

منوعات

الفكر

الأحد 24 أكتوبر 2021 م - العدد 13373
Sunday 24 October 2021 - Issue No 13373

ص 22

الجناح البريطاني في

إكسبو 2020 دبي يناقش

مستقبل المنسوجات

ص 27

أحمد العطار:

مقياس نجاح أي

عمل هو الجمهور



5 نصائح تساعدك على التخلص

ص 23 منها دون ريجيم أو رياضة



المراسلات، ص ب 505

email:munawaat@alfajrnews.ae

حمى لعبة الجبار تصل

إلى أندية النساء

أصبحت الأندية الخفيفة البيضاء أحدث صيحة بين الشباب بفضل النجاح المبهز للسلسل الكوري الجنوبي (سكويد جيم) "لعبة الجبار"، حيث أعلنت شركة (ب.إف) لصناعة الأندية الرياضية عن زيادة طفيفة في الطلب على منتجات إحدى علامتها التجارية. وتدور أحداث السلسل، الذي أثار ضجة هائلة حول العالم وأصبح السلسل الأكثر مشاهدة على منصة نتفليكس، حول مئات من اللاعبين، الذين يمرون بضائقة مالية ويتبارون في ألعاب شديدة العنف. وارتدت شخصيات مسلسل "لعبة الجبار" طوال حلقاته أندية تشبه الأندية الخفيفة البيضاء. وقال مات بوكيت، المدير المالي لشركة (ب.إف) الجمعة: "نشهد ارتفاعا طفيفا. حسنا سأطلق عليه ارتفاعا طفيفا". وأضاف أن شركة صناعة الأندية تستغل هذا الزخم للاستفادة من علاقة منتجات الشركة بالثقافة الشعبية. وبالإضافة إلى ذلك، زاد الإقبال بشكل كبير على السرات الرياضية الخضراء "المصنوعة في كوريا" والسرات زهرية اللون التي ترتديها الشخصيات في السلسل قبل عيد الهالوين، ما منح بارقة أمل لصناعة اللابس في كوريا الجنوبية التي تواجه صعوبات جمة بفعل جائحة كوفيد19..

متحف يفجر جلا في إيران

متحف الفن المعاصر في إيران ليس مكانا لتذوق الفنون فحسب، بل أصبح عنوان جدل في البلاد، بين مؤيدي المتحف الذين يرون فيه فضاء بديلا، وبين المتشدين الذين يتوعدون بإغلاقه. وافتتح متحف الفن المعاصر عام 1977، إبان حكم شاه إيران السابق محمد رضا بهلوي، فزوجته فرح بهلوي كانت من أشهر متدوقات اللوحات والفنون المعاصرة، وأردت من خلال المتحف أن تحول طهران إلى نقطة جذب ثقافية عالمية. لكن المتحف أغلق بعد عامين، أي في 1979، مع اندلاع الثورة، وظلت أبوابه موصدة حتى يونيو الماضي، عندما أعيد افتتاحه في نهايات حكم الرئيس الإسلامي، حسن روحاني، ويقع المتحف على بعد أمتار من شارع "ولي عصر"، أحد أكثر شوارع العاصمة الإيرانية طحان كثافة وشعبية، ورغم ازدحام المنطقة إلا أن ذلك لم يمنع متدوقي الفنون المعاصرة من التقاطر عليه بصورة كبيرة، ولا سيما من قبل الطلبة



من ينام قليلا لا يبدو في مظهر جيد. هذا

الأمر قد يكون معروفا. لكن نقص

النوم له "أعراض جانبية" أخرى

مختلفة تماما، حيث كشف باحثون

أن الناس لا يفضلون التعامل مع

الأشخاص الذين يبدو عليهم أنهم

لم يأخذوا قسطا كافيا من النوم.

العيون المنتفخة والوجه الشاحب من

الأعراض التقليدية التي تظهر علينا بعد

ليلة لم نحصل فيها على ساعات

نوم كافية، لكن دراسة ربطت قلة

النوم بالجاذبية ورغبة الناس في

الاقتراب والتعامل مع شخص لم

يأخذ قسطه الكافي من النوم.

وفي دورية "أوبن ساينس" للجمعية الملكية البريطانية،

رجح باحثون أن سبب تجنب هؤلاء الأشخاص للناعسين

بصورة لا شعورية هو الرغبة في حماية أنفسهم من

الإصابة بأمراض معدية على سبيل المثال.

كي تكون محبوبا خذ قسطك الكافي من النوم!

"يسكوتسن ماديسون" الأمريكية ونقلتها صحيفة "نيويورك تايمز"، فإن "البشر والحيوانات ينامون لينسوا". فعندما يقوم الإنسان بأي نشاط من تفكير أو حركة، وفقا للدراسة، يتم بناء نقاط تشابك عصبي جديدة في الدماغ وظيفتها ربط المعلومات وتخزين الذكريات. وتوصل الباحثون إلى أنه هذه المشابك تنقطع جزئياً أثناء النوم، ما يساهم في ضياع الذكريات والمعلومات غير المهمة والتي لم يعد الإنسان بحاجة إليها. وهذا ما يعرف بـ "فرضية التوازن المشبكي".

وفي تجربة على أدمغة الفئران، أثبت العلماء أن المشابك العصبية تنقلص أثناء النوم، مشيرين إلى أن ذلك قد يكون سبب انخفاض الموجات الكهربائية من الدماغ أثناء النوم. من جهته، توصل الباحث في جامعة جونز هوبكنز الأمريكية، غراهام ديرينغ، إلى أن بروتيناً محدداً في المشابك العصبية هو المسؤول عن نسيان المعلومات خلال النوم، وهو البروتين العصبي "Homer1A"، مشيراً إلى أن النوم يساعد في بناء هذا البروتين.

ويؤدي هذا البروتين، بحسب الباحث، إلى نسيان ما هو غير مهم. وفي تجربة على الفئران، ظلت الفئران التي تم فيها منع بناء هذا البروتين خائفة وقلقة لأنها لم تستطع نسيان ما عاتته، بحسب الدراسة. لكن من ناحية أخرى، كانت الفئران التي نامت تشعر بالفضول حيال المواقف الجديدة.

لكن الباحثين يتفقون على أنه لا يتم تغيير جميع نقاط التشابك العصبي أثناء النوم، فهذا يؤثر على نحو حسسها فقط، وبذلك يتم الاحتفاظ بالذكريات والمعلومات المهمة حتى أثناء النوم.

الانخراط المجتمعي لدى الأشخاص المنهكين من قلة النوم ربما يكون نوعا من حماية النفس، حيث من المعروف أن الإنهاك يزيد من خطر التعرض للحوادث، كما أن هناك أمراضا ترتبط كثيرا بنقص النوم أو بواورده. وبحسب الباحثين، فإن الانزعاج من الممكن أن يكون مؤلما شعوريا للغاية وله عواقب وخيمة بالنسبة للكائن اجتماعي مثل الإنسان. وذكر الباحثون أنه لا يزال هناك حاجة إلى دراسة ما إذا كان نقص النوم يؤدي فعلا إلى تهميش الأشخاص المنهكين في الحياة اليومية.

ويرجح الباحثون أن المنهكين أنفسهم لا يولون قيمة كبيرة

للانخراط المجتمعي بسبب رغبتهم المنحصرة في النوم والحصول على قسط من الراحة. تجدر الإشارة إلى أن أضرار نقص النوم التواصل على الصحة معروفة على نحو كاف، حيث أظهرت دراسات متنوعة أنه يزيد خطورة الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية والسكري.

دراسة: ننام كي ننسى وليس لـ شحن بطارية جسمنا!
لماذا ننام؟ سؤال يشغل الباحثين منذ عقود. ورغم أن الجواب البسيط على السؤال قد يكون "ننام لتراخ"، فقد توصل باحثون أمريكيون إلى نتيجة أخرى أيضاً، وهي أننا "ننام لننسى".

يعتقد كثيرون أن فائدة النوم تكمن في إعادة طاقة الجسم

و "شحن بطارية" الإنسان فقط. لكن دراسة قام بها باحثون

في جامعة أمريكية توصلت إلى نتيجة مفادها أن النوم

فائدة أخرى لا تقل أهمية عن إعادة "شحن البطارية"، ألا

وهي النسيان!

وبحسب الدراسة، التي أجراها علماء أحياء في جامعة

وكان الباحثون بقيادة تينا سوندلين من معهد كارولنسكا في العاصمة السويدية ستوكهولم أنبتوا قبل بضع سنوات أن الأشخاص الذين يطلون مستيقظين لفترة طويلة (31 ساعة) عقب ليلة نوم قصيرة يُنظر إليهم على أنهم غير جذابين وغير أصدقاء ومجهدون. وأراد الباحثون معرفة إلى أي مدى يؤثر نقص النوم على التفاعل الخارجي للأفراد. وطلب الباحثون من 25 فردا من الأصدقاء القدوم لجلسة تصوير مرة عقب ليلتين ناموا خلالهما لمدة ثماني ساعات ومرة بعد ليلتين متتاليتين ناموا خلالهما لمدة أربع ساعات فقط.

وأوضحت المجلة البريطانية أن هذا النقص الجزئي في النوم معناه في الحياة اليومية أكثر من الحرمان التام من النوم. وبعد ذلك طلب الباحثون من 122 شخصا تقييم تعبيرات وجه أفراد العينة في الصور وذلك من خلال ذكرهم إلى أي مدى يرون أفراد العينة جذابين وأصدقاء وجديرين بالثقة، وما إذا كانوا يرغبون في قضاء وقت معهم. وتبين من خلال التقييم أن الأشخاص الذين لم يأخذوا قسطا كافيا من النوم لم يكونوا محبوبين، حيث رغب المقيمون في قضاء وقت أقل بصورة واضحة معهم مقارنة بعينة الأفراد الذين أخذوا قسطا كافيا من النوم.

كما تم تقييم الأشخاص الذين بدا على ملاعهم الإنهاك جراء قلة النوم على أنهم أقل جاذبية وصحة ويقلب الناس عليهم.

النوم وحماية النفس

ولم يجد الباحثون أي فوارق في التقييم فيما يتعلق فقط

بالجذارة بالثقة. ويرجح العلماء أن نقص الرغبة في

لهذا السبب لا تبغض مكعبات الثلج بأسنانك

كشف طبيب أسنان عن سبب وجوب عدم طحن الثلج بأسنانك، ويصرف النظر عن كونها عادة مزعجة لمن حولك، فإن مضغ الثلج يمكن أن يسبب عدداً من المشاكل.

وقال ماثيو كوك، الأستاذ المساعد في طب أسنان الأطفال والتخدير بجامعة بيتسبرغ للعلوم الصحية، إن الآباء والبالغين كثيراً ما يسألون عما إذا كان مضغ الثلج آمناً، وبغض النظر عن السبب، إنها عادة تستحق التوقف."

وأضاف كوك "مضغ الثلج ضار بصحة فمك، وقد يكلفك في النهاية رحلة باهظة الثمن إلى طبيب الأسنان أو أخصائي تقويم الأسنان". وأوضح كوك أن مضغ الثلج يمكن أن يسبب تشققات في مينا الأسنان، مما قد يجعل أسنانك أكثر حساسية، ويمكن أن يؤدي أيضاً إلى كسر أجزاء من السن، مما يتسبب في حدوث ثقب قد يؤدي إلى تسوس الأسنان.

والأشخاص الذين لديهم حشوات أو تيجان أو يستخدمون الأقواس أو المثبت يكونون أكثر عرضة لتلف الأسنان إذا مضغوا الثلج. وأوضح البروفيسور كوك "اعتماداً على شدة المشكلة، قد يتطلب الإصلاح أي شيء من حشوة بسيطة إلى قناة الجذر، وهو إجراء أكثر خطورة يتطلب تخديراً للمريض".

وعندما لا يستطيع شخص ما التوقف عن تناول الثلج بشكل قهري، فذلك يعرف باسم Pagophagia ويلاحظ أحيانا عند الأشخاص المصابين بفقر الدم الناتج من نقص الحديد، عندما لا يحتوي الدم على ما يكفي من خلايا الدم الحمراء السليمة. ولا يعرف العلماء السبب، ولكن يُنظر إلى مضغ مكعبات الثلج على أنه تخفيف للأعراض، حيث يرسل المزيد من الأكسجين إلى الدماغ لدى أولئك الذين يعانون من أعراض مثل التعب.

ويمكن أن تكون الـ Pagophagia أيضاً ناتجة عن اضطراب في الأكل يجبر الناس على تناول أشياء لا تعتبر طعاماً، مثل الثلج أو الأسواخ أو الغبار أو الشعر، بحسب صحيفة ذا صن البريطانية.

دراسة علمية مذهلة تكشف

علاقة الروائح بالذكريات

عادة ما تعيد رائحة أجواء الخريف الحثين لذكريات الماضي، ويسترجع معها الشخص ذكريات بداية العام الدراسي، بطوقسه التي تبقى محفورة في ذاكرتنا، رغم مرور السنين، ويتكرر الأمر مع روائح عديدة، وذكريات مختلفة، فما علاقة الروائح على أبواب الذائرة الأخيرة؟

يلتقط الإنسان الروائح عندما تقوم حاسة الشم بدورها، الذي يبدأ بارتباط جزئيات يطلق عليها "الجزئيات الفواحة" بمستقبلات مخصصة لها في الأنف، ثم تقوم هذه المستقبلات بنقل المعلومات عبر الأعصاب الحسية إلى "البصلة الشمية"، وهي بنية عصبية يوجد عند قاعدة المخ، وينقل معلومات الروائح من الأنف إلى مناطق أعمق في الدماغ.

وبشكل عام يقوم جهاز الشم بنقل المعلومات إلى مناطق الدماغ الموجودة في الجهاز الجوفي الذي يرتبط بالذاكرة والحوافظ، لذا نستطيع تمييز الروائح بما يرتبط بها من ذكريات، وهو ما تفعله رائحة الخريف مع استرجاع ذكريات بداية العام الدراسي، كما تذكرك رائحة طهو طعام ما بجذتك، وهكذا تفعل الروائح مع ذكرياتنا الأخرى.

في مارس الماضي، نشر علماء من جامعة نورث ويسترن الأمريكية دراسة مهمة، في دورية "بروغرس إن نيوروبيولوجي" تحدد الأساس العصبي لكيفية قدرة الروائح على استعادة الذكريات بهذه القوة، في الدماغ البشري. ويبين العلماء في دراستهم اتصالاً فريدا بين الحصين، مقر الذاكرة في الدماغ، ومناطق حاسة الشم لدى البشر، إذ تعد حاسة الشم هي الأسرع اتصالاً مع الحصين من بقية الحواس البصر والسمع واللمس.

علماء: فوائد فايزر

للأطفال تفوق مغاطره

قال علماء في إدارة الأغذية والعقاقير الأمريكية إن الفوائد المحتملة لإعطاء لقاح فايزر/ بيونتيك المضاد لكوفيد- 19 للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و 11 عاما تفوق بشكل واضح مخاطر الحالات النادرة للإصابة بالتهاب القلب. وقال مصنعو اللقاح في وقت سابق أمس الأول الجمعة إن اللقاح أظهر فعالية بنسبة 90.7 في المئة ضد فيروس كورونا في تجربة سريرية للأطفال من سن 5 إلى 11 عاما. ووردت هذه التفاصيل في وثائق موزعة نشرت قبل اجتماع تعقده لجنة تضم خبراء خارجيين من المقرر أن تصوت يوم الثلاثاء على ما إذا كانت ستوصي إدارة الأغذية والعقاقير بترخيص اللقاح للفتة العمرية الصغيرة. وإذا سمحت إدارة الأغذية والعقاقير الأمريكية بتطعيم الأطفال من سن 5 إلى 11 عاما بلقاح فايزر/بيونتيك فسيكون أول لقاح لكوفيد-19. لهذه الفتة العمرية ويمكن أن يكون اللقاح متاحا في الولايات المتحدة في أوائل نوفمبر تشرين الثاني.

الصيام وخفض السعرات

الحرارية للعيش طويلاً

أظهرت دراسة حديثة أن تقليل وتيرة تناول الطعام يساعد على تحسين صحة القوارض، وإطالة عمرها أكثر من تخفيف الكمية، فيما استبعد علماء الجزم بصحة هذه النتائج عند البشر أيضاً.

وخلص الباحثون الذين حللوا مجموعات من الفئران تتبع نظاماً غذائية مختلفة، إلى أن التي أظمتت سعرات حرارية أقل في وجبة يومية واحدة عاشت أطول من الفئران التي تناولت العدد نفسه من السعرات الحرارية ضمن وجبات موزعة، على مدار اليوم.

وأظهرت الدراسة التي نشرت نتائجها أول أول أمس الاثنين مجلة "نيتشر ميتابوليزم" أن الفئران التي تأكل مرة واحدة فقط، في اليوم أظهرت أيضاً تحسناً في التمثيل الغذائي.

وقال معد الدراسة دولي لامينغ من جامعة ويسكونسن، إن العلماء عرفوا منذ حوالي قرن أن الحد من السعرات الحرارية يطيل عمر القوارض.

لكن الدراسات السابقة عن الحد من السعرات الحرارية لدى الفئران تضمنت صيماً غير مقصود لفئران تتغذى عادة مرة واحدة فقط في اليوم. وقرر فريق لامينغ معرفة إذا كان التوقيت بين الوجبات يلعب دورا، وخلص إلى أن كمية الطعام ليست وحدها المهمة.

جائحة تشبه كورونا . .

حشرة تمص دمك

صدرت تحذيرات في الولايات المتحدة من تفشي داء "لايم"، الذي يشبه في بعض أعراضه مرض "كوفيد19"، الذي يتسبب به فيروس كورونا. ومرض "لايم" عدوى بكتيرية حيوانية تنقل إلى البشرية عن طريق لدغة حشرة. ورغم أن "لايم" لا ينتقل من إنسان إلى آخر، إلا أن فرصة الإصابة به كبيرة، فثاقل المرض يعيش في كل مكان، بخلاف الخفافيش المنزوية التي يعتقد أنها أصل وباء كورونا.

ويصيب المرض سنوياً في الولايات المتحدة نحو نصف مليون شخص تقريبا بدءاً "لايم" الذي تسببه بكتيريا بوريليا برغدورفيرية، منذ عام 2010. ويقول موقع (sanjosspotlight) هو أكثر الأمراض المنقول شيوعا وانتشار في الولايات المتحدة، ويشكل تهديدا كبيرا للصحة العامة، وعلى سبيل المثال، الفارض موجود في 56 من أصل 58 مقاطعة في ولاية كاليفورنيا، أي نحو 97 بالمئة من مقاطعات الولاية الأميركية.

وينقل المرض عن طريق القراد (نوع من الحشرات ذات الأرجل السوداء)، وتلتصق هذه الحشرات بأجساد البشر والحيوانات وتتغذى على دماهم، وعن طريق الدم تنقل العدوى إلى الإنسان.

ويسود اعتقاد لدى البعض أن الإصابة بهذا المرض تقع عندما يكون الإنسان في وسط الغابات، حيث تكثر الحشرات والبعوض، إلا أن دراسة جديدة وجدت أن الحشرة الناقلة للمرض موجودة قرب الشواطئ كما لو أنها في الغابات.



علماء يؤكدون في ندوة بإكسبو 2020 دبي:

الذهاب إلى المريخ ضرورة حتمية ومهمة مشتركة لخدمة الأرض



•• دبي إكسبو - الفجر
رسالة إكسبو - محمد جاهين
محمد معين الدين

تحت عنوان: "أمل وعزيمة.. دروس من الكوكب الأحمر لأجل حياة أفضل على كوكب الأرض" أجمع علماء في مجال الفضاء على أن استكشافات كوكب المريخ تصب في صالح فهم أفضل لكوكب الأرض وتحدياته البيئية، حيث بين المتحدثون، في جناح الاستدامة بإكسبو 2020 دبي أمس الأول على أن الذهاب إلى المريخ ليس أمراً ترفيهياً، ولكنه ضرورة حتمية ومهمة مشتركة.

وقال عمران شرف، مدير مشروع الإمارات لاستكشاف المريخ (مسبار الأمل)، ومدير البرامج في مركز محمد بن راشد للفضاء: "كوكب المريخ متنوع تماماً، وله تحديات متنوعة، وكل دولة لديها تحد مختلف لذا يجب العمل سوياً، ولذلك قررت الإمارات الدخول في اقتصاد الفضاء، وأرادت الاندماج في الجهود الدولية بشكل مختلف أكثر كفاءة، وأقل تكاليف ووقت، وذلك بفضل التعاون". وتابع: "لم ننظر للأمر على أنه سباق إلى الفضاء، وإنما هو عمل جماعي في مشروع الإمارات لاستكشاف المريخ بجهود 450 شخصاً اجتمعوا لتحقيق هذه الرؤية، من

ويتواصل أسبوع الفضاء، وهو الثاني بين الأسابيع العشرة في إكسبو 2020 دبي، حتى يوم 23 أكتوبر الجاري، ويقام بالتعاون مع وكالة الإمارات للفضاء ومركز محمد بن راشد للفضاء، ليقيم مجموعة غنية في المحتوى والمناقشات للبحث عن الفوائد والحلول والتحديات للاستكشافات خارج مدار كوكبنا.

والعلوم". وقال الدكتور خوسيه رودريغيز، عالم في قسم الأجهزة المتقدمة بالمعهد الوطني لتكنولوجيا الطيران في إسبانيا، إن "المريخ سيكون وجهتنا المستقبلية للعيش هناك، فنحن لا نذهب للمريخ، وننشق تلك الأموال من أجل الترفيه، ولكن نحن في حاجة إلى ذلك، لأن المريخ يقدم لنا فرصة لإنقاذ الأرض عن طريق فهم مشكلات كوكبنا وحل التحديات التي تواجهه".

لما حدث، لذلك عندما يتساءل البعض لماذا نذهب إلى المريخ، نجيب بأننا نذهب لما قبل 4 مليارات سنة، وكان لنظامنا الشمسي كوكبان، أسمهما الكوكبان الشقيقان، الأرض والمريخ، وكلاهما كان يحتوي على مياه وفيرة على السطح، ونحن نعلم كيف نشأت الحياة على الأرض، وكيف تطورت، لكننا لا نعرف ماذا حدث على المريخ، هو اللغز الأكبر، فالمريخ منجم ذهب من حيث البيانات

بينهم 200 شخص من خلفيات مختلفة، واستطعنا إنجاز المهمة في 6 سنوات بتكلفة 200 مليون دولار، وهذه ليست تكلفة كبيرة". وقال الدكتور ديميترا أتري، العالم والباحث في مركز علوم الفضاء بجامعة نيويورك أبوظبي: "المريخ مثل منجم الذهب ملئ بالفض، ونحن بحاجة لدراسة التاريخ من أجل حاضر أفضل، لأن الحاضر هو امتداد



زوار إكسبو 2020 دبي على موعد مع كوكبة من نجوم العالم

إياد الريماوي يمتع جمهوره بموسيقى ساحرة في سهرات إكسبو الغنائية

كما عادت سهرات إكسبو الغنائية أيضاً إلى منصة اليوبيل مع نخبة من النجوم بعروض تقدمها فرقة الروك الأردنية البيت العشوائي، وفرقة الموسيقى اللاتينية أوركسترا مندوزا، وفرقة الروك المصرية كما أقام الاتحاد الأوروبي حفلاً موسيقياً على مسرح دبي ميلينيوم.

وفي وقت سابق فاجأ الغني وكاتب الأغاني الباكستاني علي ظفر محبيه بحفل موسيقي استثنائي. وكان زوار إكسبو 2020 دبي على موعد مع برنامج فني يحتفي بروائع الأعمال الموسيقية، حيث قدم سامي يوسف عرضاً موسيقياً في ساحة الوصل بعنوان "ما وراء النجوم".

وبعدما اختتم الريماوي عرضه، قدمت فرقة الجاز المصرية "أيوت" عرضاً موسيقياً رائعاً أدخل البهجة في نفوس الجمهور. وتوصف أيوت بأنها "نيرفانا موسيقى الجاز الأوروبية"، إذ تشتهر الفرقة الرباعية بموسيقاها التي تجمع بين الإيقاعات الكلاسيكية والشعبية والإلكترونية.

أعماله الفنية، قدمها على مسرح اليوبيل ضمن العرض الافتتاحي لسهرات إكسبو الغنائية. ويمثل الحفل أحدث ظهور للفنان السوري إياد ريماوي أمام الجمهور في مدينة دبي بعد خضائه الموسيقيين للذين أحياهما في دبي أوبرا في وقت سابق من هذا العام.

مع بداية عطلة نهاية الأسبوع الحافلة بالكثير من العروض الموسيقية في إكسبو 2020 دبي، أمتع المحن وكاتب الأغاني السوري المبدع إياد ريماوي جمهوره بمجموعة منتقاة من

خلال محاضراته في إكسبو 2020 دبي

نائب رئيس المفوضية الأوروبية: للثقافة دور محوري في تحقيق التواصل بين البشر

•• دبي - الفجر

قال نائب رئيس المفوضية الأوروبية مارغارييتيس سكيناس، إن أوروبا "تؤمن بتحقيق التواصل" بين الناس طريقاً لحل مشاكل البشرية، مؤكداً على أهمية الدور الذي تلعبه الثقافة في إنشاء جسور تواصل بين البشر.

جاء ذلك خلال محاضرة نائب رئيس المفوضية الأوروبية مارغارييتيس سكيناس، في إكسبو 2020 دبي، حول "التناغم العالمي ودور الموسيقى والفنون والتضامن"، والتي شهدت اهتماماً واسعاً من الحضور. وقال سكيناس، وهو المسؤول عن الترويج لأسلوب الحياة الأوروبي: "لثقافة دور محوري في إنشاء هذه الصلات وتعزيزها. الثقافة هي اللصق الذي يبقينا معاً، خاصة في هذه الأوقات الصعبة التي تحفها الأزمات ويلفها عدم اليقين".

وأضاف: "لقد أظهرت الجائحة الصحية أن التداخل بيننا كبير وأن اعتمادنا على بعضنا البعض أيضاً كبير، وأتينا نرى الشراكات الدولية كجسر للمستقبل في حقبة ما بعد الجائحة".

ودعا سكيناس لمكافحة ظواهر عرفها العالم أكثر من أي وقت مضى خلال الأشهر الثمانية عشرة الماضية، وخص منها النزعات القومية والعنصرية وكراهية الأجانب، معتبراً الثقافة "سلاحاً مثالياً لمساعدتنا في هذه المرحلة".

وشدد سكيناس: "اجتمعنا هنا، ونحن من ثقافات ودول وتقاليد مختلفة، لنحتفي بالموسيقى والفنون بعد الجائحة دلالة أمل قوية على مستقبل أفضل".

وأشار المسؤول الأوروبي إلى برنامج (أفق أوروبا) الذي يضم تحته العديد من المبادرات التي تتيح لرواد الثقافة الصغار الفرص للتواصل. وقال: "نؤمن بأن اجتماعنا سيساعد على تعزيز الفهم الثقافي المشترك، وهو أمر ضروري في عالم فيه الكثير من الغموض".

معرض يحاكي تطوير طرائق أكثر استدامة في صنع الملابس

الجناح البريطاني في إكسبو 2020 دبي يناقش مستقبل المنسوجات

•• دبي - الفجر



تصاميم الطلاب والخريجين من جامعة دي مونتفورت، صنع بعضها باستخدام تقنيات عصر الفضاء، أو بمواد قديمة طورت بأسلوب جديد.

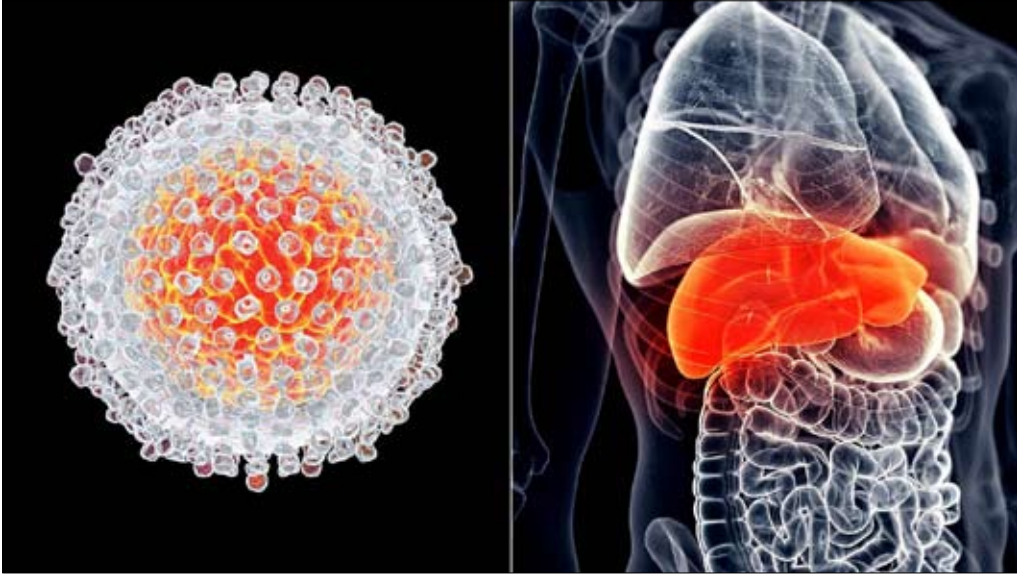
مقارنة بالبوليستر والقطن. وحول إقامة الجناح البريطاني لعرض "مستقبل المنسوجات" في إكسبو 2020 دبي، قالت الدكتورة كلير ليربينيير، كبيرة المحاضرين في تصميم المنسوجات بجامعة دي مونتفورت: "عندما فكر في الانتقال إلى الأزياء المسؤولة والمستدامة، لا بد من التعاون، لأنه حين يكون هناك تعاون، تصل الرسالة بشكل أقوى. نحن بحاجة إلى مصممين ونشطاء وأشخاص حرفيين ومهندسين، ورجال أعمال ومحاسبين كذلك، لديهم خبرة في الذكاء الاصطناعي لدعم أفكارنا. كل هؤلاء الأشخاص لديهم دور تأثير، وكلما زاد التعاون والعمل معاً، زاد تأثير عملنا بشكل جماعي، وهو ما نرى إكسبو 2020 مجالاً حيوياً له". ويضم معرض "مستقبل المنسوجات"

الإصدارات الأخيرة من أسبوع الموضة في لندن، مثل تأثير التكنولوجيا والتغيرات الاجتماعية، وأزمة المناخ على الموضة في المستقبل. ويقدم معرض "مستقبل المنسوجات" للجمهور البحث الذي طوره فريق من جامعة دي مونتفورت، وهو يشرح طرقاً أكثر استدامة في صناعة الملابس من خلال تجنب استخدام الأصباغ الاصطناعية التقليدية التي يمكن أن يكون لها آثار ضارة على البيئة والبشر. ويشير البحث العلمي إلى أهمية الاعتماد على تقنية الليزر لتلوين أسطح المنسوجات ونقشها، وكذلك استخدام مواد مبتكرة مثل "ألياف اللحاء" المأخوذة من سيقان النباتات (الكتان والقنب والقراص) والتي يمكنها، مع الصوف، توفير مواد لصنع أقمشة أكثر استدامة وأماناً على البيئة،



منوعات الفكر 23

مرض الكبد غير الكحولي هو مصطلح يطلق على مجموعة من الحالات التي يسببها تراكم الدهون في الكبد. وعادة ما تظهر عند الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن أو السمنة. ويمكن أن تكون الحالة مهددة للحياة إذا وصلت إلى المرحلة الأكثر خطورة. ولسوء الحظ، قد تكون الأعراض غائبة في المراحل المبكرة.



خمس "علامات حمراء" تشير إلى أن الكبد "متندب" بشكل دائم



النظام الغذائي ونمط الحياة التي قد تجعلك أكثر عرضة للإصابة بالكبد الدهني غير الكحولي، مثل قلة النشاط البدني، أو اتباع نظام غذائي غني بالسكر، أو تناول المشروبات السكرية. وتشعر مؤسسة "مايو كلينك" أنه إذا كانت الاختبارات الأخرى غير حاسمة، "قد يوصي طبيبك بإجراء لإزالة عينة من نسيج الكبد (خزعة الكبد). ويقع فحص عينة الأنسجة في المختبر للبحث عن علامات الالتهاب والتندب".

كيفية منع مرض الكبد الدهني غير الكحولي من التفاقم؟

إذا كنت مصابا بمرض الكبد الدهني غير الكحولي، فيمكنك إجراء تغييرات في نمط حياتك للمساعدة في منعه من أن يزداد سوءا. ويعد فقدان الوزن الزائد أمرا أساسيا لوقف تقدمه. ويوضح موقع Bupa: "هذا يمكن أن يعكس بعض تراكم الدهون وحتى بعض التليف في الكبد". ومن المهم ألا تفقد الوزن بسرعة كبيرة، لأن ذلك قد يسبب مشاكل في الكبد. وستساعد ممارسة الرياضة بانتظام على فقدان الوزن الزائد الذي قد يكون لديك، وقد يساعد أيضا في تقليل الضرر الذي يلحق بالكبد حتى لو لم تفقد أي وزن بنجاح، وفقا لـ Bupa.



ويضيف المعهد الوطني للسكري وأمراض الجهاز الهضمي والكلية: "سياساتك طبيبك عن عوامل

Liver Trust.

وقالت المؤسسة: "على الرغم من أن هذه الأعراض قد تبدو مختلفة جدا، نظرا لأن الكبد مسؤول عن العديد من الوظائف المختلفة، إذا توقف عن العمل بشكل صحيح، فقد ينتج عن ذلك مجموعة من المشاكل".

كيف يقوم الأطباء بتشخيص مرض الكبد الدهني غير الكحولي؟

وفقا للمعهد الوطني للسكري وأمراض الجهاز الهضمي والكلية (NIDDK)، يستخدم الأطباء التاريخ الطبي للمريض والفحص البدني واختبارات لتشخيص مرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD).

ويبحث الطبيب عما إذا كان للمريض تاريخ من الحالات الصحية التي تجعله أكثر عرضة للإصابة بمرض الكبد الدهني غير الكحولي، مثل: زيادة الوزن أو السمنة، مقاومة الأنسولين أو داء السكري من النوع الثاني، ارتفاع مستويات الدهون الثلاثية

وفقا لهيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية (NHS)، فإن تليف الكبد هو المرحلة الأكثر شدة، والتي تحدث بعد سنوات من الالتهاب. وإذا كنت مصابا بتليف الكبد، فإن "الكبد ينكمش ويصبح متندبا ومتكتلا"، كما أوضحت الهيئة الصحية.

وهناك عدد من "الأعراض الحمراء"، التي تشير إلى أنك وصلت إلى هذه المرحلة الحادة من مرض الكبد الدهني غير الكحولي، كما توضح مؤسسة British Liver Trust.

- 1 - حمى مصحوبة بارتفاع في درجات الحرارة ورجفة، وغالبا ما تكون ناجمة عن عدوى
 - 2 - ضيق في التنفس
 - 3 - تقيؤ الدم
 - 4 - براز داكن جدا أو أسود اللون
 - 5 - فترات من الارتباك الذهني أو النعاس
- وإذا كان لديك أي من الأعراض التالية يجب زيارة الطبيب على الفور، بحسب مؤسسة British

هل تعاني من دهون البطن؟

5 نصائح تساعدك على التخلص منها دون رجيم أو رياضة

دهون البطن هي مجموعة من الدهون الحشوية العنيدة التي ليست فقط غير جذابة، بل مقلقة للغاية عندما يتعلق الأمر بصحتنا، واستهدافها للتخلص منها يختلف عن التخلص من الوزن الزائد بشكل عام. وحسب صحيفة "تايمز أوف إنديا"، فهناك خطوات بسيطة تساعدك على التخلص من هذه الدهون دون أي مجهود. وعرضت الصحيفة بعض الطرق التي يمكنك من خلالها حرق دهون البطن دون اتباع نظام غذائي وحتى ممارسة الرياضة.



يومية وإدارة التوتر بكفاءة. 4- تحكم في وضعيتك سواء كنت تعمل أو تقوم بأي شكل آخر من أشكال العمل، فمن المهم أن تتحقق من وضعيتك. غالبا ما تتجاهل الضرر الأكثر وضوحا الذي تسبب فيه لأنفسنا نتيجة وضعية الجسم الخاطئة. يمكن أن تكون دهون البطن نتيجة لذلك. يساعدك التمسك بوضعية جيدة على إشراك عضلات المعدة ومنطقة البطن أيضا.

5- اشرب الكثير من الماء الماء جزء مهم من رحلتنا لفقدان الوزن. من خلال بدء يومك بشرب كوب من الماء أو تناول كوب من الماء قبل الوجبة مباشرة، يمكن أن يربط جسمك، ويعزز التمثيل الغذائي في الجسم، وهذا بدوره يشجع جوعك ويبيحك ممثلا لفترات أطول من الوقت. يمكنك أيضا تناول شاي الأعشاب الدافئ أو الماء العذب بالليمون، مما يقلل من جوعك.

كل ببطء وامضغ طعامك بشكل جيد عندما تتناول وجبتك، تذكر أن تأكل ببطء وأن تمضغ طعامك بشكل صحيح. يساعدك هذا على تكسير طعامك بشكل أكثر كفاءة، مما يسهل هضمه في معدتك. إلى جانب ذلك، يضمن الهضم الأفضل شيئا أفضل لفترات أطول من الوقت. 3- تحكم في التوتر ونم بشكل كاف غالبا ما تعيق قلة النوم عملية فقدان دهون البطن. توصلت الأبحاث إلى أن قلة النوم لدى الأشخاص يمكن أن تؤدي إلى زيادة كبيرة في الوزن وقد تجعل من الصعب عليهم تقليل دهون البطن. قلة النوم يمكن أن تؤدي إلى التوتر وتسبب أيضا ارتفاع مستوى الكورتيزول (هرمون التوتر) لديك وتزيد أيضا من الرغبة الشديدة في تناول الأطعمة عالية السعرات الحرارية. لذلك، من المهم التأكد من حصولك على ما لا يقل عن 7-8 ساعات من النوم

1 - التحكم في كمية الطعام هو المفتاح واللجوء إلى الأطباق الأصغر حجما يعني التحكم في كمية الطعام على طبقك وإبقاء تناول الطعام تحت السيطرة. في كثير من الأحيان، نميل إلى الإفراط في تناول الطعام، مما قد يؤدي إلى زيادة السعرات الحرارية وزيادة الوزن بشكل غير ضروري. بمساعدة التحكم في الكمية لا يمكنك فقط خسارة بعض الكيلوغرامات والحفاظ على السعرات الحرارية الزائدة، ولكن يمكنك أيضا فقدان بعض دهون البطن والحفاظ على وزن صحي على المدى الطويل.

2 -



محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العقد ١٣٣٧٣ بتاريخ ٢٤/١٠/٢٠٢١
اعلان بالنشر
٢٠٢١/٢٠٢١/٧٢٥١ تنفيذ تجاري

إعلان وتكليف بوفاء للنشر
تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المتخذ ضددهما ١/ - جي اس 4 لخدمات الحراسة ش.م.م. - ٢- أيوب بن مروهون
بن غريب السدي - مجهولي محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/ماي هوم للمعروضات ملاتها/درويش محمد سالم
المقابي
قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به
وقدره (٢٤٧٧٢٠,٧٠) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة .
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام
بأقرار/الذكور خلال ٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

[illegible][illegible]



GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي

محاكم دبي



DUBAI COURTS

الغرفة

العدد ١٣٣٧٢ بتاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٤

اعلان بالنشر

٢٠١٩/١٠/١٤٤٢ تجاري كلي

تفاصيل الاعلان بالنشر

١- مرجع معجمة فضيلة الخبيلي - مجهول محل الإقامة
 بمان الدعي عليه : صالح بن جميل بن صالح ملائكة
 قد أقام عليه الدعوى وموضوعها الزم الخصم الدعي الاول الخصم الدخلى السابع بتقديم
 المستندات التي تدعي ويدهم والحكم على الخصم الدعي الثالثة الاعلى والخصم الدخلى الثاني بطلان
 رفض الاعلان وتحدد بين الهمم المورخ في ٢٠١٩/١٠/١٤ والحكم على الخصم الدعي الثانية بطلان
 وضع الاعلان وتحدد بين الهمم المورخ في ٢٠١٩/١٠/١٤ والزوام شركات الخليليين بن الثالثة و
 الساسية لتقبل الاعلان جميع الهمم وعددها (٢٩,٧٠٠,٠٠٠) درهم هـ لاسم الزوام الدعي
 الاول بان يوزي له مبلغ وقدره (٢٥,٨١٠,٠٠٠) درهم وبلغ (٦,٨٩٠,٠٠٠) درهم
 والزوامهم بالتضامن والتكافل بكافة الرسوم والصاريف وغباريات انجاب الحاماة.
 وحددت له على اليوم الاحد الموافق (٢٠٢١/١٠/١٣) الساعة ٩:٠٣ صباحا في قاعة التقاضي عن
 بعد لذا تاتت بمقتضى بالنصوص من ميعلت قانونا وبالمعنى بتقديم من تدرك من مذكرات و
 مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام في الاقل.

رئيس القسم



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة التنفيذ



محاكم دبي
DUBAI COURTS

الغفر

العدد ١٣٣٧٣ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢٠

إعلان بالنشر

٢٠٢٤/١٠/٢٠ تنفيذ تجاري

إعلان وتكليف بوفاء بالنشر

تفاصيل الإعلان بالنشر

إلى المفتض ضدهما/ ١- شركة تقنية الأبراج للمقاولات ذ.م.م - دبي فرع ٢ - بهارات
 كوامر موفتي لال ٣- فوزي عماد الدين عبدا الحسين - مجبولى محل الإقامة

بما أن الطالب التنفيذ/أكسيد/ لايتوكريت ملوكة لأكسيد الصناعية ذ.م.م - شركة
 الشخص الواحد ذ.م.م

قد أقام عليك العموى التنفيذى المذكورة أعلاه والتزامك بدفع المبلغ المنفذ به
 وقدره (١٣٣٧٣,٣٣) درهم إلى طالب التنفيذ أو خزينه المحكمة .

وعليه فإن المحكمة ستباشر الإجراءات التنفيذية بحق في حالة عدم الالتزام
 بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العقد ١٣٣٧٢ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢٠١
إعلان بالنشر
٢٠٢٤/١٠/٢٠١ ٧١٠٠ تنفيذ تجاري

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
تفاصيل الإعلان بالنشر

الفصل النفذ صهما ١- / شركة تقنية الابراج للمقاولات م.م - فرع بي - ٢ فواز
عماد الدين عبيدا الحسين عبدالله - مجبوهي محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/ شركة اكسيد بريميم للخطات الجافة الجاهزة مملوكة
لاكسيد الصناعية م.م.م - شركة الشخص الواحد م.م.م
قد قام فريق المعوى التنفيذيه المتكورة الاعاد والزامكم بدفع المبلغ النفذ به
وقدره (٢٣٣,٠٠) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذيه بحقك في حالة عدم الالتزام
بالقرار المذكور خلال ٥١ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة التنفيذ



محاكم دبي
DUBAI COURTS

الغفر

العدد ١٣٣٧٣ بتاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٤

إعلان بالنشر

٢٠٢١/١٠/٢٤ :٤٥٠٠ تنفيذ تجاري

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

تفاصيل الإعلان بالنشر

إلى التفتد ضدهم: ١- ج اس 4 لخدمات الحراسة ش.ذ م.م - ٢. أيوب بن مروهن بن غريب السعدي - مجهولي محل الإقامة

بما أن الطالب التنفيذ/ الاتجاه الاول للتجارة العامة م.م ح

قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به

وقدره (٦٧٧٧٠٠٢٠٠) درهم إلى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة .

وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقق في حالة عدم الالتزام

بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة



GOVERNMENT OF DUBAI

محكمة دبي

محكمة دبي الابتدائية



DUBAI COURTS

العدد ١٣٣٧٢ بتاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٤

اعلان وتكليف بالوفاء بالشهر

في التنفيذ رقم ٢٠٢١/٢٠٧/٧٤٠٠ تنفيذ تجاري

المطروقة : بـ، طرة، القاطنة رقم ١٨٥

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر بـ الدعوى رقم ٢٠٢١/٢٠٧/٧٤٠٠ تجاري جزئي، بسداد المبلغ المتفق به وقدره (٨٠٩٦٣) درهم والمائدة القانونية بواقع % من تاريخ الاستحقاق الحاصل

تاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٩ وحتى تمام السداد شامل الرسوم والمصاريف.

الف

طالب التنفيذ : سرمد سامي الحويك

غرفة اعمار: رقم - بورصية - محام - شارع الاتحاد - مبنى الخيمة - شقة M3 - وكالة

المستوفى : تلفون ٥٨٧٥٨٧١ - الفاكس : ٤٦٩٤٥٠٠

السلطان ايلانه : ١- حزام المصطفى عبيدالله احمد - صفته : مفتد ضد

موضوع الاعلان : قد اقام عليكم الدعوى المذكورة اعلاه والزاعم بدفع المبلغ المتفق به وقدره (٧٣٧٣) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة



مملكة
السعودية
البحرين

محكمة دبي

محكمة دبي الابتدائية



محكمة
دبي
دبي
DUBAI COURTS

العدد ١٣٣٧٢ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢٠

اعلان بالطلبات المعدلة بالتشتر

في الدعوى رقم ٢٩/٢٠٢١/٢١ تجاري مصارف جزني

المطروحة في دائرة المصارف الجزرية رقم ٢٩

موضوع الدعوى : الزام الداعي بطلب بالتضامن والانفراد بدفع وفرة (٧٨٧,٢٣٨,٠٠٠ درهم

موضوع التضامن والف وماتين وضمانية وتلاوتون درهم - للمدعى القانونية بواقع ١٢ سنويا

من تاريخ رفع الدعوى الى تاريخ اتمام الحكم.

المصارف المصرف الامارات الاسلامي في الف.د

عنوان المرافعة : الزاموي - زورميد - بوره - دبي - مبنى بناية سيتي الفينو - الشارع ٧٠٣

الطلب اعلاهاه : ١- سرام ابوعلهر محمد عبدالله بن هويدن كتيبه

موضوع الإفلات : ادق اقام عليه الدعوى وموضوعها الزام الداعي عليه بالتضامن والانفراد بدفع مبلغ

وفرة (٧٨٧,٢٣٨,٠٠٠ درهم بمسمائة وماتون والف وماتين وضمانية وتلاوتون درهم - للمدعى والقائده

القانونية بواقع ١٢ سنويا من تاريخ رفع الدعوى الى تاريخ اتمام الحكم - وحصدت لها حسمه يوم الاثنين

الموافق ١٠/٢٠٢١/١١ الساعة ٨:٠٣ من طاعة القاضي عن بعد ادق ادق مكلف بالحضور او من ممثلك

قانونيا وعليك بتقديم اد دليلك من مذكراتك او مستندات للمحكمه.

رئيس القيس



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة التنفيذ



محاكم دبي
DUBAI COURTS

الغرفة

إعلان بالتشتر

٢٠١٧/٢٠٢١/٤٨٥٦: تنفيذ تجاري

العدد ١٣٣٧٣ بتاريخ ٢٤/١٠/٢٠٢١

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

تفاصيل الإعلان بالنشر

١- إلى المفتض ضدتهما/- شركة العطار للمقاولات م.م. - ٢- كامران محمود سعيد العطار - مجهول محل الإقامة

بما أن الطالب التنفيذ/ شركة الخلطة الجافة (بليكسيت) م.م. (سابقا)/ شركة بليكسيت للخلطة الجافة م.م. (حاليا)

قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٤٦٨١٥) درهم إلى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة .

وعليه فإن المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام

بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة التنفيذ



محاكم دبي
DUBAI COURTS

العدد ١٣٣٧٣ بتاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٤

إعلان بالنشر

٢٠٢١/١٠/٢٤ تنفيذ تجاري

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

تفاصيل الإعلان بالنشر

إلى المتخذ - ١/ كامران محمود سعيد العطار - مجهول محل الإقامة

بما أن الطالب بالنشر: شركة الخلطة الجافة (بلكست) م.م.م (سابقا/ شركة

بمستندات للخلطة الجافة: م.م.م (حاليا)

قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المتخذ به

وقدره (١٢٥٨٩٥) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة .

وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحق في حالة عدم الالتزام

بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبية



الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٣٧٣ بتاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٤

إعلان مدعي عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية المحكمة الابتدائية المدنية الإبتدائية
في الدعوى رقم ١٣٣٧٣/٢٠٢١/١٠٠٠٧٥٩٩ (جزئي)

إلى المدعي عليه: ليثا عبدالكريم علي حمود
مجهول محل الإقامة: الشارقة - الجبلانة

أجتول بالبحضور بجلسته ٢٠٢١/١٠/٢٤ أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة
الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير
الدعوى رقم ٨) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد - وتقديم مذكرة جوابية
على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة
ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلال- بوصفك
مدعي عليه.

حرب بتاريخ ٢٠٢١/١٠/١٨

مكتب الخدمات القضائية

 **الإمارات العربية المتحدة**
وزارة العدل

العدد ١٣٣٧٣ بتاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٤

إعلان مدعي عليه بالتشرف

لدى محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية الإتحادية
الدعوى رقم ٢٠٢١/٠٠٠٠٢٢١/٢٤ SHCFICILABMIN2021 عمالي (جزئي)

إلى: المرحوم للتجارة

مجهول محل الإقامة: الشارقة الدن القاسمية خلف شارع الاستقلال معرض رقم ١ ملك
أولاد سالم علي الحمود ٠٦٨٣٧٢٦٢٠٠ - ٥٩٩٨٨٧٧٠

تعليمك ابن المدعي/ منوجهر محمد عزيز نصوري - العنوان: محل الإقامة الشارقة
٥٠٤٢٣٨٠ - رقم الهاتف: ٥٠٤٢٣٨٠ **قام الداعي المذكورة أعلاه للمطالبة**
بتجديد الدعوى من الشطب - مطالبة مالية

لذا يتوجب عليكم الحضور أمام الدائرة دائرة اليوم الواحد العمالية الدائري التبريد
محكمة الشارقة الاتحادية صباح يوم الأحد الموافق ٢٠٢١/١٠/٢٤ الساعة ٩:٠٠٠ **لتقديم**
ماديلكم من دفاع ومستندات وفي حالة عدم حضوركم أو إرسال وكيل عنكم معتمد يتوب
عنكم فان المحكمة ستباشر الاجراءات القانونية في غيابكم.

مكتب الخدمات القضائية

 **الإمارات العربية المتحدة**

وزارة العدل

العدد ١٣٣٧٢ بتاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٤

إعلان منقذ ضده الناشئ

محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - رقم سيز سيبر مأنجيميت م ج-م.

أرهبنت شيبينك رقم ٢-

إخطار دفع لل قضية رقم ٢٠٠٠٠٠٥٠٦٠٢ / SHEXCIPOR2 (جنزي)

إلى المحكمة عليه : ١ - سيف سيز سيبر مأنجيميت م ج-م. أرهبنت شيبينك اذك
حيث انه بتاريخ ذك صدر الحكم المحرق صوره عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ؛ انشيكب خدمات الضحن (بيي) ش.م.م.

**لل قضية المشار اليها أعلاه وبما أن المحكوم له المذكور ذك تقدم بطلب لتنفيذ الحكم
المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذ كالاتي : المجموع
الذي شامل الرسوم والمصاريف 252557 درهم مع الفائدة باو ٩% .
تلك على شكل بتنفيد ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (15)
يوما من تاريخ إعلانك / إعلانتكم بهذا الإعلان . وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن
المحكمة ستستخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا .**

المحكمة التنفيذية المدنية




حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٣٣٧٢ بتاريخ ٢٤/١٠/٢٠٢١
إنذار عدلي بالنشر
رقم: 8103/2021

المُنذَر: شيجياكوي ماري ساداسيفان - هندية الجنسية
 عنوانه: الامارات - امانة الشارقة - منطقة الحجاز - ت. 0526936195
 advsheeljas@gmail.com

المُنذَر الى: ميري ماري داس شيجيا - هندية الجنسية
 رقم الهاتف: 0557479094 - 0507479094 - مجهول محل الإقامة
 الموضوع: صيغة طلب اعلان بالنشر في الانذار رقم: 1/29917/2020
 يخطر المنذر النشر اليه باده مبلغ وقدره (126800) درهم وذلك خلال مدة اقصاها
 سبعة ايام من تاريخ النشر والى استيعاب المنذر لاتخاذ كافة الاجراءات القانونية التي
 تحفظ له حقه والطالبية بالتعويض المناسب عن اي عطل او ضرر مع تحميل المنذر
 اليه بكافة رسوم ومصاريف التقاضي واتعاب الحاماة.

الكاتب العدل



الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العقد ١٣٣٧٢ بتاريخ ٢٤/١٠/٢٠٢١

مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الابتدائية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم ١٠٠٠٧٥٦١/٢٠٢١ SHCIFICIP2021 أمر على عريضة

إلى : المحكوم عليه / الوادي الكبير لقنوات النكسية والارضيات

العنوان: ٩٨٩٨٩٣٨

خبركم علما بأنه بتاريخ لا يوجد ، قد حكمت عليكم هذه المحكمة في الدعوى
بالرقم أعلاه لصالح / محمد وريان مياة محمد عبدالرحمن بالنتاتي :
نص الحكم بعد الاطلاع على ملف القضية رقم ١٠٠٠٧٥٦١ لسنة ٢٠٢١ عرائض
مستجبل ومرفقاتها لذلك نأمر المتقدم صدها ان تسلم الطالب جواز السفر
الخاص به - حكما قابلا للتظلم.

الحكمة الابتدائية المدنية



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



المحاكم
DUBAI COURTS

العقد ١٣٣٧٢ بتاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٤

انذار عدلي بالنشر

رقم (2021/8555)

المُنذر : ايمان بنت عبد الكريم الدخلي
المُنذَر عليه : يونس قمبر علي مندي الاميري

مجهول محل الإقامة

الاحتياجه قام بعمل تجاري بين الطرفين قام المُنذر (التي يتاجر على شيك للمُنذَره صاصر عن مصرف الشارقة) بالانذار على المُنذَره بتاريخه 2021/7/25 بمبلغ 48500 درهم بتقديم الشيك المصرفه

تبين بان الحساب غير فعال

بناء عليه ، فإنه بموجب التفتيش باقائه، التالى واستناداً إلى المواد 62 و60 وما بعدها من قرار مجلس الوزراء رقم 57 (تعديل) بشأن اللائحة التنظيمية للقانون الاتحادي رقم (11) لسنة 1992 بشأن قانون الاجراءات المدنية، فإن المُنذَره تنذر المُنذر الشريك بصوره ضامه بالموجوبه المترتبة بمبلغ البالغ 48500 درهم إماراتي الشيك المثلث المبرج وذلك خلال (٥) خمسة أيام من تاريخ هذا الانذار والى استنضاح أسفين لاتخاذ كافة الاجراءات اللازمة وتحصيل الموجوبه الضامه والقانونيه وكافة التفتعات والتعويضات عن المُلغاة القانونيه في حال فشلكم في تسوية موضوع هذا الانذار واصراركم على الانتفاع عن مبلغ الاداء للمُنذَره.

الكتاب العدلي

[illegible]

محاكم دبي

محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٣٧٣ بتاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٤

اعلان بالشر

في الدعوى رقم: ٢٣٨٨/٢٠٢١/١١ مدني جزئي

المختصة في دائرة الدعاوى الجنائية رقم ٤٠

موضوع الدعوى : الخاطبة الزاوي مدني مبلغ وقدره (٩,٩٨١,٣٨١) درهم وعشرون اشترى واستعمله وأحد ضامون درهما وضمانية وقدره الف واربعمائة وخمسة وخمسون ألف درهم والحادثة رقم ١٣٢ من تاريخ الخاطبة وحتى التسديد الدعاوى

المسند الحكم مجموعة الامارات لاصالات (مجموعة الصالات) ح.م

عنوان الخاطبة الزاوي : د. مريم - شارع دبي سانس - دبي - الإمارات العربية المتحدة - ٤٠

info@al-zawaid.com

وبناء على ذلك، وأمامه هذه المحكمة، فإن الخاطبة الزاوي مدني مبلغ وقدره (٩,٩٨١,٣٨١) درهم وعشرون اشترى واستعمله وأحد ضامون درهما وضمانية وقدره الف واربعمائة وخمسة وخمسون ألف درهم والحادثة رقم ١٣٢ من تاريخ الخاطبة وحتى التسديد الدعاوى

موضوع الاعلان : اقام عليه الدعاوى المدني مبلغ وقدره (٩,٩٨١,٣٨١) درهم وعشرون اشترى واستعمله وأحد ضامون درهما وضمانية وقدره الف واربعمائة وخمسة وخمسون ألف درهم والحادثة رقم ١٣٢ من تاريخ الخاطبة وحتى التسديد الدعاوى

أدوات الاعلان : ادوات الاعلان المدني مبلغ وقدره (٩,٩٨١,٣٨١) درهم وعشرون اشترى واستعمله وأحد ضامون درهما وضمانية وقدره الف واربعمائة وخمسة وخمسون ألف درهم والحادثة رقم ١٣٢ من تاريخ الخاطبة وحتى التسديد الدعاوى

الترقيم بالاعلان والعدد رقم بمرامح الاعلان في تطبيق BOTIM المدني مبلغ وقدره (٩,٩٨١,٣٨١) درهم وعشرون اشترى واستعمله وأحد ضامون درهما وضمانية وقدره الف واربعمائة وخمسة وخمسون ألف درهم والحادثة رقم ١٣٢ من تاريخ الخاطبة وحتى التسديد الدعاوى

رقم: ٢٣٨٨/٢٠٢١/١١ - يوم: ٢٠٢١/١٠/٢٤ - وقت: ١٠:٠٠ صباحاً - في: ١٣٢ - من: الحضور: الزاوي على طرف مركز تقديم الخدمات (الضابط) لتقديم جوابكم على صحيفة الدعوى ومرفقاتها وما رزيت الدعاوى

رئيس القسم



جمهوری اسلامی ایران

GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



DUBAI COURT

العقد ١٣٣٧٢ بتاريخ ٢٠٢١/١٠/٢٤

اعلان حكم بالنشز

١٦/١٠/٢٠٢١ تجاري جزئي

بما ان محكوم له : شركة مازك هوسيتايتي ا.م.د - مجهول محل الإقامة

بما ان محكوم له : شركة طرازا العالمية لتجارة ا.م.د.

ويطلبه : عبد علي محمد باقر الهادي

لنتمكن بان المحكمة حكمت بحسبها المقتضى بتاريخ ٢٠٢١/٨/٨ بالزام المدعي عليها بان تؤدي التسعيرة مبلغ وقدره (٨٨٨,١٧٧,٥٩) درهم اعمالية وصلاية وضامون والضمانة وسبعة وسبعون درهما للخدمة وخمسون سلداً - والفائدة القانونية بواقع ٥ ٪ من تاريخ اقامة الدعوى إلى ٢٠٢١/٧/١ وحتى السداد التام مع ازمائها بالرسوم والصورقات وخمسائة درهم مقابل اتعاب المحاماة وقضت مازاد على ذلك من غلوم .

كما بمثابة الحضورى غياب لااستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.



رئيس القسم



•• دبي - د.محمود علياء

نظمت ندوة الثقافة والعلوم ضمن برنامجها الثقافي جلسة نقاشية بعنوان ”الملصق وسبلة للتواصل الثقافي والاجتماعي“ حضرها معالي محمد المر رئيس مجلس إدارة مكتبة محمد بن راشد وبلال البدور رئيس مجلس الإدارة ود. صلاح القاسم المدير الإداري ود. نجاة مكي ونخبة من المتخصصين والمعنيين.

منوعات

الفكر

26

الملصق وسيلة للتواصل الثقافي والاجتماعي في ندوة الثقافة والعلوم



شارك في الجلسة هشام المظلوم أول مصمم إماراتي تخرج في جامعة الإمارات عام 1985 وأنجز عشرات الشعارات والبوسترات منها شعار تلفزيون الشارقة، وكان رئيساً لجمع الشارقة للفنون. وخالد الجلاف رئيس جمعية الإمارات لفن الخط والزخرفة الإسلامية، ونائب رئيس تحرير مجلة حروف عربية الصادرة من ندوة الثقافة والعلوم والمتخصصة في فن الخط العربي. ود. عرفات النعيم أكاديمي وفنان جرافيك ومصمم ومنسق مشاريع دولية في الفنون البصرية، وتاج السر حسن فنان تشكيلي وخطاط ومصمم حروف طباعية وباحث في مجال الخط العربي.

أدار النقاش الروائي ناصر عراق وذكر أن عام 1798 قد يكون أول معرفة للعرب بفن البوستر عندما هبط نابليون أرض مصر ومعه 400 ألف جندي فرنسي واستطاع فرض شروطه وأوامره في مصر من خلال البوستر الذي يضم قرارات نابليون بلغة عربية بسيطة ومزودة ببعض الرسومات ومعلق على مداخل وأبواب الحارات المصرية، وبعدها عرف الناس الصحافة وفن البوستر مع وجود الفرق المسرحية منذ بداية الربع الثاني من القرن الـ19.

وأكد هشام المظلوم أن مدارس فن التصميم تضم خمس فروع منها التصميم المعماري والصناعي وثلاثي الأبعاد والأزياء والمجوهرات والجرافيك (الحضر)، والعناصر الأساسية للتصميم من الناحية الفنية تعتمد على الفكرة المطروحة وبساطتها وقوة التصميم والمضمون ومدى ارتباطه بالحدث، والقراءة السريعة له. أما الجانب التقني فيفضل ألا يتعد التصميم أكثر من 3 ألوان، وأن يكون سهل التحول إلى اللونين الأسود والأبيض مع المحافظة على الضموم والقراءة وقوة الوضوح، وأن يخضع للتصغير والتكبير دون أن يفقد معالنه الرئيسية.

وأضاف المظلوم أن الملصق لابد أن يجيب على أسئلة (ماذا وأين ومتى؟) وفي الجانب المقابل لابد أن يكون هناك ابتكار وجودة في التصميم والإبداع الفني، والمصنف غالباً ما يعالج موضوع معين لجمهور مستهدف في مختلف المجالات ثقافياً أو اجتماعياً أو اقتصادياً أو رياضي...

وللملصق قياسات عدة منها ملصق الشارع الذي لابد أن يكون مبسط وواضح، أما ملصق النافذة فيعتمد على المعلومة والتفاصيل للمعلن عنه.

وأوضح المظلوم أن أول ملصق عالمي صمم في لندن في القرن الخامس، وأقدم ملصق مطبوع في فرنسا منذ عام 1477 ويحتوي على الضرائب والمكليات، وتعتبر بدايات الملصق الحديث في القرن التاسع عشرة مع بداية ظهور الطباعة التي روجت لهذا الفن. وذكر المظلوم أن هناك دول عربية محورية

لها دور مهم في فن تصميم الملصق وتعتبر مصر لها الريادة في هذا الفن، ومع استخدام الخط في عصر محمد علي تطور فن الملصق وزاد حضوره مع الوقت في المسرح والصحافة وازدهار الطباعة، كما كان للبنان والعراق دور مهم في فن الملصق، وكان يقام معرض سنوي لفن الملصق العراقي وفن الملصق العربي. وكان للمسرح دور مهم في بروز فن الملصق من خلال الإعلانات المسرحية والسينمائية. وأكد المظلوم أن الملصق السياسي أكثر تأثيراً في هذا المجال وهذا ما نراه في الملصقات التي تتطرق للقضية الفلسطينية.

وكان لهجرة بعض الفنانين العرب دور مهم في تطوير فن الملصق من خلال الاطلاع على تجارب جديدة، وتعد إيران من الدول الإقليمية التي تعمل في مجال فن تصميم الملصق بشكل قوي ومبتكر وتنظم سنوياً معرضاً للملصق الإيراني الذي يستعرض بيئتهم ويتطور فن الخط الذي تشتهر به.

وعن تاريخ الملصق في الإمارات ذكر المظلوم أنه قبل تأسيس الدولة كان للوجود الهندي في المنطقة دور في التعريف بفن الملصق من خلال الإعلانات الخاصة بالمعارض السينمائية أو اشربة الكاسيت ومع ازدهار الطباعة والاستقرار الاقتصادي والنمو في دولة الإمارات أصبح للملصق حضور قوي ومبهر من خلال المؤسسات التعليمية والأكاديميات التي تدرس فن الملصق ومنه الجامعة الأمريكية وكليات التقنية وجامعة زايد ولكن المشكلة عدم دراسة فن الخط العربي مع التصميم حتى يتم المزج بينه الخط وتصميم البوستر بشكل مبتكر وأصيل. وأكد على أهمية تركيز التصميم على إيجاد خط عربي يتناسب مع هويتنا العربية. واستعرض المظلوم جهود جمعية الإمارات للفنون التشكيلية في تنظيم معارض لفن الملصق وهناك معارض تخصصية للجامعات

منفردا ضمن الملصق العربي، وأن المزج بين الحرف العربي والتصميم اللاتيني لإضفاء جمالية وقوة وعراقية على التصميم. وتناول الدكتور عرفات النعيم في مداخلته دور الملصق وعلاقته بالوعي وبالتحولات الاجتماعية ووسائل استخدامه في تعزيز الثقافة البصرية. فالملصق شكلاً من أشكال التواصل البصري لتبادل المعلومات، والأفكار، والاستجابة للقضايا المحلية والعالمية وتعزيز المنتجات والخدمات. ويعتبر أكثر أشكال الجرافيك المعاصر قوة وأكثرها تأثيراً. وناقش تجربة الملصق في المنطقة العربية انطلاقاً من الملصقات المسرحية والسينمائية في بداية القرن العشرين والملصق السياسي في الستينات والسبعينات والثمانينات وأبرز معارض الملصق التي تم تنظيمها في المنطقة من المعارض الدولية للملصقات الحائطية ببغداد - عام 1979، ومعرض أفضل مئة ملصق عربي ومهرجان الإمارات الدولي للملصق.

وأشار إلى أن مهرجان الإمارات الدولي للملصق يعد التجربة الأبرز في هذا المجال لاستمراريته واستقطابه لأعلام فن الملصق في العالم اليوم ولكونه إطاراً إبداعياً أطلقتته ندوة الثقافة والعلوم بدبي لتعزيز مكانة التصميم والابتكار في دولة الإمارات العربية المتحدة والشرق الأوسط وشمال إفريقيا، وتعزيز التواصل والتبادل الإبداعي مع الثقافات الأخرى، وتعميم ثقافة التصميم والابتكار. وهو كذلك وللتعريف بالمتنجز الثقافي والإبداعي الإماراتي والعربي محلياً وإقليمياً ودولياً، ولتعزيز وسائل التعبير البصري وممارسة التصميم الجرافيكي والتفكير الإبداعي.

منذ البداية كان مهرجان الإمارات للملصق جزء من أسبوع التصميم في دبي فالدورة الأولى كانت حول ”عام التسامح“ واستقطبت 365 مصمماً من أكثر من 200 دولة، والدورة

الثانية كانت حول موضوع الأمل واستقطبت 170 مصمماً من 56 دولة. والدورة الثالثة للمهرجان تنظم هذا العام وتتراهن مع ”دبي إكسبو 2020“ وموضوعها ”تواصل العقول وصنع المستقبل“ وأسبوع التصميم في دبي 2021. ويضم المعرض 192 ملصقاً لأعلام فن الملصق في 52 دولة وهو عدد الدول المشاركة في ”دبي إكسبو 2020“.

بعد ذلك تناول بالتحليل أبرز التجارب العربية والعالمية في مجال الملصق وناقش وسائل النهوض بهذا الفن في المنطقة العربية وأشد بالدور الذي تقوم به ندوة الثقافة والعلوم في دعم هذا الفن ولسعيها لتأسيس متحف للملصق واقتناء أفضل الأعمال العالمية وإتاحتها للجمهور للاطلاع عليها والإفادة منها.

وذكر تاج السر حسن الملصق أو البوستر في وقتنا الحالي هو واحد من نماذج التصميم الجرافيكي (الرقمي)، وله ضرورة/ أهمية/ وفاعلية في جذب انتباه الجمهور.. الجمهور ويساعد في مزيد من الفهم والذائقة الشعبية، لرسالة محددة (سياسية/ اجتماعية)، (إعلامية/ توعوية)، (تجارية، تسويقية)، أو (للإبهاج والمتعة entertaining).

وللملصق استخدامات في الوسائل التعليمية من المطبوعات المعلقة والملصقة، وله رسالة النصية/ التصويرية قد تأتي مركزة أو مختزلة في كونها من الصورة/ الرسم/ الجرافيك ومن الإشارة النصية TEXT.

وأضاف تاج السر عن تأسيس (الرسالة/ الملصق) أو بلورته (كرسالة) تواصلية لها تاريخ في الحضارة الإنسانية منذ قوائن حورابي والنصوص البابلية. والنقوش وكتابات الحضارة المصرية. والمعلقات الشعرية على أستار الكعبة، وهناك أمثلة كثيرة عبر القرون..

انتجت كمخطوطات منها الفرمانات العثمانية المعروفة. ويعزى تطور هذه الرسالة وانتشارها إلى بعد تأسيس تقنية الطباعة والتقدم في صناعة الورق بعد القرن الخامس عشر، حيث صار ممكناً طباعة العديد من النسخ من رسالة واحدة وتوزيعها أو لصقها.

وذكر تاج السر حول مدى إفادة التطورات التقنية في انتشار الملصق على مستوى الجموع من خلال التطورات التقنية من تطبيقات رقمية واستخدام للفيديو (الصورة المتحركة)، وطرق البث عبر وسائل التواصل الاجتماعي والعديدة والمنافسة من الفيس بوك إلى الإنستغرام التي فتحت آفاق كبيرة للملصق وسرعة من وصول الرسالة، بالإضافة

وأكد أن الملصق (كمصطلح) لم يعد ملصقاً إلا في دائرة محدودة، وأضحى إعلاناً رقمياً قد يجيء متبوعاً بمطبوعات، ومعلومات مطبوعات التسوق تصلنا الآن على الموبايل. واستعرض المشاركين نماذج من الملصقات والبوسترات الفنية التي تبرز مراحل تطور مفهوم الملصق، وكانت التوصية الجماعية لدى المشاركين أهمية إبراز الهوية والخط العربي في تصميم الملصق.

وأكد معالي محمد المر أن فن الملصق لم يلق اهتماماً يليق به على المستوى العربي، فالمنتج العربي ضعيف مقارنة بنظيره عالمياً، وأشد بجهود ندوة الثقافة والعلوم في التعريف بفن الملصق من خلال مهرجان الملصق الذي نظمته الندوة في دوراته السابقة، إلا أن تلك الجهود بحاجة إلى مزيد من الإبراز، والحضور الجماهيري سواء بالمعرض الحي أو عبر التقنيات ووسائل التواصل، وهذا يفرض تحديات على مصممي الملصق.

وأكد معاليه أن فن الملصق من الفنون الهامة والتي تحتاج إلى متابعة ومزيد من البحث والدراسة لأنها تعبر عن حالات وأوضاع اقتصادية وثقافية وسياسية واقتصادية عدة.

يومي 8 و 9 نوفمبر المقبل

«هيئة الشارقة للكتاب» تستضيف 50 خبيراً من 20 مكتبة وطنية في «قمة المكتبات الوطنية»

التواصل والتعاون الدولي.

برنامج القمة

يضمن برنامج القمة الذي يستمر على مدار يومين، أربع جلسات نقاشية، حيث تستهل أولى أيامها بجلسة بعنوان ”دور الاتصالات في تعزيز المكتبات الوطنية“ وتتمحور حول سبل تشجيع المستخدمين على العودة إلى المكتبات الوطنية بعد جائحة كورونا، فيما تقام الجلسة الثانية بعنوان ”تفعيل مشاركة المستخدمين الرقميين.. وتبدأ فعاليات اليوم الثاني بجلسة بعنوان ”تأثير على المجتمع والاستراتيجيات الوطنية“، تليها جلسة بعنوان ”التعاون والشراكات بين المكتبات الوطنية“؛ كما تستضيف القمة أربع لقاءات تعريفية لإتاحة الفرصة أمام المشاركين للبحث في أوجه التعاون وبناء الشراكات فيما بينهم.

وتعقد ”قمة المكتبات الوطنية“ بالشراكة مع جمعية المكتبات الأمريكية، وبرعاية كل من قسم المكتبات الوطنية التابع للاتحاد الدولي لجمعيات ومؤسسات المكتبات (إفلا)، والاتحاد العربي للمكتبات والمعلومات.

•• الشارقة-الفجر:

بالنظر من فعاليات الدورة الأربعين لمعرض الشارقة الدولي للكتاب، تستضيف هيئة الشارقة للكتاب في مقرها بالإمارة، ”قمة المكتبات الوطنية“ يومي 8 و 9 نوفمبر المقبل، بمشاركة 50 خبيراً من 20 مكتبة وطنية في أوروبا وأمريكا الشمالية وإفريقيا والشرق الأوسط. وتأتي القمة التي تقام تحت شعار ”الحضور، التفاعل، التأثير، والتعاون“ في إطار الجهود التي تبذلها الهيئة للنهوض بواقع مصادر المعرفة، حيث تفتح باب الحضور مجاناً لجميع المشاركين بهدف إتاحة المجال لتبادل الأفكار والخبرات، والعمل على استكشاف التحديات التي تواجهها المكتبات الوطنية.

وسيقوم المشاركون في القمة بتحليل الوضع الحالي لتنظيم عمليات المكتبات الوطنية، ومناقشة التحديات التي يواجهها المتخصصون خلال عملية تشكيل مجموعات الكتب وتدوين الشروحات والملاحظات، والبحث عن أساليب عملية معالجة تلك التحديات، والتعرف على مناهج جديدة في إدارة المكتبات، إلى جانب تعزيز فرص



منوعات الفكر 27



ياسمين صبري تبدأ تصوير (حلم ليال)

استقرت الفنانة ياسمين صبري على مسلسل "حلم ليال" لتتود من خلاله لسباق رمضان بعد غيابها العام الماضي، وكانت تعاقدت عليه مع شركة "سينرجي"، ومن المقرر انطلاق تصويره منتصف شهر نوفمبر المقبل، بعد الاستقرار على أبطاله والتعاقد معهم.

ويواصل حاليًا المؤلف محمد عبدالمعطي كتابة السيناريو والحوار الخاصين بالمسلسل، أما فكرة العمل نفسها فهي لبطلته العمل ياسمين صبري، وتجري حاليًا الشركة المنتجة مفاوضات مع أكثر من مخرج ليتولي مهمة العمل، ويبدأ ترشيح باقي الأبطال بجانب ياسمين صبري وتحديد أماكن التصوير الخاصة بالمسلسل لئلا انتهاء منه قبل انطلاق موسم رمضان.

ويسجل مسلسل "حلم ليال" التعاون الثاني الذي يجمع ياسمين صبري بالسيناريست محمد عبدالمعطي بعدما قدما سوياً "حكايتي" في شهر رمضان 2019، والذي خاضت به ياسمين أولى بطولاتها المطلقة في الدراما التلفزيونية وحقق نجاحاً كبيراً وقت عرضه.

آخر أعمال ياسمين صبري

ياسمين صبري شاركت في الموسم الرمضاني قبل الماضي، بمسلسل "فرصة ثانية"، وشارك في العمل نخبة كبيرة من نجوم الفن منهم أحمد مجدي، دياب، أيتن عامر، هبة مجدي، إدوارد، محمود البزاوي، هبة عبدالحفي، سارة الشامي، أحمد الشامي، نهال عنبر، عمر الشناوي، محمد جمعة وقدمت خلال المسلسل دورا مختلفا من خلال فتاة تتعرض للخيانة وتقرر الابتعاد عن الطرف الآخر ومن ثم تحدث مشكلات كبيرة للطرفين وخلال الحلقات الأخيرة تتكشف الأمور وتعود العلاقة إلى طبيعتها بعد معرفة كل طرف للحقيقة.

يشار إلى أن ياسمين صبري أشارت الجدل مؤخراً بعد تصريحاتها الأخيرة في حوارها مع أحد المجلات العالمية، حيث قالت في تصريحها للمجلة "لم تكن لدي خبرة جيدة في العمل، وبدأت بالفعل أؤمن بكلام الناس بأنني مجرد وجه جميل، وأنني شخصية محظوظة، وقلت لنفسني هذا صحيح قدمت مسلسل في رمضان منذ عامين ولم أكن أهتم وكنت أقول الناس سيأشاهدوني على أي حال، فلم أكن أركز حقاً فيما أقدم، أود البحث عن قصة جيدة، لأن بداخلي موهبة، ولهذا بحثت عن عمل جيد فلم أجد ولهذا فقد ابتعدت العام الماضي، وهناك حقاً مشكلة في إيجاد نص جيد، وهذا دفعني لأن أقوم بكتابة قصة مع مجموعة من الكتاب منذ مايو الماضي، ويمكنني القول إنني مؤلفة القصة".



عاد المطرب أحمد العطار، بقوة إلي الوسط الغنائي في شكل جديد، بعد فترة غياب، ليتفاعل معه الجمهور عقب طرح أغنية "مهما تبعد"، والتي حققت نجاحاً جماهيرياً كبيراً، في هذا الحوار يكشف لنا العطار كواليس تحضيره للأغنية، وسر غيابه عن الفن، وغيرها الكثير من التفاصيل..

الاحتكار يدفن المواهب

أحمد العطار: مقياس نجاح أي عمل هو الجمهور

عناصر النجاح وفضلا عن ذلك أنا وفريق العمل بذلنا مجهود كبير حتى تظهر بشكل مختلف.

• ما مقياس نجاح أي عمال فني تقدمه؟

- في الواقع مقياس نجاح أي عمل هو الجمهور في الشارع والأصدقاء المقربين.

• من وجهة نظرك هل الإحتكار يدفن المواهب؟

- بالتأكيد الإحتكار يساهم بشكل كبير في دفن مواهب كثيرة، وكان سر غيابي هو مشاكل إنتاجيه ولكن تم الصلح وإنهاء كل الخلافات وبإذن الله الفترة القادمة سيكون هناك حالة من النشاط الفني سيلحظها الجمهور.

• وماذا عن تفاصيل الميني ألبوم الذي تحضر له؟

- الميني ألبوم يضم 5 أغاني تم طرح أغنيتين منهم الأولى بعنوان "قدرني أقدرك" وهي من كلمات هاني فؤاد، وألحان محمد مجدي وتوزيع طارق عبدالجابر، والثانية أغنية "مهما تبعد".

أما الأغنية الثالثة تحمل عنوان "قد التحدي"، وهي من كلمات هاني فؤاد، وألحان محمد مجدي، وتوزيع طارق عبدالجابر، والأغنية الرابعة تحمل اسم "احساس"، وهي من كلمات مؤمن راجع، ولحن وتوزيع محمد راجع، والأغنية الخامسة تحمل عنوان "كل اللي قولتيه" كلمات محمد

• في البداية.. حدثنا عن كواليس أغنية "مهما تبعد"؟

أغنية "مهما تبعد"، من كلمات هاني عبدالكريم، وألحان وليد سعد، وتوزيع كريم عبدالوهاب، وتم تسجيلها منذ عام وهي إنتاج شركة مزىكا، ولظروف إنتاجيه تم تأجيل طرحها، وتم إعادة توزيعها وطرحها من جديد وهي ضمن ميني ألبوم أحضر له وسيتم طرحه خلال الفترة المقبلة.

• وماذا عن ردود الأفعال حول الأغنية؟

- سعيد للغاية بردود الأفعال فجميعها إيجابية والأغنية نالت إعجاب عدد كبير من الجمهور، ومن أبرز التعليقات التي جاءت لي "رجعتنا لأيام المزيكا الجميلة"، "مهما تبعد.. مزيكا نظيفه"، وغيرها من التعليقات التي أسعدتني للغاية وفافت جميع توقعاتي، وأتوقع لها نجاح أكثر من ذلك خلال الفترة المقبلة.

• بعد طرحها بأيام حققت الأغنية نجاحاً كبيراً.. ما سر هذا النجاح؟

- هناك عدة عوامل تساهم في نجاح الأغنية وهي الكلمات والألحان والتوزيع، وهذه التوليفه من أهم العوامل التي تعطى مؤشرات نجاح أي أغنية، وعند تحضيري لـ "مهما تبعد" حرصت على توفير كل



بعد غياب 25 عاماً

تفاصيل عودة سيمون إلى الساحة الغنائية مجدداً

وعندما قدمت سيمون أغنية "مش نظرة وابتسامه" حصلت على إعجاب الكثيرين، وكان على رأسهم الفنان محمد صبحي، الذي رأى فيها كارمن التي طالما بحث عنها، حيث كان يجهز حينها لمسرحية "كارمن"، وقال في نفسه "هذه كارمن"، وسرعان ما تواصل معها، وعرض عليها العمل معه في المسرح، ووافقت سيمون على الفور ليكون أول عروضها معه.

يذكر أن الفنانة سيمون، شاركت في الدراما التلفزيونية بمسلسل "قيد عائلي" الذي عرض في 2019 وينتمي إلى نوعية الدراما الطويلة 45 حلقة وشارك في بطولته عدد كبير من الفنانين بوسى، عزت العلايلي، محمد رياض، نضال الشافعي، صبرى فواز، منة فضالي، صلاح عبد الله، دينا فؤاد، دنيا عبد العزيز، ريم البارودي، محمد نجاتي،

أعلنت النجمة سيمون، عودتها للساحة الغنائية مجدداً، وتحضيراتها الخاصة لطرح أغنية جديدة على طريقة السيجل، خلال الفترة القليلة القادمة، وذلك بعد غياب دام نحو 25 عاماً منذ طرح آخر أعمالها الغنائية الشهيرة (مش نظرة وابتسامه). ونشرت (سيمون) صورة لها أثناء تسجيلها للأغنية الجديدة، داخل أحد الاستديوهات، وذلك عبر حساباتها الرسمية على مواقع التواصل الاجتماعي (فيسبوك) و(تويتر)، وعلقت عليها قائلة: "أغنية جديدة قريباً يارب تعجبكم"، ولم يكشف عن أي تفاصيل أخرى حول الأغنية؛ سرعان ما انهارت التعليقات من جمهورها ومحبيها معربين عن سعادتهم البالغة بعودتها داعين لها بالتوفيق في كل خطواتها المستقبلية.

سيمون عبر حساباتها الرسمية وكانت الفنانة سيمون غابت عن الساحة الفنية منذ تسعينيات القرن الماضي وتحديداً عام 1996 عندما طرحت آخر أغنية لها بعنوان "مش نظرة وابتسامه" وتعد هذه الأغنية من أشهر أغنيات سيمون، وهي من كلمات محمد ناصر علي، وألحان وجيه عزيز، وتم تصويرها بطريقة الفيديو كليب، وتقول سيمون عن هذه الأغنية في أحد المقامات التلفزيونية: "أندكر أن موافقتي على أغنية (مش نظرة وابتسامه) جاءت بسبب كلمة واحدة وهي (لا تخاف ولا أتحنى)، فأنا هذا الشخص الذي يفكر بتلك الطريقة في اختيار الأعمال".



كيف تؤثر درجة الحرارة في الأجسام المضادة بعد التطعيم؟

ووفقا له، هذه الظواهر لا تشير بصورة مباشرة إلى نشوء الاستجابة المناعية. لأنه بعد تلقي جرعة اللقاح المسجل رسميا ينشأ مستوى ثابت للأجسام المضادة بغض النظر عن الظواهر بعد التطعيم مباشرة.

ويقول، "إذا لم يشعر الشخص بعد التلقيح بأي مشكلة، أي لم ترتفع درجة حرارته وما إلى ذلك، فهذا لا يعني أنه لن يتمتع بمناعة ضد المرض. كما لا يجوز القول، إن الشخص الذي ترتفع درجة حرارة جسمه ويرقد ثلاثة أيام بعد التطعيم، ستكون له استجابة مناعية عالية".

ويضيف الخبير، لا ينبغي أن يصبح الخوف من خطر هذه الظواهر مانعا للتطعيم، لأن عدوى الفيروس التاجي المستجد أخطر بكثير.

أعلن الدكتور نيقولاى كروتشكوف، أخصائي المناعة، أن البعض يعتقدون أن ارتفاع درجة حرارة الجسم بعد التطعيم تشير إلى فعالية الاستجابة المناعية. فما مدى صحة هذا الرأي؟

ويشير الخبير في حديث لراديو "سبوتنيك"، إلى أن ارتفاع درجة الحرارة بعد التطعيم ليست الظاهرة الوحيدة المحتملة بعد التطعيم.

ويقول، "يمكن أن يشعر الشخص بألم وتورم مكان التلقيح، وكذلك ارتفاع درجة حرارة الجسم، وضعف عام وتوعل. أي الأعراض التقليدية لأمراض البرد. وجميع هذه الأعراض مرتبطة بفعالية المناعة غير النوعية وقدرة منظومة المناعة الرد على المحفزات الخارجية غير النوعية".

مضاعفات السكري لدى الشباب حاليا أخطر مما كانت لدى أسلافهم

أظهرت نتائج دراسة طويلة الأمد أجراها علماء أمريكيون، أن مضاعفات النوع الثاني من مرض السكري لدى شباب هذا الجيل، أخطر من تلك التي كانت لدى أجدادهم.

وتشير مجلة New England Journal of Medicine، إلى أن هذا أصبح واضحا خصوصا على خلفية جائحة "كوفيد19-". لأن مرض السكري يعتبر من المضاعفات الخطيرة في علاج هذا المرض، علاوة على أن "كوفيد19-" نفسه يحفز السكري.

وقد توصل الباحثون إلى هذه الاستنتاجات في إطار دراسة "خيارات علاج النوع الثاني لمرض السكري لدى المراهقين والشباب" التي استمرت 15 عاما.

واقترح من هذه الدراسة، أنه بعد تشخيص المرض، ظهرت لدى 60 بالمئة من المشتركين فيها مضاعفات السكري، ولدى ثلثهم مضاعفات أكثر.

وتقول ماريا رياس، من مركز الصحة بجامعة تكساس في سان أنطونيو، "أدركنا خلال هذه الدراسة، أن النوع الثاني من مرض السكري لدى الشباب، هو أكثر عدوانية، مما كان عند أجدادهم".

وكان عمر المشتركين في هذه الدراسة عند بدايتها 15-17 عاما، وخلال السنتين الماضيتين شخصت إصابتهم بالنوع الثاني من السكري، وجميعهم يعانون من الوزن الزائد أو السمنة. وخلال 15 سنة كان هؤلاء يحصلون على علاج مجاني لمرض السكري، ومع ذلك أظهرت نتائج الفحوص مايلي: ارتفاع مستوى ضغط الدم لدى 67 بالمئة منهم؛ ارتفاع مستوى الدهون (الكوليسترول والدهون الثلاثية) لدى 52 بالمئة؛ أمراض الكلى لدى 55 بالمئة؛ أمراض عصبية لدى 32 بالمئة؛ أمراض العيون لدى 51 بالمئة منهم.

وتقول رiais، "هذه نتائج مؤلة فعلا عندما ترى شخصا في العشرينات من العمر يعاني من أمراض الكلى والعين أو غيرها من مضاعفات مرض السكري".

ويشير الباحثون استنادا إلى هذه النتائج، إلى أن خيارات علاج من هم دون 18 من العمر، ليست فعالة في السيطرة على المرض. وأن النوع الثاني من مرض السكري يرتبط بصورة مباشرة بنمط الحياة والعادات الغذائية للمصاب.

وتجدر الإشارة، إلى أن العلماء اختاروا المراهقين والشباب المشتركين في هذه الدراسة من مختلف فئات السكان، الذيم لديهم استعداد لتطور إصابتهم بالنوع الثاني من السكري. لذلك فإن نتائج الدراسة تعكس الوضع الحقيقي لانتشار المرض في المنطقة.

ويشير الباحثون، إلى أنه خلال فترة الجائحة ارتفع عدد الإصابات بالنوع الثاني من السكري.



المخرجة اللبنانية منية عقل والممثلة اللبنانية يمنى مروان في صورة مع الممثلتين جينا وشينا ريستوم خلال اختتام الدورة الخامسة لمهرجان الجودة السينمائي. ا ف ب

منوعات

الفكر

قرأت لك

الألياف الغذائية

الألياف نوع من الكربوهيدرات لا تستطيع إنزيمات المعدة تفكيكه ليتم هضمه، وهي العنصر الأساسي للإخراج. وهناك فوائد عديدة لأكل الكمية الصحية من الألياف مثل التخلص من السكر والكوليسترول الزائد في الطعام.

وتوجد الألياف في المكسرات والحبوب الكاملة والبقوليات والخضراوات والفاكهة، ومن أهم فوائدها ما يلي:

- تساعد الألياف على خفض الوزن إذا تناولت الكمية الصحية منها، وهي 30 غراماً للرجل و25 غراماً للمرأة.
- أكل الألياف من طرق الوقاية من السكري، ومن أدوات ضبط نسبة السكر بالدم بالنسبة للمصابين.
- الألياف الغذائية أحد أدوات الوقاية من حصى الكلى.
- أظهرت دراسات أن أكل الحصة الكاملة من الألياف يساعد على تقوية العظام وزيادة كثافتها.

سؤال وجواب

- ماذا يعني اسم زيتب في اللغة؟
 - شجرة حسنة المنظر طيبة الرائحة.
- من هو مؤسس البلاغة؟
 - عبد القاهر الجرجاني
- من رائد إحياء الشعر العربي في العصر الحديث؟
 - محمود سامي البارودي
- ما هو الفن الذي تم استحداثه في الأندلس؟
 - الموشحات.
- من صاحب الكتب التالية : سقط الزند ، لزوم ما لا يلزم ، رسالة الغفران؟
 - أبو العلاء المعري.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الطفل حديث الولادة يبكي في المتوسط مدة 113 دقيقة يوميا .. والدماغ التي يفرزها تساعد كثيراً على رعاية صحته العامة.
- هل تعلم أن ياقوت الحموي هو عالم عربي قديم من علماء اللغة و الأدب.
- هل تعلم أن الإصبع الداحس يعالج بأن يوضع رأس الإصبع في حبة ليمون مفتوحة.
- هل تعلم أن عدد ساعات النوم تتراوح عند الإنسان البالغ ما بين 7 : 8 ساعات يوميا أي أننا نقضي أكثر من ثلث العمر في النوم فالإنسان الذي عاش ستين عام .. نام منها حوالي عشرين عام.
- هل تعلم أن سمك جلد الإنسان لا يزيد عن 2ملم ، و سمك جلد الفيل يبلغ 25 ملم ، و جلد الإنسان يحتوي على عدة آلاف من الغدد التي تفرز العرق بينما جلد الفيل خال من هذه الغدد باستثناء جفون العينين.
- هل تعلم أن الرجل العادي يمشي بمعدل 20 ألف خطوة يوميا .. أي في خلال 80 سنة يكون قد طاف حول العالم ستة مرات.
- هل تعلم أن نبضات القلب تتأثر بحجم الجسم ، فعدد ضربات قلب الإنسان العادي ثمانين ضربة في الدقيقة وفي الفيل 25 ضربة في الدقيقة وفي المفار 700 ضربة في الدقيقة، أما قلب العصفور فعدد ضرباته 1000 ضربة في الدقيقة.

قصة نصيحة الجدة

كان احمد دائما على خلاف مع جدته الطيبة الحنون والتي كثيرا ما غضبت منه لعدم سماعه لتوصيحتها البسيطة الغالية وهي: يا احمد لا تلعب بدون حذائك .. !ليس حذاءك قبل الخروج يا احمد .. لا تخلع حذاءك اثناء اللعب بالدراجة يا احمد.. كلام كان يتردد على اذنه كثيرا لكنه لا يبالي به ويفند به من اذن لأذن ويمضي مسرعا للعب بدون حذائه.

جاء يوم حضر فيه أصدقاؤه طالبيين منه الخروج للعب بالدراجة فنادت عليه جدته للبس الحذاء فقال (حاضر جدتي حاضر) ودخلت الجدة حجرتها وذهب هو ..بدون حذاء راكبا دراجته مسرعا وأصدقاؤه في الطريق يقفزون ويتنقلون من مكان إلى مكان حتى حدث ما عكر على احمد بهجته ..تقب الاطار تقبيا كبيرا فنزل احمد من على الدراجة ليرى لهذه المشكلة حلا وهنا جاءت المشكلة الثانية اشد ايلاما فقد كانت الارض ملينة بالزجاج المكسور والذي بسببه جرحت قدمه جرحا عميقا ولم يستطع اخراج قطعة الزجاج بيده من الألم وتجمع اصحابه عليه وحملوه على دراجة ادهم وهو ينزف دما من قدمه المجروحة ويتألم ليس منها فحسب بل من الكلام والتأنيب الذي سيسمعه من جدته وستكون محقة في ذلك. أمره الطبيب أن يرقد في الفراش اسبوعا بعد أن خاط قدمه بغرز عديدة واسبوعا اخر سيقضيه في البيت لا يرى اصدقاءه ودراجته والشارع والحديقة عقابا على عدم سماعه لكلام جدته مع حرمانه من الحلوى والمصروف ..كل هذه الخسائر منيت بها يا احمد ..كل هذه الخسائر.. ونظّر لحذائه وهو حزين.

