

منوعات الغذاء

ص 22

جامعة أبوظبي ممثلاً لدولة الإمارات في مبادرة التعاون 10+10 بين الجامعات الصينية والعربية

ص 31

سكارليت جوهانسون تنضم إلى مسلسل "قضية عادلة"



الماء.. ما هي الكمية المطلوبة يوميًا

ص 23 للمساعدة على إنقاص الوزن؟



المراسلات: ص 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

الخميس 18 يوليو 2024 م - العدد 14203
Thursday 18 July 2024 - Issue No 14203

أبل تضيف ألبوماً جديداً لاستعادة الصور المفقودة

أضافت شركة أبل ميزة جديدة إلى تطبيق الصور، يتمثل في ألبوم جديد يساعد المستخدمين على استعادة الصور ومقاطع الفيديو المفقودة أو التالفة.

وتأتي هذه الميزة ضمن تحديث لنظام iOS 18، ما يوفر طريقة لاستعادة المحتوى المفقود، وفقاً لما ورد في موقع "ماك رومرز".

ويستيعب الألبوم الجديد للمستخدمين رؤى الصور ومقاطع الفيديو المفقودة أو التالفة، وما زالت موجودة على أجهزتهم.

ويتوفر هذا الألبوم الآن مع أنظمة أبل الجديدة "iOS 18"، و"iPadOS 18"، و"macOS Sequoia".

وأوضحت الشركة الأمريكية أن الجهاز سيقوم تلقائياً بالبحث عن الصور ومقاطع الفيديو القابلة للاسترداد، بمجرد التحديث إلى "iOS 18"، و"iPadOS 18"، و"macOS Sequoia".

ثم عرضها في الألبوم الجديد داخل تطبيق الصور.

وسيكون هذا الألبوم متاحاً إلى جانب الألبوم الحالي "المحذوفة مؤخرًا"، الذي يضم الصور ومقاطع الفيديو المحذوفة لمدة قدرها 30 يوماً، قبل حذفها تلقائياً بنحو نهائي.

وهناك حالات متعددة يمكن أن تؤدي إلى فقدان الصور ومقاطع الفيديو أو إتلافها، مثل مشكلات في قاعدة البيانات أو عند التقاط الصور وعدم حفظها بنحو صحيح في مكتبة الصور، كما يمكن أن تتسبب التطبيقات الخارجية التي لديها صلاحيات إدارة مكتبة الصور في فقدان المحتوى أو إتلافه.

وسيطهر الألبوم الجديد فقط إذا عُثر على صور أو مقاطع فيديو مفقودة أو تالفة على الجهاز، ويتطلب الوصول إليه تأكيد الهوية عبر خاصية تعرف الوجه Face ID أو بصمات الأصابع Touch ID.



نصيحة ثمينة حول علاقة الكمثرى بمقاومة الأنسولين والإصابة بالسكري

من المعروف أن الأنسولين هو هرمون يساعد في نقل السكريات من الدم إلى الخلايا حتى يمكن استخدامها للحصول على الطاقة. وفي حالة مقاومة الأنسولين، لا تستجيب خلايا جسم الإنسان جيداً لهذا الهرمون، لذلك يستجيب البنكرياس بإنتاج المزيد والمزيد منه. ويمكن أن يعاني العديد من الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن والسمنة أو حالات مثل متلازمة تكيس المبايض PCOS من مقاومة الأنسولين. في نهاية المطاف، إذا لم يكن الأنسولين المنتج كافياً لسحب السكريات إلى خلايا الجسم للحصول على الطاقة، ترتفع مستويات السكر في الدم، مما يمكن أن يؤدي إلى الإصابة بمرض السكري من النوع 2، وهو ما يعرض الشخص لخطر أكبر للإصابة بمشاكل صحية أخرى مثل أمراض القلب وفقدان البصر. وبحسب ما جاء في تقرير نشره موقع "إيتنج ويل" Eating Well، فإن هناك طرق قليلة لمنع وإدارة مقاومة الأنسولين، أحدها من خلال التغذية. يمكن أن يقلق الشخص من عدم قدرته على تناول الأطعمة التي تحتوي على السكر مثل الفاكهة، ولكن لا يكون الأمر على هذا المنوال بالضرورة. وتوصلت دراسة، أجريت عام 2021 ونُشرت في دورية الغدد الصماء والتمثيل الغذائي، إلى أن تناول الفاكهة كان مرتبطاً بحساسية أفضل للأنسولين وانخفاض خطر الإصابة بمرض السكري.

أعلى كمية من مضادات الأكسدة لديهم معدلات أقل من مقدمات السكري ومقاومة الأنسولين. وأظهرت دراسة، أجريت عام 2019 ونشرت نتائجها في دورية BMC Complementary Medicine & Therapies، أن الكمثرى لها خصائص مضادة لمرض السكري، ربما لأنها تعمل كمثبطات ألفا أميليز وألفا غلوكوزيداز، مما يعني أنها تساعد في منع امتصاص الكربوهيدرات، وبالتالي تمنع ارتفاع نسبة السكر في الدم، كما أنها تقلل من خطر الإصابة بمرض السكري لدى الأشخاص الذين يعانون من ضعف تحمل الجلوكوز.

التوت والحماضيات وتوصلت دراسة، أجريت عام 2020 ونشرت في دورية Food & Function، إلى أن التوت مصدر رائع للأنسولين ومضادات الأكسدة، والتي يمكن أن تساعد في إدارة مقاومة الأنسولين. كما أن التوت يحسن التحكم في نسبة السكر في الدم لدى الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بمرض السكري. إلى جانب علامات المضاعفات الصحية الأخرى المرتبطة بمرض السكري، مثل أمراض القلب والأوعية الدموية. وكشفت نتائج دراسة، أجريت عام 2021 ونشرت في دورية Science & Technology، أن تناول الحمضيات، وخاصة على المدى الطويل، يحسن مستويات الأنسولين في الصباح، وهو مؤشر على مقاومة الأنسولين. ويمكن أن يرجع السبب جزئياً إلى التغيرات الإيجابية في بكتيريا الأمعاء وتقليل الالتهابات.

غنية بالألياف وتساعد الألياف على إبطاء عملية الهضم - حيث لا يستطيع الجسم تكسيرها وامتصاصها - مما يساعد على منع ارتفاع نسبة السكر في الدم. وكشفت نتائج دراسة، أجريت عام 2019 ونشرت في دورية الأوبئة والتغذية السريرية، أن المراهقين الذين يتناولون كميات أقل من الألياف لديهم مستويات أعلى من الأنسولين أثناء الصيام، مما يشير إلى مقاومة الأنسولين. وتدعم هذه النتائج مراجعة علمية منهجية لنتائج عدد من الدراسات والأبحاث، أجريت عام 2021 ونشرت في دورية الأطعمة الوظيفية، والتي أظهرت أن منتجات الألياف القابلة للذوبان والألياف من الأطعمة تعمل على تحسين حساسية الأنسولين لدى مرضى السكري من النوع 2.

وبحسب ما نشره موقع "المراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض والوقاية منها" CDC، إذا كان الشخص يعاني بالفعل من مرض السكري من النوع 2، فإن الألياف لها ميزة إضافية تتمثل في المساعدة في تجنب أمراض القلب. إنها حالة يكون لدى الأشخاص المصابين بداء السكري من النوع 2 خطر متزايد للإصابة بها.

مصدر جيد لمضادات الأكسدة ويمكن أن تلعب مضادات الأكسدة دوراً في تقليل مقاومة الأنسولين والوقاية من مرض السكري. على سبيل المثال، اكتشفت دراسة، أجريت عام 2022 ونشرت في دورية Antioxidants، أن المشاركين الذين تناولوا

تصنيع أدوية بطابعات ثلاثية الأبعاد لتسهيل تناولها لدى الأطفال

بدأت مستشفيات فرنسية تجهز نفسها بطابعات ثلاثية الأبعاد تسمح بتخصيص كميات العلاجات وشكلها وجرعاتها، لتسهيل تناول الأدوية، خصوصاً لدى الأطفال، في تقنية أخذة في التطور تفتح آفاقاً علاجية قد تشمل مستقبلًا فئات متعددة من المرضى.

وقد زُكيت اثنتان من هذه الآلات التي تصنعها شركة "فابريكس" FabRx الإنجليزية الناشئة، في صيدلية معهد غوستاف روسي للسرطان قرب باريس. ومن خلال شبكتها بجهاز الكمبيوتر، يمكن لهذه الطابعات تصنيع أدوية تمت برمجتها بجرعاتها وشكلها مسبقاً، وتُركب محقنة مثل خرطوشة حبر، وتطلق عجيبة صغيرة مستديرة على لوحة معدنية سُخّنت مسبقاً. ويجمع الصيدلي في معهد غوستاف روسي، ماكسيم أنرو، الأدوية. ويقول إنها تشبه إلى حد ما العلكات gumies، وهي مكملات غذائية تباع على شكل حلوى صناعية. ويشير إلى أن المحجون الذي تصنعه الآلة يكون قابلاً للمضغ، وتستخدم نكهة النعناع لإخفاء طعم المكون النشط. يحتوي هذا المحجون على مضاد حيوي، يُوصف للأطفال المصابين بمرض سرطاني يسمى "ساركوما الأنسجة الرخوة" ويصالح الأنسجة الدهنية، والأنسجة العضلية، والأوعية الدموية، والأوعية اللمفاوية، والأعصاب، وما إلى ذلك. ونشأت فكرة تخصيص الأدوية للأطفال بعد أن صرح أطباء أن الأطفال في المستشفى أبلغوا بأن المضاد الحيوي، الموصوف على شكل سائل منع الآثار غير المرغوب فيها للعلاج الكيميائي كان يلقى رفضاً بسبب طعمه السيئ.

طريقة سهلة لشحن الفطر بفيتامين «د»

نقص فيتامين "د" هو أحد أكثر المشاكل الغذائية شيوعاً، ويرتبط بالعديد من الأمراض، وعلى الرغم من إمكانية الحصول على الفيتامين من أشعة الشمس، إلا أن ذلك يتطلب التعرض المباشر لها، وليس من وراء زجاج. لها، وليس من وراء زجاج. لا توجد مصادر غذائية نباتية لفيتامين "د" إلا الفطر (المشروم)، والذي يعتبر ثاني أفضل المصادر الغذائية لفيتامين. وبحسب "ستادي فايندرز"، ينصح خبراء في التغذية بطريقة تركز حصة فيتامين "د" الموجودة في الفطر، وهي تعريضه للشمس قبل تناوله. وتفيد النصيحة بتقطيع الفطر، وتركه في الشمس لمدة 15 دقيقة فقط أثناء تحضير الطعام، ثم إضافته إلى

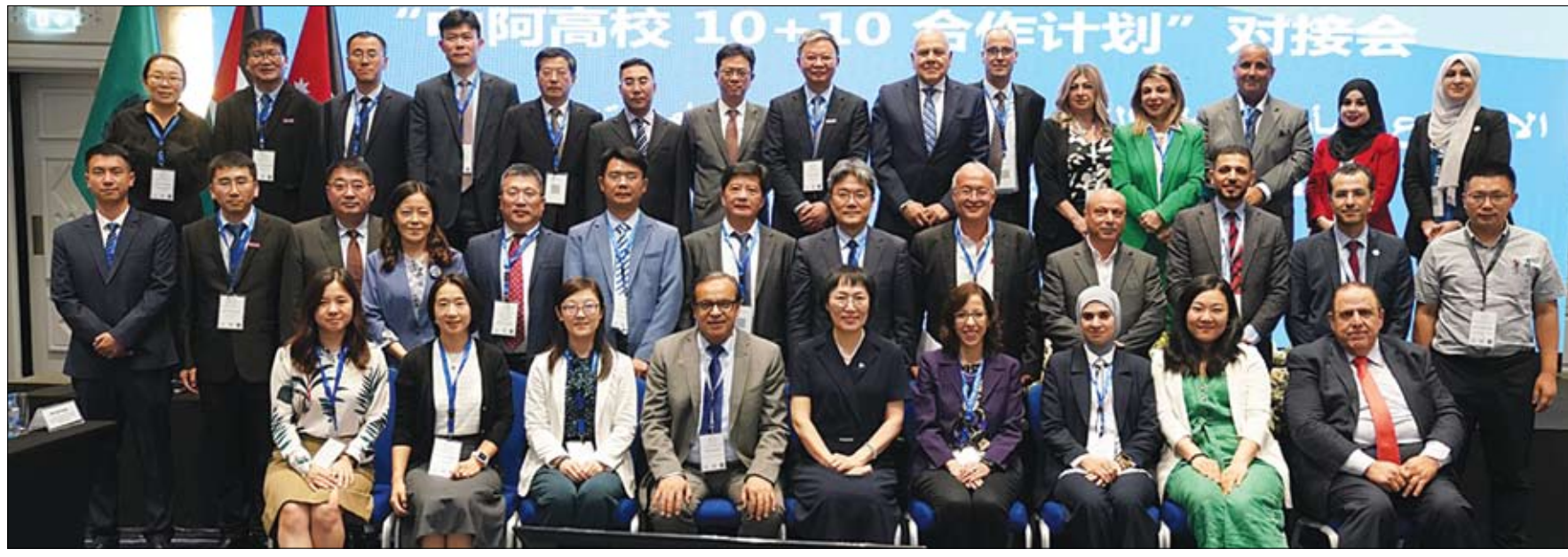
الوجبة، وسيؤدي ذلك لإحداث تأثير ملحوظ. ويمكن تخزين الفطر بعد تعريضه للشمس، واستخدامه لاحقاً. وتشمل الأطعمة التي تحتوي بشكل طبيعي على فيتامين "د"، سمك السلمون والسريدن والرنجة والتونة وكبد القد وكبد البقر. ويعتبر تعرض الجلد المباشر للشمس المصدر الأكثر سهولة وموثوقية للحصول على فيتامين "د". من ناحية أخرى، هناك العديد من أنواع الفطر المختلفة التي استخدمها الطب التقليدي القديم منذ آلاف السنين. واليوم، تمت دراسة تأثيراتها فيما يتعلق بعلاج السرطان والاكئاب وارتفاع ضغط الدم، وأكدت الدراسات هذه الفوائد.



خدمة «فودافون كاش» تثير الذعر في مصر

تداولت وسائل إعلام مصرية أنباء عن حدوث عمليات سحب أموال من المحافظ الإلكترونية التابعة لخدمة «فودافون كاش».

وبحسب «تلغراف مصر» على موقع التواصل الاجتماعي «إكس»، فإن عدداً كبيراً من مستخدمي «فودافون كاش» اشتكوا من عطل في الخدمة، وسحب مبالغ مالية من المحافظ الإلكترونية الخاصة بهم. وأشار العديد من المغردين على موقع «إكس» إلى وجود عمليات سحب أموال من محافظهم الإلكترونية على «فودافون كاش»، ما أثار مخاوف واسعة النطاق إزاء تعرضهم لعمليات نصب، عبر قرصنة حساباتهم المالية على الخدمة. من جانب آخر، اعترفت شركة «فودافون مصر»، عبر الاتصالات مع خدمة العملاء، بوجود عطل في الخدمة، أدى لإرسال رسائل سحب مبالغ مالية من حسابات العملاء. وأضافت الشركة أن الأرضية الخاصة بالعملاء كما هي، ولم يتم سحب مبالغ منها.



جامعة أبوظبي ممثلاً لدولة الإمارات في مبادرة التعاون 10+10 بين الجامعات الصينية والعربية

•• أبو ظبي - الفجر

وقّع اختيار "اتحاد الجامعات العربية" على جامعة أبوظبي لتمثيل دولة الإمارات العربية المتحدة في مبادرة التعاون "10+10" التي تهدف إلى تطوير العلاقات الصينية العربية في مجال التعليم من خلال توطيد التعاون بين الطرفين وتبادل المعارف والخبرات. تحظى جامعة أبوظبي بشهرة واسعة في دراسة الأعمال والعلوم الاقتصادية، وستمثل المنطقة في مجالات الاقتصاد والأعمال والاستثمار، إلى جانب "جامعة الأعمال والاقتصاد الدولية UIBE" الممثل الرائد للجامعات الصينية. وقد صنفت كلية إدارة الأعمال بجامعة أبوظبي المركز الأول في دولة الإمارات والمنطقة العربية والمركز 101-125 عالمياً وفقاً لـ "تصنيف تايمز للتعليم العالي حسب مادة الاختصاص، وتحظى باعتماد مزدوج من اثنتين من أرق المؤسسات الأكاديمية العالمية للأعمال والإدارة، وهما "جمعية تطوير كليات إدارة الأعمال (AACSB)" و"نظام تحسين الجودة الأوروبي (EQUIS)"، علماً أن فقط 1% من كليات إدارة الأعمال في العالم تجمع بين هذين الاعتمادين. استقطبت المبادرة، التي أطلقت خلال المؤتمر الدولي الأول لـ "الجامعات وتقنيات الذكاء الاصطناعي" خلال الفترة من 24 - 25 يونيو في العاصمة الأردنية عمان، عشر جامعات عربية وصينية عبر عشرة برامج دراسية،

وذلك في إطار الجهود الرامية إلى تعزيز التميز التعليمي وتوطيد العلاقات الاقتصادية بين الصين والعالم العربي. تشمل البرامج اختصاصات عالية ذات أولوية بما في ذلك تكنولوجيا المعلومات، والتنمية الزراعية، والرعاية الصحية، والابتكار الطبي، والابتكار الأخضر، والتحول في مجال الطاقة، وحوار الحضارات، وتنمية مواهب الشباب، والسياسة العامة، وتكنولوجيا الفضاء، والاقتصاد، والتجارة، والاستثمار. وفي هذا السياق، قال البروفيسور غسان عواد، مدير جامعة أبوظبي: "تسعى جامعة أبوظبي دائماً إلى تطوير برامجها الأكاديمية من خلال توطيد أواصر التعاون مع المؤسسات الأكاديمية الدولية العريقة، تماشياً مع الجهود المستمرة التي تبذلها دولة الإمارات العربية المتحدة لتبوء مكانة عالمية مرموقة في مجال العلم والمعرفة، ونعمل حالياً مع أكثر من 3,500 من الأساتذة الأكاديميين من جميع أنحاء العالم في إطار "برنامج المشاركة العالمية" الذي أطلقناه لتزويد طلبتنا بيئة تعليمية شاملة وتطوير معارفهم وصل مهاراتهم في التفكير النقدي." وأضاف البروفيسور عواد: "تتمتع دولة الإمارات العربية المتحدة والصين بعلاقات تعاون عريقة، وقد تطورت هذه العلاقات على مدى العقود الأربعة الماضية في عدة مجالات بما في ذلك الاستثمار في التنمية الخضراء. وتمتاز جامعة أبوظبي بأنها جزء من هذه المبادرة التي تتسهم وأهداف الدولة في بناء علاقات استراتيجية عابرة للحدود وتؤمن



تعزيز الاستثمارات في العديد من القطاعات الرئيسية مثل السياحة والصناعة والتكنولوجيا والإعلام وزيادة الأعمال والخدمات اللوجستية، ومبادرة الحزام والطريق، وغيرها. وتمضي الشراكة الاقتصادية الاستثنائية بين دولة الإمارات والصين قدماً في تحقيق المزيد من الازدهار



بهدف الارتقاء بكفاءة المهنيين العاملين مع الأطفال من عمر 0 إلى 8 سنوات

هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة تطلق برنامجاً جديداً لتنمية رأس المال البشري في قطاع تنمية الطفولة المبكرة

•• أبو ظبي - الفجر

بهدف الارتقاء بكفاءة المهنيين العاملين في قطاع الطفولة المبكرة الذي يعملون مع الأطفال من عمر 0 إلى 8 سنوات وأسرهم وتعزيز مهاراتهم ومعارفهم وسلوكياتهم اللازمة، عملت هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة على تطوير استراتيجية لتنمية رأس المال البشري لضمان توفر قوى عاملة متخصصة وذات كفاءة عالية في مجال تنمية الطفولة المبكرة لتعزيز رفاه الأطفال في إمارة أبوظبي. وفي هذا الإطار، أعلنت الهيئة عن إطلاق برنامج استراتيجي تحت عنوان "كفاءات قطاع تنمية الطفولة المبكرة"، لتحديد الكفاءات الرئيسية التي ينبغي توافرها لدى الأخصائيين والعاملين في مجال تنمية الطفولة المبكرة. وستمثل هذه الكفاءات حجر الأساس لبناء فهم مشترك بين أصحاب العمل وجميع القوى العاملة في هذا المجال

بخصوص المهارات والمعارف والسلوكيات المطلوبة من كوادر تنمية الطفولة المبكرة، ويؤسس البرنامج لنظام متكامل للتطوير المهني للعاملين يضمن انسيابية وفعالية وجودة الخدمات المقدمة للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 0 إلى 8 سنوات في مختلف الأدوار والبيئات المهنية في أبوظبي. وتنطبق "كفاءات قطاع تنمية الطفولة المبكرة" على نحو 100 وظيفة متعلقة بتنمية الطفولة المبكرة في 4 مجالات رئيسية وهي الصحة والتغذية والرعاية والتعليم المبكر وحماية الطفل والدعم الأسري، كما يحدد البرنامج 29 كفاءة تعكس المبادئ الرئيسية للعدالة والتعاطف والتعاون، ما يعزز الالتزام بالبقاء على اطلاع دائم بأحدث الممارسات في مجال تنمية الطفولة المبكرة؛ والإلمام بقوانين وسياسات وبروتوكولات حماية الطفل؛ وفهم تأثير التجارب السلبية في الطفولة وكيفية التعامل معها بفعالية؛ وتشجيع المشاركة المجتمعية والأسرية؛ وتعزيز الوعي الثقافي والتراخي؛

وتعزيز التنوع والشمول؛ والتعاون الفعال بين الأطراف المعنية. وقالت سعادة سناء محمد سهيل، مدير عام هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة: "يأتي هذا البرنامج الاستراتيجي انطلاقاً من رؤية إمارة أبوظبي ودولة الإمارات في تعزيز التنمية الشاملة للطفل من خلال توحيد الجهود وتحديد أفضل المعايير لاختيار العاملين في مجالات تنمية الطفولة المبكرة، بما يساهم في تشكيل ركيزة أساسية لنظام تطوير مهني متكامل عبر تحديد نتائج التعلم المرجوة من البرامج التعليمية وبرامج التعلم المهني، وصولاً إلى ضمان تقديم أفضل الخدمات في هذا القطاع الحيوي". وأكدت سعادتها أن البرنامج سيسهم في إعداد خطط للتطوير المهني عبر تحديد المهارات اللازمة لتحقيق هذا الهدف للعاملين في قطاع تنمية الطفولة المبكرة، وتوفير المدخلات اللازمة لعمليات التامة والتقييم، وتعزيز الانساق الكامل بين الأدوار المهنية، ومختلف الخدمات المقدمة إلى

من خلال تعاون بين الجامعة الكندية - دبي وجامعة أكسفورد

تأسيس شبكة الصحة العالمية في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا

•• دبي - الفجر

وقعت الجامعة الكندية دبي اتفاقية مع جامعة أكسفورد الرائدة عالمياً لإنشاء شبكة إقليمية للشبكة الأوساط وشمال أفريقيا التابع لشبكة الصحة العالمية. يمتد هذا التعاون الجامعة الكندية دبي احتضان هذه الشبكة كمركز إقليمي رئيسي وشريك في تنفيذ مشروع "الذكاء الاصطناعي من أجل الصحة العالمية" في إقليم آسيا، والذي يجمع المؤسسات الأكاديمية البارزة مع الهيئات الحكومية وغير الحكومية لاستكشاف وتعزيز إمكانات الذكاء الاصطناعي في مجال الصحة العامة.

بما في ذلك ميزات مثل تتبع الاستخدام التلقائي، ووحدات التعلم الإلكتروني، وأدوات التعاون لتعزيز المشاركة والنمو الكبير. وتأتي الاتفاقية بين الجامعة الكندية دبي وجامعة أكسفورد في أعقاب المناقشات التي بدأت خلال مشاركة الأستاذ المساعد الدكتور محمد الخالدي مؤتمراً شبكة الصحة العالمية لعام 2022 والذي عقد في كيب تاون واستكملت المناقشات الثنائية خلال الفترة السابقة بين جامعة أكسفورد والجامعة

الكندية دبي، حيث ألقى الدكتور الخالدي كلمة رئيسية حول تمكين البحوث الصحية. متقددا منصب المنسق الإقليمي للشبكة، سيعمل الدكتور الخالدي الآن جنباً إلى جنب مع الدكتورة أسيل طقشة، رئيس قسم الصحة العامة في الجامعة الكندية دبي، للإشراف على المشروع المشترك بقيادة الشبكة الإقليمية، التي تضم منظمات مثل منظمة الصحة العالمية - المكتب الإقليمي للشرق الأوسط، مصر، والمجلس الوطني للبحث العلمي،

لبنان، وجامعة الدوحة للعلوم والتكنولوجيا، قطر. وستعمل الشبكة أيضاً مع المؤسسات الدولية، بما في ذلك المعهد السويسري للصحة الاستوائية والعامة بسويسرا، وجامعة ماكجيل، كندا، ومعهد باستور بتونس، بتونس. وفي سياق تسليط الضوء على أهمية التعاون، صرح الدكتور الخالدي: "هذا مشروع مهم من شأنه أن يعزز إنتاجية المعرفة والبحث حول مختلف موضوعات الصحة العامة ويعزز تبادل الخبرات

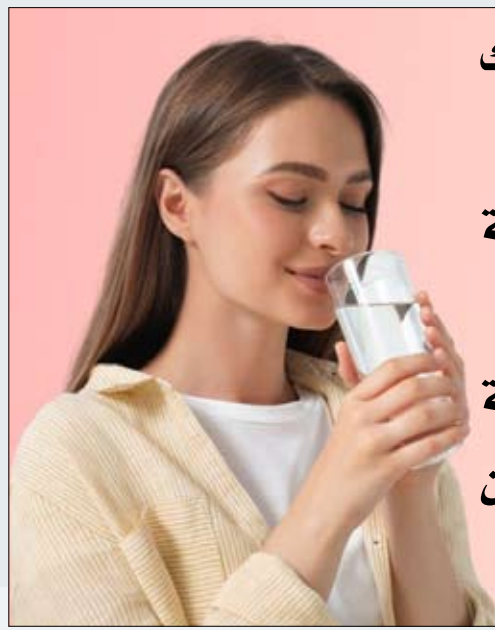
والتكنولوجيا في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. ونتوقع أن يؤدي هذا التبادل المعزز في التعليم والأبحاث وصياغة السياسات والممارسات في مجال الصحة العامة والتي تساهم في تكريس التعاون المحلي والدولي، وإطلاق مشاريع ومبادرات إضافية مشتركة تساهم في خلق حلول مبتكرة لمعالجة التحديات الصحية في المنطقة، وسيعمل على توسيع وتطوير المشاركة المتعددة التخصصات عبر المؤسسات الرائدة من مختلف القطاعات، على الصعيد الإقليمي وفي دولة الإمارات العربية المتحدة، لتحقيق تنمية صحية شاملة بالإضافة إلى التعاون نحو توفير فرص تعليمية وتدريبية جديدة للطلاب الجامعة الكندية دبي.

يأتي هذا التعاون الجديد لتسهم الصحة العامة بالجامعة الكندية دبي في أعقاب مبادرات أخرى حديثة للمساعدة في زيادة القدرات في مجال الرعاية الصحية العالمية. وفي الآونة الأخيرة، والأولى من نوعها في دولة الإمارات العربية المتحدة ومنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، وقد أبرمت الجامعة مؤخراً اتفاقية شراكة مع Global University Systems Canada لإنشاء مسارات إلى كليات الطب في أمريكا الشمالية لخريجي البكالوريوس في الصحة العامة.



منوعات الفكر

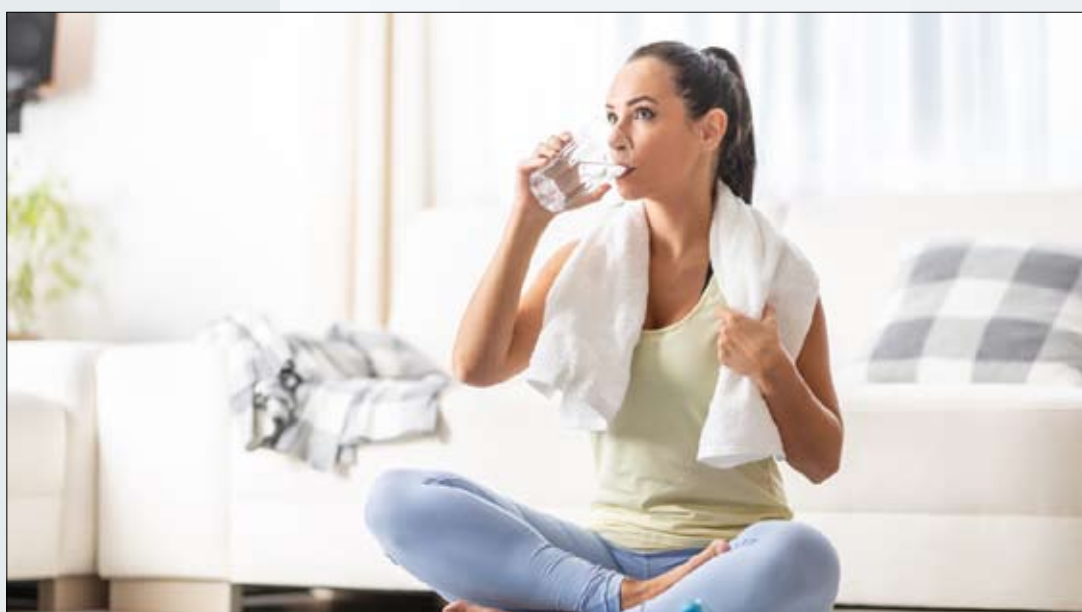
23



عندما ترغب في إنقاص وزنك، فمن المحتمل أنك ستقوم بمراجعة نظامك الغذائي لمعرفة كيف يمكنك إجراء تحسينات. وفي واقع الأمر، قد يكون اتباع طريقة بسيطة، مثل شرب الماء، فعالاً للغاية في دعم جهود إنقاص الوزن. وتوضح إيمي غودسون، خبيرة التغذية والمتخصصة المعتمدة في علم التغذية الرياضي، في مقال نشره موقع Eat This, Not That، كيف يمكن للماء أن يساعد على إنقاص الوزن

ليس سببا مباشرا في حد ذاته

الماء . . ما هي الكمية المطلوبة يوميا للمساعدة على إنقاص الوزن؟



وقالت: "إن شرب الماء يمكن أن يكون مفيدا للمساعدة في الشبع، لكنه ليس سببا مباشرا لفقدان الوزن في حد ذاته". فقد أظهرت دراسة أجريت في جامعة فاجينينجن في هولندا أن المشاركين الذين تناولوا مخفوق الحليب متبوعا بالكثير من الماء شبعوا بشكل أسرع من أولئك الذين شربوا القليل من الماء فقط. وببساطة، يمكن أن يساعد الماء قبل أو بعد الوجبات على الشعور بالشبع، مما قد يؤدي إلى عادة تناول وجبات أصغر.

وأشارت غودسون إلى أن الماء مفيد أيضا لأنه يمكن أن يصرفنا عن المشروبات الأخرى الأقل صحية مثل المشروبات الغازية ومشروبات الطاقة. وأضافت خبيرة التغذية أم شرب الماء خلال التمارين الرياضية، لا يساعد فقط على بقاء الجسم رطبا، بل إنه يمكن أن يساهم في حرق السعرات

ذلك في الاعتبار، تحتاج النساء إلى نحو تسعة أكواب من السوائل يوميا والرجال نحو 13 كوبا للمساعدة على تعويض كمية الماء المفقودة. وتوصي غودسون للحصول على الكميات اللازمة يوميا، يجب شرب الماء مع وجبات الطعام، ما يساعد على التحكم في حصة الطعام، ويمنع من تناول الطعام عندما تشعر بالشبع. وتشير إلى أن شرب الماء قبل الوجبات يمكن أن يساعدك على التحكم بشكل أفضل في أحجام الوجبات وتقليل كمية السعرات الحرارية المستهلكة أثناء الوجبات. وأضافت: "إن شرب الماء طوال اليوم يمكن أن يساعد في الحفاظ على مستويات الترطيب. وبالإضافة إلى ذلك، كثيرا ما يخلط الكثير من الناس بين العطش والجوع وقد يصلون إلى الطعام عندما يكونون في الواقع عطشى فقط. وهذا يمكن أن يؤدي إلى زيادة تناول السعرات الحرارية". وتأكد على ضرورة شرب الماء أيضا بعد الانتهاء من تناول وجبة صغيرة، حيث أن شرب المزيد من الماء يمكن أن يعزز شعورك بالشبع. كما توصي أولئك الذين يلتزمون بالتمارين الرياضية بشرب الماء قبل بدء التمارين وفي أثنائها وبعد الانتهاء، وذلك لأن شرب الماء هو المفتاح لأداء أفضل ولتجنب الجفاف.

الحرارية، موضحة: "يعد ضمان بقاء جسمك رطبا أمرا بالغ الأهمية لتحقيق الأداء البدني الأمثل. ويمكن أن يؤدي الجفاف إلى التعب ويحرك الأفراد بشكل أبطأ أثناء التمرين".

ما هي كمية المياه اليومية للشخص الواحد؟ عندما يتعلق الأمر بالكمية المثالية من الماء التي يجب عليك شربها يوميا لإنقاص الوزن، فلا يوجد نهج واحد يناسب الجميع. وتوضح غودسون: "في حين أن هناك قاعدة قديمة تقضي بضرورة شرب ثمانية أكواب من الماء سعة كل منها نحو 230 مل، فإن الحقيقة هي أن هناك عوامل كثيرة تؤثر على كمية المياه التي تحتاجها، بما في ذلك عمرك وجنسك ومستوى نشاطك وصحتك العامة".

وأضافت: "بالنسبة للنساء، تبلغ كمية المياه الإجمالية نحو 11.5 كوبا يوميا، وللرجال نحو 15.5 كوبا. إلا أن هذه التقديرات تشمل السوائل المستهلكة من الأطعمة والمشروبات، بما في ذلك الماء. ونحصل عادة على نحو 20% من الماء الذي نحتاجه من الطعام الذي نتناوله (الفواكه، الخضار، الحساء، إلخ). ومع أخذ

اكتشاف آلية في الدماغ تفسر سبب تسرب الحليب لدى الأمهات المرضعات عندما يبكي أطفالهن

يمكن لآلية في الدماغ أن تفسر سبب تسرب الحليب لدى بعض الأمهات المرضعات عندما يبكي أطفالهن، ولماذا تستمر كل منهن في رعاية أطفالها حتى عندما يشعرن بالتعب.

ذلك، عندما منع الباحثون النواة داخل الصفائح الخلفية للمهاد (PIL) من التواصل مع الخلايا العصبية للأوكسيتوسين، توقفت عن ذلك في النهاية. وبمجرد إعادة تشغيل الدائرة، واصلت الأمهات من الفئران رعاية نسلها. وقال روبرت فرومكي، من قسم علم الأعصاب وعلم وظائف الأعضاء في جامعة نيويورك لانغون: "تشير هذه النتائج إلى أن دائرة الدماغ التي يحفزها البكاء ليست مهمة فقط لسلوك الرضاعة، ولكن أيضا للحفاظ على انتباه الأم مع مرور الوقت وتشجيع الرعاية الفعالة لها". وأوضح الفريق أن تعلم كيفية عمل نظام الأوكسيتوسين لدى البشر "قد يقدم طرقا جديدة لمساعدة الأمهات اللاتي يرغبن في الرضاعة الطبيعية ولكنهن يكافحن من أجل القيام بذلك". ومع ذلك، حذر فرومكي من أن الفريق قام فقط بقياس إفراز الهرمونات وليس الرضاعة نفسها.



ومنذ فترة طويلة لاحظ العلماء أن ثدي الأم قد يتسرب منه الحليب عندما تسمع بكاء طفلها، حيث وجدت دراسات سابقة أن "نداءات الحليب"، وليس الرضاعة نفسها، تؤدي إلى زيادة هرمون الأوكسيتوسين المسؤول عن الشعور بالسعادة في الدماغ. وقام فريق من كلية الطب بجامعة نيويورك غروسمان بفحص دوائر الدماغ لدى العشرات من إناث الفئران لتحديد عملية إطلاق الأوكسيتوسين. ووجدوا أن بكاء صغار الفئران انتقلت إلى منطقة في دماغ الأم تعرف باسم النواة داخل الصفائح الخلفية للمهاد (PIL)، وهي مركز حسي يرسل بعد ذلك إشارات إلى خلايا الدماغ في منطقة أخرى تسمى منطقة ما تحت المهاد، والتي تتحكم في نشاط الهرمونات.

ووفقا للباحثين، فإن الخلايا الموجودة في منطقة ما تحت المهاد عادة ما تكون "مقفلتة" بواسطة البروتينات التي تمنع الإشارات الكاذبة وإهدار الحليب، ولكن 30 ثانية من البكاء المستمر دفعت إشارات من النواة داخل الصفائح الخلفية للمهاد لبناء البروتينات والتغلب عليها.

وأظهرت النتائج التي نشرت في مجلة Nature أن زيادة الأوكسيتوسين حدثت فقط في الفئران الأمهات وليس الإناث التي لم تنجب قط.

واستجاب أدمغة الأمهات فقط لبكاء الأبناء، وليس للأصوات الصادرة عن الكمبيوتر.

وقال هابون عيسى، طالب الدراسات العليا في جامعة نيويورك لانغون هيلث والولف الرئيسي المشارك للدراسة: "تكشف النتائج التي توصلنا إليها كيف يقوم الرضيع الباكي بتهيئة دماغ أمه لإعداد جسدها للرضاعة. ومن دون مثل هذا التحضير، يمكن أن يكون هناك تأخير لعدة دقائق بين الرضاعة وتدفق الحليب، ما قد يؤدي إلى إحباط الطفل والديه المتوترين".

وعادة، تقوم الأم باستعادة صغارها إذا تم إخراجهم من العش. ومع



الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى بالنشر
إعلان صحيفة الطعن
FSCSUCICOMS2024 / 0000684
بوكالة المحامي / عبدالرحمن نصيب

إلى : محمد دويب عبدالواحد بن عبد الحمادي
ليكن معلوما لديكم بان حكم الاستئناف رقم SHCAPCICOMS2024/0000492 الصادر بتاريخ 23/5/2024 قد تم الطعن عليه بالنقض من طرف الطاعن /بنك ابوظبي التجاري. في الطعن المشار إليه أعلاه وعليكم ايداع مذكرة بدفاعكم مشفوعة بسند توكيل المحامي الموكل بكم والمستندات التي يرى تقديمها لدى مكتب إدارة الدعوى في موعد أقصاه خمسة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان.

القاضي / شهاب عبدالرحمن الحمادي
الحكمة الابتدائية العليا
الحكمة العليا الدعاوى المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى عليه بالنشر
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم SHFCICIVS2024/0003692 مدني
إلى المدعي عليه : بروفيز خان شير ولي خان - مجهول محل الإقامة
تعلمكم أن المدعي محمد وقاص دولت خان - باكستاني الجنسية
قد أقام الدعوى المذكورة أعلاه ويطالب فيها بالاتي :- الزام المدعي عليه بدفع مبلغ 8,500 درهم
- الزام المدعي عليه بدفع الرسوم والشحونات وانعاب المحاماة
- إعلان المدعي عليه بالجلسة والأدعاء.
انت مكتب بالحضور بجلسته 24/7/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية
الحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ،
وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة
أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حذر بتاريخ 16/7/2024
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
شهادة محو قيد شركة تجارية من السجل التجاري
رقم الرخصة : 691226
الشكل القانوني : فرع شركة أجنبية
ريكييت بنكينيز (روميا) فرع دبي
العنوان : مكتب 1801.1803.1804 ملك ريكيت بنكينيز روميا ليمتد فرع
دبي - برج خليفة - تشهد دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي ، بأن الشركة المذكورة
أعلاه قد تم محو قبيدها من السجل التجاري بتاريخ 10/7/2024 وذلك بعد
استيفائها للإجراءات المنصوص عليها في القانون الاتحادي رقم 5 لسنة 1975
في شأن السجل التجاري والقانون الاتحادي رقم 8 لسنة 1984 بشأن الشركات
التجارية والقوانين المعدلة له.
ملاحظة : أي كسب أو شطب في هذه الشهادة يُلغىها.
المسؤول المخول

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى بالنشر
إعلان مدعى بالنشر
لدى محكمة دبي الابتدائية
العدد 566 لسنة 2024 تجاري صراف - لدى محكمة دبي الابتدائية
المعلن إليه : مالك محمد فسوان اوان مالك حاجي محمد - معلن بالنشر
بموجب القرار الصادر في الدعوى الموضحة أعلاه - وبمحكمة دبي الابتدائية بتكليفها بمباشرة مهمة الخبرة
في الدعوى المشار إليها أعلاه الخاتمة من المدعي / دار التحويل ش م ع - تحيكم علما بأنه تم تحديد موعد
اجتماع الخبرة المصرفية وفقا للتفاصيل المبينة أدناه ، الأرياءم - الأرياءم - الأرياءم - الأرياءم - الأرياءم - الأرياءم -
11.00 صباحا - عن بعد بواسطة تطبيق زووم كما هو موضح أدناه
- https://us06web.zoom.us/j/87171974261?pwd=zNZsl7pzwhO6iNU4umyOb27hHxbN.1
Meeting ID : 871 7197 4261 - Passcode : 112233
وعليه يتطلب حضوركم أو من يملكتم قانونا بحضور الاجتماع المذكور وتقديم المستندات المتعلقة بالدعوى
ومراجعة الوثائق أولا بأول بشأن أية استفسارات وحال وجود أي ملاحظات لتقديمها قبل موعد حضور الاجتماع
يرجى التواصل على الأرقام التالية : 0581390444-042292257
الخبير المصرفي / عبدالله الجابري
رقم القيد بمحاكم دبي 260

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الاستئنافية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم SHCAPCICOMS2024/0001116 تجاري
إلى المدعي عليه : حديد الإمارات للمقاولات - ذ م م
مجهول محل الإقامة
انت مكتب بالحضور بجلسته 23/7/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الاستئنافية المدنية - شخصيا أو بواسطة
وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات
وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حذر بتاريخ 15/7/2024
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
دعوة لحضور إجتماع للخبرة
إلى المدعي عليها / ريفد شارع عبدالله الرندي
بناء على تكليفنا من قبل محكمة دبي الموقرة لأعمال الخبرة في الدعوى اعلاه فقد حددنا يوم
الإنعقاد 2024/7/22 في تمام الساعة التاسعة صباحا لعقد إجتماع الخبرة عن بعد وبمكتبكم
التواصل معنا لتوكيدكم برابط الاجتماع على العنوانين التالية
Email : expert@alsharid.com - تليفون : 042555155
لذا يتطلب حضوركم أو من يملكتم قانونا لحضور الاجتماع المذكور مع إحضار كافة المستندات
المتعلقة بالدعوى ، وعليكم مراجعة الخبراء أولا بأول بشأن أية استفسارات وتابعة تطورات اجراءات
تنفيذ المأمورية واستلام المستندات والتوقيع عليها.
الخبير / سعيد الشارده الفلاسي
رقم القيد بمحاكم دبي 133
رقم القيد بوزارة العدل 449

الامارات العربية المتحدة محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان بيع عقار بالنشر
في التنفيذ رقم 9947/2021/207
الطوعية : دائرة التنفيذ المدنية رقم 296
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 0551682700 شاملة 05.00.00 ساعة 2024/7/24 بشأن اية اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري
موضوع الاعلان : انه في يوم الاربعة الموافق 2024/7/24 الساعة 05.00.00 شاملة 05.00.00 ساعة 2024/7/24 بشأن اية اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري
بين العتار الوضحة اوساطة انه لدى الجهة التي ايدى بها البيع (شركة الامارات للتقنيات وكل مرفقها الإلكتروني http://www.emiratesaction.ae
emiratesaction.ae) وعلى راسي المرفق المذكور اذ ان الخصم المحال سجنري قد وافق على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري
على البيع التام والبرهان معززا بما يبديده من مستندات قبل الخليفة المحلصة للخصم المحال سجنري في ايامه الهيكلة بتاريخ 29/4 من ايلول/ايلول
وهي على ميعاد معلوم اعلم ان كل من الطرفين والخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري
الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري
خريطة المحكمة وهي على بيان اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري
شروط رقم الأرض 659/0 وفق المرفق سكني - مساحة الحصص : 54.19 متر مربع - المساحة : 12242.16 متر مربع - المساحة : 12242.16 متر مربع - المساحة : 12242.16 متر مربع
ملاحظة : 1 - دفع القيد بوزارة العدل

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم SHFCICPTO2024/0002783 أمر على عريضة
إلى : المحكوم عليه / ايوب شابان حمزة كولاشي
العنوان : 10089361
تحيطكم علما بأنه بتاريخ 20/5/2024 قد حكمت عليك هذه
المحكمة في الدعوى بالرقم أعلاه لصالح / عادل سالم عبدالله سالم
الغفاري - بالتالي : قرار المحكمة / نامر بتقدير انعاب المحاماة
بمبلغ 8000 درهم الزمت المدعي عليه بسدادها للمدعي.
الحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - فابر ابراهيم محمد السبوني
إخطار دفع في القضية رقم SHXCXBUNCE2023/0004378 الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : خالد حمزة محمد السبوني
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك راس الخيمة الوطني
في القضية المشار إليها 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 419318.0
لذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (15) أيام من
تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - نادي السعادة نقالات التكبسية
والاوضيات والأصباغ
إخطار دفع في القضية رقم SHXCXBUNCE2023/0004412 الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : نادي السعادة نقالات التكبسية والأصباغ
العنوان : الإمارات الشارقة كليا شارع الوحدة شقة فاكس محمد خيسب الدرعي الهاتف المتحرك
300059279 - مكالمة 300059279
أمام محمو بيومي ابراهيم - العنوان : الإمارات الشارقة كليا شارع الوحدة شقة فاكس محمد خيسب
الخصم الدرعي الهاتف المتحرك 300059279 - مكالمة 300059279
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك راس الخيمة الوطني - في القضية المشار اليها اعلاه - 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 401416
لذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك
/ إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسبك إجراءات التنفيذ
الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - شركة بين الصردين للهدايا ذ م م مصطفى حسن غلامي
شركة بين الصردين للهدايا ذ م م مصطفى حسن غلامي
إخطار دفع في القضية رقم SHXCXBUNCE2022/0004999 الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : شركة بين الصردين للهدايا ذ م م مصطفى حسن غلامي
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك راس الخيمة الوطني - في القضية المشار اليها اعلاه
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 867072.0
لذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (15) أيام من
تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الجبيرة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - خالد عبدالله سعيد ابراهيم اليماحي
إخطار دفع في القضية رقم FUCXCIBOUNCE2024/0001061 الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : خالد عبدالله سعيد ابراهيم اليماحي
العنوان : مجهول مكان الإقامة
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك راس الخيمة الوطني - ش م ع
في القضية المشار اليها اعلاه
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 344743.0 درهم
لذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسبك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان بيع عقار بالنشر
في التنفيذ رقم 3893/2022/207
الطوعية : دائرة التنفيذ المدنية رقم 186
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 4108/2021 أمامه ، والباستناد لقرار رقم 1324/2021 مستنفا تجاري
موضوع الاعلان : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 4108/2021 أمامه ، والباستناد لقرار رقم 1324/2021 مستنفا تجاري
بين العتار الوضحة اوساطة انه لدى الجهة التي ايدى بها البيع (شركة الامارات للتقنيات وكل مرفقها الإلكتروني http://www.emiratesaction.ae
emiratesaction.ae) وعلى راسي المرفق المذكور اذ ان الخصم المحال سجنري قد وافق على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري
على البيع التام والبرهان معززا بما يبديده من مستندات قبل الخليفة المحلصة للخصم المحال سجنري في ايامه الهيكلة بتاريخ 29/4 من ايلول/ايلول
وهي على ميعاد معلوم اعلم ان كل من الطرفين والخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري
الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري
خريطة المحكمة وهي على بيان اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري على اداء اديان التنازل الثانية ان الخصم المحال سجنري
شروط رقم الأرض 659/0 وفق المرفق سكني - مساحة الحصص : 54.19 متر مربع - المساحة : 12242.16 متر مربع - المساحة : 12242.16 متر مربع - المساحة : 12242.16 متر مربع
ملاحظة : 1 - دفع القيد بوزارة العدل

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - السيد نقالات الحضر والردم وتسويه
الاراضي ذ م م شركة الشخص الواحد
إخطار دفع في القضية رقم SHXCXCIVS2024/0001679 مدني
إلى المحكوم عليه : السيد نقالات الحضر والردم وتسويه الاراضي ذ م م شركة الشخص الواحد
العنوان : الشارقة - سنايعة 18 - شارع الفحيح - مكتب رقم 3 طبق 1 - 0567778895 - 0555100448
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بروتيف ستار لتقل الركاب والمحاللات لإجرة - شركة الشخص الواحد - ذ م م
في القضية المشار إليها 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 45080.0 درهم
لذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك
/ إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسبك إجراءات التنفيذ
الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - ساويج مولا ريجان مولا
إخطار دفع في القضية رقم SHXCXBUNCE2024/0003897 الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : ساويج مولا ريجان مولا
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ سلطان عبدالله احمد الخيال - الجنسية الإمارات العربية المتحدة
في القضية المشار اليها اعلاه
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 102350.0
لذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسبك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - محمد شكيل بوتيا بوابيل شاتادي
إخطار دفع في القضية رقم SHXCXBUNCE2023/0004393 الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : محمد شكيل بوتيا بوابيل شاتادي
العنوان : الشارقة موعج بنايعة رصين شقة رقم 501 طهعة رقم 696/107 - 0504742240
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ رصين العقارية - ذ م م -
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 25650.0
لذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك
/ إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكتب (ين) بحضور جلسة يوم /
الساعة - أمام المحكمة المذكورة. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسبك إجراءات
التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى عليه بالنشر
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم AHCICIRSTATE2024/0001237 عقاري
إلى المدعي عليه : شايبيتا غلام ريباني
مجهول محل الإقامة
انت مكتب بالحضور بجلسته 23/7/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى)
مدير الدعوى رقم (6) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة
جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على
عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه -
بوصفك مدعي عليه.
حذر بتاريخ 16/7/2024 م.
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى عليه بالنشر
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم AHCICIRSTATE2024/0001237 عقاري
إلى المدعي عليه : شايبيتا غلام ريباني
مجهول محل الإقامة
انت مكتب بالحضور بجلسته 22/7/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الاستئنافية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى)
شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها
كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر
في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حذر بتاريخ 15/7/2024
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى عليه بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم AHCICIRSTATE2023/0004110 الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : محمد رضا محمد علي
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ جيا العقارية للاستثمارات - ذ م م - الجنسية سوداني
في القضية المشار اليها اعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب
تنفيذ كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف : 688324.0
لذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسبك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى عليه بالنشر
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى محكمة دبي الابتدائية
العدد 566 لسنة 2024 تجاري صراف - لدى محكمة دبي الابتدائية
المعلن إليه : مالك محمد فسوان اوان مالك حاجي محمد - معلن بالنشر
بموجب القرار الصادر في الدعوى الموضحة أعلاه - وبمحكمة دبي الابتدائية بتكليفها بمباشرة مهمة الخبرة
في الدعوى المشار إليها أعلاه الخاتمة من المدعي / دار التحويل ش م ع - تحيكم علما بأنه تم تحديد موعد
اجتماع الخبرة المصرفية وفقا للتفاصيل المبينة أدناه ، الأرياءم - الأرياءم - الأرياءم - الأرياءم - الأرياءم - الأرياءم -
11.00 صباحا - عن بعد بواسطة تطبيق زووم كما هو موضح أدناه
- https://us06web.zoom.us/j/87171974261?pwd=zNZsl7pzwhO6iNU4umyOb27hHxbN.1
Meeting ID : 871 7197 4261 - Passcode : 112233
وعليه يتطلب حضوركم أو من يملكتم قانونا بحضور الاجتماع المذكور وتقديم المستندات المتعلقة بالدعوى
ومراجعة الوثائق أولا بأول بشأن أية استفسارات وحال وجود أي ملاحظات لتقديمها قبل موعد حضور الاجتماع
يرجى التواصل على الأرقام التالية : 0581390444-042292257
الخبير المصرفي / عبدالله الجابري
رقم القيد بمحاكم دبي 260

حكومة رأس الخيمة إدارة الخدمات المجتمعية

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
الموضوع / الأسماء
تفيدكم بأنه تعلن دائرة محاكم رأس الخيمة بأن المدعو/ محمد
ملك زاده ، تقدم بطلب تعديل المقطع الأول بحذف اسم (علا)
لاسماء ابائنه (محمد علا وزايد علا وحامد علا وكوشر علا)
ليصبح اسمائهم بعد التعديل (محمد وزايد وحامد وكوشر /ابناء/
احمد محمد ملك زاده ، وان من له مصلحة في الاعتراض ان يتقدم
خلال خمسة عشر يوما من تاريخ اعلان امام قسم الاشهادات في
محكمة رأس الخيمة.
قاضي محكمة رأس الخيمة الابتدائية
طارق احمد عبدالرحمن جمعه

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الاستئنافية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم SHCAPCICOMS2024/0001064 تجاري
إلى المدعي عليه : أذ التصميم الداخلي لأعمال الديكور (مؤسسة فردية) ومالكها
ديانا رامز عمرو - مجهول محل الإقامة
انت مكتب بالحضور بجلسته 22/7/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
الشارقة الاتحادية المحكمة الاستئنافية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى)
شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها
كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر
في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حذر بتاريخ 15/7/2024
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى عليه بالنشر
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم SHFCICIVS2024/0003692 مدني
إلى المدعي عليه : محمود هيثم عرابي - فلسطين الجنسية
تعلمكم بان المدعي شركة عجمان الإمارات للإتصالات (مجموعة الإتصالات) ش م م
ع - قد أقام الدعوى المذكورة أعلاه : حكمت المحكمة بمثابة الحضورى ؛
بالزام المدعي عليه / محمود هيثم عرابي بأن يؤدي للمدعية / شركة مجموعة
الإمارات للإتصالات (مجموعة إتصالات) ش م م مبلغ وقدره بقيمة (31315)
درهما (واحد وثلاثون ألفا وثلثمائة وخمسة عشر درهما) والفائدة القانونية بواقع
5% سنويا من تاريخ المطالبة القضائية وحتى تمام السداد على ألا تتجاوز الفائدة
المبلغ المقتضى به ، والزامه بالرسوم والصاريف و500 مقابل انعاب المحاماة.
حذر بتاريخ 17/7/2024 - حذر بواسطة الموظف - مركز سعادة المتعاملين
محكمة الشارقة الاتحادية
الحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٢٠٣ بتاريخ ٢٠٢٤/٧/١٨
إعلان مدعى عليه بالنشر
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم SHFCICIVS2024/0002659 تجاري ،
إلى المدعي عليه : عائشة أممان مغربي الجنسية
تعلمكم بان المدعي شركة عجمان الإمارات للإتصالات (مجموعة الإتصالات) ش م م
ع - قد أقام الدعوى المذكورة أعلاه : حكمت المحكمة بمثابة الحضورى ؛
بالزام المدعي عليه / عائشة أممان بأن يؤدي للمدعية/ شركة مجموعة الإمارات
للإتصالات (مجموعة إتصالات) ش م م مبلغ وقدره بقيمة (31086) درهما (واحد
وثلاثون ألفا وستة وثمانون درهما) والفائدة القانونية بواقع 5% سنويا من تاريخ
المطالبة القضائية وحتى تمام السداد على ألا تتجاوز الفائدة المبلغ المقتضى به ،
والزامه بالرسوم والصاريف و500 مقابل انعاب المحاماة.
حذر بتاريخ 17/7/2024 - حذر بواسطة الموظف - مركز سعادة المتعاملين
محكمة الشارقة الاتحادية
الحكمة الابتدائية المدنية



بعد أن جذبت أكثر من 100 ألف مشترك وهي تبث أكثر من 500 فيلم ومادة مرئية قناة اليوتيوب الخاصة بالأرشيف والمكتبة الوطنية تحصد الدرع الفضي

الاجتماعي السبع الخاصة بالأرشيف والمكتبة الوطنية، قد لاقى محتواها تفاعلاً من قبل الجمهور لأنه يدور في فلك تاريخ دولة الإمارات العربية المتحدة وتراثها، ويستعرض أبرز فعاليات إدارة هذه القناة وتطبيقاتها وتطويرها، مؤكداً أن دوام بديل هذه الجهود المخلصة سوف يجعل القناة تحافظ على الصدارة والتميز، ويدعو للتعاون بالحصول على الدرع الذهبي.

والتي تعدّ واحدة من قنوات التواصل الأكبر من رواد الإنترنت والباحثين عن المعلومة التاريخية الموثقة والتراثية الدقيقة. وأشد سعادته بجهود القائمين على إدارة هذه القناة وتطبيقاتها وتطويرها، مؤكداً أن دوام بديل هذه الجهود المخلصة سوف يجعل القناة تحافظ على الصدارة والتميز، ويدعو للتعاون بالحصول على الدرع الذهبي.

وحوّل هذا الإنجاز قال سعادة عبد الله ماجد آل علي المدير العام: إن الأرشيف والمكتبة الوطنية حريص على تطوير قناة اليوتيوب وتحديثها، وإثرائها وتغذيتها بشكل مستمر، وهذا ما جعل قناته المتخصصة تحصد الدرع الفضي في زمن قياسي من المتابعة الدقيقة والمسؤولة. وأشار إلى أن الأرشيف والمكتبة الوطنية قد اتبعت خطة استراتيجية ممنهجة سهّلت وصول زوار شبكة الإنترنت إلى قناة اليوتيوب لتابعة الأفلام الوثائقية

•• ابوظبي-الفضج: حصدت قناة اليوتيوب الخاصة بالأرشيف والمكتبة الوطنية الدرع الفضي من إدارة اليوتيوب التابعة لمؤسسة جوجل العالمية لتخطي عدد مشتركى القناة أكثر من 100 ألف مشترك، ويأتي ذلك نظراً للثقة التي تحظى بها قناة اليوتيوب بوصفها مرجحاً مهماً للباحثين والمهتمين بتاريخ دولة الإمارات العربية المتحدة، إذ تبث المعلومات الدقيقة والموثقة.

مركز جمعة الماجد يسلط الضوء على المخطوطات العربية في مكتبة يدين الهولندية

رشا من خلال العرض الذي قدمته عبر المنصة، تاريخ مدينة ليدن الهولندية وكيف تم تأسيس جامعتها، ثم ازدهار الدراسات العربية فيها والمخطوطات العربية التي وصلت إلى مكتبتها. كما عرضت طرق الإفادة والوصول إلى المخطوطات العربية في مكتبة ليدن، من خلال الفهارس المتوفرة التي وصفت هذه المخطوطات بالتفصيل، ومن خلال الإفادة من شبكة الإنترنت وما توفره المكتبة من مخطوطات تسليط الضوء على المجموعة المميزة من المخطوطات العربية في مكتبة جامعة ليدن بهولندا، والتي بلغت ستة آلاف مخطوطة شرقية، أغلبها عربية. وقد تم جمعها عن طريق المستشرقين الهولنديين من شتى بقاع العالم، مما ساهم في إكساب مكتبة ليدن سمعة علمية وشهرة عالية في مجال الدراسات العربية والاستشراقية. تناولت الدكتورة

•• دبي -د.محمود علياء: نظم مركز جمعة الماجد للثقافة والتراث في دبي، يوم أمس الأول الثلاثاء، ضمن برنامجها الثقافي الصيفي، محاضرة عن بُعد بعنوان "المخطوطات العربية في مكتبة ليدن"، قدمتها الدكتورة رشا الخطيب، أستاذ مساعد في جامعة فيلادلفيا في الأردن. هدفت المحاضرة إلى تسليط الضوء على المجموعة المميزة من المخطوطات العربية في مكتبة جامعة ليدن بهولندا، والتي بلغت ستة آلاف مخطوطة شرقية، أغلبها عربية. وقد تم جمعها عن طريق المستشرقين الهولنديين من شتى بقاع العالم، مما ساهم في إكساب مكتبة ليدن سمعة علمية وشهرة عالية في مجال الدراسات العربية والاستشراقية. تناولت الدكتورة

في متناول الجميع. وأضاف: "نسعى عبر هذه الحملة إلى تقديم محتوى ثقافي إماراتي وعربي عالي الجودة لأفراد المجتمع بغية دعم هذا المحتوى وترويجه بثقة أصنافه، وتشجيع القراءة باللغة العربية. وهذا ما يشكل جزءاً من مهمتنا المتمثلة في تعزيز النهضة الفكرية في إمارة الشارقة وإثراء المشهد الثقافي فيها بما يرسخ مكانتها عاصمة للثقافة في العالم العربي، تماشياً مع رؤية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة".

تهدف الحملة أيضاً إلى تسليط الضوء على التراث الثقافي الغني لإمارة الشارقة والاحتفاء به والترويج له من أجل جعل قيمه الأصيلية محفورة في ذاكرة الأجيال، وذلك من خلال عرض أماكن للقراءة تركز على العالم التراثية في الإمارة. وستنفذ "شركة منصة" حملة ترويجية مكثفة تخاطب جمهور القراءة في مجتمع الشارقة المحلي بمختلف شرائحه، وخصوصاً شريحة الشباب، مستخدمة لغة قريبة إلى قلوبهم، وسيناريوهات متنوعة تكوّن مفهوم القراءة في نفوسهم كملاد للتمتع والعرفه، وتخلق بينهم حالة من التوق إلى التواصل ضمن مجتمع مترابط من القراء.

United Arab Emirates Ministry of Justice

Date 18/7/2024 Issue No : 14203

Notification of Enforcement Case by publication
Notification of the defendant by publication

Sharjah Federal Court, Civil Enforcement Court- Sabuj Mola Rehan Mola
Notice of payment in case no. SHCEXCIBOUNCE202400038977 - bounced cheques

To: The convicted: Sabuj Mola Rehan Mola

Since a copy of the attached judgment has been issued against you in favor of the implementing plaintiff / Sultan Abdullah Ahmed Al Khayali, UAE Nationality - in the above-mentioned case. Since the aforementioned prevailing party has submitted a request to implement the aforementioned judgment and paid the required fee herein, and since the required judgment to be implemented is as follows:

The total including fees and expenses : 102350.0 Dhs

Therefore, you are required to implement what was stated in the above-mentioned executive document within [7] days from the date of your notice of this notification. If you fail to do so, the court will take the compulsory enforcement measures that legally prescribed against you.

Judge / Hossam El-Din Hassan Mustafa Mohamed Khader
Sharjah Federal Court, Civil Enforcement Court

United Arab Emirates Ministry of Justice

Date 18/7/2024 Issue No : 14203

Notification of Enforcement Case by publication
Notification of the defendant by publication

Sharjah Federal Court, Civil Enforcement Court-Mohamed Shakerel Bhatia Burayil Shatadi
Notice of payment in case no. SHCEXCIBOUNCE20240004593- bounced cheques

To: The convicted: Mohamed Shakerel Bhatia Burayil Shatadi - Address: Sharjah, Muwaileh, Rasain Building, Apartment No. 501, Plot No. 107/696, Tel: 0504742240.

Since a copy of the attached judgment has been issued against you in favor of the implementing plaintiff / Rasin Real Estate LLC - in the above-mentioned case. Since the aforementioned prevailing party has submitted a request to implement the aforementioned judgment and paid the required fee herein, and since the required judgment to be implemented is as follows: The total including fees and expenses : 25650.0 Dhs

Therefore, you are required to implement what was stated in the above-mentioned executive document within [7] days from the date of your notice of this notification. If you fail to do so, you are required to attend the hearing on the corresponding day - at the time - before the aforementioned court. If you fail to do so, the court will take the compulsory enforcement measures that legally prescribed against you.

Judge / Saleh Hussein Ahmed Al Hammadi
Sharjah Federal Court
Civil Enforcement Court

United Arab Emirates Ministry of Justice

Date 18/7/2024 Issue No : 14203

PUBLIC NOTICE IN ENFORCEMENT CASE BY PUBLICATION
Payment Notice in Case No. AHCEXCIBOUNCE20230004110 - Returned Checks

To: Defendant: MOHAMMAD REZA MOHD ALI

Whereas: A judgment, a copy of which is attached hereto, has been issued against you in favor of the Enforcer, G J PROPERTIES INVESTMENTS L.L.C., Sudanese Nationality, - in the above mentioned case. And whereas: The Enforcer has filed a request for the execution of the said judgment and paid the prescribed fee therefor, and whereas the judgment to be executed is as follows: Total amount including fees: 688,324.00

Therefore, you are ordered to comply with the provisions of the above mentioned enforcement instrument within [7] days from the date of your notification of this notice. In case of your failure to do so, the court will take legal coercive enforcement measures against you.

Judge / Abdullah Youssef Al-Murshedi
Ajman Federal Court
Civil Enforcement Court

United Arab Emirates Ministry of Justice

Date 18/7/2024 Issue No : 14203

SHARJH FEDERAL COURT
NOTICE TO ATTEND REMOTE MEETING
In Case No SHCFICIVS20240003155
(TO BE PUBLISHED IN A WIDESPREAD NEWSPAPER IN ARABIC & ENGLISH)

As requested by the Plaintiff / NASIR BHUYAN TARA MIAH
To the Defendant: MANIK ISLAM NASIR AHMED

To Oblige the defendant to return AED 12,500.00 to the plaintiff in addition to legal interest @12% from the date of case registration until full settlement in addition to fees and expenses;

You are required to attend the remote meeting on EM00099641 on 25/07/2024 at 08:30 before Sharjah Federal Court- One-day civil Department - Office No. (Case Manager Office No. 5) via MOJ portal http://smartjustice.moj.gov.ae/chrysalis/Meeting/search_sessions_portal/ Visual meetings in person or by your legal representative - or scan the code hereunder with your phone camera:

Meeting Details : Meeting number : EM00099641

You can submit a reply memo to the lawsuit and attach the documents via the electronic system.

Office of Judicial Services
Shamma Ahmad Rashid Al Salman

United Arab Emirates Ministry of Justice

Date 18/7/2024 Issue No : 14203

Notification by Publication for a Defendant
Case Management Office, Sharjah Federal Civil First Instance Court
Case No. SHCAPCILABS2024/0001067 Labor

To Defendant: SHAJARAT AL ZAYTOON FURNITURE UPHOLSTERY
Unknown place of residence

You are requested to attend the hearing on 24/07/2024 before case management office, Sharjah Federal Civil First Instance Court (case admin office) in person or to be represented by a legal attorney to submit a plea along with all documents within 10 days of the date of publication in order to consider the above-mentioned case in your capacity as defendant.

Legal Services Office
Fisal Obid Alramsi

United Arab Emirates Ministry of Justice

Date 18/7/2024 Issue No : 14203

Publication Notification Application of Judgment
Plea of Publication Notification of Judgment
Issued by Sharjah Federal Civil Court of First Instance
Case No. SHCFICICOMS2024/0001228 / Commercial

To the sentenced person: Nishantha Bandula Tikiri Kumara, address: 10019630

Kindly be informed that on 13/05/2024, this court issued a judgment against you in the above-mentioned case on behalf of Sharjah Islamic Bank PJSC as follows:

Text of judgment: The court judged in presence as follows:

Obligating the defendant with paying to the claimant an amount of AED 275,351.74 and the legal interest of 2% upon the registration date of the case to the full payment so that the interest shall not exceed the basic judged amount and paying the fees, charges and five hundred UAE Dirhams for the attorney's fees. This judgment is appealable within the legal term starting from the day following the publication.

Judge Muhammad Hassan Muhammad Almarzoqi
Federal Sharjah Court
Civil court of first instance

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

Date 18/7/2024 Issue No : 14203

DUBAI COURTS FOR FIRST INSTANCE
NOTICE FOR PUBLICATION

Case No. 41/2024/1078 - Real Estate

Held in the 6th Case Management Department no. 405

Notice Subject : Claim to cancel Sales & Purchase agreement of Unit 405 located in Bella Rose building in addition to compensation of AED 682,114.08

Plaintiff: BELLA ROSE REAL ESTATE DEVELOPMENT LLC

Address : Dubai- Barsha 2 - oppsite Emirates Mall- next to Sweet Novotel Hotel - Diyar building - 6th floor- MAKANI no. 381759128 - telephone 050427613

Represented by : Ali Musbeh Ali Dhahi

Required to be notified: SHEREEN OTHMAN, AS DEFENDANT

Subject: The lawsuit has been filed against you : Claim to cancel Sales & Purchase agreement of Unit 405 located in Bella Rose building in addition to compensation of AED 682,114.08

A session was set for it on Tuesday, 23-07-2024 at 09:00 a.m., in the remote litigation hall, so you are required to attend or your legal representative to submit your memorandums or documents to the court at least three days before the session.

Prepared by : Saeed Mohammad Ateeq Al Mirri

United Arab Emirates Ministry of Justice

Date 18/7/2024 Issue No : 14203

Defendant's Notice by Publication
The Lawsuit Management Office has the Ajman Federal Court, the Federal Civil Court of First Instance
In Lawsuit No. AJCFICIRSTATE2024/0001237/Real Estate

To the Defendant: SHABEENA GHULAM RABBANI
Unknown Residence

You are required to attend the hearing session on 23/07/2024 before the Lawsuit Management Office of the Federal Civil Court of Ajman, Civil Primary Court - Office No. (Lawsuit Manager Office No. 6), either personally or through an authorized representative, and to submit a responsive memorandum to the lawsuit along with all necessary documents within a period not exceeding ten days from the date of publication, for consideration of the aforementioned lawsuit against you - As the Defendant.

Judicial Services Office
Eman Ahmed Al-Awadi

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

Date 18/7/2024 Issue No : 14203

DUBAI COURTS FOR FIRST INSTANCE
Digital NOTICE OF FULFILMENT FOR PUBLICATION

Case No. 207/2024/442 - Commercial Execution

Filed in the 4th Execution Department no. 186

The subject of the Lawsuit : Execution of the ruling issued in case #1949/2023 - fulfillment order to pay AED 343,972.00 including fees and expenses;

Plaintiff : AL KARAMA MEAT TRADING LLC
Address : telephone 0509172029

Required to be notified:

1- TURAB SHAH MUNIR SHAH, in his capacity as the defendant
2- AL SHERI MEAT SELLING, in his capacity as the defendant

Notice Subject : Has initiated the above-mentioned lawsuit against you to obligate you to execute the order and to pay to the plaintiff or the court treasury an amount of AED 343,972.00 and to pay fees and expenses within 7 days of the publication of the order otherwise the court will take legal actions against you.

Prepared by : Automated Digital notification System

منوعات الفكرة 30

بدور القاسمي تطلق حملة (اقرأ أنت في الشارقة)

أطلقت الشارقة بدور بنت سلطان القاسمي، المؤسسة والرئيسة الفخرية لجمعية الناشئين الإماراتيين، حملة "اقرأ أنت في الشارقة" التي تنظمها وتنفذها شركة منصة للتوزيع، وتهدف إلى تعزيز ثقافة القراءة لدى أفراد المجتمع، وترسيخ مكانة الشارقة عاصمة ثقافية للعالم العربي. ويجسد عنوان هذه الحملة، المُستلهم من الشاعر الشهير الذي يميّز الإمارة «ابتسم أنت في الشارقة، المكانة العالية للكتاب والمعرفة في إمارة الشارقة المعروفة بإرثها الغني في دعم الثقافة والقراءة والأدب، ما أهلها لتكون «العاصمة العالمية للكتاب» في العام 2019. وأكدت الشارقة بدور القاسمي أن تأصيل ثقافة القراءة يُنهج حياة يومي لدى أفراد المجتمع، وفي طليعتها شريحة الشباب والباحثين، هي مسؤولية يشارك الجميع في الوفاء بها، وتتطلب استمرارية العمل المُؤبّد من قبل جميع المؤسسات المعنية بالشأن الثقافي في إمارة الشارقة لإطلاق مبادرات ومشاريع تلهم الشباب وتجذب انتباههم إلى الكتاب بطريقة تحاكي اهتماماتهم وتغذي شغفهم تجاه اكتساب المعرفة وتوسيع مداركهم. وأوضحت أن هذه الحملة تنسجم مع مشروع الشارقة الحضاري وتوجهات الإمارة إلى وصل العالم من خلال الثقافة والأدب، ودعم الإبداع الثقافي باللغة العربية.

من جهته، قال راشد الكوس، مدير عام شركة منصة للتوزيع، إن تشييد حملة "اقرأ أنت في الشارقة"، برعاية كريمة من الشارقة بدور القاسمي، يجسد التزام شركة منصة بالعمل على غرس حب القراءة في قلوب وعقول أجيال المستقبل والترويج لإصدارات الناشر الإماراتي، وذلك في إطار سعيها لتحقيق الرؤية الثقافية لإمارة الشارقة التي تتمثل إحدى أولوياتها في بناء مجتمع قارئ يسهم في مسيرة النهضة الشاملة التي تشهدها الإمارة، مشيدا بالدور المحوري للشارقة بدور القاسمي في إرساء ثقافة المطالعة في المجتمع المحلي، وتمنّيًا لجهودها الحثيثة لجمع الكتاب في متناول الجميع.

Notice of Publication

Date 18/7/2024 Issue No : 14203

In Case No. 293 of 2024, Real Estate
Dubai Courts of First Instance

Initiated by: Plaintiff: AMAL YOUSSEF ALI MAHMOUD MUHAMMAD AGAANSI

The first defendant: AL MAZAYA REAL ESTATE FZ-LLC, the second defendant: AL SARAH CONTRACTING LLC, the third defendant: NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the fourth defendant: ABU DHABI NATIONAL TAKAFUL COMPANY (Dubai Branch), the fifth defendant: KAZEN OWNER ASSOCIATION MANAGEMENT SERVICES LLC, the sixth defendant: OSAMA MAKRAM WAHBI GIRGIS, the seventh defendant: SALEM RASHID SALEM AL KHADER AL-SHAMSI in his capacity as the judicial AL SARAH CONTRACTING LLC, the second entered opponent: AHMED ABDULLAH SAIF BIN DARWISH AL SHEHRI in his personal capacity and in his capacity as a director and partner of AL SARAH CONTRACTING LLC, the third entered opponent: TARIQ AHMED ABDULLAH BIN DARWISH AL SHEHRI in his personal capacity and in his capacity as a partner in NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the fourth entered opponent: AHMED ABDULLAH SAIF BIN DARWISH AL SHEHRI in his personal capacity and in his capacity as a partner in NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the fifth entered opponent: JAMIL YOUSSEF MUHAMMAD JADALLAH, in his personal capacity and in his capacity as a partner in NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the sixth entered opponent: DEEPAK PATKAR in his personal capacity and in his capacity as a partner in NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the seventh entered opponent: AMAL DANIEL as the wife of the deceased ELIAS GRACE DANIEL - Director and partner in NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the eighth entered opponent: PATRICK ELIAS GRACE DANIEL, in his capacity as the son of the deceased ELIAS GRACE DANIEL Director and partner in NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the ninth entered opponent: MELANIE ELIAS GRACE DANIEL as the daughter of the deceased ELIAS GRACE DANIEL - Director and partner in NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the tenth entered opponent: DIPIKA MUKHERJEE SHANKAR, the eleventh entered opponent: SHANKAR KRISHNAN

The second defendant: AL SARAH CONTRACTING LLC, the sixth defendant: OSAMA MAKRAM WAHBI GIRGIS, the second entered opponent: AHMED ABDEL AL LAH SAIF BIN DARWISH AL SHEHRI, in his personal capacity and in his capacity as a director and partner of AL SARAH CONTRACTING LLC, the third entered opponent: TARIQ AHMED ABDULLAH BIN DARWISH AL SHEHRI in his personal capacity and in his capacity as a partner in NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the fourth entered opponent: DEEPAK PATKAR in his personal capacity and in his capacity as a partner in NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the fifth entered opponent: AMAL DANIEL as the wife of the deceased ELIAS GRACE DANIEL - Director and Partner of NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the eighth entered opponent: PATRICK ELIAS GRACE DANIEL as the son of the deceased ELIAS GRACE DANIEL - Director and Partner of NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the ninth entered opponent: MELANIE ELIAS GRACE DANIEL as the daughter of the deceased ELIAS GRACE DANIEL - Director and Partner of NATIONAL ENGINEERING BUREAU, the tenth entered opponent: DIPIKA MUKHERJEE SHANKAR, the eleventh entered opponent: SHANKAR KRISHNAN

The parties to the case must send an explanatory memorandum to the expert committee that responds to the terms of the mission described in the preliminary ruling issued by the court. Respected, send the Emirates ID and authorization to the person who will attend the Expert Committee meeting and all the documents you wish to submit to the expert committee assigned to the case appointed no later than Tuesday, July 23, 2024.

Therefore, please come to the site specified above or whoever represents you legally, and send the Emirates ID and authorization of the person who will attend the meeting, please enter the link ten minutes before the appointment and make sure that your camera and microphone are ready. For communication and inquiries regarding the meeting, please contact the office of the engineering expert (Dr. Engineer/Saif Hamdan Al Kaabi) on Tel. 055904440 and ds.aif@jic.ae, expert@jic.ae

The engineering expert assigned to the lawsuit / Dr. Engineer / Saif Hamdan Al Kaabi

منوعات

الفكر

31



بعد فجائه من السجن في قضية هاينا هاتشينز. أليك بالدوين يشكر أنصاره

استمرت قضية مقتل المصورة السينمائية هاينا هاتشينز شهر طويلة تنظر داخل المحاكم، بعد تورط الكثير من المتواجدين في منطقة التصوير آنذاك في مقتلها، وعلى رأسهم النجم أليك بالدوين، الذي كان السبب الرئيسي في قتلها آنذاك انشاء تصوير فيلم Rust. وبعد الكثير من المشاورات والدعاوى القضائية تم إسقاط تهمة القتل غير العمد يوم الجمعة الماضي لتخطي بالدوين مرحلة السجن.

ووجه بالدوين الشكر لأنصاره الذين قاموا بموازنته خلال الفترة الأخيرة، بعد ان اسقط القاضي في سانتا في التابعة لولاية نيو مكسيكو التهمة عن الممثل الشهير، وقال بالدوين عبر حسابه بموقع إنستجرام: "هناك الكثير من الأشخاص الذين دعوني لآبد أن اشكرهم الآن، إليكم جميعاً، لن تعرفوا أبداً مدى تقديري لعطفكم تجاه عائلتي".

ووفقاً لتقرير نشرته صحيفة فاريتي، فإنه سبق ورفضت القضية ماري مارلو سومر القضية بشكل متحيز، مما يعني أنه لا يمكن إعادة النظر فيها، بعد جلسة استماع مثيرة حول فشل الادعاء في تسليم الأدلة إلى الدفاع، وتمهدت المحامية غلوريا أرييد بمواصلة محاربة بالدوين في المحكمة المدنية في نيو مكسيكو، قائلة إن قرار القاضي "لا يشكل بأي حال من الأحوال تبرئة".

كان بالدوين منتحياً ونجحاً في مسلسل Rust عندما أطلق النار على مصورة السينما هاينا هاتشينز، 42 عاماً، وهي أم لطفل واحد، أثناء التصوير بمسدس به طلقة حية بداخله، كما أصيب مخرج الفيلم جويل سوزا أيضاً.

كانت القضية عبارة عن طريق طويل ومؤلم حتى المحاكمة: حيث تم اتهام بالدوين في الأصل في يناير 2023 بتهمتي القتل غير العمد. وقال ممثلو الادعاء إن التهم تم إسقاطها بعد ثلاثة أشهر في ضوء ظهور أدلة جديدة، مضيفين أنهم بحاجة إلى مزيد من الوقت للتحقيق.

كشفت تفاصيل خوف ابنتها من دورها في فيلم Avengers الجديد

سكارليت جوهانسون تنضم إلى مسلسل "قضية عادلة"

تتمتع ناتاشا رومانوف شخصية مارفل التي تلعب دورها سكارليت جوهانسون، بالكثير من المعجبين حول العالم، لكن ابنتها "روز" ليست واحدة منهم، حيث كشفت الممثلة، التي تلعب دور البطولة مع تشانينج تاتوم، في Fly Me to the Moon، أن طفلتها البالغة من العمر تسع سنوات، خائفة جداً من مشاهدة أفلام Avengers.

ومن المقرر أن يُعرض في 2 يوليو/تموز 2025 وقالت جوهانسون إنها تابعت الفيلم الحائز على الأوسكار حين كانت في العاشرة من عمرها منذ ظهور السلسلة لأول مرة عام 1993، مشيرة إلى أنه من أوائل الأفلام التي شاهدها في صالة السينما، وكان ذلك بمثابة تحول كبير بالنسبة لها، وأضافت "أعني أن التجربة لم أزلها من قبل، في طريقة التنفيذ والصورة، فالفيلم لا يزال رائع وتابعت جوهانسون قائلة: "لقد كنت أحاول المشاركة في سلسلة الأفلام بأي طريقة ممكنة لأكثر من 10 سنوات، حتى انني كنت أقول مستعدة للموت في الخمس دقائق الأولى، سأفعل أي شيء من أجل المشاركة".

وقالت الأم الشغوفة لمجلة People، إنها تحب أن تلعب دور Black Widow. لكنها خائفة جداً من مشاهدة فيلم Avengers، وتشارك المرشحة لجائزة الأوسكار ابنتها مع زوجها السابق الصحفي الفرنسي رومان دورياك. يبدو أن ابنة سكارليت تقبل الدور الأخير الذي لعبته والدتها كفتاة محتالة تحولت إلى عبقرية تسويق، والتي تساعد في تصوير هبوط وهمي على سطح القمر في غاية السرية لصالح الحكومة في عام 1969، وقالت الممثلة: "أعتقد أنها متحمسة بشأن الشعر والمكياج في الغالب"، وأضافت النجمة: "إنها ممتعة للغاية.. إنها أنثوية".

وفي سياق آخر، كشفت عدة تقارير - في وقت سابق - انضمام النجمة العالمية سكارليت جوهانسون للمسلسل الجديد Cause من إنتاج منصة أمازون برايم، والمستوحى من رواية جون كاتزنيك الصادرة عام 1992. والمقرر أن تلعب فيها دور البطولة والمنتج التنفيذي للعمل.

وكان العمل على المسلسل بدأ منذ العام 2022، وتوجد فيه جوهانسون شخصية البطلة ماديسون، وتعمل كمراسلة صحفية لإحدى الصحف المحلية بولاية فلوريدا، حيث يتم إرسالها لتغطية الأيام الأخيرة لسجين ينتظر تنفيذ حكم الإعدام.

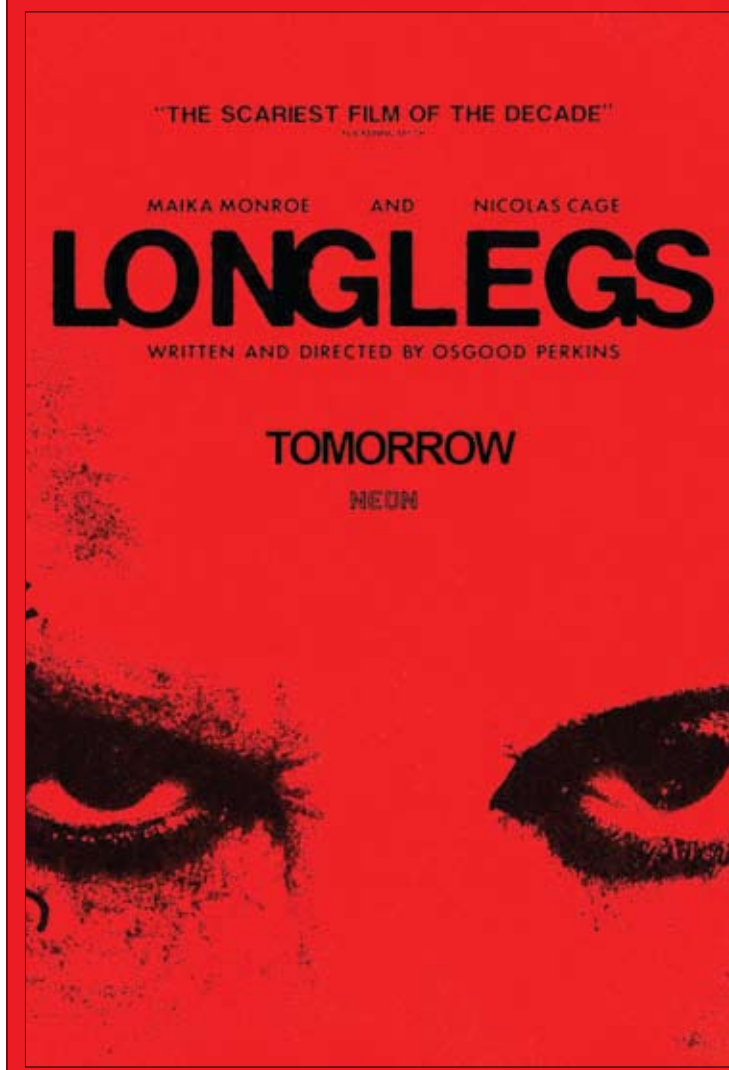
وكانت الممثلة، البالغة من العمر 39 عاماً، شاركت في تقديم الرواية من قبل في فيلم "قضية عادلة" (Just Cause) في ثاني ظهور لها على شاشة السينما عام 1995، لكنها لعبت حينها شخصية ابنة الشخصية الرئيسية في الفيلم التي قدمها شون كوني.

ووفقاً لتصريحات جوهانسون، لصحيفة Deadline في العرض الأول لفيلمها الجديد Fly Me To The Moon في مدينة نيويورك: "السلسلة الجديدة



مائة دقيقة من الرعب المتواصل والمكثف

نيكولاس كيج قاتل متسلسل في Longlegs



سيعرض هو Longlegs، ومن ثم ظهر كاتبه ومخرجه أوز بيركنز، وقدم مقدمة عن الفيلم قبل أن يستقبل بطل العمل نيكولاس كيج على المسرح.

قال كيج عن الفيلم: "كان الناس يسألونني: كيف لا يمكنك وضع وجهك على الملصق أو المقطع الدعائي لـ Longlegs، ولكنني اخترت وضع صورة الوحش بدلاً مني ليعمل الأمر أكثر تشويقاً".

وأضاف كيج أنه يقدم شخصية قاتل متسلسل في Longlegs، وكانت ردود أفعال النقاد الحاضرين على وسائل التواصل الاجتماعي كثيرة، واصفين إياه بأنه "الفيلم الأكثر إثارة للقلق لهذا العام"، بالإضافة إلى أن العمل "مائة دقيقة من الرعب المتواصل والمكثف".

وأشار أحد الحاضرين إلى أن الفيلم "كان مجنوناً للغاية" لدرجة أن

امرأة خلفهم بدأت بالبكاء في منتصف عرضه، من جهة أخرى كشف النجم العالمي نيكولاس كيج أنه تم قبوله في أحد برامج العودة عندما كان في الرابعة عشرة من عمره، لكن والده منعه من المشاركة. وأكد كيج أنه أجرى أول اختبار أداء له على الإطلاق في The Dating Game، وهو برنامج ألعاب في الولايات المتحدة في الستينيات والسبعينيات من القرن الماضي، وكان ناجحاً. وصرح كيج قائلاً: "تم قبولي في المشاركة في البرنامج، لكن والدي لم يسمح لي بذلك، كنت صغيراً جداً، كان عمري 14 عاماً تقريباً".

والد كيج هو أوجست كويولا، وهو أكاديمي ومدير سينمائي وشقيق مخرج فيلم The Godfather فرانسيس فورد كويولا، وتوفي أوجست كويولا في عام 2009 عن عمر يناهز 75 عاماً. وكان قد اعتد النجم العالمي نيكولاس كيج من والدته الراحلة بعد العرض الخاص للمخرج لـ Longlegs، في مهرجان لوس أنجلوس السينمائي Beyond Fest، العمل الذي يدور في إطار رعب، ويلعب فيه كيج شخصية قاتل متسلسل.

وصرح كيج قائلاً: "شخصية القاتل المتسلسل التي أقدمها في فيلم الرعب الجديد Longlegs، أضمرتها وكأنني في مواجهة مع والدتي الراحلة، أسف يا أمي، وسط ضحكات الجمهور.

بأن هذا هو الفيلم المقرر عرضه. إلا أنه تبين أن عرض اسم الفيلم كان مجرد مزحة من قبل المهرجان، الذي كشف أن الذي

قال كيج عن الفيلم: "كان الناس يسألونني: كيف لا يمكنك وضع وجهك على الملصق أو المقطع الدعائي لـ Longlegs، ولكنني اخترت وضع صورة الوحش بدلاً مني ليعمل الأمر أكثر تشويقاً".

وأضاف كيج أنه يقدم شخصية قاتل متسلسل في Longlegs، وكانت ردود أفعال النقاد الحاضرين على وسائل التواصل الاجتماعي كثيرة، واصفين إياه بأنه "الفيلم الأكثر إثارة للقلق لهذا العام"، بالإضافة إلى أن العمل "مائة دقيقة من الرعب المتواصل والمكثف".

وأشار أحد الحاضرين إلى أن الفيلم "كان مجنوناً للغاية" لدرجة أن

امرأة خلفهم بدأت بالبكاء في منتصف عرضه، من جهة أخرى كشف النجم العالمي نيكولاس كيج أنه تم قبوله في أحد برامج العودة عندما كان في الرابعة عشرة من عمره، لكن والده منعه من المشاركة. وأكد كيج أنه أجرى أول اختبار أداء له على الإطلاق في The Dating Game، وهو برنامج ألعاب في الولايات المتحدة في الستينيات والسبعينيات من القرن الماضي، وكان ناجحاً. وصرح كيج قائلاً: "تم قبولي في المشاركة في البرنامج، لكن والدي لم يسمح لي بذلك، كنت صغيراً جداً، كان عمري 14 عاماً تقريباً".

والد كيج هو أوجست كويولا، وهو أكاديمي ومدير سينمائي وشقيق مخرج فيلم The Godfather فرانسيس فورد كويولا، وتوفي أوجست كويولا في عام 2009 عن عمر يناهز 75 عاماً. وكان قد اعتد النجم العالمي نيكولاس كيج من والدته الراحلة بعد العرض الخاص للمخرج لـ Longlegs، في مهرجان لوس أنجلوس السينمائي Beyond Fest، العمل الذي يدور في إطار رعب، ويلعب فيه كيج شخصية قاتل متسلسل.

وصرح كيج قائلاً: "شخصية القاتل المتسلسل التي أقدمها في فيلم الرعب الجديد Longlegs، أضمرتها وكأنني في مواجهة مع والدتي الراحلة، أسف يا أمي، وسط ضحكات الجمهور.

بأن هذا هو الفيلم المقرر عرضه. إلا أنه تبين أن عرض اسم الفيلم كان مجرد مزحة من قبل المهرجان، الذي كشف أن الذي

قال كيج عن الفيلم: "كان الناس يسألونني: كيف لا يمكنك وضع وجهك على الملصق أو المقطع الدعائي لـ Longlegs، ولكنني اخترت وضع صورة الوحش بدلاً مني ليعمل الأمر أكثر تشويقاً".

وأضاف كيج أنه يقدم شخصية قاتل متسلسل في Longlegs، وكانت ردود أفعال النقاد الحاضرين على وسائل التواصل الاجتماعي كثيرة، واصفين إياه بأنه "الفيلم الأكثر إثارة للقلق لهذا العام"، بالإضافة إلى أن العمل "مائة دقيقة من الرعب المتواصل والمكثف".

وأشار أحد الحاضرين إلى أن الفيلم "كان مجنوناً للغاية" لدرجة أن

امرأة خلفهم بدأت بالبكاء في منتصف عرضه، من جهة أخرى كشف النجم العالمي نيكولاس كيج أنه تم قبوله في أحد برامج العودة عندما كان في الرابعة عشرة من عمره، لكن والده منعه من المشاركة. وأكد كيج أنه أجرى أول اختبار أداء له على الإطلاق في The Dating Game، وهو برنامج ألعاب في الولايات المتحدة في الستينيات والسبعينيات من القرن الماضي، وكان ناجحاً. وصرح كيج قائلاً: "تم قبولي في المشاركة في البرنامج، لكن والدي لم يسمح لي بذلك، كنت صغيراً جداً، كان عمري 14 عاماً تقريباً".

والد كيج هو أوجست كويولا، وهو أكاديمي ومدير سينمائي وشقيق مخرج فيلم The Godfather فرانسيس فورد كويولا، وتوفي أوجست كويولا في عام 2009 عن عمر يناهز 75 عاماً. وكان قد اعتد النجم العالمي نيكولاس كيج من والدته الراحلة بعد العرض الخاص للمخرج لـ Longlegs، في مهرجان لوس أنجلوس السينمائي Beyond Fest، العمل الذي يدور في إطار رعب، ويلعب فيه كيج شخصية قاتل متسلسل.

وصرح كيج قائلاً: "شخصية القاتل المتسلسل التي أقدمها في فيلم الرعب الجديد Longlegs، أضمرتها وكأنني في مواجهة مع والدتي الراحلة، أسف يا أمي، وسط ضحكات الجمهور.

حقق فيلم Longlegs للنجم العالمي نيكولاس كيج، الذي بدأ عرضه في 12 يوليو الجاري إيرادات وصلت إلى 2 مليون 400 ألف دولار في دور العرض الأمريكية، خلال 6 أيام عرض، ووصلت مدته إلى ساعة و 41 دقيقة.

وكان قد عُرض فيلم الرعب الجديد للنجم العالمي نيكولاس كيج، بشكل مفاجئ، ولاقي ردود فعل حماسية من النقاد والجمهور، كجزء من مهرجان لوس أنجلوس السينمائي Beyond Fest. كان الجمهور حاضراً في مسرح Aero لعرض سري تم الإعلان عنه أنه سيبدأ في الساعة 7:30 مساءً.

وفي قاعة المسرح، ظهر على الشاشة شعار الفيلم الموسيقي القادم Wicked، مما دفعهم إلى الاعتقاد



الفكر

أمراض في مرحلة الطفولة تؤدي إلى اختلال وظائف الكلى عند البالغين



دون سبب واضح، وضعفه وخموله. كما قد يحصل تغير في راحة البول وتكرره وزيادة مستمرة في عدد الكريات البيض والبكتيريا في البول عند إجراء تحليل للبول. وغالباً ما تكتشف هذه الحالة أثناء فحص البول.

ووفقاً له، غالباً ما تهمل العديد من الأمراض في مرحلة الطفولة ولا تعالج في الوقت المناسب، لذلك تسبب ضرراً لصحته مع تقدمه في العمر.

ويقول في حديث لـ "Gazeta.Ru": "ينجم مرض استسقاء الكلية (مياه الكلية) عن اختلال تدفق البول من الحوض الكلوي. ويرجع هذا إلى تضيق الحالب، الذي يصاحبه اختلال تدفق البول، والضغط المفرط على الكلى، ونتيجة لذلك، يحصل خلل في عملها".

ووفقاً له، المرض الآخر هو الارتجاع المثاني الحالبي، الذي ينجم عن ارتداد البول من المثانة إلى الحالب

والكلى. وتتلقى كلية الطفل في حالة الارتجاع المثاني الحالبي، أكثر من 3000 صدمة هيدروديناميكية سنوياً. بالطبع قد تكون متفاوتة في الشدة. وغالباً ما يكون الارتجاع معقداً بسبب عدوى المسالك البولية. وبالتالي، فإن هذا المرض نفسه ومضاعفاته يمكن أن يؤدي إلى مشكلات خطيرة في الكلى.

والمرض الخطير الآخر هو تضخم الحالب، الناتج عن توسع الحالب بصورة غير طبيعية، الذي قد يحصل بسبب الارتجاع وتضيق الحالب في منطقة المثانة أو حصي الكلى واختلال المثانة العصبي، وعدم تشخيص المرض وعلاجه في الوقت المناسب يؤدي إلى مضاعفات خطيرة بما فيها ضعف وظائف الكلى. ويشير إلى أن أعراض هذه الأمراض هي ارتفاع درجة حرارة جسم الطفل إلى 39-40 درجة مئوية

ويشير الدكتور فيكتور غوباريف، أخصائي أمراض الجهاز البولي وأمراض الذكور، إلى أن أمراض المسالك البولية التي يعاني منها البالغين تعود إلى مرحلة الطفولة.

ووفقاً له، غالباً ما تهمل العديد من الأمراض في مرحلة الطفولة ولا تعالج في الوقت المناسب، لذلك تسبب ضرراً لصحته مع تقدمه في العمر.

ويقول في حديث لـ "Gazeta.Ru": "ينجم مرض استسقاء الكلية (مياه الكلية) عن اختلال تدفق البول من الحوض الكلوي. ويرجع هذا إلى تضيق الحالب، الذي يصاحبه اختلال تدفق البول، والضغط المفرط على الكلى، ونتيجة لذلك، يحصل خلل في عملها".

ووفقاً له، المرض الآخر هو الارتجاع المثاني الحالبي، الذي ينجم عن ارتداد البول من المثانة إلى الحالب

التبرع بالدم.. فوائده وشروطه

يلجأ العديد من الأشخاص للتبرع بالدم كعمل إنساني لإنقاذ أرواح الآخرين، وتعتبر هذه العملية مفيدة لصحة البعض شرط أن تتم ضمن شروط وإجراءات محددة.

تشير العديد من الدراسات الطبية إلى أن التبرع بالدم له آثار إيجابية على الصحة، فتبعاً للخبراء في مركز "نيكولاييف الصحي الروسي" فإن الذين يتبرعون بالدم باستمرار لديهم القدرة على تحمل فقدان الدم أكثر من غيرهم في الحالات الطارئة، كما أن الرجال الذين يتبرعون بالدم هم أقل عرضة للإصابة بالتهنات القلبية وأمراض القلب والأوعية الدموية. وبينت بعض البحوث والدراسات أيضاً أن التبرع بالدم يساعد على الوقاية من أمراض تصلب الشرايين والنقرس وأمراض الكبد والأمراض المرتبطة بالجهاز الهضمي، ويحسن عمل الأعضاء المنتجة لخلايا الدم، وينشط نخاع العظم لإنتاج خلايا دم جديدة.

أنواع التبرع بالدم:
- التبرع بـ الدم الكامل " والذي يشمل جميع مكونات الدم من الخلايا الدموية والبلازما والصفائح الدموية.
- التبرع بالصفائح الدموية.
- التبرع بالبلازما.
- التبرع بخلايا الدم الحمراء.
وتوجد عدة شروط لتكون عملية التبرع بالدم سليمة وخالية من المخاطر:
- أن تكون نسبة الدم التي يتبرع بها الشخص البالغ ما بين (450-500) مل، ويمكن التبرع مرة كل شهرين بحيث لا يزيد عدد مرات التبرع عن 5 مرات في السنة.
- أن يكون المتبرع بحالة صحية جيدة وخال من الأمراض المعدية، مثل الإيدز وأمراض التهاب الكبد وبعض الأمراض التناسلية.
- أن لا يكون المتبرع مصاباً بأحد الأمراض المزمنة، مثل السكري وأمراض القلب والسرطان.
- يجب أن يكون عمر المتبرع ما بين 18-65 سنة.
- يمنع على المصابين بقرح الدم الحاد أو المصابين بأمراض الدم الوراثية التبرع بالدم.
- إجراء اختبارات توافق بين وحدات الدم المنقول ودم المرضى للتأكد من سلامة وفعالية الدم.



الممثلة الأمريكية ساشا بيترس تحضر حفل CTAOP (مشروع تشارلز ثيرون للتواصل مع أفريقيا) لعام 2024 في شمال هوليبود، كاليفورنيا. (أ ف ب)

قرأت لك

البابريكا



تحتوي البابريكا على فيتامين (أ) بالإضافة للبيتا كاروتينات، والمفيدان لصحة العين، لذلك فهي تخفف من آثار أشعة الشمس الضارة المحتملة، وتحسن الرؤية الليلية، وكذلك تحميها من الأمراض التي قد تحدث مع تقدم العمر. احتوائها على عنصر الزنك ومضادات الأكسدة، أيضاً يسببها خواص تحسن من صحة الجلد، وتمزز إنتاج الكولاجين في البشرة، ولذلك فهو يجدد خلايا البشرة ويخفف علامات الشيخوخة ومظاهر التقدم بالعم. غنية بالألياف الغذائية، وبالتالي فهي تفيد في علاج مشاكل جهاز الهضم كالغازات واضطرابات المعدة. مفيدة للقلب، إذ تشتمل الدورة الدموية وتخفف مستويات الكوليسترول الضار. علاج الأم الأسنان، والتهاب المفاصل، وتقوية العظام. تحسين جودة النوم، وتخفف الإصابة من بعض الأمراض العصبية، مثلاً الزهايمر. لها استخدامات أخرى أيضاً: كملاخ للملاريا والحمى، كذلك تطبق على الجلد لتخفيف ألم القوياء المنطقية (التهربس النطاقي).

سؤال وجواب

متى مع اسم اينشتاين؟

في سنة 1905 حينما كان اليرت اينشتاين في السادسة عشر من عمره ظهرت له اربع مقالات في احدى المجلات الألمانية تعرض بعض آرائه الهامة والتي كان من بينها نظرية النسبية وسرعان ما جعلته تلك الآراء من المشهورين.

هل تشابه الأيائل في كل انحاء العالم؟

لا الأيائل التي تعيش في شتى انحاء العالم تختلف من مكان لآخر وتختلف في الشكل ايضاً والحجم ويحمل كل منها اسم وعلى سبيل المثال منها صغير الحجم كالبروكيت والبودو في أمريكا الجنوبية، ذكور الأيائل كلها تحمل قروناً ماعداً غزال المسك وغزال الماء الصيني، اناث ايائل الكاريبو تحمل قروناً كالذكور تماماً .. وهكذا نجد الاختلاف.

اين يوجد سهل ما بين النهرين؟

في الطريق إلى البحر يمتد نهري دجلة والفرات عبر سهل خصيب عريض كان يعرف قديماً باسم بابل، وهو تلك المنطة التي يطلق عليها ما بين النهرين.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن العظم يمثل 15% من وزن أي إنسان والدم يمثل 5% من وزن الإنسان .
- مكتشف فيتامين C هو الدكتور جيمس ليند عام 1747 .
- مكتشف فيتامين D هو الدكتور ماك كولم عام 1920 .
- بنى خوفو الهرم الأكبر سنة 3700 ق . م .
- يبلغ طول سور الصين العظيم 7300 كم .
- يبلغ درجة الحرارة فوق سطح القمر ما بين 150 درجة فوق الصفر و 120 درجة تحت الصفر .
- هل تعلم أن المخترع الأمريكي كلاين روك هو مخترع الانترنت .
- إن أول إعلان في التاريخ كان في شكل بيت من الشعر نظمه الشاعر ربيعة بن عامر الملقب بالدرامي فقد حضر إليه أحد التجار يشكو نفاذ كل الخمرات التي يبيعها عدا السوداء فلم يشترها أحد منه .. فنظم الشاعر قصيدة وأرسلها لأحد الشعراء ليتقنى بها .. و كتب في مطلعها: قل للمليحة في الخمر الأسود .. ماذا فعلت بناسك متعبد .. ولما انتشرت هذه القصيدة لم تبقى واحدة لم تشتت خمار أسود فنفتت كل الخمرات لدى التاجر بل أنه باعها بسعر مرتفع
- يبلغ عدد دقات قلب الحوت 9 دقات في الدقيقة الواحدة .
- هل تعلم أن الإمام البخاري اسمه الحقيقي أبو عبد الله محمد بن اسماعيل ولد عام 194 هـ .
- هل تعلم أن المرجان يستخرج من البحر المتوسط أما البحر الأحمر فهو أكثر البحار امتلاء بالشعب المرجانية ويوجد من المرجان ثلاثة أنواع هي الأحمر والأسود والأصفر.

قصة الثعلب والخراف

حضر الثعلب إلى مكان مبيت الخراف واخذ يدور حول المكان حتى لمح الخروف الكبير فصرخ فيه وقال ماذا تريد ايها الثعلب اغرب عن وجهي ولا تطحنتك.. فجلس الثعلب على خلفيته وقال متلعثماً حزينا .. جئت اطلب منك قرضاً بعض الحبوب او بعض الحشائش او حتى بعض الفول فانا مريض جدا ولا استطيع الصيد واولادي سيكون في البيت وأهمهم تركت البيت منذ فترة لعدم استطاعتي توفير الطعام لهم... ارجوك اقرضني بعض ما يؤكل وسأكون شاكراً لك واعدك بأنني سأحضر بنفسي واطفالي إلى هنا لاعيده لك.. نظر الخروف اليه وقال له اذن انتظر هنا وسأذهب واحضر لك بعض الفول.. فقال الثعلب لا تعذب نفسك استطيع ان ادخل معك واحمل الفول بنفسي فقال الخروف وهو يتراجع بظنيره للخلف: لا انتظر ساعدو حالا ثم دخل الخروف إلى بيته وخرج مرة أخرى ومعه عددا لا بأس به من الخراف اتفقوا حول الثعلب فجأة وقال الخروف الكبير للثعلب: كاذب لانك لا تأكل الحشائش والفول والحبوب لقد اتيت لتأكل لحم الخراف ايها الثعلب الماكر وما انا اجمع لك الخراف لتختار منها ما يؤكل فرد الثعلب مرتعباً خائفاً لا اشكرك لقد توقفت عن اكل اللحوم منذ فترة واصبحت نباتياً لذلك سأصرف في الحال، فقال الخروف اذن لقد اصبحت نباتياً ولست في حاجة إلى أسنانك القوية وفضة نطحه الخروف نطحه قوية في فمه وتبعه خروفاً آخر ثم رفسه رفسة لا بأس بها ارسلته بعيداً بدون اسنان فأطلق ساقيه للريح وهو يقول بالفعل لقد اصبحت نباتياً الآن .. اشكركم!.

مساحة للتلوين

