

منوعات

الغذاء

ص 22

مهرجان ليوا الدولي «تل
مرعب 2024» يعقد فعالياته
من 8 إلى 31 ديسمبر 2023

ص 27

Sound of Freedom
عميل سري يقامر بوظيفته
لتحقيق غاية إنسانية عظيمة

الاثنين 23 أكتوبر 2023 م - العدد 13981
Monday 23 October 2023 - Issue No 13981



الوحدة قد تزيد من خطر أمراض
القلب لدى مرضى السكري

ص 23



المراسلات: ص 505
email.munawaat@alfajrnews.ae

المشي قبل الجراحة يقلل المضاعفات

أظهر المرضى الذين سجلوا المزيد من نشاط المشي قبل الجراحة، انخفاض احتمالات حدوث مضاعفات ما بعد الجراحة بنسبة 51% مقارنة بالمرضى الأقل نشاطاً، وفق بحث جديد.

وعرضت نتائج البحث ضمن أعمال مؤتمر الكلية الأمريكية للجراحين المنعقد في بوسطن، من 22 إلى 25 أكتوبر- تشرين الأول الحالي.

ووحد البحث أن المشي 7500 خطوة في اليوم قبل الجراحة قلل احتمالات التعرض لمضاعفات خلال 30 يوماً بعد الجراحة بنسبة 45%. بغض النظر عن حالتهم الصحية أو مدى تعقيد الجراحة، بحسب "مديكال إكسبريس".

وقال الباحث كارسون جيل من كلية طب ويسكونسن: "من المحتمل أن تساعد الأجهزة القابلة للارتداء مثل "فيتبيت" على قياس عدد الخطوات المطلوب عند التخطيط للرعاية الخاصة بالجراحة".

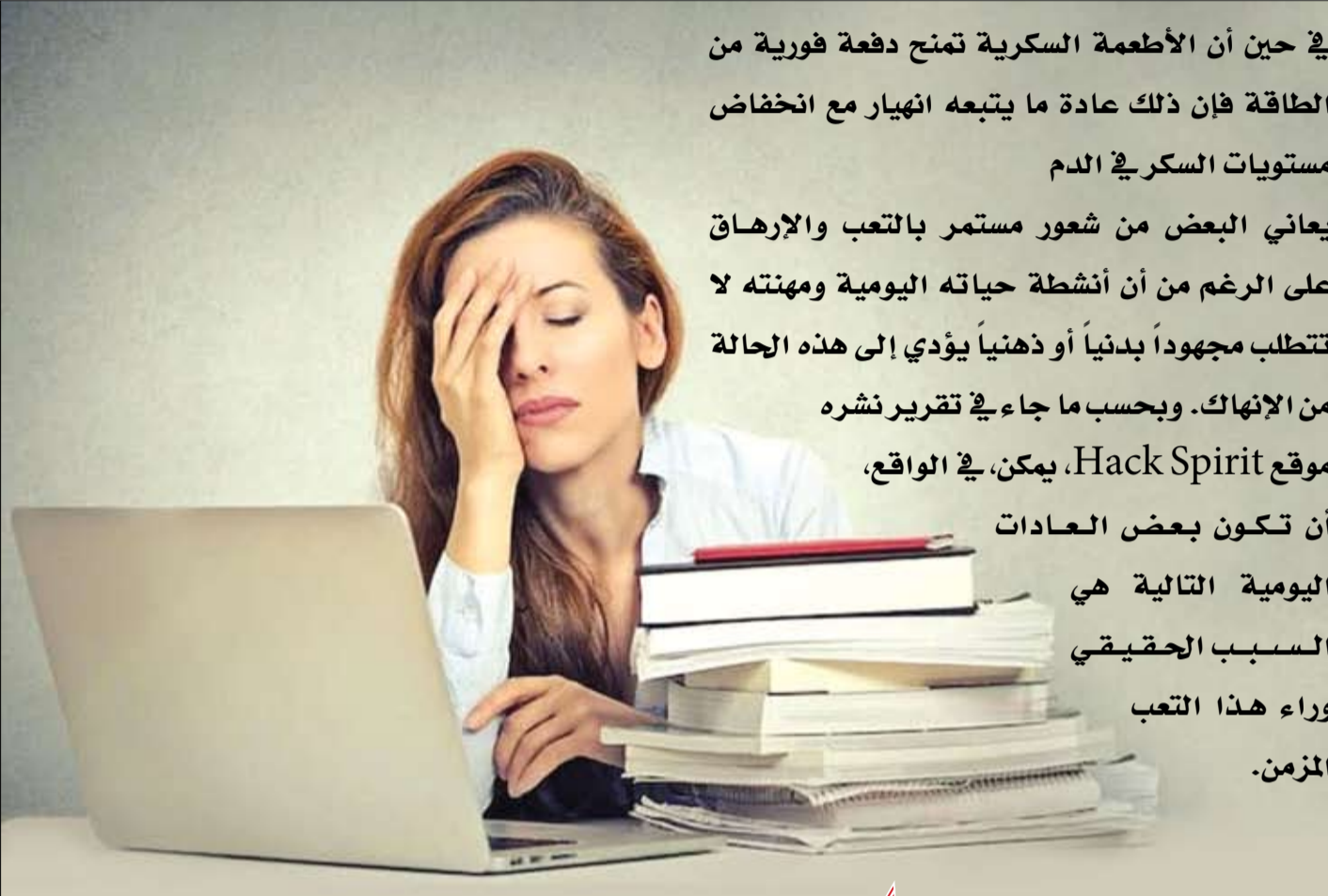
وحلل جيل وزملاؤه البيانات الصحية لـ 475 شخصاً مشاركاً في برنامج ترعاء المعاهد الوطنية للصحة، ويركز على العلاقة بين نمط الحياة وعلم الأحياء والبيئة في مجموعات سكانية متنوعة.

وقف مفاجئ لبرنامج جون ستوارت

تم وقف برنامج جون ستوارت، الذي يُعرض عبر منصة "أبل تي في"، بصورة مفاجئة، على ما ذكرت وسائل إعلام أميركية، في قرار يعود إلى خلافات تحريرية بين الفكاكي والشركة الأميركية.

وأبلغ نجم البرامج الحوارية الأميركية جون ستوارت فريق عمله، الخميس الماضي بأن مسؤولين من شركة "أبل" أهدوا تحفظات بشأن محتوى الحلقات المقبلة من برنامج "ذي بروبلم ويند جون ستوارت"، على ما ذكرت صحيفة "نيويورك تايمز".

وأحدث جون ستوارت ثورة في مفهوم الفكاهة السياسية في الولايات المتحدة، قبل أن يتوقف عن تقديم برنامجه "ذي دايلي شو" في العام 2015، وأطلق برنامج "ذي بروبلم ويند جون ستوارت" الذي يعرض نظرة أسبوعية ساخرة للأحداث الجارية، عام 2021، عبر "أبل تي في".



لمن يشعر بالتعب دائماً... 10 عادات يومية يجب أن تتخلص منها

الإفراط في الالتزام
الإفراط في التزام النفس بأنشطة أو مهام في العمل أو الحياة بصفة عامة، يؤدي إلى ملء جدول الأعمال باستمرار وبالتالي الشعور بالاستنزاف والإرهاق. هناك فرق بين أن يكون الشخص مشغولاً وبين أن يكون منتجاً. ينبغي أن يكون الشخص أكثر وعياً بشأن ما يلتزم به، وأن يتعلم تحديد الأولويات وأن يقول لا عندما يحتاج إلى ذلك.

تجاهل التوتر
يعاني الجميع في بعض الأحيان من التوتر، ولكن الطريقة التي يتم التعامل بها مع التوتر يمكن أن تحدث فرقاً كبيراً في مستويات الطاقة والرفاهية العامة. تجاهل الضغوط لفترة طويلة يؤدي إلى تراكمها ويصيب الشخص بالتوتر. التعامل مع التوتر على أنه جزء من الحياة وتجاهله لا يجعله يختفي إنما يجعل الأمور أكثر سوءاً. يمكن أن يؤدي التوتر المزمن إلى الشعور بالتعب المستمر والإرهاق والانهك.

تجاهل النوم
يعد النوم أحد أهم جوانب الصحة الجسدية والعقلية. عدم الحصول على قسط كافٍ من النوم يؤثر سلباً على الصحة الجسدية والعقلية. يمكن أن يؤدي النوم الجيد إلى تحسين المزاج، وزيادة الإنتاجية، وتعزيز الصحة العامة. يجب أن يكون النوم جزءاً من روتين الحياة اليومي، وليس شيئاً يُتجاهل.

تناول الكثير من السكر
في حين أن الأطعمة السكرية تمنح دفعة فورية من الطاقة، إلا أن ذلك عادة ما يتبعه انهيار مع انخفاض مستويات السكر في الدم. يساعد تقليل تناول السكر واستبدال الحلويات ببدايل صحية مثل الفواكه والمكسرات، على التغلب على نوبات التعب والإرهاق والشعور بمزيد من النشاط والانتعاش.

السهر لوقت متأخر
يعمل جسم الإنسان وفقاً لإيقاع الساعة البيولوجية، وهو في الأساس ساعة داخلية مدتها 24 ساعة تتأرجح بين النعاس واليقظة. يفسد السهر الإيقاع اليومي الطبيعي، مما يمكن أن يؤدي إلى قلة النوم والتعب المزمن.

إهمال الرعاية الذاتية
في العصر الحالي، من السهل جداً أن ينخرط المرء في صخب الحياة وضجيجها. وبين العمل والأسرة والالتزامات الاجتماعية، غالباً ما ينسى تخصيص بعض الوقت لنفسه. الجلوس لفترات طويلة يؤدي إلى الشعور بمزيد من التعب. الجسم ينتقل إلى وضع "توفير الطاقة" أثناء الجلوس لفترات طويلة، مما يؤدي إلى الشعور بالخمول. وهو وضع غير جيد للصحة بشكل عام.

تخطي وجبة الفطور
الفطور هو أهم وجبة في اليوم، وعلى الرغم من ذلك فإن البعض ينطلقون إلى أعمالهم دون تناوله. جسم الإنسان، مثل السيارة، يحتاج إلى الوقود ليعمل بكفاءة. وبدون أي وقود صباحي، تنخفض مستويات السكر في الدم، مما يجعل الشخص يشعر بالخمول والتعب حتى قبل أن يبدأ يومه. مجرد تناول ثمرة فاكهة أو كوب زبادي على الأقل، يمكن أن يساعد في بدء عملية التمثيل الغذائي ويمنح الجسم الطاقة التي يحتاجها للتعامل مع أنشطة اليوم.

الإفراط في تناول القهوة
إذا كان الشخص يتناول عدة فناجين من القهوة طوال اليوم، فربما يكون ضررها أكثر من نفعها. من المؤكد أن الكافيين يمنح دفعة فورية من الطاقة، لكنها قصيرة الأجل وغالباً ما يتبعها "انهيار"، وعندما يمكن أن يؤدي تناول كوب آخر من القهوة إلى الشعور بمزيد من التعب. يمكن توزيع أكواب القهوة التي يتم تناولها على مدار اليوم مع الحرص على أن يتم تناول كمية مناسبة من الماء للحفاظ على مستويات الطاقة طوال اليوم.

إهمال ممارسة الرياضة
تعمل التمارين الرياضية على تعزيز مستويات الطاقة عن طريق زيادة تدفق الدم وإطلاق الإندورفين، وهي هرمونات تساعد على الشعور بالسعادة. كما تساعد على النوم بشكل أفضل في الليل. يمكن تحقيق فوائد كثيرة من ممارسة الرياضة حتى لو كان ذلك مجرد 15 دقيقة سيراً على الأقدام أو جلسة يوغا سريعة يومياً.

خطوة يجب القيام بها قبل أول استعمال لقوالب السيليكون

أوضح مركز حماية المستهلك بولاية بافاريا الألمانية أنه يجب تسخين قوالب المخبوزات المصنوعة من السيليكون وهي فارغة، قبل استعمالها لأول مرة.

وعادة ما يتم الترويج لقوالب المخبوزات المصنوعة من السيليكون بأنها لا تحتاج إلى ورق زبدة، أو وضع أية مواد دهنية عند الاستعمال لمنع التصاق المخبوزات بها، وتتوافر هذه القوالب في أشكال مختلفة وبألوان متنوعة.

ونصحت الخبيرة الألمانية إنجا شوينجل إكسندر بأنه يجب شطف قوالب المخبوزات المصنوعة من السيليكون جيداً قبل استعمالها لأول مرة، وأضافت قائلة: "يجب عدم استعمال مواد التنظيف الآكالة أو إسفنجة التنظيف الخشن"، وإلا فقد يتسبب ذلك في انتقال مواد غير مرغوب فيها من السيليكون إلى المخبوزات.

ونصحت الخبيرة الألمانية أيضاً بتسخين قوالب المخبوزات المصنوعة من السيليكون وهي فارغة في البداية على درجة حرارة 200 درجة مئوية لمدة ساعة، وخلال هذه الفترة يجب تهوية المطبخ جيداً، وبعدما تبرد القوالب المصنوعة من السيليكون فإنه يجب غسلها مرة أخرى، وعندئذ فإنها تصبح جاهزة للاستعمال.

هل من الآمن تناول الحليب والعسل؟

يعتبر الحليب والعسل آمنين للاستهلاك بالنسبة لمعظم الأفراد، ولكن من المهم أن يكون الناس على دراية بالحساسية المحتملة التي يمكن أن تنتج من هذا المزيج. وإذا كانت هناك مخاوف غذائية أو ظروف صحية محددة، فمن المستحسن استشارة مقدم الرعاية الصحية أو اختصاصي تغذية للحصول على إرشادات شخصية.

فيما يلي إيجابيات الجمع بين العسل والحليب، وفق ما أوردت صحيفة تايمز أوف إنديا:

الإيجابيات: مزيج الحليب والعسل غني بالمغذيات، إذ يعد الحليب مصدراً جيداً للكالسيوم والبروتين وفيتامين د، والمواد الغذائية الأساسية الأخرى، ويحتوي العسل على مضادات الأكسدة والفيتامينات والمعادن. مزيج الحليب والعسل مناسب للأشخاص الذين يحبون مذاق الحلو للعسل، والذي يتم استهلاكه أيضاً كخيار صحي أكثر من السكر المكرر. تشير بعض الدراسات إلى أن مزيج الحليب والعسل له فوائد صحية، مثل المساعدة في النوم وتعزيز عملية الهضم. ويعتقد أيضاً أن للعسل خصائص مضادة للميكروبات، وخصائص مهدئة مفيدة للاسترخاء. في مختلف الثقافات، يتم الجمع بين الحليب والعسل والتوابل معاً واستخدامها لعلاج الألم والأمراض الأخرى، مثل التهاب الحلق والسعال ونزلات البرد.



سويسرا.. معاوية عازف بيانو تركي انتقد إسرائيل

أنهت حفلات كان مقرراً أن يحييها عازف البيانو التركي فاضل ساي في سويسرا الأسبوع المقبل، بسبب تعليقات ندد فيها بإسرائيل على خلفية الحرب بين الدولة العبرية وحركة حماس في قطاع غزة، وفق ما أعلن الفنان ومجموعة ميغروس السويسرية المنظمة للحدث. وكان من المقرر أن يعزف ساي من الاثنين إلى الخميس مع أوركسترا برمنغهام السيمفونية في زوريخ ووين جنيف ولوسيرن. وقال ساي في بيان نشره بالإنكليزية عبر حسابه على منصة إكس "توتير سابقاً الجمعة" استشهد مسؤولون في ميغروس بالأفكار التي عبرت عنها بشأن التوترات الإسرائيلية الفلسطينية على وسائل التواصل الاجتماعي لتبرير قرارهم. وأضاف "لن أغير شيئاً في ما كتبت في حساباتي". وستشهد حفلات "ميغروس كلاسيكس" الأربع في الفترة من 23 إلى 26 تشرين الأول-أكتوبر "تغييراً في البرنامج، فبدلاً من فاضل ساي، سيحيي العروض عازف البيانو السويسري لويس شينغيبيل"، وفق ما أكد للمنظمين في بيان.



منوعات الفكر

22

تحت رعاية حمدان بن زايد.. مهرجان ليووا الدولي «تل مربع 2024» يعقد فعالياته من 8 إلى 31 ديسمبر 2023

مربحاً للكوكب الواحد لتقدم للزوار إقامة متميزة. ويقدم المهرجان لمحبي الزراعة الذكية التي ستأخذهم في مغامرة سياحية زراعية في مزرعة تبلغ مساحتها 3.000 متر مربع، تعرض تقنيات الزراعة المتطورة واستراتيجيات السوق من خلال ورش العمل والندوات التعليمية. ويوفر المهرجان أيضاً منطقة لعب مخصصة للأطفال، ليستمتع المغامرون الصغار بمجموعة من الألعاب والأنشطة الممتعة.

ووجهه عبد الله بطي القبيسي، رئيس مجلس إدارة نادي ليووا الرياضي، الشكر إلى سمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان، ممثل الحاكم في منطقة الظفرة، على دعم سموه المتواصل واللامحدود لجميع الأنشطة والفعاليات التي تقام في منطقة الظفرة، ومنها مهرجان ليووا الدولي، إضافة إلى متابعة سموه لجميع مشاريع الرينة التحتية والنهضة العمرانية التي شهدتها المنطقة، والتطور الكبير في مختلف المرافق والخدمات العامة.

وتوجه عبد الله القبيسي بالشكر إلى دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، التي تعد الشريك الأبرز للنادي في تنظيم مهرجان ليووا الدولي وما يتضمنه من برامج متميزة ومختلفة طوال المهرجان، مؤكداً أن المهرجان هذا الموسم سيقدّم نسخة استثنائية خلال 24 يوماً، وسيكون علامة سياحية ورياضية فارقة في الترويج السياحي لمنطقة الظفرة ودولة الإمارات، وتعزيز الإقبال عليها بصفتها وجهة مستدامة للزيارة والاستمتاع بالأنشطة والفعاليات.

وقال القبيسي: بعد النجاح الكبير الذي لقيته جميع النسخ الماضية، ونسخة الموسم الماضي تحديداً، التي مدت لاحقاً، يأتي المهرجان هذا الموسم في حلة جديدة ومبهرة تحفل بكل التحديات الرياضية والفعاليات الترفيهية، والجمع ينتظر بدء التخييم.

وأضاف: «أعدنا مكاناً متكاملًا يلبي بخدماته جميع الاحتياجات، ما يضمن للمخيمين ورواد البر الاستمتاع بالمكان دون الحاجة إلى الذهاب إلى المدينة، خاصة أنه يتضمن أشهر العلامات التجارية للمطاعم والمتاجر. وسنواصل هذا العام استخدام التقنيات المتقدمة لتسهيل التسجيل، وتوفير الوقت على المشاركين والمتسابقين».

وشكر القبيسي مجلس أبوظبي الرياضي والجهات الحكومية التي دعمت المهرجان، وأبرزها موانئ أبوظبي، وجميع الشركات الراعية على إسهامها في إنجاح فعاليات المهرجان والإرتقاء به إلى أفضل المستويات.

يذكر أن مهرجان تل مربع هو الوجهة الأولى لحترية وهواة صعود التل الذي يرتفع 300 متر بزاوية ميل 50 درجة، ما يجعله التحدي الأكبر في المنطقة، إضافة إلى أنه موعد مع عشاق الرياضات الشبانية المختلفة، مثل الاستعراض الرملي على التل، وحلبة تل مربع للاستعراض، والتدريب كار، والدراجات. واستقطبت نسخة العام الماضي آلاف الزوار.



تستضيف 120 شاحنة الضخمة يومي 27 و28 ديسمبر 2023، لتقدم للمشاهدين عرضاً للسرعة والمهارة لأكثر من 16.000 متفرج في أربعة عروض. وتقدم عروض ضوء الكتيان الرملية بالفيديو مشهداً غنياً لتل مربع وتاريخه والحكايات الحية للحدث، مصحوبة بالألعاب النارية اليومية. وتتوافر أيضاً خيارات للطعام في ساحة بلازا عربات الطعام التي

تضمنت المسيرة باقة من الأنشطة الرياضية والترفيهية إلى جانب تكريم الجهات المشاركة. وشدد الشيخ الدكتور سالم بن ركاض على أهمية التوعية بسرطان الثدي وضرورة العلاج المبكر لتقليل عدد الوفيات وزيادة عدد الناجيات من المرض. وقال: إن دولة الإمارات تزهر بالمراكز الطبية المتطورة لمكافحة مرض سرطان الثدي والكشف المبكر عنه والتي يعمل فيها كوادر طبية وكفاءات عالية لتقديم الخدمات العلاجية للمريضات. من جهته وجه سعادة عوض سالم الساعدي المدير التنفيذي للجمعية شكره وتقديره لإدارة فندق دانات العين ومستشفى ميديكلينيك، وكل الجهات الترويجية

تحت رعاية سمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان، ممثل الحاكم في منطقة الظفرة، يقام مهرجان ليووا الدولي «تل مربع 2024» في الفترة من 8 إلى 31 ديسمبر 2023 في مدينة ليووا في منطقة الظفرة. وينظم المهرجان نادي ليووا الرياضي، بالتعاون مع دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي على مدى 24 يوماً، ليستقطب عشاق التخييم والبر، ويتيح لهم الاستمتاع بمجموعة من المنافسات الرياضية وتحديات السيارات الدولية التي يشارك فيها عدد من أشهر المحترفين في هذا المجال.

وأعدت دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي برنامجاً متكاملًا لمهرجان ليووا الدولي «تل مربع 2024» يشمل فعاليات قوية ليووا، وفعاليات ليووا المحلية وفعاليات فنية وترفيهية مشوقة. وتتعدد سباقاته ويطولته تشمل رياضة المحركات والرياضات التراتبية في سباقات للسرعة والدراج والاستعراض.

وينطلق المهرجان بالاستعراض الحر للسيارات، ويختتم ببطولة صعود تل مربع التي تعد الحدث الأشهر والأبرز سنوياً ضمن فعالياته التي تتوج بحفل موسيقي وعرض للألعاب النارية ليلة رأس السنة الجديدة.

وسيعمل نادي ليووا الرياضي عن برنامج المهرجان وجذب فعاليات وبطولاته التتبعي في وقت لاحق. وكشفت دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، في إطار حملة العلامة التجارية لوجهة أبوظبي «حياكم في أبوظبي»، عن فعالياتها موسم الشتاء الرامية إلى استقطاب السياحة المحلية والعالمية بتجارب الترفيه والتشويق والفعاليات الثقافية والترفيهية الأصيلة، إلى جانب مجموعة متنوعة من الأنشطة والمهرجانات ضمن أجندة فعاليات أبوظبي.

وتتيح تجربة قرية ليووا لزوارها الاستمتاع وسط الكتيان الذهبية، حيث يمكنهم استكشاف مجموعة كبيرة من المعالم السياحية والفعاليات في القرية التي تضم مسرحاً رئيسياً للعرض الموسيقية والاحتفالات، ومناطف المأكولات، وسوق الحرفيين، ومنطقة الواحة التي تستضيف ورش العمل الإبداعية والأنشطة المخصصة لجميع أفراد العائلة، ومنطقة لعب الأطفال، ومناطف البانعات المحليين الذين يقدمون أفضل السلع الإماراتية.

وتأتي زيادة مساحة القرية بنسبة 20% لتتيح استضافة العدد الضائع من الجمهور والفعاليات لعام 2023.

وإضافة إلى الفحلات الموسيقية التي تجمع فنانيين من المنطقة، والألعاب النارية السنوية، والفعاليات والأنشطة الصحراوية، يعود المهرجان بأكبر برنامج حتى الآن مستفيداً من خبرة تمتد لأكثر من 20 عاماً في مجال الاحتفالات الشتوية في ليووا. وتشمل قائمة الفعاليات الجديدة في مهرجان ليووا الدولي، فعالية مونستر جام، التي تشهد صراع



سعيد بن طحون يلتقي المكرمين بالمؤتمر العالمي للريادة 2023

دبي - الفجر

التقى معالي الشيخ الدكتور سعيد بن طحون بن محمد آل نهيان الرئيس الفخري للجمعية الإمارات لريادة ووبر الوالدين في مجلس ندوة الثقافة والعلوم بدبي المكرمين في التي أقيمت برعاية معاليه وتضمنت عدة فعاليات. وأشد معاليه جهود الهيئة العالمية لتبادل المعرفة والهيئة الدولية للتسامح منظمًا المؤتمر واحترافه المؤتمر بيوم التثاب السنوي الذي يوافق منتصف أكتوبر من كل عام وتعزيزاً لأهمية التدريب في حياة الانسان. وأثنى معاليه على تضمن المؤتمر الثامن العالمي السابع للريادة والابتكار والتميز جلسات تم خلالها تسليط الضوء على عدد من النماذج والرواد في مجالات مختلفة، كما الأعمال والفتون والآداب والتربية، والصحافة والإعلام والتنمية المجتمعية والتسامح الرياضي، ومباركا معاليه تكريم المؤتمر مجموعة من الشخصيات بجوائز التسامح الرياضي لأول مرة والذين بلغ عددهم 62 شخصية رياضية من 14 دولة خليجية وعربية وصديقة ومن جانبه كرم الدكتور عبد الحميد الرميثي أمين عام المؤتمر معالي الشيخ د. سعيد بن طحون بدرع التميز معرباً عن شكره وتقديره لهاليه على رعايته للنسخة الثامنة من المؤتمر، وقال الدكتور الرميثي هذا الدرع يأتي تقديراً لدوره المتميز في جمعية الإمارات لريادة ووبر الوالدين، حيث يتولى منصب الرئيس الفخري للجمعية التي ترعى كبار السن وتعمل على التوعية بأهمية ضرورة بر الوالدين. وأضاف الدكتور الرميثي: معالي الدكتور الشيخ سعيد بن طحون عضو فاعل أخذ على عاتقه رعاية واحتضان الكثير من النشاطات والفعاليات المجتمعية في الإمارات، ولولا ذلك فهو منتقل بين الفجيرة والعين ودبي، يقدم دعمه ورعايته للنشاطات التطوعية، حيث يعتبر عنواناً للتميز في العطاء. وحضر تكريم معاليه الشيخ ماجد بن سلطان بن صقر القاسمي، معالي الدكتور عبدالله بالحييف النعيمي وزير التغيير المناخي والبيئة السابق والشيخ راشد بن ناصر النعيمي، والشيخ تميم بن فيصل بن قاسم آل ثاني، والشيخة فاطمة بنت حشر بن دوك ال مكتوم رئيسة جمعية سواعد الخير، وسعادة بلال ربيع البدر رئيس مجلس إدارة ندوة الثقافة والعلوم بدبي، والشيخ حمد بن عبدالعزيز الجميعة رئيس مجلس أمناء جمعية الجميع الخيرية السعودية ومعالي لواء أركان حرب طارق مهدي عبد الثواب محافظ الاسكندرية سابقاً رئيس المجلس الوطني للإعلام سابقاً والمستشار أحمد محمد سعيد دايوب الرئيس الفخري للمؤتمر رئيس مجلس إدارة صحيفة البلاد السعودية سابقاً والدكتور أحمد سالم سويدن البلوشي رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات لريادة ووبر الوالدين.



بمشاركة سالم بن ركاض مسيرة للتوعية بسرطان الثدي بمناسبة الشهر الوردي

وتضمنت المسيرة باقة من الأنشطة الرياضية والترفيهية إلى جانب تكريم الجهات المشاركة. وشدد الشيخ الدكتور سالم بن ركاض على أهمية التوعية بسرطان الثدي وضرورة العلاج المبكر لتقليل عدد الوفيات وزيادة عدد الناجيات من المرض. وقال: إن دولة الإمارات تزهر بالمراكز الطبية المتطورة لمكافحة مرض سرطان الثدي والكشف المبكر عنه والتي يعمل فيها كوادر طبية وكفاءات عالية لتقديم الخدمات العلاجية للمريضات. من جهته وجه سعادة عوض سالم الساعدي المدير التنفيذي للجمعية شكره وتقديره لإدارة فندق دانات العين ومستشفى ميديكلينيك، وكل الجهات الترويجية

وتضمنت المسيرة باقة من الأنشطة الرياضية والترفيهية إلى جانب تكريم الجهات المشاركة. وشدد الشيخ الدكتور سالم بن ركاض على أهمية التوعية بسرطان الثدي وضرورة العلاج المبكر لتقليل عدد الوفيات وزيادة عدد الناجيات من المرض. وقال: إن دولة الإمارات تزهر بالمراكز الطبية المتطورة لمكافحة مرض سرطان الثدي والكشف المبكر عنه والتي يعمل فيها كوادر طبية وكفاءات عالية لتقديم الخدمات العلاجية للمريضات. من جهته وجه سعادة عوض سالم الساعدي المدير التنفيذي للجمعية شكره وتقديره لإدارة فندق دانات العين ومستشفى ميديكلينيك، وكل الجهات الترويجية

وتضمنت المسيرة باقة من الأنشطة الرياضية والترفيهية إلى جانب تكريم الجهات المشاركة. وشدد الشيخ الدكتور سالم بن ركاض على أهمية التوعية بسرطان الثدي وضرورة العلاج المبكر لتقليل عدد الوفيات وزيادة عدد الناجيات من المرض. وقال: إن دولة الإمارات تزهر بالمراكز الطبية المتطورة لمكافحة مرض سرطان الثدي والكشف المبكر عنه والتي يعمل فيها كوادر طبية وكفاءات عالية لتقديم الخدمات العلاجية للمريضات. من جهته وجه سعادة عوض سالم الساعدي المدير التنفيذي للجمعية شكره وتقديره لإدارة فندق دانات العين ومستشفى ميديكلينيك، وكل الجهات الترويجية

منوعات الفكر

23



أظهرت دراسة جديدة أن الوحدة قد تزيد من مخاطر الإصابة بأمراض القلب لدى مرضى السكري. وتعد الوحدة عامل خطر أكبر للإصابة بأمراض القلب التاجية (وهي حالة تضيق أو تسد الأوعية الدموية التي تغذي القلب) لدى مرضى السكري من النظام الغذائي والتمارين الرياضية والتدخين والاكئاب، وفقا لبحث نُشر في مجلة European Heart Journal.

أكثر خطورة من التدخين والنظام الغذائي

الوحدة قد تزيد من خطر أمراض القلب لدى مرضى السكري

يكن كبيرا. ولم تكن درجات العزلة الاجتماعية مرتبطة بشكل كبير بأي من نتائج القلب والأوعية الدموية. وكشفت النتائج أيضا أن الشعور بالوحدة هو عامل خطر أكبر للإصابة بأمراض القلب من النظام الغذائي والتمارين الرياضية والتدخين والاكئاب، لكنه أظهر تأثيرا أضعف عند مقارنته بوظائف الكلى والكوليسترول ومؤشر كتلة الجسم. وقال البروفيسور تشي: "الوحدة تأتي في مرتبة أعلى كعامل مهين لأمراض القلب والأوعية الدموية مقارنة بالعديد من عادات نمط الحياة. ووجدنا أيضا أنه بالنسبة لمرضى السكري، فإن نتيجة عوامل الخطر الجسدية (مثل ضعف التحكم في نسبة السكر في الدم، وارتفاع ضغط الدم، وارتفاع الكوليسترول، والتدخين وضعف وظائف الكلى) كان أكبر لدى أولئك الذين يعانون من الوحدة مقارنة بأولئك الذين لم يكونوا كذلك". وختم بالقول: "تشير النتائج إلى أن سؤال مرضى السكري عن الوحدة يجب أن يصبح جزءا من التقييم القياسي، مع إحالة المتضررين إلى خدمات الصحة العقلية".



القلب التاجية (2771 شخصا) أو السكتة الدماغية (701 شخصا، وكان لدى بعض المرضى كلا الحالتين). ووجد الباحثون أن أولئك الذين سجلوا أعلى درجات في الشعور بالوحدة لديهم خطر أكبر بنسبة 26% للإصابة بأمراض القلب، مقارنة بمن سجلوا أدنى درجة للوحدة. ولوحظت نتائج مماثلة لمرض الشريان التاجي للقلب ولكن ارتباطها بالسكتة الدماغية لم

الاستبيانات، مع تخصيص ميزات عالية الخطورة نقطة واحدة لكل منهما. بالإضافة إلى استبيانات لتقييم عوامل أخرى مثل مؤشر كتلة الجسم والنشاط البدني والنظام الغذائي والكحول والتدخين والأدوية وضغط الدم والكوليسترول والتحكم في نسبة السكر في الدم. وعلى مدار نحو 10.7 سنوات، أصيب 3247 شخص بأمراض القلب، بما في ذلك أمراض



يعانون من الوحدة أو العزلة الاجتماعية أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية من أولئك الذين لم يكونوا كذلك. وشملت الدراسة 18509 بالغًا تتراوح أعمارهم بين 37 و73 عاما في البنك الحيوي بالملكة المتحدة يعانون من مرض السكري ولكن لا توجد لديهم أمراض قلبية وعائية في بداية الدراسة التي استمرت 10 سنوات. وتم تقييم الشعور بالوحدة والعزلة باستخدام

ومرضى السكري أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية وهم أكثر عرضة للوحدة من أقرانهم الأصحاء. ووجدت الدراسات السابقة التي أجريت على عموم السكان أن الوحدة والعزلة الاجتماعية يرتبطان بارتفاع احتمالية الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وفحصت هذه الدراسة التي أجريت على مرضى السكري ما إذا كان المرضى الذين

وقال مؤلف الدراسة البروفيسور لو تشي من كلية الصحة العامة وطب المناطق الحارة بجامعة تولين في نيو أورلينز: "يبدو أن جودة الاتصال الاجتماعي أكثر أهمية لصحة القلب لدى مرضى السكري من عدد مرات التواصل. يجب ألا تقلل من أهمية الوحدة على الصحة الجسدية والعاطفية. أود أن أشجع مرضى السكري الذين يشعرون بالوحدة على الانضمام إلى مجموعة أو فصل ومحاولة تكوين صداقات مع الأشخاص الذين لديهم اهتمامات مشتركة". ويشير الباحثون: "الشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية أمر شائع في مجتمعات اليوم، وقد أصبح التركيز البحثي خلال السنوات الماضية، مدفوعا بشكل خاص بجائحة كوفيد-19 والرقمنة المستمرة للمجتمع". وتشير الوحدة إلى جودة الاتصالات الاجتماعية، بينما تشير العزلة إلى الكمية. وأضاف الباحثون: "الجنس البشري بطبيعته اجتماعي. ولا يتطلب البشر وجود الآخرين فحسب، بل يعتمدون على علاقة (علاقات) اجتماعية ذات مغزى لتتطور إلى مرحلة البلوغ الصحي.. وهذه التفاعلات الاجتماعية مع العائلة أو الأصدقاء أو الجيران أو الزملاء لها أهمية قصوى لرفاهيتنا الجسدية والعقلية".



هل يمكن أن يسبب الطقس الرطب والأمطار والعواصف الرعدية صداعا؟

نعاني جميعنا تقريبا من الصداع ولو مرة واحدة في حياتنا. وعادة لا تستدعي هذه الحالة القلق لأنها تزول تلقائيا، لكن البعض يواجه تجارب أكثر ألما ما يدفعهم إلى تناول المسكنات.

وفقا لهيئة الخدمات الصحية، يُعتقد أن تغيرات الضغط التي تسبب تغيرات في الطقس تؤدي إلى تغيرات كيميائية وكهربائية في الدماغ. ويمكن أن يؤدي ذلك إلى تهيج الأعصاب، ما يسبب صداعا يستمر عادة من 30 دقيقة إلى عدة ساعات.

وفي حين أن بعض مسببات الصداع - مثل المضاعفات الغذائية والظهور الثقيلة والتوتر، أصبحت الآن معروفة بشكل واسع، إلا أن البعض يبلغ عن زيادة في أعراض الصداع بسبب تغيرات الطقس.

كيفية علاج الصداع المرتبط بالطقس لسوء الحظ، لا يمكنك تغيير الطقس، ولكن يمكننا الاستعداد عندما تأتي الظروف الجوية العاصفة والرطبة. وتوصي هيئة الخدمات الصحية: "بالنظر إلى التوقعات، ما يتيح التنبؤ بالوقت الذي يحتمل أن تصاب فيه بالصداع والتأكد من أن لديك بعض مسكنات الألم جاهزة عندما تكون في حاجة إليها". وإذا كنت تعاني من الصداع، تناول الباراسيتامول واشرب الكثير من الماء وحاول الاسترخاء لأن التوتر قد يزيد الصداع سوءا. وتنصح الهيئة أيضا بتجنب الإفراط في النوم، وتخطي وجبات الطعام، وإجهاد العينين عن طريق النظر إلى الشاشات الإلكترونية وقتا طويلا.

فهل يمكن أن يؤدي الطقس الحار أو الرطب أو العواصف حقا إلى تضيق الصداع؟ يُعرف على نطاق واسع أن تقلبات الطقس يمكن أن تؤثر على المزاج، وأبرز مثال على ذلك الإصابة بالاضطراب العاطفي الفصلي. وعلى الرغم من ثبوت تأثير الطقس على الصحة النفسية، إلا أن الأمر لا يتوقف للأسف عند هذا الحد، بل إن التأثير يمكن أن يطلال الصحة الجسدية، مثل الصداع، وفقا للخبراء الصحيين. وينصح موقع هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية (NHS) الإلكتروني: "إذا كنت عرضة للإصابة بالصداع، فإن السماء الرمادية والرطوبة العالية ودرجات الحرارة المرتفعة والعواصف يمكن أن تسبب ألما في الرأس".

لماذا يسبب تغير الطقس الصداع؟



الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 0001390/AJCEXPOR2022 (جنزي)
إلى المحكوم عليه : راشد حسين يوسف راشد الحمادي
حيث أنه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المتخذ الأندلس لتأجير السيارات المحالطات - في القضية المشار إليها أعلاه.
ويما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شاملا الرسوم والصاريف : 9341.0
لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ اعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة عجمان الابتدائية
محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان منفذ ضد النشر
محكمة الشارقة الابتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - التزوير لقنوات تركيب وحدات التكييف
إخطار دفع في القضية رقم 297/0004297/SHCEXCILABS عماني
إلى المحكوم عليه : الفريق لقنوات تركيب وحدات التكييف
العنوان : وضوانه / الشارقة البريموك خلف شارع الاستقلال شقة رقم 12 ملك محمد عباس علي
حيث أنه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المتخذ اريان اشرف محمد اشرف - الجنسية باكستاني
في القضية المشار إليها أعلاه
ويما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شاملا الرسوم والصاريف 16722.0 درهم
لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (المدى) 7 أيام من تاريخ اعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكلف (ين) بحضور جلسة يوم - الموافق الساعة - أمام المحكمة المذكورة. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 7007027/SHCFHCIVS2023 مدني
إلى المدعى عليه : محرم علي نظري محمد يعقوب - مجهول محل الإقامة
يلتصق المدعي : الزام المدعى عليه بان يؤدي للمدعى مبلغ 80.000 درهم (ثمانون الف درهم) الثمن المتبقي للضمانات التي اشترتها المدعى عليه
الزام المدعى عليه بان يؤدي للمدعى تعويضاً عن الأضرار المادية والمعنوية التي نتجت عن اخلال المدعى عليه بواجب مبلغ 50.000 درهم (خمسون الف درهم)
الزام المدعى عليه بالفائدة بواقع 12% من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد.
وي جميع الأحوال تضمنين المدعى عليه الرسوم والصاريف ومقابل الغاء الحماقات.
انت اعلان في القضية رقم 26/10/2023 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الإقتصادية
المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى) خصصياً او بواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة جوابية لدى المدعى مرهفاً بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور أعلاه - بوصفك مدعى عليه.
حرر بتاريخ 17/10/2023 م.
مكتب الخدمات القضائية

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان بيع عقار بالنشر
في التنفيذ رقم 1347/2021/211 تنفيذ عقاري
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 184
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 861/2021 عقاري جنزي - بسداد المبلغ المتقد به وقدره (2990728.5 درهم) شاملا الرسوم والصاريف.
طالب التنفيذ: ميراث ميراث عبد
عنوان: الإمارات - إمارة دبي - منطقة جبريل - حيلا رقم 2، رقم ملف 0506644005 - 05066254844
ويطلب قسمة شاعين ميراثه
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 184
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 861/2021 عقاري جنزي - بسداد المبلغ المتقد به وقدره (2990728.5 درهم) شاملا الرسوم والصاريف.
طالب التنفيذ: ميراث ميراث عبد
عنوان: الإمارات - إمارة دبي - منطقة جبريل - حيلا رقم 2، رقم ملف 0506644005 - 05066254844
ويطلب قسمة شاعين ميراثه
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 184
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 861/2021 عقاري جنزي - بسداد المبلغ المتقد به وقدره (2990728.5 درهم) شاملا الرسوم والصاريف.
طالب التنفيذ: ميراث ميراث عبد
عنوان: الإمارات - إمارة دبي - منطقة جبريل - حيلا رقم 2، رقم ملف 0506644005 - 05066254844
ويطلب قسمة شاعين ميراثه

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : آتش ايه ام التدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب
ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071
بموجب هذا تعين لادارة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور محاكم دبي بتاريخ 13/10/2023 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 13/10/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : تاج الصيار للخدمات الفنية - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 138 ملك خالد عبدالله احمد الغريير السعودي - ديرة - المنطقة
الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 905904 رقم القيد
بالسجل التجاري : 1513434 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 13/10/2023 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 13/10/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين آتش ايه ام التدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان بالنشر
في الدعوى رقم 4154/2023/42 تجاري
المنظورة في : دائرة إدارة الدعوى الاحادية رقم 854
موضوع الدعوى : الزام المدعى عليهم بالتضامن بان يؤدي للمدعي مبلغ 110.100 درهم (مائة وعشرة الفدرمالة درهم) والفوائد القانونية بنسبة 5% الزام المدعى عليهم بالرسوم والصاريف والغائب الحماقات.
المدعى : ابواسيس برايميك لتجارة مواد الغذائية والمشروبات - ش ذ م م - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - أم هرير الثانية - دبي - شقة 2GF-LHEU - ملك اشمع مالح بن خليفة بن سعيد آل مكتوم - 0558138385
المطلوب ايلها : 1 - هيبب تانيدا بوجين 2 - ماري ثي تانيدا ابوجين - صفحتها : مدعى عليها
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعى وموضوعها الزام المدعى عليهم بالتضامن بان تؤدي للمدعي مبلغ 110.100 درهم (مائة وعشرة الف درهم) والفوائد القانونية بنسبة 5% الزام المدعى عليهم بالرسوم والصاريف والغائب الحماقات وحددت لها جلسة يوم الأربعاء الموافق 25/10/2023 الساعة 9.00 صباحاً في قاعة القضايا عن بعد ، فانت مكلف بتنفيذ ما يطلبه قانوناً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بتلاثة ايام على الأقل.

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

تغيير اسم / عزيزه حسن احمد الحمادي
تقدمت المواطنة / عزيزه حسن احمد الحمادي - بطلب الى قسم التوثيق - قطاع المساندة القضائية بدائرة القضاء بتغيير اسمها من (عزيزه) الى (عزة)، فمن لديه اعتراض يتقدم به الى القسم المذكور خلال 15 يوماً من تاريخ نشر الاعلان. على ان يصلنا ردكم الكريم خلال 7 ايام من تاريخ ارسال الرسالة الموافق 19/10/2023.
رئيس قسم التوثيق العام

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : يوسف بن خالد تدقيق الحسابات
عنوانه : مكتب رقم OFF2 - 043 ملك محمد سعيد حارب - بورسعيد
بموجب هذا تعين دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بتعيين
المصفي المذكور اعلاه للقيام بتصفية : نيبيون لتجارة المعدات والآليات - ش ذ م م
وعنوانها : مكتب رقم BJ-35 ملك مدينة دبي الصناعية - سبخ شعيب 2 برودي
والصدق لدى السيد الكاتب العدل بتاريخ (19/9/2023)
وعلى من لديه اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتب رقم OFF2 - 043 ملك محمد سعيد حارب - بورسعيد - هاتف : (04 - 2223773) هاتف متحرك (050 - 5651150) مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك في خلال 45 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
دائرة الاقتصاد والسياحة

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : نيبيون لتجارة المعدات والآليات - ش ذ م م
رقم الرخصة : 934688
عنوانها : مكتب رقم BJ-35 ملك مدينة دبي الصناعية - سبخ شعيب 2 برودي
الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة
رقم القيد بالسجل التجاري : 1544056
بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي ، قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكور اعلاه ، وذلك بموجب القرار الصادر من الجمعية العمومية للشركاء بتاريخ (19/9/2023) والصدق لدى السيد الكاتب العدل بتاريخ (19/9/2023)
وعلى من لديه اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتب رقم OFF2 - 043 ملك محمد سعيد حارب - بورسعيد - هاتف : (04 - 2223773) هاتف متحرك (050 - 5651150) مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك في خلال 45 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
دائرة الاقتصاد والسياحة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : ايه اف التدقيق والحاسبة والاستشارات
العنوان : مكتب رقم 1010-1011 ملك الشيخ سعيد بن مكتوم بن راشد - برودي - الوصل - هاتف : 04-4328643 فاكس 971563641008
04-4208143 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ركن الثقة تجارة السلع بالجملة - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 16/10/2023 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 16/10/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ام ايه اف التدقيق والحاسبة والاستشارات العنوان : مكتب رقم 1010-1011 ملك الشيخ سعيد بن مكتوم بن راشد - برودي - الوصل - هاتف : 04-4328643 فاكس : 04-4208143 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال 45 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : ركن الثقة تجارة السلع بالجملة - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 702 ملك الشيخ مانع رشد مانع آل مكتوم ديرة - رقة الطيحين - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 905901 رقم القيد بالسجل التجاري 1513436 ؛ بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 16/10/2023 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 16/10/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ام ايه اف التدقيق والحاسبة والاستشارات العنوان : مكتب رقم 1010-1011 ملك الشيخ سعيد بن مكتوم بن راشد - برودي - الوصل - هاتف : 04-4328643 فاكس : 04-4208143 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال 45 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان قرار التنفيذ
في التنفيذ رقم 390/2015/211 تنفيذ عقاري
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 184
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 13/2009 عقاري كئي - بسداد المبلغ المتقد به وقدره (233371.0 درهم) شاملا الرسوم والصاريف.
طالب التنفيذ : امير ابراهيم محمد ناظم زاهد نراقبي - عنوانه : إمارة دبي - يعلى عن مكتب المحامي المحضر وشركاه للمحاماة والاستشارات القانونية 05291333504
المطلوب ايلها : 1 - محمد علي بهيجي - صفته : منفذ ضد
موضوع الاعلان : هرتت محكمة دبي الابتدائية اخطارك بمسداد المبلغ المتقد به وقدره (233371.00) درهم خلال 15 يوم من تاريخ التبليغ والا يبع العتار وهو عبارة عن 1 وحدة عقارية / شقة جبريل / رقم الأرض 1122 / اسم الجيش / الدباس / رقم الوحدة : 208 والعائدة لكم بطريق المراديه وفقا لتعويضات قانون الاجراءات المدنية
رئيس الشعبة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان بالسند التنفيذي وتكليف بالوفاء
في التنفيذ رقم 12836/2023/253 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 229
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (000001) والصادر عن بنك الشرق بقيمة (10500) طالب التنفيذ : افق الاسلامي لتتوييل مساهمة خاصة - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - المركز التجاري الثانية - دبي - شارع طابق بين زايد - مبنى برج نواف - شقة العاشر / 1002 - بالقرب من دائرة التنمية الاقتصادية - 0508838873
المطلوب ايلها : 1 - ميان محمد عثمان ادريس احمد - صفته : منفذ ضد - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - ميل ناصر - بيرة - دبي - 3521597662 عماني muzaffar.hydrohomes@gmail - 0564023630
موضوع الاعلان : ملتكم بصورة من الحكم موضوع التنفيذ المذكور اعلاه والزامك بدفع التكمم وبفاه المطلوب والدكتور بلانحة التكييف المرفق صورة عنها وذلك خلال سبعة ايام من تاريخ تسليمك هذا الاعلان والا فإن المحكمة ستتخذ الاجراءات القانونية بحقك.
وسيلة التبليغ : رسالة نصية قسيرة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : يوسف بن خالد تدقيق الحسابات
عنوانه : مكتب رقم OFF2 - 043 ملك محمد سعيد حارب - بورسعيد
بموجب هذا تعين دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بتعيين
المصفي المذكور اعلاه للقيام بتصفية : توكا للتجارة - ش ذ م م
وعنوانها : مكتب رقم BJ-14 ملك مدينة دبي الصناعية - سبخ شعيب 2 برودي - سبخ شعيب 2
بموجب القرار الصادر من الجمعية العمومية للشركاء بتاريخ (19/9/2023) والصدق لدى السيد الكاتب العدل بتاريخ (19/9/2023)
وعلى من لديه اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتب رقم OFF2 - 043 ملك محمد سعيد حارب - بورسعيد - هاتف : (04 - 2223773) هاتف متحرك (050 - 5651150) مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك في خلال 45 يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.
دائرة الاقتصاد والسياحة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : توكا للتجارة - ش ذ م م
رقم الرخصة : 934681
عنوانها : مكتب رقم BJ-14 ملك مدينة دبي الصناعية - سبخ شعيب 2 برودي - سبخ شعيب 2
الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة
رقم القيد بالسجل التجاري : 1544050
بموجب هذا تعين دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي ، قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب القرار الصادر من الجمعية العمومية للشركاء بتاريخ (19/9/2023) والصدق لدى السيد الكاتب العدل بتاريخ (19/9/2023)
وعلى من لديه اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتب رقم OFF2 - 043 ملك محمد سعيد حارب - بورسعيد - هاتف : (04 - 2223773) هاتف متحرك (050 - 5651150) مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك في خلال 45 يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.
دائرة الاقتصاد والسياحة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 3415/2023/253 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 229
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (085891) والصادر عن بنك ابوظبي الاول بقيمة (خمسة عشر الفا وسبعمائة وخمسون درهم)
طالب التنفيذ : افق الاسلامي لتتوييل مساهمة خاصة
عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - منطقة الخليج التجاري - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى - برج السلام - شقة 2604 - شيروتون جراند - 0567272525
المطلوب ايلها : 1 - رياس سيف الدين سيف الدين - صفته : منفذ ضد
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعى المدعى المتخذة المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره 16580.00 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 14576/2023/253 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 229
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (000032) والصادر عن بنك الإمارات دبي الوطني بقيمة (25.000 درهم)
طالب التنفيذ : دار التتوييل - ش ذ م م - فرع دبي - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - بورسعيد - ديرة - دبي - شارع طابق بين زايد - مبنى برج نواف - شقة العاشر / 1002 - بالقرب من دائرة التنمية الاقتصادية - 0508838873
المطلوب ايلها : 1 - آبييرت لورينس فاسقويز نابوكا - صفته : منفذ ضد
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعى المدعى المتخذة المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره 21436 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 14570/2023/253 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 230
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيكات المرجعة رقم (100001) والصادر عن بنك دبي الاسلامي بقيمة (32.000 درهم)
طالب التنفيذ : دار التتوييل - ش ذ م م - فرع دبي - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - بورسعيد - بيرة - دبي - شارع طابق بين زايد - مبنى برج نواف - شقة العاشر / 1002 - بالقرب من دائرة التنمية الاقتصادية - 0508838873
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعى المدعى المتخذة المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره 33166.00 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 2086/2023/208 تنفيذ مدني
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية عشر رقم 297
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 2019/1496 مدني جنزي ، والعدل بالاستئناف رقم 988/2020 استئناف بسداد المبلغ المتقد به وقدره (24838 درهم) شاملا الرسوم والصاريف.
طالب التنفيذ : ريجيبو جالوس برونزوسكي
عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - أم هرير الاولى - دبي - مبنى بناية رقم 62 - مدينة عجمان - مستشفى الإمارات التخصصي - 0595952890
المطلوب ايلها : 1 - جراتت جوسيب باروسون - صفته : منفذ ضد
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعى المدعى المتخذة المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره 24838.00 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 3415/2023/253 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 229
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (085891) والصادر عن بنك الإمارات دبي الوطني بقيمة (خمسة عشر الفا وسبعمائة وخمسون درهم)
طالب التنفيذ : افق الاسلامي لتتوييل مساهمة خاصة
عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - منطقة الخليج التجاري - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى - برج السلام - شقة 2604 - شيروتون جراند - 0567272525
المطلوب ايلها : 1 - رياس سيف الدين سيف الدين - صفته : منفذ ضد
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعى المدعى المتخذة المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره 16580.00 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 4759/2023/207 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية عشر رقم 296
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 2023/981 امر آباء ، بسداد المبلغ المتقد به وقدره (13092 درهم) شاملا الرسوم والصاريف.
طالب التنفيذ : افق الاسلامي لتتوييل مساهمة خاصة
عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - بورسعيد - بيرة - دبي - شارع طابق بين زايد - مبنى برج نواف - شقة العاشر / 1002 - بالقرب من دائرة التنمية الاقتصادية - 0508838873
المطلوب ايلها : 1 - زيا ابيط محمد اعظم - صفته : منفذ ضد
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعى المدعى المتخذة المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره 13092 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 12147/2023/253 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 230
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (00003) والصادر عن بنك ابوظبي التجاري بقيمة (واحد وخمسون الف وثلثمائة وتسعون درهم)
طالب التنفيذ : افق الاسلامي لتتوييل مساهمة خاصة
عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى السلام - شقة 2604 برودي - شا - شقة 2604 - شيروتون جراند - 0567272525
المطلوب ايلها : 1 - راغور علي شيخ دعواني شيخ - صفته : منفذ ضد
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعى المدعى المتخذة المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره 21935.00 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

الإمارات العربية المتحدة
محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩٨١ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٣

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم 19145/2022/253 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثانية رقم 229
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (000031) والصادر عن بنك الإمارات الوطني بقيمة (خمسة واربعون الف وثلثمائة وتسعون درهم)
طالب التنفيذ : افق الاسلامي لتتوييل مساهمة خاصة
عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى إمارة دبي - منطقة برودي - شا - شقة 2604 - شيروتون جراند - 0567272525
المطلوب ايلها : 1 - خيريتومار جيريشيهي باجيل جيريشيهي امبالال باجيل - صفته : منفذ ضد
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعى المدعى المتخذة المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره 54390.00 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة



منوعات الفكر

26

منتسبو ربيع قرن ينطلقون إلى سلطنة عمان للمشاركة في مهرجان «الدين» الدولي 2023

•• الشارقة-الضجر: سعيًا لتعزيز مهارات وطاقات منتسبي مؤسسات ربيع قرن وتحفيزهم على الإبداع والابتكار في عالم المسرح وفنون العرض وإتاحة الفرصة لتبادل الخبرات، تستعد مجموعة من منتسبي مؤسسة الشارقة لتطوير القدرات التابعة لمؤسسة ربيع قرن لصناعة القادة والمبتكرين للانطلاق من الشارقة للمشاركة في مهرجان الدين الدولي، الذي سيقام في الفترة من 22 إلى 31 أكتوبر 2023 بسلطنة عمان.

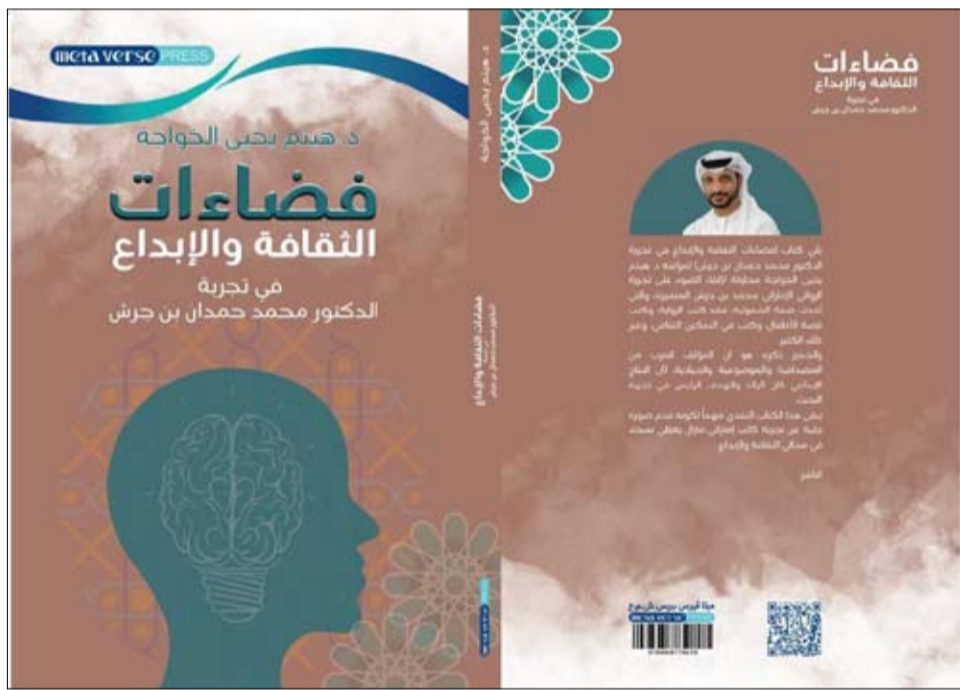
وسيقدم المنتسبون عرض "محطة انتظار" وهو عرض مسرحي إيمائي صامت يروي قصة رجل يمر بعدة مواقف خلال انتظاره في محطة القطار ويسلط العرض الضوء على أهمية الراحة والاستمتاع بالحياة على الرغم من الضغوطات التي نمر بها في الحياة والعمل.

أعرب الأستاذ خالد الناخي، مدير مؤسسة الشارقة لتطوير القدرات عن فخره الشديد بمشاركة منتسبي المؤسسة في مهرجان الدين الدولي للفنون المسرحية حيث

يقول الجمهور العماني وضيوف المهرجان، كما أن هذا العرض يسלט الضوء على أهمية فن الإيماء لنقل الرسائل الإنسانية وأمل أن تصل إلى أكبر شريحة من الناس.

وتوجه ممثل العرض المسرحي عبدالله محمد صالح بالشكر لصاحب السمو الشيخ سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى للاتحاد حاكم إمارة الشارقة وقرينته سمو الشيخة جواهر بنت محمد القاسمي- رئيس مؤسسة ربيع قرن لصناعة القادة والمبتكرين، على دعمهم للمسرح

تجربة الدكتور محمد حمدان بن جرش في كتاب فضاءات الثقافة والإبداع



•• الشارقة-الضجر: يتابع الدكتور هيثم يحيى الخواجة دراساته عن الأدباء الإماراتيين فيصدر كتاب فضاءات الثقافة والإبداع منبراً من خلاله على تجربة الروائي الأديب الدكتور محمد حمدان بن جرش.

الكتاب صدر حديثاً من دار ميثافرس للنشر والتوزيع في الإمارات، وهو كتاب نقدي يضيء عبر رؤية نقدية سديدة على تجربة الدكتور محمد بن جرش المتنوعة والتميزة والشمولية، فقد كتب الرواية "السيد والحشرة - ليلة مجنونة" وكتب في أدب الطفل مجموعة من القصص، كما كتب في الاستراتيجيات الثقافية والتمكين الثقافي والموهبة الأدبية والتنمية الثقافية.

يتألف الكتاب من المقدمة وأربعة فصول: خصص الفصل الأول الحديث عن الثقافة والتمكين الثقافي والفصل الثاني للإبداع الروائي لديه والفصل الثالث قصة الأطفال، والفصل الرابع للخاتمة وسيرة الكاتب محمد حمدان بن جرش.

ومما جاء في مقدمة الكتاب: "لقد أبدع محمد حمدان بن جرش في ميادين مختلفة، حيث شارك في أنشطة مهمة، وكان له دور فعال في المجالات الثقافية والإبداعية والقيادية والرياضية وترجمت بعض أعماله إلى لغات عدة... وعن الثقافة والتمكين الثقافي أشار الخواجة إلى أهمية دراساته المعمقة في هذا المجال التي انصفت بالصادقية والتنظير الدقيق والشمولية، والأهم من ذلك أنها جمعت بين التنظير والتطبيق، ومما أشار إليه المؤلف هو أن ابن جرش قدم تصوراً كاملاً عن مفهوم التمكين الثقافي وربطه بوعي ودقة بين النظرية والتنفيذ العملي المنهجي، كما تحدث تجارب ناجحة في التمكين الثقافي.

وقد ختم المؤلف هذا الفصل بقوله إن الكتب التي أصدرها الدكتور محمد حمدان بن جرش في مجال الثقافة والتمكين الثقافي جديرة بالاهتمام والدراسة فقد ركز على أن التنمية الثقافية مستدامة هي التي تلبى حاجات الجيل المعاصر مشيراً إلى أن ذلك يحتاج إلى مؤهلين ومبدعين للتخطيط والتنفيذ، كما ركز على الاهتمام بالموهبة الأدبية ورعايتها بكل الوسائل لكي يكون نتاجها ناجحاً ومتوقفاً، وتوقف عند طرق تنمية الموهبة الأدبية وأساليب اكتشافها وفضل بإسهاب في هذه المواضيع تحت عنوان من التكون إلى التمكين.

وفي الفصل الثاني حلل الناقد الدكتور الخواجة رواية

تقدم 3 محاضرات حول حضور الخليج في الأدب البرتغالية

جامعة كويمبرا البرتغالية تعرض 60 قطعة أثرية نادرة في «الشارقة الدولي للكتاب 2023»

العالم، كما تسعى الجامعة من خلال عرض تلك المقتنيات النادرة إلى تقديم رؤية شاملة حول تاريخ المنطقة في بدايات العصر الحديث، وإظهار أهمية الحفاظ عليها للأجيال القادمة، بما يعزز قيم التواصل بين الحضارات.

الإبحار في القرن السادس عشر وفي إطار المحاضرات التي تنظمها جامعة كويمبرا خلال فعاليات المعرض، يتحدث خورخي فلوريس، الباحث الأول في المركز الجامعي لتاريخ العلوم والتكنولوجيا (CIUHCT) بجامعة لشبونة، يوم الجمعة 3 نوفمبر الساعة 5:30 مساءً، حول "الإبحار في الخليج في القرن السادس عشر"، ويعرض صوراً من

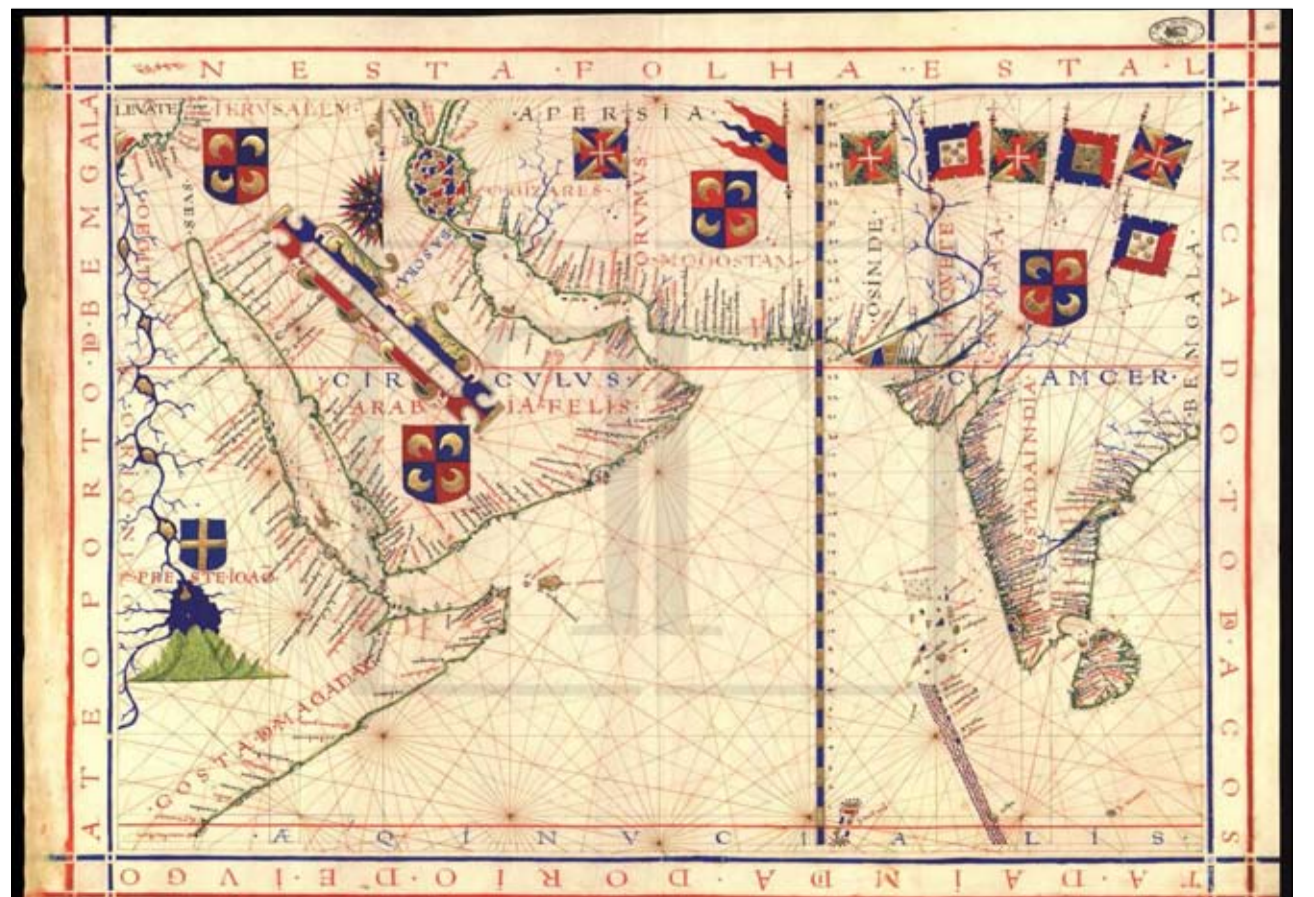


روح الانفتاح على ثقافات وحضارات العربي بالعالم، والتي أسهمت في تعزيز التاريخية التي ربطت منطقة الخليج

•• الشارقة-الضجر: تعرض جامعة كويمبرا البرتغالية خلال فعاليات الدورة 42 من معرض الشارقة الدولي للكتاب أكثر من 60 قطعة أثرية، من المخطوطات والكتب النادرة والنقوش والخرائط والأدوات البحرية والأعمال الفنية ومواد الاستخدام اليومي، من بينها إسطرلاب نادر يعود للقرن السابع عشر تم استخدامه أثناء الملاحة لإجراء قياسات أكثر دقة لمواضع النجوم، وخريطة للخليج العربي وغرب المحيط الهندي، تم رسمها عام 1571.

كما ينظم "مركز تاريخ المجتمع والثقافة" في "جامعة كويمبرا" خلال المعرض 3 محاضرات تاريخية يتحدث فيها نخبة من كبار المؤرخين والمتخصصين في تاريخ العلاقات البرتغالية في الخليج العربي، تتناول إحداهما "الإبحار في الخليج في القرن السادس عشر: التجربة البرتغالية"، أما المحاضرة الثانية فتأتي تحت عنوان "تصور الخليج في أوائل العصر الحديث: التميز في الخيال والثقافة البرتغالية"، إضافة إلى ندوة بعنوان "الخليج وعوامة الأشكال المعمارية: شبكة التحصينات البرتغالية..

وتأتي مشاركة جامعة كويمبرا في فعاليات معرض الشارقة الدولي للكتاب بهدف تعريف زوار المعرض على العلاقات



رسمتها تلك العلاقات حول المنطقة في إضراء الخيال البرتغالي بالقصص والروايات المتعلقة بالخليج العربي، كما تبرز المحاضرة أهمية تعزيز الدراسات والبحوث الأكاديمية في فهم العلاقات الثقافية والتأثير الثقافي المتبادل بين مختلف حضارات العالم وبلدانه.

الخليج العربي وعوامة الأشكال المعمارية أما والتر روسا، الأستاذ في جامعة كويمبرا، فيتحدث خلال فعاليات المعرض يوم الأحد 5 نوفمبر الساعة 11:00 صباحاً، في محاضرة بعنوان "الخليج وعوامة الأشكال المعمارية: شبكة التحصينات البرتغالية"، إذ تتناول المحاضرة تأثير الحضور البرتغالي في المنطقة على تطور الهندسة المعمارية في الخليج العربي، حيث شهدت المنطقة تطوراً ملحوظاً في التصاميم المعمارية، واستفادت من التجارب العالمية ومزجتها بعناصر ثقافية محلية. كما تؤكد المحاضرة أن تطور الهندسة المعمارية في الخليج العربي عبر التاريخ يظهر رؤية دول المنطقة المستقبلية، ويساهم في إبراز محافظتها على هويتها مع نجاحها في الاندماج مع التطورات العالمية، بما يعبر عن أهمية دراسة التاريخ في تشكيل مستقبل المجتمعات.

منوعات

الفيلم

27



لطالما كَرَّر الممثل الأميركي جيم كافيزيل خلال لقاءاته عبارة "لقد رأيت الله"، وذلك بعدما أدى دور السيد المسيح في فيلم ميل غيبسون، The Passion Of The Christ ("آلام المسيح")، الصادر عام ٢٠٠٤. عمل جعل كافيزيل من أولئك النجوم المحبوبين لدى شريحة واسعة من المتدينين في الولايات المتحدة.

يستند الفيلم إلى قصة حقيقية

Sound of Freedom عميل سري يقامر بوظيفته لتحقيق غاية إنسانية عظيمة



JIM CAVIEZEL

المضبوط المناسب لواقعية القصة. يُرفق الشريط بموسيقى جنائزية متناغمة مع أجواء العمل، ولا يستطرد بحشو لا طائل منه، حتى أن حياة بالارد الشخصية لا تعرض سوى بمشاهد قليلة كفيلا بإشباع تساؤلاتنا حول المناخ الحياتي الذي يعيش فيه البطل.

على الرغم من أن الفيلم يتناول قضية حساسة، من شأنها أن تجعل المشاهد يتورط عاطفياً في القصة، إلا أن حالة من البرود تخيم على العمل، الأمر يتعلق بأداء الممثلين، لا سيما أداء كافيزيل وتعبيرات وجهه المتجهم، وتفاعله مع الشخصيات الأخرى، بالإضافة إلى الحوار الغارق أحياناً بالمباشرة والوعظ. عوائد الفيلم تجاوزت 178 مليون دولار منذ عرضه الأول في أميركا وكندا، والذي تزامن مع يوم الاستقلال الأميركي في الرابع من يوليو/ تموز المنصرم، مقابل ميزانية إنتاج متشعبة لا تتجاوز 14.5 مليون دولار.

والثبر للدمشة أن الفيلم تفوق في عائد العروض المحلية على أحدث أجزاء سلسلة إنديانا جونز ذات الجماهيرية الواسعة Indan Jones: The Dial Of Destiny (بلغت عائداته محلياً 173 مليون دولار).

مونتيفاردي انبرى محاولاً تبرئة فيلمه؛ إذ أشار إلى أنه حين شرع بكتابة السيناريو لم تكن جماعة QAnon قد ظهرت بعد، وعند الانتهاء من تصويره لم تكن أفكارهم قد لاقت الرواج الكبير الذي شهد أوجه أثناء الموجة الأولى لانتشار كوفيد-19. في عام 2020.

إلا أن العاصفة الهجاء وحملات الهجوم التي شنتها الصحف اليسارية على الفيلم أتت بنتيجة عكسية، إذ هبّ كثيرين لدعمه، وذلك في ظل هيمنة الأيديولوجيا الليبرالية على السينما الأميركية، ورواج الأفلام التي تحمل قيم الصوابية السياسية والصحة الأخلاقية. حقق الفيلم بعد الحملات الموائية والمضادة أرباحاً غير متوقعة، هو عمل فيلم مستقل يحرز أرباحاً كهذه منذ عام 2019، أي بعد الفيلم الكوري الجنوبي الحاصل على أوسكار Parasite.

بعيداً عن خطاب الفيلم، يعلم بعضهم قصة تيم بالارد، ولا سيما بعدما أنتج عنه فيلمان وثائقيان صدرا عام 2016.

وهما The Operation Toussaint و Abolitionists. تحول بعدها بالارد إلى نجم يتردد ظهوره في المقابلات التلفزيونية.

في السنة التي التقى فيها مونتيفاردي، كان بالارد يخطط لتكليف كاتب سيناريو بإنجاز قصة حياته عبر مسلسل، فما الجديد الذي قدمه هذا الفيلم؟ مونتيفاردي الذي عرفناه مسبقاً من خلال فيلمه Bella (حاصل على الجائزة الأولى في مهرجان تورينيو عام 2006)، انضح في فيلمه الأخير أنه يعرف جيداً كيف يحكي حكاية حقيقية، من دون الإغراق في تقريرية مملّة، إذ يضيف بعضاً من الخيال

تمهدت شركة The Century Fox 20 توزيعه، قبل أن تعزم شركة ديزني ذات الأجنحة الليبرالية على شرائها، ما أدى إلى سحب الفيلم من الإنتاج، ليغدو مهدداً أن يصبح حبيس الأدراج.

مطلع هذا العام، تولت شركة Angle Studios تسويق الفيلم وإدارة حملات لدعمه على وسائل التواصل الاجتماعي. الشركة نفسها قدمت هذه السنة أيضاً فيلماً دينياً آخر، هو His Only Son، عن قصة النبي إبراهيم.

عند بدء العمل على الفيلم في عام 2015، التقى مونتيفاردي بالارد مرات عدّة. اختار الأخير أن يؤدي جيم كافيزيل شخصيته، ربما لتقارب الاثنتين أيديولوجياً، الأمر الذي جعل الممثل يتماهى مع الشخصية التي يؤديها، ويعتبر نفسه شريكاً بفعلها البطولي الحقيقي.

كافيزيل، الذي عرف بتدينه وتأييده للرئيس الأميركي السابق دونالد ترامب، فسرت بعض تصريحاته بأنه يدافع عن جماعة QAnon اليمينية المتطرفة الموالية لترامب. تعتقد هذه الجماعة بنظرية تقول إن نخب الديمقراطيين والقائمين على هوليوود، ما هم إلا لوبي شيطاني مسؤول عن شبكة اتجار بالأطفال، وهذا الأمر من الأسباب الرئيسية التي عرقلت تسويق الفيلم.

وما زاد الطين بلة، أن ترامب أعجب بالفيلم، ودعا كافيزيل وبالارد ومونتيفاردي لعرض خاص، لكن الأخير لم يحضر، كمشاهدة لانتشال فيلمه من الأجنحة التي أليسته إياها بعض صحف اليسار. لكن تقارب القائمين على الفيلم المعلن مع سياسة ترامب، أوقع الفيلم في دوامة من الاتهامات. وحده

إذن، لا عجب في أن يتم اختياره مجدداً لأداء دور يتصل بأفكار اليمين الديني الأميركي، وذلك بعدما أكسبته الشخصية السابقة هالة نوراثة.

بعد مرور 19 عاماً على صدور فيلم "الأم المسيح"، يعود كافيزيل مجدداً في فيلم Sound of Freedom ("صوت الحرية") بدور العميل السري تيم بالارد، الذي قام بوظيفته ذات الامتيازات الواسعة، ومضى تاركاً حياته الهائلة تذهب مهيب الريح، مقابل أن يحقق غاية إنسانية عظيمة، ألا وهي إنقاذ أطفال في أميركا الجنوبية من شبكة لاتجار البشر.

يستند الفيلم إلى قصة حقيقية. اختار المخرج المكسيكي أليخاندرو غوميز مونتيفاردي، بالشراكة مع الكاتب المساعد رود بار، أن يبدأها من كولومبيا، حيث تقطن أسرة صغيرة مكونة من أب وطفلين.

تزرور ملكة جمال سابقة بيته وتقنعه بإرسال طفليه إلى مسابقة مواهب للأطفال، ليتضح في ما بعد أن المسابقة المزعومة ما هي إلا فخ يراد اجتذاب الأطفال إليه بغية إخضاعهم إلى جلسات تصوير لا تخلو من الإيحاءات، وإدراج الصور ضمن كاتالوجات تُعرض على بيديفيلين.

استطاع بالارد، بمساعدة من المخابرات الفيدرالية، التقاط طرف الخيط. انتهت مهمته الرسمية عندما استدرج كاتباً أميركياً متواطئاً مع هذه الشبكة للاعتراف، بيد أنه لم يتوقف هنا، بل اعتبر القضية تمسه شخصياً، انطلاقاً من كونه أباً لخمس أطفال، إضافة إلى نشأته الدينية التي تحمّ على محاربة الشر.

في عام 2019، أنجز مونتيفاردي فيلم Sound of Freedom وكان من المتوقع أن يصدر حينها.

كريس روك وستيفن سبيلبرج يقدمان فيلم سيرة ذاتية عن مارتين لوثر كينج جونيور



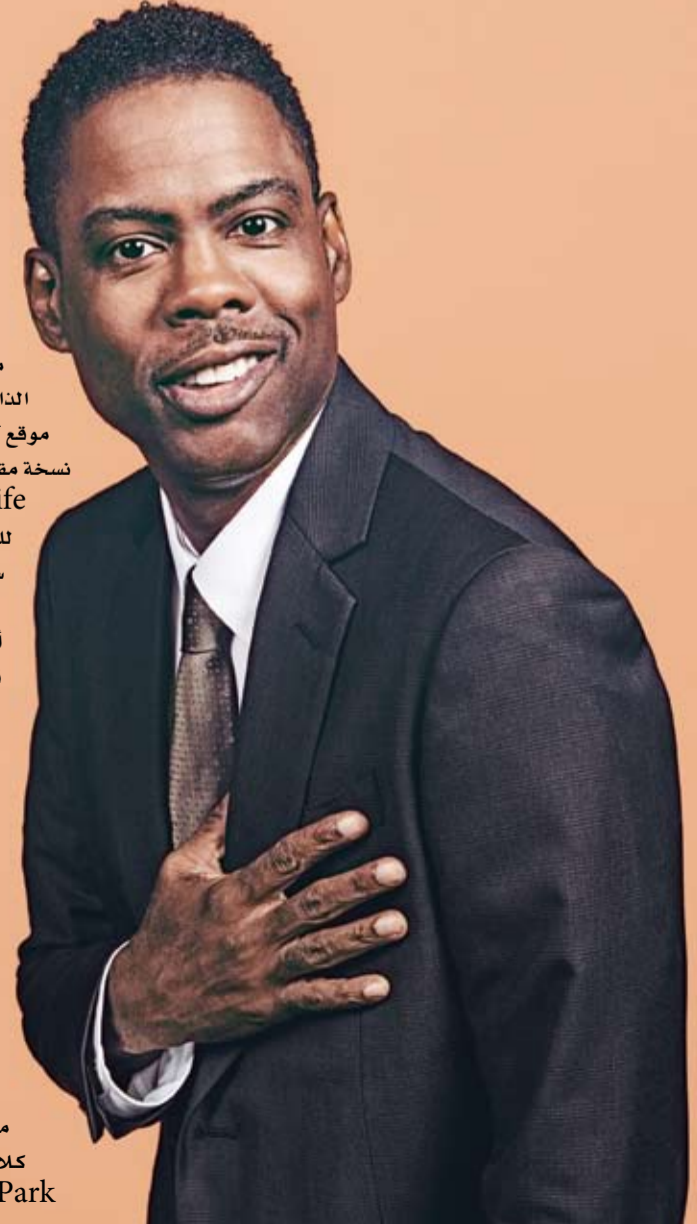
وقال سبيلبرج: "لا أشاهد أفلامى بعد الانتهاء منها، لكن بين الحين والآخر أشاهد فيلماً مع أطفالى، لكن الفيلم الذى أشعر أنه مثالى جدا بالنسبة لى، ويمكننى مشاهدته عدة مرات دون ملل هو فيلم E.T". وتابع سبيلبرج قائلا: "أريد أن أرافق أطفالى عند مشاهدتهم ل فيلم E.T، لا أريدهم أن يشاهدوا هذا الفيلم خاصة، دون أن أكون جالسا معهم، وخاصة الأجزاء المخيفة في البداية، وأحيانا أرى أشياء كنت أنوي القيام بها ولم أفعلها، وأحيانا أرى أشياء كان من الممكن أن تكون أفضل مما أراه الآن كل هذه السنوات".

وأنتهى سبيلبرج حديثه قائلا: "E.T هو أحد الأفلام القليلة التي أخرجتها، ويمكننى في الواقع أن أعود إليها مرارا وتكرارا، لقد قدمت مثل 34 فيلما، ولا أذكر أي منها يتخطى E.T، هناك حوالي خمسة أو ستة أفلام يمكننى مشاهدتها مرة أخرى، لكننى لا أفضل ذلك عادة إلا مع فيلم E.T".



تشير التقارير إلى أن الممثل الكوميدي كريس روك سيتعاون مع المخرج العالمى ستيفن سبيلبرج في فيلم جديد عن السيرة الذاتية ل الناشط السياسى مارتين لوثر كينج جونيور، وفقا ل موقع Variety، فإن روك في المفاوضات النهائية لإخراج وإنتاج نسخة مقتبسة من سيرة المؤلف جوناثان إيج، التي طرحت تحت اسم King: A Life، بينما سيتولى سبيلبرج الإنتاج التنفيذي للمشروع، ويعتقد أن شركة Universal Pictures ستكون من ضمن المسئولين عن إنتاج العمل أيضا.

أصبح كينج صوتاً رائداً لحركة الحقوق المدنية في الستينيات قبل اغتياله في عام 1968، ومن بين الممثلين الذين لعبوا مؤخراً دور كينج على الشاشة ديفيد أويلوو في الدراما التاريخية التي رشحت لجائزة الأوسكار لعام 2014 All the Way و Selma الذى طرح في 2016. وكان قد كشف المخرج العالمى ستيفن سبيلبرج عن الفيلم الذى قام بإخراجه ويعتقد أنه "مثالى جداً"، خلال مقابلة في برنامج The Late Late Show مع ستيفن كولبير، سبيلبرج معروف بإنتاجه لأفلام كلاسيكية مثل Jurassic Park و Jaws.



العسل

طبيب يصف العسل والفواكه بالحلويات الأكثر فائدة



وصف طبيب الأمراض الجلدية إيفانوف العسل والفواكه بالحلويات الأكثر فائدة وقال إن الكثير من الكربوهيدرات المكررة في الحلويات يمكن أن تكون خطيرة على الصحة. والسبب هو أنه يتم امتصاصها بسرعة في الدم، مما يتسبب في ارتفاع نسبة السكر والأنسولين، الأمر الذي يمكن أن يؤدي إلى زيادة الوزن بسبب المحتوى العالي من السعرات الحرارية. ومع ذلك هناك أيضا حلويات صحية يمكن تناولها دون الإضرار بالصحة. ومن بينها في المقام الأول الفواكه والتوت والخضروات الحلوة. وتحتوي الحلويات الطبيعية على الألياف التي تتوفر بكثرة في كل من التوت

والعليق والتفاح والكمثرى (الإجاص) والبرتقال والمشمش. كما إنها تساعد على تطبيع وظيفة الأمعاء وتنظيم مستويات الكوليسترول وتساعد كذلك على خفض مستويات السكر في الدم. وبالإضافة إلى السكريات الطبيعية، هذه الأطعمة غنية أيضا بالفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة الثمينة. وهناك حلوة أخرى مفيدة وهي العسل. وأنه عبارة عن رحيق الزهر الذي يعالجه النحل، وهو يحتوي على فيتامينات «B» وأحماض الأسكوربيك واليانثوثينيك وحامض الفوليك، بالإضافة إلى عناصر كيميائية مهمة مثل الكالسيوم، الصوديوم، المغنيسيوم، والحديد والفوسفور، والزنك وغيرها. والحلويات الطبيعية لها خصائص مضادة للبكتيريا لأنها تحتوي على مواد تمنع مسببات الأمراض من التكاثر. والعسل له تأثير إيجابي على النوم ويسرع عملية التمثيل الغذائي. ومع ذلك هناك خطر إذا كنت تأكله بكميات كبيرة، فقد يكون هناك فائض من سكر الفركتوز والجلوكوز. وتعتبر حبوب الكاكاو مصدرا طبيعيا لمضادات الأكسدة والعناصر النزرة المهمة للصحة، مثل المغنيسيوم والفلور وكذلك الدهون الثمينة وأحماض الكاكاو العضوية.

أربع مواد غذائية تخفض خطر تطور السرطان

أعلن الدكتور سوني باتيل، وهو أخصائي أورام، أن التمار والأسماك والمكسرات والحبوب الكاملة تقلل من خطر تطور السرطان. وتشير Express البريطانية، إلى أنه وفقا للأخصائي، إن المنتجات التي تمنع انتشار العمليات الالتهابية في الجسم تساعد على منع تطور السرطان أيضا. فمثلا تحتوي الثمار على نسبة عالية من مضادات الأكسدة. ويقول: «تساعد مضادات الأكسدة على تحييد الجذور الحرة التي تسبب الإجهاد وتحفز الالتهابات». ويشير إلى أن أسماكاً مثل السلمون والماكريل والسردن تحتوي على أحماض أوميغا-3 الدهنية غير المشبعة التي تعمل أيضا على كبح تطور الالتهابات. لذلك يوصى بتناول 100-200 غرام من السمك على الأقل مرة في الأسبوع. وتحتوي المكسرات مثل الجوز واللوز وبذور الشيا والكتان على مضادات الأكسدة ودهون مفيدة. أما منتجات الحبوب الكاملة فهي غنية بالألياف الغذائية، لذلك تقلل من خطر تطور الأورام.

طبيب يوضح تأثير السباحة بعد تناول الطعام في الجسم

أعلن الدكتور سيرغي فيالوف، أخصائي أمراض الجهاز الهضمي، أن السباحة بعد تناول الطعام تضر بالجسم، حيث قد تسبب عدم انتظام ضربات القلب والتنشج القصبي. ويشير الطبيب في مقابلة مع راديو «سبونتيك» إلى أنه عندما يسبح الشخص يجب أن تحصل عضلاته الوريية وعضلات الظهر والبطن على كمية دم كافية. ويقول: «ولكن إذا كان قد تناول طعامه للتو، فإن الأمعاء تمتلئ بالدم إلى حد كبير. أي أثناء السباحة لن تتدفق كمية كافية من الدم إلى العضلات. لذلك سيكون في ظروف سيئة بسبب قلة الأكسجين والمغذيات الأخرى». ووفقا له، الأخطر من هذا هو تأثير المجهود البدني بعد الأكل في أعضاء الجهاز الهضمي. لأن توتر العضلات الوريية والحجاب الحاجز المرتبط بالسباحة قد يؤدي إلى حرقة في المعدة وتشنج. ويقول: «الجمع بين حرقة المعدة والتشنج أثناء السباحة، خاصة إذا كان الشخص يعاني في الأساس من حرقة المعدة، قد يؤدي إلى ما يسمى بالمظاهر غير المرئية. فمثلا يمكن أن يصاب بنوبة عدم انتظام ضربات القلب أو تشنج قصبي، وحتى ارتجاع محتويات المعدة إلى القصبات». ويشير الطبيب، إلى أن عواقب هذه الحالة قد تكون خطيرة حتى أنها قد تتطلب الانعاش. كما أن الشخص قد يفرق إذا أصيب بالمظاهر غير المرئية وهو في الماء. ويقول: «لذلك لا ينصح بالسباحة بعد تناول الطعام». ويضيف موضحا: «إذا تناول الشخص طعاما خفيفا مثل الحساء فإن معدته ستفرغ بعد حوالي نصف ساعة. ولكن عند تناوله طعاما صلبا أو غنيا بالدهون فإن معدته لن تفرغ قبل 1.5 - 2 ساعة، وبعدها فقط يمكنه السباحة».



الملكة الأمريكية ميريل ستريب تحيي معجبيها أمام فندقها في أوفييدو قبل حفل توزيع جوائز أميرة أستورياس لعام 2023. (ا ف ب)

قرأت لك

الجوز والإجهاد



اكتشف علماء جامعة جنوب أستراليا أن الجوز قادر على تخفيض مظاهر الإجهاد، لأنه يؤثر إيجابيا في ميكروبيوم الأمعاء المرتبط بالصحة العقلية. وتشير مجلة Nutrients، إلى أن أن الباحثين درسوا حالة 80 طالبا متطوعا، قسموم إلى مجموعتين: المجموعة الأولى كانت تحصل على الجوز والمجموعة الثانية اتبع أفرادها نظامهم الغذائي المعتاد.

وطلب الباحثون من أفراد المجموعة الأولى تناول حوالي نصف كوب من الجوز يوميا. واستمرت هذه الحالة مدة 16 أسبوعا، خضع المشاركون خلالها إلى ثلاثة اختبارات: في بداية الفصل الدراسي، في فترة الامتحانات وبعد انتهائها. وأظهرت النتائج تحسن مؤشرات الصحة العقلية والمؤشرات الحيوية الأيضية ونوعية النوم على المدى البعيد، لدى أفراد المجموعة الأولى. أما أفراد المجموعة الثانية، فقد اشكوا من ارتفاع مستوى الإجهاد والانتئاب قبل بداية الامتحانات. ويربط الباحثون هذه النتائج باحتواء الجوز على نسبة عالية من أحماض أوميغا-3 الدهنية غير المشبعة، ومضادات الأكسدة والميلاتونين والبوليفينول وحامض الفوليك وفيتامين E، التي تساهم في صحة الدماغ والأمعاء.

سؤال وجواب

ما المقصود بالحكم العربي؟

الحكم الذي لا تراعى فيه قواعد القانون العام

ما المقصود بالاستاتيقي؟

علم الجمال وكل ما هو جميل

ما هو معنى اسم أديس أبابا؟

الزهرة الجديدة

من مكتشف معدن اليورانيوم؟

الكيميائي الألماني مارتن كلايروت هو مكتشف اليورانيوم.

من هم أول من استخدم التفرغ الاصطناعي للدواجن؟

المصريون القدماء

هل تعلم؟

- هل تعلم أن ضوء الشمس لا يتخلل مياه البحر أكثر من 400 م
- هل تعلم أن كثافة كوكب زحل قليلة جدا بحيث انك لو جعلت هذا الكوكب يسقط في بحر وسيعطف لطفًا على سطحه
- هل تعلم أن قلم الرصاص مصنوع من الجرافيت
- هل تعلم أن آلة الإسطرلاب آلة فلكية لقياس ارتفاع الكواكب
- هل تعلم أن أول حيوان سار على قدميه في التاريخ هو الديناصور
- هل تعلم أن أول إنسان حاول الطيران هو من اصل عربي واسمه عباس بن فرناس
- هل تعلم أن الرازي أول من استخدم الخيوط في الجراحة
- هل تعلم أن أول دبابية في العالم كانت موجودة في بريطانيا
- هل تعلم أن أشعة الليزر أقوى من أشعة الشمس بأربع مرات
- هل تعلم أن اللغة المالطية هي أكثر اللغات تأثرا باللغة العربية
- هل تعلم أن العنبر يستخرج من أمعاء حوت العنبر وهو مادة قيمة في صناعة العطور
- هل تعلم أن أول من أشاروا إلى تقنيات الحصى في المائة هم الأطباء العرب
- هل تعلم أن - الرأرة - تعني تحريك العينين وإدارتهما لتسديد النظر على الهدف
- هل تعلم أن الجاذبية على القمر تساوي سدس الجاذبية على الأرض
- هل تعلم أن الذهب يوزن بالجرام و الماس بالقيراط

قصة واعظ القرية

كان هناك رجل يتنكر في ثياب الهائمين في حب الله فكانت الناس تلجأ اليه ليلباركها من المرض ومن إحدى العصابات التي كان يطلق عليها العصابة السوداء لأنهم كانوا يتشجون بالسواد فلا ترى منهم غير عيون بارزه شريرة يسلبونهم ما يملكون وأحيانا يختطفون إحدى البنات ثم يجدها الناس وقد قتلت ورميت في الجبل بعد ايام من اختطافها.

استمر الحال هكذا من هذه القرية الضعيفة يأتي افراد العصابة يصرخون مطالبين مالا وعلالا وحيوانات ثم يختفون حتى جاء وقت اقترب احد الشباب من ابيه وقال: ابي اريد ان اصرح لك بشيء في صدري.. ان صوت زعيم هذه العصابة يشبه صوت واعظ القرية، واقسم اني عندما سمعته ظننته هو، فانا ابدأ لم ارتج اليه.

فنظر الأب العجوز وقال: كان في صدري هذا الشئ ولم استطع البوح به.. لن نتكلم كثيرا، اذهب واجمع من أصدقائك من تحب ودعمهم يأتون سرا.

استمر الشباب وأصدقائه يجتمعون سرا لعدة ايام وكل يوم يزداد عددهم واتفق الجميع على خطة تتطلب الحرص التام، وفي اليوم المنتظر كان احد الحملاتين يجر عربته وعليها كمية كبيرة من القش، فسقطت على الأرض وتفرقت وامتلا المكان بها، كان المكان هو مركز مرور أفراد العصابة، انه مكانا ضيق لمدخل ساحة واسعة هي القرية وسوقها.. جاء من سكب الزيت على القش وبعض المواد التي تشتعل، وجاء من ذر البارود ووقفوا على المدخل الضيق ليمنعوا خروج الناس، وهنا اندلعت النيران فجأة من تحت أرجلهم لتطوقهم بخيولهم التي صرخت وصهلت كثيرا وأثقت بهم على الأرض وسط النيران، وقاموا بجرون مسرعين ليطفئوا النار التي أمسكت بهم وسط طلقات رصاص شباب القرية، وحين نزع زعيمهم عنه غطاء رأسه الذي أمسكت به النيران فاذا به واعظ القرية، وهنا فقط عرف الناس ما عشوا فيه من خداع وغش، يومها لم ينجو احد من تلك العصابة بل حرص الشباب على قتلهم جميعا وقتل ذلك الكابوس الذي عاشوا فيه زمنا.

مساحة للتلوين

