



المراسلات: ص ب 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

وفاة عالمة الفيزياء الإيطالية مارجريتاهاك

توفيت عالمة الفيزياء الفلكية الإيطالية والكاتبة العلمية الشهيرة مارجريتاهاك، أمس الأول، عن عمر يناهز 91 عاماً. وتشتهر هاك بلقب سيدة النجوم وهي أول امرأة تدير مرصداً فلكياً في إيطاليا وساهمت بأبحاثها في التصنيف الطيفي لعدة مجموعات من النجوم. وقدمت هاك علم الفيزياء الفلكية لجمهور واسع من الإيطاليين من خلال كتبها جامعية وأخرى تشرح للأطفال علم الفلك بطريقة شيقة. وتولت منصب مدير المرصد الفلكي في تريستي في الفترة من 1964 إلى 1987 وهي أول امرأة تشغل هذا المنصب. وكانت عالمة الراحلة لا تخفي توجهاتها الإلحادية في بلد يغلب عليه الكاثوليكية، واشتهرت بمعارضتها لتأثير المعتقدات الدينية على الأبحاث العلمية، ودعمت إلى قوانين الإباحة الإجهاض والقتل الرحيم وحماية الحيوان.

وفي كانون الثاني عام 2012 قالت هاك لأحد الصحفيين إنها قررت عدم إجراء عملية جراحية في القلب قد تعطل حياتها قائلة: إنها تفضل البقاء في منزلها مع كتبها وزوجها أندو دي روزا الذي عاشت معه سبعة عقود.

جيني بولوس .. أم للمرة الأولى

أصبحت نجمة تلفزيون الواقع الأمريكية، جيني بولوس، أما للمرة الأولى بعدما رزقت وزوجها جوناثان ناسوس، بطفلة أطلقا عليها اسم أليانا ماريكا. وأكد المتحدث باسم بولوس موقع يو إس ماغازين أن المثلة التي تشتهر بدورها في Flipping Out أنجبت طفلتها الأولى من ناسوس. وقال ان الأم والطفلة بخير، وأطلق الزوجان على مولودتهما الجديدة اسم أليانا ماريكا. وأشار إلى بولوس أعلنت عن حملها في كانون الثاني يناير الماضي، وكشفت أنها أجهضت بعد وقت قصير من زواجها في أيار مايو 2012.



السلوك الانتحاري ... مرض قابل للعلاج؟

تشير الأدلة المستخلصة من دراسات دماغية وجينية إلى ضرورة أن نعتبر السلوك الانتحاري مرضاً بحد ذاته. قد تساهم هذه الخطوة في تجنب حالات الانتحار.

يتحدث غوستافو توركي من جامعة ماكجيل في مونتريال، كندا، عن وجود عوامل بيئية عدة تسبب تلك التغييرات في أدمغة الأشخاص الذين يميلون وراثياً للانتحار، ما يرفع احتمال تبني هذا السلوك في نهاية المطاف.

تحدث غوستافو توركي من جامعة ماكجيل في مونتريال، كندا، عن وجود عوامل بيئية عدة تسبب تلك التغييرات في أدمغة الأشخاص الذين يميلون وراثياً للانتحار، ما يرفع احتمال تبني هذا السلوك في نهاية المطاف.



هل يمكن أن يكون السلوك الانتحاري مرضاً فعلاً وليس مجرد سلوك ينجم عن اضطراب مزاجي؟ تزداد الأدلة التي تشير إلى وجود نقاط شبه مدهشة في أدمغة الأشخاص الذين يميلون إلى الانتحار. لكن تختلف تلك الخصائص عما نشاهده في أدمغة الأشخاص المصابين باضطرابات مزاجية وماتوا لأسباب طبيعية.

أدت تلك الدراسات إلى إدراج (اضطراب السلوك الانتحاري) للمرة الأولى ضمن أحدث نسخة من أهم مرجع في مجال طب النفس (ولو في الملحق): إنه (الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية) الصادر أخيراً. يشمل الملحق مواضيع لها ثقلها وتتطلب أبحاثاً إضافية ليتم إدراجها بالكامل في النسخ المستقبلية.

حتى حقبة الثمانينيات، كان الأشخاص الذين يحاولون الانتحار يُعتبرون مجنونين، لكن لم يفسر ذلك التعريف عدم وجود أي تاريخ من الأمراض العقلية في 10% من حالات الانتحار. بدأ هذا الرأي يتغير حين كشفت عمليات التشريح خصائص لافتة في أدمغة الأشخاص الذين انتحروا، مثل تغييرات بنوية في المناطق المرتبطة بصنع القرار (بعض النظر عن الاضطراب الذي أصابهم، وحتى لو كانوا غير مصابين بأي اضطراب عقلي على الإطلاق).

تبقى الأبحاث معقدة بسبب قلة العينات الدماغية أو غياب أي نموذج حيواني للانتحار، لكن بدأت الفكرة القائلة إن السلوك الانتحاري يترافق مع معطيات بيولوجية خاصة تكسب زخماً متزايداً. تزداد الدراسات التي تركز على بعض التغييرات الكامنة وراء سلوكيات مماثلة.

السعوديات يفضلن الزواج عبر الانترنت

أظهر استطلاع سعودي أن 65 بالمئة من الفتيات السعوديات يلجأن لمواقع التواصل الاجتماعي لاختيار الزوج، فيما رفض 35 بالمئة منهن استخدام وسائل الاتصال الحديثة في اختيار شريك الحياة، مفضلات الطريقة التقليدية بالسؤال عن الزوج عبر الأب والأشقاء. وعزت بعض المشاركات في الاستطلاع، الذي نشرته صحيفة عكاظ أمس الأحد لجوء الفتاة لمواقع التواصل الاجتماعي لاختيار شريك الحياة لانغلاق المجتمع وعدم قدرة الفتاة على التعرف على من يتقدم لخبطتها بطريقة مباشرة. في حين حذر بعضهم من استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في اختيار الزوج، كون بعض الشباب المستهترين يتلاعبون بمشاعر الفتيات ويخرون بهن، مفضلات الطريقة التقليدية في اختيار الشريك، مبيات أن نسبة الطلاق ارتفعت بعد انتشار الزواج عبر شبكات التواصل الاجتماعي.

يمنع من الحانة بسبب حجمه

منعت حانة في مدينة بريطانية رجلاً في الثالثة والعشرين من العمر من التردد عليها بسبب قامته وحجمه. وقالت صحيفة سندي صن امس إن، آدم ثوركاتيل، يصل طوله إلى نحو مترين ويبلغ وزنه حوالي 134 كيلوغراماً، وكان يستأجر بمساحة واسعة من حانة (ناتشيل) المصنفة الأصغر من نوعها في بريطانيا في كتاب (غينيس) للأرقام القياسية. وأضافت أن، جاك بورتون، مالك الحانة بمدينة بوري سانت إدموندز بمقاطعة سوفوك قرر حظر ثوركاتيل لأن وجوده لا يترك مساحة للزائرين الآخرين في أوقات الذروة. ونسبت الصحيفة إلى بورتون قوله إن آدم عملاق من النوع الطيف، لكنه يستأجر بمساحة كبيرة في ليلة مزدحمة تجعلني اضطر لعدم استقبال أربعة زبائن على الأقل من الحجم الطبيعي. كما نقلت عن آدم أنه يحب حانة ناتشيل رغم أنه يضطر للانحناء كلما دخل من بابها والكثير من زبائننا المنتظمين هم أصدقاؤه، لكنه لا يترك مكاناً لهم بعد دخوله إليها.

قتل زوجته بسبب لباس

أقدم رجل جزائري على قتل زوجته بطريقة وحشية، بسبب خلاف حول لباس كانت ترتديه. ونقلت صحيفة الشروق الجزائرية أن القصة بدأت بخلافات استمرت أشهراً بين الزوجين. وقال الجاني للمحكمة إنه شاهد زوجته في يوم ارتكاب الجريمة، وهي تتشر الغسيل على الشرفة، مرتدية لباساً شفافاً. طلب منها الدخول، فوقع بيتهما شجار أدى إلى سقوط الزوجة أرضاً. وبعد ما أغلق عليها باب الغرفة، توجه الزوج نحو الطبخ وأحضر سكيناً من الحجم الكبير، وأناول به على الزوجة بطعنات متتالية، وبشكل وحشي عبر كافة أنحاء جسدها. وبعد ارتكابه الجريمة، توجه إلى الحمام واغتسل وغير ملبسه، ثم قصد مركز الشرطة حاملاً سكين الجريمة وبلغ عن فعلته. وقال مصدر قضائي إن سبب الجريمة هو الخلافات وليس ارتدائها ملابس شفاقة. وكانت الزوجة رفعت دعوى تطليق أمام إحدى المحاكم منذ 3 أشهر بعد أن استمر زواجها من الجاني 14 عاماً وأنجبا ثلاثة أبناء.

يرفض بيع خروف بمليون ريال

رفض سعودي بمحافظته النعيرية بيع خروف صنّف بمبلغ مليون ريال، بحسب صحيفة اليوم السعودية. وقال صاحب الخروف إن رفض البيع بهذه القيمة جاء رغبة في إنتاج الفحل الملقب بالكنز، مبيناً أنه باع من أبناء وبنات الخروف بأسعار مرتفعة كان آخرها 8 جذعات بمبلغ 320 ألف ريال قبل نحو يومين. وقال صاحب الخروف فهد بن خطاف أشارك في إنتاج الفحل في عدة مزاردات لأنعام الصنف النعيم داخل المملكة وفي دولتي قطر والكويت، وأجد. ولله الحمد. إقبالاً من تجار الصنف والمهتمين في تربيتها على شراء إنتاجه بأسعار عالية.

لعبة تشير الذعر في مطار القاهرة

أشارت لعبة على شكل طائرة تعمل بجهاز التحكم عن بعد الريموت الذعر في صالة الركاب الموسمية بمطار القاهرة الدولي، بحسب صحيفة الرياض السعودية. وقال مراسل الصحيفة إن أحد الركاب المصريين قد وصل على متن طائرة مصر للطيران القادمة من المدينة المنورة، وعقب خروجه من الطائرة الجمركية إلى خارج الصالة الموسمية كانت في استقباله ابنته (3 سنوات) فقام الراكب بفتح حقائبه، ليخرج منها طائرة هليكوبتر لعبة لا يزيد حجمها عن 20 سم X 20 سم مزودة بأنوار مختلفة الألوان لإدخال الهبة في نفس الطفل وقام بتشغيلها بالريموت، حيث حلفت وسقطت بجوار سور الصالة فأسرعت الخدمات الأمنية العينة إلى ضبطها على الفور. وبفحص الطائرة بمعرفة خبراء الفرق جاءت النتيجة سلبية وتم تسليم الطائرة للعبة للراكب وابنته.

توصيات جديدة لعلاج الإيدز

أوصت منظمة الصحة العالمية امس بإرشادات جديدة لعلاج المرضى المصابين بفيروس إتش أي في السبب لتلازمة نقص المناعة المكتسب الإيدز، تهدف إلى تمكين مرضاهم من العيش لفترة أطول وبصحة أفضل. وأعلن عن التوصيات الجديدة في مؤتمر جمعية الإيدز الدولية لعام 2013 في العاصمة الماليزية كوالالمبور، وتدعو إلى استخدام المرضى لعلاج مضاد للفيروس قبل أن تبدأ أنظمة المناعة لديهم في الانهيار. وأشارت المنظمة إلى أن التوصيات الجديدة تشجع كل الدول على بدء علاج البالغين الذين يعيشون بفيروس إتش أي في عندما يقل عدد الخلايا المناعية سي دي 4 ويصل إلى 500 خلية في الملييمتر المكعب أو أقل، إذ عندها يكون جهاز المناعة لديهم لا يزال قويا. وكانت التوصية السابقة التي صدرت في 2010 تشجع بدء تقديم العلاج عندما يصل عدد هذه الخلايا إلى 350 خلية في الملييمتر المكعب أو أقل.

واستندت المنظمة في إرشاداتها الجديدة على أدلة أكدت أن العلاج المبكر مع استخدام الأدوية المأمونة والمتوفرة بأسعار معقولة يمكن أن يحافظ على صحة المرضى لفترة أطول ويخفض كمية الفيروس في الدم، الأمر الذي يقلل أيضا من خطر انتقاله إلى شخص آخر. وأكدت المنظمة الأممية أن تطبيق هذه التوصيات سينقذ حياة ثلاثة ملايين شخص في شتى أنحاء العالم بحلول عام 2025. وبالرغم من أن استعمال أدوية عامة أرخص للإيدز يعني حصول عدد أكبر بكثير من الناس على العلاج، فإن العاملين في مجال الصحة ولا سيما في الدول الفقيرة يميلون حاليا للانتظار حتى وصول العدوى لمرحلة متقدمة ومن ثم يبدأون بإعطاء العلاج.



شرب المياه يفيد الكلى

يتردد بين الناس أن شرب الماء قد تؤدي الكلى أو تسبب في حدوث الفشل الكلوي، والحقيقة العلمية تؤكد أن شرب الماء بكافة صورته، ومهما اختلفت نسب المعادن والأملاح والرواسب به يفيد جداً، ويحمي الإنسان من الإصابة بالعديد من الأمراض، وتمنع حدوث خلل بالكلى أو فشل كلوي، إن أي نوع من الماء حتى الملوّث منه يتم فترته طبيعياً، وامتصاصه على طول الجهاز الهضمي ولو به زيادة معدن أو رواسب لا يتم امتصاصها وتخرج مع البراز، فإذا ما كان المياه ملوثة، فإن الجهاز الهضمي يؤدي وظيفته بحماية الإنسان، حيث يصاب بالإسهال مثلاً أو نزلة معوية للتخلص من التلوث. ولكن إذا انتاب الإنسان القلق والهلع، وقام باستخدام فلاتر المياه لتنقيتها قبل استخدامها فإنه لا بأس من ذلك، وإن كانت بعض الأبحاث في مراكز الأورام العالمية ربطت بين استعمال الفلاتر المنزلية للمياه، وازدياد بعض أنواع الأورام السرطانية، خاصة في الجهاز الهضمي، ومن ثم فإن استعمال الفلاتر لتنقية المياه ليست الحل الأكيد في توفير مياه نظيفة فقد حبنا الله بجهاز هضمي يقوم ذاتياً بفلتره الضار من الفيد.



تحت رعاية حرم رئيس الدولة

التكنولوجيا التطبيقية تحتفل بتخريج 136 مواطنة متخصصة في الهندسة والطاقة والعلوم الصحية

شمسة بنت سهيل: قيادتنا تعمل لصناعة الكوادر الوطنية القادرة على تحقيق كل الطموحات والآمال
موزة عباس: التكنولوجيا التطبيقية منظومة متكاملة من التعليم التكنولوجي والهندسي المتطور
الشامسي: التعليم التقني من الأولويات الوطنية لتحقيق متطلبات الاقتصاد المعرفي الشامل
الخريجات: الإمارات قدمت لنا الكثير وأقسمنا على الولاء لرئيس الدولة وخدمة الوطن



الخصيصة الإماراتية المتكاملة، التي بها تحمل الطالبات المواطنات في نفس عنوان الوفاء للوطن والقائد.

قسم العهد والولاء

كما تضمن الاحتفال قيام كافة الخريجات بأداء قسم العهد والولاء الذي جددوا فيه ولاهنن التام وطاعتن وحبهن الكبير للقاء رئيس الدولة وحرسن

الأكيدة على خدمة الوطن وتحقيق طموحات القيادة الرشيدة في شباب دولة الإمارات العربية المتحدة.

كما أعربت مديرة شؤون الخريجات عن شكرهن الجزيل للقيادة الرشيدة التي وصلت بهن إلى هذا المستوى من التعليم التكنولوجي المتطور حيث تكامل المناهج والاساليب والأدوات التعليمية المتطورة مع الأداء الراقي للهيئة التدريسية والإدارية، مما أدى إلى ارتفاع المستوى العلمي والعملية لجميع الخريجات، التي أكدن على أنهن سيتخذن مما درسن في التكنولوجيا التطبيقية أساساً قوياً مواصلة تميزهن في حياتهن الجامعية ليكون ضمن الكوادر الوطنية المتخصصة التي تلبي متطلبات النمو الاقتصادي في الدولة وتحقق طموحات القيادة الرشيدة في فتيات الإمارات.

وفي ختام الاحتفال قام الدكتور عبد اللطيف الشامسي بأداء الدرغ التذكري للمعهد إلى سمو الشبيخة شمسة بنت سهيل حرم صاحب السمو رئيس الدولة حفظه الله والذي تسلمته نيابة عن سموها الدكتورة موزة عباس، كما تم تكريم الطالبات المتفوقات وسط فرحة أهاليهن الذين أعربوا عن شكرهم الجزيل للقيادة الرشيدة ومعهد التكنولوجيا التطبيقية الذي نجح في وضع فتياتهن على الطريق الصحيح لمستقبل واعد.



•• العين - الفجر

تحت رعاية سمو الشبيخة شمسة بنت سهيل حرم صاحب السمو رئيس الدولة حفظه الله، احتفلت ثانوية التكنولوجيا التطبيقية فرع الطالبات بالعين بتخريج الدفعة الثانية البالغ عددها 136 من المواطات المتخصصة في العلوم الهندسية والتكنولوجيا وعلوم الحاسوب والطاقة وغيرها من التخصصات التقنية المتطورة، فيما تتميز دفعة الخريجات بانها تضم نخبة من المواطات المتخصصات في تكنولوجيا العلوم الصحية، وذلك بحضور الدكتورة موزة عباس رئيسة مجلس أمناء جائزة الشبيخة شمسة بنت سهيل للنساء المبدعات، نيابة عن حرم صاحب السمو رئيس الدولة، والدكتور عبد اللطيف الشامسي مدير عام معهد التكنولوجيا التطبيقية ونخبة من المسؤولين وعائلات الخريجات.

وقد أعربت سمو الشبيخة شمسة بنت سهيل عن سعادتها بفتيات الوطن من خريجات ثانويات التكنولوجيا التطبيقية التي أثمرت بإنشاء معهد التكنولوجيا التطبيقية ليكون في سنوات قليلة نموذجاً يحتذى كمنظومة متكاملة من التعليم التكنولوجي والهندسي المتطور حيث تواصلت نجاحات المعهد ليحتفل هذه الأيام بتخريج الدفعة السادسة من شباب الوطن الإمارات ذكورا واناثا على حد سواء. وأعربت رئيسة مجلس أمناء جائزة الشبيخة شمسة بنت سهيل للنساء المبدعات عن فخرها بفتيات الوطن وفتحتها في قدرتهن على الإبداع والتألق في كافة القطاعات الصناعية المطلوبة في سوق العمل، مشيرة إلى أن معهد التكنولوجيا التطبيقية وضع الخريجات على المسارات الهندسية والتكنولوجية المتخصصة بكل كفاءة واقتدار ووفق مناهج متقدمة، بما يضمن مواصلة مسيرتهن الجامعية والعملية بكل نجاح وتميز.

رسالة ولاء لرئيس الدولة

وكان الاحتفال الذي أقيم تحت شعار "سواعد البناء لوطن العطاء" قد بدأ بكلمة الدكتور عبد اللطيف الشامسي مدير عام المعهد أكد خلالها حرص مجلس أمناء المعهد على ان يكون الاحتفال رسالة حب وولاء لصاحب السمو الشبيخة خليفه بن زايد آل نهيان حفظة الله، و تجسيدا حيا، ولما شُعر به جميعا، من خالص الحب



انطلاق فعاليات البرنامج الصيفي لأبناء منتسبي شرطة العين

•• العين - الفجر

انطلقت فعاليات البرنامج الصيفي لأبناء المنتسبين لشرطة العين، الذي ينظمه نادي ضباط الشرطة في العين، التابع لإدارة النوادي بالقيادة العامة لشرطة أبوظبي، ويستمر على مدى أسبوعين، ويستهدف طلبة المدارس في المراحل الابتدائية والإعدادية، وتختتم فعالياته في الرابع من يوليو المقبل.

وقال العقيد حارب خميس الخبيلي، نائب مدير إدارة النوادي بشرطة أبوظبي، يأتي تنظيم البرنامج الصيفي لأبناء ضباط شرطة العين تجسيدا لاستراتيجية القيادة العامة لشرطة أبوظبي، لاستثمار أوقات فراغ طلاب المدارس ببرامج ثقافية ودينية ورياضية وترفيهية، ولحمايتهم من السلوكيات والتصرفات المأثمة جراء الفراغ خلال الإجازة الصيفية. وأضاف: يتضمن البرنامج الصيفي العديد من الفعاليات والأنشطة الدينية والاجتماعية والإرشادية، والرياضية والترفيهية، كما يساهم في تعريف الأبناء على طبيعة عمل آبائهم في خدمة وحماية المجتمع، وحفزهم على الإبداع والابتكار.

وذكر أنه يشمل زيارات إلى مواقع العمل الشرطي بما يتناسب مع أعمارهم، حيث تم تجهيز مرافق النادي لاستقبال الأبناء وتوفير الخدمات الملائمة لهم، ومراعاة وجود كادر من المشرفين والمتطوعين في خدمتهم.

وشهد البرنامج الصيفي، ومدته انطلاقه إقبالا كبيرا من قبل أبناء الضباط، الذين أشادوا بالبرنامج وتميزه هذا العام بتوسعة نطاق المشاركة، لتشمل الإناث والاستفادة من الفعاليات، كما تم رصد جوائز عينية ومسابقات لاختيار التميز في كل نشاط وفعالية، لخلق روح التنافس الشريف بين المشاركين.

وتشارك في البرنامج العديد من الجهات منها: الإدارات والمراكز الشرطية التي تضم العلاقات العامة بمديرية شرطة العين، ومركز الدعم الاجتماعي، والشرطة المجتمعية، والدفاع المدني، والإسعاف والإنقاذ، والمعهد المروري، والتفتيش الأمني (K9)، ومدارس الشرطة، وإدارة الخدمات الطبية، ومن الجهات المجتمعية: دار زايد للرعاية الأسرية، وجمعية الإمارات لمربي الكلاب، الرقق بالحيوان، ومركز هيلي للفرسوية وقام طلبة البرنامج الصيفي بعدد من الزيارات منها المعهد المروري بالعين، حيث قدم المسؤولون في المعهد شرحاً وافياً لهم حول الأجهزة التي تستخدم في مركبات الشرطة والدراجات، وتم إعطاؤهم إرشادات حول مخاطر السرعة وأهمية التقيد بالأنظمة المرورية.

كما قام أبناء الضباط بزيارة المعرض المقام ضمن فعاليات اليوم العالمي للمخدرات في مركز العين مول التجاري، وتعرفوا على جهود إدارة مكافحة المخدرات وجهات أخرى مثل الجمارك والدعم الاجتماعي، والمؤسسة العقابية والإصلاحية في العين.



العرس الجماعي الرابع عشر لقبيلة الرواشد



تواصلت فعاليات العرس الجماعي التي تشهدها إمارة أبوظبي بناء على توجيهات أصحاب السمو الشيوخ التي تنصب في ضرورة عدم المغالاة والإسراف في حفلات الزواج وتكاليفها، حيث شهد الشيخ أحمد بن سرور الظاهري رئيس المجلس البلدي في العين، حفل العرس الجماعي الرابع عشر الذي نظمته قبيلة الرواشد بدعم من مصرف أبوظبي الإسلامي بمشاركة 24 شابا وفتاة من أبناء الرواشد، كما حضر الحفل الذي أقيم في مركز العين للمؤتمرات في منطقة الخبيصي عدد من أعيان القبائل وكبار المسؤولين وأعضاء من مجلس إدارة صندوق الزواج، وأهالي وأقارب العرسان وحشد من الجمهور. وقال سالم بن ضامن الراشدي معرف قبيلة الرواشد إن مشاركة الشباب في حفلات الزواج الجماعية يؤكد على الترابط المجتمعي الذي ترعى أسسه قيادتنا الحكيمة ليستمر العطاء والخير على أرض الإمارات. ولقت سالم الراشدي إلى أن الأعراس الجماعية التي عدت حالة اجتماعية وطنية، أصبحت مثلاً يحتذى في مدينة العين بالتعاون مع شيوخ القبائل وشرائع المجتمع، مما يجعل الفكرة مثار فخر واعتزاز لأبناء الإمارات.

منع الحمل... اختاري الوسائل الطويلة المفعول

وجدت دراسة معنية بتقييم وسائل منع الحمل اختلافات جذرية في ما يخص فاعلية مختلف الوسائل. تبين أن المرأة التي تستعمل الوسائل القصيرة الأمد مثل الحبوب أو لصقات منع الحمل أو الحلقات المهبلية تكون أكثر عرضة بعشرين مرة للحمل بشكل غير مقصود مقارنةً بتلك التي تستعمل أشكالاً لها مفعول أطول مثل اللولب الواقي داخل الرحم أو الوسائل الهرمونية المزروعة. حبوب منع الحمل الوسيطة الأكثر شيوعاً حول العالم، لكن تتوقف فاعليتها على المرأة إذا تذكرت تناول الحبة يومياً وإذا كانت تستطيع الحصول على كميات متجددة من الحبوب.

منوعات المرأة

يتم دس الوسائل الهرمونية المزروعة تحت جلد الجزء الأعلى من الذراع وهي تبقى فاعلة طوال ثلاث سنوات. لكن لا يستطيع بعض النساء تحمّل تكاليف هذه الوسائل الباهظة التي يمكن أن تقف قيمتها 500 دولار.

يقول بروك وينر، طبيب يعمل منذ أربع سنوات في مستشفى بارنز (سانت لويس، ميسوري) ومدير الدراسة الرئيس: (نعرف أن معدلات فشل اللولب داخل الرحم والوسائل الهرمونية المزروعة منخفضة جداً، بنسبة تقل عن 1%. قد يكون اللولب داخل الرحم فاعلاً جداً وقد ثبت أنه آمن بالنسبة إلى النساء والمراهقات، لكن تختاره 5,5% فقط من النساء اللواتي يستعملن وسائل منع الحمل في الولايات المتحدة).

طلبت دراسات سابقة حول وسائل منع الحمل من مجموعة نساء أن يذكرن وسائل منع الحمل التي يستعملنها وعدد حالات الحمل المسجلة. في هذه الدراسة، أراد المحققون التأكد من صحة تراجع حالات الحمل غير المقصود في حال توافر توعية للنساء حول فاعلية مختلف خيارات منع الحمل ومنحهن فرصة اختيار الوسيلة من دون التفكير بالكلفة. مُنحت وسائل منع الحمل إلى النساء مجاناً.

شملت الدراسة أكثر من 7500 امرأة تسجلن في مشروع اختيار وسائل منع الحمل). تراوح سن المشاركات بين 14 و45 سنة ممن كنّ معرضات للحمل غير المقصود. كان بعضهن يستعملن وسائل منع الحمل وأرادت مجموعة أخرى تغيير الوسائل التي تستعملها. أكدت كل امرأة أيضاً أنها لا تريد أن تحمل خلال السنة المقبلة.

كان يمكن أن تختار المشاركات في التقرير بين وسائل منع الحمل التالية: اللولب الواقي داخل الرحم، الوسائل الهرمونية المزروعة، حبوب منع الحمل، اللصقات، الحلقات المهبلية، حقن منع الحمل.

استعملت النساء عن وسائل منع الحمل، لا سيما فاعليتها وأثارها الجانبية ومخاطرها ومتاعفها.

سُمح للمشاركات بوقف الوسائل أو استبدالها بقدر ما يرغبن خلال الدراسة.

أجرى المحققون مقابلات مع المشاركات عبر الهاتف في الشهر الثالث والسادس ثم كل ستة أشهر خلال الفترة المتبقية من الدراسة. خلال كل مقابلة، سُئلت المشاركات عن انتظام الدورة الشهرية وحالات الحمل المحتملة. طُلب من كل مشاركة تظن أنها قد تكون حاملاً المجيء لإجراء اختبار حمل. سُئلت الحوامل عما إذا كان الحمل مقصوداً وعن نوع وسائل منع الحمل المستعملة (إذا وُجدت) في وقت الحمل.

خلال الدراسة التي دامت ثلاث سنوات، حملت 334 امرأة. من بينهن نجت 156 حالة حمل عن قلة فاعلية وسائل منع الحمل. في المحصلة، فشلت وسائل منع الحمل التي استعملتها 133 امرأة (4,55%) ممن يستعملن الحبوب أو اللصقات أو الحلقات مقارنةً بـ 21 امرأة (0,27%) من النساء اللواتي يستعملن اللولب الواقي داخل الرحم أو الوسائل الهرمونية المزروعة.

يقول وينر: (هذه الدراسة مهمة جداً لأنها تثبت أن 75% من النساء تقريباً يخترن اللولب الواقي داخل الرحم أو الوسائل الهرمونية المزروعة لمنع الحمل عند توافرها مجاناً).

المرأة التي تختار اللولب الواقي داخل الرحم أو الوسائل الهرمونية المزروعة تكون أكبر سناً ولديها تأمين صحي عام وتكون قد أنجبت أطفالاً أكثر من المرأة التي تختار وسائل منع الحمل الأخرى. المرأة التي تختار الأقراص أو الرقعة أو الحلقة يكون لديها تأمين صحي خاص ولا تكون قد أنجبت الأطفال في السابق.

يوضح وينر: (إذا توافرت أدوية أكثر فاعلية بعشرين مرة للسمرطان أو أمراض القلب أو السكري، كنا لنوصي بها أولاً. يمكن أن تؤدي حالات الحمل غير المقصود إلى آثار سلبية على صحة المرأة وثقافتها وعلى صحة المواليد الجدد).

في دراسة أجراها باحثون من كلية الطب في جامعة واشنطن في سانت لويس ونشرت في مجلة (نيو إنغلاند جورنال أوف ميديسين) في عام 2012، تبين أن حبوب منع الحمل وغيرها من وسائل قصيرة الأمد مثل اللصقة أو الحلقة المهبلية تكون غير موثوقة بالنسبة إلى الشبابات. في ما يخص الفتيات في الولايات المتحدة الأمريكية تحت عمر الواحد والعشرين ممن يستعملن حبوب منع الحمل أو اللصقات أو الحلقات، كان خطر الحمل غير المقصود يساوي تقريباً ضعف الخطر عند النساء الأكبر سناً. تشير هذه النتيجة إلى أن زيادة استعمال وسائل منع الحمل الطويلة المفعول عند فئة المراهقات قد تمنع عدداً إضافياً من حالات الحمل غير المخطط لها.

يقول أحد معدي الدراسة، جيفري بيبرت، أستاذ في طب التوليد والنساء: (هذه الدراسة هي أفضل دليل لدينا على أن الوسائل الطويلة المفعول تتفوق على حبوب منع الحمل واللصقات والحلقات. يكون اللولب الواقي داخل الرحم أو الوسائل الهرمونية المزروعة أكثر فاعلية لأن المرأة يمكن أن تنسى أمرها بعد أن يزرعها الأطباء في مكانها).

قلة الفاعلية

تعتبر حالات الحمل غير المقصود مشكلة كبرى في الولايات المتحدة. تبين أن ثلاثة ملايين حالة حمل في السنة (أي 50% من مجموع الحالات) تكون غير مقصودة. يبقى معدل الحمل غير المقصود في الولايات المتحدة أعلى بكثير مما هو عليه في الدول المتقدمة الأخرى، وقد أثبتت دراسات سابقة أن نصف تلك الحالات تقريباً تنجم عن قلة فاعلية وسائل منع الحمل.

يتم دس اللولب الواقي داخل الرحم من جانب طبيب مختص في مجال الرعاية الصحية. تم التصديق على استعمال اللولب الهرموني منذ خمس سنوات ويمكن استعمال هذا الجهاز الذي يحتوي على النحاس لمدة تصل إلى 10 سنوات.



ترطيب البشرة يجنبها الجفاف والعديد من المشاكل

الكلف... كيف تتجنبين ظهوره؟



في اليوم، وتركيبه على البشرة لمدة لا تقل عن 45 دقيقة في كل مرة، وفي غضون شهر يجب أن يبدأ التحسن بالظهور.

• عصير الليمون
ضع عصير الليمون الطازج مباشرة على البقع مرتين يومياً لمدة 30 دقيقة على الأقل، وستلاحظين التحسن خلال شهرين تقريباً. وإذا كنت تخططين للخروج في الهواء الطلق، انتظري حتى يجف عصير الليمون لأنه قد يزيد من حساسية الجلد للأشعة.

• زيت الخروع
افركي زيت الخروع مباشرة على مناطق الجلد المصابة مرة واحدة في الصباح وأخرى في المساء، وهذا من شأنه أن يسهم في تلاشي البقع في غضون شهر.

تتناولي ما يحتوي على مواد مهدرجة.

5 - ابتديني عن فرك البشرة المستمر لمنع زيادة الجفاف.

6 - جففي جسمك بعد الاستحمام بالمشافف اللينة، وابتديني عن الخشنة دائماً.

7 - استخدم الكريمات التي تحتوي على مادة بيتاميثازون مع حمض الساليسيليك لتساعدك في تبييض المناطق الداكنة في جسمك.

استخدام العلاجات الطبيعية.

وعليك التعامل بحذر لتجنب الانتكاسات أو الأعراض الأخرى، فهناك بعض المناطق في الجسم لا يصلح أن تتم معاملتها كمناطق أخرى، فالتعامل مع الوجه والرقبة يختلف عن الكوع أو القدم أو الرقبة، لأن طبيعة الجلد مختلفة والنتائج ليست متساوية، فإذا سببت لك المراهم احمراراً في البشرة أو طفحاً جديداً، فيجب التوقف عن استخدامها وطلب النصيحة من الاختصاصية.

علاج الكلف

هل هناك علاج للكلف؟

بالطبع هناك دائماً ما يمكننا الاعتماد عليه للوصول إلى نتائج مميزة، فبالإمكان علاج كلف البشرة بسهولة بواسطة التقشير الكيميائي والكريمات التي تحتوي على مزيج من ترتينوين، وحمض كوجيك وحمض أزالايك، ولكن هذه الحلول لا تعمل على تغيير اللون وإعادته إلى طبيعته.

قد يوصي الطبيب حال عدم الحصول على نتيجة مرضية باستخدام الليزر لإزالة البقع السوداء وفتحتها، خصوصاً إذا كانت الحالة متقدمة، ولم تصلي إلى نتيجة غير استخدام العلاجات الطبيعية.

وعليك التعامل بحذر لتجنب الانتكاسات أو الأعراض الأخرى، فهناك بعض المناطق في الجسم لا يصلح أن تتم معاملتها كمناطق أخرى، فالتعامل مع الوجه والرقبة يختلف عن الكوع أو القدم أو الرقبة، لأن طبيعة الجلد مختلفة والنتائج ليست متساوية، فإذا سببت لك المراهم احمراراً في البشرة أو طفحاً جديداً، فيجب التوقف عن استخدامها وطلب النصيحة من الاختصاصية.

خلاصات طبيعية

قبل القيام بعملية التقشير والليزر بإمكانك تجربة بعض الخلطات الطبيعية التي قد تساعد في تفتيح لون البشرة والتقليل من البقع السوداء، ومنها:

- قناع العسل والخيار
- اغسلي المناطق المتضررة بالماء الدافئ مع وضع منظف لطيف وطبيعي وفرك المنطقة بحركات دائرية لتتغلغل في مسام الجلد وتحركه من الداخل.
- تجنبي التعرض طويلاً لأشعة الشمس، واستخدمي نوعية جيدة من كريمات الحماية الشمسية لحماية جلدك من الأشعة فوق البنفسجية.
- لا تفرطي في تناول الأطعمة الزيتية والدهنية، ولا

جسمه، لذلك يمكن لنظام الحياة الصحي والرياضة ان يساعداك في الحيولة دون ظهور الكلف، فالبشرة تتجدد باستمرار، ولكن هذه العملية تصعب أبطأ وأبطأ كلما تقدمت بنا السن.

احرصي على أن يحتوي الغذاء الذي تتناولينه على الخضار الورقية الخضراء والجزر والمكسرات والأسماك، وابتعدي قدر الإمكان عن التوابل، وامتنعي نهائياً عن التدخين لأنه مصدر أساسي لظهور البقع.

وهناك حاجة ماسة إلى استخدام كريم الوقاية من الشمس بعامل حماية 30% على الأقل كلما تعرضت للشمس، ضعي الكريم على أجزاء الجسم التي تكون ظاهرة وتعرض لأشعة الشمس، مثل اليدين والوجه، وإذا كان بإمكانك عدم الخروج بعد الظهيرة فالأفضل أن تفعل ذلك.

لا يمكن بأي حال من الأحوال أيضاً الاستئناء عن الترطيب، فالجفاف قد يسبب ظهور بقع داكنة، وحافظي على استخدام العلاجات الطبيعية والمنزلية التي تشمل معالجات اللوجه ومقشرات تسهل من الوقاية من بقع تقدم السن.

تلتجأ بعض السيدات إلى التبييض والتقشير للتخلص من مظهر البقع غير المحبب بالنسبة إليهن، وتتوافر في الأسواق العديد من كريمات التبييض، منها التي تروج لها العلامات التجارية الكبرى، وهناك أيضاً الخلطات منزلية الصنع كعصير الليمون والعصائر الحمضية الأخرى والخل والفجل، أو مزيج العسل والزبادي.

ومن العلاجات المنزلية خليط مسحوق الكرم الطازج مع الفازلين، فهو فعال في تبييض الأماكن السمراء أو الداكنة أو المظلمة، ونتائجها تظهر في فترة لا تتجاوز الأسبوعين في حال دهن المناطق المصابة بالبقع مرتين يومياً.

ولكن هنا يجب أن نشير إلى أن الكلف لا يرتبط بمشكلة صحية على الإطلاق، إنما هو مشكلة جمالية فحسب، وغالباً ما تكون البقع داكنة أكثر من لون البشرة العادية، وقد تكون طبيعية، أو نتيجة لأي مرض وليست مرضاً، وهي لا تحتاج إلى العلاج أو الحصول على الدواء للتخلص منها.

الخروج من المنزل للعمل والتعرض المتزايد لأشعة الشمس وتقدم السن بعض العوامل التي تسبب في غالبية الأحيان ظهور بقع على البشرة، وذلك لعدم قدرتها على التجدد، وهذه البقع تسمى بالكلف. لا تخلي. فهذه البقع أمر طبيعي جداً، وقد يكون الاستعداد الوراثي عاملاً مساعداً على ظهورها على الرغم من الوقاية والحماية، وربما يكون العامل النفسي مساعداً أيضاً على انتشارها أو ظهورها. لكن لكل مشكلة جمالية حل.

تعتبر الوراثة بلا شك عاملاً أساسياً في تغير لون الجلد، إذ إن الجينات تنتقل بين الأجيال وتترك آثارها على الأجسام، بالإضافة إلى اضطرابات الجلد وبعض الأدوية التي تسبب الحكة الشديدة.

هناك أيضاً أمر في غاية الأهمية وهو الحمل، فبعض الحوامل تظهر عليهن البقع السوداء، أو ما يطلق عليه اسم (قناع الحمل)، وإيضاً تظهر البقع السوداء لدى النساء اللواتي يتناولن حبوب منع الحمل أو الهرمونات خلال انقطاع الطمث.

كما بات من المعروف أن الهرمونات الأنثوية، مثل هرمون الاستروجين والبروجسترون، تكون عاملاً من عوامل تطوير الكلف، لكن الخبر السار أنه عندما يحدث لدى النساء الحوامل، فإنه غالباً ما يختفي بعد بضعة أشهر من الولادة.

أماكن ظهور البقع

تظهر هذه البقع في مناطق معينة من الجسم وليس في الجسم كله، فهي غالباً ما توجد في مناطق الوجه والكتفين والجزء الخلفي من الذراعين واليدين، ومختلف أجزاء الجسم التي تكون معرضة بشكل دائم للأشعة فوق البنفسجية الخطرة.

وبما أننا نتحدث عن مظهر غير محبب لدينا، وبقع سوداء قد تنتشر في العديد من المناطق فإن الحماية والوقاية تتفان من فرص تطور هذه البقع أو حتى ظهورها، فلذلك هناك حاجة ماسة إلى وضع كريم الحماية من الشمس وارتداء ملابس تغطي البشرة قدر الإمكان.

كيف أمتنع ظهور الكلف؟

السؤال الطبيعي: كيف بإمكانني أن أمتنع ظهور الكلف باعتباره مظهراً غير محبب بالنسبة إلي؟ هذا السؤال في محله، فمن منا يرغب في رؤية بقع سوداء على وجهه أو

ملاحظة مهمة

يجب عن بال الكثيرات بسبب الرغبة في إزالة هذه البقع

سلطان بن سعود القاسمي يفتتح معرض الفن المعاصر في متحف سنغافورة للفنون

منوعات الفن

25



افتتح الشيخ سلطان سعود القاسمي مؤسس ورئيس مؤسسة بارجيل للفنون معرض الفن المعاصر في العالم العربي في متحف سنغافورة للفنون بحضور حشد من الفنانين المعاصرين وعدد من المسؤولين المتخصصين بالمتاحف في منطقة الشرق الأوسط الى جانب الرسام والنحات المصري معتز نصر والمخرج والمنتج اللبناني خليل جريج حيث يستقبل المعرض الذي يقام تحت عنوان - شروط أحكام- المهتمين بالفن المعاصر طوال الأسابيع الستة القادمة حتى الثامن من سبتمبر القادم . وشارك في تنظيم المعرض كل من متحف سنغافورة للفنون ومؤسسة بارجيل للفنون الإماراتية ويتألف من ستة عشر عملا من

الأمم المتحدة للفنون المعاصرة التي تركز بصمة لاهثة وتنقسم تلك الأعمال إلى سبعة أعمال فنية فيديوية وسبعة أعمال تركيبية ومنحوتة واحدة ولوحة متعددة الوسائط للتعريف بأفاق وعمق الفن المعاصر في العالم العربي. وقال محمد حافظ ماريان مدير هيئة السياحة السنغافورية لمنطقة الشرق الأوسط وأفريقيا يمثل متحف سنغافورة للفنون منصة آسيوية عالمية للتعريف بالفن العربي المعاصر واستكشاف معانيه المختلفة في سياقات جغرافية مختلفة.. وأضاف ان سنغافورة وطدت خلال الأعوام القليلة الماضية مكانتها كوجهة آسيوية عالمية للفن المعاصر مستفيدة من التمويل الكبير والمتواصل الذي تقدمه الحكومة

مراكز الأميرة هيا تنظم لقاء بعنوان السنع

أقامت مراكز الأميرة هيا بنت الحسين الثقافية الإسلامية بأم الشيف التابعة لدائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري بدبي ضمن برنامجها الصيفي صيفنا ممتع ومفيد 2013 لقاء بعنوان السنع وذلك لتعريف الطلاب بالمفاهيم والعادات والتقاليد المحلية. وقالت هناء الفلاسي مديرة إدارة مراكز الأميرة هيا بالإنابة إن اللقاء يهدف لنشر الوعي الثقافي المحلي وتعزيز القيم الوطنية بين الطلاب المشاركين.. مؤكدة أن اللقاء جمع بين المتعة والمعرفة وذلك من خلال تسليط الضوء على العادات والممارسات اليومية وتطبيقها بشكل عملي. وأكدت الفلاسي أن اللقاء الذي حضره المشاركون في البرنامج وأولياء أمورهم شهد إقبالا وتفاعلا كبيرا نظرا لما للموضوع من أهمية في تنشئة أبنائنا على قيم المجتمع وعاداته الأصيلة التي من شأنها الارتقاء بسلوكيات الأبناء وتوطيد انتمائهم للوطن. وقدم المحاضر يوسف أحمد الحاي معد ومقدم برامج بمؤسسة دبي للإعلام شرحا عن طريقة السلام والترحيب والأولوية في البدء والسلام والضيافة التقليدية والمتمثلة بالقهوة والنمر والطريقة الصحيحة لمسك الدلة وتقديم القهوة.. كما عرف المدرب بالعادات الواجبة في المجالس والمنبثقة من ديننا الحنيف مثل حسن الاستماع للأخريين واحترامهم بالقول والفعل.

فعاليات المجلس الرمضاني لمرکز الشارقة الإعلامي تنطلق يوم 14 يوليو

حمد عضو المجلس الاستشاري لإمارة الشارقة. ويأتي تنظيم مركز الشارقة الإعلامي للدورة الثانية لمجلس الرمضاني في هذا العام انطلاقا من رسالته الهادفة إلى التواصل مع المجتمع من خلال اغتنامه أجواء الشهر الفضيل والعمل على تقديم كل ما هو مفيد من خلال استقطاب شخصيات بارزة من أطياف المجتمع كافة لمناقشة موضوعات متنوعة تعمل على تعزيز التواصل خلال هذا الشهر المبارك . وكان مركز الشارقة الإعلامي قد نظم خلال شهر رمضان من العام الماضي مجلسه الرمضاني الأول بحضور نخبة بارزة من رجال الفكر والرأي محليا ودوليا للمساهمة في إثراء الأمسيات الرمضانية بمناقشات جادة وهادفة استقطبت اهتمام المجتمع المحلي في مختلف إمارات الدولة . وحظي المجلس الرمضاني الأول برودود أفعال إيجابية كان لها اثرها في إظهار الصورة المشرفة لإنجازات إمارة الشارقة واستعراض أبرز المشروعات التي حققتها إمارة الشارقة بقيادة صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة ومبادرات سموه التي ساهمت في دعم الحركة الثقافية والفكرية والتعليمية والسريرية المحلية والعربية والحفاظ على الموروث التراثي لدولة الإمارات العربية المتحدة وتعزيز الهوية الثقافية .



إحدى الندوات الشاعر الكويتي حامد زيد والإعلامية الشاعرة والباحثة بروين حبيب . كما تبحث إحدى الندوات المتخصصة في المجلس الرمضاني مركز الشارقة الإعلامي الشأن الرياضي في إمارة الشارقة بمشاركة كل من اللاعب الدولي السابق خليل غانم ونائب رئيس التحرير لشؤون الملاحق في صحيفة البيان محمد الجوكور ويوسف حسين المدير التنفيذي في قطاع السياسات والتشريعات بجمارك دبي وعدنان

التواصل الإعلامي الرمضاني ومد جسور التقارب بين أفراد المجتمع والمسؤولين وفي إثراء الأمسيات الرمضانية بكل ما هو مفيد بما يتوافق وخصوصية الشهر الكريم . وسيستضيف مجلس مركز الشارقة الإعلامي الرمضاني خلال أيامه الرمضانية معالي مريم بنت محمد خلفان الرومي وزيرة الشؤون الاجتماعية ومعالي حميد بن محمد عبيد القطامي وزير التربية والتعليم ووزير الثقافة السوري الأسبق رياض نغسان آغا والدكتور عبدالله السويدي رئيس مجلس الشارقة للتعليم عضو المجلس التنفيذي لإمارة الشارقة والإعلامي والكاتب الصحفي المصري حمدي قنديل والإعلامي محمد خلف مدير إذاعة وتلفزيون الشارقة . وتبحث ندوات متخصصة خلال المجلس الرمضاني مركز الشارقة الإعلامي قضايا الدراما الخليجية والعربية التي يشارك فيها مشاهير الفنانين في دولة الإمارات العربية المتحدة والوطن العربي إذ يستضيف المجلس كلا من الفنان نور الشريف من مصر والفنان جمال سليمان من سوريا واسماعيل عبدالله رئيس جمعية المسرحيين في دولة الإمارات العربية وأمين عام الهيئة العربية للمسرح والفضانة الإماراتية سميرة أحمد ومن دولة الكويت كلا من الفنان خالد العبيد والفنان محمد المنصور والإعلامي والشاعر اللبناني زاهي وهي . وتستضيف



تكثيف الاستعدادات للاعلان عن الفائز بلقب أمير الشعراء

متفردة استقطبت اهتمام المشاهد واجتذبت متابعة نجوم في الأدب كانوا مغبين في المشهد الثقافي العربي والإعلامي. ومع هذا الموسم استطاعت أبوظبي أن تكشف عن 145 شاعرا أمتوا الجمهور بمئات قصائد الفصحى المبدعة بكل أنوارها وأطيافها كشفت عنهم مسابقة أمير الشعراء في موسمها الخامسة منذ عام 2007 وحتى عام 2013 وقدمتهم لعشرات الملايين من عشاق الشعر العربي الفصيح عبر قنوات أبوظبي و" شاعر المليون الفضائية. وأكد الأستاذ سلطان العميمي مدير أكاديمية الشعر التابعة للجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية بإمارة أبوظبي أن مسابقة أمير الشعراء ومع مرور خمسة مواسم على انطلاقتها تفخر بأنها قدمت أسماء شعرية شابة وجديدة في عالم الشعر العربي الفصيح حيث أثبت شعراء المسابقة خلال المواسم الخمسة ان القصيدة العمودية لا تزال حاضرة بقوة في المشهد الشعري العربي وأنها ترضي إلى جانب التجديد في الشعر العربي شكلا ومضمونا دون أن تفقد أصالتها وأسسها الفنية التي قامت عليها.

واختارت لجنة التحكيم 50 شاعرا إلى المرحلة قبل النهائية مثلوا جنسيات 18 دولة عربية وغير عربية لتعيد للجنة مقابلاتهم واختاراتهم وفق معايير تحكيمية إضافية وليتاهل منهم أخيرا 20 شاعرا يمثلون 13 دولة عربية وغير عربية ببدأ مسيرته الموسم الخامس من مسابقة أمير الشعراء مطلع مايو الماضي والتي تم بث حلقاتها على الهواء مباشرة عبر قناة أبوظبي- الإمارات مساء كل أربعاء. وقال عيسى سيف المزروع مدير المشاريع بلجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية انه في المواسم السابقة انتقل لقب أمير الشعراء وبردة إمارة الشعر وخاتم الإمارة من دولة الإمارات إلى موريتانيا فسوريا وأخيرا اليمن ومساء الأربعاء القادم سوف يتم الإعلان عن الفائز بلقب الخامس من بين آلاف الشعراء الذين سبق وأن تقدموا بالترشح للمسابقة. وأكد أن جميع الشعراء الـ 20 الذين شاركوا في الموسم الخامس من برنامج أمير الشعراء قد كسبوا التجربة وكل منهم فاز بتصنيف من الاهتمام بإبداعه الشعري فأمير الشعراء برنامج ثقافي إعلامي نجح منذ موسمه الأول في تسويق المنتج والإبداع الشعري العربي من خلال رؤية إعلامية

العربية الضخمة الشعر والشعراء الذين تفاخر بهما العرب على مر الزمان كأروع ما أنتجته الثقافة العربية. ورأى الإعلامي الدكتور فيصل القاسم بأنه ليس صحيحا أن الجمهور لا يقبل إلا على البرامج الغنائية والترفيهية غير المناسبة لها هو برنامج أمير الشعراء أثبت عكس ذلك.. مؤكدا عدم إمكانية اختراق الذوق العربي الأصلي فقد استقطب برنامج أبوظبي اهتماما شعبيا منقطع النظير رغم أنه أدبي بامتياز وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على أن الجمهور العربي جمهور ذوق لو توافر للفضائيات العربية بعض الذوق والتذوق كما يدل على أن هذا الفضاء التلفزيوني لا يتسع للفت فقط بل للسمين أيضا. يذكر أنه قد تقدم آلاف الشعراء من 30 دولة عربية وأجنبية للموسم الخامس من المسابقة الفريدة من نوعها التي تعنى بإبداعات شعر العربية الفصحى في حين اختارت لجان الفرز 300 شاعر من 22 دولة للمقابلات المباشرة مع لجنة التحكيم بأبوظبي في مارس الماضي حيث جاءت العديد من المشاركات من شعراء في دول إفريقية وأوروبية إضافة لشعراء من معظم الدول العربية.

تكثف لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية بإمارة أبوظبي استعداداتها تمهيدا للإعلان عن الفائز بلقب أمير الشعراء في موسم الخامس مساء يوم الأربعاء القادم على مسرح طاشقن بأبوظبي ملتقى الشعر والشعراء وذلك من بين 6 شعراء من كل من سوريا وسلطنة عمان والسعودية ومصر وموريتانيا واليمن. وشهدت المسابقة على مدى الشهرين الماضيين اهتماما كبيرا من الجمهور العربي ومن كافة وسائل الإعلام العربية دون استثناء والتي أفردت للمنافسات مساحات واسعة فضلا عن اهتمام وكالات الأنباء الدولية كالفرنسية والألمانية والإيطالية وقناة فرانس 24 وقناة ال بي بي سي وقناة ال سي ان وغيرها بمواصلة أبوظبي جهود إحياء الاهتمام بالشعر العربي كمكون رئيس للهوية الوطنية. وقال إعلاميون عرب انه من الجميل ان تكون بعض البرامج نابعة من صميم ثقافتنا العربية كما هو حال برنامج أمير الشعراء على قناة أبوظبي الإمارات.. مشيرين الى الالتفات إلى الشعر العربي كموضوع لبرنامج تلفزيوني جماهيري وتخصيص جزء يسير من ميزانيات التلفزيونات

هزاع بن زايد يشيد بفوز مركز اتصال حكومة أبوظبي بالمركز الأول في جائزة الأمم المتحدة الدولية



أيام الأسبوع وعلى مدار الساعة وسهولة التوسع والتكيف بحيث تلبى أية زيادة مفاجئة في حجم المكالمات الواردة. أما فيما يتعلق ببرنامج جوائز الأمم المتحدة للخدمات العامة فقد أطلقت الأمم المتحدة هذا البرنامج في العام 2000 وذلك بهدف تحقيق مجموعة من الأهداف التي تتمثل في تكريم التميز في القطاع العام وتعزيز مكانة الخدمات العامة وتعزيز الثقة بالحكومة واكتشاف الابتكارات في مجال الحكومة وجمع وتعميم الممارسات الناجحة من أجل الاستفادة منها وتبنيها. وتولى إدارة الشؤون الاقتصادية والاجتماعية في الأمم المتحدة الإشراف على برنامج الجائزة وتقديم الجوائز إلى الفائزين شخصيا من قبل الأمين العام للأمم المتحدة. وتشتمل الجائزة على خمس فئات هي: فئة تحسين تقديم الخدمات العامة وفئة التعريف بالاستراتيجيات الحكومية الشاملة للعصر الرقمي وفئة الترويج لتسليم خدمات حكومية تراعي الفوارق بين الجنسين وفئة منع ومكافحة الفساد في الخدمات العامة وفئة تعزيز المشاركة في قرارات صنع السياسات. وتخضع المشاركات إلى عمليات تقييم دقيقة يتم على إثرها اختيار الفائزين بالجوائز ويحصل الفائز بهذه المسابقة السنوية الدولية المرموقة على تقدير هو الأكبر والأهم عالميا في مجال التميز في الخدمات الحكومية.



وتقديمها إلى العملاء بطريقة مبتكرة من خلال تكنولوجيا المعلومات والاتصالات. وأضاف المنصوري ان هذا الإنجاز الذي يحققه مركز اتصال حكومة أبوظبي بعد أقل من خمس سنوات على تأسيسه يعتبر خير دليل على الجهود الكبيرة والخدمات المتميزة التي تقدمها حكومة أبوظبي لعملائها كما يؤكد هذا الفوز مستوى الخدمات المتقدم الذي يوفره المركز وهو ما ساهم في تعزيز الخدمات التي تقدمها حكومة أبوظبي للجمهور. ويتمتع عملاء مركز اتصال حكومة أبوظبي بخدمات واسعة تشمل التواصل مع وكلاء مركز الاتصال الذين يتمتعون بالمهارات اللازمة للإجابة عن استفسارات العملاء وإدارتها عبر العديد من قنوات الاتصال والاستفادة من أفضل آليات العمل والتقنيات الموحدة لإدارة العلاقة مع العملاء والتي صممت لتناسب احتياجات كل جهة حكومية على حدة والقدرة على زيادة موارد الدعم في وقت قصير للحملات الترويجية الخاصة ومبادرات التسويق والقدرة كذلك على توسعة عمليات دعم العملاء الداخلية الحالية لتصبح متوفرة طوال

•• أبو ظبي- وام:

فاز مركز اتصال حكومة أبوظبي التابع لمركز أبوظبي للأظمة الإلكترونية والمعلومات بالمركز الأول في جائزة الأمم المتحدة الدولية عن فئة التعريف بالاستراتيجيات الحكومية الشاملة للعصر الرقمي وهو ما يعكس المكانة المتقدمة التي بلغتها حكومة أبوظبي على خارطة الحكومات العالمية المتميزة. وفي هذا الإطار أعرب سمو الشيخ هزاع بن زايد آل نهيان مستشار الأمن الوطني نائب رئيس المجلس التنفيذي لإمارة أبوظبي عن اعتزاز حكومة أبوظبي بهذا الإنجاز الكبير الذي يضع على عاتقنا المزيد من المسؤوليات لكي نحافظ على هذه المكانة المتقدمة ونرتقي بأداء مؤسساتنا أكثر فأكثر ولعله مما يزيدنا فخرا أن الإمارات انتقلت إلى الحكومة الذكية وهو ما سيسهم إسهاما كبيرا في ممارسات الاتصال الحكومي بما يخدم على أفضل نحو مواطني الإمارات والمقيمين فيها. وأضاف سموه: إن هذا الفوز يأتي في الوقت الذي تحقق فيه أبوظبي عاصمة دولة الإمارات العربية المتحدة الإنجازات المتعددة في مختلف المجالات بما يؤكد نجاعة الاستراتيجية التي تتبناها القيادة الحكيمة لصاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله وبمتابعة حريصة من الفريق أول سمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة. تلك الاستراتيجية التي تقوم على إشراك مختلف الجهات الحكومية ومؤسسات المجتمع وشراحيه ولأسماء الشباب في العملية التطويرية والتنمية وذلك أن الشباب بما يملكونه من تطغات ومهارات لهم بصمة واضحة على النهضة الكبيرة التي تشهدها البلاد. وقد قام وو هونغ بو وكيل الأمين العام للأمم

الطيران المدني تستضيف ورشة عمل حول النقل الجوي العالمي

•• أبو ظبي- وام:

أجمعت الدول العربية على أهمية تعزيز معرفة العاملين بالطيران المدني حول النقل الجوي العالمي ومفاهيم النقل الجوي الدولي وأنواع الحريات الجوية واتفاقيات خدمات النقل الجوي المختلفة. جاء ذلك خلال استضافة الهيئة العامة للطيران المدني بقمرها الرئيسي في أبوظبي ورشة عمل بعنوان النقل الجوي العالمي: تنظيمه وأسس التشاور والتي يأتي تنظيمها برعاية سعادة سيف محمد السويدي مدير عام الهيئة العامة للطيران المدني وبالتعاون مع استراتيجيات الهيئة الرامية إلى تعزيز التعاون مع هيئات الطيران العربية وتبادل الخبرات بما يخدم مصلحة الطيران الإقليمي. وأكد سيف محمد السويدي سعي الهيئة لتعزيز تبادل الخبرات مع الدول العربية من خلال تنظيم عدد من الفعاليات الهامة من بينها ورشة العمل حول النقل الجوي الدولي ومؤتمر اقتصاديات النقل الجوي الدولي الذي انقضى خلال الربع الأول من العام الجاري. وتعتبر دولة الإمارات من الدول الأولى عالميا في مجال اتفاقيات النقل الجوي حيث تحتل المرتبة الثانية من حيث عدد اتفاقيات الأجواء المفتوحة بعد الولايات المتحدة الأمريكية.

وأفاد الكابتن خالد حميد العلي مدير إدارة النقل الجوي في الهيئة بان هناك اهتماما متزايدا من قبل مجتمع الطيران المدني الدولي بالنقل الجوي الدولي واتفاقياته نظرا للضائقة التي تعود بها هذه الاتفاقيات على جميع الأطراف المشتركة في اتفاقيات النقل الجوي الثنائية أو المتعددة الأطراف. وأدار الكابتن خالد العلي برنامج ورشة العمل التي حضرها وفود من القيادات النشطة لكل من دولة قطر والمغرب والسعودية واليمن والسودان وأعضاء من الأمانة العامة لمجلس التعاون الخليجي بالإضافة إلى ممثلين عن دوائر الطيران المحلية وشركات الطيران الوطنية. وكان اتحاد النقل الجوي الدولي أياتا قد توقع في وقت لاحق من هذا العام ان يحقق قطاع النقل الجوي العالمي البالغ قيمته 671 مليار دولار ربحا صافيا قدره 10.6 مليار دولار هذا العام ارتفاعا من توقعات سابقة كانت تبلغ 8.4 مليار دولار وأعلى بكثير من المستوى المحقق في 2012 والبالغ 7.6 مليار دولار. ويشهد قطاع النقل الجوي ازديادا ملحوظا في الشحن الجوي الدولي مدعوما بالنمو السريع في آسيا والشرق الأوسط .. وكان الشرق الأوسط هو المنطقة الأسرع نموا في يناير إذ نمت حركة الشحن الجوي هناك بـ 16.3 بالمائة عن مستواها قبل عام بعد إضافة طاقة استيعابية ومسارات جديدة في المنطقة. واشتمل برنامج الورشة على أسس ومهارات التفاوض كما قام خبراء شركات الطيران المحلية بإلقاء الضوء على مواضيع مهمة في النقل الجوي مثل الطيران الاقتصادي واقتصاديات النقل الجوي ودليل النقل الجوي الذي يعتبر الوثيقة المرجعية التي تصدرها منظمة الطيران المدني الدولي الإيكاو والتي تشمل على بنود وشروط الاتفاقيات الجوية الثنائية أو متعددة الأطراف.

نفاذ اندماج شركتي الدار العقارية وصروح



أسماءهم في سجل المساهمين فور انتهاء التداول في تاريخ النفاذ. وقد أصبح عدد الأسهم الكلي لشركة الدار العقارية بعد زيادة رأس المال سبعة مليارات وثمانمائة واثنين وستين مليوناً وستمائة وتسعة وعشرين ألفاً وستمائة وثلاثة أسهم علما بأن شركة صروح العقارية قد تم حلها واقتصاد القرار الوزاري والذي أعلن بموجبه عن إتمام الاندماج والموافقة على زيادة رأس مال شركة الدار العقارية وتعديل نظامها الأساسي بالإضافة إلى حل شركة صروح العقارية وتحويل جميع أصولها والتزاماتها إلى شركة الدار العقارية لدى سوق أبوظبي للأوراق المالية بأسماء المساهمين المستحقين والذين أصبح بإمكانهم التداول في الأسهم الجديدة ابتداء من تاريخ اليوم. وعلنت إدارة شركة الدار العقارية أنها نجحت بتعديل أحكام وشروط اتفاقية القرض السابقة لصروح

العقارية والمؤرخة في 28 يونيو 2010 لتسهيلات بقيمة 2.1 مليار درهم حيث تم تخفيض هامش الفائدة على القرض من 4.5 في المائة إلى 2.45 في المائة مما

يمثل انخفاضا كبيرا في تكاليف معدلات الفائدة ويوضح بشكل جلي مزايا اندماج الشركتين. وقال سعادة أوبو بكر الصديق الخوري رئيس مجلس الإدارة الجديد

•• أبو ظبي- وام:

أعلن مس أن اندماج شركتي الدار العقارية وصروح العقارية أصبح نهائيا وناظدا مع انتهاء التداول بتاريخ 27 يونيو الجاري تاريخ النفاذ بموجب القرار الوزاري رقم 318 لسنة 2013 الصادر عن وزير الاقتصاد القرار الوزاري والذي أعلن بموجبه عن إتمام الاندماج والموافقة على زيادة رأس مال شركة الدار العقارية وتعديل نظامها الأساسي بالإضافة إلى حل شركة صروح العقارية وتحويل جميع أصولها والتزاماتها إلى شركة الدار العقارية بتاريخ نفاذ القرار الوزاري. وقد تم توزيع أسهم شركة الدار العقارية الجديدة والبالغ ثلاثة مليارات وثلاثمائة وواحد وثمانين مليون سهم على المساهمين المستحقين في شركة صروح العقارية الذين ظهرت



منتدى الشارقة للتطوير ينظم زيارات للقطاع الصناعي للمشاركين ببرنامج الشارقة للقيادة

•• الشارقة- وام:

مكن برنامج الشارقة للقيادة المشاركين خلال انعقاده أمس الأول من الاطلاع على كبرى المؤسسات الاقتصادية الصناعية العاملة بإمارة الشارقة والتي تصب في تأهيل الكوادر المواطنة على مدة فترة البرنامج طوال الستة أشهر في تنمية قدراتهم وصلفها بالإعداد الجيد وفق منظومة تتيح تنمية مهاراتهم نحو القيادة والامام بالمعرفة والمهارات الشخصية والإدارية بهدف الخروج بأفضل النتائج على مختلف الأصعدة وبما يواكب المتغيرات العالمية والتطورات المتلاحقة. وزار المشاركون خلال برنامج زيارات العمل الميدانية وهي الثالثة في سلسلة الزيارات عدد من القطاعات الصناعية وفق رؤية برنامج الشارقة للقيادة الذي ينظمه منتدى الشارقة للتطوير بالتعاون مع شركة الشارقة البيئية (بيتة) إلى ترجمة رؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى د حاكم الشارقة الرئيس الفخري لمنتدى الشارقة للتطوير حفظه الله راعي برنامج الشارقة للقيادة وذلك لتطوير قدرات الشباب ومساندتهم في حمل المسؤولية للقيادة على عاتقهم في دعم مسيرة إمارة الشارقة نحو مستقبل أكثر ازدهارا وإشراقا في كافة الصعد والمجالات وهي قطاع البيئة وقطاع السياحة والخدمات اللوجستية وقطاع التعليم وقطاع الثقافة ومثلت مختلف الزيارات التي قام بها المشاركون علاقة على جلسات العمل التي عقدت من قبل أمانة الجامعة الأمريكية بالشارقة مؤشرات منهجية علمية ترمي إلى تطوير المهارات القيادية للمشاركين للحصول على أرقى المستويات وبالتالي دعم وتسريع الرؤى الرامية إلى الارتقاء بالمواهب القيادية وتوفير فرصا متميزة تتيح للقيادات التفاعل والتواصل مع مختلف قطاعات المجتمع لدفع عجلة التقدم التي تشهدها الدولة والاطلاع على كافة خطط التنمية المحلية وفرص الافادة منها. وخصصت الزيارات في هذه الجولة إلى القطاعات الاقتصادية الكبرى في الإمارة بزيارة ميدانية لشركة بيرلايت الشرق الأوسط والاطلاع على التكنولوجيا المتوافرة لديها في تركيبات الاضاءة بجانب تركيبات العوارض الخشبية واضاعة المرابا مصابيح الجدران والاسقف واضاعة الحواجز ومصابيح الطوارئ ومصابيح الأماكن العالية والمصابيح الشمعية ومصابيح توفير الطاقة وغيرها بعدها قام المشاركون بزيارة ميدانية لشركة كوزمو بلاست الصناعية وتوجولوا في معال المصنع واطلعوا على مراحل تصنيع الأنابيب والمنتجات البلاستيكية واختتموا برنامج زيارتهم في هذا اليوم بزيارة لغرفة تجارة وصناعة الشارقة والتقا محمد أمين مساعد المدير العام للشؤون الاقتصادية والدولية وقام بإطلاعهم على دور الغرفة وما تقوم به من دور في ردف النشاط الاقتصادي المزدهر بالإمارة بعوامل قوته وحياته.

مشروع السوق الشعبي يلقي تأييد مواطني ومقيمي الدولة

بلدية مدينة أبوظبي تسعى إلى تطوير الوجهة السياحية الترفيهية للإمارة

•• أبو ظبي- الفجر:

كشفت بلدية أبوظبي امس عن نتائج استطلاع الرأي الذي شمل أكثر من 1300 فرداً من المواطنين والمقيمين والسائحين في إمارة أبوظبي، حيث دلت النتائج أن نسبة 97% من المشاركين أيدوا فكرة إنشاء السوق الشعبي المزمع إنشاؤه على مشارف البوابة التاريخية لمدينة أبوظبي، وقد أبدى جميع المشاركين في الاستطلاع حماسهم تجاه فكرة السوق الشعبي حيث رأوا أنه سيسلط الضوء على التراث الثقافي والتقاليد الخاصة بإمارة أبوظبي في هذا الموقع التاريخي الهام من المدينة. كما كشف الاستطلاع إلى أهمية إعطاء الأولوية للتصميم المعماري للمشروع لجذب الزوار، فقد تصدر التصميم المعماري قائمة العناصر الأهم في هذا المشروع لدى كل من شملهم الاستطلاع مع إقرار 95% منهم أن هذا العنصر سيكافئ حافزا قويا لاستقطاب الزوار. وكانت بلدية مدينة أبوظبي، قد أعلنت خلال شهر مايو الماضي عزمها إنشاء سوق شعبي ليكون جزءاً من مشروع الوجهة الترفيهية والتجارية التي سيتم إنشاؤها مقابل برج حصن القطيع، بين جسري الشيخ زايد والقطيع في أبوظبي بمساحة تطوير إجمالية تبلغ 150 ألف متر مربع، وسيضم المشروع محلات تجارية ومطاعم ومقاهي ومراكز للترفيه تشكل نسبة تصل إلى 80% من مخطط المشروع بالإضافة إلى مساحة مفتوحة في الهواء الطلق لاستضافة الفعاليات والعروض الترفيهية للجمهور، وعدد من الفنادق ومراكز الضيافة الرائدة. وفي قلب هذا المشروع، سيقع السوق الشعبي الإماراتي الذي سيستعرض تقاليد وعادات الدولة والحرف اليدوية والبضائع التراثية. وكشف حوالي 89% من زوار العاصمة من خارج وداخل الدولة عن رغبتهم في زيارة هذه الوجهة السياحية لرؤية ما تعرضه من ملابس وتقاليد محلية، وفي ذات الوقت عبر 79% من السكان عن أهمية هذا العنصر التراثي، بينما أيد 80% منهم وجود فعاليات عائلية وأنشطة ترفيهية، بالمقارنة مع 66% فقط من السياح. ورأى الفريقان أن تطوير الوجهة المائية سيعزز ارتباط إمارة أبوظبي الوثيق بالبحر، حيث شد أكثر من 92% من الأشخاص الذين شملهم الاستطلاع على أهمية احتواء السوق على صالات



ومعارض تبرز تطور إمارة أبوظبي على مر السنين. وقد شمل الاستطلاع أيضاً إجراء عدد من المقابلات مع خبراء في مجال التراث الذين ارتأوا أن التصميم المعماري للسوق يجب أن يعكس العناصر التراث التي تكون الإمارة - جزيرة أبوظبي، المنطقة الغربية ومنطقة البر الرئيسي. وحول هذه النتائج الإيجابية قال راشد بن علي العميرة، مستشار استثمارات وأصول مكتب المدير العام في بلدية أبوظبي: في مستهل كل مشروع، نحصر على إجراء بحوث واستطلاعات تشمل مجموعة كبيرة من أصحاب العلاقة وهم المواطنين والمقيمين والسياح والمجموعات التجارية وخبراء الصناعة وذلك بهدف الحصول على آرائهم ومقترحاتهم القيمة حول المرافق التي يرغبون في توفرها، والتي تشكل عنصر الفائدة والجذب الرئيسي بالنسبة لهم، الأمر الذي من شأنه أن يضمن نجاح هذه المشاريع في تلبية كافة احتياجات المستخدمين، ونقوم بمشاركة نتائج هذا الاستطلاع القيمة مع القطاع الخاص من مطورين ومستثمرين ومقدمي المزايدات للمشروع حتى يتمكنوا من فهم وتحديد أهم العناصر التي من شأنها أن تجعل هذا المشروع وجهة سياحية ناجحة وممتعة.

لجميع الزوار. وسيتم تنفيذ هذا المشروع من خلال القطاع الخاص وفقاً لنظام البناء والتشغيل ونقل الملكية (BOT)، حيث تسهم سياسة تفعيل التعاون بين البلدية والقطاع الخاص في توفير مشاريع متكاملة ذات جودة عالية وفق أفضل المعايير والمواصفات العالمية. وقد عقدت بلدية أبوظبي لقاءات مع مجموعة من أهم المستثمرين لمناقشة مجموع العناصر التي يتكون منها المشروع والجدوى الاستثمارية فيه، وكانت النتائج إيجابية جداً ومشجعة. وتعليقاً على هذا الاستطلاع، قال أحد المستثمرين: توفر عملية استطلاع آراء الجمهور التي أجرتها البلدية معلومات هامة ومفيدة تساعدنا في عملية تطوير هذا المشروع بشكل يرقى لتلبية كافة احتياجات الزوار المستهدفين والمستهلكتين وتطلعاتهم كما تسهل إمكانية تحويل هذا المشروع إلى تجربة استثمارية ناجحة. ويركز المخطط الرئيسي لهذا المشروع السياحي على تعزيز التراث والقيم الثقافية في إمارة أبوظبي وذلك بهدف دعم المجتمع المحلي في أبوظبي، كما سيتصل المشروع بمنتهى الشيخ خليفة وجامع الشيخ زايد الكبير، وهما اثنتان من أبرز معالم الجذب السياحي في المدينة.

بنك أبوظبي الوطني ينظم ورشة عمل حول الاستثمار لسيدات الأعمال

أبوظبي-دبي-الفسح:

التجارية لأجيال المستقبل . كذلك، شملت ورشة العمل جلسة نقاش شاركت فيها رجاء الفرق، المدير العام لمجموعة عيسى صالح الفرق ورئيس مجلس سيدات أعمال دبي، وسيماشيتي مؤسسة وصاحبة مطعم بايت رايت و زاري زاردوزي ، وروبرتو كلاريس رئيسة الشؤون القانونية وأمين مجلس إدارة مركز دبي المالي العالمي. وسلطت الجلسة على أهمية

التركيز على الهدف، والبدء بمشروع صغير والعمل الجاد وعدم التردد في طرح الأسئلة على ذوي المعرفة والخبرة والذين يمكنهم أن يقدموا التوجيه في جميع المراحل، وعدم تجاهل الإحساس والمشاعر الشخصية تجاه المشروع، والقراءة والتطلع لمعرفة اتجاهات السوق، وأهمية دعم الأسرة في مختلف المناسبات.

وقالت رجاء الفرق: تعد المعرفة ومهارات الاستثمار من أهم الوسائل التي يمكن أن تفتح للمرأة آفاقاً جديدة لتصبح عضوة لها دور فعال وبارز في تنمية المجتمع. وجاء دعم مجلس سيدات أعمال دبي لبرنامج فرستي لتمشياً مع مبادرات المجلس للتعليم المستمر والتطوير المهني. وأضافت: ألفت الورشة نظرة حول الممارسات الاستثمارية السليمة والفرص الاستثمارية المختلفة في الإمارات والمملكة المتحدة وغيرها من الأسواق. كما قدمت للمشاركات من مجلس سيدات أعمال دبي فرصة

لتبادل الخبرات في مجال الاستثمار وإدارة الأعمال. وأكدت رجاء الفرق مواصلة مجلس سيدات أعمال دبي لدعم المبادرات التي من شأنها دعم وتمكين المرأة اقتصادياً للنهوض بالمجتمع.

من جانبها عبرت هيلين تانا من سعادتها بالمشاركة في ورشة عمل لبرنامج فرستي ، وقالت: التقيت بالعديد من النساء اللواتي يتمتعن بالذكاء والاستقلالية في أخذ القرارات في قطاع الاستثمار العقاري. وكانت جلسة النقاش التي شاركن فيها رائدات الأعمال مثيرة



للإهتمام حيث شاركن تجربتهن وقصة دعم العائلة لهن. وأضاف: شركة نايت فرانك حريصة جدا على دعم النساء اللواتي يردن الاستثمار في القطاع العقاري سواء كان داخل أو خارج الإمارات، ونحن في وضع جيد لتقديم المشورة الشاملة. وقام فريق الخدمات المصرفية الخاصة بالتعاون مع أكاديمية بنك أبوظبي الوطني لتصميم برنامج فرستي بغية تأهيل وإعداد النساء لتمكينهن من إدارة الأعمال وتسليحهن بالمهارات اللازمة لمواجهة تحديات السوق، ويشمل البرنامج ندوات وورش تعليمية في مجال إدارة الأعمال كما يتمشى مع منتجات وخدمات بنك أبوظبي الوطني لتلبية احتياجات سيدات الأعمال. وأطلق بنك أبوظبي الوطني برنامج فرستي بالتعاون مع مجلس سيدات الأعمال في نوفمبر 2012. ويسمى البنك لتوسيع نطاق البرنامج لتشمل مؤسسات في أبوظبي

والمعين. وتم تنظيم أول ورشة عمل في 18 نوفمبر 2012 تحت عنوان صندوق أدوات المشروع والتي عقدت خصيصاً لرائدات الأعمال اللواتي يردن اكتساب المزيد من المعرفة لبعض المبادئ الأساسية المرتبطة ببدء أو تشغيل الأعمال التجارية. وقالت ماريانا خان إن نجاح بنك أبوظبي الوطني في إقامة علاقة متينة وشاملة مع العملاء يأتي بسبب استراتيجيته البينية على الاستثمار في المجتمعات وبناء علاقات طويلة الأمد. يعد تسليح النساء والشباب بالعلم والمعرفة أمر أساسي لتحقيق التنمية الاقتصادية. لذا نعمل على تشجيعهم على الابتكار والمبادرة وتنمية مهاراتهم الإدارية، وهو ما يمثل استثماراً في أفعالنا ومستقبل اقتصادنا. ويسهم تنظيم ورش عمل في المحافظ على علاقة بنك أبوظبي الوطني بعملائه من خلال تلبية احتياجاتهم وتطوير مسيرتهم المهنية.

منوعات العقار

29

الإمارات تشارك في مؤتمر دعم الاقتصادات المفتوحة في بريطانيا

•• أبوظبي-وام:

ترأست معالي الدكتورة ميثاء سالم الشامسي وزيرة دولة وفد دولة الإمارات العربية المتحدة المشارك في مؤتمر دعم الاقتصادات المفتوحة والنمو الشامل - دور المرأة في الدول العربية في الفترة 25-26 يونيو الجاري الذي عقد في المملكة المتحدة في سياق رئاسة المملكة المتحدة ل شراكة دوفيل مع الدول العربية التي تجتاز مرحلة انتقالية. ضم الوفد سعادة الشيخ محمد بن مكتوم بن راشد آل مكتوم سكرتير ثاني في سفارة دولة الإمارات في لندن. ويهدف هذا الحدث إلى البحث عن السبل المختلفة لتمكين المرأة العربية ومنحها الفرص للدخول في عالم الأعمال حيث جمع ممثلي القطاعين الخاص والحكومي من جميع دول شراكة دوفيل والتي تتألف من دول مجموعة الثماني ومصر والأردن وليبيا والمغرب وتونس واليمن والشركاء في المنطقة دولة قطر والمملكة العربية السعودية والإمارات العربية المتحدة والكويت. وألقت معالي الدكتورة ميثاء بنت سالم الشامسي وزيرة دولة كلمة الدولة تضمنت كافة مجالات تمكين المرأة في دولة الإمارات وحرص الحكومة الرشيدة بقيادة صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله على رعاية المرأة واعتبارها عنصراً فاعلاً في دعم الاقتصاد الوطني وشريكا في عملية التنمية المستدامة وذلك من خلال سن القوانين والتشريعات الداعمة لها وتوفير نظام تعليمي يواكب المستويات العالمية وتنفيذ استراتيجيات طموحة لبناء وتأهيل رأس المال البشري والذي تشكل النساء نسبة كبيرة منه. بالإضافة إلى تمكين هذه القوى البشرية من خلال الارتقاء بالمستوى المعرفي والتقني سعياً لتعزيز اقتصاد متنامي مبني على المعرفة. كما أكدت معاليها أن تمكين المرأة أمر ضروري لتعزيز القدرات التنافسية للاقتصاديات الحديثة اليوم والتقدم وازدهار المجتمعات العالمية. وأضافت بالجهود المبذولة من قبل دولة الإمارات والمملكة المتحدة الحثيثة لدعم المرأة وتمكينها في دول العالم النامية وتعزيز القيم المشتركة التي تصبو إليها الدولتان إلى إرسالها في هذه المجتمعات وهي قيم التسامح والانفتاح على دول العالم. وفي ختام كلمتها تمثنت النجاح والتوفيق للمؤتمر وأن يكون النموذج الإماراتي الناجح مثالا يحتذى به ليس فقط على صعيد اقتصاديات بعض الدول العربية بل والمنطقة بأسرها. حضر الاحتفال معالي وزير شؤون الشرق الأوسط وشمال أفريقيا بوزارة الخارجية أليسيتر بيرت ووزير الدولة البريطاني لشؤون التجارة والاستثمار اللورد غرين والبارونة سيمونز من فيرتهايم دين رئيسة غرفة التجارة العربية البريطانية والتي عملت بالاشتراك مع وزارة الخارجية لتنظيم هذا المؤتمر.

ميناء خليفة يستقبل الباخرة هانجن بودابست التابعة للخط الملاحي هانجن

•• أبوظبي-وام:



وبناء شبكة بحرية لربط أبوظبي بالعالم وإضافة الخدمات التي تمكن كلا من المصدرين والمستوردين

استقبلت محطة الحاويات في ميناء خليفة أمس الأول الباخرة هانجن بودابست التابعة للخط الملاحي هانجن الذي يقدم خدمات مباشرة إلى محطة الحاويات من خلال خدمة إف أم إكس - الشرق الأقصى الشرق الأوسط .. حيث يتم من خلالها ربط ميناء خليفة مع جهات الإستيراد والتصدير الكبرى في قارة آسيا وخاصة كوريا والصين. إضافة إلى توفيرها الوقت للوصول إلى سنغافورة وميناء كيلجان ومنها إلى التوزيع داخل آسيا. وذكر مارتن فان دي ليندي الرئيس التنفيذي لشركة مرفأ أبوظبي التي تدير وتشغل موانئ أبوظبي التجارية.. أن هذه الخدمة ستكون الأولى للمستوردين وكذلك شركات النقل والشحن البحري من الحصول على خدمات ربط سريعة ومباشرة بين قارة آسيا وأبوظبي . وأضاف أن هدفنا هو تعزيز وتنمية الخدمات بميناء خليفة

هيئة كهرباء ومياه دبي تبدأ تنفيذ مشروع خط مياه رئيسي في نخلة جميرا

•• دبي-وام:



للمشروع يتمثل في رفع كميات التدفق المائي وتدعيم شبكات نقل المياه لتلبية النمو المتسارع

على المياه ودعم المشاريع الحالية والمستقبلية المتواجدة على هلال النخلة بما يساهم في دفع مسيرة التنمية المستدامة. وأضاف سعادته ان المشروع يشتمل على تمديد أنابيب لنقل مياه من الزجاج القوي بقطر 900 و 600 ملم في نخلة جميرا على طول الجذع مروراً بالنفق حتى الهلال وتقدر تكلفته الإجمالية بنحو 57 مليون درهم ويهدف إلى رفع كميات التدفق المائي لتلبية النمو المتسارع على المياه ودعم المشاريع الحالية والمستقبلية المتواجدة على هلال النخلة . وأوضح الطائر أن تنفيذ المشروع سيتم وفق البرنامج المخطط له مسبقاً ومن المتوقع الانتهاء من الأعمال الخاصة بتمديد وتدشين الشبكات خلال 18 شهراً.

شرعت هيئة كهرباء ومياه دبي في تنفيذ مشروع توريد وتمديد وتدشين شبكات نقل المياه بقطر 900 و 600 ملم بأطوال إجمالية تصل إلى 3 كيلومترات في نخلة جميرا . ويأتي المشروع في إطار الخطة الاستراتيجية لرفع كفاءة واعتمادية شبكات المياه لتلبية الطلب ورفع كميات التدفق المائي لتلبية النمو المتسارع على المياه في مختلف مناطق دبي وتوفير بنية تحتية يعتمد عليها وقادرة على الوفاء بمختلف متطلبات المسيرة التنموية.

وقال سعادة سعيد محمد الطائر عضو مجلس الإدارة المنتدب والرئيس التنفيذي لهيئة كهرباء ومياه دبي أن الهدف الرئيسي

الهيئة العامة لتنظيم قطاع الاتصالات تضع ضوابط جديدة لمزودي خدمات التصديق الإلكتروني

•• أبوظبي-وام:

أعلنت الهيئة العامة لتنظيم قطاع الاتصالات أمس عن إصدارها للسياسات اللازمة لترخيص وتنظيم مزودي خدمات التصديق الإلكتروني العاملين في دولة الإمارات تماشياً مع هدف الهيئة بتأسيس بيئة آمنة للتجارة والمعاملات الإلكترونية في الدولة. وتأتي هذه المبادرة ضمن خطة الهيئة الرامية إلى تنظيم عمل مزودي خدمات التصديق الإلكتروني الذين يقدمون حلول التوقيع الإلكتروني وأنظمة المفاتيح العامة في بي بي إي وذلك لمساعدة قطاع الأعمال على إجراء عمليات التجارة الإلكترونية بشكل آمن عبر شبكة الإنترنت. وتهدف الهيئة إلى وضع سياسة منظمة وشفافة توفر لمزودي خدمات التصديق الإلكتروني توجيهات واضحة لتقديم خدماتهم وذلك عن طريق تطوير إطار تنظيمي متماسك وفعال. وسيتم تطبيق هذه السياسات

الجديدة على جميع مزودي خدمات التصديق الإلكتروني المرخصين في الإمارات مؤسسة الإمارات للاتصالات ومصرف الهلال وشركة جلوبال إنفورميشن تكنولوجي الشركة الكونية لتكنولوجيا المعلومات وكافة الشركات التي تقدم خدمات التصديق الإلكتروني للمجهور لأغراض تجارية بشكل مباشر أو غير مباشر من خلال السجلات الإلكترونية والمستندات والتوقيعات كجزء من المعاملات الإلكترونية والتجارة الإلكترونية. وذكر سعادة ماجد سلطان السمار المدير العام بالإنابة في الهيئة العامة لتنظيم قطاع الاتصالات انه مع تسارع وتيرة النمو غير المسبوقة لسوق التجارة الإلكترونية في الإمارات والناجم عن ارتفاع نسبة استخدام الإنترنت والأجهزة المحمولة تلتزم الهيئة بتطوير مستوى الخدمات المقدمة وذلك عن طريق زيادة النوعية وتطوير قطاع التجارة الإلكترونية في الدولة والتي تعادل نسبة 60 من مبيعات التجارة الإلكترونية في دول الخليج.

قسم الاتحاد للشحن يحصد أبرز جوائز قطاع النقل الجوي في إيطاليا

•• أبوظبي-وام:

فاز قسم الاتحاد للشحن التابع للاتحاد للطيران بجائزة أفضل ناقل بصورة عامة من جانب الاتحاد الإيطالي لوكلاء الشحن الجوي. وتسلم الجائزة روبرتو كازابيانكا رئيس المبيعات العالمية في قسم الاتحاد للشحن خلال الحفل السنوي الذي عقد مؤخراً لتوزيع جوائز قطاع الشحن بميلان. وأشادت لجنة التحكيم المؤلفة من 14 عضواً بقسم الاتحاد للشحن تقديراً لاستثماراته في سوق الشحن الإيطالي وما يقدمه من خدمات مبتكرة ومستوى أداء راق والتنافسية في الأسواق واعترافاً بمكانته كأفضل مشغل لخدمات الشحن في الشرق الأوسط وترسيخ علاقات وطيدة مع شركات وكلاء الشحن الإيطالي. وأكد ديفيد كير نائب الرئيس لشؤون الشحن في الاتحاد للطيران ان هذه الجائزة تعتبر شهادة دافعة على مواصلة التركيز على العملاء الحاليين والجدد ووزيادة الاستثمارات الفاعلة في سوق الشحن الإيطالي للرحلات القادمة والمغادرة.. ويفضل هذه الاستثمارات يشهد قطاع الشحن في الاتحاد للطيران نمواً كبيراً داخل السوق الإيطالي حيث نقلت الشركة في عام 2012 ما يزيد على 19 ألف طن من وإلى إيطاليا بزيادة نسبتها 15 في المائة مقارنة بعام 2011.



جمارك دبي تفتتح متجر فريش بلس علامة إمارات التجارية

•• دبي-وام:

افتتحت جمارك دبي فرعاً جديداً لمتجر فريش بلس إحدى العلامات التجارية لمؤسسة الإمارات العامة للبترول إمارات في المبنى الرئيسي للدائرة ليكون بذلك ثامن فروع هذه العلامة وذلك لتوفير خدمات متميزة تلبية احتياجات الموظفين والعملاء . يذكر أنه بافتتاح المتجر الجديد يرتفع عدد المتاجر التابعة لمستثمرين حصلوا على حق الامتياز التجاري للعلامة فريش بلس داخل الدولة إلى 8 متاجر . إضافة إلى متجر آخر في سلطنة عمان كما تدير إمارات 8 متاجر متنوعة قائمة بذاتها ومستقلة عن محطات الخدمة التابعة لها في مواقع تم اختيارها لتخدم أكبر شريحة من العملاء .

مجموعة فندقية إماراتية تطلق عروضاً صيفية للسائحين من دول مجلس التعاون

•• دبي-وام:

أعلنت مجموعة فندقية إماراتية عن طرح مجموعة من العروض الخاصة بفصل الصيف والتي تتضمن تقديم أسعار مغرية وخدمات متنوعة للسائح والعائلات من دول مجلس التعاون الخليجي. وقال السيد جان سامان الرئيس التنفيذي لمجموعة "بيبلوس" الفندقية إن المجموعة تسعى من خلال هذه العروض الى تشجيع الحركة السياحية وتحقيق معدلات إشغال مرتفعة .. مشيراً إلى أن العروض المطروحة مناسبة جداً لمختلف الفئات من السياح الراغبين في زيارة دبي حيث من المتوقع أن تحقق فنادقنا معدلات إشغال العام الجاري مقارنة بالاعوام الماضية.

منوعات

الفن

31



كيم كارداشيان: أشعر بسعادة كبيرة بعد ولادة طفلي

أرسلت نجمة المجتمع الشهيرة كيم كارداشيان بريداً إلكترونيًا للمذيع الشهير راين سبكريست تخبره بمدى سعادتها بولادة طفلها الأولى. وقال راين، خلال برنامج الصباحي، إن كارداشيان قالت (إنها سعيدة للغاية)، مضيفاً أنه لم يعلم بعد الاسم الذي أطلقوه على الطفلة. يذكر أن راين يعد المنتج التنفيذي للبرنامج الواقعي (كيبينغ اب وز دا كارداشيان). وأفادت تقارير بأن كاني ويست (36 عاماً) شريك كيم كان بجانبها وقت الولادة، وكان من المفترض أن تلد كيم في 12 يوليو المقبل. وقالت مصادر لقناة إي (إن الولادة جاءت مفاجئة). وأضافت المصادر: (الطفلة بصحة جيدة، وكيم أيضاً والجميع سعداء بقدم الطفلة). وقالت إحدى صديقات كيم إن (كاني لم يفارق كيم منذ ولادة الطفلة). وأضافت: (إنه رائع فهو لا يغادر الغرفة منذ أن وضعت كيم طفلها طبيعياً).



جيرارد بتلر: تعلم لهجة الأميركية أفادني كثيراً في عملي

ذكر الممثل الاسكتلندي جيرارد بتلر أن تعلم لهجة الأميركية أفاده كثيراً في مشواره الفني. وقال بتلر: (لهجتي الاسكتلندية لم تعد قوية مثلما كانت من قبل، وذلك بعد تدريب مكثف على اللهجة الأميركية). وذكر بتلر أن تدريبات اللغة كانت مهمة جداً، وقال: (تعلم اللهجة الأميركية كان بمثابة استثمار في مجال عملي، الممثل يكون لديه فرص أفضل بمقدار عشر مرات للحصول على أدوار كبيرة إذا كان يستطيع التحدث باللهجة الأميركية).



ميزانيته 170 مليون دولار

(الحرب العالمية زد) .. هجمة (الزومبي) على البشرية

لا حديث هذه الايام الا عن الفيلم الأمريكي المرتقب (الحرب العالمية زد) وحرف زد، هو دلالة على (الزومبي) وهي المخلوقات التي تعيش بين الموت والحياة، والتي يتوقع الفيلم نهوضها وسيطرتها على الكرة الأرضية، حيث تبدأ المواجهة والمركة الفاصلة. على هامش مهرجان كان السينمائي الدولي، قامت شركة بلايدي انترتينمنت وفي عرض خاص، معرض خاص تم تقديم ٣٠ دقيقة من احداث الفيلم انها ايضا الكليات التي وضعت على شبكة الانترنت بشأن الترويج للفيلم. والفيلم يتمحور حول حكاية الموظف جيري لين الذي يعمل موظفاً في الأمم المتحدة، والذي يعيش في سباق مع الزمن من اجل وقف هذا الوباء المتمثل في هجمة (الزومبي) على البشرية، حيث راحت الدول والجيش والشعوب تتساقط الواحدة تلو الاخرى، والبداية كانت في موسكو. رحلة تقرر القلق على الاسرة، التي يتركها جيري، من اجل مواجهة خصم من نوع مختلف، خصم يتمثل في مخلوقات لا تمتلك الاحاسيس، بقدر ما تمتلك الرغبة في السيطرة على الأرض والتهام كل شيء.



وحسب التقارير المرفقة بالمف الصالح للفيلم، ان ميزانية الفيلم بلغت 170 مليون دولار، وهذا يعني انه حتى يبدأ بالبرج عليه ان يتجاوز سقف 200 مليون دولار.

سينما ما بعد المغامرة، وسينما ما بعد الميزانيات الضخمة، ونشير هنا الى ان (مصير) عدد من الشركات الكبرى سيكون مهدداً، اذا ما حصل اي شيء سلباً لهذا الفيلم، حيث تشارك قيمة من كبريات شركات الانتاج والتوزيع من اجل تحقيق هذا الانجاز السينمائي الكبير. الموعد الرسمي لاطلاق الفيلم سيكون يوم 21 يونيو الحالي، وسبقته حملة كبرى يقودها النجم براد بيت، بدأها في الولايات المتحدة ومنها الى استراليا وبقية انحاء العالم لدعم هذا الفيلم. رحلة متسارعة الايقاع، تجمع بين المغامرة وايضا الجوانب العاطفية في العلاقة مع العائلة، وايضا مصير الكرة الأرضية، عن حكاية الموظف الاعمى جيري، الذي يعيش سباقاً مع الزمن، من اجل البحث عن الاسباب الكامنة وراء استيقاظ تلك المخلوقات التي راحت تهدد البشرية، وايضا المرض الذي اصاب البشرية اثر التماس مع الزومبي. فيلم يذهب بعيداً في مجال افلام (الزومبي) وايضا افلام المغامرات، فيلم خارج الحدود التقليدية حيث مناظر الدم وتلك المخلوقات المشوهة التي تتحرك بكسل للسيطرة على كل شيء. سينما المغامرة في اقصى حدودها، بل نحن امام سلاح ابعد من حدود المغامرة السينمائية التقليدية، يقودها النجم الرائع براد بيت الذي يقوم بجمع المهام، التي ترسخ نجوميته، ومقدرته على الانتقال بين التفاعلات الدرامية. في الفيلم موسيقى اصيلة تجعلك تلتصق بكري المشاهدة، قام بتأليفها الموسيقار ماركو بلترامي الذي كتب من ذي قبل الموسيقى التصويرية لافلام مثل (ترافيتور) و(داي هاردو 2207) و(الصرخة 1996)، وغيرها. وهناك ايضا مدير التصوير العالمي بن سيرسين الذي صور مجموعة بارزة من افلام المغامرات ومنها (التحولون) و(بروكن سيتي). فيلم يستحق المشاهدة، يجيب الانفاس، ولكنه يدهشنا ويمتعا ويجعلنا نشعر بأهمية الاسرة كدافع لمواجهة الاخطار والتحديات التي تحيط بنا وبالعلم.

الفيلم يعود الى رواية (الحرب العالمية زد) لـ ماكس بركس، والتي حصلت ستيديوها بارامونت على حقوقها، مشيرين الى ان بركس يعتبر ابرز الكتاب الذين كتبوا العديد من الروايات عن عالم الزومبي وسراره وخفاياه، وقد تطلب التصوير والاعداد لانجاز هذا العمل المرتقب اكثر من ثلاثة اعوام من العمل المتواصل، وصورت مشاهد الفيلم بين الولايات المتحدة والمملكة المتحدة حيث صورت مشاهد اخرى بين غلاسكو واسكتلندا وايضا في اميركا - فيلادلفيا، ومشاهد اخرى في جزيرة مالطا، حيث تم تحويل الكثير من الشوارع لتتحمّل الفيضانات الاميركية. كما صورت مشاهد اخرى في (المجر)، ويروي الملف الصالح الخاص بالفيلم، طرفه، حيث تم مصادرة 85 رشاشاً وبنادق، تم تصديرها من لندن الى المجر لتصوير الفيلم مع جميع المستندات، الا ان الجمارك المجرية اصرت على مصادرة تلك الشحنة من الاسلحة بحجة مكافحة الارهاب في بودابست، وهذا ما ازعج بطول الفيلم ونجمه براد بيت، الذي تدخل بشكل رسمي من اجل حل الاشكاليات غير المقصودة، وتسريع تفعيل تصوير الفيلم بعد توضيح الامور الى الجهات الرسمية في هنغاريا (المجر). الفيلم تصدى لاجراجه مارك فوستر، حصل على الجنسية الاميركية 2007 وهو من اصول المانية - سويسرية، مشيرين الى ان هذا المخرج كان وراء حفنة مهمة من الاعمال السينمائية من بينها فيلم (كوانتم ادف سولانك) 2008، و(الطائرة الورقية) 2007، و(العنور على نزلاند 2004)، و(كرة المتوحشين 2001)، وكم آخر من الاعمال السينمائية المهمة. شارك في كتابة السيناريو الثنائي ماثيو ميشيل كارهان الذي كتب افلاماً مثل (المملكة 2007، وغيره ومع في الكتابة درودغودار الذي كتب سيناريوهات افلام كابين في الغابة 2011، لوست 2004. والتأمل يعلم جيداً اننا امام حفنة من الكبار من اجل كتابة عمل كبير. وحينما ننظر الى قائمة النجوم، فان اسم براد بيت يأتي منفرداً، وبعده بمسافة كبيرة كم آخر من الاسماء، ولكنها تأتي وتذهب دونما ان تترك اثراً، مثل حضور ومكانة وتميز براد بيت، الذي يؤكد انه نجم من الطراز الاول، قادراً على تحمل اكير الافلام وأضحها انتاجاً، ونشير هنا



الفكر

خسارة الوزن يحمي النساء من سرطان الثدي

أكد باحثون على أن خسارة النساء لبضع الكيلوغرامات من وزنهن، يحمي من العوارض الممهدة للإصابة بسرطان الثدي، الذي لوحظ في الآونة الأخيرة انتشاره بين النساء اللواتي يعانين من الوزن الزائد.

وجاء في الدراسة التي نشرتها مجلة تايم الأمريكية أن خسارة النساء لوزنهن من خلال إتباع حميات غذائية وممارسة الرياضة يساعد في تقليل معدلات هرمون الإستروجين وهرمونات أخرى مسؤولة عن تطور سرطان الثدي. وبينت الدراسة أن هرمون الإستروجين يتم تخزينه في الجسم من خلال التراكمات الدهنية، التي تعيد ضخها إلى الدم مرة أخرى، وتخلص النساء من هذه الزوائد الدهنية يعني الحد من الأماكن التي تخزن هذا الهرمون وبالتالي التقليل من خطر الإصابة بسرطان الثدي.

وعلى الصعيد ذاته، أشارت دراسة منفصلة إلى المخاطر المترتبة على تناول النساء لكميات كبيرة من الدهون المشبعة، أو الدهون المركزة، وربطها بالتأثيرات السلبية على دماغ النساء ما يؤدي لإصابتهن بالضعف الإدراكي ومشاكل الذاكرة مع مرور الوقت.

وخلصت الدراسة إلى أن من استهلك قدرًا كبيراً من الدهون المشبعة، المتوفرة في الزبدة واللحوم الحمراء، كان أذنهن المعرّج أسوأ مقارنة مع من اعتمدن حمية غذائية غنية بالدهون الأحادية غير المشبعة، وكن الأفضل في اختبارات الإدراك والذاكرة.



تنظيف الاسنان يحمي القلب

كشفت دراسة علمية حديثة ان تنظيف الأسنان لا يحافظ على صحة اللثة والقم فقط بل يحمي القلب من الأمراض أيضاً. فقد وجد هؤلاء أن سلالة معينة من البكتيريا الموجودة في الفم قد تزيد خطر الإصابة بأمراض القلب حيث تبين أن معدلات تصلب الشرايين السباتية وزيادة سماكتها التي تعتبر مؤشرا قويا على الأزمات القلبية والسكتات الدماغية كانت أعلى عند كبار السن الذين يعانون من وجود مستويات عالية من البكتيريا المسببة لأمراض اللثة وما حول الأسنان في أفواههم.

ولفت الباحثون إلى أن هذه الدراسة تعتبر الأولى التي تثبت وجود ارتباط مباشر بين أمراض القلب الوعائية والبكتيريا المسببة لالتهابات اللثة والأسنان.

التجارب المؤلمة للأمهات تحد من قدرتهن على التفاعل مع أطفالهن

أظهرت دراسة جديدة أجرتها جامعة نوتردام بولاية إنديانا الأمريكية، أن الامهات اللاتي تعرضن في مرحلة الطفولة لإساءة المعاملة أو الإهمال أو غيرها من التجارب النفسية المؤلمة، يكن أقل استعداداً للحدوث مع أطفالهن بشأن التجارب العاطفية التي يمر بها الطفل.

وذكر موقع ساينس ديلي المعني بشؤون العلم إنه بحسب الدراسة التي جرى تقديمها خلال اجتماع هذا العام في سياتل لجمعية الأبحاث الخاصة بتطور الطفل، الذي يعقد كل عامين، أن عينة من الامهات من ذوي الدخل المنخفض واللاتي تعرضن لجروح نفسية في مرحلة الطفولة أظهرت أعراض تجنب استعادة التجارب النفسية المؤلمة التي تتمثل في عدم الاستعداد لاستعادة الأفكار أو الانفعالات أو الاحاسيس أو الذكريات المرتبطة بتلك الجروح النفسية.

هذا التناقض أو العزوف عن تذكر التجارب النفسية المؤلمة له علاقة بقدره الامهات على الحديث مع أطفالهن عن عواطف وانفعالات الطفل، الامر الذي يؤدي إلى أن يكون الحديث بينهم قصيراً وأقل عمقا، كما أن هذه الامهات تستخدم أيضاً أسئلة باترة قاطعة لا تسمح بالرد ولا تشجع الطفل على المشاركة والاسترسال في الحديث.

وتقول كريستين فالينتينو، أستاذ مساعد الطب النفسي بجامعة نوتردام، التي أجرت البحث إن أعراض تفادي استعادة الذكريات المؤلمة أظهرت تأثيرها السلبي على التطور الإدراكي والوجداني للأطفال .

وأوضحت فالينتينو أن هذا البحث يعد مهماً لأنه يحدد آلية يمكننا بها فهم كيفية ارتباط الجروح النفسية للأمهات بمدى قدرتهن على التفاعل بشكل فعال مع أطفالهن .



مجموعة من المشاركات في مخيم عمل على شاطئ بوندي الشهير في سيدني يؤدين تدريبات في الهواة الطلق. (ا ف ب)

قرأت لك

النسر



النسر من الطيور القوية الشجاعة والجميلة. النسر الاصلع هو رمز الولايات المتحدة الأمريكية وهو ليس اصلع ولكنه سمي بذلك لوجود ريش ابيض على رأسه. يعيش في كل مكان عدا القطبين (الشمالي والجنوبي) يعرف عنه حدة البصر وهو ينقض من ارتفاع كبير إلى اسفل لالتقاط الطعام. يصل طوله الي ثلاثة اقدم ونصف وعرض جناحيه ثمانية اقدم. لونه غالبا اسود او بني او رمادي بيني اعشاشه فوق الاشجار المرتفعة او على اطراف الجبال. يأكل النسر الاسماك والطيور والتعابين .

سؤال وجواب

- ما آخر سورة مدنية ؟
- سورة النسر
- من هو النبي الذي تربى في بيت عدوه ؟
- موسى عليه السلام
- من هو زعيم الأوس ؟
- سعد بن معاذ
- من هو زعيم الخزرج ؟
- سعد بن عباد
- من هو حامل راية الأنصار ؟
- سعد بن معاذ
- من هو شبيهة الملائكة ؟
- عمران بن حصين

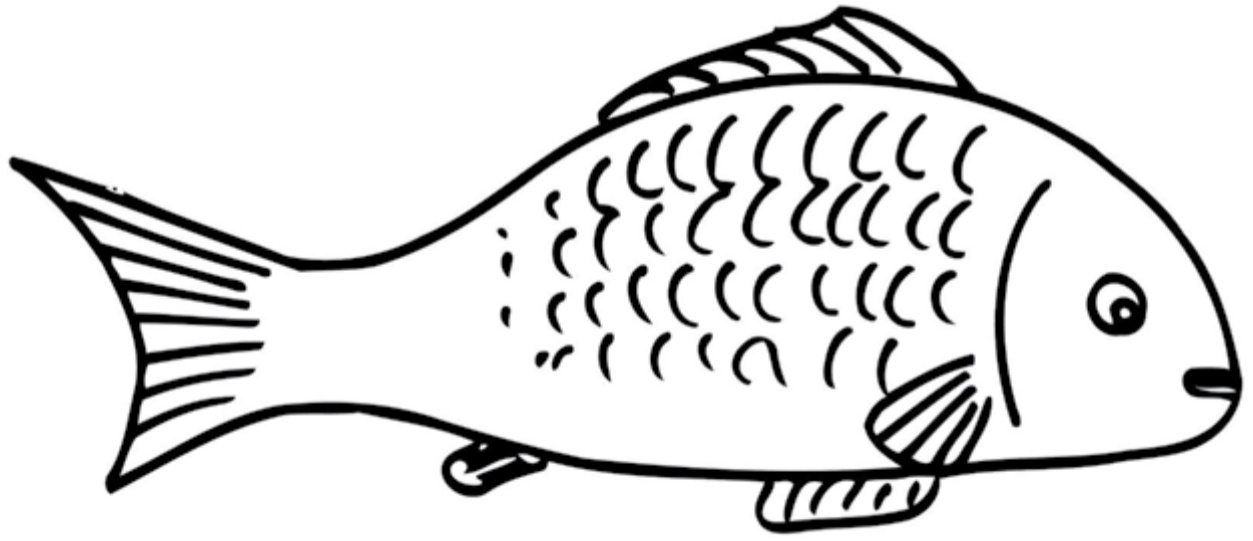
هل تعلم؟

- هل تعلم أن بعض الخضروات مثل الخيار و الباذنجان يمكن أن يكون لها تأثير ضار على الإنسان حيث أثبتت البحوث أن الخيار لو تحول لونه من الاخضرار إلى الاصفرار نتج عنه مواد لها تأثير سام على الإنسان كما أثبتت أن الخيار المرة ذات الشكل الموج لها تأثير سام على الإنسان .. و هذه المادة السامة توجد في قلب الخيارة .. كما أثبتت البحوث أن أكل الباذنجان بكثرة يؤثر على الجهاز العصبي للإنسان.
- هل تعلم أن تناول الفول المدمس يمنع الإصابة بالآزمات القلبية .. فهو يقضي على ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم .. و بذلك يخفض تناول الفول المدمس نسبة واحد بالمئة من المواد التي تؤدي إلى تصلب الشرايين.
- هل تعلم أن الأذن اليسرى أضعف سمعاً من الأذن اليمنى.
- هل تعلم أن أقوى عضلة في جسم الإنسان هي عضلة الفك.
- هل تعلم أن الجسم يحتمل حرارة حتى 128 درجة مئوية
- هل تعلم أن الكبد هو العضو الوحيد الذي يمكنه أن يحول البروتينات و ما تحويه من أمحاض أمينية إلى مادة الجلوكوز أو السكر.
- هل تعلم أن نقص فيتامين ب الموجود في الخمائر واللبن والبيض واللحم والأجاص والفول والحنطة غير المصنعة والحبوب كالفاصولياء واللوبياء والبطاطا يؤخر النمو ويشوه ويسبب تهيجات واضطرابات في الأعصاب وامساكا حاداً .

قصة الحيوانات والعاصفة

يحكي انه في قديم الزمان كانت حيوانات الغابة كلها تحمل لونا واحدا فقط هو اللون الابيض ولم يكن يميزها غير احجامها لذلك كان كل منهم يبحث عن طريقة يغير بها من جلده ولكن دون جدوى .. وفي يوم هبت عاصفة شديدة على الغابة وقرر الجميع ان يختبئوا حتى لا يصيبهم مكروه فجري كل في مكان وتفرقوا بشدة جرى الاسد مسرعا وهناك في منطقة فسيحة غمرته الرمال ولم يستطع الخروج فظل سجيناً لتلك الرمال مقيد الحركة ،اما النمر فقد جرى بسرعه الفانقه لكنه وقع داخل بعض اغصان الاشجار المتداخلة ولم يستطع الخروج ،صدقتنا الزرافة الجميلة اخذت تجري وهي تبحث عن ابنتها الضائعة وكانت تدب اقدامها في الطمي بقوة فيتطاير على جسدها المشوق الجميل ويتسح لكنها لم تهتم واختبأ القرد فوق الاشجار ربما تداريه وتحميه والدب اخذ يتزحلق على شاطئ البحيرة من ثقل وزنه كلما قام وقع حتى اكتسى بالطين الرمادي والاسود ولم يفر منهم الا من دخل بيانه الشتوي مبكرا اما السلحفاة المسكينة فقد داسها الفيل ففسر ظهرها لكنه تأسف لها وحملها معه فمحنها وحيد القرن مادة صمغية استطاعت بها ان تلتصق قطع عظمها وتعيدها كما كانت قوية وعاد هو ليختبئ وسط مياه البركة الضحلة وهكذا استمر الوضع كر وفر حتى هدأت العاصفة فخرج الجميع من مخابئهم خرج الاسد من الرمال وبقي طوال عمره على هذا اللون ،التصق الطمي بجسد الزرافة فمحنها هذا الشكل الجميل اما الغصان فقد جعلت النمر مخططا والقرد بقي على حاله وعندما طس بقوة تطاير الطمي من فوق وجهه ونزل على الفهد فجعل جلده مرقطا فأعجب جدا بهذا الشكل وبقي عليه اما السلحفاة فبقي ظهرها كما نعرفه نحن الان والفيل الذي كان يحمل جذوع الاشجار فوق ظهره غيرته المياه البنية اللون التي كانت تنزل من جذوع الاشجار على جلده فاكسب لونا لابس به والذئب التي كانت حبيسة الجبل حضرت وقد تغير جلدها اما الدب الذي دخل في بيانه الشتوي فقد احتفظ بجلده الابيض واصداقاه احتفظوا بلون الطمي ... الان الكل معجب بشكله ولولا العاصفة لاستمرت الحيوانات ببيضاء .

مساحة للتلوين



ملا ياسر علي



عمر بدر مصعب



سهيل محمد عبدالله



سالم أحمد الكتبي

متفوق في دراسته. ومتعاون مع زملائه. يهوى القراءة والعباب الكمبيوتر. ويتمنى ان يصبح كاتبين طيار في المستقبل. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.

متفوق في دراسته. ومتعاون مع زملائه. يهوى القراءة والعباب الكمبيوتر. ويتمنى ان يصبح مهندسا في المستقبل. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.

متفوق في دراسته. ومتعاون مع زملائه. يهوى القراءة والعباب الكمبيوتر. ويتمنى ان يصبح مهندسا في المستقبل. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.