

وحدة جديدة لتقييم  
ومعالجة ذوي الاحتياجات  
الخاصة بجامعة الإمارات



داليا البحيري:  
ابتعادي عن السينما  
ليس بإرادتي



## توجيه تهمتين إلى سارة هاردينغ

تم توجيه تهمتين إلى المغنية البريطانية، سارة هاردينغ، أحد أعضاء فرقة (غيرلز ألود)، بعد أن رفضت التوقف بأمر من الشرطة التي ضبطتها وهي تستخدم هاتفها أثناء القيادة. وذكرت صحيفة (الصن) البريطانية أن الشرطة ضبطت هاردينغ وهي تتحدث على الهاتف أثناء القيادة في أحد شوارع العاصمة لندن. وأوضحت أن الشرطة طلبت منها عندئذ التوقف، غير أنها رفضت ذلك، مشيرة إلى أنه تم إيقافها في وقت لاحق واصطحبها إلى مركز شرطة هولبورن، وتم توجيه تهمتين إلى هاردينغ، وقد أطلق سراحها لقاء كفالة، وستمثل أمام المحكمة في 16 نيسان أبريل الجاري. وقال مصدر مطلع إن سارة كانت مستاءة جداً، مؤكداً أن التهمتين (التي تم توجيههما إليها) خطيرتين. يشار إلى أن السائقين البريطانيين الذين يستخدمون هواتفهم أثناء القيادة قد يواجهون غرامات قد تصل إلى 1500 دولار، وقد يفقدون رخصة سؤقيهم حتى، وتصل غرامة عدم التوقف بناء على أمر من الشرطة إلى 7600 دولار. ويذكر أن هاردينغ فسخت خطوبتها، في 11 أيلول سبتمبر الماضي، من منسق الأغاني، نوم كراين، بعد أن كانا يخططان للزواج العام المقبل.

## منزل كيسي قاسم بـ 42 مليون دولار

قرر المذيع الأمريكي السابق من أصول لبنانية، كيسي قاسم، عرض منزله في لوس أنجلوس للبيع لقاء 42 مليون دولار. وذكر موقع (توباب) الأمريكي أن قاسم (80 عاماً) قرر بيع منزله في لوس أنجلوس لقاء 42 مليون دولار. وأكد أنه سيجني ربحاً كبيراً من هذه العملية، نظراً إلى أنه كان اشتراه عام 1989 لقاء 725 ألف دولار فقط. وتبلغ مساحة المنزل 3 آلاف و657 متراً، ويتألف من 7 غرف نوم، و11 حماماً، ومكتبة، وغرفتي نوم كبيرتين، وصالون حلاقة، ومنزل للضيوف، وملعب لكرة المضرب.

## سمكة موطنها اليابان تصل أمريكا

عشر مسؤولو الحياة البرية بولاية واشنطن الأمريكية على مسافر غير مأوف على متن قارب ياباني يعتقد ان امواج المد العاتية التي ضربت المحيط الهادي عام 2011 جرفته الى سواحل الولايات المتحدة وسط حطام اخر. المسافر غير المألوف هو سمكة استوائية جرى تحديدها نوعها بالمقار المخطط وظلت فيما يبدو على قيد الحياة لسافة 8046 كيلومترا على متن قارب طوله 5ر5 متر تقاذفته الامواج حتى وصل الى ساحل واشنطن يوم 22 مارس اذار. واكتشف مسؤولو ادارة الاسماك والحياة البرية بواشنطن السمكة في صندوق لاصطياد الاسماك بينما كان يجمع عينات للكائنات البحرية من قارب على الشاطئ. وسمكة المنقار المخطط التي تعيش بالاساس في المياه الاسيوية الضحلة مثل الشباب المرجانية ظلت فيما يبدو على قيد الحياة طوال الرحلة بالتغذي على الكائنات الاخرى في القارب. وتخضع السمكة حالياً للدراسة من جانب العلماء في حوض مائي للحفاظ على الكائنات البحرية بسياسيد بولاية اوريجون والذي اصبح بعد وصول السمكة مصدر جذب للزوار. وقال كيت تشاندلر المدير العام للحوض المائي الناس مفتونون للغاية برؤية هذه السمكة وبحقيقة انها اتت كل هذا الطريق من اليابان وسط الحطام... لذلك فانه حدث رائع جدا. واحتوى صندوق الصيد الذي وجدت فيه سمكة المنقار المخطط على اعشاب بحرية و سرطان البحر ومزدوجات الارجل وكائنات بحرية اخرى.



## الإعداد المسبق للمقابلة الوظيفية الناجحة

المقابلة التي يتم الإعداد لها جيداً لاشك  
أنها ستكون أقرب للنجاح، من المهم جداً أن  
تحسن الاستعداد للمقابلة من خلال:

س: هل عملت أثناء الدراسة وماذا؟  
س: ما هو الراتب الذي تريد الحصول عليه من العمل معنا؟  
حاول ألا تجيب على هذا السؤال بشكل مباشر بل اجتهد لتحصل أنت على إجابته من صاحب العمل كان تسأله عن الراتب الذي يتقاضاه أفضل الموظفين لديه أو أن تسعى في البحث عن متوسطات الرواتب في الوظائف المشابهة ثم حدد مدى أو متوسط يمكن أن يتحرك فيه المرتب. المنتظر ولا تتجاوز في توقع المرتب. لاحظ أن هذا السؤال ذو حدين فلو توقعت مرتباً منخفضاً قد تحرم نفسك من مرتب أعلى قد تمنحه لك الشركة أما إذا توقعت راتباً مبالغاً فيه فقد يصرّف اهتمام صاحب العمل عنك لوجود هوة واسعة بين ما توقّعه وما ستحصل على.

س: لماذا تركت عملك السابق؟  
س: ما هو الراتب الذي كنت تحصل عليه من عملك السابق؟  
يهدف هذا السؤال إلى التعرف على وضعك المادي في العمل السابق مقارنة إيجابياتك بأسباب تركك للعمل واكتشاف التناقض بينهما كن أمينا وصادقاً دائماً.  
س: لماذا تركت عملك السابق؟  
من أهم الأسئلة التي تتعرض لها والهدف منه التعرف على ما إذا كانت هناك مشاكل وجدتها في عملك السابق وكيف تعاملت معها، كن صادقاً في تحديد الأسباب وركز على أسبابك المتعلقة بالطموحات مثل عدم وجود فرصة للترقى، ولا مانع من أن تذكر أسباباً عامة.  
س: كيف تعرفت على الوظيفة المعلن عنها؟  
يهدف هذا السؤال إلى معرفة مدى اهتمامك بالحصول على العمل هل عرفت بالصدفة أم من صديق أم من متابعة أخبار الشركة في وسائل الإعلام أو غير ذلك وهنا تبرز أهمية المعلومات

والمعلقة بالشركة والمهارات التي تكتسبها والمزايا التي ستحصل عليها الشركة من عملك بها، واحذر أن تذكر أنك ترغب في تحسين دخلك أو أن الرواتب لديكم مرتفعة... الخ.  
س: تحدث عن نفسك وموهبتك وهواياتك؟  
الهدف من السؤال كما ترى هو معرفة كيف ترى نفسك وبالتالي كيف تتوقع أن يراك الآخر استخدم عبارات موجزة لوصف نفسك والتعبير عن قدراتك وخبراتك العلمية والعملية والمهارات الخاصة والهوايات (لاحظ أن بعض الهوايات لها دلالات معينة مثل القراءة أو لعب الشطرنج أو الموسيقى).  
س: أين عملت قبل ذلك؟  
الهدف من السؤال التعرف على خبراتك السابقة وقدراتك الخاصة حاول أن تذكر الأعمال ذات العلاقة الوظيفية بالوظيفة التي تتقدم لها فهي تعطى انطباعاً جيداً.



1- جمع المعلومات عن الشركة التي ستلتحق بها خاصة ما يتعلق بنشاطها وفروعها بحيث تكون ملماً بالجزء الأكبر من المعلومات حول الشركة فهذه المعلومات سوف تعطيك قدراً أكبر من الثقة بنفسك وستعطى صاحب العمل انطباع جيد عند وعن قدراتك واستعداداتك للعمل لدى شركته، وهذه المعلومات يمكن لك الحصول عليها من موقع الشركة على الإنترنت أو من الأخبار التي تنشر عنها في الصحف أو حتى من إعلانات الشركة بوسائل الإعلام فلا مانع من أن تقوم بجزء من وظيفة العلاقات العامة بالشركة والتمثل في جمع المعلومات المنشورة عنها بحيث يمكنك مناقشة بعض منها مع صاحب العمل خلال المقابلة الشخصية.

## الكثير من الفاكهة والخضار غير كاف لإنقاص الوزن

أظهرت نتائج دراسة أوروبية موسعة، أجراها فريق من الكلية الملكية في لندن، أن تناول الكثير من الفاكهة والخضار قد لا يكون كافياً للتخلص من الوزن الزائد، والذي يحدث غالباً مع تقدم العمر. وبعناية ما يقارب (374) ألف شخص يعيشون في (10) دول أوروبية لمدة خمس سنوات، تبين أن الأشخاص الذين يتناولون كمية أكثر من الخضار والفاكهة، ليسوا أقل عرضة لزيادة وزنهم، مع شرط الأخذ بعين الاعتبار عوامل مؤثرة أخرى، ككمية السعرات الحرارية التي تتضمن وجباتهم، وممارسة التمارين الرياضية. وأشار فريق البحث بقيادة "أني كلاري فرجانود"، إلى أن زيادة الوزن ليست عذراً للتوقف عن تناول الكثير من الخضار والفاكهة، فالأطعمة النباتية مليئة بالعناصر الغذائية التي قد تساعد على تجنب الأمراض الخطيرة مثل بعض مشاكل القلب، وبعض أنواع السرطان. وفي بعض نتائج الدراسات السابقة، تبين أن النظام الغذائي الذي اعتمد على تناول الكثير من الفواكه والخضار نظام فاعل لإنقاص الوزن. إلا أن الدراسة الحالية، لا تشير إلى أهمية



سرطان الثدي يتزايد بين السود أميركا  
أظهرت نتائج دراسة طبية جديدة أن احتمالات الوفاة بسرطان الثدي بين المريضة السود أكثر من نظيرتهن البيض وفق ما أورده الموقع الإلكتروني لمجلة يوس نيوز . واستندت الدراسة إلى تتبع حالات 1700 مريضة على مدار ستة أعوام، وتبين أن فرص الوفاة بين السود ضعف البيض تقريبا. وقالت رئيسة فريق البحث بمرکز كايترز بيرمانيت بالولايات المتحدة كانديس كروينيك إن الأميركيين من أصل أفريقي يتزايد لديهم احتمالات الإصابة بنوع فرعي من سرطان الثدي تصعب معالجته، بينما تقل لديهم فرص الإصابة بالنوع الفرعي الذي تسهل معالجته. ومن المقرر أن تقدم الدراسة خلال الاجتماع السنوي للجمعية الأميركية لأبحاث السرطان خلال الفترة من 6-10 أبريل نيسان في واشنطن.



## وحدة جديدة لتقييم ومعالجة ذوي الاحتياجات الخاصة بجامعة الإمارات



بمثل هذه المهام. وتخطط الوحدة لعقد عدد من الدورات التدريبية والمؤتمرات التي تسهم في زيادة الوعي بمفهوم التربية الخاصة .  
مشيرا الى ان الجامعة على تقديم كل ما يلزم من خدمات و أبحاث لضمان توفير سبل العيش الكريم وزيادة الفرص التعليمية للطلبة وكافة أفراد المجتمع. من جانبه قال الدكتور ياسر الناظور أستاذ مشارك ومنسق الوحدة بأن الوحدة ستساهم في إتاحة الفرص التعليمية والاجتماعية لذوي الاحتياجات الخاصة وصعوبات القراءة والكتابة والرياضيات، والصعوبات الأخرى في الإدراك والسلوك والحركة، ومن ثم وضع الخطة العلاجية المناسبة لهم.  
تسعى الوحدة لعقد عدد من ورش العمل في الأجهز والمعدات المستخدمة ، وورش لتأهيل الطلبة الذين يعانون من صعوبات في اللغة والنطق والسمع، واضطرابات الصوت، والصوت الأنفي الخنف، والتلعثم، وإعادة التأهيل السمعي للأشخاص الذين يعانون من فقدان حاسة السمع، بالإضافة إلى التدريب على العلاج الطبيعي والوظيفي وغيرها من الخدمات التي يحتاجها ذوو الاحتياجات الخاصة . تتميز المعدات والأجهزة المستخدمة في الوحدة

بمثل هذه المهام. وتخطط الوحدة لعقد عدد من الدورات التدريبية والمؤتمرات التي تسهم في زيادة الوعي بمفهوم التربية الخاصة .  
مشيرا الى ان الجامعة على تقديم كل ما يلزم من خدمات و أبحاث لضمان توفير سبل العيش الكريم وزيادة الفرص التعليمية للطلبة وكافة أفراد المجتمع. من جانبه قال الدكتور ياسر الناظور أستاذ مشارك ومنسق الوحدة بأن الوحدة ستساهم في إتاحة الفرص التعليمية والاجتماعية لذوي الاحتياجات الخاصة وصعوبات القراءة والكتابة والرياضيات، والصعوبات الأخرى في الإدراك والسلوك والحركة، ومن ثم وضع الخطة العلاجية المناسبة لهم.  
تسعى الوحدة لعقد عدد من ورش العمل في الأجهز والمعدات المستخدمة ، وورش لتأهيل الطلبة الذين يعانون من صعوبات في اللغة والنطق والسمع، واضطرابات الصوت، والصوت الأنفي الخنف، والتلعثم، وإعادة التأهيل السمعي للأشخاص الذين يعانون من فقدان حاسة السمع، بالإضافة إلى التدريب على العلاج الطبيعي والوظيفي وغيرها من الخدمات التي يحتاجها ذوو الاحتياجات الخاصة . تتميز المعدات والأجهزة المستخدمة في الوحدة

## مؤتمر التنمية المهنية لمدراء مجموعات المدارس بمجلس أبوظبي للتعليم



أثناء فترة تعليمه لتأهيله لخوض سوق العمل بجدارة ، إضافة إلى تحسين إجراءات التخطيط لعمل المدارس . وذكر أحد المشاركين في هذا المؤتمر بأن المؤتمر فرصة رائعة لتبادل الخبرات التربوية والإدارية على مستوى المكاتب التعليمية وعلى مستوى الأفراد فهناك تنوع كبير في الخبرات المطروحة وفي التجارب التي نستمتع إليها من خلال ورش العمل ، وأضاف أن أهم ما يميز الطروحات تراء في الخبرات والأفكار المتنوعة والغنية للتطوير . يذكر أن المؤتمر يضم أكثر من خمسين مشاركا ، يتوزعون يوميا بين مجموعات أو يشتركون في عمل جماعي بحسب البرنامج اليومي المنوع للمؤتمر .

الاستفادة من التجارب العالية المتطورة والتي أثبتت نجاحها ومثل هذا التواصل والانفتاح على التجارب الخارجية يجعلنا نحصل على خلاصة تجارب أثبتت جدواها وفعاليتها في تطوير مستوى أداء العاملين في حقول مشابهة وأكمل دريه . هنالك عناوين مهمة تحمل مضامين قيمة للمهتمين بالشأن التعليمي مثل حزمة الإصلاحات الواجب توافرها للعملية التعليمية في سبيل الإرتقاء بالمخرجات التعليمية ، والنظرة المستقبلية لسوق العمل وما يتطلبه من مهارات ومعارف لعناصره البشرية الأمر الذي يجعلنا بالضرورة نعيد النظر في طبيعة المهارات والمعارف والخبرات التي يجب أن تكون جزء من اليوم الدراسي للطلاب

بناء على توجيهات مجلس أبوظبي للتعليم في التنمية المهنية المستمرة للعاملين في القطاع التربوي ، وفي إطار الدورات التدريبية المستمرة التي يتم تنظيمها بهدف إثراء الخبرات التربوية والإدارية لمدراء مجموعات المدارس، نظم مجلس أبوظبي للتعليم مصغرا يشارك فيه مجموعة من المهنيين والخبراء ويستهدف التنمية المهنية لمدراء مجموعات المدارس بالمكاتب التعليمية التابعة للمجلس ( العين ، الغربية، وأبوظبي) في الفترة من الأحد الموافق 31 مارس وحتى نهاية يوم الخميس الموافق الرابع من شهر إبريل بمقر مدرسة مريم بنت سلطان التابعة لكتب العين للتعليم.  
يهدف هذا المؤتمر نصف السنوي إلى متابعة تطوير التعليم في مجلس أبوظبي للتعليم عن طريق استهداف المدراء بشحن معارفهم ومهاراتهم في بناء قيادة مدرسة فعالة قادرة على أن تكون عاملا أساسيا من عوامل التطوير والتغيير، والعمل على تحسين فهمهم للاستراتيجيات التي تعمل على دعم تنفيذ جدول أعمال مجلس أبوظبي للتعليم وسياسته الرامية إلى التطوير المستمر لجميع مرتكزات العملية التعليمية . إضافة إلى تبادل المعرفة والخبرات بين المشاركين بهدف تطبيق أفضل الممارسات التربوية وتدوير التجربة بين المختصين ، كما ويهدف المؤتمر النصف سنوي إلى التعرف على سبليات الأداء في الفترة السابقة ، لتجاوز معوقات العمل ، للوصول إلى أفضل مستوى للإنجاز .  
وذكر أحمد دريه المدير الإقليمي بأن المؤتمر يضم الكثير من الفعاليات والأنشطة ، والمحاضرات وورش العمل وأن هذا التنوع يهدف لإثراء خبرات المشاركين وتحقيق أهداف المؤتمر في شحن المهارات والمعارف ، وعرض أفضل التطبيقات العالمية في مجال التعليم للاستفادة من تلك الخبرات في تطوير مستوى الأداء للعاملين في القيادة المدرسية .  
وأضاف أحمد دريه : لقد حرصنا من خلال اختيارنا لعناوين المحاضرات وورش العمل ، والتواصل عبر استخدام تقنية فيديو المؤتمر إلى

## بلدية مدينة العين تحصل على شهادات نظام الإدارة المتكامل العالمية

•• العين - الفجر:

تسلم معالي ماجد علي المنصوري رئيس دائرة الشؤون البلدية بحضور سعادة الدكتور مطر النعيمي مدير عام بلدية مدينة العين وعدد من المسؤولين في البلدية، من شركة لويديز ريجستر، شهادات نظام الإدارة المتكامل العالمية IMS التي منحها الشركة لبلدية مدينة العين، وذلك في إطار الجهود التي تبذلها البلدية للارتقاء بألية العمل البلدي وتطبيق أفضل الممارسات العالمية في هذا المجال. وجاء إعلان حصول بلدية مدينة العين على شهادات نظام الإدارة المتكامل IMS بعد التدقيق الذي أجرته شركة لويديز ريجستر في شهر ديسمبر 2012 في ثلاثة أنظمة هي: نظام إدارة الجودة ISO 9001:2008 ونظام البيئة ISO 14001:2004 و نظام السلامة والصحة المهنية OHSAS 18001:2007 وذلك بتطبيق جميع متطلبات الأنظمة والتي يتم إدارتها كمنظومة واحدة من أجل تحقيق المعايير والمواصفات القياسية العالمية. حيث بدأت هذه المبادرة من خلال تكليف فريق الإدارة المشروع ، بالإضافة إلى ممثلي الإدارة بالقطاعات والذين كان لهم دور أساسي في نجاح هذا النظام. وأشار معالي ماجد علي المنصوري الى ان حصول بلدية مدينة العين على شهادات نظام الإدارة المتكامل هو إنجاز معتبر ويستحق أن يكون قدوة لباقي المؤسسات لتطبيقه لما فيه من مساهمه بالحفاظ على البيئة والسلامة والصحة المهنية والجودة. و ما بذلته بلدية مدينة العين من مجهود لتحسين كفاءة موظفيها وتعزيز رضا عمالها هو ناتج ملموس لتميز بلدية مدينة العين على مختلف الأصعدة سواء الخدمية أو الوظيفية أو العملية و هو ما يأتي ضمن توجهات النظام البلدي ككل في تطوير العمل وتحسين الخدمات وتكثيف الدور الفاعل الذي تقوم به البلديات في استثمار جهود موظفيها وتعزيز ثقافة التميز وتعزيز جودة المهام البلدية المؤكدة اليها . و هنا معالي بلدية مدينة العين على هذا التميز مؤكدا على دور النظام في دعم توجه بلدية مدينة العين في الضي قدام نحو التميز ، والذي تحرص دائرة الشؤون البلدية على دعمه وتعزيزه لمختلف البلديات . جدير بالذكر ان نظام الإدارة المتكامل هو نظام عالمي يهدف إلى زيادة رضا المتعاملين الداخليين والخارجيين ، وتقليل الأثر البيئي السلبي الناتج عن أنشطة البلدية ، وتقليل إصابات العمل والأمراض المهنية ، والاستخدام لجميع الأنظمة والقوانين والتشريعات الحكومية ، و الاستخدام الأمثل للموارد ، والتحسين والتطوير المستمرين. كما تم تأهيل عدد من الموظفين بشهادات التدقيق الداخلي وشهادات رئيس مدققين في نظام إدارة الجودة ISO 9001:2008 ونظام البيئة ISO 14001:2004 و بالإضافة إلى عقد ورش تعريفية لجميع موظفي البلدية ، وورش تدريبية نتج عنها تخريج أكثر من ثمانين مدققا متميزا و مؤهلا .



## حملة للتبرع بالدم تنظمها شركة أبوظبي لخدمات الصرف الصحي

•• العين - الفجر:

نظمت شركة أبوظبي لخدمات الصرف الصحي بالتعاون مع بنك الدم الاقليمي التابع لمستشفى توام حملة للتبرع بالدم على مدى يومي الاثنين والثلاثاء الموافق 1 و2 أبريل الجاري بمقرها الرئيسي في مدينة العين ومحطات المعالجة التابعة لها في زاخر ومزيد، بحضور عدد كبير من موظفي وموظفات الشركة ورؤساء الأقسام ومدراء الإدارات. تهدف هذه الحملات الانسانية التي تحرص على تنظيمها الشركة باستمرار في فرعها بمدينة أبوظبي والعين إلى المساهمة في مخزون الدم الذي يساهم لاحقا في تزويد الدم للمصابين في الحوادث والأمراض المزمنة والخاصين للعمليات الجراحية، بالإضافة إلى نشر ثقافة التبرع بالدم بين الموظفين والمجتمع لتعزيز روح المساعدة والعطاء لإنشاء مجتمع متكافل مساهم في الحفاظ على بيئة صحية وخالية من الأمراض. خضع موظفو الشركة إلى فحص طبي للجسم ومخبري على الدم قبل بدء التبرع والذي بدوره ساهم في كشف الحالات المرضية أو تلك التي تحتاج إلى مساعدة طبية، ويعد الفحص بمثابة شهادة للبيئة الصحية الجيدة أيضا، كما حصلوا على بعض النصائح من قبل فريق طاقم بنك الدم المنتقل حول كيفية المحافظة على دم سليم ونصائح غذائية للبعض الذين يعانون من بعض المشكلات في الدم. تأتي هذه الحملة في إطار حرص الشركة على المشاركة في شتى الأنشطة المجتمعية والتي تساهم في دعم وتطوير روح المسؤولية تجاه المجتمع، وشارك في الحملة نحو 50 موظف وموظفة في الشركة.

# منوعات العلاج

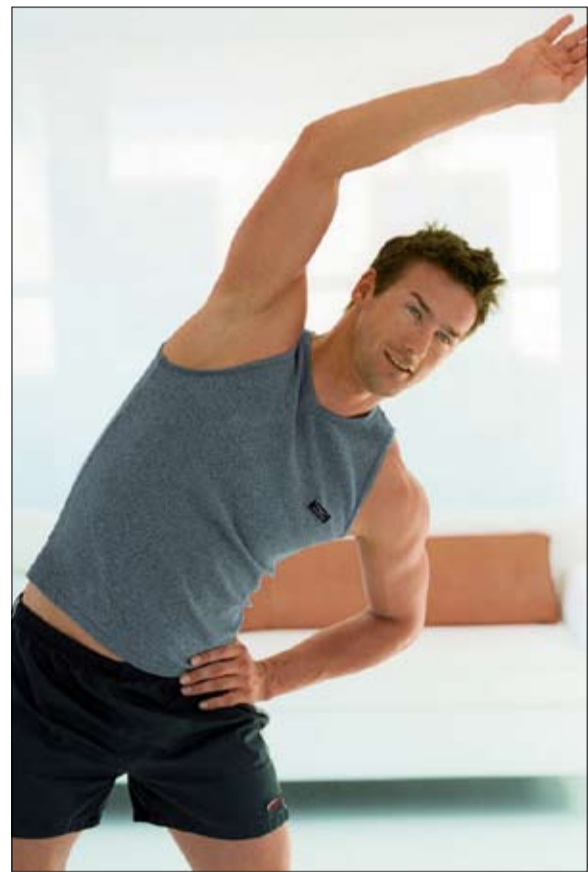
23



## زيت الزيتون

### يمنع الالتهابات ويحمي القلب

المأكولات الشرق أوسطية التي تحتوي على زيت الزيتون مفيدة للقلب لأنها تمنع جينات تسبب الالتهابات في الجسم. هذا ما توصلت إليه دراسة أسبانية جديدة ربطت بين الالتهابات والبدانة والحماية، وقدمت أدلة عن الفوائد الصحية الأساسية للإنسان خلال تناوله زيت الزيتون. وأجرى الباحثون دراستهم على أطلعة غنية بمرقيات (الضئبول) الموجودة في زيت الزيتون فتبين لهم أنها تؤثر في جينات عشرين شخصاً يعانون متلازمة التمثيل الغذائي التي تعرض الناس للإصابة بالنوبة القلبية والنوع الثاني من السكري.



## النشاط الرياضي يطيل العمر

من المعروف بأن ممارسة الرياضة والنشاط البدني بشكل مستمر لها فوائد صحية كثيرة ودور وقائي لعدة أمراض. وقد دلت دراسة الى دور ممارسة التدريب البدني المتوسط في الوقاية من الإصابة بمرض القلب وإطالة العمر، وبأن مقدار الفائدة يزداد مع ارتفاع معدل النشاط البدني. أجرى الدراسة باحثون من أميركا وهولندا، وشملت بيانات 5200 شخص يبلغون 50 عاماً فأكثر، استمرت متابعتهم لسنة وأربعين عاماً، وتبين أن من واصلوا على ممارسة أنشطة بدنية متوسطة بدءاً من عمر الخمسين عاماً امتد بهم العمر 1.3 سنة، كما تأخرت إصابتهم بأمراض القلب 1.1 عام، مقارنة بأقربائهم الخاملين. بينما وجد أن من اتبعوا معدلات مرتفعة من الأنشطة البدنية امتد بهم العمر بمعدل 3.5 أعوام وتأخرت إصابتهم بأمراض القلب 3.2 سنوات وأكثر، مقارنة بأقربائهم الخاملين وكثيري الجلوس. وعلق الدكتور أوسكار إتش. فرانكو من المركز الطبي لجامعة إيراسموس إم. سي. في هولندا قائلاً: (توضيح دراستنا أن اتباع نمط حياة يتسم بالنشاط هو وسيلة فعالة للتمتع بالصحة في مرحلة الشيخوخة). بينما قال مايكل جي بيرير، من جامعة فلوريدا الأمريكية: (يتعين على الأطباء الإلحاح والتشجيع على ممارسة الجميع لرياضة المشي، سواء فيما يتعلق بالاستمرارية أو الرتم لتحقيق فوائد ملحوظة).

## ماذا لو كانت بسبب الإجهاد؟

# حارب آلام الظهر من الجذور

الظهر منطقة هشة في جسمنا، إذ يتلقى ضربات الحياة القاسية كافة: صدمات، حوادث، وهن ناجم عن السن، وإجهاد بلا شك. لا تستطيع عضلاتنا لا سيما عضلات الظهر تحمّل الإجهاد اليومي الذي يتسارع ويتفاقم أكثر من أي وقت مضى. علينا أن نعي بأن الأدوية قليلة الفاعلية ضد التشنجات العضلية، لذا من الأفضل محاربة الألم من الجذور. يجب بالتالي تشغيل العضلات ومطّهم، وتغيير الوضعيات، واعتماد قواعد الصحة العامة المناسبة.

نقاط التشنّج لديهم ويبدأون بتدليكهم بشكل خفيف من ثم ينتقلون إلى تدليك أكثر عمقا. الأهم: يقدمون دوماً للمرضى نصائح حول الوضعيات المناسبة ويعلمونهم التنفس بطريقة صحيحة عبر استخدام عضلات بطنهم. المعالجون بتقويم العظام: يشهد بعض الأشخاص اختبارات صعبة في حياتهم، فيحفظ جسمهم آثارها ويعكسها عبر وضعياته. يميل الطفل الخاضع لسيطرة أبوية شديدة، مثلاً، إلى ضغط كتفيه. وحين يتعرض لإجهاد مماثل في سن البلوغ، يتفاعل جسمه بالطريقة عينها. يستطيع المعالج بتقويم العظام في هذه الحالة رصد أكثر المناطق تشنّجاً. الأهم: يبحثون عن أول إصابة تعرّض لها، ومن ثم يعمدون إلى إرخاء المناطق كافة ذات الصلة.

اختصاصيو الطب النفسي الجسمي: يمثّل هذا الطب الرابط بين النفسية والجسد. غالباً ما يكون ألم الظهر ناجماً عن عامل نفسي جسمي، فالإجهاد عبارة عن حالة صدامية يتفاعل فيها المريض عبر جسده بشكل خارج عن السيطرة. لذلك يطبّق هؤلاء الاختصاصيون تقنية للاسترخاء تسمح للمريض بإيجاد الرابط بين المشكلة الجسدية (عبر حركات متكيفة) والمشكلة النفسية. الأهم: تقضي التقنية بحل التشنّجات عبر اعتماد وسائل استخدمها الشخص مسبقاً بطريقة فطرية. اختصاصيو الطب النفسي الحركي: في الحالات العادية، يجب أن تكون عضلات أسفل ظهرك وحوضك وأردافك قوية إلى حد ما بما يؤمن استقرارنا وثباتنا. يجب بالتالي إرخاء عضلات أعلى الظهر، كالعضلات المرئية، لإتاحة تحرك الرأس بحرية والتنفس بطريقة صحيحة. لكن لسوء الحظ، يحدث دوماً العكس.

الأهم: يجب تحريك الجسم أكبر قدر ممكن وتنظيم قوته العضلية عبر ممارسة التمارين الجسدية. من الضروري إذا استدعاء الأحاسيس والوعي الجسدي. المعالجون البيديون: يمكن تخفيف عوارض الإجهاد الجسدية عبر مطّ العضلات. من الضروري فضلاً عن تمارين التمطط الذاتي، القيام بتمارين وعائية قلبية، تمارين تنفس عبر البطن، اتباع حمية سليمة مع تجنب المواد المنبهة (الكافيين، وغيره)، وتنظيم النوم.

الأهم: تظهر التمارين للمرضى بأنهم يتمتعون بقدرة أكبر مما كانوا يعتقدون.

العضلات المربعة المنحرفة: حساسة جداً للإجهاد، كما أعلى الظهر. العضلات الثلاثية الرؤوس العضدية: تشكل جزءاً من العضلات الضرورية لتنفس عميق. العضلة المنحرفة العليا من المعدة: يسمح بعض التمارين بإرخاء هذه العضلة المشنّجة عن غير قصد.

### أماكن العمل

يتفاقم ألم الظهر دوماً في العالم المهني بفعل الإجهاد. تمثّل إصابات الإجهاد المتكرر سبب الأمراض الأول في أماكن العمل في عصرنا هذا. يرتبط معظم هذه الإصابات التي تطاول المفاصل، الأوتار ومناطق أخرى بوضعيات غير صحيحة أو حركات غير مناسبة. نجد بالتالي ثلاثة عناصر مشتركة في الأمراض كافة التي تشمل هذه الإصابات: كثافة الأعمال من دون توافر وقت للراحة، ضغوط متزايدة، وأخيراً غياب دعم أرباب العمل والزملاء.

### كيف تريح التشنّجات؟

للأدوية فاعلية محدودة. في المقابل، تساعد العلاجات البيدية في تخفيف آلام الظهر إلى حد كبير. مع ذلك يجب في البداية إجراء فحص سريري جدي، فأمام مريض يشتكي من ألم في ظهره، سيعمد الطبيب إلى استبعاد الأسباب الجسدية كافة قبل طرح مسألة الإجهاد. في حال كان ألم الظهر ناجماً عن توتر عصبي، قد تؤمن الأدوية راحة مؤقتة، لكن الأطباء يعرفون حق المعرفة بأن مسكّنات الألم والأدوية المزيلّة للتشنّج أثراً محدوداً فحسب. غالباً ما نرى مرضى يعانون تشنّجات عضلية مستمرة وينتقلون من طبيب إلى آخر ويجرون فحوصاً كثيرة لكن من دون جدوى. لذلك يلجأ عدد متزايد من المرضى إلى التقنيات البيدية لتفادي تناول أدوية كثيرة. فالعلاج البيدي، المعالجة بالحرارة، أو المعالجة بتقويم العظام مفيدة جداً لتخفيف آلام التشنّج، لكن فاعليتها لم تدرس يوماً علمياً. لكن ذلك لا يمنع من أن بعض المرضى يشعرون بالرضا.

### تحرك بانتظام

لا تنهي الراحة التي يؤمنها التدليك مشكلة الإجهاد. فلدَى أكثر المرضى توتراً، يسمح الاسترخاء وحتى التنويم المغناطيسي بالسيطرة على الانفعالات. تشكل هذه التقنيات بالتالي جزءاً من الترسانة العلاجية في مراكز مكافحة الألم. يبقى أيضاً اعتماد قواعد الصحة العامة المناسبة. ومثمة نصيحتان أساسيتان يقدمهما الاختصاصيون: تنظيم النوم وممارسة نشاط جسدي.

في النهاية، تنتهي وصفة مكافحة الألم بنصائح حول الوضعية، مكيفة بحسب نشاط كل شخص. فضلاً عن ذلك، لا بد خلال نهار عمل من أخذ فترات استراحة لتخفيف ألم الظهر وتهدئة التوتر العصبي. ومن وقت إلى آخر، يجب النهوض، المشي، مدّ النظر، تحريك الكتفين بشكل دائري لتليينهما، القيام بحركات دورية للرأس... فالجسم خلق ليتحرك، وما من شيء أكثر ضرراً بالظهر من الوضعيات الجامدة.

### نصائح الخبراء

غالباً ما تُشار مسألة الإجهاد عند استشارة المرضى الطبيب. فيأخذها اختصاصيو أمراض الظهر في الاعتبار عند اختيارهم العلاج وتقديمهم النصائح للمرضى. أطباء الروماتيزم: يشهد مرضاهم حالات صداع ذات جذور عنقية، تعرّز إلى التهيجات في الجذور العصبية والتقلصات العضلية في الجزء العلوي من الرقبة. يصعد الألم إلى أحد جوانب الرأس ومن ثم يهبط مجدداً إلى العضلات المرئية. ترتبط هذه العوارض بإجهاد مفرط ووضعيات سيئة.

الأهم: يجب التحقق من أن هذه الآلام ليست ناجمة عن ورم، أو انكسار في الفقرات أو عن مشاكل في العضلات، إرقاق، إرهاق، أو اضطرابات في النوم لا سيما لدى النساء المجهّات. المعالجون بالحركة: يرتاد المرضى المجهّون عياداتهم أكثر فأكثر ويخبرونهم بأنهم مرهقون ويشعرون بألم في أنحاء جسمهم كافة. فيحاول المعالجون البحث عن

بالنسبة إلى الإجهاد، من الصعب التخلص منه، لكننا نستطيع السيطرة على آثاره الضارة عبر الخضوع لجلسات استرخاء. لا تعدّ الأمر، تستطيع ممارسة هذه التمارين في المنزل أو في المكتب.

### هدف أساسي

يتفاعل الجسم عند التعرّض للإجهاد عبر قبض عضلاته. ولا شك في أن الظهر، المنطقة الحساسة في جسمنا، هدف أساسي بامتياز. عند استشارة طبيب بشأن مشكلة في الظهر، تطرأ مسألة الإجهاد دوماً في لحظة أو في أخرى. تتزامن نوبات أوجاع الظهر مع فترات تشنّج في الحياة لدى المرضى. وفي غالبية الأحيان، يربط الأشخاص بين الصعوبات والمشقات التي يواجهونها في الحياة والأوجاع التي يعبر عنها جسمهم. يُذكر أن الإجهاد شكل من أشكال الهجوم الذي تعرّض له بدرجات مختلفة. فبرّد الجسم عليه عبر قبض عضلاته وتقليصها كطريقة للاحتماء. لكن هذه العضلات تنقب على المدى الطويل وتصعب عاجزة عن إزالة السموم، فيتركز الألم. تحدث هذه التشنّجات خصوصاً على مستوى العنق والكتفين. يُشار إلى أن عضلات النصف العلوي من الظهر، الرقبة والرأس هي الأكثر تعرّضاً للإجهاد، بينما المنطقة الواقعة في أسفل الظهر تتأثر بسهولة بالبدنات وحمل الأغراض الثقيلة. لكن لا يمنع أن يتفاقم الألم في أسفل الظهر في إطار تشنّج عصبي.

### حلقة ضعيفة

الظهر هدف من اختيار الإجهاد، لأنه الحلقة الضعيفة في جسمنا. يخضع العمود الفقري وجميع العضلات المرتبطة به لاختبار قاس على مرّ الحياة، إذ يحفظ لوقت طويل آثار الصدمات القديمة والحوادث. فضلاً عن ذلك، تعاني جميعنا إصابات متفاوتة الأهمية: انزلاق الأقراص الفقرية، الفتق، الفصال osteoarthritis... في هذا السياق، يري الخلق ينقله على المناطق المتضررة مسبقاً. تحاول بحوث علمية إثبات أن الإجهاد يضعف دفاعات جهاز المناعة في الجسم، الأمر الذي قد يؤدي إلى التهاب الأقراص الفقرية أو الأوتار، وقد يكشف أيضاً عن وجود فصال كان حتى وقت قصير غير مؤلم. لكن ذلك كله مجرد فرضية. في سياق مواز، تساهم وضعياتنا السيئة في إضعاف ظهرك وجعله أقل استعداداً لمقاومة نوبات الإجهاد. وما يفاقم التشنّجات العضلية الجلوس لساعات طويلة أمام شاشة الكمبيوتر مع دفع الرأس إلى الأمام ورفع الكتفين، ناهيك عن قيادة سيارة لفترة طويلة بشكل متراخ في مقعد غير مريح. يُضاف إلى ذلك الخمول ونقص النشاطات الجسدية اللذان يتسببان بإذابة عضلات الظهر ما يجعلها أكثر هشاشة وحساسية تجاه الهجمات. يولّي أطباء النظام من جهتهم عناية كبيرة بالحجاب الحاجز، عضلة ترتفع القفص الصدري عند كل شهيق، فتحت وضاً الإجهاد، يتسارع التنفس أو يضيق. لكن إن تشنّج الحجاب الحاجز، تعطل وظيفة منطقة أسفل الظهر.

### مصدر قلق

يستطيع كل منا تحمّل إجهاد عابر، شرط المشي أو السياحة للاسترخاء قليلاً. لكن الإجهاد قد يحدث على المدى الطويل خلال في دوائر الألم، عبر خفض القدرة على التحمّل لدى بعض المرضى. يتحوّل التشنّج العضلي البسيط عندئذ إلى مشكلة غير متوقعة. فيصبح ألم الظهر مصدر قلق يفاقم حالة الإجهاد التي ظهرت في البداية. يقع نحو 20% من المرضى في هذه الحلقة المفرغة حيث يتناوب الألم والإجهاد. بالنسبة إلى أطباء الروماتيزم، تصعب معالجة هؤلاء المرضى، نظراً إلى أن ألم الظهر الشديد يخفي أحياناً اكتئاباً حقيقياً. يجب إذا تعلم الإصغاء إلى هؤلاء الأشخاص وعدم القول لهم أبداً إنهم يتوفّمون الألم. يحدث الاكتئاب خلال في وظيفة السيروتونين والنورأدرينالين، الهورمونان المسؤولان عن نقل إشارات الألم. وهذا ما يفسّر سبب إحساس نصف المصابين بالاكتئاب بالألم غير اعتيادية، يتمركز 20 إلى 30 في المئة منها في الظهر. في هذا الإطار، أثبت بعض الأدوية المضادة للاكتئاب التي تعمل على النورأدرينالين والسيروتونين، فاعليتها ضد الاكتئاب والألم معاً. تُوصف أحياناً لتخفيف ما يبدو في البداية ألماً بسيطاً في الظهر.

### رابط وثيق

يشكل الألم الناجم عن إصابة ما إشارة تحذيرية. فتُقلّ المعلومات على طول النخاع الشوكي لتصل إلى الدماغ، حيث تعالج بواسطة الوسائل الدماغية المسؤولة عن تحديد موقع الألم وحدته، فضلاً عن الوسائل العاطفية والسلوكية. يختفي ألم الظهر غالباً بسرعة. لكن بعد ثلاثة أشهر، يصبح مزمناً. وغالباً ما يعبر هذا الألم عن انزعاج كاستعاض في العمل، ماضٍ صعب... - الجزء العلوي من العمود الفقري: يتأثر بالوضعيات السيئة، من هنا تبرز أهمية تقويته.

## الشوكولاته

# تقلل مخاطر الإصابة بالسكتة الدماغية

بات لدى الناس سبب جديد يضاف إلى قائمة الأسباب التي تدفعهم إلى الإكثار من تناول الشوكولا، إذ وجدت دراسة كندية أن تناولها بصورة معتدلة يقلل من مخاطر الإصابة بالسكتة الدماغية.

ووجدت الدراسة، التي نفذها باحثون من "جامعة تورونتو" الكندية، وشملت قرابة 50 ألف شخص، إن تناول لوح شوكولا قد يخفض احتمالات الإصابة بسكتة بواقع 22%، كما أنه عند الإصابة بنوبة فإن خطر الوفاة نتيجة لذلك ينخفض بنسبة 46%.

وأثبت البحث أن الشوكولا التي يتم إنتاجها من نبات الكاكاو غنية بمواد مضادة للأكسدة يطلق عليها فلافونويدس من شأنها الحماية من الإصابة بسكتات دماغية.

وأشار الباحثون إلى ضرورة إجراء المزيد من الأبحاث في هذا الشأن. وقالت سيرا صاحب، التي قادت الدراسة: هناك حاجة إلى المزيد من الأبحاث لتحديد إذا ما كانت الشوكولا بحق تقلل خطر الإصابة بالسكتة، أم أن الأمر ببساطة لا يتعدى أن الأشخاص الأصحاء هم الأكثر ميلاً نحو التهام الشوكولا عن سواهم.

ووجد باحث آخر في الدراسة التي شملت 44 ألفاً و489 شخصاً أن الذين تناولوا لوحاً واحد من الشوكولا مرة واحدة في الأسبوع، كانوا معرضين بنسبة 22% أقل عن غيرهم للإصابة بسكتة دماغية.

وفي دراسة ثانية، وشملت 1169 شخصاً، تناولوا 50 غراماً من الشوكولا مرة واحدة في الأسبوع، ظهر أن المشاركين معرضين بنسبة 46% أقل للوفاة جراء إصابتهم بسكتة دماغية عن غيرهم الذين لا يتناولون الشوكولا.

وشدد الخبراء على ضرورة عدم الإكثار من تناول الشوكولا عبر القول بأن الإفراط في استهلاكها قد يجعل المرء يبدئاً لأنها تحوي دهوناً مشبعة.

وكانت دراسات سابقة قد بيّنت أن للشوكولا تأثيراً إيجابياً في ضغط الدم، وصحة القلب، ومقاومة الأنتولين، وحتى صحة الأسنان.





## وزارة الثقافة تستعد لإطلاق القافلة الثقافية الثانية

### بفعل المعلا في 18 ابريل الحالي

عقدت وزارة الثقافة والشباب وتنمية المجتمع أمس بمقر الوزارة في دبي الاجتماع الثاني لتفريق عمل القوافل الثقافية التي تنظمها الوزارة بالتعاون مع حشد من الشركاء للعام الرابع على التوالي. حضر الاجتماع سعادة حكم الهاشمي وكيل الوزارة المساعد لتنمية المجتمع ومديري الإدارات والمراكز المجتمعية الثقافية بالدولة. وتم خلال الاجتماع مناقشة الخطة الجديدة للقافلة الثقافية الثانية للعام 2013 حيث تحط رحالها يومي 18 و19 ابريل الحالي بمنطقة فلج المعلا والمناطق القريبة منها كالراشدية وكابز والمهدب والسلمة التابعة لإمارة أم القيوين. واستعرض الاجتماع الاستعدادات والأنشطة والفعاليات والأفكار الجديدة التي تم استحداثها للعام الحالي. كما تم استعراض أهم اللقطات المصورة من موقع فلج المعلا والتي توضح حجم الجمهور المتوقع حضوره للفعاليات والأنشطة مقارنة بجمهور القافلة السابقة في منطقة شوكة التابعة لإمارة رأس الخيمة إضافة لتتبع جهود المؤسسات المختلفة في دعم جهود وزارة الثقافة والشباب وتنمية المجتمع في هذا الإطار. من جانبه أشاد سعادة حكم الهاشمي وكيل الوزارة المساعد لتنمية المجتمع بفرق عمل القوافل الثقافية وشكرهم على جهودهم في السمو بأهداف الوزارة وتحقيق الأهداف المرجوة من القوافل لاسيما ما يتعلق منها بالحفاظ على الهوية الوطنية وتعزيز مقوماتها معبرا عن سعادته من النجاح الذي حققه فريق عمل الوزارة بشهادة الخبراء والشركاء. وأكد أن مبادرة القوافل الثقافية التي تتبناها وزارة الثقافة والشباب وتنمية المجتمع للعام الرابع على التوالي تأتي لتعزيز ومد جسور الشراكة الفاعلة بين مختلف الوزارات والمؤسسات الحكومية والخاصة وصولاً

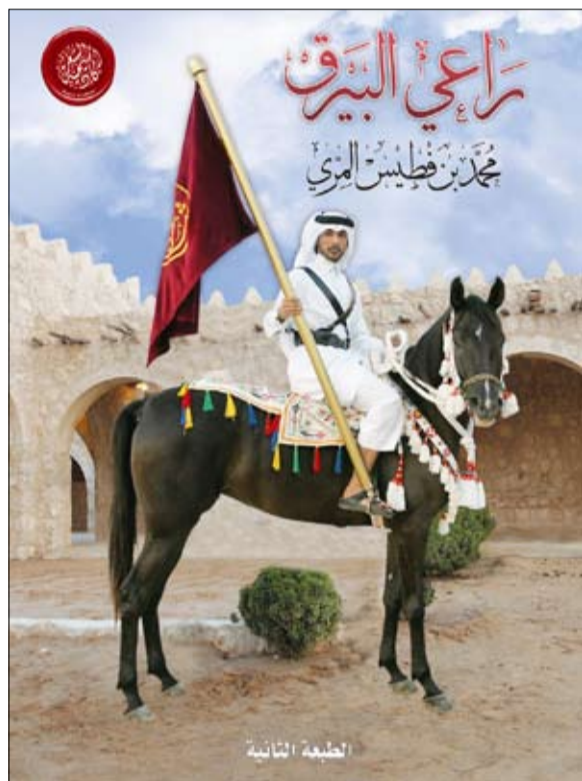


إلى تعزيز قيم التلاحم المجتمعي ونشر الوعي الثقافي والاجتماعي في أنحاء الدولة والتواصل مع أهالي المناطق البعيدة وتقديم خدمات المؤسسات المختلفة لهم مهما ابتعدت أماكن سكانهم. وقدمت الوزارة في القافلة الثقافية الأولى لهذا العام الرابعة عشرة منذ انطلاقتها - والتي حطت رحالها بمنطقة شوكة أكثر من 120 فعالية يتم تنفيذها بمشاركة واسعة من الجهات الحكومية المحلية والاتحادية والخاصة في الدولة. وقالت

أمينة خليل مديرة إدارة التنمية المجتمعية مديرة المراكز المجتمعية والثقافية بالإمارة ان فريق العمل يبحث في تطوير وتوحيد الأداء وصولاً إلى تحقيق الرؤية والأهداف الاستراتيجية 2011-2013/ لوزارة الثقافة والشباب وتنمية المجتمع موضحة أن الجائزة العربية للمسؤولية الاجتماعية التي حصلت عليها الوزارة مؤخراً تجسد تقديرنا للجهد الذي يقدمه الجميع في سبيل إنجاح القوافل الثقافية. وأوضحت أن

# منوعات الفكر

25



## أكاديمية الشعر تصدر طبعة جديدة من (راعي البيرق) لمحمد بن فطيس المري

أصدرت أكاديمية الشعر التي تشرف عليها لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية في إمارة أبوظبي.. طبعة جديدة من كتاب راعي البيرق . يرصد الكتاب ويوثق التجربة الشعرية والإبداعية للشاعر محمد بن فطيس المري والتي توجت بفوزه بلقب شاعر المليون وحامل البيرق في الموسم الأول من مسابقة شاعر المليون الأشهر والأكبر عالمياً في عالم الشعر. وجاءت طبعة الكتاب في 275 صفحة فيما ضم سبعة فصول الأول بعنوان درر المحيط الهادئ وشمل القصائد التي شارك بها ابن فطيس في مسابقة شاعر المليون عبر مختلف مراحلها والثاني عنوانه أضخم مشروع ثقافي عربي تناول مسابقة شاعر المليون ودورها الثقافي في خدمة الشعر التنبؤي في المنطقة. . بينما حمل الفصل الثالث عنوان اللجنة من جديد وضم آراء مفصلة للجنة تحكيم المسابقة في التجربة الشعرية للشاعر محمد بن فطيس خلال المسابقة. وحمل الفصل الرابع عنوان رسائل إلى ابن فطيس وضم عددا من المقالات والآراء الإعلامية والقصائد التي قيلت في الشاعر وعن تجربته في المسابقة. . بينما حمل الفصل الخامس عنوان قصائد مختارة وضم تشكيلة مختارة من قصائد ابن فطيس من خارج مسابقة شاعر المليون في مختلف الأغراض الشعرية. وجاء الفصل السادس تحت عنوان بانوراما وضم مجموعة من الوقفات الإعلامية مع الحلقة النهائية من مسابقة شاعر المليون في الموسم الذي فاز فيه الشاعر والحظوظ التي سبقتها من ترقب وتفرح الجميع لمعرفة الفائز بلقب حامل البيرق ثم الاحتمالات والفرحة التي عمت بعد فوز الشاعر باللقب. وضم الفصل السابع بعنوان ألبوم الصور صوراً متنوعة لحامل بيرق الموسم الأول في مختلف فترات حياته وفي مختلف المناسبات التي شارك فيها أو تواجد. يذكر أن أكاديمية الشعر كانت قد أصدرت ديوان الشاعر محمد بن فطيس وحظي بإقبال جماهيري كبير خلال الدورة الماضية من معرض الكتاب في أبوظبي ومن المتوقع أن تصدر الطبعة الثانية منه قريبا

## جامعة زايد تنظم محاضرة حول الدراسات الإسلامية المعاصرة في الغرب



الدينية مشيراً إلى انه لم يحصل صدام معتبر غير مرة واحدة عندما حاول الخليفة المأمون فرض عقيدة خلق القرآن فرد عليه أحمد بن حنبل وقال له: نحن لا نندخل في الشأن السياسي وأمير المؤمنين لا يتدخل في الشأن الديني فالقرآن كلام الله غير مخلوق واستغرق الأمر 18 عاما حتى انتهت المشكلة والتزم كل حدوده. وارجع الحاضر ظهور الإسلام الصحوي فالسياسي خلال القرن العشرين إلى ضعف المؤسسة الدينية وعجزها وبسبب الفراغ في العيشتين الدينية والسياسية ظهرت حركات الهوية التي صارت بسبب الصدام مع الحكومات العسكرية حركات سياسية تتسلح بالدين وسياساته للوصول إلى السلطة.

والعلوم العربية حتى القرن السابع عشر وينشئون رشية لاتينية أي فهم أوروبي خاص لاين رشد وفكره وفلسفته واستخدامه في مواجهة سطوة رجال الكنيسة. و اضاف ان العامل الثاني الذي أحدث انفراجا في الرؤية الأوروبية للحضارات والديانات الأخرى تمثل في تجاوز أوروبا للخطر العثماني وفي الكشف الجغرافية وانقسام المسيحية إلى كاثوليك وبروتستانت والانصراف للتوعية بالمشروع الأوروبي المتأصل في الحضارتين الإغريقية والرومانية للاستيلاء على العالم المتحضر وغير المتحضر والقدرة على ذلك رغم التنافس الشرس بسبب الثروات التي حصلت عليها أوروبا من القارات المكتشفة حديثا. وأكد الدكتور رضوان السيد انه يمكن الإفادة من مناهج الدراسات الحديثة في فهم الظاهرة الإسلامية وغيرها من الظواهر في المجتمعات العربية والإسلامية نظرا لان المناهج العلمية مشتركة ولا يمكن الخروج عليها بزعم الاستقلال المنهجي لافتا إلى أن استخدام هذه المناهج لا يعني التوصل إلى النتائج ذاتها ولا إلى التوصيات ذاتها. وأضاف انه لو تأملنا الظاهرة الإسلامية في ضوء المناهج الحديثة والأخرى المقارنة مع التجربة الغربية في العلاقات بين الدين والدولة على سبيل المثال لوجدنا أن إصرار البابوية والكاثوليكية على أن الكنيسة هي الدين وهي الإمبراطورية في الوقت نفسه قد أضى إلى انقسام المسيحيين إلى كاثوليك وبروتستانت كما أدى إلى عزل الدين عن المجال العام وظهور الدولة الوطنية والعلمانية. واستذكر الحاضر من التاريخ الإسلامي تجربة شهدت مصالحة بين الدين والدولة لظهور فكرة تقسيم العمل بين السياسيين والعسكريين ورجال الفقه والمؤسسة

دعا الفكر اللبناني الدكتور رضوان السيد مستشار رئيس الوزراء اللبناني والأستاذ الزائر في جامعة زايد إلى تجنب الدين الإسلامي أهوال السطوة السياسية باسمه ومنع سيطرة الفرق الدينية على التربية والتعليم والفتوى والإرشاد العام في المجتمعات العربية. جاء ذلك في محاضرة ألقاها مؤخرا على طلبة الدراسات العليا بمعهد دراسات العالم الإسلامي بجامعة زايد حول الدراسات الإسلامية المعاصرة بالغرب الأصول والمناهج الإشكاليات وطرائق التلقي والإفادة والمشاركة. وأضاف ان استيلاء الأصوليات على المرجعية الدينية قد يؤدي إلى عدم ممارسة العبادات بشكل جمعي وإلى زيادة الاختلاف في العقائد واستلام الحزبيين التعليم الديني والفتوى الأمر الذي يدعو إلى الخشية على الإسلام وعلى وحدة المجتمعات وسكنتها. ولفت الدكتور السيد إلى ان التطورات بالغة العمق والاتساع التي يشهدها العالم العربي والإسلامي جعلت أهل الدراسات الإسلامية والسوسيولوجية و الشرق أوسطية والسياسية يهتمون اهتماما بالغا بهذه الظاهرة الإسلامية الحديثة والمعاصرة مشيراً إلى أن الجامعات الغربية لاتخلو من قسم أو أكثر لدراسات الإسلام القديم أو المعاصر ولا تزال النظريات تتكاثر حول أصوله وتطوراتها فضلا عن عشرات المجلات التي تصدر عن المعاهد المتخصصة بالدراسات الإسلامية أو العربية أو الشرق أوسطية . وارجع محاولات الغرب الأوروبي للتعرف على الاسلام ومقارنته منذ القرن الثالث عشر والرباع عشر لعوامل عدة أبرزها الازدهار الحضاري الإسلامي بجوار أوروبا في صقلية وأندلس ماجعل الكهنة وأساتذة الجامعات يقبلون على ترجمة الكتب

## انطلاق فعاليات الإصدار الثالث من المهرجان التراثي السينمائي 2013 بأبوظبي

### انطلاق فعاليات الإصدار الثالث من المهرجان التراثي السينمائي 2013 بأبوظبي

انطلقت مساء أمس بحضور معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان وزير الثقافة والشباب وتنمية المجتمع.. فعاليات الإصدار الثالث من المهرجان التراثي السينمائي الذي يستمر حتى التاسع من أبريل الجاري بمبادرة السعديات تحت عنوان نساء أقياء.

وقام معالي الشيخ نهيان بن مبارك بقص الشريط لاعلان بدء عرض أفلام صناع الأفلام الشباب الاماراتيين والأمان وذلك رغم رداءة الطقس أمس حيث شاهد أفلام المهرجان الذي استهلت بفيلم الافتتاح ظاهرة القمبوعة مما أفرح المخرجين الذين عبروا عن سعادتهم لاستمرار دعمه لهم. واتيحت خلال المهرجان. الذي حضره كل من أمناء المهرجان صالح كرامة العامري ومدير مسابقة أفلام الإمارات وقليوب بروير ومدير مهرجان ماكس أوفولس الألماني. الفرصة لعشاق السينما مشاهدة أفلام ألمانية وإماراتية قصيرة وروائية وثائقية عن النساء والشابات.

وقال سعادة نيكولاي فون شوفيف سفير جمهورية ألمانيا الاتحادية لدى الدولة إن المهرجان الإماراتي الألماني المفتوح يعد نموذجا رائعا لعلاقاتنا الثنائية الثقافية التابضة بالحياة وتلتزم ألمانيا بدورها في تعميق هذا التبادل الثقافي بالتعاون الوثيق مع شركائنا في دولة الإمارات.

وتم خلال المهرجان عرض فيلم عبد الرحمن المدني ظاهرة القمبوعة واستمر النقاش حوله تحت الطر وقد تم تأجيل عرض فيلم أم الإمارات ليوم الثلاثاء حيث يستمر عرض الأفلام المشاركة في منارة السعديات بجزيرة السعديات بأبوظبي. ووجه معهد جوته لمنطقة الخليج الدعوة إلى صناع الأفلام المختارة للعرض وذلك لمناقشة أفلامهم والموضوعات التي يطرحونها خلال أيام المهرجان المستمرة حتى التاسع من الشهر الجاري حيث تم اضافة يوم اضافي ليأتم المهرجان الثلاثة لعرض الأفلام المؤجلة. وسيتم عرض الأفلام المشاركة بالمهرجان التراثي السينمائي بمبادرة السعديات على مدى الفترة من 6 وحتى 9 أبريل 2013 ابتداء من الساعة السابعة والنصف مساء ويتم عرض كل الأفلام بلغاتها الأصلية مع ترجمة إنجليزية على الشاشة ويلي كل فيلم مناقشة مفتوحة بين الجماهير والحاضرين من صناع الفيلم أو الممثلين تتناول الفيلم والموضوعات المتضمنة فيه كما ستتاح الفرصة للجماهير لطرح أسئلتهم على الضيوف.

جدير بالذكر أن المهرجان التراثي السينمائي من تنظيم معهد جوته لمنطقة الخليج بالتعاون مع كل من سفارة جمهورية ألمانيا الاتحادية بأبوظبي ومهرجان أبوظبي السينمائي ولجنة أبوظبي للأفلام و"تو فور 54 إحدى شركات هيئة المنطقة الإعلامية في أبوظبي.

## افتتاح معرض آثارنا تحكي تاريخنا بمتحف الشارقة للأثار

تجريدية تظهر ما يشبه وجهاً بشرياً. ومن خلال القصص المثيرة عن الآثار المعرضة تبين أولى القصص قدم الوجود البشري في الشارقة الذي أكدته مكتشفات جبل النفاية من الأدوات الصوانية القدر عمرها بما يزيد على 120000 عام مما غير كثيراً من المفاهيم السابقة في القصور وتشمل الأواني العبدنية والحجرية المميزة وكذلك الحلي والفخار المستورد من حضارات وبلدان متعددة.

أما القصة الثانية فتوضح جانباً من معتقدات سكان الشارقة القدماء حول الحياة والموت وما اعتقدوه من وجود حياة أخرى استلذمت. في نظرهم دفن كثير من أغراضهم الشخصية الأثرية في القبور وتشمل الأواني العبدنية والحجرية المميزة وكذلك الحلي والفخار المستورد من حضارات وبلدان متعددة. وتتحدث عن القوافل التجارية للتعرف على مليحة محطة القوافل الهامة في عصر اللبان والبخور القادم من اليمن وتلمس من آثارها بعض أسرار ازدهار الجزيرة العربية في تلك الفترة. ويختتم المعرض رحلته في دبا الحصن على ساحل الشارقة الشرقي فهناك قصة رابعة تتبها عن آثار دبا عن كفاح سكان الشارقة مطلع الميلاذ وكيف استطاعوا نسج صلات واسعة مع قوس عرض من البلدان والحضارات يمتد من الهند إلى الشرق وحتى مدن البحر الأبيض المتوسط في الغرب. على صعيد متصل واحتفاء بالذكرى العشرين لتأسيس متحف الشارقة للأثار وتأييف بعثة التنقيب المحلية أصدرت إدارة متاحف الشارقة كتاب آثار الشارقة تروي تاريخها والذي يستعرض حصاد التنقيبات الأثرية في الإمارة على مدى العقود الأربعة الماضية. وحرص مؤلف الكتاب خالد حسين باحث رئيسي في متحف الشارقة للأثار على توثيق جهود العاملين في بعثات التنقيب المختلفة في الإمارة وما رسمته مكتشفاتها من صورة لتاريخ الشارقة العريق الذي كان مدفوناً في رمالها لآلاف السنين.

وقالت منال عطايا مدير عام إدارة متاحف الشارقة إن المعرض الافتتاحي . الذي يقام في الصالة الجديدة للمعارض المؤقتة يقدم فرصة لا مثيل لها للباحثين والجمهور لدراسة الاكتشافات الأثرية في الشارقة من خلال أربعة قصص استكشفت التاريخ القديم للمستوطنات البشرية في الشارقة وتعرضت للآثار والأبحاث الأثرية التي تعرض للمرة الأولى في مكانها القدامى من أجل البقاء.

وأضافت عطايا أن المعرض يتضمن مجموعة تتكون من 115 قطعة نادرة وفريدة فضلاً عن ستة نماذج تعرف الزوار من خلالها على الجهود المتميزة التي بذلت من أجل الكشف عن التراث الغني للإمارة واستكشاف ماضيها والحفاظ عليه. من جانبه أوضح ناصر الدرهمي أمين عام متحف الشارقة الآثار أن إدارة متاحف الشارقة ممثلة بمتحف الشارقة للأثار عهدت بتقديم مادة تاريخية مهمة لزوارها من الباحثين والمهتمين بمجال التنقيب والآثار عن تاريخ دولة الإمارات بشكل عام وإمارة الشارقة بشكل خاص حيث يعد هذا المعرض أول معرض تخصصي يستضيفه متحف الشارقة للأثار والذي يمتد للفترة ما بين 7 ابريل إلى 7 أكتوبر القادم. ومن أبرز المكتشفات الأثرية التي تعرض للمرة الأولى في المعرض مصب برونزي على شكل رأس حصان عمره في منطقة مليحة ويعتقد أنه يعود للعام 150 م وجررة أمفورا مستوردة ذات تزجيج أصفر مع رقيقة طويلة ومقبضين طويلين وجدت مدفونة في مدفن في مدينة دبا عام 2004 وتعود للعام 100 م أو ما يعرف بالفترة الهلنستية ويعرض كذلك مشط فريد من العاج عمره أيضاً في دبا وتظهر فيه تأثيرات هنديّة واضحة في الزخرفة ناهيك عن مادته وهي العاج التي ربما كان مصدرها فيلا من تلك البلاد وقطعة مشغولة من العظم في مدينة دبا يعتقد أنها تعود للفترة بين القرنين الأول قبل الميلاد والأول الميلادي نقشت عليها رسوم

افتتح الشيخ سالم بن عبدالرحمن القاسمي مدير مكتب سمو الحاكم صباح اليوم معرض آثارنا تحكي تاريخنا الذي تقيمه إدارة متاحف الشارقة بقاعة المعارض المؤقتة في متحف الشارقة للأثار بالتعاون مع إدارة الآثار بالشارقة التابعة لدراسة الثقافة والإعلام وذلك بمناسبة الذكرى العشرين لتأسيس متحف الشارقة للأثار وانطلاق أعمال بعثة التنقيب المحلية والتي بدأت منذ عام 1993. واستمع الشيخ سالم بن عبدالرحمن القاسمي إلى شرح مفصل من الدكتور صباح جاسم مدير إدارة الآثار حول مقتنيات المختلفة خلال جولته التفتيشية في المعرض التي رافقه فيها سعادة عبدالله محمد العويس رئيس دائرة الثقافة والإعلام في الشارقة وسعادة منال عطايا مدير عام إدارة متاحف الشارقة وعائشة ديماس مدير الشؤون التنفيذية في إدارة متاحف الشارقة وناصر الدرهمي أمين عام متحف الشارقة للأثار. وضمن الشيخ سالم بن عبدالرحمن دور أبناء الوطن في العناية بإرثها الحضاري ممثلاً في آثارها التي ينبغي الحفاظ عليها للأجيال القادمة .. مشيداً بدور كل من إدارة متاحف الشارقة ومتحف الشارقة للأثار في إبراز أهمية الآثار وما تحمله من قيمة تاريخية ثمينة. ويستعرض معرض آثارنا تحكي تاريخنا تاريخ الشارقة منذ أقدم الإشارات الدالة على الوجود البشري فيها مروراً بالصور المختلفة كما يبين حصاد أعمال بعثة التنقيب المحلية في عدد من المواقع الأثرية المهمة كالثفاية ووادي الحلو وجبل الحيص ودبا ومليحة والتي مكنت العلماء من إعادة كتابة تاريخ الإمارة عبر العصور. كما سيشكل المعرض فرصة لتعريف الباحثين والجمهور بآثار الشارقة والجهود المتميزة التي بذلت في اكتشافها والحفاظ عليها.



# منوعات الفكر

27



## العربية للطيران ترفع عدد رحلاتها إلى صلالة في سلطنة عمان

أعلنت العربية للطيران، أول وأكبر شركة طيران اقتصادي في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، اليوم عن زيادة عدد رحلاتها إلى مدينة صلالة العمانية من مركز عملياتها الرئيسي في الشارقة و اعتباراً من 8 مايو 2013، سوف تقوم الشركة بتسيير ثلاث رحلات أسبوعياً، أي بإضافة رحلة واحدة إلى جدول رحلاتها الحالي، مما يسهل على المسافرين الراغبين في زيارة هذه الوجهة السياحية الحيوية في سلطنة عُمان.

وسوف تقوم العربية للطيران بتسيير رحلتها الجديدة إلى صلالة يوم الأربعاء من كل أسبوع، حيث ستغادر الرحلة مطار الشارقة الدولي في تمام الساعة 08:00 صباحاً لتصل إلى مطار صلالة في تمام الساعة 09:45 صباحاً، بينما ستغادر رحلة الإياب من صلالة في نفس اليوم في تمام الساعة 10:25 صباحاً لتصل إلى الشارقة في تمام الساعة 12:05 ظهراً.

وبهذه المناسبة، قال عادل علي، الرئيس التنفيذي لمجموعة العربية للطيران: يسرنا أن نرفع من عدد رحلاتنا إلى مدينة صلالة، والتي لم يعض عام على إطلاق خدماتنا إليها وفي حين يتمتع عملائنا بإمكانية الوصول إلى شبكة وجهاتنا الواسعة وأعلى معايير الخدمة التي نقدمها لهم، فإن إعلان اليوم عن الرحلة الجديدة يأتي نتيجة مباشرة لالتزامنا بتقديم أفضل خيارات القيمة مقابل المال، حيث نعتزم مواصلة توسيع شبكتنا في العالم العربي وخارجه.



## خليفة الصناعية تمنح عقدا لشركة مقاولات بقيمة 100 مليون درهم لبناء مشروع المستودعات الجاهزة

ليكون بداية لمزيد من الإنجازات القادمة التي سيتم الاعلان عنها خلال الأشهر القادمة. ويبدوه قال زياد شيلي مدير العمليات بشركة/نظم المقاولات نحن سعداء لاختيارنا كمقاول رئيسي لبناء وتطوير المرحلة الأولى من مشروع المستودعات الجاهزة لبيكزاد. لاشك أن ما نمتلكه من خبرة وسجل حافل في بناء مشاريع رئيسية أخرى كان من الأمور التي منحتنا الميزة التنافسية وأهلتنا لنيل هذا العقد. نحن نتطلع إلى أن نكون جزءاً من مسيرة النجاح التي تحققتنا لبيكزاد من خلال ما تقدمه من فرص استثمارية فريدة وبنية تحتية صناعية استثنائية. تعتبر كيزاد جزءاً أساسياً من الاستثمارات الهائلة

العام الجاري. وقال تشارلز أكورث رئيس تطوير المشاريع المناطق الصناعية في كيزاد معلقاً على بدء أعمال بناء المرحلة الأولى من المستودعات الجاهزة من قبل المستثمرين كما استطاع أن يكتسب اهتماماً ورغبة جدياً من قبل مجموعة من الشركات المحلية والدولية ولاشك أن نموذج المستودعات الجاهزة التي قامت شركة نظم المقاولات بتطويره في الوقت المحدد وبالجودة المطلوبة قد لعب دوراً محورياً في التسويق للمشروع وعرض المزايا الاستثنائية التي ستوفرها المستودعات الجاهزة لبيكزاد. هذا ويسعدنا الإعلان عن منح عقد البناء الرئيسي لشركة نظم المقاولات

المشاريع المناطق الصناعية في كيزاد معلقاً على بدء أعمال بناء المرحلة الأولى من المستودعات الجاهزة من قبل المستثمرين كما استطاع أن يكتسب اهتماماً ورغبة جدياً من قبل مجموعة من الشركات المحلية والدولية ولاشك أن نموذج المستودعات الجاهزة التي قامت شركة نظم المقاولات بتطويره في الوقت المحدد وبالجودة المطلوبة قد لعب دوراً محورياً في التسويق للمشروع وعرض المزايا الاستثنائية التي ستوفرها المستودعات الجاهزة لبيكزاد. هذا ويسعدنا الإعلان عن منح عقد البناء الرئيسي لشركة نظم المقاولات

•• أبو ظبي - وام:

قال بيان لمدينة خليفة الصناعية في أبو ظبي كيزاد مركز الاستثمارات الصناعية واللوجيستية الواقعة بالقرب من ميناء خليفة أمس أنها منحت عقدا بقيمة 100 مليون درهم لإحدى شركات المقاولات وذلك لبناء المرحلة الأولى من مشروع المستودعات الجاهزة. ويقسم مشروع المستودعات الجاهزة إلى ثلاث مراحل حيث سيتم تسليم 105 مستودعات جاهز بمساحة 280.000. أقدم مربع على أن يتم الانتهاء من المرحلة الأولى بمساحة 834.499 قدم مربع في الربع الأخير من

## مصرف الإمارات الإسلامي يطلق بطاقة المكافآت الائتمانية

كمنطلق لتمييز الخدمات المصرفية وتنوعها وجودتها. ومن بين المزايا العديدة التي تقدمها بطاقة المكافآت الائتمانية من مصرف الإمارات الإسلامي إمكانية حصول المتعاملين على حسومات خاصة عند استخدامهم للبطاقة في أكثر من 100 متعمم في مختلف أرجاء الدولة. وهناك أيضاً خدمات أخرى مثل إمكانية تحويل قيمة مشترياتهم إلى أقساط شهرية متساوية، بالإضافة إلى الحصول على بطاقات إضافية لأفراد العائلة، والدخول إلى صالة الانتظار في المطار، وغيرها الكثير.



الشرعية الإسلامية، وتساهم في الوقت ذاته في ترسيخ الموقع الريادي للمصرف

تقدمها شركة الطيران الاقتصادي الرائدة التي تتخذ من دبي مقراً لها. بهذه المناسبة قال جمال بن غليظة، الرئيس التنفيذي لمصرف الإمارات الإسلامي: انطلاقاً من مكانته الرائدة كواحد من أبرز المؤسسات المالية الإسلامية في الدولة، يلتزم مصرف الإمارات الإسلامي بتوفير مجموعة استثنائية من المنتجات والخدمات التي تلبى احتياجات المتعاملين على كافة المستويات ونحن على ثقة بأن بطاقة المكافآت الائتمانية الجديدة ستثري بأقة منتجاتنا المميزة والمتوافقة مع أحكام

المكافآت الائتمانية للمتعاملين إمكانية الحصول على نقاط الولاء تشويش بوينيس على كافة المشتريات التي تتم عبر البطاقة، وواقعاً تقطعتين لكل درهم يتفقونه، في حين يمكن استبدال النقاط لدى مجموعة كبيرة من الشركاء التجاريين، بما في ذلك شرف دي جي داماس و جوي الكوكاس و كارفور مول أبو ظبي و سينييس و هوم سنتر. كما تعاون مصرف الإمارات الإسلامي مع شركة فلاي دبي لمنح المتعاملين فرصة استبدال نقاط الولاء تشويش بوينيس مقابل العديد من خدمات السفر التي أعلن مصرف الإمارات الإسلامي، أحد المصارف الإسلامية الرائدة في دولة الإمارات العربية المتحدة، اليوم عن إطلاق بطاقة المكافآت الائتمانية الجديدة التي تم تصميمها لتوفر للمتعاملين إمكانية إدارة شؤونهم المالية اليومية بسهولة تامة. وتتيح البطاقة الائتمانية الجديدة المتوافقة كلياً مع أحكام الشريعة الإسلامية، أعلى مستويات المرونة في الاستخدام بالإضافة إلى مجموعة متنوعة من المزايا القيمة، وهي تتوفر بفئات متنوعة: الكلاسيكية، الذهبية والبلاتينية، وإفصيت. كما تقدم بطاقة

## بنك الخليج الأول يوفر قرضاً محدد الأجل بقيمة 100 مليون درهم لشركة أبو ظبي للتمويل



وقع بنك الخليج الأول، إحدى المؤسسات المالية الرائدة في دولة الإمارات العربية المتحدة، مؤخراً اتفاقية تمويلية مع شركة أبو ظبي للتمويل، يقوم بموجبها بتقديم قرض محدد الأجل للشركة بقيمة 100 مليون درهم وبأجل استحقاق يمتد لثلاث سنوات.

ووقع الاتفاقية كل من أندريه الصايغ، الرئيس التنفيذي لبنك الخليج الأول؛ وعلي عبد المهيري، رئيس مجلس إدارة شركة أبو ظبي للتمويل، حيث سيستخدم هذا القرض في تمويل عمليات شركة أبو ظبي للتمويل وتعزيز الخدمات والعروض التي تقدمها. وقال الصايغ: انطلاقاً من موقعنا كأحد أكبر البنوك الإماراتية، نلتزم في بنك الخليج الأول بالمساهمة في دعم مختلف المبادرات والاتفاقيات التي تهدف إلى تعزيز وتنمية وتطوير الاقتصاد الإماراتي، حيث أننا على ثقة بأن هذه الاتفاقية مع شركة أبو ظبي للتمويل ستساهم في دعم وتنمية القطاع العقاري في

دولة الإمارات العربية المتحدة. ومن جهته قال المهيري: يعتبر بنك الخليج الأول أحد البنوك الرائدة في دولة الإمارات العربية المتحدة، حيث يتمتع بموقع متميز على صعيد السوق المحلي. ويسعدنا التعاون مع بنك الخليج الأول من خلال هذه الاتفاقية، حيث ستقوم باستخدام هذا القرض لتعزيز وتطوير عملياتنا بما يتناسب مع هدفنا الدائم لتقديم أفضل خدمات التمويل العقاري لعملائنا والعمل على تنمية وتطوير سوق التمويل في دولة الإمارات العربية المتحدة. يذكر أن أبو ظبي للتمويل هي شركة مساهمة خاصة، وهي شركة متخصصة في تطوير الحلول والخدمات التمويلية العقارية المقدمة للأفراد والشركات، حيث توفر مجموعة من الحلول التمويلية ابتداءً من الرهن العقاري السكني والتجاري وحتى خدمات التمويل.

## هيئة كهرباء ومياه دبي تنظم ورشة عمل حول مبادرة إبداع



انسجاماً مع توجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي رعاه الله، الهادفة إلى الإرتقاء بالعمل الحكومي في جميع المؤسسات والدوائر الحكومية في إمارة دبي، نظمت هيئة كهرباء ومياه دبي اليوم، ورشة عمل حول مبادرة (إبداع) بن راشد آل مكتوم للإبداع الحكومي - (إبداع) وذلك في المقر الرئيسي للهيئة في زعبيل - شرق.

وحضر ورشة العمل سعادة سعيد محمد الطاير، عضو مجلس الإدارة والمنتدب والرئيس التنفيذي للهيئة، وأحمد نصيرات، المنسق العام لبرنامج دبي للأداء الحكومي المتميز، ومجموعة من النواب التنفيذيين للرئيس وكبار الموظفين، وعدد من كبار المسؤولين وموظفي الهيئة.

وتعد مبادرة محمد بن راشد آل مكتوم للإبداع الحكومي إبداع أحد المبادرات التطويرية المنبثقة عن برنامج دبي للأداء الحكومي المتميز. وتهدف المبادرة إلى ترسيخ مفهوم الإبداع في العمل الحكومي، وتوفير بيئة عمل مشجعة وتحفيز الموظفين على العمل الإبداعي والجماعي.

وقال سعادة سعيد محمد الطاير: تجسد هذه المبادرة حرص سيدي صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي رعاه الله، على توفير كل مقومات النجاح والتفوق لموظفي الدوائر الحكومية وحثهم على التفكير والعمل بطرق إبداعية مبتكرة تساهم في تطوير العمل المؤسسي ودفع عجلة التنمية المستدامة التي تتبناها إمارة دبي على كافة المستويات كما تسعى إلى تحقيق التفوق في نتائج أداءها من خلال تطبيق النموذج العالمي المتميز والإبداع ومواصلة تعزيز المبادرات التطويرية بما يرسخ ثقافة التميز لدى موظفي القطاع الحكومي. وأضاف سعادته: انطلاقاً من دورها كمؤسسة مستدامة على

مستوى عالمي، تساهم الهيئة بشكل فعال في عملية التنمية الاجتماعية والاقتصادية والبيئية في الإمارة من خلال توفير الإمدادات المستمرة والمستقرة للكهرباء والمياه تحفيقاً لرؤية إمارة دبي، وفي هذا الإطار ناقشنا خلال ورشة العمل أهداف مبادرة إبداع ومعاييرها وفانها وشروطها وآلية الترشح لها، ونسعى من خلال تطبيق هذه المبادرة إلى تشجيع موظفينا على العمل بشكل خلاق وتقديم أفكار إبداعية ومشاريع مبتكرة تساهم في تحسين عمل الهيئة وتعزيز جودة الخدمات التي نقدمها لجمهور متعاملينا وفق أعلى معايير التوافقية والكفاءة والاعتمادية. واختتم سعادته بالفول: لقد بات الإبداع أساساً جوهرياً وضرورة من ضرورات التطور والإرتقاء، وتحقيق الأهداف

## مجلس إدارة اتحاد مصارف الإمارات يقر تقريره السنوي لعام 2012



بتجاوز الأزمات الاقتصادية العالمية خلال السنوات الخمسة الأخيرة ابتداءً بأزمة الرهن العقاري مروراً بالأزمة المالية العالمية وأخيراً أزمة ديون منطقة اليورو. واستعرض المجلس خطة العمل لعام 2013 والتي تهدف إلى تعزيز التعاون والتنسيق والتشاور مع المصرف المركزي حول كافة القضايا التي تهم القطاع المصرفي، كذلك مع الوزارات والدوائر المحلية، ورفع نسبة التوظيف في القطاع وتنمية التعاون والتنسيق بين البنوك لخلق بيئة عمل مصرفية تمكن البنوك من تأدية دورها في التنمية الاقتصادية وكذلك المشاركة في المسؤولية الاجتماعية وحماية العملاء. واختتم الاجتماع بالدعوة لعقد اجتماع الجمعية العمومية السنوي العادي خلال الشهر الحالي، وقد اثمر الاجتماع العديد من المقترحات والقرارات التي تبرز الدور المميز والرائد الذي يلعبه الاتحاد في تمثيل وتوحيد البنوك الأعضاء وتنمية التعاون والانسجام فيما بينهم بالارتقاء بالصناعة المصرفية بما يخدم الاقتصاد الوطني في الدولة.

في إجمالي الأصول بنسبة حوالي 8% إلى 1.791 مليار درهم في العام 2012، حيث لازال القطاع المصرفي الإماراتي يعتبر الأكبر عربياً من حيث الموجودات، وارتفع حجم الودائع من 1069.7 مليار درهم في عام 2011

ومن ضمنها الموافقة على البيانات المالية وتقرير مراقبي الحسابات لعام 2012، والموافقة على مشروع الميزانية التقديرية للعام 2013 وترشيح مدققي الحسابات لعام 2013. وقد وافق المجلس على التقرير السنوي للاتحاد لعام 2012 والذي تضمن إنجازات الاتحاد والدور المهم الذي لعبه في أكثر من موضوع سيما نظام الرهن العقاري ونظام السيولة وتعميم مراقبة حدود التركزات الائتمانية وإنشاء شركة الاتحاد للمعلومات الائتمانية والمبادرة في إعداد ضوابط تعيين الخبراء المصرفيين واقتراح إنشاء محاكم تجارية متخصصة للنظر في دعاوى الصارف والمؤسسات المالية. وتضمن التقرير السنوي أهم التطورات الاقتصادية والمصرفية التي اظهرت أداء جيداً للمصارف ونموها في معظم المؤشرات، تمثل في تحقيق بنوك الامارات مستوى مرجح من السيولة وقاعدة رأسمالية متينة إضافة إلى نسبة ملاءة عالية إذ شهدت البنوك الاماراتية نمواً ملحوظاً

عقد مجلس إدارة اتحاد مصارف الامارات اجتماعه الأول لهذا العام في المقر الرئيسي لبنك المشرق في دبي، برئاسة معالي عبدالعزيز عبدالله الغرير، رئيس مجلس الإدارة، استعرض خلالها التقرير السنوي لعام 2012 وخطة العمل للعام الحالي وأهم النشاطات والمواضيع والقضايا التي تناولها الاتحاد منذ الاجتماع الأخير. وفي مستهل الاجتماع حيا معالي عبدالعزيز عبدالله الغرير، رئيس مجلس إدارة الاتحاد، السادة أعضاء مجلس الإدارة ورحب بانضمام السيد عبدالله عبد الرحيم، نائب الرئيس التنفيذي للمجموعة بنك أبو ظبي الوطني، والذي حل محل معالي عبدالله محمد غباش، الذي تم تعيينه مؤخراً وزيراً للدولة، وأشاد معاليه بالتعاون والتنسيق المستمر لابرار دور الاتحاد الاساسي في خدمة المجتمع والقطاع المصرفي والاقتصاد الوطني. وقام المجلس بدايةً بالصادقة على محضر الاجتماع السابق المنعقد بتاريخ 8 نوفمبر 2012، وتطرق بعدها إلى دراسة ومناقشة المواضيع المطروحة على جدول الأعمال،









منوعات

العمل

31



غادة عادل تتصدى  
لـ (مكان في القصر)

تشارك الفنانة المصرية غادة عادل في بطولة المسلسل الجديد (مكان في القصر) - الذي سيبدأ تصويره قريباً - وذلك بعد أن توقف العمل في مسلسل (أم علي) الكوميدي اثر ارتباط المخرج مجدي أبوعميرة بمسلسل آخر. ويتناول (مكان في القصر) الأحداث السياسية وكواليسها في مصر، من خلال عمل غادة في قصر أحد رجال السياسة، حيث تتعرف من خلال لقاءات صاحب القصر بشخصيات كبيرة على كواليس السياسة. المسلسل من إخراج عادل أديب وتأليف محمود الهزاوي، ويشارك في البطولة محمود الجندي وجمال اسماعيل، ومن المقرر عرضه في شهر رمضان المقبل. يذكر أن آخر أعمال غادة عادل التلفزيونية كان مسلسل (سر عنتي) الذي عرض في شهر رمضان الماضي، وشاركها البطولة الفنان ايد نصار.



ابتعادي عن السينما ليس بإرادتي

داليا البحيري: من حقي الدفاع عن اسمي

رغم أن ردود الفعل التي جاءت بعد عرض الحلقات الأولى من مسلسلها الجديد (في غمضة عين) كانت ايجابية ومبشرة، إلا أنها لا تزال تترقب بقية ردود الأفعال وتتابعها بشغف. أنها الفنانة داليا البحيري التي تكشف لنا لماذا قبلت هذا العمل رغم أنها اعتذرت عنه من قبل، وتتكلم عن حقيقة خلافها مع أنغام التي شاركتها البطولة، وسبب غيابها عن السينما وعلاقتها بابنتها قسمت، وغيرها من الاعترافات الصريحة في هذا الحوار:

أني اتخذت قراراً نهائياً حول مشاركتي في مسلسل جديد يدعى (القاصرات) وهو من تأليف سماح الحريري، وإخراج مجدي أبو عميرة وبطولة الفنان صلاح السعدني، وأجسد من خلاله شخصية تدعى (عطر) وهي شقيقة بطل المسلسل صلاح السعدني التي تخشى منه دائماً وتحاول أن تساعد فيما يريد أن يفعل.

ويشاركتي في البطولة ياسر جلال وسميرة عبد العزيز إلى جانب عدد من الوجوه الشابة، ومن المقرر أن يتم تصويره خلال الأيام المقبلة.

لماذا ابتعدت عن السينما الفترة الأخيرة؟

- ابتعادي عن السينما ليس بإرادتي فقد تلقيت العديد من العروض السينمائية لكنها كانت دون المستوى وموضوعات أخرى لم أحبها، ولم أشعر أنها ستحقق لي أي إضافة. وعندما أعود إلى السينما سأعود بكرامتي وأقدم شيئاً محترماً، وإلا سأظل أقدم الدراما لأنها بطل الساحة في هذه الفترة.

آلا تخشين من مهاجمة التيارات الدينية المتشددة للفن؟

- الفن في مصر سيتجه إلى الأفضل، فأنا لا أخشى من التيارات الدينية واعتقد أنهم لن يستطيعوا أن يغيروا شيئاً في مجالات الفن المختلفة، سواء كان ذلك في السينما أو التلفزيون أو الغناء.

بعيدا عن الفن... كيف تقضين أوقاتك مع ابنتك (قسمت)؟

- مهما قلت لن أستطيع أن أصف سعادتي عندما أكون معها، فأساعد الأوقات هي التي أقضيها بجوارها لأتقرب منها وألعب معها وهو ما أحرص عليه مهما كانت لدي ارتباطات، فيبتي وزوجي وابنتي أهم ما في حياتي.

هل توافقين على أن تتجه ابنتك إلى التمثيل عندما تكبر؟

- بالتأكيد... إذا كانت لديها الرغبة في ذلك، فهذه حياتها الشخصية ولها مطلق الحرية في اختيار المجال الأنسب لها، وأتمنى لها النجاح في كل الحالات.

أحيانا يجد الفنان أنه ليس لديه وقت أن يدخل في عمل جديد بجانب عمله الأساسي الذي وافق عليه في البداية. وحينما عرض علي المسلسل في بداية الأمر لم تكن التركيبة الخاصة بدوري قد شرحت لي بالتفصيل، وهذا ما جعلني غير متحمسة له. ولكن مع نهاية كتابة المسلسل وجدت أن التركيبة الخاصة بشخصية (فاطمة) أصبحت مختلفة تماماً ولها محاور أساسية في قلب أحداث المسلسل، لذلك وافقت على المشاركة فيه.

ما حقيقة ما تردد حول نشوب خلافات بينك وبين الفنانة أنغام حول ترتيب الاسماء؟

- لا توجد مشكلة شخصية بيني وبين أنغام، لكن عندما تحدث عن حقي الأدبي، فهذا دفاع عن اسمي ورصيدي الفني، خاصة أنني مع احترامي لأنغام كمطربة فإنها المرة الأولى التي تخوض فيها تجربة التمثيل، وبالتالي من حقي ان اطالب بوضع اسمي بالشكل الذي يليق بي، لكن هذا لا يعني وجود مشكلة مع أنغام وإنما المشكلة تكون مع جهة الإنتاج.

ترددت أقاويل كثيرة تؤكد حصولك على ضعف أجر كم أجل قبولك هذا العمل؟

- هذا كلام غير صحيح، وتستطيع أن تسأل المنتجين فأنا متفهمه تماماً لطبيعة العمل، وأعرف أن مسلسل (في غمضة عين) مختلف تماماً عن الأعمال التي قدمتها من قبل نظراً إلى انه لا يعتمد على بطل واحد والباقي أدوار صغيرة، بالعكس المسلسل مليء بالأبطال والنجوم، لذلك لم أطلب مبلغاً خيالياً. وأنا ليس من طبيعتي أن أتكلم في النواحي المالية بهذا الشكل.

هل هناك مشاريع فنية أخرى تستعدين للمشاركة في بطولتها خلال الفترة المقبلة؟

- هناك العديد من السيناريوهات التي عرضت علي في الفترة الأخيرة إلا

كيف كانت ردود الأفعال التي وصلتكم حتى الآن حول دورك في مسلسل (في غمضة عين)؟

- الحمد لله.. ردود الأفعال التي وصلتني من الجمهور حتى الآن جاءت مطمئنة ومبشرة، فبعد مرور ما يقرب من أسبوعين على عرض حلقات المسلسل نجح في تحقيق نسبة مشاهدة عالية، وحصل على إشادة عدد كبير من النقاد.

وأرى أن مسلسل (في غمضة عين) كسر كل القواعد، فمع أنه عرض بعيداً عن موسم الدراما الرمضاني إلا أنه استطاع جذب عدد كبير من المشاهدين لتابعة أحداثه، وأتمنى أن يكون كذلك طيلة عرضه، فأنا أتابع ردود فعل الجمهور خاصة بعد الجهود الكبيرة الذي بذلته في تصوير المسلسل لمدة تجاوزت العام ونصف العام، وأعتبر هذا العمل نقطة تحول في مشواري الفني لأنني نجحت من خلاله في تقديم دور مختلف تماماً عن الأدوار التي قدمتها من قبل، وأتمنى أن أحقق نجاحاً في أعماي المقبلة وتنال إعجاب الجمهور.

الا تترين أن عدم عرض المسلسل خلال شهر رمضان قد يؤثر في نسبة مشاهدته ونجاحه؟

- بالعكس هناك أعمال كثيرة عرضت في شهر رمضان وتعرضت للظلم ولم تشاهد بشكل جيد ومناسب، وذلك بسبب وجود كم كبير من المسلسلات في موسم واحد، وبالتالي لي أرى أن العمل المتميز ينجح في أي وقت، والدليل على ذلك أن مسلسل (في غمضة عين) حصل على نسبة مشاهدة مرتفعة، كما أن هذه فرصة مناسبة لكي يقتنع الجمهور بإيجاد مواسم أخرى جديدة ويعدوا قليلاً عن مواسم المتكدس.

عندما عرض عليك هذا المسلسل منذ عامين ترددت في قبوله.. فلماذا وافقت عليه هذه المرة؟

عمرو واكد يصور (الزوجة الثانية)



بعد أن تردد أنه سيبدأ بتصوير مسلسل (مداح القمر)، والذي كان سيقدم من خلاله قصة حياة الموسيقار الراحل بليغ حمدي، اعتذر الفنان المصري عمرو واكد عن عدم المشاركة في المسلسل نتيجة أزمات إنتاجية عدة تعرض لها العمل.

وقال واكد إنه يستعد حالياً لتجسيد شخصية (أبو العلا)، والتي قدمها الفنان الراحل شكري سرحان في فيلم (الزوجة الثانية)، من خلال مسلسل جديد يحمل الاسم نفسه. وأشار الفنان المصري إلى بدء تصوير المسلسل في الحي الريفي في مدينة الإنتاج الإعلامي المصرية وسيشاركه في بطولة المسلسل كل من علا غانم ودينا فؤاد وباسم السمررة، فيما الإخراج لخيري بشارة.

آيتن عامر تستعد لـ (الزوجة الثانية)

انتهت الفنانة المصرية الشابة آيتن عامر من تصوير مشاهدتها في الفيلم الجديد (ضغف عاني)، والذي شارك في بطولته نضال الشافعي وهالة فاخر وعائدة رياض، وأحمد بدير، وهو من تأليف محمود صابر، وإخراج عبد العزيز حشاد.

وكشفت عامر أنها تستعد لتصوير مسلسلها الجديد (الزوجة الثانية) مع المنتج ممدوح شاهين، وتقدم الدور الذي لعبته الفنانة الراحلة سعاد حسني في الفيلم السينمائي والذي يحمل اسم المسلسل نفسه.

يذكر أن آخر أعمال آيتن كان فيلم (على جثتي) مع الفنان أحمد حلمي والذي يعرض حالياً في السينما، وحقق إيرادات عالية رغم الأزمة التي تمر بها مصر.



# الفكر

## تناول الذرة تعد من الاغذية المفيدة

### لصحة الانسان



أكد باحثون أن تناول الذرة مسلوقة أو مشوية أو على شكل رقائق من الكورن فليكس أو بإضافتها إلى السلطات يعد من أفضل الأغذية الصحية للإنسان. وتعتبر الذرة قليلة الدهون والسعرات الحرارية، حيث يزودنا كوز الذرة بـ3 غرام من الألياف وكذلك من البروتين، وتساعد هذه النسبة الهائلة من الألياف على تخفيض معدلات الكوليسترول بالدم، كما تقلل من احتمالية إصابة الإنسان بسرطان القولون. كما تعتبر الذرة البيضاء فقيرة بفيتامين A أما الذرة الصفراء فغنية بهذا الفيتامين، بينما يحتوي النوعان من

الذرة على كميات لا بأس بها من الفولاسين ومن فيتامين C الذي يحارب الامراض ويقوي المناعة، وكميات قليلة من البوتاسيوم والمغنسيوم. إن الغلي أو المنقوع من الذرة يستخدم في علاج المص الكلوي الشديد وحصى الكلى وأنواع الروماتيزم والنقرس، ومنقوع الذرة خافض خفيف لضغط الدم ومخلص للجسم من السموم. ويدخل دقيق الذرة في عمل الأقنعة، ويستخدم كعلاج فعال لحبوب الوجه وحروق الشمس، كما يستخدم كمنظف جيد للشعر من خلال شامبو دقيق الذرة.

## عين الجمل ينجح في خفض فرص الإصابة بمرض السكر

كشفت دراسة علمية حديثة ان تناول السيدات نحو 29 جراما من عين الجمل أسبوعيا ينجح في خفض نحو 24% من فرص إصابتهن بمرض السكر النوع الثاني .

وشدد الباحثون البريطانيون في معرض أبحاثهم التي أجروها في هذا الصدد على أن الحرص على تناول المكسرات خاصة عين الجمل يعمل على التقليل بمعدل الربع مخاطر الإصابة بمرض السكر النوع الثاني.

ويعد عين الجمل من أهم المكسرات الغنية بالأحماض الدهنية الصحية التي تعمل على خفض الالتهابات في الجسم والوقاية من فرص الإصابة بالسرطان وأمراض القلب.

ومن ناحية أخرى تتوقع جمعية مرض السكر الخيرية في بريطانيا أن تتضاعف أعداد مرضى السكر في بريطانيا من 2,5 مليون مريض حاليا إلى أكثر من أربعة ملايين بحلول عام 2025 ثم إلى خمسة ملايين مع مطلع عام 2050.

## ارتفاع نسبة اصابة الاطفال بالتوحد

كشفت إحصائية حديثة قام بها المركز الأميركي للسيطرة على الأمراض والوقاية، أن نسبة إصابة الأطفال بالتوحد كانت 1 لكل 88، ولكنها ارتفعت الآن لتصبح واحداً لكل خمسين طفلاً، ما يبين وجود زيادة في إصابة الأطفال بالتوحد.

يسمى التوحد الاضطراب الغامض لصعوبة اكتشافه، ويؤثر في تطور التواصل اللفظي وغير اللفظي، وكذلك على مهارات التفاعل الاجتماعي.

وتظهر أعراض المرض في سن الرضاعة قبل بلوغ الطفل الثالثة على الأغلب.

ومن علامات التوحد، حدوث حركات متكررة بالأيدي أو بالأصابع، والاهتمام بالأشياء المتحركة وتفاصيلها، وتكرار حركات جسدية، وإيذاء الذات أو الآخرين، والصراخ أو التحدث بكلام غير مفهوم بشكل متكرر.



الممثلة الهندية بريانكا شوبرا خلال وصولها الحفل الافتتاحي لتوزيع جوائز السينما الهندية في مدينة فانكوفر، كندا. (رويترز)

## قرأت لك

الشمس



يحتوي المائة غرام من المشمش على املاح معدنية كثيرة خصوصا الفسفور والحديد والكالسيوم و البيوتاسيوم وفيتامين أ و فيتامين ب و فيتامين سي و يوجد في المشمش 13 غرام من السكر 1- غرام بروتين - 30 مليغرام دهون - 20 غرام كالسيوم - 20 مليغرام حديد وألياف.

يساعد المشمش في صنع كريات الدم الحمراء وينشط حدة الابصار و يزيد من قوة الجسم الدفاعية للأمراض ، مفيد المشمش في حالة فقر الدم و مفيد لوظائف الكبد وللشعر و الاعصاب و نافع للمصابين بالدم في البول و هو مفتت للحصى الكلى و المثانة و كذلك يساعد في تكوين العظام و الاغشية المخاطية.

ينصح بعدم اكلة للأشخاص المصابين بعسر الهضم و المصابين بالالتهابات الحادة في الامعاء و المعدة و عدم شرب الماء البارد بعد اكله.

## سؤال وجواب

- من صاحب كتاب العبر وديوان المبتدأ والخبر؟  
- ابن خلدون
- من مؤلف كتاب طبائع الاستبداد وأم القرى؟  
- عبد الرحمن الكواكبي.
- من صاحب لقب الشيخ الرئيس؟  
- ابن سينا
- من هو الأديب اللبناني صاحب الرشدييات؟  
- رشيد سليم الخوري
- من الشاعر العربي الذي حمل رسالة قتله بيده؟  
- طرفه بن العبد
- من صاحب معجم لسان العرب؟  
- ابن منظور
- من هو الشاعر الجاهلي الصعلوك الذي يضرب به المثل بسرعة الركض؟  
- الشنفرى

## هل تعلم؟

- هل تعلم أن المطاط الكاوتشوك هو مادة طبيعية تستخرج من ضروب مختلفة من الأشجار، وتآلف بشكل رئيسي من هيدروكربون غير مشبع. كما ينتج المطاط أيضاً بالطرق الصناعية. للمطاط استعمالات متنوعة نذكر أهمها: إطارات السيارات (75% من المطاط المستهلك)، الأحذية، النعال، المواد العازلة للكابلات وغير ذلك.
- هل تعلم أن البود هو عنصر كيميائي شبه معدني من مجموعة مولدات الملح. وهو جسم صلب ذو لون رمادي ضارب إلى السواد، يتميز ببريق معدني ورائحة مزعجة. وهو يتخذ شكل قشيرات متبلرة. وهو يتواجد بشكل ايودورات في مياه البحر والنباتات البحرية، وهو يستخرج عادة من رماد أشنه اللامينارية. وللبود استعمالات عدة في المجال الطبي، فهو يستعمل خارجياً كمطهر وداخلياً في معالجة الغدة الدرقية والأمراض الغددية وتصلب الشرايين والروماتيزم.
- هل تعلم أن هناك أكثر من 40 ألف جنس من الذباب منتشرة في جميع أنحاء العالم. منها الذباب المنزلي العادي المألوف، ومنها أيضاً الذباب الأسود المنتشر في الغابات الشمالية الذي يحتشد في الربيع بأعداد لا حصر لها، وتصل درجة عضته إلى أن تؤدي إلى قتل الإنسان. وللعلم فقط، فإن جناح الذبابة يتحرك في الثانية الواحدة أكثر من 330 مرة.

## قصة البغاء

عند قدوم الاجازة الصيفية وامعانا في كسر الملل والوقت الطويل اصبر الابناء على شراء بغاء وكان هذا الاصرار بالاجماع مما اضطر الاب إلى الذهاب إلى سوق المدينة والذي توجد به اعداد شتى من الطيور لشراء البغاء المطلوب .. وبعد جولة كبيرة فيه لم يجد طلبه فابخره احدهم بوجود مزاد للطيور يستطيع ان يجد فيه طلبه ومن هنا انطلق الوالد في طريقه إلى المزاد الكبير، عندما دخل الوالد المزاد فوجيء بمجموعة كبيرة من الطيور بما فيها بعض الببغاوات وعندما سمع صوت البائع ينادي على احد الببغاوات بانه احسن الانواع، لبق في كلامه، نظيف دائما، لا يأكل كثيرا ولا يصدر ضجيجا، اسرع الاب بالاشتراك في ذلك المزاد وبدأت المزايمة من 52 ريالاً فاضاف الاب 5. فسمع من يقول ثلاثمائة وخمسين فاضاف 5. فسمع من يقول اربعمائة وخمسين فاضاف 5. فقال الصوت خمسمائة وخمسين وهكذا حتى الـ 7.. فلم يزود احد عليها وهنا فرح الاب وحدث نفسه بانه ظفر بصفقة جيدة بسبب هذا السعر الكبير وعندما هم بالذهاب إلى المئمن لدفع المبلغ المطلوب واستلام البغاء قرر ان ينظر للبغاء نظره الخيرة ليتأكد من ان تقوده لم تذهب سدى فاقترت منه وحاول الامسك به فما كان من الببغاء الا وان صرخ فيه وقال له يا عبيط.. يا عبيط، فاستعجب الاب من سلطة لسان هذا الطير الوقح وفي نفس الوقت احس ان هذا الصوت ليس غريب وفكر قليلا ثم نظر للببغاء وقال له 52. فقال الببغاء ثلاثمائة وخمسين .. فزاد الاب خمسين فقال الببغاء اربعمائة وخمسين وهنا ضجت القاعة بالضحك فقد اكتشف ان الببغاء هو من كان يزايد على سعره فقال له : ايها الوقح لم تكن مخطأنا انا فعلا اكون عبيط لو اشتريتك، لن اريح البائع منك فالتيق هنا فانتما الاثنان صفقة خاسرة وحما لله اني لم ادفع فيك فلسا .



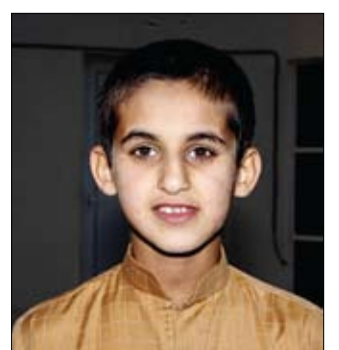
محمد علي مفتاح



سلطان عبدالله



زياب عبدالله



فالد الناصري

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

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

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

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