

منوعات

الفكر

الخميس 26 يونيو 2025 م - العدد 14488
Thursday 26 June 2025 - Issue No 14488

ص 22

النادي المصري في العين يكرم
الطلبة المتفوقين والمعلمين



ص 27

باميلا الكيك : شخصية
«حياة» بمسلسل «أسر» لا
تشبه شيئاً مما قدمته سابقاً



الأنظمة الغذائية منخفضة

ص 23 السعرات قد تسبب الاكتئاب

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

عرضان لـ«سان لوران»
و«لوي فويتون» بأسبوع
الموضة في باريس

في اليوم الأول من أسبوع الموضة
الرجالية في باريس، اختارت دار
"سان لوران" البساطة في أجواء
هادئة جداً، بعيداً تماماً عن
العرض المصاحب الذي نظمته
فارييل وليامز لصالح دار "لوي
فويتون".

قدّم المدير الفني لدار "سان
لوران" أنتوني فاكارييلو الذي عاد
إلى البرنامج الرسمي لعروض
أسبوع الموضة بعدما غاب عنه
منذ كانون الثاني-يناير 2023،
مجموعته الجديدة خلال عرض
حميمي في مبنى "بورس دو
كوميرس" في باريس، وهو مكان
يضم المجموعة الفنية الخاصة
بفرنساو بينو، مؤسس مجموعة
"كيرينغ" التي تنتمي إليها
الدار.

وابتكر المصمم البلجيكي لموسم
ربيع وصيف 2026 مجموعة
من الملابس الخفيفة تعيد
أشكالها وألوانها إلى الأذهان
مرحلة سبعينات القرن الماضي.
وجاء في بيان "عام 1974، اعتزل
إيف سان لوران. عام 2026

استمرّ خط الملابس. إنّ العرض لا
يشكل تحية أو إحياء للذكرى، بل
استمراريّة".

والشورتات القصيرة التي برزت
في عرض الأزياء مشابهة لتلك
التي كان يرتديها إيف سان لوران
في شبابه، وقد سُتّت مع قمصان
بأكمام طويلة، بعضها مخطط.
وتميّزت البزات بخفتها وبساطتها،
والسراويل بطيات على الوركين
منسّقة مع معطف ترنش.

وتميّزت التصميمات بقصات
ضيقة عند الخصر وعريضة عند
الأكشاف، مع استخدام أقمشة
خفيفة مثل الحرير والنايلون،
واعتماد ألوان هادئة ولكن رصينة
في الوقت نفسه. وتم تنسيق البني
مع البترتقالي، والخوخي مع
الأرجواني، والأخضر الطحلبي
مع الأوكسر الساتن، والأزرق
السماوي مع الأزرق الداكن.
وأقيم بعد ساعات عرض أزياء
لدار "لوي فويتون" نظمه فارييل
وليامز، في ساحة مركز مومبيدو
في باريس.

ينصح جميع خبراء اللياقة البدنية وأخصائيي التغذية باتباع قواعد نقص
السعرات الحرارية لخسارة الوزن الزائد.

وخلال هذه العملية، غالباً ما يبدأ البعض بإضافة أطعمة مثل ألواح البروتين
وزيدة المكسرات إلى نظامهم الغذائي في حين أن الكثير منها في الواقع لا يقدم
فائدة تذكر، وفق صحيفة Times of India.

في هذا السياق شاركت أرجا بيدي، مديرة اللياقة البدنية التي فقدت 10
كيلوغرامات مؤخراً، مقطع فيديو على إنستغرام، تحدثت فيه عن بعض
الأطعمة التي لا تساعد على حرق الدهون.

وقالت بيدي إن "هناك بعض الأطعمة التي تجعل

الحفاظ على نقص السعرات الحرارية أصعب بكثير

مما ينبغي، إما لأنها تثير الرغبة الشديدة في

تناول الطعام، أو تخزن سعرات حرارية

مخفية، أو تجعل الشخص يشعر بالجوع

أكثر.

كما حددت بعض الأطعمة التي

تنصح بتجنب تناولها إن كان

الشخص يهدف لإنقاص وزنه :



بينها زبدة الفول السوداني . 9 أطعمة لا تساعدك على حرق الدهون

في تناوله لاحقاً. وحسب بيدي، يمكن أن يصل الطبق إلى

600-900 سعر حراري دون إضافة الكثير من البروتين

أو الدهون.

4. زبدة المكسرات

تحتوي زبدة المكسرات، مثل زبدة الفول السوداني أو اللوز،

على نحو 90-100 سرعة حرارية لكل ملعقة كبيرة.

وتحتوي العديد من أنواع زبدة المكسرات التجارية على سكر

مضاف أو ملح أو زيوت مهدرجة، ما يجعلها أكثر معالجة

وغنية بالسعرات الحرارية. كما تبطنّ الدهون الصحية

والبروتين امتصاص السكر، ما يساعد على تنظيم

ارتفاعات السكر في الدم.

5. عصير الفاكهة-الخضراوات

وفقاً لبيدي، لا تحتوي العصائر على ألياف إنما تكون

ملينة بالسكر السائل، مما يمكن أن يؤدي إلى ارتفاع مفاجئ

في الأنسولين، وانخفاضه، وربما تؤدي إلى الشعور بالجوع

مجدداً بعد فترة وجيزة.

6. زبادي قليل الدسم بنكهة

يحتوي الزبادي قليل الدسم بنكهة على سكر مضاف،

ولا يحتوي على بروتين حقيقي. كما تحتوي العديد من

أنواع الزبادي المنكهة على مكثفات ونكهات ومواد حافظة،

ما يجعلها أقرب إلى الحلوى منها إلى الوجبات الخفيفة

الصحية.

7. حلويات نباتية

تقول بيدي إن كلمة "نباتي" لا تعني بالضرورة أنها

منخفضة السعرات الحرارية. فمعظمها لا يزال مليئاً

بالدهون والسكريات (نباتية فقط). وتعتمد الحلويات

النباتية في أغلب الأحوال على التمر أو الأغاف أو سكر جوز

الهند أو شراب القيقب لتحليتها. إنها حلويات "طبيعية"،

خفاش مصاب بأعراض تشبه داء الكلب

أثار اكتشاف خفاش مصاب بفيروس نادر يشبه داء الكلب في حديقة خلفية
بمنطقة "شورويل" في جزيرة وايت البريطانية، حالة من القلق والخوف
بين السكان، بعد تأكيد الجهات المختصة إصابته بفيروس "EBLV-1"
العرف بـ"فيروس ليسا الأوروبي 1"، وهو نوع نادر من الفيروسات التي
تصيب الخفافيش ويمكن أن تسبب أعراضاً شبيهة بداء الكلب.

ووفقاً لما نقلته هيئة الإذاعة البريطانية (BBC)، عثر أحد السكان على
الخفاش المصاب في حديقته، فالتقطه بحذر باستخدام قفازات ووضع في
صندوق أحذية لحمايته حتى اليوم التالي، حيث تسلّمه متطوعون من
مستشفى الخفافيش في جزيرة وايت.

وبعد إخضاع الحيوان للفحوصات من قبل وزارة البيئة والغذاء والشؤون
الريفية (Defra)، تبين إصابته بفيروس "EBLV-1"، ما استدعى
القائمين على الرعاية إلى اتخاذ قرار بإنهاء حياته بطريقة إنسانية،
كإجراء احترازي لمنع انتشار العدوى.

وأكدت وكالة الصحة النباتية والحيوانية (APHA) أن التحقيقات لم
ترصد أية علامات لبعض أو دخول على البشر أو الحيوانات الأخرى، مما
خفف من حدة القلق من احتمال انتقال الفيروس إلى الإنسان، كما شددت
على أن هذا الاكتشاف لا يغيّر من الوضع الصحي لبريطانيا كدولة خالية
من داء الكلب. ورغم أن فيروس "EBLV" لا يطابق فيروس الكلب
الشائع المرتبط بالكلاب، إلا أن أعراضه تشبهه إلى حد كبير، وتشمل
الهلوسة، وصعوبة التنفس والبلع، الشلل، والتمثيل في موضع العضة أو
الخدش.

المزيد من التوت يعزز

الصحة عند التقدم في السن

بالفلافونويد قد يُساعد في تقليل خطر الإصابة

ببعض جوانب الشيخوخة غير الصحية، مثل

الوهن وضعف الصحة العقلية.

وبحسب "ميدكال نيوز توداي"، تبين أن الذين

تناولوا أعلى كمية من الفلافونويد شهدوا

انخفاضاً بنسبة 15% في مشاكل الصحة

العقلية والنفسية مع التقدم في العمر.

وقالت الدكتورة نيكولا بوندونو الباحثة الرئيسية

من المعهد الدنماركي للسرطان في كوبنهاغن:

"إن إيجاد طرق طبيعية يومية لدعم الشيخوخة

الصحية، مثل اتباع نظام غذائي صحي، يوفر

نهجاً منخفض التكلفة وسهل المتال، ويمكن أن

يكون له تأثير كبير على جودة الحياة، ويخفف

الضغط على أنظمة الرعاية الصحية".

النظام الغذائي أحد الجوانب

التي تسهم في صحة المسنين،

خاصة أن من المتوقع أن يقفز

عدد الذين تبلغ أعمارهم

60 عاماً أو أكثر، عالمياً، من

1 مليار في 2020 إلى 1.4 مليار

في 2030، ثم إلى 2.1 مليار بحلول

2050.

إضافة إلى ذلك، من المتوقع أن يصل

عدد المعمرين، أي الذين تبلغ أعمارهم

100 عام أو أكثر، إلى ما يقرب من 4

ملايين بحلول 2054.

ووجدت دراسة جديدة أن تناول المزيد

من فواكه التوت وغيرها من الأطعمة الغنية



انطلاق أكبر يخت

شراعي سياحي في العالم

شهدت فرنسا مطلع الأسبوع الماضي
انطلاق أكبر سفينة سياحية للبحوث
الشراعية في العالم، في أول رحلة رسمية
لها على سطح الماء، وسط اهتمام واسع
من عشاق الملاحة البحرية. وتزن
السفينة العملاقة 26.200 طن، فيما
يبلغ طولها نحو 220 متراً، ما يجعلها
إنجازاً هندسياً فريداً في عالم السفن
الشراعية الفاخرة.

وتُعرف هذه الرحلة باسم "أورينت
إكسبريس كورنثيان"، وهي شراكة تعاون
مشترك بين شركة قطارات الركاب
الشهيرة "أورينت إكسبريس" ومجموعة
الضيافة الفرنسية "أكور".

وتتسع هذه السفينة الفاخرة لـ 110
ركاب في 54 جناحاً، وهي تجر عبر
شواطئ الريفييرا الفرنسية والإيطالية،
والبحر الأبيض المتوسط، والبحر
الأدرياتيكي، وفق تقارير.
وانطلقت السفينة في حوض بناء السفن
"شانتينيو دو لاتالانتيك" في سان نازير،
فرنسا، وستبخر ابتداءً من منتصف عام
2026.



منوعات الفجر

22

برعاية سعيد بن طحتون وحضور سالم بن ركاض

النادي المصري في العين يكرم الطلبة المتفوقين والمعلمين

تضمن الحفل فقرات ثقافية وفنية وتراثية من التراث المصري والإماراتي



•• العين - الفجر

من الشخصيات، كما حضر الحفل ممثلين من أكاديمية الفلاح في أبو ظبي والعين، إضافة إلى أولياء أمور الطلاب وأبناء الجالية المصرية .

مكافة التعليم في المسيرة التنموية. وتخلل الحفل كلمة للطلاب المكرمين الذين عبروا عن سعادتهم بهذا الحفل الذي جاء نتيجة الجهد والاجتهاد ومساندة المعلمين وأولياء الأمور، وتقديم الشكر لإدارة النادي المصري في العين على الاحتفاء بهذا التكريم. كما تضمن الحفل فقرات ثقافية وفنية وتراثية من التراث المصري والإماراتي، حيث قدمت فقرة من التراث المصري (البولس)، وفقرة من التراث الإماراتي (البولس)، والمزمار الصعدي، وقصيدة شعرية ألقاها سعيد محمود . وفي الختام تم تكريم الطلبة المتفوقين، كما تم تكريم عدد من المعلمين وأساتذة النشاط الرياضي، إضافة إلى تكريم الجهات الراعية والشراكة، هيئة الهلال الأحمر في العين، ومشروع حفظ النعمة، ومجموعة بن حم، والشركة الوطنية للتأمين، ومجموعة فنادق أيل.



تحت رعاية معالي الشيخ الدكتور سعيد بن طحتون آل نهيان، الرئيس الفخري للنادي المصري في العين، أقام نادي جمهورية مصر العربية بالعين حفل تكريم الطلبة المتفوقين في الثانوية العامة للعام الدراسي، 2024-2025 في قاعة فندق أيل العين، وذلك بحضور الشيخ الدكتور سالم بن ركاض العامري، رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات للسرطان، ود. أحمد عبيد الظاهري مدير هيئة الهلال الأحمر في العين، والاستاذ سلطان الشحي مدير مشروع حفظ النعمة، ود. منى مصطفى رئيس مجلس إدارة نادي جمهورية مصر العربية، وخالد فريد نائب رئيس المجلس، وحسن شحاته أمين الصندوق، وإيهاب عبد العظيم رئيس اللجنة الاجتماعية، وسعيد محمود عضو مجلس الإدارة، وعدد

إنشاء وحدة لزراعة نخاع العظم في مستشفى الشيخ زايد التخصصي بالقاهرة

رئيس الوزراء المصري ورئيس مجلس إدارة «برجيل القابضة» يبحثان سبل التعاون الإماراتي المصري في مجال الرعاية الصحية

•• أبوظبي - الفجر

المؤتمرات العلمية ومبادرات التطوير المهني، وتم التركيز بشكل خاص على تعزيز البحث السريري، وتوطين إنتاج الأدوية والأصصال، ودعم تصنيع الأجهزة الطبية بدعم إماراتي في مصر. شكر الدكتور شمشير وزير الصحة المصري على دعمه لفرص الاستثمار في مصر، مؤكداً التزام المجموعة بتوسيع حضورها في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا من خلال شراكات استراتيجية. وأضاف: "تتوافق أهدافنا بشكل وثيق مع أولويات الرعاية الصحية الوطنية في مصر، ولا سيما رؤيتها لتصبح مركزاً إقليمياً للتميز في علاج الأورام وزراعة نخاع العظم. ومن خلال دمج خبرات برجيل السريرية والبحثية والتدريبية في النظام المحلي، نهدف إلى الارتقاء بمعايير الرعاية وتعزيز القدرات في التشخيص المتقدم والطب الجزيئي، ونؤمن بأن التعاون الدولي بين أنظمة الرعاية الصحية أمر حيوي لمهتنا الأوسع المتمثلة في تعميم الوصول إلى الرعاية العادلة".



من جانبه، أكد الدكتور شمشير على أن التعاون مع الحكومة المصرية يمثل فرصة لتعزيز مكانة مصر كمركز إقليمي لزراعة نخاع العظم والعلاج المناهجي، من خلال الاستفادة من خبرتها في السياحة العلاجية، وموقع مصر الاستراتيجي، وتكليفها التنافسي لجذب المرضى من مختلف البلدان. كما ناقش الاجتماع التعاون في مجال الأورام، وخاصة زراعة نخاع العظم، فيما أعربت شركة برجيل القابضة التي تدير معهد برجيل

للسرطان (BCI) إحدى شبكات رعاية مرضى السرطان الرائدة في دولة الإمارات، عن اهتمامها بنقل خبراتها إلى مصر، ورحب الوزير بخطة إنشاء مراكز متقدمة لزراعة نخاع العظم في مصر، وأعرب عن دعمه للتعاون المستقبلي في مجالات الطب الرياضي وإعادة التأهيل بعد الإصابات. كما ركز اللقاء على سبل التعاون في التدريب الطبي، وبناء القدرات، وتبادل المعرفة من خلال

الشيخ زايد، سيرتفع عدد أسرة زراعة الأعضاء في أمانة المراكز الطبية المتخصصة من 44 سريراً في 27" في معهد ناصر و 17 في زايد" إلى 100 سرير بحلول نهاية عام 2025، مع إضافة 11 سريراً في زايد، و5 في مركز أورام سوهاج، و40 في مستشفى العجوزة. وأكد الدكتور خالد عبد الغفار، أن هذا التعاون سيساهم مع شركة برجيل القابضة في تنفيذ مشروع السجل الوطني لزراعة نخاع العظم.

الشيخ زايد التخصصي، تتماشى مع جهود وزارة الصحة والسكان للتهوؤ بزراعة نخاع العظم وخدمات العلاج المناهجي الموجه في مصر. كما تدعم الأهداف الأوسع نطاقاً المتمثلة في تعزيز الاستثمار في الرعاية الصحية، وتشجيع السياحة العلاجية، وتقديم خدمات عالية الجودة. وأكد الوزير أن هذا التعاون من شأنه أن يساعد في القضاء على قوائم انتظار زراعة نخاع العظم من خلال توسيع الطاقة الاستيعابية خارج مستشفى

في إطار الجهود المبذولة لتعميق التعاون العالمي في مجال الرعاية الصحية ما بين دولة الإمارات وجمهورية مصر العربية، التقى الدكتور شمشير فايليل المؤسس ورئيس مجلس إدارة برجيل القابضة الشركة الرائدة في تقديم خدمات الرعاية الصحية فائقة التخصص في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، التي التقى مع الدكتور مصطفى مبدولي رئيس مجلس الوزراء المصري، لبحث سبل التعاون في مجال الرعاية الصحية. وجررت المحادثات والتي عُقدت في مقر الوزارة بالقاهرة بحضور الدكتور خالد عبد الغفار نائب رئيس الوزراء وزير الصحة والسكان في مصر، وركزت المحادثات الإستراتيجية على عمليات شركة برجيل القابضة وإدارتها لوحدة زراعة نخاع العظم في مستشفى الشيخ زايد التخصصي بالقاهرة، كما تناولت المحادثات تعزيز فرص الاستثمار وبناء شراكات مستدامة في منظومة الرعاية الصحية في مصر. وأشار الدكتور خالد عبد الغفار إلى أن الشراكة مع شركة برجيل القابضة الإماراتية لإدارة وتشغيل خدمات زراعة نخاع العظم في مستشفى

تحت شعار «أصوات من أجل الكوكب»

جامعة الإمارات تمكّن طلابها من ابتكار حلول بيئية من أجل مستقبل مستدام

•• العين - الفجر



البيئي لدى الطلبة، بوصفهم رواد التغيير وقادة المستقبل.

الفعالية التزام جامعة الإمارات بدورها الريادي في دعم الاستدامة البيئية، وترسيخ ثقافة الوعي

المتحدة واهتمامهم الكبير بقضايا الاستدامة. وتنوّعت المشاركات في أساليبها ورسائلها، حيث اعتمدت لجنة التحكيم في التقييم على معايير تشمل: مدى ارتباط المصق بالموضوع البيئي، الإبداع والأصالة، وضوح الرسالة، استخدام أدوات الذكاء الاصطناعي، التأثير البصري، والملاءمة الثقافية. واختتمت الفعالية بتكريم الطلبة الفائزين، تقديراً لتمييزهم في طرح القضايا البيئية بطريقة مؤثرة ومبتكرة، وذلك بحضور واسع من الطلبة وأعضاء هيئة التدريس. وتؤكد هذه

من جهتها، أشارت الدكتورة نها مصطفى، المشرفة على تنظيم الفعالية، إلى أن البرنامج تضمن مسابقة للمصنّعات الطلابية تناولت موضوعات بيئية متنوعة، منها: تلوث البلاستيك كقضية محلية، والتصميم من أجل عالم خال من النفايات، والحفاظ على المياه، وأهمية الهواء النقي، والدعوة للحرك العاجل من أجل مستقبل مستدام. تضمّنت مسابقة المصنّعات أكثر من 180 مشاركة من طلبة الجامعة من مختلف الكليات التسع، مما يعكس تفاعل طلبة جامعة الإمارات العربية

وأكد الدكتور محمد عبد الحسن اليافعي، عميد كلية الزراعة والطب البيطري بالإذابة، وممثل لجنة الاستدامة في الجامعة، أن هذه الفعالية تأتي ضمن سلسلة من المبادرات التي تطلقها جامعة الإمارات لتعزيز مفاهيم الاستدامة، عبر إشراك الطلبة من مختلف الكليات والتخصصات في أنشطة علمية وتطبيقية تسهم في ترسيخ الوعي البيئي، لافتاً إلى أن الفعالية ركزت هذا العام على قضية تلوث البلاستيك، باعتباره من أبرز التحديات البيئية الراهنة التي تهدد النظم البيئية وصحة الإنسان.

في إطار جهودها نحو المساهمة في بناء مستقبل مستدام، نظمت جامعة الإمارات العربية المتحدة، ممثلة بكلية الزراعة والطب البيطري وبالتعاون مع النادي الطلابي للكلية، فعالية توعوية حملت شعار "أصوات من أجل الكوكب: ابتكار الطلاب من أجل مستقبل مستدام"، بهدف تعزيز وعي الطلبة بدورهم في دعم الاستدامة البيئية، وتمكينهم من التعبير عن رسلانهم البيئية بأساليب مبتكرة وإبداعية.

منوعات
الفكر
23

بحسب دراسة حديثة مثيرة للقلق

الأنظمة الغذائية منخفضة السعرات
قد تسبب الاكتئاب

كشفت دراسة حديثة عن وجود صلة مثيرة للقلق بين اتباع الأنظمة الغذائية منخفضة السعرات الحرارية، وزيادة خطر ظهور أعراض الاكتئاب.

وتشير النتائج إلى أن الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن قد يكونون أكثر عرضة للتأثر السلبي لهذه الأنظمة الغذائية.

تعتمد الدراسة، المنشورة في دورية الجمعية الطبية البريطانية (The BMJ)، على تحليل بيانات ٢٨ ألفاً و٥٢٥ مشاركاً بالغاً من المسح الوطني الأميركي لفحص الصحة والتغذية خلال الفترة من ٢٠٠٧ إلى ٢٠١٨، إذ تم تقييم شدة أعراض الاكتئاب باستخدام استبيان الصحة للمريض.



بين الأنماط الغذائية والصحة العقلية، مما يثير أسئلة مهمة حول ما إذا كانت الأنظمة الغذائية المقيدة المفقرة إلى المغذيات التي تعد مفيدة للصحة الإدراكية، مثل أحماض أوميغا 3 الدهنية وفيتامين B12، قد تسبب أعراض الاكتئاب.

وأشار راي إلى أن "حجم التأثير صغير، مع وجود قيود إحصائية إضافية تحد من تعميم النتائج. فهناك حاجة إلى مزيد من الدراسات المصممة جيداً والتي تلتقط بدقة تناول الغذاء، وتقلل من تأثير الصدفة والعوامل المركبة لخواص هذا الخط المهم من البحث."

وتؤكد النتائج على ضرورة توخي الحذر عند اتباع الأنظمة الغذائية المقيدة، خاصة بالنسبة للرجال والأفراد الذين يعانون من زيادة الوزن أو السمنة.

ويقول الباحثون إنه قد يكون من المفيد استشارة أخصائي التغذية والأطباء قبل الشروع في أي نظام غذائي مقيد، للتأكد من أنه يوفر جميع العناصر الغذائية الضرورية للصحة الجسدية والعقلية.

كما تؤكد الدراسة على أهمية النظر في الجوانب النفسية والفسيولوجية عند تصميم برامج فقدان الوزن، بدلاً من التركيز فقط على تقليل السعرات الحرارية، أو المغذيات المعينة.

استنتاجات غير قاطعة

ويقول الباحثون إن هذه الدراسة قائمة على الملاحظة، وبالتالي لا يمكن استخلاص استنتاجات قاطعة حول السببية، كما أن المشاركين قد لا يكونون قد صنفوا أنظمتهم الغذائية بدقة.

وتتعارض هذه النتائج مع نتائج الدراسات المنشورة سابقاً التي تشير إلى أن الأنظمة الغذائية منخفضة السعرات الحرارية تحسن أعراض الاكتئاب.

ويوضح الباحثون أن هذا التناقض قد ينشأ لأن الدراسات السابقة كانت في المقام الأول تجارب عشوائية محكمة، إذ التزم المشاركون بأنظمة غذائية مصممة بعناية لضمان تناول متوازن للمغذيات.

وعالماً ما تؤدي الأنظمة الغذائية المقيدة بالسعرات الحرارية في الحياة الواقعية والسمنة إلى نقص في المغذيات خاصة البروتين، والفيتامينات الأساسية، والمعادن، وتسبب الإجهاد الفسيولوجي، مما قد يؤدي إلى تفاقم أعراض الاكتئاب بما في ذلك الأعراض المعرفية-الانفعالية.

ويقول المؤلف الرئيسي للدراسة، سومانترا راي، المدير التنفيذي للمعهد العالي للغذاء والتغذية والصحة، إن الدراسة تضيق الكثير إلى الأدلة الناشئة التي تربط

النظام الغذائي والاكتئاب

من المعروف أن النظام الغذائي، الغني بالأطعمة غير المصنعة، والفواكه والخضروات الطازجة، والحبوب الكاملة، والمكسرات، والبيض، والبروتينات الخالية من الدهون، والأسماك، يرتبط عموماً بانخفاض خطر الاكتئاب.

في المقابل، يرتبط النظام الغذائي "غير الصحي" الذي تهيم عليه الأطعمة فائقة المعالجة، والكربوهيدرات المكررة، والدهون المشبعة، واللحوم المصنعة، والحلويات، بزيادة خطر الاكتئاب.

ومع ذلك، يتبع العديد من الأشخاص أنظمة غذائية مختلفة لأسباب صحية أو طيبة، بما في ذلك تلك التي تقيد السعرات الحرارية أو مغذيات معينة، ولم يكن واضحاً ما إذا كانت هذه الأنماط الغذائية الأخرى قد ترتبط بخطر أعراض الاكتئاب.

من بين المشاركين في الدراسة، أبلغ 2,508 أشخاص، ما يقرب من 8% عن أعراض اكتئابية. وتم تصنيف المشاركين حسب مؤشر كتلة الجسم إلى 7,995 مشاركاً، 29%، بوزن صحي، و9,470 مشاركاً، 33%، يعانون من زيادة الوزن، و11,060 مشاركاً، 38%، يعانون من السمنة.

طبيبة تحذر من التأثير السلبي للكافيين على بعض الأشخاص

قالت الدكتورة إيرينا كراشكينا، أخصائية علم النفس، إن الكافيين على الرغم من تأثيره المنشط، يمكن أن يفاقم حالة الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات القلق.

وأضافت: "الكافيين منشط يرفع عادة مستوى الطاقة وينعش، ولكن لدى بعض الأشخاص، وخاصة أولئك الذين يعانون من القلق، قد يسبب تدهوراً في حالتهم".

الكافيين وتأثيره على مزاجه وقلقه.

وتقول: "فعلاً للقهوة تأثيرات مختلفة على الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات القلق، لذلك من المهم الانتباه إلى ردود الفعل الشخصية. فإذا كان الشخص يعاني من مشكلات قلق خطيرة، فمن الأفضل له استشارة الطبيب للحصول على المساعدة الطبية".

قد يعانون أحياناً من ضعف في مستقبلات الدوبامين، لذلك في مثل هذه الحالات، لا يوفر الكافيين الطاقة المطلوبة، بل يسبب التعب والنعاس.

وتقول: "يختلف رد الفعل تجاه الكافيين من شخص إلى آخر. فقد يشعر بعض الأشخاص بالنشاط حتى مع زيادة القلق، بينما قد يعاني آخرون من آثار سلبية أكثر وضوحاً".

ولذلك وفقاً لها، ليس من السهل تحديد ما إذا كانت مستقبلات الدوبامين تعمل، ولكن هناك طرق وأساليب تساعد في تقييم حالة الشخص. فمثلاً هناك استبيانات، مثل استبيان GAD-7 أو HAM-A، تساعد في تقييم مستوى القلق. كما يمكن استشارة معالج نفسي أو طبيب نفسي لتحديد مستوى القلق.

كما يمكن للطبيب إجراء فحص آلي ووصف اختبارات لاستبعاد أسباب القلق الأخرى، مثل الاضطرابات الهرمونية أو أمراض الغدة الدرقية.

وتشير إلى أن مراقبة الذات يمكن أن تساعد أيضاً. فمثلاً قد يساعد الشخص تدوين مذكرات بما فيها كمية القهوة التي يتناولها في سجل يومي، على فهم ردود فعله تجاه



محاكم دبي
COURT OF DUBAI



محاكم دبي
DUBAI COURTS

محاكم دبي الابتدائية

70524

العدد ١٤٤٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/٢٦

اعلان رقمي للتكليف بالوفاة بالنشر

في التنفيذ رقم ٥٦٤/٢٠٢٥/٢٨٤



المختط: ١٥٤، دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٥٤

موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٣٣١/٢٠٢٥/٢٨٤، بسداد الدفعة الثالثة في وقهره (٢٠٢٤٧٠١٧٠) درهم مأملة للرسوم والصاريف والتكاليف والرسوم والغرامات المرتبطة بالرجوع.

مطالب التنفيذ: صفر في المائة من الأقساس المالية مائة

عنوان الامارات: - المرفق - البري - شارع التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى رقم طبرجية - شقة الدور ٣٨ - مكتب ٢٨١١ - ٥٥٥٠٢٠١٢٠٠

المطلوب: ١٤٤٨٠، ١ - حي النخيل والصحراء الجنوبية و ج.م.م. وميلتها فوق بيت المال - مسطحة، مستند هذه

موضوع الإعلان: في اكم اكم اكم الدعوى المذكورة اعلاه والزمهم بتنفيذ ما به باسند التوقيع

وساد التنفيذ في وقهره (٢٠٢٤٧٠١٧٠) درهم الى طالب التنفيذ **ذويبة المحكمه** ،بالاضافه الى سداد الرسوم

المقدرة وذلك خلال ١٧ أيام من تاريخ نشر الاعلان والى الا ان محكمة التنفيذ تستند الاجراءات القانونية بحكم.

لسداد الدفعة في ميعاد اكم وال تحويل الى مبلغ الي الحساب التالي الخاص بمكتب التنفيذ المثل

AE280001284000128414

DC-VAACOUNT: 2025-564-000128414

Emirates NBD - مكتب الامارات دبي الوطني

رئيس الشعبة



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محاكم دبي
DUBAI COURTS

70683

العقد ١٤٤٨٨ بتأريخ ٢٠٢٥/١١/٢٦

اعلان رقمي أمر أداء بالنشر

في الدعوى رقم: ١٢٢٨٠/٢٠٢٤/١٠٠



المختصة، في أوامر الأداء وأخذ العقود التجارية رقم ٢٠٣

موضوع الدعوى : المطالبة بإصدار الامر بالنشر الذي عليه بسداد مبلغ (٢٥٠٠٠) درهم إرسماتة وخمسة وعشرون ألف درهم والفائدة القانونية بواقع ١٢٪ من تاريخ قيد الدعوى وحتى السداد التام والبرهوم والصاريف.

المضي: وليد عتري

عنوانه: الإمارات : إمارة دبي - محبسة أولى - دبي - شارع ٢٥ - مبني فيلا ٢٥ - ٥٤٧٧٠٣٢٠

المطوب: إيلانه: ١- ناصر محمد نديم نصر الله - صفته : مدعي عليه

موضوع الإعلان : قررت محاكم دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠٢٤/١٢/١٢ الزام المدعي عليه بسداد مبلغ (٢٥٠٠٠) درهم للمدعي والرسوم والصاريف، ولكم الحق في التملك الامر او استئنافه حسب الاحوال وفق الاحكام الواردة في المادة ١٤٧ من قانون الاجراءات المدنية.

رئيس القسم




حكومة دبي
 GOVERNMENT OF DUBAI

الاقتصاد والسياحة
 Economy and Tourism

العدد ١٤٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/٢٦
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين ماضي
 اسم المضي: ايه تي ام اريم التميمي
 العنوان: مكتب رقم 602 ملك عبدالعزيز محمد الزرعوني - ديرة - المقيبات -
 هاتف: 04-2517720 فاكس: 04-2517721 موبج هاتل اعلان الاقتصا
 والسياحة - دبي بانه قد تم تعيين المضي المذكور اعلانا لتعيينه المضي اقتصا
 للتجارة العامة - م د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 23/6/2025
 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 23/6/2025 وعلى من لديه أي
 اعتراض أو معارضة التقدم إلى المضي المعين في مكتبه التكالن بدبي على العنوان
 المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45)
 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول الخو

[illegible]





حكومة دبي
 GOVERNMENT OF DUBAI

الاقتصاد والسياحة
 Economy and Tourism

الفخ
 The Minister

العدد ١٤٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: أن بي ان لمرجعة الحسابات ش ذ م م

العنوان: مكتب رقم 4044 مجمع مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد

هاتف: فاكس: بموجب بطلان الإعلان والاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم

تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ديون الائتلاف الفني - ش ذ م م وذلك

بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/06/2025 والموافق لدى كاتب العدل

محاكم دبي بتاريخ 27/05/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة

التقدم إلى المصفي العربي في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه،

مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من

تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول





العربية
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

الحج

العدد ١٤٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : عالية تطبيق الحسابات

العنوان : مكتب رقم 039 - 18703327 ملك بنك الصغيرة الوطني - ش م ع - الخليج التجاري - هافن - 04-2343599 فاكس : 04-27873327

تمن الإقتصاد والسياحة في شأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتنصيفه اوه

تس يي للوساطة في العقارات - ش م ع وذلك بموجب قرار محاكم بتاريخ

10/6/2025 والموفق لدى كاتب العدل محاكم بتاريخ 10/6/2025 وعلى

من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي

على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك

خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول





حكومة دبي
 GOVERNMENT OF DUBAI

الاقتصاد والسياحة
 Economy and Tourism

وزارة
 Ministry

العدد ١٤٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: **الجيوردي للتدقيق والمحاسبة**
 العنوان: **مكتب رقم 204 - ملك عبدالله الشغالي - ديرة - هور العنز -**
 هاتف: **04-2389721 فاكس: 04-2389722** بموجب هذا تعلن
 الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية
 كلابريونوت اترناشونال للتجارة العامة - ش ذ م م وذلك بموجب قرار
 بحكمه بتاريخ **4/2/2025** والموفق لدى كاتب العدل محاكم قرار
 بتاريخ **3/2/2025** وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى
 المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً
 معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ
 نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



دولة
GOVERNMENT OF JORDAN

الدولة

للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

السياحة

العدد ١٤٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : لاريمونت تريتونشال للتجارة العامة - ش ذ م م
 العنوان : مكتب 15-1403 ملك 24 غاليريا إستيفستمنس - مركز خليج التجاري
 1 - الكشك الفانوسي : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (م د م)،
 رقم الخصخصة : 7734594 رقم القيد بالسجل التجاري : 2158501 بموجب
 ما تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في بلد يأنه قد تم التأشير في السجل التجاري
 لديها بإحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم بد بتاريخ
 4/2/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم بد بتاريخ 3/2/2025 وعلى
 الوجهية أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى الضفي المين الجيوريدي للتديق
 والحماية العنوان : مكتب رقم 204 - ملك عبدالله الشعاقي - بيرة - دور العزيز
 هاتف : 04-2389721 فاكس : 04-2389722 مصطلحا معه كافة المستندات
 والأوراق التوثيقية وذلك خلال (45) يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان

السلو المول





حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

السلطنة

العدد ١٤٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : مكتب F1-390 ملك نياز احمد ميمون محمد هاشم ميمون -
العنوان : فاكس : بموجب تعلق الإقتصاد
والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية كاردريشيا
للعقارات - ش ذ م و ذلك بمحكمة قرار محاكم دبي بتاريخ 4/6/2025
والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 4/6/2025 وعلى من لديه
أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على
العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول الخوّل



كردية ديمسي
GOVERNMENT OF JORDAN



اقتصاد والسياحة
Economy and Tourism



القضاء
Justice

العدد ٢٠٢٥/٦/٢٦ بتأريخ

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : كاردينيا للتقاررات - ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم D1-101 ملك محمد بن حمد بن سيف الرمحى - العطينة - الشكل المذكورة : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ.م.م)، رقم الرخصة : 1177648 : رقم القيد بالسجل التجاري : 1962072 بموجب هذا تعلن إدارة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 4/6/2025 والوثوق في كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 4/6/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي العام إدارة الأعمال (فرع) العنوان : مكتب 390 - F1 كل ما يباذ عليه محييون محمد هاشم ميمون - مجمع دبي للاستثمار الأولى - حاقف : فاكس : مصطبأ معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

الحكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



الإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism



العدد ١٤٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٥/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: الجبرودي للتدقيق والحاسبية

٢٠٢٤ - مكتب رقم ٢٠٤ - ملك عبدالله الشعالي - ديرة - هور العنز - هاتفت ٠٤-٢٣٨٩٧٢٢٠ فاكس: ٠٤-٢٣٨٩٧٢٢٢ بموجب هذا تعين القناصل والإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية بروسوبليك أفتراشونال للتجارة العامة وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 4/2/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 3/2/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



اقتصاد
Economy and Tourism



العدل
Justice

العدد ١٤٤٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : بروسنيكول تيلينشاولس للتجارة العامة

الإنوان : مكتب رقم 20-1403 ملك ذم غاليريا ليفستمننتس ش ذ م - بردي

المركز التجاري 1 - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الخرخرة

773469 ، رقم القيد بالسجل التجاري : 1287115 بموجب هذا تعلن

دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري

بالإحلال بالشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ

4/2/2025 والموافق على هذا القيد بالحاكم دبي بتاريخ 3/2/2025 وعلى

نم لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المحضر المعين الجبرودي للتقاضي

والحماية الإنوان : مكتب رقم 204 - مكتب عبد الله الشامي - بيرة - دور المعز

هاتف 04-2389721 فاكس: 04-2389722 مصطحبا معه كافة المستندات

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

السلوول الخول

 المملكة العربية السعودية Ministry of Justice Kingdom of Saudi Arabia	محاكم دبي التسويات الودية	 DUBAI COURTS
70392	العقد ١٤٤٨هـ / بتاريخ ٢٦ / ٢٠٢٥م اعلان رقمي بالنشر بقبيل دعوى في المنازعة رقم: ١٩٧٣/٢٠٢٥ نزاع محدد القيمة	

 الجمهورية الدولة الكويت Ministry of Justice State of Kuwait	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	 DUBAI COURTS
[70692]	العقد ١٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٠ اعلان بالتشتر في الدعوى رقم: ٥٨٢/٢٠٢٥/ تجاري مصارف جزني	

[illegible][illegible]



السلطنة
دولة
الإمارات العربية المتحدة
دولة دبي
دولة دبي

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محكمة دبي
دولة دبي
دولة دبي
دولة دبي
دولة دبي
DUBAI COURTS

70392

العدد ١٤٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٠/٥/٢٦

اعلان بالترشر

في الدعوى رقم: ٢٠٢٠/١٠٠٠/١٩٩٩ احوال نفوس مسلمين

المطروقة، في دائرة احوال نفوس مسلمين التاسعة رقم ١٧،
موضوعه الدعوى : المطالبة بالطلاق للضرر ونفقة اذ شاملة ومؤخر الصداق ومسكن شرعي وتقرير
الحضانة وأجرة حاضنة وأجرة خادمة والرسوم والصاريف وأتعاب المحاماة .

المدعي لجوى على مرسى عبيد
عنوانه الإمارات : امارة الشارقة - اجزاء - الشارقة - جرد كورنيش الجبلية - ٥٥٠٤٩٨٣٩٧ هـ -
المطولى ايلانه : صلاحي صلاح على - صفته : مستفنى -

موضوع ايلان : اذ قام عليك المدعى وموضوعها المطالبة بالطلاق للضرر ونفقة اذ شاملة ومؤخر
الصداق ومسكن شرعي وتقرير الحضانة وأجرة حاضنة وأجرة خادمة والرسوم والصاريف وأتعاب المحاماة
وجدحت لها خمسة يوم الخميس الموافق ٢٠٢٥/١١/٠٢ الساعة ٠٨:٠٠ ص في قاعة التقاضي ص عدد ٤٠ مبنى
الاولا الخصمية في منطقة القهوه اذ كانت عليك المحجور أو من ممتلك قانونيا وعليك بتقديم ا
لكيك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم



الجمهورية الكويتية
MINISTRY OF JUSTICE
STATE OF KUWAIT

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



دبي
DUBAI COURTS

القرار

العدد ١٤٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٦

اعلان بالنتشر

في الدعوى رقم ١٣٧٨ /٢٠٢٥/١٠ تجاري جزئي

المختومة بـ: (مركز إدارة الدعوى الخامسة عشر رقم ١٣٧)

موضوع الدعوى : المطالبة بالزام المدعي بسداد المدعي وقدره (٢٥٠,٥٠٠,٠٠٠) مئتان وخمسة وعشرون ألفاً ومستمائة وخمسة مائة وثمانية درهم وقدره فلساً - والفاصلة القانونية بواقع ١٠٪ من تاريخ الاستحقاق القانوني بواقع ٢٠٢٠/٧/١٠ -

سجل ملف الدعوى رقم ١٣٣٢ /٢٠٢٥/١٠ -

سجل ملف النزاع رقم ٣٠٢٥/٧/١٠ -

القرار في جلسة توكيز يوم ٣٠/٦/٢٠٢٥ -

إجراءات المرافعة : أمارة ١٠ -

إجراءات التنفيذ : ٣٣٧٧٧ - ٣٣٧٧٧ - ٣٣٧٧٧ -

المحضرين : إعانة ١ - وكالة ألترا للنشر والبياعة - صفته : مدعي عليه

إعانة ١ - إعانة ١ - دفاع عريك المدعى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي بسداد المدعي وقدره (٢٥٠,٥٠٠,٠٠٠) مئتان وخمسة وعشرون ألفاً ومستمائة وخمسة مائة وثمانية درهم وأربعة فلساً - والفاصلة القانونية بواقع ١٠٪ من تاريخ الاستحقاق القانوني بواقع ٢٠٢٠/٧/١٠ -

المرافعة : ٢٠٢٥/٦/٢٦ الساعة ١٠,٠٠ - في قاعة التفتيش من بعد ذلك هلت بالحضور أو من يملك قانونياً وعليه بتقديم ما لديه من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس القسم

[illegible][illegible]

 الوزارة الدولة الكويتية	محاكم دبي التسويات الودية	 المحاكم دبي
	العقد ١٤٤٨هـ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٦ اعلان رقمي بالنشر بقبيل دعوى في المنازعة رقم، ٤٦١/٢٠٢٥/٧٣٣٣ نزاع حول القيمة المختومة : التسوية الودية للمنازلة الثامنة رقم ٧٧ موضوع المنازعة : المطالبة بإزالة الممتلكات ضد بسداد مبلغ وقدره (١٠٠٠٠) درهم عشرة الاف وثمانون درهما والمفاداة بالموتبة % من تاريخ الاستحقاق حتى تاريخ ايراد الدفعة امام الورسم والاصرافير . الناتجة من ازمة في تاجير السيارات في دمج عنوانه المنازعات - شارع التجاري الاولى - شارع الابراج - مبنى رقم الخال - شقة الارضي TAVASIA+. المطوب اعلانه : ١ - والى بن حسن بن مسعود مسيري ، مستقته : متنازع ضده موضوع الاعلان : قد امام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بإزالة الممتلكات ضد بسداد مبلغ وقدره (١٠٠٠٠) درهم عشرة الاف وثمانون درهما والمفاداة القانونية % من تاريخ الاستحقاق حتى تاريخ ايراد الدفعة امام الورسم والاصرافير . سمحت لها حلسة يوم الاثنين الموافق ٢٥/٠٦/٢٠٢٥ الساعة ٩:٠٠ ص. الى قاعة التقاضي من دمج والتي يمكن الحصول اليها من خلال بنك محاكم دبي الالكتروني . لخدمك العامة - مكتب جلسات القضايا ذات طابع بطور العلومي او من مملكتك اعلانا وعليك بتقديمها من مكدرات او مستندات ارجو جلب قبل الحسنة بالثلاثة ايام على الأقل. رئيس القسم	

[illegible][illegible]



الإمارات العربية المتحدة

محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية



70626

العدد ١٤٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٦

إعلان منقذ ضده النشر

محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ القضائية - أحمد إسماعيل محمد عباس الرحمانى

إخفاً رفع في القضية رقم 00009553 / SHEXCIBOUNCE2024 / الشكايات المرتبطة

إلى المحكوم عليه : أحمد إسماعيل محمد عباس الرحمانى

العنوان : الشارقة الجاز بناية رشيد ١ شقة 1210 رقم مكاني 451933195 ت ، ٥545833681

حيث أن بتاريخ في صدر الحكم المحكوم صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ مبنية تأجيل السيارات - في القضية المشار إليها أعلاه

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

وبما أن الحكم المطلوب تنفيذ ذكراً كالآتي

المجموع الكلى شامل الرسوم والصرافية 12950.٠ درهم

ذلك أن مكلف تنفيذك ما جاء في السند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك

إعلانك ، وإلا تمكّن بهذا الإخفاً. وفي حالة تحلّلك (م) من ذلك فإن المحكمة ستستدّج بحقوق إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ القضائية



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



الاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism



دبي

العدد ١٤٨٨ بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : ستورفب التجارية السجارية الإلكترونية وإزومها شركة الشخص الواحد ذ م - العنوان : مكتب رقم 351-054 ملك مامون عبدالعتيال عبدالله - مجمع دبي للاستثمار 1 - الشغل القانوني : ورشة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م) رقم الرخصة : 1075188 في القيد بالسجل التجاري : 1751093 بموجب هذا قرار دائره الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 6/2025/16 الموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 6/2025/16 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المالي الجبرويدي للتدقيق والمحاسبة العنوان : مكتب رقم 204 - ملك عبدالله العثمان - بريد - ورقز العنن - هاتف 04-2389721 فاكس: 04-2389722 مصحطها معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

منوعات

الفكر

27

الممثل الجيد لا يكتفي بالتقمص، بل لا بد أن يصدق الشخصية من داخله

باميلا الكيك؛ شخصية «حياة» بمسلسل «آسر» لا تشبه شيئاً مما قدمته سابقاً

تعود النجمة اللبنانية باميلا الكيك لتجسد أحد أكثر أدوارها تعقيداً وتشويقاً، عبر شخصية "حياة" في المسلسل الجديد "آسر"، إلى جانب النجم السوري

باسل خياط، بعد أن لفتت الأنظار في موسم سابق بأدائها الاستثنائي لشخصية "عليا كرم" في مسلسل "كريستال"، الذي وضعها على خارطة التآلق العربي كأحدى أبرز نجومات الشاشة. وفي حوار خاص لموقع "القاهرة الإخبارية"، كشفت باميلا عن خفايا شخصيتها الجديدة، وكواليس التحول النفسي الكبير الذي خاضته، لتقديم أداء ترى أنه لا يُقاس بالكلمات، بل يُعاش من الداخل قبل أن يُرى على الشاشة.



القاسي أن أعيش داخل شخصية تشوبها الخذلان والقسوة، لكن الفنان الصادق يملك عيناً داخلية ترى ما لم يعشه، وتترجمه بصدق".

وشددت على أن الممثل الجيد لا يكتفي بالتقمص، بل لا بد أن يصدق الشخصية من داخله حتى يصدقها الجمهور.

عن شريكها في المسلسل، الفنان لجين إسماعيل، الذي يجسد شخصية "مجد"، تقول باميلا: "لجين فنان حقيقي، يمتلك أداء يفرض الاحترام، وصداقاً إنسانياً يظهر بوضوح على الشاشة.. مشاهدنا معاً كانت مليئة بالشحن والانفعالات، لكنها نجحت لأننا حملنا هذا الصدق خارج الكاميرا أيضاً".

رفض التصنيف

ترفض باميلا الكيك أن يتم حصرها في أدوار بعينها أو تصنيفها ضمن نوع درامي واحد، مضيفة: "أنا ضد القوالب الجاهزة. لا أريد أن أرى فقط كنجم أعمال معربة. اسمي هو كيان فني مستقل، والبطولة ليست بعدد المشاهد بل بصدق الحضور".

وأضافت: "النجومية ليست أضواء وكاميرات، بل سلوك وتفاصيل وشفافية داخلية. كنت نجمة حتى قبل دخول الفن، لأن النجومية شعور داخلي لا يصدأ".

الانتقام والحب

تطرق المسلسل إلى قضايا مثل الحب والخيانة والانتقام، وهي محاور إنسانية معقدة، لكن "باميلا" عبرت عن موقفها من الانتقام بوضوح:

قائلة: "لا أؤمن بالانتقام ولا أفهمه. لم أؤذ أحداً، ولم أسع يوماً لأخذ حقي بيدي.

حياتي مبنية على الإيمان والتسليم، وأؤمن أن الله عادل وأن الوقت كفيل بإعادة الحقوق لأصحابها".

وحول رسائلها الفنية، قالت باميلا: "رسالتي هي التوعية، الحب، الفهم، والشك الذي يقود إلى اليقين. الفن لا يُجمل الواقع بل يسلط الضوء عليه. أريد أن أحدث فرقاً، حتى لو كان صغيراً، المهم أن يكون حقيقياً".

مصر في القلب

وتؤكد الفنانة اللبنانية باميلا الكيك أن الجمهور المصري ذواق ومخلص، وأن تكرار تجربة التمثيل في مصر حلم لا يغيب، مشيرة إلى أنها عندما تأتي الفرصة المناسبة ستقبلها بكل حب.

أضافت أنها سبق أن عرض عليها بطولة عمل مصري، لم يتم لأسباب خارجة عن إرادتها، لكنها لا ترى ما حدث خسارة، بل لم يحدث لحكمة ما.

تجربة وجودية

تؤكد "باميلا" أن دور "حياة" في مسلسل "آسر" ليس مجرد محطة فنية، بل هو تجربة وجودية "يكل ما تحمله الكلمة من أبعاد نفسية وفكرية.

وتوضح: "شخصية حياة لا تشبه شيئاً مما قدمته سابقاً، فهي حالة فنية وإنسانية قائمة بذاتها، متغيرة، مليئة بالتناقضات، وتفرض على الممثل أن يغوص في أعماق نفسية لم يطرقها من قبل".

وتقارن "حياة" بشخصيتها السابقة في "كريستال"، قائلة: "عليا كرم كانت تمهيداً لما أقدمه اليوم، رغم عمقها، فقد تنقلت فيها بين وجهين: داخلي حساس مكسور، وخارجي صلب ومقتنع، أما حياة، فهي خمسة وجوه على الأقل، تتشكل وفقاً لمن يقف أمامها: أخت، أب، ماضٍ، خوف، حقيقة.. كل وجه كان رحلة، وكل مشهد كان امتحاناً للتمثيل والصدق".

علاقة متوترة

من بين أكثر الخطوط الدرامية التي استنزفتها نفسياً في "آسر"، كانت العلاقة المتوترة بين "حياة" ووالدها، التي وصفتها باميلا بأنها "تجربة مؤلمة"، خاصة أنها بعيدة تماماً عن واقعها الأسري الحقيقي.

وحول ذلك، قالت باميلا: "أنا ابنة رجل عطوف، هو عماد بيتنا، ربانا على المحبة والتوازن، لذلك كان من بين أكثر الخطوط الدرامية التي استنزفتها نفسياً في "آسر"، كانت العلاقة المتوترة بين "حياة" ووالدها، التي وصفتها باميلا بأنها "تجربة مؤلمة"، خاصة أنها بعيدة تماماً عن واقعها الأسري الحقيقي.

رحاب الجمل ضيفة شرف فيلم «من أيام الجيزة»



تشارك الفنانة رحاب الجمل كضييفة شرف في فيلم من أيام الجيزة بطولة إياد نصار وإخراج مرقس عادل والذي تم الانتهاء من تصويره قبل عدة أشهر ومنتظر عرضه في السينمات قريباً، حيث تجسد رحاب شخصية كوميدية خلال أحداث العمل، وذلك استكمالاً لتقديمها الأدوار الكوميدية خلال أعمالها الأخيرة.فيلم "من أيام الجيزة" بطولة إياد نصار، آية سماحة، عمرو عبد الجليل، حاتم صلاح، محمد لطفي وعدد آخر من الفنانين، وضيف الشرف محمد ممدوح، الفيلم فكرة هيثم سعيد، وتأليف أمجد الشرقاوي - شادي محسن، وإخراج مرقس عادل، وتدور أحداثه في إطار اجتماعي لايت كوميدى.

وفي سياق متصل انتهت رحاب الجمل من تصوير مشاهداتها في فيلم إن غاب القط مع أسر ياسين وأسماء جلال، بعد أشهر من التصوير، فيما يعمل باقي أبطال الفيلم على الانتهاء من المشاهد الأخيرة، تمهيداً لطرحه في دور العرض السينمائي خلال الفترة المقبلة.

فيلم إن غاب القط، بطولة أسر ياسين، أسماء جلال، كارمن بصيص، محمد شاهين، علي صبحي، رحاب الجمل، سماح أنور، وحمزة دياب، وعدد آخر من الفنانين، ومن تأليف أيمن وتار، وإخراج سارة نوح. في أولى تجاربها الإخراجية بالأفلام الروائية الطويلة، وتدور أحداث الفيلم في إطار اجتماعي مليء بالمواقف الكوميدية.

يذكر أن آخر مشاركات رحاب الجمل السينمائية، في فيلم "الإسكندرائي" من تأليف أسامة أنور عكاشة وإخراج خالد يوسف، ومن بطولة أحمد العوضي، زينة، حسين فهمي، بيومي فؤاد، صلاح عبد الله، عصام السقا، محمود حافظ، محمد رضوان، محمود الليثي وعدد آخر من الفنانين، تصوير سامح سليم، ديكور أحمد عباس ملابس مونيلا فتح الباب.وتواجدت رحاب الجمل في دراما رمضان الماضي خلال مسلسل "عائشة الدور" من بطولة دنيا سمير غانم، نور محمود، رحاب الجمل، أميرة أديب، وفدوى عابد، وأحمد فاضل ومن إنتاج محمد أحمد السبكي وتأليف كريم يوسف وأحمد الجندى وأشرف نصر وندى عزت وسامح جمال ونانسي عكيله وإخراج أحمد الجندى.

محمد أنور يستكمل تصوير فيلم «الشيطان شاطر»



انتهى الفنان محمد أنور من تصوير آخر مشاهدته في فيلم بيچ رامى الذى يجمعه بالنجم رامز جلال والمقرر عرضه في موسم صيف 2025، ويستعد أنور مباشرة لاستكمال تصوير دوره في فيلم "الشيطان شاطر" مع الفنان أحمد عيد والذي انطلق تصويره بعد عيد الفطر الماضى.

فيلم بيچ رامى من بطولة رامز جلال، بسمة بوسيل، محمد عبد الرحمن توتا، محمد أنور ونسرين أمين، محمود حافظ، وهدى الإترى، بالإضافة إلى عدد كبير من الفنانين وضيوف الشرف سيتم الإعلان عنهم تباعا خلال فترة التصوير والفيلم من تأليف فاروق هشام ومصطفى عمر وإخراج محمود كريم وتدور الأحداث في إطار كوميدى كمادة أفلام رامز جلال.

فيلم "الشيطان شاطر" من بطولة أحمد عيد، زينة، محمود حميدة، محمد أنور، عيد العزيز مخيون ياسر الطوبجي وعدد آخر من الفنانين والفيلم من تأليف لؤي السيد وإخراج عثمان أبو لبن وإنتاج أيمن يوسف الذي يتعاون مع زينة للمرة الأولى فيما يكرر عمله مع الفنان أحمد عيد بعدما قدما سوياً فيلم "ياباني أصلي" عام 2017 نجاحا لافتا وقت عرضه.

كما يبدأ محمد أنور في تصوير فيلم مملكة مع النجم مصطفى شعبان وهيفاء وهبى، خلال الفترة المقبلة، من تأليف إيهاب بلبل، وإخراج أحمد عبد الوهاب، وإنتاج فيردى، حيث يقدم دورا محوريا في العمل، ومن المقرر أن يبدأ تصوير العمل خلال الفترة المقبلة بمشاركة كل من عمرو عبد الجليل وبيومي فؤاد، وعدد كبير من الفنانين.

الفكر

المأكولات البحرية . . للتغلب على التوتر وتحسين وظائف الدماغ

وتقول: "لذلك يعتبر السمك، في جوهره، غذاء طبيعيا فائقا للدماغ. ويكفي إدراجه في النظام الغذائي مرتين أو ثلاث مرات في الأسبوع لتزويد الجسم بالعناصر الضرورية، حيث أن أي نوع من الأسماك يحتوي على عناصر مهمة لنمو الجسم .

ومن جانبها تشير الدكتورة إيرينا تشيكماريفا، أخصائية أمراض القلب إلى أن فيتامين D يلعب دورا مهما في الحفاظ على صحة الإنسان. مصادره الرئيسية هي ضوء الشمس والأسماك الدهنية والبيض، ومع ذلك يعاني الكثيرون من نقص هذا الفيتامين.

تشير الدكتورة يكاتيرينا غوزمان خبيرة التغذية، إلى أنه من الضروري إدراج الأسماك والمأكولات البحرية في النظام الغذائي لتحسين الحالة النفسية والتغلب على التوتر. ووفقا لها، جميع أنواع الأسماك تحتوي على أحماض أوميغا 3 الدهنية، الضرورية للحفاظ على صحة الدماغ، وتحسين الذاكرة، وتخفيف القلق. بالإضافة إلى ذلك، يحتوي السمك على كميات كبيرة من الزنك والسيلينيوم وفيتامين D. وهذه الأحماض تبرز دفاعات الجسم، وهو أمر بالغ الأهمية خلال فترات التوتر الشديد. كما أن اليود مهم للغدة الدرقية، والفوسفور مهم للعظام.



أفضل وقت لتناول الفواكه والخضراوات

تشير الدكتورة يوليا سلاستين أخصائية أمراض الجهاز الهضمي إلى أن جسم الإنسان يمتص المواد الغذائية من الفواكه والخضراوات في النصف الأول من النهار بشكل أفضل. وتقول: "من الأفضل تناول هذه المنتجات في فترة الصباح لأن الجسم يمتصها بصورة أفضل".

وتشير الطبيبة، إلى أنه يجب إضافة الفواكه والخضراوات إلى وجبتي الغذاء والعشاء أيضا بعد غسلها جيدا، والاهتمام بقواعد تخزينها- عدم تعرضها لأشعة الشمس، ولا ينصح بتخزينها في الثلاجة أكثر من 24 ساعة. وتقول: "يجب أن نفهم أن الفاكهة تحتوي على الفلوكوز، ما قد يسبب ارتفاعا حادا في سكر الدم. وعلى العكس من ذلك، الخضراوات غنية بالألياف وقليلة السكر. لذلك ينصحك بالالتزام بهذه القاعدة: ثلاث حصص من الخضراوات وحصتين من الفاكهة".

اختراق طبي . . اختبار بسيط يمكنه التنبؤ بسرعة تطور الزهايمر

وجدت دراسة جديدة أن فحصا بسيطا للدم قد يساهم في التنبؤ بسرعة تطور مرض الزهايمر لدى المرضى الذين يعانون من ضعف إدراكي خفيف. وتمثل نتائج الدراسة خطوة واحدة نحو الكشف المبكر عن الحالات الأكثر عرضة للتدهور السريع، ما قد يساهم في تحسين فرص العلاج وتوجيه المرضى للمشاركة في التجارب السريرية والحصول على دعم طبي متخصص. وفي الدراسة، أجرى فريق من أطباء الأعصاب اختبارات على 315 مريضا غير مصابين بالسكري ويعانون من ضعف إدراكي، من بينهم 200 حالة مشخصة بمرض الزهايمر، وذلك لفحص مستوى مقاومة الأنسولين باستخدام مؤشر الدهون الثلاثية-الفلوكوز (TyG)، وهو مقياس بسيط ومتاح في معظم المختبرات الطبية.

وأظهرت النتائج أن المرضى الذين يعانون من ضعف إدراكي خفيف مرتبط بآلزهايمر وسجلوا أعلى معدلات في مؤشر TyG، شهدوا انخفاضا في مستوى الفلوكوز بمعدل أسرع بأربع مرات خلال 3 سنوات مقارنة بمن كانت مستوياتهم أقل في المؤشر ذاته. ويشير فريق البحث، من جامعة Brescia الإيطالية، إلى أن مقاومة الأنسولين، التي سبق ربطها بظهور مرض الزهايمر، قد تعجل بتطور المرض من خلال تعطيل امتصاص الفلوكوز في الدماغ وزيادة الالتهاب والإضرار بالحاجز الدموي الدماغي، كما قد تساهم في تراكم بروتين الأميلويد السام في خلايا الدماغ. وتوصل الفريق أيضا إلى وجود علاقة بين ارتفاع مؤشر TyG واختلال الحاجز الدموي الدماغي، بالإضافة إلى عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، في حين لم يلاحظ ارتباط واضح بين المؤشر وأمراض عصبية تنكسية أخرى.

وفي تعليقها على نتائج الدراسة، قالت الباحثة الرئيسية الدكتورة بيانكا غومينا: "غالبا ما تتساءل العائلات بعد تشخيص حالات ضعف الإدراك الخفيف عن سرعة تقدم المرض. وتشير نتائجنا إلى أن مؤشرا أيضا بسيطا يمكن أن يساعد الأطباء في تحديد المرضى الأكثر عرضة للتدهور السريع، ما يجعلهم مرشحين مثاليين للعلاجات الموجهة والتدخلات المبكرة". ستعرض الدراسة في مؤتمر الأكاديمية الأوروبية لعلم الأعصاب في هلسنكي.



الممثلة الأمريكية هيدز توم خلال حفل ختام مهرجان مونت كارلو التلفزيوني الـ64 في موناكو. ا ف ب

قرأت لك

الكُمثرى



أثبتت التجارب التي أجراها العلماء أن العلاج بالروائح يمكن أن يصبح الطريقة الأكثر فعالية في تخفيف الوزن. وقسم الباحثون المتطوعين إلى مجموعتين وطلبوا من إحدى المجموعتين، الانتظار في غرفة عطرورها برائحة الكُمثرى الطازجة قبل بضعة دقائق، وبعد مضي 15 دقيقة، فقلولهم مع افراد المجموعة الاخرى إلى غرفة ثانية فيها أطباق مختلفة من المواد الغذائية. وطلبوا من كل مشارك اختيار ثلاثة أطباق من المواد الغذائية المعروضة في الغرفة، وتبين من نتيجة الاختبار، أن رائحة الكُمثرى لم تؤثر في اختيار الطبق الأساسي والفواكه، ولكنها أثرت جداً عند اختيار الطبق الثالث، حيث اختار 3 أفراد المجموعة الثانية المجنات بالشوكولاتة، في حين أغلب افراد المجموعة الاولى التي وضعت في غرفة مشبعة برائحة الكُمثرى، وأوضحت النتائج أن رائحة الفواكه، وبالذات الكُمثرى، يمكن أن تلعب دوراً مهماً في اختيار المواد الغذائية

سؤال وجواب

• من هو مخترع التلسكوب؟

- غاليليو

• من اول من رسم الحمامة كرمز للسلام؟

- بيبكاسو

• من هو منشئ حدائق بابل المعلقة؟

- نبوخذ نصر

• كم يبلغ ارتفاع قمة افرست؟

- 29 ألف قدم

• إلى أي لغة تنتمي كلمة طباشير؟

- إلى اللغة التركية

• يطلق أسم الكحل على

- طبيب العيون

هل تعلم؟

- الجاموس لا ينام لكنه فقط يغمض عينيه
- يستطيع الفأر أن يقطع باسائه انابيب الاسلاك الكهربائية
- يتكون جسم الانسان من 20 بليون خلية، تموت منها في كل ثانية 50 مليون خلية في حين تولد 50 مليون خلية جديدة.
- منارة الاسكندرية في مصر من العجائب السبع قد اندثرت.
- يطلق (أرض الكتانة) على مصر. وقد أطلقه عمرو بن العاص لأنها محفوفة بين صحراويين كما تحفظ الكتانة السهام.
- للحوت ثقب زوجية او فردية اعلى الرأس يتنفس بها ويتجه إلى سطح الماء، والنافورة التي يطلقها من اعلى الرأس هي عبارة عن الزفير.
- عمان عاصمة الاردن.. كان يطلق عليها اسم فيلادلفيا في العهد الروماني
- سكر الخشب له نفس مميزات السكر العادي ، مع أنه ليس له نفس الطعم .
- عندما يتعفن البيض يصبح محتواه من الزلال الأبيض أكثر ميوعة.
- نسمع أنثى الجندب بقوائمها.
- يأكل الحلزون أوراق الشجر عن طريق جرشها بواسطة اللسان، ويمكن أن تصل أسنان الحلزون إلى 25.000 سن
- الفئران لا تستطيع التقبؤ.
- يضاف الي بطارية السيارة حامض الكبريتيك

قصة المرأة الكاذبة

كان هناك امرأة تستمتع دائما بالكذب.. نعم لا تستطيع أن تعيش إلا بالكذب وكأنه طعامها وشرابها فكانت تقول انها فقيرة وتتسول من الناس رغم ثرائها.. كانت تقول انها مريضة وتتناظر بالمرض ليعطف الناس عليها حتى خرجت عليهم يوما في كامل صحتها وقالت شفائي الله بفضل حليب عزة من يشربه يعطيه الله الشفاء بل الصحة الابدية انظروا لي ياها من متعة ان تحس بذلك الشباب ينضج منك فهل الناس وجاء كل مويض ويأسا اليها يريد بعض حليب العزة فقالت ابيعه لكم.. وبالفعل كانت تحلب العزة امامهم وتبيعههم الحليب بسعرا عالي جدا واستمر الحال معها هكذا ومن يأتي ليقول ان الحليب لم يفعل له شيء تقول يجب ان تستمر اربعين يوما .دارت الايام ولم يحس اي من المرضى بالتحسن المنتظر وفي نفس الوقت مرضت هي ايضا وبدا المرض ياكل في جسدها وشعر الجميع فجاءهم يسألها لماذا لا تتناولين حليب عزائك الشافية العافية فكانت تقول انا لست مريضة بل انا حزينة فقط فاي مريض واري السفر لرؤيته ..فاحس احدهم برغبتها في الهرب فصرخ وقال ايها الكاذبة تريدين الهروب من كذبتك الشعاء..حليب هذه العزة لايفعل شيء وانت تظاهرت بغير ذلك لتكسبي من ورائنا الكثير فزوجتي تعرفك وتعرف كم انت كاذبة وان لم ترد لي نقودي سأقتلك وعنزتك هذه..خافت المرأة وردت للرجل نقوده ليستكت لكن الجميع بدأوا بمطالبها بماوالهم التي اخذتها كذبا وادعاءوهكذا اضطرت المرأة لرد الاموال الي اصحابها وهي نادمة علي لخسارتها تلك الاموال مما زادها مرضا حتى غلقت بابها عليها ولم تعد تخرج لبيع الحليب او حتي لشراء طلباتها فقامت احدي جارتها لزيارتها والسؤال عليها ربما اصابها مكروه وبالفعل عندما فتحت الباب ودخلت وجدتها تنازع لحظاتها الاخيرة ولم ينفعها حليب عزائها وماتت تاركة ورائها اموالا كثيرة وضع حاكم البلدة يده عليها وحول دارها الي دار للايتام بني لها ملحقا واسعا ووضع الاموال رهن تصرف سفوة من افاضل المدينة حتي يعوض علي المرأة الكاذبة البخيلة ما لم تصرفه لوجه الله ربما رحم الله روحها وادخلها الجنة.

مساحة للتلوين

