

ص 22

انطلاق فعاليات معرض أبوظبي
الدولي للتمور بدورته العاشرة 2024



ص 27

غريمليتز.. مزيج فريد
من الرعب والكوميديا



تقنية مبتكرة، تتيح توصيل العلاجات

إلى الدماغ بشكل آمن وفعال

ص 23

المراسلات: ص 505

email.munawaat@alfajrnews.ae

جرائم العنف
الأسري تحصد

امرأة كل 10 دقائق

قتلت 85 أنف امرأة وفتاة على الأقل عن سابق تصميم في مختلف أنحاء العالم عام 2023، معظمهن على أيدي أفراد عائلاتهن، وفقاً لإحصاءات نشرتتها أمس الأول الاثنين الأمم المتحدة التي رأت أن بلوغ جرائم قتل النساء "التي كان يمكن تفاديها" هذا المستوى "يُنذر بالخطر".

ولاحظ تقرير مكتب الأمم المتحدة المعني بالمخدرات والجريمة في فيينا وهيئة الأمم المتحدة للمرأة في نيويورك أن "المنزل يظل المكان الأكثر خطورة" للنساء، إذ أن 60 في المئة من 85 أنف اللواتي قُتلن عام 2023، أي بمعدل 140 كل يوم أو واحدة كل عشر دقائق، وقعن ضحايا "لأزواجهن أو أفراد آخرين من أسرهن".

وأفاد التقرير بأن هذه الظاهرة "عابرة للحدود، وتؤثر على كل الفئات الاجتماعية والمجموعات العمرية"، مشيراً إلى أن مناطق البحر الكاريبي وأمريكا الوسطى وإفريقيا هي الأكثر تضرراً، تليها آسيا.

وفي قارتى أميركا وأوروبا، يكون وراء غالبية جرائم قتل النساء شركاء حياتهن، في حين يكون قتلتهن في معظم الأحيان في بقية أنحاء العالم أفراد من عائلاتهن. وأبلغت كثرات من الضحايا قبل مقتلهن عن تعرضهن للعنف الجسدي أو الجنسي أو النفسي، وفق بيانات متوافرة في بعض البلدان.

ورأى التقرير "أن تجنب الكثير من جرائم القتل كان ممكناً"، من خلال "تدابير وأوامر قضائية زجرية" مثلاً.

وفي المناطق التي يمكن فيها تحديد اتجاه، بقي معدل قتل الإناث مستقراً أو انخفض بشكل طفيف فقط منذ عام 2010، ما يدل على أن هذا الشكل من العنف "متجذر في الممارسات والقواعد الاجتماعية ويصعب القضاء عليه، بحسب بيان الأمم المتحدة المعني بالمخدرات والجريمة الذي أجرى تحليلاً للأرقام التي استقتها التقرير من 107 دول.

7 أنواع من الأسماك تتربع على

العرش.. لفوائدها الصحية المذهلة



تناول المزيد من الأسماك يأتي على رأس التوصيات الغذائية الشائعة. ولكن مع الكم الهائل من خيارات المأكولات البحرية المتاحة، ربما يكون اتخاذ قرار الشراء أمراً صعباً. حتى أكثر خبراء التغذية حرصاً على الصحة يكافحون لتحديد الفرق بين أنواع الأسماك والعلامات التجارية من حيث الصحة ومستويات الملوثات، بحسب ما جاء في تقرير نشره موقع Real Simple.

تصنيف الأسماك
تقول كريستين كارلي، اختصاصية تغذية، عندما يتعلق الأمر بالأسماك، لا يتم تصنيف جميع الأنواع على قدم المساواة من حيث المحتوى الغذائي والتأثيرات الصحية العامة.

تحتوي معظم الأسماك على كميات كبيرة من البروتين وفيتامينات B ومجموعة من المعادن بما يشمل الحديد والسيلينيوم والزنك وحتى الكالسيوم في بعض الحالات. تصيف كارلي أن "البروتين ضروري لإصلاح العضلات ودعم المناعة وزيادة الشعور بالامتلاء والنشاط". وفي الوقت نفسه، تدعم العناصر الغذائية الأخرى الموجودة غالباً في الأسماك صحة التمثيل الغذائي والجهاز المناعي والقلب والعظام.

أوميغا-3 وفيتامين D
تحتوي بعض أكثر أنواع الأسماك صحة أيضاً على أحماض أوميغا-3 الدهنية وفيتامين D. وتوضح كارلي: "تعتبر أحماض أوميغا-3 دهوناً صحية تساعد في الحفاظ على صحة القلب والدماغ والمفاصل والعينين والبشرة، كما تدعم الصحة العقلية وتقلل الالتهابات في الجسم، في حين يحافظ فيتامين D على قوة العظام ويعزز جهاز المناعة ويمكن أن يؤثر بشكل إيجابي على الحالة المزاجية، كما أن هناك مجموعة من الملوثات السامة الموجودة في الأسماك والتي يجب الحذر منها مثل الزئبق والبلاتستيك والديوكسينات ثنائي الفينيل متعدد الكلور PCB. وتوضح كارلي أن "الزئبق مادة سامة يمكن أن يؤثر تناول مستويات عالية منها على الجهاز العصبي، وخاصة عند الأطفال والنساء الحوامل". وفي الوقت نفسه، مع الطبيعة الشاملة للتلوث البلاستيكي والكيميائي في جميع أنحاء العالم، أصبحت الملوثات البلاستيكية الدقيقة والكيميائية أكثر انتشاراً في مصادر المأكولات البحرية من أي وقت مضى.

أكثر أنواع الأسماك صحة
نظراً لهذه الكمية الهائلة من المعلومات، تم استخراج سبعة أنواع من الأسماك التي تميل إلى أن تكون أكثر صحة، وأقل شوائب، وأكثر ملاءمة للبيئة من غيرها، كما يلي:

1. السردين
تقول كارلي إنها "أسماك صغيرة مليئة بأحماض أوميغا-3 والكالسيوم وفيتامين D".

2. الماكريل
تقع أسماك الماكريل في مرتبة أدنى في السلسلة الغذائية، مثل السردين، مما يجعلها خياراً من المؤكد أنه يحتوي على نسبة أقل من الزئبق والمواد الملوثة الأخرى. "يحتوي الماكريل على نسبة عالية من أحماض أوميغا-3 الدهنية، ومن الأفضل تناوله مدخناً أو مسلوفاً".

3. سمك السلمون
توضح كارلي أن "سمك السلمون يحتوي على نسبة عالية من أحماض أوميغا-3 وفيتامين D، وهو متعدد الاستخدامات وله نكهة خفيفة".

4. سمك الرنجة
عند اختيار الأسماك المنخفضة في السلسلة الغذائية، فإن سمك الرنجة هو أحد أفضل الخيارات، حيث "يحتوي سمكة الرنجة على نسبة عالية من أحماض أوميغا-3 وفيتامين B12، وهي عادة ما تكون مخلفة أو مدخنة"، كما تتوفر بشكل شائع في الملبات. وإذا كان بالإمكان الحصول على شرائح سمك الرنجة الطازجة، فإنه يكون أحد أفضل الخيارات الغذائية.

5. السلمون المرقط
إن سمكة السلمون المرقط قوس قزح هي سمكة جميلة تستحق المشاهدة، بقشرة قزحية ملونة ولحم برتقالي غير المعتادين على النشاط البدني. واستندت الدراسة إلى بيانات الولايات المتحدة، معلومات عن النشاط البدني اليومي تم جمعها من "أجهزة تتبع النشاط" التي يرتديها مشاركون أعمارهم أكبر من 40 عاماً، في أعوامهم 2003 إلى عام 2006؛ وبيانات عن الوفيات بين عامي 2017 و2019، والتي تم تسجيلها أيضاً في بنوك البيانات الفيدرالية.

المالديف تحظر دخول السجائر الإلكترونية مع الوافدين

انضمت المالديف لقائمة متنامية من الدول التي تصدر السجائر الإلكترونية "القب" من السياح عند الوصول عقب قواعد جديدة دخلت حيز التنفيذ في 15 نوفمبر-تشرين الثاني الجاري. وفي حال وصل مسافر ومعه السجائر الإلكترونية "القب" بإمكانه إيداعها عند أحد الأقسام المختصة في المطار مقابل وصل واستعادتها مجدداً عند المغادرة، حسبما أوضح مسؤولو السياحة في الجزر الشهيرة الواقعة بالمحيط الهندي.

يشار إلى أن أستراليا وتركيا وسنغافورة والمكسيك والهند والبرازيل وتايلاند هي بين الدول الأخرى التي لا تسمح للسياح بإحضار سجائرهم الإلكترونية معهم، ويرجع ذلك بشكل كبير إلى مخاوف صحية بشأن إحداثها تلف في الرئة لا يمكن علاجه. مكملات التدخين يطبق حظر الاستيراد في المالديف أيضاً على التبغ ومكملات التدخين والنيشة والسجائر ذات النكهات بوجود استثناء واحد وهو أن المسافرين الذين يبلغون 18 عاماً فأكثر وحملون تأشيرة سياحية قد يستوردون ما يصل إلى منتي سيجارة أو 25 من "السيجار" أو 250 غراماً من التبغ.

وبشكل عام ينصح الأشخاص الذين يحملون "قب" بالاستئجار عما إذا كان من المسموح إحضار سجائرهم الإلكترونية في العطلة قبل الصعود على متن الطائرة. وفي تايلاند التي لديها بعض أكثر القواعد المناهضة للسجائر الإلكترونية صرامة في العالم، يمكن أن يعاقب أي شخص ينتهك قوانين السجائر الإلكترونية بغرامة كبيرة أو حتى بالسجن ما يصل إلى 5 سنوات. وفي أستراليا، هناك حظر على استيراد كل أنواع السجائر الإلكترونية منذ مارس-آذار 2024، إلا بالحصول على رخصة خاصة أو تصريح.



كيف تكسب 5 سنوات إضافية

من العمر بعد الـ 40؟

غير المعتادين على النشاط البدني. واستندت الدراسة إلى بيانات الولايات المتحدة، معلومات عن النشاط البدني اليومي تم جمعها من "أجهزة تتبع النشاط" التي يرتديها مشاركون أعمارهم أكبر من 40 عاماً، في أعوامهم 2003 إلى عام 2006؛ وبيانات عن الوفيات بين عامي 2017 و2019، والتي تم تسجيلها أيضاً في بنوك البيانات الفيدرالية.

عاماً إضافية، ويتطلب ذلك المشي 111 دقيقة يومياً، بوتيرة طبيعية، حسب تقدير الباحثين. وقد فاجأت هذه النتائج فريق البحث "هيلث داي"، حيث يوفر النشاط البدني فوائد للصحة أكثر مما كان يُعتقد. وفي تقدير البحث، إذا كنت فوق سن الـ 40، ورفعت مستويات التمارين الرياضية الخاصة بك إلى مستويات أعلى 25%، فقد تكسب في المتوسط 5 سنوات أخرى من العمر. بالطبع ستكون هذه الفقرة في اللياقة البدنية أصعب بالنسبة للبعض من

الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 40 عاماً، والذين يمارسون مستويات متوسطة من التمارين الرياضية يومياً، يمكنهم اكتساب 5 سنوات إضافية من العمر من خلال زيادة مستويات النشاط، بحسب دراسة حديثة. ووفق حسابات فريق البحث، فإن المستويات اليومية من النشاط البدني (بأي شكل) التي تضع الأشخاص في معدل أعلى بنسبة 25% من حيث اللياقة البدنية، كانت تساوي حوالي ساعتين و40 دقيقة من المشي بوتيرة طبيعية. ووفق هذه التقديرات، بلغت أكبر فائدة، بالنسبة لأسوأ أنواع "الكسل"، 11

المشروع الخضر يشر ضجة في مصر

أصدرت وزارة الداخلية المصرية بياناً للكشف عن تفاصيل ضبط مزرعة مخصصة لزراعة "المشروع الخضر"، الذي تم جلب بذوره من الخارج، ويتم خلطه بالشوكولا، ويبيعه كإحدى المواد المخدرة المسببة للهلوسة.

ووفقاً لبيان الوزارة عبر حسابها الرسمي على منصة إكس، فإن الإدارة العامة لمكافحة المخدرات، تمكنت من إلقاء القبض على "أحد العناصر الإجرامية شديدة الخطورة"، أثناء استغلاله محل إقامته بمدينة القاهرة كمزرعة لزراعة فطر "المشروع المخدر". وأشار البيان إلى أن المتهم جلب هذه البذور التي يطلق عليها "ماجيك مشروم" من الخارج، وأعد صوباً مخصصة لزراعتها، ثم قام بالاستفادة من ثمارها عن طريق "تحفيظها أو خلطها بالشوكولا"، ثم الترويج لها كأحد المواد المخدرة التي تسبب الهلوسة.

وعقب تنفيذ الإجراءات، تم ضبط المتهم وبحوزته 50 كيلوغراماً تربة يداخلها فطر عيش الغراب المخدر، ووزن المشروم بها 10 كيلوغرامات.



منوعات الفجر

22

برعاية منصور بن زايد آل نهيان

انطلاق فعاليات معرض أبوظبي الدولي للتمور بدورته العاشرة 2024 بمشاركة 100 عارض يمثلون 21 دولة منتجة للتمور

المعرض تنظمه جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي بالتعاون مع مجموعة «أدنك»

عارضاً من اندونيسيا، و05 عارضين من العراق، و02 عارضين من استراليا، و02 عارضين من اريتيريا، و01 عارضاً من ناميبيا، و02 عارضين من أمريكا، و01 عارضاً من تركيا. وأشار الدكتور عبد الوهاب زايد أمين عام الجائزة، إلى أن هذا النجاح لم يكن لولا توجيهات ودعم سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان، نائب رئيس الدولة، نائب رئيس مجلس الوزراء، رئيس ديوان فعاليات معرض أبوظبي للتمور بدورته العاشرة الذي تنظمه جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي بالتعاون مع مجموعة «أدنك»، ويأتي هذا المعرض بالتزامن مع افتتاح الأسبوع العالمي للفدائي بدورته الأولى والنسخة الأولى من القمة العالمية للأمن الغذائي، ومعرض أبوظبي الدولي للأغذية بدورته الثالثة، وسط حضور عربي ودولي كبير، والذي يستمر لغاية 28 نوفمبر 2024 في مركز أدنك أبوظبي. يُعد هذا المعرض منصة عالمية تجمع كبرى الشركات والعاملين في قطاع زراعة وإنتاج وتجارة التمور. يهدف المعرض إلى تعزيز مكانة أبوظبي كوجهة رائدة في دعم الابتكار الزراعي والاستدامة في الصناعات الغذائية المعتمدة على التمور. أكد ذلك الدكتور عبد الوهاب زايد، أمين عام جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي، وأضاف بأن المعرض يُجسد التزام



•• أبوظبي - الفجر

كما يُمثل أكبر منصة دولية متميزة تُتيح للجهات العارضة فرصة استعراض منتجاتها وتبادل الخبرات وتعزيز حضورها في السوق العالمي. كما أن الدورة العاشرة للمعرض تُعتبر هي الأكبر على مستوى الدورات السابقة، حيث شكلت المشاركة الوطنية والعربية والدولية في معرض أبوظبي من نوعه في مجال زراعة النخيل وإنتاج التمور، بهدف تعزيز مكانة أبوظبي كوجهة رائدة في دعم الابتكار الزراعي والاستدامة في الصناعات الغذائية المعتمدة على التمور. أكد ذلك الدكتور عبد الوهاب زايد، أمين عام جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي، وأضاف بأن المعرض يُجسد التزام

و12 عارضاً من جمهورية مصر العربية، و08 عارضين من المملكة المغربية، و03 عارضين من موريتانيا، و09 عارضين من فلسطين، و02 عارضين من تونس، و07 عارضين من باكستان، و03 عارضين من سورية، و03 عارضين من السعودية، و05 عارضين من الجزائر، و01

العاشر للتمور علامة فارقة لهذه الدورة، حيث وصل عدد المشاركين بالمعرض أكثر من 100 عارض يمثلون 21 دولة موزعين ضمن 63 جناحاً، حيث نجد 20 عارضاً من دولة الإمارات العربية المتحدة، و10 عارضين من المملكة الأردنية الهاشمية، و04 عارضين من المكسيك،

الإمارات بدعم زراعة النخيل وتعزيز التعاون الدولي لتطوير قطاع التمور، عبر تسليط الضوء على أحدث الابتكارات والتقنيات لتعزيز استدامة هذا القطاع الحيوي. وأضاف أمين عام الجائزة يُعزز معرض أبوظبي الدولي للتمور هو الأبرز من نوعه في مجال زراعة النخيل وإنتاج التمور،

يهدف المعرض إلى تعزيز مكانة أبوظبي كوجهة رائدة في دعم الابتكار الزراعي والاستدامة في الصناعات الغذائية المعتمدة على التمور. أكد ذلك الدكتور عبد الوهاب زايد، أمين عام جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي، وأضاف بأن المعرض يُجسد التزام



الأول من نوعه على مستوى الدولة

جامعة الإمارات تخرج الدفعة الأولى من طلبة برنامج «علاج صعوبات اللغة والنطق» بكلية الطب والعلوم الصحية



معهد برجيل للأورام يستقبل المرضى باليوم نفسه دون موعد مسبق ضمن شبكته التي تغطي الدولة

مرض السرطان عندما يبلغ أو يشك الأطباء بأصابته بالمرض ويتم تحويله للمختصين في مجال الأورام، كما أن إجراء التشخيص والعلاج الدقيق المبكر والعلاج سيجعل نسبة الشفاء مرتفعة جداً بإذن الله. وقال السيد جون سونيل الرئيس التنفيذي لبرجيل القابضة: "أنا نحرض دوماً على تلبية حاجة المرضى بشكل عام وخصوصاً مرضى الأورام نظراً لاحتياجاتهم الطبية والدوائية الخاصة، لذلك ومن متعلق مسؤوليتنا المجتمعية التي تقوم على توفير الرعاية الصحية المتميزة ودعم القطاع الصحي في الدولة، عملنا على تقديم كل الدعم اللوجستي وتجهيز أطبائنا ومرضىنا المتخصصين، والكادر الإداري في عيادات الأورام بمستشفياتنا في أبوظبي والعين ودبي والشارقة، لضمان استقبال المرضى بكل سلامة وبشكل منظم، بحيث نوفر لجميع المرضى الذين سيتم استقبالهم بدون موعد مسبق على الخدمة المطلوبة من استشارة طبية أو إجراء الفحوصات والتحاليل، واستلام الأدوية وغيرها من المتطلبات والعمل على تلبيةها بشكل سريع. ويعمل الموظفون الإداريون في عيادات الأورام ضمن مستشفيات برجيل، على استقبال مرضى الأورام بناء على خطة منظمة لتوزيع المرضى على الأطباء داخل عيادات الأورام، بشكل يضمن عدم الانتظار الطول لرؤية الطبيب، كما تتعاون جميع الأقسام المتعلقة بقسم الأورام كقسم الأشعة والعلاج الإشعاعي والعلاج الكيماوي والصيدلانية لتقديم الدعم اللازم وتسهيل إتمام الخدمة للمرضى.

أعلنت إدارة معهد برجيل للأورام الواقع بمدينة برجيل الطبية في أبوظبي، عن إطلاق الخدمة المتميزة لاستقبال مرضى الأورام دون حجز موعد مسبق، ضمن شبكة مرافق الأورام التابعة للمعهد والموزعة في أبوظبي والعين وللاورام، أن هذه الخدمة جاءت من منطلق الحرص على تلبية احتياجات المرضى المتنامية في ظل حاجة مرضى الأورام بشكل خاص للمتابعة المستمرة مع الطبيب، لأن مرض السرطان بطبيعته قد يتطور سريعاً في بعض الأنواع إذا لم يشخص مبكراً، كما أن مرضى الأورام يحتاج إلى خطة علاجية ودوائية تستوجب المتابعة والتحديث المستمر، فقد يطرأ على حالة المريض تغيرات وتطورات صحية، ما يجعل المريض بحاجة للحصول على استشارة طبية من المتخصصين في أقرب وقت. وأكد أن هذه الخدمة تساهم في تخفيف الضغوط النفسية التي يشعر بها

•• أبوظبي - الفجر



•• العين - الفجر

من جانبه أشار الدكتور أحمد ناجي، رئيس قسم اضطرابات النطق واللغة في كلية الطب والعلوم الصحية "يعتبر هذا التخصص من التخصصات التابعة لقسم العلوم الصحية بكلية الطب والعلوم الصحية، ويقوم البرنامج بتدريب الطلاب على كيفية فهم وتشخيص وعلاج عدد من اضطرابات النطق واللغة بكفاءة طوال فترة النمو البشري، بدءاً من الطفولة المبكرة وحتى سنوات الشيخوخة، والتي تشمل: اضطرابات الصوت، ومشاكل النطق، ومشاكل الطلاقة، والحسية، والمشاكل الصوتية، والتأخر في الكلام أو اللغة، ويكتسب الطلاب فهماً نظرياً أساسياً لمجموعة من اضطرابات التواصل والبلع والاضطرابات ذات الصلة، ويناقشون مبادئ تقييم وعلاج وإدارة الأشخاص الذين يعانون من صعوبات في التواصل والبلع. يجدر بالذكر أن البرنامج يلتزم بالتميز الأكاديمي من خلال دمج الممارسة القائمة على الأدلة، والتعلم القائم على حل المشكلات، وأساليب التدريب السريري المبتكرة، والتعليم والممارسة المهنية. بعد التخرج، حيث سيكون الطلاب قد طوروا مستوى كافياً من الخبرة للإدارة الآمنة والمختصة لمجموعة واسعة من المرضى ضمن مجموعة متنوعة من السياقات السريرية والتعليمية.

احتفلت كلية الطب والعلوم الصحية بجامعة الإمارات العربية المتحدة، بتخريج الدفعة الأولى من طلاب برنامج بكالوريوس العلوم في علاج صعوبات اللغة والنطق. وأوضحت الأستاذة الدكتورة فاطمة الجسمي عميد كلية الطب والعلوم الصحية بالإمارة "بعد تخصص بكالوريوس العلوم في علاج اللغة والنطق أحد التخصصات الحديثة، حيث تم إطلاقه في العام الدراسي 2020-2021، أول برنامج من نوعه في دولة الإمارات العربية المتحدة، وفتخر بتخريج كوادر إماراتية متميزة في هذا المجال، مما يساهم في تحسين جودة الرعاية الصحية. يشهد القسم أقبالا متزايداً سنوياً، وقد بلغ عدد الطلاب المنتسبين للقس حتى الآن 153 طالباً وطالبة، يتم توظيف الطلبة الخريجين فور الانتهاء من البرنامج في المراكز والمستشفيات الصحية الحكومية والخاصة، بومدة البرنامج أربع سنوات، ويتطلب اجتياز 120 ساعة معتمدة، ويتضمن تدريب عملي لأخر 3 فصول دراسية للطلبة في مراكز ومؤسسات صحية داخل الدولة."

منوعات العقل

23

تمكّن باحثون في كلية إيكان للطب في "ماونت سايناي" من تطوير تقنية مبتكرة، تتيح توصيل العلاجات إلى الدماغ بشكل آمن وفعال. تمثل هذه التقنية، التي أجريت دراستها على نماذج الفئران وأنسجة الدماغ البشري المعزولة، تقدماً كبيراً في علاج مجموعة واسعة من الأمراض العصبية والنفسية.



اختراق علمي جديد يبشر بعلاج أمراض الدماغ المستعصية

تقنية مبتكرة، تتيح توصيل العلاجات إلى الدماغ بشكل آمن وفعال



علاج ألزهايمر والتصلب الجانبي الضموري في الدراسة، قام الباحثون بحقن مركب يُسمى BCC10 مرتبط بأدوات وراثية متخصصة، تُعرف بالأوليغونوكليوتيدات المضادة للحساسية. وقد أظهر المركب فعالية في خفض نشاط الجينات الضارة في الدماغ، فسي نموذج فأر مصاب بمرض التصلب الجانبي الضموري، تمكّن العلاج من تقليل مستويات الجين المسبب للمرض والمعروف باسم Sod1 والبروتين المرتبط به بشكل كبير. كما قتل مركب آخر مرتبط بـ BCC10 جيناً يُدعى Mapt، وهو المسؤول عن إنتاج بروتين "تاو"، وهو هدف رئيسي لعلاج ألزهايمر، وأمراض الخرف الأخرى.

أثبتت نظام BCC10 فعاليته العالية في إيصال الأدوات الجينية إلى الدماغ، إذ عزز قدرتها على إخماد الجينات الضارة في نماذج متعددة، بما في ذلك عينات أنسجة الدماغ البشري. والأهم من ذلك، أن العلاج كان جيد التحمل لدى الفئران، ولم يُظهر أي أضرار كبيرة على الأعضاء الرئيسية عند الجرعات المختبرة.

ويقول الباحثون إن التقنية الجديدة يمكن أن تحل واحدة من أكبر العقبات في أبحاث الدماغ، وهي إيصال الجزيئات العلاجية الكبيرة إلى الدماغ بأمان وفعالية. ويفتح هذا التطور آفاقاً جديدة لعلاج مجموعة واسعة من أمراض الدماغ.

مثل تنظيم الإشارات بين الخلايا، ومعالجة البروتينات المرتبطة بأمراض معينة مثل مرض ألزهايمر. في العادة، يتم تصميم الجزيئات العلاجية (مثل الأدوية الجينية أو البروتينات) إذ ترتبط بمستقبلات محددة على سطح الخلايا المبتنة للحاجز الدموي الدماغ، وعند ارتباط الجزيء بالمستقبل، يتم إدخاله إلى الخلية عبر عملية النقل الداخلي، إذ يتم تشكيل حويصلة تحتوي على الجزيء. داخل الخلية، يقوم إنزيم جاما سيكرتاز بقطع بروتينات الغشاء المرتبطة بعملية النقل، إذ يسمح القطع بتحرير الحويصلة، ونقلها عبر الخلية إلى الجهة الأخرى. وبمجرد انتقال الحويصلة إلى الجانب الآخر من الخلية، يتم تحرير الجزيء العلاجي في المنطقة المستهدفة، مثل الأنسجة الدماغية.

يساعد هذا النظام في تجاوز الحواجز الطبيعية التي تمنع الأدوية والجزيئات الكبيرة من الوصول إلى الأعضاء المحمية مثل الدماغ، كما يمكن استخدام هذه الآلية لإيصال الأدوية الجينية التي تستهدف جينات معينة مرتبطة بالأمراض. ويخالف الطرق التقليدية التي تتضمن فتح الحاجز الدموي الدماغ بشكل مؤقت، فإن النقل عبر ذلك الإنزيم يُبقي الحاجز سليماً، مما يقلل من مخاطر الالتهابات، أو الآثار الجانبية.

وسبب الحاجز الدموي الدماغ، فإن العديد من الأمراض العصبية تبقى صعبة العلاج، بما في ذلك ألزهايمر، والشلل الرعاش، والتصلب الجانبي الضموري. ويقول المؤلف الرئيسي للدراسة، يتشو دوغ، وهو أستاذ علم المناعة والعلاج المناعي في "ماونت سايناي" إن "الحاجز الدموي الدماغ آليّة دفاع أساسية، ولكنه أيضاً يمثل عقبة كبيرة أمام توصيل الأدوية إلى الدماغ، نظاماً يكسر هذا الحاجز، مما يتيح إيصال العلاجات الجينية الكبيرة إلى الجهاز العصبي المركزي بشكل آمن وفعال".

عملية بيولوجية طبيعية تعمل التقنية الجديدة عبر استخدام عملية بيولوجية طبيعية تسمى النقل عبر الغشاء، بواسطة إنزيم جاما سيكرتاز γ -secretase، تستخدم العملية لنقل الجزيئات الكبيرة عبر الحواجز البيولوجية، مثل الحاجز الدموي الدماغ دون تعطيل وظيفته، أو التسبب في تلفه.

هذه الآلية تستغل الإنزيم المعروف بدوره الرئيسي في معالجة بروتينات الغشاء، لإيصال جزيئات علاجية إلى الأنسجة المحمية مثل الدماغ. إنزيم جاما سيكرتاز معقد، وموجود في أغشية الخلايا، ويلعب دوراً رئيسياً في قص البروتينات عبر الغشاء، ويُعتبر ضرورياً في العمليات الخلوية،



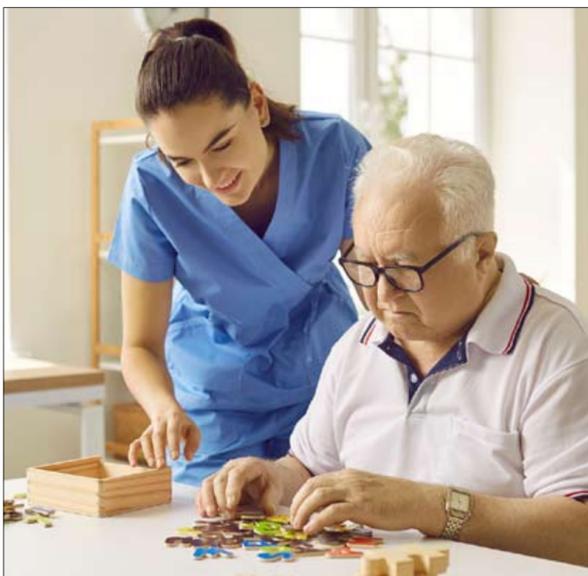
إلى الجهاز العصبي المركزي. تعتمد التقنية الجديدة على عملية بيولوجية متخصصة تُسمى النقل عبر الخلايا بواسطة الإنزيمات، مما يتيح إيصال الجزيئات العلاجية الكبيرة، مثل البروتينات، إلى الدماغ من خلال حقن وريدي بسيط.

الحاجز الدموي الدماغ هيكل فسيولوجي معقد، يتكون من شبكة من الخلايا المتصلة بإحكام في جدران الأوعية الدموية التي تغذي الدماغ. يعمل هذا الحاجز كدرع طبيعي يمنع دخول المواد الضارة والسموم من الدم إلى أنسجة الدماغ، مما يحافظ على بيئة مستقرة وملائمة لوظائف الجهاز العصبي المركزي، لكنه يسمح بمرور العناصر الغذائية الأساسية مثل الجلوكوز، والأحماض الأمينية، بينما يحد من دخول المركبات غير المرغوب فيها.

الحاجز الدموي الدماغ بالرغم من دوره الحاسم في حماية الدماغ، يمثل الحاجز الدموي الدماغ تحدياً كبيراً في الطب العصبي، لأنه يمنع أيضاً دخول العديد من الأدوية والعلاجات التي قد تكون حيوية لعلاج أمراض الجهاز العصبي المركزي، وهذا يعني أن الحاجز ليس انتقاليًا فقط ضد السموم، ولكنه أيضاً عائق أمام الأدوية ذات الجزيئات الكبيرة الحجم مثل البروتينات.

يُعرف بنظام المركبات العابرة لحاجز الدموي الدماغ، وهو الأول من نوعه في التغلب على ذلك الحاجز الذي يمنع الجزيئات الكبيرة من الوصول إلى الجهاز العصبي المركزي، ولكنه يسمح بمرور العناصر الغذائية الأساسية مثل الجلوكوز، والأحماض الأمينية، بينما يحد من دخول المركبات غير المرغوب فيها.

وتقسّم الدراسة، المنشورة في دورية "نيتشر بايوتكنولوجي" Nature Biotechnology، فعالية نظام جديد،



تناول الأعشاب البحرية يمكن أن يقي من مرض باركنسون

الأعشاب البحرية. ويفترض البعض أن تناول الأعشاب البحرية بكثرة من قبل اليابانيين قد يكون أحد الأسباب وراء تمتعهم بأعلى متوسط عمر متوقع في العالم. وبالإضافة إلى منع أو تأخير ظهور مرض باركنسون، فقد ثبت أن الأعشاب البحرية تساعد في تقليل خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني. فهي غنية باليود ومضادات الأكسدة كما أنها تدعم صحة الغدة الدرقية ويمكن أن تحمي الجسم من الجذور الحرة.



تشير أبحاث جديدة إلى أن وجبة خفيفة مألوفة للغاية قد تساعد على منع مرض باركنسون، فإني أكثر الأمراض العصبية التنكسية شيوعاً بعد مرض ألزهايمر. ويعرف مرض باركنسون بأنه اضطراب عصبي تنكسي يؤثر على القدرات الحركية، ويسبب الارتعاش والتصلب بالإضافة إلى إعاقة التوازن والتنسيق لدى الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 60 عاماً، وفقاً للمعهد الوطني للشيخوخة.

ومع التقدم في العمر، تتصاعد حالات مرض باركنسون، وتتضاعف ثلاث مرات كل عقد بعد سن الستين. وبينما يعتقد الخبراء أن الحالة ناجمة عن عوامل وراثية وبيئية، افترضت الأبحاث أنها تنشأ في الجهاز الهضمي.

ووجد الباحثون أن تناول الأعشاب البحرية الغنية بمضادات الأكسدة قد يمنع المرض المدمر. وقد أثبت الخبراء أن ظهور مرض باركنسون مرتبط بتشوهات في بروتين ألفا سينيوكلين. والآن، وجد الباحثون في جامعة نيو براونزويك أن مستخلصاً من عشب البحر البني *Alaria esculenta* يمكن أن يمنع هذا التحول. وبالتالي، فإن تناول الأعشاب البحرية يمكن أن يردع المرض أو يؤخر تقدمه.

والأعشاب البحرية، المعروفة أيضاً باسم الخضروات البحرية، هي أشكال من الطحالب التي تنمو في المحيط، وتتراوح ألوان الأعشاب البحرية من الأحمر إلى الأخضر إلى البني إلى الأسود، وتنمو على طول السواحل الصخرية في العالم ولكنها تستهلك بشكل شائع في البلدان الآسيوية.

ويلاحظ الدكتور تيري شوان، أستاذ علم الأحياء البحرية والمؤلف الرئيسي للدراسة، أن هذا الاكتشاف يمكن أن يزيد الطلب العالمي على

الدهون «المفيدة» والدهون «الضارة»

وتشير الطبيبة، إلى أن الكوليسترول يرتبط بالدهون ما يثير خوف وقلق الكثير من الناس، مع أنه ضروري للجسم لأنه يشارك في إنتاج الهرمونات وفيتامين D، ولكن المشكلة تبدأ عندما يرتفع تركيزه في الدم.

ووفقاً لها، ينتج جسم الإنسان الكوليسترول ويحصل على جزء منه مع الأطعمة الحيوانية المصدر لأن النباتات لا تحتوي على الكوليسترول. ولكنها تحذر من استبعاد الدهون الحيوانية تماماً من النظام الغذائي لأنها تحتوي على مكونات غير موجودة في الأطعمة النباتية، مثل حمض الأراكيدونيك الضروري لعمل الدماغ والجهاز العصبي، أي أن جسم الإنسان يحتاج لكليهما، ولكن بصورة متوازنة.

ولغليسيرين، ونسبة هذه المكونات في الدهون تحدد فائدتها أو ضررها. كما هناك دهون حيوانية المصدر ودهون نباتية المصدر. النوع الأول موجود في اللحوم ومنتجات الألبان والبيض ومعظمها دهون مشبعة، ما يجعلها صلبة في درجة حرارة الغرفة. أما النباتية فتحتوي على أحماض دهنية غير مشبعة وهي سائلة في درجة حرارة الغرفة وتعتبر أكثر فائدة للصحة، ولكن هناك مجموعة خاصة من الأحماض الدهنية غير المشبعة، مثل أوميغا-3 - الضرورية لجسم الإنسان لأن الجسم لا يمكنه إنتاجها ولا يحصل عليها إلا مع الأطعمة وخاصة من الأسماك الدهنية (السلمون والتونة وغيرها) والمكسرات وبصورة خاصة الجوز.

تلعب الدهون دوراً مهماً في جسم الإنسان، على عكس ما يعتقد الكثيرون، حيث من دونها لا يمكن امتصاص بعض الفيتامينات، ولن يعمل الدماغ بصورة طبيعية وتسوء حالة الجلد. ووفقاً للدكتورة كاتيرينا كازانتشوكو، أخصائية الغدد الصماء، عندما يفتح الشخص الناحية الجدارية في الدماغ، فإنها تفتح الناحية الخلفية التي فيها الزبدة والزيت النباتي والأفوكادو، التي جميعها تحتوي على دهون مختلفة تماماً. ولكنه لا يفكر لماذا بعض الدهون صلبة وأخرى سائلة، ولماذا ينصح خبراء التغذية بتناول دهون معينة واستبعاد أخرى. تكمن الإجابة على هذه الأسئلة في طبيعة الدهون وتركيبها الكيميائي وتأثيرها في الجسم.

وتشير الطبيبة، إلى أن الدهون تقسم إلى "مفيدة" و"ضارة" لأنها تتكون من أحماض دهنية



الامارات العربية المتحدة محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 27/8/2024 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى
إلى : المحكوم عليه / رافت سمير حسن الزغلول - العنوان : 10120633
تحيطكم علما بأنه بتاريخ 27/8/2024 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى
بالرقم أعلاه لصالح / شركة مجموعة الإمارات للاتصالات (مجموعة اتصالات)
ش م ع - بالتالي : قررت المحكمة : الزام المدعى عليه أن يؤدي للمدعية مبلغ
24185.86 درهم وقائدة قانونية قدرها 5% من تاريخ المطالبة الحاصل في
25/6/2024 وحتى تمام السداد، والزمته الرسوم والمصاريف وخمسائة درهم
مقابل انقاب الحاماة، ورفضت ما عدا ذلك من طلبات. حكما قابلا للاستئناف
خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.
المحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 0003850/SHCFICCOMS2024 تجاري
إلى : المحكوم عليه / محمد نبيل ظفر محمد ظفر القبال - العنوان : 10136884
تحيطكم علما بأنه بتاريخ قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرقم
أعلاه لصالح / المتحرك تجارة وتأجير معدات البناء - ذ م م - بالتالي :
حكمت المحكمة بمتابعة الحضورى : بالزام المدعى عليه بان يؤدي للمدعية
مبلغا وقدره (14.670 درهم - أربعة عشر الف وستمائة وسبعون درهم) ،
وبالزامه بالرسوم والمصروفات ورفض ما زاد عن ذلك من طلبات حكما قابلا
للاستئناف خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.
المحكمة الابتدائية المدنية

دائرة التنمية الاقتصادية حكومة عجمان

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
رقم الرخصة 113093
غرفة تجارة وصناعة عجمان
قسم السجل التجاري
إعلان وحل وتصفية
الاسم التجاري : النافس لصيانة المباني - ذ م م
تعين للجميع بان الشركة المذكورة أعلاه هي : النافس لصيانة المباني - ذ م م - شركة ذات مسؤولية
محدودة تأسست في إمارة عجمان بموجب قانون الشركات الاتحادية رقم 8 لسنة 1984 وتعديلاته
مرخصة في دائرة التنمية الاقتصادية وسجلته بالتنمية الاقتصادية تحت رقم 113093 وقر
الشركاء حلها وتصفيها وتعيين السيد
مصفي قانوني للشركة فعلى كل من له حق أو اعتراض للتقدم بن لمصفي القانوني المذكورة
أعلاه خلال مدة 45 يوما من تاريخ نشر الإعلان وعلى العنوان التالي :
إمارة
حانف

حكومة رأس الخيمة دائرة المحاكم

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إعلان حكم بالنشر
رقم الدعوى 2024/219 احوال شخصية
بناء على طلب مدعي / شينم سيد عمر الجنسية / الهند
الى مدعى عليه : سعيد لاغازي سافدار علي لاغازي الجنسية / باكستان
يرجى الاطاحة بأن المحكمة بتاريخ 2024/7/8 اصدرت بحكم الحكم التالي :
حكمت المحكمة : 1. بتطبيق المدعية / شينم سيد عمر من المدعى عليه / سعيد لاغازي سافدار
على لاغازي مطلقه بالنته للضرر وعليها اخصاء عنها من تاريخ صيرورة الحكم باتنا. 2. بثبوت
حضانة المدعية للابن (حمان) وحتى انقضاء جميعها الشرعي والقانوني مع احتبتها في
مراجعة وانها كل ما يخص الحضانة من إجراءات لدى جميع الدوائر الحكومية والأهلية.
والزمت المدعى عليه بالمصروفات. حكما قابلا للاستئناف خلال ثلاثون يوما اعتبارا من اليوم
التالي للإعلان به ، وبانقضاء هذا الميعاد دون الطعن على الحكم المشار اليه يونا المحكمة سوف
تتخذ الاجراءات القانونية لتنفيذه.
مكتب إدارة الدعوى الابتدائية

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 0005387/SHCFICLABS2024/0005387 عمالي
إلى المدعي عليه : اركيتيكشورال وود دوروز ش م ح
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسة 17/12/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب
مدير الدعوى رقم 8) شخصيا او 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.
ححر بتاريخ 21/11/2024 م.
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 0005387/SHCFICLABS2024/0005387 عمالي
إلى المدعي عليه : تسكدوراند هارودير - ذ م م ح
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسة 17/12/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب
مدير الدعوى رقم 8) شخصيا او 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.
ححر بتاريخ 21/11/2024 م.
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 0005387/SHCFICLABS2024/0005387 عمالي
إلى المدعي عليه : اركيتيكشورال ميتال دوروز
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسة 17/12/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب
مدير الدعوى رقم 8) شخصيا او 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.
ححر بتاريخ 21/11/2024 م.
مكتب الخدمات القضائية

إخطار بموعد اجتماع الخبرة الثاني

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
في القضية رقم 672 لسنة 2024 تجاري مصارف - دبي
المدعية : دار التمويل - ش م ع
بوكالة : شيخة المحرزي للمحاماة والاستشارات القانونية
إلى المطلوب إعلان : المدعي عليه : جعفر الله خان الياس خان
بناء على تكتيفا من محكمة دبي المقررة خبيراً في الدعوى المذكورة أعلاه فقد حددنا يوم الأربعاء
04/12/2024 في تمام الساعة التاسعة والنصف صباحا موعداً لعقد اجتماع الخبرة الثاني من
بعده، وعليه يتطلب حضوركم أو من يمثلكم قانوناً لحضور اجتماع الخبرة مع إرسال كافة ما لديكم
من مستندات متعلقة بالدعوى ، وعليكم مراجعة الخبير أولاً بأول على بيانات التواصل المذكورة
أعلاه بشأن أية استفسارات والمتابعة بتعديلات إجراءات تنفيذ الأمور واستلام المستندات والتعليق
عليها، ويمكنكم التواصل معنا لتزويدهم برابط الاجتماع على العناوين التالية :
الخبير / سعيد الشارح الفلاسي
رقم الهاتف بمحاكم دبي 133

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
مذكرة تبليغ مدعى عليه بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الشرعية (محكمة الأسرة)
في الدعوى رقم 0001295/SHCFSPHPA2024
إلى المدعي عليها / أحمد فهد مجيدي وجنسيته / افغانستان
عنوانه / مجهول محل الإقامة
حيث أن المدعي / فهد مجيدي ، اقام عليك لدى هذه المحكمة الدعوى أعلاه والتي
تطلب فيها (طلاق للضرر والهجرة) بسداد نفقة العدة والمتعة ومؤخر الصداق
(شاملة) تقتضي حضورك امام دائرة الأحوال الشخصية الأولى بمحكمة الأسرة في
تمام الساعة العاشرة (10.00) صباحا في يوم الأربعاء الموافق 4/12/2024 م
وذلك لاجابة على الدعوى
تحريراً في يوم الخميس الموافق 2024/11/7 م.
مكتب إدارة الدعوى

دولة الامارات العربية المتحدة وزارة العدل محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
الإعلان إخطار عدلي بالنشر
الدعوى رقم 0211693-MOJAU-2024- إخطار عدلي
بناء على طلب المخطر / عفار لإدارة المجمعات - شركة الشخص الواحد - إماراتي
الجنسية - إلى المخطر اليه : نور سلمان محمد علي السيد - كويتية الجنسية
الوضع : بالزام المدعى عليه بان يؤدي للطلب المبلغ المطلوب به (7.896.00 درهم)
لذلك : حيث أن المدعي يتوجه اليكم بهذا الإعلان ويطلبكم بموجبه بسداد المبلغ
المطالب به لصالح المدعي وذلك في موعد أقصاه خمسة ايام من تاريخ الإعلان، وإلا
سيقوم المخطر بهذا كافة الطرق القانونية مع تحميلكم كافة التبعات القانونية
والرسوم والمصاريف والقضائية واتعب الحاماة ان وجدت.
رئيس مكتب ادارة الدعوى
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

الامارات العربية المتحدة محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 0004552/ALJCEXCIVS2024 مدني
إلى المحكوم عليه : شروق الشمس لاعمال الاصباع والديكور - ضياء أركان فرح
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المتخذ شركة كونكس المحدود - ذ م م - في القضية المشار اليها اعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحد
لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف : 62570.0 درهم.
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7)
ايام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن
المحكمة ستتخذ بحقك اجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

دائرة التنمية الاقتصادية حكومة عجمان

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
رقم الرخص 112150
غرفة تجارة وصناعة عجمان
قسم السجل التجاري
إعلان وحل وتصفية
الاسم التجاري : شركة عجمان لتجارة الطافة - ذ م م
تعين للجميع بان الشركة المذكورة أعلاه هي : شركة عجمان لتجارة الطافة - ذ م م - (شركة
التخص الواحد) - تأسست في إمارة عجمان بموجب قانون الشركات الاتحادي رقم 8 لسنة
1984 وتعديلاته مرخصة في دائرة التنمية الاقتصادية وسجلته بالتنمية الاقتصادية تحت رقم
112150 وقرر الشركاء حلها وتصفيها وتعيين السيد
مصفي قانوني للشركة فعلى كل من له حق أو اعتراض للتقدم بن لمصفي القانوني المذكورة
أعلاه خلال مدة 45 يوما من تاريخ نشر الإعلان وعلى العنوان التالي :
إمارة
حانف

الامارات العربية المتحدة محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 00001265/ALJCEXCIVS2023 مدني
إلى المحكوم عليه : جياكثير علي ششمي حسن علي ششمي
ورثة سكتدر علي محمد حسين وهم :
سليميا سكتدر علي علي - صديق علي - صديق علي - نورجهان سكتدر علي
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المتخذ شركة أفق الإمارات لتقاولات البناء - ذ م م - في القضية المشار اليها اعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحد لذلك ،
وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف : 14.430.842 درهم.
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) ايام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة محكمة دبي الفجيرة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إعلان منقذ ضده بالنشر
محكمة دبي الفجيرة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية
إخطار دفع في القضية رقم 0000519/DAFEXCIVS2024 مدني
إلى المحكوم عليه : ستام الوائلي لصيانة العامة والمزل ذ م م - محل رقم 2
العنوان : دبا الفجيرة ارجو اعلان المنقذ ضده بواسطة النشر
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المتخذ ياسر محمد راشد الخديم العنللي ، الجنسية الإمارات العربية المتحدة
في القضية المشار اليها اعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحد لذلك ،
وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 12064.82 درهم
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) ايام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحقك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

إخطار بموعد اجتماع الخبرة

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
في القضية رقم 4252 لسنة 2024 تجاري - دبي
المدعي : جوس ماريو جوزافيز بيرتوز
بوكالة : مكتب عبدالله محمد رسوم الهرمودي للمحاماة والاستشارات القانونية
إلى المطلوب إعلان : المدعي عليه : (4) جيكورماتويل ايسيمير (5) جورج البيروندي كاسترو اليبرا
بناء على تكتيفا من محكمة دبي المقررة خبيراً في الدعوى المذكورة أعلاه، فقد حددنا يوم الجمعة
29/11/2024 في تمام الساعة الثانية ظهرا موعداً لعقد اجتماع الخبرة الأول من بعد ، وعليه يتطلب
حضوركم أو من يمثلكم قانوناً لحضور اجتماع الخبرة مع إرسال كافة ما لديكم من مستندات متعلقة
بالدعوى ، وعليكم مراجعة الخبير أولاً بأول على بيانات التواصل المذكورة أعلاه بشأن أية استفسارات
والمتابعة بتعديلات إجراءات تنفيذ الأمور واستلام المستندات والتعليق عليها، ويمكنكم التواصل معنا
لتزويدهم برابط الاجتماع على العناوين التالية :
الخبير / سعيد الشارح الفلاسي
رقم الهاتف بمحاكم دبي 170

إعلان بالنشر لحضور اجتماع الخبرة المصرفية الأول

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
في الدعوى رقم 2024/691 تجاري مصارف - محاكم دبي
المدعي عليه / اسما بطي محمد فويته المتصور
بموجب القرار الصادر في الدعوى رقم 2024-691 تجاري مصارف - بمحكمة دبي الابتدائية بتكليفها مباشرة
سماة الجرع في الدعوى المشار اليها اعلاه الخامة من المدعي / بنك أبوظبي التجاري (بنك الاتحاد الوطني
للبنك (ش م ع)
تحيطكم علما بان تحديد موعد اجتماع الخبرة المصرفية وفقاً للتفاصيل المبينة اتيان
اليوم : الخميس الموافق 2024/12/5 - الوقت : 12.00 ظهرا
بعد بواسطة تطبيق زووم كما هو موضح اتيان :
Meeting ID : 84457569910 - Passcode : 112233
https://us06web.zoom.us/j/84457569910?pwd=3EJKUKIhXh2wOVml2Z0l0Eau2.1
وعليه يتطلب حضوركم أو من يمثلكم قانوناً لحضور الاجتماع المذكور وتقديم المستندات المتعلقة بالدعوى
ومراجعة الخبير أولاً بأول بشأن أية استفسارات وحوال على مواعيد تنفيذها دون حضور الاجتماع يرجى
التواصل على الارقام التالية : 0581390444-042292257
الخبير المصرفي / عبدالله الجابري
رقم التقيد بمحاكم دبي 260

حكومة دبي محاكم دبي

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
انذار عدلي بالنشر
رقم (2024/2746)
المتخذ / بنك أبوظبي الوطني - (سابنا) - بنك أبوظبي الأول ش م ع - (سابنا)
ضد / المتخذ الاوئي / دبي ايس للمصاوبات ش م م رخصة رقم - (735679)
المتخذ دبي التاتل / طه هشام مهيبل - (كفيل سامين)
الوضع / تكليف بالوفاء بسداد مبلغ وقدره (1.750.000.00 درهم)
فقط مليوناً وسبعمائة وخمسون ألف درهماً
فإن البنكر يتوجب هذا الإنداز يحطركم بحضوره سداد قيمة المديونية والبالغ قيمتها مبلغ وقدره
(1.750.000.00) درهم فقط مليوناً وسبعمائة وخمسون ألف درهماً، خلال مدة أقصاها (30) ثلاثون يوماً
من تاريخ الإنداز ولا سيظهر المتخذ إلى اتخاذ كافة الإجراءات القانونية ضدكم نتيجة إخلاكم بها مقابل الطلب
من المحكمة المختصة بمباشرة إجراءات نزع ملكية العقار (نوع العقار / مكتب - منطقة الخليج التجاري -
فندق أرض مبلغ 26 - بناية المنارة - بناية رقم 1 - مكتب رقم 3303 - رقم العائق 33 - إمارتي) ، وبمجه
بإتخاذ العلن واه للمديونية مع الاحتفاظ بحق المتخذ بالرجوع عليكم للمطالبة على فروقات لاستيناه كامل
المديونية ودون المساس بان من حقوق موكنا.

الامارات العربية المتحدة محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 00002938/ALJCEXCIBOUNCE2024 للشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : عباد روضان محمد القواسمة
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المتخذ بنك دبي الاسلامي شركة مساهمة عامة - في القضية المشار اليها اعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحد
لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف : 115151.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7)
ايام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن
المحكمة ستتخذ بحقك اجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 00003093/ALJCEXCIBOUNCE2024 للشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : محمد عسان سمير الترمكاني
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المتخذ بنك دبي الاسلامي شركة مساهمة عامة - في القضية المشار اليها اعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحد
لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف : 19910.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7)
ايام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن
المحكمة ستتخذ بحقك اجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إعلان منقذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - محمد عبدول قادر انعام
إلى المحكوم عليه : محمد عبدول قادر انعام
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المتخذ منجرة الخشب الأول - ذ م م
في القضية المشار اليها اعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحد لذلك ،
وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 5.360.00 درهم
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) ايام 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 ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٠٢٤/١١/٢٧
المتخذ / بنك أبوظبي الوطني - (سابنا) - بنك أبوظبي الأول ش م ع - (سابنا)
ضد / المتخذ الاوئي / دبي ايس للمصاوبات ش م م رخصة رقم - (735679)
المتخذ دبي التاتل / طه هشام مهيبل - (كفيل سامين)
الوضع / تكليف بالوفاء بسداد مبلغ وقدره (1.750.000.00 درهم)
فقط مليوناً وسبعمائة وخمسون ألف درهماً
فإن البنكر يتوجب هذا الإنداز يحطركم بحضوره سداد قيمة المديونية والبالغ قيمتها مبلغ وقدره
(1.750.000.00) درهم فقط مليوناً وسبعمائة وخمسون ألف درهماً، خلال مدة أقصاها (30) ثلاثون يوماً
من تاريخ الإنداز ولا سيظهر المتخذ إلى اتخاذ كافة الإجراءات القانونية ضدكم نتيجة إخلاكم بها مقابل الطلب
من المحكمة المختصة بمباشرة إجراءات نزع ملكية العقار (نوع العقار / مكتب - منطقة الخليج التجاري -
فندق أرض مبلغ 26 - بناية المنارة - بناية رقم 1 - مكتب رقم 3303 - رقم العائق 33 - إمارتي) ، وبمجه
بإتخاذ العلن واه للمديونية مع الاحتفاظ بحق المتخذ بالرجوع عليكم للمطالبة على فروقات لاستيناه كامل
المديونية ودون المساس بان من حقوق موكنا.

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل ادارة الكاتب العدلي والتصديقات

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إخطار عدلي بالوفاء
رقم المعاملة 0271441-MOJAU-2024
إخطار على لواء مبلغ 33000 درهم
المتخذ / شركة الصخرة للتجارة البرمردم ذ م م رخصة تجارية رقم (758631) الصادر من الدائرة الاقتصادية بإمارة الشارقة
عنوانه : إمارة الشارقة - العنان - شارع جمال عبد الناصر - بناية بتاجل نعمدة رقم 1007 - هاتف رقم 054554438
ويتمتع بالاستقلال - مصطفى نايف صفيح بوهرة الابن الجنسية بموجب منقذ الوافد لتصفق أصول لدى مكتب العدل بالشارقة برقم
المعاملة 0266562-MOJAU_2024_ من العون عبد الله علي محمود السيد بموجب منقذ الوافد لتصفق من كاتب العدل
بالشارقة برقم المعاملة 0095158-MOJAU_2022_
المتخذ اليه : عثمان عبدالجديد عثمان العنللي الجنسية مصر / حورية رقم (784198215437298)
عنوان المكتب : إمارة دبي - برجي - دبي - شارع شارع رافعة منطقة الخليج التجاري مكتب رقم 309. مكتب محمد سعيد اسمايل ابو
المتخذ : محمد فهد الخنجر اليه السيد نعمدة عبد السلام من كاتب العدل بمقره بالشارقة وذلك على ان السداد شركة الصخرة للبناء للتجارة
برمردم ذ م م رخصة تجارية برقم المعاملة 0235164-MOJAU_2024_ بصفا من قبل كاتب العدل بالشارقة وذلك على ان السداد شركة الصخرة للبناء للتجارة
التي يسهلها التجارية برقم المعاملة بتاريخ 25/07/2024
طلب الخنجر من المدعي عليه برقم المعاملة 0235164-MOJAU_2024_ بصفا من قبل كاتب العدل بالشارقة وذلك على ان السداد شركة الصخرة للبناء للتجارة
سداد حياها القرضه ومدة وجا إلى شرطه قرضه لإيجار الخنجر على عدم تعاقبه بوقفه. معاً معاً بالتد.

إعلان بالنشر

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
في الدعوى رقم 4316/2024 مدني الشارقة
حيث أن المدعية : فايننج تجارة لوزام التحسين ش م م بوكالة (مكتب نوبزهان عبد اللطيف الزعابي)
اقامت عليكم الدعوى رقم الدعوى 2024/4316 مدني الشارقة.
وبناء على الحكم الصادر من قبل محاكم الشارقة بتاريخ 30/10/2024 بتدب م / ناجي عبدالله
عبد العاطي سعيد خيرياً هندسياً للدعوى، لذلك يجب عليكم حضور جلسة الخبرة والمعاينة المحد يوم
الثلاثاء الموافق 12-10-2024 الساعة 12.00 ظهراً في موقع المشروع التان في دبي رقم B5-02.
الجمع المدني والتجاري سيتي ووك (2)، كما يجب عليكم تقديم مذكرة التمسك المتعلقة بالدعوى وأي
مستندات أو أوراق ترميكون بتنديدها قبل أو بحلول يوم الثلاثاء الموافق 12-10-2024.
على ايميل الخبير : info@nagabdalla.com
وفي حال وجود أي استفسارات يرجى التواصل مع الخبيرة على الأرقام الآتية (متحرك
0565557754) علماً بأن الخبير سيقوم بمباشرة الأمورية ولو في غياب الخصوم.
الخبير الهندسي / ناجي عبدالله عبد العاطي سعيد
رقم التقيد (632)

إعلان دعوة اجتماع خبرة

العدد ١٤٣١٥ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/٢٧
إلى المدعى عليهم : 1- مسلة تجارة أصابع السيارات - ذ م م
2- محمد عاكبر حسين محمد مهيبل
تعلّمكم بأنه تم تكتيفا بمهمة الخبرة الحسابية في الدعوى رقم 2024-5276 تجاري الخامة ضدكم
من المدعية/ ريفتر لصناعة الاصباع والعمادات ذ م م - لذا ندعوكم بالتواصل المرئي الذي سيتم في يوم
الجمعة الموافق 2024/11/29 الساعة 09:30 صباحاً عبر برنامج زووم على الرابط التالي :
Time : Nov 29, 2024 09:30 AM Dubai
ZVXHakRRcDb6Cm Meeting ID : 766 7736 6173
Passcode : gRq8Fw
https://us04web.zoom.us/j/76677366173?pwd=1wJ0ohtB1pBf
وذلك لاجابة على القضية وتقديم مبرر مستندات ، وفي حال تخلفكم عن الحضور في الوقت
المحدد فلننا سنايشار إجراءات الخبرة وتقدم تقريرنا للمحكمة من واقع المستندات المتاحة.
الخبير الحسابي / محمد علي العلي

الغذاء

علامة غير واضحة لارتفاع مستوى السكر في الدم



لخفضه. وبالطبع عواقب هذه الحالة وخيمة على جسمه لأن ارتفاع مستوى السكر في الدم يلحق الضرر في جدار الأوعية الدموية وتفقد مرونتها وقدرتها على توفير المواد الغذائية للأنسجة". ويؤدي هذا بالتالي إلى حدوث نزيف في شبكية العين أو انفصالها وقصور الكلى وكذلك اعتلال الأعصاب السكري، الذي يسبب فقدان نهايات الأعصاب حساسيتها، أو بالعكس يعاني المصاب من متلازمة ألم الأطراف.

غالباً ما يشعرون بالقلق بسبب مشكلات في الجهاز البولي مرتبطة بالالتهابات لأن ارتفاع مستوى السكر في البول يشكل أرضاً خصبة لتكاثر البكتيريا". وبالإضافة إلى ذلك يثير ارتفاع مستوى السكر في الدم مشكلات في القلب والأوعية الدموية وخاصة في شبكية العين والكلى والقلب والأطراف السفلى. وتقول: "للأسف غالباً ما يستمر الشخص الذي يشخص ارتفاع مستوى السكر في دمه في نمط حياته المعتاد دون أن يتخذ خطوات

أعلنت الدكتورة يلينا أوستروفسكايا أخصائية الطب الوقائي ومكافحة الشيخوخة، أن الحكة في منطقة الأعضاء التناسلية ومشكلات الجهاز البولي المتكررة قد تشير إلى ارتفاع مستوى السكر في الدم. وتقول: "تلجأ المرأة في حالات كثيرة إلى طبيب أمراض النساء بسبب إفرازات الجهاز التناسلي أو حكة في منطقة الأعضاء التناسلية، ويتبين لاحقاً أن سببها هو ارتفاع مستوى السكر في الدم. كما أن الرجال الذين يعانون من ارتفاع مستوى السكر في الدم

مواد مفيدة للجلد وأخرى ضارة

حددت الدكتورة توريا ديانوفا أخصائية أمراض الجهاز الهضمي، المديرية التنفيذية لمركز بحوث "التغذية الصحية" المنتجات المفيدة للجلد والمنتجات الضارة.

ووفقاً لها، يرتبط جفاف الجلد بعدة آليات، فمثلاً تؤثر الغلوزة (Glycation) سلباً في حالة الجلد. لذلك من الأفضل تقليل استهلاك وتجنب تناول منتجات محتوية على السكر المضاف، واستبدالها بالفواكه والخضراوات الجففة. كما أن منتجات الحبوب الكاملة ذات مؤشر نسبة السكر في الدم تؤثر إيجابياً في التحكم بمستوى السكر في الدم، كما

تضيف فيتامينات B1 وB6 إلى النظام الغذائي. وتشير الطبيبة، إلى أنه من المهم ترطيب البشرة بانتظام، حيث تؤثر عوامل عديدة في هذه العملية، من بينها العمر، التعرض المستمر للأشعة فوق البنفسجية وطبعاً أكوابورين (Aquaporin)-بروتينات غشائية تلعب دوراً رئيسياً في ترطيب البشرة. ويجب الامتناع عن استخدام مستحضرات محتوية على الكحول. كما يجب أن يحتوى النظام الغذائي على أطعمة غنية بالأحماض الدهنية غير المشبعة الموجودة في الزيوت النباتية والمكسرات والأسماك. وتنصح الطبيبة، بالإقلاع عن التدخين، وتناول أطعمة محتوية على فيتامينات A وC والفلافونويد والإيزوفلافونويد الموجودة بنسبة عالية في الخضروات والثمار.

أين تكمن خطورة مرض الكوليرا؟

تحدث الدكتور فلاديسلاف جيمتشوغوف أخصائي الأمراض المعدية، عن مرض الكوليرا وأعراضه وعواقبه وكيف يمكن الوقاية منه. ويقول: "ينتمي مرض الكوليرا إلى المجموعة الثانية من الأمراض الخطيرة. وتكمن خطورته في سرعة انتشاره ومساره الشديد، ومن دون علاج مناسب يمكن أن يؤدي إلى الوفاة".

ويشير الخبير إلى أن ضمة الكوليرا موجودة في المياه الراكدة، ويمكن أن تنتقل إلى الجسم عن طريق تلوث مصادر المياه والأطعمة، ولكنها لا تتحمل البرد والصقيع لذلك كقاعدة تموت في فصل الخريف. ويقول: "تسبب الكوليرا شلل الأمعاء وتكبح إفراز الأنزيمات، وتسبب إسهالاً شديداً، ما يؤدي إلى جفاف الجسم، والشعور بالإرهاق والوهن بعد بضعة ساعات من الإصابة، وقد يتوفى المصاب بسبب جفاف جسمه". ويشير الخبير، إلى أن ضمة الكوليرا يمكن أن تعيش في المياه الراكدة في المناطق الدافئة حتى في الشتاء، وتعود في الربيع إلى النشاط. كما يمكن أن تنتشر في ظروف الحروب عن طريق مصادر مياه الشرب وانعدام أنظمة الصرف الصحي العادية.

ووفقاً له، يسهل علاج المرض في ظروف المستشفيات، لذلك يجب مع ظهور أولى علامات الإصابة الاتصال بأقرب مركز طبي. ويشير الطبيب إلى خطورة الأدوية المضادة للإسهال، ولا ينصح بتناول مثل هذه الأدوية، لأنها تسبب احتباس السوائل في الجسم، ما قد يؤدي إلى الوفاة.



الممثلة الإنجليزية كاري موليجان لدى حضورها حفل مجلة Elle Women in Hollywood 2024 في لوس أنجلوس. (ا ف ب)

قرأت لك

الخوخ



أعلنت الدكتورة يلينا سولوماتينا، خبيرة التغذية الروسية، أن الخوخ يحمي القلب ويطرد السموم من الجسم. وتشير الخبيرة في مقابلة مع Gazeta.Ru، إلى أن تناول الخوخ بصورة دورية منتظمة يعزز منظومة المناعة ويحمي من

العديد من الأمراض المعدية. كما أنه يساعد على تجديد الجلد. وتضيف، بفضل احتواء الخوخ على نسبة عالية من الألياف النباتية والبكتين، فإنه يؤثر إيجابياً في عمل جميع أعضاء وأنظمة الجسم. وتقول، إن الألياف الغذائية الموجودة في الخوخ، هي ألياف قابلة للذوبان وتساعد على إخراج أملاح المعادن الثقيلة والسموم من الجسم، وتخفض مستوى الكوليسترول في الدم، وتزيل السوائل الزائدة من الجسم، وتضمن عمل عضلة القلب بصورة طبيعية وتخفض مستوى ضغط الدم. وتضيف، يحتوي الخوخ على كمية كافية من البيتا كاروتين، التي تؤثر إيجابياً في حاسة البصر وتحافظ على البكتيريا المفيدة في الأمعاء. وتنصح بإزالة قشرة الخوخ قبل تناوله.

سؤال وجواب

- ما لون حجر الزمرد؟
- أخضر
- من هو المخترع النابغة اللبناني؟
- حسن كامل الصباح
- كلمة بنطلون إلى أي لغة يرجع أصلها؟
- اللغة الإيطالية
- من الذي بنى تمثال أبو الهول في مصر؟
- خفر
- كلمة استاذ التي تعني (معلم) إلى أي لغة تنتمي؟

هل تعلم؟

- هنالك نوعا من الأسماك يدعى بالسلمك الصدي في بإمكانه ابتلاع إنسان كامل.
- الببغاء من دون الطيور كلها هي الوحيدة التي تستطيع تحريك منقارها لأعلى وأسفل أما الطيور الأخرى فإنها تحرك منقاراً واحداً.
- القلب يدق في الدقيقة من 80.60 مرة و في العام الواحد يدق 40 مليون مرة.
- مسامير الحديد لا تصلح في تثبيت خشب البلوط وذلك بسبب المادة الكيماوية الموجودة في الخشب والتي تتسبب في صدأ المسامير.
- هنالك نوعا من الجليد لا يتصهر بل يتبخر، إنه الجليد الجاف.
- البعوض يفضل لدغ الناس ذوي البشرة البيضاء والشعر الأشقر.
- سكان العالم يزدادون بمعدل مليون ونصف للمليون كل أسبوع.
- شجرة المانغروف، وهي شجرة استوائية، تعد واحدة من الأنواع القليلة التي يمكن أن تنمو في المياه المالحة.
- الأول من إبريل (نيسان) يدعى عندنا كذبة إبريل، ويسمى في بريطانيا يوم الخدعة، وفي فرنسا يوم السلمك، وفي اليابان يوم الدمية أما في أسبانيا فيدعى بيوم الغفل.
- ضغط الماء داخل كل خلية في البصلة كاف لتشغيل محرك بخاري.
- أكثر من نصف إنتاج العالم من الفضة يتم استعماله كيميائياً في صنع أفلام التصوير والمرايا.

قصة بانعة الحليب

كان هناك بانعة حليب تدعى نعمة فكانت تأتي إلى شارعنا لتبيع الحليب، كان كل ما فيها جميل.. وجها صوبحا وباتساماً عذبة جميلة وكلمة طيبة ونداء بصوت جميل ينتظره جميع من في الشارع وحليباً طازجاً عندما تأتي به ينزل الجميع بأوانهم للشراء فتفرغ كل ما معها في شارعنا وتعود لبيتها مسرورة سعيدة.. وفي وسط هذا كله كان هناك مجموعة من الأطفال ينتظرون دائماً قدمها فيسيرون بجانبها وعندما تنادي على الحليب يقلدها الجميع خاصة فتاه تدعى سعاد فكانت تقلد صوتها تماماً فيضحك الأطفال وتضحك نعمة.

جاء وقت لم تحضر فيه نعمة لبضعه ايام فقلق الجميع عليها فأخذوا يتساءلون عما بها وهم قلقون.. بعد يومين جاءت نعمة وهي تحمل الحليب لكنها كانت متعبة ومريضة، وبعد أول الشارع قابلها الأطفال بفرحة غامرة وسلام وتحية، ففاجأتهم بأنها لا تستطيع الكلام.. هنا سكت الجميع حزناً. حسناً وماذا سنفعل الان كيف سيباع كل هذا الحليب.. لا تقلقوا.. كانت هذه سعاد.. قالت ستسير نعمة وهي تحمل الحليب وسنسير معها، سأنادي انا على الحليب، وصفق الجميع فرحين وساروا جميعهم يهللون جاءت نعمة، جاء الحليب، أخذت سعاد تستعرض نغمات صوتها الجميل، وهي تنادي على الحليب وندعة تضحك حتى تم بيع الحليب كله مع سلامات واشواق وتحيات سكان الشارع وسرورهم وضحكهم لما فعلته سعاد، ومن يومها لم تنس نعمة هذا المعروف، ومن يومها أيضاً وسكان الشارع يقولون لسعاد يا نعمة.

