

اطلاق مبادرة «همم ترقى القمم» بالعين بحضور أكثر من 40 من أصحاب الهمم



دافاو موطن الطبيعة والشواطئ الفيروزية والمغامرات المثيرة



تناول الفطور قبل الرياضة يسرّع حرق الكربوهيدرات في الجسم

تضحية أم في صورة .. والقصة المؤلمة

أرادت أم أسترالية أن تبرهن على حبها غير المحدود لابنتها الرضية، بصورة رآها الكثيرون قاسية لكنها معبرة عن أقوى عاطفة على وجه الأرض. فقد نشرت الأم الشابة فيونا سيمسون صورة لظهرها وكنتها وقد بدت عليهما كدمات قوية للغاية صبغتهما باللونين الأزرق والأحمر، بعد أن فادت ابنتها بجسدها وتلقت صدمات من كرات تلجئة بحجم كرات التنس. وكانت فيونا في سيارتها مع والدتها وطفلتها قرب بريزبن، عندما واجهتهما عاصفة تلجئة قوية مع تساقط كرات هضمت زجاج السيارة، فما كان من الأم إلا أن احتضنت الرضية وأعطت ظهرها للكرات المتساقطة. ومن المستشفى نشرت فيونا صورها على موقع "فيسبوك"، وقالت إنها غطت طفلتها بجسدها حتى لا تتعرض الرضية لإصابة، مضيفة: تعلمت درساً اليوم. لا تقد السيارة في عاصفة تلجئة أبداً. وأوضحت السيدة الأسترالية: ظهرني بالكامل وذراعي ورأسي تعرضوا لإصابات، لكنني مرتاحة فقط لأن ابنتي وجدتها في حالة جيدة.

وتختمت منشورها قائلة: من فضلكم خذوا حذرکم في موسم الثلوج، أعلم أنني سأكون بخير غداً، هل يعرف أحدكم أي دهان يساعد في حالات الكدمات؟

هاتف ثوري من هواوي بـ5 كاميرات

كشفت تسريبات جديدة أن شركة هواوي، تستعد لإطلاق هاتف بي 30 برو، العام المقبل، بمواصفات "ثورية"، ستقود تلك المتوفرة في سلمه "هواوي بي 20 برو". وحسقت هواوي نجاحاً كبيراً بفضل هاتفها الذكي "بي 20 برو"، الذي جاء بثلاث كاميرات، من أجل صور أفضل، في ظروف الإضاءة المنخفضة، بالإضافة إلى تقريب بصري أكبر 3X. وكشفت موقع "تيك كوفنجرشاين"، عن مواصفات الهاتف الجديد، والذي زود بكاميرا ثلاثية تشبه تلك التي طرحتها هواوي في "بي 20 برو"، بالإضافة إلى مستشعر بدقة 40 ميغا بيكسل، وكاميرتين بدقة 22 و12 ميغا بيكسل على التوالي، وجميعها تدعم تقنية تثبيت الصورة.



الجيوب الأنفية تسبب الكآبة وتقود للتغيب عن العمل

نتائجنا إلى أن الاكتئاب ربما يكون دافعاً واضحاً للغاية للتغيب عن العمل أو الدراسة بسبب التهاب الجيوب الأنفية المزمن وأن السعي لعلاج الاكتئاب لن يؤدي فحسب إلى تحسن كبير في جودة الحياة بل قد يحسن أيضاً الإنتاجية في إطار هذا المرض المزمن. هذه الفتحات الصغيرة بطرح الإفرازات المخاطية من التجاويف إلى الأنف وتهوية التجاويف أيضاً. بواسطة منظار خاص اكتشف البروفسور هانز وجود انسداد في الجيب الغربالي المسؤول عن تهوية الأنف حسبما يشرح موضحاً "سبب الآلام يعود إلى انسداد الجيب الغربالي، ما يعني أن إفرازات جيب الفك وجيب الجبهة لم تعد تسيل بحرية في الأنف، ما يؤدي إلى الإصابة بالتهابات بسبب احتقان الإفرازات المخاطية والجراثيم داخل التجاويف الأنفية".

عملية حساسة رغم بساطتها ويرجع البروفسور هانز سبب انسداد الجيب الغربالي لدى كاتارينا إلى وجود زائدة صغيرة من الخلايا تعيق سيلان الإفرازات المخاطية، لينصح كاتارينا بضرورة إزالتها عبر عملية جراحية بسيطة. وإجراء العملية يحتاج البروفسور هانز إلى أدوات خاصة، فبالرغم من أن عملية إزالة هذه الفقاعة من الخلايا الزائدة هي عملية غير معقدة إلا أنها حساسة جداً قربها من العصب البصري. وبعد إزالة الخلية الزائدة، يمكن للإفرازات والقنح السيل مجدداً. ما يعني أن عملية تهوية الجيوب الأنفية باتت مضمونة لدى كاتارينا، لتخلص بذلك من آلام ضغط الرأس التي عانت منها طويلاً وتصبح قادرة على التنفس بحرية وبدون أي مشاكل.

وقال كبير الباحثين في الدراسة أحمد سيداغات وهو أستاذ مساعد في كلية الطب بجامعة هارفارد في بوسطن "توصلنا إلى أن أعراض الاكتئاب الشديد مرتبطة أكثر بالتغيب عن العمل أو الدراسة بسبب التهاب الجيوب الأنفية المزمن". وأضاف "هذه النتائج مفاجئة للغاية لأنه لم يتم الربط من قبل بين أحد أعراض التهاب الجيوب الأنفية وتغيب المرضى عن العمل أو الدراسة". ويرى الباحثون أن الإنتاجية المهترئة بسبب تغيب المصابين عن العمل أو الدراسة أو عدم تفاعلهم مع الناس وكذلك إنتاجيتهم المهترئة في المنزل بسبب التهاب الجيوب الأنفية تقدر بنحو عشرة آلاف دولار لكل مريض في السنة. ولحرفة الأعراض المرتبطة بالتغيب عن العمل أو الدراسة جمع فريق الباحثين بيانات 107 بالغين يعانون بشكل مزمن من التهاب الجيوب الأنفية. وتبين أن من تحدثوا عن أعراض شعورية بسبب التهاب الجيوب الأنفية كانوا أكثر ميلًا بكثير للتغيب عن العمل مقارنة بمن لم تظهر عليهم هذه الأعراض. وقال جيس ميس وهو باحث زميل كبير في جامعة أوريغون للصحة والعلوم في بورتلاند إن من الصعب الجزم بأن التهاب الجيوب الأنفية المزمن يمكن بالفعل أن يسبب الاكتئاب لكن الكثير من أعراض الاكتئاب يمكن أن تؤثر في قدرة المرضى على التكيف مع الأنشطة الحياتية اليومية. وأضاف ميس الذي لم يشارك في الدراسة "يجب أن يتفهم المرضى أن تشخيص وإصابتهم بالتهاب الجيوب الأنفية المزمن قد يزيد من احتمالات تراجع حالتهم الشعورية بمرور الوقت". وقال سيداغات إنه إذا كنت تعرف شخصاً يعاني من مشاكل مزمنة في الجيوب الأنفية فمن المهم إدراك أن أعراض الاكتئاب ربما تؤثر على حياته، وتابع "تشير

حارب نزلات البرد بـ7 أطعمة مفيدة

عندما يتغير الطقس مع حلول فصل الخريف، يتعرض عدد كبير من سكان العالم لأعراض البرد والزكام، والتي يمكن تجنبها من خلال تعزيز مناعة الجسم لمواجهة أمراض الشتاء، عبر التركيز على تناول عدد من الأغذية وفق ما ذكر موقع "هيلث" الطبي: السمك

تعد الأسماك وخصوصاً السلمون والتونا من الأغذية الغنية بالأوميغا، والتي تساعد على خفض الالتهابات في الجسم، والتي تؤثر على آلية عمل الجهاز المناعي. النوم وجدت دراسة أجريت عام 2001 أن الأشخاص الذين تناولوا النوم لمدة 12 أسبوعاً بين نوفمبر وفبراير، أصيبوا بعدد أقل من نزلات البرد من أولئك الذين تناولوا الأدوية، وذلك لاحتوائه على مواد تقاوم الالتهابات. الحمضيات تشير الدراسات إلى أن تناول فيتامين (سي)، المتواجد بكثرة في الحمضيات مثل البرتقال والليمون، عند ظهور أول علامات للمرض، قد يضعفه، ويسهل عملية التعافي منه. اللبن عادة ما تفكر في البكتيريا كأمراض سيء، ولكن بعض هذه الكائنات الدقيقة ضرورية للتمتع بصحة جيدة. ويعتبر تناول اللبن، وسيلة جيدة لتجديد سلالات البكتيريا المفيدة، والتي تعزز صحة الجهاز الهضمي، وتساعد في الوقاية من أمراض المعدة. الشاي يعرف الجميع أن كوب ساخن من الشاي يمكن أن يساعد على كسر احتقان الصدر وتهديئة التهاب الحلق، ويحتوي كل الشاي - الأسود والأخضر والأبيض - على مجموعة من مضادات الأكسدة المعروفة باسم الكاتيكين، والتي تحتوي على خصائص مقاومة للإنفلونزا.

الطفل الأحمر مثل الفواكه الحمضية، يحتوي الطفل الأحمر على نسبة عالية من فيتامين سي. الفطر يحتوي الفطر بجميع أنواعه على مضادات الأكسدة التي تعزز المناعة، إلى جانب البوتاسيوم، والألياف، وفيتامين ب الذي يعزز صحة الخلايا ويحافظ على نشاط الجسم.

حدث عضلي نادر كاد يتسبب في كارثة جوية

كشفت هيئة التحقيق في حوادث الطيران ببريطانيا، سبباً غريباً وغير متباد لحادث طائرة صغيرة في يونيو الماضي خلال عملية الإقلاع. وبحسب ما نقلت صحيفة "ميرور" فإن الطائرة الصغيرة من طراز "CEA DR221B" التي كانت تقطع من قاعدة في منطقة ستافورشاير، عادت واصطدمت بالمدرج جراء تشنج في قدم قائدها. وأحس ريان الطائرة، البالغ من العمر 59 عاماً، بتشنج في رجله فلم ينتبه إلى الضغط على دواسه، وهو ما جعل الطائرة تستدير 90 درجة قبل الكارثة. ومن حسن حظ القائد أن الطائرة نزلت على المدرج واصطدمت مروحها بالأرض، رغم تعطل جهاز مسؤول عن الهبوط. ورجح الطيار الذي نجا من الحادثة أن يكون التشنج ناجماً بالأساس عن عدم شربه لكمية كافية من السوائل، فضلاً عن تدني درجة الحرارة والضغط. وقد تحدث التشنجات في عضلات الإنسان بشكل مفاجئ وتستمر في العادة لثوان قليلة، ورغم مساعدة الرياضة على التقليل من احتمال التعرض لها يقول خبراء إن تجنبها بشكل كامل غير ممكن.

قرار أميركي مفاجئ بشأن المقاتلة الأعلى

في قرار مفاجئ بعد حدث نادر، أوقف الجيش الأميركي استخدام أسطوله من مقاتلات إف 35، في أعقاب حادث تحطم واحدة أثناء مهمة تدريبية في شرق الولايات المتحدة، في سبتمبر الماضي. ونقلت شبكة "فوكس نيوز" الأميركية عن متحدت باسم وزارة الدفاع (بنتاغون)، الخميس الماضي، قوله إن القرار يشمل أكثر من 200 طائرة، توازي مع استمرار تحقيق بشأن خراطيم الوقود في المقاتلة باهظة الثمن. وقال المتحدث باسم برنامج تطوير إف 35 جو ديلافيديفا: "إن ثبتت الشكوك بشأن الخراطيم فإن هذه الأجزاء سوف تستبدل، وفي هذه الحالة سيبدأ تشغيل الأسطول". وتابع في بيان لـ "فوكس نيوز": "الفحوص توقع أن تنتهي خلال الـ 24 أو 48 ساعة المقبلة". ومن بين 280 طائرة إف 35 تمتلكها الولايات المتحدة ودول أخرى حليفة لها، يحلق نحو نصف هذا العدد فقط، حسبما صرح أحد مديري برنامج تصنيع هذه المقاتلات في مارس الماضي. وأضاف ديلافيديفا: "ستقوم بكل شيء للتحقق من سلامة العمليات أثناء تسليم وتطوير المقاتلين للمحاربين وشركائنا العسكريين". وتحطمت طائرة شبح إف 35 في الثامن من سبتمبر الماضي في حين تم إنقاذ الطيار، في حادث هو الأول لهذه الطائرة الأعلى في التاريخ، غداة أولى طلعاتها القتالية في أفغانستان. وتبلغ كلفة طائرة من هذا الطراز نحو 100 مليون دولار. وقبل الحادث بيوم واحد، نفذت طائرات إف 35 أولى طلعاتها القتالية في ولاية قندهار في أفغانستان مستهدفة مواقع لحركة طالبان، بمشاركة أكثر من طائرة أقلعت من سفينة الهجوم البرمائية يو إس إس أسيس. وتعد طائرات إف 35 التي بدأ العمل عليها بداية تسعينيات القرن الماضي، أعلى منظومة عسكرية في التاريخ الأميركي، إذ تقدر كلفة المشروع بحوالي 400 مليار دولار، مع هدف تصنيع 2500 طائرة في العقود المقبلة.

احذري .. السكري يهددك بالعمى

الدقيقة، التي تغذي الشبكية فيما يعرف "باعتلال الشبكية السكري"، والذي قد يؤدي في نهاية المطاف إلى العمى. وتمثل أبرز أعراض اعتلال الشبكية السكري في تشوش وضبابية الرؤية ومواجهة صعوبات عند القراءة أو قيادة السيارة مثلاً. وكلمة تم تشخيص المرض مبكراً، يمكن إيقاف تدوير الإضرار، وذلك بواسطة العلاج بالليزر مثلاً.

أوصت الرابطة الألمانية لأطباء العيون مرضى السكري بإجراء فحوصات للعين بانتظام، مرة كل سنة على الأقل، لاكتشاف أمراض العين الناجمة عن السكري مبكراً. وأوضحت أن ارتفاع نسبة السكر بالدم قد يُحرق ضرراً بالأوعية الدموية



السيول تقتل 11 طفلاً

قالت السلطات الإندونيسية إن السيول قتلت 11 طفلاً على الأقل في مدرسة إسلامية بإقليم سومطرة الشمالية وإن رجال الإنقاذ يبحثون عن تلميذ آخر مفقود. وانهمرت السيول على منطقة مانديلينج ناتال في سومطرة الشمالية أمس الجمعة بعد أن دمرت أمطار غزيرة أكثر من 20 منزلاً. وقال إرسان سينوحاجي قائد الشرطة في مانديلينج ناتال لرويترز إن السلطات تتحقق مما إذا كان هناك ضحايا آخرون محتملون. ومضى قائلاً "يبحث رئيس الحي مع الأسر المحلية إن كان هناك أشخاص مفقودين... لأن السيول جرفت 12 منزلاً وأصابت ثمانية منازل بأضرار شديدة". وقال سينوحاجي لرويترز إن 29 طالباً كانوا في فصل في المدرسة بقرية مورا سالادي عندما انهمرت السيول بوحشية على المدرسة الساعة الرابعة والربع بالتوقيت المحلي مساء أمس الجمعة.



برعاية شما بنت محمد بن خالد آل نهيان

إطلاق مبادرة «هم ترقى القمم» بالعين بحضور أكثر من 40 من أصحاب الهمم

حياتية متعددة، للمساهمة في تحقيق رؤية ورسالة القيادة الرشيدة بالاهتمام بأصحاب الهمم وتسهيل الضوء عليها باعتبار أصحاب الهمم جزء لا يتجزأ من منظومة العمل الثقافي والإنساني. وقد تم استقبالهم وتوجيههم إلى خيمة (مدرسة القهوة والسنع) وتقديم ورشة حول صنع الإمارات من خلال طقوس القهوة العربية كما تم تقديم ورشة حية في (المطبخ التدريبي) من خلالها تم إعداد شطائر الجبن والخضراوات بأشكال متعددة إضافة إلى تقطيع الفواكه والخضراوات بأدوات غير حادة بهدف تدريبهم على الغذاء الصحي ومهارة الإعداد والتمييز بين الطعم واللون والمذاق والشكل، ثم توجه الجميع إلى مكتبة أجيال المستقبل للاستماع إلى رواية قصة وساحب وجودهم تقديم لوحة شعبية أمام الحضور، وقد أثنى جميع من شارك على أهمية المبادرة وأسلوبها الجديد في دعم القدرات المتعددة وقدموا الشكر والثناء لرئيس مجلس الإدارة سمو الشيخة الدكتورة شما على اهتمامها بهذه الفئة التي بحاجة لكل دعم ورعاية، وقد غادر أصحاب الهمم المؤسسات وهم في غاية السعادة بعد أن أظهروا تجاوبا كبيرا في الفعاليات وساهموا في إنجاحها.



نحو الكتاب، وبناء علاقات اجتماعية مع غيرهم لتحقيق أقصى درجات السعادة والمتعة للمعنيين ببرنامجه لمدة يوم كامل من كل أسبوع فيه يقدم مهارات الأفراد العاديين وتحقيق التفاعل الاجتماعي وبناء علاقات اجتماعية في المجتمع والشعور بالمسؤولية نحو هذه الفئة إضافة إلى حفز الدافعية والإقبال

• العين - الفجر

بدعم ورعاية من رئيس مجلس إدارة مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافية والتعليمية الشيخة الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان - أطلقت جمعية محمد بن خالد آل نهيان لأجيال المستقبل مبادرة «هم ترقى القمم» صباح أمس بمقر الجمعية بحضور أكثر من 40 من أصحاب الهمم من مركز العين للرعاية والتأهيل إضافة إلى المشرفين عليهم.

هذا وقد شارك في إطلاق المبادرة وسائل الإعلام والفرق التطوعية ومنها فريق سفراء الخير وفريق فخر أبوظبي كما شاركت بلدية العين بتقديم الورش وطعم ولانم الخليج بتقديم وجبات غذائية إضافة إلى فريق (صطوكع انتماء)، حيث تسعى المبادرة التي ترقى بأصحاب الهمم إلى دمجهم في البرامج الثقافية في جمعية محمد بن خالد آل نهيان لأجيال المستقبل من خلال مكتبة أجيال المستقبل، وبرامج المهارات الحياتية في مركز الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافي الجدير بالذكر أن المبادرة تهدف إلى تحقيق التكامل والنظرة الإيجابية بين أصحاب الهمم وبين



أجازتها كلية الأغذية والزراعة أطروحة دكتوراه بجامعة الإمارات تؤسس أول قاعدة بيانات للنباتات المحلية الجامة للزيوت العطرية

• العين - الفجر

أجازت كلية الأغذية والزراعة بجامعة الإمارات أطروحة دكتوراه قدمتها الطالبة الباحثة سوزان مروان شاهين، بإشراف الدكتور محمد عبد المحسن اليافعي-الأستاذ المشارك في برنامج «علم البساتين»، وبحضور أعضاء اللجنة العلمية المشرفة وعدد من أعضاء الهيئة التدريسية وطلبة الجامعة.



وذكرت الباحثة: «يعد مجال الزيوت العطرية من أهم المجالات البحثية المعاصرة نظراً لتعدد فوائده وتطبيقاته ذات القيمة الاقتصادية المرتفعة كما عرضت بنك المعلومات الذي يحصر جميع الأصناف النباتية المحلية في الدولة الحاملة للزيوت العطرية، والتي يبلغ عددها 136 نباتاً أي ما يشكل حوالي 17% من نباتات دولة الإمارات البرية وقد سلطت الأطروحة الضوء على القيمة الطبية لمستخلصات الزيوت العطرية لشجيرة الأرا وعشبة الخنيزرة المحلية، من ناحية مضادات الأكسدة، وذلك بدراسة الزيت العطري لهما مخبرياً» كما أوصت الدراسة على ضرورة إجراء المزيد من الأبحاث المفصلة في مجال الخصائص العلاجية والمركبات الفعالة للزيوت العطرية المستخلصة من النباتات المحلية في الدولة مخبرياً واكلينيكياً. يشار إلى أنه تم نشر مجموعة من الأبحاث المتعلقة بالأطروحة في عدد من المجلات العالمية ذات العلاقة بالنباتات الصحراوية والزيوت العطرية.

وذكرت الباحثة: «يعد مجال الزيوت العطرية من أهم المجالات البحثية المعاصرة نظراً لتعدد فوائده وتطبيقاته ذات القيمة الاقتصادية المرتفعة كما عرضت بنك المعلومات الذي يحصر جميع الأصناف النباتية المحلية في الدولة الحاملة للزيوت العطرية، والتي يبلغ عددها 136 نباتاً أي ما يشكل حوالي 17% من نباتات دولة الإمارات البرية وقد سلطت الأطروحة الضوء على القيمة الطبية لمستخلصات الزيوت العطرية لشجيرة الأرا وعشبة الخنيزرة المحلية، من ناحية مضادات الأكسدة، وذلك بدراسة الزيت العطري لهما مخبرياً» كما أوصت الدراسة على ضرورة إجراء المزيد من الأبحاث المفصلة في مجال الخصائص العلاجية والمركبات الفعالة للزيوت العطرية المستخلصة من النباتات المحلية في الدولة مخبرياً واكلينيكياً. يشار إلى أنه تم نشر مجموعة من الأبحاث المتعلقة بالأطروحة في عدد من المجلات العالمية ذات العلاقة بالنباتات الصحراوية والزيوت العطرية.

زايد للثقافة الإسلامية تستعد لعقد ملتقى اللغة العربية للناطقين بغيرها

• العين - الفجر

تستعد دار زايد للثقافة الإسلامية لعقد ملتقى اللغة العربية للناطقين بغيرها الذي يحمل شعار (اختبارات الكفاءة- الواقع والمأمول) والمقرر انطلاقه يوم الاثنين القادم في مؤسسة الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان للأعمال الخيرية بمدينة أبو ظبي.

وأوضحت الدكتورة نضال محمد الطنيجي المدير العام للدار أن عقد هذا الملتقى يأتي تعزيزاً لثقافة وهوية الدولة بتعليم اللغة العربية للناطقين بغيرها، وانطلاقاً من جهود دار زايد للثقافة الإسلامية في رفع مستوى جودة تعليم اللغة العربية للناطقين بغيرها.



ولتحت الطنيجي إلى أن الملتقى سيستضيف عدد من الأكاديميين والمدرسين المختصين بتعليم اللغة العربية كمتحدثين رئيسيين لمناقشة وطرح آليات وضع اختبارات الكفاءة وعرض التجارب وتبادل الخبرات والاستفادة منها بغرض تطوير نماذج اختبارات الكفاءة المطبقة حالياً في الدار والخروج بخطى مستقبلية تخدم هذا المجال. وأضافت الطنيجي بأن الملتقى سيستعرض أربعة أوراق عمل لتغطي محاور الملتقى، يتحدث فيها د. إبراهيم محمد (من جامعة الإمارات) عن قياس مهارات التحدث باللغة العربية في اختبارات الكفاءة اللغوية، ود. علي الشريف (من جامعة زايد) سيتحدث عن اختبار اللغة العربية للناطقين بغيرها في ضوء مهارات القرن الواحد والعشرين، كما ستطرح د. نورة علي خليل (من جامعة الإمارات) ورقة عمل عن تأملات في اختبار الكتابة في اللغة العربية للناطقين بغيرها، و د. سعيد حافظ (مدرس في دار زايد للثقافة الإسلامية) سيستعرض في ورقته تقييم الكفاءة لدى خريجي برامج اللغة العربية للناطقين بغيرها بدار زايد للثقافة الإسلامية. جدير بالذكر أن الدار تقدم دورات اللغة العربية للناطقين بغيرها بهدف التعرف بجوهر الثقافة الإسلامية وترسيخها في نفوس المهتمين الجدد والمتحمسين بالدورات، إلى جانب أنها تتيح فرصة تعليم اللغة العربية للناطقين الراغبين في تعلمها لاستخدامها في شتى مجالات الحياة اليومية وذلك وفق منهج علمي مدروس، كما تقوم هذه الدورات أيضاً على تأهيل الطلاب للاندماج في مجتمع دولة الإمارات العربية المتحدة والتعرف على تراثها مما يعكس إيجابياً على أدائها في العمل.

محمد بن نعيّف يكرم الشاعر حمد محمد بالكيّلة

• العين - الفجر



كرم محمد سيف بن نعيّف العامري الشاعر حمد محمد بالكيّلة، تقديراً لما قدمه من قصائد وطنية في حب الوطن القيادة الرشيدة، حضر حفل التكريم الذي أقيم في مجلس بن نعيّف بمنطقة البحر الشيخ محمد حمد بن ركاض، والشيخ الدكتور سالم محمد بالركاض العامري عضو المجلس الوطني الاتحادي سابقاً، والشيخ سالم حمد بن ركاض، والشيخ نهيان محمد بن ركاض وعدد من الشعراء والشخصيات، حيث تحدث في المناسبة عدد من الحضور الذين اشادوا بالشاعر المكرّم وقصائده المميزة في مسيرة الوطن، وذكرى المؤسس الراحل الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، وفي الختام قدم بن نعيّف درعاً وسيفاً تذكاريّاً للشاعر المكرّم، كما تخلل المناسبة أمدية عشاء على شرف الحضور.

دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي تعقد تفاهات جديدة للنشر من معرض فرانكفورت للكتاب

• فرانكفورت - الفجر



وكذلك نقل الثقافة العربية إلى اللغات الأخرى، إلى جانب بحث آليات التوسع في توزيع الكتب في المنطقة والترويج لها. وقال سعيد حمدان الطنيجي، مدير إدارة النشر في قطاع دار الكتب بدائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي "تتيح المشاركة في المنصات الدولية لمعارض الكتب التعاون المشترك لدعم صناعة النشر، فمن خلال المشاركة في أكبر معرض دولي للكتاب تمكنا من لقاء العديد من المهتمين للمساهمة في مشاريع النشر التي نديرها، بما فيها مشروع كلمة" للترجمة، وسلسلة "أصدارات" حيث لفتنا اهتماماً كبيراً بالثقافة العربية، وكذلك بحثنا مع العديد من الأطراف فرص المساهمة في المؤتمرات المتخصصة التي نحضر لها في المستقبل".

شهد جناح دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي المشارك حالياً في معرض فرانكفورت للكتاب العديد من التفاهات والانفاجات لنشر وترجمة عناوين جديدة عبر مشاريع الدائرة للنشر، إلى جانب حجز مساحات للمشاركة في الدورة القادمة من معرض أبوظبي الدولي للكتاب.

وقد توصلت إدارة النشر في قطاع دار الكتب بدائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي إلى تفاهات ميدانية مع الشركاء الدوليين فيما يتعلق بالنشر الإلكتروني، والكتب الصوتية، والتطبيقات التفاعلية، والتعاون مع الناشرين في مجالات التعليم وأدب الأطفال وكتب الطاولة المصورة، والترجمة إلى اللغة العربية،

تناول الغداء مع الفهود في حديقة الإمارات للحيوانات

• أبوظبي - الفجر



"دا هايد". حيث سينضم إليهم نمر أمور المهدد بشدة بالانقراض ليشركهم الوجبة على الطاولة ذاتها. تتوفر التجربة على مدار الأسبوع وتستمر لمدة ساعة ونصف وتتسع لسته أشخاص. كما يحصل فخرقة برفقة الفهود على فرصة أخذ صور تذكارية برفقة الفهود والتفاعل مع صغارها أمثال مونفوس وماركيت. وقالت نعيمة المحمودي مديرة التسويق لدى حديقة الإمارات للحيوانات معلنةً حول هذه التجربة الجديدة: "إنها بالتأكيد أحد التجارب الفريدة من نوعها التي لا يمكن تفويتها. نحن نفكر ملياً بطرق تتيح لضيوفنا خوض تجارب لا تنسى برفقة عائلاتهم وأصدقائهم. فكم مرة بالمر يتاح للإنسان الاستمتاع بوليمة فاخرة بالقرب من أحد الحيوانات البرية الرائعة".

تدعوكم حديقة الإمارات للحيوانات بمنطقة الباهية في أبوظبي لتجربة مبتكرة فريدة من نوعها، تتضمن تناول وجبة غداء فاخرة برفقة الفهود، كجزء من سعياها لتمكين الضيوف من التفاعل مع الحيوانات واستشعار الروح الحقيقية للحياة البرية.

وأوضحت إدارة الحديقة أن هذه التجربة الخاصة بكيار الشخصيات تبدأ في جولة في قسم الحياة البرية، حيث يرافق مختصو الرعاية الضيوف ويجيبون عن تساؤلاتهم ويطلعونهم على معلومات قيمة حول هذه الحيوانات اللامحة المهعدة بالانقراض وغيرها من الحيوانات الموجودة هناك. ثم يتوجهون إلى كهف "قم الفهد" للاستمتاع بتجربة ذوقية فاخرة يقدمها لهم مطعم

منوعات

الفكر

23

يسمح بتسهيل الهضم بعد الحصة الرياضية

تناول الفطور قبل الرياضة يسرع حرق الكربوهيدرات في الجسم

هل تفضل تناول الفطور قبل ممارسة تمارينك الصباحية الاعتيادية أم أنك تفتوت وجبة الفطور أصلاً؟ حلل باحثون بريطانيون طريقة تأثير الأكل أو الامتناع عنه قبل الرياضة في الأيض ومسار الحصة الرياضية.



بعد وجبة الغداء عند استهلاك الفطور قبل حصة (الرياضة).



على الدراسة: (اكتشفنا أن تناول الفطور قبل الرياضة يُسهّل هضم الكربوهيدرات وهي لا تشتت حصرًا من الفطور المُستهلك، بل من تلك المُخزّنة



بعد علماء في مؤسسات أكاديمية بريطانية مرموقة مثل جامعتي (بات، نيوكاسل، وستيرلينغ) إلى تحليل طريقة تأثير وجبة الفطور الصباحية في الجسم قبل ركوب الدراجة الهوائية طوال ساعة مقارنةً بأثار الامتناع عن الأكل قبل ممارسة النشاط نفسه.

دراسات سابقة غير وافية ذكر الباحثون أيضاً أن اكتشافاتهم الأخيرة تسلط الضوء على جانب مهم في ما يخص استخلاص الاستنتاجات بشأن الآثار الصحية بناءً على الدراسات المرتبطة بمفعول الرياضة.

في العضلات على شكل غليكوجين أيضاً. قد تُفسّر هذه الزيادة في استعمال غليكوجين العضلات السبب الكامن وراء تصريف السكر من الدم سريعاً

نشرت النتائج في (المجلة الأمريكية لعلم وظائف الأعضاء: الغدد الصماء والأيض) وذكرت أن الأكل أولاً يساعد الجسم على حرق كمية إضافية من الكربوهيدرات خلال التمارين الجسدية.

في الناس الذين امتنعوا عن الأكل قبل الحصة الرياضية وتستخلص استنتاجاتها بناءً على هذه العطايات. لكنهم يوضحون أن النتائج تختلف حين يُسمح للمشاركين بالأكل قبل الرياضة.

العلماء معدّل غلوكوز الدم لدى المشاركين ومستويات الغليكوجين في عضلاتهم (نوع من الكربوهيدرات).

لا تتوقف المنافع عند هذا الحد، بل ذكرت الدراسة أيضاً أن تناول الفطور قبل ركوب الدراجة الهوائية في الفترة الصباحية يسمح بتسهيل الهضم بعد الحصة الرياضية.

أضاف غونزاليز: (صحيح أن الامتناع عن الأكل قبل التجارب المخبرية سلوك شائع للسيطرة على وضع الأيض الأساسي، لكن قد تمنع هذه الظروف تطبيق النتائج على مواقف أقرب إلى الحياة اليومية الواقعية لأن معظم الناس لا يمتنع عن الأكل على مر اليوم).

كشفت الباحثون أن تناول الفطور قبل الرياضة سُرّع حرق الكربوهيدرات في أجسام المشاركين خلال الحصة الرياضية. كذلك، تبين أن الأكل الذي يسبق الرياضة ينشط عملية الهضم بعد انتهاء الحصة ويُسهّل حرق الماكولات.

يقول الباحث خافيير غونزاليس الذي شارك في الإشراف على الدراسة: (إنها أول دراسة تحلّل طريقة تأثير الفطور قبل الرياضة في تفاعلاتنا مع وجبات الطعام بعد الحصة الرياضية. مقارنةً بأثار تقوية الفطور، اكتشفنا أن أكل هذه الوجبة قبل الرياضة يُسرّع هضم الكربوهيدرات المُستهلكة



أشخاص فقدوا الوعي جراء إصابة في الرأس أنه عانى الهلوسة الشمية. لكن إصابات الوجه، والأنف، والجمجمة من دون فقدان الوعي لم تؤثر في خطر التعرض لهذه المشكلة.

علاوة على ذلك، كان من يدخنون السجائر بانتظام أكثر عرضة للهلوسة الشمية.

توضح الدكتورة بايثريدج: (لا تعرف أسباب الهلوسة الشمية. قد تكون هذه

الحالة مرتبطة بفرط نشاط خلايا شم الروائح في التجويف الأنفي أو ربما خلل في جزء من الدماغ يفهم الإشارات الشمية).

تضيف: (تقوم الخطوة الأولى نحو فهم كل حالة طبية على تحديد وصف واضح للظاهرة. من هنا، يستطيع باحثون آخرون تكوين فكرة عن المواضيع التي يمكنهم البحث فيها عن الأسباب المحتملة والتوصل في النهاية إلى طرائق لتفادي هذه الحالة وعلاجها).

تعتبر هذه أول مرة يُحدّد فيها مدى انتشار الهلوسة الشمية في الولايات المتحدة، ما يعزز فهمنا هذه الحالة. تبين في الماضي أن من الصعب تحديد مدى انتشار هذه الظاهرة لأن الناس لا يدركونها بالضرورة لطبيعتهم. في هذه العينة مثلاً، قرر 11.1% فقط ممن يعانون الهلوسة الشمية مناقشتها مع الطبيب.



أسباب تجعلها تصيب البعض دون سواهم

الهلوسة الشمية أكثر انتشاراً مما نعتقد

هل تشمّ روائح غير موجودة؟ إن كنت كذلك، فلست الوحيد. اكتشفت دراسة نُشرت أخيراً أن ما يُعرف بالهلوسة الشمية أكثر انتشاراً مما نعتقد. تشير الهلوسة الشمية إلى شم رائحة، مثل رائحة شعر يحترق أو منفضة، لا وجود لها. هذه التجربة موثقة بدقة، مع أن أبحاثاً قليلة تناولتها بالتحديد.

لكن علماء من برنامج علم الأوبئة وعلم الإحصاءات الحيوية في المعهد الوطني للصمم وغيره من اضطرابات التواصل أجروا أخيراً دراسة تناولت الهلوسة الشمية، باحثين عن الأسباب التي تجعلها تصيب البعض دون سواهم.

مع التقدم في السن، إلا أن العكس يحدث على ما يبدو مع الهلوسة الشمية. عانى نحو 5% ممن تجاوزوا سن الستين هذه الظاهرة. إلا أن النسبة جاءت أعلى بكثير عند من تراوحت سنهم بين الأربعين والستين.

كشفت الدراسة أيضاً أن الهلوسة الشمية أكثر انتشاراً بين النساء بنحو الضعف، مقارنة بالرجال، وأن هذا الاختلاف بين الجنسين بدأ أكثر بروزاً عند من تراوحت أعمارهم بين الأربعين والستين.

عندما بحث العلماء عن عوامل خطر محتملة، لاحظوا أن الخطر يرتفع بين من يعانون حالة صحية متردية عموماً أو حالة اجتماعية-اقتصادية أدنى.

يفترض الفريق أن عامل الخطر الأخير هذا يعود على الأرجح إلى أن من يملكون مكانة اجتماعية-اقتصادية أدنى يكونون عادةً أكثر عرضة لمعدلات أعلى من السموم والملوثات البيئية. كذلك يزداد في هذه الفئة من المجتمع احتمال التعرض لمشاكل صحية أخرى وتناول أدوية قد تسبب الهلوسة الشمية.

التدخين وإصابة في الرأس جاء احتمال التعرض للهلوسة الشمية أعلى بثلاثة أضعاف بين من عانوا جفاف الفم. كذلك رفعت إصابات الرأس هذا الخطر: أفاد واحد من كل 10

عن أكثر من سبعة آلاف شخص تخطوا سن الأربعين. تضمّنت الاستبانة التي ملأها المشاركون السؤال: (هل تشم أحياناً رائحة كريهة، أو سيئة، أو رائحة حريق، مع أن لا مصدر لها؟).

اكتشف الباحثون أن 6.5% ممن تخطوا عموماً سن الأربعين عانوا الهلوسة الشمية، أي ما يعادل واحداً من كل 15.

تضمنت الاستبانة التي ملأها المشاركون السؤال: (هل تشم أحياناً رائحة كريهة، أو سيئة، أو رائحة حريق، مع أن لا مصدر لها؟).

اكتشف الباحثون أن 6.5% ممن تخطوا عموماً سن الأربعين عانوا الهلوسة الشمية، أي ما يعادل واحداً من كل 15.

تضمنت الاستبانة التي ملأها المشاركون السؤال: (هل تشم أحياناً رائحة كريهة، أو سيئة، أو رائحة حريق، مع أن لا مصدر لها؟).

اكتشف الباحثون أن 6.5% ممن تخطوا عموماً سن الأربعين عانوا الهلوسة الشمية، أي ما يعادل واحداً من كل 15.

تضمنت الاستبانة التي ملأها المشاركون السؤال: (هل تشم أحياناً رائحة كريهة، أو سيئة، أو رائحة حريق، مع أن لا مصدر لها؟).

اكتشف الباحثون أن 6.5% ممن تخطوا عموماً سن الأربعين عانوا الهلوسة الشمية، أي ما يعادل واحداً من كل 15.

قادت الدكتورة كاثلين باينبريدج الدراسة، ونُشرت الاكتشافات التي توصلت إليها في مجلة JAMA Otolaryngology—Head and Neck Surgery.

توضح الباحثة جوديث أ. كوبر، المديرية بالوكالة للمعهد الوطني للصمم وغيره من اضطرابات التواصل، أسباب أهمية هذا الموضوع. تذكر: (نتغاضى غالباً عن اضطرابات حاسة الشم رغم أهميتها. فقد تكون لها تأثيرات كبيرة في الشهية، وتفضيلات الطعام، والقدرة على شمّ الإشارات إلى الخطر، مثل حريق، أو تسرب غاز، أو الطعام الفاسد).

إحصاءات استند الباحثون إلى بيانات من المسح الوطني للصحة والخصص الغذائي، فاستخدموا معلومات جمعت بين عامي 2011 و 2014 و

توضيح الباحثة جوديث أ. كوبر، المديرية بالوكالة للمعهد الوطني للصمم وغيره من اضطرابات التواصل، أسباب أهمية هذا الموضوع. تذكر: (نتغاضى غالباً عن اضطرابات حاسة الشم رغم أهميتها. فقد تكون لها تأثيرات كبيرة في الشهية، وتفضيلات الطعام، والقدرة على شمّ الإشارات إلى الخطر، مثل حريق، أو تسرب غاز، أو الطعام الفاسد).

إحصاءات استند الباحثون إلى بيانات من المسح الوطني للصحة والخصص الغذائي، فاستخدموا معلومات جمعت بين عامي 2011 و 2014 و

توضيح الباحثة جوديث أ. كوبر، المديرية بالوكالة للمعهد الوطني للصمم وغيره من اضطرابات التواصل، أسباب أهمية هذا الموضوع. تذكر: (نتغاضى غالباً عن اضطرابات حاسة الشم رغم أهميتها. فقد تكون لها تأثيرات كبيرة في الشهية، وتفضيلات الطعام، والقدرة على شمّ الإشارات إلى الخطر، مثل حريق، أو تسرب غاز، أو الطعام الفاسد).

إحصاءات استند الباحثون إلى بيانات من المسح الوطني للصحة والخصص الغذائي، فاستخدموا معلومات جمعت بين عامي 2011 و 2014 و

توضيح الباحثة جوديث أ. كوبر، المديرية بالوكالة للمعهد الوطني للصمم وغيره من اضطرابات التواصل، أسباب أهمية هذا الموضوع. تذكر: (نتغاضى غالباً عن اضطرابات حاسة الشم رغم أهميتها. فقد تكون لها تأثيرات كبيرة في الشهية، وتفضيلات الطعام، والقدرة على شمّ الإشارات إلى الخطر، مثل حريق، أو تسرب غاز، أو الطعام الفاسد).

إحصاءات استند الباحثون إلى بيانات من المسح الوطني للصحة والخصص الغذائي، فاستخدموا معلومات جمعت بين عامي 2011 و 2014 و

توضيح الباحثة جوديث أ. كوبر، المديرية بالوكالة للمعهد الوطني للصمم وغيره من اضطرابات التواصل، أسباب أهمية هذا الموضوع. تذكر: (نتغاضى غالباً عن اضطرابات حاسة الشم رغم أهميتها. فقد تكون لها تأثيرات كبيرة في الشهية، وتفضيلات الطعام، والقدرة على شمّ الإشارات إلى الخطر، مثل حريق، أو تسرب غاز، أو الطعام الفاسد).



دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 14 أكتوبر 2018 العدد 12452

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم الوكيل /
الرقم للملكية الفكرية.

يطلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية: **mufti**

mufti

الموعدة تحت الرقم: 120331 بتاريخ: 2010/03/09
باسم: السيد / رتن خوب شنداني
وعنوانه: دبي ص.ب. 12474 هاتف: 2361327/04 فاكس 04/236093
وذلك لتمييز البضائع / الخدمات / المنتجات :
الملابس ولباس القدم وأغطية الرأس .
والموعدة في الفئة (25)
إدارة العلامات التجارية

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

الأحد 14 أكتوبر 2018 العدد 12452

إعلان

تعن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/عيشة للمقاولات العامة
رخصة رقم: CN 2291369 قد تقدموا الينا بطلب
تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة محمد سعيد فارس سعيد المزروعى 51%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة محمد مطور الرحمن محمد انتاب على خان 19%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف محمد سعيد فارس سعيد المزروعى
تعديل راس المال/من null إلى 100000
تعديل لوحة الإعلان/جمالي من مساحة 101 إلى 101
تعديل شكل قانوني/من مؤسسة فردية إلى شركة ذات مسؤولية محدودة
تعديل اسم تجاري/من عيشة للمقاولات العامة
ESHA GENERAL CONTRACTING
الى/عيشة للمقاولات العامة ذ.م.م
ESHA GENERAL CONTRACTING LLC
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال
أربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق أو دعوى
بعد انقضاء هذه المدة حيث يستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

الأحد 14 أكتوبر 2018 العدد 12452

إعلان

تعن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/الحرفيش
للسيانة العامة رخصة رقم: CN 1171487
قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 14 أكتوبر 2018 العدد 12452

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / الملك :
ار اس سي وسيط الشحن ذ.م.م
طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية : Logenix International
الموعدة بتاريخ: 296951 بتاريخ: 2018/08/13
بيانات الأولوية:
باسم: ار اس سي وسيط الشحن ذ.م.م
عنوانه: دبي - مكتب رقم 1301 - ملك بيا
ببنتلجار - بر دبي الخليج التجاري - هاتف:
042418818 /إيميل: lbsakes@logenix.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالفئة: 39
النقل وتغليف وتخزين السلع وتنظيم الرحلات والسفر.
وصف العلامة: عبارة عن شكل مميز كتب على عبئه (Logenix International)
باللوانين مكتوبة بشكل مميز والعلامة باللون الاسود.
الاشتراطات: العناية للعلامة في محطها
فعلى من لديه اعتراض على
ذلك أن يقدم به مكتوباً لإدارة
العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد
المسجل ، وذلك خلال 30 يوماً
من تاريخ إصدار هذا الإعلان

إعلاناتكم في

الغد

يرجى الاتصال على

هاتف: 024488300 - فاكس: 024489891
email.advt@alfajrnews.ae

وزارة العدل
محكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية
مكتب إدارة الدعوى

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعادة إعلان بالنشر أمام الدائرة المختصة

الى المدعي عليه / عائشة مبارك (زوجة يوسف حميد) - إماراتي الجنسية
تعلمكم بان المدعي / جمعية اتحاد ملاك برج سارة الدعوى رقم 2018/2381 مدني جزئي
قد رفع الدعوى المذكورة اعلاه بطلب فيها :
الزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعي مبلغ وقدره 23236 درهم (الثان وثلاثون الفا وتسعمائة وخمسة وثلاثون درهما) والفاائدة القانونية بواقع 9% سنويا من تاريخ الاستحقاق في 2012/12/30 تاريخ اعتماد الرسوم المطالب بها من دائرة التسجيل العقاري بالشارقة وحتى تمام السداد مع الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف والامتناع
لذا يقتضي حضورك أمام الدائرة الجزئية الثانية الفاعة 101 بمحكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية شخصيا وبواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات، وذلك يوم الاحد الموافق 2018/10/21 الساعة 8.30 صباحا وذلك للنظر في الدعوى المذكور اشرافا األا - بوضف مدعي عليه وفي حال تخلفك عن الحضور او عدم إرسال وكيل عنك فانه سيتم استكمال الاجراءات القانونية في غيابك.

محكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية
مكتب إدارة الدعوى

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل
محكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

مذكرة تبليغ مدعي عليه بالنشر باللفة العربية صادرة من محكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية في القضية رقم 2018/0570 مدني جزئي الشارقة إعادة إعلان

الى المدعي عليه / محي الدين اسف محمد
حيث ان المدعي / دنيا للتطوير - ذ م م
قد اقام عليكم الدعوى المذكور اعلاه لدى هذه المحكمة، ويطلب الزامكم بأداء مبلغ 170000 درهم بالإضافة الى الفائدة الاتقافية بواقع 23,9% لصالح المدعية من تاريخ الاستحقاق الواقع في 2014/7/1 وحتى سداد التام بالإضافة لطلب الزام المدعي عليه بالصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. لذلك يقتضي حضوركم أمام الدائرة الجزئية الرابعة الفاعة رقم 140 بمحكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية في تمام الساعة الثامنة والنصف من صباح يوم الاربعاء الموافق 2018/10/17 وذلك للاطلاع والرد على الدعوى وفي حالة تخلفك عن الحضور او عدم ارسال وكيل عنكم في الوقت المحدد فان المحكمة ستباشر نظر الدعوى في غيابكم.

مكتب إدارة الدعوى

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعلان حكم بالنشر

في الدعوى رقم 2018/2101 تجاري جزئي

الى المحكوم عليه 1- صمد ميرزا فارصاني اوزرمان مجهول محل الإقامة تعلمكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ 2018/9/12 في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ بنك راس الخيمة الوطني - ش م م ع بالزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعي (بنك رأس الخيمة الوطني) مبلغ 108,012,97 درهم (مائة وخمسة وثمانين الف ومائة والثنين درهم وسبعة وسبعين فلس) والفاائدة القانونية 9% سنويا من تاريخ المطالبة القضائية في 2018/6/26 وحتى تمام السداد والزمتم المدعي عليه بالصاريف ومبلغ خمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة، حكما بمنأى الحضورى قبلا 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

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

مذكرة إعلان بالنشر

في الدعوى رقم 2018/1818 استئناف تجاري

الى المستأنف ضده 1- شركة ايفنوخ للتجارة العامة - ش م م ذ م م - بينويث نيكولاس لامونيري مجهولي محل الإقامة بما ان المستأنف /شركة جي جي اي ريتيل للتجارة العامة - ش م م ذ م م ويمثله / سعيد مبارك عبيد أحمد الزحمي - قد استأنف الحكم الصادر بالدعوى رقم : 2017/4216 تجاري جزئي وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق 2018/11/26 الساعة 10.00 صباحا بالفاضة رقم ch2.D.16 وعليه يقتضي حضوركم او من يمثلكم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتمكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعادة إعلان بالنشر

في الدعوى رقم 2018/2378 عمالي جزئي

الى المدعي عليه 1- هوم لاين للأعمال الفنية - ش م م ذ م م مجهول محل الإقامة بما أن المدعي/ محمد فتحى منسى عبدالله قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بمستحقات عمالية وقدرها (2000 درهم) وتذكرك عوده بمبلغ (1000 درهم) والرسوم والصاريف رقم الشكوى (MB183302946AE/2018) وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق 2018/11/05 الساعة 9,30 صباحا بالفاضة Ch1.B.10 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضوري .

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في الدعوى رقم 2018/4228 تنفيذ عمالي

الى المنفذ ضده 1- دريك أند سكل انترناشيونال - شركة مساهمة عامة مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ / نيل علي بركة - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (49486) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. بالإضافة الى مبلغ 990 درهم رسوم لخزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحظك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 10 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
محكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعادة إعلان بالنشر

الى المدعي عليه / زكية عبدالهادي محمد منصر
تعلمكم بان المدعي / جمعية اتحاد ملاك برج سارة
في الدعوى رقم 2018/2381 الدائرة المدنية التجارية الجزئية الثالثة
قد رفع الدعوى المذكورة اعلاه بطلب فيها :
الزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعي مبلغ وقدره 23.236 درهم (الثان وثلاثون الفا وتسعمائة وستة وثلاثون درهما) والفاائدة القانونية بواقع 9% سنويا من تاريخ الاستحقاق في 2012/12/30 تاريخ اعتماد الرسوم المطالب بها من دائرة التسجيل العقاري بالشارقة وحتى تمام السداد مع الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. لذا يقتضي حضورك أمام الدائرة المدنية التجارية الجزئية الثالثة فاعة رقم 102 بمحكمة الشارقة الاتحادي شخصيا وبواسطة وكيل معتمد، وذلك للاجابة على الدعوى وتقديم ما لديك من بيانات، وذلك بتاريخ 2018/10/23 وذلك للنظر في الدعوى المذكورة اشرافا بوضف مدعي عليه ، وفي حال تخلفك عن الحضور او عدم إرسال وكيل عنك فانه سيتم استكمال الاجراءات القانونية في غيابك.

محكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية
مكتب إدارة الدعوى

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

محكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية

إعلان حكم بالنشر

في الدعوى رقم 2017/2065 ت ك

المرفوعة من المدعي/ بنك الاتحاد الوطني
الى المدعي عليه / محمد هاشم عيسى هاشم العزيمي
حكمت المحكمة : بالزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبلغ 1,222,260,28 درهم وقوائده التأخيرية بواقع 5% سنويا من تاريخ المطالبة القضائية وحتى السداد التام على التزيد الفائدة على اصل الدين المقضي به والزمته بالصاريف ومبلغ الف درهم مقابل اتعاب المحاماة.
حكما قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي للاعلان ، وبغوات هذا الميعاد دون طعن منكم على الحكم المشار اليه وستخذ بحظكم الاجراءات القانونية لتنفيذكم بصدكم.

مكتب إدارة الدعوى

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعلان حكم بالنشر

في الدعوى رقم 2018/1876 تجاري جزئي

الى المدعي عليه 1- العيون الترفيهية للتكسية - ش م م ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / النورس لطفلة العمان - ش م م ذ م م ويمثله / فتية محمد بروج فوراري تعلمكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ 2018/8/2 في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ النورس لطفلة العمان - ش م م ذ م م - أولا - بالزام المدعي عليها ان تؤدي الى المدعية مبلغ مقداره 23266 درهم (الثان وثلاثون الفا وتسعمائة وستة وستون درهما) قيمة الشيكين موضوع التنازع وفائدة تسعة بالمائة سنويا 9% من تاريخ استحقاق كل شيك وحتى تمام السداد. ثانيا : صحة وتثبيت الجزئ المحظفي رقم 224 لسنة 2018 حجز تحفظي تجاري والزمتم المدعي عليها بالرسوم والصاريف ومبلغ خمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة ورفضت ما عدا ذلك من طلبات. حكما بمنأى الحضورى قبلا 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

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

مذكرة إعلان مدعي عليه بالنشر

في الدعوى رقم 2018/2004 تجاري كلي

الى المدعي عليه 1- جليل ايدوين كلاك مجهول كلاك مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ شركة ايه بي سي ماركنتج اند ستريبيوشن منطقة حرة - ذ م م ويمثله / صالحة خليفة لاجح خليفة البسطي - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بعزل المدعي عليه كشريك من الشركة المدعية واخراجها منها مع الزامه بالرسوم والصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق 2018/10/16 الساعة 9,30 ص بالفاضة Ch1.C.15 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في الدعوى رقم 2015/225 تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده 1- كلداري الكهروميكانيكية - ش م م ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/شركة الشراع لمواد البناء - ذ م م ويمثله / عامر سيد محمد سيد محي روشن المرزوقي بموجب القرار الصادر بتاريخ 2018/10/1 في التنفيذ المذكور اعلاه وذلك للعلم بما جاء باللائحة المعدلة بالمبلغ الاجمالي (274377,70) درهم.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في الدعوى رقم 2018/4449 تنفيذ عمالي

الى المنفذ ضده 1- كوست مدل ايست للمقاولات - ش م م ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ / تاجوب نيدو فاتكات ويمثله / علي ابراهيم محمد العمادي - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (20797) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. بالإضافة الى مبلغ 2706 درهم رسوم لخزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحظك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 10 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
محكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعلان بالنشر

الى المدعي عليه / سهى صبحي شحاته او دية
تعلمكم بان المدعي / جمعية اتحاد ملاك برج سارة
في الدعوى رقم 2018/2381 الدائرة المدنية التجارية الجزئية الثالثة
قد رفع الدعوى المذكورة اعلاه بطلب فيها :
الزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعي مبلغ وقدره 23.236 درهم (الثان وثلاثون الفا وتسعمائة واربعمون درهما) والفاائدة القانونية بواقع 9% سنويا من تاريخ الاستحقاق في 2012/12/30 تاريخ اعتماد الرسوم المطالب بها من دائرة التسجيل العقاري بالشارقة وحتى تمام مع الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. لذا يقتضي حضورك أمام مكتب إدارة الدعوى بمحكمة الشارقة الاتحادي شخصيا وبواسطة وكيل معتمد، وذلك للاجابة على الدعوى وتقديم ما لديك من بيانات، وذلك بتاريخ 2018/10/21 وذلك للنظر في الدعوى المذكورة اشرافا بوضف مدعي عليه ، وفي حال تخلفك عن الحضور او عدم إرسال وكيل عنك فانه سيتم استكمال الاجراءات القانونية في غيابك.

محكمة الشارقة الاتحادي الابتدائية
مكتب إدارة الدعوى

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

أذار عدلي بالنشر

رقم (2018/281)

المتر : خليفة عبدالله احمد لوتاه
ويمثله بالتوقيع السيد/ شتأ أمين السدوسي احمد ابو النجا - هاتف : 04-7321171
بموجب وكالة مصدقة اصولا بتاريخ 2014/1/13 تحت رقم محرر 2014/1/2997
المتر اليه : فطرات الندى للحيطة والتطير / العنوان : مجهول الهوية
الموضوع : ينذر المتر اليه بسداد مبلغ (10000) درهم خمسة عشر الف وخمسمائة درهم وذلك في مدة اقصاها 30 يوم من تاريخ استلام هذا الاذار وإخلاء الفغار وتسليمه للمتر خالية من الشواغل وبالجملة التي تسلمها عليه مع اصلاح ما قد يكون لبقا عن من ضرر وتلف وتسليم المتاعين وسداد مصاريف استهلاك الكهرباء والياه حتى تاريخ الاخلاء الفعلي. أو أي اضرار اخرى ترتبه على عدم التزام المتر اليه ، والا سيسطر المتر الى اتخاذ الاجراءات القضائية اللازمة للمطالبة بما ذكر. مع التنويه الجابر لمعتل والضرر. وتعمل المتر اليه كافة رسوم ومصاريف التقاضي واتعاب المحاماة.

الكتاب العدل

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعلان حكم بالنشر

في الدعوى رقم 2018/1066 تجاري جزئي

الى المدعي عليه 1- الفخران للتجارة العامة لالكها السيد مسعود عبدالرحمن احمد فلنناز بسنكي مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / يو بيه اس جلف ذ م م - فرع دبي ويمثله / حسن علي عبدالرحمن لوتاه - تعلمكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ 2018/7/1 في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ يو بيه اس جلف ذ م م - فرع دبي بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ اربعمائة وسبعة عشر الف وسبعمائة وتسعين درهم والفاائدة القانونية بواقع 9% من تاريخ الاستحقاق الحاصل في 2017/5/9 وحتى تمام السداد والزمتمها بالصورهات ومبلغ الف درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمباية 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

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

مذكرة إعلان مدعي عليه بالنشر

في الدعوى رقم 2018/1090 تجاري كلي

الى المدعي عليه 1- راهول دوبي جبريش شاندر دوبي مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ بنك ابوظبي التجاري ويمثله / عبدالرحمن نصيب عبدالرحمن بن نصيب قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعي "البنك" مبلغ وقدره (1,124,107,23) درهم) (فقط مليون ومائة واربعه وستون الف ومائة وسبعة وخمسون درهم واربعه وثلاثون فلس) إضافة الفائدة القانونية 12% من تاريخ رفع الدعوى وحتى تمام السداد والرسوم والصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق 2018/11/05 الساعة 9,30 ص بالفاضة Ch2.E.22 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل (وتحظركم بتجديد الدعوى من الشطب).

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في الدعوى رقم 2018/2123 تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده 1- ضمان للمقاولات - ش م م ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/س س لوتاه لخرسانة الجاهزة - ش م م ذ م م ويمثله / ناصر حمد سليمان جابر الشامسي - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (182054,00) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحظك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 10 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد 12452 بتاريخ 2018/10/14

مذكرة إعلان مدعي عليه بالنشر

في الدعوى رقم 2018/2094 تجاري جزئي

الى المدعي عليه 1- بيه- او اس للتصنيع - ش م م ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ مصنع المورد للطباعة والاعلان - ذ م م ويمثله / علي ابراهيم محمد الحمادي - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليها بمبلغ وقدره (241,268,88) درهم) والرسوم والصاريف واتعاب المحاماة والفائدة 12% من تاريخ المطالبة الاستحقاق وحتى السداد التام. وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق 2018/10/22 الساعة 8.30 ص بالفاضة Ch1.C.12 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم

(الأرض، الرياح، السماء، السحب، الصخور ضميني، إن شئت. هذا الجسم ما عاد قتيماً وإن لم يشخ. من الأرض جئنا، وإلى الأرض نعود).
عندما كتبت لين سكوزاري عام ٢٠١٣ الأبيات الأولى في هذه القصيدة، التي تحمل عنوان (التقدمة)، كانت تحديق في صورة امرأة جالسة على صخرة وذراعاها مفتوحتان بالكامل باتجاه واد تحتها. كانت سكوزاري جالسة في غرفة اجتماعات في مركز السرطان في مستشفى سكريبس غرين في لايولا بكاليفورنيا وأمامها طاولة محملة بالقهوة والأنسجة.



تساعد على التكيف مع الأسئلة الصعبة

الكتابة التعبيرية بالإفصاح عن المشاعر . سلاح مرضى السرطان



الوقت لتصبح كاتبة بكل معنى الكلمة. فقد تنقلت أولاً في مهن عدة: معلمة في المحفزات: ذكريات الطفولة، ما يريده النفس التعليمي التطبيقي، وموظفة في شركة دولية تنظم عمليات الانتقال بين المهن.

وافتتاح تستخدم براي مجموعة واسعة من المحفزات: ذكريات الطفولة، ما يريده المريض خصوصاً من الطبيب، وكيف يتعاوى المشاركون مع السرطان لو كان بلداً. في الصفوف الأولى، تستعين براي دوماً بالمحفز ذاته: اكتب عن اللحظة التي عرفت فيها أنك تعاني السرطان.

ورث عمل تضم معظم ورش العمل التي تنظمها براي 10 إلى 12 مشاركاً. وتدوم هذه الورش 10 أسابيع تتخللها جلسات تستمر كل منها ساعتين إلى ثلاث ساعات، يتعرف المشاركون إلى هذه المجموعات بطرق شتى تشمل أبحاثاً على الإنترنت، إحالات الأطباء، ومنشورات توزعها براي في المستشفيات.

يستطيع كل من يفضّل علاج السرطان المشاركة، فضلاً عن الناجين الذين لم يتلقوا علاجاً طوال خمس سنوات. أما الفئة الوحيدة التي تفضل براي عدم مشاركتها، فتضم المرضى الذين شخصت حالتهم حديثاً لأنهم في تلك المرحلة يركزون عادةً تحت ثقل قرارات ملحة عليهم اتخاذها، ما يمنهم من التركيز على مجموعة كتابية.

تستهل براي كل لقاء بتأمل موجه قصير، يليه تمرين كتابية سريع للتحمية. ثم يفاوض المشاركون في جلسة كتابية أطول تستند إلى محفز ما. بعد ذلك، تدعو براي المتطوعين إلى قراءة ما كتبوه بصوت عالٍ، ثم تختار وجهاً أحبه خصوصاً في عمل كل مشارك لتقول له بعد ذلك (شكراً).

تحدّ تواجهه براي بالعلاج بالكتابة. في عام 1968، تركت مسقط رأسها في كاليفورنيا وانتقلت إلى كندا لتتظاهر ضد حرب فيتنام وترافق زوجها لاري خلال الدراسات التي كان يُعدها لنبال شهادة الدكتوراه. ولكن بعد 13 سنة، غرق أثناء السباحة ذات ليلة وترك براي وحدها مع ابنتيهما الصغيرتين. بدأت عندئذٍ التردد على عيادة معالج نفسي. ونتيجة جلسات العلاج، صارت تكتب الشعر عن زواجها وموت زوجها. تذكر براي مازحة أنها حظيت بالمساعدة لأن المعالج النفسي كان يشبه روبرت رادفورد. لكنها قدّرت كثيراً عادة نياها: كانت تكتب قصيدة وتقرأها بصوت عالٍ في بداية كل جلسة، وكان المعالج النفسي يقول لها عند نهاية كل قصيدة



إصابتها بسرطان الثدي، بدأت براي تضراً عن أعمال بينيبايركر. تخير: (تبددت كل الأفكار. لكنني بدأت أفكر: 'هذا عملي'. بدا لي ذلك أشبه بدعوة). وهكذا صارت براي تقود برامج مجانية عام 2001 في مؤسسة لا تتوخى الربح في بالو ألتو تُعرف اليوم باسم Bay Area Cancer Connections (روابط السرطان في منطقة الخليج).

في عام 2004، أسست براي أيضاً برنامج كتابية في مركز ستانفورد للسرطان، وتنظم منذ ذلك الحين برامج في مستشفى سكريبس غرين ومركز مورس للسرطان في جامعة كاليفورنيا بسان دييغو. كذلك نشرّت كتابين عن الكتابة والسرطان.

نجوت؟ وما ستكون عليه حياتي إن لم أنج؟) تظن مع براي أن الكتابة تساعد على التكيف مع هذه الأسئلة الصعبة. توضح الدكتورة أدريان هامبتون، بروفسورة مساعدة متخصصة في الطب العائلي وصحة المجتمع في جامعة ويسكونسن، أن الكتابة التعبيرية تقوم على الإفصاح عن المشاعر. وتضيف: (قد تركّز هذه الكتابة على صدمة أو على طموح. وفي كلتا الحالتين، يبقى الأساس أنها تشمل معالجة المشاعر الواعية واللاواعية التي ترتبط بموضوع معين).

المرحلة الرابعة من سرطان الثدي. وتلتقي اليوم مرضى وناجين آخرين من السرطان يحاولون أيضاً الكتابة عن تجربتهم مع هذا المرض. وتشمل مهمتهم اليوم اختيار صورة بالأبيض والأسود من مجموعة من الصورة معروضة على الطاولة والكتابة عنها. تخبر سكوزاري، متحدثة عن مشاعرها عندما انضمت إلى مجموعة الكتابة: (أذكر أنني كنت حذرة جداً لأنني أحسست أنني ضعيفة عقب العلاج. جعلتني تجربة العلاج بأكملها مع التنقل من طبيب إلى آخر والتعرض للوخز والفحص أكثر وعياً للذات وأكثر ميلاً إلى حماية نفسي). إلا أنها استرخت بسرعة وعثرت على مصدر وحياها. وما زالت تحتفظ بنسخة إلكترونية عن القصيدة التي كتبها في ذلك اليوم. تقول: (تحدثت إلى الصورة واستطعت أن أعبر عن شيء في داخلي. ساعدتني المجموعة على الانفتاح).

تجربة الكتابة) تنسب سكوزاري الفضل في ذلك إلى منظمة المجموعة، شارون براي. تقود براي، وهي امرأة في مطلع سبعينياتها تضع نظارات وشعرها رمادي متموج، مرضى السرطان والناجين منه في ورش عمل (تجربة الكتابة) منذ أكثر من 15 سنة. كذلك أنشأت برامج كتابية في ثلاث منشآت للرعاية الصحية في كاليفورنيا. تشارك براي طلابها في شغف الكتابة، فضلاً عن رابط أكثر بشاعة: في عام 2000، علمت أنها تعاني شكلاً أوتياً غير غاز من سرطان الثدي يُعرف بسرطان القنوات غير الغازي، الذي تظهر معه خلايا شاذة في قنوات الحليب في الثدي. بعد استمرارها في الكتابة طوال علاجها بالأشعة، تساعد براي اليوم آخرين خلال تجربتهم مع المرض بتنظيمها ورش عمل، كتابتها عموداً، وإدارتها مدونة. تروي براي عن فترة علاجها بالأشعة: (كنت أطرح أسئلة مثل: ما الاتجاه الذي أريد أن تسلكه حياتي بعد ذلك؟ وأعتقد أن الناس في مجموعات مرضى السرطان، التي أقودها، يسألون أيضاً: ما الشكل الذي ستأخذه حياتي إذا

راحة وتشير كاتي وسكوزاري كلتاهما إلى أن أعضاء كل من مجموعتهما ظلوا على اتصال معهما ومع بعضهم البعض. في فصل الصيف، انتقلت براي من كاليفورنيا إلى كندا لتتظن قريبة من عائلتها. لكن فريدمان يؤكد أن مستشفى سكريبس غرين لم يعثر بعد على بديل ملائم ليقود برنامج الكتابة.

برنامج في تورنتو تأمل براي أن تنشئ برنامجاً مماثلاً في تورنتو، مساعدة مجموعات جديدة من المرضى والناجين في استكشاف مشاعرهم عن فصل حياتهم الأكثر صعوبة، الذي يكون أحياناً الأخير أيضاً. لخصت أن إيمرسون في الأبيات الافتتاحية من قصيدتها وجهة نظر الكثير من مرضى السرطان القاتمة إنما المليئة بالأمل.

تحديات بعد تشخيص لكن السرطان لم يكن أول

عند نهاية كل قصيدة

تحديات بعد تشخيص

تحديات بعد تشخيص

تحديات بعد تشخيص



منوعات

الفكر

27



السياح من مختلف الدول وكذلك أبناء الفلبين يستمتعون بمغامرات مثيرة في مدينة دافاو الساحرة

عروس الجنوب الفلبيني تنافس أشهر المدن السياحية

دافاو موطن الطبيعة والشواطئ الفيروزية والمغامرات المثيرة



رحلة بحرية رائعة لاستكشاف مواطن السحر في الجزيرة



سياح ينعمون بالسباحة في مياه جزيرة «سما»، الفيروزية



أكواخ للايجار في احضان الطبيعة وبأسعار في المتناول

في جزيرة «سما» أنت على موعد مع الإثارة والتشويق

حوالي مليون وثمانمائة ألف من خفافيش الفاكهة، ويفتح كهف مونفورت أبوابه للزوار طوال أيام الأسبوع من الساعة صباحا وحتى الخامسة عصرا ولا يسمح بالدخول إليه وإنما مشاهدته من الخارج والتقاط الصور لآلاف الخفافيش وهي تطير داخل كهوفها ومعظمها ساكن يغطي جدران الكهف حتى يأتي المساء فتغطي سماء المنطقة في منظر رائع يستحق المشاهدة.. ويوجد أيضا كهف مخصص للزواج وآخر لخبز السن من الخفافيش.. قد يصيبك المنظر بالذعر بعد مشاهدة أعداد كبيرة من الخفافيش التي قد تسمع أنها مصاصة للدماء!! لكن لا داعي للقلق فخفافيش الفلبين نباتية تتغذى على النباتات والتواكه وبالتالي فهي لا تؤذي الإنسان.



جزيرة «سما»... طبيعة ساحرة ومياه صافية



حديقة إيدن ترحب بزوارها بمفاجآت مثيرة



النسر الفلبيني.. الأكبر في العالم



كهف الخفافيش في موسوعة غينيس

الفلبين - دافاو - د. شريف الباسل:

إذا كنت من محبي الطبيعة الخلابة والغابات المطيرة أو تبحث عن عالم جديد من المتعة والسعادة وصفاء الذهن والاستجمام والشواطئ الساحرة والرمال الناعمة والمياه الفيروزية والسباحة والغوص والغطس والحياة البحرية المتنوعة وأجمل مشهد غروب الشمس وممارسة أنواع الأنشطة والمغامرات وأكثرها إثارة واستكشاف معالم جديدة مذهلة وتصويرها وتسجيل أجمل الذكريات فلا شك أن دافاو هي وجهتك المثالية للاستمتاع بالشواطئ والمنتجعات والمنتزهات والحدائق والحدائق والطعام التي تبدو مستلقية في أحضان الطبيعة تمنحك أجواء رومانسية مذهلة وبأسعار في متناول الجميع... كل ذلك يتوج شعب مضياف ودود يستقبل ضيوفه بإحسان ومرحبة وابتسامة دافئة وكرم وبساطة.

مدينة دافاو هي ثاني أكبر المدن الفلبينية تقع في جزيرة مينداناو في الجنوب الفلبيني على بعد 580 ميلا من مانيلا العاصمة ويستغرق الوصول إليها ساعتين بالطائرة.. إنها بحق قبلة سياحية من طراز فريد.. مدينة نابضة بالحياة تنعم بقدر هائل من الأمن والأمان شعبها يسدب بالحياة.

دافاو التي سميت بهذا الاسم نسبة إلى نهر

حديقة الفراشات
وهي حديقة تضم عددا هائلا من الفراشات بمختلف أنواعها وفصائلها وألوانها الزاهية لتشكل لوحة رائعة يصعب على أي فنان رسمها.. وتعتبر الفراشات في كل اتجاه وتهبط على يد الزوار ليلتقطوا صورا تظل عالقة في أذهانهم مدى الحياة.

حديقة إيدن
وهي حديقة تضم عددا هائلا من الفراشات بمختلف أنواعها وفصائلها وألوانها الزاهية لتشكل لوحة رائعة يصعب على أي فنان رسمها.. وتعتبر الفراشات في كل اتجاه وتهبط على يد الزوار ليلتقطوا صورا تظل عالقة في أذهانهم مدى الحياة.

كهف الخفافيش في موسوعة غينيس
الصحفيين إلى مدينة العجائب دافاو نستعرض هنا أهمها:

تجربة الحياة القروية في دافاو
تتيح لك دافاو أيضا فرصة نادرة للقاء القبائل العرقية التي تتعايش مع السكان المحليين في انسجام عند زيارتك فريتهم حيث يستقبلونك باحتفال موسيقي راقص يتبعه تقديم القهوة للضيوف في أوام مصنوعة من أوراق الشجر وبعض الحلوى التي يصنعونها أمامك ويسمحون لك بالمشاركة في صنعها، وترى لديهم صنوفا متنوعا من الفاكهة بعضها تعرفه ومعظمها لم تره في حياتك.. وفي نهاية زيارتك للقرية يمكنك قبل العودة إلى بلادك شراء الكثير من الهدايا التذكارية من منتجات الفنون والحرف اليدوية.

مركز النسر الفلبيني
مركز النسر الفلبيني عبارة عن محمية طبيعية للنسر والطيور النادرة ويبعد عن مركز المدينة حوالي ساعة بالسيارة حيث تعرف على موطن النسر الفلبيني المتميز والذي يصدر صوتا غريبا ويكره إذا حاولت تقليده والنسر هو الطائر الوطني للبلاد الذي يشتهر بأنه أكبر نسر في العالم حيث يصل طول جناحيه إلى سبعة أقدام لذلك تم إنشاء المركز كحاضنة مخصصة لتربية النسر الفلبينية النادرة مع هدف نهائي بإعادة تقديمها إلى البرية.

جزيرة سما
من أجمل جزر الفلبين جزيرة سما التي تضم أكثر من مائة منتجع وتعد مكانا مثاليا لقضاء عطلة هادئة تتوفر فيها كافة سبل الاسترخاء المتنوعة بين نسيم البحر اللطيف وسحر الطبيعة البكر، ويمكنك الوصول إليها بالعبارات التي تنقل الأفراد والسيارات إلى البر الآخر خلال 20 دقيقة فقط، حيث تبدأ المتعة بممارسة الرياضات المائية الرائعة من سباحة



الفعل

اعداد الشاعر
عبد الله العكبري

حكمة

يا صاحبي احمد الخالق بكل الظروف ..
والرزق بإيد الكرم مُقدّر ومنقسم
وإن طحت .. قوم بتفأؤل واستعيد الوقوف ..
واثبت بأنك جدير الفعل قبل الاسم
تبغي مثل حيّ وتشوفه بوسط الألوّف ..
شُفني أنا .. فاقد عيوني .. لَكَن مبتسم.
أحمد الفلّاح



عام
زايد

عام - زايد

ميزة/ن ف اسلوب معناكم والملاحه ضافيه فيكم
ما وجدت إنسان شرواكم فاضل اضافة معانيكم
تطمعون اللي بينصاكم بالجمال و من مواربكم
ليت ما هالشح هو ياكم تلهفون اللي بيعنيكم
ما تبده غير رؤياكم لو حريص أنه يوافيكم
يا سلام الله على اصباكم عزة/ن ف النفس خميكم
الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان (طيب الله ثراه)



البيت متوحد

حضور #ابو_خالد يشدّ الانتباه
و مكانته في كل الأنفس حاضره
حتى صغار السن من صادق غلاه
ماودها ترمش وهي تناظره
إذا تبسم .. تضحك الدنيا معاه
مستقبل #الدار وماضيه وحاضره
عطا الله محمد

ولو ان الغلا يحمي من الغالين
ماكان جروحنا جتنا من أغلامهم

نمكنهم معاليق المشاعر لين
نعاني في مواصلهم وفرقاهم

هني اللي من دروب الغلا سالين
ليا مرتهم الذكرى تعداهم

مهم مثلي موقف من ثلاث سنين
ولا هو ب اللي خلاهم ولا جاهم

حبيبي كان وانك تحبني للحين
تعال اما انتمشكل ولا نتفاهم

تري الاحيا يحسبون اننا حيين
وحنا ميّين قبل موتاهم

سعد علوش



بلادي

قصيدة تنضح بالوطنية، ممتزجة بالصورة الشعرية التي تعج بالولاء
والانتماء، شكراً للشاعر أن خصنا بنشر هذا النص الفخم.

على ما قيل قوم نسلهم وافين اسود في الصحاري وفي السما احرار
يسوقون المرايل كل وقت وحين ولدروب الولا ما عندهم اعذار
صغير القوم في داري ذخر ومعين وكيف كبيرنا؟ لا صار فيها ثار
بفضل الله و فضل الي سهير العين امارات المعزه ف امن واستقرار
تعلمنا الكرم واجب على المسكين ونسقي للضما وان شحت الامطار
تربينا على سلوم الوفا والدين خذينا السلم منهج والزمن دوار
بلادي عام عيدج واحد و سبعين بلادي كلنا نضدي لج الاعمار
بلادي واشهد انها تفوق كل الزين ذهب في رملها وفي بحرها محار
شموخ نخيلها يزهر طريق العين علوابراجها تسحر به الانظار
شوارعها تذكرنا على شيتين الا قمت اتمشى في المناخ الحار
مسيرة مجد ياتيها عزم وسنين وقاده وافييه وفي ناسهم اخيار
بلادي والقصايد ما ترد الدين ترى تعجز توصل حبي الاشعار
قصيده جيت ابكتها قبل سنتين و عيت بي القريحه تجذب الافكار
لأني مسافر عنها و عن الغالين وكيف اكتب؟ وانا متغرب م الدار

الشاعر / علي عبدالقادر الخوري



استودعناكم الرحمن حيثما كنتم

شهر قرام! -- Sh3r-gram!

النصر والعز ما ياتي بلياً ثمن شف بلادي قدمت لليمن روس الرجال
العمر مره ، والابطال ما تبغى الكفن والشهاده عز ، والموت ما منه مجال

مذكر الطارني



كلنا خليفة

مرحباً في ذمتي ذمة
بالزعيم الطيب الفالي
من يشوفك ينجلي همه
أنت مثل الغيث همالي
يارفع الشان والهمة
مرتفع في كل الأحوالي
فهد بن فراب المرني

ريتويت



ناديتهم .. بس اخذلوا قلبي كشيبيير ،
هذا وانا "مديت" خالص ... حبي !!
بس الوحيد .. اللي سمعني للاخير !!
على كثر ماني مقصر " ربي "



غيبتك ، هي من كبير؟ ولا تغلي؟
ولا وصلك فرحة .. ما الله كتبها
والله اني ما لقيت اقسى من اللي
صد والصده رفض يكشف سببها !

للتواصل: E-mail: xhms@hotmail.com

@HaFajer