

جائزة خليفة الدولية لنخيل
التمر تسجل مشاركة فاعلة في
مهرجان ليوا التاسع 2013

The Heat ...
يكسر قاعدة
الأفلام البوليسية



شاي (علاق) للكلاب

قد تبدو الفكرة ممعنة في الجنون، ولكنها تشكل بالنسبة لمبتكريها استثماراً حقيقياً يتمثل في مجموعة من أكياس الشاي شاي علاق بخلطات تناسب مختلف أذواق الكلاب ويبلغ ثمن الكيس 35 سنتاً أي عشرة أضعاف ثمن كيس الشاي من أجود الأصناف، ويتكون من خليط من الأعشاب والفيتامينات والمعادن التي تساعد الكلاب على التمتع بحياة سعيدة وصحية. والشاي من نبات أفكار البريطاني ستيفن بينيتو وخبير الشاي توني كينش، وتلافحت خبرات هذا الثنائي لتسفر عن إنشاء شركة تعمل حالياً على بيع الشاي في المتاجر وتم إطلاق الخليط الذي لا يحتوي على شاي حقيقي خلال معرض كرفنس للكلاب، ومن ثم تم تسجيل مئات طلبات الشراء على موقع الشركة الإلكتروني. ويقول بينيتو 47 عاماً: أعجب الناس بفكرة أن يجلسوا لتناول الشاي بينما تستمتع كلابهم معهم بتناول شاي خاص بها أيضاً لقد بعنا حتى الآن كامل إنتاجنا ونعمل حالياً إنتاج المزيد من الأكياس. وأكثر من ذلك، أبدت بضع مقاه وفنادق صديقة للكلاب رغبتها في تقديم إنتاجنا بجانب الشاي العادي. وكان بينيتو وكينش قد عملا مع الطبيب البيطري ريتشارد البورت الذي أجرى أبحاثاً حول الفوائد الطبية لبعض الأعشاب وخرج خمس خلطات من شاي الكلاب، تتكون من الشبث والهندباء البرية والجينسنغ والطحالب. ويعد الشاي بنفع الكيس في ماء ساخن لمدة أربع دقائق ثم إضافة ماء بارد حتى لا يحرق المشروب لسان الكلب.

غلاف المريخ لم يتغير منذ 4 مليارات سنة

أشارت دراستان نشرتتا في المجلة العلمية، إلى أن التركيب الكيميائي للغلاف الجوي التابع لكوكب المريخ لم يتغير كثيراً، خلال الأربعة مليارات سنة الماضية، إذ لا تزال نسبة كثافته أقل مقارنة بالغلاف الجوي التابع لكوكب الأرض، فضلاً عن أن العناصر المتواجدة فيه ليست صديقة للكائنات الحية. وقال مدير مكتب الأدوات العلمية لكوكب المريخ في وكالة الفضاء الأميركية ناسا كريستيان ويست، إن مركبة كيوريوسيتي لم تكتشف غاز الميثان على الكوكب الأحمر، والذي يصدر عادة عن الكائنات الحية لدى هضمها للمواد الغذائية، ما يؤكد عدم وجود الحياة.

يفضل تناول التين مع الإفطار

تعتبر فاكهة التين من الفواكه الغنية بالكربوهيدرات، حيث تبلغ نسبتته 73%، ونسبة البروتينات 3%، أما المواد الدهنية فتبلغ 2%، ويحتوي على مواد مطهرة ومواد هلامية وأملاح الكالسيوم والفسفور والحديد وفيتامين أ و ب و ج، بحسب ما نشرته صحيفة الرياض السعودية. ويفضل تناول التين في شهر رمضان لما له من فوائد عديدة كغذاء ودواء، وقد أثبت الباحثون أن التين يحتوي على مادة تدخل في تجلط الدم، وإيقاف النزيف، حيث إنه يحتوي على نسبة عالية من فيتامين ك، ويعتبر التين صيدلية قائمة بذاتها فهو غني بالسكريات والأملاح والفيتامينات. ويعطى التين للرياضيين كمقو، وهو في نفس الوقت غني بالأنزيمات الهاضمة، وغني بالمواد الهلامية ومفيد جداً في حالات الإمساك المزمن، ولعلاج الإمساك المزمن تنفع ثمار التين الجاف في الماء مساء، ويمكن تناولها في الصباح على الريق، ويمكن نقعها في كوب من اللبن الحليب في الليلة، ويشرب الخليط على الريق لتلين الأمعاء. ويمكن في شهر رمضان تناول منقوع التين الجاف المنقوع في اللبن مع إضافة الزبيب والمكسرات والتمر إليه، وبالتالي يعتبر غذاء عالي القيمة لتغذية الأطفال والشباب والشيوخ والنساء والرياضيين، ويمكن تناوله في وجبة الإفطار، وبذلك يفيد جداً في حالات الضعف العام وفي حالات الصدر. جدير بالذكر أن أوراق التين تقيد في علاج السعال واضطراب الحيض وإدرار الطمث، ويستعمل كغرغرة وغسول للفم والتهاب اللثة والقم.



إدمان الوجبات السريعة يسبب الخرف في الشيخوخة

شددت دراسة طبية حديثة على أن إدمان الوجبات السريعة يضاعف من فرص الإصابة بخرف الشيخوخة، وليس البداية فقط. وأوضحت الأبحاث التي أجريت بجامعة لندن أن الوجبات السريعة المحملة بالدهون المشبعة والأملاح لا تؤدي فقط إلى الإصابة بالبدانة، بل أيضاً إلى تسميم خلايا المخ والروابط العصبية، بالإضافة إلى مضاعفة فرص تراكم الصفائح الأميلويد التي تزيد من فرص الإصابة بالزهايمر. يأتي ذلك في الوقت الذي شددت فيه الأبحاث الطبية إلى أن النظام الغذائي غير المتوازن المليء بالدهون المشبعة يسهم في الإصابة بضغط الدم المرتفع والكوليسترول السيء في الدم، مما يعيق التدفق الطبيعي والسليم للدم إلى خلايا المخ، وبالتالي زيادة مخاطر الإصابة بخرف الشيخوخة. يذكر أن هناك أكثر من 800 ألف بريطاني يعانون من أشكال مختلفة من خرف الشيخوخة والزهايمر. والوجبات السريعة هي الطريقة السريعة للأمراض أيضاً فهي عالية الدهون المشبعة عالية السكريات المكررة منخفضة الألياف والقيمة الغذائية مرتفعة السعرات الحرارية وقد تم ربط الوجبات السريعة وكثرة تناولها بكثير من الأمراض وأهمها: مرض السكري عند الكبار فالمرحلة تبدأ عندما يبدأ الجسم في مقاومة الانسولين وينتهي بفضل البنكرياس في أداء عمله هذا بالإضافة إلى أن الدهون المشبعة تؤدي إلى ضيق الشرايين ومن ثم إلى جلطات القلب والدماغ.

متى يتوقف الرجل عن احترامك؟



هل تظلت منك بين وقت وآخر شتيمة غير لطيفة؟ تتحدثين بشكل بذيء مع صديقتك عبر الهاتف؟ إذا فعلت ذلك أمام شريك حياتك فإنه قد لا يتخذ أي قرار بشكل واضح وعلني، لكنه قد يحتفظ بذلك لنفسه. وإذا لم يكن هذا الشريك من (الدرجة الرابعة) كما يقال، فإنه لن يوافق حتماً على طريقة كلامك البذيئة هذه. في الواقع كل الرجال يطمحون إلى أن تكون شريكة حياتهم على مستوى رفيع من الذوق كي يفتخروا بها أمام الآخرين، وتالياً لا يتجنبوا رفقتها في المناسبات الاجتماعية.

هل تتمتعين بانضام من الثقة بالنفس؟ وتكونين قادرة بالتالي على (سحق) زميلتك أو الموظفين الذين يعملون تحت أمرتك في العمل أو جيرارك أو زوارك... يجب أن تحذري أيضاً من تصرفات كهذه. فإذا تصرفت بشكل سيئ تجاه أي من هؤلاء بحضور زوجك أو خطيبك، سيثير ذلك الرعب في نفسه.. (هل هكذا يتم التصرف مع الناس؟ وماذا لو قررت بعد فترة التصرف معي بالطريقة نفسها؟) هذه أفكار ستولد في رأسه فوراً. ستفقدين كثيراً من النقاط لديه إذا لم تتمكني من استعراض منزلتك الرفيعة بين الناس بطريقة أخرى غير العمل على إذلال الآخرين.

ارفضي الإذلال

حذار! فإن التطرف العاكس سيئ أيضاً. فإذا كنت. من النساء اللواتي يقبلن الإذلال، سيثير ذلك لديه مشاعر سلبية أيضاً. ان عبارات مثل (لن أكون جميلة أبداً)، (لم أتمكن من تحقيق أي شيء في الحياة)، أو (أنت الرجل الوحيد الذي عبّر عن اهتمامه بي)، لن تجعل منك (امرأة خارقة) بنظره. بالطبع قد تشعرين بليل من الخوف من احتمال فقدانه إذا اكتشف لوحده نقاط ضعف معينة لم تلتفتي نظره إليها في السابق، لكن دعي الأمر له، فبعض النواقص الصغيرة لا تعني أنه سيختلى عنك، لذلك التركي الأمور لعنانها وراقبي بسرور اهتمامه المتزايد بك.

لا تكذبي

هل خدعتك بعد بضعة أشهر فقط من سلوككما درب الحياة المشتركة؟ ولم تكن الخدمة صغيرة بل تصرفاً مثيراً للاشمئزاز تمكن هو من كشفه في وقت لاحق؟

حريم السلطان يتسبب في طلاق يمنية

احتدم خلاف بين زوجين يمنيين في صنعاء انتهى بالطلاق بسبب هويام زوجة السلطان سليمان في المسلسل التركي الشهير حريم السلطان، الذي تبته إحدى القنوات الفضائية. وبحسب صحيفة الراي الكويتية فإن الزوجة إيمان م- 22 عاماً غضبت من مشاهدة زوجها عصام أ- 26 عاماً، مسلسل حريم السلطان التركي ليلاً وتغزله في زوجة السلطان هويام، حيث أعجبه كيف تقوم بإعداد نفسها لزوجها السلطان، قائلاً باللهجة اليمنية هذين الحريم وإلا بلاش... يُعدن أنفسهن للزوج بأجمل الملابس ويكفن إغراء.. مثل حقنا نشحت منهن شحت.. ثم تغزل في جسمها، فما كان من الزوجة سوى تخييره بين طلاقها أو عدم مشاهدة المسلسل التركي، فزاد ذلك من تعنت الزوج وتأكيد عدم تركه مشاهدة المسلسل ما قاد ذلك إلى توسع الخلاف بينهما وتخلله صفع الزوج لزوجته واللقاء يمين الطلاق عليها بعدما نعمته بأنه ليس رجلاً.

نصائح بتجنب النوم بعد تناول الكبسة

تعتبر الكبسة الوجبة الأكثر شعبية في دول الخليج، خاصة في السعودية وهي الأكثر حضوراً على الموائد الرمضانية وتتكون الكبسة من الأرز واللحم والبهارات، وتحتوي ما يعادل 500 سعرة حرارية. وتحدد طريقة تحضير الكبسة قيمتها الغذائية، لذلك يشدد اختصاصيو التغذية على تجنب استخدام الزيوت والسمن في تحضيرها واستخدام اللحوم الخالية من الدهون، كما من الأفضل اعتماد الدجاج أو السمك في تحضير الكبسة. ولتجنب الشعور بالحرق من الفضل لتقليل البهارات ووجبة متكاملة يفضل تناول الخضراوات مع طبق الكبسة وينصح الصائم بعدم الإفراط في تناولها. وفي حين يرافق أكل الكبسة الشعور بالكسل والخمول يشدد الاختصاصيون على تجنب النوم بعد تناولها.

معلم يضرب طالبة ويفقدها الوعي

كشف فيديو صادم على موقع لايف ليك، عن قيام معلم سنيي بحر طفلة من ياقة ملابسها على الأرض ويضربها في الحائط بشدة، لتسقط الطفلة عندها فاقدة الوعي. وقالت صحيفة الديلي ميل البريطانية، إن الفيديو الذي أُعيد بثه على موقع التواصل الاجتماعي يو تيوب وغيره، تم تسجيله بواسطة كاميرات الدائرة التلفزيونية بأحدى المدارس في الصين، ولم يحدد الفيديو أين ومتى وقع الحادث، ويظهر الفيديو معلماً غاضباً يقوم بضرب طفل، وأثناء ذلك وضعت طفلة رأسها على منضدة أمامها، لتبثفت المعلم فجأة ناحيتها وجرحها من ياقة ملابسها بشدة على الأرض، ثم يخرج بها إلى خارج الفصل الدراسي، ويدفعها بشدة إلى الجدار، لتقف لثوانٍ وهي تهتز، ثم تسقط على الأرض فاقدة الوعي وقالت الصحيفة إنها لا تدري ماذا حدث للطفلة والمعلم.

وجبة ملوثة تقتل 23 تلميذاً

قال مسؤول محلي يشرف على التحقيق الذي تجريه الشرطة في وفاة تلاميذ بالهندن لرويتز الاحد ان تقريرا أوليا للطلب الشرعي أكد أن وجبة الغداء المدرسية المجانية التي أودت بحياة 23 تلميذاً الاسبوع الماضي في ولاية بيهار بشرق البلاد كانت ملوثة بمبيد مركز للآفات ليس متاحاً على نطاق واسع. وظهرت أعراض التسمم على الأطفال بعد دقائق من تناولهم وجبة من الأرز والبطاطا (البطاطس) بالكاري في مدرستهم التي تتكون من فصل واحد وثلثاء من الثلاثاء حيث بدأوا في التقيؤ والتألم من تقلصات معوية شديدة. وأثار الحادث احتجاجات في بيهار. وقدمت الوجبة في إطار برنامج هندي يغطي 120 مليون طفل ويهدف إلى معالجة سوء التغذية والتشجيع على الذهاب إلى المدارس. وكان قد ورد بالفعل بشأنه شكوى تتعلق بسلامة الطعام. وقال رايندرا كومار المسؤول الكبير بالشرطة للصحفيين ان التقرير يظهر ان الوجبة أعدت بزيت طهي يحتوي على مادة المونوكروتوفوس احد مركبات الفوسفور العضوية وتستخدم كمبيد للآفات.

إقبال محبي النخلة ومنتجي التمور للمشاركة ضمن فئات الجائزة جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر تسجل مشاركة فاعلة في مهرجان ليوا التاسع 2013

•• العين - الفجر:

استقطبت جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر اهتمام محبي النخلة ومنتجي التمور المشاركين ضمن مهرجان ليوا التاسع للربط 2013 من خلال الإقبال الكبير على اقتناء استمارة الترشيح والسؤال عن معايير الترشيح وشروط المشاركة ضمن مختلف فئات الجائزة، وتأتي مشاركة الجائزة في المهرجان ضمن إطار نشر الوعي وتشجيع المزارعين المواطنين وخلق روح النخلة التنافسية بين المزارعين والمنتجين حول أية مشاركة في جميع فئات الجائزة الخمس.

وأشار سعادة الدكتور عبد الوهاب زايد أمين عام الجائزة بمناسبة مشاركة الجائزة بمهرجان ليوا التاسع للربط 18-25 يوليو 2013 إلى الرعاية السامية التي تحظى بها الجائزة والشجرة المباركة من صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله والفرق أول سمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة وسمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة.

مؤكداً أن هناك تطور نوعي ضمن فعاليات المهرجان بما يخدم تنمية قطاع نخيل التمر على مستوى الدولة من خلال تطوير أدوات التعامل مع الأخوة المزارعين والمنتجين وتوسيع إطار المشاركة ضمن فئات المسابقة الرسمية للمهرجان.

وأضاف بأن جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر وتبجيجات معالي الشيخ نهيان مبارك آل نهيان وزير الثقافة والشباب وتنمية المجتمع رئيس مجلس أمناء الجائزة تولي أهمية كبرى على تشجيع الأخوة المواطنين المزارعين للمشاركة في أعمال الجائزة بمختلف الفئات وتقدم لهم كافة التسهيلات والإمكانات الفنية للتقدم للمنافسة في الجائزة



بدورها السادسة. وأوضح الأمين العام بأن جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر تأسست برعاية كريمة من صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله بالمرسوم الاتحادي رقم 15-2007 بتاريخ 20 مارس 2007 بغية تعزيز إجراء أبحاث ودراسات حول نخيل التمر وانتشارها في العالم وتقدير من قدموا إسهامات جليلة في هذا المجال من أفراد أو مؤسسات وهذه الجائزة مستقلة

ومحايدة تمنح سنوياً للعلماء والمنتجين البارزين والشخصيات المؤثرة والمؤسسات التي أسهمت في مجال الأبحاث والتنمية الخاصة بنخيل التمر. وللجائزة خمس فئات هي فئة البحوث والدراسات المتميزة، وفئة المنتجين المتميزين، وفئة أفضل مشروع تنموي، وفئة أفضل تقنية متميزة، وفئة الشخصية المتميزة في مجال زراعة النخيل وإنتاج التمور.



بتكلفة 119 مليون درهم

تحسين وتطوير الحركة المرورية بمنطقة المدارس الخاصة بالعين

•• العين - الفجر:

باشرت بلدية مدينة العين بالأعمال التحضيرية اللازمة لمشروع تحسين وتطوير الحركة المرورية عند منطقة المدارس الخاصة، وتهدف أعمال المشروع الذي تقدر تكلفته بنحو 119 مليون درهم إلى تخفيف حدة الاختناقات المرورية وزيادة الطاقة الاستيعابية للطرق في المنطقة، من خلال أعمال تطوير الدورات وتحويلها إلى تقاطعات ضوئية، وتوسعة الطرق الداخلية في منطقة المدارس، وذلك ضمن سلسلة المشاريع الاستراتيجية التي تنبأها البلدية، ومن المتوقع الانتهاء من أعمال المشروع في الربع الثالث من العام 2014.

وقال صالح العرياني مدير مشروع تحسين الحركة المرورية، إن المشروع التطويري لمنطقة المدارس الخاصة سيتم العمل به على أربعة مراحل، تتعلق المرحلة الأولى منه بإنشاء طريق خاص بالحافلات خلف المدارس الخاصة، وذلك لتخفيف الازدحام على المواقف المخصصة للسيارات الخاصة، وتشمل المرحلة الثانية تحويل دوار مدرسة عمورية ودوار خالد إلى تقاطعات إشارات ضوئية، وتتضمن المرحلة الثالثة من المشروع توسعة الطرق الداخلية في منطقة المدارس واستحداث عدد من الدورات وذلك لربط شبكة الطرق لتسهيل انسيابية الحركة المرورية، وكذلك لتنظيم الحركة المرورية على دوار الديوان بتركيب إشارات ضوئية أما بخصوص المرحلة الرابعة فإنها تشمل تحويل دوار المرور ودوار مدرسة الشويفات إلى تقاطعات إشارات ضوئية، وذلك لتنظيم الحركة المرورية، بالإضافة إلى إنشاء مواقف إضافية وإعادة تنظيم الحركة المرورية في منطقة المواقف بما يتيح زيادة في عدد المواقف بواقع 880 موقف في المشروع وتنظيم حركة دخول وخروج السيارات الخاصة إلى منطقة المدارس.

وأضاف العرياني أن البلدية تسعى إلى اختصار فترة العمل عند التقاطعات الرئيسية، لذلك تم التنسيق مع فرع هندسة المرور وسلامة الطرق في العين، لدراسة التحويلات المرورية اللازمة لهذه الأعمال، ووضع أفضل المقترحات التي تتناسب مع حجم الحركة المرورية في هذه المنطقة، وجدولة أعمال المشروع بشكل يتناسب مع فترة أجازة المدارس. كما قامت بالتواصل مع الدوائر والجهات الخدمية المعنية الأخرى ليتم تحويل الخدمات المتعارضة مع أعمال الطرق قبل وضع التحويلات المرورية، مما سيسهم بدوره في تلاشي أي اثر سلبي لهذه الأعمال على حركة المرور.

وتؤكد بلدية مدينة العين على أهمية التعاون القائم بينها وبين فرع هندسة المرور في العين ما يسهل معه كثيراً في تلاشي التأثيرات السلبية التي قد تترتب على إغلاق بعض الطرق والشوارع الرئيسية للأعمال التي تستدعي تحويل حركة المرور إلى اتجاهات أخرى فرعية تأميناً لحركة السير ومنعاً للاضطراب الحركة وحدوث اختناقات.

الصناعات التراثية والعرفية في الاتحاد النسائي تشارك في بطولة القوات المسلحة والأسبعية الرمضانية لحكومة أبوظبي

تشارك إدارة الصناعات التراثية والحرفية في الاتحاد النسائي العام في فعاليات البطولة الرياضية المفتوحة الـ 17 التي ينظمها نادي ضباط القوات المسلحة في مقره في أبوظبي تحت رعاية سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة وتقام خلال الفترة من 10 حتى 31 من يوليو الجاري، وتشارك الإدارة في فعاليات البطولة بإقامة بيت الشعر الذي تضمن عرضاً حياً للحرف اليدوية من قبل حاميات التراث كالتلي وسف الخوص حيث تعتبر صناعة التلي من الحرف النسائية المنتشرة في الدولة وتستخدم في تزيين الملابس النسائية أما الخوص فيؤخذ من سف النخيل بعد قطعه ووضع في الشمس إلى أن يتحول لونه إلى الأبيض وأحياناً يتم صبغه بألوان من الطبيعة ويصنع منه الحصر والسرود المنجية كما تضمنت المشاركة عرضاً حياً لإعداد المأكولات الشعبية الإماراتية اللذيذة كالتقيمت والحخير وغيرها. من جهة أخرى شاركت الإدارة في فعاليات الأسبعية الرمضانية التي نظمتها الأمانة العامة للمجلس التنفيذي لإمارة أبوظبي موظفي الدوائر والجهات التابعة لحكومة أبوظبي يوم الأربعاء الماضي بإقامة بيت الشعر والجلسة التراثية ومشاركة حاميات التراث بإعداد المأكولات الإماراتية الشعبية. وشهد الأسبعية سمو الشيخ هزاع بن زايد آل نهيان مستشار الأمن الوطني نائب رئيس المجلس التنفيذي بجانب ثلاثة آلاف موظف وموظفة وأقيمت تحت شعار برزتكم عندنا. وتعتبر هذه الأسبعية من المبادرات السنوية التي أطلقتها الأمانة العامة للمجلس التنفيذي العام الماضي انسجاماً مع التوجهات الحكومية الرامية إلى الاهتمام بالجانب الاجتماعي للموظفين لتعزيز الترابط والتعاون بين موظفي الحكومة وقطاعاتها المختلفة. وقالت سعادة نوره خليفة السويدي مديرة الاتحاد النسائي العام في تصريح لها بهذه المناسبة أن مشاركة إدارة الصناعات التراثية والحرفية في الاتحاد النسائي العام في معظم الفعاليات والأنشطة المجتمعية تأتي في إطار توجيهات سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك رئيسة الاتحاد النسائي العام الرئيسة الأعلى مؤسسة التنمية الأسرية رئيسة المجلس الأعلى للأموال والطبقة على دعم التراث المحلي الأصيل للدولة وحرص سموها على المحافظة عليه وإحيائه باعتزازاً بالماضي العريق والتراث الغني والجميل لدولة الإمارات العربية المتحدة.



أحمد آل سودين يقيم إفطاراً رمضانياً ويكرم المتفوقين بمجلسه في العين

•• العين - الفجر:

أقام سعادة أحمد آل سودين رئيس المنظمة العربية الإفريقية للاستثمار التجاري والعقاري إفطاراً رمضانياً في مجلسه بمنطقة الطوية بالعين حضره عدد كبير من الشخصيات والمدعوين وأبناء القبائل، وبالمناسبة كرم أحمد آل سودين الملازم عبدالله جمعة مراد بن عبود لتخرجه بتفوق في جامعة مؤتة الأردنية العسكرية، وحصوله على المركز الأول بين مرشحي الدول الشقيقة، كما كرم الطالب عبدالله محمود عبدالله آل بركت الشقيقة، كما كرم في الثانوية العامة (القسم العلمي)، والدكتور عبدالله محمد شاعر البلوشي، والعالم الإماراتي الصغير أديب سليمان البلوشي إلى جانب تكريم عدد من المتفوقين والخريجين في مجالات علمية وثقافية.

منوعات

العقل

23



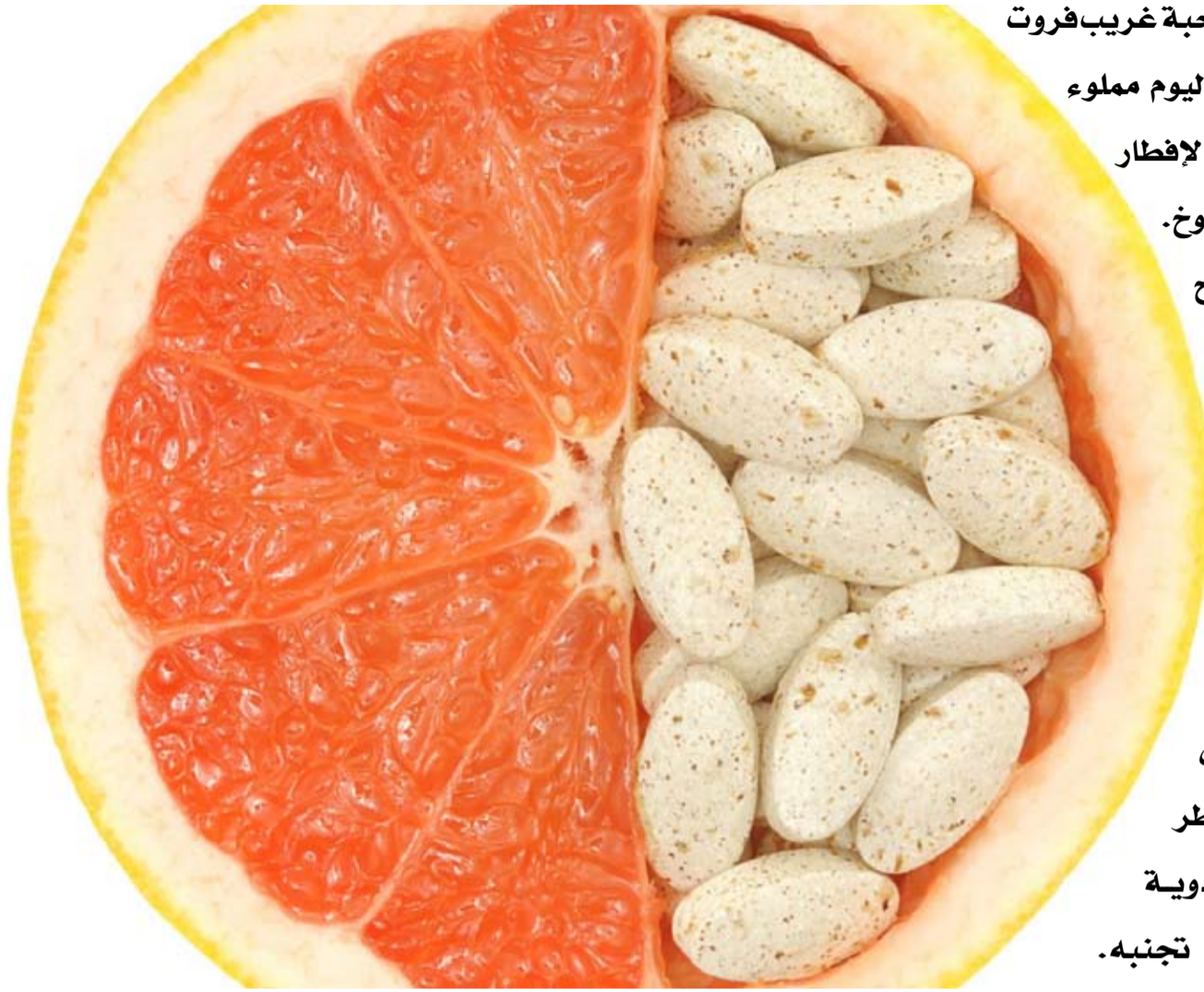
(الهاية)

تزيد خطر التهابات الأذن

حذر باحثون من المركز الطبي التابع لجامعة أوترخت الهولندية من أن استخدام الطفل (الهاية) المستعملة بغرض إسكاته، قد يرفع خطر إصابته بالتهابات الأذن الحادة بشكل متكرر. وشملت عينة الدراسة التي نشرت دورية (طب العائلة) 495 طفلاً تقل أعمارهم عن أربعة أعوام، تم تتبع حالتهم الصحية لمدة خمس سنوات، تم بعدها تقييم العلاقة ما بين استعمال (المصاص) أو الهاية مع الإصابة بالتهاب الأذن خلال فترة الدراسة، وأظهرت النتائج أن 16% من الحالات التي أصيبت بالتهابات الأذن الحادة بشكل متكرر هي مجموعة الأطفال الذين يستخدمون الهاية. وقال الباحثون إن استعمال الهاية قد يعد من عوامل الخطر لإصابة الطفل بالتهابات الأنف والأذن والحنجرة بشكل متكرر. لذا، ينصح بالحرص على تعقيمها قبل وضعها في فم الطفل، والتوقف عن استعمالها في سن مبكرة، خصوصاً بعد تشخيص إصابة الطفل بالتهاب منذ المرة الأولى.

قبل تناوله مع الدواء يجب استشارة الطبيب

(الغريب فروت) مع بعض الأدوية.. خطر



بدء اليوم بإفطار يتكون من نصف حبة غريب فروت

كان يعني بداية جيدة وصحية ليوم مملوء

بالنشاط، وقد يعني عن تناول الإفطار

المكون من الحبوب أو الإفطار المطبوخ.

ولكن هذا (الغذاء العجيب) أصبح

يمثل خطراً كبيراً يهدد صحتك،

فقد حذر الباحثون من تناول

هذه الفاكهة مع بعض الأدوية،

لأن ذلك يؤدي إلى مضاعفات

كثيرة تتراوح بين نزيف بالمعدة

ومشاكل في الكلى واضطرابات

في ضربات القلب، ويقول

الأطباء إن عدم الاكتراث بخطر

مزج هذه الفاكهة مع بعض الأدوية

يؤدي إلى خطر جسيم ينبغي تجنبه.

هل لأنواع أخرى من الفواكه هذا التأثير؟ حتى الآن فإن الخطر يأتي من الغريب فروت ولكن المرببات (المارميلاد) المصنوعة من البرتقال لها نفس التأثير على الأدوية لاحتوائها على المكونات ذاتها وقد عانى أحد المرضى - في دراسة الدكتور بيبي - من مشاكل الكلتيين عند تناوله دواء Tacolimus من أجل إخماد مناعته بعد عملية زرع أحد الأعضاء، حيث تناول كيلوغراماً ونصفاً من المارميلاد خلال فترة أسبوع وكان هذا كافياً لجعل الدواء أكثر تأثيراً مما يجب.

وقد أثبتت دراسة أجراها د. بيبي أن عصير التفاح والبرتقال يمكن أن يقلل من تأثير أدوية أمراض السرطان أو ضغط الدم المرتفع كما أن تناول تلك العصائر قبل ساعتين من أخذها ينظم مستويات الـ Befa أو المضادات الحيوية وأدوية الحرارة المرتفعة ويجعل تأثيرها ضعيفاً جداً فاشكك في Naringin (مواد كيميائية موجودة في الحمضيات) التي تحول دون وصول الأدوية من الأمعاء الدقيقة إلى مجرى الدم وهنا عكس ما يحدث مع الغريب فروت.

ماذا على المريض عمله؟

يقول الدكتور غراهام أوكاد الناطق باسم (الجامعة الملكية للممارسين العاميين) إنه من الضروري تجاهل الناس هذه المعلومات، خاصة الذين يتناولون هذه الأدوية مع الغريب فروت حتى وإن لم تظهر عليهم تلك الأعراض حالياً فإنها من الممكن أن تظهر مستقبلاً). فغالبية هذه الأدوية التي تصرف بأمر الطبيب الذي يجب عليه توحيته بخطورة تناول الغريب فروت ولكن في أحيان كثيرة يتجاهل المرضى المعلومات التي يزودون بها أو ينسى أحياناً الطبيب أن يشير إليها، لذا فمن الضروري قراءة النشرة الرفقة بكل دواء.

يوصف بعد الإصابة بالتهابات القلبية أو الجلطات أو angina لا يؤثر بقوة مع تلك الفاكهة، وإنما يمنعها من العمل كلية. كما أن قائمة الأدوية الخطرة، التي تضم antipsy chotic والأدوية المضادة للاكتئاب والشيروفرين والكلبي وسرطان الدم وأدوية إسالة الدم والمسكنات تؤخذ عن طريق الفم.

تأثير مزجه مع الأدوية

إن تأثير الأدوية مع تلك الفاكهة يتراوح بشدة بين دواء وآخر، ويمكن أن يكون التأثير على البعض مميتاً، حيث إن الجرعة الزائدة من أدوية السرطان والمضادات الحيوية وأدوية الأمراض النفسية يؤدي إلى اضطراب في ضربات القلب وحتى الموت المفاجئ. ففي تسعينات القرن الماضي توفي مريض أميركي بسبب اضطراب ضربات القلب بعد تناوله دواء مضاد للحساسية مرتين يومياً مع شربه لعصير الغريب فروت لثلاث مرات أسبوعياً، وقد ربط الأطباء بين مزج الدواء بالعصير.

كما أن جرعة كبيرة من الأدوية المضادة للسرطان يمكن أن تقلل من نشاط نخاع العظم الذي يقوم بصناعة الكريات التي تحارب الالتهابات، مما يجعل الجسم أقل مناعة وعرضة للإصابة بالأمراض. كما أن مخاطر الإصابة بنزيف معوي قد ينتج عن أدوية مضادة للتخثر مثل Rivaooxaban و Opixaban. وقد ينتج عن جرعة كبيرة من Statins آلام شديدة وانهايار لقدرة العضلات الامر الذي يسبب تسرب البروتين إلى مجرى الدم مما يؤثر بقوة على قدرة الكلتيين. ومن الأعراض الصعبة للإلام الشديدة في العضلات التقبؤ والورم والإسهال مما يجعل كبار السن من المرضى غير قادرين على تحمل مثل هذه الأعراض ويتعرضون لوضع صحي صعب جداً.

يكون مستوى الدواء في الدم ثلاثة أضعاف أولئك المرضى الذين يتناولونه مع الماء، لذا فإن المرضى الذين يتناولون (الغريب فروت) لفترات طويلة مع مواد أدوية، فإنهم قطعاً يتعرضون لمخاطر أكثر وأثبتت الأبحاث أن الأشخاص الذين يتناولون دواء خفض الكوليسترول simvastatin مع 200 مل من عصير الغريب فروت لمدة 3 أيام تزداد نسبة تركيز الدواء في الدم إلى 3 أضعاف. وأكد الدكتور ديفيد بيبي، الباحث في معهد روس للأبحاث الصحية في لندن في تقرير نشر له أن تناول قرص واحد مع عصير الغريب فروت يعادل أخذ 5-10 أقراص من الدواء مع الماء، لذا فالمرضى يكون قد تسبب من دون قصد من زيادة السموم بجسمه فقط، لأنه مزج بين الدواء وتلك الفاكهة.

أدوية تؤثر سلباً

الأدوية التي تتأثر بتناول عصير الغريب فروت عديدة، وتتراوح بين مسكنات الألم والمهدئات إلى أدوية أمراض السرطان وضغط الدم المنخفض ومنها Simvastatin - Statins Lovastatin. atorvastatin والتي يتناولها الملايين من البريطانيين لتخفيض نسبة الكوليسترول. كما أن المضادات الحيوية هي الأخرى تكون أكثر تأثيراً عند تناولها مع عصير الغريب فروت، والتي تستعمل في معالجة الجلد والتهاب البول خاصة إضافة إلى استعمالها في معالجة أمراض أخرى. والجدير بالإشارة إلى أن تلك الأدوية ليست ساحة، ولكن تناول جرعة أكبر من المحدد لها قد تحدث أضراراً منها اضطرابات في المعدة، حيث إن زيادة جرعة Erythromycin في الدم يترتب عليها اضطراب عمل يفيد الأدوية للصاحبة. إن دواء إسالة الدم Clopidogel، الذي

مما يثير الدهشة أن كوباً واحداً من عصير الغريب فروت يضاعف من قوة بعض أدوية السرطان وأمراض القلب ومضادات الألم والكوليسترول إلى ثلاثة أضعاف.. فمنذ أكثر من عشرين سنة اكتشفت الأبحاث أن هذه الفاكهة تجعل تأثير بعض الأدوية قوياً جداً، وازدادت قائمة الأدوية التي يؤثر فيها تناول الغريب فروت، ففي خلال السنوات الأربع الماضية ازداد عدد الأدوية التي تتأثر بتلك الفاكهة من 17 إلى 43.

ومن المفترض أن يفصح الأطباء لمرضاهم عن الآثار الجانبية والمخاطر التي تنجم عن تناول هذه الأدوية من مواد غذائية معينة، بالرغم من أن بعض التحذيرات توجد في النشرات المصاحبة لتلك الأدوية، خاصة أن التأثير الجانبي لتناول (الغريب فروت) مع بعض تلك الأدوية يمكن أن يكون مخيفاً.

كيف يحدث هذا؟

إن الخطر يكمن في المواد الكيميائية الموجودة في النيئات والمسماة Furanocoumarins، والتي تنتجها كمادة فاعية. إن التركيز في (الغريب فروت) ليس خطيراً، ولكنه يتفاعل مع الانزيمات التي تفرزها الأمعاء الدقيقة بصورة طبيعية، والتي تسمى Cytochrome 3A-p-450. وهذه الانزيمات تكمن في بطانة الأمعاء، التي تؤثر على امتصاص بعض الأدوية وكميتها التي تسرب إلى الدم، مما يعني أن الشركات المنتجة لتلك الأدوية عليها أن تزيد من كمية الجرعة لبعض الأقراص من أجل التعويض كما أن كمية قليلة من (الغريب فروت) تؤثر سلباً حتى إن أخذت قبل ساعات من تناول الدواء فإن تأثير مزج الدواء مع (الغريب فروت) يكون مفاجئاً ومخيفاً، حيث أثبتت الأبحاث أن مرضى ضغط الدم المرتفع

الوجبة الواحدة تزودك بأكثر من نصف ما يحتاجه جسمك من السعرات

الأكل في المطاعم.. أرقام صحية مرعبة



الدهن المشبعة تقلق المسؤولين عن الشؤون الصحية لأن هذه النوعية من الدهون يجب خفض استهلاكها إلى أقل ما يمكن. ومن التوصيات التي يحرس الأطباء على تكرارها ضرورة أن يكون ما نسبته بين 20% و 35% من الطاقة التي يستهلكها الجسم مصدرها الدهون أما الواقع المؤلم فيشير إلى أن الدهون باتت مصدرراً لخمس وأربعين في المائة من الطاقة التي يبذلها الجسم. ومن النتائج التي توصل إليها الباحثون الكنديون أن معدلات السعرات الحرارية والدهون وكذلك الدهون المشبعة والصوديوم في أي وجبة يتناولها المرء في مطعم قد بلغت معدلات خطيرة مما يستدعي دق ناقوس الخطر وإعطاء هذه القضية مرتبة الأولوية بين اهتمامات المسؤولين.

وفي دراسة أخرى نشرت في العدد ذاته من مجلة الطب الباطني، يقول واضعها الدكتور مايكل جاكوبسون إن منتجي الأغذية المصنعة يعملون في بطء شديد في تطبيق التوصيات والقرارات بشأن تقليل معدلات الصوديوم في منتجاتهم، فمن خلال التحليلات المخبرية المتواصلة تبين أن الخفض بين عامي 2005 و 2011 لم يتجاوز 3% في حين أن المفارقة تشير إلى زيادة معدلات الصوديوم في الوجبات السريعة بمعدل 2.6%.

يضي جاكوبسون قائلاً إن التوصية التقليدية التي يحرس الأطباء وخبراء التغذية على ترديدها على مسامح المصابين بارتفاع ضغط الدم تقضي بضرورة تقليل ما يتناولونه من الصوديوم. يضي قائلاً: في العالم المثالي فمثل هذه التوصية، إذا نفذت، كفيلة بخفض نسبة الوفيات بأمراض القلب والشرابين بنسبة 38% أما في الواقع فالإسراف في تناول الصوديوم يضيف أعباء هائلة لا قدرة للأطباء على مواجهتها، والسبب يعود وبدرجة كبيرة إلى الأغذية المصنعة والوجبات السريعة ووجبات المطاعم.

تقول دراسة كندية حديثة إن تناول وجبة واحدة في مطعم تزودك بأكثر من نصف ما يحتاجه جسمك يومياً من السعرات الحرارية. وأوضح باحثون من جامعة تورنتو أنهم تضحوا ما تحتويه 685 وجبة مختلفة في تسعة عشر مطعمًا من سعرات حرارية وصوديوم ودهون وكوليسترول فوجدوا أن الوجبة الواحدة تحتوي ما معدله 1.128 سعراً حرارياً.

حقائق مفزعة

ومن المعروف أن خبراء التغذية يوصون بأن يحتوي طعامنا وشرابنا يومياً على ألفين من السعرات كمعدل وسطي، لكن هذا الرقم يختلف من شخص لآخر وذلك حسب الوزن ومستوى النشاط وعوامل أخرى. ووفقاً للتوصيات الطبية الأميركية فمعدل عدد السعرات الحرارية اليومية للمرأة البالغة يتراوح بين 1600 و 2400، وللرجل البالغ بين 2000 و 3000، على أساس أن الرقم الأقل مخصص للذين يكثرون من الجلوس وقلة الحركة، أما الرقم الأعلى للذين يكثرون من الحركة.

وأشارت الدراسة التي نشرت في العدد الأخير من مجلة غاما للطب الباطني إلى مجموعة من الحقائق المفزعة، فوجبة الطعام تحتوي على 151% من الحد الأعلى الموصى به يومياً من الصوديوم، و 60% من الكوليسترول، و 89% من الدهون، و 83% من الدهون المتحولة وبالذات الدهون المشبعة.

الدهون المشبعة والصوديوم

يقول الباحثون الذين أجروا هذه الدراسة إن النسبة العالية من

منوعات العقود

اقتصادية أبوظبي تنظم اليوم الملتقى الرمضاني الثالث 2013

•• أبوظبي-وام:

تنطلق اليوم فعاليات الملتقى الرمضاني الثالث الذي تنظمه دائرة التنمية الاقتصادية أبوظبي تحت عنوان رمضان يبعنا في فندق القرم الشرقي بالتعاون مع شركة خطوات النجاح لتنظيم المؤتمرات والمعارض لمدة يومين. يشارك في الملتقى سعادة محمد عمر عبد الله وكيل دائرة التنمية الاقتصادية الى جانب 250 من كبار المسؤولين من عدد من الجهات الحكومية وشبه الحكومية والقطاع الخاص وعدد من السفراء العرب والاجانب لدى الدولة وممثلي البنوك المحلية والاجنبية والشركات شبه الحكومية والقطاع الخاص والمواطنين. ويتناول الملتقى الرمضاني في يومه الأول موضوع القروض الشخصية حيث يسلط الضوء في جلسات النقاش والحوار على دور البنوك والمصارف في تقديم الحوافز والفرص والإغراءات للمواطنين والمقيمين للاقتراض في ظل السيولة النقدية التي باتت تتمتع بها العديد من المؤسسات المصرفية في الدولة. وتتركز الجلسة على السؤالية المنوطة بكل من المؤسسات المصرفية والمواطنين في الإقدام على الاقتراض غير المبرر والذي لا ينسجم مع المتطلبات الضرورية للحياة مما يؤثر سلباً على حياة المواطن ويجعله أسير القروض خاصة أصحاب الدخل المحدود من أرباب الأسر و فئة الشباب الموظفين حديثاً. ويتخلل اليوم الأول للملتقى عرضاً مسرحياً كوميدياً يسلط الضوء على العديد من الجوانب المتعلقة بالقروض الشخصية في حياة الأسرة المواطنة ويقدم شعراء النبطي فقرة مناظرة شعرية تسلط الضوء على خطورة الإقدام على القروض غير المبررة في حياة المواطنين. ويتناول الملتقى في يومه الثاني موضوع التوظيف في القطاع الخاص والذي بات أحد أهم أهداف واهتمامات حكومة إمارة أبوظبي خلال العامين الماضيين وذلك انطلاقاً من محددات رؤية أبوظبي الاقتصادية 2030 التي تولي القطاع الخاص مسؤولية قيادة اقتصاد الإمارة خلال الأعوام القادمة مما يستدعي إشراك المواطنين في تحقيق التنمية الاقتصادية المستدامة عبر الإنخراط للعمل في القطاع الخاص. وتناقش الجلسة مدى تقبل المواطن للعمل في القطاع الخاص ودور الأخير في جذب واستقطاب المواطنين للعمل لديه من خلال توفير الفرض الملائمة والتدريب والتأهيل بجانب تفعيل المبادرات التي تم إطلاقها لتحقيق هذه الأهداف مثل أنشر وتفتيتها من خلال الشركاء في القطاعين شبه الحكومي والخاص. وتتضمن الجلسة عروضاً كرتونية ذات صلة بالموضوع ومسرحية كوميدية هادفة ومناظرة شعرية بالشرع النبطي وجميعها تسلط الضوء بشكل مباشر على العديد من الجوانب التي تتعلق بمعوقات وصعوبات التوظيف في القطاع الخاص. ويعتبر الملتقى الرمضاني الثالث رمضان يبعنا إحدى مبادرات دائرة التنمية الاقتصادية - أبوظبي التي تهدف إلى إيجاد أجواء اقتصادية واجتماعية وثقافية خلال شهر رمضان الكريم ويجمع على طاولتها كل عام أصحاب القرار وكبار المسؤولين وأصحاب شركات القطاع الخاص والمهتمون من عامة الجمهور المعنيين بالعديد من القضايا المرتبطة بحياتهم اليومية والتي من شأنها تعزيز التواصل بين شرائح المجتمع كافة. ويعد الملتقى فرصة للالتقاء في أجواء رمضانية يتبادل خلالها الجميع الحديث والنقاش وطرح الأفكار والرؤى التي تسلط الضوء على أهم الموضوعات المرتبطة بالعديد من المجالات التي تتجدد وتتغير كل عام حسب التطورات والمستجدات التي تشهدها إمارة أبوظبي والدولة بشكل عام حيث يستهدف بشكل مباشر شرائح المجتمع من خلال توفير منصة مثالية تتميز بالشفافية في الطرح والمناقشة ورصد ردود الأفعال حيال القضايا المطروحة. يرض فعاليات الملتقى .. كل من المؤسسة العليا للمناطق الاقتصادية المتخصصة كراعي استراتيجي وهيئة الإمارات للهوية شريك حكومي وشركة أبوظبي للعمليات البترولية البرية ادكو راعي فني وذلك بالتعاون مع نادي تراث الإمارات وجمعية الإمارات للعلاقات العامة وقناة الدار وجامعة الحصن.



وستركز أبرز العقود حول الخدمات العامة، وقطاع الفنادق والضيافة، وقطاع السياحة والسفر، ومجالات الدعاية والإعلان، والتصميم الداخلي من الديكور والأثاث، والتوريدات العامة مثل: المنتجات القرطاسية، ومواد الترميم، والخدمات الاستشارية والتدريب، وغير من المجالات المعنية بطبيعة عمل الوزارة. ونوه لوتاه أن البرنامج حقق في الربع الأول من العام 2013 مشتريات لأعضاء المؤسسة تصل قيمتها إلى 50 مليون درهم، حيث يهدف برنامج المشتريات إلى الترويج المباشر لأعضاء البرنامج لدى الجهات الداعمة وتقديم كافة التسهيلات والدعم اللازم لأعضاء البرنامج لتطويرها وتمييزها، وتوفير الفرص المناسبة للتعاقد مع الجهات الداعمة، وبت روح المنافسة بين منشآت الأعضاء ومثيلاتها من القطاع الخاص.

وقدمت فاطمة الهرمودي من وزارة الشؤون الاجتماعية خلال ورشة العمل التي أقيمت في مبنى الوزارة بإمارة دبي، لحة عامة حول آليات التسجيل في برنامج المشتريات الحكومية الاتحادية وعرفت الحضور بالهيكل التنظيمي لإدارة الموارد المالية، والمرافقات الخاصة بالتسجيل في نظام المشتريات الإلكترونية، وكيفية تقديم عروض الأسعار وخطوات الشراء الإلكتروني، وآلية تقييم الموردين من الأعضاء والهدف من منهجية العلاقة مع الموردين في تحقيق رؤية الوزارة. وعلى نطاق متصل، قال يوسف لوتاه، مدير برنامج المشتريات الحكومية بمؤسسة محمد بن راشد لتنمية المشاريع الصغيرة والمتوسطة، تعكس مشاركةنا في ورشة العمل بالتعاون مع وزارة الشؤون الاجتماعية تضاهر الجهود على الصعيد المحلي والاتحادي نحو تحقيق الغاية السامية في دعم رواد الأعمال من أصحاب المشاريع الصغيرة والمتوسطة من مواطني الدولة وتعزيز مشاركتهم في الحافل والقطاعات الحيوية التي تشكل بحد ذاتها رافد يضاف إلى رصيد اقتصاد الدولة. وأضاف لوتاه: بإمكان الجهات المحلية والاتحادية في دولة الإمارات الاستفادة من خدمات 250 مورد من الشركات الصغيرة والمتوسطة المسجلة في برنامج المشتريات الحكومية لإمارة دبي وهم ما يمثلون أكثر من 30 قطاع متنوع، ونحن نؤمن أن حجم المشتريات في الحكومة المحلية سيرتفع بنسبة لا تقل عن 30% سنوياً وذلك بتوجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم والمتمثلة في تخصيص الهيئات الحكومية الاتحادية 10% من إجمالي مشترياتهم لدعم الشركات الإماراتية. وتوقع لوتاه أن تبدأ عمليات الطلب من قبل وزارة الشؤون الاجتماعية مع منتصف يوليو 2013.

تنظمت مؤسسة محمد بن راشد لتنمية المشاريع الصغيرة والمتوسطة، إحدى مؤسسات دائرة التنمية الاقتصادية في دبي، بالتعاون مع وزارة الشؤون الاجتماعية ورشة عمل حول إجراءات الشراء لدى وزارة الشؤون الاجتماعية لتعريف بكيفية الاشتراك في نظام المشتريات الإلكترونية والاستفادة من الخدمات التي يوفرها أعضاء مؤسسة محمد بن راشد وبالتالى دعم قطاع المشاريع الصغيرة والمتوسطة على مستوى إمارة دبي ودولة الإمارات العربية المتحدة. وتعد الورشة، التي حضرها 120 عضواً من أصحاب الشركات والمشاريع الصغيرة والمتوسطة وعدد من المراء وممثلي وزارة الشؤون الاجتماعية، من ضمن المبادرات التي قامت بها المؤسسة بناءً على توجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي رعاه الله، وقرار مجلس الوزراء المؤقر رقم (14-290-2) لسنة 2012، الذي يقضي على أن تخصص الهيئات الحكومية الاتحادية 10% من إجمالي مشترياتها وخدماتها السنوية لدعم أصحاب ودعم مشاريع الشباب الإماراتيين على المستوى الاتحادي.



•• دبي-الفرج:

صندوق خليفة يعرض منتجات صوغة في معرض الرطب في المنطقة الغربية

صندوق خليفة يعرض منتجات صوغة في معرض الرطب في المنطقة الغربية

•• أبوظبي-وام:

المتمدة . وأوضح المنصوري أن مبادرة صوغة تمثل إحدى الأدوات الفعالة لصندوق خليفة في دعم مسيرة التنمية الاجتماعية التي تشهدها الدولة مؤكداً التزام الصندوق في المشاركة الفعالة في الجهود الحكومية الرامية إلى تحقيق الرفاه الاجتماعي وتمكين المواطنين من تحسين مستواهم المعيشي. ويسعى الصندوق إلى ترسيخ اسم المبادرة صوغة كاسم تجاري مرتبط بالمنتجات التراثية التي سيتم تسويقها على نطاق واسع محلياً وعالمياً بما يعزز الهوية الوطنية والقيم التراثية عبر حفيز الطاقات الإبداعية وتنمية المهارات الريادية لدى المواطنين العاملين في مجال الحرف اليدوية المحلية والمشغولات والمنتجات التراثية. يشار إلى أن صندوق خليفة نظم عدة دورات تدريبية في مجال النسيج وأعمال الخياطة والمطرزات في مدن عدة مثل غياثي والسلع والرفأ وحميم والثوبية والرحبية والفجيرة ورأس الخيمة وعجمان وغيرها من إمارات ومدن الدولة.



حيث كمية العروض وتنوعها. وشهد جناح صوغة في المعرض إقبال مكثفاً من مرطادي المعرض بهدف التعرف إلى بعض منتجات الحرف اليدوية التراثية والمحلية التي تعكس صورة من صور الحياة الثقافية في دولة الإمارات العربية

الصندوق بهدف الحفاظ على المهن والحرف الريادية عبر برامج تدريبية وتسويقية متكاملة أسهمت بشكل كبير في إحياء العديد من هذه المهن حيث تميزت مشاركة الصندوق في المعرض خلال دورته الحالية عن سابقتها من

تطوير الأعمال التراثية والحرفية إضافة إلى الأعمال الجلدية ما أدى إلى زيادة الطلب على هذه المنتجات. ويعرض الصندوق خلال مشاركته في المعرض منتجات حرفية وتراثية تم تطويرها ضمن مبادرة صوغة التي أطلقها

شاركت مؤسسة صوغة التجارية المملوكة بالكامل لصندوق خليفة لتطوير المشاريع وجناح في السوق الشعبي التراثي ضمن مهرجان ليوا التاسع للرطب 2013 المقام في المنطقة الغربية تحت رعاية سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء وزير شؤون الرئاسة. وقال سعادة إبراهيم احمد المنصوري الرئيس التنفيذي للعمليات في صندوق خليفة لتطوير المشاريع إن مشاركة الصندوق في معرض ليوا للرطب عبر مبادرة صوغة صوغة تأتي في إطار تنويع منافذ تسويق لمنتجات المواطنين والمواطنات المستفيدين من هذه المبادرة والعاملين في مجال الحرف التقليدية والتراثية. وأضاف أن مشاركة الصندوق في المعرض تميزت بتنوع العروض وتعدد المنتجات مشيراً إلى أن خبراء الصندوق والقائمين على هذه المبادرة تمكنوا من تدريب المواطنين العاملات ضمن مبادرة صوغة على

الرئيس التنفيذي لبنك الاتحاد الوطني يحصل على وسام الملكة فيكتوريا



تقوم الجمعية الأوروبية للأعمال بتنظيم جوائز سقراط السنوية كمبادرة دائمة من أجل إلقاء الضوء على إنجازات المؤسسات الرائدة وقادتها الذين من خلال عملهم وجدوا وإسهامهم المتميز استطاعوا ان يحققوا تطوراً ملحوظاً لأعمالهم مما يدعم تبادل الأفكار والخبرات بين المجتمع الدولي في مجالات متعددة تشمل الاقتصاد والسياسة والتعليم والثقافة. تألفت لجنة جائزة سقراط بأوكسفورد التي

تقوم الجمعية الأوروبية للأعمال بتنظيم جوائز سقراط السنوية كمبادرة دائمة من أجل إلقاء الضوء على إنجازات المؤسسات الرائدة وقادتها الذين من خلال عملهم وجدوا وإسهامهم المتميز استطاعوا ان يحققوا تطوراً ملحوظاً لأعمالهم مما يدعم تبادل الأفكار والخبرات بين المجتمع الدولي في مجالات متعددة تشمل الاقتصاد والسياسة والتعليم والثقافة. تألفت لجنة جائزة سقراط بأوكسفورد التي



الماضية . وأضاف عابدين لقد قام البنك بخلق ثقافة التطور المستمر في الأداء مع الالتزام بأعلى معايير الجودة في خدمة العملاء. و في خلال رحلته نحو التميز حصل البنك على العديد من الجوائز والتقدير التي تعد تأكيداً على هذا النمو وعلى منتجاته المالية العالية الجودة وتعد هذه الجائزة شاهداً جديداً على التطور المستمر للبنك وأدائه المتميز .

حصل الرئيس التنفيذي لبنك الاتحاد الوطني السيد محمد نصر عابدين على وسام الملكة فيكتوريا للتذكاري للحفاظ على القيم الفضيلة والنزاهة في العمل، من جمعية الأعمال الأوروبية بالملكة المتحدة في قمة قادة الأعمال لعام 2013 في سويسرا وذلك تقديراً لأداء بنك الاتحاد الوطني وتميزه وإنجازاته المرموقة في مجال الجودة وتفوق الأعمال. وقد استلم الجائزة نيابة عن بنك الاتحاد الوطني السيد محمد علي، نائب رئيس أول، ورئيس مجموعة الموارد البشرية والتطوير المؤسسي لبنك الاتحاد الوطني في حفل جوائز سقراط للإنجازات خلال مؤتمر قادة الأعمال لعام 2013، بمدينة مونترو في سويسرا يوم 2 يوليو 2013. وبهذه المناسبة علق السيد محمد نصر عابدين الرئيس التنفيذي لبنك الاتحاد الوطني إنه من دواعي سرورنا أن نحصل على هذه الجائزة المرموقة ونحن نضع بأن بنك الاتحاد الوطني قد حقق نتائج مالية متميزة على مدار الأعوام معتمداً على نموذج قوي يركز على خدمة الاقتصاد الوطني وخدمة العملاء وذلك برغم التحديات الاقتصادية والظروف المالية التي واجهت العالم في الأعوام

العضو المنتدب لهيئة كهرباء ومياه دبي يلتقي بوفد من شركة ألتوم الفرنسية

•• دبي-وام:



تنفيذ مشاريعها التطويرية في مختلف أنشطتها ورفع قدرة بنيتها التحتية وتحديثها لتنماشى مع خطة دبي الاستراتيجية وتطلعات الهيئة من منطلق دورها كمؤسسة تسهم بشكل فعال في عملية التنمية الاجتماعية والاقتصادية والبيئية في الإمارة من خلال توفير الإمدادات المستمرة والمستقرة للكهرباء والمياه تحقيقاً لرؤية دبي.

النقل والأتمتة وغرف التحكم التكنولوجية وتمتلك حلولاً شاملة لانتاج الطاقة وتعتبر الشركة السوق الإماراتية من أهم الأسواق العالمية والأكثر نمواً. من جانبه أطلع الوفد سعادة سعيد الطاير على الخدمات التي تقدمها ألتوم واستعرض القدرات الفنية للشركة مبدياً اهتمامه بمشاريع الهيئة لاسيما مشاريع إنتاج الطاقة والنقل ومحطات التحويل الرئيسية حيث تواصل الهيئة

التقى سعادة سعيد محمد الطاير عضو مجلس الإدارة المنتدب والرئيس التنفيذي لهيئة كهرباء ومياه دبي امس بمكتبه وفداً من شركة ألتوم الفرنسية ضم ميشال أوغبني النائب الأول للرئيس وستيفان كاي نائب الرئيس لمنطقة الشرق الأوسط وجيل بيكو المدير التنفيذي أنظمة الوحدات بحضور المهندس حسين عيسى لوتاه النائب التنفيذي للرئيس لنقل الطاقة بهيئة كهرباء ومياه دبي. وشدد الطاير خلال اللقاء على أهمية تعزيز التعاون الاستراتيجي بين هيئة كهرباء ومياه دبي وشركة ألتوم مؤكداً سعي الهيئة نحو استقطاب أفضل التقنيات التي تساهم في تحقيق المزيد من التطور ورفع الكفاءة حيث تعد ألتوم من الشركات الرائدة عالمياً في مجال إدارة شبكات



منوعات الفجر

26

من خلال ثمانية مراكز مجهزة بأحدث المعدات

الفوعة تعلن بدء موسم استلام التمور

المتعلقة بالمزارعين من مواعيد الحجز وتسجيل الدخول للمركز، واسترجاع الصناديق ومراجعة الكميات المستلمة حسب الحجز وهذا سيضمن دقة في البيانات وسيهم في تقليل الأوراق المستخدمة سابقاً واستبدالها بنظام إلكتروني يوفر الوقت والجهد، ويضمن قاعدة بيانات بمعلومات أدق وأشمل عن كافة المزارعين الموقنين لتمورهم لدى الفوعة. وحول الخدمات التي يقدمها مركز الاتصال أفساد سعادة محمد غانم القصيلي المنصوري نائب المدير العام لشركة الفوعة إن مركز الاتصال يلعب دوراً حيوياً في تحقيق التواصل مع المزارعين، ويتم تلقي نحو 120 ألف مكالمة سنوياً، مشيراً إلى أن مركز الاتصال في الفوعة قد حصل مؤخراً على جائزة الشرق الأوسط لمراكز الاتصال فئة أفضل برنامج حوافر ومكافآت للموظفات التي يتجاوز عددهن 20 موظفة مواطنة يعملن في تقديم خدمة الهاتف المجاني 8005551 المخصصة لعدد على استفسارات المزارعين، وحجز المواعيد للتسويق ومتابعة الدفعات المالية، وحجز مواعيد استرجاع الصناديق البلاستيكية، بالإضافة إلى تلقي الشكاوي والمقترحات وغيرها من الخدمات الزراعية لتوعية المزارعين. وأضاف المنصوري أن لفوعة تجربة ناجحة في تشغيل الكوادر المواطنة أثناء الموسم وإتاحة الفرصة للمواطنين والمواطنات للعمل بالوظائف المؤقتة، حيث بلغت نسبة التوظيف بالوظائف الإشرافية في المركز 83% وهي تعد ثلاثة أضعاف نسبة التوظيف مقارنة بالموسم الماضية ليصل إجمالي الفرص الوظيفية ما يقارب 400 فرصة عمل مؤقتة لثلاثين ألف مواطنة من مختلف الجامعات بهدف إلى التسهيل على المزارعين لتتمكنوا من توفير احتياجات المزرعة أثناء الموسم للتمور المسوقة من مختلف أنحاء الدولة. وبالنسبة للموسم الحالي فإنه تم تطبيق نظام إلكتروني لتنظيم دخول المزارعين وتم ربطه إلكترونياً بالبيانات وفحص جودة التمور المستلمة، بالإضافة إلى نخبة من معرّفي التمور، وغيرها من الفئات المختلفة من المواطنين.



أن الفوعة قامت بشراء مليون صندوق بلاستيكي بقيمة 12 مليون درهم، ليتم ارجاعها بشكل دوري للمزارعين أثناء موسم التمور. كما أشار العامري إلى موضوع الصرف الدوري للدفعات المالية وهي مستحقات تسويق تمورهم لدى الفوعة، والتي تهدف إلى التسهيل على المزارعين لتتمكنوا من توفير احتياجات المزرعة أثناء الموسم للتمور المسوقة من مختلف أنحاء الدولة. وبالنسبة للموسم الحالي فإنه تم تطبيق نظام إلكتروني لتنظيم دخول المزارعين وتم ربطه إلكترونياً بالبيانات وفحص جودة التمور المستلمة، بالإضافة إلى نخبة من معرّفي التمور، وغيرها من الفئات المختلفة من المواطنين.

إحضار بطاقة التسويق لدى مراجعتهم للمراكز التابعة لهم، كما أشار العامري إلى التجهيزات التي تمت بالمراكز من حيث المرافق اللازمة لراحة المزارعين والعاملين حيث تم توفير خيمة مكيمة لانتظار المزارعين ومواقف كافية للشاحنات، مؤكداً جاهزية جميع مراكز الاستلام بكافة الاحتياجات اللازمة لتسريع إجراءات الاستلام وتسهيلها على المزارعين مشيراً إلى توفير الموازين المجهزة بكاميرات مراقبة وأرضية تنزيل التمور في كافة المراكز وتم تجهيز حوالي 89 رصيفاً مخصصاً لاستلام التمور في مراكز تسويق التمور إضافة إلى توفير 89 رافعة كهربائية وعربة مناولة كهربائية لتسهيل نقل التمور، منوهاً إلى

مزارعي المنطقة الشرقية و13% من مزارعي الإمارات الشمالية و29% من مزارعي المنطقة الغربية، وقد لوحظ ارتفاع جودة التمور المستلمة خلال الموسم الماضية، وذلك ببرز حرص المزارعين على الارتقاء بجودة تمورهم من خلال تطبيق العمليات الزراعية السليمة. من جهته قال سعادة مسلم عبيد بالخالص العامري مدير عام شركة الفوعة، سبباً مزارعو المنطقة الشرقية والإمارات الشمالية بالتوافق على مراكز التسليم منذ يوم الاثنين الموافق 22 من الشهر الجاري، أما مزارعو المنطقة الغربية فيمكنهم تسويق تمورهم بدءاً من يوم الأحد الموافق 4 من الشهر القادم منوهاً كافة المزارعين بضرورة

•• العين - الفجر:

أعلنت شركة الفوعة عن بدء موسم تسويق التمور لعام 2013 اعتباراً من اليوم وحتى الخميس 7 من شهر نوفمبر المقبل، جاء ذلك من خلال المؤتمر الصحفي الذي عقده شركة الفوعة صباح امس بمقر الشركة في مصنع الإمارات للتمور بالساد في مدينة العين، للإعلان عن بدء موسم استلام التمور، وقد حضر المؤتمر سعادة المهندس ظافر عايض الاحبابي رئيس مجلس إدارة شركة الفوعة وسعادة مسلم عبيد المنصوري نائب المدير العام ومجموعة من المدراء ورؤساء الأقسام حيث يتم خلال الموسم استلام التمور من أكثر من 17 ألف مزارع من مختلف أنحاء الدولة، يسوقون تمورهم لدى ثمانية مراكز مجهزة بأحدث المعدات لضمان تسلم تمور المزارعين بسهولة ويسر. وصرح سعادة المهندس ظافر عايض الاحبابي رئيس مجلس إدارة شركة الفوعة أن موسم التسويق الذي يمتد من أواخر يوليو إلى بداية نوفمبر من كل عام يشهد إقبالاً كبيراً من أكثر من 17 ألف مزارع يتوافدون على ثمانية مراكز موزعة على مستوى أنحاء الدولة، وتشمل المراكز كلاً من مركز الفوعة والساد وأبو كبرية وغمض في المنطقة الشرقية، إضافة إلى مركز النيد الذي يخدم مزارعي الإمارات الشمالية، كما توجد ثلاثة مراكز في المنطقة الغربية هي مركز سيح الخير والرفأ وغياثي، وهذه المراكز مجهزة بكافة المعدات التي تضمن راحة المزارعين وتساهم في تسريع إجراءات الاستلام، حيث يعتبر المزارع المحور الرئيسي لتطوير قطاع النخيل في الدولة. وتوقع الاحبابي أن تتجاوز كميات التمور المستلمة هذا الموسم 93 ألف طن، وهي الكمية التي تم تسلمها من المزارعين خلال الموسم الماضي منها 58% من

2.50% توزيعات صندوق بنك أبو ظبي الوطني للعوائد ميزات

•• أبو ظبي- الفجر:



أعلن بنك أبو ظبي الوطني، البنك الرائد في دولة الإمارات العربية المتحدة، عن توزيع عائدات تبلغ 2.50% من قيمة صافي أصول الوحدة كما في تاريخ 11 يوليو 2013 والبالغة 3.6377 درهم للوحدة على المستثمرين في صندوق بنك أبو ظبي الوطني للعوائد (ميزات).

وتمثل هذه التوزيعات 35.59% من إيرادات الصندوق من 1 نوفمبر 2012 إلى 11 يوليو 2013. وسيتاح للمستثمرين المؤهلين حسب سجل الصندوق بتاريخ 9 يوليو 2013 الحصول على هذه التوزيعات. وقال سليم خوخار، رئيس إدارة الأسهم بمجموعة إدارة الأصول في بنك أبو ظبي الوطني: يسعدنا أن يواصل صندوق بنك أبو ظبي الوطني للعوائد (ميزات) تحقيق عائدات جيدة والمحافظة على مكانته الرائدة في السوق وتعتبر قدرة الصندوق على توزيع عائدات للمستثمرين دليلاً إضافياً على نجاحه علاوة على توفير فرص الاستثمار في أصول متنوعة، وسواصل استراتيجيتنا لتحقيق نتائج إيجابية لعملائنا. وهاز صندوق بنك أبو ظبي الوطني للعوائد (ميزات) بجائزة أفضل صندوق إقليمي ضمن جوائز مجلة بانكر ميدل إيست للصناديق الاستثمارية. وأضاف سليم خوخار أن زيادة المكاسب للمستثمرين في صادرة أولوياتنا، ونرى أن إتاحة خيار إعادة استثمار التوزيعات لزيادة حصة المستثمرين في الصندوق وسيلة جيدة لتحقيق ذلك. وتقوم مجموعة إدارة الأصول لدى بنك أبو ظبي الوطني بإدارة الصندوق الذي تم طرحه في عام 2006، لتوفير عائدات للمستثمرين على المدى المتوسط عبر الاستثمار في أصول متنوعة مثل أدوات الدخل الثابت والعقارات والأسهم مع التركيز على نمو العائدات واستقرار تدفق الدخل. ويسعى مدراء الصندوق لتوفير عائدات على المدى المتوسط عبر الإدارة النشطة للأصول وتنوع القطاعات واختيار الأسهم وذلك بالتركيز على أسواق دولة الإمارات مع انتهاز الفرص المناسبة في بقية أسواق الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. وتعتبر المجموعة من أكبر مؤسسات إدارة الأصول في الدولة حيث يتجاوز إجمالي الأصول التي تديرها 5 مليارات درهم.

انتخاب سعيد الفهيم رئيساً لمجلس إدارة المجلس الألماني الإماراتي المشترك للصناعة والتجارة



العمل في البلدين وتعاون الشركات في تطوير الفرص الاستثمارية القائمة في البلدين إلى مجالات عمل وإنتاجية تخدم مصالح البلدين وتدفع باقتصاديهما إلى مستويات أكثر تقدماً وتطوراً. وأكد أن الشراكة الإستراتيجية بين الإمارات وألمانيا الإتحادية ستطور من خلال مجلس الإدارة الجديد لآي اتش كي إضافة إلى أن العلاقات الاقتصادية الثنائية وخدمات دعم الأعمال التجارية بين البلدين ستعزز وتتمو بشكل أسرع في الوقت الذي يشهده فيه المجلس الألماني الإماراتي المشترك للصناعة والتجارة توسيعاً لأنشطته في المجالات كافة. وبعد سعادة سعيد عبد الجليل الفهيم من الشخصيات الرائدة التي ساهمت في تعزيز التنمية الاقتصادية في الإمارات والمنطقة وقد تخرج من جامعة بولنغ غرين في الولايات المتحدة الأمريكية عام 1980 وحاز على دكتوراه فخرية في إدارة الأعمال من جامعة شندي في السودان في عام 1995 تقديراً لساهمته المتميزة في التنمية الريفية.

الإماراتي المشترك للصناعة والتجارة وتعيين ماركوس تيل أميناً لصندوق المجلس وتأكيد مجلس الأمناء الجديد الذي يتكون من شخصيات إماراتية مهمة ونخبة من رجال الأعمال من الجانبين الألماني والإماراتي. ووقع المجلس الألماني الإماراتي اتفاقية تعاون وتمثيل مع مؤسسة ومستشفيات فيفانتس التعليمية المملوكة لحكومة برلين لتقديم التسهيلات الكاملة للمواطنين والمقيمين في دولة الإمارات عامة فيما يخص العلاج في ألمانيا عن طريق اختيار أفضل مراكز العلاج والأساتذة الجامعيين في مختلف التخصصات الطبية. وأكد سعادة سعيد عبد الجليل الفهيم في تصريح له بهذه المناسبة عمق العلاقات الإماراتية الألمانية والتي وصلت إلى مرحلة متقدمة من الشراكة الإستراتيجية في المجالات كافة خاصة المجالات الاقتصادية. وقال سعادته إن المجلس الألماني الإماراتي يعد نافذة متقدمة لتطوير علاقات الشراكة بين البلدين من خلال تواصل رجال

•• دبي- وام:

انتخب الجمعية العمومية للمجلس الألماني الإماراتي المشترك للصناعة والتجارة آي اتش كي خلال اجتماعها العادي في دبي بحضور عدد كبير من رجال الأعمال وممثلي جهات ألمانية وإماراتية وشركات خاصة.. سعادة سعيد عبد الجليل الفهيم رئيس مجموعة الفهيم رئيساً لمجلس الإدارة الجديد بالإجماع. وتم خلال الاجتماع تشكيل مجلس إدارة جديد لآي اتش كي لعامي 2013-2014 وضم 18 عضواً يمثلون نخبة من رجال أعمال إماراتيين وألمان. ضم الجانب الإماراتي مجلس الإدارة الجديد السادة.. فيصل الأميري من مجموعة الأميري وسعيد محمد الفهيم شركة إيسال ويعيسى فريد القرق مجموعة شركات عيسى صالح القرق وسعادة خليفة محمد ربيع المهيري مجموعة الروبوي وسعادة مروان بن جاسم السركال شروق وعامر علي سلطة مدينة دبي الملاحية وسعادة فرج علي بن حمودة مجموعة بن حمودة وسعادة عبدالرحمن سعيد غانم الشركة العامة للمشاريع. وضم الجانب الألماني السادة هارالد كروم من شركة بي أي اس اف وماركوس تيل دويتشه بنك والبروفسور الدكتور مارتين بريماير شركة وينتروس هال الشرق الأوسط وإيريك كيسر شركة سيمنس الشرق الأوسط وموريتز كيرلير شركة كويري ومينينج ومازن خردجي شركة غسان أحمد سليمان للتجارة وهارالد ليدلتك شركة باير الشرق الأوسط وستيفن رايزاخير شركة اس أي بي وكليمنز ولترس شركة بيلفينجر دويتشه بانبوك الشرق الأوسط والدكتور بيتر جوبيريتش آي اتش كي. وتم خلال الاجتماع انتخاب سعيد الفهيم وهارال كروم نائبين لرئيس مجلس إدارة المجلس الألماني



دبي تستضيف اجتماع اللجنة الدولية لحماية الكابلات مطلع العام القادم

•• دبي- وام:

إلى أن الاجتماع يعقد سنوياً في مناطق مختلفة في العالم يتم اختيارها بعناية خصوصاً تلك التي تسهل عملية المشاركة للأعضاء هذا التجمع كافة. يذكر أن الاجتماع السابق عقد في مدينة ميامي الأمريكية في شهر مايو الماضي بمشاركة 124 وهذا من 35 دولة يمثلون 82 شركة تعمل في مجال تصنيع وتشغيل وإدارة الكوابل البحرية وشركات صيانة ومصنعو أنظمة الكابلات البحرية وشركات سفن متخصصة في هذا المجال وشركات حصر مسارات الكابلات البحرية بالإضافة إلى ممثلين حكوميين. وأوضح أن الإختيار وقع هذا العام على دولة الإمارات ليس فقط لعلاقتها مع دول الخليج العربي ولكن أيضاً لأنها تمتلك العديد من شبكات الكابلات البحرية عبر المنطقة مما يجعلها المكان الأمثل لمناقشة أحدث التطورات والقضايا التي تواجه صناعة الكابلات البحرية.

لحماية الكابلات سيوفر لكل أصحاب المصلحة الفرصة للتفاعل ومناقشة حاضر ومستقبل القضايا المتعلقة بصناعة كابلات الاتصالات وكابلات الطاقة بما أنها أحد المكونات الأساسية لشبكة الاتصالات العالمية وشبكات الطاقة. من جانبه أعرب نيل روندورف رئيس اللجنة الدولية لحماية الكابلات عن سعادته لعقد اجتماع العام المقبل في دبي بدعم من شركة ني مارين.. مؤكداً أهمية موقع دولة الإمارات المتوسط بين آسيا وأفريقيا إضافة إلى النمو السريع لاستخدامات الإنترنت السريعة ذات النطاق العريض في منطقة الشرق الأوسط ما جعل من الإمارات مثالا يعكس مستقبل هذه الصناعة وتطورها. وأوضح أن اجتماع العام المقبل يأتي بناء على النجاحات التي حققتها اللجنة العام الحالي تتوكل على الطبيعة العالمية لأنشطة اللجنة الدولية لحماية الكابلات. وأشار

تستضيف دبي مطلع العام القادم فعاليات الدورة الـ 47 لاجتماع اللجنة الدولية لحماية الكابلات أي سي بي سي التجمع الأضخم على مستوى العالم لمصنعي الكوابل البحرية وقال عمر بن جاسم بن كلبان المدير الإداري الرئيس التنفيذي لشركة ني مارين الإماراتية العاملة في مجال الكابلات البحرية في الشرق الأوسط والمنظمة للحدث أن ني مارين تلعب دوراً هاماً على سعيد نمو البنية التحتية للاتصالات في منطقة الشرق الأوسط مشيراً إلى أن شركته بصفتها الشركة العربية العاملة في مجال الكابلات البحرية فإن إسهاماتها في تطوير منظومة الكابلات البحرية تغطي المساحة الواصلة بين الهند والعراق ومصر وتنزانيا. وأضاف أن اجتماع اللجنة الدولية

منوعات

العقل

أقدس الحياة بتفاصيلها كافة وأرفض أن أعيشها انتظار لبنى السحار: أحب أن أموت بين الكتب

لبنى السحار كاتبة فلسطينية مقيمة في السعودية تجرّب التعبير من خلال الكتابة، لها مزاجها الخاص في هذا المجال. بعد باكورتها (كوخ في عطار) التي وضعتها في خانة الرسائل، هذا الحوار عن شخصيتها.



لها بالانطلاق والتحرر من كل الأغلال والحدود والقيود الموروثة، ثم أحاول أبداً أن أجعلها أو أن أهيئ لها الأجواء المناسبة، تركتها تسرح وتمرح بينكم على أمل أن تستقبلوها بحفاوة). يضم الكتاب قصائد ومقالات ونصوصاً متنوعة هي نزهة المؤلفة في رياض الحب وسهول المعرفة والكلمة الحرة.

امتداد الحياة التي تحياها، تعبر عنها السحار في مقدمة العمل بقولها: (... إذ ما صيغ هنا هو عبارة عن كلمات شبه متقاطعة خرجت من مكان ما في ظرف ما نتيجة حدث ما أو انفعال ما في الماضي أو الحاضر أو المستقبل، أو ربما صدفة بحتة كرد فعل عن اللاشيء المحيط بي، كل ما قمت به هو أنني أذنت

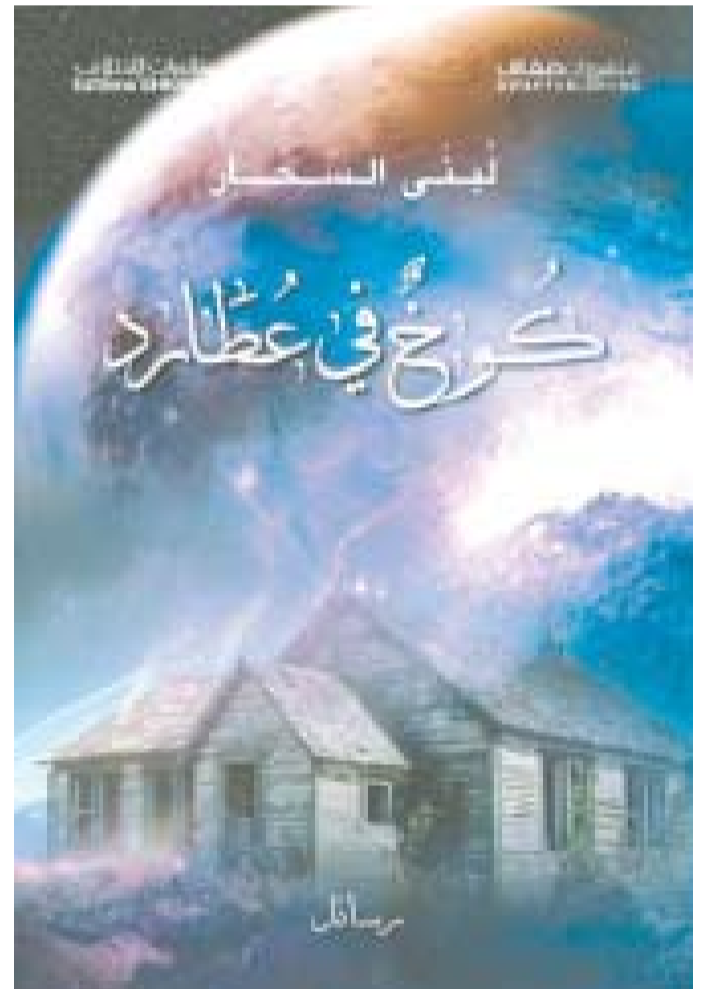
في عطار) عن منشورات (ضفاف) والاختلاف). كتاب يمكن أن يقرأ بوجوده متعددة شعراً أو نثراً أو أقصوصة. جميع تلاوين الحياة تجمعها المؤلفة في كتاب تتكلم فيه عن البشر بطريقة أدبية فنية على مستوى عال من الرفاهة والحس النبيل. حتى كتابات للمرأة وعنها تمتد على

• لوئك المفضل؟
- الأزرق، لون البحر والسماء والصفاء والأحلام.
• زهرتك المفضلة؟
- التوتيل، غامضة ومغرورة.
• عصفورك المفضل؟
- أحب العصفور كلها لأنها تحلق وقتما تشاء وترى الأشياء من أعلى، والمشهد من أعلى دائماً أجمل.
• أي الأسماء تفضلينها؟
- الغريبة والنادرة ذات المعاني غير التقليدية ولكن الشخصية هي التي تغلب. القلب والعقل وطريقة التعامل والرؤية أهم من أي اسم.
• ماذا تكرهين أكثر من أي شيء آخر؟
- تشعرني الأفكار الرجعية بالاشمئزاز.
• أي شخصية تاريخية تحقيرينها أكثر من سواها؟
- لا توجد شخصية محددة ولكن كل من تسبب في إفساد الأرض سواء بقتل أو هدم أو حرق أو تشريد. كل من أفسد العقول البشرية بأفكاره العفنة أكرهه، وأتمنى لو أجري معه حواراً لأسأله عن وجهة نظره والأسباب التي دفعته إلى فعل ما فعل. وإن لم يقنعني يستحق أن أكرهه وتكرهه البشرية جمعاء.
• أي الهبات الطبيعية تفضلينها على سواها؟
- أحب المطر كثيراً وأشعر أنه يغسل روحي ويسقي المناطق الصحراوية في داخلي، فتنبت الورد بالآلاف داخلي بمجرد أن أمشي تحته.
• كيف تودين أن تموتي؟
- بين الكتب وبين أحبابي، والأهم أن أموت هناك بعيداً عن بلاد القهر والكتب، بعيداً عن مدينتنا التي شيعت من الموت كما يقول العظيم نزار قباني. في أية حالة ذهنية أنت الآن؟
• ذهني صاف الآن مع أنه نادراً ما يصفو.
- ما هو شعورك في هذه الحياة؟
• يمكنني القول يائسة ولكنني أرى شعاعاً في آخر الطريق.

كوخ في عطار
أصدرت لبنى السحار باكورتها (كوخ

خائفاً منك فقضيتي أهم وميادني لا تقبل النقاش ولا التجزئة، اللاجئ في المنايا، وتلك التي أحبت من أعماقها وغاب عنها الحبيب سواء لأسباب أو من دون أسباب واضحة.
• من هي الشخصية التاريخية المفضلة لديك؟
- عمر بن الخطاب.
• من رسامك المفضل؟
- بيكاسو لأنه كان يرسم الإنسان في كثير من أعماله.
• ومولفك الموسيقي المفضل؟
- أحب الموسيقى بأشكالها كافة وأؤمن بأنها غذاء الروح، ولا يمكنني تفضيل أحد الموسيقيين على الآخر لأن لكل واحد منهم نكهة خاصة جداً تترك أثراً في نفسي. ولكن يمكنني القول إن موزارت هو الأقرب إلي. ومن العرب أحب الثلاثي جبران كثيراً.
• ما أفضل مزايا الرجل في نظرك؟
- الرجولة. أن يكون رجلاً بكل معنى الكلمة.
• ومزايا المرأة؟
- الحنان. المرأة الحنونة هي المرأة الحقيقية.
• ما هي فضيلتك المفضلة؟
- الرفق، ما نزع من شيء إلا شانه.
• ما هو أفضل عمل تقومين به؟
- أن أتأمل الكون والبشر بما فيهم أنا.
• لو لم تكوني أنت من تحبين أن تكوني؟
- أحب أنا أكون أنا (لبنى السحار) بجنونها وسخطها وغفواها.
• ما أبرز خطوط شخصيتك؟
- حاملة. لا أحب المنطق والنظريات العلمية البحتة. أقدس الحياة بتفاصيلها كافة وأرفض أن أعيشها انتظار. مجنونة إلى حد ما. لا أحب الروتين ولا أقتبل الواقع البارد الخاوي. يعجبني كل ما هو مدهش وغير مألف.
• ما هو حلمك في السعادة؟
- كوخ داخلي وشريك مجنون وحنون وطفلة تشبهني، وأن أصير يوماً ما أريد.
• ما هو في نظرك أفدح أنواع الشقاء؟
- أن تمنع من ممارسة الحياة لأنه يجب عليك أن تنتظر شيئاً ما أو حدثاً أو شخصاً، وأن تعيش بلا هوية وبلا وطن.

• ما هو رأيك في اليأس؟
- اليأس له أشكال كثيرة في رأيي، ولكن أشبعها أن يأتي الإنسان إلى هذه الحياة ويغادرها من دون أن يعيشها أو أن يتبع خطى الآخرين ويلتزم بالتعليمات حرفياً خوفاً من أن يخرج عن المعتاد فيعاقبه الناس. اليأس باختصار هو الحي الميت.
• أين تفضلين العيش؟
- في بيت صغير وهادئ بجوار البحر في مدينة حية كاستنبول.
• ما هي السعادة المثلى في هذه الدنيا؟
- لا توجد سعادة مثلى أو مطلقة لأن الإنسان بطبعه ملول وإن شعر بأنه سعيد في وقت معين لحصوله على شيء أو أشياء كان يتمناها أو لتحقيقه أهدافاً كانت بعيدة عنه، فإنه بمجرد أن يمر بعض الوقت ويألفها سيتغير شعوره وربما يصرح بأنه غير سعيد. الإنسان



ضمن احتفالات الوزارة بشهر رمضان

(الثقافة) تنظم معرض لوحات جائزة البردة



•• دبي - الفجر: يشهد معرض لوحات (جائزة البردة) التي تنظمه وزارة الثقافة والشباب وتنمية المجتمع ضمن احتفالات الوزارة بشهر رمضان الكريم وذلك بالمركز التجاري (مردف) في دبي ويستمر حتى نهاية شهر رمضان، اقبالا كثيفا من زوار المركز ويضم المعرض عددا من لوحات إبداعية تضم أعمال كبار المخرفين والخطاطين على مستوى العالمين العربي والإسلامي، والفائزين بجائزة البردة في دوراتها السابقة. بدورة أوضح سعادة بلال البذور، الوكيل المساعد لشؤون الثقافة والفنون بوزارة الثقافة والشباب وتنمية المجتمع إن من أهداف الوزارة



برأته من تهمة السرقة وتحملت العقوبة عنه فطلقها وتزوج من صديقته



عفوا يا حبيبتي .. سأقتلك !!
صرخة مدوية انطلقت من سجن النساء صاحبة الصرخة فتاة في العشرين من عمرها أحبت برومانسية ووضعت حياتها رهن تصرف محبوبها وأوامره.

عقد قرانهما ولكن ظروفه المادية حالت دون إتمام الزواج ارتكبا جريمة سوية حتى يوفر نفقات الزواج وعندما كشفتهما الشرطة وألقى القبض عليهما دافعت عن محبوبها وبرأت ساحتها بعد أن وعدها أنه سينتظر خروجها من السجن ليحققا حلم حياتهما بالزواج..

ويعد تهور من دخولها السجن جاءها الخبر الذي زلزل كيانتها لقد تزوج محبوبها وأرسل لها ورقة الطلاق وأصبحت مطلقة قبل أن يدخل بها .

ومن خلق القضبان بسجن النساء تطل العروس السجينة برأسها وتقضي الساعات يوميا تحمق في السماء وتعد الأيام والساعات تنتظر لحظة الخروج من السجن ويعد عقلها قرار واحد الانتقام من العريس الخائن.

الجريمة من أولها

سألته لماذا هو حزين أخبرها أنه جلس أمس بحسب ما ادخراه طوال عام كامل فوجده لا يزيد على أنفي جنينه وهو مبلغ لا يسمح لهما بتحقيق حلمها ووسط الحوار الساخن بينهما لغت عينيه وأخبرهما أن فكرة جريمة خطرت له لو وافقت على تنفيذها معه فسوف يتزوجان في أسرع وقت.
إنه سبق أن عمل في إصلاح المياه

في توفير نفقات الزواج المتبقية. لكن كانت الصاعقة فالزائر أحد أخواها حضر ليخبرها أن محبوبها تزوج من زميلة لها في المصنع وسافر لقضاء شهر العسل بمدينة الغردقة على البحر الأحمر.

النذل سلبي حريتي وأضاع سمعتي ثم تركني وتزوج من صديقتي بجزء من المال المسروق هكذا قالت لنفسها ثم قالت أقسم بعد خروجي ناراها حتى ولو أدى ذلك لأعدامها ثم أسرعرت إلى مأمور السجن تطلب منه فتح التحقيق من جديد لأن لديها الجديد في قضيتها ولم يكن هذا الجديد سوى الحقيقة التي دبرتها مع حبيبها الذي غدر بها.

السادج وأخبرته أنها هي التي ستتحمل العقوبة فهو الرجل وهو الأقدّر على إنجاز المهمة وتوفير النقود بالفعل اعترفت على نفسها وتحملت عنه التهمة وبرأت ساحتها فعاقبتها المحكمة بالسجن 3 سنوات قاطعها أهلها تماما وامتنعوا عن زيارتها بالسجن إلا أنها لم تفقد الأمل في الحبيب الذي ضحت من أجله بحريتها وسمعتها في انتظار أن يأتي لزيارتها جلست تنتظر زيارته بفارغ الصبر ليخبرها بما أنجزه خلال تلك الفترة لتتابع خطوات حلم زواجهما.

ويعد عدة شهور سمعت اسمها ينادي عليه في كشف الزيارات كانت واثقة أنه محمود حبيبها وقررت ألا تعاتبه على التأخير في زيارتها لأنه ربما كان مشغولا بالعمل ليل نهار

كشفت جريمتها وألقى القبض عليهما.

وداخل قسم الشرطة وقبل أن تبدأ التحقيقات أخذ العريس بيكي وذرف دموع التماسيح معلنا أنه سيبقى على ما سببه لها تعاطفت معه تشابكت أيديهما من بين الأساور الحديدية ووسط هذا الجو العاطفي عرض عليها فكرة أن يتحمل أحدهما عقوبة الجريمة ويبرئ الآخر نافيا اشتراكه معه في السرقة بحيث يخرج هذا الآخر ليبدأ جهوده في توفير نفقات الزواج وتجهيز عيش الزوجية حتى خروج الطرف الثاني من السجن .

اللعبة الماكرة

أخبرها أنه هو الذي سيتحمل العقوبة لكنها تمادت في حبها

حاول قتلها ثم ينتحر .. عاشت هي ومات هو

وخيل إليه أن الحل الوحيد هو أن ينتحر وأسرع يلقي بنفسه في النيل لولا أن أنقذه بعض المارة وعادوا به إلى منزله بعد أن أوشك على الغرق ووصلتني هذه الواقعة فحزنت عليه جاءني وقبلت اعتذاره قالت لي زميلتي هذه الواقعة أنرها هو أمامي كان شديد الاعتزاز بكرامته ولكن سمعتها من جميع الناس وفي الليل عدت معه ودخلنا المسكن وكان في هذه المرة كالقبر.

ليلة الأمساءة القتل والانتحار

وعدت هدى إلى البكاء بلا صوت كانت ملامحها تقطر أسى وتندفع الدموع من عينيتها والتشنج يهز كل جسدها ولكن بلا صوت فماداً حدث ليلة الأمساءة حينما عاد من الخارج دخل في هدوء وبدأ يخلع ملابسه اعتدلت في فراشي وسألته إن كان يريد طعاما فنفى ثم صعد السرير سحبت اللحاف على كتفي وبدأت أشعر بالنعاس لم ينم هو كان مستلقيا على ظهره وقد استراح متمكنا على مرفقه الأيسر سارحا بفرجه.

وبعد قليل أحسست به يتحسس صدري وهيأت نفسي له ولكنه تراجع فاستسلمت للنوم ولست أدري كم مضى من الوقت بعدها وفجأة أحسست أن هناك سكين على حلقي يجزه في يادئ الأمر ظننت أنه طرف اللحاف بلا وعي مددت يدي فإذا بها تصطدم بالسكين بدأت أشعر بالألم فتحت عيني تولاني الفزع كان خيرتي أسود الوجه لا ملامح له رحى أذع السكين بيدي عن عنقي وأنا أصبح أتركتني يا خيرتي من أجلك حتروح في داهية يا خيرتي ولم يعد للكلام معني ولم أعد أملك صوتا صوتي يخرج هواء ممزوجا بالدم من حنجرتي المفتوحة بسكين الزوج. كفتت عن الكلام وعجزت عن الاستغاثة وعن الحركة فتركتني خشيت إذا تحركت أن يجهب عليّ فقد تركني ظنا منه أنني قتلت وانتهيت ورغم آلام الذبح فقد كان على أن أتجمد كجثة ونهض من جانبي ووقف والسكين في يده لحظة بجوار السرير لست أذكر أين كان يتجه بوجهه ولكني سمعت صوتة يقول وأنا كمان ثم طعن صدره بالسكين في هستريا ومشى إلي المرأة ثم عاد وصعد إلى جوارتي فوق السرير استلقى على ظهره ثم ضرب عنقه بالسكين من الناحية اليمنى ثم نقلها إلى يده اليسرى التي كانت ناحيتي على الواسدة ومد يده يتحسس عنقي وبقينا ننزف إلي أن سعدت الشغالة تدق الباب ولكني كنت عاجزة عن الرد عليها.

ثم جاء والد خيرتي وشقيقه وضغط على الباب حتى فتح ثم رحى في غيبوبة إلى أن وجدت نفسي في المستشفى أما خيرتي فنقل إلى قبره.

وفي يده مقص كبير وقد تحولت الملابس إلى شرائح ممزقة وتوقف الكلام في حلقي فقد كانت نظراته حاسم وتكلم هو قائلا أنا لا أريدك أن ترتردي أي ملابس تكشف عن أي جزء من جسمك .

قال هذا العبارة وهو يمزق قطعة قماش كانت آخر ما بقي في الدوالب وأدركت أن النهاية تجن مندفة كالعاصفة ولكني كنت أخبه ولم يؤلني تمزيق الملابس بقدر ما أمتني الحالة النفسية التي كان يجتازها فقد جلست على السرير وصرفت غضبي في رفق حتى لا يدركه وأبديت له أنني موافقة علي وجهة نظره كان يرتعش من اليفظ وكان كل جسده ساخنا ثم هدأ كطفل كانت تطارده الكوابيس. وطلت نفسي لمواجهة أسوأ الاحتمالات ومع ذلك كان ما واجهني أقسى وأسوأ مما وطئت نفسي عليه كان تحديا لأعصابي وامتحانا لصبر زوجة تحب زوجها.

الغيرة المجنونة

أصبح يغير عليّ من الواسدة التي أضع رأسي عليها في أول الأمر سرتني ذلك ظننته حبا ولكنه تحول إلى جنون كان يذهب معي كل صباح إلى مدرستي يدخل معي حتى باب الفصل ممنوع على أن أقول صباح الخير لأي زميل ممنوع أن أسلم معي زميلة في صحبة زوجها ممنوع استقبال إخوتي في البيت أو أبناء إخوتي. وفي المدرسة كان يحضر بلا مواعيد حتى يتأكد بأن تعليماته منفذة وأضر ذلك بأعصابه قبل أن يضر أعصابي كان متوترا بصفة مستمرة يقرض أظفاره بغمه ينقر بأصابعه على أي شيء. منذ أربعة أشهر حدث شيء هام اعتدى على والده بالضرب شكوت إلى أهلي وحضر لعتابه فتطور النقاش إلى مشاجرة فأخذني معهم إلى بلدتنا.

الانتحار الأول

جاء خيرتي وكان متغييا عن القرية علم بالقصة عجز عن إيجاد أية حلول لا يستطيع أن يعرض على والده أن يقبض بعيدا عنه وأنا أصبح تقريبا على نفسي أن أعيش مع والده بعد هذه الإهانة

قالت الزوجة : هيات نفسي له خيل لي أنه يريدني والغرفة تسبح في ظلام إلا من شعاع مخلوق ضمني بعنف إلى صدره فأيقظ حواسي طوقته في نشوة ولكنه عاد يتراخي وأردت حواسي المتأججة تلهب كياني وتدمر هو صرعت بداخلي يتهاوى في جنون ثم انسحب وإدا به يجز عنقي بسكين محاولا قتلي ولكن إرادة الله شاءت أن أعيش أنا ويموت هو منتحرا بنفس السكين.

منذ ست سنوات بدأتنا رحلة العذاب معا .. هو معلم وأنا أيضا أما لماذا اختارني بالذات واختارته هذا هو السؤال ثم جاء الحب وجاء معه كل شيء وتركت بيت والدي وعشت معه في بيت والدة وكان يعمل في مدرسة بإحدى القرى وكنت أعمل بمدرسة أخرى في نفس القرية ما كان يبني وبين خيرتي زوجي أعمق بكثير مما بين أي زوج وزوجته كل يوم كان يضيف إلي حينا جديدا والحب القوي كان يجرف في طريقه الكثير من المتاعب الصغيرة .

ومضي العام الأول من الزواج وبدأت مشاكل كبيرة ومتعاب شرسه تولد في حياتنا ففي الريف يتحتم على الزوجة أن تضع في نهاية العام الأول من الزواج فإذا لم يحدث فإن الآف العيون تطالبها أن الحمل والولادة يستحق الدفع بعد العام الأول على الزواج والزوجة هي المطالبة بذلك وهي دائما موضع الاتهام في عيون الجميع وفي عيون أهله بالذات وكنا نتجاهل أنا وهو كلانا يتحاشى الكلام في هذا الموضوع ولكن المطالبة حادة حولنا ومرصت والدته واشتد عليها المرض . وذات ليلة وقفت بجوار فراشها كانت تلتقط أنفاسها بصعوبة وأسكت بيدي توسيني بخيري وتتوسل إلى أن أعتليه ابنا مزقتني بتوسلاتها حطمتني بدموعها وماتت.

الزوجة تحكي ما حصل:
وعلى فراشها بالمستشفى انخرطت هدى الزوجة في البكاء .. كان جسدها يهتز في نشيج متصل دون صوت مسموع فقد أجريت لها عملية خياطة وترقيع في حلقتها بعد أن مزقتها السكين ولكننا يديها ممزقة الأصابع من أثر محاولة قتلها على يد زوجها.

وبمشقة هائلة تعود إلى هدوءها لكي تستمر في رواية حياتها التي انتهت في هذا المستشفى المركزي.

قالت بهمس مبحوح تموت كلماته العام الثاني من زواجنا كان مريرا الانتظار في كل شهر نترقب ونتحضر هو لا يريد أن يوجع فؤادي وأنا أخاف عليه من الفجيعة . وليس أمام إلا أن أحب زوجي خيرتي أحبه ويسعدني أن أقول أنني أحبه وأراقب في عينيه ذلك البريق الذي يلعب في عين الزوج عندما يشعر أن زوجته تحبه في صدق عميق وكان على أن أقوم إلى جانب عملي بخدمته وخدمة والده الذي يسكن الطابق الأرضي من البيت وهو الكثير المطالب ورغم كل شيء فقد كنت أحسن أن زوجي يستحق مني الكثير من العطاء.

وجاء العام الثالث وكان لابد من مواجهة شجاعة وقتلت له يا خيرتي في الإجابة تذهب إلى القاهرة تبحث عن علاج وهز رأسه ولم يجب كانت عاداته إذا كان الأمر لا يروق له أن يلود بالصمت فإذا حدث وتكلم كان يهدر كقناطر تخزن خلفها كميات ضخمة من المياه.

ملامح التغيير في شخصية الزوج

شعرت أنني محاصرة بنظراته تراقبني في تصرفاتي حيال الأطفال إذا زارتنا قريبة لنا لها أطفال وإذا زرتنا بيوت أقاربنا فممنوع عليّ أن أداعب أي طفل ورغم حذري وحرصي على مشاعره فقد كانت رؤية الأطفال تستفز حناني وأجدي مندفعة إلي احتضانهم .

وحدث الإجازة الصيفية وذهبتنا إلى القاهرة وأجريت لنا التحاليل ولكنه حصل على النتائج وأخفاها عني وعلمت من الطبيب أن السر في عدم الإنجاب يكمن داخله وبدأت مرحلة الشفاء المؤكد اليقين من العذاب الذي يختم في صدر كل منا دون أن يفصح عن نفسه لم أسأله ولم يسألني وعدنا إلى بلدتنا وحيننا دخلنا البيت أحسست كأنه لي هو كل شيء فيه كان مظلما

وفي بداية العام الرابع وقبل أن يبدأ الموسم الدراسي فوجئت به كنت في زيارة لوالدي وسبقني هو إلي البيت وما كدت أدخل عليه حتى وجدته أمام خزانة الملابس (الدوالب) وكل ملابسي الجديدة ممزقة كان يقف بين كومة الملابس الحمراء والصفراء والخضراء



منوعات الفكر

31



كيم كارديشان تفقد الوزن بسهولة

تبدت كل مخاوف نجمة تلفزيون الواقع الأميركية كيم كارديشان، بشأن الوزن الذي اكتسبته خلال حملها بطفلها الأول، بعدما تبين أنها تستعيد رشاقته بسرعة كبيرة نتيجة إرضاعها مولودتها الجديدة (نورث). ونقل موقع (هوليوود لايف) الأميركي عن صديقة لعائلة كارديشان، قولها إن (كيم) والطفلة نورث راغبتان، وكيم لا تجد أي صعوبة في إرضاع الصغيرة، وبالتالي هي تخسر وزناً بسهولة، مشددة على أن كل الوزن الزائد (يدوب بكل بساطة). وأضافت الصديقة أن (كيم) ليست قلقة بشأن خسارة الوزن، لأنها تعلم أنه سيختفي تدريجياً، موضحة أنه قبل الولادة كانت كارديشان قلقة من الأمر، لكن بعد الإنجاب لم يعد هذا الأمر أولوية بالنسبة إليها، مؤكدة أن (نورث) هي الأولوية، وكيم تستمتع بأنها أصبحت أما). وكانت كارديشان (32 عاماً)، أنجبت الطفلة في 16 يونيو بمستشفى (سيدار - سينا) غرب هوليوود، وجاءت الولادة مفاجئة قبل 5 أسابيع من الموعد المحدد.



دياز خلفاً لبولوك في (آني)

بعد انسحاب الممثلة ساندرا بولوك، تطلّ الممثلة الأميركية، كاميرون دياز، في فيلم (آني) الموسيقي، حيث ستؤدي دور مديرة المدرسة الشريرة (السيدة هانيفان). وذكر موقع (هوليوود ريبورتر)، أن شركة (سوني) المنتجة للفيلم، أكدت مشاركة دياز في الفيلم، وكانت الشركة أجرت محادثات مع الممثلة ساندرا بولوك، لتؤدي الدور، ولكن من دون التوصل إلى اتفاق. وسيؤدي الممثل جيمي فوكس، دور الليونيل الذي ينقذ الطفلة اليتيمة (آني)، التي تؤدي دورها الممثلة كوفينزهازي واليس، من الميتم، والفيلم الذي تقدمه شركة (سوني) هو من إنتاج النجمين ويل سميت وجاي زي.



The Heat . . . يكسر قاعدة الأفلام البوليسية

يشمل فيلم The Heat جميع العناصر التي يمكن توقعها من أي فيلم بوليسي (شراكة صعبة بين شرطين مختلفين تماماً ومطاردة للسيارات وملاحظات حدقة) فضلاً عن بعض المظاهر غير المألوفة كمشهد يشمل مشد (سبانكس) النسائي! صحيح أن فيلم The Heat يلتزم بنمط الأفلام (الرجالية) التي اشتهرت بفضل أعمال مثل Bad Boys وLethal Weapon، لكنه الفيلم السينمائي الوحيد الذي يتمحور هذا الصيف حول بطلتين رئيسيتين: ساندرا بولوك وميليسا مكارثي.



في مقصورتها في موقع تصوير فيلم Identity Thief لعرفة إذا كانت مهتمة بأداء دور مولينز. كما يحدث في كل شراكة سينمائية، تكون الكيمياء عاملاً أساسياً. في فيلم The Heat، تتطور الشخصيات من خصومة شديدة إلى صداقة حميمة خلال أقل من ساعتين. قالت بولوك: (لا بد من إقامة ترابط وثيق فوراً وإقامة علاقة سريعة في هذا العالم الغريب الذي نعيش فيه). أضافت مكارثي: (كانت مستعدة لتحمل كل شيء. استمتعت بمضايقها وممازحتها). ثم تابعت بولوك: (كان عالماً أننا للغاية).

الشخصية الأقوى

عند مقابلهما شخصياً، تمتعت بولوك بالشخصية الأقوى بينما كانت مكارثي أكثر تحفظاً على عكس الشخصيات الشقية والقوية التي تجسدها غالباً. لكن تتشارك المرأتان رغبتهما في عدم استعراض جسميهما على الشاشة بطريقة مبتذلة، في فيلم The Heat، تظهر بولوك بمظهر جدي (ثياب غير مكشوفة وشعر أملس) وتظهر مكارثي بصورة المرأة القوية التي تطارد المجرمين بسروال عسكري. أوضحت مكارثي: (تلك الخصائص الغريبة هي التي تحدد شخصية كل فرد من وجهة نظري. في أوقات كثيرة، يتجرد الفرد من جميع الأدوات، لا سيما المرأة. يجب أن تبدو الممثلة مثالية وأن تقدم أفضل أداء لها، وأن تكون متزنة ولألفة دوماً. لا أعرف أحداً بهذه الصفات، لكن تعجز الممثلة بذلك عن أداء دور فكاهي أو غريب). في أحد المشاهد، ترقص ألبورتون ومولينز في حانة وهما مملتان (اقترح فيج الاستعانة بمصمم رقص لكن رفضت الممثلتان تلك الفكرة خوفاً من ألا يكون رقصهما مربعاً بما يكفي). قالت مكارثي: (كان يجب أن تكون مضحكيتين إلى أقصى حد. يختلف الوضع بين الممثل ومن يشاهده من الخارج. يجب أن تكون نحن المزحة بعينها. يجب أن نطلق العنان لأنفسنا. كلما انغمستا في المشهد، يصبح مسلماً أكثر بالنسبة إلى المشاهدين. لكن الأمر الجيد أنني لم أكن أنا من مزقت سروالها!).

بما أن المرأتين هما فوق عمر الأربعين (وهي فئة عمرية تجاهلها هوليوود في العادة) وبما أن جسم مكارثي ليس نحيفاً بأي شكل، يصبح نجاحهما المشترك ظاهرة مثيرة للاهتمام وغير مأثوفة. قدمت بولوك (48 عاماً) ومكارثي (42 عاماً) نفسيهما بهذه الصورة العفوية التي تتعارض مع صورة نجوم السينما وحتى الرؤساء أحياناً (تبدو رفقتهم ممتعة). ولدت بولوك في فرجينيا وهي ابنة رجل متقاعد مع البناتون ومغني أوبرا، وقد برزت خلال التسعينات بسبب سحرها غير المألوف في أفلام مثل Miss Speed وCongeniality قبل أن تفوز بجائزة أوسكار عن دور أم جنوبية فظة في فيلم The Blind Side عام 2009.

نشأت مكارثي من مزرعة في إلينوي وقد مثلت في فرقة كوميديية في لوس أنجلوس اسمها Groundlings وظهرت في برامج تلفزيونية مثل Gilmore Girls وبرنامجها الراهن Mike & Molly قبل أن تبرز على الشاشة الكبيرة في الفترة الأخيرة. سطع نجمها في دور مركب كامرأة جامحة وبذيئة تشارك في حفل زفاف في فيلم Bridesmaids عام 2011 ورسخت مكانتها هذه السنة كنجمة تستطيع إنجاح أي فيلم عبر أداء دور محتالة تنصب على شخصية جيسون باتمان في فيلم Identity Thief الذي حقق نجاحاً مفاجئاً.

بالنسبة إلى بولوك، يُعتبر تزايد أهمية دور المرأة في الأعمال الكوميديية السينمائية تغييراً واعداً مقارنة بالفترة التي ظهرت فيها في هوليوود قبل 20 سنة. هي تنسب معظم ذلك التغيير إلى نشوء كتاب وممثلين في أن من أمثال ديلويد ومكارثي التي تصور وتمثل في عمل كوميدي من إنتاج شركة (وارنر بروس) بعنوان Tammy، وهي شاركت في كتابته مع زوجها الممثل بن فالكون.

أوضحت بولوك: (لا يزال الجوا العام أشبه بحقبة الغرب المتوحش. كانت كارول بيرتت تكتب أعمالها بنفسها. نجحت أولئك النساء المبدعات في فعل ذلك لكنهن كنّ استثناء على القاعدة. أتمنى أن نصل إلى اليوم الذي لا نقول فيه (نساء في الكوميديا) أو (الرجال والكوميديا) بل أن نكتفي بالسؤال عن المشاركين في العمل). لم يسبق أن تقابلت الممثلتان إلى أن اتصلت بولوك بمكارثي حين كانت

قالت بولوك: (إذا سألتنا أحد عن ما نريد فعله ولم تكن نريد أن نعمل فعلياً، يجب أن نختار أمراً مستبعداً جداً. هكذا كانت الشراكة في الفيلم حيث الشخصيتان متساويتان والسيناريو غير نسائي... بل إنه عميق وفكاهي وجريء وحماسي. إنه أمر اعتاد الشبان على فعله). فيلم The Heat من إخراج بول فيغ (Bridesmaids) والسيناريو من إعداد كاتبة فيلم Parks and Recreation، كاتي ديوليد، ويجمع بين ساندرا بولوك بدور سارة ألبورتون، عميلة متمزعة في مكتب التحقيقات الفدرالي وهي ترتدي بدلات لا تناسبها، ومكارثي بدور شانون مولينز، شرطية فظة من بوسطن ترتدي مثل مطربي الراب في حقبة الثمانينات. بدل التركيز على علاقة رومنسية، تتمحور القصة حول النواحي العاطفية الناجمة عن الوحدة التي تشعر بها المرأة الباردة في عملها. قال فيغ: (لم يكن الفيلم مكتوباً لشابين. يشمل الجانب الفكاهي عند النساء ويتناول مواضيع مثل الصداقة بين النساء وحياتهن في مكان العمل، لا سيما إذا فضلت حياتهن المهنية على تكوين أسرة وإنجاب أطفال).

فوق الأربعين

على الشاشة، تؤدي بولوك ومكارثي دور امرأتين سخيقتين لكن قويتين. في مقابلة مشتركة بينهما، سرعان ما تقمصتا دورهما كشخصيات عامة فتقاسمتا صور أولادهما الصغار وتجادلتا حول الرسائل النصية. قالت بولوك: (أنت لا تجيبين على الرسائل. هذا هو الواقع). فاجابته مكارثي: (بل أنا أرفع في كتابة الرسائل النصية أكثر من أي شيء آخر). ثم حددتا إلى أي درجة يمكنهما المزاح مع المرسلين. فقالت بولوك وهي تغمز: (أراهن أننا نستطيع إثارة جنونكم). لولا وجود الصحافيين وراء باب غرفة الفندق بعدد يقضي لإطلاق حملة رئاسية، كان يسهل أن ننسى أن هاتين الممثلتين هما من أقوى النساء في هوليوود، فهما تستطيمان إعطاء الضوء الأخضر لإنتاج أي فيلم والموافقة على المخرجين وشركاء البطولة. حين التزمتا بالتمثيل في فيلم The Heat، انتقل المشروع من كتابة السيناريو إلى التصوير خلال أسابيع، إنه تطور سريع في بلدة حيث تبقى أفضل السيناريوهات قيد التطوير طوال سنوات.



(ويني مانديلا)

بصالات السينما في 6 سبتمبر

أعلنت شركة إيمادج إنترتاينمنت الأميركية أن موعد إطلاق فيلم عن ويني مانديلا، طليقة الزعيم الجنوب إفريقي نيلسون مانديلا، من بطولة النجمين جينيفر هادسون وتيرانس هاورد، 6 سبتمبر المقبل، في شاشات السينما. وذكر موقع (ديلاين) الأميركي أن فيلم ويني مانديلا، الذي تؤدي فيه هادسون دور البطولة، إلى جانب تيرانس هاورد (نيلسون مانديلا)، سيرصع في 6 سبتمبر المقبل.

وتؤدي فيه هادسون دور زوجة الزعيم الشهير (آنذاك)، التي تناضل من أجل حرية زوجها خلال سجنه الطويل، والتي تعاني 18 شهراً من السجن بدورها. يذكر أن الفيلم للكاتب والمخرج داريل رودت، ويعرض قبل نحو 4 أشهر من عرض فيلم آخر بعنوان (مانديلا: الطريق الطويل إلى الحرية) الذي لا نقول فيه (نساء في الكوميديا) أو (الرجال والكوميديا) بل أن نكتفي بالسؤال عن المشاركين في العمل). لم يسبق أن تقابلت الممثلتان إلى أن اتصلت بولوك بمكارثي حين كانت

الفكر

اسبوع من راحة الذهن والجسم يساعد في علاج ارتجاج المخ



أكدت دراسة طبية أن القيام بإجازة لمدة أسبوع من كل النشاط الذهني والبدني له صلة بتحسين الأداء العقلي والحد من الأعراض في الأشخاص المصابين بارتجاج المخ. هذا ما أكدته رويترز عن مديرة مركز الارتجاج الرياضي في ولاية نيو جيرسي الأمريكية روزماري موزير قولتها إنه عادة ما تكون الراحة هي العلاج الرئيسي ولكنها ليست منهجية أو شاملة وتتفاوت وفقاً للطريقة التي يحدد بها الممارسون المختلفون هذه الراحة. وأمرت موزير 49 من مرضى المدارس الثانوية والجامعات بالراحة لمدة اسبوع كامل وكانت التوصية صارمة الا وهي انه لا يمكنهم الذهاب إلى المدرسة أو العمل أو الحديث بالهاتف أو

ممارسات التمرينات البدنية أو مشاهدة التلفزيون أو ممارسة أنشطة اجتماعية أو العمل على الكمبيوتر. وبدأ 14 من المرضى بالراحة خلال أسبوع من إصابتهم فيما بدأ 22 آخرون بالراحة خلال شهر من الإصابة بارتجاج في المخ وبدأ 13 مريضاً أسبوع الراحة فيما بين شهر وسبعة أشهر بعد الإصابة بارتجاج في المخ. ورأى المرضى الذين بدؤوا الراحة في غضون أسبوع من إصابتهم بالارتجاج أن الأعراض تتراجع من 22 نقطة إلى سبع نقاط على مقياس مؤلف من 132 نقطة بينما لاحظ الأشخاص الذين بدؤوا الراحة بعد أكثر من شهر أن الأعراض تتراجع من 28 إلى ثماني نقاط.

البطيخ يخفض ضغط الدم

ذكر الباحثان في جامعة فلوريدا الدكتور أرتورو فيغويرا وبهرام أرجمندي أن البطيخ يحتوي على الحمض الأميني أرجينين (arginine) وسيتروئين (citrulline) الذي يحسن عمل الشرايين ويخفض ضغط الدم في الشريان الأبهري.

وقال فيغويرا إن البطيخ هو أغنى مصدر طبيعي بالسيتروئين المرتبط بشكل وثيق بالأرجينين وهو الحمض الأميني الضروري لتكون حامض النتريك المساعد على تنظيم عمل الشرايين والحفاظ على معدل طبيعي لضغط الدم.

وأوضح فيغويرا أن السيتروئين يتحول إلى أرجينين في الجسم، مشيراً إلى أن البطيخ هو أفضل مصدر طبيعي لحمض السيتروئين المتوفر أيضاً بشكل صناعي على شكل أقراص.

تراكم الدهون الناتجة عن

الجلوس يهدد بأمراض القلب

كشفت دراسة أمريكية أجريت مؤخراً أن الجلوس لفترات طويلة يساعد على تراكم نوع ضار من الدهون حول القلب تظل مكانها دون تأثير حتى وإن مارس هؤلاء الأشخاص التمارين البدنية بشكل منتظم.

عرضت الدراسة بمؤتمر جمعية القلب الأمريكية بلوس أنجلوس، حيث قامت الباحثة بريتا لارسن من جامعة كاليفورنيا، بفحص أكثر من 500 شخص أمريكي من كبار السن من خلال أشعة التصوير الطبقي بالكمبيوتر لتلاحظ زيادة تراكم نوع من الدهون الضارة حول القلب عند الأشخاص الذين يمضون أوقات طويلة في وضع الجلوس.

وقد وجدت الدراسة أنه كلما زادت فترات الجلوس، زادت منطقة الدهون المتراكمة حول القلب.

وتحذر الباحثة من أن هذا النوع من الدهون يرتبط بأمراض الأوعية الدموية بالقلب، كما تتدخل في وظائف القلب وتسبب الشرايين.

وقد أشارت الدراسة إلى أن ممارسة التمارين لا تساعد في التخلص من تلك الدهون المتراكمة على القلب وإن كانت تقلل من الدهون التي تتراكم حول أعضاء الجسم الأخرى والتي تسبب في الإصابة بالسكري والمتلازمة الأيضية.



فتاتان مشجعتان ترتديان قناعين لاجوني ديب خلال العرض الأول للفيلم الألماني الجارس الوحيد في برلين. (رويترز)

قرأت لك

فوائد الليمون وعصيره

- إضافة نقطتين من عصير الليمون على الفرشاة مع معجون الاسنان يجعل الاسنان ناعمة البياض.
- شرب اكواب من الليموناضه الدافئة يعالج نزلات البرد لاحتواء الليمون على فيتامين (ج).
- تمرير نصف ليمونه على بشرة الوجه الدهنية بعد غسله بالماء الدافئ يعمل على انقباض المسام، ويقلل من الصفة الدهنية للبشرة.
- تدليك اظافر اليدين بعصير الليمون يخلصها من اي اصفرار ويمنع تصفنها بسهولة.
- اضافة ملعقة من عصير الليمون للارز اثناء الطهي تجعله اكثر بياضا . - وضع قليل من عصير الليمون في الزيت المهدل لثلي السمك يحد كثيرا من رائحة السمك، كما ان اضافة الليمون عند شواء الطيور والاسماك يكسبها نكهة لذيذة.
ايضا يعتبر الليمون فعال في ازالة الصدا باضافة الملح اليه في غسل الاقمشة والملابس، وثبت ان ميكروبي الكوليرا وحمى التيفود يهلكان في محلول يحتوي على 1% من عصير الليمون لذا ينصح تعقيم مياه الشرب به عند انتشار الوبئة ومهم ايضا تربة البيت ان تضع قليل منه عند السلق للقتل على الميكروبات والحفاظة على الصحة.

ايضا يعتبر الليمون فعال في ازالة الصدا باضافة الملح اليه في غسل الاقمشة والملابس، وثبت ان ميكروبي الكوليرا وحمى التيفود يهلكان في محلول يحتوي على 1% من عصير الليمون لذا ينصح تعقيم مياه الشرب به عند انتشار الوبئة ومهم ايضا تربة البيت ان تضع قليل منه عند السلق للقتل على الميكروبات والحفاظة على الصحة.

سؤال وجواب

• ماذا نقصد بالاعراب؟

اعطاء الكلمة حقها من الرفع والنصب والجر

• ماذا نقصد بكلمة بشت؟ وما أصلها؟

فارسي وتعني غطاء الظهر

• ما معنى كلمة عصامي؟

الذي يبني نفسه بنفسه

• من هن بنات الفكر وبنات الليل؟

بنات الفكر الآراء وبنات الليل الأحلام

• ما معنى كلمة الأخطل؟

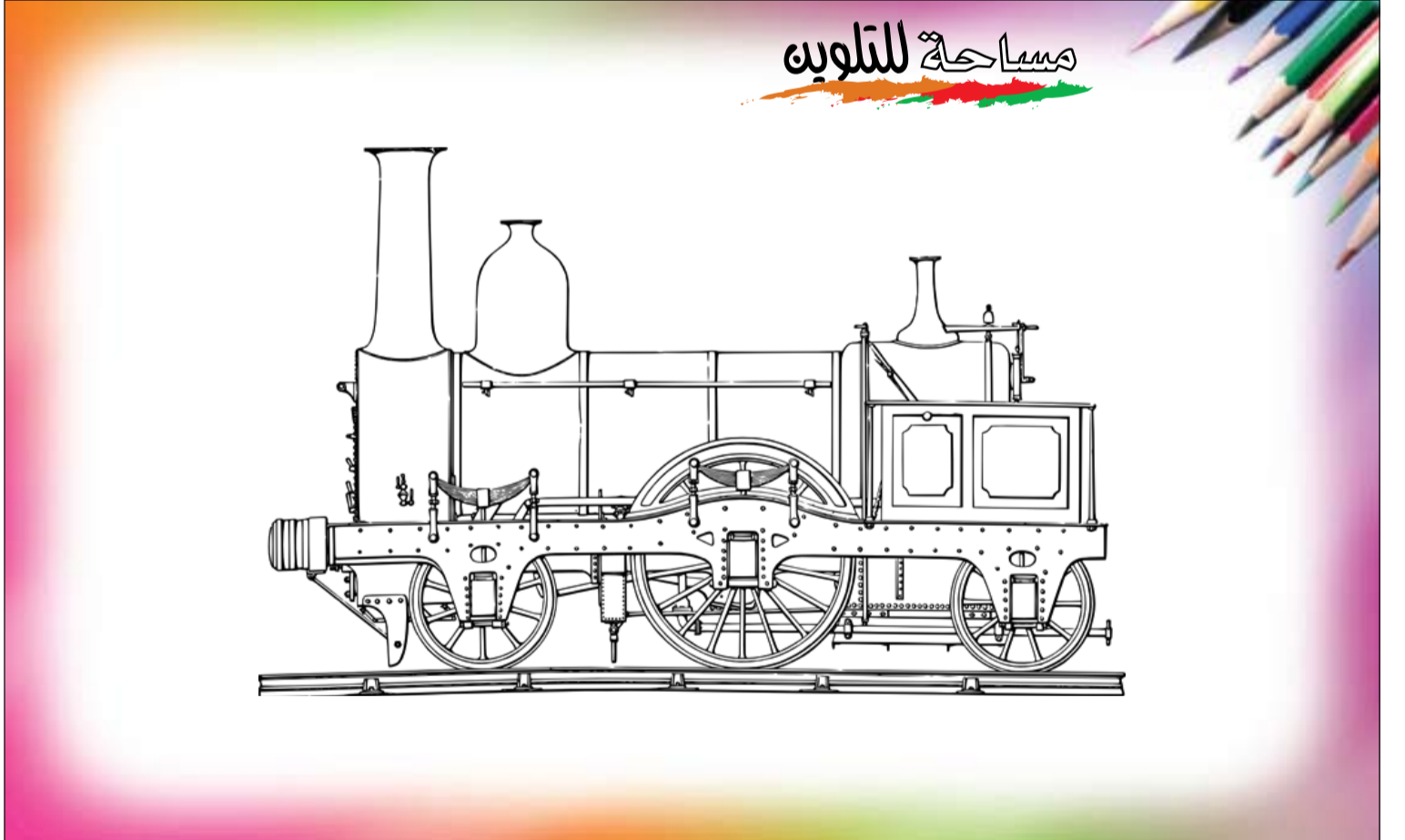
الأخطل هو طويل الأذنين.

هل تعلم؟

- لاحظ علماء الحيوان أن أنثى حيوان الأرماديللو - وهو حيوان جنوب أمريكي يشبه القنفذ - تحمل وتلد دائماً 4 أجنة من الجنس نفسه، أي أنهم يكونون جميعاً إما ذكورا وإما إناثا.
- تشير تقديرات علماء الفلك إلى أن مجرة (درب التبانة) - التي تشكل كواكب المجموعة الشمسية جزءاً منها - ومجرة (اندرو ميذا) العملاقة ستصادمان بعد نحو ملياري سنة.
- قلب سمكة الروبيان يوجد في رأسها.
- السرعة القصوى للعبار الناري تبلغ حوالي 1065 متراً في الثانية أي ما يوازي 3 أضعاف سرعة الصوت تقريباً.
- كشفت بحوث مخبرية عن أن دخان السجائر يحتوي على أكثر من 200 مادة كيميائية سامة من بينها 43 مادة على الأقل تسبب السرطان.
- قبل بضع سنوات، ضربت ساعة رعدية ملعباً لكرة القدم في جمهورية الكونغو الديمقراطية خلال إحدى المباريات، الغريب أن تلك الساعة قتلت جميع لاعبي أحد الفريقين في حين لم يصب أي لاعب من لاعبي الفريق المنافس بسوء.

قصة العم مسعود

قام العم مسعود من نومه قبل طلوع الشمس فصلى الفجر وأكل لقيمات بسيطة وشرب كوب الشاي الاسود ثم خطا اولى خطواته نحو باب كوخه الصغير وهو يقول: بسم الله.. توكلنا على الله الرزاق مقسم الرزاق ومشى يرتل بعض ايات الذكر الحكيم حتى وصل إلى مكانه المعتاد الذي يحبه على الشاطئ وجلس ليلقي بصنارته البسيطة إلى الماء وينتظر فرج الله حتى مرت دقائق ودقائق وبدأت الصنارة تهتز واحس بنقلها وقال: ما شاء الله انها سمكة كبيرة احس بذلك ومررت دقائق قبل ان يستطيع سحبها ووضعها في عربة خشبية صغيرة يجرها وراءه يحمل فيها اسمائه وهكذا تكرر الوضع معه كل بضع دقائق تهتز الصنارة لتخبره بوجود سمكة ليسحبها ويجدها كبيرة وكانها تغارله بحب وترسل له قبلاتها مع تلك الاسماك وبعد ان مر وقت كاف وامتألت عربته بالخير الوفير ورزق يكفيه قام وحمد الله وجمع اغراضه وعاد في طريقه إلى السوق فباع مامعه وكسب كثيرا واشترى طلبات بيته واولاده وعاد ماشيا لبيته يرتل ايات من القرآن الكريم حمدا وشكرا لله فوجد في طريقه جاره الغني عبد الله وهو يقف في يده مبلغ كبير كسبه في ذلك اليوم لأنه صاحب مركب .. فأخذ يراقبه وهو يدفع للعمال اجورهم ثم يدفع للميكانيكي الذي يصلح له المركب ويدفع ضرائب الحكومة ويدفع آه انه دفع كثيرا مامدا لم يتبق معه غير مبلغ بسيط ربما يملك الحاج مسعود في يده الان اكثر منه بقليل .. سبحانك يا رزاق يا موزع الرزاق لو كان عندى مركب كهذه لنفدت نقودي على كل هؤلاء ولم يبق معي ما أردته ان يكون لي حقا ان كل حي في هذه الدنيا يأخذ نصيبه والحمد لله .. وضمن صنارته لصدوره وكأنه يتمنى من الله ان يبقياها له فهي مركبه الذي يعتمد عليه في رزقه ورزق عياله.



معاذ احمد ملاع

متفوق في دراسته.. ومتعاون مع زملائه.. بهوى الرسم والتلوين.. ويتمنى ان يصبح مهندس في المستقبل.. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.



عبد الرحمن ياسر شملان

متفوق في دراسته.. ومتعاون مع زملائه.. بهوى الرسم والتلوين.. ويتمنى ان يصبح معلم في المستقبل.. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.



محمد ياسر شملان

متفوق في دراسته.. ومتعاون مع زملائه.. بهوى الرسم والتلوين.. ويتمنى ان يصبح طبيب في المستقبل.. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.



ايمان ياسر شملان

متفوقة في دراستها.. ومتعاونه مع زملائها تهوى الرسم والتلوين.. وتتمنى ان تصبح طبيبة في المستقبل.. وتهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.