

ص 22

تكريم كوكبة من الأمهات  
المتطوعات في مدينة العين



ص 27

مسلسل Westworld ..  
بدأ بعالم مثالي، وينتهي  
بخراب البشرية



لماذا تظهر لدى البعض بقع بيضاء  
عديدة على أسنانهم ولا تختفي أبدا؟

ص 23

المراسلات: ص 505  
email:munawaat@alfajrnews.ae

## بارقة أمل تبشر بعلاج معضلة البدانة

كشفت دراسة طبية حديثة عن وجود نوعين من السمنة، وسط أمال بان تساعد هذه الخلاصات على تشخيص أرق وأسرع للاضطرابات الصحية المرتبطة بزيادة الوزن.

وبحسب الدراسة المنشورة في صحيفة "نيشور ميتابوليزم" المختصة في الصحة، فإن الباحثين اعتمدوا على بيانات عينة واسعة تضم 153 من التوائم.

في مستهل الدراسة، رصد الباحثون وجود أربعة أنواع في عملية التمثيل الغذائي أو الـ "metabolism" تؤثر على مؤشر كتلة الجسم، اثنتان تزيدان احتمال السمنة، وأخرى ترتبطان بالحنافة. وللتأكد من هذه النتائج، أجريت تجربة في المختبر، وسط فئران متطابقة جينياً، ونشأت في الوسط نفسه، كما كانت تاكل الكمية نفسها من الطعام.

وأظهرت النتائج أن السمنة لا تتأثر فقط بعوامل التغذية والمحيط وعوامل الوراثة، بل ثمة تفسير آخر أطلق عليه "العلامة فوق الجينية". والمقصود بهذه العلامة فوق الجينية، هو تلك التعديلات غير المشفرة التي تطرأ على جزيئات الحمض النووي، فيتغير النحو الذي يتم به قراءة الجينات.

وهذا العامل "فوق - الجيني" هو الذي يجعل التوائم غير متطابقين في أحيان كثيرة، كما أنه يجعل السمنة تنقسم إلى أكثر من نوع. وفي خضم هذه الدراسة، وجد الباحثون نوعين من السمنة، حيث الأولى ناجمة عن علامة "فوق - جينية"، ومن سماتها زيادة العضلات وارتفاع الدهون، وكثرة إشارات الالتهاب في الجسم، إلى جانب ارتفاع مستوى الأنسولين، لكن ما وُصف بالتوقيع فوق الجيني في هذا النوع يكون قويا.

## دراسة: القهوة الصباحية تطيل العمر

دعت دراسة لجامعة صينية إلى الانتظام في شرب القهوة فور الاستيقاظ، لدورها الفعال في الحماية من حالات الوفاة المبكرة، الناتجة عن بعض الأمراض.. فما علاقة شرب القهوة بالعمر المديد والصحة السليمة؟

لا تتردد لحظة عن الحصول على فنجان قهوتك الصباحي، ليس بهدف أن تصحو وتبتعد عن الترنح فحسب، بل لدوره كخطر صحي المهددة بالوفاة. هذا ما تنص به دراسة جديدة تابعة لجامعة ساوثون ميديكال الصينية، التي أفادت أن الأشخاص الذين يشربون كميات معتدلة من القهوة، الحلاة أو غير الحلاة، تنخفض لديهم نسبة الوفاة الناتجة عن أمراض مختلفة. في إشارة منهم إلى فوائد القهوة الصحية.

وقد وجدت الدراسة أن الأشخاص الذين يشربون القهوة غير الحلاة كانوا أقل عرضة للوفاة بنسبة تتراوح بين 16 و 21 في المئة، فيما خلصت إلى أن الأشخاص الذين يشربون القهوة الحلاة انخفضت الوفاة لديهم بنسبة تراوحت من 29 إلى 31 في المئة، وذلك مقارنة بمن لا يشربون القهوة على الإطلاق. ويشير الباحثون إلى أن نتائج الدراسة لا تعني أنه يمكن للإنسان الاعتماد على شرب القهوة فقط حتى يحصل على عمر مديد خال من الأمراض، بل هي عامل من العوامل الكثيرة التي تساعد في تحقيق ذلك.

## قسط من النوم في الفصل لكسر اليوم الدراسي

هل تعاني مع طفلك من أجل إيقاظه للمدرسة كل صباح؟ بالتأكيد يمر الملايين حول العالم بهذه التجربة ويشكون عدم حصول أطفالهم على ما يكفيهم من النوم.

لكن مع دخول العام الدراسي الجديد، بدأت مدارس صينية الاستعانة بمقاعد قابلة للنوم إلى أسرة.

وتسمح التجربة للطلاب بالحصول على قيلولة في فصولهم وقت الظهيرة، وفقا لصور نشرتها صحيفة "الشعب الصينية الحكومية".

وقال المصدر إن الصور التقطت في مدرسة بمدينة كينهوأنغداو التابعة لمقاطعة خبي شمال شرقي الصين.

ويتعين على الطلاب إحضار أغطيهم ووسائلهم الخاصة معهم، من أجل الاستمتاع بقسط من الراحة وسط اليوم الدراسي.

## وصفة سحرية لصحة الدماغ ..

### 8 أغذية لا غنى عنها

تظهر الأبحاث أن العديد من العادات يمكن أن تقلل من خطر الإصابة بأمراض مثل الخرف، بما في ذلك الانتباه إلى الروتين الغذائي اليومي.

وتحتوي بعض الأطعمة على مركبات تساعد في الحفاظ على أداء عقلك بشكل جيد، بينما يفتقر البعض الآخر إلى أي من التغذية اللازمة لتعزيز الصحة العقلية.

وقد تندش من بعض الأطعمة التي يمكن أن تساعد في تحسين حالتك الذهنية، والتي يجب إضافتها حتماً إلى نظامك الغذائي، بحسب ما يقول موقع "everydayhealth"، الصحي.

#### الفراولة

• بحسب بحث منشور في جامعة RUSH، فإن مركبا في الفراولة يسمى بيلارجونيدين، مفيد جدا لصحة الدماغ، حيث أنه يرتبط بتقليل بروتينات تاو، التي تعتبر واحدة من السمات المميزة لمرض الزهايمر.

• لا يوجد ما يكفي من الأدلة لتحديد عدد الفراولة التي يحتاج الشخص لتناولها لتحقيق فائدة للدماغ، ولكن على الأرجح فإن تناول نصف كوب يوميا من الفاكهة الحلوة، أمر جيد للغاية.

#### العدس الأسود

• وجدت دراسة نُشرت في مجلة "Neurology" أن البالغين الذين يتناولون ما لا يقل عن نصف حصة من الأطعمة الغنية بمركبات الفلافونويد النباتية كل يوم تقل لديهم مخاطر التدهور المعرفي بنسبة 20 بالمئة.

• يعد العدس الأسود، مثل جميع البقوليات، مصدرا ممتازا للألياف الغذائية، التي يؤدي نقص تناولها إلى تعريض وظائف المخ على المدى الطويل للخطر.

#### البيض

• يعد البيض، وبشكل أكثر تحديدا صفار البيض، أغنى مصدر للكولين الذي يعتبر لبنة بناء لفئة خاصة من الدهون تسمى الفوسفوليبيدات موجودة في أغشية الخلايا.

• يحتل البيض المرتبة الثانية باحتواءه على الكولين بعد كبد البقر، حيث توفر البيضة الواحدة حوالي 30 بالمئة من الاحتياجات اليومية من الكولين الذي يفيد الدماغ.

#### السيبانيخ

• يحتوي السيبانيخ بشكل خاص على نسبة عالية من مضادات الأكسدة

الكاروتينية، بما في ذلك بيتا كاروتين واللوتين.

• وجدت إحدى الدراسات أن المشاركين في منتصف العمر الذين لديهم مستويات أعلى من اللوتين لديهم استجابات عصبية كانت أكثر مساواة مع الأفراد الأصغر سنا.

• تساعد الكاروتينات وهي الصبغات الصفراء والبرتقالية والحمراء الموجودة في العديد من الفواكه والخضروات المضادة للأكسدة في درء الضرر التأكسدي المتسارع لخلايا الدماغ.

#### فول الصويا

• إن تناول البروتين ليس مفيدا فقط لبناء العضلات الخالية من الدهون، ولكنه أيضا طريقة محتملة لتأخير تدهور الدماغ وإبطاء ظهور الخرف.

• الرجال والنساء البالغين الذين تناولوا المزيد من البروتين مقارنة بالبروتينات المنخفضة على مدى عدة سنوات يعانون من علامات أقل في الأداء الإدراكي المتردد.

• يمكنك نقع فول الصويا الكامل، وطهيه، وتركه ليتخمّر، ثم يتم تجهيزه على شكل فطيرة، سيعطيك تناولها حصة كافية من البروتينات اللازمة لصحة الخلايا.

#### الأفوكادو

• وجدت دراسة منشورة في مجلة "Nutrients" أن الأشخاص الذين تناولوا الأفوكادو يوميا لمدة 6 أشهر شهدوا تحسن كبير في الذاكرة وكفاءة

#### السردين المثلج

• يعد السردين من أفضل مصادر

#### حل المشكلات.

• عزز المحققون الفائدة إلى المستويات العالية المتاحة بيولوجيا من مادة اللوتين المضادة للأكسدة في الفاكهة الكريمة.

• الأفوكادو غني أيضا بالعناصر الأخرى مثل الدهون الأحادية غير المشبعة، وحمض الفوليك، والألياف التي يمكن أن تمنع عقلك من الشيخوخة.

#### الماتشا

• الماتشا مشتقة من نبات الشاي مصنوعة من الأوراق المزرعة في الظل والتي يتم طحنها إلى مسحوق ناعم.

• تحتوي على العناصر الغذائية ومضادات الأكسدة التي تحمي الدماغ، بما في ذلك الفلافونويد والفينولات.

• يوفر الشاي الأخضر والماتشا حمضا أمينيا فريدا يسمى L-theanine، والذي قد يرتبط عند تناول كميات أكبر منه بالتحسينات المعرفية، بما في ذلك الأداء الأفضل في مهام الذاكرة.

#### السردين المثلج

• يعد السردين من أفضل مصادر



أحماض أوميغا 3 الدهنية، التي تشير بعض الأبحاث إلى أنها تساعد في إبطاء التدهور المعرفي المرتبط بالعمر.

• وجد تحقيق منشور في مجلة "Nutrients" شارك فيه 6587 شخصا بالغا أن استهلاك الأسماك، وحمض الفوليك، والألياف التي يمكن أن تمنع عقلك من الشيخوخة.

• دهون أوميغا 3 المعتدلة من مصادر بحرية، كان مرتبطا بانخفاض انتشار أعراض الاكتئاب.

• تقول الطبيبة النفسية بوني جي كابلان: "جدران الخلايا في أدمغتنا تتطلب دهونا صحية، بما في ذلك أوميغا 3، لتعمل على النحو الأمثل". مضيفة: "لا نعرف حتى الآن الكمية المثالية من المأكولات البحرية اللازمة لصحة الدماغ، ولكن هناك اقتراح جيد يتمثل في تناول حصتين من الأسماك الدهنية في الأسبوع".

• السردين المثلج مصدر جيد لـ "فيتامين د" أيضا، حيث توفر حصة "100 جرام" 193 وحدة دولية أو 24 بالمئة من القيمة اليومية اللازمة.

## معهد بلغة الإشارة في أربيل أصحاب الهمم

يضم معهد للصحف والصحف، في مدينة أربيل، نحو مئتي طالب وطالبة من مختلف الفئات العمرية، حيث يتلقون دروساً في اللغات وكيفية استخدام الكمبيوتر، مساعدتهم مستقبلاً على الاندماج في سوق العمل بما يتناسب وقدراتهم.

منذ تأسيسه قبل 42 عاماً، سمي هذا المكان بالمعهد الخاص للصحف والصحف، نظراً لاختلاف مناهجه الدراسية كلياً، عن المناهج المتبعة في المدارس المألوفة، أما تلامذته وطلبيته فيسترحون أعمالهم، بين الثامنة والخامسة عشر عاماً، ويتلقون دروساً، في اللغات الكردية والعربية والإنجليزية والرياضيات بلغة الإشارة.

وقالت سوزان عولا مدرسة اللغة الإنجليزية لـ "سكاي نيوز عربية": "بلا شك أواجه مصاعب كبيرة في تعليم هؤلاء الطلبة، في تعليمهم أسس وقواعد اللغة الإنجليزية، لذلك نستعين بالرسوم التوضيحية، لشرح معاني الكلمات والجمل، بلغة الإشارة التي ينبني للمدرس إقناعها، كي يوصل المعلومة إليهم على نحو صحيح، وأما قدرتهم على استيعاب الدروس فهي جيدة جداً".

ولئن كان الصمت التام، سيد الموقف في قاعات الدراسة، يغدو تعليم هؤلاء الطلبة دروس استخدام الحاسوب، أقل عناءً على مدرسيهم، رغم الظروف المعيشية والنفسية الصعبة للكثير من هؤلاء التلاميذ، حيث قالت فوزية محمد، باحثة اجتماعية "الطلبة يدرسون في هذا المعهد 9 سنوات، أي مرحلتين الابتدائية والمتوسطة، ويتم قبول جميع الذين يعانون من الصمم والبكم، دون سن الثانية عشرة، بمن فيهم الذين يعانون من مرض التوحد، ولكن أساليب التعليم والرعاية النفسية الدقيقة، تساعد العديد منهم على اجتياز الكثير من الصعاب التي كانت تواجههم، حتى داخل أسرهم".

## كيف نجذب أنفسنا الصراعات مع الشخصيات المؤذية؟

بحسب الابتعاد عن الصراعات الصحية الجسدية والانفعالية للأفراد، وفق ما أفاد تقرير متخصص . وقال التقرير الذي نشره موقع "espritsciencemetaphysiques"، إن بعض الأشخاص مرهقون ويستنزفون طاقات الآخرين، كما أنهم يعملوا على تقليل قدراتهم العاطفية والانفعالية.

وقدم التقرير نصائح بشأن الابتعاد عن هؤلاء الأشخاص، وعدم السماح لهم بالتأثير على سلوكنا.

وأضاف أنه "إذا كان في حياتك شخص ما يسيء إليك ويؤذيك، يمكنك أن تلعب معه بحذر وأن تحس وتوقع معاملته منك".

وتابع: "بالحدس والتوقع سوف تعلم أن ردود أفعالك أو نواياك سوف تصنع أكثر قابلية للتنبؤ بها".

ويعد هذا الصدد يجدر إبراز ما ذكرناه أعلاه، وهو أنه ربما لا يرغب الأشخاص من حولنا في خلق بيئة سيئة لكنهم لا يعرفون كيف يرتبطون ويتعايشون ويتفاعلون مع بيئة الآخرين بطريقة مختلفة.

بمعنى آخر توقع عن تقييم ما يفعله هؤلاء الأشخاص وركز على المشاكل التي يخلقونها لك، هكذا سيكون لديك المزيد من الفرص للنمو وهكذا ستوقف عن تقويض قوتك واحترامك لذاتك.

ولهذه الأسباب نحتاج إلى توخي الحذر مع التوقعات، على حد وصف التقرير. وقال: "لأننا نتوقع الكثير من الآخرين لدرجة أننا عاجزون على قبول الواقع كما هو، فهذا يسبب الأوهام والإحباط وخيبة الأمل، ما يغذي جواً من الاختناق وصعوبة التنفس".

## إرشادات التغذية لسكري الحمل

يؤثر سكري الحمل على ما بين 2% و 10% من الحوامل، ويحدث عندما لا يستطيع الجسم إنتاج ما يكفي من هرمون الأنسولين أثناء الحمل، أو عندما تجعل هرمونات الحمل الجسم مقاوماً لعمل الأنسولين.

وتشمل أعراض سكري الحمل: التعب، والغثيان، والشعور بالعطش بشكل غير عادي، وكثرة التبول، والتهابات المثانة المتكررة، وعدم وضوح الرؤية، واكتشاف وجود سكر في البول عن طريق الفحص.

وتوصي جمعية السكري الأمريكية بأن تملأ الحامل نصف الطبق من الخضروات غير النشوية، وربعه بالبروتين الخالي من الدهون، والربع الأخير بالكربوهيدرات المعقدة مثل الحبوب الكاملة أو الخضروات النشوية.

وتتضمن قائمة الخضار غير النشوية: الفلفل، والسيبانيخ، والجزر، والبروكلي، والقرنبيط، والهليون، والخيار، والتفطر، والكوسا، والسلطة الخضراء، والبادنجان، والكرفس.

أما البروتين الخالي من الدهون فيتضمن: صدر الدجاج من دون جلد، والديك الرومي، والبيض، والأسماك وخاصة السلمون والتونة، واللحوم الحمراء الخالية من الدهون، والبقول، والعدس، والحمص، والمكسرات، وزبدة الفول السوداني أو زبدة المكسرات، والتوفو، ومنتجات الألبان والحليب الخالية من الدسم أو قليلة الدسم.



## عارض شائع لمصابي كورونا من المطعمين

بات من المعروف أن الأعراض الشائعة للإصابة بكوفيد-19 - تشمل التعب والتهاب الحلق والصداغ، إلا أن هناك عارضا آخر عاما سجل لدى المصابين بكورونا ممن حصلوا على اللقاحات المضادة للوباء، وأشارت البيانات التي جمعها مشروع ZOE Health Study البريطاني، إلى أن الإسهال يعتبر من الأعراض الشائعة لمرض كوفيد-19 لدى البريطانيين المصابين به من الذين تم تطعيمهم. وأظهرت البيانات ارتفاعاً في عدد الأشخاص الذين أبلغوا عن هذا العارض في يناير 2022، وأن بعضاً من ذلك كان مرتبطاً بمتغير "أوميكرون". وأوضح المشروع أن الإصابة بكورونا تترافق في كثير من الحالات مع ظهور جراثيم في المعدة، حسبما نقلت صحيفة "إنديبننت" البريطانية. ووفق القائمين على المشروع فإن الإسهال يمكن أن يكون من الأعراض المبكرة للفيروس الناجي، حيث يبدأ في اليوم الأول من الإصابة ويزداد سوء على مدار الأسبوع.



برعاية وحضور سالم بن ركاض

## تكريم كوكبة من الأمهات المتطوعات في مدينة العين

إشادة بدورهم الإمارات في إعطاء المرأة الإماراتية الدور الريادي والتعليمي للمساهمة في مسيرة الوطن

وأشار إلى إن هذه المبادرة في تكريم الأمهات التي تتزامن مع يوم التطوع العربي، هي ضمن المبادرات المثمرة والإيجابية التي يقوم بها فريق "شكرًا لعطائك" لتكريم الأمهات وتمييزهن في العطاء الإنساني، ودورهن الفاعل والمؤثر في بناء الأسرة والمجتمع.

وتحدث محمد خميس الكعبي معتبراً أن يوم العمل التطوعي هو شكر لكل من أعطى من جهده ووقته في سبيل خدمة المجتمع والوطن. معتبراً أن تكريم الأمهات هو تقدير وعرفان لجهود المتطوعات منهن، ودورهن لغرس ثقافة التطوع في الأبناء ومسيرة الأجيال. بدورها، قالت أسماء بنت مانع العتيبة أن هذه المبادرة، تمثل التقدير والوفاء للأمهات وعطائهن وهو يكرس قيم المجتمع الإماراتي الأصيلة.



المكرما، وقدم الحفل الإعلامية جميلة إسماعيل والإعلامي وليد الحميري. وأشد الشيخ الدكتور سالم بن ركاض في كلمته خلال الحفل بالدور الكبير لسمو الشخة فاطمة بنت مبارك رئيسة الاتحاد النسائي العام رئيسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة الرئيسية الأعلى مؤسسة التنمية الأسرية "أم الإمارات" الوطن الغالي في كافة المجالات. وتوجهات القيادة الرشيدة في إعطاء المرأة الإماراتية كامل الدور الريادي والتعليمي للمساهمة بجهود التنمية وفي مسيرة الوطن الغالي في كافة المجالات.

•• العين - الفجر

كرم فريق "شكرًا لعطائك" التطوعي كوكبة من الأمهات المتطوعات في مدينة العين تقديراً لدورهن في العطاء والعمل التطوعي، وذلك ضمن مبادرة "بناء الأجيال" وذلك برعاية وحضور الشيخ الدكتور سالم بن ركاض العامري، عضو المجلس الوطني الاتحادي سابقاً، كما حضر الحفل الذي أقيم على مسرح مكتبة زايد المركزية أسماء بنت مانع العتيبة ومحمد خميس الكعبي مدير عام جمعية الإمارات للسرطان ود. خالد السلامي مدير جمعية أهالي ذوي أصحاب الهمم والمهندس سيف الرحمن أمير رئيس فريق "شكرًا لعطائك" وحسين الجنيني من إدارة مكتبة زايد وعدد من كبار الشخصيات والمتطوعين والأمهات



## الفريق الطبي اعتمد على فحوصات التصوير بالرنين المغناطيسي متعدد العوامل

مستشفى توام ينجح في تشخيص وعلاج حالة من سرطان البروستاتا باستخدام تقنيات تشخيصية جديدة

•• أبوظبي - الفجر

نجح الأطباء في مستشفى توام، وهو أحد المنشآت الطبية التابعة لشركة أبوظبي للخدمات الصحية "صحة"، أكبر شبكة للرعاية الصحية في دولة الإمارات، في تشخيص وعلاج مريض مصاب بحالة صعبة الاكتشاف من سرطان البروستاتا بعدما عجزت عدة مستشفيات عن معرفة سبب المستويات المرتفعة لمستند البروستاتا النوعي في الدم. وأجرى المريض البالغ من العمر 56 عاماً خمس خزعات في عدة مستشفيات عاد جميعها بنتائج سلبية. ورغم ارتفاع مستويات مستند البروستاتا النوعي، تم استبعاد جميع المخاوف المتعلقة بالسرطان بسبب نتائج الخزعات المتعددة.

واستقبل مستشفى توام المريض وسعى الأطباء إلى فهم سبب المستويات المرتفعة لمستند البروستاتا النوعي وضمان عدم استبعاد احتمالية الإصابة بسرطان البروستاتا. وعلى الرغم من إجراء فحوصات الموجات فوق الصوتية، لم يتمكن الأطباء من رؤية السرطان، مما دفع الفريق إلى استخدام تقنية تشخيصية جديدة تدعى "التصوير بالرنين المغناطيسي متعدد العوامل" (mpMRI).

ومن خلال هذا الفحص المتخصص الذي تم إجراؤه على البروستاتا في هذه الحالة، تمكن الأطباء من تحديد الأنسجة السرطانية ورؤيتها وبالتالي باسرها بأخذ عينة من البروستاتا بالدمج بين الرنين المغناطيسي والموجات فوق الصوتية. وسهلت هذه التقنية أخذ الخزعة باستخدام جهاز الموجات فوق الصوتية مع الاعتماد على التوجيه من جهاز التصوير بالرنين المغناطيسي، مما أتاح الاستهداف الدقيق للسرطان. وتجمع الخزعة بين فحص الرنين المغناطيسي وصورة الموجات فوق الصوتية لمساعدة أطباء المسالك البولية على استهداف منطقة البروستاتا التي تتطلب خزعة بدقة عالية.

ويفضل هذه التقنية المتقدمة، تمكن الأطباء من تأكيد وجود السرطان ونجحوا في علاج المريض منذ ذلك الحين.

وقال الدكتور أفتاب أحمد بهاتي، استشاري متخصص في جراحة المسالك البولية في مستشفى توام التابع لمجموعة "صحة": "عاش المريض كثيراً. إن إجراء ست خزعات ليس بالأمر السهل على أي شخص، لكننا سعداء باكتشافنا أخيراً لسبب مصدر مرضه وتحديد موقع السرطان وعلاجه بنجاح. والآن بعد علاج السرطان، يجب التركيز على الرعاية والمتابعة لمرحلة ما بعد العمليات الجراحية. فالمرضى لديهم فرصة ممتازة للشفاء، وتنمى له كل التوفيق بينما سنواصل علاجه ومراقبته."

متحدثاً عن تجربته، قال المريض: "لقد عشت فترة صعبة للغاية قبل التشخيص. وكان الأمر محبطاً، ولم يكن لدي أي إجابات وكنت في حالة من الضياع والتردد أثرت على صحتي النفسية والبدنية. وكنت على وشك الاستسلام بعد إجراء الخزعة الخامسة، لكن أحمد الله أنني توجهت إلى مستشفى توام حيث أجرى الدكتور أفتاب والفريق نوعاً مختلفاً من التصوير للوصول إلى تشخيص دقيق. وبعد التشخيص وخضوعي للعلاج، أشعر كما لو أنني تلخصت من عبء ثقيل. جميع عبارات الشكر لا تكفي للتعبير عن تقديري للفريق، وأنا بدوري سأحرص على الحضور بانتظام لإجراء الفحوصات الضرورية. وأحث جميع الرجال لزيارة أطبائهم، رجاءً لا تنتظروا ويأروا فوراً إلى الفحص."



## تطوير مشترك لسيارة تعمل بالطاقة الشمسية

## تعاون في البحث والتطوير التقني بين مجمع الشارقة للابتكار وجامعة جون فون نيومان الهنغارية

بحوث مشتركة للهيدروجين كمصدر بديل للطاقة وتقنيات الليزر والروبوتات وفرص الابتكار لمند ذكية

مشاريع تطبيقية بحثية على أرض الواقع، فمن المهم أن يكون هناك علاقة شراكة قوية بين الهيئة القطاع الأكاديمي والطلبة والشركات الخاصة ومن هذه الأمثلة هناك العديد من المشاريع التي تم تنفيذها في المجمع منها إنشاء منازل بتقنية الطباعة "ثلاثية الأبعاد" في المجمع، ونطمح لإيجاد مشاريع مشابهة في قطاع المواصلات وقطاع الاتصالات، فنحن نسعى جاهدين لأن يكون المجمع ملاذا للشركات البحثية العالمية وللباحثين والمبتكرين من الطلبة والأكاديميين من مختلف الجامعات والمراكز البحثية العالمية، لتقديم التقنيات الجديدة التي تقيد البشرية، ونحن واثقون بأن هذا التعاون سيثمر عن العديد من الشركات في الطرفين."

إعادة تطوير طراز السيارة الشمسية ميغالوكس Solar Megalux Solar، وهو أحد أكثر مشاريع التطوير نجاحاً في جامعة جون فون نيومان في مدينة كسكيميت. وحول هذا التعاون قال حسين المحمودي المدير التنفيذي لمجمع الشارقة للبحوث والتكنولوجيا والابتكار، أن هذا التعاون يعكس حرص المجمع على دعم واحتضان مؤسسات ومراكز البحث والتطوير من مختلف أرجاء العالم وهذا الإنجاز والتعاون مع جامعة جون فون يأتي ترجمة لرؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة في تطوير التعاون بين القطاع الأكاديمي والقطاع الخاص والشركات من خلال

الغاية، ستوفر جامعة جون فون نيومان فرصاً تدريبية مهنية للخبراء والطلبة المرشحين من مجمع الشارقة للبحوث والابتكار بمشاركة الشركات الصناعية العاملة في مدينة كسكيميت. كما تم تحديد مجالات التعاون الرئيسية المتمثلة بالاهتمام الخاص بالهيدروجين كمصدر بديل جديد للطاقة وهذا ما يتم العمل عليه في الجامعة الأمريكية في الشارقة وتم الإعلان عنه مؤخراً، بالإضافة لتطوير المركبات الخضراء والاقتصاد الأخضر وتوسيع النتائج العلمية في علوم وتكنولوجيا المواد وتكنولوجيا الليزر، والروبوتات وفرص الابتكار لمند ذكية". وكانت النتائج للموسم الأول لهذا التعاون وضمن جهود مشتركة هي

كسكيميت حيث تقع الجامعة. وتأتي هذه الاتفاقية في أعقاب زيارة قام بها وفد من مجمع الشارقة للابتكار إلى جامعة جون فون نيومان للتعاون المتبادل في البحث العلمي والتكنولوجيا المتقدمة. وقع الاتفاقية كل من حسين المحمودي المدير التنفيذي لمجمع الشارقة للبحوث والتكنولوجيا والابتكار ونوربرت سيزماديا رئيس مؤسسة جون فون نيومان، والدكتور تاماس فولوب رئيس جامعة جون فون نيومان، وتوفر هذه الشراكة فرصة كبيرة للجامعة المجرية ومجمع الشارقة للابتكار لتقديم أحدث الإنجازات والابتكارات العلمية المتبادلة واستضافة تعاون علمي دولي في مدينة

•• الشارقة - الفجر

وقع مجمع الشارقة للابتكار والتكنولوجيا والابتكار SRTIP وجامعة جون فون نيومان الهنغارية Jvnu اتفاقية للتعاون المتبادل في البحث العلمي والتكنولوجيا المتقدمة. وقع الاتفاقية كل من حسين المحمودي المدير التنفيذي لمجمع الشارقة للبحوث والتكنولوجيا والابتكار ونوربرت سيزماديا رئيس مؤسسة جون فون نيومان، والدكتور تاماس فولوب رئيس جامعة جون فون نيومان، وتوفر هذه الشراكة فرصة كبيرة للجامعة المجرية ومجمع الشارقة للابتكار لتقديم أحدث الإنجازات والابتكارات العلمية المتبادلة واستضافة تعاون علمي دولي في مدينة



## وقد مكتبة محمد بن راشد يزور متحف الربعة ويطلع على مسيرة شرطة أبوظبي

إرت شرطة أبوظبي ودورها الهام في حفظ الأمن والاستقرار. وتجول الوفد في المتحف وزار المكتبة التي تضم كتباً متنوعة في جميع التخصصات واطلع على الإصدارات الأولى لمجلة الشرطة والكتب والوثائق التاريخية والعلمية. وركزت الزيارة على تعزيز التعاون بين مؤسسات المجتمع، وقدم الوفد الشكر لعناصر الشرطة على جهودهم المبذولة في خدمة الوطن والمجتمع وحفظ التاريخ وتوثيقه، وتمن التعاون بين الجهتين وتبادل الخبرات والعرفه والاطلاع على أفضل الممارسات في حفظ الكتب العلمية والوثائق التاريخية.

زار وفد من مكتبة محمد بن راشد متحف "الربعة" في مدينة العين واطلع على مسيرة شرطة أبوظبي وتاريخها الحافل في حفظ الأمن واستقراره في المنطقة. وكان في استقبال الوفد العميد سيف سعيد الشامسي مدير إدارة المراسم والعلاقات العامة بشرطة أبوظبي حيث قدم شرحاً حول المتحف وما يضمه من مقتنيات عسكرية كالأسلحة القديمة والأزياء العسكرية والشعارات في جميع مراحل شرطة أبوظبي إلى جانب المعلومات والوثائق التاريخية القيمة والتي تبرز

المطلوبة. وأشار الدكتور أحمد مراد بأنه بالإضافة إلى 33 براءة اختراع منحت من مكتب الولايات المتحدة الأمريكية لبراءات اختراع منحت في دول أخرى، كما أن براءات الاختراع الممنوحة في مجالات مختلفة منها التخصصات الطبية، تقنية المعلومات، الطاقة المتجددة، ومصادر المياه. وأوضح النائب المشارك للبحث العلمي الدكتور أحمد مراد بأن هذا الإنجاز الجديد لجامعة الإمارات في البحث والابتكار يعكس جهود الجامعة المستمرة وتشجيعها الدائم لأعضاء هيئة التدريس والباحثين المبتكرين من خلال تطوير البيئة البحثية الممتازة. كما أن جهود الجامعة تعتمد على رؤية الإمارات 2021 بأن تكون من أفضل دول العالم في الابتكار وتحقيق جودة الحياة والازدهار الوطني. وإن جهود جامعة الإمارات تتواءم مع الأجندة الوطنية والتوجهات الاستراتيجية. وقد طور مكتب النائب المشارك للبحث العلمي في الجامعة استراتيجية متكاملة لدعم الأنشطة البحثية والابتكار بالإضافة إلى تطوير ونشر الوعي في مجتمع الجامعة حول أهمية حماية الملكية الفكرية، فقد أنشأت الجامعة السياسات والإجراءات التنظيمية التي تدعم الأنشطة البحثية والابتكارية. وقد أثنى الأستاذ الدكتور أحمد مراد - النائب المشارك للبحث العلمي على جهود أعضاء هيئة التدريس والباحثين والمخترعين الذين ساهموا في تحقيق هذا الإنجاز النوعي والاستثنائي. وأضاف الدكتور أحمد مراد بأن جميع الأقسام والوحدات بالجامعة تعمل مع بعضها لتعزيز البحث والابتكار في الجامعة.

•• العين - الفجر

## جامعة الإمارات ضمن أفضل مئة جامعة عالمياً في عدد البراءات الممنوحة في الولايات المتحدة الأمريكية

مع حصول أعضاء هيئة التدريس والباحثين على 33 براءة اختراع جديدة من مكتب الولايات المتحدة الأمريكية لبراءات الاختراع والعلامات التجارية في عام 2021 فإن جامعة الإمارات العربية المتحدة هي الجامعة الوحيدة في الدولة ضمن قائمة أفضل 100 جامعة عالمياً بناء على عدد براءات الاختراع الممنوحة، حيث صنفت الجامعة في المرتبة 90 من هذه القائمة والذي يؤكد على الدور الكبير والمستمر للجامعة في دعم الابتكار وتعزيز بيئته من خلال توفير المكنات

مع حصول أعضاء هيئة التدريس والباحثين على 33 براءة اختراع جديدة من مكتب الولايات المتحدة الأمريكية لبراءات الاختراع والعلامات التجارية في عام 2021 فإن جامعة الإمارات العربية المتحدة هي الجامعة الوحيدة في الدولة ضمن قائمة أفضل 100 جامعة عالمياً بناء على عدد براءات الاختراع الممنوحة، حيث صنفت الجامعة في المرتبة 90 من هذه القائمة والذي يؤكد على الدور الكبير والمستمر للجامعة في دعم الابتكار وتعزيز بيئته من خلال توفير المكنات

أعلنت الأكاديمية الوطنية للمخترعين NAI وجمعية مالكي الملكية الفكرية IPO أفضل مئة جامعة على مستوى العالم منحت براءات اختراع في عام 2021 وذلك بناء على بيانات مكتب الولايات المتحدة لبراءات الاختراع والعلامات التجارية USPTO. وقد أكد الأستاذ الدكتور أحمد علي مراد - النائب المشارك للبحث العلمي في جامعة الإمارات أنه

•• العين- الفجر



# منوعات الفكر

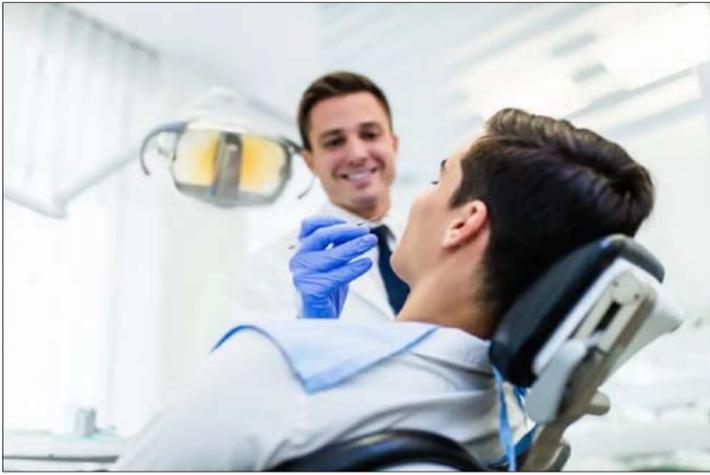
23

يعتمد الكثيرون منتجات تبييض الأسنان التي يمكن أن تجعل المناطق الداكنة أكثر بياضا، ومع ذلك، يظل البعض يعاني من بقع خفيفة جدا على الأسنان لا يمكن إزالتها. وتتمثل هذه البقع البيضاء على الأسنان، والمعروفة أيضا باسم آفات البقع البيضاء، في الأماكن التي يتم فيها إزالة التلكس من المينا السطحية.



عادة ما تكون غير مؤلمة أو ضارة

## لماذا تظهر لدى البعض بقع بيضاء عنيدة على أسنانهم ولا تختفي أبدا؟



التسمم بالفلور معتمة وأخف وزنا من بقية الأسنان، ما يسهل ملاحظتها. ما يجب القيام به: في الحالات الخفيفة من التسمم بالفلور، لا يلزم العلاج. ومع ذلك، تتوفر العديد من خيارات العلاج بالفلور لتحسين مظهر الأسنان المصابة، وتشمل إزالة البقع أو البقع المحتملة عن طريق تبييض الأسنان وإضافة طلاء راتينج صلب للأسنان التي ترتبط بالمينا (المعروفة باسم الترابط).

عندما يتعرض الأطفال الذين تبلغ أعمارهم 8 سنوات أو أقل لتراكيز عالية من الفلورايد أثناء نمو الأسنان، ما يؤدي إلى ظهور أسنان أكثر مسامية يمكن أن تؤدي إلى ظهور بقع بيضاء. إن ما يسبب التسمم بالفلور عادة هو تناول الكثير من الفلورايد في سن مبكرة من مصادر متعددة مثل شرب الماء بالفلورايد، واستخدام معجون الأسنان بالفلورايد، وتناول المكملات الغذائية الموصوفة. ومثل آفات البقع البيضاء الأخرى، عادة ما تكون بقع

الأسنان. ويقول يزداني: "إذا لاحظت وجود بقع بيضاء على أسنانك تسبب لك الألم، أو إذا كنت قلقا من تظاها، فعليك زيارة طبيب الأسنان في أسرع وقت ممكن".

### 3. ارتداء دعامة تقويم الأسنان

يقول بول سيرينغز، أخصائي التحويزات السنية في Timeless Dentistry: "إزالة التلكس يمكن أن يحدث لأي شخص، ولكنه شائع جدا بعد تقويم الأسنان لأن دعامة الأسنان هي أرض خصبة للبكتيريا التي تسبب التآكل إذا لم تكن نظافة المريض ممتازة". وأضاف: "بشكل عام، تظهر البقع البيضاء حيث تتراكم البلاك (اللويحات السنية)، بالقرب من الدعامة، أو عند خط اللثة، أو بين الأسنان حيث يصعب تنظيفها".

ما يجب فعله: عندما يتعلق الأمر بمنع ظهور البقع البيضاء، فقد يكون الخيار الأفضل هو تقويم الأسنان الشفاف. ومع ذلك، فإن تقويم الأسنان الشفاف ليس مناسباً للجميع، لذا استشر طبيب الأسنان أو أخصائي تقويم الأسنان لتحديد الأفضل لحالتك.

### 4. وجود نقص تنسج المينا

يقول يزداني: "نقص تنسج المينا هو حالة تؤدي إلى ترقق المينا، ما يؤدي إلى ظهور بقع بيضاء على الأسنان". ولا يعد نقص تنسج المينا حالة مرضية ولا يتطلب علاجاً طبياً بشكل عام. ويحدث أثناء الطفولة أو قبل الولادة نتيجة لنقص التغذية أو العدوى أو المرض الجهازى الذي يخل بالتكوين الطبيعي للمينا ويمكن أن يؤدي بعد ذلك إلى تغير اللون أو الخطوط أو الحفر أو الأخاديد أو بقع المينا المقودة. لذلك إذا لاحظت ظهور بقع بيضاء جديدة على أسنانك كشخص بالغ، فيمكثك استبعاد هذه الحالة. ومع ذلك، إذا لاحظت وجود مناطق صغيرة جديدة بيضاء أو متغيرة اللون على أسنان طفلك، فقد يكون السبب وراء ذلك هو نقص تنسج المينا.

ما يجب فعله: فكر في مينا الأسنان مثل الأسمنت الرطب الذي يتصلب بمرور الوقت. وعندما تكون صغيراً، يكون المينا مرناً، ويقوى مع بلوغ سن الرشد. ونظراً لأن الضرر الذي لحق بالمينا لا يتجدد بمجرد تكوينه بالكامل، وتظهر هذه الحالة في مرحلة الطفولة أو في الرحم، فلا توجد طريقة لعكس الأعراض.

### 5. المعاناة من التسمم بالفلور خلال الطفولة

يحدث التسمم بالفلور في الغالب في مرحلة الطفولة،

ويمكن اعتماد مساعدة وقائية باستخدام الفلورايد الموضعي الذي يمكن أن يحسن مقاومة المينا للأحماض الميكروبية التي يسببها النظام الغذائي السكري. وإذا كنت تبحث عن خيار أقوى وأكثر فاعلية، فيمكنك أن تطلب من طبيب الأسنان أو أخصائي صحة الأسنان تطبيق فلورايد موضعي عالي القوة.

### 2. سوء نظافة الفم

يقول شهروز يزداني، الرئيس التنفيذي / مدير Yazdani Family Dental Dental: "أحد الأسباب الرئيسية لهذه البقع على الأسنان هو سوء نظافة الفم والعادات التي تؤدي إلى تراكم البكتيريا في الفم". وهذا يمكن أن يؤدي إلى شيء يسمى إزالة التلكس. وتحدث إزالة التلكس عندما تتراكم اللويحات على الأسنان ما يؤدي إلى فقدان الكالسيوم والمعادن الأخرى. ومن دون هذه المعادن، يمكن للحمض الناتج عن البكتيريا الموجودة في البلاك أن يذوب أو يضعف المينا ويسبب بقعا بيضاء لإزالة التلكس تكون حساسة للمس. وفي النهاية، قد تتحول هذه المناطق منزوعة الكلس إلى تجاويف. ويضيف يزداني أن البالغين والأطفال على حد سواء معرضون للبقع الناتجة عن إزالة التلكس. وإذا كنت لا تتبع نظافة الفم المناسبة (تنظيف الأسنان بالفرشاة مرتين يوميا واستخدام الخيط مرة واحدة يوميا)، فإن خطر إصابتك بإزالة التلكس يزيد.

ما يجب القيام به: لا ينبغي ترك إزالة التلكس دون علاج، لأن هذا يمكن أن يكون مقدمة لمشاكل أسوأ، مثل تسوس

ويحدث هذا عادة نتيجة لسوء نظافة الأسنان أو سوء التغذية في سن مبكرة، ما يؤدي إلى ضعف مينا الأسنان وهو أكثر عرضة للويحات والتسوس البكتيري. وعادة ما تكون آفات البقع البيضاء غير مؤلمة أو ضارة، ويمكن منع البقع الإضافية من خلال التغييرات والعلاجات الصحيحة في نمط الحياة. وفي ما يلي الأسباب الأكثر شيوعاً لآفات البقع البيضاء على الأسنان، وما يمكنك فعله لتقليل ظهورها ومنع ظهور آفات مستقبلية.

### 1. تستهلك الكثير من السكر

أكثر من 50% من المشروبات المستهلكة في العالم المتقدم عبارة عن مشروبات غازية غنية بالسكر أو مشروبات تحتوي على فواكه. وهذه مشكلة لصحة الأسنان حيث يتحد السكر الزائد مع البكتيريا في الفم لإنتاج حمض يؤدي بعد ذلك إلى تآكل المينا، ما يضعفها ويجعلها أكثر عرضة للبقع البيضاء والتسوس. ويزداد خطر تآكل الأسنان المرتبط بالمشروبات السكرية مع تقدم العمر، حيث أشارت إحدى الدراسات إلى أن 25% من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 11 و14 عاما يعانون من تآكل كبير في الأسنان. وارتفع هذا الرقم إلى 77% لدى البالغين الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و25 عاما.

ما يجب فعله: بمجرد ظهور هذه البقع، لا يمكنك التخلص منها. ومع ذلك، فيمكثك منع ظهور المزيد من البقع عن طريق شرب وتناول أطعمة سكرية أقل.



## ماهي فوائد تناول الكلمنتين «الكرمنتينا»؟

يسعى الكثير من الأشخاص للحصول على الفيتامينات عن طريق المكملات الغذائية، متجاهلين الأغذية والفواكه الطبيعية التي تحتوي على هذه الفيتامينات ومنها فيتامين C الضروري للجسم.



فيتامين سي من المكملات الغذائية، يمكن للفواكه (خاصة الحمضيات) أن تتمتع بميزة إضافية على معظم المكملات. ووجدت العديد من الدراسات التي أجريت على الحيوانات أن فيتامين C الموجود في الطعام يسهل امتصاصه واستخدامه أكثر من المكملات الاصطناعية، وذلك وفقاً لمراجعة 2013 المنشورة في Nutrients حيث تلاحظ المراجعة أن هناك حاجة إلى مزيد من الدراسات البشرية لعرفة ما إذا كان نفس التأثير يحدث عند الأشخاص. وترتبط ميزة ثمار الحمضيات على المكملات الغذائية بمجموعة متنوعة من مضادات الأكسدة والمواد الكيميائية النباتية الموجودة في الكلمنتين والفواكه الحمضية الأخرى، إذ لا يمكن تكرار مزيج العناصر الغذائية ومضادات الأكسدة الموجودة في الفاكهة الكاملة في المكملات الغذائية.

ويعتبر الكلمنتين طريقة سريعة ولذيذة لتقليل مستويات التوتر، وهو أمر ضروري للحفاظ على نظام المناعة في أفضل حالاته، ويساهم في تقليل الإجهاد المزمن من عدد الخلايا الليمفاوية في الجسم. يقول بويلو: "يمكن أن يساعد مزيج فيتامين C والبيوفلافونويد في الكلمنتين جسمك على التعامل مع الإجهاد بشكل أفضل عن طريق تسريع إزالة الكورتيزول، أحد هرمونات التوتر الرئيسية، من جسمك". ويضيف الخبراء بأن حبة كلمنتين صغيرة تحتوي فقط على 1.3 جرام من الألياف، والتي يمكن أن تساعد في إدارة نسبة السكر في الدم والكوليسترول والحفاظ على صحة الجهاز الهضمي.

يحتوي الكلمنتين وهو من الحمضيات الأكثر شهرة والمحبيب للكثير من الناس، والشبيه بما يعرف اليوسف أفندي، على كمية جيدة من فيتامين C بحسب الخبراء حيث تحتوي حبة صغيرة واحدة فقط من الكلمنتين على 36.1 ملليغرام، أو 40% في المائة من القيمة اليومية لفيتامين C، وهو عنصر غذائي أساسي عندما يتعلق الأمر بدعم المناعة، ويحفز هذا الفيتامين الخلايا B و T على تكوين الخلايا الليمفاوية، وهي نوع من خلايا الدم البيضاء التي تساعد في مكافحة البكتيريا والفيروسات في الجسم. يقول صاحب شركة FRESHNutrition PLLC، شارون بويلو: "بينما فيمكثك الحصول على



### حكومة دبي للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : كويبا محاسيون قانونيون  
العنوان : مكتب رقم 805 ملك مؤسسة محمد بن راشد لتنمية المشاريع الصغيرة والمتوسطة - بورسعيد - هاتف : 04-4329270 فاكس : 04-4329271  
تعيين المصفي المذكور أعلاه لتنفيذ الأعمال التجارية العامة - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/4/25 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/4/25 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 للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : ابيديل للتجارة العامة - ش ذ م م  
العنوان : مكتب رقم 43 - 44 ملك بلدية دبي - بر دبي - الفهيد - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (م ذ م) - رقم الرخصة : 934975  
رقم القيد بالسجل التجاري : 1544401 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/4/25 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/4/25 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين كويبا محاسيون قانونيون العنوان : مكتب رقم 805 ملك مؤسسة محمد بن راشد لتنمية المشاريع الصغيرة والمتوسطة - بورسعيد - هاتف : 04-4329270 فاكس : 04-4329271 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

### حكومة دبي للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : اتش اي ام تدقيق الحسابات  
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071  
بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتنفيذ الأعمال التجارية للذهب والمعادن الثمينة غير المشغولة ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/9/13 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/9/13 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 للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : سيربينتاين لتجارة الذهب والمعادن الثمينة غير المشغولة ش ذ م م - العنوان : مكتب رقم 125 ملك راشد خليفة راشد بالهول المهيري - بر دبي - البرشاء 1 - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 901492 رقم القيد بالسجل التجاري : 1508684 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/9/13 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/9/13 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش اي ام تدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة عجمان الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - ورشة ماجد الرئيسي للحدادة والعلام ومن يملئه قانونياً ماجد حسين محمود سالم الرئيسي  
إخطار دفع في القضية رقم 133/00021 AJCEXCILABMIN2021 عمالي (جزئي)  
إلى المحكوم عليه ، ورشة ماجد الرئيسي للحدادة والعلام ومن يملئه قانونياً ماجد حسين محمود سالم الرئيسي - العنوان : عجمان المنصوق البريد 2736 رقم بناية 564494 هاتف رقم 067412589 و 0503097200 رقم مكاني / 4541307171 حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدي المتخذ كيوم خان مكنتر مكنتر ، الجنسية بنجلا ديشي - في القضية المشار إليها أعلاه، وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المطلوب تنفيذ كالاتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف ، 4882.0 / إعلانك بهذا الإخطار، وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكلف (ين) بحضور جلسة يوم - الموافق الساعة - أمام المحكمة المذكورة، وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسب إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - ورشة انوار مليار لصيانة السيارات شاموغان مانوهاران باميينكاتيل  
إخطار دفع في القضية رقم 135/0005315 SHCEXCIBOUNCE2022 الشيكات المرتجعة إلى المحكوم عليه ، ورشة انوار مليار لصيانة السيارات - شاموغان مانوهاران باميينكاتيل حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدي المتخذ سالكارا نارايانان سافين تورهونوم باراميبال ، الجنسية هندي في القضية المشار إليها أعلاه  
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المحكوم المطلوب تنفيذ كالاتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 703350.0 لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار، وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسب إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

### الامارات العربية المتحدة وزارة الإقتصاد

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إعلان شطب قيد

تعلن وزارة الإقتصاد بأن السادة/ شركة لارسن أند توبرو افشوتيك ليمتد (الجنسية الهند) قد تقدمت بطلب شطب قيد فرع الشركة في إمارة ابوظبي (العنوان : شارع الدفاع - احمد طارش سلطان سعيد الهاملي / وآخرون ، ص ب 7371) والمقيدة تحت رقم (4000) في سجل الشركات الأجنبية بالوزارة. وتنفيذاً لأحكام القانون الاتحادي رقم (2) لسنة 2015 في شأن الشركات التجارية وتعديلاته والقرار الوزاري رقم (377) لسنة 2010م في شأن اعتماد دليل إجراءات الترخيص لفروع ومكاتب المنشآت المؤسسة بالخارج والمناطق الحرة بالدولة. يرجى من السادة أصحاب الحق في الاعتراض ان يتقدموا باعتراضهم الى الوزارة في ميعاد لا يتجاوز شهر من تاريخ النشر على العنوان التالي :

وزارة الإقتصاد - ادارة التسجيل التجاري  
ص.ب (901) ابوظبي

### حكومة راس الخيمة دائرة المحاكم

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### الموضوع: الأسماء

تعلن دائرة محاكم راس الخيمة بان المدعو/ محمد عدنان عبدالله الشحي ، تقدم بطلب تغيير المقطع الأول لاسماء شقيقته من (غيداء) الى (الغيد) و (غلا) إلى (الغلا) ، ليكون اسمائهن بعد التغيير / الغيد والغلا، أبناء / عدنان عبدالله الشحي ، وان من له مصلحة في الاعتراض على ذلك ان يتقدم خلال خمسة عشر يوماً من تاريخ الاعلان امام قسم الاشهادات والتوثيقات في محكمة راس الخيمة الابتدائية.

قاضي محكمة راس الخيمة الابتدائية  
عبد اللطيف احمد القوتني

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إدارة الكاتب العدل والتصديقات

رقم العمالة 0089595 MOJAU\_2022-  
تنازل / بيع  
ليكن معلوماً للجميع بأن السيد / محمد علي عبدالله محمد الزرقوي ، الجنسية الامارات يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 100% وذلك الى السيدة / مشيرة نواف غرزد الدين - الجنسية - سوريا في الرخصة (جبل العرب لتجارة الاجهزة الكهربائية والالكترونية) والتي تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (779784) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة. تعديلات أخرى : تغيير الشكل القانوني من فردية الى شركة الشخص الواحد ذ م م - تملك اجنبي. تنازل صاحب الرخصة وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتب العدل المذكورة لاتتبع الاجراءات القانونية.

الكاتب العدل

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إدارة الكاتب العدل والتصديقات

رقم العمالة 0089628 MOJAU\_2022-  
تنازل / بيع  
ليكن معلوماً للجميع بأن السيد / دولت خان بن جونوك ، الجنسية افغانستان يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 100% وذلك الى السيد / شهزاده كل حضرت كل - الجنسية افغانستان ، في الرخصة المسماة (النسر الاحمر لقنوات التجارة المسلحة) والتي تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة المسماة رقم (564475) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة. تعديلات أخرى : لا يوجد وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتب العدل المذكورة لاتتبع الاجراءات القانونية.

الكاتب العدل

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إدارة الكاتب العدل والتصديقات

رقم العمالة 0089676 MOJAU\_2022-  
تنازل / بيع  
ليكن معلوماً للجميع بأن السيد / سعود عبدالعزيز راشد سلطان آل علي الجنسية الامارات يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 100% وذلك الى السيد / محمد علي عياد علي - الجنسية بنجلاديش، في الرخصة المسماة (ورشة سعودي آل علي للصيانة السيارات) والتي تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة المسماة رقم (613357) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة. تعديلات أخرى : تنازل صاحب الرخصة لآخر ، تغيير الشكل القانوني من فردية الى وكيل خدمات وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتب العدل المذكورة لاتتبع الاجراءات القانونية.

الكاتب العدل

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إدارة الكاتب العدل والتصديقات

رقم العمالة 0088986 MOJAU\_2022-  
تنازل / بيع  
ليكن معلوماً للجميع بأن السيد / الياس امبيلي باراميان حسن كوتي حاجي امبيليبارامب ، الجنسية الهند يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 100% وذلك الى السيد / راجيف راجو راجو ماتاي - الجنسية الهند في الرخصة المسماة (كافتيريا برج القاسمية) والتي تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة المسماة رقم (745964) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة ، تعديلات اخرى : تنازل صاحب الرخصة لآخر ، تغيير وكيل خدمات. وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتب العدل المذكورة لاتتبع الاجراءات القانونية.

الكاتب العدل

### الامارات العربية المتحدة المحكمة الاتحادية العليا

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### اعلان بالنشر

إعلان صحيفة الطعن رقم 2022/1127  
بوكالة المحامي / هيام الزرعوني  
التي / 1- إف تي ماريتايم سيفر فيزير آل تي دي  
2- الزيت الأول لتزويد السفن بالوقود  
ليكن معلوماً لديكم بان الحكم الاستئناف رقم 337-2022/245 تجاري الصادر بتاريخ 21/07/2022 قد تم الطعن عليه بالنقض من طرف الطاعن / اية اية اية مازتيام شيبينج إس ايه ، في الطعن المشار اليه اعلاه وعليكم ايداع مذكرة يدفعاكم مشفوعة بسند توكيل المحامي الموكل عنكم وبالمستندات التي يذكر تقديمها لدى مكتب ادارة الدعوى في موعد أقصاه خمسة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

يلى محمد الشكيلي  
مدير مكتب ادارة الدعوى

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إعلان اجتماع خبرة

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١  
إعلان حضور اجتماع الخبرة  
الدعوى رقم 5712 لسنة 2022 مستعجل  
لدى محكمة الشارقة الاتحادية - المدنية  
منازع : رايه كومار ميروفا  
منازع ضده : باهان شانديرا ناجور نارالاسيتي  
المدي عليها الثانية : سنساكور (م ح)  
المتنازع ضده : باهان شانديرا ناجور نارالاسيتي - مدعو للحضور بواسطة ممثله القانوني أو وكيله المتمم لاجتماع الخبرة الحسابية الرئي عبر برنامج ميكروسوفت تيمز - بواسطة الرابط التالي : https://teams.live.com/join/9552685181215  
والحضر عنده الساعة الثانية بعد الظهر - يوم الخميس الموافق 22/09/2022 - مصطحبين معكم كافة المستندات التي ترفعون في تقديمها للخبير - ويرجى التوصل على هاتف الخبير الرقم التالي 00971505721269

الخبير الحسابي / محمد أبوالنور أحمد الصغير

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إدارة الكاتب العدل والتصديقات

رقم العمالة 0089157 MOJAU\_2022-  
تنازل / بيع  
ليكن معلوماً للجميع بأن السيد/ حافظ سعيد عبدالله مجرن الكتبي - الجنسية الامارات ، يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصتها البالغة (100%) وذلك للسيد/ محمد عبدالله احمد عبدالله ابراهيم، الجنسية البحرين ، وذلك في الرخصة المهنية الفردية المسماة (الاوربية للديكور) المرخصة برقم (611410) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بحكومة الشارقة ، وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتب العدل المذكورة لاتتبع الاجراءات القانونية.

الكاتب العدل

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إدارة الكاتب العدل والتصديقات

رقم العمالة 0089646 MOJAU\_2022-  
تنازل / بيع  
ليكن معلوماً للجميع بأن السيد / عمران محمود الله ركاها الجنسية باكستان يرغب في البيع والتنازل عن نسبة (50%) من كامل حصته البالغة 100% وذلك الى السيد : ساجد محمود الله ركا - الجنسية باكستان في الرخصة (عمران محمود لقنوات الاصباغ والاسف الملقفة) والتي تأسست بإمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (528679) الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة - تعديلات اخرى : تغيير الشكل القانوني من وكيل خدمات الى ذ م م ، اضافة شريك. وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتب العدل المذكورة لاتتبع الاجراءات القانونية.

الكاتب العدل

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### اعلان مدعي عليه بالنشر

في الدعوى SHCFICICPL2022 / 0001975  
الى المدعي عليه : محمد ايمن ياسين مريش سوري الجنسية  
تعلمكم بان المدعي علي محمد حجي القببسي الامارات العربية المتحدة / الجنسية  
قد اقام الدعوى المذكورة أعلاه للمطالبة وصدور الحكم الاتي  
أمر بالزام المقدم ضده بان يؤدي للطالب مبلغ ٨٧٥٠ درهم (ثمانية آلاف وسبعمئة وخمسون درهم) والرسوم والصاريف ورفضت ما عدا ذلك.  
حرر بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٣  
حرر بواسطة الموظف

مركز سعادة المتعاملين  
محكمة الشارقة الاتحادية  
الحكمة الابتدائية المدنية

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### اعلان مدعي عليه بالنشر

في الدعوى SHCFICICPL2022 / 0001763  
الى المدعي عليه : راجونا نايدو شادارام هندي الجنسية  
تعلمكم بان المدعي علي محمد حجي القببسي الامارات العربية المتحدة / الجنسية  
قد اقام الدعوى المذكورة أعلاه للمطالبة :  
الحكم - انه بتاريخ ٢٠٢٢/٣/٢٢  
بعد الاطلاع على الاوراق  
أمر بالزام المقدم ضده بان يؤدي للطالب مبلغ ١٢٠٠ درهم (اثني عشر الف درهم) والرسوم والصاريف ورفضت ما عدا ذلك.  
حرر بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤ - حرر بواسطة الموظف

محكمة الشارقة الاتحادية  
الحكمة الابتدائية المدنية

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### اعلان مدعي عليه بالنشر

في الدعوى SHCFICICPL2022 / 0003885  
الى المدعي عليه : حمزة ذاكر مغربي / الجنسية  
تعلمكم بان المدعي علي محمد حجي القببسي الامارات العربية المتحدة / الجنسية  
قد اقام الدعوى المذكورة أعلاه للمطالبة : لذا يجب عليكم الحضور أمام محكمة الشارقة الاتحادية ، المحكمة الابتدائية المدنية لتقديم ما لديكم من دفاع ومستندات، وفي حالة عدم حضوركم أو إرسال وكيل معتمد نيوب عنكم فإن المحكمة ستباشر الإجراءات القانونية في غيابكم. الحكم - انه بتاريخ ٢٠٢٢/٥/٢٢  
بعد الاطلاع على الاوراق - نأمر بالزام المقدم ضده بان يؤدي الى الطالبة مبلغ ٨٢٠٠ درهم (ثمانية آلاف ومائتي درهم) والرسوم والصاريف  
حرر بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٣ - حرر بواسطة الموظف

محكمة الشارقة الاتحادية  
الحكمة الابتدائية المدنية

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### اعلان مدعي عليه بالنشر

في الدعوى رقم AJCFICICPL2022/0001868 أمر اداء  
الى المدعي عليها / عبدالهادي عبدالوهاب عرب سوري الجنسية  
تحيطكم علما بأنه بتاريخ 2022/6/28م قد حكمت عليكم هذه المحكمة في الدعوى المذكورة بالرقم أعلاه المدعي / علي محمد حجي القببسي بالتالي : نأمر : بالزام المحروض ضده بان يؤدي للطالب مبلغا قدره خمسة آلاف درهما مع الزامه بالرسوم والمصروفات. حكما قابلا للاستئناف خلال 15 يوماً اعتباراً من اليوم التالي لاستلامك هذا التبليغ.  
مركز سعادة المتعاملين  
محكمة عجمان الاتحادية  
الحكمة الابتدائية المدنية

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - محمد امير شيبير احمد  
إخطار دفع في القضية رقم 3868/0003 SHCEXCIBOUNCE2022 الشيكات المرتجعة إلى المحكوم عليه : محمد امير شيبير احمد  
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدي المتخذ علي محمد حجي القببسي ، الجنسية الامارات العربية المتحدة في القضية المشار إليها أعلاه  
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المحكوم المطلوب تنفيذ كالاتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 7850.0 لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسب إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - سوادهاكا تولا بوتنا باراميات  
إخطار دفع في القضية رقم 135/0005315 SHCEXCIBOUNCE2022 الشيكات المرتجعة إلى المحكوم عليه : سوادهاكا تولا بوتنا باراميات  
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدي المتخذ شيوخ خالد ماثيلاكات خالد ، الجنسية هندي في القضية المشار إليها أعلاه  
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المحكوم المطلوب تنفيذ كالاتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 20850.0 درهم لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسب إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - شبيب سرامييكال محي الدين  
إخطار دفع في القضية رقم 135/0005315 SHCEXCIBOUNCE2022 الشيكات المرتجعة إلى المحكوم عليه : شبيب سرامييكال محي الدين  
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدي المتخذ الشيخ خالد بن فيصل بن سلطان بن سالم القاسمي ، الجنسية الامارات العربية المتحدة في القضية المشار إليها أعلاه  
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المحكوم المطلوب تنفيذ كالاتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 16010.0 لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسب إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

### الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٢ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢١

#### إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - الفطرة الذهبيبة لعادات معالجة الياء  
إخطار دفع في القضية رقم SHCEXCIBOUNCE2022/0003899 مدني (جزئي)  
إلى المحكوم عليه : الفطرة الذهبيبة لعادات معالجة الياء لالكها سعيد عبدالرحمن بنارس خان حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدي المتخذ سلطان نهييل عبدالله نهييل المرعاني ، الجنسية الامارات العربية المتحدة في القضية المشار إليها أعلاه  
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المحكوم المطلوب تنفيذ كالاتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 30424.0 درهم لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسب إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية





## محتوى شبكات التواصل الاجتماعي التحديات - الشبهات - التجاوزات في ندوة الثقافة والعلوم

كما أحدثت شبكات التواصل نقلة بتحويل فعل التواصل من عالم المحيط الاجتماعي إلى عالم التقنية مما أحدث تأثير على الفرد من ناحية ميله للعزلة والانسلاخ عن الواقع والانتماء للعالم الافتراضي. وأكدت أن مجتمع الإمارات تأثر بشبكات التواصل وهناك مظاهر كثيرة للتغيير الإيجابي والسلبي وخاصة لدى شريحة الشباب الذين تبنوا أفكاراً وقضايا لا تتسق وخصوصية المجتمع ولا تعبر عن هويته، وأن ما حدث نتيجة لتفلسف التعليم التي يراها البعض أنها غير متسقة وخصوصية المجتمع الإماراتي بالتحديد ما يتعلق باللغة والعلوم الاجتماعية والإنسانية، وأن هناك شرائح مجتمعية من الشباب تحتاج مزيد من الاهتمام. وخاصة خلل التركيبة السكانية وتدابيرها على بنية المجتمع أيضاً والتي تناولها كثير من مثقفي أبناء الإمارات منذ الثمانينيات.

ورأت النعيمي أن هذه الأسباب قد تنتج لدى الشباب حالة من الرضا والبحث عن الاختلاف أو الانسلاخ عن المجتمع ويستغلها البعض كما ذكر سابقاً، وهذا ما حدث في بعض المواقع على وسائل التواصل والتي أثارها بعض البلبلة المجتمعية.

وذكر عبدالله النعيمي أن وسائل التواصل الاجتماعي أجابت على سؤال قديم وهو هل يحكمنا القانون أم الأخلاق؟ فطوال عقود مضت كانت صورة نمطية أن مجتمعنا يتسم بالتصالح والهدوء ويميل للمسائلة، وتشكلت تلك السمات تلقائياً في الأذهان، ولكن بعد عام 2011 والانفتاح على عالم التواصل الاجتماعي اختلفت تلك الصورة بعض الشيء فأصبح لكل فرد قناته وإعلامه وأخباره الخاصة دون محاولة لتحسين الصورة، وبدلاً من ذلك ما كان مختبئاً في الداخل وخاصة أن البعض يظهر بأسماء وهمية ومستعارة ويقذف ويتنمر على الآخرين ولا يحكمه قانون أو أخلاق.

وأضاف أن ابن خلدون قال إن المجتمعات لا تبقى بنفس الصورة دون أن يحدث لها تغيير، فلابد من مؤثرات لإحداث التغيير، وكانت وسائل التواصل هي المؤثر الأكثر قوة وفعالية، كذلك انكسار حاجز اللغة وأصبح هناك من يحدث بعدة لغات، فتهدت المعلومات من كل ثقافات العالم وزاد الانفتاح مما أدى إلى تسارع عملية التحول في المجتمعات. وأصبح تأثير الإعلام الجديد هو الأكبر والأسرع والأخطر.

وأشار إلى أن المؤثرين ذوي الصوت العالي غير الواعي بسبب انحياز لغة الرأي والحوار لأن لديهم فكر مضاد ينشط في الخفاء، ولكن المؤثرين ذوي الصوت العميق الناضج والواعي هم الأكثر تأثيراً. ونوه إلى أن المحتوى الأكثر تأثيراً في المجتمع السعودي والمجتمع المصري بسبب طبيعة تلك المجتمعات وثقافتها السكانية وعمق تجربتها المجتمعية، وأن الرهافة وتكرس النظرة المادية أحياناً لا تنتج محتوى حقيقي وفاعل. وتناقش الحضور حول أزمة اللغة وانعكاسها على سلوك بعض الأفراد، وأهمية دور الأسرة في الحفاظ على الهوية والعادات والتقاليد.



فالحرية ليست مطلقة هناك قانون يحكمها وقد يختلف من مجتمع لآخر ولا بد من الالتزام بلوائحها. وأكد د. الملا صعوبة عمل رقابة على منصات التواصل، فالمنصات هي مرآة تعكس الوضع الموجود في المجتمع، وأن المشكلة هي محاولة البعض توجيه المجتمع لتوجهات معينة.

ونوهت د. عائشة النعيمي إلى أنه قبل الحديث عن شبكات التواصل الاجتماعي لابد من تناول بعض المصطلحات مثل الحريات والتي هي حق الفرد في طرح وممارسة الفعل باستقلالية تامة، ولكن في المقابل حينما تكون الحرية بلا مشروع ثقافي تتحول إلى فوضى وتفتقد للرؤية ومرعاة المصلحة العامة.

والمصطلح الآخر التغيير والذي يمثل حالة الثبات الوحيدة، ولكن كيف يكون تغييراً إيجابياً يحافظ على ثوابت المجتمع وهويته، فحين يتعارض التغيير مع المصلحة العامة للأفراد يجب أن تكون هناك وثيقة التحليل وتعديل المسار.

وأشارت النعيمي إلى أن الجميع على دراية إيجابية وسلبية شبكات التواصل الاجتماعي، فالبعض يستخدمها بغرض الترفيه، والبعض الآخر أكد قوتها فاستخدمها بشكل موجه وفعال لتقديم مصالح وأهداف محددة والحصول على الدعم وفتح آفاق جديدة للأفكار، مما ينتج عنه تقويض الشرعية القديمة عند الأفراد بشرعية جديدة تؤدي لتبني وحدات ثقافية نوعية مختلفة قد تصل محاولاتها إلى تغيير ثوابت المجتمع.

وأضافت النعيمي أن شبكات التواصل أفرزت موقنين وموقف ذاتي مرتبط بأهداف شخصية وموقف جماعي يتمثل في موقف المشاركين تجاه المعايير التي تحكم البنية الاجتماعية، بالإضافة إلى خلق عالم افتراضي.

على شبائنا؟ وخاصة ما يظهر جلياً من تحدي للهوية على شبكات التواصل؟ وحبیب الملا لإحصاءات تدل على مدى وتطور د. حبيب الملا لإحصاءات تدل على مدى قوة وتأثير المساحة التي تشغلها شبكات التواصل الاجتماعي على مستوى العالم، وعلى حسب إحصائية عام 2021 يتضح أن هناك حوالي 4.5 مليار شخص يستخدمون وسائل التواصل العالم أي أكثر من نصف سكان الكرة الأرضية، في السعودية فقط في حدود 40 مليون مشترك، و40% من سكان شمال إفريقيا لديهم وسائل تواصل اجتماعي، و52% من سكان شبه الجزيرة العربية ودول الخليج، أما في مصر فهناك 49 مليون شخص يستخدمون الفيس بوك.

وأشار إلى أنه في السابق كان من يستخدم منصات الإعلام لابد أن يكون دارس للإعلام وله خبرة في المجال وكانت قنوات الإعلام محدودة، ولكن الاختلاف اليوم أصبح لكل شخص صحيفة وقناة إعلامية، فأصبح المجال أكثر انفتاحاً، ولظروف المجتمعات العربية التي تعيش حالة من الاحتقان الشديد سواء اجتماعياً أو اقتصادياً أو سياسياً ما أفرز زيادة في وسائل التواصل الاجتماعي وزيادة في الموضوعات المطروحة سواء الطفولية أو العرقية والتراثية الاجتماعية وصراعات وردت فعل أكثر عنفاً، عكس ما كنا نشاهده في وسائل الإعلام التقليدية.

وعلق د. حبيب على اللفظ الحاصل حول فئة معينة في المجتمعات الغربية خصوصاً أن هناك فرق أن تكون المشكلة أو القضية موجودة في المجتمع، وأن تشكل هذه المشكلة أو الفئة دعوى للقبول بها في مجتمعنا المحافظ، وعكس ما كنا نشاهده في وسائل الإعلام التقليدية.

وتساءلت ماذا يتخوف البعض ويعارض وينتقد المحتوى الأخلاقي لواقع التيك توك؟ وهل المخرج أو الحل فرض الرقابة الأسرية عبر برامج وتقنيات رقابية متداولة بين الآباء والأمهات لحماية أبنائهم من آثار المحتوى المظلم أو اللامع أخلاقياً؟ أم هناك مخارج أخرى؟ وخاصة أن هناك قناعة بأن لوسائل التواصل مآلات وأهداف لتخريب المجتمع، أم أنها في الأصل أزمة تربية في مجتمعات ما بعد الحداثة أو مجتمعات الرفاه قادت لتضاعف بوسلة القيم والهوية..

كثيرون يرون أن هذه الشبكات قد قربت العالم وجعلته بالفعل قرية صغيرة إضافة لفوائد معرفية واقتصادية وسياسية وغيرها، لذا إننا لدينا كمثقفين عرب وعائلات تخوف دائم ومنذ البداية من هذه الشبكات وتأثيراتها

عقدت ندوة الثقافة والعلوم جلسة نقاشية بعنوان "محتوى شبكات التواصل الاجتماعي.. التحديات، الشبهات، التجاوزات" بحضور علي عبيد الهاملي نائب رئيس مجلس الإدارة ود. عبدالرزاق الفارس ود. محمد مراد عبدالله وعمر غباش ومحمود نور ونخبة من المهتمين والمثقفين. شارك في الندوة د. حبيب الملا القانوني وصاحب الخبرة العريقة في المجالات القضائية والبرلمانية والتشريعية، ود. عائشة النعيمي أستاذة مشاركة في كلية الاتصال الجماهيري جامعة الإمارات وكاتبة مقال، والباحث الروائي عبدالله النعيمي الناشط في مواقع التواصل الاجتماعي.

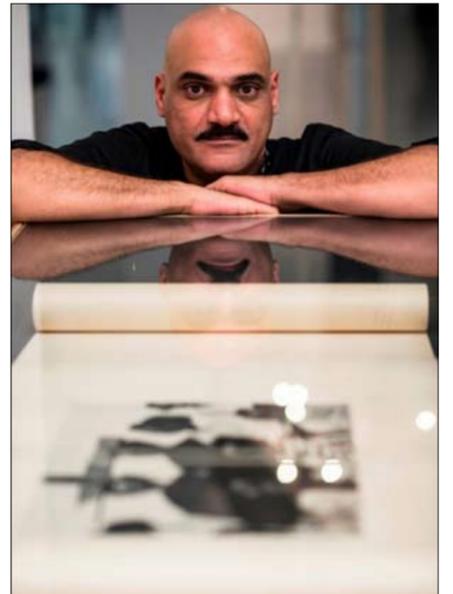
وأدارت الجلسة الكاتبة عائشة سلطان رئيس اللجنة الثقافية في الندوة مشيرة إلى ما تضح به شبكات التواصل الاجتماعي من حوارات وصراعات وقضايا شكلت موضوعاً جدلياً لم يهدأ منذ ظهورها، والتي تمثل حراكاً اجتماعياً طبيعياً ضمت سياقات حتمية حدثت في العالم وعبرت عن نفسها بأشكال متعددة. وأكدت عائشة سلطان أن البعض يرى أن ما يحدث ليس سوى حلقة من حلقات تطور المجتمعات الإنسانية، بينما يراه آخرون انفجار معرفي وتقني أسى استخدامه وتم توظيفه للإضرار بمجتمعات كثيرة، ويهدد التماسك الأسري ومنظومات القيم والأخلاق.

وتساءلت هل هناك خوف من أو شك أو ريبية في شبكات التواصل بشكل عام؟ وخاصة ما يقال بأن المجتمعات العربية في وسط هذا الكم من محتوى شبكات التواصل أكثر استهلاكا وليس إنتاجاً، فهل هذا يقلل من جهد المدونين والناشطين العرب على هذه الشبكات؟

وأضافت عائشة ماذا يعتقد البعض بأن ما يحدث على شبكات التواصل سلبيًا ومضراً، ألا يمثل هذا خوفاً من التغيير، رغم أن التغيير أمر واقع، وأن الشباب يعيش يومه وحياته على شبكات التواصل والمواقع كل حسب قناعاته وأفكاره بعيداً عن الوصايا، ما يؤكد انسيابية التفكير واختلاف الأفكار بين الأجيال.

وتساءلت ماذا يتخوف البعض ويعارض وينتقد المحتوى الأخلاقي لواقع التيك توك؟ وهل المخرج أو الحل فرض الرقابة الأسرية عبر برامج وتقنيات رقابية متداولة بين الآباء والأمهات لحماية أبنائهم من آثار المحتوى المظلم أو اللامع أخلاقياً؟ أم هناك مخارج أخرى؟ وخاصة أن هناك قناعة بأن لوسائل التواصل مآلات وأهداف لتخريب المجتمع، أم أنها في الأصل أزمة تربية في مجتمعات ما بعد الحداثة أو مجتمعات الرفاه قادت لتضاعف بوسلة القيم والهوية..

كثيرون يرون أن هذه الشبكات قد قربت العالم وجعلته بالفعل قرية صغيرة إضافة لفوائد معرفية واقتصادية وسياسية وغيرها، لذا إننا لدينا كمثقفين عرب وعائلات تخوف دائم ومنذ البداية من هذه الشبكات وتأثيراتها



## الشارقة للفنون تعلن عن تأسيس قسم فنون الأداء

أعلنت الشارقة حور بنت سلطان القاسمي رئيس مؤسسة الشارقة للفنون أمس، عن تأسيس قسم جديد لفنون الأداء تحت إشراف طارق أبو الفتوح الذي سيشتغل منصب مدير فنون الأداء وقيم أول في المؤسسة.

وسيشرف هذا القسم على تنظيم مجموعة متنوعة من البرامج الموسمية التي تشمل تقديم عروض للأداء وتكليف الفنانين بإنتاج عروض جديدة، والتعاون مع المؤسسات المحلية والإقليمية والدولية في إنتاجات فنية مشتركة وتوفير فرص لتجوال المشروعات الفنية.

وتتمحور رؤية تلك البرامج حول العلاقة مع المدينة ونسيجها الحضري وقاطنيتها ومؤسساتها حيث يتم دعوة فنانين محليين وإقليميين وعالميين لإقامات فنية متعددة لإنتاج عروض بتكليف من المؤسسة، وتقديمها في شوارع وساحات ومواقع غير تقليدية في مختلف أنحاء المدينة.

وتهدف برامج قسم فنون الأداء إلى خلق مساحات للتفاعل تقوم على تأسيس صلات بين المشروعات الفنية ومختلف الأماكن والمجتمعات، بحيث تكون مدينة الشارقة جزءاً محورياً في الإبداع الفني إضافة إلى ذلك ستخصص مجموعة من الورش والجلسات الحوارية والبرامج التعليمية لمشاركين من الإمارات ومنطقة الخليج عموماً، يتم تنظيمها بالتعاون مع مختلف المؤسسات المحلية.

وقالت الشارقة حور القاسمي: "لطالما شكلت فنون الأداء جزءاً لا يتجزأ من برامج المؤسسة لما تحمله من قدرة على خلق تجارب عميقة وبناء الصلات بين الإبداع الفني والمجتمعات المحلية والعالمية". وأضافت: "سعدت بالعمل مع طارق أبو الفتوح لوضع رؤية مستقبلية لهذا القسم الجديد، نؤكد من خلالها التزامنا بفنون الأداء كوسيط إبداعي حيوي، كما أن اضطلاع أبو الفتوح بهذه المهمة سيضيف منحى جديداً لعملنا بما يملكه من خبرات واسعة وفهم عميق للمجال الفني ولسياقات عمل المؤسسة".

وتتمت خبرة أبو الفتوح لأكثر من 20 عاماً في مجال التقييم والإنتاج الفني حيث عمل على تقييم مهرجانات ومعارض فنية في كل من آسيا وأفريقيا وأوروبا، كما تعاون مع مؤسسة الشارقة للفنون منذ العام 2009، كأحد قيمي بياني الشارقة التاسع من خلال برنامج حمل عنوان "ماضي الأيام الآتية"، وقيماً لعروض "وقت خارج الزمن، 2016/، بالإضافة إلى مساهماته ومشاركاته في العديد من دورات لقاء مارس السنوي.

وحول تأسيس قسم فنون الأداء.. قال أبو الفتوح: "يسعدني ويشرفني بداية مرحلة جديدة من خلال عملي مع المؤسسة باعتبارها واحدة من أبرز المؤسسات التي تقدم وتنتج فنوناً معاصرة على الصعيدين الإقليمي والعالمي".

وأضاف: "أتطلع قدماً لمواصلة نهج عمل المؤسسة بتبني أفكار تجريبية وطموحة، والتعاون مع فنانين ومؤسسات من جميع أنحاء العالم في سبيل بناء منصة تجمع الجمهور والممارسين الفنيين في الشارقة، حيث سيتم تصميم برامج تعكس النهج المتعدد التخصصات للمؤسسة ومبادراتها، وتستكشف المساحات المشتركة بين الفن المعاصر وفنون عروض الأداء والتجهيز الفني، بالإضافة لكونها امتداداً للدور المحوري الذي تلعبه الشارقة في المسرح على صعيد المنطقة، ويأتي تأسيس قسم فنون الأداء ليؤكد التزام المؤسسة طويل الأمد بدعم الممارسات الفنية الأبداعية متعددة التخصصات.



الأدبية والحوار الدائم بين الراوي وصديقه يذكرنا بكتاب الدكتور مصطفى محمود "أنا وصديقي المحمد" الذي استعرض فيه نفس الحكمة بمحاورة نفسه على هيئة صديق، والكاتب عمار بورويس حاور نفسه بما يحمل من هموم وطنه، وأراد أن يؤرخ في روايته "ليالي سردينيا" للأجيال القادمة سيرة ذاتية لقرية صغيرة، حاول من خلالها أن يلقى اللطال على الوطن الكبير ككل، فالقرية نموذج للوطن.

تمكن الكاتب من ربط الأحداث بالماضي والحاضر والمستقبل بوعي شديد، فالحاضر الذي تناوله كان من سرد حالته الدائمة وسبب وجوده ولقائه مع صديقه "رشيد" وذهب في السرد إلى سبب وجود صديقه في الجزيرة، واعتبر هذا الوجود عنصر تشويق للقارئ، وكان موفقاً أيضاً حين جعل قصة صديقه خاتمة للرواية بانطلاق ابنه الوافد الجديد من بلاده والرحلة الغير شرعية المستمرة لبلاد الغرب والبحث الدائم عن المجهول والفرار من الحاضر المؤلم لروية المستقبل الواعد، الذي ينشد فيه الحرية والانطلاق بعيداً عن الكبت والظلم، وترك الكاتب للقارئ مساحة للتفكير في حلول لأن قصة الفرار الغير شرعي مازال مستمر، فالرواية في مجملها تتمتع بحبكة احترافية ويسرد متنق وأسلوب سهل متميز.

أسامة عبد المقصود

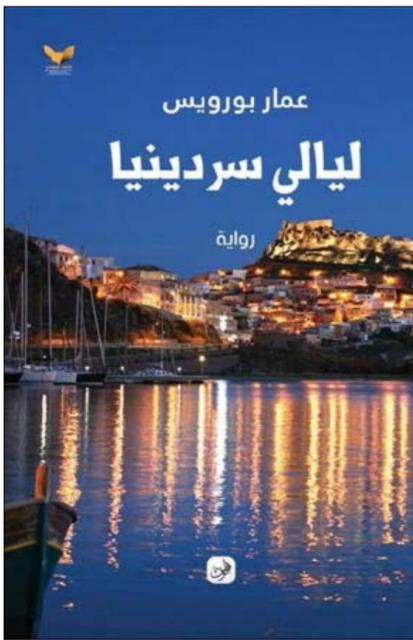
## رؤية نقدية رواية ليالي سردينيا وأدب سرد الذات

استوقفتني عنوان رواية ليالي سردينيا للكاتب عمار بورويس، التي تقع في 175 صفحة من القطع الصغيرة، وبلغت النظر اختياره لاسم جزيرة ثائية في بلاد الغرب على الجانب الآخر لقرية الصغيرة التي تنطبق في مساحتها وتكوينها الجغرافي مع قرينته التي تعتبر من القرى الثائية أيضاً في وطنه الجزائر، وقرينته "زبوجة" تشبه في موقعها نفس الجزيرة التي اختارها الكاتب لتكون استراحته الفكرية، وانطلاقته لسرد روايته الأولى، الفناخ كما ذكره الكاتب تقريباً شبه بإرادته بل ينشأ ويتعرض فيه ويصبح مصيره مرتبط بمصيره وبما فيه من مرح وحلو.

وتجد أن الكاتب من بداية الرواية حاول الفصل المادي بين سرده ووصفه للأحداث، باختيار نوع الخط المائل المعاناة، وعلى ما يبدو أنه اختار "سردينيا" كإلهامه، وكونها من الغرب بدلاً من "زبوجة" قرينته. وتأتي وقفة أخرى عند الإهداء الذي قام الكاتب بتوجيهه إلى أمه، وبدلاً من كتابة بعض الجمل التجليبية والثناء في وصفها، ومدى ارتباطها بها كما يفعل الكتاب والشعراء، كتب عن معاناتها وأساليب القهر والظلم التي تعرضت له، فبدى للقارئ أنه يهدي الرواية للوطن الأم، وكأنه جسد الأمومة في الوطن الذي لا يختاره المرء بإرادته بل ينشأ ويتعرض فيه ويصبح مصيره مرتبط بمصيره وبما فيه من مرح وحلو.

وتجد أن الكاتب من بداية الرواية حاول الفصل المادي بين سرده ووصفه للأحداث، باختيار نوع الخط المائل المعاناة، وعلى ما يبدو أنه اختار "سردينيا" كإلهامه، وكونها من الغرب بدلاً من "زبوجة" قرينته. وتأتي وقفة أخرى عند الإهداء الذي قام الكاتب بتوجيهه إلى أمه، وبدلاً من كتابة بعض الجمل التجليبية والثناء في وصفها، ومدى ارتباطها بها كما يفعل الكتاب والشعراء، كتب عن معاناتها وأساليب القهر والظلم التي تعرضت له، فبدى للقارئ أنه يهدي الرواية للوطن الأم، وكأنه جسد الأمومة في الوطن الذي لا يختاره المرء بإرادته بل ينشأ ويتعرض فيه ويصبح مصيره مرتبط بمصيره وبما فيه من مرح وحلو.

استفاد الكاتب من معرفته واطلاعه على الأدب العربي، فالتركيبية



منوعات

# الفكر

27



أنتهت شبكة HBO، أخيراً، بث الموسم الرابع من مسلسل Westworld، بعد عامين على انتهاء الثالث.

هذا الموسم يحمل عنوان "الخيار" (The Choice)؛ المفهوم الذي يتكرر طوال الحلقات الثماني، تلك التي تبدأ بعالم مثالي، وتنتهي بخراب البشرية، وتقلص فرص نجاتها حد الاستحالة.

## مسلسل Westworld . . بدأ بعالم مثالي، وينتهي بخراب البشرية



مفهوم "الخيار"، فيرنارد، واحد من أقدم النسخ، يحمل نبوءة مفادها أن الجميع سيفنى، وهناك أمل ضئيل، وعلى الجميع أن يختار "التضحية بنفسه في سبيل النجاة، نجاة من لا نعرفهم، فكل الموجودين من نسخ وبشر مهددون بالفناء.

المثير للاهتمام أن المسلسل يكشف أن الوعي البشري، ولو تحول إلى "شيفرة" يمكن استنساخها، يحوي ما هو غامض، لا يمكن توقعه، حتى لو ضبط بشكل كامل، وتعديله. هناك ما هو مريب، وهذا ما تكتشفه النسخ نفسها؛ إذ لا يمكن التحكم بخيارات النسخ والأفراد بشكل كامل. هناك دوماً من "يكسر" الشيفرة. وهنا يمكن أن نقول إن هناك أفقاً ما للوعي، سواء كان مبرمجاً أو طبيعياً. هناك حد، بمجرد أن يتخطاه

الكيان ذو الحكايات والذاكرة، يكتسب حريته، أو وعيه بذاته. وربما هذا ما ترمز إليه المتاهة، تلك العلامة التي تظهر عدة مرات في هذا الموسم، وترشد دولوريس إلى "حريتها". المتاهة هنا علامة على أن ما يحصل ليس إلا حكاية، ولا بد من وجود حقيقة وراءها.

تعرض هذا الموسم إلى العديد من الانتقادات، كونه غامضاً، أو أشبه بأحجية تنتظر حلها. فكلما تورطنا في المشاهدة، اكتشفنا أننا أمام Flashback، أو احتمال لم يتحقق؛ إذ يلتبس في البداية علينا مفهوم الحقيقة والخيال.

في ذات الوقت، تفقد الشخصيات حيويتها؛ إذ بالإمكان نسخ وعيها وبعثها من الموت، ليتحول الجسد البشري إلى مجرد وعاء بالإمكان استبداله. وهذا ما هدد أصالة المسلسل، لم يعد هناك ما هو مميز في الجسد البشري ولا الوعي، بالإمكان تبديل الأجساد ونسخ الوعي وكل هذا، ليتحول الزمن إلى مجرد عقبة بسيطة، لا يجابه سطوتها إلا الشوار، آخر البشر الأحرار، المنفيين من نعيم الوهم، المتعلقين بأمل تكتشف لاحقاً أنه غير موجود.

بسيط، نحن في لعبة، والحضارة مجرد قناع، لا بقاء سوى لشخص واحد، الأقوى والأقدر على النجاة.

الإشكالية الثانية التي يطرحها المسلسل تتمثل بالرغبة بالارتقاء، وهنا يظهر الاختلاف بين عقلية النسخ الواعية بذاتها، وبين عقلية البشر، بل يمكن القول إنه اختلاف سطحي، فالرغبة بـ"الارتقاء" التي تسعى شارلوت هايل إلى تحقيقها، تشبه الحلم الديني الذي يؤمن به البشر، أي الانتقال من الشكل الحالي، إلى عالم أوسع وأشد رقياً.

وهنا المشكلة، ثمن الارتقاء باهظ، قد يكلف الأمر نهاية العالم، أو قيامة من نوع ما. وهنا يظهر

جغرافيا العالم في هذا الموسم مثيرة للاهتمام، هناك أولاً الـ Sublime؛ نعيم من نوع ما، تسكنه أرواح-وعى النسخ، أشبه بقرص تخزين عملاق، يعيش فيه كل "وعي" في فردوس خاص. وهناك عالماً الحالي، ذاك الذي يعيش فيه البشر تحت سيطرة "الألات". أي انعكست اللعبة التي عرفناها في الموسم الأول، فالبشر مجرد أكياس لحم تصاع لسيناريوهات مكتوبة مسبقاً. وهناك عالم دولوريس، الشخصية الأشد وعياً بذاتها، وتمتلك من القدرة حد تحولها إلى كاتب حكايات البشر، فلا جسد مادياً لها. هي طيف يهيمن على عقول البشرية، ويرسم مصائرهم على هواه. وهناك عالم البشر، الثوار، سكان الصحراء الذين يريدون إنقاذ الجنس البشري.

لن نخوض في أحداث المسلسل حرصاً على متعة من لم يشاهده بعد. لكن بالإمكان التعليق على أسئلة الطبيعة البشرية الجديدة التي يطرحها هذا الموسم. فبعد سيطرة الألات أو النسخ على "العالم"، وتمتعهم بحرية التعبير والخيار، يتحول البشر إلى كائنات بلا وعي ذاتي، تحكمهم شارلوت هايل، البشرية التي أصبحت نسخة تريبيد الارتقاء بنوعها، وتأمل البشر المدفوعين بالحكاية المكتوبة مسبقاً، أسرى تكنولوجيا تجعلهم أقرب للمؤمنين مغناطيسياً. وهنا تظهر الإشكالية الأولى، بعض البشر لا يخضع كلياً، يقاوم الحكاية المكتوبة، ليس بسبب أجسادهم، بل بسبب تركيبة ما، تعجز النسخ عن فهمها. فبعضهم، أي البشر، يسمح الأوامر، لكن لا يتصاع لها، يقاوم عبر الجنون أو الانتحار. ذات الإشكالية التي اختبرتها النسخ بعد أن امتلكت وعيها وذاكرتها.

رفض السيناريو المكتوب مسبقاً، أو المصير، يطبق على أشد النسخ عدمية وراдикаلية. ويليم، أو الرجل ذو الزي الأسود، الذي يقرر رفض اللعبة الجديدة، معيداً عدمية أصله البشري، إذ يرغب بالعودة إلى الشكل القديم، أي الخراب الكلي وترسيخ قانون

## WESTWORLD SEASON 4

HBO

## تيموثي شلاميت يكشف عن نصيحة ليناردو دي كابريو له ليحافظ على مسيرته المهنية

دي كابريو، الذي يشبه إلى حد كبير شلاميت، في مسيرته السينمائية التي بدأها في سن مبكر من خلال أفلام مستقلة، قال لشلاميت أن يتبع قاعدة واحدة بسيطة وهي "لا مخدرات ولا أفلام خارقة".

بيدو أن ليوناردو الذي لم يلعب دور البطولة في أي فيلم خارق على مر السنين قد ترك بصمة على تيموثي شلاميت أيضاً الذي لم يوقع بعد على أي مشروع مع صناعات أفلام الأبطال الخارقين مثل DC أو Marvel.

كانت مسيرة شلاميت حتى الآن مليئة بالمشايخ المستقلة مثل Beautiful Little Boy و Lady Bird و Luca و Women Guadagnino Bones And All.

كان أكبر فيلم له تحقيقاً للإيرادات في شباك التذاكر هو Dune من إخراج Denis Villeneuve، والذي يصور حاليا الجزء الثاني منه.

أصبح الفنان تيموثي شلاميت أحد أفضل الممثلين في جيله بعد نجاحه في عدد من الأفلام مثل Call Me By Your Name و Dune والمزيد من الأفلام التي أظهرت موهبته المذهلة.

نظراً لأن الممثل البالغ من العمر 26 عاماً أصبح أول رجل يظهر منفرداً على الغلاف المطبوع لمجلة British Vogue خلال تاريخها البالغ 106 عاماً، في مقابله مع المجلة، تحدث شلاميت عن أفضل النصائح التي تلقاها خلال الفترة الماضية.

بعد تلقيه الشئاء على فيلمه القادم Bones And All الذي عرض لأول مرة في مهرجان فينيسيا السينمائي قبل بضعة أسابيع، كشف الممثل عن نصيحة مهنية رئيسية تلقاها من أحد كبار الممثلين في الصناعة.

كشف شلاميت الذي شارك مع ليوناردو دي كابريو في فيلم Don't Look Up كيف قدم له الممثل الحائز على جائزة الأوسكار بعض النصائح المباشرة في عام 2018.



# الفكر

## البصل قد تساهم في ضبط نسبة السكر في الدم



أساسي في المطبخ ولا يزال لدينا الكثير من مرضى السكري. "وأخير Indian Express أنه سيكون "متسرعا للغاية في استخلاص استنتاجات محددة"، لكنه أضاف أنه ينبغي تكرار النتائج في التجارب البشرية. وبحسب الخبراء يساعد النظام الغذائي الصحي في الحفاظ على الوزن منخفضا، وهو أمر مهم لمرضى السكري من النوع 1 والنوع 2، كما أنه يدير مستويات السكر في الدم ويقلل من خطر حدوث مضاعفات، مثل أمراض القلب أو الكلى.

كبيرا في مستويات السكر في الدم بنسبة 50 في المائة و 35 في المائة على التوالي. كما خفض مستخلص البصل مستوى الكوليسترول الكلي في الفئران المصابة بداء السكري، وكانت الفئران غير المصابة بالسكري تكتسب وزنا، لكن أولئك الذين يعانون من هذه الحالة لم يزد وزنهم. قال أوجيه: "البصل ليس غنيا بالسرعات الحرارية، ومع ذلك، يبدو أنه يزيد من معدل الأيض وبالتالي يزيد من الشهية، مما يؤدي إلى زيادة التغذية، ونحن بحاجة إلى التحقيق في الآلية التي أدى بها البصل إلى خفض نسبة الجلوكوز في الدم، وليس لدينا تفسير حتى الآن". ويعتقد بعض العلماء أنه لا أمل في علاج مرض السكري باستخدام البصل، قال الدكتور أنوب ميسرا، رئيس مركز Fortis CDOC للسكري في الهند: "وفقا لهذا المنطق، لم تكن الهند نقطة ساخنة لمرض السكري كما هي عليه اليوم، نحن نستهلك الكثير من البصل، فهو عنصر

كشفت دراسة جديدة أن مستخلص البصل يمكن أن يخفف بشدة ارتفاع نسبة السكر في الدم، وادعى الخبراء أن هذا النوع من الخضار الموجود في كل منزل لديه القدرة على علاج مرض السكري". وقال المؤلف الرئيسي للدراسة أنتوني أوجيه من جامعة ولاية دلتا في أبراكابا بنيجيريا في الاجتماع السنوي رقم 97 لجمعية الغدد الصماء في سان دييغو: "البصل رخيص ومتوفر ويستخدم كمكمل غذائي، ولديه القدرة على علاج مرضى السكري". وتم خلال الدراسة الجديدة إعطاء ثلاث مجموعات من الفئران المصابة بداء السكري جرعات مختلفة من مستخلص البصل، كما أعطى الباحثون الدواء والبصل لثلاث مجموعات من الفئران غير المصابة بمرض السكر مع مستوى طبيعي من السكر في الدم كمجموعة تحكم. وشهدت الفئران التي أعطيت 400 مجم و 600 مجم من مستخلص البصل انخفاضا

## عادة غذائية تساهم في الوقاية من الإصابة بالأمراض القلبية

يعني النظام الغذائي الصحي بحسب الخبراء الحصول على الكمية المناسبة من الفيتامينات والعناصر الغذائية مع التأكد أيضا من عدم الحصول على كمية زائدة من الدهون أو الصوديوم في الطعام. وتوصي المبادئ التوجيهية الغذائية للأمريكيين باستهلاك أقل من 2300 ملليجرام من الصوديوم يوميا للبالغين، ويستهلك الأمريكي العادي حوالي 3400 ملليجرام من الصوديوم يوميا. وفقا لإدارة الغذاء والدواء.

ووجد الباحثون مؤخرا أن تقليل تناول الصوديوم بمقدار 1000 ملليجرام يوميا يمكن أن يمنع الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية. واستخدام الباحثون النتائج المنشورة من برنامج سابق لتقليل الملح الذي يقيس كمية الملح التي يستهلكها المشاركون يوميا. البيانات التي تم جمعها من أكثر من 5000 شخص بالغ في جميع أنحاء الصين، وطور الباحثون نموذجا للتنبؤ بالآثار الصحية القادرة لتقليل تناول الصوديوم اليومي بمقدار 1000 ملليغرام، و 3200 ملليغرام، و 5000 ملليغرام.

وركزوا على الكيفية التي سيؤدي بها هذا التخفيض إلى تغيير ضغط الدم وكذلك مخاطر الإصابة بالتهابات القلبية وأمراض القلب والأوعية الدموية والسكتة الدماغية.

ووجدت النتائج أنه حتى قطع أقل كمية من الصوديوم نظر الباحثون إليها، 1000 ملليغرام من الصوديوم كل يوم، يمكن أن يمنع 9 ملايين حالة من أمراض القلب والسكتة الدماغية، بما في ذلك 4 ملايين أدي إلى الوفاة بحلول عام 2030.

تقول أخصائية التغذية لورا ماكديرموت: "هذه الدراسة صادمة في البداية بسبب الأعداد الكبيرة التي تتوقع أنها يمكن أن تتأثر بخفض تناول الصوديوم". ورغم إشارة الدراسة إلى أن الكثير من الناس يمكن أن يتأثروا بشكل إيجابي من خلال تقليل تناولهم للصوديوم، تحذر ماكديرموت من أن هناك بعض المحاذير للدراسة. وتضيف ماكديرموت: "عندما نتعمق أكثر في الدراسة، فإنك تدرك أنه تم جمع البيانات خلال فترة زمنية قصيرة تم تطبيقها على نموذج لإظهار الاتجاهات المحتملة لتوقع التأثيرات المستقبلية". وتشرح ماكديرموت قائلة: "هذه مشكلة، لا تظهر لنا علاقة السبب والنتيجة الحقيقية بمرور الوقت لأننا لا نستطيع أن نرى من هذه الدراسة أن الانخفاض في ضغط الدم سيستمر في الوقت الذي تقدره التوقعات، وبعض النظر عن ذلك، فإنه لا يزال يظهر نتيجة واعدة لتحسين الصحة العامة والرعاية الوقائية، حيث أن العلاقة بين الصوديوم وضغط الدم الانقباضي قد ترسخت بشكل جيد". على الرغم من أن نتائج هذه الدراسة تنبؤية منذ أن نظرت الدراسة في نموذج مفاهيمي بدلا من تجربة سريرية تدخلية، تقول ماكديرموت أنه لا يزال هناك دليل كاف لدعم فوائد تقليل كمية الصوديوم في نظامك الغذائي. وتضيف: "إن تقليل تناول الصوديوم بمقدار 1000 ملليغرام في اليوم قد يؤدي إلى صحة أفضل، وكذلك منع أمراض القلب والسكتة الدماغية عندما يتم استهلاك الصوديوم بشكل مفرط بسبب الإجهاد الذي يضعه الصوديوم الزائد على القلب".



فتاة تجلس وسط محصول الفلفل الحار ليحجف في بلدة محمبل في ريف إدلب الجنوبي شمال غربي سوريا - اف ب

## قرأت لك

فوائد الموز



يعد الموز من الفاكهة الغنية بالعناصر الغذائية؛ لكونه يحتوي على كثير من المعادن، كالزنك والحديد والمنسيوم واليوتاسيوم، والفيتامينات مثل (أ)، و(ب 12)، و(ج)، و(د)، كما يحتوي على البروتين والكالسيوم؛ لذلك

فهو غني بالفوائد الصحية. ويستعرض موقع (إيت رايت) مجموعة من الفوائد السحرية للموز؛ منها المساهمة في علاج الأنيميا وفقر الدم؛ لما يحتويه من الحديد. كما يساهم في علاج ضغط الدم المرتفع؛ حيث يعمل على خفض الضغط؛ لكونه يحتوي على نسبة عالية من اليوتاسيوم وكميات قليلة من الملح؛ لذلك فهو عامل وقاية من أمراض القلب والسكتة الدماغية. ويساعد الموز على مقاومة الاكتئاب؛ لما يحتويه من مادة "الترينوفان" التي يتم تحويلها إلى مادة "السيروتونين" بما يساهم في تحسين المزاج. ويعمل على تقوية العظام بما يحتويه من الكالسيوم. كما أنه ينظم نسبة السكر في الدم ويحمي من السكري من النوع الثاني، ويساعد على خفض الوزن على عكس الشائع من كونه يزيد الوزن ويقلل غيثان الصباح عند الحوامل كما أنه مضاد طبيعي للحموضة ويعالج قرحة المعدة.

كما أن موز مفيد لمقاومة تشنج العضلات. ويعد كذلك مفيدا جدا للأطفال؛ لكونه يرفع مستوى الذكاء ويساعد الطفل على الانتباه واليقظة خلال المذاكرة.

## سؤال وجواب

### هل تستطيع الأفعى ان تتماوت ؟

- نعم هناك بعض الأفاعي يستطيع ذلك مثل الأفعى خنزيرية الانف وتسمى احيانا ذات الحظيف او الأفعى النفاحة او الثعبان النفاخ فأذا وكست هذه الأفعى لفترة طويلة فإنها تنقلب على ظهرها وتتلوى في أتم واضح ثم تهدأ وتبقى على ظهرها مفتوحة الفم مدلاة اللسان كما لو كانت ميتة وإذا رفعها احد تتدلى في ارتخاء دون حراك ولا تعود إلى طبيعتها حتى يتركها الدخيل ويذهب بعيداً.

### ما هو الاسم الذي كان يُطلق قديماً عن الذهب؟

- الأصفر الرنان.

### كيف يتصرف العقرب حينما تحيط به النار؟

- يلسع نفسه فيموت.

### ما هو أثقل الحيوانات بالعالم؟

- الحوت الأزرق.

## هل تعلم؟

- هل تعلم أن النملة تستطيع أن تحمل وزنا يفوق وزنها ب 50 مرة.
- هل تعلم أن مجموع البحيرات الموجودة في كندا وحدها يزيد عن عدد البحيرات الموجودة في جميع دول العالم مجتمعة.
- هل تعلم أن مجموع البحيرات الموجودة في كندا وحدها يزيد عن عدد البحيرات الموجودة في جميع دول العالم مجتمعة.
- هل تعلم أن النوم بصورة مبكرة والاستيقاظ بصورة مبكرة من الأمور التي تسهم في صحة الإنسان بشكل كبير جدا.
- هل تعلم أن حرير العنكبوت أقوى 5 مرات من الفولاذ.
- هل تعلم أن النسور لا تموت ولكنها تنتحر بسبب المرض.
- هل تعلم أن شبكية العين تحتوي على نحو 90 مليون خلية حسية مسؤولة عن التقاط الصور وتمييز الألوان.
- هل تعلم أن أشعة الشمس تشتمل على فيتامين د بصورة طبيعية في ساعات الصباح الأولى.
- هل تعلم أن إسماعيل عليه السلام أول من ركب الخيل.
- هل تعلم أن أول ما يسمع الطفل في حياته هو صوت أمه، حيث إن الطفل يسمع صوت أمه وهو في بطنها.

## قصة العجوز والثعبان

كان الثعبان نائما بين صخرتين عندما اهتزت احدهما فسقطت على الأخرى وانحسر الثعبان فيما بينهما لا يستطيع الخروج ولم يرض احد بأن ينقذه حتى مر في المكان رجل عجوز وجاء ليستريح على الصخرة فناده الثعبان لينقذه فنظر اليه العجوز وعرف ما هو فيه فأفصح له مكانا وأخرجه.. وقف الثعبان الكبير الضخم امام العجوز وسأله ألم تخف مني فقال العجوز ولم أخاف ما دام الله القوى منك؟ فقال الثعبان نعم.. ولكن انا لن اؤذيك بل سأقدم لك عرضا: لك ان تتمنى أمنية فأحققها لك. فقال العجوز: اشركك لم اتذك لتقدم لي مكافأة بل اتذكك لوجه الله.

فقال الثعبان اشركك مرة ثانية وخذ هذه الحلقة التي على رقبتي فالبسها في رقبتك او منحها لمن تشاء فتحمله وتحقق له ما يريد وسيعيش حياة هانئة.. فشكره العجوز واخذ الحلقة وانصرف. ولما ذهب لبيته حكي لابنه سلطان ما حدث ومنحه الحلقة وقال شيعت من الدنيا اما انت فأمامك الكثير لتفعله فيها فشكره ابنه البار واخذ الحلقة ووضعها في رقبته وخرج لحرارة ارضه فأحس بأن يده تعمل كأنها يود 100 رجل ويه وقت قصير كان قد انتهى من عمله، اراد ان يحمل غلته لبيته فلم يحتج لساعدة احد وكأنه مارذ يستطيع ان يحمل جبلا.. فأخفى مافيه من قوة حتى لا يطعم فيها احد.

جاء وقت نزل إلى القرية رجل جبار عنيذ يملك جيشا من الرجال الأشرار فأخذ يعيث في القرية فسادا ويأخذ ما فيها ملكا له ولم يستطع احد ان يتصدى له لقوته وجبروته وهنا جلس سلطان ليلا يحدث نفسه بصوت عال هل يستطيع هذا الطوق ان يساعدي فخرج له في الحال الثعبان وقد ملأ نصف الخرفة وقال وهل تحسبني سأترك هذه الوثيمة تفوتني، ذلك الرجل الجبار لي ولأعواني جيشه حاللا علينا وضحك ضحكة مدوية اختفى بعدها وخرج سلطان لمواجهة الرجل الجبار في الوقت الذي هاجم الثعبان وعاونه رجاله فأخذوا يعترضهم وكأنهم العابا صغيرة في يد اطفال مشاغبين فقتلوا عليهم تماما عندما كان جبارهم يغمض عينيه ايضا في رحلة ابدية بعدما قضى عليه سلطان وخرج من مكانه ليعيد لأهل قريته ممتلكاتهم وسط تهليلهم به زعيما وسلطانا عليهم فجلس يحكم بينهم بعدل الله وشرعية اسلامه.

