

## رجال أعمال يمنيون يزورون جزيرة سقطرى ويتبنون تطوير مشتل النباتات النادرة والحديقة البيئية

مخيم طبي في سقطرى للقيام بمعالجة مرضى الجزيرة وتبني تأهيل عدد من الكوادر الصحية فيها سواء من خلال المخيم أو عبر توفير فرص تدريبية خارج جزيرة سقطرى. وزار بعض رجال الأعمال المشاركين في الرحلة كذلك كلية التربية في سقطرى وتبرعوا بأجهزة ألواح شمسية نظراً للحالة الصعبة التي يعانيها الطلاب جراء انقطاع الكهرباء في الجزيرة. وأكد أعضاء النادي أن جزيرة سقطرى تمثل فرصة استثمارية وسياحية نادرة يجب الاستفادة منها، مطالبين الجهات الرسمية بتحسين البنية التحتية للجزيرة وتعزيز نقاط تواصل الجزيرة بالعالم والتسويق السياحي لها على المستوى الإقليمي والدول. وقد صنف أرخبيل سقطرى المكون من أربع جزر على المحيط الهندي كأحد أهم مواقع التراث العالمي في عام 2008م ولقيت باكثر المناطق غرابة في العالم نظراً للتنوع الحيوي البيئي الفريد للجزيرة على مستوى العالم.



### سقطري/متابعات:

نظم نادي رجال الأعمال اليمنيين زيارة استكشافية وسياحية إلى جزيرة سقطرى اليمنية بمشاركة 40 من رجال الأعمال من أعضاء النادي يمثلون قطاعات اقتصادية مختلفة ، وهو أكبر وفد من رجال الأعمال اليمنيين يزور الجزيرة حتى الآن. وأوضح رئيس نادي رجال الأعمال اليمنيين، فتحي عبدالواسع هائل، أن الزيارة سعت لتحقيق هدفين الأول: إكتشاف الفرص الاستثمارية والسياحية في جزيرة سقطرى ، والثاني هو الترفيه وزيادة الروابط الأخوية والاجتماعية بين أعضاء نادي رجال الأعمال اليمنيين. وأعلن رجال الأعمال المشاركين في الرحلة عن تقديمهم دعماً مادياً للمساهمة في تطوير مشتل النباتات النادرة في الجزيرة ، مشتل أديب والحديقة البيئية الجديدة بمبلغ وقدره مليوني ريال. وفي الرحلة التي استمرت ثلاثة أيام، أعلن كذلك د. يحيى الثور بالتعاون مع بعض أعضاء النادي المشاركين في الرحلة اعترافهم بتنظيم



إشراف / محمد فؤاد

## الصيادون والدخول إلى المجهول

# البحر.. الداخل إليه مفقود والخارج منه مولود

يتمتع الناس في بلادنا بصيد الأسماك فمنهم من تكون له مهنة ومصدر رزق وملاذ من الظروف المعيشية الصعبة في ظل ارتفاع الأسعار المتزايد ومنهم من توارثها وجعلها مجرد هواية لا أكثر..

وغير ذلك تعتبر الأسماك مصدراً رئيسياً للغذاء في مختلف أنحاء العالم ومصدراً رئيسياً للبروتين لأكثر من بليون ونصف إنسان. وتأتي أهمية الأسماك كونها مصدر للعمل والدخل معاً.

والبحر تمتلك شريطاً ساحلياً يبلغ طوله أكثر من 2000 كم غني بالأسماك والأحياء البحرية. وتعتبر الثروة السمكية من أهم الثروات الطبيعية المتجددة ومصدراً مهماً للدخل القومي حيث يوجد في المياه الإقليمية اليمنية أكثر من (350) نوعاً من الأسماك والأحياء البحرية الأخرى ما يؤهلها لأن تكون دولة رئيسية في إنتاج الأسماك في المنطقة.

وتختلف طريقة كل صياد في صيد الأسماك فمنهم من يمتلك صنارة فقط ومنهم من يمتلك أدوات ومعدات متطورة للاصطياد ومنهم من يمتلك قارباً بسيطاً يكفيهِ للدخول وجلب بعض الأسماك حتى يبيعها ويخرج برزق بسيط يستطيع من خلاله أن يعول عائلته ويجلب لهم ما يأكلونه.

ولا يمنع الصياد من الصيد أو الدخول إلى البحر سوى تقلب الطقس وارتفاع الموج عن معدله الطبيعي وأحياناً يقوم الصياد بالمجازفة والدخول إلى الأعماق حتى يبحث عن رزقه ولهذا نستطيع أن نقول أن البحر الداخل إليه مفقود والخارج منه مولود لما فيه من مخاطر كثيرة يصعب على المرء تحديدها أو تخطيها إلا بإرادة من الله سبحانه وتعالى.

ولنتعرف أكثر على البحر ومهنة صيد الأسماك التقينا بالأخ مجمل سالم هادي الذي أحترف الصيد منذ نعومة أظفاره وعرفنا عنه أكثر وعن صيد الأسماك:

### عرض / دنيا هاني

## العم مجمل: يستيقظ الصياد عند صلاة الفجر ويخرج قاصداً البحر للبحث عن رزقه ويعود في المساء محملاً بسلة الأسماك ويقوم ببيعها في سوق الحراج



## مهنة صيد الأسماك مهنة الصبر وطول البال

الوقت يصطادون في عمران. ولم أتوقف عند هذا صحيح ان تلك هذه الأيام مرت صعبة خاصة ذكرى صاحبي التي بقيت ترافقتني كثيراً ولكني حاولت أن أستمر في صيد الأسماك فهو يعتبر مصدر رزق بالنسبة لي. ويضيف: بالنسبة لقاربي فهو صغير وعليه ماكينة صغيرة (15 خيلاً) وأدوات الاصطياد لا تتوفر معي كاملة ولكني أمتلك بعضها منها. ومع هذا فقد قمت باصطياد أنواع عديدة من الأسماك منها (التونة - التمد - الزينوب) وأنواع من الأسماك الصخرية منها الجحش والخلخل (الهامور) والدبرك والسحلة. أما بالنسبة لأسعار الأسماك فأعطانا العم مجمل فكرة سريعة عنها قائلًا: تكون الأسعار متفاوتة فعندما يكون الجو أو الموسم (أرياح أو مضطرب) كما في الأيام المقبلة يكون هناك ارتفاع في أسعار السمك وليس له سعر محدد فمثلاً إذا اصطدنا حوتاً كبير يزن تقريبا (50) كيلو جراماً وأكثر يطلع سعره الى خمسين أو ستين الف ريال وإذا اصطدنا

كوم جحش يطلع بخمسة الاف ريال وإذا كان 5 حيتان صغيرة أو (7) مقدار ذراع أو أكثر تباع من (1500) ريال أو (1800) ريال وما إلى ذلك بالتفاوت وعلى حسب الحوت وأيضا الكيلو التمد أو الزينوب يكون سعر الكيلو الواحد (2000) ريال وأحياناً يصل إلى (1500) ريال ويتفاوت أيضا بالسعر خاصة إذا كانت أيامه وكل نوع وله سعره ويعتمد ذلك على سوق الحراج الذي تقوم ببيع الأسماك فيه وهو الذي يحدد السعر على حسب نوع وكمية السمك أو الحوت. وفي ختام حديثه الشيق قال: الصياد منا يتعرض للمخاطر حتى يدخل إلى البحر في هذه الأجواء وأوقات نخر من البحر خالي اليدين أو تقوم ببيع السمك الذي اصطدناه بأرخص الأثمان أو بأقل من سعره مثلاً يعود على الكوم السمك بسعر (2500) ريال وأكثر يأتي إلى المشتري ويدفع يطلب فيه (2000) ريال أو أقل فأضطر لبيعه حتى أستطيع كسب رزقي.

أعماق البحر محملاً بالأسماك فهذا الشعور ينسيه قليلاً ما عاناه ولا يشعر بالملل والكل سواء اصطاد كثيراً أم لم يصطد وتبقى هذه المهنة هي مهنة الصبر وطول البال. بالنسبة لي أو لغيري فلا يوجد هدف محدد من مهنة الصيد سوى أن يطور الصياد مصدر رزقه ورزق أولاده حتى يتمكن من إسعادهم خاصة في ظل الظروف التي نمر بها وغلاء المعيشة. ويتكلم العم مجمل بحماس عن تعرضه لأي متاعب أو مواقف في البحر ويقول نعم وأجبت الكثير من المصاعب والمشاكل وأحياناً كثيرة قد حصلت معي في العالم المجهول، منها أن القارب انقلب بي وأنا في أعماق البحر وكان برفقتي أحد الأصحاب كنا نضطد سوياً حينها غرق القارب بنا وبقينا نسحب أنا وهو لمدة يومين ونحن متمسكان بالقارب ولم يكن معنا أحد واكمل بمرارة واضحة لكن لألسف صاحبي الذي كان معي غرق ولم يستطع الصمود والتحمل ولم أعرف عنه شيئاً وأنا شاءت الأقدار أن يتم انقادي بالصدفة من قبل صيادين من الحوطة كانوا بذلك

في البداية تحدثت العم مجمل عن مهنة صيد الأسماك قائلًا: هي بالنسبة لي ليست مهنة وإنما توارثتها من الأباء والأجداد كونني ولدت في محافظة أبين منطقة شقرة وهي منطقة ساحلية ومند طفولتي وتحديداً وأنا في السابعة من عمري تعلمت أن اصطاد من على الشاطئ وأنا ما كنت أذهب مع أخي الأكبر أو أحد أعمامي أو أخوالي أو أحد أقاربي بالقرب وتعلم معهم حرفة اصطياد الأسماك وعندما كنت أدرس أهتمت بدراستي أولاً ولكني لم أنس البحر ولا صيد الأسماك فكنت أذهب أثناء العطل الرسمية والمناسبات والإجازة الصيفية وبعد أن أكملت دراستي الابتدائية والثانوية في عدن تركت البحر لفترة حتى بدأت الالتحاق بالعمل للحكومة ولكن أحياناً كنت أشعر بلحظات اشتياق للبحر فأذهب مع أحد معارفي وأصطاد معهم. ويكمل حديثه: أما بالنسبة للصيادين وبالرغم من الأخطار التي يواجهونها في البحر والمتاعب التي يتعرضون لها أثناء ذهابهم لجلب الأسماك يبقى الصياد يشعر في داخله بمتعة خاصة عند عودته من



## بذلة تخزين الطاقة الشمسية وتحولها إلى ضوء

### استرداد/متابعات:

توصل فريق أبحاث من هولندا الى طريقة لزراعة خلايا شمسية داخل الملابس لتقوم بتخزين الطاقة الشمسية طوال النهار وتبثر خلال الليل، ويأمل العلماء أن تكون هذه الملابس منتشرة بين الناس في المستقبل. ربما لا يكون معروفاً الهدف منها تحديداً، لكنها على أية حال تبدو كملاصق أفلام الخيال العلمي.

### سطور

#### اعداد/مشرف الصفحة



## نصائح لتجنب مشكلات البشرة في الصيف

يأتي الصيف بالعديد من المشكلات حيث تنتشر الأمراض فضلاً عن ضربات الشمس وحروق البشرة الناتجة عن أشعة الشمس

1 - تتكون من 4 موجات: الأشعة البنفسجية أ-هـ: أطول موجات أشعة الشمس وتستطيع اختراق الجلد حتى العمق مما قد يسبب شيخوخة الجلد. الأشعة البنفسجية ب: تستطيع تلك الموجات اختراق طبقة الجلد الخارجية وتسبب حروق الجلد والحساسية وسرطان الجلد.

الأشعة البنفسجية سي: عادة ما تقوم طبقة الأوزون بحجبها إلا أنها من أخطر أنواع الموجات الشمسية.

الأشعة تحت الحمراء: وهي الحرارة التي ترسلها الشمس، ولها تأثير سلبي في حالة التعرض لها كثيراً على الكولاجين ومرونة الجلد ونظام المناعة بالجسم.

لذا إليك بعض النصائح حول الاعتناء بالبشرة وتجنب الحروق التي تسببها الشمس.

1- اختر واقي الشمس المناسب لجلدك، فواقيات الشمس توفر لك حماية إما كيميائية تمتص أشعة الشمس أو من خلال المعادن التي تحجب أشعة الشمس عن جسمك، ومن المهم الانتباه إلى علامة SPF التي ترمز لدى قوة المستحضر ومدة فاعليته بعد استخدامه.

2- تجنب الشمس من الفترة من 10 صباحاً حتى الثالثة مساءً، فأكثر ساعات اليوم حرارة أكثرها ضرراً بالجلد، لذا لا تمكث في الشمس لساعات طويلة حتى لا تتعرض بشرتك للإشعاع الشمسي واحرص على ممارسة تمارينك قبل تلك الفترة أو بعدها عندما يكون الجو أطف.

3 - عليك بإرتداء ملابس واقية لجلدك من الشمس، العديد من الملابس الموجودة بالمحلات لها تقييم للحماية من الأشعة البنفسجية وبعضها مصبوغ بمواد تمتص تلك الأشعة ما يحمي جسمك من أشعة الشمس الضارة ويفضل اختيار الملابس ذات الألوان الفاتحة التي لا تسبب الحكة أو تشتت على الحرارة. أيضاً ضع قبعة لحماية بشرة وجهك من حرارة الشمس وكذلك نظارة شمسية لحماية العين من أشعة الشمس.

4 - توقف عن محاولة الحصول على بشرة سمراء من خلال حمامات الشمس، حيث أنها ستضر ببشرتك وتزيد من فرص إصابتك بسرطان الجلد فضلاً عن أن التعرض للشمس لفترات طويلة يسبب تجعد جلدك. وتجنب منتجات الحصول على السمرة، حيث أنها تتسبب بالكيماويات التي تضر بجلدك.

5 - اترك لبشرتك فرصة للراحة، فمن الأفضل ترك البشرة دون أي إضافات كيميائية تسبب تضرر البشرة.

6 - اغسل جسمك بعد السباحة، خاصة بعد الخروج من حمامات السباحة التي تتسبب مياهاها بالكولور الذي يجفف الجلد ويسبب الحساسية لبعض الأشخاص بالإضافة إلى أن رائحتك الطبيعية ستكون أفضل من رائحة الكولور.

7 - تجنب رش العطور على جلدك والتعرض للشمس حيث أنها قد تسبب في بقع دائمة بجلدك ومن الأفضل رشها على الملابس.

8 - اشرب الكثير من الماء، حيث أنه من السهل أن تجف البشرة في الصيف لذا من الضروري شرب الماء بكثرة ليصبح الجلد مشبعاً بالمياه، وهذا سيحفظك من مشكلات الجفاف مثل البقع وفقدان لمعة الجلد بالإضافة إلى طرد السموم من الجسم، ويفضل شرب المياه بين الوجبات وليس أثناءها

9 - احرص على الأكل الصحي، حيث أن البشرة الصحية تأتي من الطعام الصحي والصيف من أفضل الأوقات لتبضع حمية غذائية لتحسين صحتك، عليك الامتناع عن السكر والأغذية المصنعة التي تسبب اختلال معدل السكر في الدم وحرص على أكل الفواكه والخضروات بكثرة وحرص على تنوع ألوانها لضمان الحصول على مضادات الأكسدة والتغذية التي يحتاجها جسمك مع الحرص على أكل كافة الحبوب الغذائية. لكن الامتناع عن الدهون سيسبب جفاف البشرة وتجعداها، يجب عليك الحصول على الدهون لضمان رطوبة بشرتك ومرونتها مع الامتناع عن الدهون المهدرجة وغير المشبعة والمعرضة للحرارة أو الضوء، المكسرات والسمك الطازج من المصادر الغنية بالدهون المفيدة. 10- احرص جلدك بانتظام، مرة في الشهر على الأقل، ولاحظ البقع الداكنة في جلدك لمعرفة ما إذا تغير شكلها، حجمها وما إذا كانت تؤلك أو تسبب لك الحكة أو تتزف.