

منوعات

العقل

ص 22

مدير الجامعة وعميد شؤون الطلبة والقيادات الإدارية في استقبال الطلبة



ص 27

غادة عبد الرازق: حب المخاطرة... دفعني لخوض تجربة الإنتاج



المراسلات: ص 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

الخميس - 29 أغسطس 2013 م - العدد 10882
Thursday 29 August 2013 - Issue No 10882

ثعلب في السرير

صدم رجل بريطاني حين فتح عينيه في السرير ليرى ثعلباً إلى جانبه وذكّرت صحيفة (ديلي ميرور) أن ليون سميت (30 عاماً) اعتقد أنه أحسن بزوجه إلى جانبه، فاستدار نحوها ولكنه صدم حين رأى ثعلباً يشتركه السرير واكتشف سميت أن صوتها ذهب إلى عملها وأن الثعلب دخل البيت من الباب المخصص للهرة وقال الرجل إن الثعلب كان هادئاً جداً ويحقد بي، مشيراً إلى أنه تمكن من إخراجه من المنزل.

تسرق دراجتها

المسروقة

استطاعت امرأة كندية (33 عاماً) من استعادة دراجتها الهوائية المسروقة بعدما تقطعت اثر اللص عبر الانترنت وقد سرقت دراجة كايلا سميت الهوائية الجديدة البالغة قيمتها 1000 دولار عندما كانت موقوفة في مكان مخصص لركن الدراجات. وأثناء إطلاعها على الاعلانات المبوية اكتشفت دراجة تشبه كثيرا دراجتها فالتقت بالملن واتقت معه على موعد وفي مكان الموعد، تعرفت سريعاً إلى دراجتها بفضل اشياء الصفتها على هيكلها. فطلبت من البائع اذا كان بإمكانها تجربة الدراجة الهوائية حول المرأب المتواجدين فيه فوافق... الا انها هربت معها الدراجة. وازاء الراج الذي حققته هذه القضية، حذرت الشرطة الكنديين من محاولة الايقاع بالسارقين بانفسهم.

وفاة لاعب على

أرض الملعب

قال نادي ديورنتيو لافيرير، إن أحد لاعبيه انهار على أرض الملعب اثناء مباراة في دوري الدرجة الرابعة الأرجنتيني لكرة القدم وتوفي، بعد قليل في المستشفى. وسقط المهاجم هيكتور سانابريا 28 عاماً، مغشياً عليه اثناء الشوط الأول من المباراة، التي اقيمت الثلاثاء ضد جنرال لاميريد في دوري الدرجة الرابعة. وتم نقل سانابريا إلى المستشفى والغيبات المباراة، وأعلن النادي نبأ وفاته لاحقاً في موقعه على الانترنت.

الرياضة المنتظمة تحسن صحة الدماغ

الرياضة مفيدة للصحة ويؤكد بعض الباحثين أنها قد تخفف خطر الإصابة بالخرف أيضاً.. هل هذا صحيح؟ وإذا كان الأمر كذلك، هل يعلم الباحثون السبب؟ الخرف، أي الخلل في القدرة على التفكير والتذكر، إحدى أسوأ الحالات التي ترتبط بالتقدم في السن ويخشاه الناس. السبب الأساسي هو مرض الزهايمر. قد يرتبط التقدم في السن أيضاً بتراجع أداء التفكير وظهور مشاكل في الذاكرة، وهو ما يسمى الخلل المعرفي المعتدل. الخلل المعرفي المعتدل هو عامل شائع قد يتدرج بمرض الزهايمر.

يسعى الباحثون والأطباء وشركات تصنيع الأدوية والتكنولوجيا الحيوية والمؤسسات الطبية في أنحاء العالم إلى تحسين طريقة فهم أدق التفاصيل عن وظيفة الدماغ، مع الإصرار على تطوير علاجات لتجنب أو معالجة أمراض مثل الزهايمر وأشكال أخرى من الخرف. لكن على رغم هذه الجهود المهمة، ما من دواء أو علاج يستطيع هزم قوة تأثير التمارين الجسدية المنتظمة لتجنب الزهايمر وتحسين وظيفة الدماغ، حتى عند المصابين أصلاً بالزهايمر.

خلل معرفي أظهرت دراسة في مركز (مايو كلينك) تراجع خطر الإصابة بالخلل المعرفي المعتدل بنسبة 32% عند الأشخاص الذين يمارسون تمارين معتدلة بين خمس وست مرات في الأسبوع في مرحلة متقدمة من عمرهم مقارنة بأشخاص قليلي الحركة. كذلك، تراجع خطر الإصابة بالخلل المعرفي المعتدل بنسبة 39% عند الأشخاص الذين بدأوا يمارسون الرياضة في منتصف العمر.

توصلت دراسات أخرى متعددة إلى استنتاجات مماثلة في إحدى الدراسات، كانت آثار التمارين على المصابين بمشاكل في الذاكرة جيدة بقدر المنافع الموثقة لدواء (دونيبيزيل) (أزيبيبت)، وهو دواء يستطيع تحسين عوارض التراجع المعرفي المعتدل بشكل محدود وموقت. لم يتضح بعد كيف يمكن أن تحمي الرياضة الدماغ من الزهايمر، لكن أشارت الأبحاث إلى تعدد الاحتمالات المهمة في هذا المجال.

يتعلق أحد الأسباب بزيادة حجم الدماغ واحتمال نشوء خلايا دماغية جديدة. تُعتبر المادة الرمادية أساس نسيج الدماغ وهي الموقع الذي يشهد عدداً من الوظائف الدماغية المهمة، بما في ذلك الذاكرة. يتراجع حجم المادة الرمادية مع التقدم في السن. كذلك، لوحظ تدهور تدريجي في إحدى مناطق المادة الرمادية

بالزهايمر مقارنة بغير المصابين بالمرض. لكن يبدو أن مستويات عامل التغذية العصبية ترتفع بفضل الرياضة. كذلك، قد يساهم تحسن صحة الأوعية الدموية في حماية الدماغ من الخرف. غالباً ما تكون الرشاقة مؤشراً على صحة الأوعية الدموية الجيدة لأنها تعالج أو تساعد على منع حالات كثيرة تضر أو تسد الأوعية الدموية، مثل ارتفاع ضغط الدم والسكري ومستويات الكوليسترول غير المرغوب فيها.

تميل شرايين الدماغ في عمر متقدم إلى التضيق والانسد، لا سيما الشرايين الأصغر حجماً يمكن رصد نتيجة تضيق الأوعية الصغيرة عبر تقنية التصوير بالرنين المغناطيسي على شكل بقع بيضاء (اعتلال المادة البيضاء) في الدماغ يسبب انسداد شرايين الدماغ الرفيعة (جلطات مصغرة) لا يتم رصدها، ما يضر المناطق الصغيرة في الدماغ. قد يؤدي اعتلال المادة البيضاء وانسد الأوعية الدموية إلى تطور الخلل المعرفي ومرض الزهايمر.

عند الأشخاص المصابين بخلل معرفي معتدل أو بمرض الزهايمر، يمكن أن تؤثر الرياضة المنتظمة على الصحة بنسبة كبيرة، كما يحصل في جميع الحالات أثبتت الأبحاث تراجع خطر الإصابة بمشاكل تهدد الحياة، مثل حوادث السقوط وهشاشة العظام وأمراض القلب والشرايين ومشاكل أخرى مرتبطة بالسن، عند

الدراسات التي شملت راشدين أكبر سناً، لوحظ توسع في منطقة الحصين عند الأشخاص الذين مارسوا بعض التمارين المكثفة باعتدال طوال سنة مقارنة بمن اكتفوا بتمارين التمتع والقوة خلال سنة واحدة. كذلك، ارتبط ارتفاع حجم الحصين بتحسين الإدراك. على صعيد آخر، تشير الأدلة المخبرية المحدودة إلى احتمال نشوء خلايا دماغية جديدة داخل أجزاء مهمة من منطقة الحصين. لوحظ ارتفاع حجم الدم (ما يشير إلى تحسن النشاط البيولوجي) في أجزاء من الحصين عند الأفراد الذين يتمتعون برشاقة جسدية. يشير ذلك إلى أن الرياضة قد تبطن تقادم مرض الزهايمر.

روابط دماغية

ثمة سبب ممكن آخر لتفسير كيف تساعد الرياضة على تجنب الخرف وهو يرتبط بتحسين مستويات الروابط الدماغية عند الأشخاص الذين يمارسون الرياضة بانتظام. تكون عناصر مثل عامل التغذية العصبية المشتق من الدماغ أشبه بمحفز للخلايا الدماغية. تم ربط تلك العناصر بمجموعة متنوعة من التغييرات البيوكيميائية الدماغية التي تحرص على تصنيع روابط دماغية جديدة. تكون مستويات عامل التغذية العصبية الذي يجري في الدم أدنى عند المصابين

تقدم للزواج من صديقته.. فضربته

فاجأ هندي صديقه في أحد المجمعات التجارية، عندما استوقف التسوقين قائلاً عذراً لإيقاف تسوقكم ولكني أود تقديم رسالة خاصة إلى فتاة لها مكانة خاصة في قلبي، فتاة كل طموحي أن تقبلني زوجاً لها، وفق تقارير صحفية. وقالت صحيفة الوفد المصرية إن الهندي وإضفاء جو من الرومانسية أتى بعدد من العازقين، إلا أن الفتاة لم تتمكن من إكمال طلبه حتى أخذت الغيتار من أحد العازقين وضربته به على رأسه وأوقعته أرضاً وسط ذهول الحاضرين الذين استأوا من تصرفها الفظ وتأسفوا لحالة العاشق الهندي.

كلب ينقذ حياة مالكوته

أنقذ كلب، يُعتبر بطلاً في إيطاليا، صاحبه العجوز بعد أن حمأها من البرد في ليلة قضتها جريحة في العراء، ثم جذب بنياحه المنقذين. العجوز جوزيفينا كارنيا، وهي في الثمانين من العمر، وقعت على طريق جبلي في منطقة الألب خلال قيامها برياضة المشي، وبقيت عالقة مكانها من دون العثور عليها. إلا أن كلبها، وهو من نوع سانت بيرنار حمأها بعد أن أدهأها بواسطة جسمه، وأنقذها من الحرارة المنخفضة جداً خلال الليل. وتمكن المنقذون من العثور على كارنيا بفضل نباح الكلب الذي استدرجهم إليها بعد أن كان أفراد من عائلتها بلغو عن فقدانها.

تغريم سائق لمظهره غير الحسن

فرضت الشرطة الفلسطينية غرامة على سائق من رام الله وسط الضفة الغربية، بسبب عدم ظهوره بمظهر حسن وقال تلفزيون الفجر الجديد المحلي على موقعه الإلكتروني إن الشرطة حررت قبل يومين، مخالفة بقيمة 50 شيكلاً (الدولار 3.55 شيكل) لسائق من بلدة بيتونيا غرب رام الله، بسبب مظهره غير الحسن. وتم تحرير المخالفة وفقاً لأحكام المادة 297 من قانون المرور الفلسطيني التي تنص في بندها الثاني على: على قائد الحافلة وقاطع التذاكر والمراقب الظهور بمظهر حسن ونظيف أثناء تأديتهم لعملهم.

صداقة بين طفلة وصغير غوريلا

ذهبت فتاة صغيرة مع عائلتها في زيارة اعتيادية إلى حديقة الحيوانات، لكنها لم تتوقع أن تخرج من هذه الزيارة بصديق جديد، بحسب شبكة سي أن أن الإخبارية وقال التقرير إن هذا الصديق ليس كبيره من الأصدقاء، بل هو فرد غوريلا صغير، تفاعل مع الفتاة بحماس ليدهش زوار الحديقة برود أفعاله.

سلوك البشر والخفايش تشابه عند الخلافات

قال علماء من ألتانيا إن هناك تشابهاً بين مجتمعات الخفايش والإنسان فيما يتعلق بالخلافات بين أفراد هذه الجماعات، وإن هذه الأفراد لا تستطيع التوصل لتوافق فيما بينها في حال وجود صراع في المصالح. واعتمد الباحثون في دراستهم على محاكاة مواقف خلافية بين أعضاء أسراب خفايش برية إذ عرضت بعض هذه الخفايش لإشارات صوتية مزعجة أثناء بحثها عن مكان للنوم وأوحت هذه الأصوات للخفايش التي تم اختيارها لتعريضها لإزعاج متعمد بأن هذه الصناديق التي اختارتها غير مناسبة لقضاء النهار بها. وتبين للباحثين أنه كلما كانت هذه الإشارات قوية، كان تضارب المصالح بين أفراد السرب الواحد أقوى من أن يتم حلها فيما بينها ما أدى لانقسام مستمرة الخفايش فيما بينها لمدة يوم أو يومين حسبما أوضح المشرف على الدراسة جيرالد كيرت. وأضاف: أما إذا كانت الإشارات المزعجة أضعف، فإن أفراد المستعمرة كانت تتوصل لاتفاق. ونشر الباحثون نتائج دراستهم في مجلة كارانت بيولوجي المعنية بأبحاث الأحياء وقال الباحثون إن هذه هي الدراسة الأولى التي تظهر أن نتيجة قرارات مجموعات الخفايش التي تعيش في العراء تتوقف على مدى قوة تضارب المصالح بين أعضاء هذه المستعمرات حسبما أوضح كيرت. وقال الباحثون إن قضاء الخفايش نهاره بشكل مشترك مع 15 إلى 40 خفايشاً آخر في مكان واحد هو الحالة الطبيعية لهذه الحيوانات لأنها تستفيد من تدفئة بعضها البعض في مكان مشترك أما إذا طغت السلبيات الخاصة بأحد أفراد المستعمرة على مميزات المستعمرة نفسها فإن ذلك يمكن أن يؤدي إلى انقسام بشكل مؤقت بين صفوف المستعمرة. وأكد الباحثون على أن هناك أوجه تشابه بين سلوك الخفايش وسلوك البشر ولكن مع الفارق أن الإنسان يستطيع العمل على عدم تنامي التضارب في المصالح حسبما أوضح كيرت.

45 حبة كرز يومياً تبقي الطبيب.. بعيداً

تبين أن للكرز فوائد صحية كبيرة فتناول 45 حبة من هذه الفاكهة يومياً يحسن نوعية الدم ويخفض معدل الالتهابات الناجمة عن مجموعة من الأمراض.

وأجرى باحثون من جامعة كاليفورنيا دراسة على 18 رجلاً وامرأة تتراوح أعمارهم بين 41 و61 سنة، طلب منهم تناول 45 حبة كرز أو ما يعادل 280 غراماً منها طوال 28 يوماً.

وأشار الباحثون إلى أن كل المشاركين كانوا في صحة جيدة، لكن لديهم ارتفاعاً بسيطاً بمعدلات البروتين في الدم التي تعد مؤشراً على وجود التهابات تزيد خطر الإصابة بأمراض القلب وغيرها من الأمراض.

وقيم الباحثون معدلات البروتين قبل وخلال وبعد أكل الكرز، وتبين أن 45 حبة تخفف مجموعة من المؤشرات للإصابة بالتهابات مسببة لأمراض مزمنة، مثل التهاب المفاصل، وارتفاع ضغط الدم والسكري، وأمراض القلب.



ارتفاع وفيات كورونا بالسرورية إلى 42

أعلنت وزارة الصحة السعودية أمس وفاة مواطن سعودي مصاب بالفيروس التاجي كورونا نوفل، في حين تم تشخيص إصابة جديدة في المملكة التي سجلت حتى الآن 42 وفاة وبذلك يرتفع عدد المصابين بالمرض في المملكة إلى 84 شخصاً منذ سبتمبر-أيلول العام الماضي. وأفادت الوزارة على موقعها الإلكتروني عن تسجيل حالة وفاة جديدة بالفيروس التاجي في حضر الباطن يبلغ من العمر 38 عاماً وكان يعاني التهاباً رئوياً حاداً. كما أشارت إلى تسجيل حالة إصابة في المدينة المنورة لقيم يبلغ من العمر 55 عاماً، مبيته أنه يعاني فشلاً مزمناً في الكلى ويتلقى العلاج حالياً في العناية المركزة وأصيب في السعودية 84 شخصاً بفيروس كورونا نوفل، توفي منهم 42 منذ سبتمبر-أيلول عام 2012. وسجلت عشرات الإصابات في العالم بما أطلق عليه العلماء متلازمة التهابات التنفسي الشرق أوسطي ميرز، الناجم عن فيروس كورونا، الذي لم يتمكن المختصون حتى الآن من جمع ما يكفي من المعلومات لتحديد منشئه وطريقة انتشاره.

منوعات الفكر



الخطوة الأولى للحياة الجامعية لأكثر من أربعة آلاف وخمسمائة طالب وطالبة بجامعة الإمارات مدير الجامعة وعميد شؤون الطلبة والقيادات الإدارية في استقبال الطلبة توزيع أجهزة الـ (آي باد) على جميع المستجدين .. وامتحانات تحديد المستوى اليوم



الآباء يشاركون أبناءهم أولى الخطوات

•• العين- الفجر:

بادر عدد من أولياء أمور الطلبة ومع أولى الخطوات للحياة الجامعية على مشاركة أبنائهم في تدوين البيانات الخاصة بالسكن الجامعي وقد أبدى الكثير من الآباء والأمهات سعادتهم بمشاركة أبنائهم في هذا اليوم الذي كانوا ينتظرون إليه منذ وقت بعيد.



فرق عمل من الطلبة القدامى لاستقبال المستجدين

•• العين- الفجر:

شارك العديد من الطلبة القدامى والمتطوعين لاستقبال المستجدين من الطلاب والطالبات بجامعة الإمارات وقد قام أعضاء نادي تواجد إضافة إلى سبعين طالبة بتشكيل فرق عمل لاستقبال المستجدين من الطلاب بسكن الكويبات والطالبات بسكن نواحي حيث يتم تعريفهم بالسكن الجامعي إضافة إلى مساعدتهم في استلام البطاقات الجامعية وكذلك الإجابة على أي استفسارات يمكن أن يحتاجها المستجدين.

طلاب دورة سفراء التوعية بشرطة دبي يزورون مركز البيئة البحرية

•• دبي - الفجر:

تهدف دورة سفراء التوعية الصيفية والتي تنظمها الإدارة العامة لمكافحة المخدرات بالتعاون مع الإدارة العامة لخدمة المجتمع بشرطة دبي، ومن خلال زيارتهم لمركز أبحاث البيئة البحرية بأم القيوين التابع لوزارة البيئة والمياه، على أحدث التقنيات المتبعة في مجال تربية وكثار الأحياء المائية، والخطط المستقبلية المتعلقة بتربية الأحياء المائية المتنوعة والدور الذي تلعبه وزارة البيئة والمياه في دعم المخازن السمكية في مياه الدولة. جاء ذلك في الزيارة التي قام بها الطلاب للمركز، رافقهم النقيب جمعه بلال السويدي رئيس قسم التوعية بأضرار المخدرات، حيث كان في استقبالهم الدكتور إبراهيم عبدالله المحالي مدير المركز، وأحمد محمد الزعابي رئيس قسم تنمية الأحياء البحرية، وقدم الدكتور إبراهيم عبدالله المحالي عرضاً شاملاً لأنشطة المركز والتي تركز على تنمية الأحياء المائية وعلوم البحار وملوثات البيئة البحرية، وقد تم تعريف الطلاب على طرق اختيار الأسماك ليتم إدخالها ضمن برامج استزراعها، وهي تتركز حول أنواع الأسماك الاقتصادية المحلية والتي تتعرض للصيد الجائر، إضافة إلى توضيح طرق التغذية والرعاية حسب مراحل نموها. كما وتعرف الطلاب على المراحل التخصصية في مجال استزراع وتثبيت الشعاب المرجانية بمركز أبحاث البيئة البحرية والتي تأتي ضمن خطط المركز الساعية نحو تعزيز الأمن البيئي والغذائي وضمان استدامة الحياة البحرية.



وقد قام مدير الجامعة بجولة اتقى في خلالها عدداً من الطالبات الجدد إضافة إلى أولياء أمورهم حيث أكد مدير الجامعة على الدور المهم الذي تقوم به الجامعة تجاه أبنائهم من الطلاب والطالبات مشيراً إلى أنه تم الإعداد لاستقبال هؤلاء الطلبة بأعداد السكنات الجامعية التي زودت بجميع الأدوات التي تسهم في توفير المناخ التعليمي للطلبة وقال إن الجامعة أخذت خطوات علمية متقدمة من أجل أن يصبح طليتها من الطلبة الباحثين خاصة إذا علمنا أن كليات الجامعة حصلت على الاعتمادات الأكاديمية العالمية التي تمكنها من هذا التوجه.

وأشار مدير الجامعة إلى أن طلبة الجامعة من المستجدين من العام الماضي أصبحوا يجيدون استخدام أجهزة الـ (آي باد) التي تمكنهم من مواصلة دراستهم بطريقة علمية متقدمة وأضاف أنه سيتم اليوم الخميس البدء في توزيع أجهزة الـ (آي باد) على جميع الطلبة المستجدين حيث تواصلت الجامعة هذا التوجه ليتمكن جميع طليتها في السنوات الدراسية المختلفة من استخدام هذه التقنية الحديثة. ومن جانبه قال عميد شؤون الطلبة الدكتور عبد الرحمن النقيب إنه تم إعداد البرامج المتنوعة التي تدعم الجوانب الأكاديمية للطلاب والطالبات مشيراً إلى أن العمادة تسعى ومن خلال هذه البرامج إلى بناء قدرات الطالب وقال إن حوالي اثنين وخمسين ألف طالبة إضافة إلى خمسة عشر ألف طالب استفادوا العام الماضي من البرامج التي طرحتها عمادة شؤون الطلبة مشيراً إلى أن العام الحالي سوف يشهد مزيداً من البرامج التي تسهم في صقل قدرات الطلبة ودعا عميد شؤون الطلبة جميع أولياء الأمور على مشاركة أبنائهم في اختيار التخصصات التي تحتاجها قطاعات ومؤسسات الدولة والتي تتناسب مع قدرات ومهارات كل طالب. هذا وقد قامت إدارة الإسكان الجامعي

جميع الطلبة المستجدين حيث تواصلت الجامعة هذا التوجه ليتمكن جميع طليتها في السنوات الدراسية المختلفة من استخدام هذه التقنية الحديثة. ومن جانبه قال عميد شؤون الطلبة الدكتور عبد الرحمن النقيب إنه تم إعداد البرامج المتنوعة التي تدعم الجوانب الأكاديمية للطلاب والطالبات مشيراً إلى أن العمادة تسعى ومن خلال هذه البرامج إلى بناء قدرات الطالب وقال إن حوالي اثنين وخمسين ألف طالبة إضافة إلى خمسة عشر ألف طالب استفادوا العام الماضي من البرامج التي طرحتها عمادة شؤون الطلبة مشيراً إلى أن العام الحالي سوف يشهد مزيداً من البرامج التي تسهم في صقل قدرات الطلبة ودعا عميد شؤون الطلبة جميع أولياء الأمور على مشاركة أبنائهم في اختيار التخصصات التي تحتاجها قطاعات ومؤسسات الدولة والتي تتناسب مع قدرات ومهارات كل طالب. هذا وقد قامت إدارة الإسكان الجامعي

جميع الطلبة المستجدين حيث تواصلت الجامعة هذا التوجه ليتمكن جميع طليتها في السنوات الدراسية المختلفة من استخدام هذه التقنية الحديثة. ومن جانبه قال عميد شؤون الطلبة الدكتور عبد الرحمن النقيب إنه تم إعداد البرامج المتنوعة التي تدعم الجوانب الأكاديمية للطلاب والطالبات مشيراً إلى أن العمادة تسعى ومن خلال هذه البرامج إلى بناء قدرات الطالب وقال إن حوالي اثنين وخمسين ألف طالبة إضافة إلى خمسة عشر ألف طالب استفادوا العام الماضي من البرامج التي طرحتها عمادة شؤون الطلبة مشيراً إلى أن العام الحالي سوف يشهد مزيداً من البرامج التي تسهم في صقل قدرات الطلبة ودعا عميد شؤون الطلبة جميع أولياء الأمور على مشاركة أبنائهم في اختيار التخصصات التي تحتاجها قطاعات ومؤسسات الدولة والتي تتناسب مع قدرات ومهارات كل طالب. هذا وقد قامت إدارة الإسكان الجامعي



مدير الجامعة يلتقي أولياء أمور الطلاب والطالبات



إضافة إلى توفير القاعات المجهزة للاستذكار وكذلك الأندية الرياضية إلى جانب الأنشطة الثقافية التي تسهم في صقل شخصية الطالب والطالبة ودعا عميد شؤون الطلبة إلى ضرورة الالتزام بالقواعد والقوانين المنظمة للحياة الجامعية وقال إن احترام هذه القوانين والعمل على الالتزام بها سوف ينعكس بشكل إيجابي على جميع الطلاب والطالبات.

إضافة إلى توفير القاعات المجهزة للاستذكار وكذلك الأندية الرياضية إلى جانب الأنشطة الثقافية التي تسهم في صقل شخصية الطالب والطالبة ودعا عميد شؤون الطلبة إلى ضرورة الالتزام بالقواعد والقوانين المنظمة للحياة الجامعية وقال إن احترام هذه القوانين والعمل على الالتزام بها سوف ينعكس بشكل إيجابي على جميع الطلاب والطالبات.

إضافة إلى توفير القاعات المجهزة للاستذكار وكذلك الأندية الرياضية إلى جانب الأنشطة الثقافية التي تسهم في صقل شخصية الطالب والطالبة ودعا عميد شؤون الطلبة إلى ضرورة الالتزام بالقواعد والقوانين المنظمة للحياة الجامعية وقال إن احترام هذه القوانين والعمل على الالتزام بها سوف ينعكس بشكل إيجابي على جميع الطلاب والطالبات.

•• العين- الفجر:

حرص مدير جامعة الإمارات الدكتور علي راشد النعيمي وعميد شؤون الطلبة الدكتور عبد الرحمن النقيب على الالتقاء بعدد من أولياء الأمور ممن قدموا مع أبنائهم ونباتهن ليؤكد لهم أن الجامعة تسخر جميع إمكانياتها لخدمة أبنائهم من الطلاب والطالبات وقال إن

منوعات العقل

23



صبغ الشعر والسرطان

الكثيرون منا اختاروا صبغ شعرهم، إما لتغطية الشعر الابيض وإما لتغيير لون شعرهم بالكامل لإضفاء إطلالة جديدة. وتبقى الشكوك التي تربط صباغة الشعر مع الإصابة بالسرطان تجعل البعض منا في حالة خوف أو قلق من اثر هذه المنتجات الكيميائية. ففي اعوام السبعينات، اثبتت الدراسات ارتفاع نسبة الإصابة بالأورام السرطانية لدى من استخدموا الاصبغ المحتوية على مواد امينية طيارة (لها رائحة قوية).

نظرا لذلك، قامت معظم الشركات بإزالة هذه المواد من منتجاتها الصبغية منذ عام 1980.

ووفق أبحاث معهد أبحاث السرطان خلال فترة السبعينات، ارتفعت نسبة الإصابة بالسرطان من نوع (الليمفوما اللا هودجكين) لدى من قاموا بصبغ شعرهم قبل عام 1980، كما ارتفعت نسبة الإصابة بسرطان المثانة لدى العاملين في الصالون لأكثر من 10 سنوات خلال اعوام السبعينات والثمانينات، وعزى ذلك الى تعرضهم لاستنشاق الغازات الامينية.

رغم احتواء منتجات اصباغ الشعر الحديثة على مواد كيميائية كثيرة، فانه يعتقد ان منتجات الاصبغ الحديثة لا تسبب الإصابة بالسرطان.

أجريت عدة دراسات لتحري ان كانت صباغة الشعر ترتبط مع زيادة الإصابة بسرطان الثدي، وبينت نتائجها عدم وجود مثل هذه العلاقة. بيد ان دراسة ايطالية صغيرة اجريت في عام 2005، وجدت ان صبغ الشعر باللون الاسود يساهم في زيادة نسبة الإصابة بالسرطان.

كما وجدت عدة دراسات اجريت على فئران المختبر بأن صبغ الشعر اثناء الحمل يرتبط مع ارتفاع خطر حدوث تشوهات جنينية. وذلك هو سبب نصح السيدة الحامل بعدم صبغ شعرها اثناء الحمل.

إرشادات

رغم عدم اثبات اقتران صبغ الشعر مع الإصابة بالسرطان فان الكثير من الخبراء يشيرون الى ضرورة توخي الحذر، ويوصون بالتالي:

- تقليل عدد مرات صبغ الشعر وتباعد فترات تكرارها بقدر الامكان.

- عدم ترك الصبغ على الشعر لفترة طويلة تزيد على الموصى به على اللعب.

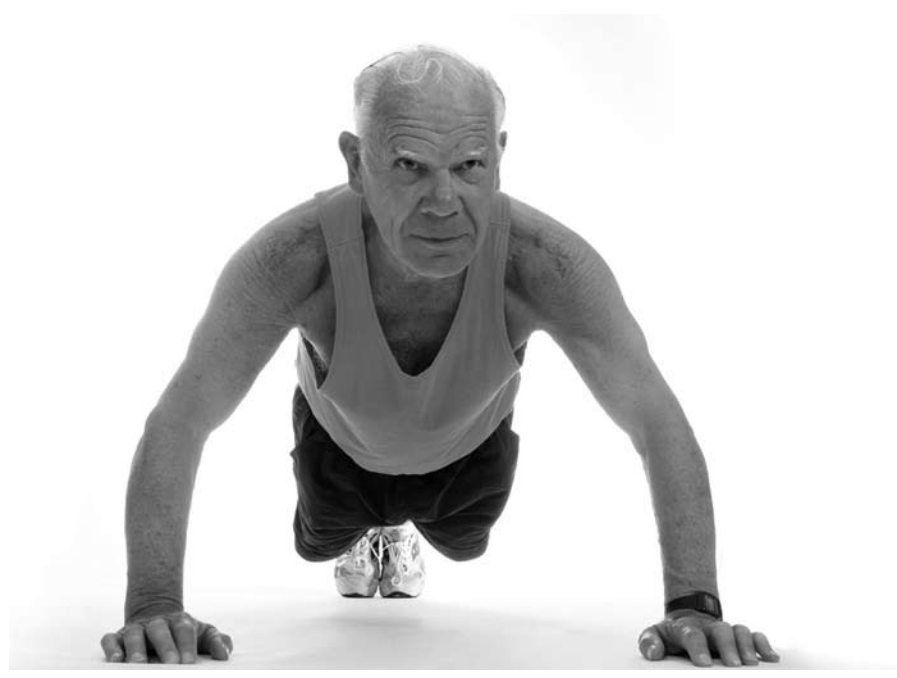
- ليس قفازات واقية عند التعامل مع منتجات الاصبغ وعدم استنشاقها.

- عدم خلط انواع مختلفة من الاصبغ، وذلك لتفادي حدوث اي تفاعلات جانبية.

- عدم صبغ الرموش ابدا.

- تجربة صبغ الشعر بالمنتجات الطبيعية مثل الحناء او البابونج.

مع التقدم في السن يصبح لزاماً على المرء إعادة النظر في ما يفعل يوميا، وفي أسلوب حياته بشكل عام، لأن ما كان طبيعياً في سنوات الشباب وفورة الشباب لم يعد كذلك في الخمسينات والستينات، ولكن المشكلة مع الكثيرين الذين بلغوا هذه المرحلة العمرية أنهم ما زالوا يرفضون الاعتراف بالحقيقة. ما زالوا يرفضون فتح عيونهم ورؤية الواقع الجديد الذي لم يأت فجأة بل سبقته ومهدت له سنوات من التجارب والخبرات التي وضعت أمامهم الكثير من المعلومات عما يجري في هذا العالم.



مع التقدم في السن

أعيدوا النظر في اسلوب حياتكم



الثانية أي أولئك الذين صاروا الآن في العقد الخامس أو السادس وما بعدهما هم الذين يحملون العبء الأكبر وكأنهم حُشروا بين جيلين. السابق أي الآباء والأمهات الذين يحتاجون إلى رعاية أبنائهم، واللاحق أي الأبناء والبنات وربما الأحفاد الذين ينظرون إليهم على اعتبار أنهم أصحاب الخبرة، وبالتالي يريدون منهم أن يمدوا لهم يد العون.

مثل هذا الوضع كفيل بتحميل البشر ما لا طاقة لهم على تحمله، وبالتالي فالنصيحة التي يقدمها المتخصصون هي: أنزل هموم الدنيا عن كاهلك قبل أن تنفجر من الداخل، فتكون سبباً في هلاكك.

المشروبات الكحولية

تفضل المشروبات الكحولية كل شيء في الجسم، والمشكلة هي أننا لا نعرف سوى القليل عن هذه الأشياء، ولو أننا متأكدون من أنها شديدة الضرر، هذا ما يقوله البروفيسور الأميركي جيمس غارديوت الأستاذ في كلية الطب التابعة لجامعة كارولينا الشمالية في مدينة شابلين هيل.

يعضف أن المسألة شديدة التعقيد، ومن الممكن أن تحتاج إلى سنوات طويلة قبل أن يتم سبر أغوارها.

إلى أن يتم سبر أغوارها لا ضرر من أن نشير إلى أن الإسراف في تناول المشروبات الكحولية يسبب السرطان وأمراض القلب والشرايين وتليف الكبد وارتفاع ضغط الدم، كما أن المشروبات الكحولية تسبب على المدى الطويل الإصابة بالخرف (ألزهايمر) والاكتئاب. خطأ قاتل آخر يرتكبه البعض حين يخلط ربما من دون أن يدري بين مشروب كحولي ودواء عادي كأن يحتسي بعض الشراب مع وجبة العشاء، ومن ثم يتناول حبة منوم، فهذا الخليط من الشراب والمنوم قد يكون قاتلاً كما تؤكد العديد من الدراسات.

التدخين

من النتائج الغريبة للدراسات الخاصة بالتدخين والمدخنين أن التدخين ينتشر بين جيل ما بعد الحرب العالمية الثانية (45 - 65 عاماً) بنسبة أعلى بكثير مما هي بين من هم أكبر منهم أو أصغر بعشرة إلى عشرين عاماً. من الصعب جداً أن يتصور المرء أن هؤلاء المدخنين لم تصل إليهم المعلومات المؤكدة عن الأضرار القاتلة للتدخين.

الطبية تعج بالكثيرين الذين يشاركونك هذه المشكلة التي تزداد انتشاراً على مستوى العالم.

قبل التاسعة أو العاشرة مساء لا تعود قادراً على فتح عينيك وبعد أن تنام ساعة أو ساعتين تستيقظ من جديد، وكان النهار قد طلع في منتصف الليل.

قلة النوم في حد ذاتها مشكلة لا تشكل خطراً جسيماً على الحياة، ولكنها تصعب كذلك حين تجلس خلف مقود السيارة

بعيونك المجهدة فقد تلحق بنفسك وبالآخرين، أيضاً، أضراراً جسيمة. حين تقود السيارة وجسمك في حاجة للنوم والراحة تصبح قدرتك على الاستجابة للمؤثرات الخارجية أكثر بطئاً مما يقلل درجة انتباهك لما يجري حولك.

وفي الولايات المتحدة على سبيل المثال تقول الإحصاءات الرسمية إن أكثر من مائة ألف حادث مروري تقع سنوياً بسبب نوم السائقين أثناء القيادة، ما يسبب ألفاً وخمسمائة وخمسين وفاة وواحداً وسبعين ألف إصابة. أما الخسائر المادية والتعويضات، فتقدر بأثني عشر ملياراً وخمسمائة مليون دولار سنوياً.

الحركة والنشاط

يقول الأطباء والمتخصصون إن الحد الأدنى الذي يتطلبه الجسم من الحركة والنشاط هو ممارسة التمارين الرياضية البسيطة مرتين في الأسبوع، بالإضافة إلى ساعتين ونصف من الرياضة البسيطة كالمشي، أو خمس وسبعين دقيقة في الأسبوع من الرياضة التي تتطلب جهداً أكبر كالركض أو السباحة مثلاً.

كذلك، فقد أثبتت مئات التجارب والدراسات أن ممارسة الرياضة من شأنها أن تقوي الذاكرة، فممارسة رياضة المشي على سبيل المثال بمعدل ثلاث مرات في الأسبوع والانتظام لشهور عديدة يمكن أن تزيد حجم جزء في الدماغ يسمى (شق الحصين) مسؤول عن تجميع المعلومات من الذاكرة قصيرة الأمد وتحويلها إلى الذاكرة طويلة الأمد، أي أن هذه الجزء من الدماغ مسؤول عن الذاكرة ويقويها.

مشكلات العالم

يحلو للبعض أن يحمل مشكلات العالم على كتفيه، وكأنه خلق ليجد حلولاً لكل هذه المشكلات، بعض علماء الاجتماع يعتقدون بأن جيل ما بعد الحرب العالمية

تساول دواء لخفض معدلات الكوليسترول قبل أن تستقل. ومن المعروف أن تناول بعض الأنصاف الغذائية يمكن أن يساعد في خفض معدل الكوليسترول مثل الحبوب الغنية بالألياف ومضادات الأكسدة، وفي المقابل هناك أنصاف ترفع معدلاته، فلماذا تجنب الأولى أو التقليل منها، والتمسك بالثانية والإسراف في تناولها.

السكري

تقدر المؤسسات الطبية أن ربع سكان العالم مصابون أو معرضون للإصابة بالسكري من النوع الثاني المعروف بأنه سبب رئيسي للنوبات القلبية والجلطات وفقدان البصر وبتر الأطراف وعشرات غيرها من الأمراض.

هذه الحقائق تفرض على الجميع أخذ الحيطة والحذر ويأتي في المقدمة ضرورة فحص معدلات السكر لمعرفة الإصابة بالسكري من عدمها، وعلى ضوء النتيجة تتقرر الخطوات التالية.

زيادة الوزن

زيادة الوزن والبدانة أشبه بقنبلة موقوتة تهدد بالانفجار في أي لحظة، فالأرقام تشير إلى أن زيادة الوزن عن معدلاته الطبيعية، خصوصاً في الدول الغنية باتت وباء لأنها تسبب أمراضاً تستنزف ميزانيات الدول التي تحاول بكل الطرق السيطرة عليها. من المعروف طبيياً أن الإنسان حين يتقدم به العمر تتباطأ في جسمه عملية التمثيل الغذائي وتقل معها نسبة السعرات الحرارية التي يتم حرقها، فإذا لم يتم تدارك الفروقات الجديدة بتغيير نمط الحياة وبممارسة الرياضة، فلن يكون هناك مهرب من زيادة الوزن

إشارات الخطر

يتصور الكثيرون أن عدم الشعور بالألم يعني أن الأوضاع الصحية تسير في طريقها الصحيح، وهذا خطأ فادح.

كذلك الحال، فعدم الشعور بألم في الصدر لا يعني في أي حال من الأحوال عدم إمكانية الإصابة بنوبة قلبية، إذ إن آلاف الحالات أشارت إلى أن الشعور بعسر الهضم أو التعب الشديد يمكن أن يدل على الإصابة بنوبة قلبية بين النساء. أما الرجال، فهناك نوبات قلبية يسبقها شعور بالامتلاء أو بضغط خفيف، ولكن غير عادي في منطقة الصدر يمكن أن ينتشر إلى الرقبة والكتف أو الفك.

ومن غريب الدلائل على النوبة القلبية بين المصابين بالسكري على سبيل المثال وجع في أسفل الظهر. المهم هو عدم تجاهل أي شعور غير عادي، فقد يكون هذا الشعور دليلاً على الإصابة بنوبة قلبية أو قرب الإصابة بالنوبة، وبالتالي فاستشارة الطبيب فوراً هي القرار الصائب.

قلة النوم

إذا كنت تعاني من مصاعب النوم، فأنسنت لست وحيداً لأن العيادات

المشكلة مع نسبة كبيرة من هؤلاء هي أنهم يتصورون أنهم ما زالوا يتمتعون بالقدرات الجسدية التي كانت لهم في سنوات الشباب، فيتصرفون وكأن شيئاً لم يكن، وكأن سنوات العمر لم تغير شيئاً، وهذا اعتقاد خاطئ بالطبع.

الأخبار الجيدة هي ما تطلع به الدراسات بين الحين والآخر عن أن معدلات الأعمار في ارتفاع كما أن الخدمات الصحية تحقق تطوراً مذهلاً وبصورة متواصلة. أما الأخبار السيئة، فهي أن الكثيرين ممن تجاوزوا الخمسين ما زالوا يستعرضون عضلات الماضي ويقومون بممارسات (تقصف) العمر، على الرغم من قناعتنا بأن الأعمار في يد الله تعالى، وفي ما يلي بعض هذه الممارسات الخاطئة:

الغذاء الصحيح

لا يكاد يمر أسبوع إلا وتظهر نتائج دراسة جديدة تؤكد معلومات قديمة عن العلاقة بين العمر ونوعية الغذاء، وتؤكد في الوقت نفسه أن الأنصاف الغذائية قليلة السكر والنشويات هي الأفضل دائماً وأبداً. وفي العشرات من الدراسات التي أجريت في الأعوام القليلة الماضية تبين أن الغذاء الغني بالخضروات والفواكه يرتبط بطول العمر، أيضاً. ومع ذلك لا يزال الكثيرون متمسكين بالأنصاف الغذائية التي تعيث فساداً في أجسامهم وتضعهم على طريق التهلكة.

الكوليسترول

لا يختلف الكوليسترول عن ارتفاع ضغط الدم، فكلهما يمكن أن يزيد مخاطر الإصابة بالنوبات القلبية والجلطات الدماغية، وبالتالي فمن الضروري جداً فحص معدل الكوليسترول بين وقت وآخر، للتأكد مما إذا كنت في حاجة إلى إجراء تغيير في نمط الحياة أو ربما



دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

kas

australia

المودعة بالرقم: ٤٢٠٠
باسم: ش. كاس أستراليا بي تي واي ليمتد
وعنوانه: ٧٨ أوروورد ستريت، الكساندريا، أن أس دبليو ٢٠١٥ أستراليا.
والمسجلة تحت رقم: (٤٢٩٩) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١ / ٤
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ٧ / ٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

تعلم قسم العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / رومن - مابير - روممان بطلب تسجيل العلامة التجارية، DRETTMANN



المودعة تحت رقم: ١٥٧٤٣ بتاريخ: ٢٠١١ / ٥ / ١٩
باسم: شركة درتزمان باخشني جي ام بي انش وعنوانه: أربيرغر، هايفيندام، ٢٣٠٩٢٢ بريجين - ألمانيا
وذلك لتتميز البضائع / الخدمات / المنتجات: المركبات وأجهزة النقل البري والجوي أو المائي الواقعة بالبادء: ١٢
وصف العلامة: العلامة التجارية DRETTMANN وهي مكتوبة بالأحرف اللاتينية الكبيرة وهي مكتوبة باللون الأسود، ويوجد فوق هذه العلامة شعار الشركة والذي هو عبارة عن حرفين D متقابلين مع بعضهم البعض وحرف D الأول (من الجهة اليسارية) محزوف منه ضلع من أضلاع ولونه بيض، أما حرف D الآخر (من الجهة اليمينية) محزوف منه ضلعان ولونه رمادي.
الاشتراطات: لا يوجد
فقط من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد، أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال (٣٠) يوماً من تاريخ هذا الإعلان.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم الوكيل / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تسجيل العلامة التجارية :



المودعة تحت رقم: ١٨٧٤٧ بتاريخ: ٢٠١٣ / ١ / ٧
تاريخ إيداع الأولوية: / /
باسم: زهونجمان تشروليف اند ناشنورال غاز جروب كور. ال تي. وعنوانه: روم ١٢٣٠، نمبر ١٩٠٠، يوبونغ شانجشنينج روه، شانغهاي، الصين
وذلك لتتميز البضائع / الخدمات / المنتجات: أجهزة حفر عميقة أو غير عميقة، آلات التكرير البترول، آلات حفر، مولدات كهربائية، محركات كهربائية بخلاف المستخدمة في المركبات البرية، مضخات (أجزاء آلات أو محركات أو مكائن)، روكس حفر (أجزاء آلات)، حلقات متاج، إنساناتي (آلات)، آلات سخن أوتوماتيكية (أجهزة مائدة).
الواقعة بالبادء: (٤٢)
وصف العلامة: (ZPEC) بحروف لاتينية داخل رسم بيضاوي على خلفية مستطيل مائل بالأسود. الاشتراطات: لا يوجد
فقط من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً إلى إدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد والتجارة أو إرساله بالبريد المسجل للشم للمشار إليه وذلك خلال ٣٠ يوماً من هذا الإعلان.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم الوكيل / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تسجيل العلامة التجارية :



المودعة تحت رقم: ١٧٥١٣ بتاريخ: ٢٠١٢ / ٦ / ١٣
تاريخ إيداع الأولوية: / /
باسم: فندق الإمارات جراند (م.ج.د).
وعنوانه: ص.ب ٩٥٥، دبي، الإمارات العربية المتحدة.
وذلك لتتميز البضائع / الخدمات / المنتجات: خدمات التمييز السياحية، خدمات توفير الاطعمة والمشروبات، خدمات الإيواء والسكن المؤقت، خدمات حجز أماكن الإقامة المؤقتة، خدمات المطاعم "ممكن أفامه"، خدمات أماكن السياح، خدمات حجز الفنادق، خدمات تأجير غرف الاجتماعات، خدمات المطاعم، خدمات مطاعم الخدمة الذاتية، خدمات مطاعم تقديم الوجبات الخفيفة.
الواقعة بالبادء: (٤٢)
وصف العلامة: "EMIRATES GRAND HOTELS & RESORTS" الإمارات جراند لفندق والمنتجعات بحروف عربية ولاينية بشكل مبعثر معزول بغير رسم ظلال بشكل مميز ومنحرف، عدم المطابقة بحق محمية الطمطلات "ممكن أفامه"، خدمات أماكن السياح، خدمات حجز الفنادق، خدمات تأجير غرف الاجتماعات، خدمات المطاعم، خدمات مطاعم الخدمة الذاتية، معزول عن العلامة اختيارها اسم منتفعة جغرافية.
فقط من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً إلى إدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد والتجارة أو إرساله بالبريد المسجل للشم للمشار إليه وذلك خلال ٣٠ يوماً من هذا الإعلان.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٥
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٤) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٦
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٩) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٥
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٤) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٤
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٥) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٤
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٥) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٦
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٩) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٥
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٤) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٤
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٥) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٦
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٩) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٥
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٤) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٥
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٤) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

إعلان تجديد

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم المحامي / الإمارات للمحاماة (المحامي حمد محمد كدفور المهيري) بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية :

COLUMBUS CAFÉ

المودعة بالرقم: ٥٧٧٠٤
باسم: ش. واجرام فينايسيز.
وعنوانه: بلاس نارفيك ١١، ريو دي تهبيران ٧٥٠٠٨، باريس، فرنسا
والمسجلة تحت رقم: (٤٩٣٥) بتاريخ: ٢٠٠٤ / ١١ / ٢٧
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠١٣ / ١٢ / ١٦
هذا ويجوز تجديد الحماية لمدد أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالبادء (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

إعلاناتكم

الفجر

يرجى الاتصال على
هاتف: ٠٢٤٤٨٨٣٠٠
فاكس: ٠٢٤٤٨٩٨٩١
email: advt@alfajrnews.ae

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / انفو فورت، بطلب تسجيل العلامة التجارية،



المودعة تحت رقم: ١٨٩٣٧ بتاريخ: ٢٠١٢/٣/٢٨
باسم: مصنع الخبز العربي للكيابلات ذ.م.ج. وعنوانه: الخالدية، ص.ب. ٩١٤٠٠، هاتف: ٠٢٢٣٤٣٧، فاكس: ٠٢٢٣٤٣٠٢
وذلك لتتميز البضائع / الخدمات / المنتجات: صناعة الخبز.
الواقعة بالبادء: ٤٠
وصف العلامة: العلامة عبارة عن كلمة Nuhas وعلى رأس الكلمة ثلاث خطوط متوازية على شكل شريط وآخر الخطوط ثلاث نقاط.
فقط من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد، أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال (٣٠) يوماً من تاريخ هذا الإعلان.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / انفو فورت، بطلب تسجيل العلامة التجارية،



المودعة بالرقم: ١٩٣٧٢ بتاريخ: ٢٠١٢/١٢/٢٣
باسم: انفو فورت، بطلب تسجيل العلامة التجارية، وعنوانه: انفو فورت، مجمع الصناعية، ص.ب. ٢٧٤١٩، هاتف: ٠٢٢٧٤٨٠٤٨
وذلك لتتميز البضائع / الخدمات / المنتجات: خدمات مرافقات الوثائق والمستندات.
وصف العلامة: عبارة عن مربع باللون الأسود تشكل شكل وفه يخرج منها مبرعات صغيرة باللون الأسود وعلى يمين الشكل (انفو فورت) باللون الأحمر أسفله الحلول الأمنة لإدارة الوثائق والمعلومات باللون الأسود وعلى يسار الشكل (Info Fort) باللون الأحمر أسفله secure information management solutions
الاشتراطات: لا يوجد
فقط من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد، أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال (٣٠) يوماً من تاريخ هذا الإعلان.

دولة الإمارات العربية المتحدة وزارة الاقتصاد إدارة العلامات التجارية

الخميس ٢٩ أغسطس ٢٠١٣ العدد ١٠٨٨٢

تعلم إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / انفو فورت، بطلب تسجيل العلامة التجارية،



المودعة بالرقم: ١٩٤٨٨ بتاريخ: ٢٠١٢/٥/٩
باسم: مزايا جلف لتجارة العامة وعنوانه: دبي، ص.ب. ٤٢٨٠٠، هاتف: ٠٤٣٣٣٠٣٤، فاكس: ٠٤٣٣٣٦٦٩٠
وذلك لتتميز السلع أو الخدمات الواقعة بالبادء (٣) أذرة وتوجية الأعمال المعايير والإعلان وتفعيل النشاط التجاري.
وصف العلامة: كتبت العنصر مزايا Mazayah بالحروف العربية واللاتينية بصورة مميزة باللون الأخضر على نحو متراكب فوق النص Mazayah على الركن الأيمن يوجد ثلاث خطوط رأسية اثنان منهما باللون الأخضر وأولهما باللون البرتقالي فوقها خط أخفي باللون البرتقالي العنصرين الخلفيتين الثلاثة داخل تصميم بصياوي في شكل حفرة ماء باللونين الأخضر والفتح والأبيض وعلى الركن الأيسر أعلى منه العنصر صوني باللون الأبيض.
الاشتراطات: لا يوجد
فقط من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد، أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال (٣٠) يوماً من تاريخ هذا الإعلان.

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٩ تجاري جزئي
الى المدعى عليه ١- شركة بيور كرسنال للتجارة (ش.م.ذ.) - السيد حسين محمد عبيد العاني...

محاكم دبي محاكم الاستئناف

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
مذكرة اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٢/٤٩ استئناف احوال شخصية وموارث
الى المستأنف ضده ١- عباس جمعة خرام مجهول محل الإقامة بما...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٢/٢ عقاري جزئي
الى المدعى عليه ١- شركة دبي فيكشين كلوب- باعتبارها الشركة الام- ويمثلها مصطفى محمود مصطفى فلنكاز...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ١٠١٧/٢٠١٢ تجاري كلي
الى المدعى عليه ١- شركة ملاذ الطير للتجارة العامة ذ.م.م مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / بنك دبي التجاري ويمثله: عبدالله خميس غريب...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ١٠١٦/٢٠١٢ تجاري كلي
الى المدعى عليهم ١- شركة الصدف القضي للتجارة العامة ش.م.ذ. - ٢- ابراهيم عبدالله - ٣- شريك وكفيل ٣- عيسى عبدالله - ٤- محمد ابراهيم - ٥- محمد ابراهيم - ٦- شريك وكفيل...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ١٠١٧/٢٠١٢ تجاري كلي
الى المدعى عليه ١- مانجيت سينغ كاتور مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / بنك ابوظبي التجاري ويمثله: عبدالله خميس غريب الناخي آل علي...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعادة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٢٩٥/٢٠١٢ عقاري كلي
الى المدعى عليه ١- احمد عبدالرحيم العطار مالك مؤسسة عقارات احمد عبدالرحيم العطار مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / شركة املاك للتطوير (ش.م.ذ.)...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ١٠١٢/٢٠١٢ تجاري كلي
الى المدعى عليه ١- ميموزة للتجارة (ش.م.ذ.) مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / هكان الزراعية دي ام سي سي- والمعروفة باسم (هاكان اقرو م.ذ.م.د.س)...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعادة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٢٥٩/٢٠١٢ عقاري كلي
الى المدعى عليه ١- احمد عبدالرحيم العطار مالك مؤسسة عقارات احمد عبدالرحيم العطار مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / شركة املاك للتطوير (ش.م.ذ.)...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعادة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٤٢٤/٢٠١٢ عقاري كلي
الى المدعى عليه ١- احمد عبدالرحيم العطار مالك مؤسسة عقارات احمد عبدالرحيم العطار مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / شركة املاك للتطوير (ش.م.ذ.)...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعادة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٤١٢/٢٠١٢ عقاري كلي
الى المدعى عليه ١- احمد عبدالرحيم العطار مالك مؤسسة عقارات احمد عبدالرحيم العطار مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / شركة املاك للتطوير (ش.م.ذ.)...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعادة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٢٩٩/٢٠١٢ عقاري كلي
الى المدعى عليه ١- احمد عبدالرحيم العطار مالك مؤسسة عقارات احمد عبدالرحيم العطار مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / شركة املاك للتطوير (ش.م.ذ.)...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ١٠١٩/٢٠١٢ عقاري كلي
الى المدعى عليه ١- حسين مهدي مهري مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / شركة املاك للتطوير (ش.م.ذ.) ويمثله: عبدالرحمن محمد عيسى جمعة...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٢٨٤٢/٢٠١٢ عمالي جزئي
الى المدعى عليه ١- شركة كايبارا المتحدة للتلابان ش.م.ذ. مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / احمد حسام احمد فواد عامر...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعادة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٢٨٩٩/٢٠١٢ عمالي جزئي
الى المدعى عليه ١- هاتو توزير (ش.م.ذ.) مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / مروة سعيد حسن بسيوني نصر...

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعادة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٦٩٠/٢٠١٢ عمالي كلي
الى المدعى عليه ١- هاتو توزير (ش.م.ذ.) مجهول محل الإقامة بما ان المدعى / سعد السيد العداوي عبده نعيم...

امارة ابوظبي دائرة القضاء

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعلان للحضور امام ادارة التنفيذ
في التنفيذ رقم ٢٠١٣/٧١٦ م-ع-ت-أظ
طالب التنفيذ/ شعبان عبدالوايدر الجبسية، بتفلايش المنفذ ضده: سيسيس هوريزون تري دي للمقاولات العامة الجنسية: الامارات المطلوب اعلا...

امارة ابوظبي دائرة القضاء

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعلان للحضور امام ادارة التنفيذ
في التنفيذ رقم ٢٠١٣/٢٣٦ م-ع-ت-أظ
طالب التنفيذ/ محمد كمال الدين اسلام الدين الجنسية: بتفلايش المنفذ ضده: الفردين للمقاولات العامة الجنسية: الامارات المطلوب اعلا...

امارة ابوظبي دائرة القضاء

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعلان للحضور امام ادارة التنفيذ
في التنفيذ رقم ١٥٧٧/٢٠١٣ م-ع-ت-أظ
طالب التنفيذ/ عماد نور جول سلام الجنسية: باكستان المنفذ ضده: الهداف للمقاولات العامة والعقارات. ذ.م.م. الجنسية: الامارات المطلوب اعلا...

امارة ابوظبي دائرة القضاء

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعلان للحضور امام ادارة التنفيذ
في التنفيذ رقم ٣٧٧١/٢٠١٣ م-ع-ت-أظ
طالب التنفيذ/ نور اسلام شيخ عربوب علي الجنسية: بتفلايش المنفذ ضده: مينا بريش للأعمال الفنية ش.م.ذ.م. الجنسية: الامارات المطلوب اعلا...

امارة ابوظبي دائرة القضاء

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعلان للحضور امام ادارة التنفيذ
في التنفيذ رقم ٢٠١٣/١٥٢٨ م-ع-ت-أظ
طالب التنفيذ/ محمد الياس خان عبدالوود خان بتفلايش المنفذ ضده: شركة المشرق ذ.م.م. الجنسية: الامارات المطلوب اعلا...

امارة ابوظبي دائرة القضاء

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعلان للحضور امام ادارة التنفيذ
في التنفيذ رقم ١٤٦٧/٢٠١٣ م-ع-ت-أظ
طالب التنفيذ/ هارود هون داس كيت شاجاندا والجنسية: بتفلايش المنفذ ضده: استيرق تفصيل وخياطة الملابس الجنسية: الامارات المطلوب اعلا...

امارة ابوظبي دائرة القضاء

العدد ١٠٨٨٢ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٩
اعلان للحضور امام ادارة التنفيذ
في التنفيذ رقم ٢٢٢/٢٠١٣ م-ع-ت-أظ
طالب التنفيذ/ خاوار نور جول سلام الجنسية: باكستان المنفذ ضده: الهداف للمقاولات العامة والعقارات. ذ.م.م. الجنسية: الامارات المطلوب اعلا...

إعلاناتكم الفجر
يرجى الاتصال على هاتف: ٠٢٤٤٨٨٣٠٠
فاكس: ٠٢٤٤٨٩٨٩١
email.advt@alfajrnews.ae



منوعات الفكر

الأمراض النفسية - الجسمية... وهمية أم حقيقية؟

تضم الأمراض النفسية-الجسمية، أو الأمراض النفسجسمية أو الأمراض السيكوسوماتية كل ما يخطر في بالك من أمراض. إلا أن البعض ينكر حقيقة وجودها أساساً، أو يبتسم لمجرد التفكير بأنها أحد اختراعات الطب المعاصر الذي يقف عاجزاً أمام هذه الأمراض التي تلامس حدود الخيال، لكن الحقيقة مغايرة لهذه الأفكار السائدة. تجد هذه الأمراض أصلها في التوتر والإرهاق وفي الأعراض التي تسببها الحياة العصرية، إلا أن أشخاصاً كثيراً لا يأخذونها على محمل الجد...



لكن فرد حالته النفسية الخاصة وعتبة تحمل معنية. يُستحسن أن يسعى إلى العمل ليرفع من قدرته تحمله لبعض الظروف ومهارته في التخلص منها، بمعنى آخر أن يستفيد من الأساليب العلاجية النفسية التي ترمي إلى هذا الهدف، من خلال التركيز على عنصرين:

- يتجلى العنصر الأول في نمط الحياة الذي يعتمد المرء والقدرة على تطورها ليتخلص من الضغط.
- يتجلى العنصر الثاني في رأسماله الجيني. حتى وإن لم يتمكن الأطباء من جمع معلومات وافية عن الجينات، إلا أنه من المحتمل أنها تؤدي دوراً مهماً.

حالات السرطان

كثُر هم الأشخاص الذين يساءلون إن كانت الأمراض السرطانية رد فعل لنقص مناعي عابر ناتج من مشكلة نفسية. يؤمن بعض الأطباء بدور الدماغ في المرض، حتى في ظل وجود عادات سيئة كالتدخين أو الإدمان. في الحقيقة، ثمة عجز في تقييم تأثير الجانب النفسي على ظهور المرض وشرح وقوع البعض فريسة له وبقاء البعض الآخر بمنأى عنه، علماً أن المجموعتين تعتمدان أسلوب حياة مشابه. ينحصر سرطان الرئة بالمدخنين، وإن استثنينا العامل الجيني الذي يبقى محط أنظار الدراسات، يبقى الحل الوحيد في الاستفادة من الفرص المختلفة للحصول على حياة سليمة قدر المستطاع.

أهمية التنويم المقناطيسي

بعدما فقد أفضى في السنوات الأخيرة، بدأ التنويم المقناطيسي يستعيد مكانته ويعطي نتائج فاعلة في معالجة الأمراض النفسية - الجسمية. تستعمل هذه التقنية للتخدير، إلا أنها تبدو فاعلة في المساعدة على التخلص من الإدمان والقلق والضغط الذي يلي مرحلة عذاب ومعاناة، كذلك حالات الرهاب.

هل يتوقف الأمر على تحفيز معين؟

حين يقرر الطبيب تشخيص حالة مريض معين، لا بد من أن يتأكد ألا علاقة للأمر بمحفز معين أو بمسألة أخطر من ذلك. فقد يكون المرض على صلة بمحفز يسبب الآماً ضمن استراتيجية تقوم على التهرب من أمر ما، على غرار الطفل الذي يدعى أنه مصاب بالحمى للتهرب من فحص في المدرسة، أو بمحفزات لاعوية ترمي إلى جذب الانتباه إلى ضيق نفسي معين.

تخضع هذه الفئة من المرضى لفحوصات دورية لا تظهر في العادة أي مشاكل عضوية ما يكسب أفرادها تسمية مريض الوهم، لا يعني ذلك أن مرضاً حقيقياً قد يظهر مقابل مرض آخر يُفترض أنه وهم، الأمران موجودان إلا أنهما مختلفان تماماً.

قوة الروح

بات مفهوم الجسدنة اليوم مثبتاً، إنه تأثير تتركه الحالة النفسية على الجسم وعلى وظائفه. يدرك الأطباء أن الضيق النفسي قد يحفز بعض المشاكل، في الضمائر عينه، يُعتبر الوسواس المرضي الشديد أحد الأمراض النفسية-الجسدية. لا بد من الإشارة إلى أن الرجال يُصابون أكثر من غيرهم بهذه الأمراض ويمكن وصفهم بمرضى الوهم الذين يسيطر عليهم القلق والعداوت. لا يعاني هؤلاء بالقلق، تتسارع ضربات القلب أو التعرق الشديد، ولا يُصنّفون ضمن فئة الأشخاص الذين يعانون أمراضاً نفسية-جسمية، إنما تشكل هذه العناصر إحدى مميزات شخصياتهم.

شباب ومراهقون

في معظم الأحيان، يشعر المريض بأعراض متكررة في المراهقة ومرحلة الشباب قبل سن الثلاثين، فيبدو عليه القلق والاكتئاب من دون أن يتحول الأمر إلى ميزة تطبع حياته.

يشتك بعض المرضى من آلام منتشرة في أنحاء الجسم يصعب علاجها لأنها لا تصب ضمن خانة تشخيص معروفة. يميل الأطباء في حالات مماثلة إلى الحديث عن أمراض جسمية. يبقى الأمر في المطلق غامضاً لا سيما أن المرضى يشفون من تلقاء أنفسهم من دون أن يدركوا الأسباب الكامنة وراء شفائهم.

أمراض نفسية - جسمية

- مشاكل مرتبطة بالنوم؛ تكثر مشاكل النوم وتتنوع وغالباً ما تنتج من مخاوف متنوعة. لا توفر مشاكل النوم أحداً بل تطال الفئات العمرية كافة بشكل متفاوت. يؤدي الأرق إلى ضعف وعصبية ويرمي المرء في حلقة مفرغة، لذا لا يجب الاستهانة به. يترك هذا النوع من ردات الفعل إزاء الضغط تداعيات على مستوى الانتباه والتركيز في الحياة العملية أو في المدرسة، وقد تصل الأمور إلى حد التأخر في النمو.
- أمراض جلدية؛ ترتبط الأمراض الجلدية في غالبيتها بكتيريا، فيروس أو طفيليات. يحدث أحياناً أن تؤدي الحالة النفسية دوراً مهماً، فلا عجب أن يلاحظ البعض ظهور قرحة أو جرب أو ثعلبية أو قوباء أو صدفية بعد حادث أو انفصال أو صدمة ما. لا بد من الإشارة إلى أن الحالة النفسية غالباً ما تكون كامنة وراء إصابة الأطفال والمراهقين والبالغين بالإكزيما.
- داء الشقيقة؛ يعتقد أن بعض أنواع داء الشقيقة، على غرار ألم في الظهر غير ناتج عن حركة خاطئة، ينتمي إلى الأمراض النفسية-الجسمية في ظل غياب أسباب أخرى.
- مشاكل الدم والأوعية الدموية؛ يعزى ارتفاع ضغط الدم، في حالات كثيرة، إلى الانفعالية وعدم انتظام دقات القلب التي قد تبدو مقلقة بعض الشيء. يعاني البعض ضيقاً يصل إلى حد الإغماء، وغالباً ما يكون مبهماً، فيما الضيق الحقيقي يؤدي إلى خلل في القلب أو الشرايين لدى مرضى القلب والشرايين.

لتقديم فكرة عن الروابط المعقدة بين الدماغ والجسم، نذكر الجملطات التي غالباً ما تعزى إلى أسباب عضوية، إلا أنها قد تطرأ أحياناً نتيجة صدمة عاطفية. في الضمائر عينه لا حظ الأطباء أن الأشخاص الذين يستعيدون حياتهم الطبيعية، بعد نوبة قلبية، يحظون بفرصة العيش لفترة أطول من تلك التي قد يحظى بها آخرون يعانون اكتئاباً بعد النوبة القلبية.

- فقدان الشهية و/أو الشره المرضي؛ يعزى الخلل الغذائي، عموماً، إلى أسباب عاطفية حتى وإن بدت الأسباب أحياناً مجهولة. وقد يؤدي فقدان الشهية أو الشره المرضي إلى أمراض أخرى وإلى ضعف في القلب والأوعية الدموية.
- مشاكل معوية؛ الأمعاء والقولون والكبد أو ما يُعرف أساساً بالمرارة أعضاء حساسة لدى الأشخاص الذين يؤثر

الانفعال والحساسية سريعاً على صحتهم. علاوة على ذلك، يمكن أن يصاب المرء بأنواع أخرى من الضيق، إلا أنه يتحاشى زيارة الطبيب باعتبار أن الأسباب النفسية لا تؤدي إلى أمراض عضوية خطيرة قد تتطور حتى بعد اختفاء العامل النفسي. في أغلب الأحيان، يدرك المرضى أعراضهم فيلجأون إلى المعالجة الذاتية.

العلاج

لا بد من أن يحدد العلاج، أمام حالة معينة، الجزء المرتبط بحالة عاطفية والجزء المرتبط بحالة عضوية، ويأخذها في الاعتبار. لا يمكن تشخيص المرض النفسي-الجسمي إلا بعد التخلص من الأسباب الأخرى.

صحيح أن حالات داء الشقيقة أو التهاب القولون قد تتطلب علاجاً كلاسيكياً، إلا أن حالات أخرى كالإكزيما والضيق المهيم تتطلب التركيز على الأسباب النفسية الكامنة وراء الألم.

حين يمر المريض بفترة حداد، لا بد من الانتظار بعض الوقت إلى أن يشفي الزمن أمه، إلا أن الخضوع لعلاج يعتمد على مضادات القلق أو الاكتئاب لفترة بسيطة يبدو فاعلاً، ما يمنح الأعصاب فترة للراحة والنوم واستعادة القوى والتوازن. يزيد الإرهاق من حدة المرض لأنه يمنع المريض من نيل قسط من الراحة أو الذهاب في عطلة.

ينصح الاختصاصيون بأنواع مختلفة من العلاجات وفقاً لأسباب المرض. أما بالنسبة إلى المرضى الذين يرفضون الخضوع لعلاج نفسي، فيمكنهم اللجوء إلى علاجات بديلة تتج لهم الاسترخاء، أو تعلم تقنيات بسيطة لاستعمالها في الظروف المختلفة.

في مطلق الأحوال، يعتبر الأطباء أن المشكلة النفسية تُترجم عموماً بمرض معين أو بأعراض معينة، ويعتقدون أن الدماغ يكون في حالة فيض وأن الجسمته هي رد وحيد على المشاعر التي يصعب السيطرة عليها بشكل واع أو لاواع. قد يكون الجسم والروح عاملين واضحين طبيياً إلا أن الدماغ ما زال غامضاً، إلا أنه يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالغدد الصماء والنظام المناعي، بالتالي، أي خلل عصبي يمكن أن يترك تداعيات على الجسم، حتى وإن كانت الأليات بمجملها طبيعية.

قدرة على التحمل

تخضع هذه الفئة من المرضى لفحوصات دورية لا تظهر في العادة أي مشاكل عضوية ما يكسب أفرادها تسمية مريض الوهم، لا يعني ذلك أن مرضاً حقيقياً قد يظهر مقابل مرض آخر يُفترض أنه وهم، الأمران موجودان إلا أنهما مختلفان تماماً.

قوة الروح

بات مفهوم الجسدنة اليوم مثبتاً، إنه تأثير تتركه الحالة النفسية على الجسم وعلى وظائفه. يدرك الأطباء أن الضيق النفسي قد يحفز بعض المشاكل، في الضمائر عينه، يُعتبر الوسواس المرضي الشديد أحد الأمراض النفسية-الجسدية. لا بد من الإشارة إلى أن الرجال يُصابون أكثر من غيرهم بهذه الأمراض ويمكن وصفهم بمرضى الوهم الذين يسيطر عليهم القلق والعداوت. لا يعاني هؤلاء بالقلق، تتسارع ضربات القلب أو التعرق الشديد، ولا يُصنّفون ضمن فئة الأشخاص الذين يعانون أمراضاً نفسية-جسمية، إنما تشكل هذه العناصر إحدى مميزات شخصياتهم.

شباب ومراهقون

في معظم الأحيان، يشعر المريض بأعراض متكررة في المراهقة ومرحلة الشباب قبل سن الثلاثين، فيبدو عليه القلق والاكتئاب من دون أن يتحول الأمر إلى ميزة تطبع حياته.

يشتك بعض المرضى من آلام منتشرة في أنحاء الجسم يصعب علاجها لأنها لا تصب ضمن خانة تشخيص معروفة. يميل الأطباء في حالات مماثلة إلى الحديث عن أمراض جسمية. يبقى الأمر في المطلق غامضاً لا سيما أن المرضى يشفون من تلقاء أنفسهم من دون أن يدركوا الأسباب الكامنة وراء شفائهم.

أمراض نفسية - جسمية

- مشاكل مرتبطة بالنوم؛ تكثر مشاكل النوم وتتنوع وغالباً ما تنتج من مخاوف متنوعة. لا توفر مشاكل النوم أحداً بل تطال الفئات العمرية كافة بشكل متفاوت. يؤدي الأرق إلى ضعف وعصبية ويرمي المرء في حلقة مفرغة، لذا لا يجب الاستهانة به. يترك هذا النوع من ردات الفعل إزاء الضغط تداعيات على مستوى الانتباه والتركيز في الحياة العملية أو في المدرسة، وقد تصل الأمور إلى حد التأخر في النمو.
- أمراض جلدية؛ ترتبط الأمراض الجلدية في غالبيتها بكتيريا، فيروس أو طفيليات. يحدث أحياناً أن تؤدي الحالة النفسية دوراً مهماً، فلا عجب أن يلاحظ البعض ظهور قرحة أو جرب أو ثعلبية أو قوباء أو صدفية بعد حادث أو انفصال أو صدمة ما. لا بد من الإشارة إلى أن الحالة النفسية غالباً ما تكون كامنة وراء إصابة الأطفال والمراهقين والبالغين بالإكزيما.
- داء الشقيقة؛ يعتقد أن بعض أنواع داء الشقيقة، على غرار ألم في الظهر غير ناتج عن حركة خاطئة، ينتمي إلى الأمراض النفسية-الجسمية في ظل غياب أسباب أخرى.
- مشاكل الدم والأوعية الدموية؛ يعزى ارتفاع ضغط الدم، في حالات كثيرة، إلى الانفعالية وعدم انتظام دقات القلب التي قد تبدو مقلقة بعض الشيء. يعاني البعض ضيقاً يصل إلى حد الإغماء، وغالباً ما يكون مبهماً، فيما الضيق الحقيقي يؤدي إلى خلل في القلب أو الشرايين لدى مرضى القلب والشرايين.

لتقديم فكرة عن الروابط المعقدة بين الدماغ والجسم، نذكر الجملطات التي غالباً ما تعزى إلى أسباب عضوية، إلا أنها قد تطرأ أحياناً نتيجة صدمة عاطفية. في الضمائر عينه لا حظ الأطباء أن الأشخاص الذين يستعيدون حياتهم الطبيعية، بعد نوبة قلبية، يحظون بفرصة العيش لفترة أطول من تلك التي قد يحظى بها آخرون يعانون اكتئاباً بعد النوبة القلبية.

- فقدان الشهية و/أو الشره المرضي؛ يعزى الخلل الغذائي، عموماً، إلى أسباب عاطفية حتى وإن بدت الأسباب أحياناً مجهولة. وقد يؤدي فقدان الشهية أو الشره المرضي إلى أمراض أخرى وإلى ضعف في القلب والأوعية الدموية.
- مشاكل معوية؛ الأمعاء والقولون والكبد أو ما يُعرف أساساً بالمرارة أعضاء حساسة لدى الأشخاص الذين يؤثر

العوامل محفزة

وفاء عزيز، مشاكل مهنية وعائلية، شقاء ناتج عن علاقة حب فاشلة، انتقال من مكان إلى آخر بشكل سين، تغيير معين طرأ على المنصب المهني... كلها ظروف تطاول الناحية العاطفية وتؤدي إلى أمراض وحالات ضيق يصعب تحملها.

يخشى الأطباء الظروف الضاغطة المتجددة بانتظام، لذا قد يبدو بعض الإزعاج في العمل أخطر من عمل مرهق، وبالتالي قد تجد صعوبة في إدارة الضغط الذي يسببه الاهتمام بمرضى يعاني الأثره، إلا أن حالات الاكتئاب وأحياناً الانتحار تنتج من ظروف متكررة لا حل واضحاً أو متوقفاً لها. يبدو المريض أساساً بحال جيدة، إلا أنه قد يعاني فجأة ضيقاً معيناً.

القلق الرئيس الذي يساور الأطباء، حين يراجعهم مريض يعاني هذا النوع من الأعراض، هو الوجود في الروتين، من الأفضل أن يتأكد الطبيب من أن الضيق لا يعزى إلى سببٍ آخر. بالتالي، قد تراجع مريضة طبييتها بانتظام بسبب التهاب في القولون امتادت أن تتناول Spasfon كعلاج، وفي كل زيارة، تسأل عن سبب الألم.

الدماغ الموقف

كثيرة هي الأمثلة التي تثبتت قوة الدماغ والوهم الذي يسيطر على الإنسان ويأخذ من جسمه كل

الانفعال والحساسية سريعاً على صحتهم. علاوة على ذلك، يمكن أن يصاب المرء بأنواع أخرى من الضيق، إلا أنه يتحاشى زيارة الطبيب باعتبار أن الأسباب النفسية لا تؤدي إلى أمراض عضوية خطيرة قد تتطور حتى بعد اختفاء العامل النفسي. في أغلب الأحيان، يدرك المرضى أعراضهم فيلجأون إلى المعالجة الذاتية.



منوعات

الفكر

27



تأجيل تصوير (حافة الغضب)

تم تأجيل تصوير القصة الثانية من مسلسل (حافة الغضب) الذي يقوم ببطولته الممثل حسين فهمي، وذلك بسبب الأحداث الأخيرة التي عصفت بمصر، ولم يحدد بعد موعد آخر للتصوير.

المسلسل من بطولة حسين فهمي، رانيا محمود ياسين، مدحت تيم، سوسن بدر، روان فؤاد، احمد حلاوة، احمد الشافعي، داليا ابراهيم، عفاف رشاد، شعبان حسين ومحمود الجابري، وهو من تأليف محمد سليمان، محمد الصفتي ومن اخراج حسني صالح.



ليلي علوي تستعد لخوض تجربة فريدة من نوعها

قالت الممثلة المصرية ليلي علوي ان الممثل السوري فراس سعيد قدم دوره في مسلسل (فرح ليلي) ببراعة شديدة جداً وياقظاً وبشكل طبيعي، فمن يشاهده يعتقد أنه مصري الجنسية وليس سورياً أو أرجنتينياً، وأحب ان أشكره على تقديم شخصية (أدهم) واتقانه لها بهذه الصورة). أما عن مشاريعها المقبلة، كشفت علوي بأنها (تستعد لخوض تجربة فريدة من نوعها وتخشي كثيراً من نتائجها، ولكنها في مرحلة دراسة كافة النواحي حتى تحقق تلك التجربة النجاح، وهي تجربة الإنتاج السينمائي لأنها شعرت ان السينما في حاجة لمن يحركها، وعملية الإنتاج السينمائي ضعيفة جداً لذا السينما في خطر الان، لذا فكرت في إنتاج عمل سينمائي وهي الان في مرحلة دراسة الفكرة من النواحي كافة).



نفت الفنانة المصرية غادة عبد الرازق احتكارها اسمها فنياً بعد تأسيسها لشركة إنتاج فني، ولفتت إلى أن الانسحاب من الإنتاج الدرامي يضر كثيراً بالفن المصري.

وقالت إن فريق مسلسل (حكاية حياة) يقدم أداءً فنياً مختلفاً عما قدمه في مسلسلهما السابق، كما أشارت إلى أنها اندهشت من الهجوم على فيلم (جارسونيرة) لكنها تراهن عليه بشدة...

حب المخاطرة ... دفعني لخوض تجربة الإنتاج

غادة عبد الرازق: أراهن على (جارسونيرة)

تكرار العمل معهم طالما أن هذا الفريق يمتلك قدرات كبيرة ويمكنه دائماً أن يتعد عن النمطية والتقليدية.

• لماذا تم اختيار الفنانة شيرين عبد الوهاب لغناء (تتر) المسلسل؟

- أرى أن صوت شيرين إضافة قوية إلى المسلسل لأنها موهوبة جداً، وأنا أراها من أهم الأصوات المصرية، وهي قادرة على إعادة الجمهور إلى الغناء بقوة، وهي قريبة من جيل العملاقة مثل أم كلثوم وأسماهان ونجاة ووردة وغيرهن من المطربات الكباريات.

• بعيداً عن الدراما، حديثنا عن فيلمك السينمائي (جارسونيرة)؟

- الفيلم يُعد انطلاقة جديدة لصناعة السينما في الشرق الأوسط، وجذبني إليه موضوعاته الهامة وقوة الدور الذي لعبه، وبشاركتي البطولة الفنان الأردني منذر رياحنة ونضال الشافعي، وهو من إخراج هاني جرجس فوزي.

• يتردد أن هذا الفيلم سيقابل بانتقادات شديدة؟

- أنا مندهشة من الهجوم على الفيلم قبل عرضه، وللعلم العمل لا يتضمن أي مشاهد مثيرة أو خارجة، وكل ما تردد عن الفيلم مجرد إشاعات لا أساس لها من الصحة والحكم سيكون بعد عرضه وأنا أراهن عليه بشدة.

• وماذا عن فيلمك السينمائي الجديد (حجر أساس)؟

- الفيلم من إنتاج وليد صبري، وهو من تأليف ناصر عبد الرحمن، وإخراج محمد سامي، وبشاركتي ببطولته الفنان المميز خالد صالح وتطور أحداثه في منطقة وسط البلد حول ما يدور في الشارع المصري خلال الوقت الراهن.



• لماذا تخوضين تجربة الإنتاج في الوقت الحالي؟

- أحب المخاطرة، وهذا - هذا يرجع إلى أنه مسلسل متميز، ومكتوب بمهارة كبيرة وتقوده مخرجة متميزة هي شيرين عادل، ويضم كوكبة من النجوم المتميزين على رأسهم صلاح عبد الله وسوسن بدر وعيبر صبري وغيرهم من النجوم.

• وماذا عن مشاريعك الإنتاجية الجديدة؟

- تشاركني المنتجة مها سليم في شركة الإنتاج، وسقوم بإنتاج العديد من الأعمال خلال الفترة المقبلة، حيث نقدم برنامجاً بعنوان (أحلى من النهارده) وهو مأخوذ عن برنامج فورمات عالمي حول عمليات التخسيس والريجيم، وحصلنا على حق تنفيذ وعرضه في منطقة الشرق الأوسط.

• ونحضر الآن لبرنامج تلفزيوني من فكرتي وتقديمي، والبرنامج سيتم البدء بتصويره بعد عيد الفطر وكل المشاركين فيه من الشباب، وهو لا علاقة له ببرامج اكتشاف المواهب الفنية المنتشرة هذه الأيام في الفضائيات العربية ولن يضم أي لجان تحكيم، حتى ظهوري سيكون بسيطاً للغاية.

• هل ستحكرين نفسك؟

- بالطبع لا، فأنا أستطيع أن أفضل جيداً بين غادة المثلثة وغادة المنتجة، والدليل أنني أقدم أعمالاً فنية أخرى هذا العام من إنتاجي ولا أشارك فيها، وأنا لن أحتكر نفسي وإذا عثرت على عمل تلفزيوني جيد للعام المقبل مع منتج آخر فسأقدمه فوراً.

• في مسلسل (حكاية حياة) لماذا كررت العمل مع فريق مسلسل (مع سبق الإصرار) نفسه؟

- كثيرون من القائمين عليه هم أنفسهم صنّاع (مع سبق الإصرار)، ولكن مختلف شكلاً ومضموناً، وأنا لا أجد أي مشكلة من



نسرين إمام: في بلدي حرب على الإرهاب

أكدت الفنانة نسرين إمام أنها تتابع الأحداث التي تقع في مصر لحظة بلحظة على الرغم من تواجدها خارج مصر، وذلك من خلال وسائل الإعلام والمواقع الإلكترونية، واستكملت: (أعترف جيداً أن ما يقع في بلدي هو حرب على الإرهاب وأحاول إيصال هذه الرسالة للعالم الخارجي من خلال تواجدي خارج مصر). كما أوضحت أنها لا تتوقف عن الدعاء طوال الوقت حتى تعبر مصر هذه الأزمة متمنية أن يتوقف نزيف الدم، كما أكدت أنها سعيدة بدعم الكثير من الدول العربية لمصر خاصة أنهم يعرفون جيداً قيمة مصر الحقيقية وقوتها ودعمها لكل الدول العربية طوال حياتها. وكشفت نسرين أنها تتابع حالياً حملها مع الأطباء لأنها في الأشهر الأخيرة من



الحمل وتنتظر مولودها الأول من زوجها المنتج تامر مرسي.

يذكر أن الفنانة نسرين إمام كانت اعتذرت عن المشاركة في بطولة مسلسل (العراق) الذي قام ببطولته الفنان



الفكر

الرضاعة الطبيعية تخفف خطر البدانة



وجد باحثون يابانيون ان الرضاعة الطبيعية تخفف خطر معاناة الأولاد لاحقاً من الوزن الزائد أو حتى البدانة. وأفاد موقع هيلث دي نيوز الأميركي ان باحثين يابانيين أجروا دراسة على أكثر من 43 ألف ولد بين السابعة والثامنة من العمر، ودققوا في مسألة إرضاعهم. وبعد الأخذ بعين الاعتبار كل العوامل التي قد تؤثر في وزن الأولاد، خلصوا إلى ان الرضاعة الطبيعية تخفف خطر معاناتهم من زيادة الوزن والبدانة. واتضح ان الأولاد، الذين رضعوا من أمهاتهم بين 6 و7 أشهر، كانوا أقل عرضة لأن يكونوا بدناء أو لديهم وزن زائد، مقارنة مع الأولاد الذين شربوا حليباً آخر في هذه المرحلة. لكن الباحثين أوضحوا انه بالرغم من اكتشاف هذا الارتباط، فإنهم لم يخلصوا الى علاقة سببية في هذه المسألة. وتأتي هذه الدراسة رداً على دراسة أخرى نشرت في مارس الماضي، مفادها ان الرضاعة الطبيعية لا تحمي من زيادة الوزن والسمنة لاحقاً خلال حياة الطفل.

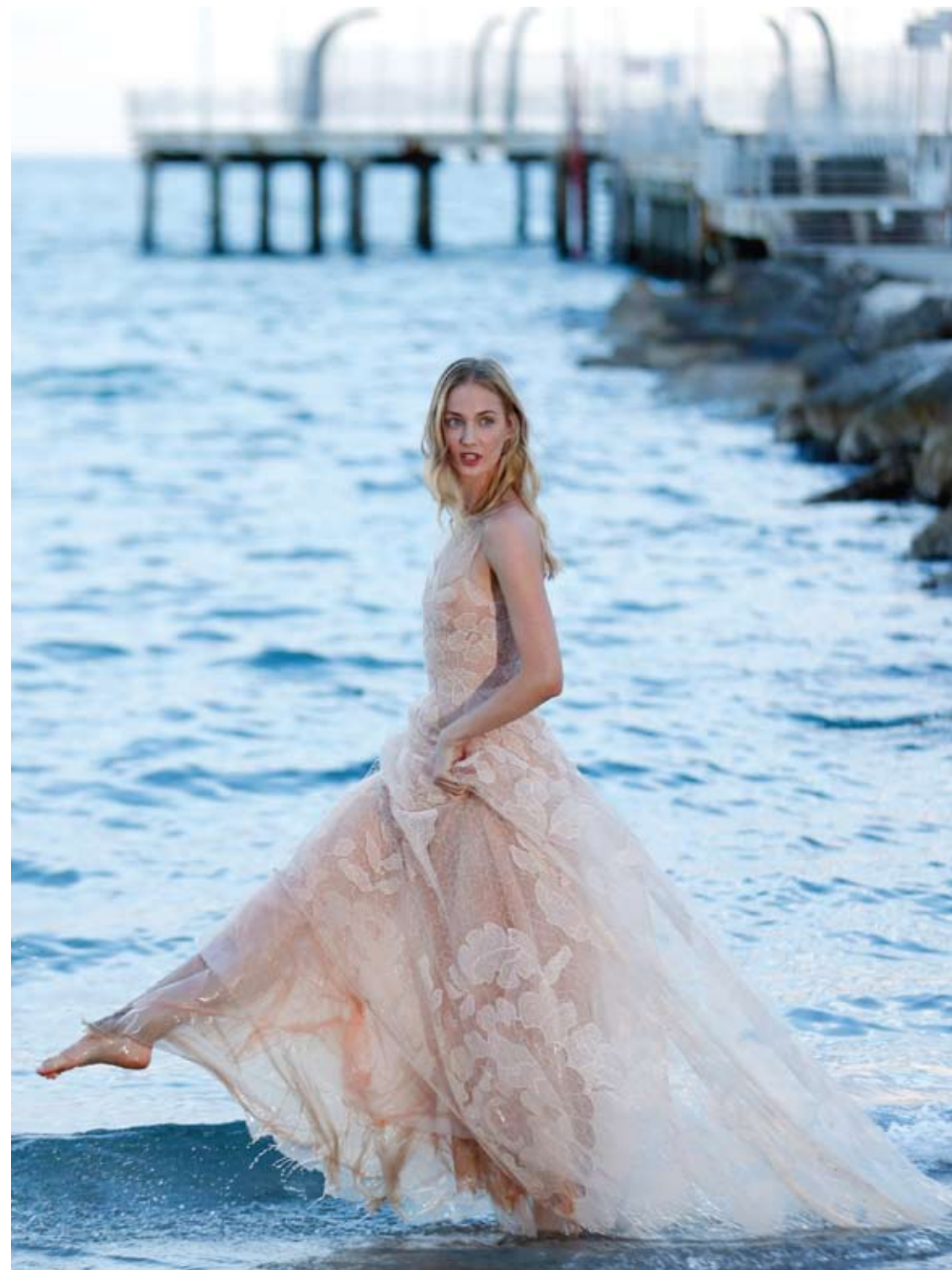
3 نصائح لوقف التعرق

قد يكون التعرق مصدراً للإحراج في فصل الصيف، لكنه أمر لا يمكن تفاديه مع ارتفاع درجات الحرارة ومستويات الرطوبة. تورد مجلة لها بعض النصائح للتخفيف قدر الإمكان من التعرق وآثاره المزعجة:

1. استعمال نوع أفضل من مزيل الرائحة. إذا كانت بقع التعرق تفسد الملابس، يقول الأطباء إن هذا دليل على ضرورة استعمال مزيل للرائحة بفاعلية أكبر. يجب عندها استعمال مزيل الرائحة مرتين يومياً، في الصباح وفي المساء. من شأن ذلك توفير مستوى جيد من الحماية طوال اليوم.
2. الامتناع عن استعمال بودرة الأطفال. فرش بودرة الأطفال على مساحات التعرق لا يحول دون إفراز التعرق. بالفضل، تستطيع البودرة فقط امتصاص الرطوبة والروائح بشكل مؤقت.
3. أمشاط الوجه. إذا امتلأ الوجه بالعرق، يجب أنعاشه بمسحوق رطب. ولتفادي بسط الماكياج مجدداً عند النساء، يجب استعمال المحارم الورقية الماصة للعرق وربتها بشكل خفيف على الوجه.

المهدئات تزيد مخاطر الإصابة بالالتهاب الرئوي

حذرت دراسة طبية من الإفراط في تناول المهدئات لأنها تضاعف فرص الإصابة والمعاناة من الالتهاب الرئوي بالمقارنة بالأشخاص الذين لا يتناولون مثل هذه العقاقير. يأتي ذلك في الوقت الذي شدد فيه الباحثون على أن مخاطر الإفراط في المهدئات لا تقتصر على الإصابة بالالتهاب الرئوي، بل زيادة فرص الوفاة مبكراً، مشيرين إلى أن المهدئات الأكثر شيوعاً مثل (الفاليوم) و(كزاناس) إلى جانب عقاقير المعالجة لنوبات الصرع والأرق تسهم أيضاً في مخاطر الالتهاب الرئوي. ويذكر أن الأبحاث الطبية قد أجريت على أكثر من 5 آلاف شخص تعرضوا للإصابة بالالتهاب الرئوي، خلال الفترة من عام 2001 وحتى 2002، وتمت مقارنة هؤلاء المرضى بأكثر من 500 ألف شخص من الأصحاء. كما لوحظ أن المرضى الذين يعانون من الالتهاب الرئوي عادة ما تتزامن إصابتهم به مع الإصابة أيضاً بعدد من الأمراض المزمنة، مثل الاكتئاب وأمراض القلب ونوبات الذهان، وهم أكثر عرضة للتدخين.



المثلة وعارضة الأزياء إيفا ريشيبيونو تستمتع بشواطئ إيطاليا قبل يوم من حضورها مهرجان البندقية السينمائي. (رويترز)

قرأت لك

الموز
تحتوي المائة غرام من الموز على 70% من وزنه ماء وحوالي 25% نشا و2% من وزنه سكر عنب وسكر قصب ودهون والبياف وبروتين - ومن الاملاح المعدنية 60 مليغرام حديد وحوالي 40 مليغرام كالسيوم وبيوتاسيوم وفيتامين C وفيتامين B2. فوائد:

- يستعمل في مكافحة زيادة املاح الصوديوم.
- يمنع تصلب الكلى والشرايين.
- مقاوم للإسهال.
- يحمي الجسم من فقر الدم ويساعده في افراز الملح نظرا الى وجود البيوتاسيوم فيه.
- مزج عصير الموز مع الحليب يساعد على تهدئة قرح المعدة. والكالسيوم الموجود في الموز اجود من الكالسيوم الموجود في الجبن والحليب.

سؤال وجواب

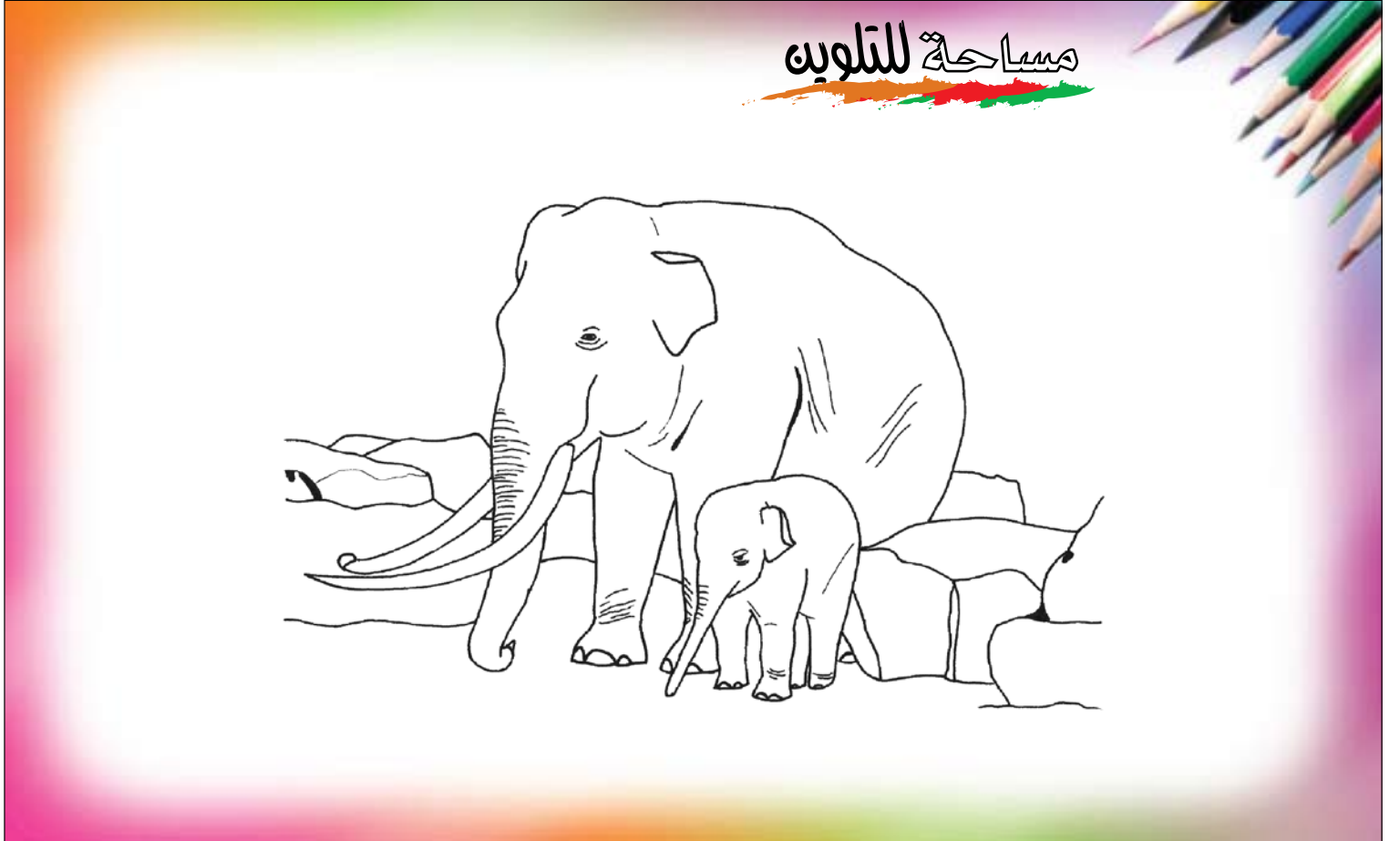
- كم عدد آيات القرآن الكريم؟
- 6200 آية
- كم عضلة يستخدم الإنسان عندما يتكلم؟
- 44 عضلة
- ما أقوى الحيوانات ذاكرة؟
- الجمل
- كلمة أثيوبيا يونانية الأصل، فما معناها؟
- الوجه المحترق
- ما عاصمة الشيشان؟
- كروزني
- من هو الخليفة الذي كان يحج عام ويغزو في آخره؟
- هارون الرشيد
- الزلوتي هي العملة النقدية لـ
- بولندا

هل تعلم؟

- هل تعلم إن أول من فصل علم المثلثات عن علم الفلك وأول من استخدم الظلال وظلال التمام والقواطع وقواطع التمام والجيوب وجيوب التمام في قياس الزوايا والمثلثات هم الرياضيون العرب ويأتي على رأسهم في هذا المجال نصير الدين الطوسي المتوفي عام 672 هـ/1274 م.
- هل تعلم أن مخترع رقااص الساعة (الهندول) هو ابن يونس علي بن عبد الرحمن بن أحمد بن يونس المصري المتوفي سنة 399 هـ/1009 م. وهو من علماء الفلك والميكانيك عند العرب. اخصص بصحبة الحاكم بأمر الله الفاطمي. وهو أول من اخترع رقااص الساعة وقد استعمله لقياس الزمن لأنه متحرك حول محور ثابت ذبذباته متواقة نظرياً وقد نسب هذا الاختراع من بعده للإيطالي غاليليو المتوفي سنة 1643 م لأنه وسع دائرة استعماله بعد ابن يونس.
- يستخدم رجال الاسكيمو التلاجات لمنع الطعام من التجمد!!
- صوت البطة لا صدى له ولا احد يعلم لماذا؟
- من الممكن ان تصعد البقرة الدرج ولكن من المستحيل ان تنزل
- كل جهتين متقابلتين في الترد مجموع عددهما هو سبعة

قصة الفتي الذكي

استطاع الفتي مهرا ن ان يصطاد ثلاث سمكات كبيرات ومر عليه احدهم وسأله بكم هذه السمكات فقال الواحد بخمسة دنانير فهي تزن الكثير فقال احلمهم وتعالى معي وذهب به إلى احد البيوت الكبيرة الفاخرة ثم اخذهم منه وقال انتظر هنا سأرسل اليك نقودك وزيادة فشكره مهرا ن وجلس يستريح على باب البيت . تأخر الرجل في الخروج فحق مهرا ن الباب كثيرا ولا مجيب فأخذ يدور حول البيت فشم رائحة السمك وهو يشوى عرف ان الرجل الدنيء ضحك عليه فغضب وجرى حول البيت ونظر من احد النوافذ فشم رائحة السمك القوية وعرف ان المطبخ قريب من الشباك فقام بالتسلل من الشباك وسار خلف الرائحة وسمع احدى النساء وهي تقول لقد انتهيت من الطعام وغطيتة هل أتى إليك به؟ فقال الرجل: دعيه الان وحينما ننتهي سنطلبه وتركت المرأة السمك فتسلل مهرا ن إلى المطبخ ورفع الغطاء فشره السمك المشوي فقرر امرا وخرج من جيبه ثلاث ليمونات وبعض الرياحين كان قد اشتراهم من السوق لانه قطع الليمون ووضع في بطن كل سمكة قطع الليمون وبعض الرياحين ثم تسلل من الشباك مسرعا إلى قصر الوالي ووقف بين يديه وقال كنت أحمل صحنا كبيرا به ثلاث سمكات مشويات هدية من امي لكن هناك رجلا اخذ مني السمك وقال انه احق به فجن الوالي ونادي صاحب الشرطة وقال له لتذهب معه وتأتي بالرجل والسمك معا.. عاد صاحب الشرطة ومعه صاحب البيت وصحن السمك وقد وقف الغلام والرجل بين يدي الوالي فقال للرجل كيف تأخذ سمك ملكا لي فقال له انا لم أخذه بل اشتريته من هذا الفتي فقال مهرا ن مسرعا لا انه كاذب لقد شوته امي لك يا مولاي فقال الرجل انه فتى كاذب فقال مهرا ن لسبب كاذب والدليل على ذلك لقد وضعت امي به الليمون والرياحين اكراما للوالي فضحك الرجل وقال وهاهو السمك لا يوجد به ليمون ولا رياحين وفتح بطن السمك واذا به يرى الليمون والرياحين فأسقط في يده وحمله صاحب الشرطة إلى السجن في الوقت الذي استمتع فيه مهرا ن بمكافأة كبيرة جدا ولم يكن يحلم بها ومن يومها لم يضحك عليه احد .



سليمان صالح عبدالله الجابري



مبارك محمد مصعب الراشدي



سميد راشد سميد الراشدي



مريم سميد راشد الراشدي

متفوقه في دراستها. ومتعاونه مع زملائها تهوى الرسم والتلوين.. وتتمنى ان تصبح طبيبة في المستقبل.. وتهدي صورتها إلى جميع الأهل والأصدقاء.

متفوق في دراسته. ومتعاون مع زملائه. يهوى الرسم والتلوين.. ويتمنى ان يصبح معلم في المستقبل.. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.

متفوق في دراسته. ومتعاون مع زملائه. يهوى الرسم والتلوين.. ويتمنى ان يصبح طبيب في المستقبل.. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.

متفوقه في دراستها. ومتعاونه مع زملائها تهوى الرسم والتلوين.. وتتمنى ان تصبح طبيبة في المستقبل.. وتهدي صورتها إلى جميع الأهل والأصدقاء.