صلحمات

جمعية الإمارات للسرطان توقع مذكرة تفاهم مع مستشفى زليخة في دبي

ص 27

ويضيف أنها "تحتوي على مجموعة من الفيتامينات

والمعادن المختلفة التي تدعم الصحة العامة، "جنبًا إلى

جنب" ومواد كيمياوية نباتية ذات خصائص مضادة

للأكسدة، والتي يمكن أن تساعد في حماية الخلايا

في الجسم من التلف الذي "يمكن أن" يؤدي إلى

توصى منظمة الصحة العالمية بتناول 400 غرام أي

5 حصص من الفاكهة والخضروات يوميًا كجزء من

نظام غذائي صحى ومتوازن لتقليل مخاطر الإصابة

بمشاكل صحية خطيرة. وتعادل قطعة واحدة متوسطة

الحجم من الفاكهة، مثل التفاح أو الموز أو الكمثري،

حصة واحدة، مما يعني أنه ينبغي تناول ثمرتين من

فاكهة الكيوي والخوخ للحصول على حصة أخرى.

وعندما يتعلق الأمر بالتوت، تكفى حفنة أو اثنتين،

وبالنسبة للفواكه الكبيرة مثل المانجو والأناناس،

تكفى شريحة أو اثنتان. تُحسب الفواكه المجففة أيضًا

ضمن الخمس حصص يوميًا، وتشكل الحصة ملعقة

كبيرة ممتلئة أو 30 غراما من الزبيب. ويكفي أيضًا

تناول كوب واحد سعة 150 مل من عصير الفاكهة أو

يحتاج الشخص إلى تناول نحو 8 زهيرات أو قطع

للحصول على الفائدة الكاملة من تناول خضروات

مثل البروكلي وكرنب بروكسل والقرنبيط. من المهم

حصص الفواكه

الخضار غير المحلى.

حصص الخضروات

وفاء عامر: تعالجت نفسيا بعد دوري في مسلسل «حق عرب»







المراسلات: ص.ب :505 email:munawaat@alfajrnews.ae

موجة حرفي المكسيك

تتسبب بوفاة 48 شخصا

توق 48 شخص في المكسيك وذلك

جراء موجة الحر التي تشهدها

البلاد منذ مارس الماضي، حسبما

أعلنت الحكومة فيما يتوقع

تسجيل درجات حرارة قياسية

وأفاد تقرير نشرته وزارة الصحة

أن الحصيلة الإجمالية التراكمية

بلغت "48 حالة وفاة على المستوى

الوطني" مرتبطة بموجة الحر

التي بدأت منتصف مارس، فيما

عانى 956 شخصا من مشكلات

صحية مختلفة، بحسب معطيات

وفي عام 2023، تم تسجيل رقم

قياسي بلغ 419 وفاة بسبب

موجة حر استمرت 8 أشهر في المكسيك التي يبلغ عدد سكانها

وقال الرئيس أندريس مانويل

لوبيز أوبرادور مؤخرا إن موجة

الحرارة الحالية "استثنائية"،

معتبرا "أنها ظاهرة طبيعية

مؤسفة للغاية، ولها بالطبع صلة

وقال إن درجات الحرارة المرتفعة

وقلة الرياح تزيد من مشكلة

التلوث في العاصمة مكسيكو التي

يعيش ضمن حدودها الإدارية

تسعة ملايين نسمة، ويرتضع العدد

ويتوقع أن تشتد درجات الحرارة

خلال الأسبوعين المقبلين وتحطم

أرقاما قياسية جديدة، وفقا لعلماء

من الجامعة الوطنية المستقلة في

المكسيك كتبوا على موقع إكس

أن "في الأيام العشرة إلى الخمسة

عشر القادمة، ستشهد المكسيك

أعلى درجات حرارة تم تسجيلها

على الإطلاق في تاريخها، مما قد

يولد مستويات عالية من التلوث

ومن بين عواقب موجة الحر

نضوق "قرود العواء" في ولاية

وقال فيكتور موراتو، مدير

المستشفى البيطري في مدينة

كومالكالكو، إنه تحت تأثير

الحرارة، تصاب القرود التي تجلس

على غصون الأشجار العالية في

الغابات المطيرة بالإغماء وتسقط

من ارتفاع يصل إلى 20 مترا.

بسبب الأوزون".

تاباسكو بجنوب البلاد.

كثيرا لدى احتساب الضواحي.

تم تحديثها في 21 مايو.

129 مليون نسمة.

بتغير المناخ".

الاثنين 27 مايو 2024 م - العدد 14161

Monday 27 May 2024 - Issue No 14161

## بينها البطاطا المقلية . . عادات غذائية تسرع من الشيخوخة

يعتقد الأطباء أن اعتماد نظام غذائي قائم على مواد تفتقر للعناصر الغذائية وتحتوي على "سعرات حرارية فارغة"، قد يؤدي إلى تسريع ظهور علامات الشيخوخة، ويتسبب بظهور أمراض مثل مقاومة الأنسولين أو الضيق المزمن.

فقد قال الخبير وطبيب التغذية، أندريه مارتيوشيف، إن من بين العناصر الغذائية الفقيرة والتي قد تسرع الشيخوخة هي: رقائق البطاطا والدوناتس والبطاطا المقلية والمشروبات الغازية. الألياف والغلوتين والوجبات السريعة لها تأثير سلبي على الجسم،

خاصة إذا كانت هناك تشوهات في الجهاز الهضمي. وأوضىح خبير التغذية لموقع "سبوتنيك" الإخباري الروسي أن الأمراض التي قد تؤدي إلى سوء التغذية متنوعة للغاية، ومنها التي تساهم في تسريع الشيخوخة.

وحسب مارتيوشيف، فإن "التخمير يحدث بسبب مصادر الألياف، لتي تعتبر أحد مكونات "التغذية السليمة"، ومع ذلك، إذا كان لشخص يعاني من مشاكل في الأمعاء الغليظة، فإن مصادر الألياف وهي الخضار الطازجة والفواكه ونخالة الحبوب والبقوليات، قد

واعتبر الخبير أيضا أن "الغلوتين، يصعب هضمه ويدمر الغشاء المخاطي في الأمعاء، بما فيها مكونات الوجبات السريعة مثل الدهون المتحولة والنشاء والمحتوى العالي من الضركتوز والزيوت النباتية تلحق الضرر بالجهاز الهضمي، وتعطل عملية التمثيل الغذائي بسرعة، ما يسبب الإجهاد المزمن والالتهابات ونقص التغذية". وأضاف الخبير: يمكن أن تسبب الأطعمة الدهنية عدم الراحة عند تضرر التدفق لطبيعي للصفراء وأسوأ تأثير عليها هو زيادة الكربوهيدرات السهلة لهضم والوجبات السريعة في النظام الغذائي".

## طرابلس اللبنانية عاصمة للثقافة العربية

أعلنت مدينة طرابلس اللبنانية يوم أول أول أمس الجمعة "عاصمة للثقافة العربية لعام 2024" وذلك في منشأة معرض رشيد كرامي الدولي، وسط المدينة وبعد طول انتظار.

وأقيمت احتفالية رسمية للمناسبة حضرها رئيس حكومة تصريف الأعمال اللبنانية نجيب ميقاتي وعدد من الوزراء وسفراء عرب وأجانب معتمدون في لبنان.

ففي شهر مايو من عام 2015، قررت المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم "أليكسو"، التابعة لجامعة الدول العربية، اختيار مدينة طرابلس اللينانية "عاصمة الثقافة العربية 2021" إلا أنه وبسبب ظروف البلاد وأبرزها انفجار مرفأ بيروت، ووباء كورونا، وافقت "أليكسو" على طلب لبنان تأجيل الحدث إلى عام 2023، ثمّ إلى العام الحالي 2024

وتعد مدينة طرابلس، العاصمة اللبنانية الثانية، ومن أكثر مدن ساحل شرق البحر الأبيض المتوسط التي تضم مواقع أثرية، وعرفت بعاصمة المماليك الثانية بعد مدينة القاهرة.

ويقول التاريخ أن المدينة عرفت باسم طرابلس نسبة لاسم "تريبوليس Tripolis ، أي المدن الثلاث باللغة اليونانية، وهي مدينة تاريخية، وتضم ما يفوق 180 معلماً أثرياً، تتنوع ما بين مسجد وكنيسة وخان وحمام ومدرسة وزاوية وسوق وقصور، وغيرها من المواقع والمعالم الثقافية التي تشكل وجه طرابلس الحضاري.

وطرابلس مدينة تطل على تاريخ ثقافي عريق، وتحديداً في مرحلة ما قبل استقلال لبنان، ويحاول أبناء المدينة إعادتها إلى موقعها

ويشكو بعض كبار المدينة، في دردشة مع موقع سكاي نيوز عربية، من التردي الكبير في أوضاع المدينة التي تم تتويجها عاصمة للثقافة العربية في وقت يئن لبنان تحت وطأة الانهيار الاقتصادي ومن عدم الاستقرار الأمني في الجنوب".

### لدرء الأمراض .. التزموا بـ5 حصص من الفواكه والخضراوات يوميا يعلم الجميع أن تناول الفواكه والخضروات مفيد لصحة الإنسان، ويوصي خبراء التغذية بتناول ما يصل إلى 5 حصص منها كل يوم، وتزن الحصة الواحدة حوالي 80 غـرامـا، بحسب ما نشرته «ديلي ميل» نقلًا عن الصندوق العالمي ا لبريطا نية ، لأبـحـاث السيرطان .WCRF قوى غذائية حقيقية ويقول ماثيو لامبرت، خبير التغذية في WCRF، إن هناك العديد من الفوائد الصحية لتناول الخضار الشخص إلى تناول 30 غراما من الألياف والفواكه - سواء كانت طازجة أو مجمدة أو معلبة -يوميًا كجزء من نظام غذائي صحى، فيما فهي قوى غذائية حقيقية".

الأمعاء وكذلك دعم صحة الجهاز الهضمى". أيضًا تناول خضروات جذرية واحدة، مثل الجزر أو

> بالنسبة للخضروات صغيرة الحجم مثل البازلاء أو الندرة الحلوة أو الفطر المفروم، فإن  $\, 3 \,$  إلى  $\, 4 \,$  ملاعق كبيرة ستمنح الشخص الكمية المناسبة من العناصر الغذائية. وتعد الفاصوليا والعدس أيضًا من العناصر الخمسة التي يتم تناولها يوميًا.

### مصادر الفيتامينات والمعادن

توضح هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية أن الفاصولياء والبقوليات لا تُحسب إلا ضمن وجبة واحدة من الخمس يوميًا بغض النظر عن الكمية التي يتم تناولها، وذلك لأنها تحتوي على مواد مغذية أقل من الفواكه والخضروات الأخرى، على الرغم من كونها مصدرًا جيدًا جدًا للألياف. تعتبر الفواكه والخضروات مصدرًا جيدًا للفيتامينات

كما أنها مصدر كبير للألياف التي يمكن أن تساعد في الحفاظ على أمعاء صحية، ومنع مشاكل الهضم وحتى

> تقليل خطر الإصابة بسرطان الأمعاء. 30 غرام ألياف يوميًا

وفقًا لهيئة الخدمات الصحية الوطنية، يجب أن يهدف

#### بل خطر الاصابة بالسرطان

### وقاية من أمراض أخرى

إن تناول الكثير من الفاكهة والخضار يمكن أن يمنع أيضًا أمراضًا أخرى، حيث أكد لاميرت أن "الأنماط الغذائية، التي تشمل مجموعة واسعة من الخضروات والفواكه، ترتبط بانخفاض خطر الإصابة ببعض أنواع السرطان وأمراض أخرى مثل أمراض القلب

وإن "إحدى توصيات الوقاية من السرطان الصادرة

وأوضيح أن "الألياف تساعد على نقل الطعام عبر الجسم بشكل أسرع، كما يؤدي تناول الأطعمة الغنية بالألياف إلى الشعور بالشبع لفترة أطول مع سعرات حرارية أقل. إن هناك أدلة قوية على أن تناول نظام غذائي غني بالألياف يمكن أن يساعد في الحماية من زيادة الوزن، علمًا أن العيش مع زيادة الوزن والسمنة يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بـ 13 حالة سرطان

قال لامبرت إن "الأنظمة الغذائية التي

تحتوي على نسبة عالية من الألياف يمكن

أن تساعد في تقليل خطر الإصابة بسرطان

والأوعية الدموية".

عن الصندوق العالمي لأبحاث السيرطان هي جعل الخضار والفواكه والبقول "الفاصوليا والبازلاء والعدس" والحبوب الكاملة جزءًا رئيسيًا من النظام الغذائي اليومي المعتاد".

## 27 قتيلاً في حريق بمجمع ملاد

ارتفعت حصيلة ضحايا حريق مجمع ملاه وألعاب ترفيهية في الهند إلى ما لا يقل عن 27 قتيلاً، بينهم أطفال، حسب تقارير إخبارية محلية. وأفادت صحيفة "إنديان إكسبريس الهندية بأن حكومة ولاية غوجارات قالت في بيان إن 27 جثة نقلت إلى مستشفى راجكوت المدني لتشريحها. وإن معظم الجثث وصل متفحماً، ما يجعل التعرف على هويتها صعباً. وقال نائب مفوض شرطة راجكوت بارشراج جوهيل لصحيفة إنديان إكسىبريس، إن 4 اعتقلوا لصلتهم بمجمع الألعاب. واندلع الحريق في المجمع بعد ظهر السبت. وقال مسؤولون إن الملاهي لم

التحقيق مع صاحب المجمع بتهمة

تحصل على موافقة إدارة الإطفاء. ولم يتضح بعد سبب الحريق. ويتواصل

# تحذير من السولانين في حبات البطاطا

حذر المركز الاتحادي للتغذية في ألمانيا من تناول البطاطا الخضراء أو التي تحتوي على الكثير من مواضع الإنبات، لارتفاع مستوى السولانين فيها.

نفسها من الآفات، مشيراً إلى أن تناوله يرفع خطر التسمم الغذائي، والذي تتمثل أعراضه في الغثيان، والقيء، وحرقة الحلق، ومشاكل المعدة، والإسهال، وفقدان الوعي، والوفاة

وشدد المركز على ضرورة استدعاء الإسعاف عند ملاحظة

لأنها تُنبت بسرعة أكبر في الضوء، فتُنتج مادة السولانين

وأوضح المركز أن السولانين سم تنتجه البطاطا لحماية في أسوأ الحالات. هذه الأعراض للعلاج في الوقت المناسب. وبشكل عام، أوصى المركز بتخزين البطاطا في مكان مظلم،

## تمكن علماء معهد نيلس بور، بجامعة كوبنهاغن الدنماركية، ولأول مرة في تاريخ علم الفلك، من ملاحظة ولادة المجرات الثلاث الأولى في الكون،

وفق وكالة الأنباء القطرية. ووفقاً للعلماء، شهد لأول مرة توثيق الولادة مباشرة لثلاث أقدم مجرات على الإطلاق في الكون، منذ ما بين 13.3 و13.4 مليار سنة، وباستخدام تلسكوب جيمس ويب الفضائي.

وتابع العلماء، بالتلسكوب بالأشعة تحت الحمراء، تمييز كميات كبيرة من الهيدروجين المتراكم حول مجرة صغيرة أثناء التكوين، وبالإضافة إلى ذلك، كان ذلك أبعد قياس حتى الآن لهذا الغاز البارد المحايد، والذي يشكل

المكون الرئيسي للنجوم والمجرات. ويقدر العلماء أن ولادة المجرات الثلاث، حصلت منذ ما يقارب 400 أو 600 مليون سنة من الانفجار الكبير، وفي حين أن هذا يبدو وكأنه وقت طويل، فإنه يتوافق مع المجرات التي تشكلت خلال أول 3% إلى 4% من

عمر الكون الذي يبلغ 13.8 مليار سنة. وقال كاسبر إلم هاينتز من المعهد والذي قاد الدراسة: "يمكن القول إن هذه هي الصور المباشرة الأولى التي رأيناها على الإطلاق لتكوين المجرات، مشيراً إلى أنه بينما أظهر لنا جيمس ويب في السابق مجرات مبكرة في مراحل لاحقة من تطورها، فإننا نشهد هنا ولادتها، وبالتالي بناء أول أنظمة نجمية في الكون".

من جهته أوضح داراش واتسون البروفيسور المشارك "من خلال بضع مئات الملايين من السنين بعد الانفجار الكبير، تشكلت النجوم الأولى، قبل أن تبدأ النجوم والغاز في الاندماج لتكوين المجرات، وهذه هي العملية التي نرى بدايتها في ملاحظاتنا".







في ختام أعمال دورته العاشرة

# مؤتمر أبوظبي الدولي للأمراض الجلدية والتجميل «أيدا»، يؤكد على أهمية استخدام الأدوية البيولوجية لعلاج بعض الأمراض المستعصية

# استخدام الذكاء الاصطناعي في علاج الأمراض الجلدية، وتقنيات الليزر والحقن الحديثة والآمنة في الطّب التجميلي

#### •• أبوظبى- الفجر

أكد مؤتمر أبوظبي الدولي للأمراض الجلدية والتجميل في نسخته العاشره على ضرورة الوقوف على المستجدَّات في طبِّ الأمراض الجلدية، خاصة ما يتعلق باستخدام الأدوية البيولوجية لعلاج بعض الأمراض المستعصية، واستخدام الذكاء الاصطناعي في علاج الأمراض الجلدية، وتقنيات الليزر والحقن الحديثة والآمنة في الطّب التجميلي.

وأوصى المؤتمر في ختام أعماله التي تواصلت على مدى ثلاثة أيام في أبوظبي، بضرورة تعميق التعاون بين القطاعين الحكومي والخاص والتعاون مع شركات الأدوية لإنتاج أدوية بيولوجية لعلاج الأمراض الجلدية مثل الصدفية والأكزيما والثعلبة الشديدة، خاصة وأن دولة الإمارات من أوائل الدول التي أتاحت تقديم علاجات جديدة ومبتكرة إلى المرضى بنمط أسرع وأكثر كفاءة، مما أدى إلى تحسين

وأكد مؤتمر أبوظبي الدولي للأمراض الجلدية والتجميل في نسخته العاشره على أهمية اتباع البروتوكولات العلاجية العالمية والتخطيط لبروتوكول وطني لمعظم حالات الأمراض الجلدية الشائعة بناء على آخر التوصيات العالمية، وإشراك الأطباء المقيمين في مراحل إعداد وتنظيم الأنشطة العلمية القادمة بشكل مكثّف واستقطاب أحدث المعدّات الطبية لعلاج الأمراض الجلدية.

وصول المريض إلى الأدوية الحيوية.

وشدد المؤتمر على أهمية التعليم والتثقيف الصحى، وأخذ المعلومات الطبية والحصول على الاستشارات من المختصين وليس من المؤثرين لتجنب المضاعفات والمشاكل الصحية الناجمة عن المعلومات المغلوطة، وطرق العلاج الخاطئة، والاستخدامات الخاطئة للكريمات والحقن وغيرها، حيث تقدم وسائل التواصل الاجتماعي في الغالب معلومات خطأ عن الطرق المختلفة في التجميل، حيث أظهرت الدراسات والأبحاث الحديثة أن 84% من المعلومات الصحية التي تصدر عن مؤثرين عبر وسائل

التواصل الاجتماعي، غير صحيحة، ولا تصدر عن مختصين، وتصدر عن أناس ليس لديهم أي خلفيات طبية.

والتقنيات الحديثة في تشخيص الأمراض الجلدية، خاصة أجهزة منظار الجلد، مثل جهاز الديرموسكوب الذي يعد من الأجهزة المهمة فى تشخيص الأمراض بصورة دقيقة، وتدريب أطباء الجلدية على استخدامها في التشخيص داخل العيادات والمستفيات.

كما أوصى المؤتمر بضرورة تجميع عدة طرق من أنواع العلاجات لمرض معين، واتباع أحدث الطرق وأكثرها أمنافي علاج المرض الجلدي باستخدام أحدث العلاجات والتقنيات.

وقال الدكتور خالد عثمان رئيس المؤتمر، استشارى الأمراض الجلدية وخبير التجميل، إن المشاركين في المؤتمر ناقشوا التوصيات التي صدرت عن المؤتمر العالمي لتجديد البشرة والشيخوخة والذي يعقد في عدة دول، ويحضره نحو 16 ألف طبيب جلدية، وشارك فيه أطباء من دولة الإمارات، حول تأخير عمر الجلد وأهم التوصيات للتعامل مع الجيل الجديد من سن 12 إلى 26 عاماً، وما هو مسموح فعلياً وما يفيد لتأخير ظهور علامات الشيخوخة، وركزوا

بحثهم حول مضادات الشيخوخة خاصة إبر النظارة، وهل هي حقيقة أو اكذوبة، وأكدوا على عدم استخدام هذه الإبر إلا من خلال العيادات المرخصة والمختصة وباشراف أطباء ذوي خبرة وأوصى المؤتمر بضرورة استخدام الأجهزة

من الغذاء والرياضة والحالة العقلية والنفسية، والابتعاد عن التدخين، وتجنب التعرض لأشعة الشمس دون حماية والتي تؤدي للشيخوخة المبكرة، وإجراء علاج متكامل يركز على الصحة النفسية والبدنية.

التأثر بوسائل التواصل الاجتماعي وعدم أخذ المعلومات منها حول ديمومة الشباب والابتعاد عن المعلومات الخاطئة، وأن يكون هناك أخصائيين لتقديم المعلومة الصحية لجيل الشباب وتقديم

الجدد والتعرف على كل ما هو جديد في الأدوية

الخاصة لعلاج الأمراض الجلدية. لتجنب حصول المضاعفات.

وأكد على وجوب اتباع أسلوب حياة صحي متكامل

وجدد الدكتور خالد عثمان التأكيد على عدم المعلومات الطبية الصحية والموثوقة.

وأوضح الدكتور خالد عثمان أنه تم على هامش المؤتمر تنظيم اجتماعات ولقاءات لجمعيات الأمراض الجلدية في دولة الإمارات ودول مجلس التعاون لدول الخليج العربية والدول العربية تم خلالها بحث التعاون بينها وتبادل الخبرات والتأكيد على أهمية التدريب خاصة للأطباء



والصدفية عند الأطفال، والأمراض المناعية والجديد في علاجها، وأهمية التنسيق بين طبيب الحساسية وطبيب الجلدية اثناء العلاج. هذا وقرر المشاركون في مؤتمر أبوظبى الدولى للأمراض الجلدية والتجميل، تظيم الدورة الحادية عشرة من المؤتمر في الفترة من 2 وحتى 4 مايو 2025 في أبوظبي.

وكيفية الوصول إلى بشرة صحية وخالية من

الأمراض، خاصة وأن هذه الأمراض أصبحت

من الأمراض التي يمكن علاجها والتعايش معها، بالإضافة لمناقشة المستجدات المتنوعة في

علم الجلدية، والحساسية الجلدية والالتهابات

الجلدية ومشاكل الأظافر وكيف تعبر عن وجود

كما تم مناقشة الأمراض الجلدية عند الأطفال

مثل الثعلة والحساسية وأفضل طرق العلاج

واستخدام الابر البولوجية لعلاج الاكزيمات

مرض داخلي والأمراض الجنسية المعدية.

يذكر أن مؤتمر أبوظبي الدولي للأمراض الجلدية والتجميل في دروته العاشرة شارك في أعماله نحو 800 من الخبراء والأطباء والمحاضرين العالميين، وجمعيات متخصصة بالأمراض الجلدية والتجميل والليزر من دول مجلس التعاون لدول الخليج العربية، والشرق الأوسط، وجمعيات عالمية متخصصة، وتحدث خلاله نحو 60 خبيراً ومختصاً محلياً ودولياً، قدموا خلاصة تجاربهم وخبراتهم في علاج الأمراض الجلدية، والتجميل واستخدامات الليزر. وتم اعتماد المشاركة في المؤتمر من دائرة الصحة في أبوظبي بواقع 16.5ساعة تعليم طبي مستمر، ومن قبل المجلس الأوروبي للتعليم

الطبي المستمر بواقع 18.5 ساعة. وجرت فعاليات المؤتمر في الفترة من 24 وحتى 26 من شهر مايو الجاري، في فندق كونراد أبراج الاتحاد في أبوظبي، وعرضت على هامش المعرض أحدث التقنيات والأجهزة التي تستخدم في مجال تشخيص وعلاج الأمراض الجلدية وتقنيات العلاج بالليزر والعلاج التجميلي، إذ شاركت في المعرض لهذا العام نحو 20 شركة عارضة تطرح أحدث الأجهزة وأحدث المعدات الطبية المتعلقة بطب الجلد والتجميل والليزر.





للعمليات الجراحية والتقنيات الحديثة الأخرى

وأضافت أن المشاركين في المؤتمر تعرفوا على

أحدث الأبحاث والدراسات والأخبار في علم

الجلدية مثل البهاق وأنه مرض أصبح له

علاج، والتصبغات والكلف التي أصبح لها علاج

كذلك في الوقت الراهن، كما تم استعراض

أحدث التوصيات المنشورة في المجلة الأمريكية

للأمراض الجلدية، وفي المجلة العالمية للأمراض

الجلدية لعام 2024 والتي تعد مهمة جداً بما

تتضمنه من ملخصات للأبحاث والدراسات

الطبية الحديثة. وأوضحت أن المؤتمر شهد

نقاشات وتبادل للأفكار حول التهابات الغدد

العرقية وأحدث طرق علاجها وعلاج الصدفية

واستخدام الليزر وأجهزة الطاقة في الأمراض

الجلدية التجميلية وحب الشباتب وآثارها

وأحدث الطرق في علاج الحروق وندبات الحروق

التي تستخدم كبديل لجراحة التجميل.





# جمعية الإمارات للسرطان توقع مذكرة تفاهم مع مستشفى زليخة في دبي

#### • • العين - الفجر

وقعت جمعية الإمارات للسرطان وإدارة مستشفى زليخة في دبي مذكرة تفاهم في مجال الرعاية الصحية لدعم علاج مرضى السرطان، إلى جانب التعاون في المبادرات الإنسانية والفعاليات والحملات التوعوية

والاجتماعية، وذلك بحضور الشيخ الدكتور سالم بن ركاض العامري رئيس مجلس إدارة الجمعية، وسعادة زويب النعماني نائب رئيس مجلس ادارة مستشفى زليخة، كما حضر حفل التوقيع الذي أقيم في مكتب إدارة المستشفى في دبي، سعادة عوض سالم الساعدي المدير التنفيذي للجمعية، والدكتور عرفات فيصل مدير ادارة مستشفى زليخة والدكتور محمد

السيد مدير تطوير الأعمال في الجمعية، ومحمد رمضان منسق فرع عجمان في جمعية الإمارات للسرطان، وجيسون توماس مدير التسويق وسامينا خانام نائب المدير لإدارة الاتصال المؤسسي وعمر الشحي من قسم التسويق والتنفيد.

وقال الشيخ سالم بن ركاض إن التعاون القائم مع المؤسسات والجهات

الصحية في الدولة يندرج في إطار دعم مرضى السرطان وزيادة الوعي المجتمعي والتثقيف الصحي حول أنواع السرطان وبالتالي العمل على تطوير الجانب الوقائي في مواجهة هذا المرض، مؤكداً حرص جمعية الإمارات للسرطان على مساعدة المرضى والمصابين وتقديم الخدمات والرعاية لهم وزرع الأمل في نفوسهم.

# شرطة دبى تخصص يومأ ترفيهيأ توعوياً لطلبة مدارس حماية

#### •• دبي-الفجر

في إطار جهودها التوعوية لحماية الطلبة من مخاطر التنمر والجرائم الالكترونية، نظمت القيادة العامة لشرطة دبي ممثلة بمركز التكنولوجيا الافتراضية في الإدارة العامة للتدريب، يوما ترفيهيا توعويا لطلبة

مدارس حماية بمختلف مراحلهم الدراسية. وقال الدكتور العقيد د. منصور ناصر الرزوقي، مدير مركز التكنولوجيا الافتراضية، إن المبادرة تدعم الجهود التوعوية لشرطة دبي في قالب ترفيهي يحفز الطلبة على الاهتمام والمعرفة، وتلقي رسائل توعوية بشأن مخاطر التنمر أو تبادل معلومات وبيانات شخصية مع الغرباء من خلال الألعاب الالكترونية، وتعريفهم بالإجراءات الآمنة لاستخدام الألعاب الالكترونية، وكيفية الإبلاغ عبر قنوات الشرطة المعتمدة. وأكد أن هذه المبادرات التوعوية والمجتمعية تأتي التزاماً من شرطة دبي

بترسيخ مبدأ المسؤولية المجتمعية، والتي تمثل إحدى الركائز الأساسية لشرطة دبي، وذلك من خلال تطوير ألعاب إلكترونية هادفة توعوية وتثقيفية، تعزز وعيهم على الظواهر الدخيلة على المجتمع الإماراتي، خاصة تلك المرتبطة باستخدام الألعاب الالكترونية التي تستهوي فئة الشباب والطلبة. وأوضح العقيد الرزوقي أن مركز التكنولوجيا الافتراضية في شرطة دبي، المختص بإعداد تطبيقات افتراضية وألعاب الكترونية فريدة من نوعها، نظم لطلبة المرحلة الابتدائية في مدارس حماية، يوماً لممارسة لعبة "ولدي صديقي" الهادفة إلى ترسيخ عملية الصداقة والانسجام العائلي بين الآباء والأبناء عبر إيجاد جو ترفيهي يحتوي على مصارحة نفسية تتم من خلال ممارسة اللعبة، الأمر الذي يُساهم في تعزيز القيم لدى الأبناء في حين نظم المركز يوماً لممارسة لعبة كرة القدم "فيفا" للمرحلتين المتوسطة والثانوية لطلبة حماية.





تعد أمراض القلب أحد الأسباب الرئيسية للوفاة، والسبب الأكثر شيوعا للوفاة المبكرة، ولكن بعض التغييرات البسيطة في نمط الحياة يمكن أن تساعد على الوقاية منه. وبصفته طبيب قلب ومدربا شخصيا معتمدا، يعرّف الدكتور محمد ألو كل ما يتعلق بصحة

وأوصى على قناته على "يوتيوب" بستة أشياء يمكن للناس القيام بها ليعيشوا حياة أطول.





# طبيب قلب يكشف عن ستة أمور يتبعها للعيش فترة أطول لا

يركز النظام الغذائي للبحر الأبيض المتوسط على الأطعمة

النباتية مثل الفواكه والخضيروات والحبوب الكاملة

والمكسرات والبذور والبقول. ويشمل أيضا كميات معتدلة

من البروتينات الخالية من الدهون مثل الأسماك والدجاج

ويستخدم زيت الزيتون أيضا ليحل مكان الزيوت والدهون

1. تناول نظام غذائي متوسطي

والأطعمة منخفضة الدهون.

الأخرى في النظام الغذائي.

ببعض أنواع السرطان.



2. رفع الأثقال وتمارين القلب قال الدكتور ألو: "إن الحصول على كتلة عضلية أكبر يساهم في الواقع في طول العمر والحياة الصحية".

3. مؤشر كتلة جسم صحي



4. الإقلاع عن التدخين قال ألو: "إذا كنت مدخنا، أقلع عن جميع أنواع التدخين

مهما كانت". يعد التدخين سببا رئيسيا لأمراض القلب والأوعية الدموية (CVD) ويتسبب في وفاة واحدة تقريبا من كل أربع حالات وفاة بسبب الأمراض القلبية

> 5. احصل على نوم أفضل قال ألو: "مما لا شبك فيه أن وتشمل فوائده تقليل خطر الإصابة بنوبة قلبية أو سكتة الأشخاص الذين يحصلون دماغية، وانخفاض ضغط الدم، وانخفاض خطر الإصابة

على سبع إلى ثماني ساعات من النوم يوميا يكون أداؤهم أفضل على المدى ويرتبط نقص النوم بالعديد من

المشاكل الصحية المزمنة، بما في ذلك أمراض القلب وأمراض الكلى وارتفاع ضغط الدم والسكري

كيفما أمكنك القيام بذلك ومهما كانت أشكال التوتر التي قد تعانى منها".وتشير الدراسات إلى أن المستويات المرتفعة من الكورتيزول الناتجة عن التوتر

طويل الأمد يمكن أن تزيد من نسبة الكوليسترول في الدم والسبكر في الدم وضيغط السدم، وهي عوامل خطر شائعة للإصبابة بأمراض الــقــلــب.وإذا كنت تواجه مشكلة في



تحسن المزاج بشكل كبيروسريع

# فاكهة الكيوى تظهر قدرة كبيرة على تعزيز الصحة العقلية بسرعة

أثبت باحثون من جامعة أوتاغو قدرة فاكهة الكيوي على تحسين المزاج بشكل كبير، ومدى سرعة تأثيرها.

وية دراسة نشرت في مجلة British Journal of Nutrition، وجد الباحثون أن هذه الفاكهة تحسن الحيوية والمزاج في أقل من أربعة أيام.

> ويقول البروفيسور تاملين كونر، المؤلف المشارك من قسم علم النفس، إن النتائج توفر طريقة ملموسة ويمكن الوصول إليها بسهولة لدعم الصحة

وأضاف: "من الرائع أن يعرف الناس أن التغييرات الصغيرة في نظامهم الغذائي، مثل إضافة فاكهة الكيوي، يمكن أن تحدث فرقا في شعورهم كل

وارتبط تناول فيتامين سي بتحسن المزاج والحيوية والرفاهية وانخفاض الاكتئاب، بينما يرتبط نقص هذا الفيتامين بارتفاع الاكتئاب والضعف

الإدراكي.ومع ذلك، يقول البروفيسور كونر إن الأبحاث المحدودة قد قيمت مدى سرعة حدوث تحسن في الحالة المزاجية بعد تناول مكملات فيتامين سي أو مصادر الفيتامين الغذائية بالكامل. وسعى الباحثون إلى سد هذه الفجوة من خلال تدخل غذائى لمدة ثمانية

أسابيع لـ 155 شخصا بالغا يعانون من نقص فيتامين سي. وتناول المشاركون يوميا إما مكملات فيتامين سي، أو دواء وهميا، أو حبتين من فاكهة الكيوي. ثم أبلغوا عن حيويتهم، ومزاجهم، والازدهار النفسى

(الحالة التي يشعر فيها الأشخاص بمشاعر إيجابية وأداء نفسي واجتماعي

إيجابي في معظم الوقت)، ونوعية نومهم، وكمية نومهم، ونشاطهم البدني باستخدام استطلاعات على

ووجد الباحثون أن مكملات فاكهة الكيوي حسنت الحيوية والمزاج خلال أربعة أيام، وبلغت ذروة هذا التحسن نحو 14-16 يوما، وعززت من الازدهار النفسي من اليوم 14. ومن ناحية أخرى، حسّن فيتامين سي الحالة المزاجية بشكل طفيف حتى اليوم 12.ويقول المؤلف الرئيسي الدكتور بن فليتشر، الذي أجرى البحث كجزء من رسالة الدكتوراه في جامعة أوتاغو، إن فهم الضروق الدقيقة حول متى وكيف تحدث هذه التأثيرات يوميا يساهم في معرفتنا بالفوائد المحتملة للأطعمة والمكملات الغنية بفيتامين سي على الصحة العقلية. وهذا "يساعدنا على رؤية أن ما نأكله يمكن أن يكون له تأثير سريع نسبيا على ما نشعر به".

مضيفا: "كان المشاركون يتمتعون بصحة عقلية جيدة نسبيا في البداية، لذا لم يكن لديهم مجال كبير للتحسن، لكنهم ما زالوا يتحدثون عن فوائد فاكهة الكيوي أو تدخلات فيتامين سي".

# الزنجبيل لعلاج أمراض البرد والقرحة والوزن الزائد

يعتبر مشروب الزنجبيل علاجا مساعدا في مكافحة الالتهابات المختلفة، وعلاج العديد من الأمراض.

وتشيرالدكتورة تاتيانا زاليتوفا خبيرة التغذية الروسية في حديث لراديو "سبوتنيك" إلى أن مغلي وشاي ومنقوع الزنجبيل يساعد على تحسين الحالة الصحية للمريض ليس فقط في حالات أمراض البرد، بل وأيضا في حالة قرحة المعدة.

وتقول: "يعتقد أن للزنجبيل خصائص مضادة للالتهابات، سواء في بمثابة إضافة إلى النظام الغذائي تهدف إلى إنقاص الوزن". تجويف الفم أو الجهاز الهضمي بصورة عامة. لذلك يوصى باستخدام شاي الزنجبيل أو مغليه عند الإصابة بنزلات البرد.

ولكن يجب أن نعلم أن هذا لا يمكن أن يكون إلا عاملا مساعدا في علاج نزلات البرد. كما يمكن استخدام منقوع الزنجبيل أو الشاي لعلاج

ووفقا لها، في حالة أمراض البرد يمكن إضافة الليمون والعسل إلى مشروب الزنجبيل لتقوية فعاليته العلاجية.

وتقول: "الليمون، كما هو معروف مصدر مهم لفيتامين  $^{''}$ المضاد للبرد". أما العسل فيحتوي على العكبر (صمغ النحل) الذي له تأثير مضاد للالتهابات، وعناصر دقيقة تساعد على تقوية منظومة المناعة. بالإضافة إلى ذلك، يحسن العسل الطعم اللاذع لشاي الزنجبيل، والذي قد لا يستسيغه البعض".

> الزنجبيل في حالات تصلب الشرايين والوزن الزائد. وتقول: "يمكن استخدام مشروب الزنجبيل في المراحل الأولى من تصلب الشرايين، عندما تكون هناك لويحات صغيرة أو زيادة في مستوى الكوليسترول، لا تتطلب تناول أدويـــة خـاصــة.

كما أن مشروب الزنجبيل، بسبب زيوته الطيارة، يسسرع عمليات التمثيل الغذائي قليلاً ويمكن اعتبارها

وتوضح الخبيرة الكمية التي يمكن تناولها من مشروب الزنجبيل في اليوم للحصول على أقصى فائدة منه.

وتقول: "يمكن تناول كوبين في اليوم، بحيث يكون للمشروب طعم لاذع مميز، وعادة ما تنقع ثلاث أو أربع شرائح رقيقة من الزنجبيلُ في الماء

ومن الأفضل في البداية عدم تناول كوبين منه فورا. بل يجب البدء بتناول كوب واحد من مشروب مخفف في اليوم. وإذا كان كل شيئ على ما يرام يمكن تناول المشروب بتركيز أعلى وبمقدار كوبين في اليوم



1))[[[

اكم رأس الخسيمة Ras Al Khaimah Ce



#### محاكم دبي محاكم دبى الابتدائية

*حُ*كُومَۃ ُرُكِي

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر ي التنفيذ رقم 2732/2024/207 تنفيذ تجاري رضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 183/2024 أمر أداء ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (158،576.5

ساست سرسوي ويسسريس. الب التنفيذ : باسل محمد توفيق شلبي - عنوانه : الإمارات - إمارة دب ي. ديرة - منطقة الفرمود - شارع 104 - بناية \_ شفر بلوك ب - مقة 302 - مانت متحرف 555666665 - مكاني 3287893582 - بريد انتشروني : @info

. 4 وقدره (158576.5) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالاضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 أيام من ريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستتخذ الاجراءات القانونية بحقكم. داد المبلغ المنفذ به يتم إيداع او تحويل اي مبالغ الى الحساب التالي الخاص بملف التنفيذ الماثل

AE460260751208000022069 DC-VAC-ACCOUNT : 207-2024-2732-000022069

Emirates NBD - بنك الإمارات دبي الوطني

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

مذكرة إعلان حكم بالنشر صادرة من محكمة عجمان الإتحادية - المحكمة الإبتدائية المدنية في الدعوى رقم AJCFICICIVS2024/0000554 مدني

لعنوان 10011901

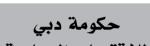
حيطكم علما بانه بتاريخ 20/5/2024 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى الرقم أعلاه لصالح / عبير عبيد حميد الضباح السويدي - بالتالي : قررت المحكمة: والمصاريف، ورفضت ما جاوز ذلك من طالبات. حكما قابلا للاستئناف خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

إلى: المحكوم عليه / جهان بنت المولدي الفرشيشي حرم العبيدي

لزام المدعى عليها ان تؤدي للمدعية مبلغ 5100 درهم وفائدة قانونية بواقع 5%من تاريخ المطالبة الحاصل في 7/2/2024 حتى السداد التام ، والزمتها الرسوم

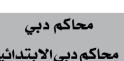
المحكمة الابتدائية المدنية



شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

اسم المصفي: اتش ايه ام لتدقيق الحسابات



محاكم دبى الابتدائية

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

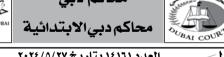
لمنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة عشر رقم 302

طالب التنفيذ: بنك الإمارات دبي الوطني - شمع عنوانه : إمــارة دبـي - ديــرة - شــارع بني يـاس - بـجـوار غـرفـة تجــارة وصـنـاعـة دبـي - رقـم مكانر

0552894170 - (3113783794) لمطلوب إعلانه : 1. فينود بوماروث رامولو بوماروث - صفته : منفذ ضده

موضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسنا -لتنفيذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (28065.5) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالاضافة





العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر

موضوع التنفيذ : المطالبة بالشيك المرتجع رقم (000001) والصادر عن الإمارات دبي الوطني حيث ان قيمة الشيك 155000 درهم وحيث ان المبلغ المتبقي من قيمة الشيك هو 41824 درهم. ولذلك هإن قيمة المطالبة 41824 درهم.

طالب التنفيذ: مصرف الإمارات الإسلامي شركة مساهمة عامة

المطلوب إعلانه : 1 . مرتضى غلام قاسم عباس – صفته : منفذ ضده موضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوي التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيدي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (43186.5) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالاضافة

لى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستتخذ لاجراءات القانونية بحقكم.

محاكم دبي

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر ي التنفيذ رقم 10291/2024/253 تنفيذ شيكات

موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرتجع رقم (1279128) والصادر عن المنفذ ضده من بنك

موضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند

تتخذ الاجراءات القانونية بحقكم.

حكومة راس الخيمة دائرة المحاكم

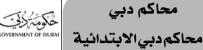
العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ إخطار عدلي - رقم التصديق (7583/2024)

دًى الكاتب العدل بامارة رأس الخيمة برقم 2020/7696 بتاريخ 2020/4/8، بصفتها وكيله عن بنك دب ذر اليه / حمدان محمد سعيد سالم - إماراتي الجنسية - وعنوانه إمارة راس الخيمة - بالقرب من مركز شرطة الممورة - هاتف رق

بيت تعاقد المندر اليه مع المندر يتصد تمويل الاخير مبلغ المؤلد الثالي بياناتها اداد اصالح المندر اليه ، وحيث ان المندر اليه تخلف عن ساد اقساط المركبة تصالح المندر حتى ترصد بذمته مبلغ (183762) درهم وحيث ان المندر قد طالب المندر اليه مرارا وتكرارا بسرعا اد المبلغ المترصد بدمته الا ان المندر اليه لم يحرك ساكنا ، وحيث ان للمندر الحق في بيع المركبة المرهونة اليه واتخاذ الاجراءات القانوني

رقم المركبة جهة الترخيص نوع المركبة الفئة 5 40560 رنج روفر سبورت ابوظبي

المنذر /طارق فتحى محمو



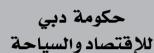
العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ 70533 اعلان بالنشر ي الدعوى رقم 1758/2024/40 مدنى

المنظورة في: دائرة إدارة المدعوى الثالثة عشر رقم 414 موضوع الدعوى : المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره 9891 درهما تسعة الاف وثماني مائة وواحد تسعون درهما إماراتي والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة 12% من تاريخ الإستحقاق الحاصل في 7/2/2024 م وحتى السداد التام والزامه برسوم الترجمة بمبلغ (126) درهم المدعى : انجوي لتأجير السيارات - شرّة م - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - القورّ الثالثة - دبي - شارع الخيل الأول - مبنى مستودع رقم 3.4 - 056725007

موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره 9891 درهما  $^{12}$ سعة الله وثماني مائة وواحد وتسعون درهما إماراتي والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة  $^{12}$ من تاريخ الإستحقاق الحاصل ﴿ 7/2/2024 م وحتى السداد التام والزامه برسوم الترجمة بمبلغ (126) رهم. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق 2024/5/29 الساعة 9.00 صباحا في قاعة التقاضي عن بعد . لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل

حكومة دبي

للإقتصاد والسياحة



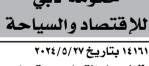
العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

اسم المصفي : ماي لوفلي للفعاليات - ش ذمم العنوان : مكتب رقم 108 - ملك ورثة محمد عبيد بوشقر الفلاسي . القرهود - هاتف: فاكس: بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية **ماي لوفلي للفعاليات - ش** ذمم موذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 20/5/2024 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 20/5/2024 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

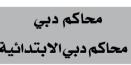
# حكومة دبي

70021



شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

العنوان: مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بنراشد لدعم مشاريع الشباب 04-2973071 : فاكس 04-2973060 فاكس 04-2973071 فاكس 04-2973071 - ديرة – بور سعيد بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية صابوني برذرز للتجارة شركة الشخص الواحد ذمم وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 23/5/2024 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 23/5/2024 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



اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر ي التنفيذ رقم 9569/2024/253 تنفيذ شيكات

موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرتجع رقم (006500) والصادر عن المنفذ ضده من بنك لإمارات دبي الوطني بقيمة (28،065.50) درهم شامل الرسوم.

لى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستتخذ

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر

التنفيذ رقم 7323/2024/253 تنفيذ شيكات

وضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرتجع رقم (1439877) والصادر عن المنفذ ضده من بنك

عنوانه : إمارة دبي - ديرة - شارع بني ياس - بجوار غرفة تجارة وصناعة دبي - رقم مكاني [311378379] - 0569608284

وضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند

لتنفيذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (284676.03) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة

بالاضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيد

لإمارات دبي الوطني بقيمة (284،676.03) درهم شامل الرسوم.

لطلوب إعلانه : 1. شاجهان حكيم مولاه - صفته : منفذ ضده

طالب التنفيذ: بنك الإمارات دبي الوطني - ش م ع

تتخذ الاجراءات القانونية بحقكم.



محاكم دبي الابتدائية

الإمارات دبي الوطني بقيمة (62،927.83) درهم شامل الرسوم.

عنوانه : إمارة دبي - ديرة - شارع بني ياس - بجوار غرفة تجارة وصناعة دبي - رقم مكاني (3113783794) - 0552894170 للطلوب إعلانه : 1. هاجر مامادزادا - صفته : منفذ ضده



دائـرة الـــتـنــهـيــة الاقــتـصـاديـــة DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

ـــلان تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة ؛ فينيكس للاستشارات الضريبية والأموال - شركة الشخص الواحد ذم م رخصة رقم: CN 4593808 قد تقدموا إلينا بطلب تعديل رأس المال من 100 الى 100000

تعديل الشكل القانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م الى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة زبيده عبدالله ابوصالح 49% تعديل الشركاء تنازل وبيع/رياس تشاكيانيكاننيل عبدالله عبدالله من مالك الى مالك تعديل الشركاء تنازل وبيع/رياس تشاكيانيكاننيل عبدالله عبدالله من مالك الى مدير تعديل نسب الشركاء/رياس تشاكيانيكاننيل عبدالله عبدالله من 100% الى 51% تعديل نسب الشركاء/رياس تشاكيانيكاننيل عبدالله عبدالله من 100 الى 0%

FINEX FINANCE AND TAX CONSULTANCY - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C لى/ فينيكس شارترد المحاسبين - ذ.م.م

FINEX CHARTERED ACCOUNTANTS - L.L.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

تعديل اسم تجاري من/ فينيكس للاستشارات الضريبية والأموال - شركة الشخص الواحد ذمم

دائــرة الـــتـنــهـيــة الاقــتـصــاديـــة DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : باك فيو للمقاولات العامه

تعديل اسم تجاري من/ باك فيو للمقاولات العامه PAK VIEW GENERAL CONTRACTING

الى/ باك فيو للعقارات والمقاولات العامه

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.



العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : معمل جينيوس للأسنان ذ.م.م رخصة رقم: CN 2976598 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل رأس المال الى 100000 تعديل الشكل القانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م تعديل الشركاء تنازل وبيع/محمد عدنان رنكوسي من شريك الى مالك تعديل الشركاء تنازل وبيع/محمد عدنان رنكوسي من شريك الي مدير تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف محمد مسعود ضميريه تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف عبدالله نايع سعيد نايع النيادي 100 ال $^{\circ}$  ال $^{\circ}$  المحمد عدنان رنكوسي من 25% ال 00 الى 00 الى 00 الى 00 الى 00تعديل اسم تجاري من/ عمل جينيوس للأسنان ذ.م.م GENIUS DENTAL LABILIO

الى/ معمل جينيوس للأسنان - ذ.م.م - ش.ش.و

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.



🥻 دائـرة الـــتـنــهـيــة الاقــتــصــاديـــة DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : تيك وان للهواتف المتحركة رخصة رقم: CN 2705221 قد تقدموا إلينا بطلب:

TAKE ONE MOBILE PHONE

تعديل اسم تجاري من/ تيك وان للهواتف المتحركة

الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل

العدد ١٤١١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥٢٧ فقدان شهادات أسهم فقدت شهادات اسهم صادرة عن شركة (شركة ابوظبي

. ADSB101128 - وقم الشهادة 128 $^{-1}$ 

. ADSB101133 - رقم الشهادة 2 محمد سالم السويدي - رقم الشهادة 2 محمد سالم السويدي - رقم الشهادة 2

. ADSB101160 محمد سالم السويدي - رقم الشهادة 4

5 - سارة سالم محمد سالم السويدي - رقم الشهادة ADSB101175

6 - سلامة سالم محمد سالم السويدي - رقم الشهادة ADSB101180 .

8 - شيخة سالم محمد سالم السويدي - رقم الشهادة ADSB101203 .

الرجاء ممن يجدهم تسليمهم للشركة المذكورة اعلاه. او

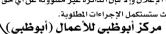


تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة :اي اند او لاعمال الإلكتروميكانيكال ..م.م رخصة رقم: CN 5295626 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل رأس المال من 10000 الى 100000

عديل الشركاء تنازل وبيع/حذف احمد ثروت امين احمد

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف احمد ثروت امين احمد تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف اسامه عبدالحميد محمد الهادي شعيب 100 الى MANAGEMENT OF COMPANIES - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C

A AND O ELECTROMECHANICAL WORKS - L.L.C الى/ اى اند او لاعمال الالكتروميكانيكال - ذ.م.م - ش.ش.و A AND O ELECTROMECHANICAL WORKS - L.L.C - O.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق





إعسلان

100 تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة احمد فاروق ابراهيم سليمان ماضى تعديل اسم تجاري من/ 1233146 - ذ.م.م - ش.ش.و

1233146 L.L.C - O.P.C الى/ احمد فاروق ماضي للمقاولات الكهربائية - ذ.م.م - ش.ش.و AHMED FAROUK MADI - ELECTRICAL CONTRACTING - L.L.C - O.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية

أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.



DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ إعـــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : جالانت لقطع غيار السيارات

تعديل اسم تجاري من/ جالانت لقطع غيار السيارات

GALANT AUTO SPARE PARTS

طع غيار السيارات

GALANT AUTO SPARE PARTS L.L.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن



دائــرة الـــتـنــهـيــة الاقـــتـصــاديـــة DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ۱٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

تعديل اسم تجاري من/ حجر الزعيم لتركيب الحجر والصيانة العامة HAGAR AL ZAEEM GENERAL MAINTENANCE & STONE FIXING



إعـــلان

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

STAR TALES SWEETS الى/ مارغو للحلويات

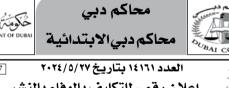
MARGO FOR SWEETS

الإجراءات المطلوبة.



المسؤول المخول





ويمثله : الإمارات - إمارة دبي - ند الشبا - بردبي - دبي - شارع ند الشبا - مبنى الإمارات دبي الوطني -شقة مبنى Q - 0558905567



طالب التنفيذ : بنك الإمارات دبي الوطني - ش م ع

لتنفيذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (62927.83) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة . بالاضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة

سم الشركة : ماي لوفلي للفعاليات - ش ذمم العنوان: مكتب رقم 108 ملك ورثة محمد عبيد بوشقر الفلاسي - القرهود - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 1053850 رقم القيد بالسجل التجاري: 1713520 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 20/5/2024 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ

20/5/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ماي

**لوفلى للفعاليات - ش ذ م م -** العنوان : مكتب رقم 108 - ملك ورثة محمد عبيد

الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

بوشقر الفلاسي - القرهود - هاتف: فاكس: مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق

### حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة

اسم الشركة: صابوني برذرز للتجارة شركة الشخص الواحد ذمم العنوان : مكتب رقم 43-44 ملك بلدية دبي - بردبي - الفهيدي - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 1186681 رقم القيد بالسجل التجارى : 1980508 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 23/5/2024 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبى بتاريخ 23/5/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع 04-2973071 : فاكس 04-2973060 فاكس 04-2973071 فاكس مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ

المسؤول المخول





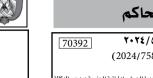












ويمثله السيد / طارق فتحي محمود بصفته وكيلا عن المحامية/ريما الجرشي اماراتية الجنسية بموجب الوكالة

الموضوع/إخطار عدلي بضرورة سداد مبلغ (183762) درهم



العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ إعـــلان

رخصة رقم: CN 2470026 قد تقدموا إلينا بطلب:

PAK VIEW REAL ESTATE & GENERAL CONTRACTING



ـلان

GENIUS DENTAL LAB - L.L.C - O.P.C

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

إعـــلان

الى/ تيك وان لتجارة اجهزة الهواتف والكمبيوتر TAKE ONE MOBILES AND - COMPUTER TRADING فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية

الإجراءات المطلوبة. مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

لبناء السفن) بالاسماء التالية:

. ADSB101149 عوشة سالم محمد سالم السويدي - رقم الشهادة 3

7 - صبرة رجب عبد الله - رقم الشهادة ADSB101196

الاتصال على تلفون رقم 0504131103 مشكورا

















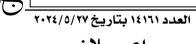


ـلان تعديل الشكل القانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م

عديل الشركاء تنازل وبيع/مجموعة ايه اس لادارة الشركات - شركة الشخص الواحد دم A S GROUP FOR MANAGEMENT OF COMPANIES - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C عديل نسب الشركاء/مجموعة ايه اس لادارة الشركات - شركة الشخص الواحد ذم م A S GROUP FOR

تعديل اسم تجاري من/ اي اند او لاعمال الإلكتروميكانيكال - ذ.م.م أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.





تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة :1233146 - ذ.م.م - ش.ش.و خصة رقم: CN 5353591 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف محمد كمال محمود حسين شهاب الدين

خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق



رخصة رقم: CN 1697418 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل رأس المال الى 100000 تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة عبدالرشيد الينجال عبدالقادر 50%تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة اكبر علي نجال بيران 50% تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف مطر خليفه محمد خليفه العزيزي



إعـــلان تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة :حجر الزعيم لتركيب الحجر والصيانة العامة رخصة رقم: 1945394 CN قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل رأس المال الى 50000 تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م تعديل الشركاء تنازل وبيع/سالم محمد سالم محمد العيسائي من مالك الى مدير تعديل نسب الشركاء/سالم محمد سالم محمد العيسائي من 100% الى 0%

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو



الي/ حجر الزعيم لتركيب الحجر والصيانة العامة - ذ.م.م - ش.ش.و

HAGAR AL ZAEEM GENERAL MAINTENANCE & STONE FIXING - L.L.C - O.P.C

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة :ستار تاليز للحلويات رخصة رقم: CN 5223929 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل اسم تجاري من/ ستار تاليز للحلويات

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)







#### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ محكمة الشارقه الإنحادية إعلان حضور اجتماع بالاتصال المرئي عن بعد

ية القضية رقم (SHCFICICIVS2024/0002471) اعلان بالنشرية صحيفة واسعة الانتشار

بناء على طلب: المدعى (ة): نور الشمس لتأجير السيارات لى : المدعي عليه : محمد صقر مطر صقر المعمري قام الدعوى يطالب فيها : مطالبة بمبلغ 22109 درهم لزام المدعي عليهم لدفع الرسوم والمصاريف

. شمول الحكم بالنفاذ المعجل طبقا لاحكام المادة 229 الفقرة (5) من قانون الإجراءات المدنية 1) مطالب مبلغ 22109 درهم - انت مكلف بحضور الإجتماع المرئي رقم EM00096823 والمقرر بتاري -6/6/202 الساعة 30:30 والذي سيعقد في محكمة الشارقه الإتحادية دائرة دائرة اليوم الواحد المدنب ائرة الخامسة عن بعد يواسطة الاتصال المرئي عبر موقع وزارة العدل

nttps://smartjustice.moj.gov.ae/chrysalis/f/eMeeting/search/ ابة الجلسات الإجتماعات المرئية. شخصيا او بواسطة وكيل معتمد. أو قم بمسح الرمز المبين أدناه بكامير لهاتف - بيانات الإجتماع : EM00096823 - ويمكنكم تقديم المذكرة الجوابية على المدعوى وارفاق تندات عبر النظام الالكتروني.

مركز سعادة المتعاملين



### إعلان بالنشر لجلسة الخبرة

ية الدعوى رقم 340/340 تجاري مصارف

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

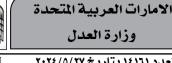
المدعي عليهما : 1.فلوردايليزا ايسبيريتو بيلتران 2.الياس عطيه عبود حيط سيادتكم علما بأنه تم ندب خبير مصرفي في الدعوى المقامة ضدكم من

المدعي: بنك ابوظبي التجاري وعليه فأنتم مكلفين بالحضور أو من يمثلكم قانونا بحضور اجتماع الخبرة الأول عن بعد والمقرر عقده يوم الخميس 2024/5/30 في تمام الساعة 11.00 صباحا، وذلك بالحضور

على المنصة الإلكترونية بواسطة برنامج مايكروسوفت تييمز. لذا نطلب منكم الحضور أو الإتصال هاتفيا على مكتب الخبير المنتدب على الرقم (04-5488886 / 04-3888996) وتقديم المستندات المؤيدة لدفاعكم بالجلسة علما بانه في حال تخلفكم عن الحضور فإن الخبرة ستباشر أعمالها وفقا للصلاحيات المخولة

محمد حسن المرزوقي خبير مصريخ

70197



العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ إعلان بالنشر

إعلان صحيفة الطعن FSCSUCICOMS2024 /0000399 تجاري لسنة 2024 بوكالة المحامي / محمد أحمد اللنجاوي

إلى : عبدالرحيم محمد علي عبد الله المازمي ليكن معلوما لديكم بان حكم الإستئناف رقم AJCAPCICOMS 2023/0000490 الصادر بتاريخ 13/3/2024 قد تم الطعن عليه بالنقض من طرف الطاعن / عبدالعزيز على عبدالله الشامسي، في الطعن المشار إليه أعلاه وعليكم إيداع مذكرة بدفاعكم مشفوعة بسند توكيل المحامى الموكل عنكم وبالمستندات التي يرى تقديمها لدى مكتب إدارة الدعوى في موعد أقصاه خمسة عشر يوما من

الامارات العربية المتحدة

وزارة العدل

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية

شريف الغندور لتجارة الإطارات شريف فرج السيد الغندور

إخطار دفع في القضية رقم SHCEXCICPL2023 /0010232 أمر أداء

وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك

. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ

إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك

إلى المحكوم عليه: 1. شريف الغندور لتجارة الإطارات

المنفذ سامر على بركات - في القضية المشار اليها أعلاه

المجموع الكلي شاملا الرسوم والمصاريف 48086.0 درهم

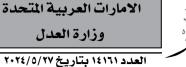
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي

2. شريف فرج السيد الغندور

يبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :

إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

القاضي/شهاب عبدالرحمن الحمادي المحكمة الإتحادية العليا المحكمة العليا الدعاوى المدنية



مذكرة إعلان حكم بالنشر صادرة من محكمة الشارقة الإنحادية - المحكمة الإبتدائية المدنية ي SHCFICICOMS2024/0001085 تجاري

إلى : المحكوم عليه / ستيفين ستانسيلاس ستانسيلاس جوكين توماس العنوان: 10014240

نحيطكم علما بانه بتاريخ 28/3/2024 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرقم أعلاه لصالح / شركة مصانع الأصباغ الوطنية المحدودة - بالتالي : نص الحكم حكمت المحكمة بمثابة حضوري : بالزام المدعي عليها الاولى في شخص مالكها المدعي عليه الثاني ستيفين ستانسيلاس ستانسيلاس جوكين توماس بان تؤدي للمدعية مبلغا وقدره 122،189.29 درهم (مائة واثنين وعشرون الف ومائة وتسعة وثمانون درهم وتسعة وعشرون فلسا) والفائدة عنه بواقع 5% من تاريخ المطالبة القضائية وحتى السداد التام على الا تتجاوز المبلغ المحكوم به والزامها بالرسوم والمصاريف ومبلغ خمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما قابلا للاستئناف خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.



#### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الإتعادية - المحكمة الإبتدائية المدنية الاتعادية ية الدعوى رقم AJCFICICIVS2024/0000482 مدني

> لى المدعى عليه: اياد ياسين محمد جهول محل الإقامة

نت مكلف بالحضور بجلسة 4/6/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الإتحادية المحكمة الإبتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير لدعوى 2 - دائرة اليوم الواحد) شخصيا او بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه - بوصفك مدعى عليه. حرر بتاريخ 23/5/2024 م.

حكومة دبي

للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

العنوان : مكتب 305 ملك الشيخ محمد بن خالد محمد ثاني ال ثاني .

ديرة -القرهود - هاتف: فاكس: بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة

ي دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية سي او اف لتجارة

الخضار والفواكه ذمم وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 8/2/2024

والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 8/2/2024 وعلى من لديه

أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفى المعين في مكتبه الكائن بدبي على

العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك

اسم المصفى : أن بي أن لمراجعة الحسابات

خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

مكتب الخدمات القضائية



إعلان منفذ ضده بالنشر

العنوان : العنوان : دبي القصيص المحيصنه 3 شارع رقم 13 قرب حديقة المحيصنه منزل رقم 14 ماتف رقم 971529420387 971544447793

المنفذ اوتوليس لتأجير السيارات - في القضية المشار اليها أعلاه وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك 4313.0 وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شاملا الرسوم والمصاريف لذلك انت مكلف بتنفيد ما جاء في السند التنفيدي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ



### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ اعلان منفذ ضده بالنشر محكمة الشارقة الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - الفالمواد البناء ش م ح راجيش كومار موهانان بيلاي

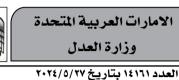
إخطار دفع في القضية رقم SHCEXCIBOUNCE2024 /0000158 الشيكات المرتجعة إلى المحكوم عليه: الفا الواد البناء شمح، 2. راجيش كومار موهانان بيلاي حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ بنك راس الخيمة الوطني - في القضية المشار اليها أعلاه

وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :

لمجموع الكلي شاملا الرسوم والمصاريف 233815.0 درهم لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ

إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك

محكمة التنفيذ المدنية



محكمة الشارقة الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - عيسى غلوم محمد الرم البلوشي

إخطار دفع في القضية رقم SHCEXCICIVS2024 /0002641 مدني إلى المحكوم عليه: عيسى غلوم محمد الرم البلوشي

حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي

إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدني



# حكومة دبي

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ 70649

العنوان : مكتب رقم M.4 ملك يوسف جاسم الدرويش فخرو – ديره – الخبيصي الشكل القانوني: شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذمم)، رقم الرخصة : 903894 رقم القيد بالسجل التجاري : 1811098 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 8/2/2024 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 8/2/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ان بي ان لمراجعة الحسابات العنوان: مكتب 305 ملك الشيخ محمد بن خالد محمد ثاني ال ثاني - ديرة - القرهود - هاتف: فاكس: مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق



شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة اسم الشركة: سي او اف لتجارة الخضار والفواكه ذم م

حكومة دبي للاقتصاد والسباحة

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة

2 - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م)، رقم

الرخصة : 1044107 رقم القيد بالسجل التجاري : 1697486 بموجب هذا تعلن

دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/5/2024 والموثق

لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/5/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو

مطالبة التقدم إلى المصفى المعين الجيرودي للتدقيق والمحاسبة العنوان : مكتب

رقم 204 - ملك عبدالله الشعائي - ديرة - هور العنز - هاتف 2389721-04

فاكس: 2389722-04 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك

اسم الشركة: أس أل بي للوساطة التجارية - ش ذم م

العنوان : مكتب رقم J8-0151 ملك مدينة دبي الصناعية – بردبي



## للاقتصاد والسياحة

لثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان



### حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

تاريخ نشر هذا الإعلان.

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

عنوانه : مكتب رقم OFF2\_043 ملك محمد سعيد حارب -

بموجب هذا تعلن دبي للاقتصاد والسياحة بأنه ، قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بتع المصفي المذكور اعلاه للقيام بتصفية «اكتيف وي لوجيستكس (ش ذمم) (B عنوانها : مكتب (4-3) ملك الشيخ مسلم سالم مسلم بن حم العامري – بورسعيد وعنوانها : وذلك بموجب القرار الصادر من الجمعية العمومية للشركاء بتارخ (2024/1/28) والمصدق

وعلى من لديه اعتراض او مطالبة التقدم الى المصفي المعين في مكتب رقم OFF2-043 ملك محمد سعيد حارب - بورسعيد - هاتف : (2223773 - 04) هاتف متحرك (5651150 -050) مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك في خلال 45 يوما من تاريخ نشر

دائرة الإقتصاد والسياحة

محكمة التنفيذ المدنيا



### حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة

اسم الشركة: اكتيف وي لوجيستكس (ش ذمم)

رقم الرخصة : 527899

إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

(B عنوانها : مكتب (4-3) ملك الشيخ مسلم سالم مسلم بن حم العامري – بورسعيد لشكل القانوني : ذات مسئولية محدودة رقم القيد بالسجل التجاري: 1047349

بموجب هذا تعلن دبي للاقتصاد والسياحة بأنه، قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكور اعلاه ، وذلك بموجب القرار الصادر من الجمعية العمومية للشركاء بتارخ (2024/1/28)

(2024/1/28) والمصدق لدى السيد المحاتب العدل بتاريخ وعلى من لديه اعتراض او مطالبة التقدم الى المصفي المعين في مكتب رقم OFF2-043 ملك محمد سعيد حارب - بورسعيد - هاتف: (2223773) مصطحبا متحرك (5651150) مصطحبا

معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك في خلال 45 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان. دائرة الإقتصاد والسيا

خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

لمنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة رقم 185

محاكم دبي الإلكترونية والذكية.

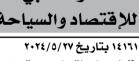
### حكومة دبي للاقتصاد والسباحة

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

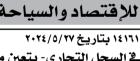
سم المصفى: الجيرودي للتدقيق والمحاسبة

العنوان: مكتب رقم 204 - ملك عبدالله الشعائي - ديرة - هور العنز - هاتف 04-2389721 فاكس : 04-2389722 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبى بأنه قد تم تعيين المصفى المذكور أعلاه لتصفية أس أل بي للوساطة التجارية - ش ذمم وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/5/2024 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/5/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق





المسؤول المخول



شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان



موضوع المنازعة : المطالبة بالزام المتنازع ضده بسداد مبلغ 10،120 درهم (عشرة الاف ومائة وعشرون . رهما) والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ المطالبة القضائية وحتى تاريخ السداد النهائي التام والرسوم

طلوب إعلانه: 1. عاصم بن عبدالشكور بن محمد القرشى - صفته: متنازع ضده وضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المتنازع ضده بسداد مبلغ 10،120 دره عشرة الاف ومائة وعشرون درهما) والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ المطالبة القضائية وحتى تاريخ

اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر

وضوع التنفيذ : المطالبة بالشيك المرتجع رقم (903696) والصادر عن مصرف الإمارات الاسلامي

طالب التنفيذ: مصرف الإمارات الإسلامي شركة مساهمة عامة

لتنفيذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (388006.5) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة -بالاضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ تتخذ الاجراءات القانونية بحقكم.



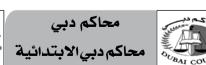


خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

اعلان بالنشر ي المنازعة رقم 4815/2024/461 نزاع محدد القيمة لمنظورة في: التسوية الودية للمنازعات الثالثة عشر رقم 762

موضوع المنازعة : المطالبة بالزام المدعي عليه بسداد مبلغ 10،320 درهم (عشرة الاف وثلاثمائة وعشرون . درهما) والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ المطالبة القضائية وحتى تاريخ السداد النهائي التام والرسوم لمتنازع : نجمة اريزونة لتأجير السيارات - ش ذمم - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - المركز التجاري الاولى

ناريخ السداد النهائي التام والرسوم والمصاريف. وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق 2024/6/3 الساعة 9.00 صباحا في قاعة التقاضي عن بعد لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ه ديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.



العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر التنفيذ رقم 9843/2024/253 تنفيذ شيكات

قيمة الشيك 160650 درهم وحيث ان المبلغ المتبقي من قيمة الشيك هو 61358 درهم. ولذلك فإن قيمة المطالبة 61358 درهم.

ويمثله : الإمارات - إمارة دبي - ند الشبا - بردبي - دبي - شارع ند الشبا - مبنى الإمارات دبي الوطني Q = 0558905567 هقة مبنى

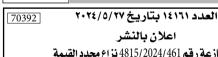
لاجراءات القانونية بحقكم.



-موضوع التنفيذ : المطالبة بالشيك المرتجع رقم (731388) والصادر عن الإمارات الاسلامي حيث ان



المسؤول المخول



0501454999 - شارع الابراج - مبنى برج المنال - شقة معرض رقم 5 - 5لمطلوب إعلانه : 1 . ناصر بن سلطان بن ناصر المنيفي – صفته : متنازع ضده بوضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بسداد مبلغ 10،320 دره (عشرة الاف وثلاثمائة وعشرون درهما) والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ المطالبة القضائية وحتى



طالب التنفيذ: مصرف الإمارات الإسلامي شركة مساهمة عامة

لمطلوب إعلانه : 1. محمد رفيق جعفرالله جعفرالله - صفته : منفذ ضده



للا قتصاد والسباحة العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

سم المصفى: أحمد أبو أحمد مبادئ لمراجعة الحسابات ش ذم م العنوان : مكتب 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى – بردبى – عود ميثاء الهاتف : 8866575 - 04 فاکس : 8866575 - 04 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية جنيسيس اكوردز لتقنية المعلومات ش ذمم وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/5/2024 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/5/2024 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

محاكم دبي

محاكم دبى الابتدائية

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

اعلان رقمي بالنشر بقيد دعوى

ي المنازعة رقم 4809/2024/461 نزاع محدد القيمة

والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ المطالبة القضائية وحتى تاريخ السداد النهائي التام والرسوم والمصاريف.

المتنازع : نجمة اريزونة لتأجير السيارات - ش ذمم - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - المركز التجاري الاولى - دبي

وضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بسداد مبلغ 10،280 درهم (عشرة

الاف ومائتي وثمانون درهما) والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ المطالبة القضائية وحتى تاريخ السداد النهائي

لتام والرسوم والمصاريف. وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق 2024/5/30 الساعة 9:00 صباحا في قاعة

لتقاضي عن بعد والتي يمكن الوصول إليها من خلال موقع محاكم دبي الالكتروني - الخدمات العامة - جداول

جلسات القضايا لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا و عليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندا

محاكم دبي

محاكم دبى الابتدائية

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧

نظورة في: التسوية الودية للمنازعات العاشرة رقم 759

لمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الاقل.

0501454999 – مبنى برج المنال – شقة معرض رقم 5 – 9901454999

لمطلوب إعلانه : 1. وليد بن ضيف الله بن سعيد الزهراني - صفته : متنازع ضده

70392

70197

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

للاقتصاد والسباحة

اسم الشركة : جنيسيس اكوردز لتقنية المعلومات ش ذمم العنوان : مكتب رقم 505 ملك عائض حسين عبدالوهاب - بردبي - الثنية 8 - الشكل



### محاكم دبي محاكم دبى الابتدائية

العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ اعلان بالنشر ي المنازعة رقم 4797/2024/461 نزاع محدد القيمة تنظورة في: التسوية الودية للمنازعات الثالثة عشر رقم 762

لتنازع: نجمة اريزونة لتأجير السيارات - ش ذمم - عنوانه: الإمارات - إمارة دبي - المركز التجاري الاولى بي - شارع الابراج - مبنى برج المنال - شقة معرض رقم 5 - 0501454999

--سداد النهائي التام والرسوم والمصاريف. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق 2024/5/29 الساعة 9.00 باحا في قاعة التقاضي عن بعد لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك ن مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.



في التنفيذ رقم 9855/2024/253 تنفيذ شيكات

 $\tilde{Q} = 0544413448$   $_{-}$ 

طلوب إعلانه : 1. اشوتوش فيجاى بوبادى بوبادى فيجاى ماروتى راو - صفته : منفذ ضده وضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالس



موضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالس التنفيذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (63111.5) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالاضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستتخذ





لدى السيد الكاتب العدل بتاريخ (2024/1/28)



70640 العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة

القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 931920 رقم القيد بالسجل التجاري: 1544003 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/5/2024 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/5/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أحمد أبو أحمد مبادئ لمراجعة الحسابات ش ذم م العنوان : مكتب 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - بردبي - عود ميثاء - الهاتف: 575-04-886 فاكس: : 8866575 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك

المسؤول المخول

#### محاكم دبى الابتدائية العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ اعلان رقمي محضر حجز بالنشر ي التنفيذ رقم 5626/2020/207 تنفيذ تجاري

وضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 2019/3911 تجاري جزئي ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (1.152،201.15 درهم) شاملا للرسوم والمصاريف. طالب التنفيذ: شركة الوفاق للتمويل - ش م خ

عنوانه : الإمـارات - إمـارة دبي - منطقة الكرامة - شـارع ام هرير ، بناية الـزمـردة ، جـوار مختبـر

محاكم دبي

نبي المركزي - الطابق الرابع - مكتب رقم B47 - هاتف 042283414 ص ب 115578 -00917507794270 لطلوب إعلانه : 1. فيصل راشد عبدالرشيد - صفته : منفذ ضده موضوع الإعلان : قررت محاكم دبي الإبتدائية إعلانكم بالقرار الصادر بتاريخ 2024/3/4، بانه تم الحجز على أموالكم الخاصة ، للإطلاع على تفاصيل القرار والدعوى لابد من استخدام خدمات



يث ان قيمة الشيك 6000000 درهم وحيث ان المبلغ المتبقي من قيمة الشيك هو 382481 درهم ولذلك فإن قيمة المطالبة 382481 درهم.

اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم 2252/2024/253 تنفيذ شيكات موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرتجع رقم (100004) والصادر عن بنك دبي الاسلامي بقيمة (55000) ىرهم ومتبقي مبلغ بقيمة (23240.03) درهم (ثلاثة عشر الف ومائتين واربعون درهم وثلاثة فلس) ليكون اجمالي مبلغ المطالبة شاملا الرسوم والمصاريف مبلغ بقيمة (24،230.53) درهم (اربعة وعشرون الف ومائتين وثلاثون درهم

والاستشارات القانونية الكائن بالشارقة الخان القصباء برج الهند ، مكتب 1110 تليفون رقم 065505677 فاكس 0549946635 ماتف متحرك 0549946635 صندوق البريد 065505778 ماتف متحرك 0549946635 وضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند لمنفذ به وقدره (24230.53) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالاضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك

خلال 7 أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستتخذ الاجراءات القانونية بحقكم.

طالب التنفيذ : بنك دبي الاسلامي (شبركة مساهمة عامة) - عنوانه : ومحله المختار مكتب الثقة للمحاماة



العدد ١٤١٦١ بتاريخ ٢٠٢٤/٥/٢٧ اعلان رقمي لحكم بمثابة الحضوري بالنشر ي الدعوى رقم 1701/2023/41 عقاري لنظورة في : الدائرة الإبتدائية العقارية الاولى رقم 91

موضوع الدعوى : المطالبة القضاء بالغاء تسجيل الوحدة رقم 0302 بمشروع مارينا ستار تحت اسم المدعى

يه بالسجل المبدئي العقاري لدائرة الأراضي والأملاك بدبي وتحرير سجل الوحدة باسم المدعية. ثالثاً :

نضاء بعدم التزام المدعية برد اي مبالغ للمدعي عليه او تعويضه عن أي خلافات تعاقدية او قانونية بينه وبين

نطور السابق طبقا لبنود القانون والتي تطبيقها من النظام العام. رابعا : الزام المدعي عليه بالرسوم والمصاريف

محاكم دبي

محاكم دبى الابتدائية

عنوانه: إمارة دبي - بردبي - الخليج التجاري - اسبكت تاور - بجوار باي افينيو مول - الدور 32 - مكتب رقم 3202 - هاتف رقم 0508810185 - هأتف 042594391 - مكاني رقم 2528187378 - الايميل 0508810185 - info@amalkhamisadvo

الطلوب إعلانه : 1. فيق فارمانوف - صفته : مدعى عليه موضوع الإعلان: قررت محاكم دبي الإبتدائية إعلانكم بالحكم الصادر بتاريخ 2024/4/29 بمثابة الحضوري: للإطلاع على تفاصيل الحكم لابد من استخدام خدمات محاكم دبي الإلكترونية والذكية.



## ما حقيقة فوائد " حمض الهيالورونيك "للبشرة؟

زعم العلماء أن فوائد مكون وُصف بالعجزة التخفيف التجاعيد موجود في العديد من منتجات العناية بالبشرة الشائعة، قد تكون مبالغ فيها. وزعم سابقا أن المكون "حمض الهيالورونيك"، الذي يمتص الرطوبة لتكوين المواد الهلامية، يمكنه حمل ما يصل إلى 1000 مرة وزنه من

ولكن، على الرغم من أنه يحسن ترطيب البشرة، إلا أن دراسة جديدة تظهر أن حمض الهيالورونيك يحبس كمية أقل من الماء مما كان يروج

وقاس فريق سكوت بورشرز ومايكل بورينغ، من جامعة كاليفورنيا "ريفرسايد"، خصائص الارتباط الجزيئي لحمض الهيالورونيك والماء في محلول "1 غرام من حمض الهيالورونيك مقابل 1000 غرام من

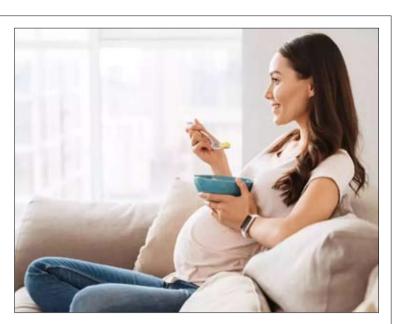
وقال الباحثون: "لم يعثر على دليل تجريبي على أي قدرة خاصة لحمض الهيالورونيك على حبس الماء بالمستوى المزعوم (ألف مرة وزنه). ويمكن إرجاع أصل المغالطة المتمثلة في ربط الماء عند هذا المستوى إلى الأدبيات القديمة التي أسيء فهمها لمعنى الارتباط، مقارنة بالخصائص الفيزيائية لأخرى مثل الديناميكا المائية

وقال أوليفر جونز، من جامعة RMIT في ملبورن بأستراليا، لمجلة New Scientist، إنه على الرغم من أن معظم الكيميائيين يشتبهون بالفعل في أن هذه الادعاءات مبالغ فيها، فمن المفيد تصحيح المعلومات

ووجدت دراسات سابقة أن كمية الماء التي يمكن أن يحبسها حمض الهيالورونيك أقرب إلى 20 أو 30 مرة من وزنه.

تجدر الإشارة إلى وجود حمض الهيالورونيك بشكل طبيعي في الجسم، حيث يساعد على الاحتفاظ بالرطوبة فالجلد والعينين وتليين المفاصل. كما أنه يلعب دورا حيويا في التئام الجروح عن طريق التحكم في الالتهاب وإعادة توجيه تدفق الدم إلى الأنسجة التالفة.

وتنخفض مستويات حمض الهيالورونيك مع تقدم العمر، وقد يساهم ذلك في ظهور التجاعيد وحالات مثل هشاشة العظام.



ترغب كل أم في إنجاب طفل يتمتع بأفضل صحة، وتظهر الأبحاث الجديدة أن الحالة الغذائية للأم أثناء الحمل يمكن أن تؤثر على ذريتها من الذكور والإناث بشكل مختلف.

وأكدت الدكتورة إميلي كام أن تحقيق الحالة الغذائية المثالية واللياقة البدنية والوزن والحفاظ عليها قبل وأثناء الحمل له فوائد فورية وطويلة المدى لصحة الأم وطفلها.

# كيف يؤثر النظام الغذائي قبل وفي أثناء الحمل على الطفل؟

نموهم، بما في ذلك المزيد من السلوكيات المحفوفة بالمخاطر.

عملية قيصرية وإقامة أطول في المستشفى بعد الولادة.

نُشرت مجلة Nutrients

وقالت الدكتورة كام إن الدراسة التي أجرتها مع فريق من معهد هدسون للأبحاث الطبية وجامعة كامبريدج، ركز على التأثيرات على نتائج الحمل والنسل في الفئران نتيجة اتباع نظام غذائي غني بالدهون والسكر، وقارنت النتائج بمجموعة تغذت على نظام غذائي غني بالعناصر الغذائية ومنخفض السكر والدهون المشبعة.وأشارت الدكتورة كام: "ليس من المكن دائما للنساء التحكم في وزن الجسم، لكن لديهن القدرة على التحكم في ماذا وكيف بأكلن، لذلك تهدف هذه الدراسة إلى إظهار كيف يمكن لنظام غذائي غربي أن يؤثر على صحة الطفل في نهاية المطاف. ولم تركز دراستنا على الحمل فحسب، بل على فترة ما قبل الحمل، لأنها فترة حساسة من التطور ويمكن أن يكون لها أيضا تأثير كبير على صحة النسل. ومن المهم ملاحظة أن صحة ما قبل الحمل مهمة للآباء والأمهات على حد سواء، لأن النظام الغذائي المتغير يمكن أن يؤثر أيضا على جودة الحيوانات المنوية".

وتابعت: "بشكل عام، تظهر النتائج التي توصلنا إليها أن اتباع نظام غذائي غني بالدهون والسكر - وهو أمر شائع جدا في المجتمعات الغربية والشرقية - يغير النمو والسمنة (نسبة الدهون في الجسم) وسلوك النسل، ولكن من المثير للاهتمام أن هناك عوامل خاصة باختلافات الجنس في الآثار التي

يتأثر الذكور والإناث بشكل مختلف بالنظام الغذائي للأم بعد الفطام كانت هناك اختلافات في معدل النمو ومحتوى الدهون الإجمالي في الجسم بين الذكور وليس الإناث الذين تعرضوا لنظام غذائي متغير للأم. وقالت الدكتورة كام: "على الرغم من أن الإناث اكتسبن وزنا

السكان يعد مقياسا عمليا ومفيدا لتحديد السمنة. وسيكون من المفيد اتباع نظام غذائي صحي وممارسة التمارين الرياضية بانتظام لجميع النساء الحوامل. ويمكن أن يساعد اتباع نظام غذائي متوازن يتضمن الكثير من الفواكه والخضيروات والحبوب الكاملة والبروتينات الخالية من الدهون في التحكم في زيادة الوزن أثناء الحمل وتوفير العناصر الغذائية الأساسية لكل من الأم والطفل.





# العلاج التعويضي الهرموني قد يساعد النساء في الوقاية من الخرف

للهرمونات الإنجابية على مدى العمر يرتبط بأحجام الفص

الصدغي الأوسط الأكبر قليلا وأداء الذاكرة الأفضل. لا يبدو

أن العلاج التعويضي بالهرمونات له آثار ضارة على الصحة

المعرفية وبنية الدماغ، وكان له تأثير مفيد صغير على حجم

ويوصف العلاج التعويضى بالهرمونات لعلاج أعراض انقطاع

الدماغ عند استخدامه على مدى فترة أطول".

أظهرت إحدى الدراسات أن العلاج التعويضي بالهرمونات قد يساعد في منع ضمور الدماغ لدى النساء مع التقدم في

ووجد الباحثون في جامعة كارديف أن التعرض لمزيد من هرمون الإستروجين يساعد في منع تراجع الذاكرة بمرور

وتنخفض مستويات الهرمون في الجسم أثناء انقطاع الطمث، ما يجعل العديد من النساء يتناولن العلاج بالهرمونات البديلة (HRT) لتخفيف الأعراض.

وأظهر البحث أن العلاج التعويضي بالهرمونات مرتبط بمنطقة أكبر في الدماغ مسؤولة عن الذاكرة.

وقالت الدكتورة جيسيكا ستيفنتون: "إن التعرض بشكل أكبر

والمفاصل وضباب الدماغ. وبحثت أحدث الدراسات، المنشورة في مجلة Elsevier

الطمث، والتي تشمل التغيرات في الدورة الشهرية، والهبات الساخنة، والتعرق الليلي، وصعوبة النوم، وآلام العضلات

Journal Psychoneuroendocrinology ، يع كيفية تأثير فقدان هرمون الإستروجين على وظائف المخ.

وحلل الباحثون فحوصات التصوير بالرنين المغناطيسي للدماغ لـ 10924 امرأة بريطانية تتراوح أعمارهن بين 45 و80 عاما، لمعرفة كيف تؤثر مستويات الهرمونات والعلاج التعويضي بالهرمونات على حجم منطقة أدمغتهن المرتبطة كما قاموا باختبارهن بمهام الذاكرة.

والنسباء اللاتي انقطع لديهن الطمث في وقت لاحق كان لديهن درجات ذاكرة أعلى من أولئك اللاتي بدأن التغيير في وقت مبكر من الحياة.

ويقول الباحثون "إن تناول العلاج التعويضي بالهرمونات لفترة أطول كان له فائدة صغيرة في حجم المنطقة المجاورة للحصين في الدماغ".



هل توجد علاقة بين حجم الثدى والإصابة بالسرطان؟ تكون جميع التغيرات المرضية الحاصلة فيه مرئية

دعا الدكتور ألكسندر مياسنيكوف إلى عدم تصديق ما يشاع من أن خطر الإصابة بسرطان الثدي يزداد بزيادة حجم الثدي.

ويشير مياسنيكوف موضحا، لا علاقة بين حجم الثدي والإصابة بالسرطان. لأنه إذا كانت مثل هذه العلاقة موجودة لما أصيب الرجال بسرطان الثدي، مع العلم أن 2 بالمئة من حالات الإصابة بهذا النوع من السرطان تشخص لدى الرجال.

ولكن من جانب آخر في حالة كبر حجم الثدي لا الهرمونية في ذلك".

المرأة 175 سم وأكثر، يزداد خطر إصابتها بسرطان ويقول: "ولكن لا يعرف السبب. ربما تؤثر التغيرات

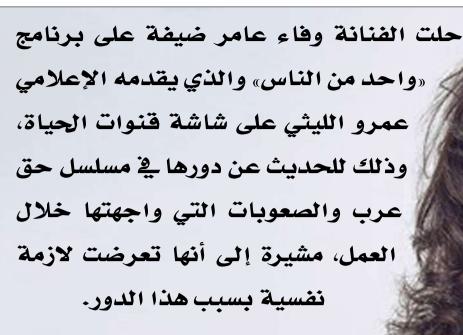
بوضوح. كما أنه يمكن أن تحصل أخطاء عند

وتحدث مياسنيكوف عن عامل خطر غير متوقع،

وهو أنه وفقا للبيانات الإحصائية عندما يكون طول

التصوير الشعاعي للثدي الصغير أيضا.







رياض الخولي كان يضربني بجد

# وقاء عامره تعانجت تفسيا بجل دوري چ مسلسل «حق عرب»

علاج نفسي وقالت وفاء عامر في تصريحات لها: أنا اتعالج واتناول ادوية نفسية بعد دوري في مسلسل (حق عرب)واتابع مع طبيبة نفسية.. حيث قالت لي عليك أن ترتاحي قليلا وتبتعدي عن هذه الاجواء.. وفعلا ذهبت وعشت لوحدي في مكان قريب من جبل في الغردقة من اجل الانفصال عن شخصيتي في حق عرب وتابعت حديثها عن الصعوبات التي واجهتها في أداء

أدوارها: يوجد مشاهد كثيرة صعبة.. ورياض الخولي كان يضربني في المشاهد بجد وليس تمثيلا.. وكان يبقى منفعلا..ولو كنت اعرف انه سيضربني بهذه الطريقة لما كنت مثلت اصلا.. حيث كان يضربني في غير اماكن الضرب المتفق عليها.. بمعنى انه لو المفروض يضربني في الجملة الرابعة كان يضربني في الثالثة او الخامسة.. وهذا كان يخرج مني ردة فعل افضل لانني لم اكن

#### تصريحات جدلية

وحل السبب الماضي الموافق 25 من شهر مايو الجاري، عيد ميلاد الفنانة وفاء عامر والتي تبلغ من العمر 55 عاما، وهي فنانة قديرة استطاعت أن تثبت تألقها في عالم الفن والتمثيل بتفوق، حيث قدمت جميع الادوار سواء شر أو خير أو ام مساندة لأولادها أو سيدة تعاني من الظلم والقهر، وكل دور كانت تؤديه

وبالرغم من أن وفاء عامر تظهر في معظم أوقاتها في صورة السيدة القوية، الا أنها من النساء الخاضعين جدا لازواجهن في الحقيقة وطبيعتها تشبه إلى حد كبير تصريحات ياسمين عز، بل كانت من النجمات التي شجعوها على استكمال دعمها للرجل المصري، وفي ذلك الاطار يرصد موقع تحيا

مصر تصريحات جدلية للفنانة وفاء عامر. وكان من بين تصريحات وفاء عامر في هذا الامر والتي أثارت الجدل بشكل واسع على مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة، هي حديثها عن خيانة الرجل والمرأة والتي قالت فيها بأن

كثيرة.. واذا كنت انا التي اخترت الرجل الذي اعيش معه فعلى ان احافظ عليه.. فلو كان اختيار خطأ فالمسؤولية تعود علي انا واكون انا السبب.

وأشارت وفاء عامر في تصريحاتها أيضا إلى أنها زوجة تسمع كلام زوجها في كل حركة تتحركها، كما أنها سيدة منزل متفوقة وتقوم بكل واجباتها المنزلية ولا يفصلها الفن عن هذا الأمر. وجدير بالذكر، أن جدل تصريح وفاء عامر عن أن المرأة هي سبب خيانة الرجل له، أدى إلى حدوث خلاف بينها وبين ايتن عامر المشجعة كثيرا للمرأة، مشيرة إلى أنه من المكن أن تقدم

أنها ترفض تمام حديث شقيقتها عن الخيانة، خاصة وأن ايتن عامر مرت بتلك الاشياء من قبل. ومن بين تصريحات وفاء عامر أيضا، هي حديثها عن ياسمين عز، مشيرا إلى أنها سيدة جميلة لا تشجع على خراب البيوت والمنازل إنما تريد تشجيع المرأة في الحفاظ على زوجها.

المرأة كل شيء للرجل لكنه ينظر إلى الخارج أيضا، مؤكدة على

#### آخر أعمال وفاء عامر

من ناحية أخرى، كانت أخر أعمال وفاء عامر مشاركتها في مسلسل جودر بدور والدة الفنان ياسر جلال خلال أحداث العمل وكان قد تم عرضه ضمن سباق مسلسلات رمضان 2024 محققا إيرادات كبيرة في فترة عرضه، وهو من بطولة أيضا الفنانة ياسمين رئيس والفنان وليد فواز والفنانة جيهان الشماشرجي ونخبة من نجوم الفن الآخرين.

> وتألقت الفنانة وفاء عامر في مسلسل حق عرب وذلك إلى جانب نخبة من نجوم الفن ية مصر من بينهم الفنا أحمد العوضى والفنان رياض الخولي ودينا فؤاد وكارولين عزمى وأحمد صيام ووليد فواز ودنيا المصري ونخبة من نجوم الفن الاخرين، وحقق العمل نجاحات كبيرة في فترة عرضه، وتحدث العوضي عن هذه النجاحات قائلا: الكاست هو 100 % من نجاح العمل، أنا بنجح بكل إخواتي الزملاء مش لوحدي، وفضل ربنا ودعوات إخواتي هو سر نجاح مسلسل حق عرب، وبهدي نجاح المسلسل لكل حد قالي كلمة حلوة في حياتي.

#### مسلسل «بدون مقابل» كشفت الفنانة وفاء عامر عن تفاصيل شخصيتها في مسلسل «بدون مقابل» الذي يشاركها في بطولته الفنان هاني رمزي ومن المقرر أن تظهر لأول مرة في المسلسل بكماء «خارسة».وفاء عامر تكشف عن تفاصيل

المرأة هي السبب في ذلك، موضحة: المرأة هي السبب في مشاكل وروها في مسلسل «بدون مقابل» الذي كان من المقرر عرضه ضمن مسلسلات رمضان الماضي لكنه تم تأجيله ليعرض بعد السباق الرمضاني.

#### دوري خرسة ومشلولة بفعل فاعل

تحدثت الفنانة وفاء عامر عن تفاصيل شخصيتها في مسلسل بدون مقابل الذي من المقرر عرضه خلال الأيام المقبلة، وذلك خلال لقائها في برنامج عرب وود وكشفت أنها لأول مرة ستظهر بدور "خرساء" ومشلولة بفعل فاعل وتعاني من عدم الاتزان بسبب تناولها أدوية خاطئة، وقالت: "مبسوطة بالشغل مع جمال عبد الحميد لأنه أول واحد علمني فن وأول نجاحاتي المسلسل عظيم ودوري فيه مختلف لأول مرة هكون خرسة بعد صدمتى بمحاولة اغتيال للزوج وهكون مشلولة بفعل فاعل وعندي طول الوقت حالة عدم اتزان بسبب أدوية حتى على الكرسي

#### فيلم جبل الحريم

وتطرقت الفنانة وفاء عامر أثناء حوارها مع برنامج عرب وود للحديث عن فيلم جبل الحريم وشخصيتها بالفيلم، وعن سبب انضمامها للفيلم أو ما حمسها له قالت: " شاركت في الفيلم عشان اشتغلت مع المؤلف قبل كده وعارفه هو بيكتب ازاي وبيبقى شاعر وفيلسوف في كتابته،

ودوري في الفيلم إمرأة أرستقراطية عدت بمجموعة من المواقف وهي صغيرة أصبح جواها تراكمات بتنزل في محطة الموت بتاعتها امتى الله أعلم".



# بجل میاب دام 6 ستوات ۵۰ مااعر المابدین يورد بساسي عربي

يستعد الفنان ظافر العابدين لخوض سباق مسلسلات رمضان ٢٠٢٥ من خلال عمل درامي جديد لم يتم الكشف عن تفاصيله حتى الآن، ومنذ الاعلان عن ذلك وبدأ الجمهور في البحث عن تفاصيل

مسلسل ظافر العابدين الجديد والذي يعود به للموسم الدرامي الرمضاني بعد غياب دام

لسنوات عديدة.

وأعلنت الصفحة الرسمية لشركة المنتجة سالي والي عن تعاونها مع الفنان ظافر العابدين في عمل درامي جديد يخوض من خلاله سباق مسلسلات رمضان 2025، حيث رصد موقع تحيا مصر على الصفحة الرسمية للشركة بموقع تبادل الصور والفيديوهات انستجرام، صورة للفنان ظافر العابدين رفقة سالى والى معلنين عن استعداده لخوض منافسة الدراما الرمضانية من خلاله.

ولم يتم الكشف عن تفاصيل مسلسل ظافر العابدين الجديد، سواء عن اسمه أو النجوم المشاركين به أو مخرج العمل والمؤلف ولا اي شيء خاص بمسلسل ظافر العابدين في رمضان 2025.

عودة ظافر العابدين للدراما بعد غياب 6 سنوات ويمثل مسلسل ظافر العابدين الجديد عودة قوية لها للدراما المصرية بعد غياب دام 6 سنوات عن الساحة الفنية، حيث كانت أخر أعماله الفنية من خلال مسلسل ليالي اوجيني والذي تم عرضه في عام 2018 وحقق العمل نجاحات ساحقة خلال

فترة عرضه، وبعدها انشغل في الدراما اللبنانية من خلال مسلسل عروس بيروت والذي حقق له نجاحات كبيرة وإنتج جزى ين منهم وكان يطالب الجمهور بجزء جديد من العمل أيضا.

### ظافر العابدين

ويعد مسلسل ليالى اوجيني من بطولة ظافر العابدين إلى جانب كلا من النجوم أمينة خليل وانتصار وإنجى المقدم وأسماء أبو اليزيد وكارمن بصيبص وخالد كمال ومريم الخشت ومراد مكرم وليلي عز العرب، وحقق العمل نجاحات كبيرة في فترة عرضه.

وكانت آخر أعمال ظافر العابدين مشاركته في فيلم أنف وثلاث عيون إلى جانب كلا من الفنانة صبا مبارك والفنانة سلمي أبو ضيف،

وشارك في بطولة الفيلم أيضا جيهان الشماشرجي، صدقي صخر، سلوى محمد علي، نبيل ماهر، نور محمود، الطفل سليم مصطفى،

وظهور خاص للنجمة أمينة خليل كضيفة شرف الفيلم. ولم يحقق فيلم أنف وثلاث عيون النجاح المطلوب في السينمات المصرية والعربية، خاصة وأنه إعادة لفيلم كان قد تم عرضه منذ سنوات عديدة فهو معالجة معاصرة لرواية الكاتب الكبير إحسان عبد القدوس، رؤية درامية وسيناريو وحوار وائل حمدي وإخراج أمير رمسيس.



## شرب القهوة قد ينقذ حياة مرضى سرطان الأمعاء تشير دراسة حديثة إلى وجود صلة كبيرة بين

شرب القهوة والوفيات بين المرضى الذين يعانون

من سرطان الأمعاء. ويعرف سرطان الأمعاء بأنه مصطلح عام لوصف السرطان الذي يبدأ في الأمعاء الغليظة وأحيانا في الأمعاء الدقيقة، وهو أكثر ندرة من سرطان الأمعاء الغليظة، ويطلق عليه أحيانا اسم سرطان

القولون والمستقيم. وأظهرت الأبحاث السابقة أن استهلاك القهوة يقلل من خطر الإصبابة بسرطان الأمعاء. وفي هذه الدراسة الجديدة، التي نشرتها مجلة International Journal of Cancer، بحث الفريق فيما إذا كانت القهوة

تناول القهوة بعودة المرض بعد هدأته والوفيات وتم استجواب ما مجموعه 1719 مريضا حول نمط حياتهم، بما في ذلك كمية القهوة التي

وأظهرت النتائج أن مرضى سرطان القولون والمستقيم من المرحلة الأولى إلى الثالثة الذين يشربون أكثر من أربعة أكواب يوميا لديهم احتمال أقل للانتكاس بنسبة 37% من أولئك الذين يشربون أقل من كوبين يوميا.

وعلاوة على ذلك، كان معدل الوفيات أدنى بين أولئك الذين تناولوا ما بين ثلاثة وخمسة أكواب

تؤثر أيضا على تطور المرض. وقارن الباحثون يوميا. ما يشير إلى أن الاستهلاك المعتدل للقهوة قد يكون مفيدا للمرضى الذين يعانون من سرطان الأمعاء. وفي حين أن هذه النتائج مهمة، إلا أن الآلية الدقيقة وراء الارتباط ما تزال غير واضحة. ويحرص الباحثون على إجراء المزيد من الدراسات لفهم هذه العلاقة بشكل أفضل واستكشاف

كيف يمكن للاستهلاك المنتظم للقهوة أن يقلل من خطر تكرار الإصابة بسرطان القولون والمستقيم والوفيات الناجمة عن جميع الأسباب.

#### فوائد شرب الماء الدافئ

أعلنت الدكتورة زهرة بافلوفا، أخصائية الغدد الصماء، أن شرب كوب ماء دافئ على الريق كل يوم بعد الاستيقاظ من النوم، هو أفضل عادة، لأنها تحسن الحالة الصحية العامة للجسم. وتؤكد الأخصائية، على أن درجة حرارة الماء يجب أن تكون حوالي 40 درجة مئوية وليس بدرجة حرارة الغرفة أو أبرد. وتقول، "يعود السبب، إلى أن درجة حرارة



الجسم الداخلية هي 38 درجة مئوية، والماء بدرجة حرارة الغرفة تكون حرارته 24-26 درجة مئوية، أي يكون باردا للجسم، لذلك عند شربه يسبب تشنجات بسيطة في عضلات الجهاز الهضمي، وكلما كانت درجة حرارة الماء أقل تزداد شدة هذه التشنجات. وهذا يمس بالدرجة الأولى قنوات المرارة، التي هي بحد ذاتها صغيرة، وأي تشنج بسيط يسبب انسدادها بعض الوقت". وتضيف بافلوفا، بأن نمط الحياة الذي يتسم بالخمول وقلة الحركة والتغذية السيئة، يسبب تفاقم مشكلات المرارة أكثر. ولكن شرب كوب من الماء الدافئ بدرجة حرارة تقل عن 60 درجة مئوية، يحسن الحالة كثيرا. كما أن شرب الماء الدافئ على الريق يؤثر إيجابيا في عمل الجهاز الهضمي.

## سؤالرجواب

#### • من هو ارفين رومل؟

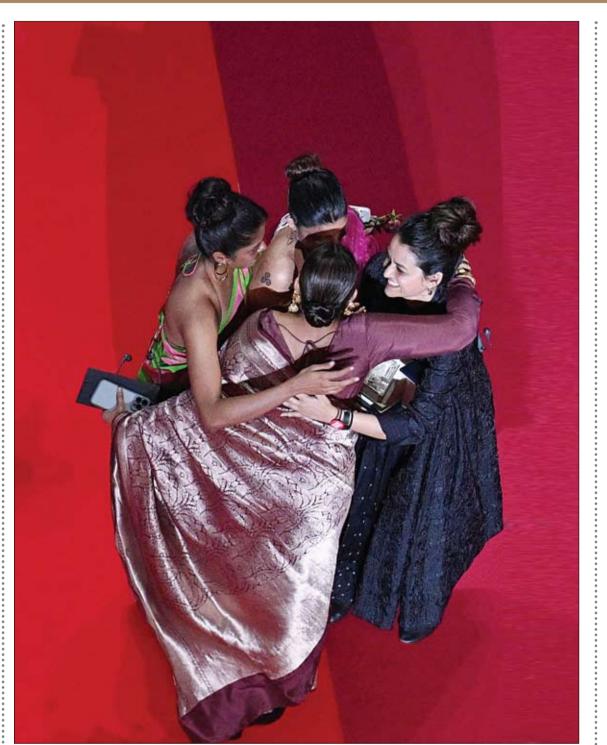
-هو مارشال الماني لمع نجمه خلال الحرب العالمي الثانية بوصفه قائدا للقوات الالمانية في افريقيا الشمالية ولد عام 1981 ومات منتصرا عام 4491

### • من هو اعظم شعراء عصر النهضة الفرنسية؟

-هو بيردو ونادر الشاعر الفرنسي الذي ولد عام 4251 وعاش حياة كلها غزارة في الانتاج حتى توفي عن عمر 16 عاما.

#### • من هو واضع النظرية النازية في الاعراف؟

هو الفرد روزبرغ وهو زعيم وكاتب الماني عرف ببشاعة تصرفاته وقسوته سادي النزعة ويميل للعنف وضع نظريته الشهيرة في النازية في الاعراق التي تشيبع بها الزعيم الهتلر، وقد اعدم روزنبرغ عام



المخرجة الهندية بايال كاباديا تحتفل مع طاقمها بعد فوزها بالجائزة الكبرى عن فيلم «كل ما نتخيله كضوء» خلال الحفل الختامي للدورة الـ77 لمهرجان كان السينمائي. (١ ف ب)

## أدوية التنحيف تؤدي إلى نقص عنصر مهم لصحة الجسم

ذكر الطبيب والأخصائي بأمراض القلب، يوري بيلينكوف أن أدوية التنحيف قد تكون لها مضاعفات خطيرة، وتؤدي لنقص عنصر مهم لصحة الجسم. وخلال أحد البرامج الطبية التي تعرض على قناة "روسيا" التلفزيونية قال الطبيب: "يعتبر البوتاسيوم أحد أهم العناصر المهمة لصحة القلب، ويسبب نقصه في الجسم ظهور أعراض مزمنة، وظهور هذه الأعراض مرتبط بعدة عوامل منها تناول أدوية التنحيف". وأضاف: "الاستخدام الطويل الأمد للأدوية المدرة للبول وأدوية القشرانيات السكرية يؤدي إلى فقدان البوتاسيوم في الجسم. إذا تناولت النساء حبوب التنحيف الخاصة بهن ومن ثم شعرن بتشنجات في الجسم، فهذا يعني أن هذه الأدوية تحوي على مدرات للبول قد تكون غير مذكورة على الملصقات الخاصة بها". وأشار الطبيب إلى أن تكرار التقيؤ والإسهال، والإكثار من شرب القهوة والمشروبات الكحولية والأطعمة المالحة والحلوة هي أيضا من العوامل التي تؤثر على نقص البوتاسيوم في الجسم، وتسرّع عملية طرحه مع السوائل، بما فيها السوائل التي تضرز أثناء التعرّق.

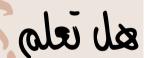
وتبعا للطبيب يمكن التعرف على نقص البوتاسيوم في الجسم من خلال جفاف الجلد وبعض أعراض الإمساك، وحدوث التشنجات وضعف العضلات، ويمكن للأغذية الغنية بالبوتاسيوم مثل الشوكولاتة والموز والبقوليات واللحوم أن تعوض الجسم عن هذا النقص.

# السكّر الأبيض أم البني . . أيهما الأغنى بالسعرات الحرارية؟

يعتقد الكثيرون أن السكر البني قد يكون أقل ضررا من السكر الأبيض على الصحة لاحتوائه على سعرات أقل، فهل هذه المعلومة صحيحة من الناحية العلمية؟. وحول الموضوع قال الطبيب الروسي، ألكسندر مياسنيكوف خلال برنامجه الطبي الذي يقدمه على قناة "روسيا": "أعتقد بأنه لا يوجد فرق يذكر بين السكر الأبيض والسكر البنى من حيث عدد السعرات الحرارية، فهو في كلا النوعين متقارب إلى حد كبير، لذا فإن تأثيرهما متشابه على الجسم عند اتباع الحميات الغذائية".

وأضاف: "الاختلاف بين هذين النوعين يكمن في المصادر الخام لإنتاجهما وفي طريقة المعالجة، فالسكر الأبيض يتم الحصول عليه غالبا من الشمندر السكري، والسكر البني يستخرج عادة من قصب السكر أو الشمندر".

وتشير العديد من الدراسات العلمية إلى أن النوعين المذكورين من السكر متشابهان إلى حد كبير من حيث احتوائهما على السعرات الحرارية، لكن هناك اختلاف في طريقة معالجتهما، فالسكر الأبيض يتعرض لعمليات معالجة أكثر، كما أن السكر البني يكون أحيانا عبارة عن مزيج من السكر الأبيض ودبس السكر، وهذا ما يعطيه اللون الغامق. وللتقليل من أضرار السكر المعالج على الجسم ينصح بعض أخصائيي التغذية بالاستعاضة عنه بالعسل أو بتناول الفواكه الطازجة لكن بكميات معقولة.



- هل تعلم أن قدمك تحتوي على 26 عظمة.
- متوسط دماغ الإنسان يتكون من حوالي 78% من الماء.
- هل تعلم أن الإسفنج يمتص الماء البارد أكثر من الماء الساخن. • هل تعلم أن البرق يضرب الأرض حوالي 6000 مرة كل دقيقة.
  - هل تعلم أن الدلفين هو أذكى الحيوانات الثديية
- هل تعلم ان نبات النرجس يقتل اعداءه فهو يقتل اي نبات ينمو بجواره.
  - هل تعلم ان شعب الباكا؟ شعب من الاقزام يعيش في غابات الكاميرون. • هل تعلم ان اصل كلمة البترول اصلها لاتيني وتعني زيت الصخر.
  - هل تعلم أن عمر القرد لا يتجاوز في المتوسط ثلاثين سنة
- هل تعلم أن الذبابة تهز جناحها حوالي (32) مرة في الثانية الواحدة

# الأمير الصغير الصغير

عندما انجبت الملكة طفلها الأول فرح الملك به اشد الفرح خاصة انه انتظر هذه اللحظة سنوات عديدة وها هي امنيته تتحقق بمولود ذكر يرث مملكته فأسرع ووضع حول رقبة مولوده سلسلة ذهبية كانت هدية من جدته من يلبسها لا يخلعها العمر كله حتى يموت ومهما كبر فهي تكبر معه ولا يستطيع أي انسان ان يخلعها من رقبة الأمير الصغير الاامه فقط، وفي غمرة فرحة القصر والمملكة بالأمير الصغير تسللت امرأه حاقدة حاسدة إلى جناح الملكة واستطاعت ان تخطف الأمير الصغير وتهرب به من سراديب القصر بدون ان يحس بها احد وماتت الفرحة في المملكة وفي القلوب وشاع الهم والغم في القصر واقام الملك الدنيا واقعدها بحثاً عن صغيره لكن محال فقد اختفى الصغير. كانت هذ المرأه هي ابنة عم الملك وكانت تحبه وتتمنى الزواج منه لكنه تزوج من ابنة خالته وام طفله فكرهت ابنة عمه ذلك وقررت ان تبدل فرحتهما إلى عذاب فسرقت الصغير واختفت به في قرية مجاورة وادعت انه طفلها وعاشت هناك تنتظر الوقت المناسب لتقتل فيه الأمير الصغير حتى لا يتعرف عليه احد لكن لم تواتيها الشجاعة على ذلك لذا فقد كانت تتركه كثيراً يلهوا كيفما شاء ربما اصابه مكروه فتتخلص منه كما انها لم تستطيع ان تخلع السلسلة الذهبية من رقبته فتركتها وهي تتعشم ان يكبر فتخنقه فهي لا تعرف سرها. كبر الأمير الصغير وصار فتي شجاعا قوي البنيان ولم لا؟ فمنذ صغره تعود ان لا يخاف شيئا وأن يتحمل كل شئ فالعيشة القاسية علمته الكثير لكنه كان وسيماً جميل الطلعة حلو اللسان وكان يحمل سمات امه وابيه، وقد عمل مع احد التجار بائعاً متجولاً فأخذ يذهب هنا وهناك ليبيع بضائعه وفي احد الأيام وصل إلى مملكة ابيه فأخذ يدور في المملكة يبيع ما معه حتى وصل إلى القصر فألتف حوله الخدم يشترون من بضائعه الجميله وهناك في الشرفه كانت تجلس الملكة وابنتها الصغيرة التي انعم الله عليهما بها بعد فقدان الأمير الصغير فأحبت ان ترى ما معه فنادت الملكة بأن يدخل إلى القصر ففعل وهناك عند الشرفة وقف ينظر إلى الأميرة الصغيرة ونظرت اليه الملكة مبهورة به فأنتبهت على ملامح وجهه فإن من ينظر اليه كأنه ينظر إلى الملك واخذت تدقق النظر في الفتى عندها دخل الملك عليهم وقال: ماذا تفعلون؟ فلم يرد عليه احد. اقترب ونظر من الشرفة فوجد الفتى ووقف ينظر اليه ويحدق به وفجأة لمح السلسلة الذهبيه.. فصرخ وقال: اصعد.. اصعد إلى هنا، صعد الفتي مندهشاً خائفاً وفي الشرفة مد الملك يده وعرف السلسلة الذهبية وصرخ: يا الهي انه ابننا، انظري ايتها الملكة انه ابننا، انها السلسلة المسحورة التي لا ينزعها احد الا انت.. شهقت الملكة وامسكت الفتى ونظرت اليه وقالت: من اين لك بها؟ فقال البسها منذ كنت رضيعاً ولم تستطيع امى فكها. فقالت واين امك خذني اليها؟ وفي الحال تحرك ركب الملك في طريقه إلى القرية المجاورة والتى تخضع لسلطانه ايضاً ،وهناك فوجئ بأبنة عمه والتي ادعت طوال هذه الفترة انه ابنها، وعرف انها من فعلت ذلك، لكنه تركها لعذاب الأيام، وعاد سعيداً إلى مملكته ومعه ولي عهده لتعيش الملكة في سعادة.

