



مجلة تصدر كل شهرين عن
الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة - وزارة التجارة والصناعة

نيفين جامع: إصدار ٣٠٠٠ مواصفة جديدة
وإطلاق علامة حلال أبرز الإنجازات المحققة خلال
الـ ١٦ سنوات الماضية في عهد الرئيس السيسي

يوليو 2020

العدد ٨٨ - ٥٨ صفحة

مواصفات جودة



مصر نترأس اجتمعات
اللجنة الإستشارية العليا
للتقييس بمشاركة ممثلي
١٦ دولة عربية

وفد من كبريات
الشركات الإيطالية
يزور القاهرة قريبا
لبحث إقامة شركات
صناعية وتجارية
مع القطاع الخاص

إشتراطات موحدة لإخبارات الإطارات الهوائية
للدراجات النارية والمركبات البطيئة ذات محرك

إصدار ٣ مواصفات
مصرية جديدة
لحوكمة المؤسسات
و ضمان الإستغلال
الأمثل لتكنولوجيا
المعلومات

مواصفة مصرية جديدة
لأغذية الأطفال المعلبة





optimax
INVERTER



5 سنوات توفير
قطع الغيار مجاناً
سنتين ضمان شامل



ده بالتروبيكال
كومبريسور اللي بيسقغ
في درجة حرارة 53°



ده بتكنولوجيا الإنفرتر
اللي بتوفر 70% من
ماتورة الكهرباء

لا شيء يفوق الخبرة،
لا شيء يفوق كاريير



19111



بقلم :

م. / أشرف إسماعيل عفيفي

النمية المسندامة على قائمة أولويات الأجندة العالمية

ومن هذا المنطلق قامت المنظمة الدولية للتقييس «ISO» بتشكيل مجموعة عمل (Task Force (ccc TF7 لإعداد الدراسات حيث قامت المجموعة بإعداد الأدلة (ISO guide 82) و (ISO guide 84) والخاصة بالأسس والمعلومات اللازمة لواضعى المواصفات لأخذها فى الإعتبار مستقبلياً عند إعداد ومراجعة وتحديث المواصفات القياسية وذلك لتقليل المخاطر وإنبعاثات أول أكسيد الكربون.

فتسعى هذه الأدلة إلى تحقيق هدف التنمية المسندامة رقم ١٧ للأمم المتحدة والمتعلقة بتعزيز وسائل التنفيذ وتنشيط الشراكة العالمية من أجل تحقيق التنمية المسندامة. فقد أدرجت الأمم المتحدة الهدف رقم ١٧ على قائمة أهداف الأجندة العالمية لعام ٢٠٣٠ وذلك بإعتبار أن التنمية المسندامة تعمل على تحقيق السلام والرخاء على كوكبنا.

فتحقيق التنمية المسندامة أصبحت لغة عالمية تعمل على تحقيقها الحكومات والأجهزة غير الحكومية ومجالات الأعمال وذلك من واقع دراسات إستطلاعات الرأى للشركات فإن ٤٣٪ من الشركات تقوم بتحقيق التنمية المسندامة، ٦٣٪ تقوم بترشيد إستهلاك الطاقة مما يدل على قيام الشركات بتنفيذ أهداف التنمية المسندامة.

فالمواصفات القياسية أحد أهم الأدوات العالمية لمواجهة التحديات. ليس فقط من خلال إعداد المواصفات بل أيضاً مراجعة إجراءات تشكيل اللجان الفنية ووضع الخطط والإستراتيجيات وتقييم أعضاء اللجان وذلك من خلال إصدار الدليل الإرشادى (Zeroes).

ومن هذا المنطلق فإن إصدار المواصفات القياسية يلعب دوراً هاماً فى تحول عالمنا نحو الإستدامة والتي هى على قائمة الأجندة العالمية ٢٠٣٠.

مع النمو الإقتصادى للعالم

وإنطلاق العديد من الغازات

الدفيئة التى تسبب ظاهرة

الإحتباس الحرارى مما أدى

إلى تزايد درجات الحرارة

لكوكبنا وحدوث تغيرات

مناخية مؤثرة على المناخ فى

مناطق مختلفة من العالم.

●● مجلة تصدر كل شهرين ●●
عن الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة
وزارة التجارة والصناعة

رئيس مجلس الإدارة ورئيس التحرير :

م. / أشرف إسماعيل عفيفي



رئيس التحرير التنفيذي:

ياسر الفتياي

ممثل البنك الدولي يشيدون
بالنظور الإيجابي في نسب إنجاز
المكون الصناعى ببرنامج التنمية
المحلية بصعيد مصر خلال الـ 6
أشهر الماضية

المدير الإدارى:

هشام خليفة

الإخراج الصحفى:

عادل عبد الرحيم

أسرة التحرير:

محمد الفص

التنسيق الفنى:

مصطفى صبرى

الأخبار ٦



مراجعة فنية:

حنان عزمى

●● الإشتراكات والإعلانات

وحدة الإعلام : داخلى : ٣١٨ ايميل : eosmgla@gmail.com

إدارة التسويق : هاتف مباشر: ٢٢٨٤٥٥٢١ / ٢٢٨٤٥٥٠٩

هاتف سويتش: ٢٢٨٤٥٥٢٤ - ٢٢٨٤٥٥٢٢ داخلى (٢٩٨)

فاكس: ٢٢٨٤٥٥٠٤

البريد الإلكتروني: marketing@eos.org.eg

الموقع الإلكتروني: www.eos.org.eg

العنوان: ١٦ ش تدريب المدربين - خلف بسكو مصر - الأميرية

مصر نترأس اجتماعات اللجنة
الاستشارية العليا للتقييس بالمنظمة
العربية للتنمية الصناعية والتعددين

مجتمع الاعمال .. ١٦

٤٠٠ جنيها (١٠ نسخ من كل عدد)

٢٥٠ جنيها (٥ نسخ من كل عدد)

١٢٠ جنيها (نسخة من كل عدد)

الإشتراكات:



الجودة حول العالم ... ٢٤



المستهلك ٣٦



دوت نت ٤٢



مقالات

٤٦



دنيا المواصفات

٢٠



كتاب فى سطور

٥٨

المختبر ٢٨





اصدار ٣٠٠٠
مواصفة
قياسية جديدة
.. وإطلاق علامة
حلال المصرية
ابرز الانجازات
المحققة فى
مجال الجودة
خلال الـ ٦
سنوات الماضية



حظى قطاع الصناعة على مدى السنوات الـ ٦ الماضية باهتمام غير مسبوق من الإدارة المصرية وعلى رأسها فخامة الرئيس عبد الفتاح السيسي والذي أولى هذا القطاع أولوية رئيسية ليس لكونه قاطرة التنمية الاقتصادية فى مصر فحسب وإنما لأنه أحد أهم الدعائم لتحقيق الاستقرار الاجتماعي من خلال توفير فرص العمل وتشغيل الشباب وزيادة دخل المواطنين وتحسين مستوى معيشتهم هذا الاهتمام الملحوظ كان له أكبر الأثر فى تحقيق قفزات وتطورات نوعية فى قطاع الصناعة المصرية سواء على مستوى التشريعات أو الاستثمارات الجديدة والتوسعات الأفقية والرأسية فى المدن والمناطق الصناعية فضلاً عن ارتفاع مؤشرات الصادرات لكافة القطاعات الصناعية

وقد أكدت السيدة/ نيفين جامع وزيرة التجارة والصناعة ان مناخ الاستقرار الذي أرسى دعائمه فخامة الرئيس عبد الفتاح السيسي منذ توليه مسؤولية الرئاسة فى يوليو من عام ٢٠١٤ قد جعل من مصر قبلة للاستثمار وبصفة خاصة فى القطاع الصناعي، وقد ظهر ذلك جلياً فى اللقاءات المكثفة التي جمعت الرئيس بروساء كبريات الشركات العالمية سواء خلال الزيارات الرئاسية للخارج أو داخل مصر والتي استهدفت اطلاعهم على مناخ الاستثمار فى مصر، والمزايا والحوافز التي تقدمها الدولة المصرية للمستثمرين، الأمر الذي ساهم فى جذب العديد من

نيفين جامع: الرئيس السيسي يولي قطاع الصناعة إهتمام غير مسبوق لدوره فى زيادة معدلات الاستثمار ونوفير فرص العمل



لمنح علامة الجودة لسخانات المياه الشمسية (شمسى) كما قامت الوزارة ممثلة فى المجلس الوطنى للإعتماد بتجديد الاعتراف الدولى فى منظمتى الإعتماد العالمى (منظمة التعاون الدولى للإعتماد المعامل ILAC والمنندى الدولى للإعتماد IAF) ، كما تم تجديد وتمديد الاعتراف الإقليمى من الجهاز العربى للإعتماد ARAC ليشمل جهات منح شهادات نظم إدارة الطاقة والسلامة والصحة المهنية وشهادات الأفراد وكذا تمديد الاعتراف الإقليمى من المنطقة الأوروبية للإعتماد EA ليشمل مجال إعتماد منح شهادات المنتجات، بالإضافة الى حصول المجلس على الاعتراف الدولى من المنظمة الأوروبية للإعتماد فى مجال اعتماد جهات اختبارات الكفاءة طبقا لمتطلبات المواصفة الدولية ISO/IEC 17043 .

قامت الوزارة أيضا ممثلة فى المعهد القومى للجودة بتأهيل الجهات للحصول على شهادة المواصفات الدولية لنظم الادارة iso وعلامة السلامة والأمان الأوروبية حيث تم تأهيل ٤٢ جهة بـ٦٠ مجال وتدريب ٣٧٥٠ متدرب .

الشركات الدولية للاستثمار فى السوق المصري وأشارت الى ان الرئيس دائما ما يوجه الحكومة بضرورة اتخاذ كافة القرارات اللازمة لدعم وتنمية قطاعي الصناعة والتصدير باعتبارهما أحد أهم القطاعات المؤثرة فى نمو الناتج القومى وتوفير فرص العمل وجلب العملات الصعبة ومن ثم زيادة الاحتياطي النقدي من العملات الأجنبية، كما يتابع سيادته تطورات العمل أولا بأول فى هذين القطاعين وحول اهم الانجازات المحققة فى مجال المواصفات والجودة والاعتماد خلال الـ ٦ سنوات الماضية فقد جاءت على النحو التالي:

قامت الوزارة ممثلة فى الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة بإصدار ٣٠٠٠ مواصفة قياسية مصرية فى مختلف المجالات.

- إنشاء ١٧ معمل جديد فى المجالات الهندسية والنسجية والزجاج والرخام
- إصدار المواصفة القياسية المصرية لمكافحة الفساد والرشوة
- إطلاق علامة حلال المصرية
- توقيع بروتوكول تعاون مع المركز الإقليمى للطاقة الجديدة والمتجددة



فى لقاء موسع لوزيرة التجارة والصناعة عبر خاصية الفيديو كونفرانس

ممثلو البنك الدولي يشيدون بالنظور الايجابى فى نسب انجاز المكون الصناعى ببرنامج التنمية المحلية بصعيد مصر خلال الـ ٦ أشهر الماضية

المحلي المتكامل وتفعيل آليات تحديد الاحتياجات التنموية، مع تحسين الوصول للبنية الأساسية والخدمات، وتحسين نظم التعاقدات والإدارة والصيانة وضمان جودة الأعمال المنفذة، بالإضافة إلى حوكمة عملية إدارة التنمية المحلية.

وأوضحت جامع أن البرنامج شهد تقدماً كبيراً فيما يتعلق بالمكون الصناعي المحلي خلال الستة أشهر الماضية، مشيرةً إلى أن عدد المستفيدين من البرنامج زاد إلى ٥ مليون مواطن من إجمالي ٨ ملايين بالمحافظتين في صورة خدمات بنية تحتية وصرف صحي وطرق، وهو ما ساهم بشكل كبير في تراجع معدل الفقر بهما، إلى جانب زيادة عدد الشركات المستفيدة من البرنامج إلى ٤ آلاف شركة. وأشادت بالدور الذي تقوم به لجنة تسيير البرنامج والتي تضم وزراء التخطيط والتنمية المحلية والتجارة والصناعة والمالية والتعاون الدولي في دعم تنفيذ الأنشطة والمشروعات المختلفة بالبرنامج وتذليل العقبات التي واجهته بهدف الخروج بنموذج تنموى يمكن تعميمه بمحافظات الصعيد بحيث يعتمد على التنمية

الاقتصادية المحلية القائمة على دعم الميزة النسبية والتنافسية لكل محافظة، مشيرةً إلى أن منهجية العمل بهذا البرنامج تعتمد على تركيز ضخ الموارد المالية والتطوير المؤسسي ونظم العمل وتنمية القدرات المحلية بحيث تصبح المحافظات قادرة على إدارة التنمية وجذب الاستثمارات.

أكدت السيدة/ نيفين جامع وزيرة التجارة والصناعة حرص الوزارة على تعزيز التعاون القائم مع البنك الدولي فى كافة البرامج والمشروعات التنموية المشتركة وبصفة خاصة في برنامج التنمية المحلية بصعيد مصر ، والذي يتم تنفيذه بالتعاون مع البنك ويستهدف دفع عجلة التنمية بمحافظتي سوهاج وقنا لجعلهما أكثر

جذباً للاستثمارات، ولتحسين الظروف المعيشية للمواطنين، وتطوير نموذج للتنمية الإقليمية والمحلية المتكاملة يمكن تعميمه في كافة أرجاء الجمهورية. جاء ذلك خلال الاجتماع الموسع الذي عقده الوزير- عبر تقنية الفيديو كونفرانس- مع ممثلي البنك الدولي برئاسة الدكتور محمد ندا، خبير أول التنمية الحضرية بالبنك الدولي والمسؤول عن فريق الدعم الفني لبرنامج التنمية المحلية بصعيد مصر بقنا وسوهاج وذلك لبحث آخر مستجدات برنامج التنمية المحلية بصعيد مصر .

وقالت الوزيرة إن اللقاء تناول أهم مكونات البرنامج الذي يقوم على شقين أولهما دعم القدرة التنافسية للقطاعات الاقتصادية ومناخ الأعمال من خلال تحسين

نيفين جامع: نسنهدف دفع عجلة التنمية الاقتصادية لتحسين الظروف المعيشية للمواطنين ... ونعميم نموذج المناطق الصناعية المنطوية بكافة محافظات مصر

البنية التحتية ومنظومة الإدارة بالمناطق الصناعية، ودعم التكتلات الإنتاجية لتحفيز الاستثمارات، وتحسين الخدمات الحكومية المقدمة للأعمال، في حين يتمثل الشق الثاني في تحسين الحصول على الخدمات والبنية التحتية وجودة حياة المواطنين من حيث التطوير المؤسسي وبناء القدرات للإدارة المحلية، وتطوير منظومة التخطيط

قرار وزارى بإلغاء المواصفة القياسية لأجهزة إطفاء الحريق اليدوية العاملة بمسحوق كيماوي جاف

أصدرت السيدة / نيفين جامع وزيرة التجارة والصناعة قراراً بوزارة الصناعة بإلغاء المواصفة القياسية لأجهزة إطفاء الحريق اليدوية التي تعمل بالمسحوق الكيماوي الجاف

(م.ق.م ٧٣٤) الواردة بالبند رقم ٢٩ من القائمة ١٩ للسلع والمنتجات الهندسية المرفقة بالقرار الوزاري ٦١٢ لسنة ٢٠٠٧ وما طرأ عليه من تعديلات.

وأضاف القرار المنشور في الجريدة الرسمية، أنه سيتم منح المنتجين والمستوردين مهلة لتوفيق أوضاعهم تنتهي في ٣١ ديسمبر ٢٠٢٠ أو لحين الانتهاء من وضع المواصفة القياسية الجديدة.

وأضاف الهللاوي أن البرنامج لديه خطة لترفيق ٤ مناطق صناعية كاملة في محافظتي سوهاج وقنا، حيث تم طرح منطقتين في محافظة سوهاج هما غرب جرجا وغرب طهطاً وقرية سيتم طرح منطقتين بمحافظة قنا، مشيراً إلى أن البرنامج قد أرسل مذكرة لمجلس الوزراء بشأن تحقيق الربط لخلق نافذة واحدة للإجراءات بين الهيئة العامة للاستثمار والهيئة العامة للتنمية الصناعية ووزارة التنمية المحلية لتبسيط وتوحيد الإجراءات أمام المستثمرين.

ولفت السيد/ جاد سلهاب، كبير مسؤولي تنمية القطاع الخاص بالبنك الدولي إلى أهمية دور ومشاركة القطاع الخاص في البرنامج في تحسين البنية التحتية والجودة الأمر الذي سيسهم في خلق مزيد من فرص العمل وجذب مزيد من الاستثمارات لهذه المحافظات الواعدة، مشيراً إلى أن البنك يعمل حالياً على إعداد دراسة استراتيجية لمعرفة نتائج تحسن مناخ الاستثمار وسيتم من إعدادها العام الجاري.

وأوضح الدكتور محمد ندا، خبير أول التنمية الحضرية بالبنك الدولي والمسؤول عن فريق الدعم الفني لبرنامج التنمية المحلية بصعيد مصر بقنا وسوهاج أن البرنامج شهد طفرة كبيرة في الأداء خلال الأشهر القليلة الماضية بفضل المتابعة المستمرة لوزير التجارة والصناعة والمجهود الكبير الذي بذلته الهيئة العامة للتنمية الصناعية، مشيراً إلى أن البرنامج بدأ فعلياً خلال النصف الثاني من عام ٢٠١٨ ويبلغ تمويله ٥٠٠ مليون دولار مقدمة من البنك و٤٥٧ مليون دولار مقدمة من الحكومة المصرية.

ومن جانبه أشاد الدكتور هشام الهللاوي، مدير وحدة تنفيذ برنامج التنمية المحلية بصعيد مصر بجهود وزيرة التجارة والصناعة في منح دفعة لهذا البرنامج من خلال السعي لتخصيص ٤ مليار جنيه للمكون الصناعي المحلي لمدة عامين وذلك لترفيق المناطق الصناعية للمستثمرين، لافتاً إلى أن نسب الإشغال شهدت تزايداً بمجرد الإعلان عن ترفيق الأراضي الصناعية في محافظتي سوهاج وقنا.





بمشاركة ٤ جهات حكومية

المواصفات والجودة تصدر ٣ مواصفات قياسية مطرية جديدة لضمان الاستغلال الأمثل لتقنيات تكنولوجيا المعلومات ونعظيم الأهداف للقيادات العليا والإستثمار داخل المؤسسات المختلفة

، تكبدت المؤسسات أضرارًا مالية وأضرارًا كبيرة بالسمعة نتيجة لقصور في تقنية المعلومات. وقد زاد هذا من إدراك القيادات العليا بالمنظمات للحاجة إلى إدارة تقنية المعلومات إدارة حكيمة، لذا دعت الحاجة إلى تطبيق حوكمة تكنولوجيا المعلومات كواجب تنظيمي لمساعدة المؤسسات على تنظيم عملها ولتعظيم الاستفادة من تطبيقات تكنولوجيا المعلومات، وأيضًا لأن المؤسسات تحتاج إلى استراتيجيات وترتيبات دعم لتكنولوجيا المعلومات تزيد من قيمة هذه الاستثمارات إلى الحد الأقصى مع إدارة المخاطر المرتبطة باستخدام تكنولوجيا المعلومات.

كما أوضح رئيس الهيئة أن المواصفات القياسية المصرية الثلاثة تضمنت الآتي: أولاً المواصفة رقم ٨٢٥٧ الخاصة بـ « تقنيات المعلومات - حوكمة تقنيات المعلومات للمنظمة » والهدف من هذه المواصفة القياسية المصرية هو توفير مبادئ وتعريفات ونموذج لمجالس الإدارة العليا المسؤولة عن وضع الاستراتيجيات في المؤسسات (ويشار إليها في هذه المواصفات باسم هيئات الحوكمة) لاستخدامها عند تقييم وتوجيه ومراقبة استخدام تكنولوجيا المعلومات في مؤسساتهم.

هذه المواصفة القياسية موجهة أساسًا إلى هيئة الحوكمة (أو مجلس الإدارة) . وقد يكون أعضاء مجلس الإدارة أيضًا مديري تنفيذيين في بعض المنظمات الصغيرة. وعلى ذلك تنطبق هذه المواصفة القياسية على جميع المؤسسات ، الصغيرة والكبيرة ، بغض النظر عن الغرض والتصميم وهيكل الملكية، وتقدم هذه المواصفة القياسية المصرية مبادئ توجيهية لأعضاء هيئة الحوكمة في المنشآت (التي قد تضم مالكيين أو مديريين أو شركاء أو مديري تنفيذيين أو ما شابه ذلك) بشأن الاستخدام الفعال والكفاء والمقبول لتقنيات المعلومات داخل منشاتهم.

كما تقدم المواصفة إرشادات إلى من يقدمون المشورة أو التعليمات أو المساعدة إلى هيئات الحوكمة وهم يشملون ما يلي:

- المديرون التنفيذيون؛
- أعضاء المجموعات التي تراقب الموارد داخل المنشأة ؛
- إخصائي الأعمال الخارجيين أو الإخصائيين الفنيين ، مثل الإخصائيين القانونيين أو المحاسبين،
- رابطات البيع بالتجزئة أو الرابطات الصناعية، أو الجهات المهنية؛

في إطار الاستراتيجية التي تنتهجها الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة التابعة لوزارة التجارة والصناعة لرفع جودة وكفاءة العمل في كل المجالات ومن أجل تسهيل وضع واتخاذ القرارات للقيادة العليا داخل المؤسسات المختلفة لتحقيق الأهداف وتعميقها لزيادة الإستثمارات بها، اصدر ٣ مواصفات قياسية مطرية جديدة لحوكمة المؤسسات التي تستخدم تقنية المعلومات وطرق إدارتها والاستغلال الأمثل لأحدث التقنيات لتكنولوجيا المعلومات بها.

صرح المهندس أشرف عفيفي رئيس الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة أن الهيئة لا تدخر جهدًا من أجل تحقيق التقدم والتميز ومواكبة كل جديد على كافة الأصعدة وخاصة مجال الصناعة والخدمات التجارية وتسخيرها لكي تخدم مجتمع الأعمال وكل المؤسسات، فقد قامت الهيئة بإصدار ٣ مواصفات قياسية مطرية جديدة لحوكمة المؤسسات التي تستخدم تقنية المعلومات من خلال اللجنة القومية الفنية بالهيئة الخاصة بتكنولوجيا المعلومات والتي ضمت في تشكيلها ٤ جهات حكومية بجانب الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة وهم وزارة التخطيط والمتابعة والإصلاح الإداري ، ووزارة الكهرباء والطاقة، ومصلحة الرقابة الصناعية وهيئة التنمية الصناعية.

وأضاف عفيفي أن المواصفات الجديدة جاءت بعد دراسة إصدارات الأيزو في هذا المجال والتي انتهت للجنة القومية بالهيئة إلى إصدار ثلاث مواصفات قياسية مطرية جديدة متناظرة مع المواصفات القياسية الدولية التي تخدم القيادات العليا وهي الحوكمة في كل المؤسسات المختلفة لوضع استراتيجية أو سياسة عامة للمؤسسة لتعظيم أهدافها واستثمارها، وحيث أن في الفترة الأخيرة ازداد استخدام تكنولوجيا المعلومات وميكنة كل الأنشطة للتواصل وإجراء المعاملات إلكترونياً مع كلال عملاء بالمؤسسات المختلفة.

وأوضح أنه يختلط عند البعض مفهوم مصطلح الحوكمة بأنه يعني الإدارة في حين أن الإدارة هي متابعة الأنشطة اليومية للشركات والمؤسسات بينما الحوكمة هي وضع استراتيجية أو سياسة عامة للمؤسسة لتعمل على تحقيق هدف محدد فالحوكمة هي القيادة العليا لتحقيق الأهداف بينما الإدارة تقوم على تيسير الأعمال اليومية. وأكد عفيفي أن معظم المنشآت قامت في السابق باستثمارات ملموسة في تقنية المعلومات، بينما لم تحقق دومًا عوائد هذه الاستثمارات ، لسوء الحظ ، بل وفي بعض الحالات

بقرار من رئيس مجلس الوزراء الزلاط رئيسا للهيئة العامة للتنمية الصناعية لمدة عام

نيفين جامع:

القرار يستهدف تفعيل الهيئة لتقوم
بدورها الرئيسي فى النهوض
بالقطاعات الصناعية ونهية المناخ
الجاذب للاستثمار الصناعى



أعلنت السيدة / نيفين جامع وزيرة التجارة والصناعة ان الدكتور مصطفى مدبولى رئيس مجلس الوزراء قد أصدر قرارا بتعيين اللواء اركان حرب / محمد السيد فاضل الزلاط رئيسا للهيئة العامة للتنمية الصناعية لمدة عام أو لحين تشكيل مجلس الادارة الجديد للهيئة .

كما نص القرار على الغاء قرار رئيس مجلس الوزراء رقم ٦٣ لسنة ٢٠١٩ والخاص بتكليف المهندس مجدى غازى كقائم بأعمال رئيس مجلس ادارة الهيئة بصفة مؤقتة لحين تشكيل مجلس ادارة الهيئة ، وكذا قرار رئيس مجلس الوزراء رقم ١١٩ لسنة ٢٠١٤ والخاص بتعيينه نائبا لرئيس مجلس ادارة الهيئة .

وفى هذا الاطار أكدت جامع ان هذا القرار يأتي فى اطار حرص الوزارة على تفعيل دور الهيئة العامة للتنمية الصناعية كأحد أهم الهيئات التابعة للوزارة للقيام بدورها الرئيسى فى النهوض بالقطاعات الصناعية ووضع السياسات الهادفة لتهيئة المناخ الجاذب للاستثمار الصناعى .

وأشارت الى ان القيادة الجديدة للهيئة على درجة كبيرة من التميز والكفاءة ، ويمتلك خبرات كبيرة فى مجال ادارة المشروعات القومية بما فيها مشروع انشاء المجمعات الصناعية المتخصصة



- مزودى الخدمات الداخليين والخارجيين (بما فى ذلك الخبراء الاستشاريون)؛

- المدققون.

تنطبق هذه المواصفة القياسية على جميع المنشآت، بما فى ذلك الشركات العامة والخاصة والكيانات الحكومية والمنظمات غير الهادفة للربح. تكما نطبق على المنظمات من جميع الأحجام صغيرها وكبيرها ، بغض النظر عن مدى استخدامها لتقنيات المعلومات.

أما المواصفة القياسية الثانية رقم ٨٣٢٤ / ٢٠٢٠ الخاصة بـ «تقنية المعلومات - حوكمة تقنية المعلومات - دليل التطبيق» والمناظرة للتوصيف الدولية، وتقدم ارشادات بشأن تطبيق حوكمة تقنية المعلومات داخل المنظمات. مع مراعاة الحصول على تأكيد بإدارة المخاطر المرتبطة باستخدام تقنية المعلومات بشكل مناسب ، وكذلك ضمان أن المنظمة تعظم من القيمة التي تعود عليها من استثماراتها فى تقنية المعلومات.

أما المواصفة القياسية الثالثة رقم ٨٣٢٥ / ٢٠٢٠ «تقنية المعلومات - حوكمة تقنية المعلومات - الإطار والنموذج» والمناظرة للتقرير الفني الدولي حيث تم اعداد هذه المواصفة للتمييز بين مفاهيم الحوكمة والإدارة فيما يتعلق بتكنولوجيا المعلومات. كما أنها توفر نموذجًا يوضح العلاقة بين الحوكمة والإدارة ، ويحدد المسؤوليات المرتبطة بكل منهما.

الغرض منها هو تقديم معلومات عن إطار عمل ونموذج يمكن استخدامه لوضع الحدود وتحديد العلاقات بين حوكمة وإدارة استخدام المنشأة الحالي والمستقبلي لتقنية المعلومات.

تقدم هذه المواصفة إرشادات لكل من :-

- هيئات الحوكمة ؛

- المديرين العاملين فى إطار السلطة والمساءلة التي وضعتها الحوكمة ؛

- المستشارين أو أولئك الذين يساعدون فى حوكمة المنشآت من جميع الأحجام والأنواع ؛

- مُعدي المواصفات القياسية فى مجالات حوكمة وإدارة تقنية المعلومات .



قرار وزارى بإعادة تنظيم جهاز نقطة الإنصال لشئون حماية حقوق الملكية الفكرية

على حقوق الملكية الفكرية الواردة بالإنفاقية وتحديد التدابير الحدودية بإتفاقية التريبس وإخطار الجمارك بهذه التدابير ومتابعة تنفيذها، فضلاً عن مكافحة التعديات على حقوق الملكية الفكرية بالتنسيق مع الجهات المختصة.

ونص القرار أيضاً على أن يتم إختيار رئيس الجهاز من بين العاملين بالوزارة من ذوي الخبرة العلمية والعملية في مجال حماية حقوق الملكية الفكرية على أن يتضمن الجهاز تقسيمات تنظيمية تشمل وحدة الشؤون الفنية ووحدة التدريب وتبادل المعلومات والتعليم عن بعد ووحدة الوساطة والتحكيم ووحدة البحوث والدراسات التشريعية والسياسات ووحدة الشؤون الادارية والمالية والموارد البشرية.

وتضمن القرار أن يباشر الجهاز أنشطته واختصاصاته في سبيل تحقيق أهدافه من خلال مجلس الجهاز و اللجنة الاستشارية لسياسات الملكية الفكرية ومجموعة عمل

الأجهزة المعنية في بحث ودراسة كافة جوانب الملكية الفكرية من خلال التنسيق والمشاركة في المؤتمرات والندوات وورش العمل محلياً ودولياً وذلك في سبيل المساهمة في صياغة الموقف التفاوضي المصري لدى المنظمات الدولية وأمام الشركاء التجاريين بشأن تلك الحقوق ، بالإضافة إلى إدارة منصة تعليمية إلكترونية تختص بطلاق برامج تعليمية وتقنية بالتنسيق مع اكااديمية الوايبو التابعة للمنظمة العالمية للملكية الفكرية تستهدف نشر ثقافة الملكية الفكرية وإتخاذ الإجراءات الكفيلة بفحص شكاوى ومنازعات الملكية الفكرية التي تحال للجهاز من المحاكم والجهات القضائية والشرطية وجهات الإنفاذ المختلفة وابداء الرأي الفني والقانوني حيالها باعتباره جهة خبرة، الى جانب عرض التسوية الودية واتخاذ اجراءات الوساطة والتحكيم بين الأطراف المتنازعة في مجال حقوق الملكية الفكرية وفقاً للقواعد والإجراءات المقررة قانوناً ، واتخاذ إجراءات منع التعدي

أصدرت السيدة / نيفين جامع وزيرة التجارة والصناعة قراراً بإعادة تنظيم جهاز نقطة الإتصال لشئون حماية حقوق الملكية الفكرية وقد نص القرار على أن الجهاز يهدف الى حماية حقوق الملكية الفكرية عن طريق تبادل المعلومات والتنسيق والتعاون بين كافة الجهات المصرية المعنية ونقاط الإتصال في البلدان الاعضاء والشركاء التجاريين لمنع الاتجار في السلع المتعدية على تلك الحقوق وضمان عدم تصديرها واستيرادها إعمالاً لالتزامات مصر وحقوقها في إطار إنضمامها إلى إتفاقيات حماية حقوق الملكية الفكرية وإتفاقية جوانب التجارة المتصلة بحقوق الملكية الفكرية .

كما حدد القرار مهام وإختصاصات الجهاز والتي تتضمن تبادل المعلومات مع نقاط الإتصال الأخرى في البلدان الاعضاء بشأن التجارة في السلع المتعدية على حقوق الملكية الفكرية وضمان التعاون والتنسيق بين الجهات المختصة والسلطات الجمركية والتعاون مع

بهدف إنسياب حركة التجارة بين مصر والمملكة تسجيل هيئة الرقابة على الصادرات والواردات ضمن جهات تقويم المطابقة العالمية ببرنامج «سابر» السعودي

في إطار جهود وزارة التجارة والصناعة واجهزتها التابعة لتيسير حركة التبادل التجاري بين مصر ودول العالم خاصة الدول العربية ، أعلن المهندس اسماعيل جابر رئيس مجلس إدارة الهيئة العامة للرقابة على الصادرات والواردات تسجيل الهيئة ضمن جهات تقويم المطابقة العالمية المقبولة ببرنامج «سابر» السعودي بموافقة من الهيئة السعودية للمواصفات والمقاييس والجودة وذلك بلائحة الجلود والأحذية والمنتجات النسيجية.

وقال أن هذه الموافقة تأتي في إطار التعاون المتواصل بين الهيئة العامة للرقابة على الصادرات والواردات والهيئة السعودية للمواصفات والمقاييس والجودة السعودية حيث ستسهم في تسهيل عملية انتقال السلع والمنتجات إلى السوق السعودي وهو ما سينعكس إيجاباً على زيادة معدلات التبادل التجاري بين مصر والمملكة، مشيراً إلى ان الهيئة تدعو الشركات المنتجة والمصدرين والمستوردين بمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا بالتقدم إليها للحصول على شهادات مطابقة المنتجات طبقاً لمتطلبات اللوائح والمواصفات القياسية السعودية المعتمدة من برنامج «سابر» بالهيئة السعودية للمواصفات والمقاييس والجودة.

وأشار رئيس هيئة الرقابة على الصادرات والواردات إلى أن المنصة الإلكترونية لبرنامج «سابر» تتيح كافة المعلومات عن البرنامج وبيانات حول النطاقات الجغرافية الدولية لجهات تقويم المطابقة المقبولة دولياً لديها ومنها الهيئة العامة للرقابة على الصادرات والواردات بالنطاق الجغرافي لمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، لافتاً إلى ان المنصة تتيح أيضاً بيانات باللوائح الفنية المعتمدة بالبرنامج حالياً موضحاً بها أرقام وأسماء المواصفات القياسية السعودية ومتطلباتها.

وأوضح المهندس اسماعيل جابر أن المنصة تسهم أيضاً في تسريع إجراءات تسجيل شهادات المطابقة المطلوبة للمنتجات الاستهلاكية الكترونياً سواء المستوردة أو المصنعة محلياً وتقليل الوقت اللازم لإنهاء الإجراءات الجمركية للمنتجات الاستهلاكية بالجمارك السعودية إلى جانب رفع مستوى المنتجات الأمانة والحد من المنتجات غير المطابقة للوائح والمواصفات و أضاف ان تسجيل الهيئة في منظومة سابر يأتي استكمالاً للنهج الذي تبنته الهيئة للتوافق مع أعلى معايير الجودة الدولية، حيث تأتي الهيئة في مقدمة الجهات الحاصلة على شهادة الجودة أيزو -19001، كما أن جميع معامل الهيئة حاصلة على شهادة الجودة أيزو -17025 في مجال فحص المواد الغذائية والصناعية، مشيراً إلى أن الهيئة هي الجهة الوحيدة في مصر الحاصلة على شهادة الجودة أيزو -17065 في مجال مطابقة الجودة للأجهزة المنزلية التي تعمل بالغاز المسال. وأكد جابر حرص الهيئة على الارتقاء بمنظومة الخدمات المقدمة لمجتمع المصدرين والمستوردين عن طريق تطبيق أحدث النظم والالتزام بالقواعد المتبعة دولياً في إجراءات الفحص وسحب العينات بما يسهم في تيسير حركة التجارة بين مصر والأسواق الخارجية.

شهادة قبول جهة تقويم مطابقة
Notification Certificate of Conformity Assessment Body

Conformity Assessment Body Name:	General Organisation for Export and Import Control (GOEIC)	اسم جهة تقويم المطابقة
Geographical Region:	Middle East and North African Africa	الإقليم الجغرافي
Main Office Address:	New srage village, International Cairo airport, Egypt	مبنى المكتب الرئيسي
Responsible Person:	Issam Jaber Mohamed	الشخص المسؤول
Contact Information:	Tel: +9661122224847 Email: goaic@gov.sa	معلومات الاتصال

The above establishment has been approved as conformity assessment body further to its request on 26 / 04 / 2020 according to SASO decision of (adoption of the regulation approval) No: (1185) Date: 30/11/2015 to conduct:

تم قبول المنشأة المذكورة أعلاه كجهة تقويم مطابقة معتمدة من قبل الهيئة العامة للمواصفات والمقاييس والجودة بتاريخ 26 / 04 / 2020 وفقاً لقرار اعتماد اللائحة الفنية الصادر من الهيئة العامة للمواصفات والمقاييس والجودة برقم (1185) بتاريخ 30 / 11 / 2015 وذلك للعمل على تنفيذ:

من الخدمات الممنوحة

الأنشطة المدرجة في الوثيقة المرفقة.
يحدد المرفق النطاق الفني

Notification Number:	P-CB 0384	رقم الشهادة
Date of Issue:	2020 / 07 / 20	تاريخ الإصدار
Validity of Certificate:	Three years from the date of issue	مدة الصلاحية: ثلاث سنوات من تاريخ الإصدار

إلى
Deputy Governor of Conformity and Quality Affairs
المهندس/ سعاد بن سالم العنتر
Eng. Saud R. AlAskar



براءات الاختراع ونماذج المنفعة ومجموعة عمل العلامات والبيانات التجارية ومجموعة عمل حقوق المؤلف والحقوق المجاورة ومجموعة عمل الأصناف النباتية الجديدة الى جانب مجموعات فض وفحص وتصنيف الأحرار المضبوطة على ذمة قضايا ومنازعات الملكية الفكرية بالإضافة الى مجموعة عمل العلاقات الخارجية والاعلام ونص القرار على أن يشكل مجلس الجهاز-والذي ينعقد مرة على الأقل شهريا -من ممثلى وزارات التعليم العالي والبحث العلمي والتموين والتجارة الداخلية والثقافة والاعلام والاتصالات وتكنولوجيا المعلومات والزراعة والتجارة والصناعة والمالية والداخلية الى جانب رئاسة مجلس الوزراء والادارة المركزية للرقابة على المصنعات الفنية ودار الكتب والوثائق القومية واكاديمية البحث العلمي والاتحاد العام للغرف التجارية واتحاد الصناعات المصرية واتحاد الكتاب واتحاد الناشرين المصريين والاتحاد العام لنقابات المهن التمثيلية والسينمائية والفنية وجمعية المؤلفين والملحنين والناشرين.



نيفين جامع : وفد من كبريات الشركات الإيطالية يزور القاهرة قريبا لبحث إقامة شراكات صناعية وتجارية مع القطاع الخاص المصرى

البلدين يستهدف تسهيل حركة التجارة البينية بين مصر وإيطاليا ودول قارة أوروبا في قطاع الحاصلات الزراعية، مشيرة إلى أن الفترة المقبلة ستشهد مشاورات بين المسؤولين في البلدين لوضع الخطط الزمنية لتفعيل هذا الخط الملاحى

وقالت الوزيرة إن حجم التبادل التجارى بين مصر وإيطاليا بلغ خلال النصف الأول من العام الجارى مليار و ٨٢٧ مليون دولار منها ٦٣٦ مليون دولار صادرات مصرية ومليار و ١٩١ مليون دولار واردات

ومن جانبه أكد السيد / جامباولو كانتيني سفير إيطاليا بالقاهرة عمق وتاريخية العلاقات الثنائية المصرية الإيطالية خاصة في المجال الإقتصادى، مشيراً إلى أن إيطاليا تمثل الشريك التجارى الأول لمصر بقارة أوروبا وخامس الشركاء لتجاربيين على مستوى العالم. وقال ان إيطاليا تمثل محورا هاما لنفاد الصادرات الزراعية المصرية بالسوق الإيطالى بصفة خاصة وأسواق دول الإتحاد الأوروبى بصفة عامة كما تمثل مصر مقصدا متميزا لعدد كبير من المنتجات الإيطالية .

وإستعرض كانتيني عدد من مشروعات التعاون الإنمائى بين البلدين والتي تشمل مشروع القطن من البذرة إلى الكسوة بالتعاون مع منظمة الأمم المتحدة للتنمية الصناعية ومشروع فى مجال تحجيف الطماطم بالإضافة إلى مشروع لدعم مزارعى الثمر بواحة سيوة فضلا عن مشروع دعم مدينة الجلود بالروبيكى والذي يمثل نقلة هامة فى مجال تطوير صناعة دباغة وتصنيع الجلود فى مصر.

أعلنت السيدة / نيفين جامع وزيرة التجارة والصناعة أن وفد يضم ممثلى عدد من كبريات الشركات الإيطالية سيزور مصر خلال الفترة القريبة المقبلة لبحث إقامة شراكات صناعية وتجارية مع نظرائهم المصريين ، مشيرة إلى أن الوفد الإيطالى يستهدف تعزيز التعاون بين البلدين فى مجالات الجلود والرخام والغزل والنسيج. جاء ذلك خلال اللقاء الموسع الذى عقده الوزيرة مع السيد/ جامباولو كانتيني سفير إيطاليا بالقاهرة -عبر تقنية الفيديو كونفرانس- والذي تناول سبل تعزيز العلاقات الإقتصادية والتجارية والصناعية بين البلدين خلال المرحلة الحالية إلى جانب إستعراض تطورات برامج التعاون التنموى بين مصر وإيطاليا فى مختلف المجالات ، وقد شارك فى اللقاء الدكتور فرانسيسكو بانيني رئيس المكتب التجارى الإيطالى بالقاهرة والسيد/ أحمد رضا معاون الوزير لشئون الصناعة.

وقالت الوزيرة أن اللقاء تناول سبل تفعيل البرامج التنموية الإيطالية فى مصر خاصة فى مجالات نقل الخبرات والتكنولوجيات الصناعية المتطورة وتوفير الآلات والمعدات الإيطالية للصناعة المصرية الى جانب تنمية قطاع المشروعات المتوسطة والصغيرة ومتناهية الصغر خاصة فيما يتفق بمشروعات دعم القطاع الصناعى وتقديم برامج تدريبية ودعم فنى لرفع كفاءة وتيسير التمويل للشركات الصغيرة والمتوسطة.

وأشارت إلى أنه جارى حالياً التنسيق بين الحكومتين المصرية والإيطالية لإنشاء مشروع للنقل البحرى السريع (الرو-رو) بين

اعتماد خطة قبول دفعة جديدة بمراكز التدريب المهني بمصلحة الكفاية الإنتاجية لعام ٢٠٢١/٢٠٢٠

وافقت السيدة/ نيفين جامع وزيرة التجارة والصناعة على خطة قبول دفعة جديدة للعام التدريبي ٢٠٢١ / ٢٠٢٠ بمراكز التدريب المهني بمصلحة الكفاية الإنتاجية التابعة للوزارة وذلك للطلاب الحاصلين على الشهادة الإعدادية العامة والأزهرية للحصول على دبلوم التلمذة الصناعية المعادل لشهادة دبلوم المدارس الفنية الصناعية. وقال السيد/ عمرو جمعة، رئيس مصلحة الكفاية الإنتاجية والتدريب المهني إن المصلحة تمثل الذراع التنفيذية للوزارة لإدارة منظومة التدريب المهني المؤهل للعمل بالقطاع الصناعي حيث تعمل في إطار خطة الوزارة للارتقاء بمنظومة التدريب الفني والمهني لمستويات متميزة وبما يسهم في إحداث توازن بين مخرجات التعليم واحتياجات الصناعة الوطنية من العمالة المؤهلة، مشيراً إلى أن المصلحة تستهدف تخريج نوعية متميزة من العمالة الماهرة تحمل على عاتقها تطوير الصناعة المصرية وتمكينها من المنافسة بالأسواق المحلية والإقليمية والعالمية وذلك باعتبارها قاطرة التنمية الاقتصادية في مصر.

وأوضح جمعة أن خطة العام الحالي تتيح ولأول مرة ملء استمارة التقديم إلكترونياً من خلال روابط تسجيل للطلبة المتقدمين والتي تم نشرها على الصفحة الرسمية بموقع التواصل الاجتماعي الخاص بالمصلحة وتتضمن نموذج استمارة تقديم لطلاب الالتحاق بمراكز التدريب مجاناً على docs.google.com وذلك منعا للتكدس

داخل المراكز وعملاً بالإجراءات الاحترازية المتبعة حالياً لمنع انتشار فيروس كورونا، لافتاً إلى أنه سيُتاح أيضاً التقديم يدوياً بكل مركز لأول مرة بدلاً من تجمعات المناطق على أن تقسم الأيام طبقاً للحروف الأبجدية أو المجموع.

وأضاف رئيس المصلحة أنه تم تحديد الحد الأدنى لدرجات القبول في كل مركز على حدة، وذلك تماشياً مع مدى الإقبال والكثافة السكانية، مع الحفاظ على نسبة قبول الفتيات في المهن التدريبية المناسبة لهم، مشيراً إلى أنه من المقرر قبول العام الحالي ١٦ ألف طالب وطالبة وذلك حتى الوصول إلى الطاقة الاستيعابية لكل مركز، حيث تم مراعاة عند تحديد الأعداد التقريبية التي سيتم قبولها بالمراكز المختلفة وفقاً لعدد من الأسس تتضمن الموارد التعليمية والتدريبية والكوادر البشرية المتاحة، ومراعاة الطاقة الاستيعابية للمراكز التدريبية، بالإضافة إلى الفرص التدريبية المتاحة بالمصانع والشركات لتنفيذ التدريب التطبيقي والتبادلي.

وأوضح جمعة أن مراكز التدريب التابعة للمصلحة تضم مهن الحاسب الآلي وسيارات المراكز الكورية والتبريد والتكييف واللحام والحدادة والخراطة وماكينات الورش والالواح المعدنية والعدد والضبعات وبرادة المواسير وسباكة المعادن والألوميتال والكريتال والميكانيكا والطباعة والغزل والنسيج ومهن السيارات والطباعة

والملابس الجاهزة ونجارة الإثاث وplc,cnc ومهن أخرى، لافتاً إلى أن المصلحة تعمل حالياً على الإعداد للعام التدريبي الجديد ومتابعة تنفيذ المخطط لعام ٢٠٢١/٢٠٢٠ وتجهيز مراكز التدريب للحصول على الاعتماد من هيئة ضمان الجودة والاعتماد. وتتضمن شروط الالتحاق بمراكز التدريب المهني ما يلي:

١. الحصول على شهادة الإعدادية العامة أو الأزهرية خلال العام الحالي ٢٠٢٠/٢٠١٩ والسابق ٢٠١٨/٢٠١٩ (وتكون اللغة الأجنبية هي الانجليزية).
٢. ألا يزيد عمر (الطالب / الطالبة) عن ١٨ سنة في أول أكتوبر للعام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١.
٣. الحصول على الدرجات التي يحددها تنسيق القبول لكل مركز.
٤. اجتياز اختبارات القدرات المهنية والكشف الطبي لممارسة المهنة المتقدم إليها.
٥. يفضل أن يكون من أبناء المنطقة السكنية التي بها المركز.
٦. أولوية القبول في مهن (الحاسب الآلي – السيارات - CNC خراطة - CNC فرايز – التبريد والتكييف) للأعلى مجموعاً وطبقاً للتنسيق الداخلي الذي يعتمده رئيس المصلحة.
٧. لا يتم تسجيل الطالب وإخطاره بتخصصه إلا بعد تسليم المستندات المطلوبة وبعد اجتيازه الاختبارات المذكورة بعالية وسداد المصروفات الدراسية المقررة.



بمشاركة ١٦ دولة عربية بالعاصمة المغربية الرباط



مصر ترأس اجتماعات اللجنة الاستشارية العليا للتنمية الصناعية بالمنظمة العربية للتنمية الصناعية والتعدين

وقال ان الاجتماع تناول عرض المنصة الالكترونية التفاعلية التي أطلقتها المنظمة تحت عنوان «المنصة العربية لطلبات وعروض المنتجات الصناعية» من أجل خدمة القطاع الصناعي العربي مشيدا بمساهمة أجهزة التقييس العربية والدولية في توفير المواصفات القياسية ذات الصلة بالمستلزمات الصحية والطبية.

ودعا المدير العام للمنظمة العربية للتنمية الصناعية والتعدين أجهزة التقييس العربية إلى الترويج للمنصة لدى الشركات والمصانع الوطنية ذات العلاقة بالصناعات الغذائية والصحية والطبية، والتي لديها القدرة على تلبية احتياجات دولها والتصدير إلى الدول

ترأست مصر مطلع الشهر الماضي اجتماعات اللجنة الاستشارية العليا للتقييس التابعة للمنظمة العربية للتنمية الصناعية والتعدين والتي عقدت بالعاصمة المغربية الرباط بمشاركة ١٦ دولة عربية شملت الى جانب مصر كل من الاردن والامارات والبحرين وتونس والجزائر والسعودية والسودان والعراق وفلسطين وقطر والكويت ولبنان وليبيا والمغرب واليمن.

وقد ألقى المهندس عادل الصقر المدير العام للمنظمة العربية للتنمية الصناعية والتعدين كلمة أكد خلالها علي أهمية توحيد الجهود العربية في مجالات البنية التحتية للجودة لمواجهة تداعيات جائحة فيروس كورونا المستجد من أجل تعزيز التبادل التجاري العربي البيئي، وضمان صحة وسلامة المواطن العربي والعمل علي تنسيق الجهود العربية لمواجهة التأثيرات السلبية لهذه الجائحة على اقتصاديات الدول العربية



ع. اشرف عفيفي:

اعتماد ٦١ مواصفة قياسية عربية... والائتاق على شعار علامة حلال العربية أبرز توصيات الاجتئاع

إلى الجمعية العامة باعتماد الصيغة النهائية لـ «دليل إصدار اللوائح الفنية العربية لفئات المنتجات». اعتماد الدليل الإرشادي للجنة متابعة تنفيذ الإستراتيجية العربية للتقييس والجودة. -دمج دليل العمل الفني لمركز المواصفات والمقاييس في مجال إعداد المواصفات مع دليل إعداد المواصفات العربية الموحدة للأغذية، وإعداد الصيغة النهائية وذلك من

- توحيد الجهود العربية في مجالات البنية الأساسية للجودة لمواجهة تداعيات جائحة فيروس (كورونا المستجد - كوفيد ١٩) من أجل تعزيز التبادل التجاري العربي البيئي وضمنان صحة وسلامة المواطن العربي. مع التأكيد على ضرورة العمل على تنسيق الجهود العربية لمواجهة التأثيرات السلبية لهذه الجائحة على اقتصاديات الدول العربية. -الرفع إلى المجلس التنفيذي لإصدار توصية

العربية الأخرى من خلال تسجيل بياناتها وما يمكن أن تعرضه من السلع والمنتجات في هذه المجالات على المنصة. وشدد الصقر في ختام كلمته على أهمية تنسيق الموقف العربي في الاجتماعات والمحافل الإقليمية لدعم التواجد العربي بها. وقال المهندس أشرف عفيفي رئيس الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة - ممثل مصر في المنظمة - ان الاجتماعات تناولت عدد من الموضوعات المرتبطة باعتماد وتحديث مجموعة من المواصفات القياسية العربية الموحدة والبرنامج العربي «حلال» والمنصة العربية لطلبات وعروض المنتجات الصناعية، فضلاً عن تنسيق الموقف العربي في المحافل الإقليمية والدولية.

وأشار الى ان الاجتماع قد اختتم أعماله بإصدار عدد من التوصيات شملت:

- اعتماد ٦١ مواصفة قياسية عربية وتبني مشروع مواصفة قياسية بلغتها الأصلية كمواصفات قياسية عربية موحدة في العديد من المجالات.

- اعتماد دليل إصدار اللوائح الفنية العربية لفئات المنتجات بهدف ضمان سلامة المنتجات والخدمات في المنطقة العربية.



خلال مجموعة عمل إلكترونية تم تشكيلها من عدد من الدول الأعضاء.

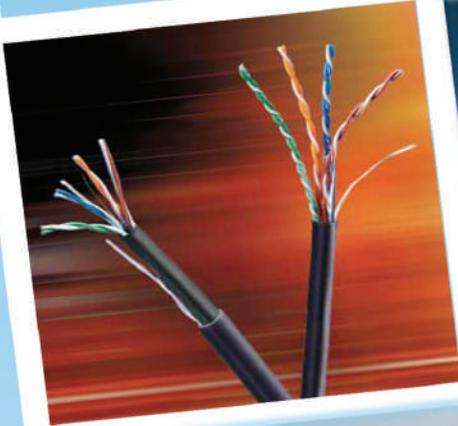
- قيام المنظمة بإنشاء منتدى إلكتروني تفاعلي لغرض استخدامه في التواصل لدراسة دمج دليل العمل الفني لمركز المواصفات والمقاييس في مجال إعداد المواصفات مع دليل إعداد المواصفات العربية الموحدة للأغذية.

- الإتفاق على شعار لعلامة حلال العربية، وسعي المنظمة إلى تسجيله لضمان حقوق الملكية الفكرية له، والطلب من المجلس التنفيذي رفعه إلى الجمعية العامة لاعتماده.

-قيام المنظمة بتنظيم ورشة عمل (عن بعد) لمناقشة الملاحظات الواردة على البرنامج العربي للحلال من الدول العربية بشارك فيها أعضاء اللجنة المكلفة بإعداد منظومة عربية متكاملة لقطاع الحلال، ومن يرغب من المعنيين بملف الحلال في الدول العربية.

-تعديل مسمى «اللجنة الاستشارية العليا للتقييس» إلى «اللجنة العربية العليا للتقييس» مع طلب تفويضها من الجمعية العامة لإعتماد المواصفات العربية الموحدة بشكل نهائي وكذلك اعتماد اللوائح الفنية العربية بشكل نهائي.

-حث أجهزة التقييس العربية بالترويج للمنصة الإلكترونية لدى الشركات والمصانع الوطنية ذات العلاقة بالصناعات الغذائية والصحية والطبية، والتي لديها القدرة على تلبية احتياجات دولها والتصدير إلى الدول العربية الأخرى.



Thermoplastic Cables extremely flexible, constructed with conductor size 0.3 mm, for all sizes (from 1 mm² to 240 mm²).

Flexible wires and cables for automotive, home appliances operating at high temperature usage up to 125°

Solid copper wires PVC insulated non flammable for buildings and resorts, (from 1 mm² to 300 mm²).

Electrical polyethylene Pipes sizes from 13 mm to 29 mm.

Solid Copper cables PVC insulated 1 kv up to 3*240+120

Control wires and cables for electrical control cabinet's producers from 5 core to 24 cores.

الشركة حاصلة على :



علامة الجودة المصرية



الأيزو ٩٠٠١

Factory: 10th of Ramadan City - Industrial Zone B4

Sales department

02-22357861, 02-22356917, 02-22355416

Fax: 02-22338137

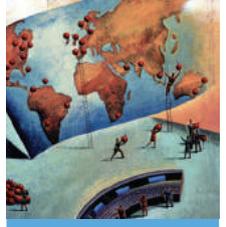
www.selcoplastcables.com

E-mail: selco@link.net



سلكو بلاست للكابلات (ش.م.م.)

SELCOPLAST CABLES CO. (S.A.E)



أدوات الإسناد والعناية بالطفل

نطاطة/وثابة الطفل " متطلبات الأمان وطرق الاختبار "

■ أمل الحناوى

أصدرت الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة المواصفة القياسية المصرية الجديدة رقم ٢٠١٩/٨٢٧٨ الخاصة بأدوات الإسناد والعناية بالطفل - نطاطة/وثابة الطفل - متطلبات الأمان وطرق الاختبار وتخضع للقرار الوزاري رقم ٢٠١٩/١٠٩٣ والذي أعطى مهلة ٦ شهور لتوفيق الأوضاع وتختص هذه المواصفة بالحد الأدنى لمتطلبات الأمان وطرق الاختبار لوثابات الأطفال المعلقة رأسياً للاستخدام المنزلي للأطفال القادرين على التحكم في اتزان الرأس دون مساعدة حتى وزن ١٢ كجم كحد أقصى. لا تطبق هذه المواصفة على المنتجات التي تسمح للطفل بالاستلقاء مثل سرير الطفل المعلق ومهد الطفل المحمول . وتحدد المواصفة الاشتراطات الكيميائية الخاصة بحدود العناصر الثقيلة (الضارة) المحظور استخدامها في مواد التصنيع وتتضمن أيضاً المواصفة اختبار قابلية الاشتعال حيث لا يجب أن يوجد أى جزء لوثابة الطفل يمكن أن يعطى وميضاً. اما فيما يخص اختبارات المتانة فقد تضمنت المواصفة الاختبارات الميكانيكية (مثل : قوة السقوط وعزم اللي) للتحقق من متانة وقوة النطاطة والبيات ربط الطفل مثل الحبال والاشرطة والاحزمة وأيضا اشتراطات مخاطر الانحشار ومخاطر الخنق والاختناق بالإضافة الى اختبار الأجزاء الصغيرة لحماية الطفل من اخطار الاستنشاق أو البلع لهذه الأجزاء. وقد تضمنت المواصفة طرق الاختبار للتحقق من هذه الاشتراطات بجانب الاشتراطات الخاصة بالمواد المستخدمة في التغليف بالنسبة للبيانات على المنتج فيجب أن تحمل نطاطة الطفل التي تتوافق مع هذه المواصفة البيانات التالية بشكل دائم: أ- الاسم أو العلامة التجارية أو أى وسائل أخرى لتعريف الصانع أو البائع أو الموزع . ب- رقم وتاريخ هذه المواصفة . ج- تحديد الموديل . د- التحذير : لا يترك أبداً الطفل بمفرده دون مراقبة .

تضمنت المواصفة أيضاً تعليمات الاستخدام كما يلي :

يجب أن تقدم التعليمات الخاصة بالأمان والاستخدام والتجميع لنطاطة الطفل باللغة العربية اساساً ويمكن إضافة كتابتها بأى لغة أجنبية أخرى .

يجب أن يوضع عنوان رئيسي لهذه التعليمات بحرف لا يقل ارتفاعه عن ٥ مم « هام » تحفظ كمرجعية مستقبلية» .

تشمل التعليمات على الآتى :

أ- اسم الصانع أو العلامة التجارية واسم المستورد وعلامته التجارية أو الاسم التجارى المسجل لكل من الصانع والمستورد .

ب- وسائل تعريف المنتج .

ج- تعليمات التنظيف والغسيل والتجفيف .

د- تعليمات وأشكال لتوضيح الوسائل الصحيحة والأمنة للتجميع والاستخدام .

هـ - نص يوضح أن الأجزاء التي يتم استبدالها تكون ماردة من نفس الصانع .

و- معلومات خاصة بالفحص والصيانة لنطاطة الطفل والإطار الداعم .

ز- تحذير ! عدم ترك الطفل بمفرده دون مراقبة .

ح- تحذير! لا تستخدم نطاطة الطفل كأرجوحة .

ط - تحذير! التأكيد أن النطاطة موضوعة فى منتصف إطار الباب .

ى - نص للتأكيد على وضع الطفل بشكل آمن وصحيح فى مقعد نطاطة الطفل .

ك- عمر ووزن الطفل المناسب لنطاطة الطفل .

ل- نص للتأكيد على أن الباب لا يمكن غلقه على نطاطة الطفل .

م - توصية بأن الحد الأقصى لزمان وضع الطفل فى النطاطة ٢٠ دقيقة .

ن - سمك إطار الجدار / الباب يكون ملائماً لتصميم نطاطة الطفل .

ش- نص عن مخاطر السماح لأطفال آخرين باللعب بالقرب من النطاطة .

أصدرت الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة المواصفة القياسية المصرية الجديدة رقم ٢٠١٩/٨٢٧٨ الخاصة بأدوات الإسناد والعناية بالطفل - نطاطة/وثابة الطفل - متطلبات الأمان وطرق الاختبار وتخضع للقرار الوزاري رقم ٢٠١٩/١٠٩٣ والذي أعطى مهلة ٦ شهور لتوفيق الأوضاع وتختص هذه المواصفة بالحد الأدنى لمتطلبات الأمان وطرق الاختبار لوثابات الأطفال المعلقة رأسياً للاستخدام المنزلي للأطفال القادرين على التحكم في اتزان الرأس دون مساعدة حتى وزن ١٢ كجم كحد أقصى. لا تطبق هذه المواصفة على المنتجات التي تسمح للطفل بالاستلقاء مثل سرير الطفل المعلق ومهد الطفل المحمول . وتحدد المواصفة الاشتراطات الكيميائية الخاصة بحدود العناصر الثقيلة (الضارة) المحظور استخدامها في مواد التصنيع وتتضمن أيضاً المواصفة اختبار قابلية الاشتعال حيث لا يجب أن يوجد أى جزء لوثابة الطفل يمكن أن يعطى وميضاً. اما فيما يخص اختبارات المتانة فقد تضمنت المواصفة الاختبارات الميكانيكية (مثل : قوة السقوط وعزم اللي) للتحقق من متانة وقوة النطاطة والبيات ربط الطفل مثل الحبال والاشرطة والاحزمة وأيضا اشتراطات مخاطر الانحشار ومخاطر الخنق والاختناق بالإضافة الى اختبار الأجزاء الصغيرة لحماية الطفل من اخطار الاستنشاق أو البلع لهذه الأجزاء. وقد تضمنت المواصفة طرق الاختبار للتحقق من هذه الاشتراطات بجانب الاشتراطات الخاصة بالمواد المستخدمة في التغليف بالنسبة للبيانات على المنتج فيجب أن تحمل نطاطة الطفل التي تتوافق مع هذه المواصفة البيانات التالية بشكل دائم: أ- الاسم أو العلامة التجارية أو أى وسائل أخرى لتعريف الصانع أو البائع أو الموزع . ب- رقم وتاريخ هذه المواصفة . ج- تحديد الموديل . د- التحذير : لا يترك أبداً الطفل بمفرده دون مراقبة .

متطلبات جهات منح شهادات حلال

■ محمد عبد الحميد

أصدرت الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة المواصفة القياسية المصرية رقم ٢٠٢٠/٨٣٣٦ الخاصة «بتقييم المطابقة - متطلبات جهات منح شهادات حلال» المتوافقة فنياً معالمراجع الدولية المذكورة في بند المراجع :

- ISO /IEC 17065:2012 Conformity assessment — Requirements for bodies certifying products, processes and services
- OIC/SMIC 2:2019 Conformity Assessment – General Requirements for Bodies providing certification Halal certification.
- ISO/IEC 17021:2015 Conformity assessment
- Requirements for bodies providing audit and certification of management systems.

تحدد هذه الاشتراطات المتطلبات الواجب توافرها في جهات إصدار شهادات حلال والتي يجب الالتزام بها بما يضمن أن هذه الجهات تدار بطريقة تفي بالغرض على أساس ثابت غير متحيز ، مما يسهل عمل هذه الجهات وقبول شهاداتها على أساس المواصفات المصرية الصادرة في مجال حلال .

كما تختص هذه المواصفة بالإشترطات والمتطلبات الواجب توافرها في جهات اصدار /مراجعة وإدارة شهادة حلال « للمنتج / الخدمة / أو نظم الإدارة للجهات التي تقدم هذه الخدمات و/ أو الأنشطة .

تختص هذه المواصفة بالإشترطات والمتطلبات الواجب توافرها في جهات اصدار /مراجعة وإدارة شهادة حلال « للمنتج / الخدمة / أو نظم الإدارة للجهات التي تقدم هذه الخدمات و/ أو الأنشطة . وتشمل هذه المواصفة على المبادئ العامة والمتطلبات العامة والهيكل التنظيمي ومتطلبات العلامات و متطلبات نظام الإدارة للجهات المانحة للشهادة (التوثيق) كما تحدد على جهة إصدار شهادة حلال أن تستخدم جدول بالمواصفة لتحديد الآتى :

- أ - مجال منح الشهادة.
- ب - إذا ما كان هناك حاجة إلى تأهيل فنى لمراجعي الجهة في مجال المجموعة أو القطاع المحدد .
- ج - اختيار فريق المراجعة المناسب من حيث التأهيل .

المتطلبات العامة للأعلاف الحلال

■ حسين أحمد محمد

أصدرت الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة المواصفة القياسية المصرية رقم ٢٠٢٠/٨٣٣٩ الخاصة « المتطلبات العامة للأعلاف الحلال» حيث تختص هذه المواصفة القياسية المصرية بالمتطلبات والإشترطات العامة للأعلاف التى تحمل علامة حلالومن ناحية أخرى فقد تم تعريف الأعلاف التى تحمل علامة حلال هى أى مادة أو أى

مخلوط (علقى) يتكون من مواد علفية نباتية و/أو حيوانية وأملاح معدنية وفيتامينات وأية مواد أخرى ثبت فائدتها فى تغذية الحيوان وأى إضافات علفية مسموح بها والتي جرى خطها لجعلها متجانسة شريطة أن تكونالمواد الخام الداخلة فى تصنيع الاعلاف كافة مطابقة للمواصفات القياسية الخاصة بكل منها و أن تكون جميعها متوافقة مع أحكام الشريعة الإسلامية بالإضافة الى بعض الاشتراطات والمتطلبات مثل عدم احتواء الأعلاف على الدم ومشتقاته

فى مكونات الاعلاف و لا يجوز إستخدام أى جزء من اجزاء الحيوانات النافقة أو التى لم تذبح طبقاً للشريعة الإسلامية سواء أكانت فى صورة مصنعة أو غير مصنعة و أن تكون مصادر كل من البروتين والطاقة والمعادن والفيتامينات والأحماض الدهنية الأساسية والأحماض(الامينية) وباقي المكونات الأخرى حلال وأن لا تسبب هذه النسب أى ضرر لا يجوز استخدام أى من مشتقات الخنزيرطرق الفحص والاختبار

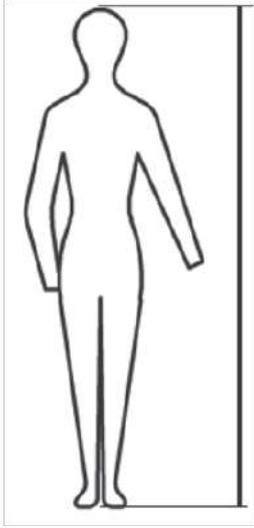


مقاسات الملابس

حسين أحمد محمد

الجزء الأول: تعاريف مصطلحات علم وصف قياسات جسم الإنسان (الأنثروبومترية) المواصفة القياسية رقم ٨٢٤٦-١/١٩٢٠ تناولت هذه المواصفة القياسية المصرية توصيفاً للقياسات الأنثروبومترية (العلم المختص بقياسات جسم الإنسان) التي يمكن استخدامها كأساس لإنشاء قواعد البيانات الأنثروبومترية الورقية والرقمية. حيث تهدف قائمة القياسات المحددة في هذه المواصفة إلى العمل كدليل للعاملين في مجال الملابس المطلوب منهم تطبيق معرفتهم لاختيار قطاعات المستهلكين وعمل جداول عن المقاسات والأشكال لتطوير كافة أنواع الملابس وما يقابلها من ضبط على عارضة الأزياء (المانيكان).

هذه القائمة توفر دليلاً لكيفية أخذ القياسات الأنثروبومترية، بالإضافة إلى إعطاء معلومات عن أسس القياسات والقواعد التشريرية والأنثروبومترية التي تعتمد عليها كل من فرق تطوير منتجات الملابس ومصنعي العارضات المستخدمة لضبط الأزياء (المانيكان). كما تتناول المواصفة الصور التوضيحية مستندة في ذلك على أبعاد الجسم الأكثر استخداماً في تعيين مقاسات الملابس.



كما تشير هذه المواصفة إلى شروط القياس والمعدات ومن بينها ملابس الشخص حيث يقاس الجسم دون حذاء وأثناء ارتداء ملابس مضبوطة على الجسم بدون اتساع أو ثنيات. كما تشير هذه المواصفة أيضاً إلى قياسات الجسم الأساسية والتي تبدأ من القامة والأذرع والجذع والوسط والارداق إلى أن تصل إلى القدم حيث يمكن القول أن هذه المواصفة تتناول جميع أجزاء الجسم بالتفصيل الدقيق. وقدم تم تعريف جميع أجزاء الجسم بطريقة سهلة وبمبسطة جداً ومن بين هذه التعاريف القامة تعرف على أنها المسافة الرأسية من أعلى نقطة في الرأس إلى الأرض على خط المنتصف، وأيضاً تعريف القدم حيث تم تقسيمها إلى ثلاثة تعريفات (طول القدم - عرض القدم - دوران القدم) حيث يعرف طول القدم والذي يعرف على أنه المسافة من مؤخرة الكعب إلى طرف أطول إصبع (الأول أو الثاني) بالقدم الإصبع، مقيسة بالتوازي مع المحور الطولي للقدم. كما يعرف عرض القدم على أنه العرض الأقصى للقدم عبر مشط القدم، مقيسة عمودياً على المحور الطولي للقدم. وأخيراً يعرف دوران القدم على أنه الدوران الأقصى للقدم مقيساً حول مشط القدم

أغذية الأطفال المعلبة

دنيا المواصفات



محمد عبد الحميد

أصدرت الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة المواصفة القياسية المصرية رقم ٢٠٢٠/٥٤٨٤ «أغذية الأطفال المعلبة» متماثلة فنياً مع مواصفة الكودكس الدولية رقم ٢٠١٧/٧٣، تلغي وتحل محل آخر إصدار لها عام ٢٠٠٧. حيث تختص هذه المواصفة القياسية بالاشتراطات الأساسية، والمعايير الوصفية لأغذية الأطفال المعلبة ولتختص هذه المواصفة بتركيبية الرضع - وأغذية الأطفال المصنعة أساساً من الحبوب مع عدم الإخلال بالقواعد الفنية الملزمة رقم ١ لسنة ٢٠١٨ الصادرة عن الهيئة القومية لسلامة الغذاء، يلزم أن يتوافر في المنتج بعض الاشتراطات منها يجب ألا يزيد محتوى الصوديوم الكلي في المنتجات على ٢٠٠ ملجم / ١٠٠ جم محسوبة على أساس المنتج الجاهز للإستهلاك. غير مصرح بإضافة ملح الطعام لمنتجات الفاكهة والمنتجات التي أساسها الفاكهة. كما يجب أن تكون مكونات الأسماك واللحوم والدواجن خالية تماماً مع قطع العظم والغضاريف في حالة استخدامها ضمن المكونات. وأن تكون أغذية الأطفال الجافة بعد استرجاعها بالماء أو بسائل آخر مناسب قريبة الشبه من الأغذية المصفاة أو المهروسة المشار إليها في البند ١/٤ من حيث القوام وحجم الجزيئات. كما يجب أن تكون العبوات المستخدمة مطابقة للمواصفات القياسية الخاصة بكل منها بما يحافظ على خواص الغذاء وجودته وإذا كان الغذاء في صورة جاهزة للإستهلاك، فيجب أن يعبأ في أوعية محكمة الغلق، ويمكن استخدام النيتروجين وثنائي أكسيد الكربون كوسط للتعبئة

السلامة الميكانيكية للملابس

حسين أحمد محمد

تبرز بسبب تدهور الملحقات أثناء دورة حياة الملابس خلال الارتداء والغسيل وما شابه. على سبيل المثال: مكونات الكباسين التي قد تنفك عن الثوب مخلفة أسنانا حادة بارزة، أو الأزرار قد تنكسر، أو قد تنفك الأزرار المغطاء (أزرار الكبس) مخلفة أطرافاً حادة.

الدبابيس والإبر المكسورة والمشابك السلكية وغيرها من الأشياء الحادة المستخدمة في تصنيع وتعبئة الملابس قد تتسبب في إصابات جسيمة إن تركت في الملابس.

وهناك توصيات عامة

فمن المهم أن كل المكونات الملحقة بملابس الأطفال أقل من ٣٦ شهراً تثبت بإحكام وتظل ملحقة طوال فترة الاستخدام العادي للملابس أو المدة المتوقعة لاستخدام الملابس.

ومن المهم أيضاً أن لا يكون للمكونات الملحقة أى أطراف أو زوايا حادة.

الأزرار

- ينبغي استخدام أزرار ليس لها أطراف خارجية حادة، ولا أطراف داخلية حادة قد تظهر مع الاستخدام وتمثل خطراً.

- ينبغي مراعاة الأزرار ذات المكونات المتعددة حيث يمكن أن تنفصل عن بعضها البعض وتمثل خطراً بسبب الأجزاء الصغيرة بها.

- لا ينبغي استخدام الأزرار التي على شكل أى أطعمة.

الخرز والمكونات المماثلة

- لا ينبغي تثبيت هذه الملحقات في ملابس حديثي الولادة والرضع باستخدام الحياكة اليدوية أو غرزة السلسلة بسبب صعوبة الحصول على حياكة متسقة ومثبتة بإحكام.

المغناطيس

لا ينبغي استخدام المغناطيس في ملابس الأطفال.

المطاطيات

عند استخدام أى مطاطيات في الملابس، ينبغي اختيارها بحيث تكون قوية بشكل كاف لتثبيت الجزء المتصل بها في المكان المحدد له.

شرائط الغلق بالضغط

عند تثبيت شرائط الغلق بالضغط ينبغي أن يوجه شريط الخفاف بعيداً عن جسم الطفل كلما أمكن لتفادي احتمالية الاحتكاك بالجلد.

التطريز

عند وضع تطريز ينبغي النظر في احتمال احتكاك الحياكة من الجهة الخلفية بالجلد أثناء الارتداء. يوصى باستخدام البطانات اللاصقة بالحرارة أو بطانات كاملة على خلفية التطريز في حالة وجود خطر الخدش.

عند تصميم ملابس الأطفال، من الضروري مراعاة سلوك الأطفال، حيث تدفعهم حاجتهم للاستكشاف والتحدى إلى استخدام الأشياء بطرق جديدة ومختلفة. أحد العوامل المشتركة في الأطفال هو عدم درايتهم بمبدأ السبب والنتيجة مما يجعلهم أقل حرصاً من البالغين فيما يتعلق بالمخاطر. فمن المهم مراعاة التوصيات المعطاة في هذه المواصفة منذ المراحل الأولية، أى مرحلة التصميم. وتتعلق هذه التوصيات بالسلامة الميكانيكية فقط. هناك العديد من الجوانب الأخرى لسلامة ملابس الأطفال التي يجب مراعاتها عند تنفيذ تقييم كامل للمخاطر، منها السلامة الكيميائية، والحماية الحرارية (ضد الحرارة أو البرودة)، وتجنب زيادة الحرارة، وقابلية الاشتعال.

لذلك تتناول هذه المواصفة القياسية المصرية المواصفة القياسية رقم ٢٠٢٠/ ٨٣١١ توصيات عند تصميم وتصنيع ملابس آمنة للأطفال فيما يتعلق بالمخاطر الميكانيكية. تقدم هذه المواصفة أيضاً توصيات لجوانب السلامة في تعبئة وتغليف وعرض ملابس الأطفال، متضمنة إرشادات لمناجر التجزئة (بائعي التجزئة).

وتطبق هذه المواصفة على الملابس، متضمنة أغطية الرأس والقبعات والقفازات والأوشحة والجوارب، وأي مكملات ملابسية أخرى مخصصة للأطفال حتى سن الرابعة عشر. يراعى أن تلبى الملابس التكرارية توصيات هذه المواصفة.

ولابد من توضيح أن الغرض من هذه المواصفة هو استخدامها في كل مراحل إنتاج الملابس، أي أن تستخدم من قبل مصممي ومصنعي ملابس الأطفال. والغرض منها أيضاً هو أن يستخدمها المستوردون والموزعون ويأمنوا التجزئة لمساعدتهم على اختيار الملابس التي لا تمثل خطراً على الأطفال.

ولا تطبق هذه المواصفة على التالي:

أ- أدوات العناية بالأطفال، مثل المرايل، والحفاضات، وأشرطة اللهايات (التثبيت).

ب- الأحذية، مثل الأحذية ذات الرقبة، والخفاف (الشباشب).

ج- الألعاب أو أى شيء يباع مع الملابس من هذا القبيل.

لا تتضمن هذه المواصفة أى توصيات عن خصائص الملابس الضرورية لتلبية متطلبات الأطفال ذوى الاحتياجات الخاصة.

ومن الأخطار الميكانيكية التي تعرضت لها هذه المواصفة هي تلك الأشياء الحادة الملحقة بالملابس التي قد تصيب الأطفال. تتراوح شدة الإصابة ما بين خدوش أو تهيج الجلد وحتى الإصابات الجادة مثل القطع أو الجروح.

قد تحدث الإصابات بسبب المكونات ذات الحواف الحادة، والتي قد تتواجد في الأزرار والحابكات المنزلقة (السوست) وملحقات التزيين والزخرفة؛ أو بسبب الحواف الحادة التي





الجودة في العالم

المواصفات الإماراتية تبنى برامج ذكاء اصطناعي لإسشرف المستقبل في مجال القياس

محمد محبي

برامج مقارنات مع أفضل معاهد القياس العالمية وتقييم لمعايير القياس الوطنية من خبراء المكتب الدولي للأوزان والمقاييس والمنظمات الإقليمية المترولوجية. وقال سعادته إن بعض دول العالم واجهت في السابق معوقات كبيرة، بسبب اختلاف طرق ووحدات القياس لديها، وهو التحدي الذي كان سببا في استحداث اتفاقية عالمية للاعتراف المتبادل تضم في عضويتها ١٠٢ دولة بينها دولة الإمارات، ويتم عن طريق خبراء القياس العالميين، تطوير ومراجعة الاتفاقية، من أجل إزالة أية معوقات قد تظهر وتؤثر على انسياب السلع والتجارة العالمية.

إزالة العوائق

وتسهم وحدات القياس المعتمدة (SI Units) في إزالة العوائق أمام التجارة البينية، ودعم الاعتراف المتبادل بشهادات المعايرة نظرا لسلسلة القياسات إلى أعلى المعايير الدولية في مجال القياس واستخدام وحدات قياس تكون مقبولة من جميع أطراف التبادل التجاري.

وانضمت دولة الإمارات إلى عضوية المكتب الدولي للأوزان والمقاييس في فبراير من عام ٢٠١٦ وتساهم في رسم سياسة المكتب الدولي للأوزان والمقاييس من خلال إمكانية التصويت على القرارات الاستراتيجية، فيما صوتت الدولة بالموافقة على إعادة تعريف وحدة الكيلوغرام وثلاثة من الوحدات الأساسية الأخرى في مؤتمر فرساي بفرنسا عام ٢٠١٨ في أبرز تطور تاريخي يتم على النظام الدولي لوحدات القياس (SI) منذ نشأته.

الاعتراف المتبادل

وقال سعادة المعيني، إن دولة الإمارات انضمت كذلك إلى اتفاقية الاعتراف المتبادل بنتائج القياس والمعايرة (CIPM-MRA) وتم تأسيس المعهد الوطني للقياس في العاصمة أبوظبي، والذي

تبننت هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس «مواصفات»، ضمن توجه وطني، حزمة من برامج إسشرف المستقبل في مجال القياس، حيث تستخدم حاليا في دولة الإمارات طرق جديدة في معايرة الأوزان، من خلال استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي مثل الروبوت والمختبر المحمول، فيما قدمت الهيئة خدمات التحقق عن بعد للقطاعات الصناعية والتجارية باستخدام التقنية وشبكة الإنترنت متجاوزة التحديات الراهنة، حسب إفادة سعادة عبد الله عبد القادر المعيني، مدير عام هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس «مواصفات».

وقال سعادته نستحدث بالتعاون مع معهد الامارات للمترولوجيا، «مختبر الكيمياء المترولوجية» خلال الفترة المقبلة، ليتم تطبيق القياسات الدقيقة لجودة الهواء التي تحسن من جودة الحياة، وغيرها من القياسات التي تؤثر على سلامة الأفراد والعاملين في مختبرات الفحص في المختبرات الكيميائية.

دعم الاقتصاد

وأكد سعادة عبد الله عبد القادر المعيني، مدير عام هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس «مواصفات»، أن دولة الإمارات تبوأ مركزا رياديا في مجال علم القياس على المستوى الإقليمي والدولي، ومنحت أنظمة القياس لديها اهتماما كبيرا، كونها تدعم بصورة مباشرة البنية التحتية للجودة، وما لذلك من انعكاسات على تعزيز التبادل التجاري ودعم الاقتصاد الوطني، فيما حققت هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس «مواصفات»، نقلة نوعية في هذا الصدد.

ونوه سعادته بأن دولة الإمارات ستكون من أوائل الدول في المنطقة التي تتمكن من نشر إمكانيات القياس والمعايرة لديها عالميا ووصولها على الاعتراف الدولي، ويأتي ذلك بعد جهود تكاملية كبيرة مع معهد الامارات للمترولوجيا تتمثل بتطبيق

الهيئة السودانية للمواصفات والمقاييس تفتتح أول مختبر للطاقة الشمسية

افتتح بمنطقة سوبا بالخرطوم خلال شهر يوليو أول مختبر مشترك للطاقة الشمسية بين الهيئة السودانية للمواصفات والمقاييس وبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي في السودان لتقديم خدمات فحص واعتماد النظم الشمسية المستوردة ودعم التحول للطاقة المتجددة في السودان.

وسيقوم المختبر بفحص واعتماد ما يتراوح بين ٢٠-٣٠ من الألواح والنظم الشمسية والمضخات التي تعمل بالطاقة الشمسية يوميا. وسيدعم المختبر كذلك أبحاث تكنولوجيا الطاقة الشمسية والتحسينات التقنية في هذا المجال.

وذكر د. عمر عبدالله ابراهيم مدير ادارة التخطيط والدراسات بالهيئة السودانية للمواصفات ان إنشاء المختبر ووضع المواصفات لأنظمة الطاقة الشمسية يمكن الهيئة من التأكد من مطابقة الأنظمة المستوردة للمواصفات الفنية والبيئية المتوافق عليها عالميا ومحليا.

وقال وكيل وزارة الطاقة والتعدين قطاع الكهرباء المهندس خيرى عبد الرحمن أحمد أن افتتاح هذا المعمل إشارة واضحة الى أن السودان يسير في المسار الصحيح للطاقات المتجددة وأنه لن يسمح بأن يكون السودان بؤرة لتكديس المواد التالفة أو ذات المواصفات الرديئة.



يضم أهم معايير القياس التي توأمت نهضة الدولة والتقدم الصناعي والتجاري والأبحاث العلمية وتحظى الدولة بسمعة متميزة حيث يقوم المعهد بإصدار شهادات المعايرة لخدمات القياس والمعايرة داخل الدولة ويتم الاعتراف بها عالميا من قبل جميع الدول الموقعة على اتفاقية الاعتراف المتبادل بنتائج القياس والمعايرة.

كذلك اعتمدت الهيئة العام الماضي، معيار قياس الإشعاع لدى مختبر الهيئة الاتحادية للرقابة النووية كمعيار وطني في مجال الإشعاع، ويسهم ذلك في تقديم خدمات المعايرة للعاملين في مجال أجهزة الإشعاع في المجال الطبي للحفاظ على سلامة المتعاملين ضمن المعايير المسموح بها دوليا.

إلغاء «التولة»

وقال سعادة عبد الله المعيني، إن أبرز المنجزات الوطنية التي تحققت خلال العام الجاري، إلغاء دولة الإمارات وحدة التولة في تجارة العطور واستبدالها بوحدة الجرام و المليلتر، حيث تطبق الدولة أفضل المعايير، وهو الأمر الذي سيسهم بشكل كبير في دعم تصدير منتجات العطور العربية إلى دول العالم، علما أن نسبة تجارة العطور العربية تصل إلى ما يقارب ٣٠٪ من حجم تجارة العطور في الدولة.

وتعتبر دولة الإمارات من الدول الريادية في مجال القياس وتشارك في أبرز اللجان الفنية التابعة للمكتب الدولي للأوزان والمقاييس BIPM وتتولى رئاسة خمسة لجان تابعة للتجمع الخليجي للمترولوجيا من أصل ستة لجان خليجية، وتعمل الهيئة على تطوير الشراكة مع الجهات الحكومية والخاصة في المترولوجيا.



هيئة المواصفات السعودية نعتمد ٢١٨ مواصفة قياسية جديدة و نسعرض جهودها في ٢٠١٩ « لتعزيز سلامة المنتجات والنحول إلى جهة موثوقة عالمياً »



الجودة في العالم

وصل عدد الاختبارات المعتمدة عالمياً (٢٢٣) اختباراً. وأوضحت الهيئة أن المركز الوطني للقياس والمعايرة بالهيئة اجتاز تقييم الأقران الذي قام به التجمع الآسيوي للمترولوجيا، في إنجاز سعودي يحقّه المركز للمرة الأولى في تاريخه منذ إنشائه في عام ١٩٨٦م، حيث قام فريق علمي متخصص مكون من تسعة خبراء دوليين من كوريا الجنوبية وتايواند وأوكرانيا وتركيا بتقييم المركز، وقد استغرقت عملية التقييم بشقيها الفني والإداري أسبوعاً كاملاً بهدف إثبات توافق الأداء المتولوجي لمختبرات المركز مع متطلبات اتفاقية الاعتراف الدولي بمعايير القياس وشهادات المعايرة.

وخضع للتقييم (١١) مختبراً، وهي مختبرات: (الطول الموجي - قوالب القياس - القدرة والطاقة - الممانعة الكهربائية - الكتلة - القوة - الوقت والتردد - الضغط - الجاذبية الأرضية - الميكرو ووف - الكهرومغناطيسية)، وأسفرت نتائج التقييم عن نجاح المختبرات بجدارة؛ حيث خلّت تقارير المقيمين من نقاط عدم المطابقة. كما صدر خلال فترة التقرير، قرار مجلس الوزراء بالموافقة على إطلاق المنظومة الوطنية للتعامل مع المنتجات (الحلال)، ويعد هذا القرار ممكناً رئيسياً لتنظيم هذا النشاط وفق الممارسات الدولية وأحد عوامل ترسيخ ريادة المملكة العربية السعودية الإسلامية والعالمية في هذا المجال.

وساهمت «المواصفات السعودية» في المشروع الوطني لتحديث كود البناء السعودي؛ حيث احتضنت الهيئة مقر اللجنة الوطنية لكود البناء، وشاركت في نشاطات تحديث الكود بالشراكة مع الجهات ذات العلاقة، وتقود الهيئة الجهود الحكومية في اللجنة لإتمام المرحلة الثانية من مراحل التطبيق الإلزامي للكود، وتمكين اللجنة لتأدية المهام المناطة بها؛ حيث قامت اللجنة بتأهيل نحو (٤٠٠) مهندس على متطلبات الكود بالتعاون مع الجهات المعنية، ونظمت (١٢) ورشة عمل تعريفية بمناطق ومدن المملكة استهدفت أكثر من (٢٧٠٠) مهندس وفني و(١٤٠) مكتباً هندسياً.

وفي المجال الإعلامي، أسفرت جهود الهيئة عن حصولها على جائزة أفضل حساب حكومي على موقع التواصل الاجتماعي «تويتر» من أكاديمية جوائز التميز بدولة الإمارات، وحلت ضمن أفضل (٣) أعمال وطنية مميزة في اليوم الوطني الـ (٨٩) عن فئة أفضل منتج إذاعي أو بودكاست، ضمن جائزة التميز الإعلامي لأفضل الأعمال الإبداعية الممنوحة من وزارة الإعلام، وحققت الهيئة جائزة الكويت للإبداع عن فيلمها الذي أنتجته بمناسبة اليوم الوطني الـ ٨٩ للمملكة.

كما بلغ عدد متابعي الهيئة على وسائل الإعلام الرقمي (٥٨٣,٥٩٦) بمعدل زيادة تجاوز ١٧٪ عن العام الماضي. كما نشرت هيئة المواصفات في عام ٢٠١٩ (٤٥) فيلمًا و(١٠٩) تصميمًا توعويًا، ونظمت (٩) فعاليات للاحتفال بالمناسبات العالمية والوطنية، وشاركت في (١١) معرضًا، كما نظمت (٦٦) ورشة عمل، ونشرت (١٦٣٤٠) مادة إعلامية، وأكثر (٦٥٤) تغطية تليفزيونية وإذاعية.

استعرضت الهيئة السعودية للمواصفات والمقاييس والجودة، جهودها خلال العام ٢٠١٩م، مشيرة إلى اعتماد استراتيجيتها للخمس سنوات المقبلة ٢٠١٩-٢٠٢٣، موضحة أنها تستهدف من خلال الاستراتيجية الجديدة تحقيق التميز في تطوير المواصفات والمطابقة وعلم القياس وتعزيز سلامة المنتجات لتكون جهة موثوقة عالمياً وممكنة لجودة الحياة وتنافسية الاقتصاد الوطني. وأصدرت الهيئة خلال العام الماضي-وفق تقريرها السنوي- (٧) لوائح فنية جديدة وحدثت (٣) لوائح معتمدة سابقاً، كما عقدت (٣٣) ورشة عمل تعريفية باللوائح لتوعية المصنعين والتجار بمتطلبات تلك اللوائح، ونظمت (٩) ورش عمل تدريبية لمنسوبي الجهات الرقابية للمساهمة في التطبيق الفعال لمتطلبات اللوائح، كما قامت بالمشاركة في (١٣٩) زيارة للمصانع، وأجابت عن (٣٣٣٩) استفساراً.

وقامت الهيئة بتطوير البنية التشريعية لرفع مستويات السلامة والجودة في المنتجات والخدمات بالسوق، وتبنت منهجية محكمة في إصدار المواصفات القياسية واللوائح الفنية وفق درجة خطورة المنتجات، بالإضافة إلى تفعيل التنسيق والتعاون مع الجهات المعنية للإلزام بتطبيق متطلبات تلك المواصفات واللوائح ومتابعة آثار تطبيقها على واقع السلامة في السوق.

وأشارت الهيئة إلى أن عام ٢٠١٩م شهد توسعاً ميدانياً لعمليات التحقق من أدوات القياس القانونية والتي تشمل مضخات الوقود والموازين غير التفاضلية؛ حيث انطلقت المبادرة رسمياً في مدينتي جدة والدمام بتاريخ ١ يناير ٢٠١٩م، وانطلقت العمليات الميدانية في جميع مناطق المملكة بتاريخ ١ أبريل ٢٠١٩م.

وألزمت الهيئة المستوردين بتسجيل جميع المنتجات التي تندرج ضمن مجال عمل عدد من اللوائح الفنية في منصة (سابر) الإلكترونية كشرط أساسي قبل دخولها للسوق السعودية، وذلك في إطار جهودها لرفع مستويات السلامة والجودة للمنتجات الاستهلاكية؛ حيث تم تفعيل التطبيق التدريجي لمنظومة سابر الإلكترونية ضمن (٧) مراحل بدأت في يناير ٢٠١٩م، وانتهت في الأول من يناير ٢٠٢٠م.

وأشارت الهيئة إلى اعتماد مجلس إدارة المواصفات السعودية (٢١٨) مواصفة قياسية سعودية جديدة، و(٤٥٠) مواصفة قياسية محدثة أو معدلة أو مسحوبة، إلى جانب (١٤) مواصفة مترجمة، وبلغ عدد المستفيدين من برنامج المهني السعودي (١٧٣) مستفيداً، ليصل إجمالي المستفيدين من البرنامج حتى هذه المرحلة (٥٨٠) مستفيداً ومستفيدة.

وأبرزت «المواصفات السعودية»، في تقريرها السنوي، حصول مختبراتها على الاعتماد الدولي لنتائج اختباراتها طبقاً لمتطلبات المواصفة القياسية الدولية (١٧٠١٧-١٧٠٢٥ IEC/ISO)؛ حيث



الهيئة السعودية للمواصفات والمقاييس والجودة
Saudi Standards, Metrology and Quality Org.



قاه مركز التدريب بتنفيذ برنامج تدريبي في مجال نظم إدارة الجودة ISO 9001/ 2015

ترحب الهيئة بالمقترحات لأية برامج تدريبية (عملية - نظرية)
تناسب إحتياجاتكم وتقوم الهيئة بتنفيذها بالهيئة
أو بمقر الشركات والمصانع

يمكنكم الإتصال بإدارة التدريب بالهيئة

على رقم تليفون

٢ ٢٨٤٥٥٢٤ - ٢ ٢٨٤٥٥٢٢

مدير مركز التدريب

أ. سماح عمار : ٠١٢٢٠٠١٧٢٢٢



معايرة أجهزة الحرارة والرطوبة

■ هدى الفرماوى

التشبع، فإن ذلك يسمى الرطوبة النسبية، وإذا كان الهواء يحتوي على نصف كمية بخار الماء التي يستطيع حملها فقط، فعندئذ تعادل هذه الرطوبة ٥٠٪، ويكون الهواء مشبعاً بالرطوبة في الجو الذي تكتنفه السحب والضباب، وتكون الرطوبة النسبية في هذه الحالة ١٠٠٪، كذلك فإن طبقات الهواء السفلى فوق المحيطات، تكون معظمها مشبعة بالرطوبة التي تصل إلى ١٠٠٪. أما في الصحراء الكبرى والمناطق الصحراوية شبه المدارية، فتتخفص الرطوبة النسبية إلى ١٠٪ فقط.



نلقى الضوء على نشاط من أهم نشاطات الإدارة العامة للمعايير الصناعية وهو معايرة أجهزة الحرارة والرطوبة بجميع موديلاتها والتي حصلت على تجديد الاعتماد من الإيكاك للعام ٢٠٢٠

ويذكر أن الحرارة هي أحد أهم أنواع الطاقة، فهي هامة في الحفاظ على حياة الكائنات مستمرة، ويجب أن نحفظ بكميات محدودة من الحرارة بحذر وإحكام كي نظل على قيد الحياة، وتستخدم أجسامنا الطعام الذي نأكله لتوليد كمية الحرارة التي تحفظ

درجة حرارة الجسم عند حوالي ٣٧°م. فإذا ارتفعت درجة حرارة أجسامنا ارتفاعاً كبيراً فوق الدرجة الطبيعية، أو إذا انخفضت انخفاضاً كبيراً تحتها فربما يسبب ذلك الموت، ونحن نرتدي في موسم الشتاء ملابس ثقيلة لنبقي الحرارة داخل أجسامنا، بينما نرتدي أثناء الطقس الدافئ، ملابس خفيفة، لننتخلص من الحرارة الزائدة عن الحاجة.

ولا يمكن رؤية الحرارة أو الطاقة ولكن يمكن رؤية الأثر الذي يحدثه، فمثلاً، ينتج عن احتراق الوقود في محركات الطائرة النفاثة غازات ساخنة تتمدد فتوفر القدرة اللازمة لتحريك الطائرة.

ما هي درجة الحرارة:

تتكون كل الأشياء من ذرات أو جزيئات في حالة حركة دائمة، وتكسب هذه الحركة الأجسام طاقة داخلية، ويعتمد منسوب الطاقة الداخلية للجسم على مدى سرعة تحرك ذراته أو جزيئاته، فإذا تحركت ببطء فإن منسوب طاقة الجسم الداخلية يكون منخفضاً، أما إذا كانت تتحرك بشدة فإن الجسم يكون له منسوب طاقة داخلية مرتفع، وللأجسام الساخنة منسوب طاقة داخلية أعلى مما

للأجسام الباردة، والكلمتان ساخن وبارد تشيران إلى درجة حرارة الجسم.

ما هي الرطوبة:

الرطوبة مصطلح يصف كمية بخار الماء في الهواء، وتختلف الرطوبة حسب درجة الحرارة وضغط الهواء، فكلما كان الهواء أدفاً زادت كمية بخار الماء الذي يحمله، وعندما يحتوي الهواء على أقصى كمية من بخار الماء يستطيع حملها تحت درجة حرارة وضغط معينين، فعندئذ يقال إن الهواء قد تشبع ببخار الماء.

الرطوبة النسبية:

هي نسبة ضغط البخار الحقيقي إلى ضغط البخار المشبع عند درجة حرارة الهواء.

وأيضاً تعرف الرطوبة النسبية:

عندما تتم مقارنة كمية بخار الماء في الهواء بكمية بخار الماء التي يستطيع الهواء حملها عند درجة

العلاقة بين درجة الحرارة والرطوبة النسبية:

تختلف الرطوبة النسبية لمنطقة ما اختلافاً شديداً خلال النهار، وذلك على الرغم من أن كمية بخار الماء في الهواء تظل كما هي، وفي مثل هذه الحالات تتغير الرطوبة النسبية عندما ترتفع أو تنخفض درجات الحرارة، فقد تكون الرطوبة النسبية أعلى في الصباح، عندما تكون درجة الحرارة منخفضة ويكون الهواء غير قادر على حمل كمية من بخار الماء أكبر من الكمية التي حملها في ذلك الوقت، ولكن عندما ترتفع درجة الحرارة أثناء النهار، يصبح الهواء قادراً على حمل كمية من بخار الماء أكبر، وبالتالي تقل كمية الرطوبة النسبية.

ولما كان الهواء يبرد تحت درجة ضغط محددة وكمية بخار ماء دائمة، فإنه يصل إلى درجة حرارة يصبح معها مشبعاً، ودرجة الحرارة هذه تسمى درجة أو نقطة الندى، أما إذا قلت درجة الحرارة عن ذلك، فإن بخار الماء يبدأ في التكثف وتتكون السحب أو الضباب أو الندى، وكلما انخفضت درجة حرارة الهواء بالنسبة لكمية الندى الموجودة فيه، زادت الرطوبة النسبية.

طرق قياس الرطوبة:

توجد أجهزة متنوعة ومتعددة لقياس الحرارة والرطوبة والتي تقوم الهيئة المصرية للمواصفات والجودة بمعايرتها بمعمل قياسات الحرارة والرطوبة مثل جهاز قياس الرطوبة Hygrograph. وهو جهاز يتم بواسطته تسجيل درجة الحرارة والرطوبة وتوجد أجهزة رقمية تسمى Data logger تسجل درجات الحرارة والرطوبة وأيضا جهاز السايكروميتر وهو مقياس الرطوبة الجوي ويتكون من ترمومترين حرارة متشابهين يكونا جنباً إلى جنب أحدهما يسمى الترمومتر الجاف والآخر الترمومتر الرطب، ويكون مغطى بنسيج قطني رقيق أو حرير صناعي ويبقى رطباً بماء نقي. كلما كان الهواء أكثر جفافاً كلما كان التبخر عن الغطاء الرطب أكثر سرعة، وكان الفرق في درجة الحرارة بين الترمومترين الجاف والمبلل أكثر.

و يفضل استخدامه في محطات قياس نسبة الرطوبة (الأرصاد الجوية)، وذلك لدقتها.



تضم هيئة المواصفات والجودة منظومة متكاملة من المعامل المتخصصة في الكثير من المجالات الصناعية وسنحاول من خلال هذا الباب إلقاء الضوء على إمكانيات وقدرات هذه المعامل لخدمة مجتمع الصناعة .



اشتراطات موحدة لإختبارات الإطارات الهوائية للدرجات النارية والمركبات البطيئة ذات محرك

■ فريدة يعقوب

- الصلاحية للإطارات والحد الأدنى من السرعة لكل نوع من الإطارات
- اختبار الضغط للإطارات
- فئة الأمان طبقاً للمواصفات الأوروبية
هذه النوعية من الإطارات تستخدم في التوتوك والدرجات النارية ثنائية أو ثلاثة العجلات سواء من النوع التيوبلس أو ذات إطار نفخ داخلي للمركبة ذات محرك محدود السرعة .
ويجب ان تجتاز الإختبارات لما لها معايير الزامية لتوفير اشتراطات السلامة والامان للراكب حيث تتوفر جميع الاجهزة المعملية لاجراء الإختبارات الفنية المتخصصة لهذه الإطارات.

يقوم قسم البلاستيك والمطاط بالإدارة العامة لاختبار المنتجات الكيميائية والتشييد باختبارات اشتراطات موحدة بخصوص الموافقة على الإطارات الهوائية للدرجات النارية والمركبات البطيئة ذات محرك طبقاً للمواصفة القياسية المصرية رقم 7880/2015 والتوجهات الأوروبية

حيث يقوم قسم البلاستيك والمطاط بالهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة بإجراء الإختبارات الخاصة بإداء الإطارات من حيث :-

- الرموز المستخدمة على الإطارات طبقاً للاقطار الخاصة بالإطارات .
- الرموز الخاصة بالسرعة القصوى لكل نوع من الإطارات.
- قوة التحمل للإطارات مع الحد الأقصى للسرعة لكل نوع إطارات
- البيانات المطلوبة



المواد الضارة فى السجاد

■ أمل عبد المنعم

الهدف الاساسى لسياسة الجودة هو الالتزام بالمعايير الاساسية المرتبطة باعتبارات الامن والصحة والسلامة للمستهلك بالإضافة الى تبنى سياسة الافصاح بالاعلان عن البيانات الاساسية للسلعة واسلوب العناية بها إعمالاً بمبدأ الشفافية لحماية المستهلك

وعناية بالسلعة لتواكب هذه المعايير والبيانات والاساليب مع الاتجاه العالمى الحديث المطبق فى الدول المتقدمة ولذلك تجرى الاختبارات على المنتجات طبقاً للمواصفة الخاصة بمعايير السلامة والصحة والبيانات للمنتجات النسجية م . ق . م ٧٢٦٦ - ٢٠١١/٥ فى الموكيت والسجاد واغطية الارضيات والموكيت المصنعة من الياف طبيعية او صناعية او تركيبية (منسوجة او غير منسوجة) سواء تم تصنيعها بطرق يدوية او الية .

• معايير السلامة والصحة وبيانات المنتجات النسجية فى الموكيت والسجاد

أ- الصبغات الضارة المسرطنة وهى محظورة الاستخدام

-C .I .basic red g

-C .I .disperse blue i

-C .I .basic violet 14

-C .I .directorangell

-C .I .direct black 38

-Direct blue 6

-Direct red 28

-Disperse yellow 3

ب- الصبغات الضارة وهى محظورة الاستخدام

-Azodyes

ج- المواد الضارة

وهى المواد المساعدة فى الصباغة والطباعة والتجهيز

-phosphin oxide (Tris(aziri ding)

وهى ممنوعة الاستخدام

-Tris(2.3.dibromo propyl)phosphate

وهى ممنوعة الاستخدام

-Poly bromo – biphenyis :poly

(Brominated – biphenyis (bpp

-Formaldehyde

ويسمح بها ب ٣٠٠ جزء فى المليون

د- المعادن الثقيلة

المعادن الثقيلة المستخدمة فى الصباغة والطباعة والتجهيز وهى ممنوعة الاستخدام

هـ - القابلية للاشتعال : بحيث لا تزيد المسافة بين الجزء المتفحم حتى الاطار عن ١ بوصة

ويتم التحقق من صحة البيانات بالفحص والبيانات الاساسية

١- النوع (يدوى او ميكانيكى)

٢- الخامة المكونة للسطح والظهر

٣- الطول والعرض

٤- بلد المنشأ

٥- اسم المنتج او المستورد او العلامة التجارية المسجلة

ويجب ان تكون البيانات اعلاه بخط واضح

٦- تعليمات الغسيل

٧- تعليمات التجفيف



المختبر

الأدوات المعملية البلاستيكية

أطباق بترى للإجراءات الميكروبيولوجية ذات الاستخدام الواحد



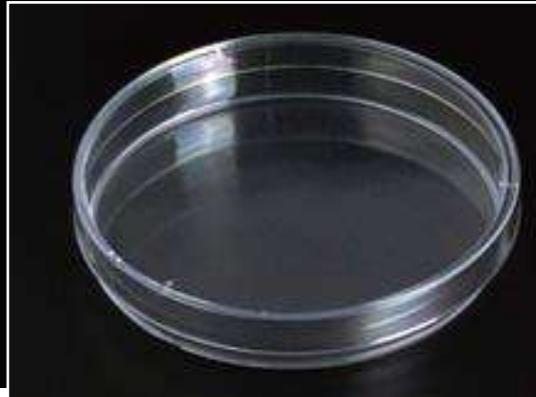
■ هالة عبد الرحمن

الدقيقة غير المرغوب فيها .
كما تقوم المواصفة بتحديد أنواع أطباق بترى فى أربع أنواع أ،
ب، ج، د و كذلك تقوم المواصفة بوصف للمادة المصنوع منها الطبق
و الشكل النهائى للطبق .
وكذلك أيضا تحدد المواصفة كيفية التصميم و التركيب و كذلك الأبعاد
التي يكون عليها أطباق بترى .

و تناقش المواصفة أيضا اداء الاطباق
حيث يتم اختبارها من حيث الجساءة و
المقاومة للتشوة الحرارى و المقاومة
للكسر و الثبات عند الرص
كما تقوم المواصفة بعرض الكيفية
التي يتم بها الحد من التلوث العقامة
والحالات الميكروبيولوجية الخاصة .
و ايضا بالكيفية التي يتم بها التعبئة
و التغليف لأطباق بترى و وضع
العلامات .

قامت الهيئة المصرية العامة للمواصفات و الجودة بإصدار المواصفة
القياسية المصرية رقم ٨٣٦٦
الخاصة بالأدوات المعملية البلاستيكية- أطباق بترى للإجراءات
الميكروبيولوجية ذات الاستخدام الواحد
و تختص هذه المواصفة بتحديد القياسية المصرية متطلبات وطرق
الاختبار لأطباق بترى العادية وذات الاستخدام الواحد لمعامل
الميكروبيولوجي .

لا تطبق هذا المواصفة على منتجات
ذات تصميم مماثل والتي يمكن
استخدامها لأغراض زراعة الخلايا أو
الأنسجة، كما ينطبق ذلك على الأطباق
الموردة الجاهزة المحملة بالوسط
الميكروبيولوجي .
تحتوى المواصفة على تعريف
للأطباق بترى و أساس الاستخدام
حيث يكون تحت الظروف التحكم
البيئية التي تسيطر عليها البيئة،
المختارة لتجنب ظهور الكائنات الحية



معايرة قوالب القياس

هدى الفرماوى



المختبر



تقوم الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة ممثلة في معمل الاطوال بمعايرة قوالب القياس حفاظا على منظومة الجودة حيث تلعب القياسات دورا أساسيا في نظم التصنيع الحديثة التي طورها العقل البشري لإنتاج منتجات وتقديم خدمات تفي بمتطلبات حياته العصرية. تسمح القياسات بتصنيع منتجات أو قطع ميكانيكية ذات جودة عالية تتوفر فيها خاصية التبادلية، أي أنه بالإمكان و بدون جهد كبير تركيب القطع المصنعة في أماكن مختلفة من العالم مع بعضها البعض، مثال ذلك شمعات المحرك المصنعة في ألمانيا يمكن تركيبها على محركات السيارات اليابانية أو أي نماذج مصنعة في أماكن أخرى من العالم. تعتبر قياسات الأبعاد من بين أهم الأعمال التي نقوم بها خلال

عمليات التشغيل و التصنيع إذ أن هذه العمليات تستدعي القياس الدقيق لأبعاد القطع التي يتم تشغيلها و تصنيعها. كما تلعب القياسات دورا أساسيا في فحص و ضبط جودة المنتجات المصنعة. كذلك إجراء الاختبارات المختلفة على المواد الهندسية لتحديد خواصها الميكانيكية (اختبار الشد، الصدم و الصلادة) تستلزم إجراء قياسات دقيقة لأبعاد عينات الاختبار.

وقوالب القياس تعتبر أدوات تمثيل للأبعاد بدقه عالية جداو تعتبر قوالب القياس من الدعائم الأساسية في عمليات التقييس الصناعي، إذ أنها تعد مراجع (أو معايير) لاختبار و فحص دقة أجهزة قياس الأبعاد مثل القدمة ذات الورنية و الميكرومتر. كما تستعمل قوالب القياس في المختبرات و ورش التشغيل في القياس المباشر وفي مقارنه القياسات قصد التفتيش عن جوده المنتجات.

قوالب القياس هي عبارة عن متوازي مستطيلات ذات أبعاد ثابتة و مصنعه من الصلب السبائكي المعالج حراريا بحيث أنها لا تتأثر بظروف محيط العمل من درجة حرارة و رطوبة.

تعتبر قوالب القياس الأساس الدقيق لجميع أجهزة قياس الأبعاد الموجودة بالمختبرات وورش التشغيل. فهي مصنعة بدقة عالية جدا قد تصل إلى ٠.٠٥ ميكرومتر

حسب المواصفات الدولية يمكن تصنيف قوالب القياس إلى أربع رتب و هذا حسب دقتها و هي كالتالي

- Class ٠٠ (AA)
- Class (A)
- Class ٠٠ (١)
- Class ٠٠ (٢)

استعمالات قوالب القياس:

تستعمل قوالب القياس في الصناعة وفي المختبرات لأداء المهام التالية:

- ١ - معايرة أجهزة القياس مثل القدمه ذات الورنية و الميكرومتر . حيث تسمح هذه العملية بتحديد نسبه الخطأ المترتبة على عمليه القياس بالجهاز (Calibration)
- ٢ - فحص جودة المشغولات ذات الدقة العالية مثل أجزاء المحركات .
- ٣ - ضبط آلات التشغيل ذات التحكم الرقمي
- ٤ - القياس الدقيق للزوايا و هذا باستعمالها مع قضيب الجيب

مجموعات قوالب القياس:

تتوفر قوالب القياس على شكل أطقم تحتوي على مجموعات معينه من القوالب و تكون موضوعه في صناديق خشبية قصد المحافظة عليها و على دقتها .



الاشتراطات والمطلبات للكمائنك (الطبية- القماش)

■ أمل عبد المنعم

متعدده من النسيج وهي معده ليستخدمها الاصحاء وليس مرضى فيروس كورونا ولا تستخدم لمن يتعاملوا مع مرضى الفيروس كفاءة ومتطلبات الكمامة القماش

- ١- الكفاءة
- تحديد كفاءة الكمامة بحد ادنى ٢٥ غسله لمرور جزيئات لا يتعدى حجمها ٣ ميكرون
- ٢- الماء والسوائل
- ٣- اختبار نفاذية الهواء
- ٤- اختبار LINT
- و هذا الاختبار يهدف بحماية مسار مجرى التنفس واستنشاق الهواء
- ٥- اختبار المواد الضاره
- ٦- اختبار ثبات الالوان والابعاد

شروط الكمامه القماش

- ١- يجب غسل اليدين بالماء والصابون لمدة ٤٠ : ٦٠ ثانية
- ٢- ثابتة بإحكام ولكن بشكل مريح على جانب الوجه (التأكد من تغطية الأنف حتى أسفل الذقن)
- ٣- مثبتة باستخدام اربطه أو حلقات الاذن
- ٤- التأكد من سهولة التنفس
- ٥- يجب غسل الكمامة عند شرائها اول مره وقيل الاستخدام
- ٦- يتم غسل الكمامة بعد كل ارتداء ولا يجب أن تلبس اكثر من مره قبل الغسيل
- ٧- يجب نزع الكمامة فور حدوث بلل او اتساخ ولا يتم ارتدائها لفترات طويلة
- ٨- يجب الالتزام بالتباعد الاجتماعى حتى مع ارتداء الكمامة للحفاظ على حياتك

الغرض من استخدام الكمامة هو منع المرتدى من نقل العدوى إلى الاخرين (السيطرة على المصدر) أو توفير الحماية للمرتدى من العدوى (الوقاية) ومع انتشار فيروس كورونا المستجد (COVID - ١٩) يحرص الكثير من الأشخاص على ارتداء الكمامات للحماية من الفيروسات لعدم نقل العدوى لشخص اخر حيث انه يتراوح بين ٦ : ١٨ ٪ من المصابين قد لا تظهر عليهم اى اعراض للمرض رغم انهم قادرين على نشر العدوى والفيروس لا ينتقل إلا برداذ مباشر صادر عن مريض الى جانب قريب منه ولذلك يلزم ارتدائها في الاماكن العامه والمزدحمه والتجمعات لتقليل المخاطر بقدر الامكان نجحت الدول التى فرضت على مواطنيها ارتداء الكمامات في الاماكن العامه فى ابطال معدل انتشار فيروس كورونا المستجد

أنواع الكمامات

١- الكمامات الطبية

٢- الكمامات القماش

اولا : الكمامات الطبية

وهي مصنوعة من ثلاث طبقات على الاقل من مواد صناعية غير منسوجة ويتم تركيبها على نحو يحصر طبقات الترشيح فى المنتصف وتتوفر الكمامات الطبيه بمستويات سمك مختلفه ودرجات متنوعه من مقاومة السوائل وتقل هذه الكمامات من مخاطر انتقال القطيرات التنفسية من مرتديها الى الاخرين والى البيئه المحيطه كما انها تقلل من فرص انتقال الفيروس

شروط ارتداء الكمامة الطبية

- ١- ينبغي تنظيف اليدين بمطهر باستمرار
 - ٢- عدم لمس الكمامة اثناء ارتدائها على الوجه
 - ٣- التخلص منها على الفور اذا اصبحت رطبه
- ثانيا : الكمامات القماش
هى مصنوعة من القماش (نسيج - تريكو) وتحتوى على طبقات





المختبر

بلاطات الأرضيات من كتل الفلين

فريدة يعقوب

تستخدم بلاطات الأرضيات من كتل الفلين في الأسقف والوجهات في الأسقف المعلقة والأرضيات وهي تعتبر مظهر جمالي لاماكن العمل والإضاءة الموزعة ولما لها من استخدامات كثيرة في مجال ديكور الشركات والمحلات وغيرها .
فقد قامت الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة بإصدار المواصفة القياسية الخاصة ببلاطات الأرضيات من كتل الفلين رقم ٢٠٠٩/٥٣٨٣ حيث يتم اختبارها بمعامل الإدارة العامة للاختبارات



وبالحدود المذكورة بالمواصفة . حيث حددت المواصفة طرق اختبار وطرق سحب العينات وتحدد عدد العينات المسحوبة و بحيث يجب أن تتم الاختبارات في درجة الحرارة المحيطة ، ويتم أخذ عينة من عينات الاختبار ويتم الحصول عليها طبقاً للمواصفة ISO ٣٨١٣ ويتم عمل التهيئة البيئية لها في غرفة التهيئة البيئية ثم تجرى عليها الاختبارات الخاصة بالكثافة لتقدير مدى دقة البلاطة المصنعة من الفلين وتماسكها ثم تجرى اختبارات تقييم المطابقة لها لتأكد من سلامتها عند الاستخدام لما لها من أهمية حيث تعلق هذه البلاطات في الأسقف المعلقة .
وتلعب بلاطات الفلين دور اساسي في الأسقف المعلقة للمكاتب والشركات والمستشفيات لما لها مظهر جمالي وتوزيع أسفلها سواء للإضاءة او تغطية للأسقف بتكلفة اقتصادية .

الكيميائية والتشييد من حيث الاختبارات الطبيعية والكيميائية مثل الأبعاد والترايبع ، الكثافة الظاهرة ، قوة الشد بواسطة ماكينة شد بأحمال مناسبة وتقاس بالنيوتن ، فتحتوى الرمامد ومقاومة شظايا أولية و متبقية حمض الهيدروكلوريك المغلى . كما يمكن إجراء اختبارات المقاومة للهب (حريق) في حالة معالجة بلاطات الأرضيات من الفلين المستخدمة في الأسقف بمادة مؤخرة للحريق

تحديد قوة سحب الوبرة في أغطية الإختبارات المنسوجة

أمل عبد المنعم

الجهاز والتأكد من أن مؤشر الجهاز مضبوط على مستوى الصفر ويتم تجهيز العينات بحيث تكون عدد ٥ قطع من السجادة وتؤخذ قطعة الاختبار من كل عينة بحيث تكون مناسبة للتثبيت على ماكينة الاختبار كما يراعى ان تسحب الخيوط على مسافة لا تقل عن ٢٥ مم من طرف العينه ولا تسحب من اى مكان سبق سحب خيوط منه ويتم مسك الوبرة من إحدى طرفيها عن طريق الماسك المعلق في الجهاز ويتم تثبيت قطعة السجادة على أرضية الجهاز ويتم الضغط عليها كما يقوم المقص الماسك بإحدى طرفي الوبرة في التحرك لاعلى مع سحب الوبرة في هذه اللحظة تتم عملية قراءة العداد الذى يحدد قوة السحب بالنيوتن وتتم عملية السحب للخيوط لعدد ٥ مرات ثم يتم عملية حساب قوة سحب الوبرة وأخذ المتوسط من مجموع عدد الاختبارات وتكون النتيجة بالنيوتن.



يجرى هذا الاختبار طبقاً للمواصفة القياسية المصرية رقم ٢٠٠٥/١٤٧٧ وطبقاً للمواصفة المنتج حيث يغطى قوة سحب خيوط الوبرة في جميع انواع السجاد (سجاد ذو وبره مقطوعه أو سجاد ذو وبره غير مقطوعه) ويتم إجراء هذا الاختبار في جو قياسي طبقاً للمواصفة حيث تكون درجة حرارة المعمل ٢٠ درجة مئوية ودرجة رطوبة نسبيه $65 \pm 4\%$

يتم هذا الاجراء على ماكينة ذات معدل ثابت التحميل ويراعى أن تشتمل الماكينة على وسيلة تثبيت عينة السجاد على قاعدة مسطحة يجب أن تكون عينة السجاد موضوعة في مستوى عمودى على اتجاه سحب خيوط الوبرة أو العروه يجب أن تكون أبعاد العينة المجرى عليه الاختبار أو السحب ٦٠ مم * ٦٠ مم يراعى التأكد من معايرة وضبط



مركز تدريب الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة

ت داخلي : ٢٢٤

خطة التدريب نظم إدارة الجودة

م	إسم البرنامج	رسوم الاشتراك للمصريين	رسوم الاشتراك لغير المصريين	مدة التنفيذ
١	متطلبات نظم إدارة الجودة 2015 ISO 9001 /	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
٢	نظم السلامة والصحة المهنية طبقاً للمواصفة الدولية ISO 45001/2018	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
٣	إدارة الجودة الشاملة TQM	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
٤	المراجعة الداخلية لنظم إدارة الجودة والبيئة طبقاً لمتطلبات المواصفة الدولية ISO 19011/2018	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
٥	نظم إدارة سلامة الغذاء طبقاً للمواصفة الدولية ISO 22000/2018	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
٦	حساب اللايقين	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
٧	متطلبات المواصفة الدولية لنظم كفاءة معامل الإختبارات والمعايرة طبقاً للمواصفة الدولية ISO/IEC 17025/2017	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
٨	نظم إدارة الطاقة ISO 50001	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
٩	الإشتراطات العامة للمنتجات حلال طبقاً لإحكام الشريعة الإسلامية	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
١٠	نظم الإدارة البيئية ISO 14001/2015	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
١١	تحليل مصادر الخطر ونقاط التحكم الحرجة HACCP	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
١٢	Sigma 6	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
١٣	نظام إدارة مكافحة الرشوة ايزو 37001	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام
١٤	الممارسات التصنيعية الجيدة GMP	٧٥٠ جنيه مصري	٤٠٠ دولار	٣ أيام

• مكان إنعقاد الدورات في مقر الهيئة المصرية العامة للمواصفات والجودة

• ١٦ شارع تدريب المدربين - خلف بسكو مصر - الأميرية .

• ت / ٢٢٨٣١١٥٧ (مباشر بمركز التدريب)

• ت / ٢٢٨٤٥٥٢٢ - ٢٢٨٤٥٥٢٤ داخلي (٢٢٤) ف / ٢٢٨٤٥٥٠١

نصائح لشراء أضحكى العيد

طارق يحيى

الوزن القائم لتلافي عمليات الغش مع الأخذ في الاعتبار وزن الحيوان صائماً.

- ٣- يجب أن يكون الخروف سليماً وخالياً من العيوب الظاهرية
- ٤- يجب أن يتميز الحيوان بالنشاط والحيوية حيث أن الكسل والخمول يدل على وجود مشاكل صحية ، يجب أن يكون رأس الحيوان في مستوى جسم الحيوان غير مدلاه ناحية الأرض أو مرتفعة عن الجسم
- ٥- تنفس الحيوان بشكل طبيعي ، ولا يوجد كحة أو نهجان .
- ٦- تكون عيون الأضحكى وخالية من الإفرازات ولا يوجد اصفرار بها

- ٧- صوف الخروف لا يمكن نزع بسهولة
- ٨- عدم وجود إفرازات أو ارتشاحات أو التهابات في الأنف أو الفم أو اللسان.
- ٩- عدم وجود إسهال : ويعرف ذلك بالنظر أسفل الإلية أو الذيل فإذا وجد روث ملتصق بمؤخرة الحيوان وفي حالة لينة دل ذلك على وجود إسهال .
- ١٠- عدم وجود خراييج أو دمامل أو آية أورام في جسم الحيوان وتحت الفك السفلى ، وفي منطقة الرقبة أو عدم وجود أمراض جلدية مثل الجرب
- ١١- ان تكون قوائم سليمة وخالية من الكسور
- ١٢- إقبال الحيوان على تناول الأعلاف الخضراء أو المركزة لأن الحيوان المريض

بمناسبة عيد الأضحى وإقبال المستهلكين على شراء الأضحكى كعادات دينية مرتبطة بعيد الأضحى نتقدم ببعض المعلومات والنصائح الهامة لجمهور المستهلكين الواجب معرفتها عند شراء الأضحكى.

الشروط العامة الواجب توافرها فى أضحية العيد :-

١- أن تكون من بهيمة الأنعام وهي الإبل والبقر والغنم ضأنها ومعزها لقوله تعالى (وَلِكُلِّ أُمَّةٍ جَعَلْنَا مَنْسَكًا لِيَذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَىٰ مَا رَزَقَهُمْ مِنْ بَهِيمَةِ الْأَنْعَامِ) سورة الحج آية (٣٤) فلا تصح أن تكون من الطيور أو الأسماك

٢- أن تبلغ سن قبول الأضحية: وهو السن الواجب توافره فيها فيشترط أن تبلغ الإبل خمس سنوات من عمرها وتبدأ في السادسة، وفي البقر يجب أن تبلغ الأضحية عامين وتكون قد دخلت في السنة الثالثة ، أما الغنم فيجب أن تكون قد أتمت سنة من عمرها، وفي الضأن يجب أن تتم سنة أشهر

٣- أن تكون خالية من العيوب الظاهرة التي تؤثر في لحمها، فلا يجوز أن يكون بها عور ظاهر، أو تكون عرجاء أو قرنها مكسور، أو بها مرض بين (كالحمى والجرب الظاهر المفسد للحم والجرح العميق)، أو الهزال المزيل للمخ.

الغنم سواء الخراف أو الماعز أكثر الحيوانات التي يتم شرائها كأضحية نظراً لانخفاض أسعارها مقارنة بغيرها من الحيوانات الأخرى كالإبل أو البقر.

و فيما يلي نوضح أهم النصائح الواجب اتباعها عند شراء خروف العيد :-

- ١- الإبتعاد عن الشراء من الباعة الجائلين والشراء من أماكن موثوق بها مثل شواذر وزارة الزراعة والمزارع المتخصصة في التربية والتسمين لضمان تغذية الحيوانات على العلائق الجيدة سواء الخضراء أو الجافة و التي تؤثر على جودة اللحم الناتج.

٢- يجب على صاحب الأضحية اذا كان غير ذو خبرة فى عملية الشراء الإستعانة برأي ذوي الخبرة وان يأخذ بنصائحهم و أن يتم الشراء على أساس



لحظة أفضل في الصيف؟



مع دخول فصل الصيف والحر والعطش الشديد قد يهمل الكثيرون في صحتهم على الرغم انها فرصة جيدة للاهتمام بصحة الجسم ولياقته، وحسب الـ CNN يجب عليك أن تفكر كل يوم في فرصة جديدة للاستمتاع بصحتك وعافيتك من خلال إجراء تعديلات بسيطة جداً على روتينك اليومي، وفيما يلي بعض النصائح التي تساعد على حياة صحية في فصل الصيف.

-الحفاظ على شرب المياه

يساعد شرب الماء في الحفاظ على صحتنا ، ولكن الحفاظ على رطوبة الجسم أمر مهم ، خاصة خلال فصل الصيف عندما نفقد المزيد من السوائل من خلال العرق. على الرغم من اختلاف الاحتياجات الفردية ، يوصي معهد الطب بأن تهدف النساء إلى استهلاك ٢,٧ لتر أو ٩١ أونصة من السوائل يوميا ، والرجال ، ٣,٧ لتر أو ١٢٥ أونصة في اليوم.

يمكنك أيضاً أن تستمد المياه من خلال الطرق المختلفة وهي تناول "البطيخ،التفاح،العنب، الخيار ، الخس،الكرفس،البرتقال، التفاح".

-ممارسة الرياضة

يمكن للنشاط البدني المنتظم أن يقوي عظامك وعضلاتك ويقلل من خطر إصابتك بالمرض ويساعدك في الحفاظ على الوزن الصحي في فصل الصيف.

-الالياف

يمكن أن تساعد الألياف على انقاص الوزن وفي تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والسكري من النوع ٢ وسرطان القولون والمستقيم، وذلك اهتم بتناول الاطعمة التي تحتوي على ألياف ومنها"التوت، البنجر، البروكلي"

- تجنب تناول الطعام ليلا

لكي تحافظ على صحتك ونظامك الغذائي في فصل الصيف يجب أن تمتنع عن تناول الطعام ليلا حتى لا تتعرض للتحمة وزيادة الوزن .

العصائر الطبيعية

العصائر الطبيعية مهمة في فصل الصيف لترطيب الجسم وحمايته من الجفاف كما انها تمد الجسم بالنشاط والطاقة.

يتمتع عن تناول الأعلاف أو يقبل عليها بصعوبة .

١٣- نظرا وجود الصوف الكثيف لذا يجب فحص الأغنام باليد عند شرائها كما يلي :

- فحص الرقبة : التأكد من إمتلاء الرقبة باللحم و خلوها من الدمامل ، والخراريج.

- فحص الظهر : حيث يجب أن يكون الظهر مستوي وعريض وممتلئ باللحم .

١٤- يجب التأكد من عمر الخراف لأن الزيادة في العمر تؤدي إلى فقد طراوة اللحم خاصة في الذكور . فالعمر الملائم لذبح ذكور الأغنام : من ١ - ٢ سنة ، وأفضلها في عمر ٨-١٢ شهرا ، ويمكن تسنين الأغنام من خلال فحص القواطع من الأسنان ، ويتم بفتح الفم وملاحظة حالة القواطع وهي الأربعة أزواج الأمامية من الأسنان في الفك السفلي فيتم تحديد عمر الحيوان كالاتي:

- العمر أقل من ١ عام : تكون القواطع متجانسة صغيرة الحجم ليس بينها فواصل - لونها يميل للون الأبيض .

- العمر ما بين عام - ١,٥ عام : يبدأ الحيوان في تغيير الزوج الأول من القواطع - فيسقط الزوج اللبني الأوسط أولا ثم يبدأ في التبديل ، ونمو القواطع الدائمة مكانها حتى تكتمل عند عمر ١,٥ سنة حيث تتميز بالطول عن الثلاثة أزواج الاخرى .

- العمر ما بين ١,٥ - ٢,٥ عام : يحدث تبديل للزوج الثاني من القواطع اللبنية ، وينمو الزوج الدائم بدلا منها عند الوصول لعمر ٢,٥ سنة يصبح في الفم ٤ أسنان طويلة في المنتصف يحيط بها سنتان صغيرتان من كل جانب .

- العمر ما بين ٢,٥ - ٣,٥ عام :

يحدث تبديل في الزوج الثالث من

القواطع حيث يصبح

الفك السفلي به ٦

أسنان طويلة في

يحيط به سنة

المنتصف

صغيرة من كل جانب .

- العمر ما بين ٣,٥ - ٤ أعوام : يحتوي لفك السفلي على

٨ أسنان كبيرة وكلما تقدم الحيوان في العمر تأكلت الأسنان

، وكبر الفاصل بينها ، وتغير لونها إلى الأصفر ، ثم تبدأ في

التساقط حتى تتساقط كلها تقريبا عند عمر ٨ سنوات .

ما هي مضادات الأكسدة وما أهميتها للحفاظ على صحتك العامة؟

تقي من الإجهاد التأكسدي لا يعني أن استهلاك مضادات الأكسدة - على وجه التحديد - يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بالمرض.

وقال تيم سبيكتور، أستاذ علم الأوبئة الوراثية في كوليدج لندن: لا توجد إجابة قاطعة على ما إذا كان استهلاك مضادات الأكسدة، سواء من خلال الطعام أو المكملات الغذائية، يقلل من مخاطر الإصابة بالسرطان أو يحسن صحة القلب لكن من المحتمل أن تفسر الفوائد الصحية المرتبطة بمضادات الأكسدة جنباً إلى جنب مع فوائد اتباع نظام غذائي غني بالأطعمة الكاملة ونمط حياة صحي.

ويعرف العلماء أن مضادات الأكسدة يمكن أن تساعد في تقليل الالتهاب، وهي عملية تقوم من خلالها خلايا الدم البيضاء بحماية جسمك من الغزاة الخارجيين مثل البكتيريا والفيروسات فعندما تتلف الخلايا بسبب فرط الجذور الحرة ، يمكن أن تحدث استجابة التهابية.

ينتج جسمك بشكل طبيعي بعض مضادات الأكسدة المفيدة في شكل الجلوتاثيون وحمض ألفا ليبويك ولكن يمكنك أيضاً الحصول على مضادات الأكسدة من نظامك الغذائي.

ويعتقد أن هناك مئات، إن لم يكن الآلاف ، من المواد التي تعمل كمضادات للأكسدة تشمل مضادات الأكسدة الفيتامينات مثل فيتامين سي وفيتامين هـ وبيتا كاروتين بالإضافة إلى المعادن مثل السيلينيوم والمنجنيز. توجد في العديد من الأطعمة، من التوت الأزرق إلى الشوكولاتة الداكنة.

بعض الأطعمة الغنية بمضادات الأكسدة هي:

- القرفة.
- البهارات.
- الريحان.
- الشبت.
- القهوة.
- التوت.
- الشيكولاتة الداكنة.
- الخرشوف.
- الكرنب.

مضادات الأكسدة من المواد الغنية بالفوائد الصحية والتي توجد في العديد من الأطعمة وتشير الأبحاث إلى أن مضادات الأكسدة يمكن أن تقلل الالتهاب وكذلك تؤخر أو حتى تمنع تلف الخلايا الناجم عن الإجهاد التأكسدي من الجذور الحرة وهذه الجذور يمكن أن تسبب إصابتك بالأمراض، في هذا التقرير نتعرف على فوائد مضادات الأكسدة للصحة العامة، بحسب موقع «إنسايدر» الأمريكي.

مضادات الأكسدة هي المواد الموجودة في الأطعمة النباتية، مثل الفواكه والخضروات والبقول والقهوة والشاي ، بالإضافة إلى المكملات الغذائية إنها ضرورية لصحتك لأن مضادات الأكسدة يمكن أن تمنع أو تؤخر تلف الخلايا الناجم عن الجذور الحرة.

الجذور الحرة هي نتيجة ثانوية طبيعية لحياة الإنسان على سبيل المثال، أنت تنتجها بشكل طبيعي في شكل حمض اللاكتيك عند ممارسة الرياضة.

يمكن أن تأتي الجذور الحرة أيضاً من مصادر خارجية مثل دخان السجائر وتلوث الهواء وبعض الأدوية وضوء الشمس.

مشكلة الجذور الحرة هي أنها ترتبط بالخلايا بطريقة تؤدي إلى تلف البروتين والحمض النووي في الداخل ومع ذلك ، يمكن تحييد هذا التهديد عن طريق مضادات الأكسدة لهذا السبب من المهم أن تستهلك باستمرار مضادات الأكسدة من أجل مواجهة تلف الجذور الحرة في جسمك.

عندما يكون لديك عدد كبير جداً من الجذور الحرة التي تعمل في الجسم، فإنه يمكن أن يتسبب في تلف الخلايا - خاصة في أغشية الخلايا والأنسجة الدهنية والحمض النووي والبروتينات - في شكل إجهاد تأكسدي ، مرتبط بعدد من الأمراض بما في ذلك:

- أمراض القلب والأوعية الدموية
 - سرطان
 - التهاب المفاصل
 - أمراض الأعصاب مثل الزهايمر
- ومع ذلك، لمجرد أن مضادات الأكسدة في الجسم يمكن أن



الأفوكادو

و ٩ غرامات من الكربوهيدرات، و ٧ غرامات منها ألياف، وبذلك يبقى صافي الكربوهيدرات غرامان فقط، لذلك يعدّ الأفوكادو غذاءً منخفض الكربوهيدرات وغنياً جداً بالألياف، كما أنّ الأفوكادو لا يحتوي على الكولسترول أو الصوديوم، وبذلك قد يساعد على فقدان الوزن عند إدراجه ضمن نظام غذائي صحي ومتوازن .

مكافحة الإصابة بالسرطان

أظهرت إحدى الدراسات أنّ مستخلص الأفوكادو يثبط نمو الخلايا السرطانية في البروستاتا، كما أنّ له فوائد في خفض الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي. القيمة الغذائية لثمرة الأفوكادو تمتاز ثمار الأفوكادو باحتوائها على الدهون الصحية والألياف والعديد من الفيتامينات والمعادن الضرورية للجسم، حيث يقدم كوب واحد من قطع الأفوكادو المكعبية ثروة من العناصر الغذائية التي تدعم صحة الجسم، إذ يحتوي على ١٠ غرامات من الألياف، التي تساعد على استمرار عملية الهضم بسلاسة، وقد تساهم في خفض نسبة الكولسترول الضار في الجسم، مما يعزز صحة القلب، كما توفر ١٥ ملليغراماً من فيتامين ج، و ٥٢ ميكروغراماً من فيتامين ك، وهو فيتامين ضروري لحدوث عملية تخثر الدم، و ٣ ملليغراماً من فيتامين ي، و ١٢٢ ميكروغراماً من حمض الفولات، وفيتامين ب الذي يساعد على إنتاج خلايا الدم الحمراء، و ٧٢٨ ملليغراماً من البوتاسيوم طريقة استخدام الأفوكادو يمكن أن يضاف الأفوكادو الى السلطات، أو العصائر الخضراء، كما يمكن إضافته الى شرّح البيض بدلاً من الجبنة التي تحتوي على دهون مشبعة، ويستخدم أيضاً كبديل للمايونيز، ويضاف إلى السندويشات المختلفة.

الفوائد الصحية لثمرة الأفوكادو

يتم الحصول على ثمرة الأفوكادو (بالإنجليزية: Avocado) من شجرة الأفوكادو (وتششير العديد من الدراسات إلى أنّ لهذه الفاكهة المميّزة تأثيرات قوية على صحة الجسم منها:

تحتوي الأفوكادو على مركبات كيميائية نباتية مضادة للأكسدة، كما تحتوي ثمرة الأفوكادو على الأحماض الدهنية الأحادية غير المشبعة التي تدعم امتصاص المواد المضادة للأكسدة، تعتبر هذه المواد المضادة للأكسدة ضرورية جداً للحفاظ على صحة العين

. تقوية العظام

تحتوي الأفوكادو على قيمة عالية من فيتامين ك، الضروري لصحة العظام، إذ يزيد من امتصاص الكالسيوم ويحد من فقدانه من الجسم، وبالتالي يقلل من خطر الإصابة بهشاشة العظام. المحافظة على الكولسترول الطبيعي يحتوي الأفوكادو على ٢٥ ملليغراماً من الستيرول النباتي الطبيعي الذي يسمى بيتا ستيرول، وقد أثبتت الدراسات أنّ استهلاك هذه المادة بانتظام يساعد على إبقاء مستويات الكولسترول ضمن نسبها الطبيعية في الجسم

. تغذية الحمل والجنين

يحتوي الأفوكادو على حمض الفولات الضروري لتنمو الجنين، كما أنه يقلل من خطر إصابة الجنين بعيب الأنبوب العصبي، ويقلل خطر الإجهاض.

المساعدة على فقدان الوزن

تتكون معظم الفاكهة بشكل أساسي من الكربوهيدرات، أما الأفوكادو فيتكون بشكل أساسي من الدهون الصحية، إذ تشكل الدهون الصحية ١٥ غراماً، و غرامين من البروتين،



المستهلك

أفضل نمايين للنوم بشكل جيد

بإغلاق عوامل التشتيت ويساعد الشخص على التركيز على التنفس، بما يؤدي إلى تهدئة الجسم وراحة الجسم والعقل، وبالتالي يساعد على النوم بشكل أسرع. ويقترح الخبراء أن يتم إجراء تمارين التنفس بعمق DBE لمدة ١٠-١٥ دقيقة، قبل ساعتين على الأقل من موعد النوم.

- تمارين القوة

يمكن أيضًا أن تكون تمارين القوة التي تشمل الضغط على الساق والشد والإرخاء للعضلات رائعة لتعزيز جودة النوم. أظهرت دراسة أن ممارسة تمارين القوة يوميًا في الصباح تساعد الشخص على النوم بشكل أفضل في الليل. تساعد هذه التمارين في زيادة قوة العضلات، بما يكفي للتعامل بشكل أفضل مع أعباء العمل اليومية. وتساهم ممارسة تمارين القوة على تحفيز العديد من الهرمونات التي تساعد على تحسين النوم.

التفسير العلمي

ربطت العديد من النظريات والفرضيات والدراسات المحورية بين النوم وممارسة الرياضة، ولكن لم يتوصل الباحثون بشكل حاسم إلى عوامل فسيولوجية محددة تربط بين ممارسة الرياضة والنوم الجيد، لكن يمكن أن يكون التفسير العلمي المحتمل هو أن ممارسة التمارين الرياضية تؤدي إلى تكسير الجلوكوز وتحفيز إفراز الهرمون وتحسين الأيض وتعزيز الجهاز المناعي والأداء المعرفي وغيرها الكثير من الفوائد التي تجعل الجسم يعمل بشكل جيد وبالتالي تنتظم ساعات النوم والاستيقاظ.

من أجل نوم أفضل

ولكن من أجل الحصول على نوم أفضل من خلال المواظبة على تمارين الأيروبيكس أو التنفس بعمق أو القوة، ينبغي اتباع النصائح التالية لتحقيق نتائج إيجابية:

• تجنب القيام بالتمارين المذكورة قبل النوم مباشرة. ويجب أن يتم ذلك قبل ساعتين على الأقل من وقت النوم. يعد القيام بها كل صباح الخيار الأفضل.

• تجنب التدخين أو شرب القهوة/الشاي على الأقل ٤

إلى ٦ ساعات قبل النوم.

• تجنب تناول وجبات ثقيلة في

العشاء.

• تجنب الأطعمة الحارة.

• تجنب إضاءة المصابيح

أثناء النوم.

• تجنب النوم في درجة

حرارة شديدة البرودة.

وفقا لدراسة نشرت في مجلة النوم Sleep، يواجه حوالي ٢٠٪ من سكان الكرة الأرضية من مشاكل في النوم تتراوح ما بين الأرق أو الحرمان من النوم أو مشاكل النوم لفترات قصيرة. وتساعد بعض التمارين على التأثير بشكل إيجابي وفعال على عادات النوم، من خلال تنظيم الإيقاع اليومي الذي ينظم دورة النوم والاستيقاظ بما يساهم في تحسين جودة النوم، وفقا لما نشره موقع Boldsky الأميركي.

تتسبب عدة عوامل في مشاكل النوم مثل الأزمات المالية أو مشاكل العلاقات الاجتماعية، لكن يمكن التغلب على مشاكل النوم من خلال ممارسة أي من التمارين التالية:

-تمارين رياضية

إن التمارين الرياضية المعروفة باسم إيروبيكس أو يسميها البعض تمارين كارديو، نسبة إلى القلب، هي نشاط حركي جسدي يساعد على رفع ضربات القلب. ويشمل الجري والمشى والسباحة وركوب الدراجات. تساعد تمارين الإيروبيكس أيضا على تحقيق ما يسمى الإحماء أو رفع درجة حرارة الجسم، وبعدها بنحو ٣٠ إلى ٩٠ دقيقة، يبدأ الجسم تلقائيا في عملية تبريد تؤدي إلى توصيل رسالة بحلول وقت النوم وبالتالي تعزيز الرغبة في النعاس والاستسلام لنوم جيد.

-تمارين التنفس العميق

تبطئ تمارين التنفس العميق (DBE) معدل ضربات القلب وتطبيع إيقاع التنفس. كما أنه يساعد على تقليل الشعور بالإجهاد والتوتر في اليوم. يقوم DBE





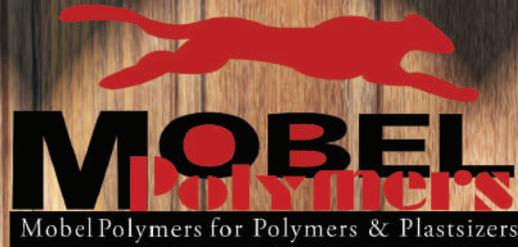
فوائد الفلفل الأسود

خالد عبد الجليل

الفلفل الأسود الفلفل الأسود من النباتات مُغطاة البذور، يتبع الفصيلة الفلفلية، والتي تضمّ الفلفل الأخضر الحار، والفلفل الأحمر الحار، والفلفل الرومي، تنمو على شكل حبيبات صغيرة داخل الثمرة، فتجفف، وتسحق على شكل بودرة، وتستخدم كبهارات للطعام. يُزرع الفلفل الأسود بكثرة في فيتنام، وتعتبر المصدر الأول له لكل العالم، إلا أن موطنه الأصلي هو جنوب الهند، وتقدر قيمة إنتاجها بأربعين بالمئة من قيمة الإنتاج العالمي له. للفلفل الأسود نوعان آخرين، هما: الفلفل الأخضر في حال حصاده قبل أن يجفف، والفلفل الأبيض إن تمّ طحنه دون القشور، وهو مُستخدم منذ القدم في الطب الشعبي نظرا لاحتوائه بكثرة على مادة البيبيرين، والتي تدخل في علاج العديد من الأمراض، والتوغكات الصحية

يقوي جهاز المناعة، ويقتل الجراثيم المسببة للالتهابات الصدرية، والتنفسية. يُحفز تناوله حركة الدورة الدموية في الجسم، ويزيد من تدفق الدم إلى الدماغ ومنه إلى كل أنحاء الجسم. يزيد من خصوبة كلا من المرأة، والرجل، ويزيد معدلات الإنجاب لديهما. يُساعد على علاج التصبغات الجلدية، كمرض البهاق، بفضل محتواه من مادة البيبيرين التي تؤثر بشكل مباشر على الجلد، فيجدد الخلايا، ويزيد من تدفق الدم بكميات أكبر فيها. يحمي البشرة من الشيخوخة المبكرة والتجاعيد التي تغزوها في مراحل مبكرة. يُعتبر مادة مضادة للجراثيم، وقاتلة لها، ويعالج حب الشباب والبثور التي تظهر في الوجه وخصوصا في مرحلة المراهقة.

. فوائد الفلفل الأسود: للفلفل الأسود الكثير من الفوائد نذكر منها: ي يحتوي الفلفل الأسود على كميات كبيرة من مضادات الأكسدة والتي تحمي الجسم من الجذور الحرة المسببة للسرطانات. يساعد على تحسين عملية الهضم، وتفعيلها بفضل محتواه من فيتامين ب المركب. يُقلل من الإصابة بالانتفاخ، وتجمع الغازات داخل البطن، وذلك لقدرته على تنشيط حركة المعدة والأمعاء. يحتوي على العديد من العناصر المعدنية المهمة لصحة وظائف الجسم مثل: الكالسيوم، والمغنيسيوم، والبوتاسيوم، والمنغنيز، والفسفور، والنحاس. يُعتبر مضادا حيويًا فعّالًا ضد عدوى البكتيريا الضارة للجسم.



للمواد اللاصقة: للخشب - كرتون و ورق - سجاد و موكت
PVC - جلود - زجاج - بوليريثان - بوليستر - ايبوكسيات

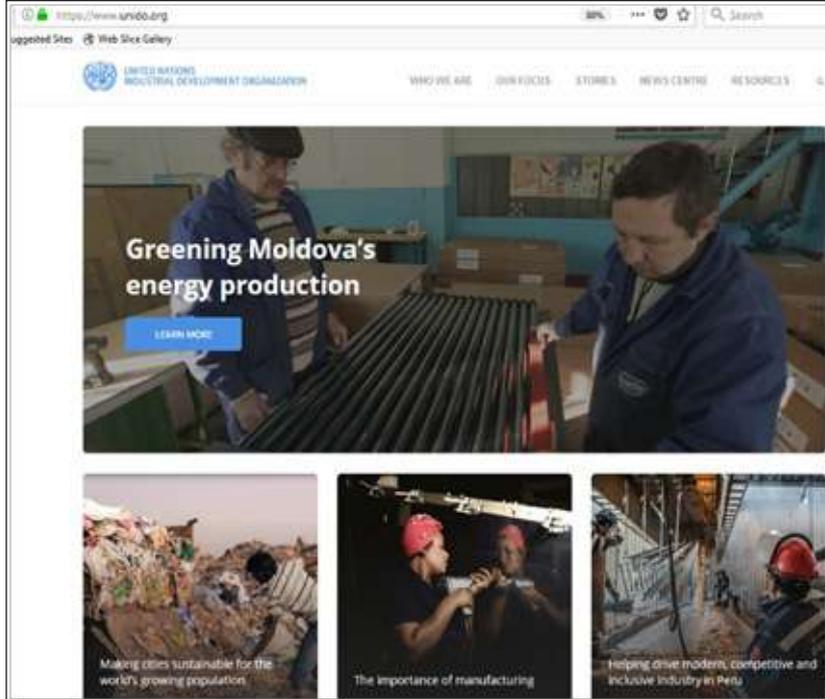


منظمة الأمم المتحدة للتنمية الصناعية UNIDO

/ <https://www.unido.org> الموقع الإلكتروني

إعداد: أحمد محمد أحمد

دوت.نت



يرجع تاريخ إنشاء منظمة الأمم المتحدة للتنمية الصناعية UNIDO إلى عام ١٩٦٦ بموجب قرار الأمم المتحدة رقم ٢١٥٢ كهيئة مستقلة ذاتيا داخل الأمم المتحدة مهمتها الأساسية تهدف إلى تعزيز التنمية الصناعية والحد من الفقر، والعمالة الشاملة والاستدامة البيئية وتسريع ودعم عملية التصنيع في البلدان النامية، ويعد الأمين العام للأمم المتحدة الدكتور إبراهيم حلمي عبد الرحمن من (مصر) كأول مدير تنفيذي لمنظمة اليونيدو.

يقع المقر الرئيسي لليونيدو في مركز العاصمة النمساوية فيينا ويبلغ عدد أعضاء المنظمة الآن ١٧٠ دولة ويبلغ عدد العاملين بها إلى نحو ٦٥٠ من الموظفين في المقر الرئيسي، وتوجه خدماتها عن طريق ٢٨٠٠ خبير دولي و وطني في (ما يقارب ٥٠٪ من الدول النامية) سنويا، والذين يعملون في مهام المشروع في جميع أنحاء العالم. في عام ٢٠٠٧، كان هناك حوالي ٨٥٠ مشروع لليونيدو في مجال التعاون التقني في نحو ١٢٠ بلدا.

وتبنى منظمة اليونيدو برامجها على أساس تحقيق أربعة أولويات استراتيجية هي (خلق الازدهار المشترك - تعزيز القدرة التنافسية الاقتصادية- حماية البيئة - تعزيز المعرفة والمؤسسات) ويتضمن كل مجال من مجالات الأنشطة البرنامجية عددا من البرامج الفردية التي تنفذ بطريقة شاملة لتحقيق نتائج وأثار فعالة من خلال وظائف اليونيدو التمكينية الأربع: (١) التعاون التقني؛ (٢) الوظائف التحليلية والبحثية والخدمات الاستشارية في مجال السياسات؛ (٣) المهام والمعايير المعيارية والأنشطة ذات الصلة بالجودة؛ و (٤) عقد وشراكات لنقل المعارف، وإقامة الشبكات والتعاون الصناعي. قد قامت اليونيدو بزيادة خدماتها التقنية زيادة كبيرة على مدى السنوات العشر الماضية. وفي نفس الوقت، زادت أيضا تعبئة مواردها المالية زيادة كبيرة، مما يشهد على الاعتراف الدولي المتزايد بالمنظمة بوصفها موردا فعالا لخدمات التنمية الصناعية التحفيزية.

تتماشى هذه الأهداف الاستراتيجية مع خطط الأمم المتحدة واليونيدو والتي تم التصريح بها من العديد من المصادر في الخطط طويلة الأجل وخطط منتصف المدة ومن أجل تحقيق هذه الأهداف يقوم اليونيدو بالتالي:

- تشجيع التنمية الصناعية المستدامة في البلدان ذات الاقتصادات النامية أو المارة بمرحلة انتقالية.
- تسخير القوى المشتركة للحكومات والقطاع الخاص لتشجيع الإنتاج الصناعي القادر على المنافسة، وتعمل على إقامة شراكات صناعية دولية
- تشجيع التنمية الصناعية المنصفة اجتماعيا والسليمة بيئيا.
- تحليل الاتجاهات، ونشر المعلومات وتنسيق الأنشطة في تنميتها الصناعية.
- يوفر التعاون التقني للدول النامية لتنفيذ خطط التنمية المستدامة من أجل التصنيع في قطاعاتها، التعاونية العامة والخاصة.
- والهدف النهائي لمنظمة اليونيدو هو إيجاد حياة أفضل للناس بإرساء قاعدة صناعية للرخاء والقوة الاقتصادية على المدى الطويل. يتركز نشاط اليونيدو إلى حد كبير في البلدان النامية، مع الحكومات ورابطات الأعمال التجارية، والشركات الفردية. المنظمة «الوحدات الخدمية» والصناعية والحكم والإحصاء، ترويج الاستثمار والتكنولوجيا والقدرة التنافسية الصناعية والتجارة والقطاع الخاص للتنمية، والصناعات الزراعية، الطاقة المتجددة وتغيير المناخ، وبروتوكول مونتريال والإدارة البيئية.

كيف يُستخدم "الذكاء الاصطناعي" في إظهار المشاعر؟

تستخدم إحدى شركات الذكاء الاصطناعي (AI) الإيطالية المتخصصة في قراءة اللغة الطبيعية ودلالاتها، تقنية الذكاء الاصطناعي الخاصة بها لاستخراج العواطف والمشاعر من ٦٣٠٠٠ منشور على وسائل التواصل الاجتماعي باللغة الإنجليزية، خاصة على Twitter، كل ٢٤ ساعة؛ لإنشاء تحليل دلالي لمشاعر الناس في ظل انتشار جائحة COVID-19.

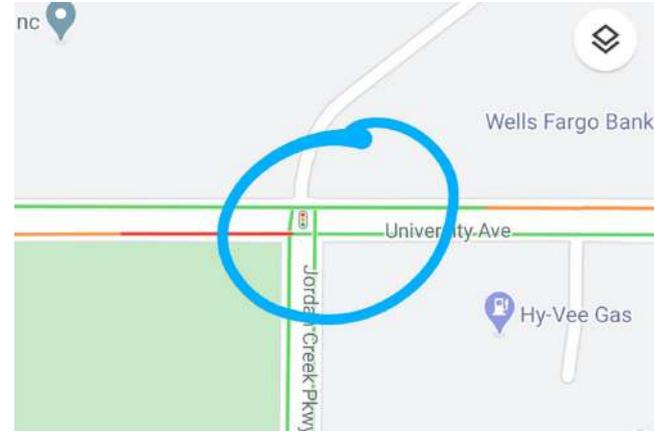
يجمع نظام "Expert" البيانات في نفس اليوم والإطار الزمني أسبوعياً، وهو ١٠ صباحاً بتوقيت شرق الولايات المتحدة (٣ مساءً بتوقيت وسط أوروبا)؛ حيث يتم تحليل هذه البيانات كل ٢٤ ساعة وتفسيرها، وطبقت الشركة الهاشاجات الأكثر استخداماً والمتعلقة بفيروس كورونا لتحليل وحول هذا الموضوع قال والت مايو؛ الرئيس التنفيذي لمجموعة Expert System Group: "إن تحليل المعنويات التي يظهرها مستخدمو وسائل التواصل الاجتماعي تظهر أن الخوف والقلق بشأن أزمة كورونا، وكيف تتكشف والجهود المبذولة لمكافحتها، تهيمن على الاتصالات".

وأضاف: "رأينا أيضاً انتقادات متزايدة للسلوك الفردي الذي يُعتبر غير مسؤول، ويتعارض مع النصائح باتباع التباعد الاجتماعي والتوصيات أخرى التي تؤدي إلى "تسوية المنحنى"، لكننا رأينا أيضاً تعبيرات متزايدة عن الامتنان تجاه العاملين في مجال الرعاية الصحية وبوادر الأمل الناشئة على نطاق أوسع".

ويعتقد Mayo أنه من المهم مراقبة التغييرات في معنويات الناس؛ لأن سلوك الأفراد هو عامل مهم في نجاح استراتيجية مكافحة الفيروسات، وتُظهر البيانات أن الخوف هو أكثر المشاعر انتشاراً.

ولفت إلى أن بيانات المشاعر أشارت، في أوائل أبريل الماضي، إلى أن الناس كانوا خائفين لأنهم يرغبون في العودة إلى حياتهم الطبيعية؛ حيث كانوا يصرون على الإجابات سواء فيما يتعلق بتطور الوباء وإجراءات مكافحة الفيروس، وتم توجيه انتقادات شديدة إلى أولئك الذين لم يحترموا قواعد المبادئ للسلامة وغيرها من السلوكيات التي من شأنها أن تمنع انتشار الفيروس.

جدير بالذكر، أن البيانات في ١٧ أبريل ٢٠٢٠، أظهرت مشاعر إيجابية، بما في ذلك الأمل والحب الذي تم التعبير عنه تجاه موظفي الرعاية الصحية؛ حيث أظهرت زيادة طفيفة من ٢١,٦٪ إلى ٢٣,٩٪ في ٢٤ ساعة.



لمستخدمي أجهزة أندرويد

خرائط جوجل.. نظّم إشارات المرور في الشوارع

يستخدم الملايين من الأشخاص خرائط جوجل للتنقل بشكل يومي، وغالباً ما تبني الشركة مزايا جديدة لتحسين خدمة الخرائط لديها. والآن تم الكشف عن أن خرائط جوجل تختبر إظهار إشارات المرور في الشوارع على الأجهزة العاملة بنظام أندرويد فقط.

وحصل الأشخاص الموجودون في Droid-Life على العديد من لقطات الشاشة تظهر تطبيق خرائط جوجل وهو يعرض إشارات المرور، حيث أظهر المستخدم الذي يعيش في West Des Moines، التي ستصبح قريباً مدينة Google Fiber، عدة نقاط مختلفة حول المدينة تُظهر إشارات المرور بوضوح عند التقاطعات، حيث يمكن رؤية الأضواء في عرض الخريطة التقليدي وكذلك أثناء وضع التنقل.

إلى ذلك يزداد حجم الرموز أثناء التنقل، لكن جوجل لم تدرجها بعد في قائمة الإرشادات، ولم تسلط الضوء على مكانها على طول مسارك، وما إلى ذلك.

كما يمكن أن تكون هذه الوظيفة مفيدة لعدد من الأسباب، إلا أنه في التنقل بشكل خاص، قد تكون مفيدة للتخطيط المستقبلي وعدم الوقوع في الخطأ إذا واجهت إشارة مرورية. لكن لن تتمكن خرائط جوجل من عرض الحالة الحالية للإشارة المرورية، ويبدو أن هذا الاختبار قد يقتصر على مناطق أو مدن معينة فقط.

وربما يمكنك أن تتخيل كم هي مفيدة هذه الميزة الجديدة في تطبيق خرائط جوجل، حيث ستتيح للمستخدم معرفة ما إذا كان مساره ممتلئاً بإشارات المرور.

يذكر أن أبل أطلقت هذه الوظيفة لخدمة الخرائط الخاصة بها العام الماضي.

6 نصائح لشراء أجهزة ذكية



دوت.نت

من تجنب شراء هذا المنتج بشكل حاسم. ويمكن، في هذا السياق، استشارة موقع "إيفيكسنت" الإلكتروني، الذي يقدم إرشادات حول إصلاحات الأدوات الذكية. كما يقدم الموقع تقييمات لبعض المنتجات ويقوم بتحليل مدى سهولة إصلاحها.

٢- هل البطارية قابلة للاستبدال؟

يعد أحد أوضح المؤشرات على جدارة ومثانة المنتج هو ما إذا كانت البطاريات قابلة للاستبدال. ويتم تشغيل الأدوات التي تعمل بدون أسلاك بواسطة بطارية ليثيوم أيون، والتي يمكن شحنها فقط لعدد محدود من المرات قبل أن تتدهور.

ولحسن الحظ، تحتوي معظم الهواتف وأجهزة الكمبيوتر المحمولة على بطاريات يمكن استبدالها بمحترفين. لكن يوجد بعض المنتجات الأكثر إحكاماً، والتي تحتوي على مكونات ملتصقة ببعضها البعض ومغلقة بإحكام، مما يجعل استبدال بطارياتها مستحيلًا.

٣- هل المنتج موثوق؟

يوجد للمنتجات التقنية، مثلها مثل الأجهزة المنزلية، معدلات فشل، أو نسبة القطع السليمة إلى الوحدات المعيبة. ويمكن أن تعطي الأسعار الخاصة ببعض المنتجات فكرة عن مدى الثقة بالعلامة التجارية.

٤- هل ينبغي إنفاق مزيد من المال؟

هناك قاعدة أخرى يجب وضعها في الاعتبار وهي زيادة الاستثمار في منتج لجعله يدوم. ولا يعني ذلك أنه يجب شراء أعلى هاتف أو جهاز كمبيوتر في الأسواق، وإنما يعني بالفعل الاستثمار في التكوينات، التي تجعل المشتري أكثر سعادة على المدى الطويل.

٥- هل برامج تشغيل الجهاز سهلة التحديث ولمدة طويلة؟

نظرًا لأن العديد من الأجهزة الحديثة، مثل الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية، تفتقر في الغالب إلى إمكانية فك الأجزاء واستبدالها بأخرى، ويصعب توصيل أجزاء خارجية للبعض منها، فإن برامج تشغيل تلك الأجهزة تلعب دورًا قويًا في تحديد طول عمرها. إنه بعد توقف شركة ما عن توفير تحديثات البرامج لأحد أجهزتها، يمكن بدء توقع حدوث مشكلات، مثل توقف التطبيقات المفضلة عن العمل بشكل مناسب.

٦- هل يقدم الجهاز حلاً لمشكلة أساسية؟

تقدم العديد من الشركات ما يسمى بأجهزة المنزل الذكي، وهي في الغالب أجهزة تقليدية مزودة بأجهزة استشعار لاسلكية وإمكانية الاتصال بالإنترنت.

عندما يقوم الكثيرون بشراء أجهزة جديدة هذه الأيام، نادرًا ما يفترضون أنها ستدوم طويلًا، ويتوقعون أيضًا أن استخدام الهاتف الذكي أو الكمبيوتر المحمول سيستمر لطالما أن الشركات تعمل على تطوير منتجاتها.

كما أن هناك شريحة من المستهلكين ممن يشعرون، في مرحلة ما، بأنه يجب عليهم التخلص من الجهاز المستهلك والبحث عن بديل أكثر حداثة، إذ يجب أن يكون لديهم أحدث وأقوى كاميرا، على سبيل المثال. ويجب أن يكون لديهم تطبيقات تعمل بشكل أسرع وشاشات أكثر إشراقًا.

ولكن يجب أن يؤخذ في الحسبان أن الكثير من هذه الحالات هي نتاج لمجهود وخطط يقوم بتنفيذها محترفو التسويق من أجل التسلل إلى اللاوعي للمستهلكين. ففي حقيقة الأمر إن الإلكترونيات الاستهلاكية، مثل الهاتف الذكي أو الكمبيوتر المحمول أو الكمبيوتر اللوحي، يمكن أن تستمر لسنوات عديدة. ويمكن تحقيق ذلك ببساطة من خلال بعض البحث للحصول على التكنولوجيا التي ستستمر. ومن المرجح أن عملية البحث ستكون ذات أهمية متزايدة في الركود الناجم عن أزمة جائحة كورونا، والتي ستجبر الكثيرين على ترشيد إنفاقهم.

أجهزة ذكية

شراء ما تحتاج له

تقول كارول مارس، مدير التطوير التقني والابتكار في اتحاد الاستدامة الأميركي، المعني بالاستدامة السلع الاستهلاكية وترشيد الاستهلاك: "إنها مسألة شراء ما تحتاج إليه فعليًا، وليس ما تقول الشركات إنك بحاجة".

وإنه من البديهي أن يتم اختيار التكنولوجيا بشكل استراتيجي مع عمر تخزين أطول، إذ ينطوي الأمر على تقييم مدى سهولة إصلاح منتج معين أو عدم الحاجة إلى إصلاحه وتحديد متى يكون من المنطقي أن يتم استثمار المزيد من المال.

وفيما يلي عدد من الأسئلة، التي يوصي الخبراء بضرورة طرحها، ووضع الإجابة عنها في الاعتبار على المدى الطويل:

١- هل الجهاز الجديد سهل الإصلاح؟

ويشدد الخبراء على أنه في المرات القادمة التي يتم فيها التسوق وشراء منتج إلكتروني، يجب أن يتم التأكد من سهولة إصلاحه وهل من الممكن إصلاحه بواسطة مراكز صيانة متخصصة. وإذا تبين وجود صعوبة في الإصلاح أو نقص في قطع الغيار أو عدم توافر مراكز صيانة فلا بد



لهذه الأسباب.. استخدم تطبيق «جوجل» دو بدلاً من زوم!

في حين أن تطبيق مكالمات الفيديو زوم Zoom قد يكون التطبيق الأكثر شهرة في عام ٢٠٢٠ بعد صعوده السريع مع توجه الأشخاص للعمل من المنزل بسبب تفشي فيروس كورونا، ولكن إذا كنت تتطلع إلى استعمال تطبيق لمكالمات الفيديو فقط للدراسة مع أفراد العائلة والأصدقاء فإن تطبيق (غوغل دو) Google Duo هو في الواقع خيار رائع للغاية، للعديد من الأسباب. فيما يلي ٣ أسباب لاستخدام Google Duo بدلاً من Zoom للتواصل مع العائلة والأصدقاء:

١-سهولة الاستخدام:

إذا كان لديك هاتف يعمل بنظام التشغيل أندرويد، فإن استخدام تطبيق (جوجل دو) سيكون أكثر من مناسب لك، حيث يتميز التطبيق بالبساطة وسهولة الاستخدام، بمجرد تسجيل الدخول والموافقة على طلب الأذونات اللازمة ستكون مستعداً للدراسة مع عائلتك أو أصدقائك الذين لديهم التطبيق. كما يمكن تثبيت التطبيق في أي جهاز تقريباً، مثل: هواتف أندرويد، وآيفون، والشاشات الذكية، وحتى يمكنك استخدامه عبر متصفح الويب حيث لا يتطلب رقم هاتف، كما ستجد أن واجهة التطبيق بسيطة للغاية، كل ما عليك فعله هو كتابة رقم الهاتف في الحقل المخصص لذلك لبدء المكالمات، أو يمكنك النقر على جهة اتصال موجودة سابقاً في هاتفك للاتصال بها. هذه البساطة مناسبة للجميع، ويمكن أن تكون ضرورية خاصة للمستخدمين الذين ليس لديهم مهارات تقنية، مثل: كبار السن.

٢-التطبيق يدعم الكثير من الميزات:

يدعم تطبيق جوجل دو مكالمات الفيديو مع ما يصل إلى ٣٢ مشاركاً في الوقت نفسه، بالإضافة إلى المزيد من الميزات الأخرى، مثل: تشفير المكالمات بتقنية (من طرف إلى طرف) بحيث لا يمكن لأي شخص آخر الوصول إلى محتوى مكالماتك حتى شركة غوغل نفسها. كما يحتوي التطبيق على ميزة وضع الإضاءة المنخفضة التي تتيح لك رؤية المشاركين بغض النظر عن مستوى إضاءة البيئة المحيطة بهم، ودعم التحدث في الوضع الرأس أو الأفقي، وفلاتر الواقع المعزز، وإمكانية ترك رسائل فيديو للأشخاص الآخرين إذا لم يكن لديك وقت للتحدث.

٣-جودة المكالمات:

يتفوق تطبيق (جوجل دو) بشكل كبير على تطبيقات مكالمات الفيديو الأخرى، فيما يتعلق بجودة الفيديو وخاصة عندما تكون شبكة الاتصال ضعيفة، حيث يقلل التطبيق بسلامة من استهلاك البيانات للحفاظ على أعلى جودة للمكالمة. كما يمكنك التبديل إلى وضع الصوت فقط إذا وجدت أن الشبكة متقطعة أو ضعيفة في منطقتك، ويقوم التطبيق أيضاً بالتنقل بين اتصال الواي فاي وبيانات الهاتف بسلامة دون فقدان الاتصال حتى تتمكن من مواصلة الدراسة في أي وقت. التطبيق متاح مجاناً لمستخدمي أجهزة أندرويد في جوجل بلاي، ولمستخدمي أجهزة آيفون وأيباد في آب ستور، كما يتوفر منه إصدار للويب.

حافظ على بياناتك.. طريقة بسيطة لفنح هاتفك السامسونج إذا نسيت كلمة المرور

هل عانيت من قبل لعدم قدرتك على فتح هاتفك السامسونج بسبب نسيانك كلمة المرور، وخوفك من إعادة الجهاز لوضع المصنع وفقدان البيانات؟ حسن، هذه المشكلة لها حل بسيط، يمكنك من إلغاء قفل هاتف «سامسونج» بدون فقدان البيانات المهمة على الهاتف، شرط أن يكون لديك حساب «سامسونج» مسجلاً على الهاتف.

تعتمد طريقة فتح الهاتف بدون كلمة السر على استخدام خدمة «Find My Mobile» من «سامسونج»، ويمكنك اتباع هذه الخطوات لإلغاء قفل الهاتف:

استخدم هاتفاً ثانياً غير الهاتف المغلق، لتتمكن من الوصول لخدمة «Find My Mobile»، وسجل الدخول من خلال كتابة «سامسونج ID» الخاصة بك وكلمة المرور. بعد تسجيل الدخول، يتم تحويلك تلقائياً إلى خريطة يتم عرض فيها جميع الأجهزة المسجلة على هذا الحساب وأماكن تواجدها. ومن خلال الجانب الأيمن من الشاشة يمكنك ملاحظة وجود بعض الإجراءات التي يمكنك القيام بها مثل رنين الهاتف، وقفل الهاتف في حالة السرقة، وحذف بياناتك من الهاتف بضغط واحدة، إضافة إلى فتح الهاتف (Unlock).

بعد الضغط على هذا (Unlock) تظهر لك صفحة أخرى تطلب منك إدخال بيانات حساب سامسونج، وبعد ذلك اضغط على متابعة أو «Next».

والآن يمكنك الرجوع إلى هاتفك وملاحظة عدم وجود قفل شاشة نهائيًا على الهاتف وبدون فقدان البيانات والتطبيقات الخاصة بك.



العلاج المغناطيسي.. نقلة نوعية في الرعاية الصحية

فريدة يعقوب

مقالات

العلاج المغناطيسي هو أحد أنواع وسائل العلاج بالطب البديل التي تستخدم الطاقة المغناطيسية في علاج الكثير من الأمراض التي تصيب الجسم، والمغناطيس في حد ذاته لا يقوم بالشفاء، بل يهيئ بيئة متوازنة للجسم للإسراع من عملية الشفاء.

فقد أثبتت الدراسات العلمية الحديثة أن قوة المجال المغناطيسي للأرض قد قلت بنسبة ٥٠٪ عما كانت عليه منذ قرون مضت؛ مما أدى إلى نقص كمية الطاقة المغناطيسية التي يستفيد جسم الإنسان منها. كما ساهم مجتمعنا الصناعي الحديث بما يحيطنا به من أطر ومعدات معدنية - تمتص جزءاً من الطاقة المغناطيسية المنبعثة لنا من الأرض - في تقليل فائدة وقوة الطاقة المغناطيسية التي يمكننا الحصول عليها.

لذلك تعتمد فكرة العلاج المغناطيسي على نفس قواعد الطاقة المغناطيسية في الطبيعة. حيث تخترق الطاقة المغناطيسية الجلد في موضع معين لتمدن عن طريق الشعيرات الدموية الموجودة في الجلد المغطي لهذا الموضع، فتسير في الدم حتى

تصل إلى مجرى الدم الرئيسي الذي يغذي جميع الشعيرات الدموية الموجودة بالجسم. ويرجع امتصاص الطاقة المغناطيسية في الدم إلى احتواء هيموجلوبين الدم على جزيئات حديد وشحنات كهربية أخرى تمتص هذه الطاقة المغناطيسية؛ فينشأ تيار مغناطيسي في مجرى الدم يحمل الطاقة المغناطيسية إلى أجزاء الجسم المختلفة. وتتسبب الطاقة المغناطيسية الممتصة في تحفيز الأوعية الدموية فتتمدد، وبالتالي تزداد وتحسن الدورة الدموية؛ مما يؤدي لزيادة تدفق الغذاء -المتمثل في الطعام والأكسجين- إلى كل خلايا الجسم فتساعده على التخلص من السموم بشكل أفضل وأكثر كفاءة. وبالتالي تعادل المحتوى الهيدروجيني لخلايا وأنسجة الجسم، فتساعده هذه البيئة المتوازنة على تحسين أداء وظائف الجسم، وبالتالي يشفي الجسم نفسه بنفسه.

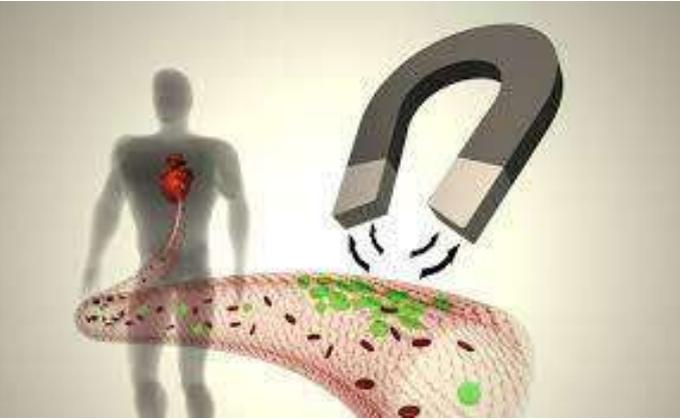
فالطاقة المغناطيسية تساعد الجسم على أن يشفي نفسه بنفسه عن طريق تحفيز الكيمياء الحيوية الموجودة في الجسم وبالتالي يحدث الشفاء بطريقة تلقائية.

ويلاحظ أن للطاقة المغناطيسية تأثيراً على كل أجزاء الجسم، وهذا التأثير قد يظل عدة ساعات حتى بعد إبعاد المجال المغناطيسي عن الجسم.

فوائد العلاج المغناطيسي

للعلاج بالمغناطيسية فوائد عديدة منها على سبيل المثال وليس الحصر ما يلي:

- زيادة قدرة هيموجلوبين الدم على امتصاص جزيئات الأكسجين مما يزيد من مستويات الطاقة بالجسم.
- تقوية خلايا الدم غير النشطة مما يؤدي لزيادة عدد الخلايا في الدم.
- تمدد أوعية الدم برفق مما يساعد على زيادة كمية الدم التي تصل إلى خلايا الجسم. فيزداد إمدادها بالغذاء وتزداد قدرتها على التخلص من السموم بشكل أكثر فاعلية.
- تقليل نسبة الكوليسترول في الدم وإزالته من على جدران الأوعية الدموية؛ مما يؤدي لتقليل ضغط الدم المرتفع للمعدل المناسب.
- تعادل الأس الهيدروجيني في سوائل الجسم مما يساعد على توازن الحمض مع القلوي بالجسم.
- إنتاج الهرمونات وإطلاقها بزيادة أو يقل تبعاً لمتطلبات الجسم في أثناء فترة العلاج.
- تعديل أنشطة الإنزيمات بالجسم بما يتناسب مع احتياجاته.



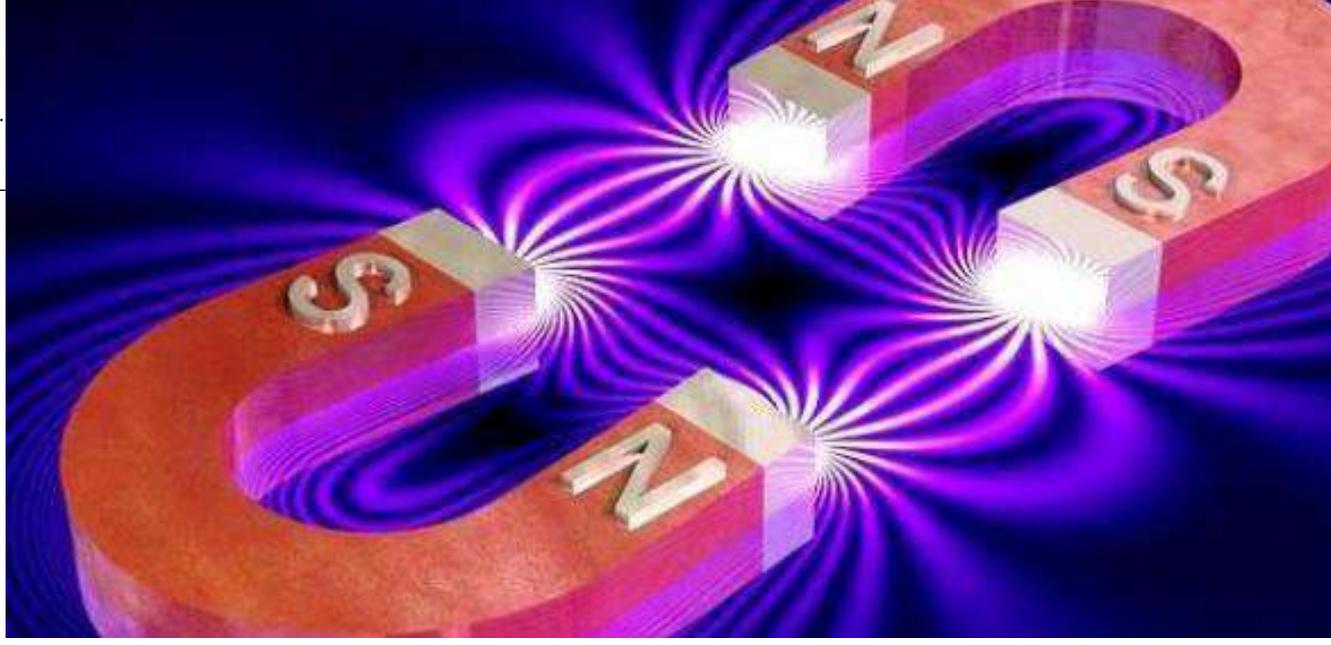
- زيادة سرعة تجدد خلايا الجسم مما يساعد على تأخير الشيخوخة.
- تساعد على تنظيم وظائف الأعضاء المختلفة بالجسم.
- تساعد على التخلص من الإحساس بالألم عن طريق تهدئة الأعصاب، فعندما يتم إرسال الإشارات التي تعبر عن الألم للمخ تقوم الطاقة المغناطيسية بتقليل النشاط الكهربائي وتغلق قنوات وصول هذه الإشارات للمخ؛ فيزول الألم.

الحالات التي يمكن علاجها بواسطة العلاج المغناطيسي

في دراسة قام بها د. ناكاجاوا مدير مستشفى إسوزا بطوكيو Dr. N. Nakagawa Chief of Tokyo's Izusa Hospital استخدم فيها العلاج المغناطيسي لعلاج ١١ ألف مريض يعانون من تشنج العضلات في الأكتاف ومنطقة الرقبة، قد تحقق الشفاء بنسبة ٩٠٪ من بين هؤلاء المرضى.

ومن الحالات التي يمكن علاجها باستخدام العلاج المغناطيسي ما يلي:

- خشونة وضعف مفاصل الأيدي والأرجل والأذرع والأقدام والأكتاف.
- المشاكل الهضمية مثل: عسر الهضم، والتهاب المعدة... إلخ.
- عدم انتظام عمليات التمثيل الغذائي بالجسم مثل نقص إنتاج الأنسولين.
- شفاء بعض أنواع السرطان.
- الإصابات مثل الجروح والحروق.
- النزيف الذي ينتج عن ضعف الأنسجة والأعضاء مثل نزيف اللثة.
- الأشكال المختلفة لالتهاب المفاصل.
- كسور المفاصل والعظام.
- عدوى وحصى الكلى.
- انثناء المفاصل في أي جزء من أجزاء الجسم.
- عدم انتظام عملية التنفس مثل أمراض الربو والالتهاب الشعبي.
- المشاكل الجلدية مثل حب الشباب والإكزيما.
- تغير تحرك أيونات الكالسيوم بحيث تزداد في مناطق كسور العظام لتساعد على سرعة التئامها، أو تقل في مناطق المفاصل لعلاج الالتهابات التي تصيبها.
- والعلاج المغناطيسي لا يهدف إلى علاج أمراض بعينها بقدر ما يهدف إلى إمداد الجسم بظروف مثالية؛ مما يساعده على أن يشفي نفسه بنفسه. فكما ذكرنا من قبل أن كل الجسم يتأثر بالطاقة المغناطيسية بغض النظر عن المنطقة التي يعالجها في الجسم.



ويجب الاحتفاظ بالمغناطيس الكهربى بعيداً عن أجهزة الكمبيوتر، وبطاقات الائتمان، والفيديو، والبطاريات الموجودة في ساعات اليد والسماعات، والتليفونات المحمولة... إلخ.

نوع القطب المغناطيسي الذي يستخدم على الجسم

يتميز القطب الشمالي للمغناطيس باحتوائه على طاقة سلبية ويتميز عادة بلونه الأخضر لذلك يسمى (القطب الأخضر) وله تأثير كبير على النمو، حيث يحفز كل أشكال الحياة؛ لذلك لا يجب استخدامه في علاج العدوى والبكتيريا، إلا أن له تأثيراً كبيراً على تهدئة الأعصاب وإزالة الشعور بالألم أو تخفيفه؛ لذلك فاستخدامه أكثر شيوعاً في علاج التهابات المفاصل والأمراض الجلدية والحروق والام الأسنان وعلاج بعض أنواع السرطان، وأمراض الجهاز الهضمي.

أما القطب الجنوبي فيتميز باحتوائه على طاقة موجبة، ويتميز بلونه الأحمر لذلك يسمى (القطب الأحمر) وهو أقل استخداماً من القطب الشمالي إلا أن له فائدة في إسراع تجلط الدم لذلك يساعد في علاج نزيف الجروح، كما يقلل من أيونات الكالسيوم غير الطبيعية بالجسم. ويساعد على إذابة الدهون وإزالتها من على جدران الشرايين والأوردة.

كما يوصي بعض خبراء العلاج بالمغناطيسية باستخدام القطب الجنوبي للمغناطيس في علاج الجسم في نصف الكرة الأرضية الجنوبي، واستخدام القطب الشمالي للمغناطيس في علاج الجسم في نصف الكرة الشمالي.

سوق المنتجات المغناطيسية

ويستخدم العلاج بالمغناطيسية عدد كبير من لاعبي الجولف أو لاعبي الرياضات المختلفة بشكل أساسي ويومي؛ لما له من تأثير فعال في تقليل الإحساس بالألم وشفاء الكسور والتهابات المفاصل والتنام الجروح. ولا تزال قيمة مبيعات المنتجات المغناطيسية (كالأقراط المغناطيسية والأساور المغناطيسية - والنعال المغناطيسية... إلخ) في تزايد مستمر حتى وصلت في السنوات الأخيرة إلى حوالي ١٥٠ مليون دولار سنوياً.

فنحن نقف الآن على أعتاب علم حديث هو في حقيقة الأمر قديم. وهذا العلم قد يؤدي إلى حدوث نقلة هائلة في مجال الرعاية الصحية والطب البديل على مدار الأعوام القليلة القادمة. عندئذ لن يكون عجباً قولنا بأنه من بين كل خمسة أمراض تصيب الجسم يمكن علاج أربعة منها عن طريق العلاج المغناطيسي.

وقد أطلق د. كيميث مكليين (Dr. Kenneth McLean) أحد علماء معهد المغناطيسية بولاية نيويورك الأمريكية على العلاج بالمغناطيسية أنه عطية من الله؛ حيث أنه يفيد في علاج كل الأمراض وبدون أعراض جانبية تذكر.

هل العلاج المغناطيسي آمن؟

ومما يحسب للعلاج بالمغناطيسية أنه ليس دواء إدمان مثل بعض الأدوية، كما أنه لا يتفاعل مع أي دواء كما أوضحت الأبحاث أن أعراضه الجانبية ضئيلة جداً.

فالأعراض الجانبية للعلاج بالمغناطيسية قد تظهر -إن وجدت- بشكل واضح لعدة أيام قليلة بعد العلاج بالمغناطيسية؛ لأنه يساعد الجسم على التخلص من السموم وزيادة قدرته على امتصاص السوائل. وقد تظهر الأعراض متمثلة في الصداع والأرق وارتفاع درجة حرارة الجسم. وهذه الأعراض تزول بعد يوم أو يومين من العلاج وبشكل تلقائي.

البدء في العلاج

إن درجة شدة المرض ومدته هي التي تحدد قوة حجر المغناطيس المستخدم. ومن الأفضل أن يبدأ المريض باستخدام حجر مغناطيس ذي قوة منخفضة، ثم يزيد من قوته تدريجياً بعد ذلك، ويجب أن يتم معالجة الأطفال، والصغار، وكبار السن عن طريق مغناطيس كهربى منخفض القوة.

كما وجدت الأبحاث أن فترة العلاج بالمغناطيسية تزداد إذا كان المريض يعاني من الأنيميا، أو نقص الكالسيوم، أو العلاج بعقاقير تخمد نظام المناعة التلقائي بالجسم.

حالات يصعب معها استخدام العلاج المغناطيسي

هناك حالات يصعب علاجهم بواسطة العلاج المغناطيسي مثل:

- النساء الحوامل
- الأشخاص الذين يعانون من نوبات الصرع.
- الأشخاص الذين يعيشون بالقرب الصناعي
- الأشخاص الذين تحتوي أجسادهم على أجزاء تعويضية معدنية مثل الأطراف الصناعية.
- كما لا يجب استخدام مجال مغناطيسي شديد القوة على الأطفال، أو العيون، أو منطقة المخ، أو القلب.
- لا يجب أن يستخدم قطب جنوبي شديد القوة للمغناطيس في علاج الأورام وحالات السرطان وحالات العدوى البكتيرية والفيروسية.

معالجة مياه الصرف بالأوزون قد تؤدي إلى إنتاج مركبات سامة

م/محمد عبد الحميد

مقالات

إلى إنتاج «النيتروميثان»، الذي يمكن أن يكون قد تشكل بالفعل بعض الأدوية التي تحتوي على النيتروجين، يجري التخلص منها في مياه الصرف الصحي، بما في ذلك بعض المنشطات أو المنبهات، مثل «الإيفيرين» و«الميثامفيتامين»، وبعض مضادات الاكتئاب، وفي المرحلة اللاحقة من عملية المعالجة بإضافة الكلور، يؤدي ذلك إلى تحويل مادة «النيتروميثان» إلى «كلوروبكرين».

وأوضح ماكوري، في تصريحات لـ«العلم»، أن الأوزون يقوم بأكسدة بعض المركبات النيتروجينية العضوية، مما يؤدي إلى إنتاج مركبات «النيتروميثان»، ومن ثم يمكن تحويل هذه المركبات إلى «هالونيتروميثان»، نتيجة عملية تطهير المياه عن طريق إضافة الكلور إلى عملية المعالجة، وهو ما يُعرف بعملية «الكلورة»، مضيفاً: «لكن هناك حاجة إلى مزيد من العمل لتحديد إسهام الأدوية الفردية في مركبات النيتروميثان في المياه العادمة».

وعما إذا كانت هناك تقنيات متاحة لفصل مركبات «النيتروميثان» من المياه المعالجة، قبال «ماكوري»: إن «فاعلية التقنيات المختلفة للمعالجة في التخلص من النيتروميثان الناتج عن استخدام الأوزون، هو أمر نعمل على دراسته في الوقت الراهن، ومن المتوقع التوصل إلى نتائج بهذا الشأن في وقت لاحق من العام الجاري».

يضيف «ماكوري»: من الواضح، حتى الآن، أن التقنيات المتقدمة المستخدمة لمعالجة المياه العادمة وإعادة استخدامها مرة أخرى، مثل تقنية التناضح العكسي، أو الأكسدة المتقدمة باستخدام الأشعة فوق البنفسجية، أو باستخدام «بيروكسيد الهيدروجين»، لم تثبت فاعلية كبيرة فيما يتعلق بالتخلص من «النيتروميثان»، إلا أنه، على مستوى المعالجة البيولوجية، يبدو أن «الكربون النشط» أحد العناصر الواعدة في هذا المجال، وهذا ما يبدو مشجعاً، خاصة أن هذا العنصر يُستخدم عادة بشكل مباشر، بعد مرحلة المعالجة بالأوزون.

في الوقت الذي يتزايد فيه القلق نتيجة ظروف ندرة المياه، تكتسب عمليات معالجة المياه العادمة وإعادة استخدامها مرة أخرى اهتمامًا متزايدًا حول العالم، إلا أن بعض الأساليب المستخدمة لقتل الميكروبات الضارة في مياه الصرف الصحي، قد تؤدي إلى ظهور منتجات ثانوية، يمكن أن تشكل تهديداً خطيراً على الصحة العامة للبشر.

هذا التحذير لفت انتباه عدد من الباحثين، بعدما اكتشفوا أن معالجة المياه العادمة باستخدام «الأوزون»، ثم «الكلور» في مرحلة لاحقة، يمكن أن تؤدي إلى تحويل بعض المكونات الكيميائية في مياه الصرف إلى مركبات ثانوية، يُطلق عليها اسم «هالونيتروميثان»، وفق دراسة نشرتها دورية «إنفيرونمنتال ساينس أند تكنولوجي» (Environmental Science & Technology).

وعادة ما تعتمد أساليب معالجة المياه العادمة على استخدام مزيج من الأوزون والكلور معاً لقتل أكبر عدد من البكتيريا والفيروسات في مياه الصرف الصحي، ولكن بالمقارنة مع طريقة المعالجة بالكلور وحده، فإن الأوزون يمكنه أيضاً تقليل فرص تشكيل العديد من المركبات الثانوية التي تحتوي على مواد سامة تشكل خطراً على صحة الإنسان.

وعلى الرغم من ذلك، اكتشف العلماء مؤخراً أن الأوزون قد يؤدي إلى زيادة تكوين مركبات «هالونيتروميثان»، التي قد يكون لها تأثيرات سامة، مثل «الكلوروبكرين»، الذي يُعد أحد المركبات الثانوية الناتجة عن معالجة المياه العادمة باستخدام الكلور.

وخلال هذه الدراسة، سعى الباحثان «جيامينج ليلي شي» و«دانيال ماكوري» إلى تحديد الجزيئات الموجودة في المياه العادمة، والتي قد يتم تحويلها إلى مادة «كلوروبكرين»، وكيف يحدث ذلك، عن طريق جمع عينات من مياه الصرف الصحي من ثلاث محطات معالجة في جنوب ولاية كاليفورنيا. اكتشف الباحثون أن طريقة المعالجة باستخدام الأوزون تؤدي



إدارة الأزمات والكوارث بالمؤسسات العامة



أ/ نبيل عمر

وإضرارها المادية والمعنوية، فهناك من يري أن حدوث واقعة مادية ينتج عنها وفيات وإصابات وخسائر مادية تعتبر كارثة، وهناك من يري أن انتشار وباء أو مرض معدى يسبب حالات وفيات يعتبر كارثة، وهناك من يري أن حدوث خسائر مادية نتيجة إعصار مدمر أو حدوث حرائق، يعتبر كارثة، تستوجب تدخل الدولة أو المجتمع الدولي لتقديم المساعدة والتقليل من الأضرار.

التنبؤ بالكوارث والأزمات

يجب تبني التنبؤ الوقائي كمتطلب أساسي في عملية إدارة الأزمات من خلال إدارة سبّاقة وهي الإدارة المعتمدة على الفكر التنبؤي الإلزامي لتفادي حدوث أزمة مبكراً عن طريق صياغة منظومة وقائية مقبولة تعتمد على المبادأة والابتكار وتدريب العاملين عليها. من النواحي العملية، نجد هناك العديد من النظريات العلمية والدارسات والبحوث التطبيقية والتعريفات المختلفة الأبعاد للأزمات، فمنهم من قال عن الأزمات إنها الصراعات والتوتر الاجتماعي والإداري والسياسي المفاجئ الذي يصيب الهيئات والمؤسسات العامة الحكومية، أو المؤسسات الخاصة التجارية والصناعية في المجتمع. ولكن كلمة (أزمة) هي كلمة عامة ومعروفة في الوسط الاجتماعي بأنها مشكلة يثير استخدامها في كثير من المجالات والنقاشات الحادة حول تحديد مفهوم معين أو اتجاه معين في القضايا العامة أو الخاصة، قد تكون سياسية أو اقتصادية أو عسكرية أو اجتماعية، والمقصود بفكرة (أزمة) هي المشاكل أو الأحداث التي تحدث في المجتمع وتزعزع استقرار الأمن الوطني للدولة وغير المتوقع حدوثها، ومن الصعب السيطرة عليها قبل حدوثها

بدأت الحاجة في العصر الحديث إلي علم مستقل يختص بالأزمات والكوارث، وكيفية إدارتها ومواجهتها، يطلق عليه « علم إدارة الأزمات والكوارث » وهو علم مؤسس كغيره من العلوم على مجموعة من الأسس والمبادئ العلمية والمفاهيم الخاصة به. وهذا ما يجعله علماً مختلفاً في أساليبه وتطبيقاته، عن العلوم الإدارية الأخرى والتي قد تختلط به. فإدارة الأزمات والكوارث تهدف إلي التحكم في أحداث مفاجئة، ومتفاقمة، والتعامل معها وتصنيفها ومواجهة آثارها ونتائجها، وهي إدارة تقوم على الدراسة والبحث، والمعرفة والتجارب المستفادة والتخطيط واستخدام المعلومات والبيانات كأساس للقرار السليم. تعمل إدارة الأزمات والكوارث من خلال التعامل الفوري مع الأحداث لوقف تصاعدها، والسيطرة عليها وتحجيمها وحرمانها من مقومات تعاضمها ومن أي روافد جديدة قد تكتسبها أثناء قوة اندفاعها. ويتضح أهمية ودور وسائل وأجهزة الإعلام المختلفة عند إدارة ومواجهة الأزمات والكوارث المختلفة، سواء قبل وقوعها أو أثناء حدوثها أو بعد الانتهاء منها، مما يستوجب إبراز هذا الدور وأهميته في توفير الأمن والاستقرار في المجتمع ككل. هناك العديد من التعاريف للأزمة والكارثة، وتختلف المفاهيم والروى في كل دولة ومجتمع، بحسب نظرتها للأزمة أو الكارثة، فهناك من يري أن الأزمة حدث مفاجئ يسبب ضغطاً لصانع القرار يستلزم مواجهة هذا الحدث بوسائل وأساليب علمية، تساعد على القضاء عليه قبل استفحاله، وهناك من يري أن سبب حدوث الأزمة عدم توقعها رغم ظهور علامات وإشارات لحدوثها، أو الفهم الخاطئ أو التعامل الخاطئ مع أحداثها، أما الكارثة فيختلف تعريفها بحسب حجمها

كيف نقدم الدعم النفسي للموظفين خلال أزمة كورونا

أ/ محمد محيي

مقالات

يأتي دور صاحب العمل أو المدير المباشر، حيث يجب عليه في الحالة أن يكون قائدا يقدم الدعم النفسي للموظفين. طرق واليات يمكن لأي قائد أن يطبقها ليخدم لفرقة الدعم النفسي المطلوب وقت الأزمات، ليس فقط من أجل نجاح واستمرار الشركة، ولكن أيضا للحفاظ على الصحة العقلية والنفسية للموظفين وهم أهم رأس مال تملكه أي شركة.

- امنح لموظفيك شعورا بالأمان والطمأنينة، أكد عليهم أن هذا الوضع مؤقت، وأن هذه الأزمة ستنتهي، كرر على أسماعهم دائما أنه بمجرد عبور الأزمة سنعود كعهودنا سابقا.

- إذا كنت كمدير سبق لك من قبل العمل عن بعد، شارك تجربتك مع فريقك، ابعث لهم مقطع فيديو تحكي فيه تجربتك، وركز فيه على مزايا العمل عن بعد، وإذا أمكن لا تذكر سلبيات أو تطرق إليها بشكل بسيط جدا ومختصر.

- لا تكن حازما بشكل مبالغ فيه مع موظفيك، ليس معنى هذا أننا نطلب منك أن تطلق لهم الحبل على الغارب، ولكن التفاوضي عن القليل في مثل هذه الظروف مطلوب لكيلا تنقل على نفسية فريقك الذي يعاني بالفعل من حالة قلق وتوتر.

- لو كنت أنت قائد فريق العمل، كن حريصا على أن توجه الشكر والتقدير للموظفين ولالتزامهم في العمل من المنزل، اطلب أيضا من صاحب الشركة أن يقوم بذلك، هذه الخطوة لها تأثير إيجابي كبير على أي موظف.

- تابع فريق عملك بشكل يومي، ولكن لا تجعلهم يشعرون أنك تراقبهم، بل اجعل تواصلك اليومي معهم سواء هاتفيا أو عن طريق الإنترنت، لتقديم الدعم النفسي ونشر التفاؤل، والاطمئنان على سير العمل، ومعرفة ما إذا كانوا بحاجة لأي مساعدة منك.

- لو حدث أن أصيب أحد موظفيك بفيروس كورونا، كن حريصا على التواصل اليومي معه، وعلى أن تقدم الشركة بنفسها المساعدة النفسية والمادية أيضا للموظف، وكن حريصا على أن يصل لباقي الفريق ما تقوم به مع الموظف المصاب، سيبعث ذلك الطمأنينة في نفوسهم لو حدث أن أصيب أحد منهم فيما بعد.

- في حالة عدم إمكانية أداء بعض الوظائف من المنزل، يجب أن تحاول الشركة قدر المستطاع إبقاء هؤلاء الموظفين بالمنزل مع دفع مرتباتهم، أما إذا كان هذا الحل صعبا، فيجب أن توفر لهم الشركة وسائل الوقاية من كحول وكمامات وغيره ليتمكنوا من أداء عملهم بأمان، مع تقليل ساعات عملهم قدر الإمكان.

يجب أن تعرف جيدا أنك كقائد لا تملك رفاهية الانهيار، لأن خوفك وقلقك من أزمة كورونا، وانهيارك، يترتب عليه انهيار فريقك بأكمله، كن قائدا متماسكا وإيجابيا، وبالتبعية ستجد فريق عملك كله كذلك.

في النهاية نحب منكم جميعا أن تشاركونا تجاربكم في العمل، وكيف يتصرف معكم قائد الفريق أو المدير المباشر؟ وماهي أشكال الدعم النفسي التي حصلت عليها من أماكن عملكم؟ وكيف ساهم ذلك في تحسين أدائكم كما وكيف في هذه الفترة؟



نعيش الآن وضعا غريبا علينا جميعا، حالة لم يواجهها جيلنا، وتجربة لم نمر بها من قبل، فليس من السهل علينا بعد أن كنا نعيش حياة طبيعية، ونذهب لعملائنا صباحا، ونلتقي بزملاء العمل، وبعدها نقضي وقتنا مع العائلة أو ننزه مع الأصدقاء.. ثم فجأة وفي أيام قليلة نجد أنفسنا مجبرين على الجلوس في البيت لفترة لا نعرف متى تنتهي، فجأة.. لا أصدقاء معنا ولا أهل حولنا ولا زملاء عمل نراهم يوميا، أصبحنا في حالة عزلة اجتماعية تامة، وفوق كل هذا يجب علينا أن نعمل يوميا من المنزل.

بالطبع في وضع مثل الذي نعيشه الآن نتيجة تفشي وباء كورونا في أغلب دول العالم، يكون التصرف الصحيح هو العزل بالمنزل، بالإضافة للعمل من المنزل طالما تتيح طبيعة العمل ذلك، لكن يجب أثناء اختيارنا لهذا التصرف الصحيح ألا نغفل وضع أي موظف كان معتاد على أن يذهب لعمله ويلتقي زملائه، ثم حرم من ذلك فجأة مع حرمانه أيضا من أي مظاهر أخرى للحياة الاجتماعية بعد العمل.

الحالة النفسية للموظف في وقت الأزمات تؤثر ليس فقط على حياته الشخصية ولكن على جودة ومعدل إنتاجه في العمل، وهنا

كيف نغلب على المشاعر السلبية في العمل

أ/ ريهام عفيفي

على سبيل المثال إذا قال موظف في أحد الاجتماعات إن الشركة لا تقدره نظراً لأسباب يراها منطقية من وجهة نظره، لا تتوقف وتلومه على رأيه الذي يراه منطقيًا، ولكن اطلب منه أن يوضح السبب وراء هذه النظرة وما هو المتوقع من الشركة لتغلب على هذا الأمر.

- حدد الموظف المُتَشائم وتحدث معه على انفراد:

من خلال تراكم الموقف من هذا النوع يمكنك تحديد الموظف المُتَشائم الذي دائماً ما ينظر للأمور على نحو سيء، ويدي بتعليقات سلبية، بعد ذلك

قم بسحب هذا الموظف وتحدث معه على انفراد حول تأثير تعليقاته على الزملاء، وينصح «

Jon Katzenbach» مؤلف كتاب

«حكمة فرق العمل Wisdom of Teams»

بأن تكون إيجابياً مع هذا

الموظف قدر الإمكان، وأن تعكس

له قيمته داخل فريق العمل،

ومن ثم تأثير سوئه على باقي

أعضاء الفريق»، وهذا سوف

يساعدك على فهم الأمور

من منظوره والوصول إلى

تشخيص لمشكلته ومن ثم محاولة

تصحيح الأمر.

- فرق بين الشخص والسلوك:

ركز على سلوك الموظف المُتَشائم وليس

ما يراه؛ لا تناقش سبب رؤيته المُتَشائمة

ولكن ناقش سلوكه وتأثيره على زملائه؛ لأن

هناك أنماط من الناس مُتَشائمون بطبيعتهم

وليدهم مشاعر سلبية تجاه أي شيء؛ لمشاكل متعلقة بهم، وأياً ما كانت الأسباب التي تدفعهم إلى مثل هذه المشاعر فإن ما يهمك هو عدم تأثيرهم على زملائه من خلال بث هذه المشاعر السلبية في إطار المواقف المختلفة.

- شكل الحكمة الجماعية لفريقك:

ضع قواعد ثابتة لأعضاء فريقك حول إبداء آرائهم تجاه أي موضوع (هل رأيهم سيفيد العمل وينعكس بشكل إيجابي على العملاء وعلى الشركة أم لا؟) فإذا ما اتبع موظفوك هذه

القواعد وسوف تظهر بوضوح الآراء السلبية من بين الآراء الإيجابية، وبالتالي سوف يُشكل هذا الأمر ضغطاً على صاحب الرأي السلبي وسوف يري بوضوح إنه سلبياً وسط زملائه وهم يدورهم سيرون أنه سلبي، ويُصنف هذا كنوع من العقاب الاجتماعي للموظف صاحب الرأي السلبي، وأحياناً تعد هذه الطريقة أكثر جدوى من تقويم سلوكه بشكل مباشر من خلال المدير.

- إذا لم يستجب، دعه يرحل:

إذا فقدت السيطرة على أحد الموظفين بعد توجيه النصائح له وكان سوئه غير قابل للتغيير، فالأفضل أن تأذن له بالرحيل سواء إلى فريق آخر أو حتى الرحيل من الشركة؛ لأن بعض الموظفين غير مناسبين لتقافة العمل في بعض الشركات، ومهما حاولت إصلاح سلوكه التشاؤمي فلن تنجح في ذلك وسوف يستمر في بث المشاعر السلبية في باقي أعضاء الفريق إلى أن يخرج الأمر عن السيطرة، وحتى لو كان هذا الموظف من الموهوبين فإن سلبيته سوف تؤثر على أداءه أيضاً، وهذا الحل

أجمع عليه أغلب الخبراء.

من أصعب التحديات التي تواجه المديرين هي إدارة موظف «مُتَشائم»... لديه مشاعر سلبية تجاه العمل، ولديه تعليقات سلبية على كل كبيرة وصغيرة تحدث في الشركة، خصوصاً وأن محاولة تجاهل هذا الموظف ليس حلاً، بل من الممكن أن تؤدي إلى المزيد من السلبية داخل الشركة.

يقول «Gal Butera» «الخبير في إدارة مكاتب العمل» إن الشعور السلبي الذي يبدأ بموظف من الممكن أن يُصيب قسماً بالكامل أو شركة بأكملها في أسوأ الظروف» بل وأحياناً قد يمتد تأثير هذا الموظف على المديرين أيضاً وفقاً لما أكدته أحد الدراسات التي أجريت في كلية «Kellogg» للإدارة بجامعة

«Northwestern».

وعندما نتحدث عن بيئة عمل سلبية فإن خطورتها تنعكس بالضرورة على تقدم الشركة وازدهارها، ففي دراسة أجرتها «كلية هارفرد للأعمال» حول تأثير الشعور السلبي على الشركات، تأكد أن هذه المشاعر السلبية تلحق بالشركة خسائر كبيرة؛ لأنها تؤدي إلى العديد من المشاكل مثل: تراجع أداء الموظفين، وفقدان العملاء وزيادة معدل الدوران وترك الوظيفة بين الموظفين».

وخطورة هذه المشاعر لا تنحصر عند هذا الحد، فوفقاً لما ذكره موقع «monster» فإنها تؤدي أيضاً إلى إصابة الموظفين بالعديد من المشاكل الصحية والنفسية مثل: ارتفاع ضغط الدم والاكتئاب والقلق المزمن وأحياناً أمراض القلب.

إذن السؤال الذي يطرح نفسه الآن، إذا كان تجاهل الموظف الذي يبث مشاعر سلبية في العمل ليس حلاً، فكيف يمكن للمديرين أن يتعاملوا مع هذا النوع من الموظفين لاحتواء خطورتهم؟! إذا عانيت من وجود هذا الموظف بين أعضاء فريقك لا تقلق فقد حاول العديد من الباحثين إيجاد حلاً لتلك المشكلة نظراً لخطورتها من بينهم «Ryan Bonnici» (مدير التسويق العالمي في شركة «HubSpot»)، وأيضاً البروفيسور «Roderick M. Kramer»، أستاذ السلوك التنظيمي وعلم النفس بجامعة «أكسفورد وهارفارد»، بالإضافة إلى البروفيسور «William R. Kimba» أستاذ إدارة الأعمال بجامعة «Stanford»، ومن خلال محاولات هؤلاء الباحثين استطعنا استخلاص مجموعة من الاقتراحات التي يُمكن للمديرين اتباعها للتعامل مع الموظف المُتَشائم ومعالجة تشاؤمه إلى سلوكيات إيجابية، وهذه الاقتراحات كما يلي:

- تحدث مع موظفك وتعرف على المشكلة:

بداية إذا شعرت أن فريقك تكونت لديهم مشاعر سلبية تجاه العمل أو الشركة، أول ما يجب عليك فعله هو الجلوس معهم وإجراء حواراً مفتوحاً؛ لتعرف على مشكلاتهم ونظرتهم للعمل وللشركة، ومن ثم حاول أن تجد حلولاً لتلك المشاكل التي ربما تسببت في تراكم هذه المشاعر لديهم، وهذه الخطوة تعد بمثابة بداية طريقك نحو معالجة مشاعر موظفك تجاه الشركة والعمل؛ لأنهم سيشعرون أنك تهتم لمشاعرهم وحرص على حل مشكلاتهم.

- توقف عند التعليقات السلبية:

إذا استمر فريقك في النظر للأمور نظرة مُتَشائمة، يجب أن تتوقف عند كل تعليق سلبي في الحال، وتطلب من صاحبه أن يوضح سبب نظرتهم للأمور على هذا النحو أو اطلب منه مزيداً من المعلومات بشأن رأيه في ذلك الموضوع، ثم بعد ذلك قم بتحويل مسار الحديث من نمط سلبي إلى نمط إيجابي، واطلب منه أن يقترح حلولاً لتلك المشكلة بدلاً من الاكتفاء بطرحها.



دور البنك الدولي في حماية البيئة (١)

الدكتور/محمد خلاف

نبذة مختصرة عن نشأة البنك الدولي وصندوق النقد الدولي: (١)

هما مؤسستان شقيقتان ضمن منظومة الأمم المتحدة تشتركان في هدف واحد هو رفع مستويات المعيشة في البلدان الأعضاء وتتيح المؤسستان منهجين متكاملين لتحقيق هذا الهدف حيث يركز الصندوق على قضايا الاقتصاد الكلي بينما يركز البنك على التنمية الاقتصادية ككل والحد من الفقر. ولقد تبلورت فكرة إنشاء البنك الدولي وصندوق النقد الدولي في مؤتمر دولي عقد في برينتونودز بولاية نيوهايبشير الأمريكية في يوليو سنة ١٩٤٤ وكان هدف المشاركين في المؤتمر هو وضع إطار للتعاون والتنمية في الميدان الاقتصادي من شأنه أن يرسياقتصادا عالميا أكثر إستقرارا وإزدهارا وإيزال هذا الهدف محوريا بالنسبة للمؤسستين لكن العمل الذي تنوعان به يشهد تطورا مستمرا لمواكبة المستجدات والتحديات الاقتصادية. ويعمل البنك الدولي على تشجيع التنمية الاقتصادية طويلة الأجل والحد من الفقر من خلال توفير الدعم الفني والمالي لمساعدة البلدان الأعضاء على إصلاح قطاعات معينة أو تنفيذ مشروعات محددة، مثل بناء المدارس والمراكز الصحية وتوفير المياه والكهرباء ومكافحة الأمراض وحماية البيئة. ومهمة الصندوق تشجيع التعاون النقدي الدولي ويقدم المشورة بشأن السياسة الاقتصادية والدعم في مجال تنمية القدرات لمعاونة البلدان الأعضاء في بناء إقتصاديات قوية والحفاظ عليها كذلك يقدم الصندوق قروضا ويساعدهم على وضع برامج للسياسة الاقتصادية بغية حل مشكلات ميزان المدفوعات حين يتعذر عليها الحصول على التمويل الكافي بشروط معقولة لتغطية مدفوعاتها الدولية الصافية ويقدم الصندوق أيضا قروضا قصيرة ومتوسطة الأجل لتمول في الأساس من مجموع المساهمات التي تدفعها البلدان الأعضاء في شكل إشتراكات للعضوية (٢).

ولا: توضيح دور البنك في حماية البيئة: وتعد الأهداف الشاملة لمجموعة البنك الدولي (٣) وهي القضاء على الفقر المدقع وتعزيز الرخاء المشترك في جميع البلدان الشريكة لها بطريقة مستدامة وقد بدأ البنك الدولي يتصدى رسميا لقضايا البيئة منذ عام ١٩٧٠ حين أنشأ رئيس البنك في ذلك الوقت مكتب شؤون البيئة ويعمل كوحدة إستشارية ووحدة مراقبة في ذات الوقت ويساعد العاملين في البنك على تحديد مشكلات البيئة المحتملة وضعها أو تجنبها ويقدم المساعدة التقنية والتوصية للعاملين في المشاريع ذات الأهداف البيئية التي ساعدها البنك ويضع مكتب شؤون البيئة كذلك مبادئ توجيهها ومعايير بيئية ويصدر كتيبات البيئة وبرامج الحاسبات الإلكترونية بعدد من اللغات ويساعدني تدريب العاملين في البنك وموظفي البلدان النامية على شؤون البيئة ويرتبط بإتصالات نشطة مع الأمم المتحدة وغيرها من الوكالات الدولية وكثير من المنظمات غير الحكومية ووسائل الإعلام وقد حدد البنك الدولي بوضوح أن موضوع تلوث البيئة أصبح مشكلة عالمية تؤثر على جميع بلدان الكرة الأرضية وبالتالي أصبح البنك الدولي مضطرا إلى ربط إسهاماته الفنية والمالية في المشروعات التنموية بمدى صلاحيتها من وجهة النظر البيئية.

وقد تم إدراج خمس نتائج لتلوث البيئة على وجه الشمول وهي:-

- تدهور الأرض.
- نضوب المياه النقية.
- التلوث الحضري الصناعي والزراعي.
- تدهور عموم الكرة الأرضية.
- تدهور الصحة

ولقد كان هذا الإصدار بمثابة الإعداد المبدئي لمؤتمر قمة الأرض الأول بالبرازيل عام ١٩٩٢م والذي تمخض عنه قرارات دولية كثيرة متعددة (٤) إن البنك الدولي مقتنع الآن بأن الطبيعة الواسعة لمشكلات البيئة عكس منها حديثا وجديدا وهو إدماج إدارة التنمية البيئية في وضع السياسات الاقتصادية على كل المستويات وإستكمال المنهج التقليدي

مقالات

ORLD BANK

ليبحث كل مشروعات على حده كما يدرك البنك أنه من الضروري أيضاً أن يكون هناك إهتمام خاص لتصميم الحوافز الاقتصادية بحيث تشجع الممارسات السليمة بيئياً. ومنذ ذلك الحين تم إدراج البيئة في الأعمال المعرفية لدى البنك الدولي وفي حوارات السياسات والاستراتيجيات القطرية والقطاعية والاستثمارات زادت مساندة أنشطة التكيف والتخفيف من آثار تغير المناخ ومكافحة التلوث وبرامج الصحة البيئية وتم تعزيز السياسات البيئية والأطر المؤسسية من خلال قروض السياسات. (٥)

ثانياً : المعوقات والتحديات التي تواجه البنك الدولي: (٦) وعلى الرغم مما تحقق من تقدم في الحد من الفقر عالمياً خلال ٢٠ عاماً مضت، فقد تحقق قدر أقل من التقدم على صعيد الإدارة المستدامة للبيئة. وباتت الجهود الإنمائية لمختلف البلدان معرضة للخطر بسبب التلوث، والصيد الجائر للأسماك، وفقدان التنوع البيولوجي، والإفراط في استخدام المياه والأراضي. وقد أصبح سكان العالم أكثر تعداداً ورخاءً. فقد زاد بالفعل عدد سكان العالم من ٦ مليارات نسمة عام ٢٠٠٢ إلى ٧ مليارات نسمة عام ٢٠١٣، مع توقع تجاوز العدد ٩ مليارات نسمة بحلول عام ٢٠٥٠. وإلى جانب نمو السكان، تحققت مكاسب ضخمة على صعيد زيادة الرخاء. فقد زاد عدد من أفلتوا من براثن الفقر في العشرين عاماً الماضية عن أي وقت آخر في تاريخ البشرية. كما زادت التجارة العالمية أكثر من ثلاثة أمثالها منذ عام ١٩٩٢، فيما تضاعف إجمالي الناتج المحلي في البلدان النامية بما يسمح بزيادة متناسبة في معدل الاستهلاك. ونتيجة لذلك، زادت كثافة الأنشطة الزراعية مما أدى إلى التلوث بالكيمويات الزراعية وإنهك التربة وإزالة الغابات. كما حفز الطلب على الغذاء زيادة استهلاك المياه الذي تضاعف ثلاث مرات في الخمسين عاماً الماضية. ومن المتوقع أن تزيد معدلات سحب المياه في البلدان النامية بواقع ٥٠ في المائة بحلول عام ٢٠٢٥. والآن، يعيش أكثر من نصف سكان العالم في المدن. وتشهد البلدان النامية أكثر من ٩٠ في المائة من أنشطة النمو الحضري، وأسفر ذلك عن حدوث تلوث خطير في الهواء والماء في أجزاء كثيرة من العالم. كما نمت الصناعات كثيفة الانبعاثات الكربونية والمسببة للتلوث في الغالب، مما يسهم في تغيير المناخ واستنزاف الموارد الطبيعية. ومن ناحية أخرى، فإن عواقب تغير المناخ المباشرة وطويلة الأجل - من ارتفاع درجة حرارة الأرض إلى زيادة حمضية المحيطات - تعرض للخطر أكثر ما تحقق من تقدم تجاه الحد من الفقر والنهوض بالتنمية. ومن الواضح أن مسارات النمو الراهنة تضع الكثير من الضغوط على البيئة التي تعاني بالفعل ضغوطاً شديدة. (٧)

- (١) صندوق النقد الدولي والبنك الدولي، صحيفة وقائع، ٢٢ أغسطس ٢٠١٩، www.imf.org/ar/about/factsheets/2016
- (٢) صحيفة الوقائع - أغسطس ٢٠١٩، www.imf.org/ar/about/2019/factsheets
- (٣) مقالة ل جيمس لي وروبرت جودولاند تحت عنوان التنمية الاقتصادية والبيئة - الإدارة السليمة للبنك شرط أولي للتنمية المتواصلة، فكيف يساعد البنك الدولي على ذلك - مجلة التمويل والتنمية - ديسمبر ١٩٨٦ - المجلد ٢٤ - ص ٣٤.
- (٤) Janes Lee And Rabert Goodland Howard R.Bowen, Social Responsibility of Businessman, (Harbor & Row Publishers 1953).
- (٥) مجلة التمويل والتنمية مقالة تحت عنوان - نحو توازن عالمي - د. باربر كونايل (ديسمبر ١٩٨٩) - المجلد (٢٦).
- البيئة: موجز نتائج القطاع، ١٣/٠٤/٢٠١٤، البنك الدولي،
- (٦) <https://www.albankaldawli.org/ar/results/2013/04/13/environment-results-profile>
- (٧) البيئة: موجز نتائج القطاع، ١٣/٠٤/٢٠١٤، البنك الدولي، مرجع سابق.

حب الإستطلاع و العقل

أ/ محمد مصطفى

مقالات

هناك فرقا كبيرا بين حب الإستطلاع والتلصص والتدخل في شئون الآخرين .

حب الإستطلاع يعتبر شيئا بريئا وسليما بل ومطلوبا , لأنه يؤدي إلى الإبداع والإبتكار. إن حب الإستطلاع يعنى الرغبة الشديده لدى الشخص أن يعرف الكثير عن شىء ما بالبحث والتدقيق والتحليل. حب الإستطلاع من الصفات الهامه لدى أى عبقري. من الصعب أن تجد عبقريا واحدا ليست لديه هذه الصفة . معظم المستكشفين والمخترعين والعلماء مثل كريستوفر كولومبس , أنتستين , جراهام بل , أحمد زويل , مصطفى السيد .. إلخ لديهم هذه الصفة. بدون حب الإستطلاع لم تكن القارات لتكتشف ولم تكن معظم الإكتشافات العلميه التى أفادت البشرية العظيمة تمت و لم تكن لنتمتع بما نحن فيه من حياه غير تلك التى عاشها الأولين. ولكن إنتبه للفرق بين حب الإستطلاع والتلصص على أسرار الآخرين.

أما التلصص على الغير لمعرفة أسرارهم من أسوأ الصفات التى توجد فى أى شخص و ينتج عن شخصيه مهزوزه لا تشعر بالامان . هذا الشخص يريد أن يعرف كل شىء عن الآخرين ليتجنب ضرورهم ويدافع عن نفسه ضد عدو مجهول موجود فى خياله فقط . وهى صفة يجب التخلص منها قبل أن تؤذى صاحبها وتجعل الجميع يحتقرونك و يبتعدوا عنك حتى أقرب الأقرابين. ولكن لماذا نعتبر حب الإستطلاع صفة هامه ومطلوبه (خاصة عند الأطفال)؟

١ . تجعل عقلك نشط :-

إن الشخص المحب للإستطلاع دائما يسأل ويظل يبحث عن الإجابات الصحيحه. دائما عقله يعمل بنشاط بحثا عن الحقائق. بما أن العقل مثل العضلات التى تقوى بالتمارين المستمر , نجد التمرين الذهنى بالتحليل والبحث والدراسه نتيجته حب الإستطلاع يجعل العقل أقوى ومنظم أكثر وأذكى.

٢ . تجعل عقلك دقيق الملاحظه :-

حب الإستطلاع يجعل عقلك يلاحظ بسرعه أى أفكار جديده تمر أمامه فيتوقع ويتنبأ بما ستصل إليه هذه الفكره. بدون حب الإستطلاع ستجد الأفكار تمر أمامك دون أن تلاحظها أو تدركها لأن عقلك غير مستعد للسؤال عنها أو البحث عن نتائجها . فكر ! كم من الأفكار العظيمة ضاعت منك لأنك كسول لا تريد أن تشغل عقلك و تسأل أو تبحث نتيجته أنك لست محبا للإستطلاع لتتعرف على ما تراه أمامك.

٣ . تفتح عالم جديد وتظهر إمكانيات كثيره :-

كونك محبا للإستطلاع يمكنك رؤيه كل ما هو جديد حولك لم تكن لتراه أو حتى تدرك أنه موجود . كثير من الأشياء تختبئ تحت سطح الحياه العاديه وتتطلب عقلا محبا للإستطلاع لتكتشفها وتتعرف على الإمكانيات الجديده وتستخرجها للنور لتستفيد منها ويستفيد الآخرون.

٤ . تجلب الإثارة للحياه وتمنع الملل :-

إن حياه الشخص المحب للإستطلاع أبعد ما تكون عن الملل والضيق, فهى ليست كئيبه أو روتينيه. هناك دائما أشياء جديده تشد إنتباهه فيبدأ البحث عن الحقائق حولها والتحليل والدراسه مما يبعث الإثارة والنشاط لحياته ولا تتترك له فراغا مملا لا يفعل فيه شىء.

كيف تتمى حب الإستطلاع

داخلك :-

• اجعل عقلك متفتحا:

هذا ضرورى إذا كنت تريد أن تنمى هذه الصفة داخلك . تعلم ثم إستزيد من التعلم. أنظر نظره فاحصه لكل شىء تراه . بالتعلم والبحث ستكتشف إن كثير من آرائك أو من الأشياء من حولك تحتاج للتغيير أو التعديل. كن مستعدا لهذا الإحتمال وتعلم أن تنظر وتحلل الأشياء لتغير طريقه تفكيرك وتصحح من أخطائك وطريقه حياتك.

• لا تأخذ جميع الأشياء على أنها مسلمتات :

إذا أخذ الناس كل شىء فى الحياه على أنه أمر واقع غير قابل للتغيير لما تقدم العالم وتغيرت صورته وأصبح لدينا كل وسائل الراحة التى تساعد الإنسان على الحياه. إبحث أعمق وحلل وأدرس لتساهم فى تغيير السئ فيما تراه حولك وتطور الجيد.

• إسأل كثيرا ودائما :

إسأل دائما أسأله من نوع ما هذا ؟ لماذا تتم بهذه الطريقه وليست غير ها ؟ متى حدث ذلك و لماذا ؟ من أين أنت ؟ كيف تعمل ؟ ماذا , لماذا, متى, أين, كيف .. إلخ. هذه الأسئلة تفتح ذهنك وتشد ذكائك وتنمى لديك صفة حب الإستطلاع.

• لا تطلق كلمه ممل على أى شىء :

كلما أطلقت كلمه ممل على شىء, كلما أغلقت باب الأسئلة والإحتمالات أمام عقلك. الشخص المحب للإستطلاع يعتبر كل شىء مشوق ومثير و يفتح بابا لعالم جديد و مثير . حتى لو كان هذا الشخص مشغولا وليس لديه الوقت الآن للبحث, فإنه يترك الباب مفتوحا ليزوره بمجرد أن يجد الوقت لذلك ولا يغلقه مهما كان السبب. إن كل شىء بالنسبه له يستحق الدراسه والبحث ولا يبعث على الملل ويعتبره شيئا مشوقا يبعث على الإثارة والإهتمام.

• انظر للتعلم على أنه مسلى:

إذا نظرت للعلم على أنه عبء, فإنك لن تبحث و تتعمق فيما تتعلمه. إن الإحساس أن عمليه التعلم مهمه ثقيله مفروضه عليك يصعب الأمور عليك ويجعلها عبء أثقل تسعى للتهرب منها ولن تستفيد بشىء منها. إعتبر التعلم مصدرا لإتساع الأفق والتطور.

• إقرأ فى مجالات متنوعه :

لا تضيع الوقت فى الإطلاع على فرع واحد من فروع المعرفه. أنظر حولك وتعرف على علوم أخرى , ذلك سيفدك لعالم أخرى لم تكن لتعرفها دون القراءه عنها . أسهل طريقه لعمل ذلك هى التنوع فيما تقرأ . إقرأ فى مجالات مختلفه ولا تحصر نفسك فى مجال واحد لمجرد إنك تحبه أكثر أو أنه تخصصك. إقرأ كتاب أو مجله عن موضوع جديد سمعت عنه فى أى مجال وليس فى مجال تخصصك فقط . المعرفه الواسعه تساوى عقل واسع مرن قابل للتفاهم والتعايش مع الآخرين.

• كيف يمكننى عمل ذلك :

عندما تواجه مشكله ما إستخدم حب الإستطلاع وإبدأ فى السؤال « كيف يمكننى حل هذه المشكله؟ » , « من أين أبدأ ؟ » وهكذا حتى تغطى كل جوانب المشكله بالأسئله. حب الإستطلاع سيجعلك تبحث عن أصل المشكله وكيف واجهها غيرك عندما حدثت لهم فى السابق, وما هى الحلول التى توصلوا إليها وهل تناسبك أم لا. تجميع هذه المعلومات سيجعلك تخرج بحلا مبتكرا ينهى هذه المشكله وقد لا يجعلها تظهر مره أخرى إن لم يكن للأبد , سيكون لفتره طويله على الأقل.





كيف ننجو بمشروعك من الركود

أ/ هدي مصطفى

المختلف، كما يجب إختيار السوق الصحيح لمنتجاتك. الكلمات تحمل معاني مختلفة في الأسواق المختلفة.

• **قم بأبحاثك:**

إن إجراء أبحاث عن السوق الذي ستبيع سلعتك فيه قبل البداية ستوفر الكثير من المشاكل والجهد والوقت. إبحث عن إجابات للأسئلة الآتية:

– ما هو السوق المستهدف؟

– ما المحفز لشراء سلعة معينة؟ وفي أي وقت؟

– ما هي الرسالة التي يمكن توصيلها لهم ليشتروا منتج ما أكثر من مرة؟

• **أستخدم وسائل تسويق غير مكلفة:**

كثير مما يبدأون مشروعهم يستخدموا وسائل إعلان غالية الثمن دون أن يكون لديهم فكرة عن حجم الأرباح التي ستعود عليهم نتيجة استخدام هذه الوسيلة الإعلانیه. في هذه الحالة الإقتصادية يعتبر الإنترنت من أرخص وسائل الإعلان كما يساعد على سرعه الإنتشار وخلق الوعي لما تعرضه للبيع سواء كان منتج أو خدمة.

• **إنمو بالطريقه الصحيحه:**

إستخدم الطرق الامنة التي لا تكلف عند التوسع. إدر جزء من أرباحك لتمويل النمو ذاتيا دون تكاليف. إقترض من العائلة القريبه أو صديق..إلخ. المهم أن لا تكون القروض ذات فوائد أو مصاريف عالية.

• **إحصل على المساعده الصحيحه:**

أيا كانت المرحلة إستعن بالمختصين للمشوره. إن أفضل من يعينك هو الذي تعامل مع نماذج مختلفة من المشاريع الصغيره. هذا هو الشخص الذي لديه معلومات عمليه نتيجة إحتكاكه الفعلي بالمشروعات الصغيره و ما يحدث من مشاكل فيها. هذا الشخص هو أفضل من يساعدك في إختيار المشروع المناسب لك وهو أيضا من يوجهك لمناطق الربح في مشروعك التي لا تلاحظها أنت ويرشدك إلى كيفية زيادة أرباحكوكيفية إختيار إستراتيجية تسويق تفيدك على المدى البعيد.

هل أنت قلق على مشروعك ونموه في حاله الركود؟ لا تقلق و أتبع بعض الخطوات الذكيه , و مشروعك سينمو بل وأيضا سيستمر بنجاح. إن ما تسمعه عن الركود و ضعف السوق قد لا يشجع أحد على بدأ مشروع صغير. و لكن الحقيقه هي إنك إذا ركزت على الأشياء الصحيحه سينجو مشروعك حتى في أوقات الأزمات الإقتصاديه.

إستراتيجيات ذكيه لمشروعك الصغير:-

• **فعل جميع مناطق الربح في مشروعك:**

لكل مشروع مناطق جاذبه للربح مثل ؛ عملاء سابقون يمكن الإلتصال بهم و تنشيط علاقتك بهم وتجديد التعاملات بينكما , تحسين الإنتاج بإضافه شيء مثير للإنتباه أو يضيف ميزه جديده, وضع خطه ترويج مبتكره, عرض حوافز لشراء الجملة أو الشراء النقدي لتحفيز العملاء على الشراء بكميات, تخفيض السعر ..إلخ. هذه المناطق يمكن إذا إهتممت بها تدر ربح مناسب.

• **إحمى نفسك:**

كثير من مالكي المشاريع الصغيره تغفل بعض عناصر النجاح دون قصد. أهم عنصر هنا هو كتابه أي إتفاقات في صورته عقود قانونيه توضح الحقوق والواجبات للطرفين. إن الوقت لا يسمح بأى تباطؤ في السداد, أو تلاعب بمواعيد الدفع. هذه العقود تحميك من المشاكل التي تكلفك الكثير من المال الذي سينفق على ما لا يفيد. أنت في غنى عنها في هذا الوقت يجب أن تنتبه لمعاملاتك الماليه وإحمى نفسك.

• **لا تترك العناصر الحساسه:**

هناك خطوات أخرى تبعد المشاكل التي تسبب الصداع و تشغلك عن ما يفيد. الإسم التجارى مثلا قد يسبب فشل المشروع إذا لم تحسن إختياره و معناه. إذا سوقت المنتج تحت إسم تجارى معين في السوق الخطأ أو الثقافه المختلفه, سيصبح كارثه على المشروع و يضيع الوقت و المال. من البدايه إنتبه أن يكون الإسم التجارى لا يعنى أو يشير إلى معنى مسيء لديانه أو تقاليد في ثقافه المدينه التي تحاول البيع فيها أو خارج حدود الأدب. إختيار الإسم التجارى المحايد و إنتبه للمعنى في الثقافات

ارتباط وثيق بين درجة الحرارة وإنتاجية العمل

أ/ نبيل عمر

يمكن لدرجات حرارة الغرفة التأثير مباشرة على إنتاجية العمل والتعلم والرفاهية في المنزل، وفقاً لبحوث علمية جمعتها شركة «تكيف»، لأنظمة التبريد الصحراوي ومزود حلول تكييف الهواء في دولة الإمارات.

وأظهرت البحوث أن المهام الروتينية يمكن أن تتأثر بالتقلبات البسيطة في درجات الحرارة، فيما تعد هذه النتائج أداة مفيدة لتحسين المعيشة والتعليم والعمل من المنزل وبالأخص خلال فترة القيود المفروضة على التنقلات حالياً.

وتظهر البيانات التي تعتمد على الدراسات العلمية والأكاديمية ما يلي:

٢٤ درجة مئوية هي درجة الحرارة القياسية المثلى لمعيشة الإنسان وكفاءة الطاقة

تساعد درجة الحرارة الأبرد قليلاً عند ٢٢ مئوية في دعم مستويات الإنتاجية الأعلى للرجال والأطفال

- تتمتع المرأة بقدره أفضل على العمل في درجات الحرارة الأعلى ٢٦ مئوية

- يتحقق النوم المتواصل بشكل أفضل في الدرجات الباردة ٢٠ درجة مئوية

- كما أن التمارين البدنية أكثر فعالية في درجات الحرارة الباردة ٢٠ إلى ٢١ مئوية

وتعليقاً على النتائج المجمع، قالت الدكتورة صليحة

أفريدي، خبيرة علم النفس الإكلينيكي والرئيس الإداري

لشركة لايت هاوس أرابيا: «يستبعد الكثير منا أهمية

البيئة المحيطة في تشكيل مزاجنا ونشاطنا. والحقيقة

هي أن العوامل البيئية كدرجة الحرارة لها تأثير مباشر على

إنتاجنا وعمق نومنا وشعورنا بالحيوية. ويمكن للتقلبات

البسيطة التأثير جداً على أدائك، ومدى تفاعلك، وشعورك بالراحة.»

درجة الحرارة وإنتاجية العمل

قيمت دراسات متعددة العلاقة بين درجة حرارة الغرفة وإنتاجية العمل. وتوصلت بشكل عام إلى وجوب ضبط التكييف عند

٢٢-٢٥ درجة مئوية أثناء العمل من المنزل لدعم الإنتاجية وأن الحد الأدنى عند ٢٢ مئوية هي النقطة الأمثل للإنتاج. كما

أظهر الموظفون انخفاضاً في الإنتاجية بنسبة ٢٪ وزيادة في الأخطاء لكل درجة حرارة تزيد عن ٢٥ مئوية. وكشفت دراسة

استطلاعية تم نشرها في مجلة إدارة المرافق أن حوالي ثلث العمال يفقدون الإنتاجية و٢٩٪ منهم غير قادرين على التركيز

والعمل بكفاءة في المتوسط لفترات تتراوح بين ١٠ و٣٠ دقيقة في اليوم بسبب درجات الحرارة غير المناسبة.

الاختلافات بين الجنسين

وفقاً لتجربة أجرتها كلية يو إس سي مارشال للأعمال، تتمتع المرأة بالقدرة على العمل بشكل جيد حتى عند درجة حرارة

٢٦ مئوية أو أكثر. وأوضحت الدراسة أن النساء يعملن بشكل أفضل مع ارتفاع درجات الحرارة، في حين لوحظ تأثير

العكسي على الرجال. فعندما كانت درجة الحرارة أعلى من ٢٦ درجة مئوية، سجلت النساء زيادة في الأداء بنسبة ٢٧٪

مقارنة بدرجات الحرارة دون ٢١ مئوية .

درجات الحرارة والتعلم

الأطفال هم أكثر عرضة للتقلبات البيئية ويعملون بشكل أفضل في البيئات الأبرد قليلاً، بحسب دراسة أجرتها الجامعة التقنية

في دنمارك والتي نظرت في آثار التهوية والتدفئة والتبريد على أداء الطلاب. وأظهرت النتائج أنه عند خفض درجة

الحرارة من ٢٥ إلى ٢٠ مئوية، تحسّن أداء الاختبارات بشكل ملحوظ من حيث السرعة. وفي تجربة مماثلة أظهر النتائج

أداءً أفضل للطلاب عند تثبيت التكييف عند ٢٢ درجة مئوية مع تسجيل متوسط عالٍ في درجات الاختبار وصل إلى ٩٠ بالمئة.

درجة الحرارة والنوم

اكتشفت جمعية النوم الأمريكية أن درجات الحرارة الباردة بين ١٤-٢٠ مئوية تدعم النوم بشكل أفضل، لأن درجة الحرارة

الداخلية تنخفض أثناء النوم. فمع انخفاض درجة جسم الإنسان إلى أبرد مستوى في حالات النوم العميق، تساعد درجات حرارة

الغرفة الباردة في تحقيق نوم أفضل. فدرجة الحرارة المثلى للنوم تتراوح بين ١٤ و٢٠ مئوية. ومع ذلك، أوضحت الدراسة

أن ضبط درجة المكيف عند درجة منخفضة للغاية لفترة طويلة جداً يمكن أن يؤثر سلباً على جهاز المناعة. علاوة على ذلك،

يجب لدرجة الحرارة التبدل على مدى الليل في حدود ٢٠-٣٢ مئوية.

المزاج والصحة العقلية

ترفع الأجواء الرطبة من مستويات التعب وتعكر المزاج وتؤدي إلى الإحساس بالخمول.

وتؤثر درجات الحرارة العالية على مزاج الأفراد وصحتهم العقلية في حين تحد درجات

الحرارة الباردة من النتائج السلبية على الصحة العقلية.

إضافة إلى ذلك، تؤدي درجات الحرارة العالية إلى التأثير سلباً

على الصحة، وقد تؤدي إلى رفع مستوى السلوك العدواني .

ممارسة الرياضة

قال خبراء طبيون من جامعة ديوك للياقة البدنية أن درجات الحرارة بين ٢٠ و٢٢ مئوية هي المثلى للعمل. وعلى الرغم

من أن التفضيل الشخصي يختلف من شخص لآخر إلى حد ما، حيث يتعرق بعض الأشخاص أكثر من الآخرين أثناء التمرين،

إلا أن ٢٠ مئوية هي متوسط الحرارة المثلى لإجراء التمارين لمعظم الناس. كما أظهرت دراسة أجراها أساتذة المركز الطبي

بجامعة ماستريخت نتائج تدعم أن التعرض المنتظم للهواء البارد مفيد عند زيادة إنتاج الطاقة.

الراحة الحرارية

يقول أحد رؤساء لشركة تكييف كبرى: «يعد الحفاظ على الراحة الحرارية أحد أهم أهداف تكييف الهواء - ورغم وجود العديد

من المتغيرات التي تؤثر على تحقيق ذلك كالملاص والرطوبة ومصادر الحرارة ومستويات النشاط - شعرنا أن تقديم بعض

الإرشادات حول التحكم في درجة الحرارة يمكن أن تكون نقطة مرجعية مفيدة. فنحن جميعاً نبحث عن طرق للعيش والعمل

والترفيه بشكل أكثر راحة أثناء تواجدنا في المنزل، وهذا البحث هو مقياس مفيد للتبريد في هذه الأوقات الصعبة.»



ادرس بذكاء وليس بجهد

كتاب في سطور

كتاب « ادرس بذكاء وليس بجهد» من تأليف الكاتب «كيفين بول»، يسرد أسلوب الدراسة الصحيح أي الدراسة بذكاء، كما يشجع القراء على تعديل أفكارهم وتعزيز ثقتهم بأنفسهم والإيمان بالنجاح الدائم، ولكن بذكاء وليس بجهد.

نبذة عن كتاب ادرس بذكاء و ليس بجهد :

في العمل، تزداد متطلبات التفوق أكثر فأكثر كلما زادت شدة المنافسة . حيث اننا على الدوام في تحد بسبب ضرورة اكتساب مهارات وأفكار جديدة في الوقت الذي تصبح فيه تلك الأفكار والمهارات التي تعلمناها من طراز قديم...

حيث يتحدث الكاتب في هذا الفصل الأول عن طرق للتعرف على كيفية امكانك ان تبني و تعزز إيمانك بذاتك و تنشطه. ثم ينتقل الى «صندوق الأدوات» ومن أهم ما ورد في هذا الفصل هو تحديد الأهداف حيث إن تحديد الأهداف مهارة تحتاج لتنمية. اذا لم يكن لديك رؤية واضحة عما هو مهم بالنسبة لك في حياتك، فستضيع حياتك عثا. لأن بدون وجود أهداف و أولويات لتعيد وضعك على المسار الصحيح، يمكن بسهولة أن تبدد حياتك بالكامل في حالة من التششتت... و فيما يخص فن تحديد الأهداف و وضع خطط التنفيذ. توجد العديد من الكتب المكرسة بالكامل لهذا الشأن... هذا الفصل يقوم فقط بلامسة السطح من حيث أسلوب تحديد الأهداف لدفع عملية استذكارك و المحافظة على تركيزك أثناء العمل، و لذلك سرعان ما ستتكون لديك المبادئ الأولية .

” أدوات التمييز ” يعرض هذا الفصل تلخيصا لأكثر الحقائق ، و الأفكار الهامسا و يعتبر أهم فصل ، لذلك يجب عليك تدوينها و حفظها بحيث ذكر لنا الكاتب:

- أهم الأسباب لكي تصبح عبقريا
- أهم حقائق عن العقل
- أهم خصائص لمكان استذكارك
- أهم تأكيدات إيجابية

ادرس بذكاء وليس بجهد ملخص

نعم يجب تعلم ✓
ضاعف من سعة ذاكرتك ١٠٠ مرة ✓
تشهد بطاريات عقلك ✓

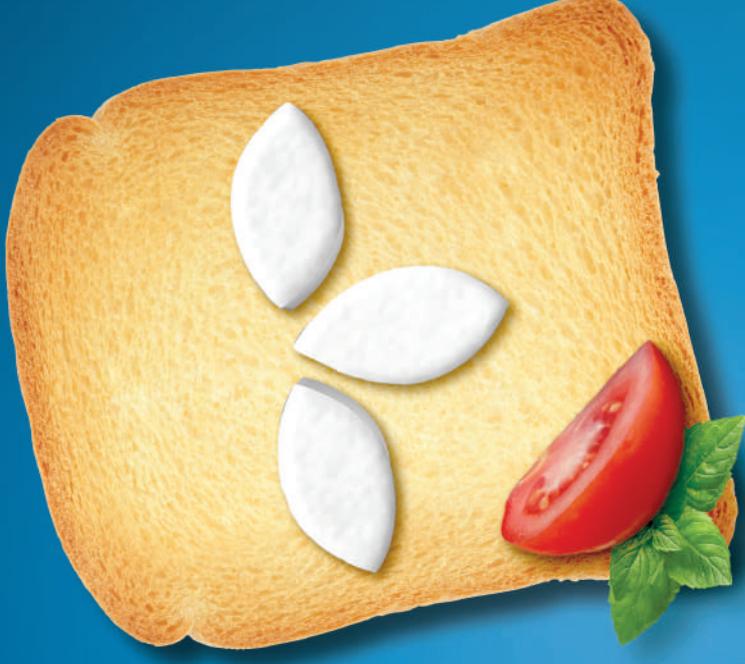
- أهم الأساليب للإستعداد
- أهم خطوات للحصول على استذكرك بالقراءة فعال
- أهم خطوات لإكمال مقال
- أهم تلميحات عن تدوين الملاحظات
- أهم تلميحات عن الإستعداد للاختبار
- أهم أوجه للإدارة الجيدة للوقت
- أهم اقتباسات عن الدفاعية

إلى هنا نكون قد انتهينا من تلخيص و شرح كتاب ”ادرس بذكاء و ليس بجهد ” الذي يمكنك من استكشاف قدراتك الكامنة بداخلك للوصول إلى أقصى أداء يمكنك تحقيقه.

إعداد : م/ محمد عبد الحميد



طعم الجبنة الاصلى



 ObourlandCheese
www.obourland.com

Meteory®



www.meteory-eg.com



Head office 81 Joussef Tito st. Elnozha Heliopolis
Tel: +20 26200068 Telfax: +20 26200069
Factory Industrial zone C\1 - 10th of Ramadan city
Tel: +20 15367855 Telfax: +20 15377679

الإدارة: ٨١ شارع جوزيف تيتو - النزهة الجديدة - القاهرة
تليفون: ٠٢/٢٦٢٠٠٠٦٨ - **تلفاكس:** ٠٢/٢٦٢٠٠٠٦٩
المصنع: المنطقة الصناعية C1 رقم ١٠ - مدينة العاشر من رمضان
تليفون: ٠١٥/٣٦٧٨٥٥ - **تلفاكس:** ٠١٥/٣٧٧٦٧٩

info@meteory-eg.com / info@meteory.co / meteoryegy@yahoo.com

www.meteory-eg.com / www.meteory.co