

# منوعات العلم

ص 22

مشاهد تمثيلية تحكي  
تطور التعليم شاركت  
فيه الجدة والأحفاد

ص 31

(كبير الخدم)  
يثير ضجة كبيرة  
حول العالم



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

الثلاثاء - 26 نوفمبر 2013 م - العدد 10955  
Tuesday 26 November 2013 - Issue No 10955

## بريطانيان يعبران العالم بعربة توك توك

حقق معلمان بريطانيان رقما قياسيا بعد أن قطعوا مسافة 37500 كيلومتر باستخدام عربة توك توك، وذلك في إطار رحلتها حول العالم الرامية لتعزيز حق الأطفال في التعليم. وزار نيك غوغ وريتشارد سيرز حتى الآن 37 بلدا في رحلتها التي انطلقت في أغسطس 2012 من بريطانيا بأوروبا مرورا بإفريقيا فآسيا، وصولا إلى أميركا اللاتينية.

المغامرة كانت صعبة، ولم تخل من المشاكل الميكانيكية التي تعرضت لها العربة الصغيرة ذات العجلات الثلاث، ووصل الأمر بالمعلمين إلى جرهما 70 كيلومترا في البيرو قبل إصلاحها. ويقول ريتشارد سيرز عن المصاعب التي اعترضت هذه المغامرة في أميركا الجنوبية رحلتنا في بيرو كانت محبطة لأن التوك التوك كان بحاجة للإصلاح كل يوم أو يومين تقريبا.

ويضيف المعلم البريطاني كان أمامنا 70 كيلومترا لتحطيم الرقم القياسي، وتعطلت العربة التي تزن 80 كيلوغرام، فقررنا مواصلة الرحلة عبر جرها، وبقينا كذلك ثلاثة أيام متواصلة.

وعن أهداف الرحلة، يقول نيك غوغ كان لدينا اهتمام بالدور الذي يمكن أن يقوم به التعليم في إطار التنمية، وأردنا إشراك الشباب في ذلك.

ويوضح غوغ الذي ينتظر مع زميله دخول موسوعة غينيس للأرقام القياسية، عندها جاءتنا فكرة التوك توك، فقررنا أن نسافر حول العالم لنشر وتعزيز ثقافة الحق في التعلم.

ويأمل المعلمان أن تنجح مغامرتهم حول العالم بأهمية المؤسسات ورجال الأعمال بأهمية المساهمة في التعليم، لما له من دور محوري في إحلال السلام، كما يقولان.

ومن المقرر وصول سيرز وغوغ الشهر المقبل إلى مدينة ريو دي جانيرو في البرازيل، حيث تنتهي واحدة من أكثر المغامرات إثارة وغرابة حول العالم.

## كيف ينجز طفلك واجباته المدرسية

عاد الأولاد إلى المدرسة وإلى الواجبات المدرسية. وقد يشكّل ذلك مصدر استياء للأهل والأولاد على حد سواء، ويدفعهم أحيانا إلى الغضب والبكاء. ولا شك في أن تحديد وقت معين لإنجاز هذه الواجبات وتخصيص مكان مناسب لذلك يسهّلان على الجميع هذه المهمة. لكنك تستطيعين أيضا استخدام الحاسة الأقوى لدى ولدك لتضمني نجاحه في هذه العملية.

بعد الجلوس فترة طويلة في الصف، يحتاج الولد الذي يتمتع بحاسة لمس قوية إلى فترة وجيزة للركض واللعب قبل أن يتمكن من التركيز على إنهاء واجباته المدرسية. أعدي له وجبة خفيفة واركبه يلهو قليلا قبل أن تساعد في واجباته المدرسية.

يواجه هذا النوع من الأولاد صعوبة في الجلوس، ويتلهى غالبا بكل ما يدور من حوله. لذلك خصصي له مكانا هادئا للدرس في المنزل. وقد يكون من الأفضل أن تقومي أنت أيضا خلال هذه الفترة بنشاط مثل مراجعة الفواتير أو القراءة. يجب الولد الذي تكون حاسة اللمس لديه الأقوى المشاركة في العمل ضمن مجموعة. لذلك، إن كانت عائلتك تضم أكثر من ولد، فاطلبي منهم جميعا القيام بواجباتهم المدرسية بهدوء في مكان واحد. واحرصي على أن تؤمّني له كل ما يحتاج إليه، مثل الأقلام، السورق، وغيرها، قبل أن يبدأ

الدرس. فلن يتردد هذا النوع من الأولاد بالتذرع بالبحث عن قلم أو كتاب أو أي سبب آخر للتهوؤ والتنقل في المنزل.

**بيان موجز**

يحتاج الولد الذي تكون حاسة السمع لديه الأقوى إلى تقديم بيان موجز عما فعله قبل أن يتمكن من الجلوس وإنجاز الواجبات المنزلية. لذلك خصصي فترة في برنامجك للاطلاع على "ما حدث في المدرسة اليوم". كذلك قد يفضل هذا الولد التحاور معك خلال إنجاز فروضه، ما يساهم في ترسيخ ما يتعلمه في ذهنه وتكوين فكرة أوضح عما عليه فعله.

يعالج الولد الذي يملك حاسة سمع قوية المعلومات بتريديها بصوت عال، لذلك لا تتوقعي منه أن يجلس بهدوء وينهي واجباته. خصصي له مكانا هادئا للدرس، مكانا لا يسمع فيه صوت التلفزيون ولا تتوافر فيه أي مصادر إلهاء سماعية. وعندما يرغب هذا النوع من الأولاد في الابتكار، ترفيه يستمع إلى جهاز iPod أو إلى موسيقى خافتة. فهذه الطريقة يرضي حاسة السمع ويتمكن من التركيز على ما يقوم به.

يحتاج الولد الذي يتمتع بحاسة بصر قوية إلى الاسترخاء، عند العودة إلى المنزل، بالقيام بنشاط غير بصري لبرهة. لذلك يجب ألا يشاهد التلفزيون فور عودته من المدرسة، بما أن هذا يضرط في تحفيزه. قدمي لولدك وجبة خفيفة واركبه يلهو قليلا قبل بدء الدرس. يفضل هذا الولد الحصول على مكتبته الخاص أو مساحة محددة

مخصصة للدرس ينظمها كما يحلو له، وحاولي أن تكون هذه المساحة له وحده ومحظورة على الأولاد الأصغر سنا الذين لن يترددوا في ترك بصماتهم في المكان. احرصي أن تؤمّني له كل ما يحتاج إليه من أقلام وكتب ودفاتر وغيرها. وهكذا توفرين على ولدك مشقة إضاعة الوقت في التنظيم والترتيب بدل الدرس. قد يكون هذا النوع من الأولاد شديد الحرص على تقديم واجباته المنزلية بأفضل شكل ممكن. لذلك تحلي بالصبر عندما يشعر أن عليه إعادة واجب ما لأنه لا يبدو في رأيه جيدا كفاية.

**تواصل عاطفي**

سيرغب الولد الذي تكون حاسة الذوق أو الشم لديه الأقوى في التواصل معك عاطفيا ما إن يعود إلى المنزل، ما يعيق إنجاز واجباته المنزلية. يستصعب هذا الولد عملية الانتقال من المنزل إلى المدرسة، وقد يرفض القيام بفروضه بعد انتقاله إلى نمط المنزل. ويمكن هذا النوع من الأولاد أيضا إلى المماطلة في الدرس. فما يحتاج إلى 10 دقائق يستغرق إنجازها 30 دقيقة. واجبي هذه المشكلة بحضه على الانتهاء من واجباته بأسرع وقت ممكن. خصصي فترة وجيزة لوجبة خفيفة، ثم اطلبي منه البدء بالعمل، وعديه بإمضاء بعض الوقت المميز مع العائلة أو أحد الأصدقاء عند الانتهاء. وإذا لم تتمكني من تحطيم هذه المشكلة، فقد يكون من الأفضل أن تشركيه في مجموعة تقوم بالواجبات المدرسية معا، أو أن تصطحبيه إلى المكتبة بعد المدرسة، فيسهّل عليه ذلك عملية الانتقال من المدرسة والعمل إلى المنزل والعلاقات.

لا شك في أن إنجاز الواجبات المدرسية مهمة صعبة، ويعالجها كل ولد بطريقة مميزة الخاصة. ولكن لم لا تستغلي حاسة ولدك الأقوى لتعلميه مهارة تساعد على إنهاء دروسه بنجاح؟

## تكنولوجيا جديدة تمكن تذوق وصفات الطعام عبر التلفزيون

يبود أن مشاهدي التلفزيون سيتمكنون قريبا من تذوق الوصفات التي تظهر في برامج الطهي بفضل تكنولوجيا جديدة تعيد تجسيد الطعم إلكترونيا.

وتداعب برامج الطهي الشهيرة برامج الذوق لدى بعض المشاهدين، لكنهم قد يتمكنون قريبا من تذوق الطعام بأنفسهم بمساعدة هذه التكنولوجيا التي طورها علماء من جامعة ستافورد الوطنية. وذكرت صحيفة (ديلي تليجراف) البريطانية أن العلماء طوروا جهاز محاكاة يستخدم أقطابا كهربائية لتحفيز برامج الذوق الموجودة على اللسان لإعادة استنشاق الشعور بال مذاق والحلو واللذع والمر أيضا.

ويأمل الباحثون في أن يستخدم هذا النظام الجديد في المستقبل للسماح لمشاهدي التلفزيون بتجربة مختلف النكهات أثناء مشاهدة برامج الطهي المفضلة لهم.

كما أشار الباحثون إلى إمكانية استخدام تلك التكنولوجيا في ألعاب الكمبيوتر ألافساح المجال أمام مشاركة الناس للوجبات عبر الإنترنت.

## صورة على تويتر

ب 1.2 مليون دولار

رفع مصور أميركي دعوى قضائية على وكالة الصحافة الفرنسية ووكالة بيع الصور Getty Images بعد استخدامها دون إذن صورة في ملكيته نشرها على الموقع الاجتماعي تويتر. وقضت محكمة أميركية بتعويض الصور الأميركي دانيال موريل بمبلغ 1.2 مليون دولار تدفعها الوكالتان جزاء استخدامها صورة لا تملك حق استعمالها. ونقلت وكالة الصحافة الفرنسية الإخبارية الصورة عن أحد الحسابات في موقع تويتر ومن ثم قامت بإرسالها إلى وكالة خدمات الصور Getty Images الشركة التي. ولم تتوقف الصورة عند وكالة الصور Getty Images وإنما انتشرت بشكل كبير ليتم استخدامها من قبل العديد من المواقع والوكالات الإخبارية بما فيها واشنطن بوست. وقالت وكالة الصحافة الفرنسية إن قوانين تويتر تسمح بإعادة استخدام الصور دون إذن من التقطها، إلا أن قاضي المحكمة قضى بأن تويتر لا يسمح بإعادة استخدام الصور لأغراض تجارية دون إذن مسبق. وتعود الصورة التي أكتسبت مصورها 1.2 مليون دولار إلى أحد الناجين من زلزال هايتي، الذي ضرب سواحل البلاد في يناير من عام 2010.

## عشاء عيد الشكر.. في الفضاء

يحتفل رواد الفضاء المتواجدين على متن محطة الفضاء الدولية بعيد الشكر الأميركي عبر تناول عشاء تقليدي من الديك الرومي. وقال رائد الفضاء في وكالة الفضاء الأميركية (ناسا) توم مارشورون، إن الأشخاص على متن محطة الفضاء الدولية سيستمعون بوجبة عشاء تقليدية في عيد الشكر يوم الخميس المقبل. وأشار إلى أنه تمت إضافة بعض اللمسات على الوجبة لتتلاءم مع الفضاء مثل الديك الرومي المدخن الذي عُرض لإشعاعات والبطاطا المهروسة مستقرة الحرارة وغيرها من الأطعمة التقليدية. وبالطبع سيستمع الجالسون على طاولة العشاء بأجمل اطلالة على الاطلاق. وأعلنت فيكي كلوريس، مديرة نظام الغذاء في محطة الفضاء الدولية إن الناسا تطور تقنيات حديثة للأطعمة المستهبة في الفضاء من أجل الحد من حجم الأغراض التي يتم تجميعها. ويتواجد على متن محطة الفضاء الدولية حاليا أميركيان، وياباني، و3 روس.

## 13 قتيلا في عواصف ثلجية في الولايات المتحدة

اعلنت وسائل الاعلام الاميركية الاحد ان 13 شخصا على الاقل لقوا مصرعهم في جنوب غرب الولايات المتحدة الذي شهد تساقط ثلوج وامطار، قبل ايام من عيد الشكر احد اهم المناسبات التي يحتفل بها الاميركيون.

ويفترض ان تستمر العاصفة الثلجية متوجهة شرقا في الايام المقبلة بينما يستعد عشرات الملايين من الاميركيين للسفر برا او جوا بمناسبة عيد الشكر الذي يحتفل به الخميس.

وظهرت لتقطات للمنطقة المتضررة بالعاصفة طبقات كثيفة من الجليد تغطي الارصفة. وقال خبراء الارصاد الجوية في موقع اكيويدر.كوم ان تساقط الثلوج سيستمر على جبال الابالاش ونيو انغلند حتى الاربعة، اليوم الذي يشهد عادة حركة سفر استثنائية بمناسبة عيد الشكر.

واضافوا ان امطارا غزيرة في الجنوب يمكن ان تؤثر على حركة السير والنقل الجوي. وتوقعت المنظمة الاميركية للسياحة ان يسافر اكثر من 43 مليون شخص بمناسبة عيد الشكر الذي يحتفل فيه الاميركيون في اجواء عائلية عادة. وحاليا، ادى الجليد والسيول الى اوضاع خطيرة في ولايات اوكلاهوما وكاليفورنيا ونيومكسيكو واريزون.

ولقي اربعة اشخاص حتفهم في حوادث متفرقة في اوكلاهوما، واربعة آخرون في حادثين في تكساس. وقتلت طفلة في الرابعة من العمر عندما انقلابت السيارة التي كانت فيها في نيومكسيكو، كما ذكرت شبكة ان بي سي نقلا عن عناصر في الشرطة وفرق الانقاذ.

وفي كاليفورنيا، اول ولاية ضربتها العاصفة الاسبوع الماضي، قتل شخص بكابلات كهربائية مقطوعة بينما لقيت امرأة مصرعها في سقوط شجرة على سيارتها. ولقي شخص ثالث حتفه في حادث سير، حسب ان بي سي.

وفي ولاية اريزونا جرفت السيول نجمت عن سوء الاحوال الجوية رجلا في نهر سانتا كروز. وقد عثر على جثته الجمعة.

## المشاكل المالية تقلل القدرة على التفكير

كشفت دراسة جديدة نشرتها صحيفة ديلي تلغراف أن المشاكل المالية التي يواجهها المرء تقلل قدرته على التفكير في أشياء أخرى وتضعف بدرجة كبيرة نسبة الذكاء بنحو 13 نقطة.

وقالت الدراسة إن القلق بشأن المسائل المالية يستنفد القدرة العقلية الثمينة ويحد من القدرة على اتخاذ القرار، مما يزيد خطر ارتكاب الأخطاء التي تقود إلى المزيد من الديون.

في المقابل فإن أولئك الذين لديهم مشاكلهم أقل بشأن المال لديهم نطاق ذهني أكبر للتركيز على مسائل مثل التعليم والتدريب وإدارة الوقت بطريقة صحيحة.

ويزعم الباحثون أن العجز الإدراكي الذي يعانيه البعض مع المشاكل المالية يمكن أن يكون مكافئا لفقدان 13 نقطة من نسبة الذكاء أو الحرمان الكامل من النوم ليلا.

وقد كشفت دراسات سابقة أن الذين لديهم مشاكل مالية أكثر يميلون لأن يكونوا أسوأ حالا في بعض المهام الإدراكية، مثل اتخاذ القرارات بشأن المال، لكن سبب وتأثير الارتباط غير واضح.

## حفرة نارية مستعرة منذ 40 عاما

رصدت صحيفة ديلي ميل البريطانية حفرة نارية مستعرة في قلب الصحراء منذ ما يزيد على 40 عاماً، والتي لقبقتها وسائل الإعلام المختلفة باسم بوابة الجحيم، والتي تحوي بداخلها تكونات طينية مستمرة في الغليان.

ويتمدد عمق بوابة الجحيم، الواقعة بقرية ديروزوي في تركمانستان، إلى ما يزيد من 50 متراً، فيما يبلغ عرضها نحو 70 متراً، وقد ظلت مستعرة منذ عام 1971، إثر سقوط حفارة غاز طبيعي أثناء عملية تنقيب عن الغاز، في عهد الاتحاد السوفيتي سابقاً.

ولم يكتشف العلماء الجيولوجيون - حتى الآن - أسباب بقاء النيران مستعرة خلال العقود الأربعة، رغم توقعات علماء وقت اندلاعها بأنها ستستغرق ما لا يزيد على أربعة أيام لتتطفئ ذاتياً، وهو ما يجعلها تصنف ضمن قائمة الظواهر الطبيعية الأغرب على مستوى العالم.



# منوعات الفكر

22



## مشاهد تمثيلية تحكي تطور التعليم شاركت فيه الجدة والأحفاد



وكل أبناء الإمارات لترتسم البسمة على وجوه الجميع وفي مقدمتهم الجدة التي التف حولها الأحفاد في سعادة مرديين العبارات والأناشيد التي تحكي تراث الإمارات المقرون بالحدادة.

بوسع الجدة ضمن المشهد التمثيلي للأوبريت خاصة عندما رأت أحفادها يتعاملون مع ال (آي باد) ووسائل التكنولوجيا الحديثة إلا أن تدعو الله أن يحفظ هذا الوطن من أجل أحفادها

بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة قد أعطى أولويات للتعليم باعتباره الوسيلة الوحيدة والهامة للارتقاء بالشعوب وبناء الأوطان. هذا ولم يكن

الطلاب ومعهن الطلاب أن يستخدموا أحدث التقنيات العلمية ومنها الروبوت الذي قوبل من الجدة التي تمثل مرحلة ما قبل الحدادة بدهشة واستغراب الأمر الذي جعلها تعقد مقارنة ومحاكاة ل (التومينة) التي كانت أقصى ما طلع إليه الأسرة في تعليم أبنائهم. حيث يحتفل الجميع بالابن أو الأبنة اللذان أتوا حفظ القرآن.

لم يكن هذا أقصى ما أرادت طالبات وطلاب (الراقية) أن يبرهنوا عليه من خلال هذه المشاهد التمثيلية التي جاءت في شكل أوبريت اهتمت به مديرة المدرسة السيدة (رايا) ووفرت له جميع الإمكانيات وكيلتنا المدرسة عضراء سالم الدرهمكي وموزة سالم الكندي وأشرفت على إعداده وتنفيذه شادية محمد علي سالم وسائلة محمد الشاذلي ورنند دريد سعيد وسرور علي همامي وسوزان جمال عبد الحميد ومنى حسين ريان ومنى خيري وكليتم التبادي ولكن أرادت الطالبات ومعهن الطلاب أن يؤكدوا للجميع أن التعليم يأتي في مقدمة اهتمامات قيادات الوطن وأشاروا إلى أن مجلس أبوظبي للتعليم الذي يحظى باهتمام سمو الشيخ محمد

العين-الفجر:  
تصوير-محمد معين:

مراحل تطور التعليم في دولة الإمارات كان حاضرا وبقوة في احتفالية شارك فيها مائة وستة وثمانون طالبا وطالبة من مدرسة (الراقية) بمدينة العين بمناسبة العيد الوطني لدولة الاتحاد حيث حاول الطلاب والطالبات من خلال مشاهد تمثيلية أن يعقدوا مقارنة بين الماضي والحاضر عندما كان التعليم يقتصر فقط على الطوع وعندما أنشئت مدرسة (النهائية) بمدينة العين والتي درس بها صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة كانت تمثل حدفا فرديا حيث لم يتجاوز أعداد طلاب المدرسة التسعة والثلاثين طالبا وفي تدرج حاول طلاب وطالبات الراقية أن ينقلوا الحضور من المشاهدين في الاحتفالية التي استضافتها بلدية العين وحرص على حضورها عدد من المسؤولين بها منهم راشد علي النعيمي وخليفة حارب الشامسي من المراحل البدائية للتعليم إلى المتطور الذي يناهس الكثير من مدارس العالم المتقدم حيث استطاعت



## علم الإمارات ومشهد في حب الوطن

العين-الفجر:

علم الإمارات شكل واحدة من الفقرات الهامة التي صاحبت احتفالية مدرسة الراقية حيث قامت بعض الطالبات برفع علم الدولة بألوانه الأربعة وبجانبه طلاب وطالبات يرتدون الزي العسكري لقوات وطنهم حيث قوبل العلم بتحية كل من حضر في القاعة على قدر اتساعها.



## أدوات تراثية صنعت في الإمارات

العين-الفجر:

التراث شكل فقرة هامة في وجدان طالبات (الراقية) حيث تواجدن في مجلس زينت خلفيته بأدوات تراثية صنع معظمها من سعف النخيل إضافة إلى حرفة الغزل والنسيج التي كانت تجيدها الكثير من السيدات.



## (التومينة) ومحاكاة لحلقات حفظ القرآن

العين-الفجر:

الطلاب في مشهد لمحاكاة التعليم قديما حيث يتحلق الجميع حول المطوع في محاولة لحفظ بعض الآيات من القرآن الكريم ليكون ختام حفظ القرآن احتفالية (التومينة) التي طالما انتظرها الآباء والأمهات يتلفون خلالها التهنية لما حققه أبنهم.



## أنشودة ثقافتنا وأغنية فرحة الإمارات بمشاركة الطالبات

خلالها أن تنقل الحضور بمن فيهم أمهاتهن وأبائهن وأسرته المدرسة التي ينتمون إليها إلى جو من الفرحة يشارك فيها جميع أبناء الإمارات عنوانها (العيد الوطني) لقيام دولة الاتحاد.

حرصت الطالبات وأثناء ترديد أنشودة ثقافتنا على ارتداء الزي الإماراتي التراثي ليكون معبرا صادقا عن كل ما يصدر منهم من عبارات هي مكونات الأنشودة. كما قدمت الطالبات أغنية فرحة الإمارات أرادت من

خصصت للعيد الوطني الثاني والأربعين حيث أرادت الطالبات من خلال هذه الأنشودة أن تؤكد الهوية الوطنية لأبناء هذا الوطن والتي تشكل الثقافة جزء هام وأساسي في هذه الهوية.

العين-الفجر:

كان الأنشودة التي رددتها طالبات الراقية للتعليم الأساسي بمدينة العين ضمن احتفالية



# منوعات الفكر

23



## المسنون يعانون اضطرابات الأكل

اضطرابات الأكل عادة يسبب المراهقة، لكنها شائعة أيضاً بين المسنين. فقد أظهرت الأبحاث أن 3.5% من النساء في سن الخمسين أو أكثر يعانين الإفرام في تناول الطعام، في حين تذكر 8% منهن أنهم أرغم أنفسهم على التقيد. تُعرف دوامة الإفرام في الأكل والتقيد هذه بالتهتم العصبي (bulimia nervosa) الذي يعود إلى حالة نفسية. ومن اضطرابات الأكل الأخرى القهيم العصبي (anorexia nervosa) الذي يصيب الناس عندما يقتنعون بأنهم يعانون زيادة في الوزن، فيجوعون أنفسهم إلى حد يعرضون معه حياتهم للخطر. للحصول على مزيد من المعلومات، اقرأ الكتاب الجديد في منشورات جامعة هارفارد، Almost Anorexic، للطبيب جينيفر توماس وجيني سايفر (لطلب الكتاب، زر الموقع [www.health.harvard.edu/books///almost-anorexic](http://www.health.harvard.edu/books///almost-anorexic)).

تُدعى الحالة الأكثر شيوعاً بين المسنين القهيم حسب. فيخلل القهيم العصبي، لا تعود هذه الحالة إلى نظرة مشوهة إلى وزن الجسم. توضح الدكتورة سوزان سولومون، خبيرة متخصصة في طب المسنين ومدربة في كلية الطب في جامعة هارفارد: (تشهد هذه الحالة عموماً مع اقتراب نهاية الحياة، فيتوقف المسن عن تناول الطعام، يخسر الوزن، يزداد ضعفاً، ويصبح أقل تفاعلاً اجتماعياً. نتيجة لذلك، يكونون أكثر عرضة للمرض. تبدأ حالة المريض عادة بالتراجع التدريجي المستمر، فيزداد اعتماده على الآخرين إلى أن ينتهي به المطاف إلى الموت).



## لا تتجاهل

### عوارض السكتة الدماغية

إذا كنت تعتقد أنك تعاني عوارض سكتة دماغية تزول في غضون دقائق، فلا تتجاهلها. لا تزيد العوارض خطر إصابتك بسكتة دماغية قوية حسب، بل تشير أيضاً إلى خطر إصابتك بمشاكل في الذاكرة والتفكير. هذا ما أكدته دراسة نُشرت في موقع Neurology. يُصاب المريض بسكتة صغيرة (أو ما يُدعى أيضاً نوبة إقفارية عابرة transient ischemic attack) عندما يسد دم متخثر تدفق الدم إلى الدماغ لفترة وجيزة. تظهر العوارض عادة فجأة ولا تدوم أكثر من خمس دقائق ولا تسبب ضرراً دائماً. تشمل العوارض صعوبة في التكلم بوضوح، دوارة، خدرًا في أحد جانبي الجسم، صعوبة في السير، وضع. يشير الباحثون إلى أن احتمال الإصابة باضطرابات الإدراك والتفكير يرتفع بين من يعانون هذه العوارض، مقارنة بمن لا يُصابون بها. ويضيف الباحثون أن الاكتشافات التي توصلوا إليها تُشدد على أهمية مناقشة هذه العوارض التي تشبه عوارض السكتة الدماغية، مع طبيب العائلة، حتى لو لم تدم طويلاً. يوضح الدكتور غاد مارشال، بروفسور مساعد متخصص في علم الأعصاب في كلية الطب في جامعة هارفارد: (من الضروري الاتصال بالطبيب في الحال عندما يُصاب المريض بعوارض مماثلة، وإذا شملت ضعفاً في أحد جانبي الجسم أو فقدان القدرة على الكلام فجأة، يجب نقل المريض إلى غرفة الطوارئ فوراً كي يقيم الأطباء حالته. فهذه في الغالب عوارض نوبة إقفارية عابرة).



## غذاء لنظر قوي

إذا رغبت في حماية نظرك، فابحث عن طعام يحتوي على المواد المغذية التالية حين تقصد السوق للتبضع. ما من طعام أكثر ارتباطاً بقوة النظر من الجزر. فمنذ طفولتنا ونحن نسمع أن علينا التهام تلك الجزرات البرتقالية إذا رغبتنا في حماية نظرننا. لا شك في أن هذه العلاقة بين الجزر والنظر ليست مجرد خرافة.

يحتوي الجزر على كمية كبيرة من الفيتامين A، الذي يُعتبر أساسياً للمتعة بنظر جيد. ولكن ما من مادة مغذية تستطيع أن تضمن نظراً سليماً تماماً على

المطهو (مليغرام في كل نصف كوب).  
أحماض أوميغا3- الدهنية  
يحمي حمض أوميغا3- الدهنيان EPA وDHA خلايا الشبكية. وقد ليمونة هندية وردية متوسطة الحجم (44 مليغراماً)، البروكولي النقي (39 مليغراماً في كل نصف كوب).

الفيتامين E  
يحمي مضاد الأكسدة القوي هذا العينين من التأثيرات المضرة للجلد والحرارة. وعند تناوله مع البيتا كاروتين والفيتامين C يحيد الفيتامين E من مخاطر الإصابة بالتنكس البقعي.  
إلى كم تحتاج؟ 15 مليغراماً/يومياً من عنصر ألفا-توكوفيرول من الفيتامين E.  
أين يتوافره؟ الحبوب، البذور، الزيوت النباتية، بذور دوار الشمس (12 مليغراماً في كل ربع كوب)، اللوز (7 مليغرامات في كل ربع كوب)، زيت العصفور (5 مليغرامات في كل ملعقة كبيرة)، الفول السوداني (3 مليغرامات في كل ربع كوب).

الزنك  
يحمي الزنك الشبكية، كذلك ينقل الفيتامين A إلى الشبكية بغية إنتاج خضاب الميلانين الواقي.  
إلى كم تحتاج؟ 8 مليغرامات/يومياً.  
أين يتوافره؟ المحار المطهو (74 مليغراماً في كل 85 غراماً)، السلطعون المطهو (6.5 مليغرامات في كل 85 غراماً)، حبوب الفطور المدعّم (3.8 مليغرامات في كل ثلاثة أرباع كوب)، أفخاذ الدجاج (2.4 مليغرام في كل 85 غراماً)، اللبن مع الفاكهة (1.7 مليغرام في كل كوب)، والحليب (1.0 مليغرام في كل كوب).

بيتا كاروتين / الفيتامين A  
البيتا كاروتين خضاب برتقالي ينتمي إلى مجموعة من المواد المغذية تدعى الكاروتينات. يستخدم جسمنا هذه المواد لإنتاج الفيتامين A، الذي يساعد الشبكية في تحويل الضوء إلى إشارات يعالجها الدماغ. وعندما نتناول البيتا كاروتين مع الفيتامينين E وC وأملاح الزنك، فإنه يبطئ تقدم التنكس البقعي المرتبط بالعمر.  
إلى كم تحتاج؟ 700 ميكروغرام يومياً في حالة من بلوغا التاسعة عشرة من عمره أو تخطوها.  
أين يتوافره؟ البطاطا الحلوة (961 ميكروغراماً من الفيتامين A في كل نصف كوب)، البطلين الملح (953 ميكروغراماً في كل نصف كوب)، الجزر النقي (538 ميكروغراماً في كل نصف كوب)، الشمام (467 ميكروغراماً في نصف شمامة).

لوتين وزيكسانثين  
تبيّن أن مضاد الأكسدة هذين يحميان البقعة، وهي جزء من الشبكية مسؤول عن الرؤية المركزية الواضحة. وتصاب هذه البقعة بتلف في حالة المرضى المصابين بالتنكس البقعي.

إلى كم تحتاج؟ مع أن ما من معايير محددة في هذا الشأن، إلا أن الأبحاث تشير إلى أنك تحظى بفوائد كبيرة من تناول 6 إلى 12 مليغراماً من هذين المادتين يومياً.  
أين يتوافره؟ الكالي المطهو (10.3 مليغرامات في كل نصف كوب)، السبانخ المطهية (6.7 مليغرامات في كل نصف كوب)، البروكولي المطهو (1.7 مليغرام في كل نصف كوب)، ملفوف بروكسل (نصف كوب).

الفيتامين C  
يحمي الفيتامين C. مضاد أكسدة آخر، العينين من التلف الذي قد تسببه جزيئات غير مستقرة تدعى الجذور الحرة. وهكذا يحيد هذا الفيتامين من خطر الإصابة بالساد.  
وعند تناوله مع المواد المغذية الأخرى (بيتا كاروتين، الفيتامين E، وزنك)، تبيّن أنه يحيد من تقدم مرض التنكس البقعي.  
إلى كم تحتاج؟ يُنصح عادة بتناول 75

إلى كم تحتاج؟ مع أن ما من معايير محددة في هذا الشأن، إلا أن الأبحاث تشير إلى أنك تحظى بفوائد كبيرة من تناول 6 إلى 12 مليغراماً من هذين المادتين يومياً.  
أين يتوافره؟ الكالي المطهو (10.3 مليغرامات في كل نصف كوب)، السبانخ المطهية (6.7 مليغرامات في كل نصف كوب)، البروكولي المطهو (1.7 مليغرام في كل نصف كوب)، ملفوف بروكسل (نصف كوب).



## تجنّب المشي يزيد من تراجع حالة المريض ويفاقم عجزه

# الشرايين المسدودة تسبب الألم أثناء السير

يساعدك التمرن بانتظام على المشي مسافات أطول والحد من الشعور بالانزعاج. يُعتبر ألم الساق الذي يبدأ عندما تسير ويخف حين تتراح أحد أبرز عوارض حالة تدعى العرج المتقطع. تنشأ هذه الحالة عندما يمنع تراكم الدهون على جدران شرايين الساق تدفق الدم بحرية إلى العضلات التي تستخدمها خلال التمرن، ما يحرمها من الأوكسجين. وقد تشعر بالتنجس في القدم، بطة الرجل، الفخذ، أو الوركين، وذلك وفق موضع الانسداد.  
تتمن المشاركة في أن السير يبقى المفتاح الأساس للتخفيف من ألم العرج المتقطع. يذكر الدكتور جوشوا بكمان، طبيب متخصص في علم الأوعية الدموية وبروفسور مساعد في مستشفى Brigham and Women's التابع لجامعة هارفارد، (من الفوائد التي تجنيها من المشي إلى أن تشعر بالألم أنك ستتمكن من اجتياز مسافات أطول مع الشعور بألم أقل).

ما أفضل الحلول؟  
يزيد العلاج بالسير تحت إشراف طبي المسافة التي يستطيع المريض اجتيازها على آلة مشي بنحو 200% في بعض الحالات. لكن المشكلة تكمن في أن التأمين لا يغطي عادة هذه الخدمة. كذلك يواجه من يعانون الألم في ساقهم صعوبة في الانتقال إلى مكان العلاج.  
لكن الأبحاث تؤكد أيضاً أن السير بمفرده يعزز التمثل، خصوصاً إن كنت تتمرّن بانتظام. إلا أن دكتور بكمان يشير: (قد تواجه صعوبة في إيجاد الحافز الكافي للتمرّن عندما لا تخضع لأي إشراف).

السير مع آخرين  
حاول أن تمشي من 30 إلى 45 دقيقة كل يوم، ثلاث إلى خمس مرات في الأسبوع. وكفي لا تتعاسق، اطلب من أحد أصدقائك أو أقربائك التمرن معك.  
كذلك يساعد السير مع أشخاص آخرين يعانون مرض الشرايين المحيطية في تحقيق مكاسب كبيرة. شملت دراسة، أُجريت أخيراً، مجموعة من 200 شخص مصابين بهذا المرض. واعتاد هؤلاء الاجتماع أسبوعياً لمناقشة مسائل مرتبطة بمرضهم ولتتمرّن معاً. ونُصحوا أيضاً بالسير في المنزل لمدة 50 دقيقة خمس مرات في الأسبوع.  
بعد ستة أشهر، صار بإمكان المشاركين اجتياز مسافة أطول بنحو 12% مقارنة بما كانوا يقطعونه مع بدء الدراسة. ولا شك في أن هذه الفائدة بالغة الأهمية بالنسبة إلى من يعانون مرض الشرايين المحيطية. في المقابل، تبيّن أن المشاركين الذين حظوا ببعض النصائح الإرشادية من دون التمرن معاً كمجموعة، باتوا يسيرون مسافة أقصر مما كانوا يجتازونه عند انطلاق الدراسة.  
تُظهر هذه الدراسة، إذاً، أن السير مع الآخرين يعرض المريض لضغط اجتماعي جيد ويفهعه للسير مسافات أطول. وتستند هذه الفائدة إلى المسافة التي تقطعها ومدى تمرّنك بانتظام. فقد نجح عدد كبير

من مرضى الدكتور بكمان في زيادة المسافات التي يجتازونها بمعدل ضعفين أو حتى ثلاثة أضعاف.  
دور الأدوية  
تساهم الأدوية أيضاً في التخفيف من آلام الساقين الناتجة عن مرض الشرايين المحيطية، إلا أنها لا تحل محل التمرن. أما إذا كان ألم الساقين مبرحاً ولا يتفاعل مع العلاجات المعتمدة، فقد يضطر المريض إلى الخضوع إلى جراحة هدفها توسيع المواضع المسدودة من الشرايين.  
إلا أن دكتور بكمان يؤكد أن الأدوية والجراحة علاجان مكملان للمشي؛ صحح أن علاجات تخفف الألم الناتجة عن مرض الشرايين المحيطية، إلا أنها لا تحمل فوائد إضافية مرتبطة ببرنامج تمرن منتظم.

القوائد  
مثبط الإنزيم المحول للأنجيوتنسين ACE inhibitor (كابيتوبريل، ليزينابريل، رامبيريل، وغيرها).  
تحد من مخاطر الإصابة بنوبة قلبية، سكتة دماغية، والموت. وتشير إحدى الدراسات إلى أن الرامبيريل يزيد المسافة التي يستطيع المريض اجتيازها.  
جرعة منخفضة من الأسبرين أو الكلوبيدوغريل (Plavix).  
تحد من مخاطر الإصابة بنوبة قلبية، سكتة دماغية، والموت، إلا أنها لا تزيد المسافة التي يستطيع المريض اجتيازها.  
سيلوستازول (Pletal)  
يزيد من المسافات التي يستطيع المريض اجتيازها ويحد من الألم.  
أدوية الستاتين المحفزة للكوليسترول (أتورفاستاتين، أتورفاستاتين، وغيرها).





# منوعات العمر



## مفاهيم التطور تغير تفكيرنا بالشيخوخة البيولوجية

سيؤثر التفكير الجديد بشأن الطبيعة التطورية للشيخوخة البيولوجية بعمق في الأبحاث الطبية التي تتناول الأمراض المرتبطة بالسن. إليك السبب.  
قبل داروين، لم يفكر أحد بأن أصل مدة الحياة يختلف عن أصل الخصائص الأخرى التي تطبع كل فصيلة من الكائنات. السبب الذي منح الفأر ذليلاً طويلاً وعيوناً خرزية جعله أيضاً يعيش لفترة محددة، وتفاوتت تلك الفترة بين مختلف الأجناس. تتراوح مدة حياة الثدييات بين أقل من سنة عند بعض الفئران وأكثر من 200 سنة عند بعض الحيتان.

وهي لا تتماشى بأي شكل مع فكرة (البقاء للأصلح) ولا مع نظرية الشيخوخة غير المبرجة المعاصرة. في عام 2002، تابع عدد من علماء البيولوجيا البارزين كتابة فكرة مفادها أن الشيخوخة المبرجة عند الثدييات تعتبر مستحيلة نظرياً. نتيجة لذلك، تجاهل الباحثون في مجال الطب الأدلة المتزايدة على الشيخوخة المبرجة مثل الجينات التي تسبب مظاهر الشيخوخة. من المعروف أن كلمة (مستحيل) تصف أي كمية من الأدلة.

في غضون ذلك، حاول عدد من واضعي النظريات الآخرين خلال الستينيات شرح بعض التناقضات الواضحة الأخرى بين الملاحظات المتوافرة ونظرية التطور. تعتبر نظرية داروين أن كل حيوان فردي يناضل لضمان صموده الشخصي وصمود شريكه وتوجيه سلالته والتصدى لمنافسيه من الفصيلة نفسها. أنتج الفرد الذي صمد لفترة أطول وتكاثر بنسبة أكبر عدداً إضافياً من الأبناء الذين يتبعون بنصمهم، الفردي الذي يختلف عن منافسيهم، وبالتالي نجح في نشر خصائصه الفردية.

هذا هو (بند المنفعة الفردية) أو مفهوم (كلب يأكل كلب) ضمن نظرية التطور لداروين. حصل إجماع واسع على أن التدهور والموت الناجمين عن الشيخوخة لا يمثلان أي منفعة تطورية من وجهة نظر الثدييات الفردية! لكن بالإضافة إلى جميع القواعد الاجتماعية البشرية والقوانين التي تحد مصلحة الأفراد خدمة للمنافع العامة، راقب واضعو النظريات سلوكيات الحيوانات (مبدأ (الخيرية)) حين تتصرف تلك الحيوانات بطريقة تتعارض مع مصالحها الفردية، وذلك على ما يبدو بهدف تحقيق منفعة عامة تضمن صمود الجماعة. ثم ظهرت مجموعة من التناقضات الأخرى بكل وضوح على مستوى (بند المنفعة الفردية). وسرعان ما ظهر عدد من النظريات التي تعتبر أن منفعة صمود الجماعة أو الأقارب، أو منفعة انتشار الجينات (نظرية الجينات المنفعة) تدعم نظرية الشيخوخة المبرجة عند الثدييات. أي تلك المفاهيم الضرورية لدعم نظرية الشيخوخة المبرجة عند الثدييات. يُثبت ذلك صحة مفهوم الشيخوخة المبرجة لأن هذا النوع من الشيخوخة يتماشى بشكل أفضل مع الأدلة التجريبية.

متنوعة فردية طرحت الاكتشافات في علم الوراثة (بعضها حديث نسبياً) مسائل إضافية ترتبط بنظرية الألبية التطورية التقليدية التي تضمن المنفعة الفردية حصراً. اليوم، يُعتبر افتراضان على الأقل من افتراضات داروين (وهما أساسيان في موضوع المنفعة الفردية وغير الفردية) خاطئين على الأرجح. اليك الحقيقة المستجدة: عملية التطور ليست بسيطة وسلسلة بل إنها معقدة وعشوائية. ربما لاحظ القارئ أن أبرز نظريتين متقاربتان في ما بينهما ولكنهما بعيدتان عن نظرية التطور التقليدية، انتهى الجدل بين هاتين الفكرتين: لا تولد أي ضرر واضح من الناحية التطورية (وبالتالي لم تطور الأجناس يوماً عمراً أطول)، أو يؤدي الحد من الصمود بعد مرحلة حاسمة من المنفعة بسيطة على الأقل (وبالتالي طورت الأجناس آليات انتحار). التجادل حول الاختلاف بين المنافع المدومة وشبه المدومة نهج عقيم وغير نافع.

يتضح الآن أكثر من أي وقت مضى أن الشيخوخة المبرجة عند الثدييات هي النظرية الصحيحة. تعتبر نظريات الشيخوخة المبرجة القائمة، رهناً أن مجموعة واسعة من المنافع التطورية تنتج عن حدود العمر المبرجة. حتى إن بعض المدافعين البارزين عن نظرية الشيخوخة غير المبرجة اعترفوا بصحة المفاهيم التطورية المرتبطة بالمنافع غير الفردية، أي تلك المفاهيم الضرورية لدعم نظرية الشيخوخة المبرجة عند الثدييات. يُثبت ذلك صحة مفهوم الشيخوخة المبرجة لأن هذا النوع من الشيخوخة يتماشى بشكل أفضل مع الأدلة التجريبية.

مؤشرات مستقلة ما أهمية هذا التطور؟ تتوقع نظريات الشيخوخة المبرجة وغير المبرجة

منعطفة تطورية. في المقابل، اعتبرت النظريات غير المبرجة أن كل فصيلة تتمتع بحاجة تطورية للعيش خلال فترة معينة، وبالتالي لا تطور إلا القدرة على تجاوز عمليات التدهور الطبيعية بالدرجة الضرورية للعيش حتى ذلك العمر. يشرح المفهوم السبب الذي يمنح مختلف الأجناس عمراً مختلفاً. كذلك يتطلب المفهوم تعديلات كي تتماشى مع فكرة (البقاء للأصلح) التي تعلمناها جميعاً في صف علم الأحياء في المرحلة الثانوية.

متنوعة تطورية تركز النظريات غير المبرجة المعاصرة على فكرة طرحها بيتر مدور الحاصل على جائزة نوبل، فهو افترض في عام 1952 عدم وجود منعطفة تطورية للعيش أو التكاثر بعد مرحلة عمرية معينة لكل فصيلة. في الحقيقة، تنطبق نظرية (البقاء للأصلح) على الكائنات الشابة، ويمكن تعريف كلمة (شابة) هنا نسبة إلى العمر الذي يسمح للكائن بالترواج. لا تهتم الطبيعة بما يحصل للكائنات السنة. فالموت والتدهور ليسا عائقاً تطورياً إلا إذا حصل قبل مرحلة عمرية حاسمة.

بالنسبة إلى معظم الناس الذين كانوا ينتهون إلى الدرس في صف علم الأحياء، تبدو فكرة امتلاكنا شكلاً من آية الانتحار التي تحد مدة الحياة سخيفة

في عام 1859، جاء مفهوم (البقاء للأصلح) مع داروين لغير تلك الفكرة. قبل إن الكائنات تطور خصائص لا تُعد ولا تُحصى وتكون كل واحدة منها كفيفة بإطالة الحياة/أو تعزيز عملية التكاثر. بما أن إطالة الحياة وتعزيز التكاثر ظاهرتان إيجابيتان، قيل إن الكائنات تتبع تطورها وصولاً إلى الخلود. لكن في الوقت الراهن، بعد مليارات السنين من تطور مدة الحياة، لماذا لم تصبح الكائنات خالدة أو على الأقل محدودة بالقدر نفسه بفعل قانون فيزيائي أو كيميائي عالمي؟ لماذا تتفاوت مدة الحياة لهذه الدرجة حتى بين الكائنات المتشابهة من الناحية البيوكيماوية؟ كتب المفكرون المعاصرون في تلك الحقبة لداروين وطرحو عليه هذا السؤال! كان واضعو النظريات البيولوجية يسعون منذ ذلك الحين إلى تطوير نظرية تناسب نظرية التطور وتماشى في الوقت نفسه مع الأدلة التجريبية مثل الملاحظات المرتبطة بمدى الحياة.

اليوم، يصلق معظم اختصاصيي الشيخوخة والباحثين في مجال الطب واحدة من نظريتين أساسيتين ظهرت في نهاية المطاف عن الشيخوخة: نظريات الشيخوخة المبرجة التي اقترحت للمرة الأولى في عام 1882 تعتبر أن الأجناس عموماً مزودة بآلية لتنظيم العمر، وهي تحد مدة الحياة عمداً وتحصرها بقيمة معينة لكل فصيلة بهدف الحصول على

## تحديد المواقع العالي) أكثر دقة

من المعروف أن أداء (نظام تحديد المواقع العالمي (GPS) ضعيف عموماً: في المناطق المكتظة بالمباني، يجد النظام صعوبة في تحديد المبني الصحيح داخل المدن. تكمن المشكلة في تدخل إشارات الأقمار الاصطناعية التي تنعكس على المباني. تبث هوائيات Vray الجديدة من إنتاج شركة (لوكاتا) الأسترالية إشارة واضحة عبر جمع الإشارات من مستقبلات متعددة لتحديد الموقع والتخلص من التشتيت. حتى الآن وحده الجيش استعمل هذه التقنية، لكن تبدو الهوائيات الجديدة رخيصة بما يكفي كي تنتشر على نطاق أوسع.



## ملابس المستقبل متوهجة

هل أنت مستعدة كي تبدأ ملابسك باللمعان؟ (نيو ساينتست) تؤكد أن أولى الملابس الإلكترونية التي يمكن التحكم بها قد ظهرت. ابتكرت مصممة الأزياء إليزابيث بيغر ملابس Lume، وهي عبارة عن سترات جلدية وثياب قصيرة وفساتين. تكون جميع هذه الأنواع مزودة بصمام ثنائي مرن وبعاءت للضوء ويمكن التحكم به عبر تطبيق على الهاتف الذكي، على سبيل المثال، يمكن استعمال تطبيق Lume لا لتقاط صورة لقطعة ثياب تريد أن تتماشى معها الأضواء. الصمام الثنائي الباعث للضوء يكون مدسوساً في القماش كي لا يلمس بشرة المستخدم وكي لا يكون الضوء لامعاً بشكل مزعزع.



## اقطع سمكتك بالـ 3G

بات الرجال الآليون يبيعون الآن في فن تقطيع السمك إلى شرائح. تطور فريق هاري ويستافيك في مصايد الأسماك والمزارع ضمن مجموعة SINTEF في تروندهايم، النرويج، نظاماً لتقطيع الأسماك المستزرعة عبر استعمال كاميرا تلتقط صوراً ثلاثية الأبعاد للحيوانات. يحل نظام الحلول الحاسوبية الصور لمعرفة أفضل موقع للتقطيع قبل أن تتولى ذراع الرجل الآلي إتمام المهمة. يمكن أن يميز النظام بين مختلف الأجناس، ما يسمح له بتصنيف الأسماك بحسب نوعها. يستطيع أيضاً أن يحدد الوزن عبر تقدير الحجم استناداً إلى الصور ثم يكتل على كثافة السمك النموذجية.

## رواد الفضاء . . هل يحملون حبواً للانتحار؟

قد يكون عالم الفيزياء الفضائية، كارل ساغان، المسؤول الأول عن إشاعة أن رواد وكالة الطيران والفضاء الأميركية (ناسا) يحملون معهم حبوب انتحار. تخيل أنك تسيّر خارج مركبة فضائية. كانت كل الأمور تسير وفق الخطة. لكن فجأة يتقطع الجبل الذي يربطك بالمركبة. وكما لو أنك ترى أسوأ كوابيسك يتحقق ببطء، تبدأ بالابتعاد تدريجياً عن منطقة الأمان، متجهاً نحو مساحات الكون الشاسعة حيث يسود الظلام الحالك. يُعتبر هذا السيناريو، الذي تناوله فيلم الخيال العلمي Gravity، مستبعداً، مع أنه يبقى ممكناً بالنسبة إلى كل من يفامرون بالسفر إلى الفضاء الخارجي. إذا واجهت سيناريو ماثلاً، فماذا تفعل؟

أضر عالم الفيزياء الفضائية كارل ساغان، الحائز مرتين على ميدالية الخدمة العامة المتميزة من ناسا، على هذه المسألة المثيرة للجدل، حتى إنه ذكرها في كتابه Contact. لكن قائد أبولو 13، جيم لوفل، يخالفه الرأي. واجه لوفل، مع زميله في الفريق جاك سويجارت وفريد هابس، احتمال الضياع في الفضاء بعدما أعاق انفجار في خزانات الأوكسجين عمل قمره العداة في أبولو 13. كتب لوفل عام 1975: (مند بعثة أبولو 13، سأنتي كثيرين: هل كنتم تحملون حبوب انتحار معكم؟ كلا، لم أسمع بأمر مماثل مطلقاً خلال السنوات الإحدى عشرة التي أمضيتهَا كرائد فضاء وكمدبر تنفيذي في ناسا). يؤكد غيري غريفين، مدير سابق في مركز جونسون للفضاء في هيوستن بتكساس تصريح لوفل، مبيناً بصراحة: (إذا رغب رائد الفضاء إنهاء حياته، فيقدم له الفضاء فرصاً عدة).







افتتح أعمال القمة العالمية للاقتصاد الإسلامي وشهد حفل جائزة الاقتصاد الإسلامي



## محمد بن راشد: التاريخ يكتب والمستقبل يصنع هنا في الإمارات

الولايات المتحدة - فئة الأغذية الحلال: طريق الزعفران - الولايات المتحدة - فئة الأوقاف: الأوقاف النيوزيلندية - نيوزيلندا. - فئة السياحة العالمية: شركة تايمز فايف العالمية - دولة الإمارات العربية المتحدة. - فئة المنتجات الصيدلانية والتجميلية الحلال: منتجات تاناميرا تريبوليا سبا- ماليزيا. - فئة التأمين الإسلامي: شركة أي سي آر الفايضة - ماليزيا. - فئة الإعلام والترفيه: شركة أوبكتنج - جمهورية مصر العربية. - فئة الصيرفة الإسلامية: سي إم بي الإسلامي - ماليزيا. - فئة الأزياء والنص الإسلامي: بيتر ساندرز للتصوير المملكة المتحدة. - فئة الصناديق الاستثمارية الإسلامية: سدكو كابيتال- المملكة العربية السعودية. - فئة تنمية المؤسسات الصغيرة والمتوسطة: مبادرة شركة- شارك فكرة للدكتور شهاب مرزبان جمهورية مصر العربية. - فئة الأبحاث والتعليم: معهد أكيلا للتطوير الإسلامي - دولة الإمارات العربية المتحدة. - فئة المعايير والمقاييس: المجلس الإسلامي الأمريكي للغذاء والتغذية - الولايات المتحدة. وتبدأ فعاليات اليوم الثاني من القمة العالمية للاقتصاد الإسلامي بجلسة نقاش حول التمويل والخدمات المصرفية المتوافقة مع أحكام الشريعة وتضم عددا من الرؤساء التنفيذيين ومن ثم حفل توزيع جوائز الإبداع والابتكار في مجال استهلاك القيم الأخلاقية في قطاع الخدمات المصرفية الإسلامية.



الإنجاز مدى الحياة في قطاع الاقتصاد الإسلامي ليصنعه الواضحة في مسيرة البنك الرامية إلى دعم القطاع الخاص وانطلقت فعاليات اليوم الأول من القمة الاقتصادية العالمية للاقتصاد الإسلامي التي يتم تنظيمها بالتعاون بين غرفة تجارة دبي و تومسون رويترز وبالتنسيق مع مبادرة دبي عاصمة الاقتصاد الإسلامي التي تم تنظيمها بالتعاون بين غرفة تجارة وصناعة دبي وتومسون رويترز وبالتنسيق مع مبادرة دبي عاصمة الفئات المختلفة لجائزة الاقتصاد الإسلامي الذي يقدمون أفضل الحلول المبتكرة عالميا والمتوافقة مع معايير الاقتصاد الإسلامي. وتضم قائمة الفائزين ضمن الفئات المختلفة لجائزة الاقتصاد الإسلامي كلا من... فئة الصوك: مجموعة ماجد الظهير - دولة الإمارات العربية المتحدة. - فئة التمويل الإسلامي: مؤسسة كيفا -

مكتوم رئيس اللجنة العليا لتطوير قطاع الاقتصاد الإسلامي وعدد من الوزراء وكبار المسؤولين المحليين والعرب والعالميين. وتلقى الفائز بجائزة أفضل بنك إسلامي من فئة الفئات الخمسة من سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم رئيس مجلس إدارة دبي عاصمة الاقتصاد الإسلامي والتي يتم تنظيمها بالتعاون بين غرفة تجارة دبي و تومسون رويترز وبالتنسيق مع مبادرة دبي عاصمة الاقتصاد الإسلامي التي تم تنظيمها بالتعاون بين غرفة تجارة وصناعة دبي وتومسون رويترز وبالتنسيق مع مبادرة دبي عاصمة الفئات المختلفة لجائزة الاقتصاد الإسلامي الذي يقدمون أفضل الحلول المبتكرة عالميا والمتوافقة مع معايير الاقتصاد الإسلامي. وتضم قائمة الفائزين ضمن الفئات المختلفة لجائزة الاقتصاد الإسلامي كلا من... فئة الصوك: مجموعة ماجد الظهير - دولة الإمارات العربية المتحدة. - فئة التمويل الإسلامي: مؤسسة كيفا -

مكتوم رئيس اللجنة العليا لتطوير قطاع الاقتصاد الإسلامي وعدد من الوزراء وكبار المسؤولين المحليين والعرب والعالميين. وتلقى الفائز بجائزة أفضل بنك إسلامي من فئة الفئات الخمسة من سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم رئيس مجلس إدارة دبي عاصمة الاقتصاد الإسلامي والتي يتم تنظيمها بالتعاون بين غرفة تجارة دبي و تومسون رويترز وبالتنسيق مع مبادرة دبي عاصمة الاقتصاد الإسلامي التي تم تنظيمها بالتعاون بين غرفة تجارة وصناعة دبي وتومسون رويترز وبالتنسيق مع مبادرة دبي عاصمة الفئات المختلفة لجائزة الاقتصاد الإسلامي الذي يقدمون أفضل الحلول المبتكرة عالميا والمتوافقة مع معايير الاقتصاد الإسلامي. وتضم قائمة الفائزين ضمن الفئات المختلفة لجائزة الاقتصاد الإسلامي كلا من... فئة الصوك: مجموعة ماجد الظهير - دولة الإمارات العربية المتحدة. - فئة التمويل الإسلامي: مؤسسة كيفا -

•• دبي-وام:

أكد صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي أن الاستثمار في المستقبل هو الأساس الذي تبني عليه استراتيجيات وسياسات الدولة مشيراً إلى أن الدولة تتجه بتبنيها نحو إضافة الاقتصاد الإسلامي كمجال جديد من مجالات التميز التي تتمتع بها الدولة على الساحة الاقتصادية العالمية. وأضاف سموه إن التميز لا يكون بتقليد الآخرين بل بابتكار خدمات ومبادرات جديدة ونوعية تضيف إلى قطاع الاقتصاد الإسلامي كنموذج اقتصادي متكامل وتعزز مكانة دبي وتنافسيتها كعاصمة للاقتصاد الإسلامي حيث قال سموه: إذا كان التاريخ يكتب للمستقبل يصنع هنا في الإمارات ونحن قادرين بعزيمة أبنائنا وقتنا بقدراتنا وإمكاناتنا أن نكون العاصمة الاقتصادية للعالم الإسلامي. جاء ذلك في أعقاب افتتاح سموه أمس القمة العالمية للاقتصاد الإسلامي وذلك بحضور سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي وسمو الشيخ ماجد بن محمد بن راشد آل مكتوم رئيس هيئة دبي للثقافة والفنون وسمو الشيخ منصور بن محمد بن راشد آل مكتوم ومعالى محمد بن عبدالله القرقاوي وزير شؤون مجلس الوزراء رئيس المكتب التنفيذي لصاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل

### قدمت عرضاً عن مشاريع بناء وصيانة الطرق

## بلدية مدينة أبوظبي تشارك بـ 4 أوراق عمل في مؤتمر الاتحاد الدولي للطرق بالرياض

الإدارة التي توفر أقصى قدر من العوائد الاقتصادية والاجتماعية من الاستثمارات الوطنية في الطرق. يوفر الاتحاد للحكومات والمؤسسات المالية قاعدة واسعة من الخبرات لسياسات واستراتيجيات التخطيط والتنمية في قطاع الطرق بالنسبة، كما يقدم لمجمع التخصصيين في الطرق دعم ومعلومات تخصصية في تطوير البنية التحتية للطرق. ومع شبكة من الأعضاء في أكثر من 100 دولة، تعمل المنظمة على تعزيز وتنسيق الجهود للحفاظ على شبكات الطرق لتكون أفضل وأكثر أماناً واستدامة. ويعمل الاتحاد من خلال أعضائه ومن خلال شبكة من المنظمات المتعددة الأطراف، على تعزيز المنافع الاجتماعية والاقتصادية التي تتدفق من شبكات الطرق المخططة لها جيداً والسليمة بنيتها. يساعد الاتحاد في تطبيق الحلول التقنية والممارسات

التي تقوم بها البلدية، وكذلك تحدث و أدار جلسة عقدت من العمل من أجل السلامة المرورية فيما قدم المهندس حمد الجعدي رئيس وحدة عمليات تشغيل نفق الشيخ زايد حول نظام اسكادا وأنظمة الحماية والمرور والسلامة في النفق. وكرّم المؤتمر وفد البلدية بدرع شكر وتقدير وتقدير للمشاركة الفعالة في المؤتمر كواحد من أبرز الجهات الداعمة للاتحاد الدولي للطرق. والفاعلة في أنشطة وفعاليات المؤتمر. ناقش المؤتمر أكثر من 300 ورقة بحث علمية من أكثر من 92 دولة من مختلف دول العالم، تناولت الحلول المبتكرة للمشكلات التي تواجه قطاع الطرق والنقل وحظي بإقبال كبير من عدد من المختصين والمهتمين

المنزجة أو قيد الإنجاز في مجال بناء وصيانة الطرق والجسور وممرات المشاة، فضلاً عن خطط تطوير شبكة الطرق الداخلية والبنية التحتية في المناطق السكنية والمناطق قيد التطوير في مدينة أبوظبي. وشارك الوفد بأربعة أوراق عمل في الجلسات التنفيذية والندوات العلمية والفنية حول مشاريع ومبادرات البلدية الهادفة الى تطوير ورفع المستوى التشغيلي لشبكة الطرق في أبوظبي، حيث عرض المهندس ماجد الكثيري رئيس قسم خدمات المرور في إدارة الطرق الداخلية والبنية التحتية حول مشروع السلامة المرورية لمناطق المدارس في مدينة أبوظبي، فيما تناول عرض الدكتور جمال الظريف، مستشار قطاع البنية التحتية وأصول البلدية مبادرات الاستدامة في مشاريع

المنزجة أو قيد الإنجاز في مجال بناء وصيانة الطرق والجسور وممرات المشاة، فضلاً عن خطط تطوير شبكة الطرق الداخلية والبنية التحتية في المناطق السكنية والمناطق قيد التطوير في مدينة أبوظبي. وشارك الوفد بأربعة أوراق عمل في الجلسات التنفيذية والندوات العلمية والفنية حول مشاريع ومبادرات البلدية الهادفة الى تطوير ورفع المستوى التشغيلي لشبكة الطرق في أبوظبي، حيث عرض المهندس ماجد الكثيري رئيس قسم خدمات المرور في إدارة الطرق الداخلية والبنية التحتية حول مشروع السلامة المرورية لمناطق المدارس في مدينة أبوظبي، فيما تناول عرض الدكتور جمال الظريف، مستشار قطاع البنية التحتية وأصول البلدية مبادرات الاستدامة في مشاريع

•• أبوظبي-الفسح:

شاركت بلدية مدينة أبوظبي في المؤتمر والعروض الدولي السابع عشر للاتحاد الدولي للطرق التي نظمتها أمانة منطقة الرياض ووزارة النقل والأمان الدولي للطرق في مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية واستمر خمسة أيام شاركت فيه حوالي 2000 شخصية من الخبراء والمختصين والمهنيين العاملين في مجال تخطيط وتصميم وبناء وتشغيل وصيانة الطرق وأنظمة النقل في أكثر من 90 دولة من مختلف أنحاء العالم. قدم وفد البلدية برئاسة المهندس عيسى مبارك المزروعى المدير التنفيذي لقطاع البنية التحتية في المؤتمر عرضاً عن مشاريع بلدية مدينة أبوظبي

### الإمارات الإسلامي يطلق تحدي الابتكار لطلاب الجامعات في الدولة

## المصرف يتواصل مع الجامعات في الدولة بهدف تطوير حلول جديدة لوسائل التواصل الاجتماعي

### التركيز على تعزيز الوعي بالخدمات المصرفية الإسلامية واجتذاب المواهب الواعدة

الجامعة الفائزة على شهادة تقدير من المصرف، بالإضافة إلى شهادات مشاركة لجميع الطلاب المشاركين تقديراً لجهودهم. وفي معرض تعليقه على هذه المبادرة، قال بن غليظة: إن اعتماد الابتكار في تصميم منتجاتنا يعكس التزامنا بأعلى معايير الجودة في خدمة عملائنا نحن مدركون للنمو والتطور المتسارعين اللذين يشهدهما قطاع وسائل التواصل الاجتماعي، ونسلك بأن فئة الشباب هي الأكثر قدرة على فهم هذه القنوات والأكثر استخداماً لها. وتطلع من خلال هذه المبادرة إلى تفعيل تواصلنا مع الشباب لإطلاق مشاريع مبتكرة تتيح لنا تعزيز الفرص المتاحة عبر قنوات التواصل الاجتماعي. وأضاف: نسعى من خلال هذه المبادرة مع فرق من الطلاب الموهوبين من أفضل الجامعات المنتشرة في الدولة إلى الاستفادة من أسلوب تفكير جديد وروى تطويرية مبتكرة في هذا المجال الحيوي. وتأمل أن تثمر هذه المبادرة

قاعدة متعاملي المصرف ضمن أهم الفئات العمرية، إلى جانب ترسيخ حضور العلامة التجارية للمصرف. وسيتم تكليف المشاركين أيضاً بمهام تتعلق بتحسين الطرق المتبعة في توسيع قاعدة المنتجات التي يوفرها المصرف لعملائه، فضلاً عن كيفية استخدام وسائل الإعلام الاجتماعي لاجتذاب المواهب والحفاظ عليها. وشملت قائمة الجامعات التي سجلت فرقها للمشاركة في المسابقة كلاً من: جامعة هيريوت وات، الجامعة الأميركية في الشارقة؛ إس بي جين؛ بيتس بلان- دبي، جامعة وولونجونج وجامعة مبدلسيكس وفي أعقاب الاجتماع الأول مع المصرف وأعضاء الكادر التدريسي، ستمثل الفرق على إنجاز مقترحاتها لتسليمها في موعد أقصاه 5 ديسمبر 2013. وسيتم تقييم ومراجعة المشاركات وسيتم للمشاركين الذين تم اختيارهم فرصة عرض مقترحاتهم أمام جمال



بن غليظة، الرئيس التنفيذي للإمارات الإسلامي يوم 11 ديسمبر 2013. في حين سيتم الإعلان عن الفائزين خلال حفل خاص يقام في 23 ديسمبر 2013. حيث سيجري تكريمهم بميدالية وشهادة الإنجاز، بالإضافة إلى جائزة نقدية، وفرصة للعمل لدى الإمارات الإسلامي كما سيحصل فريق

أعلن الإمارات الإسلامي، أحد المؤسسات المالية الإسلامية الرائدة في دولة الإمارات العربية المتحدة، اليوم عن إطلاق تحدي الابتكار، السابقة الموجهة نحو طلاب الجامعات في دولة الإمارات العربية المتحدة لتطوير حلول جديدة لوسائل التواصل الاجتماعي في القطاع المصرفي. وتحدي الابتكار هو بمثابة مسابقة بين الجامعات، ويقدم منصة نموذجية للفرق المشاركة لتمثيل جامعاتها وتعزيز المنافسة فيما بينها. وتوجب على الفرق المؤلفة من ستة طلاب التسجيل مسبقاً للمشاركة في هذه المسابقة، وذلك قبل حفل إطلاق المسابقة الذي أقيم مؤخراً في المقر الرئيسي للإمارات الإسلامي. ويتوقع 10 فرق مشاركة لتقديم حلول وسائل التواصل الاجتماعي التي تساهم في إجراء القطاع المصرفي وتعزيز أدائه. وستعمل الفرق المشاركة على تطوير وسائل جديدة حول استخدام شبكات التواصل الاجتماعي لتساهم في تحسين



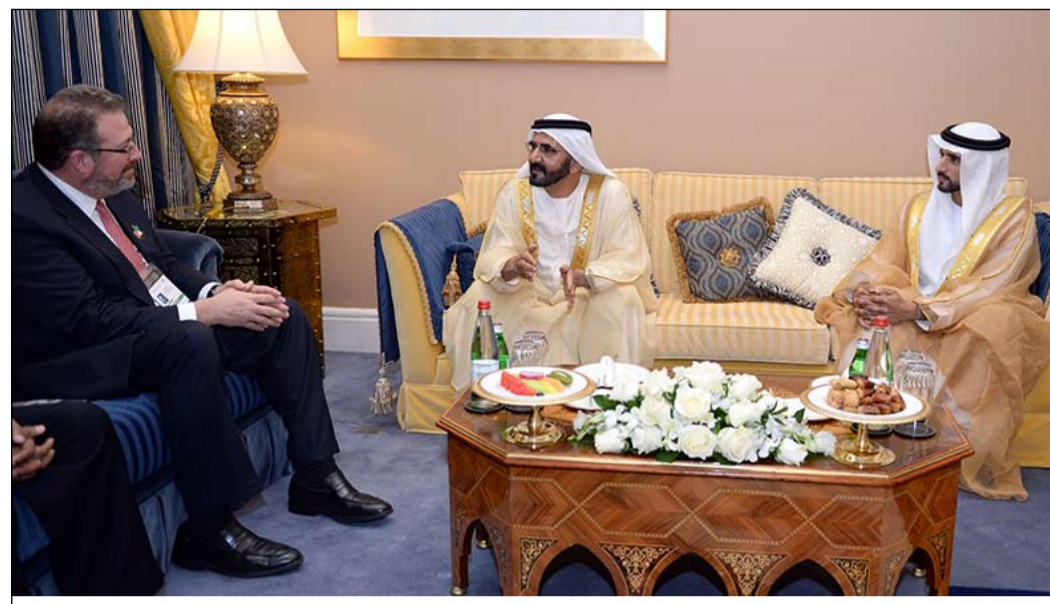
الفرق المشاركة في مسابقة الابتكار في الإمارات الإسلامي

## محمد بن راشد يستقبل رئيس تومسون رويترز

•• دبي - وام:

استقبل صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي رعاه الله صباح امس بمدينة جيمرا بدبي .. جيم سميت رئيس تومسون رويترز بحضور سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي. ورحب صاحب السمو نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي في مستهل لقائه رئيس تومسون رويترز والوفد المرافق له بتعاونهم مع غرفة تجارة دبي في تنظيم القمة العالمية للاقتصاد الإسلامي وبالتنسيق مع مبادرة دبي عاصمة للاقتصاد الإسلامي والتي تحظى بمشاركة أكثر من 3000 شخصية من كبار رجال الأعمال وصناع القرار والخبراء والمختصين بمجال الاقتصاد الإسلامي ..

مشيدا سموه بالتقرير الصادر حديثا من تومسون رويترز والذي سلط الضوء على الاقتصاد الإسلامي العالمي كقطاعات أساسية تتأثر هيكلية بالقيم الإسلامية. من جهته أشنى رئيس تومسون رويترز على رؤية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم



مشيرا إلى المزايا التي تتمتع بها دبي خاصة موقعها الإستراتيجي المميز. وأضاف جيم سميت إن دبي أصبحت اليوم مثالا ونموذجا يحتذى به للاقتصاديات الصاعدة على المستوى

العالمي وحضر اللقاء سمو الشيخ ماجد بن محمد بن راشد آل مكتوم رئيس هيئة الثقافة والفنون بدبي وسمو الشيخ منصور بن محمد بن راشد آل مكتوم ومعاالي محمد بن عبدالله



## الطاير يفتتح مؤتمر شنايدر إلكترو من الطاقة إلى السحابة

•• دبي - وام:

افتتح سعادة سعيد محمد الطاير عضو مجلس الإدارة المنتدب والرئيس التنفيذي لهيئة كهرباء ومياه دبي امس مؤتمر ومعرض من الطاقة الى السحابة الذي تنظمه شركة شنايدر إلكترونيك ويعد الأكبر من نوعه في المنطقة بقاعة أتلانتس في فندق أتلانتس النخلة دبي. ويلقى المؤتمر الضوء على مستقبل المدن الذكية وأنظمة السحابة والشبكات الذكية وطرق العمل على تطبيق أفضل الممارسات المتعارف بها دوليا لإدارة عملية استهلاك الطاقة بالإضافة الى الخطط الطموحة للوصول الى أجنحة عملية لتوفير

متطلبات الطاقة وبناء مستقبل أفضل من خلال تطبيق مفهوم المدن الخضراء. وقال سعادة سعيد محمد الطاير عضو مجلس الإدارة المنتدب والرئيس التنفيذي لهيئة في كلمته الافتتاحية للمؤتمر أن هذا المؤتمر والمعرض الذي يعقد على مدار يومين تحت عنوان الجيل الجديد من البنية الأساسية لتقنية المعلومات وغيره من الفعاليات الأخرى يسهم بشكل هائل في تبادل الخبرات والتجارب والمعلومات كما يسهم كذلك في عملية تطوير وتحديث التقنيات اللازمة والضرورية من أجل التحول إلى الشبكات الذكية والتوسع في بناء المزيد من المدن الذكية.

وأضاف إننا في هيئة كهرباء ومياه دبي ندعم المبادرة التي أطلقها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي رعاه الله والتي تهدف إلى تحويل دبي إلى مدينة ذكية من خلال العمل على تطوير مفهوم الشبكات الذكية التي تؤدي إلى تكامل أداء كافة الجهات المعنية من مزودي الخدمات والمستخدمين والمستهلكين للارتقاء بالخدمات المقدمة وضمان تقديم إمدادات وخدمات مستدامة وأمنة تراعي الجوانب الاقتصادية وتسمو كذلك في الحد من الأضرار التي تلحق بالبيئة وتعمل على خفض الانبعاثات الغازية. وأوضح سعادة أنه وكجزء من خطتنا



## ميناء جبل علي يستقبل أولى الرافعات لمحطة الحاويات الجديدة

•• دبي - وام:

كشف محمد المعلم نائب الرئيس الأول ومدير عام موانئ دبي العالمية الإمارات أن ميناء جبل علي استقبل يوم الجمعة الماضي أول الرافعات المخصصة لتسيير الحاويات في المحطة رقم 3 قيد الإنشاء. مشيرا إلى أن دفعة أخرى من رافعات الرصيف المخصصة لتناولة السفن تصل خلال شهر ديسمبر المقبل. وقال المعلم في حوار خاص مع وكالة أنباء الإمارات إن الأعمال الإنشائية الجارية في محطة الحاويات الجديدة تجري وفق الجدول الزمني المحدد ومن المتوقع افتتاحها خلال العام 2014. وحول أحدث ما تم إنجازه في مجال تطوير محطة الحاويات الجديدة في ميناء جبل علي أوضح أن موانئ دبي العالمية تواصل بناء محطة الحاويات الجديدة رقم ثلاثة في ميناء جبل علي فيما تجري الأعمال الإنشائية وفق الجدول الزمني المحدد لاستكمال بناء رصيف بطول 1860 مترا.. موضحا أن الطاقة الاستيعابية للمحطة تبلغ أربعة ملايين حاوية سنويا. مؤكدا أن الطاقة الاستيعابية للمحطة تبلغ 20 قدما ومن المتوقع أن يتم افتتاحها في عام 2014. وأشار إلى أن المحطة ثلاثة التي تصل مساحات تخزين الحاويات فيها إلى 70 هكتارا وعمق الرصيف 17 مترا والتي يتم تزويدها بأكبر رافعات الرصيف وأكثرها فعالية ستكون قادرة على استقبال أربع من أكبر السفن العملاقة في العالم... لافتا إلى أن المحطة الجديدة



سترفع الطاقة الاستيعابية الإجمالية لبناء جبل علي إلى 19 مليون حاوية سنوية مع إمكانية استقبال ومناولة 10 سفن عملاقة في وقت واحد. وعن الموعد المتوقع لإستلام طلبات أخرى للمحطة الماضي أول دفعة الرافعات الأولى المكونة من أربع رافعات جسرية مخصصة لتسيير الحاويات وهي تعمل بالكهرباء وتتحرك على سكة حديد. منوها إلى أن رحلة الرافعات إستمر لمدة ثلاثة أسابيع من فناء البناء الخاص بشركة شانجهاي زينهوا للصناعات الثقيلة زد بي إم سي في الصين إلى أن رست السفينة الخاصة بنقل الرافعات عند رصيف محطة الحاويات الجديدة يوم الجمعة الماضي 22 نوفمبر. وذكر أن الأسبوع الماضي أبحرت أربع رافعات أخرى من نوع رافعات الرصيف المخصصة لتناولة السفن وهي في طريقها إلى ميناء جبل علي ومن المنتظر وصولها خلال شهر ديسمبر المقبل. وأضاف إنه خلال العام المقبل سيتم تسلم المزيد من الرافعات حيث أن هناك 19 رافعة رصيف و50 رافعة جسرية قيد الطلب للمحطة الثلاثة.. معتبرا أن الموانئ الحديثة والعالية المستوى تتطلب رافعات عملاقة ذات كفاءة عالية فضلا عن الموظفين المدربين على تشغيل هذه رافعات التي تعد محور عمليات مناولة الحاويات الحديثة. مشيرا إلى أنه على صعيد ميناء جبل علي فإنه مزود بالرافعات الأكثر تطوراً وكفاءة فيما يجري توظيف مئات الموظفين ممن سيقيمون بتشغيل المعدات وصيانتها. وحول الإضافة التي ستقدمها

2013 و2014. ولفت إلى ان موانئ دبي العالمية الإمارات حققت حجم مناولة قياسي بواقع 6 و3مليون حاوية نمطية خلال الربع الثالث من العام 2013 بنسبة نمو 4 و5 في المائة.. كما تخطى حجم المناولة في ميناء جبل علي على عشرة ملايين حاوية نمطية خلال الأشهر التسعة الأولى حتى سبتمبر 2013 وهو رقم قياسي أيضا.. معتبرا قدرات مناولة هذه السفن العملاقة أشار ستودي إلى المزيد من الطلب على الميناء الذي يعمل بالفعل عند طاقته القصوى وبالتالي فهناك حاجة لزيادة الطاقة الاستيعابية لاحتواء الطلب. ونوه إلى أنه خلال النصف الأول من العام الحالي تم افتتاح توسعة محطة الحاويات 2 في جبل علي والتي أضافت سعة جديدة للميناء بواقع مليون حاوية نمطية قياس 20 قدما لترتفع الطاقة الاستيعابية الإجمالية لبناء جبل علي إلى 15 مليون حاوية نمطية. وبخصوص البدء في تطوير محطة رابعة في ميناء جبل علي أكد على متابعة حالة السوق المستمرة.. كاشفا عن وجود جزيرة اصطناعية جاهزة في حال الحاجة إلى بناء محطة جديدة إلا أن قرار إضافة طاقة استيعابية جديدة وبناء محطة جديدة مرتبط بالطلب. وحول الإضافة التي قدمتها توسعة المحطة رقم 2 قال إنه بالإضافة إلى زيادة الطاقة الاستيعابية للميناء ساهمت توسعة المحطة 2 بتوفير رصيف جديد بطول 400 متر ليصل إجمالي طول رصيف المحطة إلى ثلاثة

## منوعات الفكر

### أبوظبي تستضيف القمة العالمية للمياه 2014 يناير المقبل

•• أبوظبي - وام:

تستضيف أبوظبي الدورة الثانية من القمة العالمية للمياه 2014 يومي 20 و 22 يناير القادم في مركز أبوظبي الوطني للمعارض وتعد الدورة الثانية من القمة التي تستضيفها مصدر بشراكة استراتيجية مع هيئة مياه وكهرباء أبوظبي من أبرز فعاليات أسبوع أبوظبي للاستدامة. ويشارك نيك كارتر المدير العام مكتب التنظيم والرقابة الجهة التنظيمية المستقلة لقطاع المياه في أبوظبي ضمن إحدى الجلسات النقاشية المرتقبة التي تحمل عنوان أمن المياه واستدامتها في المستقبل وستسلط الضوء على الفرص المستقبلية المتاحة للإمارات العربية المتحدة وستتناول كيفية تحسين استدامة المياه والتنظيم والتقنيات والحكومة ويعتبر مكتب التنظيم والرقابة الجهة التنظيمية المستقلة لقطاع المياه في أبوظبي ويلعب دورا محوريا في استدامة القطاع ويشمل دوره هذا التعاون والتنسيق مع عدد من الجهات المعنية من الهيئات الحكومية والشركات العاملة لضمان رسم استراتيجيات شاملة ومتكاملة ترتبط بشؤون المياه بما يتيح القدرة على الإدارة الفعالية للمياه المحلاة والمعالجة والجوفية. وحول هذا الدور قال كارتر: لقد أصدرنا عددا من القواعد والقوانين التنظيمية لضمان الاستخدام الفعال والأمن للمياه المعالجة ضمن محطات معالجة مياه الصرف الصحي في أبوظبي وذلك في تطبيقات تتناسب وجودة تلك المياه.. وتعمل الجهات المعنية الأخرى مثل هيئة البيئة أبوظبي وجهاز أبوظبي للرقابة الغذائية عن كثب مع قطاعات تشمل الجمعيات الزراعية والمزارع لتحديد أفضل الممارسات في تقنيات الري واختيار المحاصيل الأمر الذي يساعد في تخفيض الضغط على مستودعات المياه الجوفية وموارد المياه.

### مليار و477 مليون درهم قيمة عمليات الوسطاء العقاريين في دبي في الشهر العشر الماضي

•• دبي - وام:

وصلت قيمة إجمالي العملات التي تقاضاها الوسطاء العقاريون من الأفراد والشركات المسجلين في مؤسسة التنظيم العقاري . الدراع التنظيمية لدائرة الأراضي والأموال في دبي . خلال الشهور العشرة الماضية إلى مليار و 477 مليون درهم. ويغطي هذا المبلغ العملات التي يتقاضاها الوسطاء على الصفقات العقارية التي يشاركون في إبرامها بين طريفي البيع والشراء كأجر على نجاحه في إبرام الصفقات بنسبة اثنين في المائة من قيمتها الإجمالية ما لم يتم الاتفاق بين الطرفين على غير ذلك. وأظهرت إحصائية صدرت عن دائرة الأراضي والأموال في دبي اليوم أن إجمالي المبيعات لفترة ذاتها وصلت إلى حوالي 73 مليارا و 867 مليون درهم إذ استحوذت عمليات البيع فقط على الحصص الأكبر بنحو 59 مليارا و 542مليون درهم يليها نصيب الوسطاء منها مليارا و 190 مليون درهم. وأوضح يوسف السيد الهاشمي مدير أول إدارة التراخيص العقاري بمؤسسة التنظيم العقاري في تصريح صحافي له امس أن المبيعات عمليات البيع وبيع حق منفعة والبيع المؤجل والإيجارة التي تنتهي بالتملك والإيجارة المنتهية بالتملك المؤجل وإضافة أرض بالبيع. وقال إن الإحصائية تبين أن مبيعات الأراضي خلال الشهور العشرة الماضية حققت نحو 42 مليارا و 905 ملايين درهم بينما سجلت مبيعات الوحدات 27مليارا و 568 مليون درهم وبلغت قيمة عمليات مبيعات المباني حوالي ثلاثة مليارات و 393 مليون درهم . وذكر الهاشمي أن هذه الزيادة في النشاط وما نتج عنها من ارتفاع في أحجام عمولات الوسطاء يدل على مدى الحركة النشطة التي يشهدها السوق العقاري في دبي وتتولى مؤسسة التنظيم العقاري مهام ضبط وتنظيم عمل شركات الوساطة العقارية في السوق حيث يمكن موازاة هذا النشاط فقط من قبل شركات مسجلة في سجل الوسطاء العقاريين لدى الدائرة تطبيقا لللائحة رقم 85 الصادرة في عام 2006. وبموجبها لا يتعامل الوسطاء إلا مع العقارات المسجلة لدى الدائرة.

### لجنة التوفيق والمصالحة التجارية في أبوظبي تتوصل لحل نزاع بشأن 202 مليون درهم

•• أبوظبي - وام:

استطاعت لجنة التوفيق والمصالحة التجارية بدائرة قضاء أبوظبي التوصل إلى اتفاقية صلح في نزاع مالي حول مبلغ 202 مليون درهم بين شركة وأربع أفراد من جهة وأحد البنوك المحلية من جهة أخرى بعدما توصل أطراف النزاع إلى حل ودي بعد جهود كبيرة من رئيس وأعضاء لجنة التوفيق والمصالحة في محكمة أبوظبي التجارية. وأوضحت إدارة التوفيق والمصالحة أن حلا من خلال لجنة المصالحة وفر على أطرافها إنفاق الكثير من الوقت والجهد والمال في المحاكم كما ساهم في تعزيز الثقة بين أطراف القضية بما يحقق الهدف الرئيس الذي أنشئ من أجله قطاع الحلول البديلة في تحقيق الاستقرار الاجتماعي والاقتصادي وتحقيق الثقة بين أفراد المجتمع فينبغي كان على الطرفين ارتياح المحاكم لأشهر طويلة وانفاق الكثير من الأموال في دفع الرسوم وآتباع المحاكم ولجان الخبرة تمكن المختصون في إدارة التوفيق والمصالحة من إقناعهم بحل ودي يرضي جميع الأطراف ويحفظ حقوقهم وفق العقود المبرمة بينهم. وبما يتوافق مع القانون مشيرا إلى أن خدمات الحلول البديلة تساهم في الحد من أعباء التقاضي وتوفر أسلويا متطورا وفعالا للسيطرة على النزاع في وقت مبكر من خلال عرض موضوع النزاع على أشخاص ولجان متخصصة تحاول تشخيص الخلاف وتقريب وجهات نظر المتنازعين أو الإشارة عليهم بما قد يساعدهم من وسائل غير التقاضي لحل خلافهم خارج أروقة المحاكم وشركات الملاحة والمصالحة ملف الدعوى. وحول تفاصيل القضية أوضحت إدارة التوفيق والمصالحة أن النزاع بين أطراف القضية حدث إثر تشر أحدى الشركات وأربعة أفراد في سداد القرض البنكي الناتج عن قيمة عقد مراهبة لبيع عقار. وقد تم تحويل القضية إلى لجنة المصالحة قبل عرضها على المحكمة حيث استطاع أطراف القضية بمساعدة رئيس وأعضاء لجنة المصالحة التجارية التوصل إلى اتفاقية لسداد الدين المترقب على عقد المراهبة على أن يسدد كل منهم قيمة الدين الخاص به بشكل منفصل وبالتالي حفظ حق البنك والدائن بمساعدة كل من المدينتين على أداء المبالغ المترتبة وفق قدرته.



## حمدان بن راشد يفتتح معرض ذا بيغ 5

يناير 2014. ويتضمن الحدث هذا العام أيضا منطقة جديدة مخصصة للتصاميم الداخلية تجمع طيفا واسعا من المنتجات والخدمات التي تلي هذه الفئة من القطاع.. وتوفر المنطقة الجديدة منصة انتقائية لمجال التصميم الداخلي ذو التأثير المتنامي في السوق والذي تبلغ قيمته الحالية حوالي 10 ملايين دولار أمريكي في دول مجلس التعاون الخليجي. في دول مجلس التعاون الخليجي. والتصميم المستدام بما في ذلك مبنى تقسيم المعرض إلى قطاعات متخصصة بالمنتجات بما في ذلك التدفئة والتهووية وتكييف الهواء والطلاء والغراء والواد اللاصقة المانعة للتسرب والمطابخ والحمامات والنوافذ والأبواب والصلب والرخام والحجر والسيراميك وتقنيات المياه والإنشاءات العامة.

المواد منخفضة الانبعاثات واستهلاك الطاقة وإدارة مشاريع الإنشاءات وتصميم الواجهات والسلامة من الحرائق وإدارة محافظ الأصول الهيكلية القديمة وذلك عبر أكثر من 100 ندوة مجانية يتم تنظيمها خلال الحدث. كما سيتم استعراض أفضل دراسات الحالة خلال مؤتمر الإنشاء والتصميم المستدام بما في ذلك مبنى هيئة كهرباء ومياه دبي ديوا الحاصل على تصنيف ليد البلاتيني ومفهوم المنزل المستقبلي من شركة وايت سكاى .. وبالإضافة إلى ذلك تقدم بلدية دبي ندوة تعريفية مجانية حول القوانين التنظيمية الجديدة للمباني الخضراء من المقرر إطلاقها في الأول من

نمو متواصل في كل نسخة جديدة له ويعتبر أهم حدث في قطاع الإنشاءات والبناء في المنطقة. وأضاف وايت إن ذا بيغ 5 يتيح هذا العام للمهندسين المعماريين والمتخصصين في مجال التصميم الداخلي والقوانين والمطورين وجميع المتخصصين في المجالات الأخرى في قطاع الإنشاءات إمكانية الوصول إلى المجموعة الكاملة من المنتجات. كما تم تعزيز برنامجنا بالتنقيض هذا العام أيضا لمح الزوار فرصة الوصول إلى مئات الندوات الجانبية وورش العمل والإطلاع على أحدث مستجدات القوانين التنظيمية ذات الصلة. وفي إطار فعاليات ذا بيغ 5 يشارك في الحدث مجموعة من الخبراء الإقليميين والدوليين لتناول أبرز القضايا في القطاع مثل الاستدامة

المعلومات حول القوانين التنظيمية التي تؤثر على التصميم والبناء وتحديد أسواق جديدة وفرص واعدة لإثراء الأعمال. ويفتتح ذا بيغ 5 أبوابه إلى جانب معرض ميدل ايس كوتريك أكبر حدث في قطاع الإسمنت والذي يعرض منتجات الإسمنت المتكتر ويتضمن ندوات تقنية وعروض مباشرة للمنتجات وكذلك معرض بي ام لايف الحدث التفاعلي التخصصي بالمشآت والأليات والمركبات والذي يسلط الضوء على أحدث المركبات الثقيلة والمعدات ذات الصلة طيلة أيام الحدث الأربعة. وقال أندي وايت مدير الفعاليات في معرض ذا بيغ 5: يشرفنا أن نحظى معرض ذا بيغ 5 هذا العام بالدعم من سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم حيث يشهد الحدث

•• دبي-وام:

افتتح سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي وزير المالية امس معرض ذا بيغ 5 إلى جانب معرضي ميدل ايس كوتريك وبي ام لايف لعام 2013 في مركز دبي التجاري العالمي. وشهد الحدث هذا العام نموا بنسبة 10 بالمائة ليحتضن أكثر من الفين و 500 شركة عارضة مع 65 دولة مع مشاركة 60 ألف متخصص في قطاع الإنشاءات على مدار أربعة أيام. ويحتمع المتخصصون في قطاع الإنشاءات لعرض أحدث المنتجات المتكتر والمستدامة والحصول على موارد لتلك المنتجات والإطلاع على أحدث التوجهات والتزود بأحدث

### بهدف المشاركة في المنتدى العالمي للابتكارات الزراعية

## خبراء العالم في مجال الزراعة المستدامة يلتقون في أبوظبي

## المنتدى سيعزز من مكانة أبوظبي الرائدة في مجال الأمن الغذائي في الشرق الأوسط

وإيجاد الحلول للقضاء على الجوع في المناطق المتضررة. ويتضمن المنتدى جلسات رئيسية، وحلقات نقاش بالإضافة لجلسة نقاش وازاري أفريقي. كما يشمل المنتدى عدة مناطق متخصصة ومتنوعة، حيث تأتي المنطقة الحاضنة، برعاية صندوق خليفة، بهدف توفير مساحات عرض منخفضة التكاليف للعارضين، ورجال الأعمال من دولة الإمارات لتكون بمثابة منصة عرض للأفكار والتحديات الهامة.



المتابعة حاليا، سيعرض المنتدى ما يزيد عن 150 مبادرة مبتكرة من أكثر من 45 بلداً. من جانبه قال الدكتور فيصل عواودة، المنسق الإقليمي للمركز الدولي للبحوث الزراعية في المناطق الجافة (إيكاردا)، أحد شركاء منتدى الابتكارات الزراعية، يجمع هذا المنتدى أكبر عدد من المبدعين في مجال الزراعة في العالم، ويعقد المنتدى ليقدم الحلول المبتكرة في الزراعة، في الوقت الذي يشهد فيه العالم اتساع رقعة الجاعة وتتمية زراعية غير متوازنة، ونحن على ثقة أن المناقشات، وورش العمل التي ستدور ضمن فعاليات المنتدى ستمهد الطريق نحو ثورة زراعية مستدامة

من جانبه، قال مارك بومانت، مدير المنتدى، يُقدم منتدى الابتكارات الزراعية مجموعة من أكبر الخبراء والمستثمرين والموردين في العالم في مجال الزراعة المستدامة، الذين سيعرضون مجموعة من الأفكار والحلول التي يمكن تطبيقها، بهدف رفع الانتاج الغذائي لتلبية الطلب المتزايد وغير المسبوق لاحتياجات العالم الغذائية. وقد صمم جدول أعمال المنتدى لجلسة مكونة من 20 خبير دولي في مجالات التطبيقات الأكاديمية والبحث والتطوير والعلوم والصناعة والاستثمار وفي سبيل إحداث التغيير المطلوب في طرق وأساليب الزراعة

جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية، يأتي هذا المنتدى ليعكس حرص القيادات في دولة الإمارات العربية المتحدة، على بذل الجهود وتقديم الدعم اللازم لتصميم وتنفيذ الممارسات الزراعية المستدامة في المناطق القاحلة وشبه القاحلة. وأضاف الرئيسي: نسعى خلف توحيد الجهود في منطقة الشرق الأوسط، لإيجاد حلول مبتكرة ومستدامة من أجل تحقيق الأمن الغذائي، وكذلك تسخير التكنولوجيات الجديدة التي تتناسب مع طبيعة منطقتنا الصحراوية. ويجسد منتدى الابتكارات الزراعية منصة لتبادل ونقل المعرفة وعرض الفرص الاستثمارية المتاحة لرؤوس الأموال الإقليمية والدولية.

وفي سبيل مواجهة تحديات نقص الموارد المائية وارتفاع معدلات التلوث بالإضافة لظاهرة التغيير المناخي، يجب أن يتمكن مجال الزراعة من تلبية احتياجات سكان العالم البالغ عددهم تسعة مليارات نسمة وذلك بحلول عام 2050. ومن أجل الوصول لهذا الهدف، يجب توزيع وإستيراد وتصدير المنتجات الزراعية المستدامة في مجال الزراعة المستدامة التي تم التخطيط لها وتطبيقها في جميع أنحاء العالم، وذلك بهدف رفع كفاءة الأمن الغذائي، لا سيما في المناطق التي تعاني من نقص في الموارد المائية وظاهرة تصحر الأراضي. يُعقد المؤتمر بشراكة استراتيجية مع جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية، وبالتعاون مع جامعة أريزونا كشرية للمعرفة. وفي شرح له حول أهمية المنتدى بالنسبة لدولة الإمارات والمنطقة، قال محمد جلال الريسي، مدير الاتصالات وخدمات المجتمع في

•• أبوظبي-الصحف:

تستضيف أبوظبي مجموعة من خبراء الابتكار في مجال الزراعة المستدامة، وذلك للمشاركة في المنتدى العالمي للابتكارات الزراعية أكبر تجمع في العالم لعرض الأفكار والحلول في مجال الزراعة المستدامة. ويقام المنتدى في الفترة ما بين 3 وحتى 5 فبراير 2014 على أرض مركز أبوظبي الوطني للمعارض، وتحت رعاية كريمة من سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان، نائب رئيس مجلس الوزراء، وزير شؤون الرئاسة لدولة الإمارات.

يُسلط المنتدى الضوء على الممارسات والمبادرات الناجمة في مجال الزراعة المستدامة التي تم التخطيط لها وتطبيقها في جميع أنحاء العالم، وذلك بهدف رفع كفاءة الأمن الغذائي، لا سيما في المناطق التي تعاني من نقص في الموارد المائية وظاهرة تصحر الأراضي. يُعقد المؤتمر بشراكة استراتيجية مع جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية، وبالتعاون مع جامعة أريزونا كشرية للمعرفة. وفي شرح له حول أهمية المنتدى بالنسبة لدولة الإمارات والمنطقة، قال محمد جلال الريسي، مدير الاتصالات وخدمات المجتمع في

## صندوق النقد العربي يؤكد أهمية الإدارة السليمة للاحتياجات الأجنبية

•• أبوظبي-وام:

أكد الدكتور جاسم المناعي المدير العام رئيس مجلس إدارة صندوق النقد العربي أهمية إدارة الاحتياجات الأجنبية الرسمية وكيفية المحافظة على سلامتها وتنميتها على نحو يضمن تحقيق التوازن بين السيولة والأمان من ناحية والعائد المعقول من ناحية أخرى. وقال المناعي في كلمة امس في افتتاح دورة إدارة الاحتياجات الأجنبية التي نظمتها معهد السياسات الاقتصادية بصندوق النقد العربي بالتعاون مع بنك التسويات الدولية في أبوظبي وتستر حتى 28 نوفمبر الجاري إن أهداف الاحتفاظ بالاحتياجات الأجنبية تتمثل في دعم الثقة في سياسات إدارة سعر الصرف بما في ذلك القدرة على التدخل لدعم العملة الوطنية بما يحقق التوازن بين الطلب والعرض على العملات الأجنبية والحد من التعرض للتقلبات والصدمات الخارجية السلبية عن طريق الاحتفاظ بجزء من الاحتياجات الأجنبية في صورة سائلة الأمر الذي يؤدي إلى ازدياد الثقة في مدى قدرة الاقتصاد على الوفاء بالالتزامات والديون الخارجية. وأضاف في الكلمة التي ألقاها عنه الدكتور سعود البريكاني مدير معهد السياسات الاقتصادية أنه من هنا تنبع أهمية موضوع الدورة حيث تعمل الإدارة السليمة للاحتياجات الأجنبية على زيادة قدرة الاقتصاد على تحمل الصدمات الخارجية من خلال ما يحصل عليه مديرو الاحتياجات من معلومات تجعل صانعي السياسات الاقتصادية على دراية بتطورات الأسواق المالية والتهديدات المحتملة لها. مؤكداً أن الإدارة السليمة للاحتياجات الأجنبية تعمل على زيادة قدرة الاقتصاد على تحمل الصدمات الخارجية من خلال ما يحصل عليه مديرو الاحتياجات من معلومات تجعل صانعي السياسات الاقتصادية على دراية بتطورات الأسواق المالية والتهديدات المحتملة لها. وتهدف الدورة التي يشارك فيها 23 مشاركا من 17 دولة عربية إلى إطلاعهم على مناهج إدارة الاحتياجات الأجنبية والى تعميق معرفتهم بمفهوم تحليل المخاطر وتنويع الاستثمارات وكذلك مؤشرات الاستثمار المعيارية. وستلقى الدورة الضوء على مدى تأثير الأزمة المالية العالمية على عملية إدارة الاحتياجات الأجنبية وكذلك الدروس المستفادة منها.



## البيئة والمياه تعقد اجتماعا مع الشركات العالمية المعنية باستيراد وتصدير الخضار والفواكه بالدولة

والفاكهة التي تحتوي على نسب عالية من متبقيات المبيدات غير المسموح بها عالميا والتي تتضمن إجراءات الضوابط الفيزيائية والتحليل المخبرية. وعلى هامش الاجتماع تم توزيع نشرات تعريفية عن الآفات الزراعية وأهمها آفة نفاقة أوراق الطماطم وتعريفهم بالقرار الوزاري رقم 423 لسنة 2012 في شأن تنظيم استيراد ثمار الطماطم وبعض ثمار العائلة الباذنجانية من الدول التي سجلت فيها الإصابة بالآفة إضافة إلى الاشتراطات المطلوبة واللوائح التي يجب أن يتم إرفاقها بالإرساليات منها شهادة الصحة النباتية التي تفيد خلو الإرسالية من أطوار الحشرة كافة. كما بحث الاجتماع المعوقات التي تصادف المستوردين والمصدرين للخضار والفاكهة في الدولة. وفي الختام رحبت الشركات المشاركة بالمبادرة من قبل وزارة البيئة والمياه لما لها من دور بارز وفعال في توطيد العلاقات وتعزيز سبل التعاون بين الشركات الاستراتيجية.



الدولية حول النسب المسموحة من متبقيات المبيدات في الخضار والفاكهة بما لا يتسبب بأي تأثيرات على صحة وسلامة المستهلكين وشرح الخطوات التي يتم اتباعها من الوزارة للتحكم ومنع دخول شحنات الخضار

تتفق مع المعايير الدولية للمنظمات العالمية ذات العلاقة بالوقاية من الآفات النباتية. وتمت مناقشة موضوع متبقيات المبيدات في الخضار والفاكهة والتشديد على أهمية الإستيراد من مصادر موثوقة تلتزم بالتشريعات

خاص الإجراءات المتبعة في عمليات الضحص على الآفات الحجرية والإجراءات الوقائية المتبعة وأهمية الحصول على شهادات الصحة النباتية للإرساليات الواردة للدولة بما يتوافق مع القرارات الصادرة من الوزارة والتي

•• دبي-وام:

عقدت وزارة البيئة والمياه اجتماعا مع الشركات العالمية الرائدة في مجال توزيع وإستيراد وتصدير الخضار والفواكه بالدولة ويهدف الاجتماع إلى التواصل مع شركاء الوزارة الاستراتيجيين على هامش مشاركتها في المعرض التجاري الدولي للزهور والنباتات في الشرق الأوسط الذي اختتم فعالياته مؤخرا في دبي. وتم خلال الاجتماع استعراض مهام وأهداف الوزارة الاستراتيجية وبشكل خاص كالأهداف الاستراتيجية المتعلقة برفع معدلات الأمن الحيوي وتعزيز الأمن الغذائي بالدولة إضافة إلى التعريف بالأنشطة المختلفة التي تقدمها في مجال البيئة والزراعة والخدمات الوزارة الإلكترونية والذكية. وجرى إطلاع المستوردين والمصدرين على الشروط والإجراءات المتبعة في الوزارة الخاصة بأذونات استيراد وتصدير المنتجات النباتية وبشكل







## منوعات

# الفكر

31



## جنيفر لاف هويت تطلق خط أزياء لـ (الحوامل)

تعد النجمة العالمية جنيفر لاف هويت من أكثر النجمات أناقة في فترة الحمل لتطل بطريقة أفضل وأكثر تميزاً، فقد أعلنت مؤخراً جنيفر لاف هويت أنها ستطلق خط أزياء جديد خاص بالنساء (الحوامل). ومن المقرر أن تحمل مجموعة الأزياء اسمها وهي مكونة من 15 قطعة ملابس متنوعة بين فساتين تصلح للعمل والسهرات أيضاً، إضافة إلى طرحها تصميمات جديدة من البنطلونات والملابس الداخلية أيضاً. ووعدت جنيفر لاف هويت (34 سنة) كل من يتابع تصميماتها وخط أزيائها الجديد أنهم سيندهشون من أفكارها المبتكرة، وصرحت بأنها كانت قبل فترة الحمل تجد بسهولة تصميمات تستحق الارتداء، ولكن بعد الحمل لم تجد أي تصميم يناسبها فشعرت بمشاكل النساء الحوامل لذلك أطلقت لهن هذه المجموعة. يذكر أن جنيفر لاف هويت في شهور حملها الأخيرة وتنتظر طفلها مع خطيبها براين هاليساي.



## آشتون كوتشر الأعلى أجراً

تصدر الممثل الأمريكي آشتون كوتشر قائمة أجور ممثلي التلفزيون بحصوله على 24 مليون دولار عن دوره في مسلسل كوميديا الموقف (رجلان ونصف) في الفترة بين يونيو 2012 ويونيو 2013 وفقاً لما ذكرته مجلة فوربس. واحتل المركز الثاني الممثل جون كيري الذي حصد 21 مليون دولار خلال الفترة نفسها، وجاء في المركز الثالث الممثل الكوميدي راي رومانو (16 مليون دولار) حققها من عدد من الانشطة من بينها عمله في مسلسل الابوة المعروض حالياً والمسلسل السابق الكل يحب ريون.

لا يزال الفيلم الأميركي (كبير الخدم) يحصد النجاحات الفنية والجماهيرية في أنحاء العالم . ويجمع أكبر عدد من الكتابات النقدية التي قد تمهد له الطريق في التنافس على الاوسكار وبوقت مبكر جد . فقد تمكن الفيلم الأميركي (كبير الخدم) للمخرج لي دانييلز من إثارة ضجة كبيرة حول العالم، لطبيعة قصته التي مكنته من تصدر إيرادات شبك التذاكر الأميركي للأسبوع الثالث على التوالي، فقد أبكت مشاهد الفيلم الرئيس الأميركي باراك أوباما ، والذي قال في مقابلة له مع مقدم البرامج الإذاعية توم جوينر: شاهدت فيلم (ذي باتلر) وبيكت.. بيكت لأنني لم أفكر فقط بالخدم الذين عملوا في البيت أبيض هنا بل بجيل كامل من الناس المؤهلين والموهوبين لكنهم لجموا بسبب القوانين العنصرية وبسبب التمييز.

يتتبع الفيلم التغييرات الهائلة التي اجتاحت المجتمع الأمريكي

## (كبير الخدم) يثير ضجة كبيرة حول العالم



الكثير من المناقشات والقرارات والقضايا الوطنية، فضلاً عن معاصرته لأحداث مهمة ومنها اغتيال جون كينيدي، وقانون حقوق التصويت لعام 1965، واغتيال مارتن لوتر كينغ، وحرب فيتنام، واستقالة نيكسون، وحركة جنوب أفريقيا الحرة، وحملة باراك أوباما الرئاسية لعام 2008 وغيرها.

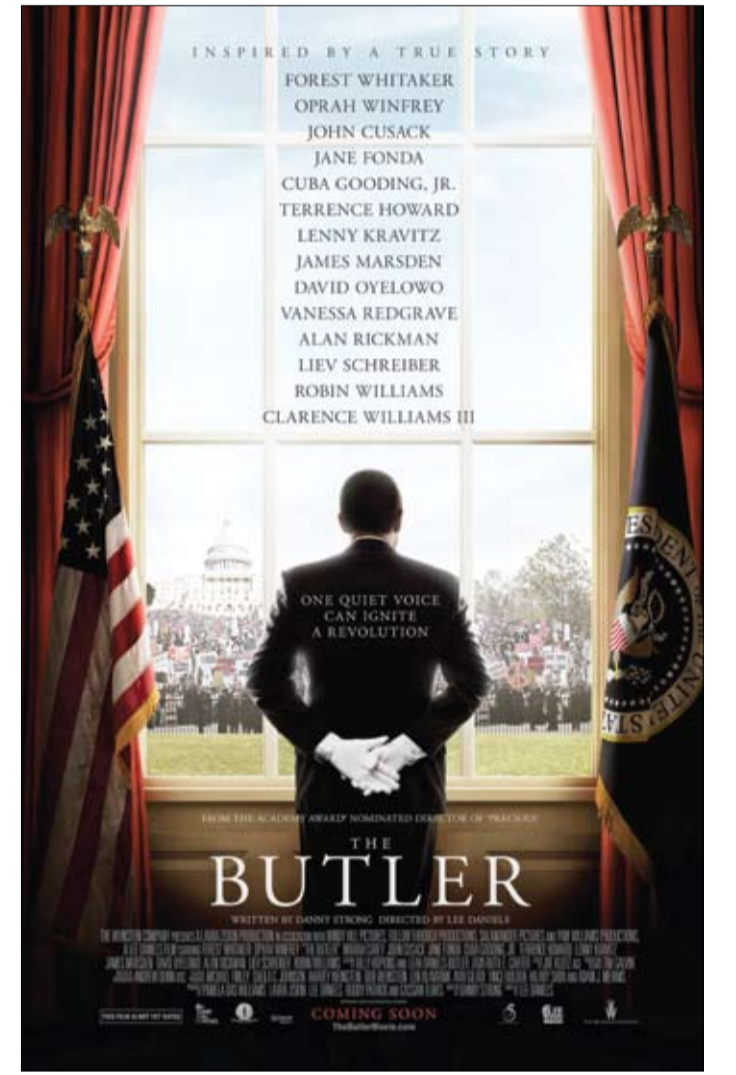
أحداث الفيلم الذي يلعب بطولته فورست ويتكر والإعلامية المعروفة اوبرا وينفري، تدور حول شخصية سيسيل جاينز- (الممثل الرابع فورست ويتكر)، والذي خدم في البيت الأبيض أكثر من 30 عاماً (1957 - 1986) وعاصر 8 رؤساء أميركيين، وقد بدأ العمل كرجل مخزن وتدرج ليصل إلى منصب كبير الخدم، ويحكم طبيعة عمله، فقد أتاحت له الفرصة ليكون شاهداً على



وفي حوار أجراه معها موقع (فليكس اند بايتس) أخيراً، كشفت وينفري عن أسباب قبولها هذا الدور، حيث قالت: (أسباب عدة جعلتني أهتم بالدور والعمل كله، منها المخرج لي دانييلز وقصة العمل نفسه. وأضاف: (أؤمن أن لكل منا دعوة ومهمة، ومهمتي هي فتح القلوب ومحاولات مساعدة الجميع على رؤية الأشياء بشكل مختلف، ليتمكنوا من تطوير أنفسهم وهو ما يفترض أن نفعله جميعاً، وعندما قرأت السيناريو شعرت أنه يقول لي إن هذا الفيلم سيساعدك على فتح القلوب ويسمح للناس رؤية أين كنا، ومن نحن، ومن هم السود كأسرة وكوحدة واحدة. وأشارت، إلى أنها حاولت قدر الإمكان التعبير عن إحساس (غلوريا) بالوحدة والحنين لزوجها، وقالت: (أشكر الله أنني ولدت في الوقت المناسب، وأنا محظوظة بذلك، لأنه كان لهذا الجيل من النساء أحلام وتطلعات رغم أنهم لم يحصلن على شيء.



وفي تعليق له على الفيلم، قال فورست ويتكر الحائز على جائزة الأوسكار: (أعتقد أن القصة تتعلق بالحب والأسرة التي تمر بكل أنواع الصعوبات والاضطرابات وتظل قادرة على الوحدة لأن الأساس هو الحب. قصة الفيلم مستوحاة من مقال للكاتب ويل هايجود نشره في صحيفة (واشنطن بوست) عام 2008، وتحدث فيه عن كبير خدم البيت الأبيض الذي توفي في العام 2010 عن عمر يناهز 90 عاماً.



## أنجلينا جولي تجبر الممثلين على (الريجيم) في فيلم Unbroken

صرامة شديدة تفرضها النجمة أنجلينا جولي التي تنقصر دور المخرجة حالياً، حيث تصور بعض المشاهد في فيلمها السينمائي المقبل Unbroken، في مكان بعيد على البحر في خليج موريتون في أستراليا، حيث تدور أحداث الفيلم حول زامبريني (جاك أوكونيل) وزملائه الطيارين فيل (دومنال جليسون) وماك (فين ويتروك)، في محاولة مستحيلة للبقاء على قيد الحياة بعد أن أصبحوا في العراء بدون هدى في المحيط الهادئ لمدة أسابيع.



تقوم أنجلينا الحاصلة على جائزة الأوسكار بإخراج وإنتاج فيلم Unbroken، الذي يقدم دراما ملحمة تتبع قصة الحياة التي لا تصدق للبطل الأولمبي وبطل الحرب لويس (لوي) زامبريني، جنياً إلى جنب مع اثنين من أفراد الطاقم الناجين، والذين يكافحون للبقاء على قيد الحياة في مركب مطاطي لمدة 47 يوماً بعد تحطم طائرة هائل في الحرب العالمية الثانية، ليتم القبض عليهم من قبل البحرية اليابانية وإرسالهم إلى معسكر أسرى الحرب. وأجبرت أنجلينا الممثلين على اتباع نظام غذائي وريجيم لعدة أشهر حتى يصبح مظهرهم في معاناة شبيهة بمعاناة شخصيات فيلم، حيث تعتبر العمل بمثابة تحدي فريد من نوعه، كما أنها صورت بعض مشاهد الفيلم على منصة عائمة في المياه المتحركة. الفيلم مقتبس من رواية من لورا هيلينبراند Seabiscuit: An American Legend، والتي حققت شعبية كبيرة، وسيجلب Unbroken إلى الشاشة الكبيرة قصة زامبريني المهمة والتي لا تصدق عن قوة المقاومة التي تمتلكها الروح البشرية. وبنجانب أوكونيل، جليسون ولاجرافينيس.



# الفكر

## كيف تؤثر اليوغا عليك؟



من عدد نبضات القلب.  
- تشد الجسم وتمنع الترهل.  
- تحسن من كفاءة عملية التنفس بحيث تقلل من عدد الانفاس التي تأخذها في الدقيقة.  
وحيث تقوم المرأة بممارسة اليوغا، تلاحظ فرقا في شكلها حيث يصبح جسمها أقوى وأكثر مرونة، كما أن اليوغا تؤثر بشكل مباشر على السيوليت، فتخفف وجود الشحوم الموجودة حول الخلايا وتخفف الآلام والأوجاع الجسدية التي تعانيها المرأة لتعزز بعدها الثقة بالذات.  
هذا ما يؤثر مباشرة على مظهر المرأة الخارجي التي تبدو أكثر تألقاً وجمالاً، كما أنها تصبح أكثر إدراكاً لما يدور حولها فتشعر بالراحة النفسية والإطمئنان.

تعد اليوغا رياضة مهمة للنساء بما أنها تساعد في التأمل والوصول الى مستوى متقدم من اللياقة البدنية، وهي تفيد الجسم كما العقل والروح وتعزز جمالك الخارجي حيث تساعدك في أن تصبحي أكثر توازناً. ومن أبرز فوائدھا:  
- تزيد من مرونة كل أنحاء الجسم ومن وقوة وليونة المفاصل.  
- تعمل على تقوية الطاقة الجنسية.  
- تخفف من ضغط الدم وتقلل

## المشروبات الغازية تؤثر على المخ

حذرت دراسة أسترالية جديدة عشاق المشروبات الغازية إلى التفكير ملياً قبل الإقدام على شرب هذه المرطبات السكرية حيث أثبتت التجارب المخبرية إمكانية أن تحدث تغييراً كبيراً بالغ و ذلك حسب ما ذكره موقع الجزيرة.

وأشارت صحيفة ديلي تلغراف إلى أن العلماء وجدوا أن شرب المرطبات السكرية لفترة طويلة يمكن أن يؤدي إلى ما يعرف بفرط النشاط ويغير مئات البروتينات الموجودة بالغ.

يشار إلى أن الدراسات السابقة لهذه المشروبات أظهرت خطراً متزايداً للإصابة بالتهنوبات القلبية والسكري وزيادة الوزن وهشاشة العظام وسرطان البنكرياس وضعف العضلات والشلل. لكن أحدث دراسة ركزت على آثارها على المخ وليس بقية الجسم. وقال الباحثون إن المداومة على تناول مثل هذه المشروبات السكرية بدلا من الماء يمكن أن يسبب تغييرات طويلة الأجل في السلوك، وتغييرا جذريا في كيمياء المخ.

## جلدك يحدد طول عمرك

إليك سيدتي سببا إضافيا قد يدعوك للقلق من تجاعيد الوجه، فهي لا تعكس مظاهر التقدم بالنس فحسب، بل قد يكون مرآة تحدد عمرك. وعلى ذمة الدراسة، المنشورة في دورية "علم الشيخوخة"، وأوردتها مجلة "تايم" الشقيقة CNN، فإن المرأة ذات التجاعيد الأقل عادة ما لديها ضغط الدم منخفض وتتراجع احتمالات إصابتها بأمراض القلب والسكتة الدماغية، ويزيد تمتعها بعمر أطول من رفيقاتها من يعانين من مظاهر التقدم بالنس.

وقامت الدراسة التي نفذها باحثون من شركة "يونيليفر" والمركز الطبي بجامعة لايدن الهولندية، على استجلاء العلاقة بين مظهر كبار السن ومخاطر إصابتهم بأمراض القلب، في محاولة لعرفة إذا ما كان للإدراك بالنس تأثير على صحة القلب.

وقام الباحثون بتقسيم 260 من المشاركات بالدراسة إلى فئتين: واحدة تزداد بينهن احتمالات الإصابة بأمراض القلب، وثانية تتراجع لديها تلك الاحتمالات، بجانب تحديد شبابهن من خلال تحليل الوجه وتقييم التجاعيد بالمنطقة الداخلية بأعلى الذراع، وهي على عكس الوجه، لا تظهر عليها علامات الشيخوخة المبكرة بسبب الشمس.

ووجد فريق البحث علاقة بين المظهر وضغط الدم، فمن بدين أكثر شبابه انخفضت بينهن مخاطر أمراض القلب وضغط الدم، ولتريخ الدراسة واستبعاد عوامل قد تلعب دورا في تمتع بعضهم بمظهر شاب وتراجع مخاطر إصابتهم بأمراض القلب، قام الباحثون باختبارات على مجموعة أخرى مختلطة، خلصت إلى نفس النتيجة.

ويأمل العلماء باجراء دراسات أخرى مستقبضا تمكنهم من تحديد "سر" شباب الجلد وصلة ذلك بصحة القلب والتمتع بعمر مديد.



ليدي غاغا تصل على متن دمية على هيئة حصان خلال مهرجان جوائز الموسيقى الأمريكية 2013 بلوس انجلوس. (ا ف ب)

## قرأت لك

العنب

تحتوي المائة غرام من العنب على 75% من وزنه ماء و7 غرامات غلوكوز و16 غراما كربوهيدرات ونصف غرام بروتين وعشرين ميليغرام فيتامين C وافضل انواع العنب كبير الحجم وابيض اللون.



فوائده:  
- منشط للعضلات والاعصاب  
- ومجدد للخلايا وطارد للسموم.  
- غذاء سريع الهضم.  
- مفيد في حالات سوء الهضم والقبض والبواسير والحصاة الكبدية  
- الحصاة البولية.  
- منشط قوي لوظائف الكبد.  
- قشرة العنب من المواد المفيدة في تنظيف الامعاء.  
- يفيد العنب في الوقاية من السرطان.  
- للمصابين بالحنفية يفيد في زيادة الوزن.

## سؤال وجواب

• يطلق أسم الكحال على؟

- طبيب العيون

• من هو مخترع التلسكوب؟

- غاليليو

• من اول من رسم الحمامة كرمز للسلام؟

- بيكاسو

• من هو منشئ حدائق بابل المعلقة؟

- نبوخذ نصر

• كم يبلغ ارتفاع قمة افرست؟

- 29 ألف قدم

• إلى أي لغة تنتمي كلمة طباشير؟

- إلى اللغة التركية

## هل تعلم؟

- للحوث ثقب زوجية او فردية اعلى الرأس يتنفس بها ويتجه إلى سطح الماء، والنافورة التي يطلقها من اعلى الرأس هي عبارة عن الزفير.
- عمان عاصمة الاردن.. كان يطلق عليها اسم فيلادلفيا في العهد الروماني
- التأمل يوميا لمدة 15 دقيقة يخفف ارتفاع ضغط الدم.
- يستطيع القرب الصوم لثلاث سنوات متتالية
- ينسج العنكبوت خيطا طوله 30 متر
- الجاموس لا ينام لكنه فقط يغمض عينيه
- يستطيع الفأر أن يقطع باسنانه انابيب الرصاص، وعوازل الاسلاك الكهربائية
- يتكون جسم الانسان من 20 بليون خلية، تموت منها في كل ثانية 50 مليون خلية في حين تولد 50 مليون خلية جديدة.
- أجمل قبر هو قبر (تاج محل) في الهند.
- منارة الاسكندرية في مصر من العجائب السبع قد اندثرت.
- يطلق (أرض الكنانة) على مصر. وقد أطلقه عمرو بن العاص لانها محفوظة بين صحراويين كما تحفظ الكنانة السهام.

## قصة المرأة البخيلة

كان هناك امرأة تستمتع دائما بالكذب.. نعم لا تستطيع أن تعيش إلا بالكذب وكأنه طعامها وشرابها فكانت تقول انها فقيرة وتتسول من الناس رغم ثرائها.. كانت تقول انها مريضة وتتظاهر بالمرض ليعطف الناس عليها حتى خرجت عليهم يوما في كامل صحتها وقالت شفاني الله بفضل حليب عنزة من يشربه يعطيه الله الشفاء بل الصحة الابدية انظروا لي ياها من متعة ان تحس بذلك الشباب ينضح منك فهيل الناس وجاء كل مويض ويألسا اليها يريد بعض حليب العنزة فقالت ابيعه لكم.. وبالفعل كانت تحلب العنزة امامهم وتبيعهم الحليب بسعرا عالي جدا واستمر الحال معها هكذا ومن يأتي ليقول ان الحليب لم يفعل له شيء تقول يجب ان تستمر اربعين يوما، دارت الايام ولم يحس اي من المرضى بالتحسن المنتظر وفي نفس الوقت مرضت هي ايضا وبدا المرض ياكل في جسدها وشعر الجميع فجاء من يسألها لماذا لا تتناولين حليب عنزاتك الشافية العافية فكانت تقول انا لست مريضة بل انحزينة فقط فاني مريضة واريد السفر لرؤيته.. فأحس ادهم برغبته في الهرب فصرخ وقال اينها الكاذبة تريدني الهروب من كذبتك الشنعاء.. حليب هذه العنزة لا يفعل شيء وانت تظاهرت بغير ذلك لتكسبي من ورائنا الكثير فزوجتي تعرفك وتعرف كم انت كاذبة وان لم ترد لي تقودي سأقتلك وعنزتك هذه.. خافت المرأة وردت للرجل تقوده ليستك لسكت لكن الجميع بدأوا بمطالبتها باموالهم التي اخذتها كذبا وادعاءه وهكذا اضطرت المرأة لرد الاموال الي اصحابها وهي نادمة على لخسارتها تلك الاموال مما زادها مرضا حتى اغلقت بابها عليها ولم تعد تخرج ليبيح الحليب او حتي لشراء طلباتها فقامت احدى جارته لزيارتها والسؤال عليها ربما اصابها مكروه وبالفعل عندما فتحت الباب ودخلت وجدتها تنازع لحظاتها الاخيرة ولم ينفعها حليب عنزاتها وماتت تاركة ورائها اموالا كثيرة وضع حاكم البلدة يده عليها وحول دارها الي دار للايتام بني لها ملحقا واسعا ووضع الاموال رهن تصرف صفوة من افاضل المدينة حتي يعوض على المرأة الكاذبة البخيلة ما لم تصرفه لوجه الله ربما رحم الله روحها وادخلها الجنة.



سيف مقر المنموري



سحر محمد العامري



ساره محمد الحمادي



سيف حمد المنموري

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

متفوق في دراستها.. ومتعاون مع زملائها.. تهوى الرسم والتلوين.. ويتمنى ان تصبح مهندسة في المستقبل.. ونهدي صورتها إلى جميع الأهل والأصدقاء.

متفوق في دراستها.. ومتعاون مع زملائها.. تهوى الرسم والتلوين.. ويتمنى ان تصبح معلمة في المستقبل.. ونهدي صورتها إلى جميع الأهل والأصدقاء.

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