



تتابعونا على وسائل التواصل الاجتماعي @RSksu رسالة الجامعة

الإعاقة السمعية تشكل 10 بالمئة على مستوى العالم

في ملتقى زارعي القوقعة وعائلاتهم..

كتب: مساعد الغنيم
تحت رعاية معالي وزير التعليم الدكتور حمد آل الشيخ، نظم مركز الملك عبدالله التخصصي للأذن في المدينة الطبية الأسبوع الماضي، فعاليات «الملتقى السادس عشر لزارعي القوقعة وعائلاتهم» تحت شعار «غرس حياة» بحضور معالي مدير الجامعة الدكتور بدران العمر، والمدير التنفيذي للمدينة الطبية الجامعية الدكتور عبدالرحمن العمر وعميد كلية الطب الدكتور خالد فودة وجمع من مسؤولي المدينة الطبية الجامعية. يذكر أن الإعاقة السمعية تعد أكثر الإعاقات الجسدية انتشاراً، حيث إن «2/1000» مولود لديهم إعاقة سمعية، وهي ما يشكل 10 بالمئة على مستوى العالم.



التفاصيل ص3

«القدية للاستثمار» تزور السياحة والآثار / 02 «تطوير اللوح الإلكتروني» للموهوبين / 05 مؤتمر التعليم الخليجي العاشر / 07

الجامعة في أسبوع



مدير الجامعة يستقبل سفير دولة الإمارات لدى المملكة الشيخ شخبوط بن نهيان آل نهيان وتخلل الزيارة لقاء مفتوح مع مجموعة من الطلبة



.. ويستقبل وفداً من جامعة هونغ كونغ الصينية وتخلل الزيارة مناقشة سبل تعزيز التعاون المشترك بين الجانبين

برعاية مدير الجامعة.. مؤتمر «تعليم العربية لغة ثانية».. الأربعاء

برعاية معالي مدير الجامعة الدكتور بدران العمر ينظم معهد اللغويات العربية عند العاشرة من صباح يوم الأربعاء القادم ولمدة يومين المؤتمر الدولي الثالث «اتجاهات حديثة في تعليم العربية لغة ثانية»، بالشراكة مع مركز الملك عبدالله الدولي لخدمة اللغة العربية، وذلك في المسرح الرئيسي بمستشفى طب الأسنان الجامعي.

وتستمر فعاليات المؤتمر لمدة يومين 29-30 جمادى الثانية الموافق 6-7 مارس من هذا العام، تبدأ بحفل خطابي مختصر، يليه خمس جلسات علمية موزعة على يومي الأربعاء والخميس، يقدم فيها الباحثون من الداخل والخارج أوراقهم العلمية والتي تم تحكيمها من قبل المعهد، وسيحضر المؤتمر مختصون ومختصات بمجال اللغويات من الأكاديميين والطلاب.

وللتسجيل في استمارة حضور مؤتمر <https://goo.gl/forms/gxsGl2NXt1c2Ydz42>



تمكين الطلاب بالمجالات التطوعية والاجتماعية

02

تحديد الجدول الزمني لقبول طلبة الرياض 1441



ضمن الاستعداد المبكر لموسم بالجامعة الاجتماع الثاني للجنة الإشرافية لقبول الإلكتروني الموحد 1441هـ، عقد بمقر عمادة القبول والتسجيل للطلاب والطالبات في الجامعات الحكومية والكليات التقنية بالرياض. التفاصيل ص3

استحداث الوظائف أبرز التحديات.. 2 مليون وظيفة مستقبلية في المنشآت الصغيرة والمتوسطة / 03

الجامعة توقع مذكرة تفاهم مع «العنود الخيرية»



بالمهارات والمؤهلات القادرة على تمكينهم في العمل بالمجالات التطوعية والاجتماعية من خلال تدريبهم وتأهيلهم للمشاركة في المعارض والمؤتمرات بما يحقق تطور ونهضة الشباب السعودي. وسيتم التعاون الجانبان في إقامة

كتب: فهد الفليح
وقعت جامعة الملك سعود، مذكرة تفاهم مع مؤسسة الأميرة العنود الخيرية مساء يوم السبت 1440/6/18 هـ في مقر المؤسسة، وتهدف هذه الاتفاقية إلى تعزيز أوجه التعاون في المجالات المجتمعية والتطوعية والتنموية بما يتماشى مع رؤية 2030.

ووقع المذكرة كل من عميد شؤون الطلاب الدكتور فهد القريني نيابة عن معالي مدير الجامعة الدكتور بدران العمر، والأمين العام للمؤسسة الدكتور يوسف الخزيم.

وقد انبثقت هذه الاتفاقية من رغبة مؤسسة الأميرة العنود الخيرية وجامعة الملك سعود في تفعيل وتطوير مجالات التعاون المشترك بينهما في المجالات التي تهم المجتمع في البرامج التطوعية وبرامج تطوير الذات ومهارات الحياة لدى الشباب، والتي تعود بالنفع على أفراد المجتمع.

من جانبه أوضح عميد شؤون الطلاب، أنه بموجب هذه الاتفاقية ستقوم جامعة الملك سعود بالتعاون مع مؤسسة الأميرة العنود الخيرية بالعمل على إعداد الشباب وتطويرهم

ورشة تدريبية في الممارسة السريرية بالمدينة الطبية



كتب: مساعد الغنيم
نظم برنامج الأبحاث السريرية بالمدينة الطبية الجامعية بالتعاون مع مركز البروفيسور صالح باوزير للاستشارات الصيدلانية وكلين مارك العالمية للأبحاث السريرية، ورشة التدريب الخاصة بالممارسات السريرية الجيدة، بمشاركة متحدثين من مركز كلين مارك والهيئة العامة للغذاء والدواء. واستهدفت ورشة العمل الباحثين والمهتمين من الممارسين والعاملين في مجال الأبحاث السريرية من خبراء ومبتدئين في هذا المجال، وهدفت الورشة إلى تدريب المشاركين على أفضل وأحدث الممارسات السريرية المتبعة عالمياً ومناقشة أبرز التحديات المتعلقة بها.

المدير التنفيذي للشؤون الأكاديمية الدكتور أحمد باهمام، قال إن هذه الورشة تسهم في فهم وإدراك المعايير الشائعة المتبعة أثناء تخطيط وإدارة وإجراء الأبحاث السريرية بما ينعكس إيجاباً على تطوير المهارات البحثية للمشاركين، كما تساهم في تدريب المشاركين على أحدث التقنيات والأساليب المستخدمة في الدراسات السريرية، خصوصاً في ما يتعلق باستطلاع المرضى بمهنية عالية.

وأكد على التزام المدينة الطبية من خلال برنامج الأبحاث السريرية بالاستمرار في التميز في مجال التدريب والتعليم في هذا المجال لتكون جامعة الملك سعود رائدة في مجال الأبحاث السريرية للعشر سنوات القادمة تحقيقاً لرؤية المملكة 2030 في مجال التميز البحثي ودعم الاستثمار في البحث العلمي وتوطين العلوم والصناعة الطبية في مملكتنا الحبيبة.

إطلاق المرحلة الثانية لمشروع «مترجمو المستقبل».. اليوم



يطلق مركز الترجمة اليوم الأحد، المرحلة الثانية من مشروع «مترجمو المستقبل وتطوير استخدام التقنية» برعاية وكيل الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي الدكتور أحمد العامري.

وقال د. إبراهيم القرني مدير مركز الترجمة، إن المشروع يأتي استمراراً لمواكبة الجامعة في التميز والريادة لبناء مجتمع المعرفة والرفق بمستوى أداء الهيئة الأكاديمية والطلابية والموظفين في مستويات الترجمة.

وأشار إلى انتهاء المرحلة الأولى للمشروع بعدد من الإنجازات الملموحة ومواصلة تنفيذ خطة استراتيجية المركز والجامعة لتحسين مستويات الترجمة من اللغة العربية وإليها لدى منسوبيها.

وأكد القرني أهمية مشروع مترجمي المستقبل في تحقيق الانسجام بين استراتيجية مركز الترجمة وبين التوجهات النظرية في ذات المجال محلياً وخارجياً وتعزيز عمليات التواصل الحضاري والتلاقح الثقافي بين الأمم عبر عمليات الترجمة، إضافة إلى تحفيز ترجمة المؤلفات بشتى أشكالها، مشدداً على استمرار المركز في بناء جيل من المتخصصين بالترجمة من الشباب والشابات.

ولفت مدير مركز الترجمة إلى عقد ورشة عمل مصاحبة لانطلاق المرحلة الثانية من مشروع «مترجمو المستقبل» تستهدف عرض مقترحات أعضاء هيئة التدريس لبناء جيل من المترجمين وإمكانية الاستفادة من برمجيات وبرامج التقنية وتبادل الخبرات بشأنها، إضافة إلى التذكير بمعايير الترجمة للكتب المعروضة على المركز ومبررات رفض بعضها وأهمية الترجمة التحريرية وآلياتها وتناول تحرير النصوص وبيان معايير فحص الجودة والتحكيم والتشجيع على العمل الجماعي.

«أحيي نفسك من الابتزاز» بمدينة الطالبات

نظم مركز التوجيه والإرشاد ممثلاً في وحدة البرامج التوعوية مؤخراً محاضرة بعنوان «أحيي نفسك» في المدينة الجامعية للطالبات، قدمتها كل من أ. نوال الموسى محاضرة في كلية التربية قسم علم النفس، أ. سمها الغامدي من هيئة حقوق الإنسان.

تطرقت أ. نوال الموسى خلال المحاضرة لتعريف الابتزاز، وشخصية المبتز الجرم، وطرق الابتزاز بالإضافة إلى العوامل التي تساهم في قابلية الشخص للابتزاز. من جهتها تحدثت أ. سمها الغامدي عن اللوائح والأنظمة ودور هيئة حقوق الإنسان فيما يختص بهذه القضية.

«القدية للاستثمار» تزور «السياحة والآثار»

والأستاذة هالة الفضل بزيارة كلية السياحة والآثار، وكان في استقبالهم عميد الكلية الدكتور عبدالناصر الزهراني، وكيل الكلية للدراسات العليا والبحث العلمي الدكتور سالم طويران، رئيس قسم الآثار الدكتور سامر سحله، رئيس قسم موارد التراث والإرشاد السياحي الدكتور أحمد العيدروس، والدكتور فهد الحسين عضو هيئة التدريس في قسم إدارة موارد التراث والإرشاد السياحي.

وتم خلال الاجتماع بحث مجالات التعاون في رسم هوية لهذا المشروع العملاق من خلال تراث القدية، وإمكانية مشاركة طلاب الكلية وتدريبهم في هذا المشروع، حيث ينتهي هذا التدريب بالتوظيف، وسيكون هناك عدة اجتماعات أخرى للوصول إلى اتفاق شامل بين الكلية ومشروع القدية العملاق.

وفي ختام اللقاء شكر عميد الكلية الضيوف على اختيارهم كلية السياحة والآثار لتكون أحد المرشدين لرسم هوية هذا المشروع الضخم.



بمبادرة من شركة القدية للاستثمار والتعليم السيد تشارلامبوس تشياتس والوفد قام المدير التنفيذي لإدارة الثقافة والفنون والمرافق الأستاذة أسرار أحمد أبو الغيث

محاضرة عن التصوير بـ MRI لطلاب علم النفس



كيفية التغلب على مشكلة من لديهم خوف من الأماكن المغلقة وخاصة أن الجهاز يعتبر مكاناً مغلقاً؟ أجاب أن هناك طريقتين للتعامل مع هذه الحالة: الأولى إعطاء المريض حقنة منومة، والأخرى استخدام الجهاز المفتوح، حيث إن هناك اليوم أجهزة مفتوحة إلا أنها أقل دقة من الأجهزة المغلقة.

استعرض الطلاب بعد ذلك مجموعة من الصور الحاسوبية لبعض الحالات المرضية للدماغ والحبل الشوكي والأعصاب، كما

خاص لتصوير الأنسجة الرخوة كالجهاز العصبي المركزي والأعصاب، وكذلك تستخدم لتصوير الجهاز الهضمي والجهاز الكلي والجهاز التناسلي والجهاز الغدي.

وأشار إلى أن ما يميز هذا النوع من الأشعة أنه يمكننا من رؤية مقاطع نسجية للمنطقة التي يتم تصويرها من كافة الاتجاهات. أما جهاز fMRI فإنه يمكننا من التعرف على النواحي الوظيفية للمناطق الدماغية من خلال رؤية النشاط الكهرومغناطيسي لتلك المناطق.

وحول سؤاله عن مخاطر التصوير بالرنين المغناطيسي؟ أجاب أن التصوير بالرنين المغناطيسي يعتبر أقل خطورة على صحة الإنسان من التصوير بأشعة X-ray أو غيرها من أنواع الأشعة.

وحول سؤاله عن المدة الزمنية التي يستغرقها إجراء الفحص عادة؟ أجاب أن المدة الزمنية تتراوح بين 30-45 دقيقة، ولدى سؤاله عن

ضمن الخطة الدراسية لطلاب مقرر علم النفس العصبي، والتي تتضمن التعرف على الأجهزة المستخدمة في دراسة الجهاز العصبي لدى الإنسان، وضمن إطار التعاون العلمي بين قسم علم النفس بجامعة الملك سعود ووحدته التصوير بالرنين المغناطيسي بمستشفى الملك خالد الجامعي، قام الطلاب برفقة مشرفهم أخصائي مختبرات علم النفس الفسيولوجي والتجريبي الباحث الأستاذ جمال الدين زغلولة، بزيارة لوحدة التصوير بالرنين المغناطيسي «MRI»، وكان في استقبالهم في مقر الوحدة الدكتور عبدالله أبو جامع المدير الفني للوحدة.

في بداية اللقاء قدم الدكتور أبو جامع، شرحاً عن وحدة التصوير بالرنين المغناطيسي والتجهيزات الموجودة فيها، ثم تحدث بالتفصيل عن جهاز التصوير بالرنين المغناطيسي MRI وجهاز fMRI، وأشار إلى أن هذه الأجهزة تستخدم بشكل

برعاية وزير التعليم وتحت شعار «غرسه حياة»

مدير الجامعة يفتتح ملتقى زارعي القوقعة وعائلاتهم



التميزة في أعرق المجالات العالمية ذات التصنيف المرتفع بجانب تدريب وتخريج جراحين ذوي كفاءة لضمان جودة الخدمات الطبية المقدمة، بعد ذلك افتتح معالي مدير الجامعة الدكتور بدران العمر المعرض التوعوي المصاحب للملتقى عن القوقعة وصحة الأذن.

فريد الزهراني، أن المركز شهد تقدماً ملحوظاً في مجال زراعة القوقعة والمعينات السمعية، حيث يحتوي على أحدث الأجهزة في هذا المجال ويضم كفاءات طبية عالية جعلت المركز وجهة للمستشفيات العالمية في علاج مرضاهم. مضيفاً أن المركز لا يقتصر على الجانب العلاجي فقط بل سجل نجاحات في نشر الأبحاث الطبية

في العائلة، مؤكداً على أهمية الكشف المبكر والعلاج حيث يصعب العلاج بعد سن الخامسة، مقدماً شكره لمعالي مدير الجامعة على رعايته لهذا الملتقى. من جانبه أكد نائب المدير الطبي في مستشفى الملك عبدالعزيز الجامعي استشاري جراحات الأذن وزراعة القوقعة في مركز الملك عبدالله التخصصي للأذن الدكتور

1000 مولود لديهم إعاقة سمعية، وهي ما يشكل 10 بالمائة على مستوى العالم. وحول أسباب الإصابة أكد الدكتور حجر أن الوراثة تلعب دوراً كبيراً، حيث أشارت الدراسات إلى أن 50% من المصابين لديهم تاريخ مرضي في العائلة في حين أنه في الغرب 90% من المصابين بضعف السمع لا يوجد لديهم تاريخ مرضي

التفذي للمدينة الطبية الجامعية الدكتور عبدالرحمن العمر وعميد كلية الطب الدكتور خالد فودة وجمع من مستولي المدينة الطبية الجامعية. وأوضح مدير مركز الملك عبدالله التخصصي للأذن الدكتور عبدالرحمن حجر أن الإعاقة السمعية هي من أكثر الإعاقات الجسدية انتشاراً، حيث إن «2/

كتب: مساعد الغنيم تحت رعاية معالي وزير التعليم الدكتور حمد آل الشيخ، نظم مركز الملك عبدالله التخصصي للأذن في المدينة الطبية بجامعة الملك سعود، الأسبوع الماضي، فعاليات «الملتقى السادس عشر لزارعي القوقعة وعائلاتهم» تحت شعار «غرسه حياة» بحضور معالي مدير الجامعة الدكتور بدران العمر، والمدير

نظم فعالية بعنوان «مستقبل العمل في 2030» نادي الرؤية يطلق أولى برامجها



نظم نادي «رؤية 2030» الاثنين الماضي فعالية ديوانية الرؤية، بعنوان «مستقبل العمل في 2030»، تحدث فيها الأستاذ معن المانع رئيس الموارد البشرية بالهيئة العامة للمنشآت الصغيرة والمتوسطة، والمهندس فؤاد الموسى نائب رئيس شركة سابك للمحتوى المحلي وتطوير الأعمال، وذلك بقاعة الدرعية، بحضور عميد شؤون الطلاب، الدكتور فهد القريني، ومشرف مكتب الرؤية بالجامعة الدكتور علي مسلمي.

وبين المهندس فؤاد الموسى أن الناتج المحلي هو قدرة الدولة على استغلال الثروة المحلية، وأن أكبر التحديات التي تواجه المملكة تتمثل في مشكلة توريد الوظائف، كما أوضح أن المنشآت الصغيرة والمتوسطة قادرة على إحداث مليوني وظيفة بحلول 2030.

بعد ذلك تحدث الأستاذ معن المانع أن الموارد البشرية تتكون من عدة قطاعات مهمة تبدأ باستقطاب الكفاءات وعن أهمية الاستثمار الأجنبي ودوره المباشر في توظيف الشباب السعودي كما بين المانع أهمية أن يكون لدى شبابنا فكر في ريادة الأعمال.

وقال مدير إدارة الأندية الطلابية بالجامعة الأستاذ عبدالله المالكي عقب إطلاق نادي رؤية 2030 أولى برامجها بالجامعة بعنوان «مستقبل العمل في 2030» عن تطلعه للنادي الذي بدأ بانطلاقه متزامناً في أرجاء الجامعة من خلال فريق متمكن ومميز من طلاب وطالبات الجامعة، مؤكداً أن إدارة الأندية الطلابية تسعى جاهدة لتذليل العقبات التي تحول دون تنفيذ برامج النادي الواعدة والتي تخدم طلاب وطالبات الجامعة والمجتمع في التعريف برؤية 2030 وبرامجها.

وفي ختام الديوانية طرحت العديد من الأسئلة من الجمهور، كما أوضح فيها عميد شؤون الطلاب أن العمادة ستقدم كل أنواع الدعم للنادي، وتمنى لنادي الرؤية مزيداً من التطور والنمو، وفي نهاية الديوانية قام عميد شؤون الطلاب والدكتور مسلمي بتكريم المتحدثين في الديوانية، كما أخذ الحضور وأعضاء النادي صورة تذكارية جمعتهم مع عميد شؤون الطلاب والمتحدثين في الديوانية.

في إطار الاستعداد المبكر لموسم قبول عام 1441هـ انعقاد الاجتماع الثاني للجنة القبول الموحد بالرياض

والكليات التقنية بمنطقة الرياض للعام الجامعي 1441هـ، وتشكيل اللجان الفرعية: «اللجنة الإعلامية، اللجنة الفنية، لجنة الرد على البريد الإلكتروني، لجنة مراجعة المحتوى، لجنة الانسحاب»، والموافقة على الخطة الإعلامية للقبول الموحد. حيث تم وضع الجداول الزمنية المعتمدة للقبول الموحد للطلقات على الرابط www.rgu-admit.edu.sa وللطلاب على الرابط www.rbu-admit.edu.sa

وتعد تجربة القبول الموحد في الجامعات الحكومية في منطقة الرياض، من التجارب الرائدة في مجال توحيد القبول بين عدة جامعات، وقد أكملت هذا العام عامها الثاني عشر في القبول الموحد بين جامعات منطقة الرياض، وخلفت لجان القبول الإلكتروني الموحد للجامعات الحكومية في منطقة الرياض خطوات عديدة في مجال تطوير آليات وإجراءات القبول في الجامعات المشتركة فيها وأصبحت نموذجاً ناجحاً للتكامل وتوحيد الجهود للوصول لنتائج أفضل في جميع الأصعدة، خاصة فيما يتعلق بتيسير إجراءات القبول والاستفادة المثلى من المقاعد المتاحة وضمان عدم الهدر فيها من خلال تقادي تكرار القبول بين الجامعات.



بن عبدالعزيز، وجامعة شقراء، وجامعة المجمعة، ومدير عام شؤون المتدربين بالمؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني. في بداية اللقاء عرض جدول الأعمال الذي اشتمل على عدة موضوعات، منها: اعتماد محضر الاجتماع الأول الذي تم فيه تحديد الجدول الزمني لكل من بوابة القبول الإلكتروني الموحد للطلقات في الجامعات الحكومية والكليات التقنية بالرياض، وبوابة القبول الإلكتروني الموحد للطلاب في الجامعات الحكومية

ضمن الاستعداد المبكر لموسم القبول للعام الجامعي 1441هـ، عقد بمقر عمادة القبول والتسجيل بجامعة الملك سعود الاجتماع الثاني للجنة الإشرافية للقبول الإلكتروني الموحد للطلاب والطالبات في الجامعات الحكومية والكليات التقنية بمنطقة الرياض، بحضور عمداء القبول والتسجيل بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، وجامعة الملك سعود، وجامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن، وجامعة الملك سعود بن عبدالعزيز للعلوم الصحية، وجامعة الأمير سطام

«الذرية والمتجددة» تبحث التعاون مع إدارة المخاطر

حضر الاجتماع من مدينة الملك عبدالله للطاقة الذرية والمتجددة كل من: الأستاذ حاتم الأحمد مدير المراجعة الداخلية، الأستاذ ماجد العساي في مدير إدارة المشاريع، الأستاذ ماجد الفوز مدير الإدارة القانونية، الأستاذ بندر الناصر مدير إدارة أمن المعلومات، والأستاذ عادل القرشي مراجع داخلي.

أهمها: مفهوم إدارة المخاطر المؤسسية، وتجربة الجامعة في بناء منظومة إدارة المخاطر، وآلية تحديد وتقييم المخاطر وتطوير استراتيجيات مواجهتها، وأدوات تقييم المخاطر، ودعم إدارة المخاطر لإطار الحوكمة في المنظمات، وفي نهاية الاجتماع أشاد الوفد بتجربة الجامعة الثرية وأبدوا رغبتهم في التعاون مع الجامعة في مجال إدارة المخاطر ونشر ثقافتها.

استقبل وكيل الجامعة للتخطيط والتطوير الدكتور يوسف عسيري وفداً من مدينة الملك عبدالله للطاقة الذرية والمتجددة، حيث تم عقد اجتماع بقاعة الاجتماعات بالوكالة، هدف إلى الاطلاع على تجربة الجامعة في مجال إدارة المخاطر، وبحث أوجه التعاون؛ حيث قدم مدير عام إدارة المخاطر بالجامعة الدكتور ناصر العنزي عرضاً تضمن عدداً من المحاور من

النشر العلمي لطلبة الدراسات العليا في حلقة نقاش.. غداً

ينظم مركز التميز البحثي في تطوير تعليم العلوم والرياضيات «أفكر» عند الثانية عشرة والنصف من ظهر يوم غد الاثنين، حلقة النقاش الثانية وستين بعد المائة ضمن سلسلة حلقات النقاش التي يعقدها المركز أسبوعياً بعنوان «النشر العلمي لطلبة الدراسات العليا.. الفرص والتحديات» من إعداد وتقديم الأستاذ إبراهيم بن الحسين خليل، باحث دكتوراه في تعليم الرياضيات، كلية التربية جامعة الملك سعود، وذلك في كلية التربية قاعة رقم «331»، وللبيانات في المدينة الجامعية للطالبات - كلية التربية مبنى رقم «2» معمل «72» الدور الأول.

أول مجلس حوار للمتفوقات والموهوبات

نظم برنامج الطلبة المتفوقين والموهوبين، في المدينة الجامعية للطالبات مؤخرًا، المجلس الحواري الأول للمطالبات، قدمته الطالبة الموهوبة شهد النفيسي، بعنوان «الموهبة في وسائل التواصل الاجتماعي والحياة الاجتماعية».

وتطرقت النفيسي في هذا الحوار لتجاربها في وسائل التواصل الاجتماعي، وكيف طورت من موهبتها، حيث يجب مراعاة أن كل موهبة تناسبها بعض التطبيقات أكثر من الأخرى، وأن طريقة الطرح في كل برنامج تختلف عن الآخر. كما ناقشت توحيد المحتوى المطروح في الحساب، وتوحيد وتثبيت صورة الحساب في كل برامج التواصل الاجتماعي، والاهتمام بوقت وضع الصور والفيديوهات، وتحدثت عن أهم البرامج في استخدام مواقع الصور، والاعتناء بالإضاءة وزوايا التصوير. ودعت للتوسع في أساليب الطرح، وكيفية التفاعل مع أشخاص من نفس الموهبة، والتفاعل مع الأحداث المحلية والعالمية، وأيضاً التفاعل مع المتابعين وما إلى ذلك.

الحميديان مديراً لمكتب وزير التعليم



صدر قرار مجلس الوزراء المؤقت بترقية المستشار علي بن عبدالرحمن الحميديان إلى المرتبة الخامسة عشرة «مدير عام مكتب وزير التعليم». المستشار الحميديان كان يشغل مدير عام الإدارة القانونية بجامعة الملك سعود، ثم مدير عام الإدارة القانونية بوزارة التعليم العالي ثم ملحقاً ثقافياً. وقد رفع الحميديان شكره وتقديره لخدمه الحرمين الشريفين وولي عهده، حفظهما الله، على هذه الثقة الغالية.

«حسن المعاملة» في جلسة اللافندر

الحديث: أسئلة تُطرح على الطالبات لسماع آرائهم، مثل متى تطلق على شخص بأنه خلو، وبرأيك ما هو التعامل المؤثر في الأخلاق ومناقشة السلوكيات الخاطئة وكيفية تجنبها. وتم الاتفاق على أن التعامل الجيد صورة يتم التقاطها وتبقى في أذهان الآخرين لذلك لنجعلها ذكري جميلة تبقى دوماً.

كتبت: دلال الجريدي

قدم نادي الاحتياجات الخاصة جلسة لافندر بعنوان «أحسنكم أخلاقاً»، وذلك يوم الاثنين 13 جمادى الآخرة 1440هـ من الساعة ١٢-١ ظهراً بجانب المكتبة المركزية، وتم خلالها التركيز على حسن التعامل بشكل عام وبعض السلوكيات الخاطئة التي تنال الأخلاق الفاضلة، ومن محاور



نادي القانون ينظم دورة «طريقك إلى سوق العمل»



نظم نادي القانون في كلية الحقوق مؤخراً، دورة تدريبية بعنوان «طريقك إلى سوق العمل» قدمها المحامي تامر السكاكر، ومدتها 4 ساعات، من الساعة الرابعة عصراً حتى الثامنة مساءً، تطرق المحاضر إلى أهم الوسائل والأساليب المعينة في تنمية القدرات والمهارات، وتوفير المؤهلات، وصقل المواهب بما يتناسب وحاجات سوق العمل، وكان عدد المستفيدين ٨٠ من الحضور.

اللقاء السنوي الموحد لأصدقاء ذوي الإعاقة

الموحد بحضور أصدقاء النادي، يتقدمهم رئيس مبادرة أصدقاء النادي صاحب السمو الملكي الأمير فيصل بن سلطان بن ناصر بن عبدالعزيز آل سعود، والشهيد عبدالعزيز الحسين، عضو مبادرة أصدقاء النادي، والأستاذ الدكتور عبدالله الجاسر عضو مبادرة أصدقاء النادي رئيس قسم الخدمة الاجتماعية، والأستاذ رائد النصار مدير المركز وموظفو المركز، وذلك ضمن أنشطة النادي الاجتماعية لهذا الفصل الدراسي.

تضمن اللقاء كلمات ترحيبية، وعدداً من الفقرات الترفيهية المتنوعة التي قدمها الطلاب واستعراض مواهبهم، وقد بلغ عدد الحضور من الطلاب أربعة وخمسين طالباً.



تحت شعار «بكم نرتقي»

ملتقى لمنسوبات «العلوم والدراسات الطبية»

عمل تطويرية، ورداً للجميل لمن أفتت حياتها في خدمة هذه الجامعة وحملت عبء الأمانة على خير وجه تم تكريم المنسوبات اللاتي تجاوزت مدة خدمتهن أكثر من 20 عاماً، وكذلك تكريم رعاة الحفل.

صاحب الملتقى معرض علمي وترفيهي شاركت فيه عدة جهات حكومية وأهلية، وكذلك عقد دورات وورش عمل هدفت إلى تطوير مهارات وقدرات الموظفات الإدارية والشخصية. وتسعى عمادة أقسام العلوم والدراسات الطبية من خلال إقامة الملتقى لتحقيق أهداف الخطة الاستراتيجية للمدينة الجامعية للطالبات والتي تتماشى مع أهداف جامعة الملك سعود ورؤية 2030 لمملكتنا الغالية.

الهدف من عقد الملتقى وهو تأسيس العلاقات وبت الإيجابية في بيئة العمل، وأهمية الارتقاء بالعمادة بتضافر جهود منسوباتها، كما شكرت الداعمين لهذا الملتقى من الشراكة المجتمعية بالدراسات المؤسسية في المدينة الجامعية للطالبات.

تلتها كلمة ألقتها وكلية الجامعة لشؤون الطالبات، ثم قدمت الدكتورة فاطمة الحيدر استشارية الطب النفسي بمستشفى الملك خالد الجامعي وكلية كلية الطب كلمة بعنوان «وحيثما تمطر السماء ذهباً» تحدثت فيها عن كيفية تجاوز صعوبات العمل والتكيف مع بيئة العمل بإيجابية.

واختتم الحفل بتكريم الموظفات اللاتي تميزن في مجال عملهن وأثرين جهة عملهن بأساليب

نظمت عمادة أقسام العلوم والدراسات الطبية الثلاثاء الماضي ملتقى لمنسوباتها من العمادة وجميع الكليات العلمية والصحية لفة الأخصائيات والفنيات والباحثات والإداريات، تحت شعار «بكم نرتقي».

وحظي حفل التكريم بتشريف وكلية الجامعة لشؤون الطالبات الدكتورة إيناس العيسى ووحدات الكليات العلمية والصحية وعميدة أقسام العلوم الإنسانية الدكتورة غزيل العيسى، وكذلك عدد من عضوات هيئة التدريس.

وقد أستهل برنامج الحفل بأيات من الذكر الحكيم عقبها فيديو عن أبرز إنجازات عمادة أقسام العلوم والدراسات الطبية، ثم كلمة من عميدة أقسام العلوم والدراسات الطبية الدكتورة ميساء القرشي، تضمنت إبراز

الطبية التطبيقية بالخرج تستضيف د.السعيد

أسئلة الحضور واستفساراتهم. بعد ذلك قدم عميد الكلية الدكتور أحمد بن سليمان العليوي الشكر للدكتور منصور بن سليمان السعيد وكرمه، وقد أشاد الدكتور بما وصلت إليه كلية الصيدلة من إنجازات وبنية تحتية تؤهلها للارتقاء إلى ما هو أفضل بالمستقبل القريب إن شاء الله.

وبعد اللقاء التقى الدكتور منصور السعيد بمعالي مدير جامعة الأمير سطام بالخرج الدكتور عبدالعزيز الحامد ووكيل الجامعة للشؤون التعليمية والأكاديمية الدكتور عبدالرحمن الخضير، حيث قدم معاليه شكره للدكتور منصور لمساهمته في تقديم ونقل التجارب والخبرات الناجحة لأعضاء هيئة التدريس والطلاب.

والبحث العلمي سابقاً، الدكتور منصور بن سليمان السعيد، تحت عنوان «هكذا علمتني الحياة»، وذلك بمسرح كلية العلوم الطبية التطبيقية بالخرج، بحضور أعضاء هيئة التدريس بكلية الصيدلة والطلاب. وخلال اللقاء نقل الدكتور السعيد خبرات وتجارب سنوات طويلة قضاها في العمل الأكاديمي والإداري بروح الأب والأخ الأكبر، حيث مر الدكتور بجوانب مختلفة في حياته وخبراته التي اكتسبها كي تكون نقطة انطلاق للأبناء، وفي نهاية اللقاء فتح المجال للمناقشات والتجاور للإجابة على



المستمر لقاءً مع عميد كلية الصيدلة الأسبق ووكيل جامعة الملك سعود للدراسات العليا

تحت رعاية عميد كلية الصيدلة الدكتور أحمد بن سليمان العليوي نظمت لجنة التعليم الصيدلي

طعم خيال الال

الربيع

طيب بالشوكولاتة

جوز الهند

جديد

صال من السعود الحافظة

مصدر جيد للكالسيوم

مصدر جيد للبروتين

الربيع

صحة للجميع

f t o YouTube

/alrabiesocial

www.alrabie.com

دورة تدريبية في «لغة الإشارة» لمنسوبي هيئة الترفيه



نظم مركز الطلاب ذوي الإعاقة ممثلاً بالنادي الطلابي التابع لعمادة شؤون الطلاب مؤخراً، دورة تدريبية في «أساسيات لغة الإشارة»، استمرت أسبوعاً كاملاً، لعدد من منسوبي هيئة الترفيه، بالتنسيق مع برنامج التعليم العالي للصم وضعاف السمع، وذلك لتفعيل مذكرة التفاهم بين مركز الطلاب ذوي الإعاقة ممثلاً بالنادي الطلابي وهيئة الترفيه. وقد اشتملت الحقيبة التدريبية، على الإطار النظري المتضمن شرح مفاهيم الإعاقة وكيفية التعامل مع الأشخاص ذوي الإعاقة وألقاها الدكتور بدر القحطاني، إضافة لشرح للأبجدية والحروف الإشارية، ألقاها الأستاذ منصور القحطاني، وشرح الإشارات الوصفية الضرورية في الحياة اليومية وألقاها الأستاذ عبدالله المسند.

معرض الشراكة المجتمعية في بهو مدينة الطالبات

أقيم في بهو المدينة الجامعية للطالبات المعرض السنوي للشركات الأسبوع الماضي «19 - 23 جمادى الآخرة 1440هـ» الموافق «24 - 28 فبراير 2019م» تحت إشراف الشراكة المجتمعية. وشارك في المعرض العديد من الجهات المتنوعة والمختصة في الصحة والجمال، والعطور، والأجهزة، والأثاث، والتصوير، والديكور، والمواد الغذائية، ومن ضمن الشركات المشاركة: سنبل للملابس الجاهزة، وليت للأثاث، وشركة الراجحي للمواد الغذائية. وقد ساهم المعرض بتقديم الخصومات والجوائز، كما نال إعجاب الزوار من الطالبات ومنسوبات الجامعة، حيث يعد هذا المعرض أحد أبرز المبادرات التي تقدمها الشراكة المجتمعية للطالبات ومنسوبات جامعة الملك سعود.

وفد من جامعة برمنغهام البريطانية يزور الجامعة

والدكتور خالد الحميزي عميد البحث العلمي، والدكتور ناصر الداغري عميد كلية العلوم، والدكتور خالد فودة عميد كلية الطب، والدكتور محمد الرفاعي عميد كلية طب الأسنان، والدكتور ناصر العريفي وكيل عمادة البحث العلمي، والدكتور مزيد التراكوي المشرف على إدارة التعاون الدولي والتوأمة العلمية العالمية.

وقد تناقش الجانبان في أوجه التعاون البحثي والأكاديمي بين الجامعتين وسبل زيادة هذا التعاون، كما تم بحث آلية القبول الأكاديمي بجامعة برمنغهام، وتبادل البرامج الأكاديمية والأبحاث العلمية.

جدير بالذكر أن مجلس الجامعة قد وافق على مذكرة تفاهم أكاديمي مقترحة مع جامعة برمنغهام، وجاري الرفع بها للجهات المختصة لأخذ الموافقة عليها.



واعتماد النموذج المتميز لتلك العلاقة، وما أثمرت عنه من تواصل في المجال الأكاديمي والبحث العلمي. وكان في استقبال الوفد الدكتور أحمد العامري وكيل الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي،

هيلين ماكجيتريك باحث أول بمعهد الالتهاب والشيخوخة، وذلك يوم الثلاثاء 14 جمادى الآخرة 1440هـ الموافق 19 فبراير 2019م. وتأتي هذه الزيارة في إطار ما تم بناؤه من تفاعل إيجابي بين جامعة الملك سعود والجامعات البريطانية،

استقبلت الجامعة وفداً من جامعة برمنغهام البريطانية مكون من الدكتور داميان والمسلي مدير التعاون الدولي ورئيس وحدة طب الأسنان التوعوي، والدكتور جون كورناو مدير التعليم بكلية العلوم الطبية وطب الأسنان، والدكتورة

«المتفوقون» في «العلوم والتقنية» و«المتفوقات» في «المواصفات والمقاييس»

وغيرها من المختبرات والمعامل، وقد تم عرض التجارب العلمية والقياسات التي يتم تنفيذها في تلك المعامل لتوضيح الدور الهام لهيئة المواصفات والمقاييس والجودة في هذا المجال وطبيعة عملها.

الزيارة تعرّف الطلاب على كيفية الاستفادة من المدينة حيث تتيج المدينة التدريب في معاملها لطلاب الجامعة وتقدم المساعدة للمنشآت الصغيرة، واختتمت الزيارة بصورة جماعية. كما نظم البرنامج زيارة إلى الهيئة السعودية للمواصفات والمقاييس والجودة، خصصت الزيارة للطالبات المتفوقات من مختلف كليات الجامعة ورافقهن من

البرنامج الأستاذة عزيزة الخويتم والأستاذة أروى القحطاني، بدأت الزيارة باستقبال الطالبات في قاعة الاجتماعات وعرض فيلم وثائقي عن الهيئة، ومن ثم بدأت الجولة في المعامل والمختبرات، وتمت زيارة المختبر الكيميائي، ووحدة الاختبارات الكيميائية، ومختبر الغزل والنسيج، ومعمل الاختبارات الغير عضوية، ومختبر الكهرباء، ومختبر الوقت، ومختبر الكتلة



فاي وتقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد وتقنية محاكاة الواقع. كما تم إطلاعهم على قسم النحت على المواد الخام وتصميم وتصنيع الأدوات الخاصة للعلوم والأبحاث كالمستخدمة في المركبات الفضائية، حيث تعرف الطلاب على مرحلة صناعة النماذج الأولية باستخدام الطباعة ثلاثية الأبعاد، ثم مرحلة محاكاة الواقع والتي يتم فيها تجربة المنتج قبل استخدامه، وخلال

نظم برنامج الطلبة المتفوقين والموهوبين زيارة لوحدة الابتكار بمدينة الملك عبدالعزيز للعلوم والتقنية قام بها مجموعة من طلاب الجامعة الموهوبين في المجالات التقنية والابتكارية، حيث استقبلهم من المدينة الأستاذ نواف شجاع وقام بتعريفهم بالجيل الجديد من التصنيع، وهو التصنيع الرابع والذي يعتمد على التقنيات الحديثة كتطبيقات الأجهزة الذكية والوأي

دورات متخصصة لمتفوقات الجامعة

دورة التوثيق العلمي بنظام جمعية علم النفس الأمريكية APA، ودورة عادات العقل وتنمية الفكر، دورة التفوق الدراسي، وذلك في الفترة من 15-30 جمادى الآخرة 1440هـ، كما أنه سبق تقديم دورات مشابهة للطلاب المتفوقين.

العام، والإعداد التخصصي، ومسار التلمذة، ومستمر التفوق، وتهدف إلى توسيع مدارك الطالبات فيما يتعلق بالدعم الدراسي، وأهم الدورات التي ستقام أثناء هذا الفصل الدراسي دورة تقديم البحوث والمصقات في المؤتمرات،

تتلم عمادة تطوير المهارات وبالتعاون مع برنامج الطلبة المتفوقين والموهوبين دورات متخصصة للطالبات الجامعة المتفوقات من مختلف كليات الجامعة، تستهدف الدورات طالبات البرنامج المتفوقات بمرحلة الإعداد

دورة في «تطوير اللوح الإلكتروني» لموهوبي الجامعة



ويستخدم في كتابة برامج المتحكمات الدقيقة، أقيمت الدورة على مدى خمسة أيام بواقع 15 ساعة تدريبية، تعلم فيها الطلاب المشاركين لغة البرمجة والتطبيق العملي لبناء برمجيات تحكم بسيطة.

كما قدم الدكتور محمد حلمي من كلية طب الأسنان دورة تدريبية في أساسيات البحث العلمي بشكل عام وفي المجال الصحي بشكل خاص للطلاب من مسار الطلبة الموهوبين ببرنامج الطلبة المتفوقين والموهوبين، استمرت الدورة لمدة

نظم معهد التصنيع المتقدم بالتعاون مع برنامج الطلبة المتفوقين والموهوبين دورة متخصصة في التقنية والبرمجة بعنوان: تطوير اللوح الإلكتروني «الأردوينو»، خصصت لطلاب الجامعة الموهوبين من مختلف كليات الجامعة، قدمها المهندس فهد الدغيث. والأردوينو «Arduino»، هو لوح تطوير إلكتروني مفتوح المصدر يتكون من دائرة إلكترونية ومتحكم دقيق يتم برمجته باستخدام لغة برمجة مفتوحة المصدر تدعى بروسيسنج «Processing»،

أكبر تشكيلة من الأقلام



ITEM No.	Pt Size	Color
RQ-28514	0.5	Blue
RQ-28516	0.7	Blue
RQ-28517	0.7	Blue
RQ-28528	0.8	Blue
RQ-28511	0.7	Blue
RQ-28515	0.7	Blue
RQ-28520	0.7	Blue
RQ-28572	1.0	Blue

تعني الجودة

روكو

تستضيفها جامعة جازان تحت رعاية معالي وزير التعليم 95 لاعباً يشاركون ببطولة الكرة الشاطئية للجامعات



وزير التعليم

الطائف، طيبة، أم القرى، نجران، حائل، الجوف، الإمام عبدالرحمن بن فيصل، الملك فهد للبترول والمعادن، الملك سعود، الحدود الشمالية، الإمام محمد بن سعود الإسلامية، شقراء، جدة، حفر الباطن، كلية ابن سيناء الأهلية، متمنياً التوفيق للجميع.

لنجاحات جامعة جازان في استضافة الأنشطة والبرامج التي ينظمها ويشرف عليها الاتحاد الرياضي للجامعات السعودية. وأشار الدكتور الفاضل إلى أن البطولة تشهد مشاركة قياسية بواقع 24 جامعة وكلية حكومية وأهلية وهو ما يعكس الاهتمام الكبير للجامعات في المشاركة بالبطولات ضمن منظومة وإطار منظم بما يعكس بالإيجاب على أبنائنا الطلاب وإبراز المواهب التي ستفيد الرياضة السعودية مستقبلاً ليكون ذلك مساهمة من اتحاد الجامعات في رؤية المملكة 2030.

وأشار إلى أن الجامعات المشاركة هي جامعات القصيم، الملك عبدالعزيز، الأمير سلطان بن عبدالعزيز، جازان، الملك خالد، الملك فيصل، الباحة، الأمير محمد بن فهد الأهلية، المجمعة،

تحت رعاية معالي وزير التعليم الدكتور حمد آل الشيخ انطلقت بطولة كرة الطاولة الشاطئية التي تمثل التجمع السابع لبطولات الاتحاد الرياضي للجامعات السعودية ضمن بطولاته في موسمه التاسع باستضافة جامعة جازان.

وأوضح مستشار الاتحاد ومدير البطولة الدكتور أحمد بن محمد الفاضل أن البطولة يشارك بها أكثر من 95 لاعباً يمثلون 24 جامعة وكلية حكومية وأهلية، مؤكداً اكتمال جميع التنظيمات الفنية والإدارية المتعلقة بالبطولة لضمان نجاحها.

وقدم الدكتور الفاضل شكره وتقديره لمنسوبي جامعة جازان وعلى رأسهم معالي مدير الجامعة الدكتور مرعي بن حسين القحطاني على استضافة الجامعة للبطولة وهو ما يمثل امتداداً

بالتعاون مع المعهد الفرنسي للبترول «التقني السعودي لخدمات البترول» يبدشن برنامج تدريب المهندسين



صورة جماعية للمهندسين المستفيدين من برنامج التدريب

دشن المعهد التقني السعودي لخدمات البترول، بالتعاون مع المعهد الفرنسي للبترول، برنامج تدريب المهندسين، بحضور نائب رئيس شركة أرامكو السعودية للتكرير وتجزئة سواحل الغاز الطبيعي، المهندس سليمان بن عامر البرقان؛ وذلك في مقر المعهد بالدمام.

ويهدف برنامج تدريب المهندسين، إلى تقديم التدريب على المهارات الأساسية للمهندسين السعوديين العاملين في مجال التكرير والبتروكيماويات، وتطوير المهارات الفنية والقيادية لبناء كفاءات سعودية متميزة؛ وذلك من خلال الاستفادة من خبرات شركة أرامكو السعودية في مجال تنفيذ وتطوير برامج تدريب المهندسين وفي مجال التكرير والبتروكيماويات، وشركة ساسرف وشركة ساتورب، بالإضافة للهيئة السعودية للمهندسين.

ويتمثل دور المعهد الذي يتمتع بالخبرة ويعمل وفقاً للمعايير والاعتمادات الدولية، في تمكين هذه الشركات من تحقيق هدف تطوير مهندسيها من خلال بناء شراكة استراتيجية مع كبرى شركات الطاقة؛ للجمع بين التدريب النظري والتدريب العملي الخاص بعمليات معامل التكرير، بالإضافة إلى تقييم واختبارات على أسس علمية ودولية.



م. البرقان نائب رئيس شركة أرامكو

حضر ختام فعاليات مبادرة «السعودية ترمج» وأكد التعاون مع وزارة التعليم وزير الاتصالات: نسعى لإطلاق 22 مساراً تعليمياً «تقنياً» في 15 جامعة

البيانات وأمن المعلومات والذكاء الاصطناعي، بالإضافة إلى رفع مستوى المهارات الرقمية للطلبة والمعلمين، من خلال تدريب أكثر من مليون ومائتي ألف مستفيد، و11 ألف معلم ومعلمة، والتعاون مع وزارة التعليم لإطلاق 22 مساراً تعليمياً في التقنيات الحديثة في 15 جامعة سعودية.

وفي ختام الحفل، كرم وزير الاتصالات وتقنية المعلومات سفراء «السعودية ترمج» لدورهم في نشر المعرفة الرقمية التي تسهم في مواجهة التحديات التي تواجه حياتنا اليومية، وتحقيق حياة أفضل للمجتمع، حيث أثبتت المبادرة مدى قدرة الشباب السعودي على الإبداع في مجال البرمجة، ونجحت في استقطاب أكثر من مليون شاب وشابة من جميع مناطق المملكة، مما يؤكد الإقبال الكبير والحماس المتزايد للشباب السعودي في السعي لزيادة معرفتهم بالبرمجة. يُذكر أن المبرمجين السعوديين حققوا أحياناً المركز الثاني عالمياً ضمن الدول الأعلى نمواً في منصة Github العالمية والمعنية بالبرمجيات مفتوحة المصدر.

أساسيات البرمجة باستخدام لغة البرمجة «جافا سكريبت» التي يكثر استخدامها في بناء واجهات مواقع تفاعلية وأيضاً تطوير تطبيقات الجوال، إلى جانب مسار «Python»، والمتعلق بتعلم أساسيات البرمجة باستخدام لغة «البايثون» شائعة الاستخدام في مجال علوم البيانات والأمن السيبراني، والذكاء الاصطناعي.

وقد أكد وزير الاتصالات وتقنية المعلومات المهندس عبدالله بن عامر السواحة، أهمية تعاون مختلف الجهات الحكومية، وشركات القطاع الخاص، والمؤسسات غير الربحية، لتنمية القدرات والمهارات الرقمية لأبناء وبنات الوطن، وتعزيز استخدام التقنية ومهارات البرمجة، لإيجاد حلول مبتكرة تسهم في تحسين جودة الحياة، لتحقيق رؤية المملكة 2030، مبيناً أن الوزارة تولي اهتماماً خاصاً بتطوير المهارات الرقمية لدى الشباب السعودي، باعتبار ذلك أحد أهم عناصر رحلتها التحولية لتحقيق المجتمع الرقمي المنشود في المملكة.

وأوضح أن الوزارة دربت أكثر من 9500 من الكوادر الوطنية في مجالات نوعية تشمل تحليل

اختتمت مؤخراً، فعاليات النسخة الثانية من مبادرة «السعودية ترمج»، التي نظمتها مؤسسة الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز «مسك الخيرية»، بالشراكة مع وزارة الاتصالات وتقنية المعلومات، وشركة الاتصالات السعودية STC، بحضور وزير الاتصالات وتقنية المعلومات المهندس عبدالله بن عامر السواحة، ورئيس مجلس إدارة مركز مبادرات «مسك» بدر بن محمد العساكر، وعدد من مسؤولي الجهات الراعية وذات الصلة، إضافة إلى ممثلين من القطاعات التعليمية والقطاع الخاص.

واستهدفت المبادرة في نسختها الثانية جميع مناطق المملكة، من خلال تقديم دروس إلكترونية بأسلوب شيق وممتع لتعلم البرمجة، انطلاقاً من أساسيات البرمجة، وصولاً إلى الاحتراف والتأهل في سوق العمل، كما تم تقديم ورش عمل متخصصة في مختلف مدن ومحافظات المملكة. وتضمنت المبادرة ثلاثة مسارات تعلم مختلفة، أولها مسار «Make Code»، وهو عبارة عن منصة تبسط مفاهيم التفكير المنطقي والتسلسل البرمجي، ثانيها مسار «Java Script» لتعلم

للمرة الثالثة على التوالي

جامعة طيبة تتوج ببطولة السلة للجامعات



للمراحل النهائية لبطولة كرة السلة وكرم الضيافة وحسن الاستقبال.

واختتم الدكتور محمد جان تصريحه بقوله إن هذه البطولة تأتي ضمن الأنشطة والمسابقات التي ينظمها الاتحاد الرياضي للجامعات السعودية وتستضيفها الجامعات بهدف تطوير المهارات الرياضية واكتشاف المواهب المختلفة لدى الطلاب والعمل على إعدادهم وتأهيلهم لخوض غمار المنافسات العالمية، بالإضافة إلى الأهداف المتمثلة في توظيف طاقات الطلاب وتوجيهها على النحو الذي يسهم في النهوض بالرياضة والمجتمع ويعود عليهم بالفائدة ولتحقيق أهداف رؤية المملكة 2030.

للجامعات السعودية، بالإضافة إلى الدكتور عبدالإله الصلوي رئيس اللجنة الفنية في الاتحاد، والدكتور تركي العيار رئيس اللجنة الإعلامية وعدد من أعضاء اللجنة. وقد شهد ختام فعاليات البطولة بصالات الملاعب الخضراء التابعة للهيئة العامة للرياضة؛ تافساً قويا بين الفرق المشاركة وحضوراً كبيراً من طلاب الجامعات المشاركة والرياضيين وقيادات العمل التربوي والتعليمي والرياضي والإعلامي.

وأعرب الدكتور محمد نسيم جان مدير البطولة عن سعادته بنجاح البطولة وهنأ الفائزين، وقدم شكره وتقديره لجامعة الملك سعود وعلى رأسها معالي مدير الجامعة وعميد شؤون الطلاب على استضافتهم



الفضية بعد تبوئها المركز الثاني، فيما أحرزت الجامعة الإسلامية من المدينة المنورة المركز الثالث وحصلت على الميداليات البرونزية.

وقد تم في حفل التتويج تكريم حكام البطولة بالإضافة إلى تبادل الدروع التقديرية بين جامعة الملك سعود والجامعة المستضيغة والاتحاد الرياضي للجامعات السعودية منظم البطولة.

حضر حفل التتويج الدكتور صلاح السقاء أمين عام الاتحاد الرياضي للجامعات السعودية، والدكتور فهد القريني عميد شؤون الطلاب بجامعة الملك سعود، وعمداء شؤون الطلاب بالجامعة الإسلامية وجامعة الملك فيصل وجامعة طيبة ومستشاري الاتحاد الرياضي

أحرزت جامعة طيبة المركز الأول في بطولة كرة السلة التي نظمها الاتحاد الرياضي للجامعات ضمن الموسم التاسع، واستضافتها جامعة الملك سعود في صالات الملاعب الخضراء التابعة للهيئة العامة للرياضة بالرياض، واختتمت فعاليات مؤخرًا.

وتوج وكيل جامعة الملك سعود للتخطيط والتطوير الدكتور يوسف بن عبده عسييري، ورئيس الاتحاد الرياضي للجامعات السعودية الدكتور عبداللله البقمي، ومدير بطولة كرة السلة الدكتور محمد نسيم جان؛ الفائزين بالكؤوس والميداليات والجوائز، حيث نالت جامعة طيبة الميداليات الذهبية وكأس البطولة في المركز الأول، وتوجت جامعة الملك سعود بالميداليات



آفاق أكاديمية

آفاق أكاديمية

د. عادل المكينزي

هواجيس إسكانية

يمثل السكن أحد أهم احتياجات الإنسان في الحياة، إلى جانب المأكل والملبس.. فهو المكان الذي يلتئم فيه شمل العائلة، ويأوي إليه أحدنا بعد عناء يوم طويل يقضيه في التدريس واللجان وهموم البحث العلمي.

وحسناً فعلت جامعتنا بتوفيرها وحدات سكنية داخل الحرم الجامعي منذ أمد بعيد مما أسهم في مساعدة عضو هيئة التدريس على التفرغ لمهامه الأساسية في التدريس والبحث.. ولم تقف عند هذا الحد بل قامت بإطلاق أكثر من مرحلة للإسكان «ثلاث مراحل»، مواكبة للتزايد العددي والتوسع الذي عاشته جامعتنا، والأمل يحدونا بمراحل قادمة.

ويمثل السكن «هماً» لعضو هيئة التدريس في جميع محطات حياته الأكاديمية والعملية.. خاصة مع ازدياد عدد أفراد الأسرة، وهو ما يدعو إلى مراجعة إدارة الإسكان للنظر في إمكانية التحول إلى سكن أكثر سعة يستوعب الزيادة العددية، وهو ما يلقي على كاهل وكالة الجامعة للمشاريع وخاصة إدارة الإسكان بعصب كبير في متابعة الطلبات وتلبية احتياجات أعضاء هيئة التدريس.

ولقد أحسنت إدارة الإسكان صنفاً في توجيهها نحو «أتمتة» تسجيل عضو هيئة التدريس في السكن الجامعي عبر إدخال المعلومات المطلوبة «إلكترونياً» بشكل شخصي. وهي خطوة -إذا طبقت- بلا شك تساعد على توفير جهد ووقت أعضاء هيئة التدريس وفي نفس الوقت تخفف الضغط عن إدارة الإسكان..

ولعلي أذكر بالشكر الأداء المميز لإدارة الإسكان وتعاملها المهني في تعاملها مع كثرة تساؤلات الساكنين، ومتابعة البعض التي تصل -أحياناً- إلى يومية مما يشكل ضغطاً على الإدارة وصرفاً عن مهامها الأساسية.

والأمل في جامعتنا التي سجلت تقدماً ملحوظاً في توظيف التقنية في الخدمات الإلكترونية بسرعة إطلاق «برنامج الإسكان» لما له من أثر إيجابي في تيسير تحديث المعلومات وتعزيز الشفافية لعملية التسكين بكل مراحلها.

ويحسن في هذا المقام الإشارة إلى ما تبذله وكالة الجامعة للمشاريع واللجنة الدائمة للإسكان في متابعتها لهوموم الساكنين ومبادراتها بطرح حلول لمعالجة المشكلات التي تواجه مرافق السكن الجامعي وتقوم بجهود مقدرة في ظل الإمكانيات المتاحة لخدمة أعضاء هيئة التدريس وعوائلهم.

ولعلي بهذه العجالة لا أنسى معاناة زملاء كرام من «المحاضرين والمعيدين» والذين يقومون بأدوار مميزة في خدمة هذا الصرح الأكاديمي -لا تقل أهمية عن بقية أعضاء هيئة التدريس- بينما يحرمون من فرصة السكن الجامعي، وهذا يتقل كاهلهم بالإيجارات المتصاعدة والبعد المكاني الذي يرهقهم ذهاباً وإياباً.. خاصة مع متطلبات نقل الأبناء إلى المدارس وعودتهم منها.. كل ذلك وغيره أتمنى أن يحظى بعناية اللجنة الدائمة للإسكان، والنظر في إمكانية توفير وحدات سكنية تليق بهم أسوة ببقية أعضاء هيئة التدريس.

makinzayadel@ksu.edu.sa

ناقش الاتجاهات الأكاديمية لبناء اقتصاد أخضر «العلوم والتكنولوجيا» تستضيف مؤتمر التعليم الخليجي العاشر



وكيل وزارة التعليم د. سعود الفهيد يتلقى درج التكريم من رئيس مجلس الأمناء د. عبدالله دحلان



رئيس الوزراء المصري السابق إبراهيم محلب يلقي كلمته في المؤتمر

أكثر وأكثر بأن تغرس هنا بذوراً مباركة لشراكات حقيقية مع القطاع الخاص في ترجمة تطبيقات الاقتصاد الأخضر لواقع حي ومعيش في دول خليجنا العربي.

بسدوره، أبنان معالي مدير جامعة الملك عبدالعزيز الدكتور عبدالرحمن اليوبي، أن هذا المحفل العلمي المهم ينطلق إلى آفاق رحبة في رحابة هذا الوطن المعطاء وإيماناً بأهمية التعليم ودوره في تحقيق نهضة الأمم، وتعزيز تحول اقتصاد أوطاننا إلى اقتصادات قوية ومستدامة قائمة على المعرفة

في إطار مفهوم الاقتصاد القائم على روح التنافسية والابتكار، وريادة العمال ورأس المال البشري والاجتماعي، وهو ما يعطي المؤتمر والمعرض زخماً وأهمية في هذا الوقت مع تزايد الاهتمام العالمي والإقليمي خاصة بتطوير عملية التعليم وارتباطه الوثيق بنهضة الأمم.

من جانبه، أشار المهندس إبراهيم محلب إلى أن حجم التحديات

دشن وكيل وزارة التعليم للتعليم الأهلي الدكتور سعد بن سعود الفهيد، فعاليات مؤتمر التعليم الخليجي العاشر والمعرض المصاحب له تحت شعار «الاتجاهات الأكاديمية في التعليم العالي لبناء اقتصاد أخضر»، والذي استضافته جامعة الأعمال والتكنولوجيا UBT بجدة الأسبوع الماضي «24 و 25 فبراير 2019» بحضور دولة رئيس وزراء جمهورية مصر الأسبق المهندس إبراهيم محلب، ومعالي مدير جامعة الملك عبدالعزيز الدكتور عبدالرحمن اليوبي، ومجموعة من الدبلوماسيين والقناصل وصناع القرار والباحثين والمهتمين بقطاع التعليم.

وأشاد رئيس مجلس أمناء جامعة الأعمال والتكنولوجيا، الدكتور عبدالله بن صادق دحلان، خلال الكلمة الافتتاحية للمؤتمر، بالدور الكبير الذي تقوم به وزارة التعليم ودعمها المستمر في مجال التعليم بما يواكب رؤية المملكة وتطلعات القيادة، مشيراً إلى أن أكثر من 60

جامعة حول العالم تشارك وتعرض في معرض الجامعات، بالإضافة إلى استضافة عشرة آلاف طالب وطالبة من مختلف مناطق ومدن المملكة في المؤتمر.

من جهته، أكد الدكتور الفهيد على حاجتنا لتعليم يعين على المحافظة على القيم وعلى مواجهة التحديات المقبلة بكفاءة واقتدار، ويصل بنا للمساهمة في بناء دولنا ومحيطنا والعالم، ويساعدنا على مواكبة التطور الذي يشهده العالم المتقدم في كافة المجالات، لافتاً إلى أن اختيار عنوان المؤتمر وتركيزه على الاتجاهات الأكاديمية في التعليم لبناء اقتصاد أخضر، يؤكد على الفكر النير للقائمين على المؤتمر ومدى حرصهم على تبني مبادرات عصرية ورائدة لخدمة بلادنا ومنطقتنا الخليجية.

وشدد الفهيد على أن هذه التظاهرة التعليمية بانتظار أفكار تطرح حول دور الجامعات في تبني برنامج ومشاريع فكرية تطبيقية نحو الاقتصاد الأخضر ونطمع

جامعة القصيم تفوز بنصف جوائز معرض «ميدلاب 2019»

أخبار الجامعات:

إطلاق مركز لتمكين القيادات الشابة بجامعة جازان



مدير جامعة جازان يدين إطلاق المركز

أعلن مدير جامعة جازان مرعي بن حسين الفحطاني، عقب انتهاء ملتقى القيادات الشابة الذي نظّمته عمادة شؤون الطلاب واختتم أعماله مؤخراً، عن إطلاق مركز وبرنامج لتمكين القيادات الشابة في جامعة جازان بما يتناغم مع رؤية المملكة 2030 في صنع جيل قيادي.

جاء ذلك ضمن التوصيات التي تلاها عميد شؤون الطلاب رئيس اللجنة التنظيمية للملتقى القيادات الشابة، الدكتور عثمان بن موسى حكيم، وصدرت التوصية برفع مقترح لإنشاء مركز القيادات الشابة بجامعة جازان واستكمال الإجراءات اللازمة حيال ذلك.

وتضمنت توصيات الملتقى إتاحة فرص التدريب والتأهيل للشباب بالداخل والخارج من خلال برنامج «كفايات والتطوير المهني التعليمي» وبرنامج «ابتعاث» لصنع وتمكين قيادات شابة مستقبلية من خلال وزارة التعليم، والعمل على تطوير لوائح الخدمة المدنية لتمكين الشباب في المهارات القيادية والسعي لجعل متوسط الفئة العمرية القيادية في العقدين الثالث والرابع، والعمل على نشر وتفعيل ثقافة قياس الأداء المستمر في مختلف المؤسسات بقصد توفير بيئة ملائمة لصنع قيادات شابة مستقبلية.

وجاء هذا الإنجاز بعد مرور الأبحاث المشاركة بعدة مراحل من التصفيات وسط منافسة كبيرة من المشاركين من جميع دول العالم، ترشح بعدها 19 ملصقاً علمياً فقط للمرحلة الأخيرة، كان من ضمنهم مشاركون من المملكة العربية السعودية والإمارات والكويت والبحرين وعمان ومصر وباكستان والهند والبرازيل وإيطاليا، وقامت لجنة التحكيم بالاستماع للمشاركين ومناقشتهم لجهة أبحاثهم على مدى يومين من أيام المعرض، وكان لكلية العلوم الطبية ممثلة بقسم المختبرات الطبية مشاركة متميزة بثلاثة أبحاث علمية في هذا المعرض.

ويعد معرض «ميدلاب» من أكبر المعارض الدولية للمختبرات الطبية، ويقام سنوياً منذ أكثر من 15 سنة، ويعرض أحدث التقنيات في مجال المختبرات الطبية والعلمية والبحثية بمشاركة عدد كبير من الدول من مختلف قارات العالم، حيث شارك في معرض هذه السنة أكثر من 678 معرضاً من 46 دولة، كما عرضت أكبر الشركات المتخصصة بالمختبرات والأبحاث آخر مستجداتها.

وقدر عدد الحضور في المعرض بأكثر من 25 ألف شخص، وصاحبه أكثر من 11 ورشة عمل متخصصة في إبراز آخر المستجدات في مجال المختبرات الطبية.

جائزة المركز الأول كأفضل ملصق علمي، كما حصل على جائزة بزيارة مدفوعة لكافة التكاليف لمعرض المختبرات الطبية بسنغافورة لعام 2020، في حين حصلت طالبة المختبرات الطبية هديل بنت عبدالعزيز الرشيد على جائزة المركز الرابع للملصقات العلمية وجائزة بزيارة مدفوعة لكافة التكاليف لمعرض المختبرات الطبية بدبي لعام 2020.

فازت جامعة القصيم ممثلة في كلية العلوم الطبية التطبيقية، بنصف الجوائز التي يقدمها معرض دبي الدولي للمختبرات الطبية «ميدلاب 2019»، والذي أقيم في مركز دبي للتجارة العالمي لمدة أربعة أيام في الفترة من 4 إلى 7 فبراير 2019م.

حيث حصل الدكتور خالد بن صالح اللميلم الأستاذ المساعد بقسم المختبرات الطبية على



د.اللميلم أثناء استلامه جائزة المركز الأول

كلمة «لا» وأثرها الإيجابي في أعمالنا وحياتنا



أ.د. علاء السرابي

أنك تستطيع قول «لا» وتظل إنساناً محبوباً ومؤيداً لواجباته والتزاماته. - قل «لا» بقناعة وثقة بنفسك وقدرتك. - وافق قولك كلمة «لا» بلغة جسد ودية واضحة ليس بها أي نوع من العصبية المتشنجة واستخدم نبرة صوت واثقة. - اختر الوقت المناسب لقول كلمة «لا». - لكي لا تستخدم كلمة «لا» دائماً، احرص على أن لا يتخطى أي شخص حدوده معك. دكتوراه تسويق

تعرف كيف تتصرف مع متغيرات الحياة. اجعل من «لا» عنواناً للإرادة القوية والعزيمة وإيجابية التفكير الناضج، كن على يقين أن هناك مكاسب كثيرة سوف تحصل عليها عندما تستطيع صياغة كلمة «لا» بفن ولباقة، وتعني ما تقول، واعلم أن التفسيرات الطويلة لموقف ما تفتح المجال واسعاً للجدل لكن «لا» ستكون كافية وواضحة. وهناك بعض النصائح لقول كلمة «لا» بفن: - اعلم

قد يتبادر إلى أذهاننا أن قول كلمة «لا» في حديثنا وفي تعاملاتنا الحياتية والوظيفية تعني سلبية الشخصية، بل يعتقد بعض الناس أن كلمة «لا» تشير إلى ضعف الثقة بالنفس والتمركز حول الذات! لكن حقيقة الأمر أن قلة من الناس من يجيد فن قول «لا»، بل أصبحت هذه العبارة ضرورية في بعض المواقف المصيرية في مختلف جوانب حياتنا، وهي كلمة مؤثرة تدل على الشخصية المرنة، نعم المرنة التي

جامعتي في 2030

جامعتي في 2030

أ.د. يوسف بن عبده عسيري



مدينة «الطاقة الذرية والمتجددة»

بكل الترحاب والتقدير استقبلت جامعة الملك سعود ممثلة في وكالة الجامعة للتخطيط والتطوير وفداً كريماً من مدينة الملك عبدالله للطاقة الذرية والمتجددة» ضم عدداً من مدراء قطاعات متعددة بالمدينة من بينهم مدراء المراجعة الداخلية، والمشاريع، والإدارة القانونية، وأمن المعلومات.

وقد رغب الوفد الكريم في الاطلاع على تجربة جامعة الملك سعود في إدارة المخاطر، والاستراتيجيات المتعلقة بها، حيث قدمت الوكالة ممثلة في إدارة المخاطر عرضاً ثرياً يشرح عن الأسئلة العديدة التي حملها الوفد الكريم معه خاصة ما يتعلق ببناء منظومة إدارة المخاطر، وآلية تحديدها وتطوير استراتيجيات مواجهتها، كما تطرق الاجتماع إلى التعاون المستقبلي مع الجامعة في هذا المجال.

ولا شك أن وكالة الجامعة للتخطيط والتطوير تحرص كل الحرص على تقديم الدعم لكافة المؤسسات الوطنية، كما تحرص على أن يكون هذا الدعم مثمراً وداعماً لرؤية ورسالة وأهداف الجامعة وأيضاً لأهداف الجهات التي يتم تقديم الدعم لها، ولعل الدور الكبير والمهم الذي تقوم به مدينة الملك عبدالله للطاقة الذرية والمتجددة هو أحد الأسباب التي تجعل التعاون المشترك أمراً مهماً.

فقد تم إنشاء مدينة الملك عبدالله للطاقة الذرية والمتجددة بالأمر الملكي رقم 35/أ لخدام الحرمين الشريفين الملك عبدالله بن عبدالعزيز آل سعود - رحمه الله - عام 1431هـ الموافق 2010م، حيث أتى إنشاء المدينة لتحقيق هدف رئيس وهو بناء مستقبل مستدام للمملكة العربية السعودية من خلال إدراج مصادر الطاقة الذرية والمتجددة ضمن منظومة الطاقة المحلية.

وحقيقة فقد اطلعت بكل اهتمام على الموقع الإلكتروني لمدينة الملك عبدالله للطاقة الذرية والمتجددة، وكذلك المشروعات التي تعمل عليها هذه المدينة التي تتحمل مسؤوليات كبيرة، نسأل الله أن يكمل جهودها بالنجاح، وأن تدعم هذه الجهود الاقتصاد الوطني في ظل رؤية المملكة 2030.

وكيل الجامعة للتخطيط والتطوير

اختيار التخصص قرارك أنت

لاشك أن الجانب التعليمي لاسيما الجامعي، واختيار التخصص، يعد من المحطات المهمة في حياة الفرد وتكوين شخصيته وتحديد مستقبله، لذلك فإن اختيار التخصص يعد من الأمور الحياتية والقرارات الهامة التي لا يجب أن يتسرع الفرد في اتخاذها.

هنالك أسباب وعوامل كثيرة تعيدك في اختيارك وحبك للتخصص؛ وحتى تختار التخصص الصحيح، لابد أن تتعرف على نفسك، وميولك واهتماماتك، ومهاراتك وما تحسن فعله، وعلى طبيعة شخصيتك، هذه البصيرة ستمنحك رؤية أوضح للتخصص الذي يناسبك.

إن قرار اختيار تخصصك الجامعي وفق الظروف والفرص المتاحة، هو قرارك ومسؤوليتك أنت، ويجب أن تتحمل تبعاته بالكامل، وليس هناك تخصص واحد يناسبك ويضمن لك بناء مستقبل مهني جيد، وليس هناك تخصص واحد سيؤدك إلى النجاح الباهر؛ بل هناك أكثر من تخصص يمكن أن تحقق عن طريقه الرضا والنجاح المنشود.

المهم ليس ما تحتاجه الأمة والوطن لأنهما بحاجة إلى كل التخصصات، لدينا قصور في الكثير من المجالات لكن المهم هو «أنت» ميولك، اهتماماتك، قدراتك، الأمة بحاجة إلى مبدعين ومميزين عرفوا أنفسهم بشكل واضح، ومن ثم اختاروا التخصص الذي يلائمهم.

الانتقال من تخصص إلى آخر له تكلفته من العمر والمال ولكنه أحياناً يكون ذا قيمة هائلة، ويعيدك إلى الطريق الصحيح، حب أستاذ المادة لا يعني بالضرورة أن هذا التخصص ملائم لنا، يجب ألا يكون حبنا لأستاذ أي مادة دافعاً لنا لاختيارها كتخصص جامعي، وفي المقابل لا تجعل بغضك لأستاذ ما يحرمك من التفكير في دراسة تخصصه.

فكر في المهنة التي تود الالتحاق بها وليس التخصص أو المادة التي تستمتع بدراستها، وعندما تبحث عن مهنة المستقبل فلا تكتفي بانطباعك أو انطباع من حولك عنها، بل انزل إلى أرض الواقع واستكشف هذه المهنة بنفسك.

سلطان العوض
قسم الجيولوجيا

الترجمة في مجلس الشورى السعودي

تتقسم إلى: ترجمة تحريرية وتشمل «ترجمة ومراجعة الوثائق: الترجمة في مكاتب الأعضاء، ترجمة تقارير المباحثات البرلمانية، ترجمة اللوائح والأنظمة الداخلية للمجلس، ترجمة وثائق الاتحاد البرلماني الدولي»، ترجمة فورية وتشمل «ترجمة المراسيم والخطابات الملكية، ترجمة المؤتمرات واجتماعات المجلس»، ترجمة تتبعية وتشمل «ترجمة ورش العمل، ترجمة الندوات والاجتماعات: ندوات واجتماعات الاتحاد البرلماني الدولي»، ترجمة همسية وتشمل «ترجمة اجتماعات المباحثات البرلمانية، ترجمة مناقشات»، وأخيراً ترجمة ثنائية وتشمل «ترجمة محادثات النظراء، ترجمة هاتمية».

جميع هذه الأشكال من الترجمة، تتطلب النفاذة الحقيقية من كلية اللغات والترجمة بجامعة الملك سعود على وجه الخصوص، فالاطلاع على حقيقة أعمال الترجمة في مجموعة لجان الصداقة البرلمانية على سبيل المثال من أجل معرفة طبيعة العمل المهنية والكشف عن الصعوبات اللغوية والتحديات الثقافية، ومنح طلاب الكلية فرصة التدريب على أرض الواقع، يعتبر أمراً ضرورياً إذا أردنا أن نؤهل لهذه الجهة الحكومية بالتحديد كوادرات وطنية ذات كفاءات عالية، ولا ننسى في النهاية أن مهنية وإبداعية المترجم في المهام البرلمانية وعلاقتها بنجاح الاتفاقيات الدولية يعتبر أمراً غاية في الأهمية.

ندى مقبول العمري
ماجستير دراسات الترجمة

تامة بضرورة التحاور والتفاوض والتواصل الدولي من أجل معرفة وفهم سياسات وقوانين وثقافات وحضارات الدول الأخرى الأجنبية المختلفة فضلاً عن العلاقات السياسية والدبلوماسية مع تلك الدول المختلفة التي لا يمكن أن تتحقق إلا من خلال معرفة لغاتها وثقافتها: أي من خلال «الترجمة»، وهنا يأتي دور المؤسسات التعليمية المعنية في العمل على تغطية احتياج هذه الجهة بكوادرات وطنية مؤهلة.

طبيعة أعمال الترجمة في المجلس باختلاف أنواعها وأهدافها «كترجمة المراسيم والخطابات الملكية، وغيرها» حريةً باهتمام الجهات المعنية بالتأهيل في مجال الترجمة «كلية اللغات والترجمة بجامعة الملك سعود على وجه الخصوص»، وتستدعي من قبل الباحثين في هذا المجال التركيز في المقام الأول على الجوانب اللغوية والترجمية الهامة والأساسية، ليس هذا فحسب بل يتطلب الأمر الوقوف أيضاً على جانبين آخرين هاميين هما «المهنية» و«التخصصية» ويجب على تلك الجهات المؤهلة أن ترى على سبيل المثال دور المترجمين كوسلاء لغويين ضمن مجموعة لجان الصداقة البرلمانية.

عدد من التساؤلات لا يجب عليها في نظري سوى تلك الجهات التي أنشئت في الأساس من أجل تأهيل مترجمين سعوديين؛ من بينها «هل يوجد لدى المجلس احتياج فعلي لمترجمين من أبناء الوطن؟»، «هل المترجمين العاملين حالياً في المجلس بحاجة لدورات تطويرية متخصصة في المجال؟»، «ما اللغات

الذاتية المعتادة. • أريد كل شيء في وقت واحد! الحياة عبارة عن بوفيه كبير، تستطيع بالطبع تجربة كل شيء ولكن ليس في وقت واحد، فالنتيجة سوف تكون عسر الهضم. تعلمي تينا حلولاً كثيرة لهذه المشكلة، وتقول: هناك طريقة لإشباع أكثر من رغبة في وقت واحد، مثال: إن كنت تحب الطبخ وتحب قضاء وقتك مع الأصدقاء فابدأ نادي للطبخ تقول تينا: «قابلت امرأة كانت لديها جماعة اسمها chop and chat في كل يوم أحد 6 نساء يتجمعن في بيت عضو مع توزيع مقادير الطبخ فيما بينهم». في النهاية تقسم كل الأطباق إلى 6 أقسام وكل واحدة تعود إلى بيتها بوجبه غداء متكاملة لعائلتها، فكانت النتيجة: الحديث، التعلم، والطبخ.

• «هل هذا داخل في الاختبار!» يقوم المعلم باستعراض المطلوب من الطالب ليحصل على الدرجة

ما تمنيت معرفته حين كنت في العشرين

المطلوبة فتعلم الطالب عبر سنين أنه عليه عمل المطلوب منه حرفياً ليحصل على الدرجة التي يريدها، ونتج عن ذلك السؤال الكلاسيكي «هل هذا داخل في الاختبار؟» ولكن هناك فرق شاسع بين الطالب الذي يقوم بالمطلوب منه وبين الطالب الذي اختار أن يعمل شيئاً مختلفاً فنتج عن ذلك أمور رائجة.

الدرس: المرة القادمة حينما يطلب منك أحد عمل شيء ما، جرب طرقاً مختلفة للوصول لنفس النتيجة، فأنت لا تدري إلى أين سيصل مقياس الانبهار!

• اختلاف الميول عن التخصص! تينا سليلق حاصلة على الدكتوراه في علم الأعصاب ولكنها أرادت أن تعمل مستشارة إدارية في شركة ناشئة، من منظور سطحي قد لا يبدو هذين التخصصين لهما علاقة ببعضها، ولكنه دورك لتوضيح النقاط المشتركة ما بين أي شيئين بقليل من الإبداع، فحينما يسألني الناس الآن: كيف لدكتوراه في علم

ندى مقبول العمري
ماجستير دراسات الترجمة

الأعصاب أن تقوم بتدريس مبادئ ريادة الأعمال أقول لهم: إنها قصة طويلة!

الدرس: أعد صياغة مهارتك باستمرار لخلق فرص جديدة.

• صفات «المحظوظين»!

الأشخاص المحظوظون لديهم صفات مميزة، فهم في بحث دائم عن الفرصة، ويحسبون استغلال الفرص التي تأتي في طريقهم، منتبهون لما يحدث حولهم، يلاحظون وجود ساكن جديد في الحي، يرون ذلك الزميل في الدراسة أو العمل الذي يحتاج إلى المساعدة، مستعدون لتجربة أي خبرة خارج نطاق المعتاد، يقومون بشراء كتاب لم يقرؤوا عن موضوعه من قبل أو حتى يتعرفون على أشخاص مختلفين كلياً عنهم.

الدرس: الحياة مليئة بالأبواب التي تنتظر أن تفتح.

لينة المشايخي.
الطبية التطبيقية - تغذية
إكلينيكية

رسالة الجامعة
rs.ksu.edu.saالمشرف على الإدارة والتحرير
د. فهد بن عبدالله الطياش
٤٦٧٣٥٥٥ / ف / ٤٦٧٣٤٧٩
altayash@ksu.edu.saنائب رئيس التحرير
سامي بن عبدالعزيز الدخيل
٤٦٧٨٩٨٩ / ف / ٤٦٧٣٤٤٦
saldekeel@ksu.edu.saمديرة القسم النسائي
ديمة بنت سعد المقرن
٨٠٥١١٨٤ / ت
resalah2@ksu.edu.saمدير قسم الإعلانات
ماجد بن علي القاسم
٤٦٧٧٦٠٥ / ف / ٤٦٧٨٥٢٩
ads@ksu.edu.saمدير الإدارة
عبدالله بن عبدالمحسن الفليح
٤٦٧٨٩٨٩ / ف / ٤٦٧٨٧٨١
aalfulajiz@ksu.edu.sa

اللقاء العلمي العاشر

رسالة الجامعة
rs.ksu.edu.saتصدر عن قسم الإعلام
بكلية الآداب جامعة الملك سعودالقسم الفني
عبدالكريم الزايد
٤٦٧٤٧٣٦الصحافة الرقمية
بندر الحمدان
٤٦٧٧٦٩١

إدارة التحرير

فهد العنزي - جواهر القحطاني
هيا القريني - وليد الحميدان
محمد العنزي - قماش المنصيرالتوزيع
وكالة زهرة اسيا
ردمع ١٥٧٧-١٣٩
للإعلان والإعلام
٤٦٧٨٩٨٩ / ف / ٤٦٧٨٧٨١المشاركة
المراسلات باسم المشرف على الإدارة والتحرير
رسالة الجامعة - كلية الآداب
جامعة الملك سعود ص.ب. ٢٤٥٦ الرياض ١١٤٥١
البريد الإلكتروني / rsalah@ksu.edu.saالموضوعات المنشورة تعبر عن كتابها
ولا تعبر بالضرورة عن رأي الجامعة أو الصحيفةمشاركتك في الأنشطة الطلابية تعزز
خبرتك ومهاراتك

عبدالعزیز الجمیعیة

الأصل في الطالب الجامعي أن يبذل أقصى جهده واجتهاده في مواد الدراسة ليجتاز المقررات والفصول ويحصل على معدل عال، ويبني نفسه ويتهيأ للحياة العملية، وهذا شيء جميل وممتع ويعرفه الجميع، لكن الذي يجهد أو يتساهل بعض الطلاب الجامعيين هو أن المقررات الدراسية لا تكفي وحدها لتأهيلك لسوق العمل وجعلك منافساً ومميزاً. لقد أعلن وزير العمل والتنمية الاجتماعية عن إطلاق الوزارة 450 ألف وظيفة في الفترة القريبة المقبلة، فهل أنت، عزيزي الطالب، مستعد ومؤهل لها؟!

دعني ألفت انتباهك عزيز الطالب إلى أن مشاركتك بالأنشطة الطلابية التي تقام في الجامعة لا تقل أهمية عن نجاحك في المقررات الدراسية، فمن خلالها تكتسب الخبرة والمهارة وتصبح مؤهلاً للحياة العملية على أرض الواقع، مما يجعلك تشعر بالرضا عن ذاتك وقدرتك على أرض العمل بمهنية واحترافية وخلق مكانة لم تشعر بها مسبقاً، لا سيما أن الجامعة تطلق العديد من الأنشطة والدورات التي تهدف إلى بناء جيل ناجح ومتطور.

وتذكر دائماً عزيزي الطالب أن النجاح لا يأتي نتيجة اشتغال تلقائي لنار الحماس، بل يجب أن تشعل جذوة حماسك بنفسك.

إعلام

عندما تحتاج إلى تعلم شيء، كرره على نفسك، فمن خلال التكرار، فإنك تساعد على تركيز الانتباه وبالتالي إعطاء نفسك فرصة أكبر للتذكر. لا تقم بتذكر الأشياء غير الضرورية فهذا عمل شاق ويستهلك ذاكرة قصيرة المدى، لا تكافح من أجل تذكر كل الأشياء، قم بكتابة الأمور المراد إنجازها في قائمة مهام، فهذه الطريقة ليس عليك أن تتذكر كل شيء، وإذا فشلت ذاكرتك، فأنت تعرف أين تبحث عن المعلومات التي تحتاجها.

في النهاية، إن استخدام بعض التقنيات والأدوات البسيطة ذات الفائدة تساعد على تحسين الذاكرة، ومع ذلك، فقد أظهرت الأبحاث أن النظام الغذائي ونمط الحياة أهمهما ولهما تأثير كبير على تحسين وتطوير أداء الذاكرة على المدى الطويل.

كلية العلوم - قسم الجيولوجيا والجيوفيزيا
SattamMadani@

حاول جاهداً الحد من التوتر والسيطرة عليه، استخدم تقنيات الاسترخاء الجسدي والعقلي لتقليل مستويات التوتر لديك. تعلم مهارة أو هواية جديدة، ابحث عن الأنشطة التي تبني مهارات جديدة لا تستخدمها عادةً في حياتك اليومية.

استخدم التصور بشكل منتظم، نظراً لأن جزءاً كبيراً من الذاكرة تتضمن فيها الربط والتذكير بالصور، فمن المهم جداً بناء هذه المهارة. حافظ على نشاطك الاجتماعي والتفاعل يساعد على المحافظة على عقل نشط.

كذلك يجب عليك الحد من استخدام الكافيين والحصول على ما يكفي من التمارين الرياضية.



د. سطاتم المدني

محاربة النسيان وتحسين الذاكرة

أساس الذاكرة الجيدة هو العقل والجسم الصحي، لا يمكنك أن تتوقع أن يعمل دماغك في أفضل حالاته إذا لم تعني بجسمك بما فيه الكفاية.

تناول الطعام بشكل جيد وتأكد من أن الفيتامينات الأساسية موجودة في نظامك. وإذا لزم الأمر، تناول مكملات الفيتامينات.

اشرب الكثير من الماء، فعندما لا تشرب كمية كافية من الماء، يصبح جسمك وعقلك ضعيفاً ومتعباً، الماء يجعل خلايا الدم الحمراء أكثر نشاطاً ويمنحك المزيد من الطاقة. احصل على قسط كافٍ من النوم، فأنشاء النوم يعيد الدماغ شحن نفسه، وقد أظهرت الدراسات أن الدماغ يحتاج إلى النوم لتغيير الذكريات الجديدة إلى ذكريات طويلة المدى.

يواجه الكثير من الأشخاص مشكلة النسيان من وقت لآخر، وبخاصة مع كثرة المشاغل في الحياة وتقدم السن، ولكن هذا لا يعني أنه لا يمكننا اتخاذ إجراءات لإبطائه قليلاً، في حين أن هذا الأمر يمكن أن يكون حدثاً طبيعياً تماماً، إلا أن ضعف الذاكرة وعدم تذكر الأحداث قد يكون محبطاً ومحرراً بدرجة كبيرة لدى البعض.

قد تلعب الوراثة دوراً في فقدان الذاكرة، وبخاصة في الحالات العصبية الخطيرة مثل مرض الزهايمر، وغالباً ما يُنظر إلى الأشخاص ذوي الذكريات الجيدة على أنهم يتمتعون بالخبرة والذكاء والكفاءة والاعتمادية.

لقد تبين أن العلم يكتشف بشكل مستمر وجود روابط جديدة بين الأشياء البسيطة التي يمكننا القيام بها كل يوم لتحسين قدرة الذاكرة لدينا، وفيما يلي أهم النصائح الفعالة لمحاربة النسيان وتحسين الذاكرة.

اعتني بصحتك جيداً، فإن

النظرية التأويلية ومراحل عملية الترجمة

المضمر والقابع بين السطور. - مرحلة تحصيل المعنى والمراد: هي لب النظرية التأويلية حيث يسعى المترجم فيها إلى استخلاص المعنى وتجريده من صيغة اللغوية الأصل لتجنب إشكالية التداخل بين اللغتين أو نقل تراكيب لغة للأخرى.

- مرحلة إعادة الصياغة: مرحلة يُخضع فيها المترجم المعاني المستخلصة من النص إلى قواعد وأسلوب اللغة الهدف، وهذا بدوره ما يجعلها واضحة ومفهومة لدى المتلقي، حيث يتوجب عليه الابتعاد عن الترجمة التلخيصية والتي تحرم المتلقي من معرفة كافة ما يشير إليه النص الأصل، الأمر نفسه مع الحشو والإطناب والذي يمجبه قد يورد معنى لم يتم ذكره في الأصل، والابتعاد عن كل ما قد يوقعه في إشكالية التداخل بين اللغتين.

هاجر عبدالله القوي
ماجستير دراسات الترجمة
كلية اللغات والترجمة

عليها، وليس فقط بتضمنها معرفة المترجم المطلقة بلغتي العمل بل تتضمن كذلك في ثناياها مهام مؤثرة على جودتها، وهي آلية توظيف هذه المعارف وسبل تكيفها والاستفادة التامة منها في خضم سير هذه العملية.

حينما شرعت دانيكا وماريان في دراسة هذه العملية بدقة لتبني نظرية داعمة لها، ففرعن بعيداً عن نهج ونظريات الترجمة السابقة إلى ما بعد علم النفس وعلم الأعصاب التجريبي، وكذلك علم الأعصاب وغيرها من العلوم الإدراكية والعلمية المختلفة، وتشمل مراحل هذه النظرية التي تهدف إلى تقديم ترجمة متماسكة تحترم المعنى ومراد الكاتب:

- مرحلة الفهم: تتلخص في تأويل النص واستخلاص معناه المراد مع الإحاطة بجميع جوانبه، وهي مرحلة تسمح للمترجم بالانطلاق من المعنى الظاهر أمامه ليفوس في أعماق النص لاستخراج ذلك المعنى

أخذت النظرية التأويلية في عالم الترجمة ثقلاً معتبراً في عالم الترجمة والمترجمين، وسميت أيضاً «نظرية المعنى» نظراً لتمجورها حول معنى النص والتركيز عليه، ويطلق عليها كذلك «نظرية مدرسة باريس» حيث نشأت آنذاك.

في إطار هذه النظرية نرى أن المترجم يسعى لتقديم ترجمة تتميز بالمصادقية والأمانة مع الإحاطة بجميع الجوانب التي من شأنها أن تصبح معضلات في عملية الترجمة، كما يسعى أيضاً لممارسة التأويل المسموح بعيداً عن الاهتمام بالنسخ اللغوي للنص الأصل، مسهلاً بذلك تمكين الجمهور المستهدف من تلقي ذات المعنى والأثر الذي قد تلقاه جمهور النص الأصل.

عملية الترجمة هي عملية معقدة جداً تشمل عدة مناهج ومجالات حيث تحتل فيها الوظائف الدماغية والفكرية مكانة كبيرة جداً في إتمام هذه العملية بنجاح. إضافة إلى مدارك ومعارف المترجم القائم

خيانه لمقاصده، إذن، المترجم التأويلي ينخرط في النص ليتمكن من استخلاص معانيه، معتمداً في ذلك على كفاءته اللغوية ومعرفته الموسوعية في آن واحد.

لذا عليه أن يكون واعياً ومدركاً لتلك المسؤولية العظيمة التي تقع على عاتقه والتي من شأنها أن تعالج مقاصد الكاتب أو على العكس تماماً فقد تؤدي به إلى ما لا تحمد عقباه في حال اجتهاده الشخصي في التأويل المبالغ فيه كأن يؤول مقصد ونوايا الكاتب بغير وجه حق أو يلازم مسار الكلمات الواحدة تلو الأخرى بمعزل عن سياقها الذي وردت فيه، فيقدم ترجمة ركيكة لا تتسم بأي طابع لغوي يُنسب للغة الهدف، فلا يجد لها قبولاً لدى الجمهور وربما يؤدي هذا المسار أيضاً إلى خلق ترجمة مبهمه لا تحمل في طياتها أي معنى مترابط أو مفهوم، فيخل بذلك بمصداقيته وأمانته تجاه المعنى المراد.

التحكم في هذه العملية بعيداً عن الخوض في الجدال القائم في معايير الأمانة في الترجمة، يسعنا الإشارة إلى أن أنصار النظرية اللغوية والتي تتمحور حول الأمانة للنص الأصل وسيافهه يرفضون وبشدة ما يجري خلال الترجمة ذات الطابع التأويلي.

أما أنصار النظرية التأويلية فيوظفون جل تركيزهم على «المعنى» متناسين في الوقت ذاته بنية النص الأصل سعياً للحفاظ على البعد اللغوي للغة الهدف، وعليها، ينتقلون من مستوى الكلمات والجمل إلى مستوى المعنى والمقصد، فبعد مرحلة فهم النص وقبل مرحلة إعادة الصياغة، يقوم المترجم بعملية ذهنية ثانية هي مرحلة تحصيل المعنى والمراد.

هذه المرحلة تتطلب من المترجم أن يوظف كافة معارفه ليتمكن بسهولة من نقل الأثر والمعنى المقصود ومراد الكاتب دون أي

لا يوجد في عصرنا الحالي بلد في العالم لا يهتم بالتواصل الثقافي والحضاري مع البلدان الأخرى، بل وصل الاهتمام في بعض الدول إلى جعل التكنولوجيا وسيلة أساسية لمعالجة هذا الجانب وأصبحت الآلة بواسطة برامج مطورة متخصصة تقوم بجزء يسير من هذا الدور، وأصبح الكل يتطلع إلى امتلاك ما يمكن أن نسميه هنا «الناقل الآلي للثقافات والحضارات الأجنبية».

إلا أن عملية الترجمة لا تتوقف على إيجاد المطابقت اللغوية كما يعتقد البعض، بل هي بالتأكيد أبعد من ذلك، فالترجمة بمعناها الحقيقي تركز على رسالة النص بمجملها وتسعى لنقل المكافئ والمضمون فيها سواء المضمر أو الظاهر منه في النص بشكل عام خصوصاً فيما يتعلق بالجوانب الثقافية والتاريخية والعرفية والنفسية والاجتماعية، التي تؤثر بشكل كبير على جودة الترجمة ومدى كفاءة المترجم وقدرته على



إدارة المخاطر في بيئة العمل للموظفات
الوقت: من ٩ ص إلى ١ م
الجهة المنظمة: عمادة تطوير المهارات
المكان: مهارات ه

برنامج



أثار كوريا
الوقت: من ٤م إلى ١٠م
الجهة المنظمة: الهيئة العامة للسياحة والتراث الوطني
المكان: المتحف الوطني

معرض



الاستخدام والموارد البشرية والخدمات العمالية
الوقت: من ٤م إلى ١١م
الجهة المنظمة: الأعمدة الماسية لتنظيم المعارض والمؤتمرات
المكان: مركز الرياض الدولي للمؤتمرات والمعارض

ملتقى



الملك عبدالعزيز لمزاياين الإبل
الوقت: من ٩ ص إلى ٤م
الجهة المنظمة: نادي الإبل
المكان: الصياد الجنوبيه للدهناء - الرمحية

مهرجان



الوظيفي السنوي الثامن لجامعة الفيصل ٢٠١٩
الوقت: من ٣م إلى ٩م
الجهة المنظمة: جامعة الفيصل
المكان: جامعة الفيصل

معرض



«ادخارك أمان»
الوقت: من ٨م إلى ٤م٣٠
الجهة المنظمة: المركز السعودي للمسؤولية الاجتماعية
المكان: جمعية الأطفال المعوقين

حملة



النشر العلمي لطلبة الدراسات العليا «الفرص والتحديات»
الوقت: من ١٢ ظ - ١٢م
الجهة المنظمة: أفكر
المكان: كلية التربية قاعة ١٣٣، وللسيدات مبنى ٢ معمل ١٧٢ الدور الأول

حلقة



وهج زينة الصفحة المخطوطة
الوقت: من ١٠ ص إلى ١٠م
الجهة المنظمة: مركز الملك فيصل للبحوث والدراسات الإسلامية
المكان: متحف الفيصل

معرض



إعداد المطبوعات الإعلامية باستخدام برنامج الناشر publisher للموظفات
الوقت: من ٩ ص إلى ١ م
الجهة المنظمة: عمادة تطوير المهارات
المكان: مهارات ٣

دورة



أساسيات البرمجة بلغة جافا للطلاب
الوقت: من ٤م إلى ٩م
الجهة المنظمة: عمادة تطوير المهارات
المكان: قاعة عمادة تطوير المهارات مبنى ٢٦ الدور الخامس

ورشة



السعودي الدولي للعقار - سايرك ه
الوقت: من ٦:٣٠م إلى ٩:٣٠م
الجهة المنظمة: مجلس الغرف السعودية
المكان: فندق الإنترنتنتنتال

مؤتمر



٦. معرض البخور والعطور الدولي
الوقت: من ٤م إلى ١٠م
الجهة المنظمة: شركة زيادة للمنتجات لتنظيم المعارض والمؤتمرات
المكان: مركز الرياض الدولي للمؤتمرات والمعارض

معرض

لوحة الفعاليات

ينظم مركز بحوث الدراسات العلمية والطبية

محاضرة بعثوان

«التعريف بخدمات مركز الابتكار والعلاقة بين البحث والابتكار»

«Introducing services of the innovation center and the relationship between research and innovation»

تلقاها /

د. أسماء العكرشي
د. عنتات العتيبي
مظلمة طب الأسنان

الخلاصة: 1440 / 5 / 30
التاريخ: 2019 / 2 / 5
١٢ - ١ م
قاعة 14 مبنى 30

التصفية النهائية

«دهشة من الفنون ترى وأخرى تسمع»

يوم السبت
٢٠١٩ / ٧ / ٢٢هـ الموافق ٩ مارس ٢٠١٩م
٨:٣٠ - ٤:٣٠ مساءً
مسرح المدينة الجامعية للطالبات
بوابة ٣، مبنى (٢٦)

لحجز التذكرة

والدخول في السحب على جوائزنا
برضى التسجيل الإلكتروني عبر حسابنا في تويتر.

LightValent

أرقام المدينة الجامعية للطالبات

8051197 وكالة الجامعة لشؤون الطالبات
8053169 عميدة الكليات الإنسانية
8050063 عميدة الكليات العلمية
8052555 وكالة الشؤون الإدارية والمالية بالكليات الإنسانية
8051555 وكالة الجامعة للشؤون الأكاديمية للكليات الإنسانية
8053100 وكالة شؤون التشغيل والخدمات المساندة
8051447 وكالة عمادة شؤون الطلاب لشؤون الطالبات
8050913 رسالة الجامعة القسم النسائي
80 53161 صيانة المدينة الجامعية للطالبات

العيادة الطبية بالمدينة الجامعية للبنات:
0118054450 - 0118054451

4670445 مستشفى الملك عبدالعزيز الجامعي
4786100 مستشفى الملك عبدالعزيز الجامعي «الطوارئ والإسعاف»
4775607 إسعاف الجامعة
4671699 بلاغات أعطال الحاسب الآلي بالمنطقة الأكاديمية
4675557 بلاغات الصيانة بالمنطقة الأكاديمية
4678666 صيانة الهاتف بالمنطقة الأكاديمية
4675000 مجمع الخدمات
4673000 مجمع الملك سعود التعليمي
4682068 / 4682066 إدارة السلامة والأمن الجامعي «غرفة العمليات»
950 الدفاع المدني بالجامعة
0955 الإدارة العامة للصيانة: من داخل الجامعة
1515 الإدارة العامة للصيانة: من خارج الجامعة
0118061515

678294 عمادة القبول والتسجيل
677609 عمادة الدراسات العليا
673355 عمادة البحث العلمي
677724 عمادة شؤون الطلاب
676148 عمادة شؤون المكتبات
678727 عمادة شؤون أعضاء هيئة التدريس والموظفين
674222 معهد الملك عبدالله للبحوث والدراسات الاستشارية
4354400 مركز الدراسات الجامعية للبنات عيشة
4785447 أقسام العلوم والدراسات العلمية للبنات بالمرز
4678159 الإدارة العامة للإعلام والعلاقات الجامعية
4698368 وكالة الجامعة للتطوير
4678781 رسالة الجامعة
4670011 مستشفى الملك خالد الجامعي
مستشفى الملك خالد الجامعي «الطوارئ والإسعاف»

670000 سنترال الجامعة
677581 مكتب معالي مدير الجامعة
670109 مكتب وكيل الجامعة
670114 مكتب وكيل الجامعة للشؤون التعليمية والأكاديمية
670114 مكتب وكيل الجامعة للتطوير والجودة
670527 مكتب وكيل الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي
670110 مكتب وكيل الجامعة للمشاريع
672787 مكتب وكيل الجامعة للتبادل المعرفي ونقل التقنية
670399 عمادة التعاملات الإلكترونية والاتصالات
675723 عمادة التعلم الإلكتروني والتعليم عن بعد
4674864 عمادة تطوير المهارات
670693 عمادة الجودة
679673 عمادة السنة التحضيرية
4696238

**أرقام
تلفونات
تتمك..**

«المرور»
- تجديد رخص القيادة.
- تجديد الاستمارة.
- استبدال لوحات السيارة.

«الجوازات والاستقدام»
- إصدار إقامة وتجديدها.
- تجديد جواز سفر للسعوديين.
- إصدار تأشيرات الاستقدام لعمال المنازل والسائقين.
- تمديد تأشيرة الزيارة للقادمين لزيارة منسوبي الجامعة المتعاقدين.
- تأشيرة خروج وعودة.

«الأحوال المدنية»
- إصدار شهادة الميلاد.
- إضافة المواليد لسجل الأسرة.
- تبليغ ولادة.

الخدمات الحكومية
عمادة شؤون أعضاء هيئة التدريس والموظفين - وحدة خدمات منسوبي الجامعة



التذوق ٢٠١٩
الوقت: من ٤م إلى ١٢م
الجهة المنظمة: خبراء المعارض والمؤتمرات
المكان: قاعة أوشا للمناسبات

معرض



التأمين السعودي الخامسة
الوقت: من ٨ص إلى ٤م
الجهة المنظمة: التسويق الشامل
المكان: مركز الملك فهد الثقافي

ندوة



الرياض للسفر
الوقت: من ٤م إلى ١١م
الجهة المنظمة: أساس لتنظيم المعارض
المكان: فندق الفيصلية

معرض



مذاق الطريق
الوقت: من ٤م إلى ١١م
الجهة المنظمة: مؤسسة أوسمة للإعلام لتنظيم
المعارض والمؤتمرات
المكان: سفن مونز

مهرجان



السفر والاستثمار السياحي ٢٠١٩
الوقت: من ٧ص إلى ١٠م
الجهة المنظمة: الهيئة العامة للسياحة والتراث
الوطني
المكان: مركز الرياض الدولي للمعارض طريق الملك عبدالله

ملتقى



صالون المجوهرات
الوقت: من ١٠م إلى ١٠م
الجهة المنظمة: ريد سندي لتنظيم المعارض
المكان: فندق الفيصلية

معرض



كرنفال الرياض ٤
الوقت: من ٢م إلى ١١م
الجهة المنظمة: مدارس الرياض
المكان: مدارس الرياض

فعالية



وملتقى لك القيادة ٢
الوقت: من ١١م إلى ١١م
الجهة المنظمة: شركة الطيار للعلاقات العامة
والخدمات
المكان: فندق كمبينسكي - برج رافال

معرض



الرياض الدولي للكتاب
الوقت: من ٤م إلى ١٠م
الجهة المنظمة: وزارة الثقافة والإعلام
المكان: مركز الرياض الدولي للمعارض والمؤتمرات

معرض



السعودي الدولي للطيران
الوقت: من ٧ص إلى ١٠م
الجهة المنظمة: شركة معارض الرياض
المكان: أرض مطار الثمامة

معرض



المياه السعودي
الوقت: من ٧ص إلى ٤م
الجهة المنظمة: وزارة البيئة والمياه والزراعة
المكان: فندق فيرمونت الرياض

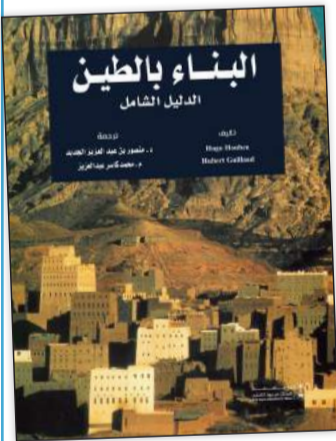
منتدى



المرأة السعودية
الوقت: من ٤م إلى ١١م
الجهة المنظمة: معارض الشرق الأوسط
المكان: فندق الفورسيزون

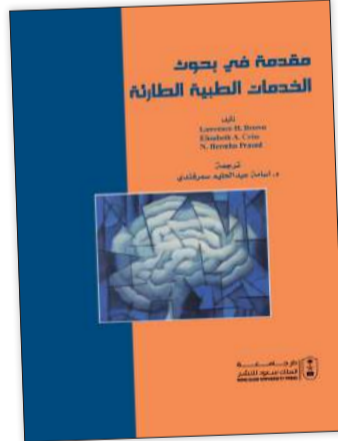
معرض

إصدارات دار جامعة الملك سعود



البناء بالطين.. دليل شامل

قام بإعداد هذا الكتاب فريق عمل متخصص، وذلك على مدى خمسة عشر عاماً وفي أكثر من خمسين بلداً على مستوى العالم. حيث تم تجميع العديد من المعلومات المتفرقة ورصد الكثير من الخبرات المتراكمة في مختلف الثقافات، وتصنيفها، وترتيبها، وتبسيطها لتكون في متناول مجموعة واسعة من المهتمين. ويعتبر هذا الكتاب مادة علمية تساعد الممارسين والمهتمين بالبناء بالطين المطور. وكان على رأس هؤلاء الباحثين: منصور بن ناصر الجديد، محمد كاسر عبدالعزيز.



عنوان الكتاب: مقدمة في بحوث الخدمات الطبية الطارئة
المؤلف: لورانس اتش براون
الترجم: د. أسامة عبدالحليم سمرقندي
السنة: 1439

وصف الكتاب:
أعد هذا الكتاب مجموعة من المتخصصين والباحثين في بحوث الخدمات الطبية الطارئة، كما يقدم خدمة كبيرة للطلاب ولجميع المهنيين والأخصائيين والمختصين، وإعاملين في مجال الخدمات الطبية الطارئة. ويتضمن الكتاب عروضاً معلوماتية، وتجارب نموذجية، وفضلاً كاملاً عن تحليل البيانات، ومنهجية العمل التي تقود للإجراءات الصحية لعملية البحث.

سدوكو

	2		8		9	3	
		8	1	2	4		
1	7		6	2			
3		5	1	6		9	
4			7			2	
9		7	8			4	
		6		4		9	5
		5		9	1	7	
	3	9	5			4	

قاعدة اللعبة:

السودوكو لعبة يابانية سهلة، من دون عمليات حسابية. تتألف شبيكتها من 81 خانة صغيرة، أو من 9 مربعات كبيرة يحتوي كل منها على 9 خانات صغيرة. على اللاعب اكمال الشبكة بواسطة أرقام من 1 إلى 9. شرط استعمال كل رقم مرة واحدة فقط، في كل خط أفقي وفي كل خط عمودي وفي كل مربع من المربعات التسعة.

وكالة الجامعة للتخطيط و التطوير - إدارة الإحصاء والمعلومات

مفكرة الشهر

جمادى الآخرة - Jumada'II						
Mar. 2019 - مارس			Feb. 2019 - فبراير			
الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

جمادى الآخرة

١٤٤٠هـ
(مارس)
٢٠١٩م



رسالة الجامعة على الفيس بوك
https://www.facebook.com/rksku



رسالة الجامعة على تويتر
@rksku



رسالة الجامعة على انستغرام
@rksku



رسالة الجامعة على جوجل بلس
https://plus.google.com



رسالة الجامعة على يوتيوب
youtube , ResalahKSU



رسالة الجامعة على الموقع الالكتروني
http://rs.ksu.edu.sa/

مركز الحوار يعتزم إجراء دراسة حول الحد الأدنى للأجور

متطلبات برنامج تحفيز المنشآت على توظيف الوظائف «نطاقات» عند راتب «3000» ريال مع تسجيل الأجر كاملاً في المؤسسة العامة للتأمينات الاجتماعية. كما أن هناك قراراً يُدرس لرفع الحد الأدنى لأجر السعودي لاحتسابه بواحد صحيح في نطاقات إلى «4000» ريال، بدلاً من «3000» ريال، وسيستمر احتسابه بواحد صحيح للأجر من «4000» إلى «6000» ريال، ثم يبدأ رفع نسبة وزن السعودي إذا كان يتقاضى أجراً مرتفعاً اعتباراً من «6000» ريال فأكثر، وبمعدالة رياضية تحسب زيادة وزن السعودي وفقاً لزيادة راتبه من «6000» ريال إلى «12000» ريال ليكون وزنه حال بلوغه أجر «12000» ريال معادلاً لتوظيف سعودي اثنين.



ونفى المتحدث باسم المركز الإعلامي لوزارة العمل الأستاذ تيسير الفرج صحة ما تم تداوله حول تحديد الحد الأدنى لأجور الموظفين السعوديين في منشآت القطاع الخاص عند 5300 ريال.

المملكة، وستقوم الوزارة على إثر ذلك بتقييم الملاحظات الواردة والرفع بالنتائج للمقام السامي. وفي ذات السياق اتخذت الوزارة حلولاً تدريجية لرفع الحد الأدنى

كشفت وزارة العمل عن تكليف مركز الملك عبدالعزيز للحوار الوطني كجهة مستقلة بإجراء دراسة حول أجور القطاع الخاص. وقال مدير المركز الإعلامي بالوزارة تيسير الفرج إن الوزارة مُكلّفة حسب الأمر الملكي الكريم رقم 121/أ بحكم اختصاص الوزارة بالتوظيف في القطاع الخاص باتخاذ الإجراءات اللازمة لوضع حد أدنى للأجور في القطاع الخاص والرفع بذلك لمجلس الوزراء. وأضاف: وفي هذا الشأن فقد عقدت الوزارة للحوار الاجتماعي الثاني مناقشة أجور الموظفين في القطاع الخاص بمشاركة من أصحاب العمل والعمال، وتم خلال هذا الحوار تكليف مركز الملك عبدالعزيز للحوار الوطني كجهة مستقلة بإجراء دراسة حول الأجور في المملكة في القطاع الخاص، وتسليمها لأصحاب العلاقة «أصحاب العمل ممثلين بمجلس الغرف والعمال ممثلين باللجنة التأسيسية للجنة التنسيق لعمال

قارنته بالأنظمة والاتفاقيات الدولية.. دراسة:

نظام مكافحة غسل الأموال السعودي من أفضل وأوضح الأنظمة الجنائية



يتعلق بغسل الأموال، وعقد ندوات ومؤتمرات عالمية تهدف إلى إيضاح آلية تنفيذ التوصيات والاتفاقيات الدولية المتعلقة بغسل الأموال. ودعا إلى تشجيع مشاركة منسوبي الجهات المعنية بغسل الأموال في المؤتمرات والندوات العالمية المختصة بغسل الأموال، وإضافة آلية تحريك أي مواطن سعودي لجريمة غسل الأموال خارج المملكة، وإعادة النظر في ما ورد في نظام مكافحة المخدرات حيال جريمة غسل الأموال لاختلاف العقوبة المقررة في النظامين، مع أخذ المنظم السعودي بالاتجاه الموسع الذي يغطي الجرائم كافة.

بالتحري والاستدلال، وتبادل المعلومات، والأحكام القضائية، والحد من السرية المصرفية في سبيل مكافحة غسل الأموال، والتداخل بين نظام مكافحة غسل الأموال ونظام مكافحة المخدرات في ما يتعلق بالركن المفترض، واختلاف العقوبة المقررة لغسل الأموال جرائم المخدرات والواردة ضمن نظام مكافحة المخدرات، عن العقوبة المقررة للجريمة في نظام غسل الأموال. وبعد هذه النتائج، أوصى الباحث الدكتور ناصر البقمي بإضافة مقرر في كليات الحقوق في الجامعات السعودية يُعنى بغسل الأموال، وعقد دورات تدريبية لمنغذي العدالة الجنائية تتضمن جميع ما

وإضافة تمويل الإرهاب والأعمال الإرهابية والمنظمات الإرهابية إلى الركن المادي المكون لجريمة غسل الأموال. ومن النتائج التي توصل إليها الباحث، تشديد عقوبة الشروع في جريمة غسل الأموال والمساواة بينه والجريمة التامة في التجريم والعقاب، والتوسع في التجريم بإضافة الصور التي يمكن من خلالها تحقق الاشتراك في جريمة غسل الأموال إلى الركن المادي، والتوسع في الاستدلال على الركن المعنوي من خلال الظروف والملابسات الواقعية، والتوسع في سريان النص من حيث المكان، وعدم إيضاح كيفية تحريك الدعوى الجنائية، والتوسع في الجوانب الإجرائية المتعلقة

ركزت دراسة علمية عن «التوسع في تجريم غسل الأموال» على إجراء مقارنة بين نظام مكافحة غسل الأموال السعودي والاتفاقيات الدولية، حيث تحدثت الباحثة الدكتورة ناصر بن محمد البقمي عضو هيئة التدريس بكلية الملك فهد الأمنية - في صفحات الدراسة - عن مفهوم جريمة غسل الأموال، وأركانها، والتوسع في تجريمها وفقاً لنظام مكافحة غسل الأموال السعودي مقارناً بالاتفاقيات الدولية المعنية بغسل الأموال.

وخلص من خلال الدراسة إلى أن نظام مكافحة غسل الأموال السعودي من أفضل وأوضح الأنظمة الجنائية في المملكة، وأن نظام مكافحة غسل الأموال السعودي توسع في تجريم غسل الأموال بشكل يغطي جميع الظروف المحتملة لارتكاب الجريمة، وتوافق نظام مكافحة غسل الأموال السعودي مع الاتفاقيات الدولية فيما يتعلق بالتوسع في تجريم غسل الأموال، والتوسع في الركن المفترض وعدم تحديد الجرائم مصدر الأموال من خلال عدم تحديد جرائم بعينها، والتوسع في الركن المادي من خلال إيراد كثير من الصور التي تمثل السلوك الأساس لغسل الأموال،

خلايا «سرية» يطلقها الجسم أثناء النوم لقتل الجراثيم

إكلينيكية عديدة أن من لا يحصلون على قدر كافٍ من النوم أكثر عرضة للمرض بعد تعرضهم للفيروسات، إلا أن هذه الدراسة الجديدة تظهر طريقاً آخر للجراثيم ربما يؤدي فيه النوم بالعمق والقدر الكافيين إلى تعزيز المناعة عبر الخلايا المعروفة بالخلايا تي.» وتابع «دو بالو»، الذي لم يشارك في الدراسة: «ولهذا فإنها تعرض آلية أخرى ذات وصف فريد تقف وراء بعض التأثيرات الداعمة للمناعة المترتبة على النوم.»

المناعة فعليه أن يحصل على كمية النوم المطلوبة كل ليلة، وأن يتجنب السهر والتوتر المزمن.»
النوم
والعلماء على دراية منذ فترة طويلة بأن قلة النوم يمكن أن تؤثر على جهاز المناعة حسب ما قال الدكتور لويس دو بالو أستاذ أمراض الرئة والحالات الحرجة واضطرابات النوم بكلية آيكان للطب في ماونت سايناي بمدينة نيويورك. وأضاف في رسالة بالبريد الإلكتروني: «أظهرت دراسات

هذه الخلايا خلية مصابة بعدوى فيروسية، فإنها تعكف على تنشيط بروتين لزج يعرف باسم «إنتجرين» يسمح لها بالتعلق بتلك الخلية. واستطاع الباحثون أن يبرهنوا أن قلة النوم وكذلك فترات التوتر الطويلة تؤدي إلى رفع مستويات الهرمونات التي تعرقل فيما يبدو عملية الانتقال التي تساعد في تنشيط البروتينات اللزجة. وقال ستويان ديميتروف الباحث بجامعة تويين بألمانيا وقائد فريق الدراسة إنه «إذا أراد إنسان أن يقوي جهاز

يبدو أن حديث الأبحاث العفوي صحيح «إن أصابتك نوبة برد، فالنوم أفضل علاج». فقد اكتشف باحثون ألمان سبباً لتزيد من خلاله قدرة النوم على درء نوبة برد، فالنوم يعزز فيما يبدو كفاءة خلايا مناعية معينة من خلال تحسين فرص تعلقها بالخلايا المصابة بفيروسات وتدميرها في النهاية.

خلايا «تي»

وركز الباحثون اهتمامهم على الخلايا «تي» التي تتصدى للإصابات المعدية، فعندما ترصد

قراءات لك..

بيل جيتس ينصح بقراءته

10 أسباب تجعلنا مخطئين حيال العالم



يعرف الجميع من هو «بيل جيتس»، الشريك المؤسس لشركة مايكروسوفت والملياردير الأمريكي الشهير، ولكن ربما لا يعرف كثيرون أن بيل جيتس، قاري نهم ومؤلف، قام بتأليف العديد من المؤلفات، وقال في إحدى مقابلاته: «كان لدي حقاً الكثير من الأحمال عندما كنت طفلاً، وأعتقد أن قدرًا كبيراً من هذه الأحمال نشأ من حبي للقراءة». فما هو الكتاب الذي ينصح بيل جيتس الملايين بقراءته، ولماذا؟

10 أسباب

صرح «بيل جيتس» أن لديه كتاباً جديداً مفضلاً وهو: Factfulness : Ten Reasons We are Wrong About the World - and Why Things Are Better Than You Think، وترجمة هذا العنوان تعني: «الإلمام بالحقيقة: عشرة أسباب تجعلنا مخطئين حيال العالم - ولماذا تبدو الأشياء أفضل مما نظن؟».

وقد ألف هذا الكتاب صديق «جيتس» الراحل «هانز روزلينج»، وهو إحصائي سويدي وخبير صحي، وأسهم ابن «روزلينج» في إنهاء الكتاب بعد وفاة والده عام 2017.

جوهر الكتاب

وجوهر الكتاب هو استعراض أهم وأبرز عشرة معوقات تحول دون رؤية العالم بشكل واقعي وإيجابي، فقد أوضح «جيتس» أن الكتاب يعرض إطار عمل مختلفاً لكيفية إلقاء نظرة على العالم بناءً على عشرة معوقات تحول دون رؤية البشر للعالم بشكله الحقيقي.

وقد أكد «بيل جيتس» على أن هذا الكتاب من أفضل الكتب التعليمية التي قرأها في حياته، مشيراً إلى أنه يغطي مساحات كبيرة من الأفكار، وسوف يكون العالم في حال أفضل لو قرأه ملايين البشر.

نبذة من الكتاب

«هناك عشرة أسباب تجعلنا مخطئين بشأن العالم، وتحول دون رؤية الأمور بشكل أفضل مما نظن»، هذا ما يحاول تأكيده نظرياً وتطبيقياً هذا الكتاب، محاولاً أن يختبر أفكارك ويعد من خيالك لكي تنظر إلى المشاكل من زوايا عديدة كي تحصل على فهم أدق وتجد حلولاً علمية لحياتك ومستقبلك.

وقد عد بيل جيتس هذا الكتاب «ملهماً وكاشفاً ومليئاً بالحكايات النابضة، والقصص المؤثرة، ويمكن من خلال قراءته واستيعابه أن تتغير نظرة الشخص للعالم وطريقة تعامله معه نحو الأفضل».

تفسير جذري

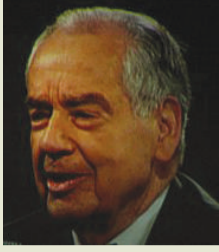
في هذا الكتاب يقدم بروفيسور الصحة الدولية العالمي هانس روسلينج، تفسيراً جذرياً جديداً لسبب هذه الظاهرة، ويكشف الأسباب العشر التي تشوّه وجهة نظرنا حيال العالم وقضاياها، وأولى تلك الأسباب ميلنا إلى تقسيم العالم إلى مجموعتين: الأولى «نحن» والثانية «هم»، وثاني تلك الأسباب النظرة المسبقة أو العنصرية التي نستقبل بها الأخبار والمعلومات، حيث نميل غالباً إلى التشاؤم وتوقع الأسوأ.

تحيز لا شعوري

من الأسباب العشر التي تجعلنا مخطئين حيال نظرنا إلى العالم، حسب هذا الكتاب، التحيز اللاشعوري، حيث نميل نظرنا للأمور وتحليلاتنا للأحداث والوقائع، وحتى تخميناتنا، إلى تحيزات لا شعورية، تتحكم بنا وبتفكيرنا بشكل لا إرادي، بمعنى أن أكثر الأشخاص نزاهة وحيادية لا يخلو من التحيز لنفسه أو لمجموعته أو لجنسه أو لجماعته، بشكل أو بآخر.

ويختتم المؤلف كتابه بالقول: «يتضح أن العالم مع كل ما فيه من النقااض هو أفضل مما نظن، وهذا لا يعني عدم وجود هموم حقيقية، ولكن عندما نقلق بشأن كل شيء طوال الوقت، فإن ذلك يمكن أن يفقدنا القدرة على العيش بسعادة وأريحية و«عفوية»».

قالوا عن التفكير النقدي



صورة الذات القوية والإيجابية، هي أفضل ما يمكن أن تهديه لنفسك ويحقق لك النجاح في الحياة.

زيغ زيغلر
«1926 - 2012»، مؤلف ومحاضر تنمية بشرية أميركي، نشر له أكثر من 40 عملاً.

سين وجيم

كيف أكون علاقة اجتماعية ناجحة؟

لا شك أن الإنسان كائن اجتماعي بطبعه، لا يمكنه العيش في عزلة عن العالم، بل يسعى جاهداً لتكوين علاقات اجتماعية ناجحة، ومن أبرز العوامل التي تساعد على ذلك:

- الابتسام والوجه الطلق والألفاظ الجميلة: اعلم جيداً أن ابتسامك الجميلة والعذبة هي أول ما يلفت الآخرين ويجذبهم إليك، ويكتمل ذلك بعلاقة الوجه وبشاشته والألفاظ الجميلة والمهذبة التي تتعلق بها، لذلك احرص على رسم ابتسامة صادقة والتعود على الألفاظ الجميلة والمهذبة مثل: حفظك الله، أسعد الله صباحك، مساء الخير والسرور والسعادة، ...

- الشعور بالامتنان: يُشجّع عالم النفس مارتن سيلغمان Martin Seligman من جامعة بنسلفانيا في كتابه «Authentic Happiness» القراء على ممارسة تمارين الامتنان بشكل يومي، ويكون هذا التمرين بإدراج مجموعة من الأمور والأشياء التي تسبب الشعور بالسعادة والامتنان، الأمر الذي سيُزيد مستوى السعادة، ويقلل الشعور بالحزن واليأس.

- التسامح: تعد الشكوى والتذمر المستمر من الأشياء التي تؤثر على الصحة الجسدية والعقلية، في حين أن المسامحة والعفو عن الآخرين من أهم الطرق التي تقلل من الحزن والشعور بالاستياء، وذلك وفقاً لما قاله الباحثان مايكل مكولوغ Michael McCullough، وروبرت إمونز Robert Emmons.

- الجمع بين الروح المرحة والجدية: لا يجذب الكثيرون الجدية الدائمة ولا الهزلية الدائمة، فلكل مقام مقال، ولكل حادث حديث، لذلك احرص أن تجمع في شخصيتك وأحاديثك بين الروح المرحة والجدية ووازن بينهما، بحيث لا يلفى أحد الجانبين على الآخر، وركز في كلال الحالتين على الإيجابية والحدود المعقولة م الأدب والاحترام دون تجاوز الحدود والمحظور ودون الإساءة لأحد.

- الثقة والأمانة والمسؤولية: يتطلب بناء علاقات اجتماعية جيدة أن يكون الشخص على قدر الثقة والأمانة والمسؤولية، ويكون مقدراً للخصوصية والسرية والحالات الخاصة بين الطرفين أو الأطراف المتعددة، كما أن مشاركة الآخرين في إنجاز الأمور تزيد من درجة الاستمتاع، ويُمكن تعزيز وتقوية العلاقات من خلال إظهار اللطف والامتنان للأشخاص الذين يُبدون اهتمامهم.



العقل والجسم. القراءة تُساعد على تطوير الذات بشكل ملموس، إذ تُعد الكتب المصدر الرئيسي للحصول على المعرفة والحكمة، فكلما ازداد توجه الشخص نحو القراءة، ازداد مقدار المعرفة والحكمة التي يكتسبها. وتُعد محاولة تعزيز الثقة بالنفس وتخفيف المخاوف إحدى الخطوات المهمة في عملية تطوير الذات، وذلك لأن هذه المخاوف التي يعاني منها الشخص ما هي إلا عقبة في

الذاتي، كونها خطوة لازمة لتحسين مستويات الطاقة الخاصة به، والحفاظ على وزنه؛ مما يساعده على امتلاك قدرة أعلى على مواجهة تحديات جسدية وعقلية جديدة، ولتحقيق ذلك يُنصح بالإكثار من تناول الخضروات والفواكه الطازجة، إلى جانب الأطعمة التي تحتوي على الحبوب الكاملة والبروتينات؛ لما تمتلكه هذه الأطعمة من مغذيات ذات أثر إيجابي في المحافظة على صحة

يشير مصطلح تطوير الذات إلى عملية قيام الفرد بعدة جهود لتحسين وضعه الشخصي، أو مستواه الفكري، أو غيرها من الأمور، من خلال القيام بعدة خطوات بسيطة ذات تأثير ممتد إلى سنوات عديدة.

وينصح بأن تكون المحاولات والإضافات تدريجية وليست دفعة واحدة؛ لتكييف النفس عليها قبل البدء بتجارب جديدة، بالإضافة إلى تجنب الفرق في عدد كبير من التجارب معاً.

تشمل طرق تطوير الذات ممارسة التمارين الرياضية، حيث تُساهم ممارسة التمارين الرياضية في محاولات تطوير الذات عن طريق توفيرها للحماية اللازمة لضمان صحة القلب والشرايين، إلى جانب محاربة الإجهاد، وتنشيط الدورة الدموية، مما يُسهل من وصول الأكسجين للدماغ، حيث ينصح بممارسة التمارين بانتظام خاصة تلك التي يستمتع بها الشخص بشكل أكبر، والتي توفر له الاسترخاء الذي يحتاجه.

أيضاً يجب تحسين النظام الغذائي للفرد في عملية التطوير

العناية بالذات من منظور «علم النفس»



على أن يسمعك الآخرون. في المواقف العامة قف بصلاية للمطالبة بحقوقك واحتياجاتك، وفي غالب الأوقات ضع نفسك في دور القيادة بشكل طبيعي. وكن مستعداً وقادراً على الإصلاح الذاتي، والاعتراف بأي خطأ أو تقصير، وابحث عن وسائل من أجل تحسين أداء الآخرين وسلوكهم، اقبل النصائح المفيدة والنقد البناء، ولا تهدر الكثير من الوقت أو الطاقة في معارك مع أفراد النقد العدواني.

التعبير بتلقائية، وتوقع الأفضل من الناس ومن العالم الذي يحيط بهم، لا تقبل أن تكون هائماً أو متعترراً بلا هدف، ولا تظهر عجزك. راقب استقرارك المالي، ولا تسع دوماً للحصول على آراء أو موافقة الآخرين، لا تقلق بأخذ الاهتمام في اللقاءات الاجتماعية والاجتماعات، وكن مستعداً للتنازل والتفاوض، استمتع بصحبة نفسك، وأظهر الود والثقة تجاه الآخرين مهما اختلفت ثقافتهم وعقائدهم، وأظهر الاهتمام بالاستماع للآخرين، وحرص

فكر خارج الصندوق

THINKING OUTSIDE THE BOX



تعتبر مهارة العناية بالذات من أبرز وأهم المهارات التي يجب على الشخص أن يكتسبها، لتعزيز ثقته بنفسه وليستطيع تحديد مهاراته وقدراته وأهدافه.

تحدث عالم النفس أبراهام ماسلو الأمريكي عن تقدير الذات ووضعه ضمن سلم الحاجيات، وقد وصفه بشكلين مختلفين؛ احترام الذات الداخلية أو الحاجة إلى احترام الذات، ومن أبرز سمات الأفراد أصحاب الحس المرتفع في تقدير الذات: العزيمة والحماس، والتعاون والإيجابية، حسن الخصال والسجية، والسكينة والهدوء، القدرة على التعبير والصراحة والحسم بشكل صحيح، الاعتماد على النفس، بالإضافة إلى التعاون والعلاقات الاجتماعية.

ولتطوير الذات، دعا لعدم التعمق في عادات روتينية ضارة، سواء على مستوى الشرب أم الطعام أم النوم، المحافظة على رؤية واضحة إلى الطريق الذي يمشون فيه، القدرة على

صورة نقدية

شارك في التعليق على هذه الصورة وأرسل مشاركتك إلى إيميل الصحيفة قبل نهاية دوام يوم الأربعاء القادم وسوف يتم نشر أجمل تعليق

RESALAH@KSU.EDU.SA



نظمها نادي الإعلام واستضاف فيها أ. الأحمري

«تطور العلاقات العامة في الدوائر الحكومية».. بالآداب



رئيس قسم الإعلام د. علي دبكل العنزي ومدير العلاقات العامة بوزارة الداخلية العميد فوز الميمان



الأحمري متحدثاً

الأحمري: على طالب العلاقات العامة أن يبرز في علم معين يعرف به ويشتهر فيه

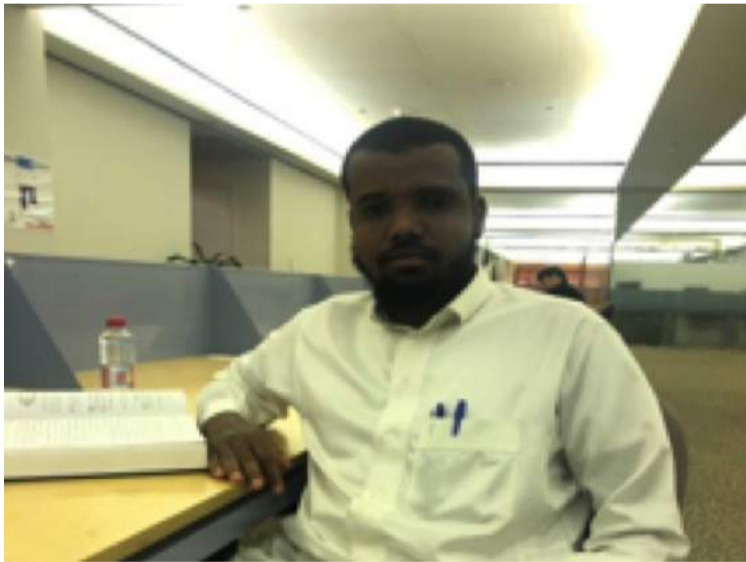
به ويشتهر فيه. وأشاد رئيس نادي الإعلام عبدالعزيز العمران، بما طرحه أ. طارق الأحمري، معرباً عن أمله في أن يستفيد طلاب قسم الإعلام من هذا الطرح عبر «منصة النادي»، مشيراً إلى أن المنصة تعقد كل أسبوع وتستضيف نخبة من الأكاديميين والمتخصصين وأصحاب الرأي العام، وتلحظ قضايا ذات صلة بالشأن الإعلامي الأكاديمي والمهني.

أهمية إدارة الأزمات في العلاقات العامة وخاصة مع الجمهور، مشيراً إلى أن كثيراً من الإدارات لا تستطيع التعامل مع الأزمات وهي لا تلام على ذلك لأن إدارة الأزمة مسألة صعبة، كما أن تغريدة واحدة يمكن أن تخل بسمعتها وتمس كيانها. وفي الختام وجهه الأحمري نصيحة للطلاب في العلاقات العامة مفادها أنه لا بد من التميز في مجال واحد وعدم التشعب في عدة مجالات، وأنه يجب على رجل العلاقات العامة أن يبرز نفسه في علم معين يعرف

العلاقات العامة وممارستها. كما نوه الأحمري إلى وجود بعض المشاكل التي تواجه إدارات العلاقات العامة، أولها غياب كاتب في مجال العلاقات، وثانياً توظيف أفراد ليس لديهم خبرة بهذا العلم، وثالثها عدم التفريق بين جهود التسويق والعلاقات العامة، مما سبب الكثير من المصاعب في قضية الممارسة وبدأت ملاحظتها عندما انتشرت صناعة المحتوى في مواقع التواصل الاجتماعي. كما تطرق المستشار في عدة جهات حكومية إلى

نظم نادي الإعلام لاثني الماضي، ندوة «منصة النادي» بعنوان «تطور العلاقات العامة في الدوائر الحكومية»، واستضاف خلالها المعيد بالقسم، طارق الأحمري، وحضرها عدد من منسوبي القسم والطلاب والمهتمين. استهلّت الندوة بالحديث حول إدارات العلاقات العامة في الجهات الحكومية السعودية وتطورها وكيف تغيرت بعد تطور وسائل الإعلام وأصبحت أكثر مواكبة للعالم اليوم، وكيف ساهمت رؤية 2030 في تغيير نمط

إدريس: حضور الدورات لا يقل أهمية عن دراسة المقررات



من معالي مدير الجامعة وعميد شؤون الطلاب.

- ماذا كنت تعرف عن جامعة الملك سعود قبل التحاقك بها؟
جامعة الملك سعود جامعة عالمية وسمعتها تجوب الأفاق، ولا شك أنني كنت أعرف عنها الكثير وبخاصة أنها حققت مراتب متقدمة في التصنيفات العالمية، ولا تزال تسعى لتحقيق مزيد من المراتب المتقدمة على الصعيدين المحلي والعالمي، كما أنها تضم مختلف الكليات والتخصصات، وتدعم البحث العلمي والنشر العلمي، وتستقطب الطلاب المتميزين من مختلف أنحاء العالم وتوفر لهم السكن وبعض الدورات والحلقات القرآنية والدروس العلمية والمكافآت لطلاب الجامعة وتوفر المواصلات بين الكليات.

- حدثنا عن طموحك بعد الجامعة.
طموحتي لا حدود لها، تبدأ بالحصول على شهادة البكالوريوس، ولا تنتهي بدرجة الماجستير والدكتوراه، حيث إنني أخطط لإكمال دراسات عليا إضافة للاستفادة من الدورات التدريبية في تطوير الذات والمهارات، وبعد عودتي إلى بلادي لا شك أنني أطمح أن أصبح علماً من أعلام الدعوة والتوعية والتعليم الأكاديمي الشرعي.

خضر إدريس، طالب واقد من جيبوتي، التحق بالجامعة عن طريق التقديم الإلكتروني، وقبل في كلية التربية تخصص الدراسات الإسلامية، يطمح لإكمال دراسته العليا بعد حصوله على البكالوريوس، وحضور أكبر قدر من الدورات العلمية والتدريبية وتطوير المهارات، يرى أن المقررات الدراسية لا تكفي وحدها لتأهيل خريج متمكن، بل لا بد من حضور الدورات والبرامج التطويرية، وعبر عن شكره العميق لإدارة الجامعة ومسؤوليها وخص بالشكر والتقدير إدارة المنح ورعاية الطلاب الوافدين، نظير ما تقدمه من خدمات ورعاية ودعم للطلاب الوافدين من جميع النواحي العلمية والأكاديمية والتدريبية والترفيهية كذلك.



حوار: محمد عبدالجليل سلام

- خضر إدريس
- كلية التربية
- دراسات إسلامية
- الجنسية: جيبوتي



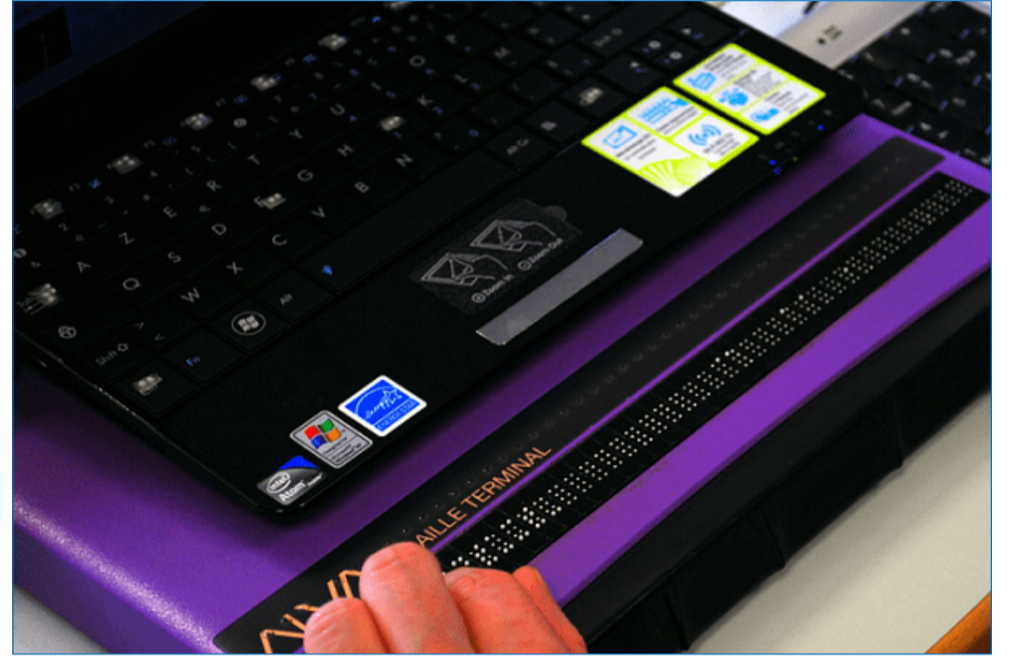
- هل زرت مناطق غير الرياض؟
زرت العديد من المناطق والمواقع سواء داخل الرياض أو خارجها، ففي منطقة الرياض زرت الدلم وشقراء، وخارج منطقة الرياض زرت مكة المكرمة والمدينة المنورة وجازان وجدة.

- كيف تقيم الخدمات التي تقدمها الجامعة لطلاب المنح؟
الكلمات تعجز عن تقديم الشكر والعرفان لكل ما تقدمه الجامعة من خدمات ودعم لطلاب المنح، وبخاصة إدارة المنح ورعاية الطلاب الوافدين، حيث تسعى لتقديم كل ما يسهل علينا العملية التعليمية والحياتية، بتوجيه

- حدثنا بداية عن قصة انضمامك إلى الجامعة؟
قدمت طلب الالتحاق عبر موقع الجامعة الإلكتروني وأرفقته بكل الملفات والأوراق المطلوبة، وتم قبولي بعد سنة من تقديمي، وجاءت التأشيرة بعد خمسة أشهر من القبول.

تعد أكبر إنجاز خدم هذه الفئة في تاريخ البشرية

قارئ الشاشة أحد أبرز وأهم الوسائل التي يعتمد عليها المكفوفون وضعاف البصر



قارئ الشاشة NVDA مجاني ومفتوح المصدر وتم إطلاقه عام 2006 ويمكن لأي مبرمج المساهمة في تطويره

تم إصدار أول قارئ شاشة عام 1986 بواسطة شركة IBM وكان يدعى «IBM screen reader» لنظام دوز

التعاون من أجل تحسين إمكانية الوصول للمكفوفين الآخرين. كانت المشكلة تكمن، بالنسبة للمكفوفين، في الأسعار المبالغ بها لتطبيقات قراءة الشاشة، حيث أنها في بعض الأحيان تتجاوز سعر الحاسوب نفسه، لذلك، بدأ مايكل في أبريل من العام 2006 بتطوير قارئ الشاشة المجاني «NVDA» للحواسيب العاملة بنظام ويندوز؛ وهو اختصار للكلمات «NonVisual Desktop Access». ومن ثم دعا جيمس لمشاركته في تطوير التطبيق، تمكن مايكل وجيمس، الكفيفان كلياً، من تأسيس مؤسسة غير ربحية أطلقا عليها اسم NV Access من أجل الاستمرار في تطوير قارئ الشاشة الخاص بهما، وبفضل التبرعات من المؤسسات والأفراد؛ تمكنا من تخصيص كامل وقتنا لهذه المؤسسة.

بمساعدة المتطوعين، تمت ترجمة قارئ الشاشة NVDA لأكثر من 40 لغة، وقد تم استخدامه في أكثر من مئة وعشرين دولة إن ما يميز قارئ الشاشة NVDA أنه مفتوح المصدر، مما يعني أن أي مبرمج يمكنه المساهمة والمساعدة في تطويره لو أراد ذلك.

قارئ الشاشة TalkBack

أصدرت شركة Google قارئ الشاشة TalkBack كقارئ شاشة مجاني مرفق مع نظام Android، وهو قارئ شاشة يتيح للمستخدمين المكفوفين تنفيذ الوظائف الأساسية في النظام في أجهزة أندرويد، ويمكن للشركات التعديل عليه وتحسينه بحيث يتوافق مع الأجهزة التي يصدرونها.

يتوفر TalkBack في معظم الأجهزة العاملة بنظام أندرويد، بما في ذلك الأجهزة التي تصنعها شركات أخرى غير Google ولكن قد يتأثر أداءه حسب التعديلات التي تجريها الشركة المصنعة على نظام التشغيل. يعد TalkBack قارئ الشاشة الأساسي لنظام أندرويد كونه من الشركة المصنعة، ولكن قد تقوم بعض الشركات الأخرى بتطوير قارئ شاشة خاص لأجهزتها.

لا يدعم TalkBack كافة اللغات، ولكن يمكن للمستخدم تنزيل بعض الإضافات من Google والتي تمكنه من قراءة النصوص بلغات عدة.

قارئ الشاشة Jaws

في عام 1978 تعرض المهندس، بطل سباقات الدراجات النارية، وراكب الأمواج تيد هينتر لحادث سيارة تسبب في فقدانه للبصر. فيما بعد، استعانت به بعض الشركات لتمثيل منتجاتهم؛ بعد أن تلقى التدريب الأساسي عنها. وفي وقت لاحق، تمكن تيد من تأسيس شركة Henter-Joyce بالتعاون مع شريكه بيل جويس، واستطاع تغيير واقع المكفوفين من خلال ابتكار تطبيق قراءة الشاشة Jaws والذي تم إطلاقه في عام 1989 لنظام دوس ومن ثم تم تطويره لنظام ويندوز.

بعد ذلك، اندمجت شركة Henter-Joyce وشركة Deane Blazie والتي قام تيد بتمثيل منتجها في وقت سابق، لتشكيلان باندماجهما شركة تدعى Freedom Scientific وهي المسؤولة عن تطوير تطبيق Jaws إلى هذا اليوم. في الوقت الحاضر، يعد تطبيق قراءة الشاشة Jaws والذي تشكل أحرفه اختصاراً لجملة «Job Access With Speech» «الوصول للعمل مع النطق» قارئ الشاشة الأكثر انتشاراً في العالم لنظام ويندوز، ويتميز لكونه يتيح الوصول للعديد من التطبيقات، ويدعم إمكانية البرمجة للمكفوفين أكثر من أي تطبيق آخر.

قارئ الشاشة NVDA

التقى مايكل كوران وجيمس تيه عندما كانا طفلين ببعضهما في معسكر للموسيقى للمكفوفين؛ حيث كانا يتشاركان الاهتمام ذاته بالحواسيب؛ وفي وقت لاحق، قرراً

للمستخدم التنقل بين الأيقونات، تنفيذ الإجراءات في النظام ومعظم التطبيقات، وكذلك إدخال البيانات بكل سهولة. قامت أبل أيضاً بتطوير VoiceOver ليتوافق مع لوحة التعقب Trackpad بحيث يعلن قارئ الشاشة عن العنصر الذي تحت إصبع المستخدم مباشرة، ويتيح استكشاف العناصر الأخرى وتنفيذ بعض الإجراءات الأساسية من خلالها.

وبعد النجاح الذي حققه قارئ الشاشة VoiceOver في أجهزة الماك، طورت الشركة ليتوافق مع أجهزة iOS وتم إطلاقه لأول مرة في أجهزة iPhone 3GS و iPod Touch الجيل الثالث، وفيما بعد تم إرفاقه مع أجهزة iPad مع أول إصدار منه.

أضفت أبل قارئ الشاشة الخاص بها في كل منتجاتها الأخرى، حيث طوخته ليتوافق مع نظام تلفاز أبل TV OS أيضاً، وتم تطويره ليتوافق مع نظام ساعة أبل Watch OS منذ الإصدار الأول، بحيث يتيح للمستخدم استخدام الساعة بشكل كامل، والوصول لكافة وظائف الساعة والتطبيقات الأخرى في حال كانت مدعومة. كذلك قامت أبل بتطوير قارئ الشاشة ليتوافق مع أجهزة Home Pod وأجهزة iPod Nano وأجهزة iPod Shuffle ليعلن عن أسماء المسارات الصوتية، والوظائف الأخرى في تلك الأجهزة.

في دليل تطوير التطبيقات، خصصت أبل فصلاً كاملاً لتعليم المطورين كل شيء عن قارئ الشاشة VoiceOver وكيف يكون التطبيق متوافقاً معه.

ذلك العنصر، وقد تم إصدار أول قارئ شاشة عام 1986 بواسطة شركة IBM وكان يدعى «IBM screen reader» لنظام دوز. لاحقاً، بدأت الكثير من الشركات تطور المزيد من تطبيقات قراءة الشاشة لنظام ويندوز للحواسيب، وأندرويد وسببها لأجهزة نوكيا عندما كان قيد التطوير..

- أنواع قارئات الشاشة:

1- قارئات الشاشة المدمجة في النظام: تقوم بعض الشركات الكبرى مثل Apple و Microsoft و Google وغيرها بإرفاق قارئ شاشة مدمج يتيح للأشخاص المصابون بالعمى أو ضعف الرؤية التعامل مع منتجاتهم. تختلف هذه القارئات، كونها مدمجة في النظام، في قدراتها وكفاءتها ومدى الوصول الذي تتيحه للمستخدم. بعض هذه القارئات صُمم خصيصاً ليكون حلاً متكاملاً وفعالاً لغير القادرين على الرؤية، بينما يوفر بعضها الآخر الوصول لوظائف النظام الأساسية فقط.

2- قارئات الشاشة المنفصلة عن النظام:

قامت العديد من الشركات بالدخول في مجال صناعة قارئات الشاشة، صدر بعضها بشكل مجاني، والبعض الآخر أصدرته الشركات بتراخيص مدفوعة، ولأن تطوير تطبيقات قراءة الشاشة يحتاج لجهد ووقت طويل؛ فقد توقفت قارئات الشاشة المدفوعة في إمكانية وصول المستخدمين لمختلف التطبيقات، وإصدار التحديثات، ودعم النسخ الجديدة من أنظمة التشغيل. ومع ذلك، توجد استثناءات جديدة بالذكر، وقد غيرت -هذه الاستثناءات- واقع العمى بشكل كبير.

- أهم قارئات الشاشة:

قارئ الشاشة VoiceOver

في عام 2005 قامت شركة Apple الأمريكية بإرفاق قارئ شاشة مجاني مدمج بنظام الماك OS X 10.4 وهو أداة متكاملة لقراءة الشاشة تمكن المكفوفين وضعاف البصر من الوصول لكافة وظائف النظام من خلال تحويل النص الظاهر على الشاشة إلى صوت. وبالاعتماد على لوحة المفاتيح، يمكن

تقرير: فهد الراشد

تتمثل الحلول العصرية في تسهيل الحياة لشتى أفراد المجتمع، وقد ساهمت التقنية بشكل كبير في هذا الجانب، وذلك في مختلف نواحي الحياة، وشملت الحلول بفضل الله أولئك الذين يعانون من إعاقات أو مشاكل حالت دون تأديتهم لبعض المهام، أو استفادتهم من وسائل الترفيه والكمالية في الحياة، وقد كان للتقنية الدور الأكبر في تسهيل وإبراز كفاءات هؤلاء المعاقين بغض النظر عن نوع الإعاقة التي يعاني منها هؤلاء الأشخاص.

بالنسبة لأولئك الذين يواجهون مشاكل في الرؤية؛ ساهمت الأجهزة المساعدة، قارئات الشاشة، والتطبيقات المساعدة في الإفادة من قدراتهم وتفعيل دورهم كأشخاص منتجين في مجتمعاتهم، وتعد قارئات الشاشة، أو كما تسمى غالباً البرامج الناطقة أحد أبرز وأهم الوسائل التي يعتمد عليها أولئك المكفوفون وضعاف البصر في معظم أمور حياتهم اليومية.

- ما هي قارئات الشاشة

قارئ الشاشة Screen reader هو تطبيق يقوم بتحويل أي نص ظاهر على شاشة الجهاز الذي يعمل في بيئته، حاسوب، جهاز لوحي، هاتف جوال، أو جهاز صرف الآلي على سبيل المثال إلى كلام مسموع وواضح يمكن للمستخدم التعرف عليه، ومن ثم يمكنه معرفة ما يوجد على الشاشة ومن ثم يمكنه التعامل معه.

في أجهزة الحاسوب، يعتمد المستخدم على لوحة المفاتيح لنقل المؤشر، تنفيذ الإجراءات، أو إدخال النص. في الهواتف والأجهزة اللوحية العاملة بشاشات اللمس، تتغير الإيماءات المستخدمة للتفاعل مع الشاشة فور تشغيل التطبيق؛ بحيث تتناسب المستخدم.

- على سبيل المثال

عند تشغيل قارئ الشاشة في الهاتف أو الجهاز اللوحي، فإن أي لمسة على الشاشة لن تؤدي إلا لقراءة العنصر الذي قام بلمسه المستخدم فقط، فلو أراد المستخدم تفعيل أي عنصر في الشاشة، فإنه يقوم بلمس العنصر مرة واحدة لتحديده، ثم يقوم بلمس الشاشة مرتين بسرعة حتى يتم تنشيط



جامعة برمنجهام تكشف آثار السهر على الدماغ

خلصت دراسة إلى أن الأشخاص الذين يسهرون ليلاً ولا يخلدون إلى النوم إلا في وقت متأخر جداً من الليل، يعانون من ضعف التركيز خلال النهار، ذلك أن أدمغتهم تعمل بقدرة أقل.

وأظهرت الدراسة التي أعدها باحثون في جامعة برمنجهام البريطانية، أن الأشخاص الذين ينامون في وقت متأخر جداً، يطلق عليه نمط «نوم البومة»، أظهرت تفاعلاً أقل بين أجزاء الدماغ، التي تتحكم في المهام الذهنية، وكانت ردة فعلهم أبطأ من غيرهم، مما يجعل أداء مهامهم اليومية أمراً صعباً.

ومسح باحثون في جامعة برمنجهام أدمغة 38 شخصاً، كان بعضهم يتأخر في النوم، فيما يأوي الآخرون إلى فراشهم عند المساء، وراقبوا نومهم لمدة 16 يوماً، وتم قياس مستوى هرمون الميلاتونين، الذي يفرزه الجسم أثناء الليل.

وكان للمتأخرين في نومهم أسوأ أداء في النهار، خاصة في ردود أفعالهم على أي شيء يحدث أمامهم، واختبر الباحثون أفراد عينة الدراسة عن طريق الطلب منهم الضغط على زر تظهر نغمة على الشاشة، وذكر الباحثون أن الذين ينامون بعد منتصف الليل وفي الصباح الباكر حققوا نتائج سيئة في الاختبار.

ويعتقد الباحثون أن الذين يأوون إلى فراشهم في وقت متأخر للغاية في 5 أيام عمل خلال أسبوع، سيشهدون تغييراً في أدمغتهم، مما يؤدي إلى نتائج سلبية.

وقالت الباحثة المشاركة في الدراسة، إليز تشايلدز، إن كثيرين يكافحون لتقديم أداء أفضل خلال ساعات العمل أو الدراسة، لكن النتائج عادة ما تكون متدنية المستوى في حال كان الشخص مدمناً على السهر، وأضافت أن هناك حاجة ماسة لفهم أكبر لهذه القضايا، من أجل تقليل المخاطر الصحية وزيادة الإنتاجية.

ويعتقد أن حوالي 15 في المئة من الناس ينامون على «نمط البومة»، و15 في المئة ينامون على نمط «طائر القبرة» تستيقظ مبكراً وتنام مبكراً، أما الباقون فينامون في أوقات معتدلة بين النمطين السابقين.

منشطات ذهنية تحسن وظائف الدماغ

يبدأ ملايين البشر يومهم بجرعة من الكافيين، يفضلها أغلبهم في كوب قهوة، إذ يستهلك ما يزيد عن 60% من سكان أمريكا كوباً من القهوة يومياً على الأقل، لكن توجد طرائق أخرى لتزويد نشاطك، كشراب الشاي أو مشروب للطاقة مدعم بالمكملات الغذائية. ولا شك أن حاجتنا للاستيقاظ وتركيز انتباهنا يقفان وراء احتسائنا القهوة. صحيح أن مذاق القهوة والشاي لذيق، لكن هل توجد سبل أخرى لإيقاظ أدمغتنا؟ هل يوجد ما يعزز يقظتك ويزيد قدرتك على التركيز ويحسن طلائك اللفظية ويعدل مزاجك؟ بات المزيج الذي يحقق ذلك متوفرًا بفضل علماء أعصاب جامعة كاليفورنيا وأطلقوا عليه اسم تروبرين.

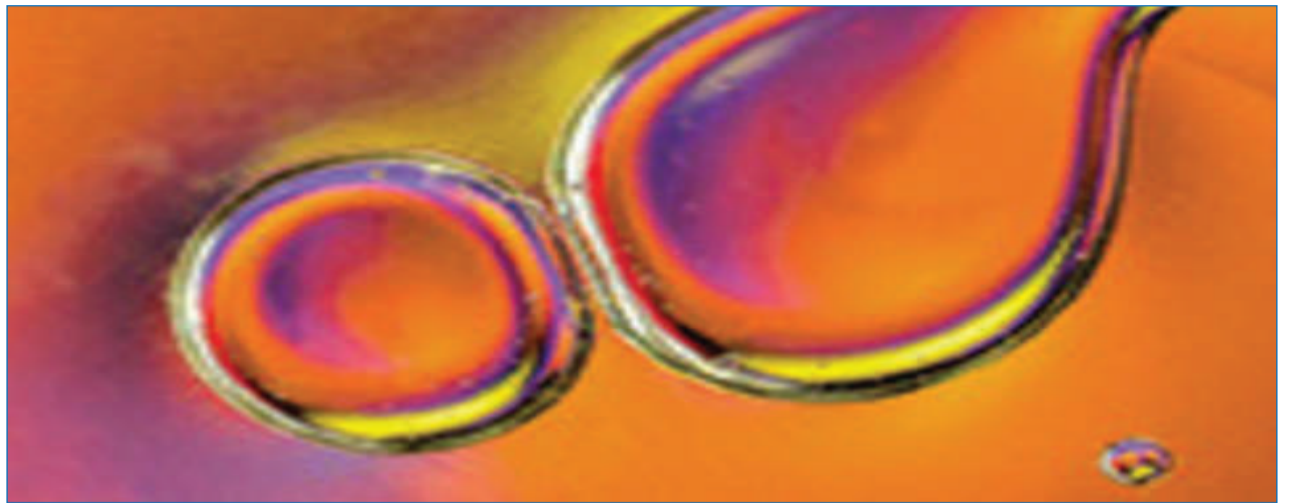
طور الدكتور أندرو هل والدكتورة عايدة عطار بالتعاون مع المدير التنفيذي السابق لشركة يونيليفر كريس تومسون مشروب تروبرين ليكون غنيًا بالمكونات التي تحفز وظائف الدماغ، فيساعدك على تذكر المزيد والتفكير بوضوح. وهو مزيج خاص من المنشطات الذهنية المعبأة في قارورات حجم الواحد منها 280 ميليلتر تقريباً أو في لوح طاقة بوزن 45 غرام تقريباً. والمكونات الأساسية في هذا المزيج مواد محسنة للنواقل العصبية تسمى المنشطات الذهنية، وهي أحماض أمينية ومواد مغذية ومعادن يستهلكها الدماغ لتنفيذ وظائفه، وهي توجد عادة بكميات قليلة لا تحسن وظائف الدماغ في مختلف الأطعمة الكاملة مثل السبانخ والأرضي شوكي. وهنا يأتي دور تروبرين الذي لا يعتمد على العلم الكاذب على غرار المنتجات الأخرى. إذ أثبت علمياً أن مكوناته تؤدي مهمتين في الدماغ. الأولى زيادة تدفق الدم إلى الدماغ لجلب مزيد من الأكسجين والغلوكوز إلى العصبونات. ما يزيد استقلاب الخلايا الدماغية ويحسن مرونة الدماغ التي تُعرف بقدرة الدماغ على تشكيل اتصالات عصبية جديدة. والثانية، أن المنشطات الذهنية تعيد المستقبلات الدماغية لتجعلها أكثر حساسية للمنبهات. ما يوفر اتصالاً سريعاً وأكثر فعالية بين العصبونات أو بصورة أخرى وظائف الدماغ العليا.

يحسن الكافيين اليقظة والانتباه بتثبيط النواقل العصبية للنعاس. أي أنه يمنع حدوث إحدى العمليات في الدماغ، لكنه لا يحفز بفعالية وظائف الدماغ العليا كما يفعل تروبرين الذي يساعد الدماغ على تكوين اتصالات عصبية أفضل ليعمل بفعالية أكبر.

تروبرين ليس فكرة نظرية، إذ أظهرت التجارب السريرية وتحاليل تخليط الدماغ أنه يرفع نشاط موجات ألفا الدماغية ويحسن الطلاقة اللفظية والذاكرة والتعلم، وهو آمن 100% وسميته أقل من الملح أو فيتامين سي وليس له تأثيرات جانبية طويلة المدى كانت أو قصيرة المدى. فإذا كان الكافيين غير كافٍ لإبقائك نشيطاً مع بداية اليوم، فإن تروبرين هو البديل.



طوره جامعة شالمرز السويدية سائل يخزن طاقة الشمس



وقد وُضع النموذج الأولي لنظام الطاقة هذا، على سطح مبنى الجامعة، حيث تم اختبارها، ووفقاً للباحثين، فإن النتائج لفتت انتباه عديد من المستثمرين.

يتكوّن هذا الجهاز من عاكس مقعر ومتحرك مع أنبوب في المركز، ويتم تسخين السائل بواسطة أشعة الشمس وتحويل الجزيئات إلى إيزومرات حافظة حرارة، ثم يتم تخزين السائل في درجة حرارة الغرفة مع حد أدنى من فقدان الطاقة.

وعندما تكون الطاقة مطلوبة، يتم ترشيح السائل بمحفز خاص يعيد الجزيئات إلى شكلها الأصلي، الأمر الذي يرفع حرارة السائل حتى 63 درجة مئوية.

ويأمل العلماء في استخدام هذه الحرارة في أنظمة التدفئة المنزلية، وتشغيل سخان المياه في المبنى، وغسالة الصحون، ومجفف الملابس، وأكثر من ذلك بكثير، قبل إعادة السائل إلى السطح مرة أخرى.

من الكربون والهيدروجين والنيتروجين وعندما يتعرّض لأشعة الشمس، فإنه يفعل شيئاً غير عادي: يعيد ترتيب الروابط بين ذراته التي تتحوّل إلى نسخة جديدة نشطة عن نفسها، تسمى «إيزومر».

ويتم التقاط الطاقة من الشمس بين الروابط الكيميائية القوية لهذا الإيزومر، كالفريسة التي تقع في فخ، وتبقى هناك حتى عندما يبرد الجزيء إلى درجة حرارة الغرفة، وعندما تكون الطاقة مطلوبة، مثلاً في الليل أو خلال الشتاء، يمكن ببساطة سحب السائل من خلال محفز يعيد الجزيء إلى شكله الأصلي، مما يطلق طاقة في شكل حرارة.

ويقول عالم المواد النانوية كاسبر موث-بولسن من جامعة تشالمرز: «بات بالإمكان تخزين الطاقة في هذا الأيزومر لمدة تصل إلى 18 عاماً». ويضيف: «وعندما حاولنا استخراج الطاقة واستخدامها، حصلنا على دفء أكبر مما تجرأنا على الأمل به».

بغض النظر عن مدى وفرة الطاقة الشمسية، ما زلنا نفتقر إلى وسائل رخيصة وطويلة الأجل لتخزينها والاستفادة منها، لكن العام الماضي شهد تطوراً يشير إلى أننا على أبواب حل لهذه المشكلة.

فقد طوّر علماء في السويد سائلاً خاصاً يسمى الوقود الشمسي الحراري، يمكنه تخزين الطاقة من الشمس لمدة تزيد على عقد من الزمان، وأوضح جيفري غروسمان، وهو مهندس يعمل بهذه المواد في معهد ماساتشوستس للتكنولوجيا، أن الوقود الحراري الشمسي يشبه بطارية قابلة لإعادة الشحن، ولكن بدلاً من الكهرباء، يمكن وضع ضوء الشمس في الداخل والحصول على الحرارة عند الطلب.

هذا الوقود الشمسي هو في الواقع جزيء في شكل سائل، عمل على تطويره وتحسينه علماء من جامعة تشالمرز للتكنولوجيا في السويد لأكثر من عام، ويتكوّن هذا الجزيء

«الذكاء الاصطناعي» يقوم بمهام الطبيب في جامعة بكين



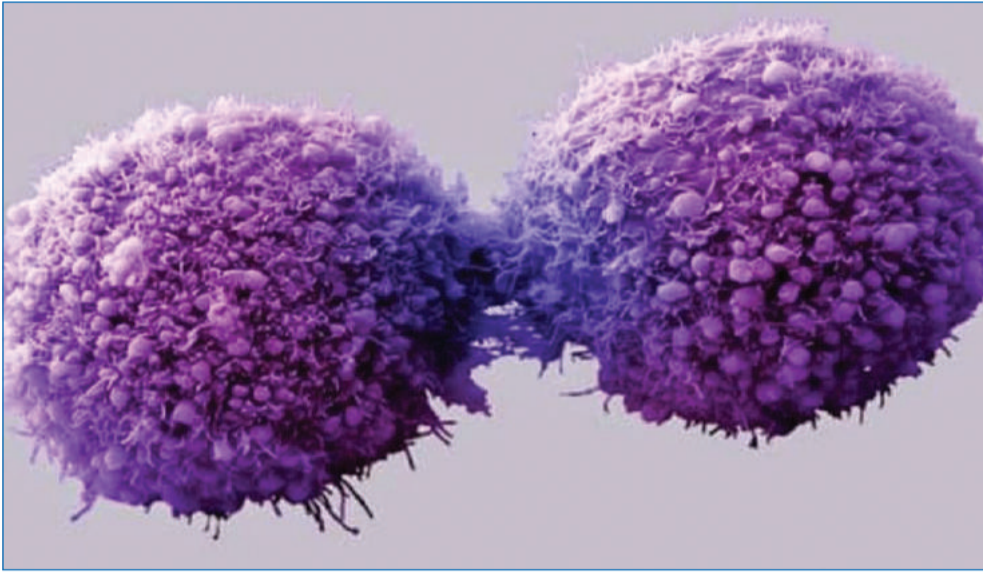
أقل». وهذه التكنولوجيا الجديدة وفق تشانغ، هي الأولى التي يمتص فيها برنامج البيانات غير المنظمة واللغة الطبيعية لتقليد العملية التي يفحص من خلالها الطبيب المريض لاكتشاف مرضه. وقال «يمكن البرنامج أن يحاكي عمل أطباء الأطفال لتفسير كل أنواع البيانات الطبية ودمجها، شكواى المرضى والتاريخ الطبي واختبارات الدم، لتشخيص المشكلة». وأوضح أنه يمكن ترجمة هذا النظام بكل سهولة إلى لغات مختلفة وتعديله.

الذكاء الاصطناعي ثورة في كشف الأمراض مثل السرطان والاضطرابات الوراثية وألزهايمر. ويتعلم الذكاء الاصطناعي ويتطور في شكل مشابه للإنسان، لكن لديه قدرة غير محدودة على تخزين المعلومات ومعالجتها.

وقال كانغ تشانغ الباحث في جامعة بكين الوطنية والمشرف الرئيسي على هذه الدراسة «أعتقد أن الذكاء الاصطناعي سيتمكن من تأدية معظم مهام الأطباء ولكن لن يستطيع أبداً الحلول مكانه». وأضاف: «سيساعد الطبيب فقط على القيام بعمل أفضل وفي وقت وكلفة

طوّر علماء صينيون برنامجاً يعمل بالذكاء الاصطناعي، يمكنه تحليل نتائج الاختبارات والسجلات الصحية وحتى الملاحظات المكتوبة بخط اليد لتشخيص الأمراض التي يمكن أن تصيب الأطفال، كما قال باحثون. من الإنفلونزا إلى الربو وصولاً إلى أمراض أكثر خطورة، مثل التهاب الرئوي والتهاب السحايا، تطابقت نتائج البرنامج مع تحاليل أطباء الأطفال، وفق البحوث التي نشرت في «نايتشر ميديسين»، وقد فضلت دراسات عدة نشرت خلال الأشهر الماضية، كيف يشكل

اكتشاف جديد ينقذ حياة مرضى السرطان



اكتشف فريق من العلماء في جامعة سالغورد البريطانية أن نمو كل أنواع السرطانات يبدأ من نوع واحد من الخلايا تدعى خلايا المنشأ، وسيغير هذا الاكتشاف كيفية علاج السرطان بشكل كبير، وينقذ حياة ملايين المرضى.

ونشر الباحثون دراستهم في مجلة «فرونترز إن أونكولوجي» ووصفوا دراستهم لخلايا سرطان الثدي وتحديدهم لصفة معينة من الخلايا الجذعية السرطانية - وهي الخلايا السرطانية الوحيدة القادرة على تشكيل السرطانات - والتي تدعى الخلايا الجذعية السرطانية النشيطة، وتنتج هذه الخلايا كميات كبيرة من الخلايا وتتكاثر بسرعة كبيرة دون أن ترتبط بأي أنسجة، ما يتيح للخلايا السرطانية أن تنتشر عبر الأوعية الدموية واللمفاوية إلى مناطق أخرى من الجسم، لذلك يرى الباحثون أن الخلايا الجذعية السرطانية النشيطة مسؤولة عن نمو جميع أنواع السرطانات في الجسم.

وأشار مايكل ليسانتى أحد أعضاء الفريق: «يبدو اكتشافنا لهذا النوع من الخلايا كالعثور على إبرة في كومة قش، وسيفتح لنا هذا الاكتشاف أفقاً جديداً للتغلب على السرطانات عن طريق إيقاف نموها».

ويقترح الباحثون تركيز جهود علاج السرطان على محاربة الخلايا الجذعية السرطانية النشيطة بدلاً من محاربة كل الخلايا السرطانية، ولن تكون

والذي حصل على موافقة هيئة الغذاء والدواء في الولايات المتحدة الأمريكية.

وأضاف: «قد نكون قادرين على إيقاف نمو السرطانات إن ركزنا جهودنا على محاربة الخلايا الجذعية السرطانية النشيطة، ما يحول مرض السرطان إلى مرض مزمن يمكن التحكم به مثل مرض السكر».

محاربتها أمراً صعباً، وذلك بفضل خاصية التوهج التي تتمتع بها هذه الخلايا. وأضاف ليسانتى: «قد تكون محاربة هذا النوع من الخلايا الجذعية السرطانية أمراً سهلاً نسبياً، إذ يمكن محاربتها عن طريق مثبطات متقدرات الخلية «الميتوكوندريا» أو مثبطات تكاثر الخلايا مثل عقار ريبوسكليب

اليابان توافق على تجربة علاج الحبل الشوكي بخلايا جذعية

برمجتها لكي تقوم بدور الخلايا الجذعية الجنينية.

وبدأ إجراء تجارب سريرية في اليابان العام الماضي على استخدام خلايا جذعية تم إعادة برمجتها لعلاج مرض الشلل الرعاش «باركنسون».

وكانت اللجنة التابعة لوزارة الصحة قد أعطت بالفعل الضوء الأخضر لاستخدام الخلايا الجذعية المستحثة متعددة القدرات في علاج مصابين بأمراض نادرة بالعيون أو الدم.

وسيبحث فريق جامعة كيو بقيادة الأستاذين هيدويكي أوكانو وماسايا ناكامورا عن أربعة مرضى أعمارهم 18 عاماً أو أكثر فقدوا وظائف حركية وحسية بسبب إصابة في الحبل الشوكي تعرضوا لها قبل أسبوعين إلى أربعة أسابيع. وتفيد تقديرات مؤسسة الحبل الشوكي اليابانية بوجود أكثر من 100 ألف شخص تعرضوا لإصابات في الحبل الشوكي في البلاد.



وبحث النتائج على مدى عام. ويتم إنتاج الخلايا الجذعية المستحثة متعددة القدرات عن طريق استخراج خلايا مكتملة النمو من أحد الأشخاص، تكون في كثير من الأحيان من الجلد، ثم إعادة

ووفقاً للخطة التي وافقت عليها وزارة الصحة، يعتزم الفريق البحثي المنتمي لجامعة كيو في طوكيو حقن نحو مليونين من الخلايا الجذعية المستحثة متعددة القدرات في المناطق المصابة لدى مريض واحد

قالت لجنة بوزارة الصحة اليابانية، إن علماء يابانيين سيجربون استخدام الخلايا الجذعية المستحثة متعددة القدرات في علاج إصابات الحبل الشوكي.

10 أعراض تحدد إمكانية الإصابة بالزهايمر

- صعوبة خلع الملابس في الحالات المرضية الأكثر خطورة من الزهايمر، قد ينسى المريض أنه يرتدي نفس الملابس التي كان يرتديها باليوم السابق، كما أنه يجد صعوبة في خلعها أو حتى اختيار المناسب منها.

- تجاهل النظافة من الشائع أن ينسى مرضى الزهايمر أهمية التنظيف والاستحمام، ومع تقدم المرض، يبدوون في الخلط بين كيفية أداء هذه المهام.

- نسيان الوجبات يعاني مرضى الزهايمر في بعض الأحيان من نسيان تناول وجبات الطعام كل يوم، ولا يمكنهم تحديد ما يشعرون به، ما إذا كان هو في الواقع نوعاً من الجوع أو الرغبة في عدم النوم.

الانزواء والانسحاب، وهذا يشعرون بدورهم بفقدان الاهتمام بحياتهم. - فقدان المبادرة والدافع إن ما يقرب من 40 بالمائة من مرضى الزهايمر يعانون من مشكلة الاكتئاب، والذي عادة ما يدفعهم إلى فقدان المبادرة وفقدان الدافع للمشاركة في الأنشطة الاجتماعية.

- نسيان العائلة والأصدقاء أحد الأعراض الرئيسية التي يمكن أن تكون صعبة بعض الشيء بالنسبة لأسرة مريض الزهايمر أو أصدقائه، هو أنه قد ينسى بعضهم.

- فقدان المهارات الحركية يؤثر مرض الزهايمر على أداء المهارات الحركية للمريض، مثل صعوبة غلق الأزرار، وسبب ذلك هو الخدر والارتعاش اللذين يرتبطان في الغالب بالخرف الناجم عن المرض.

الأشخاص الذين يعانون من مرض الخرف الناجم عن الزهايمر لا يستطيعون تقدير المسافة الصحيحة بينهم وبينهم الأشخاص أو الأشياء. كما أنهم ينسون تماماً حقيقة بعض الألوان.

- الانخراط بأنشطة لا طائل منها يعاني مرضى الزهايمر عادة من الشعور بالفراغ، وللتغلب على هذا الشعور ينخرطون في أنشطة لا طائل منها، مثل فتح وإغلاق الحقيبة، أو التغيير المستمر لقنوات التلفاز، على سبيل المثال، باستخدام جهاز التحكم عن بعد «ريموت كونترول»، ونسيان أن هناك شخصاً آخر يشاهده معه.

- الانسحاب يشعر الأصدقاء المصابون بالزهايمر بأنهم لا يلقون الاهتمام من الآخرين، مما يدفعهم إلى

يعتقد كثيرون أن أعراض مرض الزهايمر لا تظهر إلا في سن متأخرة، لكن هذا غير صحيح وفق ما يقول أطباء، وبإمكان أي شخص التعرف على هذه الأعراض وملاحظتها ببساطة.

هناك 10 أعراض يمكن من خلالها لأي شخص أن يعرف ما إذا كان معرضاً للإصابة بمرض الزهايمر أم لا، وفق ما ذكر موقع «هيلثي أند بريتي».

- الكلام أو الأفعال المتكررة من الشائع جداً أن يكرر الإنسان نفس الأفعال أو الكلمات عدة مرات في اليوم، وقد يكون ذلك بسبب بعض القلق أو الملل، لكن هذا التصرف أيضاً يعتبر أحد مؤشرات مرض الزهايمر.

- ضعف الرؤية كشفت بعض الدراسات أن

صحتك النفسية

توهم المرض «اضطراب قلق المرض»

هو اضطراب نفسي يتعلق بمحتوى التفكير، حيث يظل ذهن الشخص مشغولاً بوظائف جسمه وصحة بدنه، ويتصور أن لديه مرضاً خطيراً خفياً يذب في أعضائه أو بعضها ويهدده بالموت، فتراه يفسر أي عرض يسير «الخفقان أو بثور في الجلد...» على أنه دلالة على مرض خطير فيبادر بالذهاب للأطباء منتقلاً بين العيادات والمستشفيات والمستوصفات باحثاً عن نتيجة تقنعه بأنه مريض فعلاً، وقد لا يقتنع بكثير من آراء الأطباء ولا نتائج الفحوصات.

هذا المرض موجود بكثرة ولكن اكتشافه قد يصعب على الطبيب في العيادات، لأن المريض لا يستقر في متابعته لدى طبيب أو معالج نفسي واحد بل يظل منتقلاً متجولاً بين الأطباء والتخصصات الطبية.

تكثر هذه الحالة لدى الأشخاص الذين لديهم صفات الدقة والشدة في التعامل مع النفس، والحساسية الزائدة تجاه الصحة، ووظائف أعضاء البدن.

معظم هذه الحالات تكون تابعة للاكتئاب غير الظاهر «لا يبدو فيه الحزن العميق والأسى» أو للقلق، ويقام الحالة إصابة أحد الأقارب بمرض خطير «سرطان مثلاً»، مما يزيد من قلق الشخص على صحته وخوفه من ذلك المرض إلى درجة التوهم بأنه مصاب بالمرض نفسه، وأنه سيؤول إلى المصير نفسه إن لم يبادر بالتشخيص والعلاج.

من أهم خطوات علاج هذا الاضطراب:

1- الشرح الواضح لطبيعة المرض والعمل على تصحيح القناعات والاستنتاجات الخاطئة.

2- اكتشاف القلق والاكتئاب المحتمل وجودهما «أو أحدهما» وعلاج ذلك.

3- استمرار المتابعة الطبية مع الطبيب والمعالج النفسي بمواعيد يحددها المعالجون وليس المريض.

4- توجيه المريض بعد طلب فحوصات حسبما تمليه عليه أفكاره ومخاوفه.

المصدر: تطبيق قرييون من إعداد اللجنة الوطنية لتعزيز الصحة النفسية

إشراف اللجنة الدائمة لتعزيز الصحة النفسية بالجامعة «تعزير»

للتواصل مع الوحدات التي تقدم خدمات الصحة النفسية بالجامعة: وحدة الخدمات النفسية بقسم علم النفس بكلية التربية - هاتف: 0114674801 - مركز التوجيه والإرشاد الطلابي بعمادة شؤون الطلاب - هاتف: 0114973926 - وحدة التوجيه والإرشاد النفسي بعمادة شؤون الطلاب - هاتف: 0114673926 - الوحدة النفسية بقسم علم النفس بالمدينة الجامعية - طالبات - هاتف: 0532291003 - قسم الطب النفسي بمستشفى الملك خالد الجامعي - هاتف: 0114672402 - مستشفى الملك عبدالعزيز الجامعي - هاتف: 0114786100

فوائد صحية مذهلة لشرب

كوب ماء دافئ صباحاً

لكوب ماء دافئ في الصباح فوائد صحية عدة على رأسها إنقاص الوزن، وفق ما نشر موقع ميديكال ديلي، وهي كالتالي:

- إنقاص الوزن: الماء الدافئ يزيد من درجة حرارة الجسم، مما يزيد من معدل الأيض أو التمثيل الغذائي، ما يسمح للجسم بحرق مزيد من السعرات الحرارية، كما يساعد الجهاز الهضمي والكلية على العمل بشكل أفضل.

- يساعد على الهضم: الماء الدافئ في الصباح يساعد على تطهير الجسم وطرد السموم، وتحسين عملية الهضم، لذا يمكن أن يسبب كوب ماء ساخن بعد تناول أي وجبة، لأن شرب الماء البارد أثناء أو بعد الوجبة يمكن أن يجعل الزيت في الأطعمة المستهلكة يخلق ترسباً دهنياً في الأمعاء، ويسبب صعوبة في الهضم.

- علاج للإمساك: يساعد شرب الماء الدافئ في الصباح على معدة فارغة على تحسين حركة الأمعاء وعلاج الإمساك.

- يخفف الألم: كما يساعد الماء الدافئ في تخفيف الألم من الحوض إلى الصداع، فمن المعروف أن الحرارة من الماء الدافئ لها تأثير مهدئ ومريح لعضلات البطن، والتي يمكن أن تساعد في توفير الراحة الفورية للتشنجات وآلام العضلات، عادة ما يكون الماء الدافئ أو الساخن أفضل للتشنجات، حيث إن السوائل الساخنة تزيد تدفق الدم إلى الجلد وتساعد على إرخاء العضلات الضيقة.

- يحسن الدورة الدموية: يتم التخلص من الترسبات الدهنية في الجسم عند شرب كوب من الماء الدافئ، هذا يطرده السموم التي تنتشر في جميع أنحاء الجسم ومن ثم يعزز الدورة الدموية.

- يحمي من الشيخوخة المبكرة: يمكن أن يؤدي وجود السموم في الجسم إلى الشيخوخة بشكل أسرع، ولكن الماء الدافئ يمكن أن يساعد في تطهير الجسم من تلك السموم، في حين يقوم بإصلاح خلايا الجلد لزيادة المرونة.

تطبيقات سرية سربت معلومات لـ «فيسبوك» دون إبلاغ المستخدمين



أفاد تقرير أن تطبيقات عدة في الهواتف الذكية كانت ترسل معلومات شخصية جدا لـ «فيسبوك» من دون إبلاغ المستخدمين.

وأظهر التقرير الذي نشرته صحيفة «وول ستريت جورنال»، والذي استند إلى اختبارات قامت بها الصحيفة، أن معلومات تتعلق بخصوصية الأفراد قد تكون سرّيت لموقع «فيسبوك» بواسطة أداة مصممة للمساعدة في توجيه الإعلانات حتى لو لم يكن مستخدمو التطبيق مشتركين في شبكة التواصل الاجتماعي. وتضمنت تلك المعلومات تفاصيل تتعلق بالوزن وحالة الحمل والتسوق المنزلي، وفق الصحيفة.

وذكرت «فيسبوك» أن تلك المعلومات التي تشاركها مع تطبيقات موجودة على هواتف «أي فون» وهواتف عاملة بنظام أندرويد، تعتبر ممارسات معيارية في القطاع عندما يتعلق الأمر بطريقة عمل إعلانات الهواتف. وقالت الناطقة باسم الشبكة نيسا أنكيساريا: «نطلب من مطوري التطبيقات أن يكونوا واضحين مع مستخدميهم حول المعلومات التي يشاركونها معنا، ونحظر عليهم إرسال البيانات الحساسة إلينا». وأضافت: «نحن نتخذ أيضا خطوات لاكتشاف البيانات التي يجب عدم تشاركها معنا وإزالتها».

أشارت الصحيفة إلى أن الاختبارات بيّنت أن 11 تطبيقا شعبيا على الأقل، حملت عشرات ملايين المرات، تشارك معلومات مستخدميها، وفي معظم الأحيان من دون علمهم. وكان على مطوري التطبيقات المحددين في التقرير الحصول على موافقة من «فيسبوك» بالامتناع عن إرسال معلومات تعتبر حساسة، بحسب الصحيفة.

المصدر: alarabiya

لفظ هذه الكلمة 5 مرات يعطل آيفون!



تعاني هواتف آيفون من مشكلة غريبة تتمثل في تعطل الأجهزة، في حال استخدام الإدخال الصوتي لنطق كلمة «هايفن - hyphen» خمس مرات متتالية، لكن لا داعي للقلق، فلن يحدث شيء آخر أثناء التجربة.

ويظهر هذا الخلل فقط مع أجهزة iPhone 6 و6s و6s Max و8 وX وXS Max ومع نظام التشغيل iOS 12.1، لكنها لا تعمل على هاتف iPhone SE ونسخة iOS 10.3.1.

ويؤدي نطق كلمة «هايفن» 5 مرات إلى تعطل تطبيق تسجيل الصوت، وتعطل مشغل iOS، الأمر الذي يعيد المستخدم إلى الشاشة الرئيسية للهاتف.

إلا أن هذا العطل ليس خطيرا، إذ يعاود الهاتف عمله كما كان من قبل دون فقدان أي معلومات، لذلك يمكنك إجراء التجربة بنفسك إذا أردت. يذكر أن هواتف آيفون عانت سابقا من مشاكل غريبة، مثل إعادة

المصدر: aitnews

من خلال جهاز «Litho»

تحكم بهاتفك وأجهزتك «بإشارات في الهواء»



SOCIAL MEDIA

ويدمج الجهاز بين قدرات التحكم في الحركة، والردود التفاعلية باللمس، بفضل لوحة متركزة في الجزء السفلي منه، والتي يمكن استعمالها بأسلوب التمرير والسحب والإشارة. وطبقا لرئيس قسم التصميم الذي أشرف على الاختراع، نات مارتن، فإن أداة التحكم متوافقة

مع منصة شرطة «أبل» لتقنية الواقع المعزز والتي تعرف باسم ARKit، وفق ما ذكر موقع «فيرج» التقني.

ويأمل مطورو الاختراع، وهم ثلاثة بريطانيين، بطرحه في الأسواق مع نهاية العام الجاري بسعر يقل عن 100 دولار.

المصدر: skynewsarabia

وإغلاق الكثير من الأجهزة الذكية والهواتف عن بعد دون لمسها، من خلال تحريك الأصابع في الهواء.

كما يمكنهم من إطفاء الإضاءة أو إغلاق الستائر والكهربائيات، فضلا عن إضافة مزيد من المتعة للألعاب، ووضع مخططات تصويرية للمواقع.

يبدو جهاز Litho للوهلة الأولى أداة غريبة كالتى تستخدم في أفلام الخيال العلمي، لكنه في الواقع جهاز تحكم ذكي، يمكن استخدامه من القيام بالعديد من المهام والتحكم بالأجهزة الذكية عن بعد.

ويمكن جهاز «Litho» الذي يُرتدى في الإصبعين الوسطى والسبابة، مستخدميه من تشغيل

(بيور فيو) من «نوكيا»

أول هاتف في العالم بـ5 كاميرات وقدرات تصوير خارقة

كشفت شركة «إتش إم دي» المطورة لهواتف «نوكيا» خلال مشاركتها في المؤتمر العالمي للجوال في برشلونة عن هاتفها «بيور فيو»، الذي يتمتع بقدرات تصوير «خارقة». ويدعم الهاتف خمس كاميرات تعمل معًا، وتصل دقة الصور الملتقطة به إلى 240 ميغابكسل، وفق ما ذكرت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية. ويتميز نظام التصوير في «بيور فيو» بأن أجهزة الاستشعار الخاصة به بمقدورها «امتصاص الضوء» بمعدل يزيد عن عشرة أضعاف ذلك الذي توفره الهواتف الأخرى. ويبلغ ثمن الجهاز 699 دولارًا أميركيًا، ويعتمد تقنية الذكاء الاصطناعي لدمج البيانات التي يحصل عليها من الكاميرات الخمس، بهدف تركيب صورة مثالية، كما يتيح ميزة الشحن اللاسلكي والقفل باستخدام بصمة الأصبع. وإلى جانب الهاتف المتطور، أعلن أيضا في الحدث عن «نوكيا 210»، ببطارية يمكن أن تدوم لشهر كامل في وضع الاستعداد، وبثلاثة ألوان هي الأبيض والأسود والأحمر، وبسعر 35 دولارًا. كما عرض أيضا هاتف «نوكيا 1 بلس»، الذي يعمل بنظام التشغيل «أندرويد غو»، ويأتي بكاميرا خلفية بدقة 5 ميغابكسل وأخرى أمامية بذات الدقة، وبسعر 99 دولارًا.

المصدر: skynewsarabia

حل «رقمي سحابي» مذهل لمشكلة ضياع المفاتيح



بعد اليوم يمكن لك ألا تتشغل كثيرا لو أنك فقدت مفتاح البيت أو أي مفتاح آخر، لأنه بإمكانك تخزين نسخة في المخازن السحابية. فقد تم الكشف عن هذا الحل الرقمي مؤخرا في معرض CES التقني الذي أقيم بمدينة لاس فيغاس الأميركية. ويعمل برنامج يحمل اسم KeyHero بتمسح وتحميل صورة دقيقة لأي مفتاح إلى التخزين السحابي مجانا، ليكون ممكنا استرجاعه في أي وقت، ولا يمكن الوصول إليه إلا في مخازن الشركة المعنية بهذه الخدمة بطريقة غاية في السرية. يتم تشغيل هذه الصورة وربطها برقم هاتف أو بريد إلكتروني، بالإضافة إلى عنوان المنزل، وفي حالة فقدان المفتاح، يمكن استرجاع صورته من خلال تطبيق للهاتف المحمول وإعادة إنشائه في متجر، بدلا من استدعاء فعال أو كسر الباب. كما يمكن مشاركة صورة المفتاح مع أي شخص آخر أو مدير العقارات مثلا، لكن يشترط أن لديهم الأرقام التي تمكن من إظهار الهوية. ولا يعني هذا الحل التخلي عن المفاتيح التقليدية، لكنه يشكل بديلا لتلافي الأزمات، التي تترتب عن ضياع المفاتيح إلى حين استبدال الأقفال لو شاء الشخص. وفي الولايات المتحدة يتم نسخ حوالي 150 مليون مفتاح سنويا، وهو ما يشير إلى أن الكثير من الأشخاص يستخدمون المفاتيح أكثر من مرة. بالنسبة للخدمة الجديدة فهي ستكون متاحة حاليا في الولايات المتحدة فقط.

المصدر: alarabiya

جيولوجيات

النفط وعلاقته بالجيولوجيا

عُرف النفط منذ أقدم العصور، حيث استخدمه الصينيون القدماء والمصريون والآشوريون منذ أكثر من ستة آلاف سنة كدواء وفي مواد البناء وتحنيط الموتى.

ولو عدنا إلى كلمة نفط «Naphta» لوجدنا أنها ترجع في الأصل إلى اللغة الميزوبوتامية، وهي من أقدم اللغات المعروفة في حوض ما بين النهرين، وتعني مواد سائلة قابلة للاشتعال، ويقابل هذه الكلمة في اللغة اللاتينية تعبير «Petroleum» الذي يعني زيت الصخر، ومنه اشتق لفظ «بترو» المستخدم عالمياً.

ومن هنا نرى العلاقة الوثيقة بين النفط والصخور المحتوية عليه. وهناك علاقة وثيقة بين النفط والجيولوجيا إذ لا يمكن التعرف على هذه المادة واكتشافها بمعزل عن الدراسات الجيولوجية، وبيولوجية النفط هو العلم الذي يعني بدراسة هذه الفحوم الهيدروجينية الطبيعية من حيث خصائصها وشروط تشكلها وعلاقتها مع الصخور الأم، كما يعني بانتقالها من تلك الصخور إلى الصخور الخازنة وحركتها، وأخيراً يعني علم جيولوجيا النفط باصطلاح هذه الفحوم الهيدروجينية وتراكمها في مصائد ومكامن الأقاليم النفطية.

محمد بن علي القحطاني
قسم الجيولوجيا

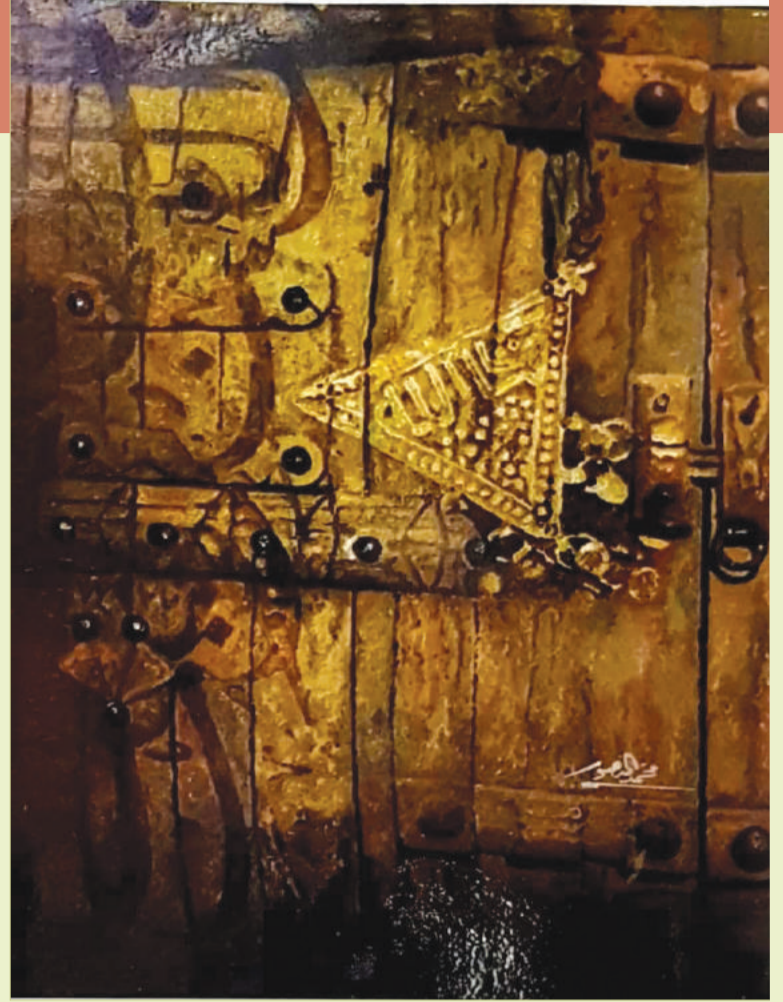
ذاكرة وطنية
بعيون طلابية

لوحة بعنوان:

زخارف أبواب نجد

تمثل الزخارف الشعبية المنقوشة على أبواب نجد الخشبية؛ أحد صور الهوية المعمارية التي تعكس الخصائص البيئية والاجتماعية للمجتمع السعودي، كون ما تحمله العمارة النجدية في طياتها يعكس الجماليات الفلسفية للموروث الثقافي الذي استلح الفنان الشعبي من خلاله توظيف المفردات الزخرفية كعنصر رئيسي، في صياغات حافظت على أيديولوجية تكوين المفردات البصرية في بنية معمارية جعلتها جزءاً أصيلاً من الهوية الوطنية.

محمد بن محمد المنصور
جامعة الملك سعود



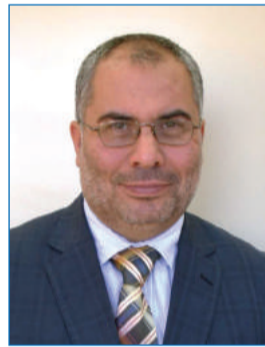
عمرانيات

أهمية الحفاظ على المصادر الثقافية

طور الصحوة في هذا المجال، وما زالت هناك جهود تبذل في أقطار عربية مختلفة - أكاديمية وتطبيقية - في محاولة منها للحفاظ على تراثها الثقافي بالاعتماد على ما يصل إليها من معلومات ونظريات وخبرات من الغرب حيناً، وبالتجربة العملية في الموقع حيناً آخر، مع ما قد يتبع ذلك من أخطاء لقلّة التجربة المعتمدة على النظرية التي تحاكي الواقع وتتفاعل معه لحل إشكالياته، مما يؤثر سلباً على ذلك التراث الثقافي.

العالم العربي لديه الأسس لإنشاء مدرسة خاصة به للحفاظ على تراثه، حسب خصوصيته الثقافية أي ذاتية التكوين، وحسب قدراته التقنية والمادية أي بتوافقية التطبيق.

أ.د. جمال عليان
أستاذ العمارة والحفاظ
كلية العمارة والتخطيط
jilayan@ksu.edu.sa



في هذا المجال مؤسسات عالمية مثل اليونسكو، ونشأت كذلك مؤسسات محلية في كل قطر، لكن يبقى الراعي الحقيقي لعملية الحفاظ والمستفيد الأساسي منه هو المجتمع الذي يملك ذلك التراث.

ومما يزيد من أهمية المطالبة بالحفاظ على تراث الشعوب والمجتمعات ما لمسوه من تحديد هويتهم بذلك التراث، فغالباً ما تتخذ الشعوب

رموزها «أي أن الناس يستدلون عليهم بها» وهويتها الوطنية والشعبية والدينية من معالمها الثقافية، تاريخية كانت أو أثرية، مثل الكعبة للمسلمين، والغاتيكان للنصارى، والأهرام للمصريين، والكولوسيوم للإيطاليين، وقصر المربع للسعوديين، وغير ذلك، وتظهر أهمية هذه الهوية الثقافية الوطنية أمام تيار العولمة في توحيد الثقافات، والخصخصة التي بدأت تأخذ دوراً حتى في خصوصيات التراث الثقافي وإدارته.

ويبدو أن العالم العربي المعاصر ما زال في

يعتبر الحفاظ على المصادر التراثية الثقافية أمراً في غاية الأهمية؛ باعتبارها جزءاً مهماً من ذاكرة الأفراد والأمم لما فيها من قيم ثقافية، وهي مهمة أيضاً من ناحية التطوير الاقتصادي للمجتمع لما فيها من قيم اقتصادية واجتماعية إن أحسن استغلالها بالتخطيط السليم للتنمية المستدامة وبالإدارة المنتجة لتلك المصادر.

لقد نشأ هذا العلم وتطور في بعض الدول الأوروبية مثل إيطاليا وفرنسا وبريطانيا عندما شعر بعض المفكرين في تلك البلاد بأهمية الحفاظ على تراثهم، حين تعرض ذلك التراث للدمار، تارة بسبب عوامل التلف الطبيعية، وللتدمير تارة أخرى بسبب الآثار السلبية التي قام بها بنو البشر، مثل تأثيرات الثورة الصناعية والحريين العالميتين الأولى والثانية.

لقد تطور مفهوم الحفاظ المعاصر وتفرعت أقسامه وأصبحت تحكمه مواثيق واتفاقيات عالمية تبعتها استصدار قوانين تعكس في كثير من الأقطار ما جاء في تلك المواثيق والاتفاقيات، وأصبح مفهوم ملكية التراث الثقافي للبشرية جمعاء وليس حكراً على الأمة التي تملكه، فزاد التركيز على المطالبة بالحفاظ عليه وتدخلت

غرائب حول العالم

برج الشياطين

خلال حوالي 65 مليون سنة من النشاط البركاني، وهو واحد من أكثر التشكيلات الطبيعية إثارة، ويشكل مجموعة من التداخلات النارية المتجانسة. ترتفع هذه القمة بشكل كبير حوالي 386 متراً فوق التضاريس المحاطة بها، والقمة ترتفع 1558 متراً فوق سطح البحر، ويعتقد الجيولوجيون أن البرج هو بقايا متآكلة من كتلة كبيرة من الصخور البركانية على طبقة مختصرة في الوقت الحالي. على اعتبارات القول، فأصبح لها دور كبير في العديد من مجالات التعليم ومن ذلك،

تركي الحربي
كلية العلوم



«وايومينغ»، معروف باسم «برج الشياطين» ويبلغ ارتفاعه أكثر من 1,266 قدم، وتكونت الصخرة

أهمية الاختبارات المقتنة؟

لواجهة النمو التزايد والتنوع في مؤسسات التعليم العالي الأهلي فإن الطريقة الأكثر فعالية لتقييم خبرتي تلك المؤسسات والمقارنة بين مستويات أدائها هي الاختبارات المقتنة المقارنة، حيث أصبحت الاختبارات المقتنة معروفة في العقود الحديثة، فهي تسمح بقدرة تحميل طلاب من مؤسسات تعليمية مختلفة، ومن خلالها مختلفة.

الاختبارات المقتنة هي التي تتيح على معايير محددة لتوفير فيها طريقة معايرة موحدة عند البناء والتصحيح وتفسير النتائج

- 1- تقيس الامتحانات المقتنة
- 2- تتيح مقارنة نتائج الطلاب
- 3- تتيح مقارنة نتائج الطلاب
- 4- تتيح مقارنة نتائج الطلاب
- 5- تتيح مقارنة نتائج الطلاب
- 6- تتيح مقارنة نتائج الطلاب

مكونات الاختبارات المقتنة

- 1- تتيح مقارنة نتائج الطلاب
- 2- تتيح مقارنة نتائج الطلاب
- 3- تتيح مقارنة نتائج الطلاب
- 4- تتيح مقارنة نتائج الطلاب
- 5- تتيح مقارنة نتائج الطلاب
- 6- تتيح مقارنة نتائج الطلاب

01 المعلمون
02 المحامون
03 المهندسون
04 الأطباء
05 الطيارون

الرقم المبرمج: 920033555



نافذة

نافذة

د. فهد بن عبدالله الطياش

نوادي المستقبل

يتفاوت الحضور البرامجي للنوادي الطلابية في الجامعة، فبين نواذٍ هي مصدر فخر إلى نواذٍ لا تكاد تتجاوز مرحلة تسجيل الحضور. نعم هناك نواذٍ استشرافية استطاعت تسجيل الحضور المستقبلي وأخرى لا تزال تحاول الانتقال من التقليدية إلى دهاليز العالم الرقمي.

كل هذا يجعلنا نقف لتأمل مع الأبناء من طلاب وطالبات الجامعة حول مفهوم «أندية المستقبل»، وهل هذه المهمة الاستشرافية تُلقى على عاتق الطلاب وحدهم أم هي جهد ومسؤولية جماعية على الجهات المعنية وأعضاء هيئة التدريس المشرفين على الأندية؟

نعم هي مسؤوليتنا جميعاً، لعلنا نستشرف معاً هذه المفاهيم ونحقق من خلال هذا العمل بعض جوانب التميز التي تسعى الجامعة لتحقيقها، ونسعد في صحيفتكم «رسالة الجامعة» بأي طرح أو أفكار إبداعية تساهم في تعزيز مكانة أنديةنا الطلابية. وأعتقد أن نادياً مثل «نادي رؤية 2030» استطاع استلهام المرحلة، فانهلك في تنفيذ برامج تستشرف مستقبل العمل في عام 2030. فهل تستطيع بقية النوادي استلهام المرحلة والخروج من نفق استثمار التقليد السنوي لبرامجها؟ المستقبل سيكشف لنا ذلك!

altayash@ksu.edu.sa

صوت الصورة



الخروج من المواقف .. ممنوع!!

دورة في تصوير البورتريه للموهوبات

نظم برنامج الطلبة المتفوقين والموهوبين، دورة تدريبية خاصة بعطالبات مسار الطلبة الموهوبين بعنوان «تصوير البورتريه»، وذلك



يومي الأربعاء والخميس 15 - 16 جمادى الآخرة 1440هـ من الساعة الثانية ظهراً وحتى الساعة الرابعة عصراً، في المدينة الجامعية للطالبات. خصصت الدورة للطالبات الموهوبات في مجال التصوير، وقدمتها الطالبة الموهوبة أمجد السالمي، واشتملت الدورة على عدة محاور منها: لمحة في أساسيات التصوير، مثل التعريض ويشتمل على فتحة العدسة، وسرعة الغالق، والأيزو، أنواع الإضاءة، معنى تصوير البورتريه، أهم عوامل تصوير البورتريه الناجحة، الأوقات الذهبية للتصوير، الاهتمام بزوايا التصوير، الخلفيات، العدسات، التغذية البصرية، وفي اليوم الثاني كان تطبيق عملي لما تم شرحه في اليوم الأول.

صرف مكافآت فبرابر للطلاب والطالبات

أعلنت عمادة شؤون القبول والتسجيل عن صرف المكافآت وبدل الإعاقة للطلاب والطالبات المنتظمين بالفصل الدراسي الثاني لعام 1440/1439هـ، وذلك يوم الخميس الماضي، عن شهر فبراير لعام 2019م، وتجاوز مبلغ المكافآت 40 مليون ريال. صرح بذلك الدكتور باسل السدحان عميد شؤون القبول والتسجيل.

مدينة الطالبات تشارك في يوم المهنة بجامعة نورة

شاركت جامعة الملك سعود ضمن فعاليات «يوم المهنة» الذي نظمتها جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن خلال الفترة 27 فبراير 2019م في مركز المؤتمرات. وتأتي مشاركة الجامعة ممثلة بالمدينة الجامعية للطالبات تعزيزاً للمشاركة المجتمعية وتفعيلاً للدور الريادي والتعاوني لها مع الجامعات السعودية، كما صرحت مديرة إدارة الشؤون الأكاديمية والطالبية في عمادة أقسام العلوم والدراسات الطبية، هدى الرشيد. وقد ساهمت مختلف عمادات الجامعة من خلال هذه المشاركة بعرض الخدمات التي توفرها لطلابها وطالباتها.

الجامعة تحقق بطولتي ألعاب القوى وكرة الهدف

للجامعات السعودية. وبهذه المناسبة وبحضور عميد شؤون الطلاب الدكتور فهد بن حمد القريني؛ أقامت وكالة الشؤون الرياضية ممثلة بمساعد وكيل الشؤون الرياضية أ. تركي السلطان حفلاً لمنتخب جامعة الملك سعود «ألعاب القوى»، ومنتخب ذوي الهمم العالية، وذلك لتحقيقهم المركز الأول في بطولات الاتحاد الرياضي للجامعات السعودية. وقد حضر الاحتفال مدير إدارة المنتخبات أ. تركي المالكي، ورئيس وحدة العلاقات والإعلام أ. فهد الدوسري، ومدير إدارة البرامج والأندية أ. فاروق الأحمد.



العامة وتبادل الدروع التذكارية بين جامعة طيبة والاتحاد الرياضي

نقطة في بطولتي القوى والهدف، فيما احتلت جامعة الملك عبدالعزيز المركز الثاني بـ133 نقطة، وجامعة طيبة المركز الثالث بـ107 نقاط. وقد توج وكيل جامعة طيبة الدكتور سلطان العمري ورئيس الاتحاد الرياضي للجامعات السعودية الدكتور عبدالله البقمي وعميد شؤون الطلاب بجامعة طيبة الدكتور معتاد الحربي ومدير البطولة الدكتور طارق الصالحي؛ الفائزين بكؤوس وميداليات وجوائز المراكز الثلاثة الأولى، إلى جانب تكريم الحكام والفرق واللجان

«نساء شامخات كجبل طويق في العلوم الطبية».. اليوم

كتب: نايف القحطاني

يقيم كرسي أبحاث لقاحات الأمراض المعدية وبالتعاون مع عمادة البحث العلمي معرضاً بعنوان «نساء شامخات كجبل طويق في العلوم الطبية» اليوم الأحد وغداً الاثنين 26-27/6/1440هـ الموافق 3-4/3/2019م، وذلك في بهو المدينة الطبية بمستشفى الملك خالد الجامعي.

ويسلط المعرض الضوء على ما حقته المرأة السعودية من إنجازات على المستوى المحلي والعالمي في مجالات العلوم بما يحقق رؤية 2030. وقالت المشرفة على كرسي أبحاث الأمراض المعدية الدكتورة ابتسام العليان: «للسعوديين همم مثل جبل طويق، وهمة السعوديين لن تنكسر إلا إذا هدم هذا الجبل وتساوى بالأرض»، كلمة أثارت غريزة التحدي ألقاها سمو الأمير محمد بن سلمان على مرأى من الجميع تعكس إنجازات التحدي والإبداع تميزنا به.

وأضافت: «عزمت عمادة البحث العلمي ممثلة بكرسي أبحاث لقاحات الأمراض المعدية على إقامة معرض يندرج ويحقق كلمة سمو الأمير بعنوان «سعوديات شامخات كجبل طويق» تزامناً مع اليوم العالمي للمرأة تعكس فيه همم وإنجازات المرأة السعودية ليس فقط في رحاب جامعة الملك سعود وإنما في جميع أنحاء مملكتنا الحبيبة وكيف خلقت نفسها صعوبات وتحديات لصناعة حاضرنا ومستقبلها. واعتبرت د. العليان أن شابات هذه البلاد هن عماد الإنجاز وأمل المستقبل والمرأة السعودية شريك ذو حقوق كاملة.



خريجو «موارد التراث»، يتدربون بحى طريف التاريخي بالتعاون مع هيئة بوابة الدرعية