ليتناول وجبه شهية تاركا اياها في رعب كبير.. في هذه الاثناء كان الضفدع مسرعا إلى فم الثعبان المتوق وبدأ في الحال ينتفخ وينتفخ بقوة كبيرة ويزداد حجمه حتى اصبح مثل كرة خضراء عملاقة اختنق بسبيها الثعبان الذي كان ذيله يتلوى في كل مكان وعيناه تحيطان وقدرته على المقاومة تنهار حتى كادت حركته ان تسكن حين حدث انفجار ضخم رهيب جعل حوائط القصر تتداعى فانقضت سي سونج ورفقه وهربت مسرعة قبل ان ينهار القصر عليها وعندما ابتعدت اصبح القصر كومة من الحجارة، ففرت إلى قصر والدها لتجده في اشد الصحة والعافية والحزن، لكنه عندما رآها ضمها لحضنه لتعود اليه سعاده وروحه، لكنها لم تعرف ماذا حدث لرئيس الال بعد ان اخبرتها مربيتهما الطيبة، وبعد عدة ايام كان هناك تمثالا ضخم لضفدع اخضر جميل ينتصب في ساحة قصر سي سونج.

