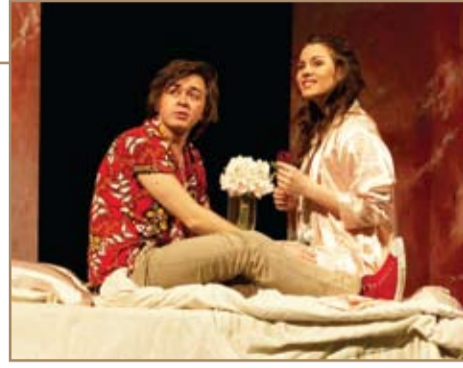


جامعة الامارات
تنظم معرض الكليات
والارشاد الطلابي



اختيار الإمارات
لتصوير الفيلم العالمي
روميو وجوليت



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

الخميس - 14 مارس 2013 م - العدد 10740
Thursday 14 March 2013 - Issue No 10740

اكتشاف أمريكي لإنتاج المياه النظيفة

اكتشفت شركة أميركية متعاقد مع وزارة الدفاع الأميركية (البنيتاغون) طريقة لخفض كمية الطاقة اللازمة لإزالة الملح من مياه البحر، وهو ما من شأنه تخفيض تكلفة إنتاج المياه النظيفة.

ووفقاً لمسؤولين ومهندسين في شركة لوكهيد مارتن -الصنعة للطائرات المقاتلة والصواريخ- فإن الطريقة المستحدثة تتمثل في تصنيع فلتتر (مرشح) ينتج أغشية كربونية رقيقة، وتكون فتحاته في حجم النانومتر (جزء من المليار من المتر)، بحيث تسمح بمرور جزيئات المياه وتمنع الملح.

وقالوا إن الاكتشاف يأخذ طاقة أقل لدفع مياه البحر -عبر المرشحات- بالقوة المطلوبة لفصل الملح عن المياه.

وسيجعل الاكتشاف الجديد البلدان النامية غير محتاجة إلى بناء محطات الضخ العالية التكلفة، ومن جهته، قال المهندس جون ستيتسون -وهو الذي عكف على الفكرة- إن الفلتتر الجديد أرق 500 مرة من أفضل فلتتر موجود في السوق حالياً، وكذلك أقوى ألف مرة. وأضاف أن الطاقة والمضغ المطلوبين لتصفية الملح أقل بمائة مرة.

قانون أسترالي لتنظيم الصحافة

أحالت الحكومة الأسترالية إلى البرلمان مشروع قانون جديد لتنظيم الصحافة، يرى البعض أنه يحد من نفوذ قطب الإعلام روبرت مورودوخ في البلاد، لكن آخرين انتقدوا المشروع واعتبروه تقييداً لحرية الصحافة. ويوجب التشريع الجديد استئصال الصحافة هناك مع منظم يتبع الدولة، وذلك في إطار حزمة إجراءات قالت حكومة الأقلية لرئيسة الوزراء جوليا جيلارد إنها ستطرح على البرلمان.

وتأتي خطة تعيين مشرف على الإعلام بعد 18 شهراً من إعلان جيلارد عن تحقيق بشأن الصحافة المحلية في أعقاب فضيحة التنصت على الهواتف التي أدت إلى إغلاق صحيفة شعبية بريطانية.

تعرف إلى المتلاعبين والرجسيين

أن تثق بالآخرين ميزة لا ينبغي أن تخلو من الحذر، ومن السهل أن تترك نفسك لمتلاعب بك الآخرون من دون أن ينتابك شك أو ريبية. لا يتعلق الأمر هنا بالسذاجة أو الذكاء، إنما بقلّة الخبرة أو المعرفة بهذه النوعية من الشخصيات المنحرفة الرجسية. في ما يلي أفكار تساعدك على حماية نفسك.



المحلل النفسي بول كلودراكاميه أول من تكلم عن الانحراف الرجسي منذ 30 عاماً. يسعى الرجسي عادة إلى زعزعة الآخر فيتخذ لنفسه مكانة الشريك أو الأهل أو الرئيس الأعلى وغالباً ما يجمع بالضحية علاقة وطيدة نتيج له فرصة التلاعب بها متى يشاء. وقد تصل به الأمور إلى حد زعزعة استقرار شخص معين أو القضاء على مهنة إنسان ما.

في معظم الأحيان، يعمل المنحرف رجسياً على نمط الإغواء، ولا يرى في العلاقة إلا رابط قوة يرمي من خلاله إلى السيطرة على الآخر يستعماً للضحية كأداة.

يظهر مفهوم الانحراف الرجسي قبل كل شيء مبدأ (الانحراف)، إنما لا ينبغي الخلط بينه وبين الرجسية العادية التي يميل للضباب بها إلى التلاعب بالآخرين أيضاً وإلى التفكير بمصالحه الشخصية. يختلف الانحراف الرجسي عن الرجسية العادية من ناحية الأهم الذي يرافق الرجسية العادية الناتجة من أسباب متنوعة غالباً ما تعود أسسها إلى الطفولة، فيما لا يشعر به المنحرف رجسياً حين يفرض سيطرته كونه لا يتميز بشخصية حساسة، بمعنى أنه لا يرضى إلا حين يدمر الآخر، فتراه يتصرف كمفترس إلى حد يتبشه السادية أحياناً.

لفهم هذا النوع من التصرفات، لا بد من إدراك أن المتلاعب النموذجي يكون صورة سيئة عن نفسه. ليضمن وجوده، يحاول استصدار من يرافقه والتقليل من أهميته ليبقى هو الأعلى والأهم إذا أمكن. على الصعيد النفسي، يشعر بالسوء إلا أنه لا يعرف أين يصنف نفسه أو كيف يضع خطة بناءة للخروج من قلقه.

خصائص

لا تعتبر هذه النوعية من الشخصيات نادرة، فهي تتميز بذكاء وبعض الجاذبية التي ترمي إلى التحكم بالآخرين وتنفيذ ما يربها الشخصية ليس من إنساناً ما يزعم ثقته بنفسها. أما

بين الناس فيختلف الأمر، إذ يعاملها معاملة رائعة ويقدرها ويتعبد قدر المستطاع عن الضمائم. كذلك يتأقلم المنحرف رجسياً بشكل رائع مع محيطه في تناوب الشخصيات بين الساذجة والباردة والأوامر المتناقضة، فيبدو حين يتفرد بضحيته. كذلك لا يتحمل النقد ويبدو في علاقته العاطفية غيوراً وخائناً في الوقت عينه.

ضحية بريئة

غالباً ما تكون ضحية المنحرف رجسياً شخصية كريمة واجتماعية ومحبة للآخرين وقليلة التهمك، نادراً ما تكون هذه الصفات مزججة إلا إذا كنا أمام شاب يفترق إلى النضج. قد يحصل أحياناً أن تقتصر الضحية إلى الثقة بالذات فتفصلق ما يقول المنحرف رجسياً حين قد تقع جميعاً تقريباً ضحية لشخص منحرف رجسياً، لا سيما في إطار العلاقات العاطفية التي تؤمن طرفاً مثالياً لهذه النوعية من الشخصيات.

صعوبة الابتعاد عن المتلاعب

يصعب الابتعاد عن المتلاعب لأنه يرغب في الحفاظ على سيطرته ويترصب بمحاولات إعادة تقييم سلطته. على غرار المنحرفين جميعهم، حين ينجح في السيطرة على ضحيته تراه لا يخشى إطلاقاً أن تهرب منه ويبدأ

عندما يعيش زوجان هذا النوع من العلاقة، يلاحظ أن حالة من الضغط شبه الدائم تسيطر على المرأة من دون أن تتمكن من نوم شريكها، فتتألمها نوبات اكتئاب لأنها تعلم في داخلها أنها ضحية وتدرق أن علاقتها بهذا الشخص هي السبب إلا أنها لا ترغب فعلاً في اتهام شريكها. تبعاً لذلك، تخجل حين تشعر بهذا الانزعاج حتى تكاد تظن أنها سبب ما يحصل معها. هنا لا بد من الإشارة إلى إحدى ميزات المنحرف رجسياً، وهي قدرته على قلب الأدوار فيرمي الخطأ على الآخر.

إخفاء اللعبة

إحدى خصائص المنحرف رجسياً معاملته لشريكته على أنها شيء وليست إنساناً ما يزعم ثقته بنفسها. أما

النساء أكثر حاجة للنوم

وجدت دراسة جديدة أن النساء يحتجن لمزيد من النوم مقارنة بالرجال، ويكن أكثر عدوانية وحدة في الطبع عند عدم أخذ القسط اللوحي من النوم. وذكر موقع (ذي اكويستر) الأميركي أن الباحثين في جامعة دوك رقبوا 210 رجلاً وامرأة، وسألوهم عن شعورهم وأخذوا منهم عينات دم، وتبين أن النساء اللواتي يفقدن للنوم الكافي أكثر حدة في الطبع مقارنة بالرجال مثلهم، وأكثر عرضة للإصابة بمشكلات صحية خطيرة. وظهر أن النساء اللواتي لا يأخذن قسطاً وافياً من النوم يعانين من زيادة في خطر الإصابة بالآكتئاب وسكتات الدماغ. وتبين أن قلة النوم مسؤولة عن زيادة الإجهاد النفسي وارتفاع مستويات الإشارات الحيوية المرتبطة بأمراض القلب والنوع الثاني من السكري. وكانت مستويات الأثار الجانبية لقلّة النوم عند الرجال ضئيلة مقارنة بالنساء. ووجد العلماء أن النساء يعانين أكثر من الرجال عند الاستيقاظ وخصوصاً عندما لا يأخذن ما يكفي من النوم. وعزا الباحثون السبب إلى عملية التفكير بمهام متعددة في الوقت نفسه عند النساء، ما يجعلهن أكثر عرضة للإجهاد النفسي وبالتالي أكثر حاجة لمزيد من الوقت من أجل تعالج الجسم.

نساء أوروبا أطول عمراً من رجالها

خلص تقرير لمنظمة الصحة العالمية أن النساء الأوروبيات فُتن الرجال الأوروبيين في متوسط العمر وذلك على مدار جيل كامل. وأشارت الدراسة إلى أن الأوروبيين بالإجمال يعيشون حياة أطول وفي ظروف أكثر صحية، بالرغم من تأكيدها أن هناك فجوات واسعة متزايدة بين المناطق واختلافات بين أعمار الرجال والنساء. وبحسب الدراسة فإن متوسط العمر تزايد بمقدار خمسة أعوام خلال الفترة من عام 1980 وحتى 2010، ليصل إلى ثمانين عاماً بالنسبة للنساء و72.5 عاماً للرجال، مشيرة إلى أن هناك تسع دول أوروبية من بين أعلى عشر دول من حيث زيادة متوسط العمر في العالم. ويشأن الحلول لتقليص الفجوة، حدد التقرير الذي شمل 53 دولة بعض الخطوات على الصعيد الاجتماعي، بما في ذلك الزيادة في التوازن بين النوعين في الأدوار والسلوكيات. وقالت مديرة الأبحاث والإبداع في المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية كلوديا شتاين، إن المنظمة تتطلع إلى النظر إلى مسألة الرفاهية كعامل في هذا المجال لتضاف إلى عوامل أخرى جرت دراستها خلال الفترة الماضية، منها المرض والإعاقة. وسترکز السياسات المستقبلية أيضاً على حق الحصول على الرعاية الصحية بحسب شتاين. ومعلوم أن نحو 80% من نسبة الوفيات في أوروبا تحدث نتيجة للأمراض غير المعدية مثل أمراض القلب والسكتات الدماغية والسرطان، ويرتبط ذلك بمخاطر صحية رئيسية مثل التدخين وتناول الكحوليات. وتعد المنطقة الأوروبية الأعلى استهلاكاً للكحول على مستوى العالم، وسبب ذلك 6.5% من الوفيات خلال العام الماضي.

دع التدخين ولا تفش السمنة

قالت دراسة دولية إن الأشخاص الذين يقلعون عن التدخين يكونون أقل عرضة للإصابة بأمراض قلبية أو سكتة دماغية مقارنة بالمدخنين، حتى لو زاد وزنه بضعه كيلوغرامات نتيجة الإقلاع عنه. المعروف أن النيكوتين يؤدي إلى زيادة معدل ضربات القلب لدى المدخنين، وتسريع وظائف الجسم الأخرى، ويتسبب ذلك في إحراق سعرات حرارية أكثر قليلاً من غير المدخنين؛ وعندما يقلع المدخنون عن التدخين تتباطأ لديهم عمليات التمثيل الغذائي (الأيض). لكن الباحثين -الذين شاركوا في الدراسة التي نشرت في دورية الجمعية الطبية الأميركية- ذكروا أن تأثير زيادة الوزن التي غالباً ما تصاحب الإقلاع عن التدخين لم يكن واضحاً، وقالت كارول كلير من جامعة لوزان في سويسرا ومستشفى ماسشوسيتس العام في بوسطن إن الذين يقلعون عن التدخين يميلون إلى تعويض انسحاب النيكوتين بتناول الوجبات الخفيفة، ومن ثم يزداد الوزن.

أقوى تليسكوب فضاء في العالم

استعد علماء ومهندسون في تشيلي للافتتاح الرسمي لأقوى مرصد في العالم في صحراء أتاكاما بالارجنتين. وعلى ارتفاع خمسة آلاف متر فوق سطح البحر يعمل تليسكوب اتاكاما الكبير -الما- بقدرته محدودة منذ عام 2011. لكن في الوقت الحالي سيصبح هناك 50 هوائي يمكن ترتيبها لمسافة نصف قطرهما عشرة كيلومترات لزيادة كفاءتها أخيراً على العمل معا. ويمكن لتليسكوب اتاكاما الكبير الذي بلغت تكلفته 1.3 مليار دولار أن يرصد الفضاء لمسافات أكبر من أي تليسكوب آخر. وجيانيني ماركوتي من بين من يعانون من ظروف قاسية في هذه الصحراء المرتفعة عن سطح الأرض في سبيل رصد الفضاء لمسافات أكبر من أي وقت مضى. وقال ماركوتي أنها علامة بارزة لأنه أكبر مرصد يقام في العالم حتى الآن. وذكر تيهيس دي جراو مدير تليسكوب اتاكاما الكبير أن التليسكوب سيكون لديه في نهاية الأمر 66 هوائياً لكن المسؤولين غير متأكدين من الوقت الذي سيستغرقه إتمام المشروع. وأضاف نحن نحفل بأننا أصبح لدينا أكثر من 50 هوائياً يعمل. قبلنا هذا العدد لأن توفير الستة وستين هوائياً كلها ربما يستغرق وقتاً أطول لانكم تعلمون ان من الصعب جدا التخطيط والتحديد الحاسم لانام المشروع. وأوضح مسؤولون في المرصد ان تليسكوب اتاكاما الكبير سيبعث لرواد الفضاء دراسة أطوال الموجات المرئية للعين البشرية. وعندما يعمل التليسكوب بكامل طاقته سينتج صورة أوضح من صور تليسكوب الفضاء هابل التابع لإدارة الطيران والفضاء الأميركية / ناسا/ عشرة أمثال. وسيدرس الضوء المنبعث من أكثر أركان الكون برودة وظلاماً حيث تشكل المجرات وتولد النجوم.



البريطانيون يهدرون 3 سنوات

من حياتهم في المماطلة

كشفت دراسة جديدة، أن البريطانيين يهدرون ما يصل إلى 3 سنوات من حياتهم في المماطلة، لتجنب القيام بالأعمال المنزلية ودفع الفواتير. ووجدت الدراسة، التي نشرتها صحيفة (ديلي ميل)، أن أساليب المماطلة تشمل أيضاً مسائل أخرى تتعلق باعداد الشاي والتدخين وتناول الطعام والزيارات المتكررة لدورات المياه، وتجعل البريطانيين يقضون 19 يوماً كل عام على تأجيل القيام بالمهام الأساسية.

وقالت إن أكثر النشاطات التي يتجنب البريطانيون القيام بها ويعتمدون تأجيلها هي الأعمال المنزلية، وعلى رأسها غسل الملابس والتنظيف، وكذلك التعامل مع الفواتير وإدارة الشؤون المالية لعائلاتهم.

وأضافت الدراسة أن 87% من البريطانيين من الجنسين اعترفوا بأنهم يأجلون بصورة منتظمة القيام ببعض المهام المعينة حتى آخر لحظة ممكنة، ويماطلون لمدة ساعة و17 دقيقة في اليوم، أو 8 ساعات و59 دقيقة في الأسبوع. وأوضحت أن هذه المدة تعني أن البريطاني العادي يقضي 19 يوماً كاملة كل عام على المماطلة وتجنب القيام بالواجبات الأساسية، وما يعادل 1140 يوماً في حياته.

مرضى استيقظوا خلال خضوعهم لعمليات جراحية

كشف تقرير جديد امس الأربعاء أن أكثر من 150 مريضاً بريطانياً استيقظوا خلال خضوعهم لعمليات جراحية خلال عام واحد رغم إعطائهم حقن تخدير. ووجد التقرير، الذي نشرته صحيفة ديلي ميرور، أن 153 مريضاً استيقظوا من التخدير خلال العمليات الجراحية سنة 2011، وظل 46 واحداً منهم مستيقظين طوال العمليات الجراحية لعدم حقنهم بالكمية الكافية من المادة المخدرة، وقال إن المرضى المتأثرين بما يُسمى حالة الوعي العرضي في العمليات الجراحية لا يستطيعون التحرك أو إصدار صوت حين يستيقظون، ما يعني أن الجراحين لا يملكون أية فكرة عن أوضاعهم قبل انتهاء إجراءات العملية. وأضاف التقرير أن بعض المرضى يشعرون بأنهم حاد بعد استيقاظهم خلال العمليات الجراحية، في حين أن الغالبية لا تشعر بأي ألم لكن نصف المتأثرين بحالة الوعي العرضي يعانون من مشاكل نفسية لاحقاً.



بحضور 4000 طالب وطالبة

جامعة الامارات تنظم معرض الكليات والارشاد الطلابي بمشاركة مرشدي الكليات ومسؤولي الخدمات والبرامج الجامعية



انطلاق برنامج سفاري في حديقة الحيوانات بالعين

•• العين - الفجر

ينطلق برنامج سفاري مجدداً هذا العام في حديقة الحيوانات بالعين وذلك بهدف توفير تجربة تعليمية مثيرة للأطفال من مختلف الأعمار، حيث تمنح هذه الرحلات المنظمة من قبل مركز التعليم الخاص بالحديقة، البرية. وتبدأ فعاليات برنامج سفاري الأول من 31 مارس ولغاية 4 أبريل المقبل، بينما تستمر الرحلة الثانية من 7 ولغاية 11 أبريل المقبل. وسيستمتع المشاركون في برنامج سفاري هذا العام بالعديد من النشاطات مثل المشاركة في برامج العناية اليومية بالحيوانات والنشاطات الفنية والحرف اليدوية والزراعة والعناية بالحدائق، بالإضافة إلى رحلات البحث عن الكنز المفقود وتمارين عدة لبناء وإثراء روح الفريق، كما ستتاح حديقة الحيوانات بالعين للمشاركين أيضاً فرصة الدردشة مع مربّي الحيوانات والتقرب أكثر من الحيوانات المفضلة لديهم. وقالت منى الظاهري، نائب المدير العام لشؤون حماية البيئة والتعليم في حديقة الحيوانات بالعين: يهدف برنامج سفاري إلى تثقيف الأطفال حول موضوعات الطبيعة والحياة البرية، الأمر الذي يشجعهم للمشاركة في جهود حماية البيئة والحفاظ على الحياة البرية. وأضافت: "النجاح الذي شهده برنامج سفاري على مدى العامين الماضيين يعكس اهتمام الأطفال وشغفهم بهذه الموضوعات، ونحن في الحديقة ملتزمون بتوعية وتثقيف المجتمع من خلال مبادرات متمعة وتفاعلية تتيح لهم التعلم والتعارف على بعضهم البعض، ونحن فخورون جداً بهذا البرنامج وننتظر قدماً بؤس آخر ناجح. وستشمل برنامج سفاري خلال هذا الربيع مشاركة 40 طفلاً تتراوح أعمارهم بين 7 و12 عاماً، ويستمر كل برنامج لمدة خمسة أيام ابتداءً من الساعة 8 صباحاً وحتى 1 ظهراً.



•• العين - الفجر

نظمت الكلية الجامعية وعمادة شؤون الطلبة في جامعة الامارات العربية المتحدة معرض الكليات والارشاد الطلابي في الجامعة بحضور أكثر من 4000 طالب وطالبة من طلبة المرحلة التأسيسية وذلك من أجل تعريف الطلبة وصقل خبراتهم حول الكليات وتخصصاتها المختلفة وفرص وشروط التحويل فيما بينها وكذلك الاجابة عن استفسارات الطلبة المتعلقة بالكليات والتخصصات وفرص العمل المستقبلية. بالإضافة إلى توفير معلومات متكاملة وصورة واضحة عن الخدمات الطلابية المتوفرة في الجامعة وتهيئة الجو المناسب لعقد لقاء مباشر مع مرشدي الكليات ومسؤولي الخدمات والبرامج الجامعية والعمال في سوق العمل. وقال الدكتور خليل حسين مدير مركز مهارات التفوق الأكاديمي والارشاد بالكلية الجامعية "أن جامعة الامارات تحرص سنوياً وفي كل فصل دراسي على اقامة هذا المعرض حيث يتيح للطلبة المستجدين وهم الفئة التي يستهدفها المرشد بشكل خاص امكانيات التعرف على خصائص كل كلية ومميزاتها واتاحة الفرصة للطلبة بعد ذلك لتحديد الاختصاص الذي يروونه مناسباً ويتوافق مع امكانياتهم وتطلعاتهم ومواهبهم العلمية. ويضيف الدكتور خليل عادة ما يكون الطالب المستجد في حيرة من امره ويكون



فيالنسبة لي يمنحني هذا المعرض فرصة تطوير مهاراتي وان اطالع على متطلبات سوق العمل من خلال بعض الشركات

باجة الى التوجيه الصحيح لأنه ربما تكون بعض القرارات المتخذة من قبله في بدايات العام الجديد غير صائبة لذا فان اقامة مثل هذه المعارض وبهذه الكيفية المتميزة يتيح مناخا مناسباً للطلبة للتعرف على الجامعة وتخصصاتها عن قرب كذلك فتح الباب في هذا العام لبعض شركات التوظيف والتدريب للمشاركة سيساعد طلبتنا الخريجين على سهولة الدخول الى سوق العمل بعد التخرج بإذن الله. وأشار في هذا المعرض السنوي الذي تقميه الجامعة كافة كلياتها وبعض الشركات الأخرى والتي لها باع متميز في توظيف الوظائف والمساعدة في ايجاد الفرص المناسبة لشباب الوطن واشتملت المشاركة من غير الكليات، وحدة الارشاد الأكاديمي في الكليات والارشاد المهني في

مستشفى توام تطلق 3 مسابقات تغذوية تثقيفية

•• العين - الفجر

أطلقت وحدة التثقيف الغذائي في إدارة التغذية المجتمعية في مستشفى توام 3 مسابقات تحت عنوان (أهمية فيتامين د لعظام قوية) لفئة معلمات مركز تعليم الكبار التابع لمؤسسة التنمية الأسرية في العين و (الطرق الصحية لحفظ الغذاء وعوامل فسادة) لطلبات الصف السابع والثامن والتاسع لجميع مدارس الإنات في منطقة العين التعليمية و (هشاشة العظام والعوامل الغذائية المؤثرة) لطلبات

جامعة الإمارات العربية المتحدة في العين ضمن اسبوع التثقيف التغذوي. تم اطلاق مسابقة (أهمية فيتامين د لعظام قوية) لفئة معلمات مركز تعليم الكبار التابع لمؤسسة التنمية الأسرية في العين للتسلط عليه وأعراض نقصه وزيادة وعوامل امتصاصه في الجسم للوقاية من هشاشة العظام. كما وتم اطلاق مسابقة (الطرق الصحية لحفظ الغذاء وعوامل فسادة) لطلبات الصف السابع والثامن والتاسع لجميع مدارس الإنات في منطقة العين التعليمية بهدف توعية وتثقيف الطالبات بالطرق الصحية لحفظ الأطعمة وتجنب العوامل المؤدية إلى فسادها وتلوثها تحت شعار: (سلاح غذائي من سلامتي) من خلال استمارة من عشرون سؤالاً. وقالت ندى زهير مديرة إدارة التغذية المجتمعية بمستشفى توام: إن إدارة التغذية المجتمعية قامت برصد هدايا قيمة تشجيعية للطلبات الفائزات حيث يعتبر هذا النشاط مشروع سنوي ناجح يقام لمدارس منطقة العين التعليمية الذي يلقي إقبالاً كبيراً من الطلبة والطلبات مما يعزز الأفكار التغذوية الصحيحة لديهم و يساهم في تغيير المفاهيم الخاطئة وتغيير اتجاهاتهم وسلوكياتهم الغير صحيحة والمتوارثة في المجتمع مما يسهم في تحقيق أهم أهداف وحدة التثقيف الغذائي في إدارة التغذية المجتمعية وهي التعريف بكل ماهو متعلق بالغذاء والتغذية والعوامل التي تؤدي لتلف الغذاء والإستفادة منه واكتساب الفرد عادات غذائية وسلوكيات تغذوية صحيحة. تجدر الإشارة إلى أن وحدة التثقيف الغذائي قامت بإطلاق مسابقة تغذوية حول (هشاشة العظام والعوامل الغذائية المؤثرة) لطلبات جامعة الامارات العربية المتحدة في العين ضمن اسبوع التثقيف التغذوي الذي تنظمه كلية الأغذية والزراعة في الجامعة وستشارك إدارة التغذية المجتمعية ببرنامج تنوهر فيه مقومات التثقيف من مصلقات ومنشورات ومجسمات وأفلام ثقافية وأجهزة متقايس واستشارات غذائية من قبل مختصي علم الغذاء والتغذية وذلك لتعليم الطالبات كيفية الإستفادة من الموارد الغذائية المختلفة للحد من الأصابة أو الوقاية من هشاشة العظام و تثقيفهن بالأضرار الناجمة وعلاقة الغذاء وتمتع الفرد بالصحة.



واحة هيلي مول وجهة سياحية جديدة بمدينة العين تستقبل روادها اغسطس القادم بتكلفة 600 مليون درهم



ويتابع الظاهري: يشكل واحة هيلي مول تجربة مختلفة لا تعتمد فقط على التسوق بل أيضاً على تنمية السياحة الداخلية لمدينة العين واستقطاب الزوار من المناطق والإمارات المجاورة الذي من المتوقع أن يصل عددهم إلى 175.000 زائراً أسبوعياً في نهاية 2013. كما سيتسنى للزوار تجربة محلات جديدة لم تكن موجودة سابقاً في مدينة العين. أما فندق هيلي ريجان من روتانا فهو يشكل نقلة نوعية من حيث إرتباطه بالمول وتوفير 250 غرفة للزوار والسياح. وقال عمر قدوري، نائب الرئيس التنفيذي ورئيس العمليات في روتانا: "يشكل مشروع واحة هيلي مول وجهة شاملة ومتكاملة لزوار مدينة العين والقادمين من كافة أرجاء المنطقة لاختبار المزايا الرائعة لهذه المدينة. نحن نفتخر بمشروع هيلي ريجان من روتانا الذي سيوفر 250 غرفة جديدة لمدينة العين ويشراكنا مع هذا الجمع المول لتجارة التجزئة والذي سيشكل وجهة أساسية لضيوفنا.

الموعد الرسمي للإفتتاح والذي تقرر في 28 أغسطس 2013. نحن الآن في المراحل الأخيرة للمشروع الذي سيشكل تجربة مميزة وفريدة للزوار والمقيمين في مدينة العين. ويضم واحة هيلي مول مجموعة كبيرة من العلامات التجارية: نذكر منها جيان هايبر ماركات، الذي بدأ فعلياً بالتصميمات الداخلية بعد الإنتهاء من الأعمال الهندسية والمرحلة الأخيرة من الإمدادات الكهربائية. ويشغل الهايبرماركت مساحة تقفوق 6.900 متر مربع من المساحة التجارية لتقديم كافة البضائع الأساسية والمنتجات المتنوعة. وبالإضافة إلى جيان، فقد تم الإعلان عن إفتتاح الفرع الأول لمركز فينتيس فيرست، سلسلة النوادي الرياضية والصحية الأولى على مستوى العالم. كما تم التأكيد على إفتتاح ماي بلاي زون، مركز الترفيه العائلي كأول فرع له في مدينة العين، ومقهى جايكا بلو مهني أسترالي وجامبو أنوايرد.

•• العين - الفجر

أعلن واحة هيلي مول، أحد أبرز مشاريع التطوير العقاري التي تقام في مدينة العين، عن إستكمال المشروع بشكل نهائي بتكلفة بلغت 600 مليون درهم حيث يتم البدء باستقبال الجمهور في أغسطس المقبل. جاء ذلك خلال المؤتمر الصحفي الذي عقد في موقع المشروع بحضور المسؤولين من واحة هيلي مول وإدارة فندق هيلي ريجان من روتانا. ويُعد واحة هيلي مول المكون من ثلاثة طوابق، بمثابة مجمع تجاري يضم مجموعة واسعة ورائدة من العلامات التجارية المعروفة محلياً وإقليمياً وعالمياً. ويوفر المول عدداً كبيراً من المطاعم ومحلات التسوق والترفيه للأسرة بأكملها في مكان واحد وشامل يلبي احتياجات الحياة اليومية. وفي هذا الإطار، علق المهندس سعيد سلطان الظاهري، الرئيس التنفيذي لواحة هيلي مول: "نترقب بحماس

منوعات

العقار

23

وسط المشاكل وازدحام الوقت

تنظيم أكثر... حياة أفضل

تفرض علينا متطلبات الحياة اليومية الخضوع لكم من المعلومات والالتزامات والتوتر. هنا لا بد من أن نتساءل: لماذا لا نبذل جهوداً أقل ليتسع لنا الوقت للعيش بطريقة أفضل وتحقيق الرغبات؟ هذا ما فكر به عمر، أب لستة أولاد، رزح تحت ثقل أعمال كثيرة ولم يعد يجد الوقت لتحقيق أحلام ورغبات لطالما أحب التمتع بها، إلى أن قرر تبسيط حياته ومشاركة خبرته مع الآخرين على مدونته

الإلكترونية التي يتصفحها عدد هائل من المعجبين بأفكاره وبالنصائح التي ...

نواجه كثيراً من المشاكل ويزدحم المحيط من حولنا بعواقب تعترضنا، لكن لا ننسى أننا نرضها غالباً على أنفسنا: (يجب أن أدعو أهلي إلى العشاء غداً)، أو (علي الذهاب للتسوق يوم الجمعة)... لننتبه من خلط الالتزامات الحقيقية بتلك الخاطئة. في ما يلي نصائح حول كيفية التخفيف من ثقل الالتزامات التي لا يمكننا التهرب منها، لنحدث من حولنا جواً أكثر سكيناً. هنا شهادات ونصائح من الخبراء لتستفيدوا منها:

نحن قبل الآخرين

نهتم بحاجات الآخرين أكثر مما نهتم بحاجاتنا الخاصة. فمادامو عكسنا هذا الميل؟ أنا متطوعة في إحدى الجمعيات الخيرية التي تأخذ معظم وقتي، أشعر أحياناً بالحاجة إلى التوقف عن إساءة خدماتي لكنها بحاجة إلي...).

• نصيحة الخبير: يلي الانضمام إلى جمعية خيرية حاجة تقديم مساعدة إلى الآخرين، لكن إذا كان هذا النشاط يمنعك من النظر في حاجاتك وحاجات أطفالك وزوجك وبيتك، فأعدي النظر في أولوياتك، ما الذي يعني أكثر لك؟ ربما حان الوقت لتقبل قدراتك والتخفيف من المسؤوليات. يمكنك إبلاغ الجمعية عن فرارك في وقت مبكر وستواجر بالطبع أشخاص آخرون يرغبون بتولي هذه المهمة.

• اعتدت الاتصال بالوالدي الأحد قرابة الثامنة مساءً. عندما أنشغل وأعجز عن الاتصال بهما أشعر بتوتر...).

• نصيحة الخبير: إنه سلوك شخص يلي حاجات الآخرين قبل حاجاته الخاصة. للحصول على التقدير، يجب نيل الرضا! أسألني نفسك لماذا اعتمدت هذه الطريقة مع والديك وما الفائدة التي تجنيها منها؟ ربما ليتم اعتبارك (ابنة حنونة)، تقدمين ما يكفي من الرعاية لتشعري برضى عن نفسك. لكن هل ستحولين إلى شخص سين إذا توقفت عن اتباع هذه العادة، وينظر من؟

ربما حان الوقت لتتظري إلى نفسك على أنك (كاملة)، بكل قدرتك وضعفك وحاجاتك ونظام قيمك بحيث لا تعتمدين على حكم الآخرين. إذا كان يصعب عليك قول لا، تدربي على الأمر ولا تحظي ردود الفعل التي تنتج منه... واعلمي أن حب الآخرين واحترامهم يبدأ أولاً بحب الذات واحترامها، وإذا لم تتمكني من تغيير هذه العادة، يمكنك استبدالها: اقترحي على والديك الاتصال بهما مرة في الأسبوع، لكن ليس في اليوم نفسه ولا في الساعة نفسها.

• (يصعب على الاعتذار عن تلبية دعوة... رغم أنني أفضل أحياناً البقاء في المنزل والتمتع بالهدوء).

• نصيحة الخبير: الأسئلة التي يمكن أن تطرحها على نفسك: (ما الحاجة التي تدفعني إلى قبول الدعوة؟ لماذا يفيدني إرضاء الآخرين، والقيام بما يتوقعه مني؟ ربما لإرضاء محيطي والتمتع بمزيد من القيمة). إذا كانت هذه الحال، فلا بأس، لكن، إذا كنت تغلبن ذلك خوفاً من قول لا، فيمكن من المؤسف قبول الأمور التي تزجك في الواقع، اعلمي أنه، لمواجهة الصعوبات، من الأفضل التمييز بين ما إذا كانت تأتي من الآخر أو منا، وما إن يتضح ذلك، نستطيع القبول أو الرفض من خلال احترام الحاجات.

– لا تفك إحدى صديقاتي عن إخباري عن مشاكلها، وليس أمامي أي خيار سوى الاستماع إليها).

• نصيحة الخبير: غالباً ما ننجز إلى التأثير بالأشخاص الذين يمانون، لكن من المهم أن نسمح لأنفسنا بالراحة في حين يشعر الآخر بالانزعاج. قد نتوصل أحياناً إلى خلاصة أن هذا الشخص أو ذلك لا يجب لنا سوى المشاكل فنقرر الابتعاد وحتى قطع العلاقة. لكن إذا كنت تحبين هذه الصديقة، صارعها وبدل أن ترفض الاستماع إليها أو الاعتراف بأن كلامها يزعمك، اقترحي عليها الحد من الوقت



المخصص للتكلم عن مشاكلها والانتقال إلى أمور أخرى ومشاركتك أوقاتاً ممتعة.

أهمية الخطأ

نريد أن نكون معصومين عن الخطأ، لكن ماذا لو أعطينا لأنفسنا حق ارتكاب الأخطاء؟

– (أريد ألا تشوب منزلي شائبة، فلا أتوقف عن الترتيب والتنظيف).

• نصيحة الخبير: هل يشعر هذا السلوك بالارتياح ولو لبضعة أيام؟ إذا كانت هذه هي الحال، فاستفيدي منها قدر الإمكان، لكن من الضروري الحد من المتطلبات من وقت إلى آخر والاستفادة من الوقت بطريقة أخرى، أو مساعدة الآخرين. كل ذلك من دون الشعور بالذنب طبعاً.

– (أجد دائماً الأسباب التي تمنعني من النوم في المساء... وفي الغد أصعب عن النهوض).

• نصيحة الخبير: غالباً ما يخفي النشاط الزائد خوفاً من الفراغ ومن نهاية اليوم التي تمثل للبعض نهاية الحياة... على سبيل المثال، عندما تستقبلين الأصدقاء في المنزل، كم تضيين من الوقت معهم من دون النهوض للقيام بالضيافة؟ أنضح باختبار ما يحدث عندما لا تضيين نفسك في مجرى الأحداث، اكتشفي لذة (الحصول) من دون عطاء... – (في العمل، أشعر دائماً بأنني ملزمة بالابتسام والظهور بمزاج مرح، كيف يمكن أن أكون على طبيعتي أكثر؟).

• نصيحة الخبير: يمكن أن يتوافق هذا السلوك مع رسائل ملزمة أو اعتقادات مثل: (كوني كاملة) و (كوني قوية) ليتقبل الآخرون! إذا كنت من هؤلاء الأشخاص، من المثير للاهتمام أن نسألك: لماذا تظنين أنه يمكن أن تفقدي قيمتك بنظر الآخرين إذا عبرت عن مشاعرك بصراحة؟

في كل مرة تبترسين فيها، أسألني نفسك ماذا تخفي هذه الابتسامة وإذا كانت حقيقية أو تعبيراً ظاهرياً ليس إلا... ثم تخلصي من نصف الابتسامات التي لا تعكس ما تشعرين به ولا تحظي بالتأثير على نفسك والآخرين. عندما لا تكونين بمزاج مرح، ما الرسالة التي تعبرين عنها؟ لا مبالاة؟ حزن؟ غضب؟ اعتراض؟ شيئاً فشيئاً، ستتعلمين التعرف أكثر إلى عواطفك وإظهارها بجرأة والتعبير عن نفسك. وستجدين أن الآخرين سيتقبلونك على طبيعتك.

نعم للتعاون

كفى اعتماداً على الذات! لا بأس في طلب المساعدة، إنه مسموح لا بل يوصى به. – (سئمت من التحقق من فروض الأولاد وتنظيم



جلسة أطفالك... كيف تختارينها؟

تجد الأم صعوبة في إيجاد جلسة أطفال مرحة وموثوقة في أن. ما هي المعايير التي يجب احترامها بما أن الخيار يبقى محدوداً وبعيداً عن المثالية؟

عدا التوصيات التقليدية (من الأصدقاء أو أرباب العمل السابقين)، يجب أن تتماشى جلسة الأطفال مع نمط حياة العائلة التي تعمل لديها كي تبرع في الاندماج معها وتتعلم جميع عاداتها. يفضل الأهل عموماً إيجاد صفات (الأمومة) لدى جلسة الطفل كي تنجح في تهدئة المواليد الجدد. كذلك، يجب أن تحب اللعب وأن تكون حذرة في التعامل مع الأولاد الأكبر سناً، ولا ننسى ضرورة أن تتمتع بمعارف وشهادات تربوية كي تساعد الأولاد في فروضهم المنزلية.

بغض النظر عن عمر الطفل، لا بد من البحث في المقام الأول عن شخص عطوف ومبدع ومرح. يجب أن تكون جلسة الأطفال مسؤولة ومنطقية وموثوقة كي تتمكن من تعزيز روابط الطفل بحيطه بشكل آمن وسليم وكي تتجنب زعزعة نفسية الطفل.

بعد اختيار المرية المناسبة، يجب أن يتكيف الأهل تدريجياً مع الوضع الجديد كي يدرك الجميع واجباتهم ومكانتهم في المنزل. لا تكون جلسة الأطفال صديقة ولا موظفة ولا فرداً من الأسرة. يجب أن يفرض الأهل تعليماتهم، بما في ذلك قواعد السلوك والنشاطات المرغوبة ووجبات الطعام وموعد النوم...

مع مرور الوقت، تترخس هذه العادات وتقدم جلسة الأطفال ما لديها من معارف، مثل حب الطفل على ممارسة النشاطات التي لا يحبها كثيراً أو تعليمه ثقافة مختلفة وتشجيعه على إقامة علاقات جديدة. هكذا يغتنى عالم الطفل وتزيد ثقته بنفسه ويترسخ احترامه للآخرين.



النساء مفتاح النجاح

ما هو سر النجاح في اقتصاد اليوم؟ وفقاً لدراسة حديثة أجرتها أبحاث البحوث لبتك (كريدي سويس)، تبين أن السر في القدرات الأنثوية العقلية. بعد مراقبة أداء 2400 شركة في جميع أنحاء العالم من منذ عام 2005، يبين التقرير أن أسهم الشركات التي تشمل مجالها امرأة واحدة على الأقل، تتفوق على الشركات التي تتألف مجالس إدارتها من الذكور بنسبة 26 في المئة. تؤكد هذا الاتجاه في عام 2008، ما دفع الباحثون إلى الإشارة إلى أن هذه الشركات تحقق نجاحاً لأن النساء ربما يتجنبن المخاطر. لم تتمكن من العثور ولو على عضو واحد في مجلس الإدارة يوافق على ذلك. يقول ديب ريمان، الذي يترأس المجلس في كورنينج: (أنا أقل ميلاً للتصرف بتسرع، لكن لا أتردد في المجازفة المضمونة. سمعت أن الرجال البارعين هم المخطئون الأكثر حذراً. المجازفة مختلفة تماماً عن التصرف بتسرع ومن دون تخطيط).



بالتزامن مع يوم المرأة العالمي

ماجد بن محمد يفتتح معرض الفناات الإماراتيات الأول بمتحف المرأة

وأضافت غباش: تعودنا في دولة الإمارات على إظهار محبتنا لوطننا بشتى الطرق الممكنة، واليوم أكدت مجموعة من الفناات من خلال اللغة العالمية المشتركة وهي الفن البصري، مدى عمق العلاقة بين المرأة الإماراتية والموروث يصاحبه نظرة نحو مستقبل مشرق تتبوأ فيه المرأة مكاناً مرموقاً .

وقالت غباش إن الفن هو المقياس الأساسي لتقدم الشعوب وإظهار الخصوصية التي تميزها عن باقي الحضارات في العالم، ونحن نفخر اليوم بافتتاح المعرض الأول لفناات الإماراتيات اللواتي اتخذن من رسوماتهن وسيلة للحفاظ على الهوية الإماراتية والتراث العريق .

من الفناات والمهتمين بالشأن الثقافي والفني، جاء ذلك بالتزامن مع الاحتفالات السنوية ب يوم المرأة العالمي الذي يجسد اعترافاً بجهود وإنجازات المرأة بوصفها شريكا في التقدم الذي أحرزته البشرية على جميع الأصعدة، إذ سلط المعرض الضوء على الأعمال الفنية للمواهب الإماراتية، ليكسب بالنظر كما تجول سموه في متحف المرأة، واستمع إلى شرح مفصل من قبل الدكتورة ربيعة غباش، مؤسس متحف المرأة حول الأعمال والمقتنيات الموجودة فيه، إذ تم إنشاء المتحف بشكل أساسي لتقديم للأجيال

افتتح سمو الشيخ ماجد بن محمد بن راشد آل مكتوم، رئيس هيئة دبي للثقافة والفنون، يوم الثلاثاء معرض الفناات الإماراتيات الأول، في جاليري بيت البنات بمتحف المرأة في دبي، والذي حمل عنوان نساء في حياتهن بحضور مروان بن بيات، المدير العام للمكتب الخاص لسمو الشيخ ماجد بن محمد بن راشد آل مكتوم، وسعيد النابودة، مدير عام هيئة دبي للثقافة والفنون بالإناية، والدكتور صلاح القاسم، مستشار هيئة دبي للثقافة والفنون، وعدد

•• دبي-الفجر:

اللجنة المنظمة لسباق الأندية للثقافة والفنون ترفع قيمة جوائزها 15 في المائة

قررت اللجنة المنظمة العليا لسباق الأندية للثقافة والفنون رفع قيمة جوائز السباق بنسبة 15 في المائة في جميع المجالات عن العام الماضي لتشمل التران الكريم والمعلومات الثقافية والأفلام التصويرية والتصوير الفوتوغرافي وكتابة القصة وكتابة الشعر والرسم التشكيلي والتمثيل المسرحي.

وأكد أعضاء اللجنة خلال الاجتماع الذي عقد بنادي الشارقة الرياضية الثقافي مساء امس الاول على أهمية ما تحققة فعاليات السباق من حراك في الأندية ولما له من مردود هام في تنشئة جيل رياضي موهوب وتمتيز في شتى المجالات وفي اكتشاف مواهبهم ومهارتهم وتنميتها، كما أكدوا ان السباق يهدف الى ترجمة رؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة في أن تكون الأندية رافدا جديدا من روافد النشاط الابداعي والتكامل بين الرياضة والثقافة.

وتناول الاجتماع عددا من النقاط الرئيسية لتفعيل تواصل الأندية والمراكز الشبابية مع السباق وتلبية متطلباته والالتزام بالمواعيد المحددة لفعاليات السباق حيث تقرر اعتبار يوم 20 مارس الجاري آخر موعد لاستلام أسماء المترشحين من قبل الأندية والمراكز في مختلف مجالات السباق على ان يتبع ذلك استلام الاعمال وتحكيمها.

وأشادت اللجنة بحرص كافة الأندية على المشاركة وما أبدته من تجاوب لافت في المنافسة فيما ارتفع أعداد مراكز الشباب المشاركة إلى 8 مراكز.

وجرى خلال الاجتماع توزيع الأدوار والمهام بين الأعضاء متابعة مجريات السباق والتوجيه بترشيح أسماء لجان التحكيم.

حضر الاجتماع أعضاء اللجنة المنظمة العليا الشيخ عبدالرحمن المعلا ومصبح بالععيد الكتبي وعبدالعزيز النومان ومحمد حمدان بن جرش ومحمد علي ماجد وعبدالرحمن بني ياس وعبدالله سبيعان وياسر الدوخى والمهندس حسن التفاق والدكتور محمد عبدالعظيم وجاسر المحاشي.

على هامش مشاركته في أسبوع المرور الخليجي:

مركز أبوظبي الثقافي ينظم معرضا فنيا ومعرضا لإصدارات الثقافة



عدد من إصدارات الوزارة على الحضور، وإقامة معرض فني ضم عددا من اللوحات التشكيلية والصور الفوتوغرافية لفناني الإمارات، حيث أثنى مسؤولو مديرية المرور والدوريات بالقيادة العامة لشرطة أبوظبي ومؤسسة التنمية الأسرية وطلاب وطالبات مدرسة الطيبانية الخاصة بأبوظبي المشاركون في الحفل على إسهامات مركز أبوظبي الثقافي أسبوع المرور الخليجي الـ 29 سواء من خلال المعرض التشكيلي أو الإصدارات الثقافية. كما يشارك المركز الثقافي بأبوظبي في المسابقات المرورية الأخرى التي تنظمها مديرية المرور والدوريات خلال أسبوع المرور الخليجي لـ 29، وهي مسابقة أفضل عائلة مروريا، أفضل عامل مروريا، ومسابقة أفضل مؤسسة مروريا .

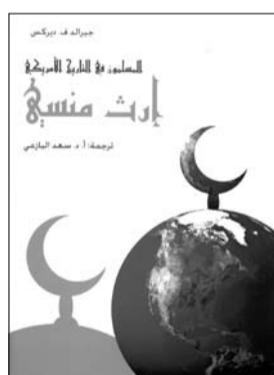
•• أبوظبي-الفجر:

في إطار حرص وزارة الثقافة والشباب وتنمية المجتمع على تفعيل دورها في تنمية المجتمع، والتعاون مع كافة مؤسساته المحلية والاتحادية، شارك مركز وزارة الثقافة والشباب وتنمية المجتمع في أبوظبي في حفل تدهين المسابقة المرورية بعنوان أفضل مدرسة مرورية والتي تنظمها إدارة المرور والدوريات بالقيادة العامة لشرطة أبوظبي على هامش أسبوع المرور الخليجي الـ 29 بالتعاون مع مؤسسة التنمية الأسرية بهدف توعية جميع أفراد المجتمع بأهمية التنقيف المروري والمحافظة على أمن وسلامة الطرق.

وجاءت مشاركة المركز في الاحتفال من خلال توزيع

مشروع كلمة للترجمة يشارك

في معرض الرياض الدولي للكتاب



خزائن الشعر السنسكريتي الذي قام بجمعه وتحريره أ. ن. د . هاسكار ونقله إلى العربية الشاعر والمترجم عبدوهاب أبو زيد من السعودية، ويقدم الكتاب لتقارير مختارات شعرية من الشعر المكتوب أو المنظوم أساسا باللغة السنسكريتية القديمة ضمن مدى زمني يمتد لأكثر من ثلاثة آلاف عام، وترجمته إلى الإنجليزية حوالى 40 مترجما من بينهم شاعران حائزان على جائزة نوبل للأدب هما الشاعر الإيرلندي وليام بتلر بيتس والشاعر المكسيكي أكتافيو باز . كما يعرض مشروع كلمة في جناحه رواية قديمي اليسرى لكروستي براون وهي سيرة ذاتية للكاتب الإيرلندي كروستي براون قام بنقلها العربية المترجم خالد الغنماني من السعودية طبعته ونشرت عندما كان في الرابعة والعشرين من عمره.. وكان قد كتبها قبل ذلك التاريخ بسنوات مما يدل على عبقرية مبكرة وهذه الرواية هي عمل براون الأول إضافة الى كتاب موجز تاريخ الجنون لروي بورتر الذي يعرض الكيفية التي قاربت بها الثقافة الغربية الجنون وعالجته.



خاص والأمريكيتين بشكل عام. ويعود من خلال فصوله العشرة إلى بدايات الإسهام الإسلامي في استكشاف الأمريكيتين فيرج ذلك إلى ما قبل كولومبس. . كما يعرض المشروع كتاب الراميانة.. ملحمة معربة شعرا لوديع البستاني التي تنتمي إلى الموروث الهندي المقدس وتحوي للمحمة الكثير من الأحداث الخارقة والمعارك الحربية التي تخوضها الشخصيات دفاعا عن الفضيلة.. وكان من الطبيعي أن تتحور الأحداث حول رامسا بوصفه بطلا قوميا يحمل سماتالبطال المحمي المدافع عن الحق والخير والتمتع بقوة خارقة تفوق قدرة الناس العاديين. ومن بين الكتب التي يشارك بها المشروع كتاب

يشارك مشروع كلمة للترجمة التابع لهيئة أبوظبي للسياحة والثقافة في فعاليات معرض الرياض الدولي للكتاب الذي تنظمه وزارة الثقافة والإعلام في المملكة العربية السعودية ويختتم فعالياته غدا الجمعة . ويحرص مشروع كلمة على المشاركة في معارض الكتب العربية والدولية لما تمثله من أهمية كبيرة في صناعة وتوزيع الكتاب والتواصل مع جمهور القراء والتعرف على تطوراتهم واهتمامهم في مجالات المطالعة والقراءة بالإضافة إلى المساهمة في مساندة صناعة الكتاب العربي وترويجها. ويشترك المشروع الحائز على جائزة خادم الحرمين الشريفين الملك عبدالله بن عبدالعزيز العالمية للترجمة في دورتها الخامسة في مجال جهود المؤسسات والهيئات.. في المعرض بمجموعة من إصداراته التي تشتمل على عناوين تمت ترجمتها عن أكثر من 13 لغة لأوليفين يحظون بشهرة عالمية منها كتاب المسلمون في التاريخ الأمريكي لجيرالد ديركس حيث يقدم هذا الكتاب صورة شاملة ومتوازنة لتاريخ المسلمين في الولايات المتحدة بشكل

سفير الدولة لدى هولندا يشهد أمسية لشاعر إماراتي



والاقتصادية والثقافية وأصبحت خلال فترة وجيزة جدا أيقونة في سماء التميز المحلي والإقليمي والدولي.

شهد سعادة عبدالله حمدان الثقبني سفير الدولة لدى المملكة الهولندية الأمسية التي أحيهاها الشاعر الإماراتي خالد الطنحاني في مدينة لاهاي ضمن فعاليات الدورة الثالثة ل مهرجان المرأة العربية السينمائي . نظم المهرجان البيت العربي للفنون بمناسبة الاحتفالات ب يوم المرأة العالمي بحضور عدد من السفراء والفناين والمثقفين العرب والهولنديين والأوروبيين. وقال سفير الدولة إن مشاركة الشاعر الطنحاني الأدبية في هولندا تندرج في سياق التبادل الثقافي بين البلدين الصديقين والتي تتبع الفرصة للثقافة وفناني وأدباء البلدين لفتح آفاق واسعة للحوار والتواصل من أجل المساهمة في إقامة وتنشيط أنشطة ثقافية وفنية مشتركة، وألقى الطنحاني

اختيار 300 شاعر من 22 دولة لمقابلة لجنة تحكيم أمير الشعراء ابتداء من 21 مارس الجاري



وعصره الذهبي في العصر العباسي إذ ساهمت في إعادته إلى دائرة الضوء ووضعها في مساحة التكريم الذي يستحقه. كما حظيت المسابقة باهتمام النقاد والمتخصصين بمتابعة الحراك الثقافي والأدبي في العالم العربي وحازت اهتماما واسعا في وسائل الإعلام المحلية والعربية والدولية. يذكر أن الأمانة العامة للمجلس التنفيذي لإمارة أبوظبي أصدرت مؤخرا قرارا بتشكيل لجنة إدارة المهرجانات

وصل عدد الشعراء الذين تم اختيارهم لمقابلة لجنة تحكيم مسابقة أمير الشعراء في أبوظبي.. 300 شاعر يمثلون 22 دولة خلال أيام 21 و 22 و 23 من شهر مارس الجاري. وأنهت اللجنة المنظمة مسابقة أمير الشعراء التي تشرف عليها لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية في إمارة أبوظبي.. اجتماعاتها الخاصة بعمليات الفرز والتقييم وفقا للمعايير التي سبق الإعلان عنها .. وللقصائد الشعرية التي تلقفتها أكاديمية الشعر من قبل آلاف المشاركين من 30 دولة عربية وأجنبية بهدف الترشح للموسم الخامس من المسابقة التي تعنى بإبداعات شعر العربية الفصحى. وعقدت اللجنة أعمالها برئاسة سلطان العميمي مدير أكاديمية الشعر وحضور عيسى سيف المزروعى مدير المشاريع في لجنة إدارة المهرجانات والبرامج وأعضاء لجنة التحكيم والدكتور علي بن تميم والدكتور عبدالملك مرتاض والدكتورصلاح فضل إضافة لعضوي للجنة المنظمة الدكتور غسان الحسن والدكتور محمد ولد عبيد. وأوضح العميمي أنه تم اختيار 300 شاعر

منوعات

الفيلم

27

بتكلفة ٢٠ مليون جنية أسترليني

اختيار الإمارات لتصوير الفيلم العالي روميو وجوليت

•• محمد المزروعى: التمويل بالإمارات له مؤشرات مضمونة على العائد والتسويق

•• أكرم صبري: نساهم في دعم ثقافة صناعة السينما والمسرح

•• جوليان شنري: الفيلم سوف يجسد رؤية مختلفة لقمة روميو وجوليت



بعيدا عن أجواء المهرجانات وأكد المنتج أكرم صبري أن صناعة وثقافة الإنتاج بالامارات ونجاحنا فيها وقمنا بأختيار ودراسة وتطوير العديد من المشروعات السينمائية وهذا أمر مكلف لنا وندرس ونقتع شركات التمويل لأننا أضخم وأهم عروض السينما والمسرح بالامارات ونأمل من البنوك بالامارات أن تساهم أيضا بالتعرف على صناعة تلك الافلام فلا مخاطرة تذكر بالعكس إذا كان المنتج قوي والانتاج سخي فالعائد مضمون بنسبة 300 في المئة وتحظى صناعة الافلام العالمية والعربية في الطريق الى الامارات باهتمام ولا يوجد سرا في ذلك فوامل النجاح مضمونه وأتوقع قريبا ظهور افلاما امارتية عن طريق الانتاج المشترك وأنا سوف أشارك بخبرتي الطويلة وعلاقتي العالمية وأن صناعة السينما والمسرح تجذب المنتجين الجادين لتواجد المناخ الملائم والاستقرار الأمني والنفسى والدعم الوجدى لتصوير الافلام العربية والمسلسلات وهناك تجارب فعلية ونجاح كبير لعمال كثيرا تمت قبل أزمة مصر وسوريا الحالية وتثبيت الانتاج بالامارات حاليا يسير بشكل اقوي وفعال وتدفق الاستثمارين والمنتجين على الامارات ومنحهم مميزات عديدة ولعدم فرض ضرائب شجع الكثيرون على التعرف على سوق الانتاج وصناعة السينما . و المطلوب إقامة رابطة للمستثمرين في مجال السينما والمسرح والاهتمام بصناعة المسرح كان له الفضل في أن يفتح أبواب السينما على مصرعيها و مطلوب خلق بورصة الافلام التي تعمل في مجال الانتاج و مطلوب أن نرى المنتج الموزع الاماراتي بشكل مباشر وبقوة ونفترض طرح سندات من خلال البنوك لدي الامارات لدعم ثقافة إنتاج الافلام لكبرى الشركات العالمية ولتشجيع الاستثمار بالامارات خاصتا بابوظبي دبي ولابد من ربط السوق السينمائي العالمي دون خوف والاستثمار في السينما مثل الاستثمار في العقارات نجاحات وصفقات مضمونه .



الطاقات وتدوق النجاح بخطوات منذ سنوات ونساهم في دعم ثقافة صناعة السينما والمسرح ولدينا أعمال جاهزة للتنفيذ والتعاون مع منتجين من مصر أيضا كثيرة . واضاف أن محمد سعيد المزروعى مواطن وفنان إماراتي ، عاش لتراب الوطن الجميل المثقفين المحظوظين يعرفونه متذوق لروح الفن تعلم الايتماسة من أهل عشيرته والصبر من عقيدته والحلم من أصالته والعمل من عادته ، وأستقطب سكاى منذ سنوات باقات من الاعمال الفنية الرائعة على مسارح أبوظبي.

العيار الكوميدي

وقال المزروعى أن المسرح أصعب من السينما ولكننا عازمون في صناعة الانتاج ولدينا أعمال كثيرة وهي فرصة حقا للمنتجين للمساهمة معنا وشركات التمويل التي تبحث عن فرص المشاركة ولا يوجد أي مخاطر وتلك الاعمال أنتاجها وتصويرها بالامارات مؤشرات ودلائل مضمونة في العائد والتسويق لأننا أثبتنا ذلك بالفعل وأخذنا على عاتقنا دعم المسرح بأستمرار وينجاح وعزيمة وأصرار ونجحنا في رسالتنا وقدما كل أعمالنا بنجاح وفخر ، وقدما عروض مسرحية عالمية متنوعة من المسرح البريطاني والفرنسي والعالمي من العيار الكوميدي الاجتماعي الراقي والانتاج الضخم المتميز أسعد الاف البشر وعرضا تلك المسرحيات بنجاح كبير ساحق وانتاج سخي وكان منها مؤخرا مسرحية سنو وايت والاقزام السبعة وسندريلا والحذاء الذهبي و روميو وجوليت ومسرحية بنوكيو وعلاء الدين والمصباح السحري والاميرة النائمة وعلي بابا والاربعين حرامي وغيرها و تم عرض تلك الاعمال العالمية على المسرح الوطني بأبوظبي ومن ثم يتم تجهيز مسرحية بيتربان ثم زورو ويليها مسرحية هامليت والعرض العالمي الشهير شريك و تويز أستوري في تلك الاعمال أهلت والتمت الامارات بصفة عامة سكاى بصفة خاصة سمعة طيبة

•• ابوظبي-رمضان عطلا:

بعد النجاح المتوالي في أوروبا لعرض مسرحية روميو وجوليت من روائع شكسبير والتي عرضت في العام الماضي بأبوظبي ودبي وقطر والبحرين أيضا قرر المنتج الشهير جوليان شنري وبيبرجكفيسست تصوير هذا العمل مع نجوم عالميين بانتاج ضخم بالامارات وبالتفاق مع سكاى لتنظيم الفعاليات والانتاج والتي قدمت هذا العمل بنجاح كبير وانتاج محترم عند عرضه بالامارات وحضرة جمهور كبير ووصل الى أبوظبي وقد من S4K ENTERTAINMENT UK وأعضاء مجلس أدارتها والمنتج الشهير البريطاني جوليان شنري وبيبرجكفيسست الذي زار مواقع تصوير وأجتمعت مع قطاع الانتاج بـ 2454 أبوظبي ومع هيئة أبوظبي للاعلام وأدارة سكاى لتنظيم الفعاليات وقد قام المنتج أكرم صبري بعقد سلسلة اجتماعات مكثفة مع الوفود قدموا المشروع متكامل للجهات المختصة ، وقاموا بأختيار سكاى لتنظيم الفعاليات بأبوظبي كمنتج منفذ للفيلم والذي سوف يصل تكلفته الى أكثر من 20 مليون جنية أسترليني ويصور في عشرة مواقع بأبوظبي ودبي وجميعها تصوير داخلي.

صناعة الافلام العالمية

واعرب المنتج أكرم صبري مدير عام سكاى لتنظيم الفعاليات عن سعادته وتمنياته الطيبة لسمو الشيخ (نهيان بن مبارك) وزير الثقافة والشباب وتنمية المجتمع بالتوفيق في منصبه الجديد ، واسعي لترتيب اوراق في اول مقابلة مع سموه لعرض مقترحات المنتجين وتحضير ملفات قوية لدعم المسرح وخطط للنهوض بفكرة تطوير الانتاج المشترك ، ودعم وخلق وتأهيل منتج وموزع اماراتي . وايضا سعيد بتكليف كمنتج منفذ لفيلم روميو وجوليت و أننا قدما ابداعات ، وعملت بكل

من شركة فيرست كات للانتاج وهي شركة انتاج مصرية عروضا اخرى وتم أختيار مجموعة من الافلام المصرية لتصويرها بأبوظبي هذا وقد تم مؤخرا افتتاح مكتب رسمي لشركة فيرست كات للانتاج في هيئة أبوظبي للأعلام وعن الافلام المصرية والتي سوف يبداء أنتاجها فيلم بأسم سارة سيناريو محمد عبد العزيز والمخرج أحمد عوض وميزانية الفيلم تقارب 3 ملايين دولار لتصويره في ابوظبي وايضا ندرس فيلم آخر بنفس التكلفة تقريبا باسم الهند أم العجائب تاليف وأخراج أمير رمسيس وشرح لبطولة الفيلم عدد كبير من الفنانين منهم عمرو محمود عبد العزيز وحسن حسني ويسرا اللوزي وحسين الامام ومسلسل تلفزيوني باسم أنا والسفاح هوانك من سيناريو وحوار حمدي يوسف وأخراج أشرف سالم و فيلم صحرا من تاليف وأخراج دياب وقال أنه ومن الواضح أن هناك أنجاهات عالمية وعربية لتصوير افلامها بالامارات ونحن نسوق لهم من خلال علاقتنا الطيبة ودعوت عدد كبير من المنتجين لمشاهدة ما نتجته عالميا هنا بأبوظبي في مجال المسرح وكنت حريص علي ذلك الامر كخبر مثال على أرض الواقع وللتعرف على سوق المسرح والسينما

جديد وقد قدم هذا العمل الجميل والمحفور بالقلوب والاذهان من قبل بأفكار رومنسية درامية وأنتاج سينمائي رائع ومسرحي مختلف وبعدد كبير من اللغات والابعاد الفكرية الرومنسية وفيلم روميو وجوليت ينظر له المبدعون بزوايا لانهاية لها ورشنا النجم الامريكي العالمي جون ترافولتا كأب لروميو ويمثل دور روميو المطرب العالمي الشهير هاري أستيلس ويمثل دور جوليت ليلي كولنس أبنة الممثل العالمي فيل كولنس و يشارك النجم الكوميدي العالمي الاسطوري جاك بلاك في هذا العمل ويشارك بالفيلم أيضا نجمة هوليوود أميلدا أستونتون مع المطربة النجمة الشهيرة كيلي منجوي والفيلم من أخراج عالمي لأستيفين وولفنديين مخرج رائعة هاري بوتر ويشترك المنتج المنفذ أكرم صبري مدير عام سكاى لتنظيم الفعاليات بأبوظبي وهذا العمل من أنتاج جوليان شنري وبيبرجكفيسست وأيضا من تاليف جوليان شنري ومات جيملت . افلام مصرية وعربية في الطريق للنور من أبوظبي أيضا وعلى صعيد اخر تلقى المنتج أكرم صبري مدير عام سكاى لتنظيم الفعاليات شركة بأبوظبي

وعالمية وخبرة واحتكاك مع نجوم عالميون في مجال المسرح العالمي والسينما وخاصة في توفير إحتياجات الاضاءة والصوت وتصنيع الديكور والاكسسوارات والملابس والتعامل مع الفنانين والشانين لذا رشحت سكاى عالميا لتنظيم الفعاليات للمرة الثانية بعد أختيارها كمنتج منفذ لفيلم أرييان نايتس والذي سوف يصور في نهاية العام أيضا .

العمل الجميل

وقال منتج الفيلم جوليان شنري أن رومانسية الامارات وخاصتا الشواطئ الهنيئة تصورا وايحاء خاص عند كتابتي للنص ومعالجته كفيلم روائي رومانسي وأندماجي لنفس العرض ولساتي الخاصة عندما قدمت روميو وجوليت كعمل مسرح عالمي مع خبرتي الطويلة أختلفت مع نفسي كثيرا لأن المسرح والسينما فرعين متكافئين للفن الروائي والمرئي وفي كل مره أرى العمل بمنظومة أخرى ، ولذلك قمنا بترشيح وأختيار أفضل نجوم العالم للمشاركة في هذا الفيلم الذي سوف يجسد رؤية مختلفة لقصة روميو وجوليت تماما ولكن بضون وبعد آخر

من توقيع توم هوبر

ثورة (البؤساء) في السينما البريطانية



السجن حرب بعدها وقام بتغيير شخصيته وتبنى طفلة صغيرة ابنة لآحدى العاملات (أن هاناواي) وعاش حياة صعبة قاسية ولكنه تعلم دائما ان يفعل الخير حتى عندما جاءته فرصة للانتقام من جافيرير أطلق سراحه . كتب سيناريو الفيلم الثنائي وليم نيكسون وكلود شونبرج وحرصا ان يكون الحوار غنائيا بسيطا من البداية حتى النهاية وأعطوا الثورة الفرنسية حقها في الأحداث خاصة ان الشاب موريس الذي أحب ابنة فالجان كان قد ترك قصر جده الثري من أجل الانضمام للثوار واستطاع الفيلم ان يجعل الجمهور يبكي على الطفل (جافروش) الذي مات بطلق ناري في أحداث الثورة الفرنسية . فيلم يصلح للمشاهدة . لان نبض الثورة يظل متأججا في كل وقت وزمان .

الهائل للمسرحيات الموسيقية المأخوذة عن رواية (البؤساء) وبعضها استمر عرضه عشرات السنوات على مسارح باريس ولندن ونيويورك وكما ذكرنا فان الثورة الفرنسية كانت موجودة بقوة في رواية فكتور هوغو ولم لا وقد دفع المؤلف من حياته 15 عاما في المنفى من أجل تأييده للثورة. تحكي الرواية باختصار عن صراع الخير والشر بين الانسان البسيط الطيب جان فالجان وقام بدوره هوجاكمان ومرشح عنه للأوسكار هذا العام وبين الضابط جافيرير (رسل كرو) الذي يريد تطبيق القانون بتعنت دون افساح الفرصة للمجرم لكي يتوب وجان فالجان ليس بمجرم فقد دخل السجن عندما سرق رغيفا ليطعم ابنة أخته الجائعة ويسبب محاولاته الهرب قضى 19 عاما في

لا حديث بين عشاق السينما والمسرح هذه الايام الا عن احدى أهم التجارب السينمائية التي قدمتها السينما البريطانية معتمدة على رواية (البؤساء) وايضا ذات النص في العرض المسرحي الذي تمت معالجته سينمائيا . وحينما يأتي أحدث الافلام البريطانية التي تعتمد على رواية للأديب الفرنسي الكبير فكتور هوغو وهي (البؤساء) ولديها من الشهرة ما يكفيها. تقع أحداثها في باريس عام 1815 ويتذكر هوغو توابع الثورة الفرنسية العظيمة وكيف كان يقيم أهالي باريس المتارين في الشوارع من أجل تحقيق مطالبهم في الحرية والمساواة والاخاء.



الفكر

قلة النوم يؤدي الى الاكتئاب

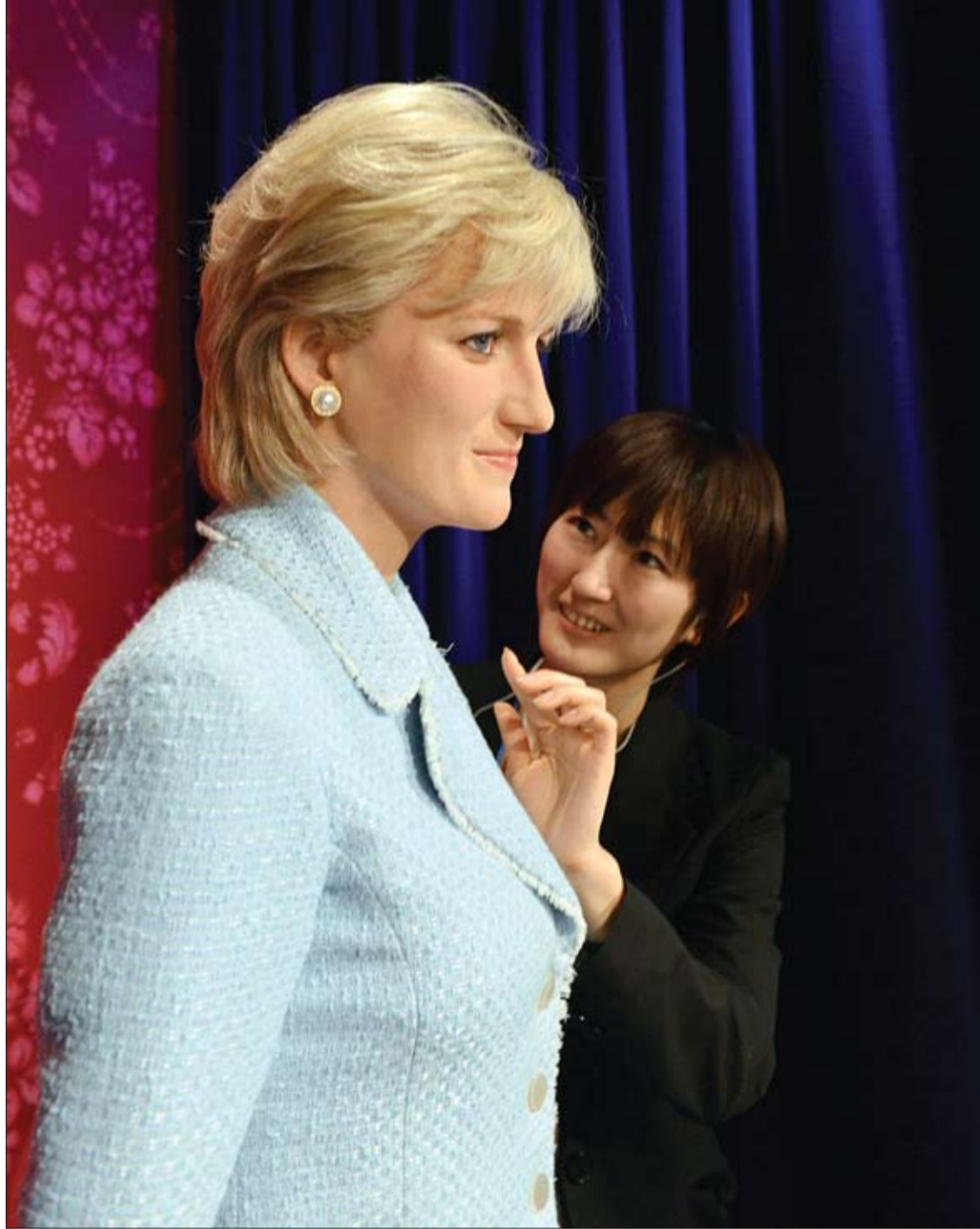
كشفت مجلة ويب ميد الأميركية الطبية إلى وجود علاقة بين بعض الأعمال والمهن، وبين الإصابة بالأرق والاكتئاب بسبب عدم النوم بالقدر الكافي. ووصفت المجلة بعض الوظائف التي من بينها مراقب الحركة الملاحية الجوية، إذ أنه يبقى في حالة تأهب طوال الليل، و مسؤولو شبكات الإنترنت، والمدراء، بالإضافة إلى العمل في المحطات التلفزيونية، والمشايخ، خاصة في قسم الإسعاف، وأيضا العمل في المصانع. وأوضحت المجلة أن هذه المهن تسبب اضطرابات في النوم، واضطرابات تؤدي تدريجيا إلى التوتر والإصابة بالاكتئاب والقلق، نظرا لما تحمله قلة النوم من آثار سلبية على الجسم والعقل على حد سواء. كما سلطت المجلة في بحثها أيضا الضوء على اختلاف الساعة البيولوجية بين البشر حسب كل موظف ومهنته، وعلاقة ذلك بالجدول الزمني لساعات النوم والاستيقاظ.

اكتشاف اسباب اصابة كبار السن بمرض السكري

كشف العلماء في ألمانيا عن بروتين قالوا إنه مسئول عن إصابة كبار السن بمرض السكري. وصرح البروفيسور جيور شيت من مستشفى ايرلانجن الجامعي بألمانيا الأربعة إن الالتهابات التي تصيب جسم الإنسان تزداد مع تزايد وزنه وإن هذه الالتهابات تتسبب في إفراز المزيد من بروتين إرنك 1 مما يؤثر على دور الانسولين في الجسم. وهذا هو أحد أعراض الإصابة بالسكري عند تقدم السن، وهو السكري من النوع الثاني الذي تظهر أعراضه ببطء شديد لايلاحظها المريض في بداية حدوثها. ووصف المركز الألماني لأبحاث السكري أن المعلومات التي توصل إليها العلماء بأنها مهمة مشيرة في الوقت ذاته إلى أن هناك مجموعة أخرى من العوامل المسببة للإصابة بالسكري من النوع الثاني إلى جانب بروتين إرنك.

الابتعاد قدر الامكان عن الفاكهة قد تسبب السمنة

أكد دراسة علمية اجراها خبراء التغذية بجامعة ييل الأمريكية الابتعاد قدر الإمكان عن الأطعمة والمشروبات الغنية بسكر الفاكهة الفركتوز كالمشروبات الغازية، التمور، العسل والزبيب حيث أن هذا السكر لا يشعر الخ بالامتلاء وقد يسبب السمنة. وجاءت نتائج هذه الدراسة المنشورة على شبكة الإنترنت بعد قيام فريق من العلماء باختبارات تدفق الدم إلى الخ بعد استهلاك مشروب يحتوي على الفركتوز باستخدام تصوير الرنين المغناطيسي، الذي أظهر أن الخ لا يسجل الشعور بالامتلاء كما يفعل عند استهلاكه مادة الجلوكوز الموجودة في سكر المائدة. وأوضح علماء جامعة ييل الأمريكية أن الفركتوز يلعب دورا في الإصابة بالسمنة، مشيرين إلى أنهم يقومون حاليا بإجراء بحوث لمعرفة ما إذا كانت أجسام البدناء تتفاعل مع مادتي الفركتوز والجلوكوز كالأشخاص الطبيعيين أم لا، حيث أن معظم الأشخاص لا يعلمون أن كل أنواع السكر تحتوي على نفس السعرات الحرارية، ولكنها تختلف في مكوناتها وطريقة امتصاص الجسم لها، فسكر المائدة وهو السكروز يحتوي على مادتي الفركتوز والجلوكوز بالتساوي.



امراة يابانية تنظر إلى تمثال من الشمع للأميرة البريطانية الراحلة ديانا في متحف مدام توسو بطوكيو ويعيد فتح المتحف غدا 15 مارس. (أ ف ب)

قرأت لك

النمس



النمس يشبه ابن عرس في صفاته شبيها كبيرا لأن الحيوانين ينتميان إلى مجموعه واحدة هي اللوالم (اكالات اللحوم) والنمس يستوطن افريقيا وغربي اسيا، في الهند ينال النمس احتراماً كبيراً وتقدير لأنه يقتل الثعابين بل انه يستطيع ان يقتك بملكة الكوبرا وهي من اخطر الحيات السامة في العالم، وليس عند النمس مناعه ضد سم الثعابين وغاية ما في الأمر انه يحرص على الا يتمكن الثعبان من عضه وله من خفة الحركة ما يكفل له الزوغان حين يوجه الثعبان عضته القاتلة، والنمس يعتبر من اعظم حيوانات العالم نشاطا وحركة، كذلك هو يقهر الجرزان والقران وكثير من الحيوانات الصغيرة.

سؤال وجواب

• من صاحب البيان والتبيين؟

هو ابو عثمان عمرو بن بحر الجاحظ وهو من ائمة الادب العباسي بل العربي ولد وتوفي بالبصرة، اطلع على جميع العلوم والحرفة في عصره، كان ناقد البصيرة - متزن العقل - دقيق التعليق - حر الفكر، فجاه كتبه تلقن العلم والادب ومن اشهر مؤلفاته البيان والتبيين والبخلاء.

• ما هو اشهر السجون الفرنسية ومتى سقط؟

اشهر سجون فرنسا هو سجن الباستيل وقد سقط في الرابع عشر من يوليو عام 1880 وهذا اليوم يعتبر عيدا قوميا في فرنسا.

• من هو مخترع الليزر؟

مخترع الليزر هو الدكتور نثودوره مايمان

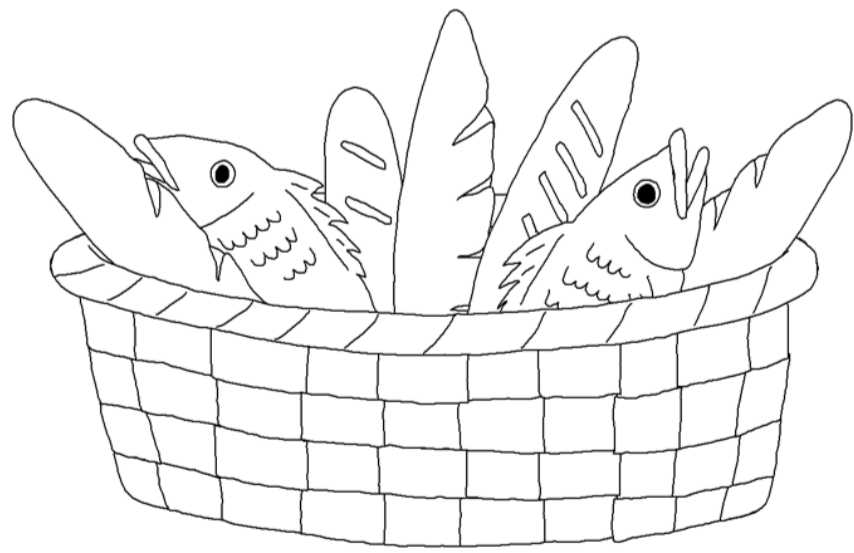
هل تعلم؟

- أن مسامير الحديد لا تصلح في تثبيت خشب البلوط وذلك بسبب المادة الكيماوية الموجودة في الخشب والتي تتسبب في صدأ المسامير.
- أن كلمة (لماذا) في الإنجليزية ليست فقط أداة استفهام بل هي اسم لنوع من أنواع البقر.
- أن الحيوان المسمى بالكلسان وهو حيوان يقيم في أشجار الغابات، يختبئ في غطاء نخين من النباتات حتى لا يظهر منه سوى رأسه.
- أن سور الصين العظيم هو واحد من الأشياء القليلة التي صنعها الإنسان والتي يمكن رؤيتها من على سطح القمر.
- أنه بإمكانك رؤية النجوم وأنت في النهار، انظر إلى قاع بئر في وضخ النهار وسوف ترى النجوم المتألثة.
- هل تعلم أن أول معركة بحرية إسلامية هي (ذات الصواري) التي وقعت في البحر المتوسط بين المسلمين والبيزنطيين في عهد عثمان بن عفان سنة 34هـ وانتصر فيها المسلمون.
- هل تعلم أن أول مركبة تصل إلى سطح القمر هي المركبة الروسية (لونا 2) وكان ذلك في سبتمبر 1959م.
- هل تعلم أن أول من صعد إلى الفضاء الخارجي هو (يوري جاجارين) الروسي على متن المركبة (افوستيك).
- هل تعلم أن التمساح الأمريكي والتمساح الإفريقي وفرس البحر تقضي فترات نومها في الوقت الذي تطفوا فيه على الماء خصوصا عندما يكون الماء دافئا وهي تحب أن تستند رؤوسها إلى ظهور زملائها.

قصة الأرنب الصغير

خرج الأرنب الصغير من جحره صباحا وهو يبتسم ويقفز في شقاوه فقال لأمه امي لا اريد الافطار فأنا سأخرج للبحث عن افطار شهى حول البيت فقالت الأم أنت صغير واخاف عليك ،فقال: لن اذهب بعيدا اعدك . وذهب الارنب يقفز هنا وهناك يبحث عن طعام لكنه وجد فراشه جميله تطير فأخذ يقفز خلفها حتى اضع طريقه لكنه لم يعلق بل قال لنفسه ابحث عن الطعام والماما تبحث عني ولكن لم يستطع تنفيذ ما قاله فقد احس بمن يتبعه فنظر فوجد ذئب يبحث عن افطار شهى فخاف وجرى قبل ان يكون هو نفسه هذا الافطار ،واخذ الذئب يجري ورائه ولم ينفذ الارنب الصغير غير الحشاشن الكثيفة الطويلة التي خبأته وبعد ان ذهب الذئب جاء الضبع يشم على فريسه فخاف الارنب وجرى فوجد امامه الثعلب ويسرعه قال الارنب انقذني من الضبع ارجوك وسأكون صديقا لك ... فرح الثعلب بهذه الهدية وبهذا الارنب المنجون الذي يريد ان يكون صديقه وجرى خلف الضبع يخيفه حتى طرده من المكان ولما عاد إلى الارنب وجد يقفز مسرعا هربا منه فأخذ يناديه تعال ايها الارنب لنبقى اصدقاء فصرخ الارنب وقال امي قالت لي لا تصاحب الاكبر سنا واسنانا واخشى الارنب مسرعا مستكملا قفزاته السريعة حتى وجد امامه جدول الماء ومن هناك عرف مكان جحره فاسرع إلى امه وقال امي اسرعي اريد افطارا شهيا من يدك فقالت له لماذا لم تفطر في الغابه ،فقال لم اجد شيء أكله ولكن كان كل من قابلتي يريد ان يأكلني.

مساحة للتلوين



ميمي فالد



محمد أمين علي



منى فالد



عمرو فالد

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

متفوق في دراسته. ومتعاون مع زملائه. يهوى الرسم والتلوين. ويتمنى ان تصبح مديرة مدرسة في المستقبل. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.