

AL AYSAR LIGHTING الأيسر للإنارة

تم بعونه تعالى الفتح فرحة البعيد
في مدينة زاوية - المنطقة الغربية

السوفال المجدول
كل ما يرضي ذواقكم

أقل الأسعار
أقرب LED
نحن الأقرب
بعيدا

الفرع الرئيسي: شارع المرور بجوار خلية الشوارابي
فرع 1 - دبي جبل علي - المنطقة الحرة 052 9973322
فرع 2 - المنطقة الغربية - جنبه إلى المدخل 052 1174679
Tel.: 02 6411191 - Mob.: 055 8811932

منوعات الفكر

مؤسسة بن عواس للخدمات العامة
Bin Awas General Service EST

نوفر خدم وعمالة
من جميع أنحاء العالم
سيرلانكا - إندونيسيا - الفلبين
بنغلادش - إثيوبيا

نوفر أفراد أمن وحراسات خاصة
يوجد أفراد من جميع المهن
والوظائف من كافة الجنسيات

فحص طبي مجاني للخادمة
خدمات جاهزة للتنقل الطوري

binawas1@yahoo.com
050-8988855 / 02-4462422 / 02-4465030
أبو ظبي - شارع المرور - بجانب جريدة الاتحاد

الأحد 10 يونيو 2018 م - العدد 12348
Sunday 10 June 2018 - Issue No 12348

ممرات خاصة لمدمني الهواتف المحمولة

خصصت مدينة صينية ممرات خاصة لمدمني الهواتف المحمولة، الذين يسببون على الطريق، وهم يحدقون في شاشات هواتفهم، وقررت مدينة شيان، فصل الأشخاص الذين يفضلون إبقاء أعينهم ملتصقة بشاشة الهاتف، عن أولئك الذين يسببون بشكل طبيعي في شوارع المدينة. ويعرض حوالي متر، ثم طلاء الممرات الخاصة لحاملي الهواتف المحمولة على الأرض، وذلك لتبنيهم ليبقوا يقظين خلال سيرهم، حيث تم رسم أيقونة كبيرة لهااتف على الأرض، مع سهم تشير إلى الاتجاه الذي يجب على حامل الهاتف السير فيه.

ويبلغ طول الممر نحو 100 متر، هو مطلي بالألوان الأحمر والأخضر والأزرق، على مساحات مختلفة من شارع يان تا المزدهم، وبالنسبة للأشخاص الذين لا يستخدمون هواتفهم أثناء السير، فهم أحرار في استخدام أي جزء من الرصيف، بحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية. يذكر أن الصين تعاني من مشكلة الإدمان على الهواتف المحمولة، حيث يتفق السكان ما معدله 3 ساعات يومياً على هواتفهم الذكية، وتحتمل الصين المرتبة الثانية عالمياً بعد البرازيل في عدد ساعات استخدام الهواتف.

فيل يهرب من حديقة حيوان

خرج فيل يدعى "كينيا" من حديقة حيوان في غرب ألمانيا وذهب في جولة قبل أن تتم إعادته إلى حظيرته. وقال المتحدث باسم الشرطة إن الفيل المتجول انطلق من حدائقه في مدينة نيوفيد في ولاية راينلاند بالاتينات وتجول مسافة كيلومتر تقريباً. وصور أشخاص مختلفون الفيل أثناء تجوله عبر المدينة وقاموا بتحميل اللقطات على الإنترنت. وقال المتحدث باسم الشرطة إن النزعة كانت قصيرة وسلمية، ولم يمرض وقت طويل قبل أن يقنع أحد موظفي حديقة الحيوان الفيل بالعودة إلى حظيرته. وأفاد المتحدث بأن المرور لم يواجه أي مشكلة، كما لم يتسبب الفيل في إصابة أي شخص.



الدهون تتكدس عند البعض مع تقدمهم في السن.. فما السبب؟

مقارنة بالفئران الأخرى، وذلك بعد فحصها من جديد وهي بعمر 10 أشهر. والفئران التي تحمل الطفرة الجينية L1622I كانت أكثر وزناً من التي لا تحمل أي طفرة جينية. أي أن الناس الذين أصولهم أوروبية كانوا أكثر عرضة لتكدس الدهون مع تقدم العمر من الناس ذوي الأصول الإفريقية، نقلاً عن موقع فوكوس الألماني. ويعتقد العلماء أن الجينات التي ورثها الإنسان الحالي من الإنسان القديم كان لها أثر سلبي على تراكم الدهون. إذ أن الإنسان المتقدم في العمر في قديم الزمان لم يكن يمكنه اصطيد الفرائس بصورة سهلة، كما مع الصيد الشاب، وتكدس الدهون في جسمه كان يلعب دوراً مهماً في عملية بقائه على قيد الحياة. تستخدم الدهون التقلابية في المحنات والمأكولات المقلية. وهي ليست عديمة الفائدة بحسب، بل إنها أحد الدهون الخطيرة على صحة الإنسان. لكن ليست كل الدهون مضرّة، فبعضها عنصر أساسي للجسم. فكيف تتعرف على الدهون الضررة والنافعة؟

يكثر الحديث عن الدهون ومخاطرها على صحة الإنسان، لاسيما أنها تتسبب في العديد من الأمراض كالسمنة وتصلب الشرايين والسكري وغيرها من الأمراض الخطيرة. ورغم أنها عنصر غذائي مهم للجسم، إلا أنه ينبغي التمييز بين دهون المفيدة والدهون المضرّة بالصحة. بعض هذه الدهون صحي وضروري للجسم مثل دهون

والطفرة الجينية المؤثرة في جين "أكرني بي" هي R1788W و L1622I. والطفرة الجينية R1788W موجودة، كما ذكرت دراسة جامعة ديوك التي نشرت في مجلة "جورنال أوف كينيكال انفيستيجيشن" العلمية، عند نحو مليون شخص في الولايات المتحدة الذين ترجع أصولهم إلى القارة الأوروبية، بينما توجد الطفرة الجينية L1622I فقط عند الأمريكيين من أصول أفريقية. ونحو 7 بالمائة من الأمريكيين يحملون الطفرة الجينية L1622I، بينما نحو 0,3 بالمائة منهم يحمل الطفرة الجينية R1788W. وأشارت الدراسة إلى أن مرض زيادة الدهون في تزايد منذ ثمانينات القرن الماضي. ويعتقد فان بينيت، المدير المشرف على الدراسة، والبروفيسور بارت غيلر من جامعة ديوك بأن الحياة الحديثة للإنسان أثرت على انتشار وباء تناول الدهون بشكل مفرط. وبدأ هذا الوباء في ثمانينات القرن الماضي مع انتشار الشربويات المحلاة والبطاطس المقلية. وقال العلماء بهذا الصدد: "لم تتغير الجينات في جسمنا بصورة مفاجئة، لكنها ساعات بسبب نوع التغذية الجديدة عليها. وقام المشرفون على الدراسة بعمل تجارب على الفئران لمعرفة الجينات التي تؤثر على تكدس الدهون، وذلك عندما كانت أعمار الفئران 3 أشهر ولاحقاً عندما تصبح 10 أشهر. ونتيجة البحث كانت أن الفئران التي تحمل الطفرة الجينية R1788W أصبحت الأكثر وزناً

متى يمكن للطفل الذهاب إلى صالة الجيم؟

يحتاج الطفل إلى التمارين والنشاط البدني مثلما يحتاج الإنسان البالغ، لذلك من الأفضل حثه على ممارسة النشاط بداية من عمر سنتين بواقع ساعة كل يوم من الألعاب البدنية والقفز والحركة. ويساعد هذا النشاط على خفض التوتر، وتعزيز نمو العضلات والعظام، وزيادة الثقة بالنفس. لكن في أي عمر يمكن للطفل الذهاب إلى صالة الرياضة (الجيم)؟ تفيد التقارير التربوية بأن الطفل يكون مستعداً للذهاب إلى الجيم ورفع بعض الأوزان بمجرد أن يكون قادراً على ممارسة الألعاب الجماعية وهم فوائدها، كأن يكون لاعباً في فريق لكرة القدم، أو اليد، أو السلة. وهي مرحلة تالية لممارسة الألعاب الفردية كالسباحة، لكنها لا تتأخر كثيراً. لكن بإمكان الطفل الذهاب إلى الجيم مع أبويه وممارسة بعض التمارين والألعاب بما في ذلك الجمباز بداية من سن 3 سنوات أو 4، ويتوقف ذلك على نوعية النشاط، وتوفر مساحة وشروط آمنة له. فالألعاب مثل نط الحبل، والهولاهوب، وتمرين المشي يمكن أن تكون سهلة وآمنة تماماً بعد أن يتخطى 4 سنوات. وتظل أفضل الخيارات للطفل قبل عمر 8 سنوات هي: القفز، وألعاب الغماية، والركض، والسباحة، وركوب الدراجة، وألعاب التسلق، مع قليل جداً من رفع الأوزان بداية من سن 6 سنوات، حتى لا يقع ضغط كبير على المفاصل.

لهذا السبب لا تكثر من مشاهدة الأخبار السيئة

هل جلست أمام شاشة التلفزيون في أحد الأيام، وبدأت تشعر بالإحباط، بعد مشاهدة نشرة الأخبار، التي تعج بالكوارث والحوادث المأساوية والأزمات العالمية؟ إذا كانت الإجابة نعم، فلست الوحيد الذي يفعل ذلك.

تقول عالمة النفس سوزان بايل، المختصة في علاج الصدمات النفسية، إن الاستماع إلى الحوادث والأخبار الصادمة، ينقل الجسم إلى وضع الإجهاد، حيث يقوم بإصدار هرمونات التوتر مثل الكورتيزول والأدرينالين.

ومع مرور الوقت، وعند تكرار هذه العملية بشكل يومي، يمكن أن تتعرض الغدة الكظرية لدينا للإرهاق، ويمكن أن يؤدي ذلك إلى الشعور بالتعب في الصباح، وقلة النوم والافتقار، فضلاً عن العديد من الأعراض السلبية الأخرى، بحسب موقع مانداتوري. وتعتقد الدكتورة بايل، أن من الضروري من وقت لآخر، الابتعاد عن هذا النوع من الأخبار، واستبدالها ببرامج مسلية أو كوميدية، لتعطي عقلك ونظامك العصبي استراحة من الأخبار السيئة.

تجيك أوشجة بأكياس الشاي المستعملة

تحولت سيده أسترالية إلى استخدام خيطان أكياس الشاي للحياكة، وراحت تجيك أوشجة مميزة، باستخدام هذه الخيطان. وتحتاج السيدة إيرين، إلى أكثر من 2000 كيس شاي لحياكة وشاح واحد، ويستغرق الأمر وقتاً طويلاً، لأنها بحاجة في البداية إلى عمل جدائل من الخيطان، قبل أن تستخدمها للحياكة. وتقول إيرين: "أخبرت أصدقائي بما كنت أفعله، وأخبروا أصدقائهم الذين يعملون في المستشفى، لذلك بدأوا بجمع أكياس الشاي لي، وهذا ما ساعد على نمو عملي". وتضيف: "لم أكن لأجرح في فعل ذلك لو كنت أعيش في سيدني، لكنني استطعت تحقيقه في مدينتي كيراج. أعتقد أنه من الرائع أن رؤية عدد الأشخاص الذين يرغبون في المشاركة". وفي الوقت الذي تعد الأوشجة التي تصممها إيرين خطوة نحو الاستدامة، إلا أنها في نفس الوقت، تناسب جميع أنواع الملابس، بحسب صحيفة أي بي سي الأسترالية.

كادت تفارق الحياة بسبب مسمار

كادت امرأة كندية أن تفارق الحياة بعدما أصيبت بالتهابات شديدة في ساقها، إثر تعرضها لجرح من مسمار صدئ أثناء مساعدة صديقها في تجديد منزلها. وأمضت كون أكونور زهاء شهر كامل في وحدة العناية المركزة بعدما أصيبت بالتهابات جراء تعرضها لجرح من مسمار صدئ. وكانت الشابة التي تبلغ من العمر 38 عاماً تساعد إحدى صديقاتها في تجديد منزلها، عندما دحخت ساقها اليسرى بمسمار قديم. وبعد أربعة أيام استيقظت أكونور من النوم وهي تعاني من آلام مبرحة في ساقها الأخرى، وظلت أن الآلام ناجمة عن إصابة قديمة تعرضت لها أثناء ممارستها رياضة الكيك بوكسينغ. ونقلت أكونور إلى المستشفى على الفور حيث فقدت وعيها فور وصولها، ما دفع الأطباء إلى وضعها تحت العناية الطبية المركزة. واستمرت غيبوبة السيدة عشرة أيام قبل أن تستيقظ لتخضع بعدها لثلاث عمليات جراحية في ساقها، وقد فحص الأطباء حالتها بالتهاب اللثة الناحر، الذي ينتشر في أنحاء الجسم بسرعة كبيرة بفعل بكتيريا تنتج سموماً تدمر الأنسجة، والذي يصاب به حوالي 20 ألف شخص في الولايات المتحدة كل عام. من الجدير بالذكر أن أكونور فقدت 20 كيلو غراماً من وزنها خلال ثلاثة أشهر من المرض، قضت معظمها داخل المستشفى وزرع الأطباء خلالها ما يقارب 97 دعامة في ساقها لإغلاق الجرح، بحسب ما ورد في صحيفة ميرور البريطانية.



هل يجوز تعاطي المسكنات أثناء فترة الرضاعة؟

على الرضيع، نظراً لأن تركيز المواد الفعالة بها غالباً ما يكون ضئيلاً بالنسبة للرضيع. وقبل اللجوء إلى المسكنات، تنصح الفرقة الأم بتحديد سبب الألم، حيث غالباً ما يرجع سبب الصداغ مثلاً إلى قلة النوم أو نقص السوائل أو قلة الحركة أو التوتر النفسي. ومع هذه الأسباب لا يكون من الضروري تعاطي المسكنات من الأساس. أما في حال تكرار الإصابة بالصداغ، فينبغي حينئذ استشارة الطبيب.

تساور الشكوك الكثير من الأمهات حيال تعاطي المسكنات أثناء فترة الرضاعة اعتقاداً منهن بأنها تؤثر سلباً على جودة اللبن. فما مدى صحة ذلك؟ وللإجابة على هذا السؤال، قالت غرفة الصيادلة بولاية ساكسونيا السفلى الألمانية إنه بشكل عام لا تمثل المسكنات، التي يتم صرفها بدون روشتة، مشكلة أثناء فترة الرضاعة، فعلى الرغم من أنها تنتقل إلى لبن الأم، إلا أنها لا تشكل خطراً

مطار لم تعلق طائراته منذ 40 عاماً

تحول مطار دولي في العاصمة القبرصية نيقوسيا إلى مكان مهجور بعدما كان محطة سفر يقصدها مئات الآلاف من المسافرين قبل أربعين عاماً. وبحسب ما نقلت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية، فإن مطار نيقوسيا الدولي سابقاً توقف عن العمل إثر توقيع اتفاق لوقف إطلاق النار في قبرص سنة 1974. وغزت تركيا قبرص في ذلك العام، وتم تقسيم الجزيرة منذ ذلك الحين إلى جزء جنوبي، وآخر شمالي (يحظى باعتراف محدود)، كما أقامت الأمم المتحدة منطقة عازلة يقع فيها المطار المهجور. وأصبحت طائرة في مدرج المطار بالصدأ بعدما أوقفت طويلاً دون تحليق، كما تحولت أجزاء أخرى إلى خراب تستوطنه أعشاش الطيور. ولا يزال المطار شاهداً على ما كان فيه من حياة، إذ ما تزال اللوحات ترشد إلى المقاهي ومنصات أخرى للركاب.

منوعات الفكر



رئيس جامعة مركز الثقافة الإسلامية في الهند

يستعرض أعمال زايد الخير في مجلس بن ركاض

العين - الفجر

استضاف الشيخ محمد حمد بن ركاض العامري عضو المجلس الاستشاري لإمارة أبوظبي في مجلسه بمدينة البحر بمنطقة العين، ندوة حضر فيها فضيلة الشيخ أبو بكر أحمد، الأمين العام لجمعية علماء أهل السنة بالهند ورئيس جامعة مركز الثقافة الإسلامية في الهند، قدم خلالها عرضاً للأعمال الخيرية والانسانية للمفخور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان على مستوى العالم وفي الهند بشكل خاص، مؤكداً بأن ما قدمه الشيخ زايد رحمه الله خدمة الانسانية ونشر التعليم السحما للدين الاسلامي يعتبر موروثاً فخوراً ونعتز به، ونوه المحاضر باسهامات الشيخ زايد ودوره الخيري ببناء المساجد والجامعات ودور الايتام ومراكز الرعاية الطبية وغيرها في مختلف مناطق الهند، لافتاً إلى أهمية مؤتمر الشيخ زايد العالمي للسلام الذي يعقد بشكل سنوي في مدينة كاليكوت في كيرلا بالهند ويشرك به عدد كبير من العلماء الذين يمثلون مختلف دول العالم، للوقوف عند أعمال وخدمات الشيخ زايد، وجهوده المبذولة في خدمة الإنسانية والسلام العالمي، وسبل تعميم منهجه الوسطي في الإسلام حول العالم، وخدماته في ميدان التعليم والتربية.

من جهته أكد الشيخ محمد بن ركاض العامري على أن الجهود التي بذلها المفخور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان في نشر تعاليم الدين الإسلامي وعمله الدائم لتحقيق السلام في كل أنحاء العالم جعلت منه خطوة ومنازة للمحبة والسلام على مستوى العالم. وبدوره قال الشيخ الدكتور سالم محمد بن ركاض عضو المجلس الوطني الاتحادي سابقاً إن ما حققه الراحل المفخور له الشيخ زايد على مستوى العالم جعلنا نفخر ونعتز بانتمائنا إلى نهج وموروث هذا القائد العظيم، ولعلنا في ظل حكومتنا الرشيدة بقيادة صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله" أن نحافظ على هذا المنهج والأثر الطيب بدعم السلم والسلام العالميين. وفي الختام وجه الأمين العام لجمعية علماء أهل السنة بالهند ورئيس جامعة مركز الثقافة السنوية الإسلامية في الهند دعوة إلى الشيخ محمد بن ركاض والشيخ الدكتور سالم بن ركاض لحضورهما مؤتمر الشيخ زايد العالمي للسلام الذي يعقد في الشهر المقبل في مدينة كاليكوت في كيرلا بالهند. حضر الندوة عدد من الشخصيات والمسؤولين وجمع من أبناء المنطقة وأبناء قبيلة العوامر وعدد من الاساتذة والأكاديميين في جامعة مركز الثقافة السنوية.



سعيد بن طحنون يزور مجلس أحمد بن هويل العامري

العين - الفجر

قام معالي الشيخ سعيد بن طحنون آل نهيان، بزيارة إلى المجلس الرمضاني لتسعادة أحمد بن هويل العامري في منطقة زاخر بمدينة العين، والتقى هناك بعدد من المواطنين والأكاديميين والشعراء، وتبادل معهم الأحاديث الودية، التي عبر الجميع من خلالها عن مشاعر التلاحم والإخاء والولاء للقيادة الحكيمة في ظل صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه الله.

وقد تركز الحديث عن عام زايد الخير، واحتفالية دولة الإمارات بتمنيوه الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه، حيث أكد الحضور أن الراحل المفخور له ترك إرثاً عظيماً ومنجزات ما زلنا نتقطف ثمارها ونفاخر بها الأمم، وأن زايد طيب الله ثراه، سيبقى فبح الخير والعطاء الذي لا ينضب ولا ينقطع.

وأكد الحضور أن الشيخ زايد، رحمه الله، رحل جسداً ولكنه ما زال بيننا بروحه الطاهرة وذكراه العطرة، وما

زال راسخاً في عقولنا وقلوبنا، ما زال حاضراً فينا من خلال خليفته الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله، وأخيه صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، الذي يعد امتداداً صادقاً للمفخور له الشيخ زايد، طيب الله ثراه.

وعبر الحاضرون عن فخرهم واعتزازهم بانتمائهم لدولة الإمارات، وأشادوا بالقيادة الرشيدة التي تحرص دائماً على راحة المواطنين وتأمين مستقبل مشرق للأبناء، وتطلق المبادرات والمشاريع الضخمة التي تهدف إلى تعزيز الحياة الكريمة للمواطن لتسريع وتيرة مسيرة أبوظبي التنموية والاقتصادية، خلال السنوات الثلاث المقبلة، مؤكداً حرص سموه على تحقيق المنفعة والرفاه والسعادة لأبناء الوطن، من خلال التركيز على لوائح البنية التحتية وقطاعا السكن والتجارة والصناعة، بما يعزز من مسيرة التنمية وتعزيز النمو الاقتصادي، والإرتقاء بخدمات الصحة والتعليم وترسيخ القيم الثقافية والتراثية



في مجلس بن حم الرمضاني بالوقن

نهج زايد وضع الإمارات في مكانة متقدمة في ميادين العمل الخيري والإنساني إقليمياً ودولياً

الوقن - الفجر

استقبل الشيخ مسلم بن سالم بن حم العامري عضو المجلس الاستشاري الوطني لإمارة أبوظبي في مجلسه بمنطقة الوقن أول أمس عدداً من المسؤولين ومجموعة كبيرة من الأهل والجيران والأصدقاء وبعض الشخصيات العامة في تقليد سنوي لترسيخ أو أوصار المحبة في ظل شهر رمضان المبارك . ورحب بن حم بالحضور مؤكداً في بداية حديثه على ما قدمه المفخور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، الذي سخر حياته في خدمة وطنه وشعبه ومساعدة المحتاجين داخل وخارج الدولة وإغاثة المنكوبين، مؤكداً أنه بفضل الله عز وجل وجهود القيادة الرشيدة التي سارت على نهج المفخور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان توتأت الإمارات مكانة متقدمة في ميادين العمل الخيري والإنساني إقليمياً ودولياً ، كما إن المفخور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان رحمه الله، كان وبعادة حكيماً صبوراً متطوراً وأمنياً ومستقراً، فضلاً عن إيجاد مجتمع منتج يسعى إلى الريادة العالمية في كل المجالات.



رحمه الله، علمنا أن نرى العالم بطريقة مختلفة، وأن نطور مجتمعا بكل فئاته، لكي نصل إلى مجتمع متمكن مملوء الفخر بوطنه. ورأى أنه رحمه الله، يُعد رمز العمل الإنساني على المستوى العالمي، فلم يتوان عن مد يد العون إلى كل من يحتاج إليها حول العالم، وأوضح محمد بن سعيد بن وريقة، إن المفخور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان تمكن خلال مدة قصيرة من بناء نهضة حضارية شاملة وبنية تحتية حديثة وتقدم وازدهار بارزين في جميع مجالات التنمية الاقتصادية والاجتماعية ما وضعها في مصاف الدول المتقدمة في العالم، مثمناً الجهود التي تبذلها الحكومة الرشيدة بقيادة صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، وأخيه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، وإخوانهم أصحاب السمو حكام الإمارات، في إكمال مسيرة العطاء والازدهار في تطوير البنية التحتية وتوفير الحياة الكريمة والرفاهية

وأيضا من شأنه أن يخلق نهضة اقتصادية حديثة وتقدم وازدهار بارزين في جميع مجالات التنمية الاقتصادية والاجتماعية ما وضعها في مصاف الدول المتقدمة في العالم، مثمناً الجهود التي تبذلها الحكومة الرشيدة بقيادة صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، وأخيه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، وإخوانهم أصحاب السمو حكام الإمارات، في إكمال مسيرة العطاء والازدهار في تطوير البنية التحتية وتوفير الحياة الكريمة والرفاهية

وأيضا من شأنه أن يخلق نهضة اقتصادية حديثة وتقدم وازدهار بارزين في جميع مجالات التنمية الاقتصادية والاجتماعية ما وضعها في مصاف الدول المتقدمة في العالم، مثمناً الجهود التي تبذلها الحكومة الرشيدة بقيادة صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، وأخيه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، وإخوانهم أصحاب السمو حكام الإمارات، في إكمال مسيرة العطاء والازدهار في تطوير البنية التحتية وتوفير الحياة الكريمة والرفاهية

وأيضا من شأنه أن يخلق نهضة اقتصادية حديثة وتقدم وازدهار بارزين في جميع مجالات التنمية الاقتصادية والاجتماعية ما وضعها في مصاف الدول المتقدمة في العالم، مثمناً الجهود التي تبذلها الحكومة الرشيدة بقيادة صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، وأخيه صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، وإخوانهم أصحاب السمو حكام الإمارات، في إكمال مسيرة العطاء والازدهار في تطوير البنية التحتية وتوفير الحياة الكريمة والرفاهية



مجلس قبيله آل رواس الرمضاني يجذر من

خطورة استخدام الهاتف المتحرك أثناء القيادة

الوقن - الفجر

أكدت شرطة أبوظبي أن استخدام الهاتف المتحرك أثناء القيادة يعد خطراً على السائق ومستخدم الطريق وقد يتسبب في حوادث مرورية، وشددت على ضرورة الحذر من استخدام الهاتف المتحرك أثناء القيادة بما فيه من خطورة على تشتت انتباه السائق أثناء القيادة وعدم قدرته على الانتباه في قيادة المركبة والظواهر التي تدور بهوله.

واستعرضت من خلال الجلسة الحوارية التي نظمتها في مجلس (قبيلة آل رواس الكثيري الرمضاني) في منطقة بني ياس بأبوظبي ، الدور المجتمعي واهتمام شرطة أبوظبي ، في فتح باب المشاركة المجتمعية من خلال "كلنا شرطة" ، لتعزيز السلوكيات الايجابية في المجتمع، والحفاظ على الامن والاستقرار، و المساعي المبذولة لزيادة الالتزام بقانون السير والمرور بما يؤدي الى تقليل وخفض عدد الحوادث المرورية وما ينتج عنها من وفيات واصابات بليغة كلنا شرطة.

واكدت شرطة ابوظبي خلال محاضرتة بالمجلس دور الاسرة في السيطرة على قيادة الأحداث المركبات ، والحد من الظواهر السالبة خاصة بعد نزول الامطار، حيث يقوم هؤلاء الشباب بقيادة المركبات والتسبيح بها وقيادتها بتهور مما يعرضهم للحوادث المرورية الجسيمة، مشيراً إلى أن وقاية الشباب من الحوادث المرورية واجب ومسؤولية يتشارك فيها الجميع دون استثناء، وتطرق المحاضر الى خطورة تجاوز السرعات المقررة ،مشددا على ضرورة الالتزام بالسرعات المقررة على اللوحات الإرشادية على الطرق ، وحث السائقين على ضرورة الالتزام بالسرعات المقررة ، موضحاً انه كلما زادت السرعة كلما قل الوقت اللازم للتوقف وأصبح تجنب الحوادث المروري أكثر صعوبة. وطالبت شرطة أبوظبي بالالتزام بحدود السرعات المقررة على الطرق الداخلية والخارجية وعدم تجاوزها لتفادي وقوع الحوادث المرورية التي تقع بسبب السرعة وينتج عنها وفيات واصابات بليغة.

وفي ختام فعاليات المجلس قدم مجلس قبيله آل رواس الرمضاني درعا تذكارية الى شرطة ابو ظبي وكذلك تكريم عدد من ابناء القبيلة لما قدومهم من إنجازات وبطولات ورفع علم دولة الإمارات عاليا.

منوعات العقل 23



تشير البحوث إلى أن ارتفاع مستوى الكوليسترول الجيد فوق عتبة معينة لا يقدم أي منافع إضافية للقلب. لذا لا بد من إدراج بعض التغيرات في حميتك الغذائية.

يساعد على إنتاج الهرمونات وبناء الأنسجة وإفراز عصارة المرارة في الكبد

الكوليسترول . . سمعة سيئة لكنه يؤدي دوراً أساسياً على مستوى الصحة

مستوى الكوليسترول الجيد	مستوى الكوليسترول السيئ	مستوى الكوليسترول الجيد	مستوى الكوليسترول السيئ
فئة الكوليسترول الجيد	فئة الكوليسترول السيئ	فئة الكوليسترول الجيد	فئة الكوليسترول السيئ
أقل من 40 ملغ/ديسليتر	أقل من 100 ملغ/ديسليتر	أقل من 150 ملغ/ديسليتر	أقل من 150 ملغ/ديسليتر
منخفض (خطر متزايد)	مرتفع	مرتفع	مرتفع
أقل من 60 ملغ/ديسليتر وما فوق	أقل من 129 ملغ/ديسليتر	أقل من 150-199 ملغ/ديسليتر	أقل من 150-199 ملغ/ديسليتر
مرتفع (يحمي القلب)	شبه مثالي/ أعلى من المعدل المثالي	مرتفع لكن ضمن الحدود القصوى	مرتفع لكن ضمن الحدود القصوى
مستوى الكوليسترول الجيد	مستوى الكوليسترول السيئ	مستوى الكوليسترول الجيد	مستوى الكوليسترول السيئ
فئة الكوليسترول الجيد	فئة الكوليسترول السيئ	فئة الكوليسترول الجيد	فئة الكوليسترول السيئ
أقل من 150 ملغ/ديسليتر	أقل من 100 ملغ/ديسليتر	أقل من 150 ملغ/ديسليتر	أقل من 100 ملغ/ديسليتر
طبيعي	مثالي	طبيعي	مثالي
أقل من 150-199 ملغ/ديسليتر	أقل من 129 ملغ/ديسليتر	أقل من 150-199 ملغ/ديسليتر	أقل من 129 ملغ/ديسليتر
مرتفع لكن ضمن الحدود القصوى	شبه مثالي/ أعلى من المعدل المثالي	مرتفع لكن ضمن الحدود القصوى	شبه مثالي/ أعلى من المعدل المثالي
أقل من 200-499 ملغ/ديسليتر	أقل من 130-159 ملغ/ديسليتر	أقل من 200-499 ملغ/ديسليتر	أقل من 130-159 ملغ/ديسليتر
مرتفع	مرتفع لكن ضمن الحدود القصوى	مرتفع	مرتفع لكن ضمن الحدود القصوى
أقل من 500 ملغ/ديسليتر وما فوق	أقل من 160-189 ملغ/ديسليتر	أقل من 500 ملغ/ديسليتر وما فوق	أقل من 160-189 ملغ/ديسليتر
مرتفع جداً	مرتفع	مرتفع جداً	مرتفع
بالنسبة إلى الأشخاص الأكثر عرضة للخطر، كأولئك الذين تعرّضوا سابقاً لتوبات قلبية، يوصيهم بعض الخبراء بأن يبقى مستوى الكوليسترول السيئ بمعدل 70 كحد أقصى.	أقل من 190 ملغ/ديسليتر وما فوق	أقل من 190 ملغ/ديسليتر وما فوق	أقل من 190 ملغ/ديسليتر وما فوق
	مرتفع جداً		مرتفع جداً



يتعلق الكوليسترول في المقام الأول بالأرقام. يجب أن يتراجع معدل (السيئ) منه، أي البروتين الدهني منخفض الكثافة، مقابل ارتفاع مستوى (الجيد) منه، أي البروتين الدهني عالي الكثافة. ترتبط هذه المعادلة غالباً بترجع خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. ربما تبدو المسألة بسيطة وهي كذلك عموماً. لكن يصب معظم التركيز دوماً على تخفيض مستوى الكوليسترول السيئ رغم أهمية مراقبة معدل الكوليسترول الجيد أيضاً، فقد ذكر بعض البحوث أن ارتفاع مستوياته بعد عتبة معينة لا يضمن حماية إضافية.

دور الكوليسترول
يحمل الكوليسترول سمعة سيئة لكنه يؤدي دوراً أساسياً على مستوى الصحة. إنه عنصر دهني موجود في الجسم لمساعدته على إنتاج الهرمونات وبناء الأنسجة وإفراز عصارة المرارة في الكبد لتسهيل الهضم.

ينتج الجسم كمية الكوليسترول التي يحتاج إليها وينقلها إلى مجرى الدم. لكن يقول الدكتور إيريك ريم، أستاذ في علم الأوبئة والتغذية في كلية هارفارد تشان للصحة العامة: (يشكل فائض الكوليسترول صفائح بين طبقات جدران الشرايين، فيجد القلب صعوبة متزايدة في نقل الدم. ويمكن أن تتمزق الصفائح أيضاً وتسبب الجلطات، ما يعوق شرياناً يغذي الدماغ أو القلب فتحصل جلطة دماغية أو نوبة قلبية).

التوازن المطلوب
قد لا يكون ارتفاع مستوى الكوليسترول الجيد فاعلاً دوماً لأنه يحتاج إلى المساعدة لأداء مهمته. اكتشفت دراسة أخرى أن الدور الوفاة للكوليسترول الجيد يتوقف جزئياً على مستويات الكوليسترول السيئ والشحوم الثلاثية (نوع آخر من دهون الدم التي تشارك في تشكيل الكوليسترول الكلي في الجسم).

نُشر البحث على موقع (نوعية القلب والأوعية الدموية وتناجها) وحلل بيانات عن 3500 شخص طوال 25 سنة. راقب الباحثون أشخاصاً يسجلون مستويات منخفضة ومرتفعة من تحليل أسباب بلوغ هذا المستوى.

في حالات كثيرة، تحدد الجينات مدى ارتفاع مستويات الكوليسترول الجيد. لكن يمكن أن تؤدي التمارين المعتدلة، ثلاث أو أربع مرات أسبوعياً، إلى ارتفاع معدل الكوليسترول الجيد أيضاً. بهذه الطريقة قد يكشف هذا الارتفاع عادات مفيدة للقلب.

باختصار، تبقى معدلات الكوليسترول معقدة لكنها تستطيع احتساب احتمال الإصابة بأمراض القلب مستقبلاً. لا تقضي أفضل مقارنة بالتركيز على معدل واحد مرتبط بالكوليسترول، بل يجب النظر إلى جميع المعدلات المهمة. يقول ريم: (يجب أن يخصص الرجال معدل الكوليسترول لديهم. وإذا احتاجوا إلى تخفيضه، يجب أن يراقبوا المعدلات المرتبطة به، أي مستويات الكوليسترول الجيد والسيئ والشحوم الثلاثية).
مستويات الدهون لدى الراشدين



تقنية جديدة مبتكرة . . الضوء لمحاربة الألم المزمن

تقضي تقنية جديدة مبتكرة على الأعصاب المسؤولة عن ألم الاعتلال العصبي باستخدام ضوء أشعة تحت الحمراء قريبة. وقد تسهم النتائج في تطوير وسيلة فاعلة لتخفيف ألم من يعانون هذه الحالة الصعبة المعالجة.

يعود ألم الاعتلال العصبي إلى تلف أو مرض في أجزاء من الجهاز العصبي. تختلف أعراضه المحددة باختلاف المرض، وتتراوح بين الشعور بإحساس غريب وبين الألم الحاد. يؤدي نسيم خفيف في حالة البعض إلى ازعاج كبير، في حين يشعر البعض الآخر بألم شديد ليجرد تحريكهم شعرة واحدة. للأسف، ما زلنا لا نملك اليوم علاجاً آمناً وفعالاً يحقق النجاح في حالة المصابين بألم الاعتلال العصبي. يسعى هؤلاء المرضى غالباً إلى التحكم في أعراضهم بتناول مضادات التهاب غير ستيرويدية، كالأفيونيات، أو مضادات الصرع. ولا شك في

أن هذه الأدوية تؤدي كلها إلى تأثيرات جانبية مزعجة، ولا يُعتبر أي منها فاعلاً في الحالات كافة. بالإضافة إلى ذلك، نعرف جيداً أن الأفيونيات تحمل خطر الإدمان.

هل يتوافر علاج؟
ركزت الأبحاث المبكرة التي سعت إلى التوصل إلى علاجات محتملة على استهداف جزيئات محددة تؤدي دوراً في مسارات الألم. صحيح أنها حققت بعض التقدم، إلا أن هذه المقاربة لم تتوصل إلى إنجازات مذهلة. يعود السبب على ما يبدو إلى أن

إعاقة جزء أو اثنين يسببان الألم تدفع جزيئات أخرى إلى التحرك وشغل مكانهما. صمم باحثون من مختبر علم الأحياء الجزيئية الأوروبي في روما بإيطاليا مقاربة مبتكرة إلى ألم الاعتلال العصبي. ونشروا آخر ما توصلوا إليه أخيراً في مجلة Nature Communications.

يعتمد هذا البحث بقيادة الدكتور بول هينستال، على مقاربة جديدة بالكامل. بدل البحث عن نواقل جزيئية، حذد الباحثون مجموعة فرعية من الخلايا العصبية مسؤولة عن الحساسية المفرطة تجاه الألم، ثم ركزوا جهودهم على إسكات الخلايا المذبذبة.

اكتشف الباحثون أن هذه المجموعة الفرعية من الخلايا العصبية الحسية، التي تعبر عن مستقبل يُدعى كيناز (ب) مستقبل التروبوموسين (TrkB)، مسؤولة عن توليد مستويات متباينة من الألم.

بغية التأثير في هذه الأعصاب، صمم الفريق مادة كيميائية تتأثر بالضوء تتحد خصوصاً بمستقبلات TrkB، ثم حقنها في بشرة فئران تعاني ألم الاعتلال العصبي.

عندما تحدثت المادة الكيميائية بالمستقبلات، استهدفها الباحثون بضوء أشعة تحت الحمراء قريبة، ما أدى إلى تقصير الأطراف العصبية وانفصالها عن سطح البشرة. نتيجة لذلك، تراجع احتمال إثارتها.

يوضح الدكتور هينستال: (يشبه الوضع تناول خليط قوي جداً من الكافيين يؤدي إلى احتراق الأطراف العصبية في فمك ويفقد حساسيتها بعض الوقت).

هل هذه مقاربة ناجحة؟
بعد تقصير الأطراف العصبية، قيم الباحثون مدى فاعلية هذا



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
إعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٤٤٥ تجاري جزئي

الى المحكوم عليه ١- ياسر فاروق بلوش فاروق احمد خان مجهول محل الإقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعددة بتاريخ ٢٠١٨/٥/٢١ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/يسرى عبدالحميد عبدالبشري في التزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبلغ ٣٣٢,٥٠٠ درهم (مائتين واثنين وثلاثين الف وخمسمائة درهم) قيمة الشيكين سند الدعوى والفائدة القانونية ٩٪ سنويا من تاريخ المطالبة القضائية في ٢٠١٨/٢/٢٣ والزمت المدعي عليه بالمصاريف ومبلغ خمسمائة درهم مقابل اعقاب المحامي. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

دعوة لحضور الاجتماع الاول مكرر للخبرة المحاسبية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
في الاستئناف رقم ٢٠١٨/٢٥٠ تجاري

المعلن اليه / المستأنف ضدها : القدوة لتجارة الأدوات والعدد الحديدية بناء على تكليفنا من قبل محكمة ابوظبي المؤقتة لاعمال الخبرة المحاسبية في الاستئناف اعلاه فقد حددنا يوم الاثنين الموافق ٢٠١٨/٦/١٨ ، وذلك في تمام الخامسة عصرا موعدا لعقد الاجتماع الأول للخبرة المحاسبية مكرر وذلك بمكتبنا الكائن ابوظبي - شارع النجدة ، برج الخزنة ، مكتب رقم ٧٠١ ، الطابق السابع ، هاتف رقم ٠٢/٦٩٩٢٣١ ، وفاكس رقم : ٠٢/٦٩٩٢٣١ - ٢. لذا نطلب حضوركم او من يملك قانونا لحضور الاجتماع المذكور مع احضار كافة المستندات المتعلقة بالدعوى.

مشعل الزعوني للمحاسبة القانونية- عضو izan الخبير المحاسبي : د. مشعل عبدالله الزعوني

وزارة العدل
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية
مكتب ادارة الدعوى

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعلان بالنشر

الى المدعي عليه / شركة فوتشن ٧ للحلول الاعلانية - ذ م م تعلمكم بان المدعي / شركة المستقبل لتحصيل الديون - ذ م م في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٦٥٧ مطالبات بسيطة - قد رفع الدعوى المذكورة اعلاه يطالب فيها : الزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعي مبلغ و قدره ١٨٩١٨ الزام المدعي عليها بالفائدة القانونية ١٢٪ من تاريخ الحصول في ٢٠١٧/٢/٢٤ وحتى تمام التنفيذ. الزام المدعي عليها بالنسب من الرسوم والمصاريف والاتعاب.

لذا يقتضي حضوركم أمام مكتب إدارة الدعوى ه الدائرة الكلية الاولى الشارقة الاتحادية الابتدائية شخصيا او بواسطة وكيل متمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات ، وذلك يوم الموافق ٢٠١٨/٦/٢٥ الساعة ٩,٠٠ صباحا ، وذلك لتفحص في الدعوى المذكور المشار اليها اعلاه - ووصفكم مدعي عليه في حال عدم حضوركم سيتم اتخاذ الاجراءات القانونية بحقق غيابيا.

محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية
مكتب ادارة الدعوى

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعلان المدعي عليهما بنشر التقرير نثرا في القضية رقم ٢٠١٧/٤٢٩٢ تجاري جزئي

الى المدعي عليهما ١- / مطعم توتوي فروتي / ماجد عبدالله حسن الماجد - إماراتي الجنسية
٢/ ماجد عبدالله حسن الماجد - ويمثلها مديرها / اسحاق كاتوبورت حيث ان المدعي / شركة سيام التجارية ش ذ م م - ويمثلها مديرها / اسحاق كاتوبورت سيدو - قد اقامت عليهما لدى هذه المحكمة الدعوى المذكورة وتعلمكما بضرورة تقديم تقرير الخبرة ويقتضي حضوركما أمام هذه المحكمة الجزئية الاولى رقم ١٣٧ الطابق الأول في تمام الساعة الثامنة والنصف يوم من صباح يوم ٢٠١٨/٦/٢١ وذلك لاستلام نسخة من التقرير وتقديم ما لديكما من بيانات في حالة تخلفكما عن الحضور أو عدم ارسال وكيل عنكما في الوقت المحدد فان المحكمة ستبشر بنظر الدعوى في غيابكما. حرره / عباس محجوب - ٢٠١٨/٦/٢٠

مكتب ادارة الدعوى

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٣٢٩٩ عمالي جزئي

الى المدعي عليه ١- / وليد عبدالحسن للأعمال الفنية - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما أن المدعي/هاني شاكر محروس عبدالقصور قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بمسحقات عمالية وقدرها (٩٠٠٠ درهم) وتذكرة عوده بمبلغ (٢٠٠٠ درهم) والرسوم والمصاريف رقم الشكوى (MB181459000AE) وحددت لها جلسة يوم الأحد الموافق ٢٠١٨/٦/٢٤ الساعة ١٠,٠٠ صباحا بالقاعة Ch1.A.4 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضورى .

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٦٦٨ تجاري جزئي

الى المدعي عليه ١- / رولاندو ان فيجو بيريس مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ بنك ام القيوين الوطني - ش م ع قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره ٣٧٤٢,٩٦١ (درهم) والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة ٢,٤٩٪ من تاريخ ٢٠١١/١٢/٢٠ وحتى السداد التام و شمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفاية. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٨/٦/٢٧ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.13 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضورى.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٤٩٦ تجاري جزئي

الى المدعي عليه ١- / عنات الله خان غوث الدين مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ بنك ام القيوين الوطني - ش م ع قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره ٣٣٤٨٩,٦٣ (درهم) والرسوم والمصاريف الف وستة دراهم وتسعة وثمانون فلسا بالإضافة الى الفائدة الانتفاضة باق ٢,٤٩٪ شهريا من تاريخ ٢٠١١/١٢/٢٠ وحتى السداد التام و شمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفاية. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٨/٦/٢٧ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.14 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضورى.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٤٩٤ تجاري جزئي

الى المدعي عليه ١- / زياد طارق نايف الاشقر مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ بنك ام القيوين الوطني - ش م ع قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بان تؤدي للبنك المدعي مبلغ وقدره (٤٦٠٠,٨٩) درهم ستة واربعمون الف وستة دراهم وتسعة وثمانون فلسا بالإضافة الى الفائدة الانتفاضة باق ٢,٤٩٪ شهريا من تاريخ ٢٠١١/١٢/٢٠ وحتى السداد التام و شمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفاية. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٨/٦/١٣ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.12 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضورى.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٨٦٠ تنفيذ تجاري

الى المتنفذ ضده ١- / اسبكت للأعمال الفنية والديكور - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/لوتاه بي سي جاز - ش ذ م م - فرغ دبي ويمثله /عبدالله خميس غريب الناخي آل علي - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتنفذ به وقدره (٢١٢٧,٥) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستبشر الاجراءات التنفيذية بحقق في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٨٩٠ تنفيذ تجاري

الى المتنفذ ضده ١- / ميونيخ انترناشيونال لتجارة الورق - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/لوتاه للوقود الحيوي ويمثله / عبدالله خميس غريب الناخي آل علي - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتنفذ به وقدره (٢٩٤٩,٨٢) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستبشر الاجراءات التنفيذية بحقق في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٥٢٤ تنفيذ تجاري

الى المتنفذ ضده ١- / جراج لصناعة الألبنيوم والزجاج - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/كرش للخدمات الفنية - ش ذ م م ويمثله /عبدالله خميس غريب الناخي آل علي - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتنفذ به وقدره (٥٧٨٧٦) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستبشر الاجراءات التنفيذية بحقق في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٩٢٧ تنفيذ تجاري

الى المتنفذ ضده ١- / سبائس ريستورانت م د م س ويمثله مديره/ اقبال محمد يوسف مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ شركة محمد الهاملي لتجارة المواد الغذائية ماض - ش ذ م م ويمثله / ابراهيم موسى على مراد البولشي قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتنفذ به وقدره (١١٥٥٢,٩٠) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستبشر الاجراءات التنفيذية بحقق في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٣٢٩٩ عمالي كلي

الى المدعي عليه ١- / احمد ثوري مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / نور بنك - مساهمة عامة - بنك نور الاسلامي - ش م ب - سابقا ويمثله / جابر راشد محمد جابر راشد السلامي - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بفسخ اتفاقية الاجارة وملاحقها والزام المدعي عليه تسليم العقار موضوع الاتفاقية خاليا من الشواغل ورد الحيازاة والغاء اشارة التقيد ومحاطية دائرة الاراضي والأملاك والزامه بالرسوم والمصاريف ومقابل اعقاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الأحد الموافق ٢٠١٨/٧/٨ الساعة ٩,٣٠ ص بالقاعة Ch1.B.8 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضورى.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعلان أمر أداء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢١٥ امر اداء

الى المدعي عليه ١- / نصيب صالح جمعة مبارك مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ / مازن بن عبود بن محمد العمودي ويمثله / بشار عبدالله علي ابراهيم المسابية - طلب استصدار امر اداء فقد قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠١٨/٤/٢٥ الزام المدعي عليه بسداد مبلغ ٢٢٥٠٠٠ درهم للمدعي والرسوم والمصاريف. ولكم الحق في التظلم من الامر خلال ١٥ يوم من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان.

رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
مذكرة اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٣٦٦ استئناف تجاري

الى المستأنف ضده ١- /فهد جابر حسن ال بركت الاميري مجهول محل الإقامة بما ان المستأنف /مصرف الإمارات الاسلامي - ش م ع ويمثله / جابر راشد محمد جابر راشد السلامي - قد استأنف الحكم الصادر بالدعوى رقم : ٢٠١٧/١٢/٦ وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٨/٦/٢٥ الساعة ١٠,٠٠ صباحا بالقاعة رقم ch2.D.17 وعليه يقتضي حضوركم او من يملك قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
مذكرة اعلان متظلم ضده بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٨٤ تظلم تجاري

الى المتظلم ضده ١- / عبدالنديم عبدالحميد مجهول محل الإقامة بما ان المتظلم /شركة مصنع الخليج للأعمال الحديدية (مساهمة سعودية مفضلة) قد اقام عليك التظلم المذكور اعلاه وموضوعه تظلم من القرار الصادر في الامر على عريضة رقم ٣٩٢ لسنة ٢٠١٨ تجاري والرسوم والمصاريف. وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٨/٦/٢٤ الساعة ٨,٣٠ صباحا بالقاعة رقم ch1.A.5 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضورى

رئيس القسم

العج
اجتماع الخبرة

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعلان بالنشر لاجتماعات الخبرة
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٤ نزاع تعيين خبرة مدني

في الدعوى رقم نزاع تعيين خبرة مدني - مركز التسيو البوذية للفعاليات المدنية / اس تو لاعمال التنفيذ الداخلي - ش ذ م م المدعي عليها / سينيها ديفيس كومار
بتاريخ ٢٠١٨/٥/١٥ صدر حكم من مركز التسيو البوذية للفعاليات بنسب الخبير الحسائي صاحب الدور بالجديول في الدعوى رقم ٢٠١٨/٣٤ نزاع تعيين خبرة مدني فاننا نخاطركم بحضور اجتماع الخبرة المحدد له يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٨/٦/٢٠ في تمام الساعة ١٠,٠٠ ظهرا بمقر مكتب الخبير بدبي الكائن في دبي منطقة الفروود - بناية آر كاد - طابق ١ - مكتب ١٠٤ مقابل الطائر للسيارات بجوار محطة جيبيكو للمترو - وذلك لاستلام ما لديكم من مستندات ومن نستخين.

مكتب الخبير الحسائي / ابراهيم عبدالمك سعيد محمد
٣٧ م م
زميل الجمع العربي للمحاسبين القانونيين

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٤٠٨ تنفيذ عمالي

الى المتنفذ ضده ١- / داتكو انترناشيونال للتجارة العامة - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ / شامي كومار شيفاشينكار بيلاي ويمثله بفسخ اتفاقية الاجارة المنتهية بالتملك وملاحقها وتسليم العقار خاليا من الشواغل ورد الحيازاة الى المدعي والزام المدعي عليه بالتعويض عن العطل والضرر بمبلغ وقدره (٤٢١,٠٠) درهم) وشمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفاية والزامه بالرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٨/٦/٢٦ الساعة ٩,٣٠ ص بالقاعة Ch1.B.8 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضورى.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٠١٢ عقاري كلي

الى المدعي عليه ١- / سوارب جوبال دهارم بال جوبال مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / نور بنك - مساهمة عامة - بنك نور الاسلامي - ش م ع - سابقا ويمثله / محمد جابر راشد محمد جابر راشد السلامي - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها اتفاقية بفسخ اتفاقية الاجارة المنتهية بالتملك وملاحقها وتسليم العقار خاليا من الشواغل ورد الحيازاة الى المدعي والزام المدعي عليه بالتعويض عن العطل والضرر بمبلغ وقدره (٤٢١,٠٠) درهم) وشمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفاية والزامه بالرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٨/٦/٢٦ الساعة ٩,٣٠ ص بالقاعة Ch1.B.8 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضورى.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٠٨ عقاري كلي

الى المدعي عليه ١- / نازنين حبيب الله اميري مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / نور بنك - مساهمة عامة - بنك نور الاسلامي - ش م ع - سابقا ويمثله / جابر راشد محمد جابر راشد السلامي - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بفسخ اتفاقية بتملك خاليا من الشواغل والغاء اشارة التقيد العقاري الواردة في شهادة الملكية لصالح المدعي عليه ومحاطية الاراضي والأملاك بذلك والزامه الرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٨/٦/٢٣ الساعة ٩,٣٠ ص بالقاعة Ch1.B.8 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضورى.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٤٠٠٦ عمالي جزئي

الى المدعي عليه ١- / ليون جيت للخدمات الفنية ش ذ م م سابقا وحاليا احمد بخش للخدمات الفنية - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ممتاز عمالية وقدرها (١٤٢٢٤) درهم) وتذكرة عوده بمبلغ (١٥٠٠ درهم) وبالرسوم والمصاريف في الشكوى (MB181576355AE) وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٨/٦/١٩ الساعة ٨,٣٠ صباحا بالقاعة Ch1.A.2 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضورى.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٩٧٩ تجاري كلي

الى المدعي عليه ١- / نيو جوبال ستيل لهندسة - ش ذ م م نيو جوبال للخدمات الفنية - ش ذ م م - سينيبل كومار سوريرا مائتان - سماء جيمرا لصيانة السنن - ش ذ م م - هرايا كاران بارتنا سارثاني بيلاي بارتنا سارثاني - مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / موداد للتصنيع - ش م ع ويمثله / عيسى سالم احمد الحرسى المهري - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بسداد مبلغ وقدره (سبعمائة اثنان وتسعون الف وسبعون درهما واثنان وستون فلسا) والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة القانونية ١٢٪ من تاريخ اقامة الدعوى وحتى السداد التام و شمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفاية. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٨/٦/١٤ الساعة ٩,٣٠ ص بالقاعة Ch2.E.22 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٤٠١٠ تجاري جزئي

الى المدعي عليه ١- / عبدالله خالد سالم سعد سلطين مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / ان واي سي لتأجير السيارات - ش ذ م م ويمثله / عيسى سالم احمد الحرسى المهري - نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعددة بتاريخ ٢٠١٨/٢/١٣ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ ان واي سي لتأجير السيارات - ش ذ م م بالزام المدعي عليه باء مبلغ ٤٧٨٠ درهم ، للمدعية وقائدة ٩٪ عن هذا المبلغ بسيطة من تاريخ ٢٠١٧/١٢/٩ وحتى السداد التام والمصاريف والفرد اعقاب المحاماة. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

العج
اجتماع خبرة

العج العدد ١٢٣٤٨ بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٠
الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٦٦٦ تجاري كلي - ابوظبي

المدعي / بنك الاتحاد الوطني - ابوظبي
السيد / علي حسن علي المرر الياسي
يرجى العلم بان بنك الاتحاد الوطني قد رفع ضدك الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٦٦٦ تجاري كلي ابوظبي - لذا ارجو حضور اجتماع خبرة يوم الاحد ٢٠١٨/٦/١٠ الساعة الثانية عشر ظهرا ، في مقر الخبير الكائن في دبي ابوهيل بجوار محطة مترو القيادة بناية آر كي إم ، مكتب ٥ الميزانيين
هاتف : ٥٥٠٥٧٩٧٩ - لتقديم ما لديك من مستندات.
الخبير المصري / محمد مطر سليم



أحدث التقنيات التجميلية لحفاظ على بشرة مشرقة

هل تريد الحفاظ على بشرة مشرقة وناعمة ومشدودة ورطبة
؟ تسمح أحدث التقنيات التجميلية بتغذية بشرتك بالأوكسجين
ونفخها وتجديد لعانها...

تتمليس البشرة المتضررة. يجب أن تخضعي لثلاث جلسات
يفصل بينها شهر، ثم كرري الجلسة العلاجية مرتين
سنوياً للحفاظ على النتيجة.
• PRX-T33 لتنشيط البشرة بلا إبر: هذا العلاج
المتكرر غير مؤلم ولا يتطلب أي حقن أو تقشير ويمكن
استعماله في فصل الصيف ولا يترافق مع الآثار
الجانبية التي تسببها العلاجات الأخرى. يسمح هذا
العلاج بتجديد البشرة من دون تقشيرها ولا يظهر بسببه
أي احمرار جلدي.
منذ الجلسة الأولى، تستعيد البشرة إشراقها. يجب أن
تخضعي لثلاث إلى خمس جلسات أسبوعية، بمعدل مرة
أسبوعياً. وتتجدد البشرة في العمق طوال ستة أشهر.

استعادة بشرة مشرقة
• شد البشرة بعلاج المزو: هذا العلاج معروف بإعطاء
إشراقاً ممتازة للبشرة لكن تبقى نتيجته عابرة. لذا
يمكن جمعه مع تقشير سطحي. صحيح أن علاج المزو
يجذب حيوية البشرة ويغذيها ويرطبها بفضل خليط من
الفيتامينات والمغذيات النشطة، لكن تكون آثاره قصيرة
الأمَد ويتراوح مفعوله بين 24 و48 ساعة. مع ذلك،
يبقى هذا العلاج خياراً تكميلاً مثيراً للاهتمام لمعالجة
البشرة الجافة أو الباهتة لدى المدخنين لأنه يغذيها
بالفيتامينات C والأوكسجين.
عند جمعه مع تقشير سطحي تقليدي، تتحسن النتائج
المتوقعة. لكن لا نفع من جمعه مع تقشير مصغر بجرعة
20% لأن هذه الجرعة الضئيلة من أحماض الفاكهة
لا تعطي منافع واضحة. يجب أن تخضعي لأربع جلسات
يفصل بينها 15 يوماً.



تخفيف التجاعيد الرفيعة. على عكس الأفكار الموروثة
في هذا المجال، لا تصعب البشرة أكثر حساسية بسبب
التقشير، بل تزيد سماكتها. هذا العلاج فاعل للتخلص
من اللون الباهت أو تخفيف البقع التي يخلّفها حب
الشباب أو الاضطباع، ويمكن استعماله أيضاً على البشرة
السمرّة.
• في المنزل، يمكنك الحفاظ على النتائج المحققة عبر
دهن كريم غني بأحماض الفاكهة أو بالفيتامين C.
يجب أن تخضعي لأربع جلسات يفصل بينها 15 يوماً،
مرة في السنة.
• ليزر الأوعية الدموية KTP: إذا كان التقشير يوحد
لون البشرة، يستعمل الليزر لمعالجة البقع المصطبغة
المحصورة. عملياً، تستهدف أشعة ليزر الأوعية الدموية
(KTP) الاضطباع البيني حصراً لحرقه، تكون الصعقة
مؤلمة لكن قصيرة جداً. سيتشكل تجويف وتصبح البشرة
زهرية قبل أن تسترجع لونها الطبيعي خلال 15 يوماً.
تبقى هذه التقنية الأكثر فاعلية لمعالجة البقع المرتبطة
بشيخوخة البشرة المبكرة نتيجة للتعرض المتكرر للأشعة
فوق البنفسجية.

تحسين نوعية البشرة
• معززات البشرة: تخرس البشرة يوماً بجزءاً من حمض
الهيالورونيك وتضعف وتجف رغم استعمال الكريما.
يقضي الحل بحضن أحماض الهيالورونيك السائلة
بطريقة تسمح بترطيب البشرة في العمق وإعادة نضجها
وتجديد حجمها تزامناً مع شذها وزيادة نعومتها.
تدوم النتائج لسته أشهر. ويكون أثر التصحيح سلباً
وطبيعياً. إنها طريقة مثالية لتأخير ظهور التجاعيد أو

مفعولاً إيجابياً بقدر ما تفعل حين تعالج التراخي المعتدل،
وتتفاوت النتائج بحسب الأفراد.

• حقن داعمة: لعالجة عواقب الشيخوخة، أي ترهل
أسفل الوجه، لا بد من استهداف الأسباب أولاً وتحديد
الأماكن التي يتراجع فيها حجم البشرة، أي المناطق
الداعمة. يتعلق الهدف الأساسي بتجديد شكل الوجه
وشبابه. يقضي الحل بحقن حمض الهيالورونيك السميك
في عمق المناطق الداعمة والصدغين وجوانب الحاجبين
والخدّين والجبين والدقن والفكين. من خلال رفع مركز
الجانبة في الوجه، يمكن تجديد شبابها. تكون النتيجة
فورية وطبيعية وتدوم الآثار بين 12 و18 شهراً.

• الشد بالوخز بالإبر: يقدم الوخز بالإبر حلاً سلباً
للمرأة التي تبحث عن نتيجة طبيعية. تستهدف الإبر
في هذا العلاج العضلات لتجديد حيوية الوجه المترهل.
تقضي هذه التقنية بتحفيز البشرة بالإبر لكن من دون
السبب بالألم وتنشيط الخلايا الليفية وتحسين نوعية
البشرة. سيبدو الوجه مرتاحاً وسرعان ما تتحسن
النتيجة على مر الأشهر بعد تنشيط الكولاجين.

• إذا كان الترهل حاداً، لا تتوقفي أن تستعدي محيط
وجه مشدوداً بشكل مثالي عبر الوخز بالإبر، ولا تقيد
هذه التقنية العنق أيضاً. لكن يكون الأثر جيداً عند
استعمال الوخز كتدبير وقائي أو كعلاج مضاد لتراخي
البشرة. يجب أن تخضعي لأربع جلسات تفصل بينها
عشرة أيام، ثم تكرري الجلسة كل موسم أو كل ستة أشهر.
• تحفيز ميكانيكي للبشرة: حين تتركز التجاعيد على
الجبين وفي محيط الأنف، يمكن اللجوء إلى هذا العلاج
الاستهدف. توقف تقنية التحفيز الميكانيكي للبشرة
الخلايا الليفية النائمة لإعادة تنشيط الإنتاج الطبيعي
لعناصر الكولاجين والإيلاستين وحمض الهيالورونيك.
خلال بضع جلسات، تخف حدة التجاعيد ويبدو الجبين
أملس.

• علاج فائق لمكافحة الشيخوخة: هذا العلاج خاص
بالبشرة الناضجة ويستهدف ترهل الجلد والتجاعيد
عبر آليات متخصصة. نتيجة لذلك، تتلاشى الخطوط
وتزداد سماكتها وتخف التجاعيد.

توحيد لون البشرة

• التقشير السطحي: تقشير البشرة بأحماض الفاكهة،
بجرعة تبلغ نسبتها 50 أو 70%. خيار مثالي لتخفيف
البقع وتحفيز الخلايا الجلدية. تشعرين بالوخز لثلاث
دقائق ثم تبدو البشرة جافة بعض الشيء، لكن لا تُعتبر
هذه العملية مؤلمة بشرط أن تتجنبي التعرض لأشعة
الشمس طوال فترة العلاج. ستستعيد بشرتك إشراقها
سريعاً وتتخلص من سمومها ويتوحد لونها.
• على المدى الطويل، يؤدي تحفيز الكولاجين إلى

وطبيعية. حين ترتخي العضلات، يمكن ملء التجاعيد
المتبقية بحمض الهيالورونيك السائل.

• نغ بمفعول مطوّل: ظهرت خيارات بديلة لحقن
حمض الهيالورونيك لضمان التناسق بين مناطق
الوجه. يعطي الجيل الجديد من محفزات الأنسجة
مفعولاً مزدوجاً في الحجم والتحفيز الحيوي. مثلاً،
يصحح الهلام المحقون الأحجام فوراً ثم يتلاشى بوتيرة
تدرجية ويتولى بوليمر حيوي مهمة التحفيز على إنتاج
الكولاجين طبيعياً وتجديد الأنسجة على المدى الطويل
وزيادة سماكة البشرة وتحسين نوعيتها. تأتي
النتائج طبيعية وتدوم لسنتين. كذلك
يمكن تجديد بنية الوجه ونغ منطقة
الصدغين أو الخدين أو تصحيح شكل
الدقن.

شد محيط الوجه

• علاج بالموجات فوق الصوتية:
يبدو خيار شد البشرة بالموجات
فوق الصوتية مغرباً. تسمح
هذه التقنية بشد البشرة في
محيط الوجه خلال جلسة.
عملياً، ترسل الموجات فوق
الصوتية المركزة موجات
حرارية في عمق البشرة، ضمن
المناطق نفسها التي
يستهدفها الشد
الجراحي،
ما يؤدي
إلى تجديد
الكولاجين
الذي يهدف
إلى إنشاء
أنسجة جديدة.
• يظهر معظم
النتائج خلال
ثلاثة أو أربعة
أشهر. ويديم
بين أربع وخمس
سنوات. لكن
تبقى هذه التقنية
مؤلمة: يظهر
احمرار خلال بضع
ساعات وتشكل وذمة
خلال الأيام اللاحقة.
كذلك لا تعطي التقنية

منوعات الفكر

26

محو التجاعيد

• تمليس ونفخ: يتعاون البوتوكس وحمض
الهيالورونيك لتصحيح التجاعيد: يتولى العنصر الأول
تمليس التجاعيد فيما بنفخها الثاني. تقضي الخطة
المثالية بتلقي حقن حمض الهيالورونيك المكثفة في
المناطق الداعمة للوجه (حاجبان، صدغان، دقن) لتجديد
ركيبتها، ثم يجب تمليس بعض التجاعيد المرتبطة
بتعابير الوجه بالبوتوكس مع استثناء بعض الخطوط كي
لا يصبح الوجه جامداً. يتعلق الهدف الأساسي
بيت العواطف الإيجابية.
• على مستوى نظرة العينين،
يستهدف العلاج عضلات
وسيط الجبين، بين
الحاجبين. وفي منطقة
الابتسامة، يجب
تخفيض العضل
الذي يقوي الشفة
في هذه المنطقة
ورفع زوايا الفم
للحصول على
ابتسامة سعيدة



نصائح للمحافظة على يدين جميلتين

تسمى البقع على اليدين بقع الشيخوخة غالباً، لكن يظهر النمش الذي يشير إلى اصطبغ مضط في
مرحلة مبكرة أحياناً. إليك نصائح الخبراء لاستعادة يدين جميلتين.

النايض.
• يستهدف الليزر كل بقعة ويعطي فاعلية لافتة خلال
جلسة واحدة. لكنه يسبب تجاويص صغيرة خلال 15
يوماً.
أما الضوء النايض فيعالج سطح اليد خلال جلسة
أو جلستين. في المرحلة اللاحقة، تصبغ البقع داكنة
ثم تنقشر خلال ثمانية أيام. في المقام الأول، تستفيد
البشرة من أثر مضاد للشيخوخة.
• يفيد الليزر التخلص من البقع الداكنة على
البشرة الفاتحة ويستهدف الاضطباع. يمكن
معالجة البشرة الجافة عبر تعديل مستوى
الأجهزة المستعملة، لكن لا تكون البشرة
الهجينة والداكنة جداً مرشحة مناسبة لهذا
العلاج.

• من الأفضل أن تخضعي لهذا العلاج
خلال الخريف والشتاء.
لإقامة تناقض مفيد بين البقع والبشرة،
يجب ألا تكون الأخيرة مسمرّة.
احجزى جلستك بعد شهر على الأقل من
انتهاء العطلة.

• احتمي من الانتكاسات مسبقاً: بغض
النظر عن التقنية المستعملة، ادني كريماً
للساواة الندوب خلال الأسبوع الذي يلي
الجلسة العلاجية وادني واقياً شمسياً عند
التعرض للأشعة فوق البنفسجية وإلا يجب أن
تكرري العملية كل سنتين أو ثلاث سنوات، حتى
لو تعرضت للأشعة طوال سنوات، يمكنك حماية
يديك من النمش إذا بقيتاً بمنأى عن الأشعة فوق
البنفسجية.

يصعب أن يصمد الماكياج على اليدين نظراً إلى تعدد
استعمالاتهما. خلال سهرة معينة، يمكنك أن تضعي لمسة
من كريم الأساس المقاوم للماء لطمس البقع موضعياً أو
ادهنه على ظهر اليدين إذا كانت البقع متعددة.

عناصر نشيطة وتقنيات

• ابحتي في الكريما عن عناصر أثبتت فاعليتها،
أبرزها الفيتامين C وحمض الكوجيك والنيكوتيناميد.
على صعيد آخر، يمنع الفيتامين B3 نقل الأصباغ إلى
الخلايا التي تنتج الكيراتين.
ومن خلال تحفيز البشرة، يورّع الفيتامين A الحمضي
كميات الميلانين التي تشكل البقع. كما كان لكل عنصر
طريقة عمله، فسيكون جمع مختلف العناصر مثيراً
للاهتمام.

• تتعدّد الحلول في مراكز التجميل: إذا كانت البقع
قليلة، يكون النيتروجين السائل أقل كلفة من الليزر.
تبقى المضاعفات اللاحقة خفيفة؛
قد تظهر تجاويص صغيرة لكنها تختفي خلال بضعة أيام.
لكن يجب التحكم بهذه التقنية بحذر كي لا تظهر حروق
عميقة وتترسّخ بقع بيضاء.

• يفيد التقشير السطحي إذا كانت تركيبة البشرة
مسنة. ويكون خليط أحماض الفاكهة وعناصر إزالة
الاصطبغ فاعلاً، بمعدل أربع حصص تفصل بينها
فترة تتراوح بين 15 يوماً وثلاثة أسابيع.

فاعلية مع الليزر والضوء

• الاستشارة الأولى أساسية وتقضي بالتأكد من أن
البقع عبارة عن نمش شمسي وأنها ليست مشبوهة.
يمكنك لاحقاً اختيار الليزر الصبغي أو الضوء القوي

اهتمي بهما مثل وجهك

• احمي يديك يومياً بكريم مرطب
يحتوي على مؤشر حماية من الشمس
إذا كانتا تتعرضان للشمس في مناسبات
كثيرة. تأتي مظاهر التلوث لتزيد
البقع سوءاً. لذا يقضي الحل المثالي
باستعمال علاج مرطب وواقي وغني
بمضاد تجدد إشراق البشرة مثل
الفيتامين C، ويجب دهنه بشكل
متكرر بعد غسل اليدين.

• ضعي قفازين خلال الأعمال
المنزلية: المنتجات المستعملة
لتنظيف المنزل عدائية جداً،
ويسهل أن تُضعف اليدين
وتزيد التهاب البشرة وتمهّد
لظهور البقع.

لا تستعملي الهلام المائي
والكحولي أيضاً لأنه يسبي إلى
التوازن الجلدي.

• فكّري بتقشير بشرة يديك
للتخلص من الخلايا الميتة وتفتيح
لون البقع: تستهدف أحماض
الفاكهة أو الحبوب عمق البشرة
لكن يجب ألا تعرّضي يديك
للشمس بعد العلاج. يقضي
أن تقشري يديك مرة كل
عشرة أيام.

• استعملي أقل
كمية من الماكياج:



منوعات

العمل

27



أنغام تطلق 30 يوم فرحة

طرحت المطربة القديرة أنغام، عبر صفحتها الرسمية على موقع التواصل الاجتماعي، أغنية جديدة بعنوان "30 يوم فرحة" بمناسبة شهر رمضان، وهي من كلمات أمير طعيمة، ألحان وتوزيع خالد عز. وأرقت أنغام عبر صفحتها كلمات الأغنية "رمضان الخير والحب اللي بيملى قلوبنا... واللمة الحلوة اللي بتجمعنا بحبايبنا". تجدر الإشارة أن أنغام تطلق في رمضان الحالي من خلال غناء شارة مسلسل "ممنوع الاقتراب أو التصوير" للممثلة زينة، وتحمل الأغنية عنوان "100 صورة" وهي من كلمات أمير طعيمة، وألحان وليد سعد، وتوزيع أحمد إبراهيم.

يُجمع على موهبتها أهل الفن والصحافة والنقاد

رندا كعدي: (ومشيت) أوجعنا قبل أن يوجع الناس



حضور لافت حققتَه الممثلة رندا كعدي العام الماضي عبر مسلسلي (أدهم بيك) و(الآخر نفس)، واستحققت عنهما جائزة أفضل ممثلة مساندة في مهرجان (الموركس دور). رندا كعدي الفنانة المتألقة التي يُجمع على موهبتها أهل الفن والصحافة والنقاد، ترى في هذا الحوار أنها ليست الرقم الصعب في الدراما اللبنانية، بل النجمات (لأن المنتجين ومحطات التلفزيون يريدون من يحقق لهم نسبة مشاهدة عالية)، لافتة إلى أن نادين نجيم هي هلال رمضان، وهي ملكة وتجيد في أدائها. كعدي تطل في رمضان الحالي من خلال مسلسل (ومشيت) بدور (مارتا) أم الشهيد في عمل يحكي معاناة اللبنانيين على المستويات كافة..

تتواجدن سنوياً في الموسم الرمضاني؟
- كلا لست الرقم الصعب في الدراما اللبنانية، بل النجمات لأن المنتجين ومحطات التلفزيون يريدون من يحقق لهم نسبة مشاهدة عالية، كنادين نجيم وسواها، وبعض نجوم سورية، نادين نجيم تستحق وهي هلال رمضان، هي ملكة وتجيد في أدائها. ولكنكم كجيل مخضرم ضماناً لأي عمل؟
- هذا صحيح ولكننا لسنا رقماً صعباً للمنتجين والتلفزيونات، هم يهتمهم الأبطال.
• كيف تفسرين أن تكون يسرا أو غادة عبدالرازق أو غيرهما من الممثلات المخضرمات رقماً صعباً في الدراما؟
هذا السؤال يجب أن يُوجّه إلى المنتجين. في لبنان، عندما تبدأ الممثلة ببطولة تستمر كذلك طوال العمر في كل أعمالها. وفي مصر يسرا لها تاريخ فني كبير، وهي اشتغلت في السينما المصرية وقدمت بطولات كثيرة. هم لا يمكن أن يرجعوا إلى الوراء وهي لا يمكن أن تقبل بذلك. عندنا في لبنان تظهر نجمة جديدة كل 3 أشهر.
• هل أنت مع أو ضد هذا الموضوع؟
- لا أعرف ولن أعلق، ما دامت هذه الفنانة تُقنع المنتجين ومحطات التلفزيون والناس... (الجمهور عاوز كدة).
• كيف تتحدثين عن تكريمك أخيراً في مهرجان (الموركس دور) وفوزك بجائزة أفضل ممثلة مساندة عن (أدهم بيك) و(آخر نفس)؟
- كنت سعيدة لأن مروان نجار هو الذي قدم لي الجائزة، هذا الأمر أزيكي وجعلني لا أعرف ماذا لصاحبه غير الحزن.
• هل يمكن القول إنك الرقم الصعب في الدراما اللبنانية، خصوصاً أنك

العجينة نفسها. كلنا تأثرنا بقضية استشهاد العسكريين المخطوفين، وعندما قرأت دوري تخيلت نفسي مكان الأمهات اللواتي انتظرن في منطقة (ضهر البيدر)، وعشن الأمرين ثم عاد أبناؤهن بعد عامين شهداء. من الدموع احترقت خدودي، لأنني عشت إحساس المتفجع، وأكثر شخص أثر في هو حسين والد الشهيد محمد يوسف وقد حولته إلى أم في رأسي.
• يُعرف عنك تفوقك في كل الأدوار التي تلعبينها، هل يمكن القول إنك ستفوقين على نفسك بدور (مارتا)؟
- كل دور جديد يلعبه الممثل تكون له تكملة خاصة ويُفرض به ويكون المدلل عنده، ولكنني لا أعتقد أنني تفوقت كثيراً على نفسي، أنا لا أعب نفس الدور كي أعبه أحسن أو أفضل، بل أعب دوراً جديداً يمثل فئة من الناس وهن الأمهات، وكل أم تختلف عن الأخرى ولها وضعٌ وهوية، وهذه المرة الأولى أعب فيها دور أم شهيد، ولذلك لم أتفوق على شيء.
• كيف ترين مستوى الدراما اللبنانية، البعض يراها جيدة والبعض الآخر يسخر منها؟
- لا أعرف ماذا يريد الناس وأنا لا أؤمهم. الحزين والجمهور والجائع والمريض والمصدوم، الكل يعيش مأساة، الضرح يجز الضرح والحزن ماذا يمكن أن يجز لصاحبه غير الحزن.
• هل يمكن القول إنك الرقم الصعب في الدراما اللبنانية، خصوصاً أنك

حياتهم اليومية؟
- طبعاً أتوقع النجاح للعمل، لأنه أكثر من رائع. صحيح أن الناس يعيشون الوجود، ولهذا لم يكن مناسباً أن يُقدم لهم عمل كوميدي. الكاتب هو أيضاً فرد من هذا الوطن ويعيش أوجاعه، وكلنا من
• كيف تقيمين تجربة كارين رزق الله في الكتابة، خصوصاً أنك تتعاملين معها للعام الثالث على التوالي؟
- بدأت مع كارين في مسلسل (قلبي دق)، والعام الماضي في مسلسل (آخر نفس) وهذه السنة في مسلسل (ومشيت). في كل عمل يوجد نفس جديد عندها. (قلبي دق) كان من أهضم المسلسلات، و(آخر نفس) كان ممتعاً بالكوميديا. حس الهضامة عند كارين عال جداً ويأتي من ضمن تركيبها، ولكنها ابعدت هذه السنة عن الكوميديا. ولكن ربما ونحن نبيك، يضحك الناس على وجعنا ومأساتنا. الحوار ليس موجه، بل هو (مهضوم) ولكن الموقف هو الوجود. هل تتوقعين النجاح لهذا العمل كما أعمال كارين السابقة، خصوصاً أن المسلسل موجه والناس يعيشون الوجود على الصعيد كافة في



نادر أبو الليف يعترف بزيجاته السرية المتعددة

رد الفنان المصري نادر أبو الليف، على الأخبار التي نشرت حول أسباب الأزمة الصحية التي تعرض لها، وكشف حقيقة تعاطيه للمخدرات. أبو الليف، قال خلال لقائه في برنامج "خط أحمر"، مع الإعلامي محمد موسى، والمداع عبر فضائية "العاصمة": "إن البعض قال أنه تناول جرعة زائدة من البودرة، وهذا غير صحيح تماماً لأنه لا يشرب سوى السجائر فقط". أبو الليف، تحدث عن عدد زيجاته الغير رسمية، مؤكداً أنه تزوج مرات كثيرة زواجاً غير رسمياً، وأن زوجته تعلم بذلك ووالدتها لدرجة القزابة التي تجمعهما، ولهذا السبب كانت ترفض ارتباطه بابنتها. كما كشف تفاصيل أزمته الصحية، قائلاً: "إن الطبيب هو من قام بتحويل حالته الصحية بعدما قام مرة ثانية لأنه لن يأتيه مريض بحجم شهرته".



ليال عبود تستعد لتصوير ديو غنائي جديد



تستعد الفنانة ليال عبود لتصوير كليب جديد لعمل غنائي يجمعها مع فنان شهير. الكليب سيكون على مدار يومين في مناطق مختلفة من بيروت تحت إدارة المخرج أحمد المنجد. ويمبادرة مميزة منها كانت قد لبث ليال عبود دعوة طلاب المدرسة الانجيلية في مدينة صيدا، قبل أيام من وداغ العام الدراسي الحالي، حيث كانت محطة للتعرف بينها وبين التلامذة، ومناسبة لإلتقاط الصور التذكارية معهم. كما قدمت عبود وصلة فنية شملت عدداً من اغنياتها الخاصة، وسط حالة من التناغم والفرح. إدارة المدرسة خصت ليال بشهادة تقدير بعد استفتاء أجرته حول عدد من الشخصيات البارزة في المجتمع اللبناني وضمن إطار المصادقية والمسؤولية والتعاطف مع الآخرين.

الفكر

اعداد الشاعر
عبد الله العكبري

مكمة

فلا غيرك المعطي ولا غيرك الغفار
ولا غيرك الرازق ولا غيرك الباقي
وانا عبدك لخالك وأنا الخايف من النار
خت رحمتك واقف وزعي على الساقبي
#فهد - بن - فراب



عام - زايد

حايـز سمـت و معانـي و حامـي كل اشرفه
بارحـب به ثمانـي لي ميـز موقـفه
لي للمـلا ميـزاني عنده ما حـرفه
النزه قـدره بانـي والتافه ما اعرفه
تعتـز به لاوطـانـي لي غالي في اشرفه
ولي هـون في المعانـي يخسر في موقـفه
بفشل مع العـربانـي واصـله ما شـرفه

الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان (طيب الله ثراه)



مادامها صارت من اهنه لهنالك...
لابو الاخوان ومن دعمهم..ولا ايران..
ياسيدي قل تم..حنأ طلبناك...
دعنا نصبحهم على ظهر ريدان
محمد بن طناف

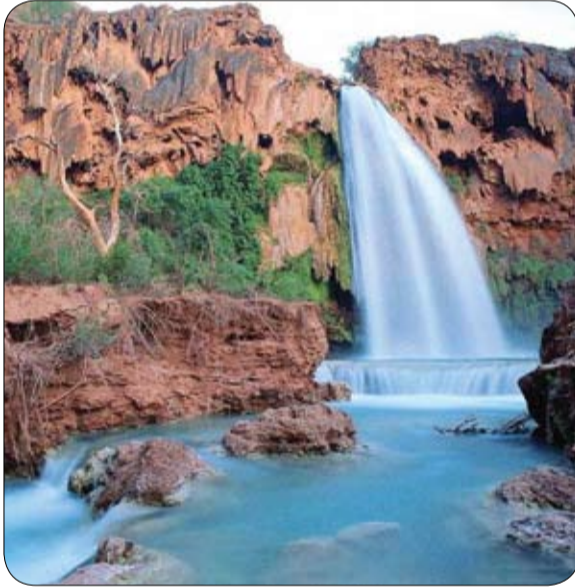


حميد

إهداء إلى صاحب السمو الشيخ حميد بن راشد النعيمي عضو المجلس الأعلى

حاكم إمارة عجمان ، حفظه الله ورعاه

له في خفوقي دار وبيوت ومقام وأنا من اللي ماشهد يوم بالزور
حميد اللي في الصعوبات همام مجزل سخي المد والشهم مذخور
يسند جبال ويرمي الشوف قدام واذا نصيته فزعته سيل و بحور
لوريج عاتي كان أو برد وظلام عنده الحلول اللي تخليك مسرور
شيخ/ن تعود يبسط العدل بسلام واذا غضب راس العدا طاح مبتور
الشاعر : مناشد / المملكة العربية السعودية



طلتك راقيه جداً . وصوتك شجي
اشعر انه قصيده قلتها من زمان

وان تغير طريقك واختلف منهجي
قلت هذي ملامح (فاقد الاتزان)

تلتجي بعد ما قفيت ..؟! لا التلتجي
للشعور الحقيقي ، والغلا والحنان

لا توسل .. ولا تطلب .. ولا ترتجي
كيف بحر الهلاك يصير بر الأمان

ادري انك ليا منك (رحلت بتجي)
بس خايف تجي بعد فوات الاوان !

فهد بن شويمي



شعرواوا! — Sh3r-gram!

جعل فيه العافيه يا عزالنا يا مداغيش العيال الصيرمييه
صبركم ساعه تحقق به املنا كيف وانتو دوناً والنار حيه

مبارك الودعاني



كلنا خليفة

خليفه اللي سلك نهج الزعيم العود
يتبع خطى شيبته ويمشي بثارها
الدار صارت بفضلها لها صدى ووجود
وعاشن المواطن مدلل في مآقياها
هذا خليفه الذي يشبه سحاب الجود
كفه لداره كما غيث و يرويها
مريم النقيب

ريتويت



محمد المر
@almurrr Follows you

أزاقنا يا صاحبي مضمونه
ميعادها .. ما بين كاف ونون
و أيامنا لو تختلف .. موزونه
لكن بعض الناس .. ما يدرون
كم تاجر .. يوم أقتلته ديونه
جسد فقير .. ما عليه ديون !!



علي الريض
@aa99nn33

ياربي أقبل صلواتي وتسليمي
على رسول السلام وهادي السنه
مع قل الافعال في قوتي وتعليمي
يارب عفوك وفضل رضاك والجنه

للتواصل: E-mail: xhms@hotmail.com

@HaFajer