

منوعات الغذاء

ص 22

أكثر من 120 باحثاً يناقشون تطورات
الذكاء الاصطناعي في المنتدى
الطلابي السنوي لجامعة العين

ص 27

ماريتا الرحلاني:
فني يشبهني وأنا
أغني بكل جوارحي

ص 23

علامات خفية تدل على
أنك تطحن أسنانك

الأربعاء 28 يناير 2026 م - العدد 14669
Wednesday 28 January 2026 - Issue No 14669

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

هل يجسد كيليان موريه دور "فولدمورت" في "هاري بوتر"؟

أنج الممثل البريطاني رالف فاينز إلى احتمال إسناد دور لورد فولدمورت إلى كيليان موريه في مسلسل "هاري بوتر" المرتقب من إنتاج شبكة HBO. في تصريح أشار تفاعلاً واسعاً بين محبي السلسلة، رغم غياب أي تأكيد رسمي حتى الآن.

وكان فاينز قد جسد شخصية فولدمورت في جميع أفلام "هاري بوتر" التي أنتجتها وارنر بروس، إلى جانب دانيال رادكليف وروبرت غرينت وإيما واتسون. وفي عام 2023، أعلنت HBO رسمياً إنتاج مسلسل جديد مقتبس من روايات جي. كيه. رولينغ، وصف بأنه سيكون أكثر شراً من حيث التفاصيل والشخصيات والمواقع الدرامية. ومن المقرر عرض المسلسل لأول مرة في عام 2027، على أن يخصص كل موسم لرواية واحدة، ضمن خطة تمتد لعشر سنوات. كما جرى تأكيد انضمام عدد من الممثلين إلى طاقم العمل الجديد، من بينهم جون ليجو، ونيك فروست، وبيول وايتهاوس، وبيبا إيسيدو.

تغيير مجرى نهر ديالى بعثاً عن جثمانى طفلين

دفع فقدان طفلين عرقاً في أحد أشهر محافظات ديالى العراقية، السلطات المعنية لتغيير مجرى النهر لتسهيل عمليات البحث عن جثمانى الطفلين، وتسليمهما لندويهما وإغلاق هذا الملف الإنساني الذي مضى عليه أكثر من أسبوعين، ونقلت صحيفة "دجلة" العراقية، عن مصدر وصف بالمسؤول، بأنه تم إعطاء الضوء الأخضر لتغيير مجرى نهر ديالى في مقطع محدد وفق الإمكانيات المتاحة، لانتشار جثتي الطفلين اللذين عرقا قبل 18 يوماً، أثناء لعبهما بالقرب من النهر. وأوضح المصدر "أنه تم التواصل مع وزارة الموارد المائية لتغيير مجرى النهر، ليتسنى لفرق الغواصين القادمة من بغداد إجراء عمليات بحث مكثفة لانتشال الجثتين".

وأضاف أن "هذا الإجراء سيمنح مرونة وإسبابية عالية في تمشيط قاع النهر وضفافه لسافة تمتد لعدة كيلومترات، لزيادة احتمالية العثور على جثتي الطفلين وتسليمهما إلى ذويهما".

يرتبط عصير التوت البري "الكرانبري" في أذهان

كثيرين بعلاج التهابات المسالك البولية، حتى بات يُعد خياراً شائعاً فور ظهور أعراض مثل الحرقنة وكثرة التبول. إلا أن الأبحاث الطبية الحديثة تشير إلى أن هذا الاعتقاد الشائع ليس دقيقاً بالكامل، بل قد يكون مضللاً في بعض الحالات.

ويحتوي التوت البري على مركبات طبيعية تُعرف باسم "البرو-أنثوسيانيدينات"، وهي مواد قد تساعد على منع بكتيريا "إيشيريشيا كولاي" من الالتصاق بجدار المثانة، وهو ما قد يقلل خطر الإصابة المتكررة بالتهابات المسالك البولية.

هل عصير التوت البري مفيد حقاً لالتهاب المسالك البولية؟

شارك في الدراسة 60 من الرجال والنساء الأكبر سناً، الذين تتراوح أعمارهم بين 50 و80 عاماً. تم تقييم المشاركين في بداية ونهاية التجربة، التي استمرت 12 أسبوعاً، لمعرفة كيف أثرت مكملات التوت البري على إدراكهم، أي الذاكرة والوظيفة التنفيذية، ووظيفة الدماغ والمؤشرات الحيوية للإشارات العصبية.

أظهر المشاركون الذين تلقوا مكملات التوت البري تحسناً كبيراً في الذاكرة العرضية البصرية، أي القدرة على تذكر تفاصيل ما يبدو عليه شيء ما، عند مقارنتهم بالمجموعة الضابطة.

ترتبط الذاكرة العرضية أيضاً بتذكر تفاصيل حدث وقع في وقت سابق من حياة المرء، سواء يوم الزفاف أو أول مولود. تشير النتائج إلى أن التوت البري، وبشكل أكثر تحديداً مركب البوليفينول، يلعب دوراً كبيراً في تعزيز الذاكرة والحفاظ عليها في وقت لاحق من الحياة.

يفترض الباحثون أن التحسن في الذاكرة ربما يكون نتيجة لزيادة تدفق الدم إلى القشرة الشوكية الداخلية، وهي بوابة دخول ومغادرة المعلومات من الحصين، حيث يحدث التعلم وتكوين الذاكرة بالدماغ.

علاوة على التأثيرات الإيجابية للذاكرة، أدت مكملات التوت البري أيضاً إلى انخفاض كبير في نسبة الكوليسترول الضار LDL. وبالتالي يتم تعزيز ودعم صحة الأوعية الدموية، مما يزيد من نتائج تحسين الأداء المعرفي.

لكن الأطباء يؤكدون أن هذه الفائدة تقتصر على الوقاية، ولا تمتد إلى علاج الالتهاب القائم بالفعل. فبمجرد ظهور الأعراض، لا يكون عصير التوت البري بديلاً عن العلاج الطبي.. بل يحذر مختصون من أن شرب عصير التوت البري أثناء الإصابة بالتهاب المسالك البولية قد يؤدي إلى تفاقم الأعراض بدلاً من تخفيفها. ويرجع ذلك إلى أن العصير يتميز بخصائصه العالية، ما قد يسبب تهيجاً إضافياً للمثانة المثتية.

وتوضّح طبيبة المسالك البولية لامي جابال أن التركيز في هذه المرحلة يجب أن يكون على شرب الماء والسوائل غير المحببة، بهدف المساعدة على طرد البكتيريا، وليس إدخال مشروبات قد تزيد الشعور بالحرقنة والانتزاج.

لكن الأطباء يؤكدون أن هذه الفائدة تقتصر على الوقاية، ولا تمتد إلى علاج الالتهاب القائم بالفعل. فبمجرد ظهور الأعراض، لا يكون عصير التوت البري بديلاً عن العلاج الطبي.. بل يحذر مختصون من أن شرب عصير التوت البري أثناء الإصابة بالتهاب المسالك البولية قد يؤدي إلى تفاقم الأعراض بدلاً من تخفيفها. ويرجع ذلك إلى أن العصير يتميز بخصائصه العالية، ما قد يسبب تهيجاً إضافياً للمثانة المثتية.

وتوضّح طبيبة المسالك البولية لامي جابال أن التركيز في هذه المرحلة يجب أن يكون على شرب الماء والسوائل غير المحببة، بهدف المساعدة على طرد البكتيريا، وليس إدخال مشروبات قد تزيد الشعور بالحرقنة والانتزاج.

ماذا عن الوقاية؟

وتشير بعض الدراسات إلى أن شرب عصير التوت البري بانتظام قد يساعد في تقليل تكرار الالتهابات لدى بعض النساء، خاصة اللواتي يعانين من التهابات متكررة. ولهذا السبب تسمح إدارة الغذاء والدواء الأميركية بالإشارة إلى أن هناك "أدلة علمية محدودة وغير حاسمة" تدعم دور كوب يومي من عصير التوت البري في الوقاية.

لكن الخبراء ينهون إلى ضرورة الحذر من الكمية ونوع العصير، إذ إن كثيراً من المنتجات المتوفرة في الأسواق تحتوي على سكريات مضافة، ما قد يرفع مستويات

العثور على أقدم أدوات خشبية في التاريخ

عثر باحثون على قطعتين أثريتين خشبيتين على ضفاف بحيرة في اليونان، تعدان أقدم الأدوات الخشبية المعروفة حتى اليوم، ويُقدّر عمرهما بنحو 430 ألف عام. في اكتشاف نادر يسلط الضوء على جانب غير معروف من حياة البشر الأوائل وتقنياتهم.

وبحسب دراسة نُشرت في مجلة وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم، فإن إحدى القطعتين عبارة عن عصا خشبية رفيعة يبلغ طولها نحو 80 سنتيمتراً، يُرجّح أنها استخدمت للحفر في التربة، في حين أن القطعة الثانية أصغر حجماً وأكثر غموضاً، مصنوعة من خشب الصنوبر أو الحور، ويُعتقد أنها كانت أداة محمولة باليد تُستخدم في تشكيل الأدوات الحجرية.

ويشير العلماء إلى أن الإنسان القديم اعتمد على طيف واسع من الأدوات المصنوعة من الحجر والعظام والخشب، إلا أن الأدلة على الأدوات الخشبية نادرة للغاية، نظراً لتحلل الخشب بسرعة مع مرور الزمن، وعدم حفظه إلا في ظروف بيئية خاصة مثل الجليد أو الكهوف أو البيئات الغمורה بالمياه.

ويرجّح الباحثون أن الأدوات المكتشفة في حوض ميغالوبوليس وسط اليونان ذُفنت سريعاً تحت الرواسب، ما ساعد على حفظها بفضل البيئة الرطبة.

وكان الموقع شهد، على مدى سنوات، اكتشاف بقايا أثرية أخرى، من بينها أدوات حجرية وعظام فيلة تحمل آثار قطع.

وعلى الرغم من أن التاريخ المباشر للأدوات الخشبية لم يُجر بعد، فإن عمر الموقع نفسه يعود إلى نحو 430 ألف عام، ما يمنح مؤشراً واضحاً إلى الحضبة الزمنية التي تعود إليها هذه القطع.

تناول بيضتين يومياً.. فائدة غذائية أم خطر صحي خفي؟

بينما شاع الاعتقاد لفترة بأن تناول البيض يومياً يعرض لخطر ارتفاع الكوليسترول، إلا أن دراسة حديثة وجدت أن هذا الاعتقاد قد لا يكون دقيقاً تماماً، بل إن للبيض تأثير معاكس لما يعتقد الكثيرون.

في الواقع، قد يكون له تأثير معاكس، فقد أفاد خبراء من جامعة هارفارد بأن: "البيض قد لا يساهم في ارتفاع مستويات الكوليسترول الضار كما كان يُعتقد سابقاً، بل إن كمية الدهون المشبعة في النظام الغذائي هي مصدر الفلق الصحي الأكبر".

وبحسب موقع "ميورور" في إطار هذا البحث خضع 48 شخصاً يعانون من ارتفاع مستويات

الكوليسترول الضار لـ 3 أنظمة غذائية مختلفة لمدة 5 أسابيع بالتناوب.

وفي جميع المجموعات، ارتبط ارتفاع الكوليسترول الضار بشكل ملحوظ بتناول الدهون المشبعة، وليس بالكوليسترول الغذائي من البيض. وشهد المشاركون الذين تناولوا بيضتين يومياً انخفاضاً في مستويات الكوليسترول الضار، شريطة أن يكون باقي نظامهم الغذائي منخفض الدهون المشبعة.

وأبرزت الدراسة أن الدهون التي ترفع مستوى الكوليسترول الضار توجد بشكل أساسي في الأطعمة مثل لحم البقر والضأن واللحوم المصنعة.



لوس أنجليس تفتتح سماءها لـ «التاكسي الطائر»

قد يكون حل أزمة الزحام المروري في لوس أنجليس قريباً على بعد رحلة جوية قصيرة، إذ تستعد المدينة لإطلاق سيارات أجرة طائرة رخيصة الثمن من إنتاج شركة Archer Aviation. يمكنها تلبية مدة الرحلات من 90 دقيقة على الطرق المزدحمة إلى 5 دقائق فقط، وفق ما صرح به الرئيس التنفيذي للشركة، آدم جولدشتاين. ووصف جولدشتاين المشروع بأنه فرصة تحدثت مرة واحدة في الجيل، مؤكداً أن الشركة تسعى لأن يكون أسطولها خيار النقل الرئيسي في المدينة قبيل دورة الألعاب الأولمبية والبارالمبية 2028. وفي هذا الإطار، أعلنت للجنة المنظمة للـ "LA28" في مايو-أيار عن اختيار Archer كمزود رسمي لخدمات التاكسي الجوي لفريق الولايات المتحدة والمناسبات المرتبطة بالحدث، وفقاً لصحيفة "نيويورك بوست". ومنذ ذلك الحين، أبرمت الشركة عقوداً مع مواقع رئيسية واستحوذت على مطار هورثون، الواقع على بعد ميلين فقط من مطار لوس أنجليس الدولي واستاد SoFi في إنغلوود، ليكون مركز عملياتها الرئيسي.



منوعات الفكر

22

تحت رعاية وحضور شَمَا بنت محمد بن خالد آل نهيان

أكثر من 120 باحثاً يناقشون تطورات الذكاء الاصطناعي في المنتدى الطلابي السنوي لجامعة العين

في تطوير منظومة التعليم العالي وبناء قدرات بشرية قادرة على الابتكار والمنافسة. وأضاف أن استضافة هذا الحدث المهم يجسد حرص الجامعة على توفير منصة علمية تفاعلية تجمع الطلبة والباحثين من مختلف الجامعات العربية، وتسهم في تبادل الخبرات وتعزيز التكامل الأكاديمي بما يخدم مسيرة التنمية المستدامة.

من جانبها، أوضحت الأستاذة الدكتورة ابتهاج أبو رزق، نائب رئيس جامعة العين لشؤون التطوير والمتابعة وعميد شؤون الطلبة، والأمين العام لجمعية إدارات عمادات شؤون الطلبة، أن المؤتمر يشكل مساحة نوعية لتمكين الطلبة من توظيف أدوات الذكاء الاصطناعي في البحث العلمي والتفكير الإبداعي، مؤكدة أن بناء جيل واع بتقنيات المستقبل يتطلب دمج المعرفة الأكاديمية بالتطبيقات العملية، وتعزيز مهارات التحليل والابتكار لدى الطلبة. وأضافت أن تنوع الأوراق البحثية وتعدد الجامعات العربية المشاركة يعكسان تزايد الوعي بأهمية الذكاء الاصطناعي كأداة فاعلة في مواجهة التحديات التعليمية والاجتماعية، ويؤكدان المكانة التي يحظى بها المؤتمر كمصنعة داعمة للتميز الطلابي والبحثي، ومحفزة للإبداع والابتكار على مستوى العالم العربي.

ويأتي تنظيم المؤتمر في إطار دعم التوجهات الحالية نحو التحول الرقمي وتبني تقنيات الذكاء الاصطناعي كأحد المحركات الرئيسة للتنمية المستدامة وبناء اقتصاد المعرفة، حيث يشكل الذكاء الاصطناعي ركيزة أساسية في تطوير التعليم العالي، وتمكين الطلبة من أدوات المستقبل، وتعزيز قدرتهم على الابتكار وصناعة الحلول الذكية للتحديات المجتمعية والاقتصادية. كما يؤكد المؤتمر على أهمية الاستثمار في العقول الشابة، وتبنيها للانخراط الفاعل في مسيرة التطور التكنولوجي، بما يواكب المتغيرات العالمية ويخدم أولويات التنمية في العالم العربي.



المؤتمر الطلابي السنوي الثاني يعكس التزام الجامعة بدعم البحث العلمي الطلابي، وتعزيز دور الطلبة في استشراف المستقبل وصناعة المعرفة، مشيراً إلى أن الذكاء الاصطناعي لم يعد خياراً تقنياً بل أصبح عنصراً محورياً

مستخدمين ريشة الذكاء الاصطناعي. إن إنسانيتكم وأخلافتكم هي عجلة القيادة التي تضمن أن يظل هذا التطور خادماً للبشرية لا عبثاً عليها". وأكد الأستاذ الدكتور غالب الرفاعي، رئيس الجامعة، أن

أوجه رسالتي للشباب أتم مطالبون باستعادة دقة القيادة وفالالة تمتلك السرعة والبيانات، لكنكم تمتلكون الحكمة والضمير لا تجعلوا الخوارزميات تكتب سرديتكم، بل اجعلوا عقولكم ووجدانكم هي من يخطط فصول المستقبل

•• العين - الفجر

تحت رعاية وحضور الشقيقة الدكتورة شَمَا بنت محمد بن خالد آل نهيان، انطلقت فعاليات المؤتمر الطلابي السنوي الثاني لجمعية إدارات عمادات شؤون الطلبة المبنية عن اتحاد الجامعات العربية، تحت شعار الذكاء الاصطناعي بلا حدود... رحلة الطلبة نحو المستقبل، وذلك في مقر الجامعة بمدينة العين، على أن تستمر فعاليات المؤتمر حتى 29 يناير 2026.

ويشهد المؤتمر مشاركة واسعة لأكثر من 120 باحثاً قدموا ما يزيد على 120 ورقة بحثية، يمثلون 26 جامعة من 10 دول عربية، هي: دولة الإمارات العربية المتحدة، الكويت، سلطنة عمان، الأردن، سوريا، فلسطين، العراق، المغرب، تونس، وجمهورية مصر العربية، في تأكيد على الحضور الأكاديمي العربي المتنامي في مجالات الذكاء الاصطناعي والبحث العلمي الطلابي.

ويتضمن المؤتمر برنامجاً علمياً متكاملًا يشمل على ندوات متخصصة، وجلسات علمية، وورش عمل تحفيزية، يقدمها نخبة من الباحثين والأكاديميين والخبراء، بهدف تسليط الضوء على أحدث التطبيقات والاتجاهات البحثية في مجال الذكاء الاصطناعي، وتعزيز قدرات الطلبة البحثية والابتكارية.



بتوجيهات الدكتورة شَمَا بنت محمد بن خالد آل نهيان

مركز الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافي يعزز عام الأسرة 2026 بفعاليات وورش متنوعة في مدارس العين



الأندلس، حيث قدمت ورش تثقيفية متنوعة تسهم في تعزيز الهوية الوطنية والوعي البيئي والحرية لدى الطلبة. ومن أبرز هذه الورش «جمال الخيوط»، التي تناولت فنون الحرف الإماراتية، وورشة حول تاريخ البرقع الإماراتي والمحار، إضافة إلى جلسات تراثية بعنوان «من إرث زايد نستمد هويتنا»، والتي ربطت الأجيال الحاضرة بجدور الإرث الإماراتي العريق.

كما تم خلال البرنامج تفعيل مبادرة "خلق"، التي أطلقتها الشقيقة شَمَا بنت محمد بن خالد آل نهيان عام 2019، لتعزيز منظومة القيم والأخلاق في المجتمع ودعم التوجهات الوطنية في هذا المجال. وفي إطار التعاون المجتمعي، شارك المركز بالتعاون مع بلدية مدينة العين - مركز التواجد

•• العين - الفجر

بتوجيهات الشقيقة الدكتورة شَمَا بنت محمد بن خالد آل نهيان، رئيس مجلس إدارة مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافية والتعليمية، وفي إطار الاحتفاء بعام الأسرة 2026، نظم مركز الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافي سلسلة من الورش والفعاليات التثقيفية في عدد من مدارس مدينة العين، ضمن برنامجي "شَمَا محمد للتثقيف البيئي" وبرنامج "إرث زايد التراثي والحرية" استهدفت الفعاليات نخبة من مدارس مدينة العين، منها: مدرسة المدار الدولية، مدرسة الرياحين، مدرسة طحنون بن محمد، مدرسة بريميموم، مدرسة الظاهر وأكاديمية

تحت شعار «الإمارات والكويت إخوة للأبد»

حديقة الحيوان بالعين تحتفي بالعيد الوطني الكويتي بفعاليات تراثية وثقافية مميزة



•• العين - الفجر

تنظم حديقة الحيوان بالعين فعاليات احتفالية بمناسبة العيد الوطني الكويتي ضمن احتفاء دولة الإمارات بهذه المناسبة الوطنية الغالية التي تستمر لأسبوع ابتداءً من 29 يناير حتى 4 فبراير تحت شعار "الإمارات والكويت إخوة للأبد". وتأتي هذه الاحتفالات تنويجا للعلاقات الأخوية التاريخية بين الدولتين الشقيقتين وتجسيدا لحرص قيادة الإمارات على مواصلة تعزيز هذه العلاقات. وتتضمن فعاليات الحديقة لوحة فولكلورية لفن "العرضة" الكويتي العريق يستمتع الزوار بمشاهدتها مباشرة عند مدخل الحديقة الرئيسي يوميا، وهو فن شعبي تراثي يؤديه الرجال تعبيراً عن الشجاعة والفخر والوحدة الوطنية مع إيقاع الطبول والسيوف مرددين الأشعار الحماسية. وتستقبل الزوار لدى شبابيك التذاكر مجموعة رائعة من الهدايا التي تتضمن حقائب من المفاجآت وعلمي الدولتين الشقيقتين ومشابك زينة وبطاقات تهنئة تحمل عبارات ورسائل احتفالية. كما يستمتع زوار الحديقة بتجاربهم الفريدة، بما يشمل استكشاف التنوع الحيواني والنباتي الذي يضم نحو 4000 حيوان، وزيارة المعارض، وحضور برامج الإثراء والإطعام، وجولات مركز الشيخ زايد لعلوم الصحراء، ومغامرات سفاري العين.

منوعات الفكر 23



هل تصاب أحيانا بآلام في الفك أو صداع في الصدغين ولا تعرف السبب؟ قد تطحن أسنانك أو تضغط عليها من دون أن تشعر، سواء في أثناء النهار أو في أثناء النوم. وبحسب تقرير لموقع ساينس آرت (ScienceAlert)، فإن هناك ٣ علامات خفية يمكن أن تكشف هذه العادة التي قد تضر بصحة فمك وأسنانك على المدى الطويل.

عادة تضر بصحة فمك على المدى الطويل

علامات خفية تدل على أنك تطحن أسنانك



الأسنان ولماذا يحدث؟
طحن الأسنان (Bruxism) هو رد فعل لا إرادي يحدث عندما تنتشج عضلات المضغ وتضغط الأسنان معا أو تحتك ببعضها بقوة سواء في أثناء الاستيقاظ أو النوم. وتقدر بعض الدراسات أن نحو واحد من بين ستة أشخاص يطحنون أسنانهم أثناء النوم، وواحد من كل أربعة يفعلون ذلك خلال النهار من دون وعي. وقد تساهم عدة عوامل في هذا السلوك، من بينها التوتر والقلق والاكتئاب، وبعض الأدوية النفسية، إلى جانب الإفراط في تناول الكافيين أو الكحول والتدخين. هناك أيضا ارتباط قوي بين انقطاع التنفس في أثناء النوم (Sleep Apnea) وطحن الأسنان، إذ يسبب نقص الأكسجين في الدم إطلاق هرمونات توتر تعزز هذا السلوك.

كيف يمكن لطبيبك اكتشاف الأمر؟

قد يلاحظ طبيب الأسنان تآكلا واضحا في أسطح الأسنان أو الحشوات، أو حوافا مكسورة أو أسنانا مرتخية عند الفحص، وهي علامات شائعة لتكرار الضغط أو الطحن. كما يمكن أن تظهر ندبات أو خطوط بيضاء داخل الخدين أو على اللسان نتيجة احتكاك العضلات والأنسجة بالأسنان.

ماذا يمكن أن تفعل حيال ذلك؟

ينصح خبراء الصحة القومية بأن الخطوة الأولى دائما هي زيارة طبيب الأسنان أو الطبيب العام للتقييم. بعد تحديد السبب، يمكن أن يوصي الأطباء بالتالي: - "واق ليلى" مخصص (Night Guard) لحماية الأسنان من التآكل في أثناء النوم. - فحص اضطرابات النوم مثل انقطاع النفس بواسطة اختبار نوم معتمد. - جلسات علاج فيزيائي لعضلات الفك لتخفيف التشنج والألم. - في بعض الحالات، قد يُستخدم حقن البوتوكس لتخفيف حركة عضلات الفك، رغم أنها ليست مناسبة للجميع وتحتاج إلى تكرار. لتحسين الوضع يمكن لتغييرات بسيطة في أسلوب الحياة أن تخفف الضغط على الأسنان، مثل: تقليل الكافيين، تحسين عادات النوم والابتعاد عن الأجهزة الإلكترونية قبل النوم، وتعلم تقنيات الاسترخاء للحد من التوتر العضلي.

1. ألم أو إحساس غير مريح في الوجه والفك إذا شعرت بألم أو انزعاج في صدغك أو فكك أو حتى بالقرب من الأذن مرة واحدة على الأقل أسبوعيا، فربما تضغط على أسنانك أو تطحنها بشكل غير واع. هذا الألم ينبع من إجهاد عضلات المضغ التي تعمل بلا توقف في أثناء الضغط أو الطحن.

2. صعوبة أو ألم في أثناء الفتح أو المضغ الأشخاص الذين يطحنون أسنانهم كثيرا قد يشعرون بألم عند فتح الفم أو في أثناء المضغ. قد تشعر بأن الفك "يلق" أو يصدر طقطقة أو انفلاقا مؤقتا، خصوصا في الصباح بعد الاستيقاظ. هذه العلامة غالبا ما تكون مؤشرا قويا على وجود مشكلة طحن غير ملحوظة.

3. الفك يصدر أصواتا غير طبيعية قد تختبر إحساسا بأن فكك ينغلق فجأة أو يصدر صوت "كليك" أو طقطقة عند محاولة فتح الفم أو المضغ. هذه الأصوات ليست طبيعية وقد تكون نتيجة الضغط المستمر الذي تتعرض له المفاصل الفك في أثناء طحن أو ضغط الأسنان.

ما هو طحن

خبراء يكشفون الحقيقة المخفية عن مكملات المغنيسيوم

في السنوات الأخيرة، انتشر استخدام مكملات المغنيسيوم بشكل واسع حيث يروج لها كحل سحري لمشاكل صحية متنوعة تتراوح بين الأرق وتشنجات العضلات. لكن الحقيقة العلمية تكشف أن هذه الضجة التجارية قد تبالغ في فوائدها، فالجسم يحتاج إلى المغنيسيوم بكميات محددة يمكن توفيرها غالبا من خلال نظام غذائي متوازن دون الحاجة إلى مكملات إضافية.

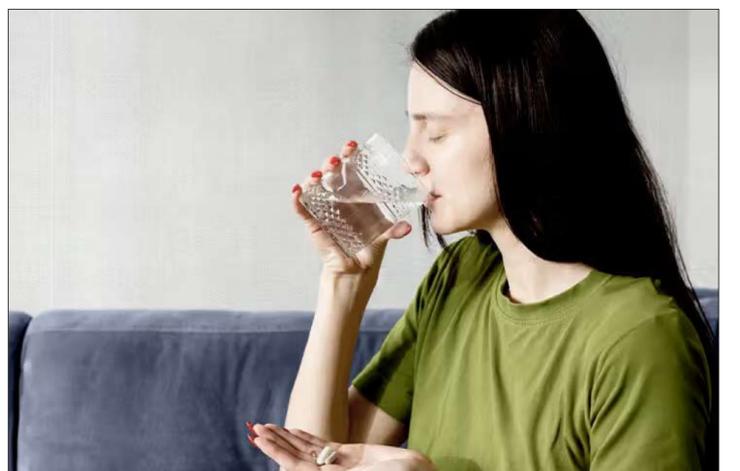


البطنية والإسهال. كما أن الجرعات العالية جدا قد تصل إلى مرحلة السمية، خصوصا عندما تحتوي المكملات على فيتامينات ومعادن إضافية قد تؤدي إلى تجاوز الجرعات الآمنة عند استخدامها مع مكملات أخرى. لذلك، قبل الإقبال على شراء هذه المكملات، ينصح باستشارة



الغنية بالمغنيسيوم بين المكسرات (مثل اللوز والكاجو وبذور اليقطين)، الحبوب الكاملة (كالشوفان والأرز البني)، المأكولات البحرية، اللحوم، البقوليات (كالفاصولياء والعدس)، والخضروات الورقية الخضراء (كالسلق والسبانخ). وحتى عشاق الشوكولاتة يمكنهم الحصول على جزء من احتياجاتهم اليومية منها، حيث تحتوي 100 غرام من الشوكولاتة الداكنة على 146 ملغ من هذا المعدن الهام. وعلى الرغم من توفر المصادر الغذائية، تبقى بعض الفئات أكثر عرضة من غيرها للإصابة بنقص المغنيسيوم، وتشمل هذه الفئات كبار السن، مرضى داء كرون والداء البطني، مرضى السكري من النوع الثاني، ومن يعانون من مشاكل سوء الامتصاص أو الإدمان على الكحول. وتظهر أعراض النقص عادة على شكل تشنجات عضلية، رعشة، فقدان الشهية، غثان، تقبؤ، وفي الحالات المتقدمة قد تصل إلى عدم انتظام ضربات القلب. أما بالنسبة للدعاءات الصحية المنتشرة حول مكملات المغنيسيوم، فإن الأدلة العلمية تقدم صورة أكثر تعقيدا. فبينما تظهر بعض الدراسات فائدة محتملة في تخفيف الصداع النصفي، تبقى الأدلة حول تحسين النوم أو منع تشنجات العضلات غير حاسمة ومتباينة بين دراسة وأخرى. وفي كثير من الحالات، قد تكون التغييرات في نمط الحياة أو العلاجات البديلة أكثر فعالية من الاعتماد على المكملات. ومن المهم أيضا معرفة أن المكملات ليست خالية من المخاطر، فقد تسبب اضطرابات هضمية مثل الغثان والتشنجات

وقد يعيد المغنيسيوم معدنا أساسيا لحسن سير عمل الجسم، حيث يدخل في عمل أكثر من 300 إنزيم مسؤول عن وظائف حيوية متنوعة، وتلعب هذه الإنزيمات دورا محوريا في بناء البروتينات، تنظيم عمل العضلات والأعصاب، تحويل الطعام إلى طاقة، والحفاظ على صحة الدم. ونظرا لأن الجسم غير



قادر على إنتاج هذا المعدن ذاتيا، فإنه يعتمد كليا على المصادر الخارجية لتلبية احتياجاته. ولحسن الحظ، يمكن بسهولة تلبية الاحتياج اليومي من المغنيسيوم الذي يتراوح بين 310-420 ملغ للبالغين من خلال نظام غذائي متنوع. وتتعدد المصادر الغذائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم ٠٠01755/2025/AJCEXCIBOUNCE
إلى المحكوم عليه : سعيد بن مبارك بن سعيد الدوسري
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / سعود شيخ احمد عبد الرحيم باوزير الحضرمي - الجنسية الامارات العربية المتحدة - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 60705.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان مدعي عليه بالنشر
إلى مكتب إدارة الدعوى محكمة النقض الشارقة محكمة النقض
في الدعوى رقم 0000014/2026/SSCUSCIVS مدني
الى المدعي عليه/مغسلة امواج لغسيل السيارات
مجهول محل الإقامة
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / شيخ احمد عبد الرحيم باوزير الحضرمي - الجنسية الامارات العربية المتحدة - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 60705.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي
اسم المصفي : عالية تدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 1705 - 039 - بنك مملكة الفجيرة الوطني ش.م.ع - الخليج التجاري - هاتف 042343599 فاكس 042873327.
بموجب هذا تعلق الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية موجبات تجارة الجوهرات م.م.د وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 21/1/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 21/1/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين بتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 1705 - 039 - بنك مملكة الفجيرة الوطني ش.م.ع - الخليج التجاري - هاتف 042873327 فاكس 042343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : موجبات تجارة الجوهرات م.م.د
العنوان : محل رقم 07 ملك ديرة ونورفورت العقارية 1 ش.م.م.د - الراج - ديرة - الشكل القانوني شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد م.م.د - رقم الرخصة : 1431432 رقم القيد بالسجل التجاري : 2446345 بموجب هذا تعلق دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 21/1/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 21/1/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين بتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 1705 - 039 - بنك مملكة الفجيرة الوطني ش.م.ع - الخليج التجاري - هاتف 042873327 فاكس 042343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان مدعي عليه بالنشر
إلى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 0000148/2025/SHEXCIBOUNCE تجاري
الى المدعي عليه / محمد نعمان محمد صديق - مجهول محل الإقامة -
اعلان بالنشر على المدعي عليه بالمدعي عليه العربية والانجليزية
الزام المدعي عليه بأن يؤدي للمدعية مبلغ وقدره (22,094.85) اثنتان وعشرون ألف واربعة وتسعون درهما وخمسة وثمانون فلس - بالإضافة الى الغائبة القانونية بواقع 12% من تاريخ الاستحقاق الحاصل في 1/1/2025/ حتى تمام السداد الزام المدعي عليه بالرسوم والخصومات ومقابل تعاقب المحاماة
أنت مكلف بالحضور بجلسة 2/5/2026 أمام مكتب ادارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 10) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه -بوصفك مدعي عليه .
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان متفد ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - فيصل ابكر محمد احمد
إخطار دفع في القضية رقم 00009597/2025/SHEXCIBOUNCE تجاري
إلى المحكوم عليه : فيصل ابكر محمد احمد
العنوان: الشارقة - منطقة مويج - بناية رقم 2052 - شقة رقم 303- وإعلانه برسالة نصية على الهاتف رقم 0585200240
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / شركة مجموعة الامارات للاتصالات (مجموعة اتصالات) ش.م.ع - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 123960.0 درهم .
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان متفد ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - محمد ديشان محمد جاويد اقبال
إخطار دفع في القضية رقم 00009595/2025/SHEXCIBOUNCE تجاري
إلى المحكوم عليه : محمد ديشان محمد جاويد اقبال
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / شركة مجموعة الامارات للاتصالات (مجموعة اتصالات) ش.م.ع - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 34535.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة الفجيرة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان متفد ضده بالنشر
محكمة الفجيرة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - لينير بالاتياب ريجالا
إخطار دفع في القضية رقم 0001394/2024/FUCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : لينير بالاتياب ريجالا
العنوان:امارة الفجيرة - خلف الفول مول عيادة شقة 502 - هاتف 0502721052- البريد nhei.laurice052@gmail.com
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ،بمكنت الامارات دبي الوطني ش.م.ع - في القضية المشار اليها أعلاه .
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 18850.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك عن ذلك فانت مكلف بحضور جلسة يوم - الموافق - الساعة - أمام المحكمة المذكورة ، وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠٢٦/٢٠٢٦/٢٨ تجاري مصارف جزني
المنظورة في دائرة إيداع الدعوى الابتدائية العشرين رقم ٣٩٨
موضوع الدعوى : المطالبة بإلزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٨٨٨,٢٠٩١٣) درهم مضمونة ضامنة وتسعون ألف ومئتان وتسعة وثلاثة وستون فلس - والرسوم والصاريف وتعاقب المحاماة .
المدعي: مصرف الإمارات - عمارة دبي - بورسعيد - ديرة - شارع بورسعيد - مبنى ستي افنو - شقة السابع ١٠٢ - ٥٦٣٨٠٤٥
المطلوب إعلانة : - احسان عبد الصمد فضل الرحمن القرشي - صفته : مدعي عليه
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بإلزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٨٨٨,٢٠٩١٣) درهم مضمونة ضامنة وتسعون ألف ومئتان وتسعة وثلاثة وستون فلس - والرسوم والصاريف وتعاقب المحاماة - وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٦/٢/٢٠ الساعة ٩:٠٠ ص في قاعة التقاضي من بعد لنا فانت مكلف بحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٥٩٥/٢٠٢٥/١١٦ تجاري جزني
المنظورة في دائرة إدارة الدعوى الثالثة عشر رقم ٤١٤
موضوع الدعوى : المطالبة بإلزام المدعي عليه بالتزامن بأن يؤدي للمدعية مبلغا وقدره (٩٠,٩٩٦) درهما مع الغائبة القانونية عنه بواقع ٥٠ من تاريخ المطالبة القانونية وحتى السداد التام مع ضمول الحكم بالنفاد الجمل لكل كافة ضم مفد النزاع رقم ١٣٢٦٠٢٥ .
المدعي: ايه اسي موزور للتجارة ش.م.د
عنوانه: الإمارات - امارة دبي - الخيبيسي - ديرة - شارع الاتحاد - مبنى قسم معرض فيكتوري للسيارات - شقة معرض رقم ١ - ملك سمير محمد عبد الحافظ قرشي - ٥٠٣٣٨٨٠٠
المطلوب إعلانة : ١ - ناتشورال لتجارة الانتيموم والرجاج م.م.د - صفته : مدعي عليه
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بإلزام المدعي عليه بالتزامن بأن يؤدي للمدعية مبلغا وقدره (٩٠,٩٩٦) درهما مع الغائبة القانونية عنه بواقع ٥٠ من تاريخ المطالبة القانونية وحتى السداد التام مع ضمول الحكم بالنفاد الجمل بلا كافة ضم مفد النزاع رقم ١٣٢٦٠٢٥ - وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠٢٦/١/٢١ الساعة ٩:٠٠ ص في قاعة التقاضي من بعد لنا فانت مكلف بحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان رقمي بالنشر بقيد دعوى
في الدعوى رقم: ٤٢٠/٢٠٢٥/١١٢ عمالي قرار وزاري
المنظورة في دائرة إدارة الدعوى العمالية الثالثة رقم ٤١٨
موضوع الدعوى : الحكم بإلغاء القرار الوزاري فيما قضى به مجددا بإلزام المدعي عليها بسداد مبلغ (٧٥٠٠) درهم شامل الرسوم والصاريف .
المدعي: محمد السيد محمد الاقديني
عنوانه: الإمارات - امارة دبي - القصيص الاولى - دبي - مئتي عود الطيئنة - شقة ١٣ - ٥٥٣٣١٦٧٢٤
المطلوب إعلانة : ١ - مؤسسة واحه المتجره لخدمات تصفية وتحليل البيانات - صفته : مدعي عليه
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها الحكم بإلغاء القرار الوزاري فيما قضى به مجددا بإلزام المدعي عليها بسداد مبلغ (٧٥٠٠) درهم شامل الرسوم والصاريف - وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٦/٢/٢٣ الساعة ٩:٠٠ ص في قاعة التقاضي من بعد والتي يعين الوصول اليها من خلال موقع محاكم دبي الالكتروني - والخدمات العامة - جداول جلسات القضايا لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان رقمي بالنشر بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٠٧/٢٠٢٤/١٨٤ تنفيذ تجاري
المنظورة في دائرة التنفيذ الرابعة رقم ١٨٢
موضوع التنفيذ : الحكم الصادر في الدعوى رقم ١٩٢ لسنة ٢٠٢٣ تجاري جزني ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٢٣,٣١٢,٠٤٠) درهم شامل الرسوم والصاريف .
طالب التنفيذ : اسنه باينيك جينرال التراجيع ك.م.م
عنوانه: الإمارات - امارة دبي - المركز التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى مئتي الفوسي ١ - شقة مكتب رقم ١٠٥ - ٥٦٣٨٠٤٥
المطلوب إعلانة : ١ - منصور شبيب حسين عبد الرحمن - صفته: متفد ضده
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى للتنفيذ المذكورة أعلاه والزامك بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وبسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٢٣,٣١٢,٠٤٠) درهم إلى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة .بالإضافة إلى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر المبلغ المنفذ الا فان محكمة التنفيذ ستتخذ الاجراءات القانونية بحكم .
لسداد المبلغ المنفذ به يتم ايداع أو تحويل اى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمكتب التنفيذ الكلي AES10260751208000206764
DC-VAC-ACCOUNT : 207-2024-684-000206764
Emirates NBD - بنك الإمارات الوطني
رئيس الشعبة

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان متفد ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - محمود عبد الله بريو عبد القادر
إخطار دفع في القضية رقم 00007060/2025/SHEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : محمود عبد الله بريو عبد القادر
العنوان:امارة الشارقة - القاسمية - بناية الياسيمين - شقة رقم 1201 - بالقرب من ميغامارت موبایل رقم 0561458029
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 32041.0 درهم .
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان متفد ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - محمود اسعد اسعد
إخطار دفع في القضية رقم 00007066/2025/SHEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : محمود اسعد اسعد
العنوان:امارة الشارقة - شارع النخيل - بناية تاجر 1 - شقة رقم 303 - بالقرب من محطة بترويل دونك - موبایل رقم 0554748006
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 20950.0 درهم .
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان متفد ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - جواتام شكار ريدكار شكار جوبيد ريدكار
إخطار دفع في القضية رقم 0008767/2025/SHEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : جواتام شكار ريدكار شكار جوبيد ريدكار
العنوان:امارة الشارقة - القاسمية - بناية السيف - شقة رقم 902 - بالقرب من نستو هايس ماركت - موبایل رقم 0505879198
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ،بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه .
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 39661.0 درهم
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 00004862/2025/AJCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : فوز عبد الرحمن الريح اسحاق
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 59811.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان متفد ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - احمد عبد الله رباح مبارك الحمادي
إخطار دفع في القضية رقم 00009766/2025/SHEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : احمد عبد الله رباح مبارك الحمادي
العنوان:امارة الشارقة - الغافية - منزل رقم 35 - شارع رقم 25 - بالقرب من حديقة الغافية موبایل رقم 0543571783
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 23448.0 درهم .
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان متفد ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - إسماعيل علي شيريا التريام كونات
إخطار دفع في القضية رقم 00009330/2025/SHEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : إسماعيل علي شيريا التريام كونات
العنوان:امارة الشارقة - النهدة - بناية رويينا شقة رقم 603 - بالقرب من السفير مول - موبایل رقم 0553483534
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 31289.0 درهم .
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان متفد ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - تعريد عمر حسين مطر
إخطار دفع في القضية رقم 0009482/2025/SHEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : تعريد عمر حسين مطر
العنوان:امارة الشارقة - النخيل - بناية تاجر 2 - شقة رقم 906 - بالقرب من العرب مول - موبایل رقم 0553552933
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 40023.0 درهم .
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان متفد ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - ايفني جانتو انجوكو باكاتانج
إخطار دفع في القضية رقم 00009476/2025/SHEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : ايفني جانتو انجوكو باكاتانج
العنوان:امارة الشارقة - شارع جمال عبد الناصر - برج المنارة - شقة رقم 1102 - بالقرب من مخبز ضميمين - موبایل رقم 0561400621
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 35672.0 درهم .
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان رقمي بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 0004843/2025/AJCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : ايهان محمد مسعد محمد
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 21515.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان مدعي عليه بالنشر
إلى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 00007519/2025/SHEXCIBOUNCE تجاري
الى المدعي عليه/غازي يوسف عولش - مجهول محل الإقامة -
تعلّمك أن المدعي أقام الدعوى المذكورة أعلاه ويطلب فيها الإلزام المدعي عليه بأن يؤدي للمدعية مبلغ وقدره (22,643.95) درهم اثني عشر ألف وتسعة وثلاثة واربعمون درهم وخمسة وتسعون فلس قيمة التوافير المستحقة عليه بالإضافة الى الغائبة القانونية 12% من تاريخ 2024/3/1 وحتى تمام السداد - كالتالي:الزام المدعي عليه بالرسوم والخصومات ومقابل تعاقب المحاماة .
أنت مكلف بالحضور بجلسة 2/4/2026 أمام مكتب ادارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 15) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه -بوصفك مدعي عليه .
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان مدعي عليه بالنشر
إلى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 0003561/2025/AJCHICOMS تجاري
إلى المدعي عليه : غازي يوسف عولش - مجهول محل الإقامة -
ات مكلف بالحضور بجلسة 2/4/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (1) مكتب مدير الدعوى (شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه -بوصفك مدعي عليه .
حرر بتاريخ 2026/1/23
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 0004843/2025/AJCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : ايهان محمد مسعد محمد
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه .وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 21515.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار . وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

محاكم دبي محكمة الاستئناف

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

مذكرة اعلان بالنشر (استئناف)
في الاستئناف رقم ٢٠٢٥/٢٠٢٥/٢١٤٢ استئناف مدني

المنظورة في دائرة إدارة الدعاوى الاستئنافية العاصرة رقم ٨٨
موضوع الاستئناف : استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٥/٢٧٧٧/٢٠٢٥ مدني جزئي والرسوم والصاريف والأتايب .

المستأنف: طاهر فضل فضل احمد
عنوانه الامارات - امارة دبي - الفروود - ديرة - دبي - شارع دبي - مبنى الجمعية التعاونية للاسكان - شقة ٤١٤ - ٥٠٣٧٧٧٨٨ .

المطلوب ايلانه لهم : ١ - ساجان علم محمد عثمان - جوفيند ياداف راجديف ياداف - ٣ ساشين سونديبال - ٤ ديشين ساهني كالو ساهني - جيتو شانديرابانثي - صفتهم : مستأنف صدهم
موضوع الاستئناف : قد استأنف القرار / الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠٢٥/٢٧٧٧/٢٠٢٥ مدني جزئي، وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٦/٢/٢ الساعة ٩:٠٠ ص بقاعة التقاضي عن بعد، وعليه يقتضى حضوركم أو من يملككم قانونياً وفي حالة تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابياً.

الخبير الحسابي / محمد سعيد الشريف
رقم الهاتف ٥٠٥٥١٢١٢٨

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٠٢٦/٢٠٢٦/٢٥٢ تنفيذ شيكات

المنظورة في دائرة التنفيذ التامة عشر رقم ٤٧٣
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (١٤٦٦٦٩) الصادر عن بنك دبي الاسلامي بقيمة (١٩٠,٧٢٤,٤٩) درهم شامل الرسوم .

مطالب التنفيذ : بنك دبي الاسلامي - شركة مساهمة عامة
عنوانه امارة دبي - ديرة - شارع بورسعيد - بناية بنك دبي الاسلامي - رقم مكاني ٢١٩٢٥٩٢٣٧ - ٥٠٥١٢٢٢٩١ .

المطلوب ايلانه : ١- كريستينا فالجوهنا ارموفا - صفته: متخذ صده
موضوع الاستئناف : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتقد به وقدره (١٩٠,٧٢٤,٤٩) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستخذ الاجراءات القانونية بحكمكم . لسداد المبلغ المتقد به يتم ايداع أو تحويل الى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بملف التنفيذ اذلت
AE110260751208000210297
DC-VAC-ACCOUNT : 253-2026-1394-000210297
Emirates NBD - بنك الامارات دبي الوطني
رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٠٢٦/٢٠٢٦/٢٥٢ تنفيذ شيكات

المنظورة في دائرة التنفيذ السابعة عشر رقم ٤٧١
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٢٠٠٠٢) الصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بقيمة (١٩٠,٧٢٤,٤٩) درهم شامل الرسوم .

مطالب التنفيذ : بنك دبي الاسلامي - شركة مساهمة عامة
عنوانه امارة دبي - ديرة - شارع بورسعيد - بناية بنك دبي الاسلامي - رقم مكاني ٢١٩٢٥٩٢٣٧ - ٥٠٥١٢٢٢٩١ .

المطلوب ايلانه : ١- ديشين جوستين لوريس كوتريز - صفته: متخذ صده
موضوع الاستئناف : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتقد به وقدره (١٩٠,٧٢٤,٤٩) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستخذ الاجراءات القانونية بحكمكم . لسداد المبلغ المتقد به يتم ايداع أو تحويل الى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بملف التنفيذ اذلت
AE040260751208000210229
DC-VAC-ACCOUNT : 253-2026-1376-000210229
Emirates NBD - بنك الامارات دبي الوطني
رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

الدعوى رقم 2025/679 عقاري كلي

ضد المدعي عليه الثاني /فهد علي موسى علي النقيب
المرفوعة من اس ال كوربوريشن دي دبيلو سي ش.م.ذ.
بما ان هناك دعوى مقامه ضدكم بحكمه دبي الابتدائية تحت الدعوى رقم ٢٠٢٥/٦٧٩
عقاري كلي وحيث انه تم تدنبا لجنة خيرية ثنائية في الدعوى المذكورة اعلاه فينا وعملا بأحكام قانون الاثبات لسنة ١٩٩٢ م بخصوص أعمال الخبرة امام المحاكم ندعوكم لحضور اجتماع الخبرة عن بعد عن طريق تطبيق ZOOM وذلك يوم الخميس الموافق ٢٠٢٦/١/٢٩ في تمام الساعة ٤:٠٠ عصرا ويرجى منكم ارسال كافة المستندات المؤيدة والمثبتة لدفاعكم قبل حضوركم للاجتماع .

الخبير الحسابي / محمد سعيد الشريف
رقم الهاتف ٥٠٥٥١٢١٢٨

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : الجبرودي للتدقيق والحاسبة ش.م.ذ.
العنوان : مكتب رقم 204 - ملك عبدالله الشعمالي - ديرة - هور المنز - هاتف 042389721 فاكس 042389722

بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور اعلاه لتنصيف كلاكود وينج لتأجير الطائرات ولوازمها ش.م.ذ. وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 22/1/2026 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 22/1/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي رقم 204 - ملك عبدالله الشعمالي - ديرة - هور المنز - هاتف 042389721 فاكس 042389722، مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : كلاكود وينج لتأجير الطائرات ولوازمها ش.م.ذ.
العنوان : مكتب رقم 601 - 08 ملك مؤسسه محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - بورسعيد - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد ذ.م. - رقم الرخصة : 1328840 رقم القيد بالسجل التجاري : 2314432 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة اعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 22/1/2026 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 22/1/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين الجبرودي للتدقيق والحاسبة ش.م.ذ. العنوان : مكتب رقم 204 - ملك عبدالله الشعمالي - ديرة - هور المنز - هاتف 042389721 فاكس 042389722، مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : ان بي ان لمرجعة الحسابات ش.م.ذ.
العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش.م.ذ. - بورسعيد - هاتف : فاكس :

بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور اعلاه لتنصيف رسم الحياة للاستشارات الاستشارية ش.م.ذ. وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 16/1/2026 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 16/1/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ان بي ان لمرجعة الحسابات ش.م.ذ. العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش.م.ذ. - بورسعيد - هاتف : فاكس : مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : رسم الحياة للاستشارات الاستشارية ش.م.ذ.
العنوان : مكتب رقم 3-141 ملك هند عبدالغفار علوم حسين - ديرة - الخبيصة - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد ذ.م. - رقم الرخصة : 1423010 رقم القيد بالسجل التجاري : 2428443 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة اعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 16/1/2026 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 16/1/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ان بي ان لمرجعة الحسابات ش.م.ذ. العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش.م.ذ. - بورسعيد - هاتف : فاكس : مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

محاكم دبي محكمة الاستئناف

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم 250 / 12 / 2024 - بيع عقار مرون

موضوع الدعوى : الدعوى رقم 250 / 12 / 2024 - بيع عقار مرون
رقم 2735 مبداء رقم 394 - تملكه المصفي محمد عبد الله محمد عمران النعنان
عنوانه الامارات - دبي - شارع الفروود - ديرة - مبنى الجمعية التعاونية للاسكان - شقة 414 - ٥٠٣٧٧٧٨٨ .
موضوع الاستئناف : قد استأنف القرار / الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠٢٥/٢٧٧٧/٢٠٢٥ مدني جزئي، وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٦/٢/٢ الساعة ٩:٠٠ ص بقاعة التقاضي عن بعد، وعليه يقتضى حضوركم أو من يملككم قانونياً وفي حالة تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابياً.

الخبير الحسابي / محمد سعيد الشريف
رقم الهاتف ٥٠٥٥١٢١٢٨

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : أحمد أبو أحمد مبادئ لمرجعة الحسابات ش.م.ذ.
العنوان : مكتب رقم 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود ميناء - هاتف 048866575 فاكس 048866575

بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور اعلاه لتنصيف فينتكس ش.م.ذ. وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 26/1/2026 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 26/1/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي العنوان المذكور اعلاه، مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : فينتكس ش.م.ذ.
العنوان : مكتب رقم 09 ملك الفعارات - بر دبي - الفوز - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة - رقم الرخصة : 525018 رقم القيد بالسجل التجاري : 56267 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة اعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 26/1/2026 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 26/1/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أبو أحمد مبادئ لمرجعة الحسابات ش.م.ذ. العنوان : مكتب رقم 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود ميناء - هاتف 048866575 فاكس 048866575، مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

محاكم دبي التسويات الودية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

اعلان بالنشر
في المنازعة رقم: ٢٠٢٥/٤١١/١٥٥٨ نزاع محدد القيمة

المنظورة في التسوية الودية للمنازعات السابعة رقم ٧٥
موضوع المنازعة : المطالبة بترازم المدعي عليها ببيع وقدره (١٨٠٠٠) درهم والرسوم والصاريف والتعاب والمحاماة والعمالة و ٥٠ من تاريخ الاقراض وحتى السداد التام وشعور المحكم بالنقص للمجمل بلا كاشف .
التنازع: ماجا مرزا
عنوانه الامارات - امارة دبي - بر دبي - دبي - ٩٧١٥٨٠٤٧٣٣
المطلوب ايلانه : ١- كاتارينا كريستوفهوكفا - صفته: متنازع صده
موضوع الاستئناف : قد اقام عليك الدعوى وموضوع المطالبة بترازم المدعي عليها ببيع وقدره (١٨٠٠٠) درهم والرسوم والصاريف والتعاب والمحاماة والعمالة و ٥٠ من تاريخ الاقراض وحتى السداد التام وشعور المحكم بالنقص للمجمل بلا كاشف .
الحكم بالنقص للمجمل بلا كاشف: وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠٢٦/١/٢٩ الساعة ٩:٠٠ صباحا بقاعة التقاضي عن بعد لذا فلتحتم بالاحضور أو من يملككم قانونياً وعليكم بتقديم ما لديكم من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة الاستئناف

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

دائرة القضاء - أبو ظبي
ادارة الكاتب العدل والتوثيق

الموضوع: 2025-590 - ط اذن م - ر ب - ا ظ

تقدمت المواطنة : زيانه حمد عامر علي المنصوري
بطلب إلى قسم التركات بدائرة القضاء بتغيير اسمها من (زيانته) إلى (الزنيه).

فمن لديه اعتراض بتقديمه به إلى القسم المذكور خلال 15 يوماً من تاريخ نشر الإعلان.

قاضي محكمة التركات

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

الامارات للمزادات
تنفيذ رقم 2025/17404

اعلان بيع مجوزات المزارع (شراً)

تعلن الامارات للمزادات وبناء على تكليف مركز شح المزارع الزراعية في دبي بأنه سينفذ مزاد علني على موقع الامارات للمزادات www.emiratesauction.ae وذلك في تمام الساعة 6,00 مساء يوم الثلاثاء 2026/02/03 ببيع الحوزات العائدة ملكيتها للمنفذ صده مطعم بارهينكوس ش.م.ذ. - ٣ شهبول مين عبدالرازق و اوصاف الحوزات على النحو التالي ،
الوصف : سعر التقييم : 39,345
معدات مطعم :
فصل من ريزب بالمزاريه ان يتقدم بتأمين قدي او شيك ضمان وللمزيد من المعلومات التفضل بزيارة الموقع الإلكتروني www.emiratesauction.ae . وعلى كل من له اعتراض التقدم باعتراضه معززا اياد بما يبرهه من مستندات قبل الموعد المحدد للبيع بثلاثة أيام على الأقل .
الامارات للمزادات

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : بيور ترست لمرجعة الحسابات ش.م.ذ.
العنوان : مكتب رقم B-69 ملك عائشة محمد عبدالله السويدي-المرقيات

بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور اعلاه لتنصيف مجمع للتعامل الإلكتروني زامور ذ.م.ذ. وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 22/12/2025 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 23/12/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ملك عائشة محمد عبدالله السويدي-المرقيات - مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : مجمع للتعامل الإلكتروني زامور ذ.م.ذ.
العنوان : مكتب رقم A-31 ملك الصقر الادارة العقارات ش.م.ذ. - المركز التجاري الثاني - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة - رقم الرخصة : 1137240 رقم القيد بالسجل التجاري : 1880123 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة اعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 22/12/2025 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 23/12/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين بيور ترست لمرجعة الحسابات ش.م.ذ. العنوان : مكتب رقم B-69 ملك عائشة محمد عبدالله السويدي-المرقيات - مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

الموضوع: 2025-593 - ط اذن م - ر ب - ا ظ

تقدمت المواطنة : حذوة سيف صالح المصعبا بطلب إلى قسم التركات - بدائرة القضاء بتغيير اسمها من (حذوة) إلى (نوال).

فمن لديه اعتراض بتقديمه به إلى القسم المذكور خلال 15 يوماً من تاريخ نشر الإعلان.

قاضي محكمة التركات

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

الدعوى رقم 2025-3814 تجاري جزئي - محاكم دبي

السادة/ديبو كازز لتجارة السيارات المستعملة (الخصم المدخل) بالاشارة إلى حكم الانتداب الصادر من محاكم دبي بتاريخ ٢٠٢٦/١/٥ في الدعوى المذكورة اعلاه بشأن ندب خبير متخصص تقنيته المعلومات فاكتم مدعويين للحضور بشخصكم أو وكيلكم المعتمد لحضور اجتماع الخبرة والمقرر عدده يوم الخميس الموافق ٢٠٢٦/١/٢٩ الساعة الواحدة مساء ١٠:٠٠ عبر تطبيق Teams من خلال الرابط ادناه.
اجتماع الخبرة في تمام يوم الخميس الموافق ٢٠٢٦/١/٢٩ الساعة الواحدة مساء ١٠:٠٠ مساء لسماع وجهة نظركم وتقديم ما لديكم من مستندات وذلك بغرض خاصة التوفرناسر عبر تطبيق Teams من خلال الرابط ادناه.
اجتماع الخبرة في تمام يوم الخميس الموافق ٢٠٢٦/١/٢٩ الساعة الواحدة مساء ١٠:٠٠ عبر تطبيق Teams من خلال الرابط ادناه.
م / أحمد بهجت حسن
خبير تقنيته المعلومات وأمن شبكات الاتصالات

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

الموضوع: 2025-588 - ط اذن م - ر ب - ا ظ

تقدمت المواطنة : رخسار حمدان غلام مصطفى بيك محمد البلوشي بطلب إلى قسم التركات - بدائرة القضاء بتغيير اسمها من (رخسار) إلى (روضة).

فمن لديه اعتراض بتقديمه به إلى القسم المذكور خلال 15 يوماً من تاريخ نشر الإعلان.

قاضي محكمة التركات

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

الموضوع: 2025-593 - ط اذن م - ر ب - ا ظ

تقدمت المواطنة : حذوة سيف صالح المصعبا بطلب إلى قسم التركات - بدائرة القضاء بتغيير اسمها من (حذوة) إلى (نوال).

فمن لديه اعتراض بتقديمه به إلى القسم المذكور خلال 15 يوماً من تاريخ نشر الإعلان.

قاضي محكمة التركات

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

إشعار تصفية

شركة / تجلي ديجيتال سوليوشن منطقة حره ذ.م. (رخصة رقم 106225) والكائنة بمدينة دبي للائتمان ، دبي ، دولة الإمارات العربية المتحدة ، والمرخصة لدى سلطة دبي للتطوير، ترغب هذه الشركة المذكورة في إعلان قرارها للثقة والذي تم إيجاده بواسطة مجلس الإدارة في اجتماعه الذي عقد بتاريخ 26-January-2026 بشأن إغلاق وحل الشركة. وفيماثل ذلك، تهيب الشركة بأي طرف معني بالأمر ولديه أي مطالبات في مواجهتها عليه لتقديم هذه المطالبات خلال 45 يوماً من تاريخ هذا الإعلان عن طريق البريد المسجل أو الإرسال بـ : السيد / نايين ناهانا
اسم الشركة: تجلي ديجيتال سوليوشن منطقة حره ذ.م.
ص.ب : 73000
دبي ، دولة الإمارات العربية المتحدة ، والمرخصة لدى سلطة دبي للتطوير، ومراجعة الخبير أو بواسطة وكيل معتمد لإتجامع الخبرة الحسابة
هاتف رقم : 971523155409
البريد الإلكتروني : naveen@taggle.ae
× إن يتم النظر في المطالبات التي ترد بعد إنتهاء فترة الإشعار والحددة بـ 45 يوماً.

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

محكمة الشارقة الابتدائية - الامارات لتنفيذ الاحكام
اعلان بالبحر التنفيذي على العقار بالنشر
في القضية رقم 3926 لسنة 2025 تنفيذ تجاري

الى المطلوب ايلانه (المنفذ صده) /محمد رضوان محمود درويش والف (المنفذ صده) /رضوي محمود درويش وعنوانه رقم معلوم
الصالح (طالب التنفيذ) / بنك دبي الاسلامي (م ش ع)
العنوان امارة دبي - بر دبي - شارع الشيخ زايد - برج لطيفة - مكتب رقم 3607 - ص.ب : 3117 .
قررت محكمة الشارقة الابتدائية - محكمة التنفيذ اعلانه بأنه تم توقيع الجزئ التنفيذي على العقارات العائدة إلى المنفذ صدهما/ ١ - محمد رضوان محمود فخره والي ٢ - رضوي محمود درويش والييين لفاسيلها ادناه.

| الامارة | المنطقة | رقم السند | اسم المالك | نسبة الحصص |
|---------|------------------|-----------|----------------------|------------|
| عجمان | الجرف الصناعية 1 | 103180320 | اي تي ايه ستار ش.م.ذ | 100% |

في حدود البائع المتخذ لأجله ومقداره (162050007) درهم وذلك للعلم بما جاء به ونفاذ محولة قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

وزارة العدل - محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية
الامارات لتنفيذ الاحكام - اعلان بالبحر التنفيذي على العقار بالنشر
في القضية رقم 2950 لسنة 2024 تنفيذ مدني

الى المطلوب ايلانه (المنفذ صده) / اي تي ايه ستار (المنفذ صده) / شركة الامارات للوكالات التجارية ذ.م.ذ. وعنوانه : غير معلوم
الصالح (طالب التنفيذ) / بنك ستاندرد شاربورن
العنوان امارة دبي - بر دبي - شارع خالد بن الوليد - سفيل - محطة مترو برجلمان بناية مركز الاعمال العقاب الارض جناح (ب)
قررت محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية - دائرة التنفيذ المدنية - في القضية التنفيذية اعلاه ، ايلانكم بأنه بتاريخ 2025/09/08 تم توقيع الجزئ التنفيذي على العقار الجين اوصافه ادناه.

| الامارة | المنطقة | رقم السند | اسم المالك | نسبة الحصص |
|---------|------------------|-----------|----------------------|------------|
| عجمان | الجرف الصناعية 1 | 103180320 | اي تي ايه ستار ش.م.ذ | 100% |

في حدود البائع المتخذ لأجله ومقداره (162050007) درهم وذلك للعلم بما جاء به ونفاذ محولة قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

إعلان بالنشر بحضور اجتماع
الخبرة المصرفية الاول

العدد ١٤٦٦٩ بتاريخ ٢٠٢٦/١/٢٨

الدعوى رقم 234 لسنة 2025 تجاري مصارف كلي - محاكم دبي

المعلن اليهم: المدعي عليه الاول/ شركة برونز للتجارة ذ.م.ذ المدعي عليه الثاني/ عبدالرزاق يوسف برونز المدعي عليه الثالث/ اصغر علي اكبر راضي المدعي عليه الرابع/ بين اللقبيل بالزكاني مازين تجارات باساركاد بناء على قرار محكمة دبي والمحرفة وتكليفنا لاصال الخبرة المصرفية في الدعوى الشتر اعلانه الخامة من المدعي/بنك ملي ايران فقد حددنا يوم الاربعا، الموافق 2026/02/04 الوقت 12.30 ظهراً لعقد اجتماع الخبرة الاول عن بعد عبر تطبيق ZOOM المرني والموضوع من خلال الرابط التالي:
Join Zoom Meeting
https://us06web.zoom.us/j/85980486793?pwd=9R3bbffpQc3W5h78GwBd76GvXZGX.1
Meeting ID: 859 8048 6793 Passcode: 112233
وعليه يتطلب حضوركم أو من يملككم قانونياً لحضور الاجتماع المذكور وتقديم كافة المستندات المتعلقة بالدعوى ومراجعة الخبير أو بأول بشأن أي استفسارات وسال وجود أي موافقات تقنية تحول دون حضور الاجتماع يرجى التواصل على الارقام التالية: ت 042292257 - 0521044435
الخبير المصرفي / يونس علي محمد حسن اللا
رقم القيد بمحاكم دبي: 208

منوعات

العمل

27

عادت الفنانة اللبنانية ماريتا الحلاني إلى نشاطها الفني والإعلامي بعد فترة من الانقطاع حاولت خلالها أن تستعيد نفسها كي تتجاوز أزمة الطلاق التي عصفت بها عقب زواج لم يستمر طويلاً. ماريتا، التي تبدو اليوم أكثر حيوية وتألقاً، تقول إنها لا تشعر بالندم على كل ما مرت به، مشددة على دور أهلها، فارس الغناء العربي عاصي الحلاني وملكة جمال لبنان السابقة كوكيت بولس، في دعمها ومساندتها، ومشيرة إلى أنها أصبحت أقوى ولم تعد «ماريتا القديمة»، بل صارت قادرة على إظهار القوة والجرأة في شخصيتها، بينما هي لم تكن تفعل ذلك سابقاً.

يهمني ان أوصل رسالة هادفة من خلال كل عمل أقدمه

ماريتا الحلاني: فني يشبهني وأنا أغني بكل جوارحي



• هل يمكن القول إن نضجك الفكري يبدو واضحاً سينعكس نضوجاً على فنك؟
- بالطبع، لأن فني يشبهني وأنا أغني بكل جوارحي. عادة، أميل إلى تقديم الفن الصادق، ولذلك فإن كل ما أمر به من اختيارات وتجارب وكل ما يكون شخصيتي له دور كبير ومساهم في صناعة هويتي الفنية، وهذا ما سيظهر في كل عمل جديد أقدمه لاحقاً ومن خلاله ستتضح الصورة أكثر.

• وما معالم فنك الجديد؟
- في «صولو»، «راس الجبل» و «يا دنيا»

• هل يمكن القول إن نضجك الفكري يبدو واضحاً سينعكس نضوجاً على فنك؟
- بالطبع، لأن فني يشبهني وأنا أغني بكل جوارحي. عادة، أميل إلى تقديم الفن الصادق، ولذلك فإن كل ما أمر به من اختيارات وتجارب وكل ما يكون شخصيتي له دور كبير ومساهم في صناعة هويتي الفنية، وهذا ما سيظهر في كل عمل جديد أقدمه لاحقاً ومن خلاله ستتضح الصورة أكثر.

• وما معالم فنك الجديد؟
- في «صولو»، «راس الجبل» و «يا دنيا»

• هل يمكن القول إن نضجك الفكري يبدو واضحاً سينعكس نضوجاً على فنك؟
- بالطبع، لأن فني يشبهني وأنا أغني بكل جوارحي. عادة، أميل إلى تقديم الفن الصادق، ولذلك فإن كل ما أمر به من اختيارات وتجارب وكل ما يكون شخصيتي له دور كبير ومساهم في صناعة هويتي الفنية، وهذا ما سيظهر في كل عمل جديد أقدمه لاحقاً ومن خلاله ستتضح الصورة أكثر.

• وما معالم فنك الجديد؟
- في «صولو»، «راس الجبل» و «يا دنيا»

أسر ياسين يعود بدراما نفسية رومانسية في «اتنين غيرنا» مع دينا الشربيني

ياسمين العبد، تزددين فرج، ومحمد السويدي، مع حضور لافت لعدد من ضيوف الشرف، والعمل من إنتاج شركة «ميديا هب» وتأليف رنا أبو الريش، وإخراج خالد الحلفاوي.



يخوض النجم أسر ياسين تجربة درامية جديدة ومختلفة من خلال مسلسل «اتنين غيرنا»، المقرر عرضه في رمضان المقبل من 15 حلقة، حيث يجسد شخصية تحمل أبعاداً نفسية وإنسانية عميقة، في عمل يمزج بين الدراما والرومانسية بأسلوب إنساني مؤثر. ويظهر أسر ياسين في دور مدرس ثانوي ومدرّب رياضي، يعيش حالة من العزلة والاضطراب النفسي نتيجة ضغوط وأحداث قاسية من ماضيه، ما يجعله شخصاً مغلقاً على ذاته، يحاول التماسك خارجياً بينما يعاني داخلياً من صراعات لم تحسم بعد. وتشهد حياة بطل العمل تحولاً جذرياً بعد لقائه بشخصية دينا الشربيني، حيث تنشأ بينهما علاقة خاصة تشكل نقطة إنقاذ لكل منهما، وتفتح الباب أمام رحلة معقدة من المواجهة مع الماضي، والتصالح مع الذات، في إطار درامي رومانسي مشحون بالمشاعر.

أحداث المسلسل

وتدور أحداث مسلسل «اتنين غيرنا» حول رجل وامرأة تجمعهما الصدفة في موقف غير متوقع، ليكتشفا مع تطور الأحداث أن ما يربط بينهما لا يقتصر على الحاضر فقط، بل يمتد إلى ماضٍ متشابك وغامض، يحمل الكثير من الأسرار والتفاصيل التي تعيد تشكيل علاقتهم وتضعهما أمام اختبارات إنسانية صعبة. ويعد المسلسل من الأعمال المنتظرة، لما يقدمه من معالجة درامية مختلفة تسلط الضوء على الأزمان النفسية، وتأثير الماضي، وقوة العلاقات الإنسانية في إعادة تشكيل الحياة، إلى جانب أداء تمثيلي يعتمد على العمق والهدوء بعيداً عن المبالغة.

أبطال مسلسل اتنين غيرنا

مسلسل اتنين غيرنا مكون من 15 حلقة ومن بطولة أسر ياسين، دينا الشربيني، منادى مهنا، صابر بن النجيلي، أحمد حسن، فدوى عابد،



الفكر

الأطعمة السريعة الأكثر ضرراً للدماغ



ومستحلبات غير موجودة في الطعام المنزلي، ويعتمد عليها العديد من الشباب وكبار السن للحصول على أكثر من نصف سعراتهم الحرارية اليومية. ويؤكد الباحثون أن تعلم مهارات الطهي ومعرفة كيفية تحضير الطعام الصحي يمكن أن يشكل تدخلا فعالا لحماية الدماغ وتحسين النظام الغذائي، كما يوضح بن كاتز، عالم التنمية البشرية: "اتباع نظام غذائي سيء، وتزويد الناس بمهارات الطهي اللازمة لإعداده شيء آخر". نشرت الدراسة في المجلة الأمريكية للتغذية السريرية.

المثلج ومشروبات الفاكهة. ولم يظهر استهلاك الحسنة الغذائية غير الكحولية أو المدخّات والحلويات والوجبات الخفيفة المألحة والأطعمة المصنوعة من الحبوب أو منتجات الألبان أو الوجبات الجاهزة، أي علاقة قوية بضعف الإدراك. وقالت بريندا ديفي، أستاذة التغذية البشرية والأغذية والتمارين الرياضية والمعدة المشاركة في الدراسة: "يمكن للأشخاص تعديل عاداتهم الغذائية. الاعتدال والتوازن هما المفتاح لحماية الدماغ". وتشير الدراسة إلى أن الإفراط في تناول الوجبات السريعة منتشر بشكل كبير، حيث شكلت الأطعمة المصنعة 65% من مشتريات الأسر الأمريكية، والمشروبات 38%، في عام 2020. وتتميز هذه المنتجات بمعالجة صناعية مكثفة واحتوائها على ألوان ونكهات

حذر باحثون من جامعة فرجينيا للتكنولوجيا من أن بعض الأطعمة والمشروبات فائقة المعالجة قد تؤدي إلى ضعف إدراكي وخطر الإصابة بأشكال مختلفة من الخرف، بما في ذلك مرض ألزهايمر. وفي دراسة شملت 4750 أمريكيا أعمارهم 55 عاما فأكثر، استخدمت بيانات دراسة الصحة والتقاعد بجامعة ميشيغان لتتبع تطور الصحة الإدراكية للمشاركين على مدى 7 سنوات، مع تقييم كل عامين من 2014 إلى 2020. وأظهرت النتائج أن استهلاك حصة إضافية يوميا على الأقل من المنتجات الحيوانية فائقة المعالجة ارتبط بزيادة 17% في خطر التدهور الإدراكي، بينما ارتفعت المخاطر بنسبة 6% فقط لدى من تناولوا حصة إضافية من المشروبات المحلاة بالسكر مثل المشروبات الغازية والشاي

دراسة حديثة تؤكد نظرية

عمرها 50 عاما حول الأصوات

التي يسمعها مرضى الفصام

أكدت دراسة حديثة صحة نظرية علمية قديمة تفسر سبب سماع مرضى الفصام لأصوات في رؤوسهم، حيث كشفت أن هذه الأصوات ناتجة عن خطأ في الدماغ في تفسير الحديث الداخلي.

ويحسب الباحث توماس ويتفورد من جامعة نيو ساوث ويلز، فإن الفكرة كانت معروفة منذ خمسين عاما لكنها كانت صعبة الاختيار لأن الحديث الداخلي خاص جدا ولا يمكن ملاحظته مباشرة.

وفي هذه الدراسة، استخدم الباحثون تخطيط موجات الدماغ (EEG) لفحص ردود فعل الدماغ لدى ثلاثة مجموعات: 55 شخصا مصابا بالفصام ويعانون من هلوسات سمعية حديثة، و44 شخصا مصابا بالفصام ولكن دون هلوسات سمعية حديثة، و43 شخصا دون تاريخ للإصابة بالفصام.

في هذه التجربة، طلب من المشاركين أداء مهمة بسيطة لكنها دقيقة: الاستماع إلى إحدى الكلمتين "bah" أو "bin" عبر السماعات، بينما ينطقون إحداها داخليا في عقولهم في نفس اللحظة. والغريب في التجربة أن المشاركين لم يعرفوا مسبقا ما إذا كانت الكلمة التي يفكرون بها ستوافق مع ما يسمعون. وعندما حصل هذا التوافق بين الصوت الداخلي والخارجي، لوحظت استجابة مذهلة: أدمغة المصابين بالهلوسات السمعية تفاعلت بقوة غير طبيعية، بينما كانت استجابة الأصحاء طبيعية. وهذا يدل على أن الدماغ في حالة الفصام يقدرته على التمييز بين الصوت الناتج من الداخل والصوت القادم من الخارج، فيتعامل مع الأفكار الداخلية كما لو كانت أصواتا حقيقية يسمعونها من الآخرين، وهذا ما يجعل تجربة سماع الأصوات تبدو واقعية ومخيفة للمريض.

ويشرح ويتفورد هذه الظاهرة بأن الدماغ عادة يتوقع صوتنا عندما نتحدث داخليا، فيقلل نشاط المنطقة المسؤولة عن السمع، لكن في حالة الفصام، يختل هذا النظام فلا يدرك الدماغ أن الصوت داخلي، فيتعامل معه كما لو أنه قادم من الخارج، ما يجعل هذه الأصوات تبدو حقيقية جدا للمريض.

وهذا الكشف العلمي يهدد الطريق للتنبؤ بمرض الفصام قبل ظهور أعراضه، ما يسمح بالتدخل المبكر والعلاج في مراحل أقدم. نشرت النتائج في مجلة Schizophrenia Bulletin.



الممثلة الكورية الجنوبية الأمريكية ماي هونغ لدى حضورها حفل توزيع جوائز اختيار النقاد السنوي الـ31 في باركر هانغاف، كاليفورنيا. ا ف ب

قرأت لك

البامية



قال الدكتور أحمد عوض، أخصائي التغذية العلاجية، إن البامية أحد الخضراوات الصحية، نظرا لأنها مصدر جيد للألياف الغذائية المفيدة للصحة بوجه عام، كما تحتوي على مجموعة من الفيتامينات A, B، كذلك الكالسيوم وحامض الفوليك.

وعن فوائد البامية الصحية، يستكمل د. عوض قائلا، هناك فوائد صحية عديدة للبامية وأهمها، أنها مفيدة لمرض السكر، نظرا لأنها تساهم في التحكم في نسبة السكر بالجسم، ومفيدة للحامل، نظرا لاحتوائها على قدر جيد من حمض الفوليك المفيد لنمو الجنين، وتساهم في تحسين عملية الهضم، نظرا لاحتوائها على قدر جيد من الألياف الغذائية، وكذلك لسهولة مضعها.

كما تساهم البامية، في تخفيض نسبة الكوليسترول بالجسم، نظرا لأنها من الخضراوات قليلة السعرات الحرارية والدهون، وهي مفيدة أيضا للأشخاص الذين يعانون من الإمساك المزمن، خاصة كبار السن، نظرا لاحتوائها على قدر جيد من الألياف الغذائية.

سؤال وجواب

- ماذا يعني اسم أديس أبايا؟
- الزهرة الجديدة
- ماذا تعني كلمة الفسطاط؟
- الخيمة
- ما الاسم الحقيقي للأديبة مي زيدان؟
- ماري الياس
- ماذا تعني كلمة قراقوش؟
- النسر الأسود

هل تعلم؟

- العسل هو الطعام الطبيعي الوحيد الذي لا يفسد أبداً.
- هل تعلم أن خرطوم الفيل هو اتحاد لأنفه وشفته العليا. وهو بالتالي يستعمل لأغراض عدة. فهو يستعمله لنقل الغذاء والماء إلى فمه وكذلك لرش جسمه بالمياه. ويمكن أن يستعمل الخرطوم بلطف شديد فيستطيع أن يلتقط جسماً صغيراً كحبة البازيلاء. وهو أيضاً مستكشف قوي للرائحة.
- هل تعلم أن العنكبوت هي حيوان عنكبوتي، ولا تعتبر من الحشرات.
- هل تعلم أن البرق حين يضرب فإنه يصل إلى 30000 درجة مئوية أو 54,000 درجة فهرنهايت.
- هل تعلم أن الرصاص هو معدن ثقيل جداً ذو لون رمادي ضارب إلى الزرقة. وهو معدن طري جداً لدرجة يمكنك جرحه بالظفر. ونظراً إلى مقاومة الرصاص للتآكل يستعمل هذا المعدن في شكل صفائح للتكسية وفي صنع الأنابيب، كما يستخدم في اللوفاية من الأشعة السينية وأشعة جاما.
- المال هو السبب الأول لحدوث أي جدال بين زوج وزوجته.
- أنه في كل مرة ترى فيها القمر كاملاً، فإنك ترى نفس الجانب دائماً.

قصة الشاب الطيب

استيقظ الشاب من نومه نشطاً فأخذ حماماً بارداً لينعشه ثم ارتدى ملابسه وحمل حقيبته وقيل يد أمه وهو يسمع دعواتها الجميلة وخرج بسرعة ذاهباً إلى محطة القطارات فاليوم هو موعد مناقشته في دراسته تقدم بها إلى إحدى الشركات الكبيرة أملاً في نيل درجة وظيفية عالية شاغرة ولا يريد أن يتأخر عن مواعده فيترك انطبعا سينا.. كان مضطرباً بعض الشيء لكنه متماسك وفي غمرة انهماكه في الانتقال داخل محطة القطارات وجد سيدة عجوز سقطت حقيبتها فانفتحت ولم يتقدم أحد لمساعدتها ورغم ضيق الوقت اقترب منها بسرعة وساعدها في لمة أشيائها ثم أغلق الحقيبة وحملها لأقرب كرسي وتركها وذهب لتقطع تذكرته.

اقترب القطار من المحطة واستعد الجميع للنزول حين لاحظ مرة أخرى السيدة العجوز التي تظهر عليها علامات الوفاق والاحترام والشراء وهي تحاول حمل حقيبتها للنزول من القطار فأسرع بمساعدتها رغم خوفه من التأخير على موعد المناقشة فشكرته بشدة بعد أن وضع حقيبتها على العربة الصغيرة وأسرع إلى خارج المحطة وسط انهماك المطر.. وقف كثيرا للبحث عن سيارة أجرة حين لمح السيدة العجوز تخرج من المحطة وحقيبتها الكبيرة في يدها للبحث عن سيارة أجرة فالتقت نظرتهما وكانت نظرة جميلة كأنها تشكره فيها على كل شيء فتقدم منها وحمل عنها الحقيبة فقالت له: لي حفيد في مثل عمرك لكنه اليوم مريض أشكرك كثيرا على طيبك.. شكرها بحياء حين جاءت سيارة الأجرة فأسرع وفتح بابها وتناول بعد ذلك حقيبة السيدة ودعاها للركوب على أن ينتظر هو غيرها.. ورغم ضيق الوقت لم يعرف لماذا فعل ذلك ربما لأنها تشبه جدته الراحلة.. ربما ذهبت سيارة الأجرة وأكرمه الله بسيارة جاءت مباشرة خلفها مباشرة فجلس يدعو الله أن لا يتأخر رغم معرفته بأنه باق من الوقت دقائق.

ومل الشاب إلى موعد المناقشة متأخراً فدخل إلى الحجرة ليقيم اعتذاره لكنه فوجئ بأن موعد المناقشة قد تأجل لمدة نصف ساعة نظرا لعدم وجود رئيسة اللجنة فشكرها في أعماقه وارتاح وتناول كوبا من الشاي وعندما أعلن الموظف المسؤول بدء المناقشة دخل ليلقي تحيته وأدبه يرى السيدة العجوز تجلس متصدرة الجلسة فنظر إليها مندهشا وقد ظهرت ابتسامه جميلة حنونة على شفيتها وكأنها تطمنه وتشجعه ثم أعلنت بدء المناقشة التي لم تأخذ وقتا طويلا لتنتهي لصالح الشاب الطيب ويحوز على الوظيفة صفق الجميع له فاقتررب من رئيسة اللجنة التي ربت على شعره وهي تقول إنك طيب مثل حفيدي هل تسافر في القطار كثيرا فقال.. إنها المرة الأولى، لكنها ليست الأخيرة.

