مكتبة الكويت الوطنية تطلق مشروع «ذاكرة الكويت الرقمية» لحفظ التراث الفكري الوطني

مكتبة الكويت الوطنية

أطلقت مكتبة الكويت الوطنية عبر موقعها على وسائل التواصل الاجتماعي دعوة للمشاركة في حفظ التراث الفكري الوطني الكويتي من خلال مشروع (ذاكرة الكويت الرقمية).

وأوضحت إدارة المكتبة في بيان صحفي أمس، أنها تقوم بدور رئيسي في حفظ وتوثيق التراث الفكري والثقافي لدولة الكويت بصفتها مكتبة الدولة الرسمية من خلال هذا المشروع الذي يهدف إلى التحويل والحفظ الرقمي لمجموعة متنوعة من مصادر المعلومات والوثائق التي تناولت تاريخ دولة الكويت في كل المجالات.

كما دعت المكتبة المؤسسات والأهالي والأسر الكويتية الكريمة لإثراء هذا المشروع الوطني بنسخة من مقتنياتهم من الوثائق والكتب النادرة لرقمنتها وإضافتها للمكتبة الرقمية للحفاظ عليها وتوثيقها وإتاحتها للباحثين والمهتمين وحفظ نسخ منها للأجيال القادمة.

وأضافت أن مشروع (ذاكرة الكويت الرقمية) يؤرخ لحضارة دولة الكويت ويخلد أسماء المميزين فيها لتبقى في ذاكرة الأجيال جيلاً بعد جيل ويحرص هذا المشروع على توفير البيانات والصور لكل تلك الذاكرة ويجمع تاريخ الكويت وتراثها المادي والفكري والأدبي تحت سقف واحد من خلال منظومة رقمية.

وأوضحت أن المشروع يهدف كذلك إلى توثيق وحفظ التراث والإنتاج الفكري والثقافي والإعلامي للكويت في مختلف أشكاله المقروءة والمسموعة والمرئية. وأشارت المكتبة إلى أن المشروع يعتبر من أبرز المشروعات الإستراتيجية للمكتبة الوطنية ويضم عدداً كبيراً من الصور والمواد الفيلمية والسمعية والبصرية.

وبينت أنه عقب الانتهاء من إنجازه سيسهل المشروع على الباحثين والمهتمين من الوصول إلى المعلومات التي يريدونها لأنه سيتيح لهم استخدام تقنية التعرف الضوئي على الحروف (أو. سي. آر).

وأشارت إلى أن هذه التقنية تمكن المتصفح من البحث في المحتوى بالكلمة المطلوبة ثم الوصول إلى الكتب والإصدارات التي وردت بها بما يسهل عملية البحث والقراءة بشكل كبير جداً.

مواقيت الصلاة	فجر	شروق	ظهر	عصر	مغرب	عشاء
	05:17	06:42	11:50	02.41	05.00	06:22

البحر	أعلى مد	أدنى جزر
	23:34 13:43	07:28 18:06

الطقس	العظمى	الصغرى
	19	06

في الصميم

ما تمارسه الصين من اعتقال لعشرات الآلاف من مسلمي الإيغور وتشغيلهم بالسخرة جريمة تضاف إلى جرائمها بحق الإنسان، على المسلمين مقاطعة منتجاتهم حتى يرتدعوا.

«أبوظبي» تودع 2020 بعروض مبهرة للألعاب النارية

أعلنت دائرة الثقافة والسياحة في "أبوظبي"، عن سلسلة الفعاليات التي ستشهدها العاصمة الإماراتية ليلة رأس السنة احتفالا باستقبال العام الجديد 2021، والتي تشمل عروض مبهرة للألعاب النارية في الكورنيش وجزيرة ياس وجزيرة المارية والوثبة، اليوم الخميس.

والتزاماً بالجهود الرائدة التي تقودها الإمارة في تطبيق مجموعة من الإجراءات الوقائية الصارمة لمكافحة جائحة كوفيد-19، سوف يتمكن المواطنون والمقيمون والزوار من الاحتفال باستقبال العام الجديد والاستمتاع بمشاهدة عرض الألعاب النارية الذي سيقام في منطقة الكورنيش، من خلال بث مباشر عبر قناتي أبوظبي والإمارات، ومنصة برق الإمارات على تطبيق إنستغرام. كما سيتسنى لهم متابعة عرض الألعاب النارية الحية في جزيرة ياس مباشرة من مرسى ياس.

كما تستضيف العاصمة إلى جانب الاحتفالات التي تنظمها دائرة الثقافة والسياحة بأبوظبي بالشراكة مع شركة ميرال عدداً من الفعاليات والاحتفالات الأخرى في جميع أنحاء الإمارة، من ضمنها عرض مبهر للألعاب النارية يقدمه مهرجان الشيخ زايد في الوثبة على مدار 35 دقيقة، ويتوقع أن يحطم رقمين قياسين لموسوعة غينيس. كما سيشهد المهرجان عروض موسيقية حية تؤديها فرق محلية وعالمية. بالإضافة إلى ذلك، تستضيف جزيرة المارية احتفالات متميزة احتفاءً برأس السنة التي تنظمها شركة مبادلة سنوياً.

جانب من احتفالات سابقة بالألعاب النارية

الموز يسهم في إنقاص الوزن

الموز غني بالألياف

يعد تناول المزيد من الفاكهة والخضروات من أفضل الطرق لتحسين الصحة. وفي الواقع، يمكن أن يكون لتناول الموز العديد من الفوائد الصحية، سواء كنت تحاول إنقاص الوزن أو تحسين صحة القلب.

ولإنقاص الوزن، من المهم التحدث إلى الطبيب حول وضع خطة آمنة وفعالة لإنقاص الوزن تناسب الاحتياجات الصحية الفردية.

وبالإضافة إلى تناول الطعام بشكل صحيح، يجب أيضاً ممارسة المزيد من التمارين والنوم بشكل كاف، على سبيل المثال.

لكن تناول المزيد من الأطعمة الغنية بالألياف مثل الموز يمكن أن يكون بداية جيدة لخطة صحية لفقدان الوزن.

ووفقاً لإدارة الغذاء والدواء، تحتوي ثمرة الموز متوسطة الحجم على 110 سعرات حرارية، بينما تحتوي الحصة الواحدة من الفراولة (حوالي ثمانية حبات) على 50 سعرة حرارية فقط. وعلى الرغم من هذا الاختلاف في السعرات الحرارية، فإن الموز يقدم مواد كيميائية نباتية ومجموعة من الفيتامينات يمكن أن تجعله إضافة قوية لخطة صحية لفقدان الوزن. ويمكن أن يساعد المحتوى العالي من الألياف في الموز على الشعور بالشبع لفترة أطول.

ويقول تشيلسي ترسافيش، مساعد طبيب وزميل في التوعية التغذوية من خلال مؤسسة PA Foundation: "يعد الموز مصدرا رائعا للعديد من العناصر الغذائية الرئيسية مثل الألياف والبوتاسيوم وفيتامين B6 وفيتامين C والمغنيسيوم والمنغنيز".

وأضاف: "الألياف تجعلنا ممتلئين خلال النهار، ما يؤدي إلى انخفاض إجمالي كمية السعرات الحرارية التي يتناولها معظم الناس".

والألياف الموجودة في الموز هي جزء أساسي من فائدته لفقدان الوزن. وتمثل الألياف الموجودة في الموز 12% من القيمة اليومية الموصى بها، ما يساهم بشكل مباشر في إنقاص الوزن. وفي الواقع، قد يقلل تناول نسبة عالية من الألياف من خطر زيادة الوزن بنسبة تصل إلى 30%.

ويمكن أن يؤدي تناول الفاكهة المتنوع إلى تعريض الشخص الذي يتبع نظاما غذائيا لمجموعة من العناصر الغذائية الأساسية. وبينما من المعروف أن الموز مليء بالبوتاسيوم، يمكن أن تكون الفواكه الأخرى مفيدة أيضا.

Retweet

@M_Alsabah80 م. محمد سلمان الصباح

السادة بلدية الكويت أرجوا إنكم ما تقصرون في رقابة مطاعم المباركية!! لأن كثرت الشكاوي على المطاعم إلي فيها!! وبارك الله فيكم

@kuwait2oman ابوأحمدMaJeD

ليش في كرة اليد في جمهور مع ان الصاله مغلقة ؟؟؟ والقدم ممنوع ؟؟؟ منوووو يحل اللغز ..

@bosalman96 خالد احمد الكندري

المسؤول المحترم هو الإنسان الذي ينجز معاملتك كإنسان لك احترامك ولا يختلف تعامله معك لما يعلم انك دكتور أو ضابط أو مستشار أو .....

@Essabouresly عيسى بورسلي

غرفة التجاره والصناعه ببيانها .! نست أو تناست دورها بإصلاح الإقتصاد .! الوكيل بالمشاريع الحكوميه شنو مهنته غير ياخذ المقسوم من الشركه الأجنبيه الأم مبلغ وقدره .! لايدفع ضريبه للدوله .! المشروع يكلف 2 مليون يسعره 20 مليون وقسائمه بأسعار رمزيه وأجرها بالألوف .! استريحوا بس

@LailaShehab7 ليلى شهاب

والله إن مجرد الشك بظلم أحد يزعزع النفس ويفزع المنام، فكيف بمن تأكد ظلمه على هذا النحو البشع وشاع بين الناس طغيانه وجبروته؟

@ianwaaro أ. أنوار الحساوي

لا فلوس ولا شهره يسوى جدام راحتنا وصحتنا ..والله لو الرزق اهوا السوشل ميديا اقطعه ماابيه لان الغلط من عندنا البشر نسيء استخدام كل شي ممكن يفيدنا وتالي نقول ليش صار جذي ..غير ان اغلب المشاهير قاعد يأثر على جيل كامل بالسلبيه خلو عقولهم تافهه .. تبون تعاقبون سكروا هالتطبيقات مو سجن

@bo9afi قيس الاسطى

ممرضين من كوبا وبنغلادش وباكستان وغيره من الدول، للعلم نحتاج ممرضين مختصين بالعنايه المركزة، وقبل التقاعد عملت 15 سنه مدير اداره بالتطبيقي، وكانوا أبناء البدون يترجون لقبولهم بكليه او معهد التمريض، ونرفض أغلبهم بسبب البطاقه الامنيه، والآن خل يجاوبون عن سبب عدم التجديد للكوبيين؟!

@GhanimAlnajjar غانم النجار

إن صح أن اللقاح سيتوفر لجميع من في البلد، فذلك أمر مستحق وجيد ومحمود، ويفترض ان يشمل البدون، وان لايسقطوا سهواً كالعادة.

@Dr_Suadalbesher د.سعاد البشر

المرض، الموت، الحوادث، الخلافات العائلية، الجنح، الجنايات، كل المشاكل... كانت موجودة في السابق كما هي الآن.. الفرق الوحيد إننا في السابق ليس لدينا سوشل ميديا أما الآن فالخبر أصبح ببيزه

@drdhaidan د. ضيدان بن بحار

ياوزير التربية ماعاد نبي تعليم متميز ولانبي نعرف متى الإختبارات وهل هي ورقية أم لا، نبيك تعطي الناس حقوقها متى تنزل الأعمال الممتازة ترا نبي ندخل ب 2021 والأعمال الممتازة هي لعام 2019 ..!!

@Alwasatkuwait