

ص 22

طالبات قسم الكيمياء بكلية
العلوم بجامعة الإمارات يفزن
بمسابقة تحدي الابتكار



ص 27

«سريع وغاضب 10»..
مطاردات غير منتهية
من أجل العائلة



6 حالات يكون فيها شعور النساء بالبرد

ص 23 أمراً مقلماً قد يتطلب زيارة الطبيب

المراسلات: ص 505
email.munawaat@alfajrnews.ae

القبوران.. إرث تاريخي ووجهة التونسيين في رمضان

في قلب تونس العريقة تنبض مدينة القبروان بروحها التاريخية وجاذبيتها الروحية، وتزهر بحضور مفعم بالحياة. هي أول عاصمة إسلامية في أفريقيا.. يصفها الفقهاء "رابعة الثلاث" فهي تأتي بعد مكة المكرمة والمدينة المنورة والقدس في قائمة الأماكن المقدسة للمسلمين، فالقبوران تحمل تاريخاً حافلاً بالأحداث الدينية والعسكرية والشافية، حيث كانت محطة للجهاد والدعوة ومركزاً للتعليم الإسلامي وانطلاق الفتوحات الإسلامية نحو العالم.

تستمد مدينة القبروان تسميتها من اللفظة الفارسية "كبروان" والتي تعني المعسكر، أو مكان خيرة السلاح، ويعود تاريخها إلى عام 670م عندما أنشأها عقبة بن نافع.

تمتيز المدينة بتنوع معالمها التاريخية والشافية، حيث يمكن الزائر أن يستمتع بجولة تاريخية تأخذه في رحلة عبر العصور الإسلامية، من الجامع الكبير الذي أسسه عقبة بن نافع سنة 50 للهجرة، الذي يعتبر تحفة معمارية رائعة وإلى مقام أبي زعمة البلوي الذي يؤمه التونسيون من مختلف أنحاء البلاد، والفسقية هذه التحفة الماثية التي تؤكد إبداع الحضارة الإسلامية، إضافة للكثير من المساجد والمعالم المتناثرة في كل ركن من أركان المدينة.

في الشهر الفضيل تتألق القبروان وتزداد روعة وحيوية، حيث تشهد الأسواق النابضة بالحياة، التي تعبق بروائح التوابل والحرف اليدوية وإلى مساجدها المزينة بالأشوار يتوافد المسلمون من مختلف أنحاء البلاد لأداء الصلوات وحضور الدروس الفقهية وحلقات تحفيظ القرآن بمشاركة كبار الشخصيات الدينية، وتعرض المأكولات التقليدية مثل "المقروض" وهو نوع من الحلويات التي يقبل عليها التونسيون خصوصاً بعد تناول الإفطار، يتم تناول المقروض مع "القهوة العربية" ويخدم أطباق لذيذة المدينة التي لا غنى عنها لمن يبحث عن الروحانية والتأمل والاستمتاع بجو من السكينة والتأمل وربما ما قاله الشاعر نزار قباني بالقبروان وأهلها يؤكد سحر هذه المدينة.



وطويل من الراحة، وحول التمارين الرياضية المناسبة والطعام الصحي.

التوتر ممنوع!

منذ اللحظة التي تكتشفين فيها أنك حامل، عليك التخلص من التوتر بجميع أشكاله، سواء كان داخل المنزل أو خارجه، تذكرتي دائماً، ما تشعرين به، يشعر به طفلك، وأي ضغط أو مشكلة مهما كانت صغيرة، ستؤثر على كليهما. يمكنك البدء بممارسة التأمل واليوغا، فهذه التمارين تستعمل كأداة للتخلص من الضغط والتوتر، لكن، إن لم تكوني قد جربت اليوغا قبلاً فلا ينصح بالبدء فيها بعد مشاركة كبار الشخصيات معرفة أمر حملك، لأنها ستضيف عبئاً جديداً عليك وهو أمر لا يجدر بك فعله. في النهاية وقبل الأخذ بأي من هذه النصائح، احرصي على استشارة طبيبك الخاص، فعلى الرغم من كونها نصائح مفيدة وحسنة، إلا أن ما يناسب البعض قد لا يجده البعض الآخر أمراً مريحاً.

هل تريد إنجاب طفل ذكي.. إليك هذه النصائح

كما هو الحال مع العديد من الأمور الحياتية، لم يجمع الخبراء والأطباء على نظرية محددة يتوجب على الأم الحامل تطبيقها لتنجب أطفالاً أذكياً، إلا أنهم مع ذلك اتفقوا على بعض الأمور التي بوسع أي أم القيام بها لإنجاب أطفال أكثر ذكاءً وأفضل صحة.

الولادة، لكن إن كنت ترغبين في تأثير أقوى فعليك بالموسيقى والإيقاعات. إن غنيت لطفلك في بطنك، فأنت في الواقع تساعدين على إنتاج ما يسمى بالسيراتونين أو ما يعرف بهرمون السعادة.

إن لم تكوني مغنية جيدة، فما عليك سوى أن تشغلي بعض القطوعات الموسيقية، ويمكنك بعدها استخدام ذات القطوعات في تهدئة طفلك بعد الولادة.

استعدي لوقت القصة!

على الرغم من أن الأطفال الرضع غير قادرين على فهم الكلمات الفعلية، إلا أن قراءة قصة لهم سيؤثر بالتأكيد على طريقة تفاعلهم مع صوتك... ليس هذا وحسب، سيتذكرون قصتك هذه. تتطور أسس اللغة لدى الجنين في الرحم، وبعد الأضهر الثلاثة الأولى سيبدأ الطفل بسماع وتمييز الأصوات الخارجية، لذلك، لا تقولي أبداً أنه من المبكر البدء في قراءة قصة لطفلك، أحضري كتبك المفضلة وابدي بالقراءة له.

التعرض اليومي لأشعة الشمس

بعد فيتامين الشمس أو ما يعرف بفيتامين D ضرورياً لك ولطفلك، وكأم حامل، عليك أن تخصصي في جدولك اليومي قرابة العشرين دقيقة من التعرض لأشعة الشمس، مع الأخذ بعين الاعتبار ضرورة وضع الكريمات Dمغذياً مهماً لينعم طفلك بعظام قوية وصحية، وقد ربط بعض الأطباء نقص هذا الفيتامين مع مرض التوحد، لذا لا يجب أن تهملتي فرصة الحصول على كمية كافية منه خلال فترة الحمل.

قوي علاقتك مع طفلك عن طريق التديك

إن كنت ترغبين في تقوية علاقتك مع طفلك حتى قبل أن يولد، فعليك بضمّ اللمس! بعد مرور الأسبوع العشرين على الحمل، يصبح الجنين قادراً على الشعور باللمسات الخارجية، وذلك بفضل تطور الجهاز العصبي لديه. ليس هذا وحسب، فقد أثبتت الدراسات أن الجنين في هذه المرحلة قادر حتى على التفرقة بين لمسات الأم ولمسات الأب! لذا ما عليك سوى إحضار بعض من الزيوت العطرية المفضلة لديك، وإعطاء بطنك جلسة هادئة وطويلة من التديك!

إيقاعات صحية لعقل سليم

سبق أن ذكرنا كيف يستجيب الأطفال للأصوات قبل

دراسة تكشف حقيقة تأثير «متلازمة هافانا» على المخ

قالت دراسات نشرت في دورية طبية إن فريق أبحاث تابعاً للحكومة الأمريكية لم يعثر على أي دليل مادي ملموس على تعرض مجموعة من الموظفين الاتحاديين الذين يعانون من أعراض مرض "متلازمة هافانا" الذي ظهر عام 2016، لإصابات في الدماغ. وخلص الباحثون بمعاهد الصحة الوطنية الأمريكية أيضاً إلى عدم وجود اختلافات في معظم الإجراءات السريرية بين مجموعة مكونة من 86 موظفاً وأفراد أسرهم البالغين الذين اشتكوا من حالات صحية غير معتادة وبين مجموعة من المتطوعين الأصحاء الذين لديهم مهام عمل مماثلة. وتشمل أعراض المرض الغامض، الذي أبلغ عنه لأول مرة مسؤولو السفارة الأمريكية بالعاصمة الكوبية هافانا ثم أسباب دبلوماسيين وجواسيس وغيرهم من الموظفين الأمريكيين حول العالم، سماع ضجيج والإحساس بضغط في الرأس يليه الإصابة بالصعاع والصعاع النصفي والدوار والتهاب. وقال الطبيب لايتون تشان، القائم بأعمال كبير العلماء بالمركز السريري في معاهد الصحة الوطنية والمؤلف الرئيسي للدراسة في مجلة هاتفيّة لتناقشة النتائج المنشورة في دورية جاما "هؤلاء الأفراد لديهم أعراض حقيقية ومؤلمة وعلاجها صعب للغاية". وخضع المشاركون في الدراسة، بما في ذلك الأفراد الذين كانوا مقيمين في كوبا والصين وفيينا والولايات المتحدة، لمجموعة من الاختبارات السريرية والسعوية والبصرية والنفسية العصبية واختبارات خاصة بالتوازن إضافة إلى اختبارات الدم. كما أجريت لهم أنواع مختلفة من فحوص بأشعة الرنين المغناطيسي التي تهدف إلى فحص حجم الدماغ وبنيتة وكفاءته.

الطريقة الصحيحة لقياس النبض

قالت مؤسسة القلب الألمانية إن النبض هو سرعة ضربات القلب، أي عدد المرات، التي يدق خلالها القلب في الدقيقة الواحدة. وأوضحت المؤسسة أن معدل ضربات القلب المثالي يقع بين 60 و80 ضربة في الدقيقة، مشيرة إلى أن القلب ينبض بشكل أسرع قليلاً لدى النساء، بمعدل حوالي ثلاث نبضات أسرع في الدقيقة، في حين ينخفض معدل النبض لدى كبار السن بحوالي ثلاث إلى أربع نبضات، مقارنة بالأشخاص في منتصف العمر. وعن كيفية قياس معدل ضربات القلب، أوضحت

المؤسسة أنه ينبغي إجراء القياس أثناء الراحة فقط، أي ليس بعد صعود الدرج أو ممارسة التمارين الرياضية. وللحصول على نتيجة دقيقة، ينبغي الجلوس بهدوء لمدة خمس دقائق، قبل إجراء عملية القياس. ويمكن معرفة معدل النبض على المعصم الداخلي، باستخدام إصبعي السبابة والوسطى، ولا يهّم إذا تم إجراء القياس على الذراع اليسرى أو اليمنى. وبمجرد العثور على النبض، ينبغي القيام بعدد النبضات لمدة 15 ثانية بالضبط، ثم ضرب القيمة في أربعة من أجل احتسابها في الدقيقة الواحدة. وشددت المؤسسة على ضرورة استشارة الطبيب إذا كانت القيمة المقاسة أقل من 40 أو أعلى من 100 ضربة في الدقيقة، حيث يشير ذلك إلى الإصابة باضطرابات نظم القلب مثل الرجفان الأذيني، لا سيما عند ملاحظة بعض الأعراض مثل العصبية والاضطراب الداخلي والتعب المستمر والدوار والغثيان واضطرابات الرؤية والإغماء والتعرق وضيق التنفس وآلام بالصدر.



دراسة: الميتفورمين أثناء الحمل يؤثر على دماغ الجنين

أشارت نتائج دراسة في المعهد الألماني للتغذية البشرية بوتسدام ريبيروك مخاوف تتعلق باستخدام الحوامل دواء ميتفورمين لعلاج السكري أثناء الحمل. وأجريت الدراسة على نموذج فأر، وتمكن فريق البحث من إثبات أنه على الرغم من أن الميتفورمين له تأثيرات إيجابية على الحيوانات الحوامل، إلا أنه ليس له آثار إيجابية على النسل. وبحسب "مديكال إكسبريس"، اكتسب عقار الميتفورمين الذي يتم تناوله عن طريق الفم، ويعبر المشيمة، أهمية متزايدة كبديل لإدارة الأنسولين عندما لا تظهر تغييرات نمط الحياة أي نجاح أثناء علاج سكري الحمل. ومع ذلك، لا يوجد سوى عدد قليل من الدراسات حول التأثيرات طويلة المدى للميتفورمين على صحة النسل. وقد أكدت الدراسة شكوكاً حول تأثير الميتفورمين على مسار تنظيم شبكة الخلايا العصبية أثناء نمو الدماغ.



منوعات الفكر

22

سعيد بن طحنون يحضر مأدبة الإفطار «فطوركم بين أهلكم»

أمسية رمضانية ضمن مبادرة «فطوركم بين أهلكم» تم خلالها استضافة طلاب جامعات من خارج الدولة من 20 جنسية

لذلك نجد أن مساعدات الدولة امتدت إلى جميع أرجاء العالم، وعلى الصعيد الداخلي تحتضن الإمارات على أرضها أكثر من 200 جنسية، يحظون جميعهم بمعاملة واحدة في الحقوق والواجبات، وهذا ما جعل الإمارات أفضل وجهة للعيش بحسب المؤشرات العالمية.

وأشاد معاليه بدور جامعة محمد بن زايد للعلوم الإنسانية في صناعة قادة المستقبل، لما تمتلكه من مقومات النجاح والتفرد، فضلاً عن أنها تضم نخبة من العلماء والمفكرين في مجال العلوم الإنسانية، لمواصلة الارتقاء في بناء الإنسان رهان الماضي والحاضر والمستقبل.

ورحب الحضور بمعاليه معربين عن سعادتهم بتبنيته معاليه لهم بمناسبة حلول شهر رمضان المبارك وزيارته لهم وتقديرهم والاهتمام الذي يبيده معاليه بتربيتهم القيم الاجتماعية الأصيلة التي يتميز بها مجتمع الإمارات من خلال زيارات معاليه مجالسهم ولقاءاتهم المباشرة وتلبية دعواتهم ومشاركاته مناسباتهم المختلفة والاطمئنان على صحتهم.

وتبادل معاليه مع الحضور الاحاديث الودية سيراً على نهج التواصل الاصيل الذي ارساه المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان "طيب الله تراه" والايام الموسسون في تعزيز منظومة القيم الحضارية والانسانية التي يتحلى بها المجتمع الاماراتي من تالف وتماسك وتضامن وتعاون وعطاء لهذا الوطن مما جعلها سياجا وحصنا وطنيا مبنياً لمسيرة بناء دولتنا وتقدمها وازدهارها ورفعة مكانتها.

وفي الختام تم تكريم الطلاب والحضور، ودعا الجميع المولى عز وجل أن يديم على دولتنا العزيزة نعمة الأمن والأمان وعلى شعبنا دوام التقدم والاستقرار والتلاحم الوطني في ظل قيادتنا الرشيدة.



مساعدة الشعوب الشقيقة والصديقة، فأصبحت الإمارات الآن على خطأ، ذات سياسة متفردة ونهج يركز على تقديم المساعدة دون النظر لأي اعتبارات سواء كانت دينية أو عرقية أو طائفية أو أي اعتبارات أخرى غير إنسانية،

دولة الإمارات بدوام الأمن والازدهار والرخاء، ولشعوب العالمين العربي والإسلامي بالخير والأمان والاستقرار. وأضاف معاليه استطاع المغفور له الوالد المؤسس توجيه ما تتمتع به الإمارات من خيرات وامكانات حباها الله بها

رئيس الدولة، نائب رئيس مجلس الوزراء، رئيس ديوان الرئاسة، وإلى إخوانهم أصحاب السمو الشيوخ أعضاء المجلس الأعلى حكام الإمارات وأولياء العهود ونوابهم، بموقور الصحة والسعادة والسمداد والتوفيق، ولشعب

•• العين - الفجر

حضر معالي الشيخ الدكتور سعيد بن طحنون آل نهيان مأدبة الإفطار التي أقامها سعادة هلال الكعبي في إقامته بمنطقة الساد بمدينة العين.

حيث أقيمت أمسية رمضانية ضمن مبادرة "فطوركم بين أهلكم" تم خلالها استضافة طلاب الجامعة من خارج الدولة من 20 جنسية وعدد من فرق الدراجين من مختلف الدول للإفطار في أجواء إماراتية وتعريفهم بالتقافات الغذائية والتراث الإماراتي وخاصة في أجواء شهر رمضان المبارك، كما تضمن برنامج الأمسية فقرات شعرية وطنية، إلى جانب عدد من الفعاليات.

حضر الأمسية الشيخ أحمد بن حمدان بن محمد آل نهيان والشيخ سهيل بن حشر آل مكتوم وسعادة الدكتور سالم بن راض العامري وسعادة الدكتور خليفة مبارك الظاهري والمستشار أحمد سالم سويد وعدد طلاب من جامعة محمد بن زايد للعلوم الإنسانية "وعدد من أعيان ووجهاء القبائل وعدد من فرق الدراجين وجمع من الأهل والأقارب.

وأكد معاليه، أن دولة الإمارات تحتفي دائماً بقيم التسامح والتعايش والأخوة الإنسانية التي أرساها ورسخها المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان "طيب الله تراه" في المجتمع.

وأعرب معالي الشيخ الدكتور سعيد بن طحنون آل نهيان عن تمنياته بمناسبة شهر رمضان الفضيل لصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله"، وصاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي "رعاه الله"، وسمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان، نائب



تطوير مادة لامتنصاص بقع النفط من البلاستيك وبيذور التمر

طالبات قسم الكيمياء بكلية العلوم بجامعة الإمارات يفزن بمسابقة تحدي الابتكار



•• الفجر - العين

التي يتم ازلتها ثم التخلص منها بالحرق أو الدفن. وأشار الأستاذ الدكتور ياسر جريش، أستاذ ومنسق برامج الدراسات العليا في قسم الكيمياء بكلية العلوم، والمشرى على المشروع، إلى أن فريق البحث قام بإعداد البحث والمشاركة في المسابقة، ضمن 10 فرق، ساهمت في تقديم حلول ابتكارية مستدامة، وإن الابتكار يحمل اسم (DPS4OIL) ويرمز لمكونات المادة المزمع القيام على تنفيذها بمعامل ومختبرات قسم الكيمياء بجامعة الإمارات. وتدور فكرة الابتكار حول إعادة تدوير مخلفات بلاستيكية وزراعية، وإعادة تكوينها على شكل اسفنجة له القدرة على امتصاص البقع النفطية واستردادها بشكل كامل، كما يمكن إعادة استخدامها لمرات عديدة، وأضاف "من المتوقع البدء في أعمال تطوير المادة قريباً، وتسجيله كبراءة اختراع من خلال جامعة الإمارات، ومن ثم تطويره ليكون بديل مناسب للمشكلات البيئية."

التي يتم ازلتها ثم التخلص منها بالحرق أو الدفن. وأشار الأستاذ الدكتور ياسر جريش، أستاذ ومنسق برامج الدراسات العليا في قسم الكيمياء بكلية العلوم، والمشرى على المشروع، إلى أن فريق البحث قام بإعداد البحث والمشاركة في المسابقة، ضمن 10 فرق، ساهمت في تقديم حلول ابتكارية مستدامة، وإن الابتكار يحمل اسم (DPS4OIL) ويرمز لمكونات المادة المزمع القيام على تنفيذها بمعامل ومختبرات قسم الكيمياء بجامعة الإمارات. وتدور فكرة الابتكار حول إعادة تدوير مخلفات بلاستيكية وزراعية، وإعادة تكوينها على شكل اسفنجة له القدرة على امتصاص البقع النفطية واستردادها بشكل كامل، كما يمكن إعادة استخدامها لمرات عديدة، وأضاف "من المتوقع البدء في أعمال تطوير المادة قريباً، وتسجيله كبراءة اختراع من خلال جامعة الإمارات، ومن ثم تطويره ليكون بديل مناسب للمشكلات البيئية."

نجاح خبراء في مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي في ابتكار تقنية جديدة لتحسين نتائج العلاج الجراحي للتشنج عند الرجال

وتقته بنفسه، يوصي الطبيب بضرورة خضوع المريض للجراحة. هناك وعي متزايد حول التشنج، حيث أبلغ عن هذه الحالة 30% من المرضى الذين يطلبون الرعاية من خلال برنامج صحة الشدي في مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي اختبارات سريرية عميقة للرجال الصابون بالبتندي، وبالاعتماد على منهجية شاملة تضم أخذ التاريخ المرضي، والفحص، واختبارات تحليل الدم، والتصوير. وتهدف هذه العملية المتكاملة إلى تشخيص الاضطرابات الهرمونية بدقة واستبعاد الأورام الخبيثة المحتملة المرتبطة بالبتندي.

ويؤثر التشنج على نحو نصف الرجال الأصحاء حول العالم، ويحدث نتيجة الاضطرابات هرمونية، أو استخدام الستيرويدات، أو بعض الأدوية، أو السمنة، أو خلل عضوي. وإذا لم تتعاف هذه الحالة من تلقاء نفسها في غضون ستة أشهر، أو أسرت على جودة حياة المصاب

يحدث التشنج عند الرجال والناسم من جراحة تصحيح الشدي، ويتمكن للرجال صغار السن من الخضوع للجراحة واستعادة المظهر الذي يتطلعون إليه. وقد قمنا بإجراء هذه الجراحة على 30 مريض، وكانت النتائج واعدة للغاية ونالت رضا المرضى".



المصدر. لذلك يستهدف إجراءنا المتكرر الوقاية من هذا المظهر الذي

الذين توجب عليهم الخضوع لجراحة إزالة الأنسجة المتضخمة في الشدي، وبالتالي تعزيز رفاههم ورضاهم العام. ويخضع المصابون بالتشنج للجراحة لعلاج هذه الحالة، حيث يقوم الأطباء بإزالة الأنسجة الزائدة في الشدي وحول هذا المكان، إضافة لشطف الدهون وإعادة وضع هالة الحلمة ضمن موقع بعيد المظهر الطبيعي للشدي. إلا أن إجراء شطف الدهون قد يسبب تقصراً في منطقة الصدر، ومن المحتمل أن يقود هذا الأمر لشعور المريض بانخفاض تقديره لذاته ويؤثر على نتائج الجراحة بحد ذاتها. لذلك قدم الدكتور إسكندريان هذا

نجاح مجموعة من الخبراء في مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي، إحدى شركات M42، بابتكار إجراء ترميمي جديد لتحسين النتائج الجراحية للتشنج، الحالة الصحية التي تمثل مدعاة قلق كبير للرجال حول العالم.

ويحدث التشنج عند تضخم الأنسجة في منطقة الشدي لدى الرجال. ويأتي هذا الإجراء الجديد المقدم في مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي لتعزيز القدرة على تصحيح الشكل الخارجي وتحقيق أفضل النتائج الجراحية للمرضى

•• أبو ظبي - الفجر

منوعات الفكر

23



من الطبيعي أن يشعر الجميع بالبرد في أيام الشتاء، إلا أن النساء أكثر عرضة لهذا الشعور مقارنة بالرجال، وهو ما أثبتته العديد من الدراسات. وهناك أسباب قليلة لشعور النساء بالبرودة أكثر من الرجال، وفقا لمايك تيبتون، أستاذ علم وظائف الأعضاء البشرية والتطبيقية في جامعة بورتسموث، بدءا من الاختلافات في تكوين الجسم إلى تدفق الدم وحتى التطور. ويكشف الخبراء عن المسببات الأكثر شيوعا لشعور النساء بالبرودة أكثر من الرجال، وبعضها قد يستدعي زيارة الطبيب:

عادة ما تكون أيديهن وأقدامهن أكثر برودة

6 حالات يكون فيها شعور النساء بالبرد أمرا مقلقا قد يتطلب زيارة الطبيب



عن طريق الحفاظ على الدفء وتجنب التغيرات المفاجئة في درجة الحرارة. أو التوترو، ويصاحب ذلك أحيانا تنميل وألم وشعور بوخز مثل دبابيس أو إبر.



عن طريق الحفاظ على الدفء وتجنب التغيرات المفاجئة في درجة الحرارة. أو التوترو، ويصاحب ذلك أحيانا تنميل وألم وشعور بوخز مثل دبابيس أو إبر.

والحرارة إلى حالة كامنة قد تكون مقلقة. وأحد الأسباب الأكثر شيوعا لعدم القدرة على تحمل البرد هو:

قصور الغدة الدرقية

في هذه الحالة لا تنتج الغدة الدرقية ما يكفي من الهرمونات، ويجب رؤية الطبيب العام إذا كانت هناك أعراض تشمل:

- حساسية للبرد
- زيادة الوزن
- الاكتئاب
- التعب
- جفاف الجلد والشعر
- آلام العضلات

فقر الدم

يمكن أن يكون فقر الدم أيضا سببا في عدم تحمل البرد، وهذا ناتج عن نقص الحديد الذي يتسبب في الشعور بالتعب ونقص الطاقة وضيق التنفس وخفقان القلب وشحوب الجلد.

ويجب زيارة الطبيب العام إذا عانت المرأة من هذه الأعراض.

الألم العضلي الليفي

قد يكون الألم العضلي الليفي سببا آخر للشعور بالبرد، وهي حالة طويلة الأمد تسبب الألم في جميع أنحاء الجسم. وتشمل الأعراض التي تتطلب زيارة الطبيب ما يلي:

- زيادة الحساسية للألم
- تصلب العضلات
- صعوبة في النوم
- مشاكل في التركيز أو تذكر الأشياء
- الصداع
- متلازمة القولون العصبي (IBS) التي تسبب آلاما في المعدة والانتفاخ
- مشاعر الإحباط والقلق أو انخفاض الحالة المزاجية
- وأشار الخبراء إلى أن سبب برودة الأطراف يمكن أن يكون مرض رينود، حيث يتوقف الدم عن التدفق بشكل صحيح إلى أصابع اليدين والقدمين.
- ولا يسبب هذا عادة مشاكل خطيرة ويمكن علاج الأعراض

بنسبة 10% مقارنة بالرجال. ويمكن للدهون حماية الأعضاء الحيوية من البرد. لكن الدهون تعزل الجلد أيضا عن حرارة الجسم. ولن تشعر النساء بالدفء بفضل هذه الطبقة الدهنية الإضافية، وفي الواقع، يمكن أن تجعل بشرة المرأة أكثر برودة.

التطور

قد يكون هناك تفسير تطوري لسبب كون النساء أكثر عرضة للبرد، وفقا للطبيبة العامة والمستشارة السريرية لوقوع Patient.info، الدكتورة سارة غارفين. وقالت: "لقد تطور البشر في المناطق الاستوائية، وكان الموت بسبب الحرارة المرتفعة أكثر خطورة بكثير من الاستسلام لانخفاض حرارة الجسم". وأوضحت أن الرجال آنذاك كانوا يخرجون للصيد وجمع المحاصيل وهي أنشطة تحافظ على دفء الجسم، وهذا يعني أن الرجال احتاجوا إلى طرق متطورة للغاية لتجنب ارتفاع درجة الحرارة، وهنا يأتي دور التعرق، بينما كانت النساء تبقى في المنزل لرعاية الأطفال، وبالتالي لم يكن بحاجة لآلية تنظم درجة حرارة الجسم.

وبغض النظر عن الاختلافات التطورية والجسدية، هناك بعض الحالات التي قد يشير فيها عدم تحمل البرد

تدفق الدم

قال البروفيسور تيبتون في مقال نشره موقع Patient.info، إن الأبحاث وجدت اختلافات في تدفق الدم بين الرجال والنساء.

وأشار إلى أنه من خلال تجربة وضع فيها الرجال والنساء في بيئة دافئة ثم باردة، وجدت النتائج أن "النساء لديهن استجابة أوعية دموية أكثر حساسية للبرد، ما يعني أنهن يوقفن تدفق الدم بشكل أسرع وأكثر إحكاما ولفترة أطول من الرجال. والسبب في ذلك هو أن أجسام النساء لديها استجابة أكثر حساسية للبرد. كما يساهم هرمون الإستروجين الجنسي الأثني في جعل الأوعية الدموية أكثر حساسية للبرد".

وهذا يعني أن النساء أكثر عرضة للشعور بعدم الراحة في درجات الحرارة المنخفضة وعادة ما تكون أيديهن وأقدامهن أكثر برودة.

وأضاف البروفيسور تيبتون: "يتم الحفاظ على درجة حرارة اليد والقدم عن طريق تدفق الدم، لذلك إذا توقف تدفق الدم، كما هو الحال عند النساء، فإن درجة حرارة الجلد تنخفض".

دهون الجسم

في المتوسط، تميل النساء إلى زيادة نسبة الدهون في الجسم



لماذا يحدث وكيف يمكن التخلص منه

الشخير... ما هي خطورته على الصحة؟

كشف الدكتور فلاديمير زاييتسيف أخصائي أمراض الأنف والأذن والحنجرة لماذا يحدث الشخير وكيف يمكن التخلص منه وكيف يؤثر في الصحة. ويشير الخبير في مقابلة مع راديو "سبوتنيك" إلى أن مشكلة الشخير مألوفا للكثيرين، ولا ترتبط فقط بالانزعاج الذي يسببه لأقارب الشخص، بل وأيضا تشير إلى أن دماغ الشخص نفسه لا يحصل على كمية كافية من الأكسجين.



الجيوب الأنفية وتجفيف الأنف والبلعوم الأنفي، وتخفيف الالتهاب والتورم، وهذا يكون كافيا لكي يصبح التنفس الأنفي طبيعيا.

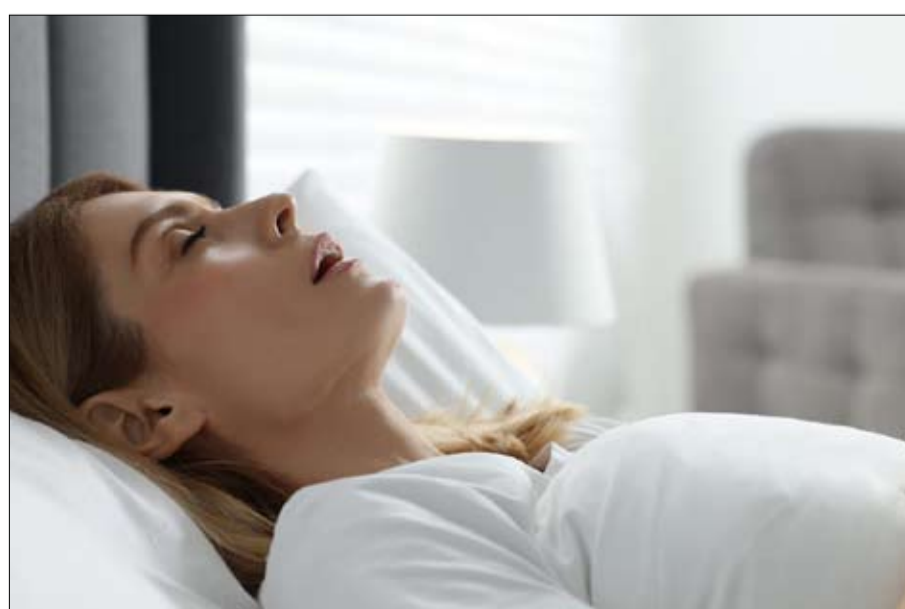
ضوء ذلك يعطي التوصيات اللازمة. وعند الضرورة، ينصح بإجراء عملية جراحية. وقد يحتاج الشخص في بعض الأحيان فقط إلى شطف

وتحديد سببها - انحراف الحاجز الأنفي، القرينات الأنفية، البلعوم الأنفي، التهاب الجيوب الأنفية، الأورام الحميدة أو الوزن الزائد. وعلى

ويقول: "الشخير مسألة فطرية للغاية. لأن الشخص الذي يشخر، لا يتنفس دماغه، لأن تهوية الدماغ تتم عندما يتنفس الشخص من خلال الأنف، أما عندما يحدث الشخير، فإنه يتنفس عن طريق الحلق. أي أن دماغ الشخص الذي يشخر لا يحصل على الأكسجين ويمكن أن يستيقظ في صباح اليوم التالي متعبا ومرهقا. ويؤدي هذا إلى خلل في عملية التمثيل الغذائي، ما يؤدي إلى زيادة وزنه وارتفاع مستوى ضغط الدم. وهذه بالتالي تزيد من خطر إصابته باحتشاء عضلة القلب والجلطة الدماغية".

ويضيف: "يمكن أن يشخر الشخص إما بسبب تورم الغشاء المخاطي للأنف، أو بسبب نمو القرينات الأنفية. كما أن سبب الشخير المزمن يمكن أن يكون انحراف الحاجز الأنفي، أو وجود زوائد لحمية في تجويف الأنف، أو نمط حياة غير صحي، مثل الإفراط في تناول الطعام في المساء. كما يمكن أن يحدث الشخير أحيانا بسبب التهاب الأنف الحاد أو التحسسي، أي مع سيلان الأنف عند التهاب وانتفاخ الغشاء المخاطي للبلعوم الأنفي".

وينصح الطبيب بعلاج مشكلة الشخير. ويقول: "يجب على الشخص الذي يعاني من الشخير استشارة طبيب الأنف والأذن والحنجرة وليس الطبيب المختص بمشكلات النوم. سيقوم طبيب الأنف والأذن والحنجرة بفحص وتقييم مدى خطورة المشكلة،



حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب
هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية
برايث وينج للتجارة العامة - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ
11/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 11/3/2024
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن
بديبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية
وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : برايث وينج للتجارة العامة - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم A/103-017 ملك مجمع جوائز حمدان بن راشد آل مكتوم
مدينة دبي للملاحة - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة :
1051857 رقم القيد بالسجل التجاري : 1710242 بموجب هذا تعلن دائرة
الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال
الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 11/3/2024 والموافق
لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 11/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو
مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب
رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد -
هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات
وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب -
ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب
هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه
لتصفية جيوزون وسيط شحن - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ
13/2/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 13/2/2024
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن
بديبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية
وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : جيوزون وسيط شحن - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 01-019 ملك محمد سلطان حميد بن مويزه - ديرة - المر
- الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 1079951 رقم القيد
بالسجل التجاري : 1760772 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي
بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك
بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 13/2/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي
بتاريخ 13/2/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين
اتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن
راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس :
04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45)
يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

إعلان افتتاح إجراءات إفلاس

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
محاكم دبي الابتدائية
في الدعوى رقم 61 لسنة 2023/15 - إجراءات إفلاس | دبي
بموجب قرار المحكمة المؤرخة الصادر في 26 فبراير 2024، والقاضي بقبول
تجارية إفلاس إجراءات إفلاس شركة رادكريش للتجارة العامة ش.ذ.م.م (رخصة
تجارية رقم 203833)، وتعيين الخبير الحسابي / د. عبد الله محمد العوضي
أميناً لتتابع إجراءات قبول الطلب، وبناءاً عليه يدعو أمين الإجراءات كل من له
حقوق لدى المطلوب ضدّها أن يتقدم بكتاب مسجل مرفق به المستندات المؤيدة
لهذه الحقوق، على أن يكون الكتاب موجه لمكتب أمين الإجراءات الكائن مقره في
1014 - برج أس آي تي - واحة دبي للسيليكون - دبي - الإمارات العربية المتحدة،
أو من خلال إرسال بريد إلكتروني إلى (a.alawadhi@ufigures.ae)
(expert@ufigures.ae) موضع به الحقوق والمرفقات الداعمة لذلك،
وذلك خلال مدة أقصاها 20 يوم عمل من تاريخ نشر هذا الإعلان.

حكومة دبي محاكم دبي

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
انذار عدلي بالنشر
رقم (2024/690)
المنذر : النجوم اي اي هولدينجز ليمتد
المنذر اليها : استروم لإنتاج المؤثرات الفنية
ان المنذرة تنذر المنذر اليها بموجب هذا الانذار العدلي بضرورة سداد بدلات
الايجار المتأخرة عن المستوع رهام (7) الواقع في المبنى رقم (21) على قطعة
الأرض رقم (4900 - 597) منقطة مجمع مع للاستثمار (2) خلال مهلة
(30) يوماً التي حددها قانون الأيجارات والا فان المنذرة سوف تضطر لمباشرة
كافة الإجراءات القانونية الكفيلة بتحصل حقوقها وإخلاء المنذر اليها من العين
للإجرة واستلامها خاليه من أي شغل، بالإضافة الى تحميل المنذر اليها كافة
الرسوم والصاريف وتعاب الحمامة.
الكاتب العدل

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
إعلان مدعى على النشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحاديّة - المحكمة الإستئنافية المدنية الاتحاديّة
في الدعوى رقم 000030/2024/SHCAPCIVIS مدني
إلى المدعي عليه : سمير ديب سينك اوزرا
مجهول محل الإقامة
إعلان بالنشر باللغتين العربية والانجليزية
انت مكنت بالحضور بجلسة 26/3/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة
الإتحادية المحكمة الإستئنافية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى - محكمة
الإستئناف الشرعي) شخصياً 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 اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 19/3/2024.
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
إعلان مدعى على النشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحاديّة - المحكمة الإستئنافية المدنية الاتحاديّة
في الدعوى رقم 000030/2024/SHCAPCIVIS مدني
إلى المدعي عليه : سمير ديب سينك اوزرا
مجهول محل الإقامة
إعلان بالنشر باللغتين العربية والانجليزية
انت مكنت بالحضور بجلسة 26/3/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة
الإتحادية المحكمة الإستئنافية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى - محكمة
الإستئناف الشرعي) شخصياً 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 اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 19/3/2024.
مكتب الخدمات القضائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
إعلان بالنشر
رقم 967/2024/40 مدني
تفاصيل الإعلان بالنشر
إلى المدعي عليه : 1 - وهبه زهير جوهر - مجهول محل الإقامة
بما ان المدعي : مريم احمد سالم للحمارة والإستشارات القانونية
قد أقام عليك الدعوى وموضوعها قبول الدعوى شكلا وازام المدعي عليهما متضامين
بسداد مبلغ 20020 درهم للمتنازع مع الفاندة القانونية بواقع 12% من تاريخ
المطالبة حتى السداد التام والزام المدعي عليه الثاني بسداد مبلغ 6228.5 درهم
للمدعية مع الفاندة القانونية بواقع 12% من تاريخ المطالبة وحتى السداد التام والزام
المدعي عليهما بالرسوم والصاريف ومقابل تعاب الحمامة. وحدث لها جلسة يوم الخميس
الموافق 2024/3/28 الساعة 9:00 صباحا في قاعة التقاضي عن بعد لذا فانت مكنت
بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات
للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.
رئيس القسم

مذكرة إعلان بالنشر لحضور إجتماع الخيرة الحسابية

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
مذكرة إعلان بالنشر لِحضور إجتماع الخيرة الحسابية
في الدعوى رقم 2024/682 تجاري دبي
المدعى دبي الابتدائية التجارية
المطلوب اعلاوه : المدعي عليه / الشباب الأخضر تجارة الخضار والفواكه ش.ذ.م.م
تحيطكم علما انه تم إنتدابنا من قبل عائلة المحكمة خبيراً حسابياً بالقضية المذكورة
أعلاه والمرفوعة ضدكم من السادة / تي اس ايه انترناشيونال ذ.م.م. وعليه فانت مكنتين
أو من يملك قانونا بحضور إجتماع أعمال الخيرة المقرر عقده يوم الإثنين الموافق
2024/3/25 في تمام الساعة 3:00 مساء عن طريق برنامج التواصل المرئي والسموع
Zoom، ويرجى التواصل مع مكتب الخبير المنتدب للحصول على رابط إجتماع الخيرة وذلك
على رقم الهاتف : 44341111 البريد الإلكتروني : info@ahab-uae.com
علما بأنه في حال تخلفكم عن الحضور فإن الخبير الحسابي سيباشر أعماله وفقا
للتعليمات المرفوعة له قانونا.
الخبير الحسابي / عبد الله على المنصور
رقم قيد ، 159

حكومة دبي محاكم دبي

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
إعلان بالنشر
رقم (2024/682)
المنذر / سلطان بن علي العويس العقارات (ش.ذ.م.م.)
ضد : المنذر اليه / زونغ هوا لتأجير السيارات ش ذ م م
ينذر المنذر اليه بإخلاء العين المجررة وتسليمها خالية بالحوالة التي تسلمها عليها مع
اصلاح ما قد يكون لحق بها من تلف وتوسية حساب الماء والكهرباء عن مدة شغله
للعين وسداد ما يستجد من مستحقات ايجاريه منذ تاريخ توقيفه عن السداد في
2023/8/31 وحتى تاريخ الاخلاء التام وفق القيمة الاجبارية (40,000) أربعم
ألف درهم سنويا وذلك في موعد أقصاه ثلاثون يوما حسب القانون من تاريخ استلام
هذا الانذار والا سيضطر المنذر لاتخاذ كافة الاجراءات القانونية اللازمة للمطالبة بما
ذكر مع تحميل المنذر اليه كافة رسوم ومصاريف التقاضي.
الكاتب العدل

حكومة دبي محاكم دبي

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
انذار عدلي بالنشر
رقم (689/2024)
من النشر : عبد الله رياض الديجان - سوي الديجني
ضد الناشر : 1. جلاكسي ريسورس ايسورس منقطة حرد م.م.
2. ولف ريدر انترتينمنت منقطة حرد م.م.
العنوان : اماره دبي ، بور دبي ، شارع الشيخ زايد، مركز تجارة مانتب من السلام الطابق 27 بالتكامل.
ذلك - فان المنذر ينذر المنذر اليها الأولى بطلب الفسخ البائس بإدارة الموردين (إدارة أعمال الناشر) المؤرخة 2023/3/10
نتيجة لعدم الوفاء للمنذر بالتزاماتكم المالية تجاه المنذر.
كما ينذر المنذر اليها الأولى بضرورة سداد المبلغ المترسده له بدفعته مبلغ 185.800 دولار أمريكي أو ما يعادله
بالدرهم الإماراتي والعائده القانونية والتعويض قيمه مستحقات المنذر السنوية كاملة طبقا لفقته الثالث فقرة 6 من
الانفاقيد - كما ينذر اليها الأولى والثانية بالتضامن والتضام بسداد قيمه قدره 309.014 درهم بما يعادل
84.200 دولار قيمة الشيفره 0000006 المرجع من البنك عدم كفاية رصيد المنذر اليها الثانية في موعد غايته (5)
ايام من تاريخ استلام الانذار والا سيضطر المنذر لاتخاذ كافة الاجراءات القانونية ضدكم لاتزامكم بسداد المبلغ المذكور
والعائده القانونية والتعويض، فضلا عن الجزع على قلة أموالكم لتقوّه وبمعا في الزام المنذر بالانفاقيد إلى تحكّم
مسؤولية التعويض عن جميع الأضرار المالية والأبوية التي لحقت بالنذر والرسوم والصاريف وتعاب الحمامة.
هذا لتعلم والعمل بما جاء بالإنداز ومعه نقله قانونا...

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب
ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب
هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور
أعلاه لتصفية كيز للاستثمارات - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ
13/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 13/3/2024
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن
بديبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية
وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : كيز للاستثمارات - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 3003 ملك الشيخ احمد بن مكتوم بن جمعه ال مكتوم - مركز
التجاري الأول - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 776604
رقم القيد بالسجل التجاري : 1271387 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد
والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة
المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 13/3/2024 والموافق لدى
كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 13/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة
التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914
ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف :
04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق
الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : أحمد أبو أحمد مبادئ لراجعة الحسابات ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود مينا
- الهاتف : 04-8866575 فاكس : 04-8866575 بموجب هذا تعلن
الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية
أولتيميت ستار للعلانية بالشهر - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ
18/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/3/2024
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه
الكائن بديبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق
الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : ام اي او اس للاستثمار ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 309 ملك رضا الهيايل ميرزا محمد الهيايل - بر دبي - الخليج التجاري
- الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 988137 رقم القيد
بالسجل التجاري : 1876175 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي
بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك
بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 18/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم
دبي بتاريخ 18/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي
المعين أحمد أبو أحمد مبادئ لراجعة الحسابات ش ذ م م العنوان : مكتب رقم 411
ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود مينا - الهاتف : 04-8866575
فاكس : 04-8866575 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : السويدي لتدقيق الحسابات - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 704 ملك محمد سعيد خلف الغيث - بورسعيد - ديرة -
هاتف : 04-2288982 فاكس : 04-2288982 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة
في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ماكسوم للخدمات
الفنية - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 15/2/2024
والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 15/2/2024 وعلى من لديه
أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بديبي على
العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : ماكسوم للخدمات الفنية - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 208 ملك محمد هادي الحاجه - ديرة - المرقبات - الشكل
القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 904185 رقم القيد بالسجل
التجاري : 1511566 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه
قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك
بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 15/2/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم
دبي بتاريخ 15/2/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى
المصفي المعين السويدي لتدقيق الحسابات - ش ذ م م العنوان : مكتب رقم
704 ملك محمد سعيد خلف الغيث - بورسعيد - ديرة - هاتف : 04-2288982
فاكس : 04-2288982 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : السويدي لتدقيق الحسابات - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 704 ملك محمد سعيد خلف الغيث - بورسعيد - ديرة -
هاتف : 04-2288982 فاكس : 04-2288982 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة
في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ام ام اي او اس
للاستثمار ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 18/3/2024
والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/3/2024 وعلى من لديه
أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بديبي على
العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : ام ام اي او اس للاستثمار ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 1609 ملك مجاهد عبدالله سهل عبدالله - بر دبي - الخليج التجاري
- الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ش ذ م م)، رقم
الرخصة : 944117 رقم القيد بالسجل التجاري : 1632987 بموجب هذا تعلن
دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال
الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 18/3/2024 والموافق
لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو
مطالبة التقدم إلى المصفي المعين السويدي لتدقيق الحسابات - ش ذ م م العنوان :
مكتب رقم 704 ملك محمد سعيد خلف الغيث - بورسعيد - ديرة - هاتف :
04-2288982 فاكس : 04-2288982 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب -
ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب
هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه
لتصفية خالدة رهاوية تجارة الساعات وقطع غيارها - ش ذ م م وذلك بموجب
قرار محاكم دبي بتاريخ 1/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ
1/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين
في مكتبه الكائن بديبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات
والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : خالدة رهاوية تجارة الساعات وقطع غيارها - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 44-43 ملك بلديه دبي - بر دبي - القهيدى - الشكل القانوني
: ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 1150685 رقم القيد بالسجل التجاري :
1907045 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير
في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم
دبي بتاريخ 1/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 1/3/2024
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق
الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع
الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071
مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ
نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب -
ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب
هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه
لتصفية دي ار زد تجارة المجوهرات ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي
بتاريخ 6/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 6/3/2024
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن
بديبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية
وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول

حكومة دبي للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٧ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٢٠
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : دي ار زد تجارة المجوهرات ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 107 ملك ديرة وترفوروت العقارية - ديرة - الراس - الشكل
القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 807024 رقم القيد بالسجل
التجاري : 1345449 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد
تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب
قرار محاكم دبي بتاريخ 6/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ
6/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش
ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن
راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس :
04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45)
يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المحول



سلط الضوء على خطتها الاستراتيجية وأكد على انطلاقة العمل فيها

الأرشيف والمكتبة الوطنية يعقد الاجتماع الأول لموسوعة تاريخ الإمارات

محمد عبد الله الكعبي المدير التنفيذي للمكتب الإعلامي لحكومة عجمان، وسعادة هيثم سلطان آل علي مدير عام دائرة السياحة والآثار في إمارة أم القيوين. وتهدف الموسوعة إلى تقديم سرد شامل لأحداث تاريخ الإمارات من أوثق المصادر وأرق الروايات، وتقديمها في وعاء معرّج واحد، وإبراز المنجز الحضاري للإنسان في الإمارات عبر العصور المتتالية، تأكيد حقيقة أن الإنسان على هذه الأرض كان ذا تاريخ تتابعت حلقاته بشكل متواصل منذ بدء الاستيطان البشري، تقديم سرد بعيد عن المبالغات بروح علمية موضوعية تعزز من صحة العمل ونقله وصدقته. وتجدر الإشارة إلى أن الأرشيف والمكتبة الوطنية أطلق مشروع موسوعة تاريخ الإمارات العربية المتحدة بالتزامن مع اليوم الوطني الثاني والخمسين، لتكون استكمالاً لتدور الوطني الكبير الذي يؤديه الأرشيف والمكتبة الوطنية على صعيد جمع ذاكرة الوطن وحفظها، وليشري بها مجتمعات المعرفة.

والتاريخ الاجتماعي، والتاريخ الثقافي. وسوف تصدر موسوعة تاريخ الإمارات العربية المتحدة بداية بشكلها الرقمي تدريجياً، وسيواكب إصدارها الإلكتروني دراسة للتغذية الراجعة للجمهور المستهدف من أجل تطويرها قبل طباعتها. وتتألف اللجنة العليا للموسوعة من معالي اللواء ركن طيار فارس خلف المزروعى القائد العام لشرطة أبوظبي ورئيس هيئة أبوظبي للتراث، رئيساً للجنة، وسعادة عبد الله ماجد آل علي مدير عام الأرشيف والمكتبة الوطنية، نائباً للرئيس، وعضوية كل من: سعادة محمد الطنحاني مدير ديوان صاحب السمو حاكم الضجيرة، وسعادة الدكتور محمد سالم المزروعى عضو مجلس إدارة مكتبة محمد بن راشد آل مكتوم، وسعادة محمد علي المنصوري مدير عام بلدية الظفرة، وسعادة صلاح سالم المحمود مدير عام هيئة الشارقة للوثائق والأرشيف، وسعادة أحمد عبد الطنيجي مدير دائرة الآثار والمتاحف في إمارة رأس الخيمة، وسعادة

بتسهيل عمل الباحثين فيها بتوفير الأبحاث والدراسات التاريخية والأثرية لكل إمارة، واعتماد المعايير العالمية في التسلسل الزمني للآثار بحسب منظمة "يونسكو"، واعتماد المحتوى التاريخي المنجز والمحكم علمياً من قبل كل إمارة قبل نشرها، وتوفير الدعم للباحثين في الإمارات من خلال تسهيل عملهم في مختلف الجهات المراد الوصول إلى معلومات من خلالها، وترشيح منسق عن كل إمارة يساعد في تسهيل عمل الباحثين فيها. وسوف تستعرض الموسوعة التاريخية مجالات الحياة المتنوعة في الحقب الزمنية؛ إذ تبدأ بمقدمة جغرافية، ثم تتحول إلى الإمارات قبل الميلاد، فالإمارات قبل الإسلام، والإمارات منذ ظهور الإسلام حتى نهاية العصر العباسي الأول، والإمارات في ظل الإمارات المتتابعة، والإمارات في عصر الصراع الأوروبي من القرن السادس عشر ولغاية القرن التاسع عشر، والإمارات في القرن العشرين، وستتناول في هذه الحقب التاريخ السياسي، والتاريخ الاقتصادي،

بإنجازاتها. وأبدى تفاؤله بأن يكون مشروع الموسوعة عملاً وطنياً نموذجياً يفي بغرض البحث في تاريخ الإمارات العريق، وأكد أن هذا الإنجاز الحضاري يتطلب المزيد من الجهود البحثية. ومن جانبه قال نائب رئيس اللجنة العليا لسعادة عبد الله ماجد آل علي مدير عام الأرشيف والمكتبة الوطنية: إنه فخر لنا أن نحمل المسؤولية في كتابة تاريخنا بأسلوب أكاديمي علمي وموضوعي، أكثر دقة وقرباً من الحقيقة التي نراها ونعرفها. وأضاف: إن الموسوعة التاريخية لدولة الإمارات العربية المتحدة، تستهدف تقديم تاريخ الإمارات العربية المتحدة، ومنجزها الحضاري والمعرّج للباحثين والأكاديميين حول العالم، انطلاقاً من كون توثيق التاريخ السياسي والاجتماعي والثقافي بكل تفاصيله، هو سمة للأمام المتطلعة نحو المستقبل. وقد أسفر الاجتماع الأول للموسوعة عن قرارات تضي

في إطار متابعة التخطيط والعمل من أجل إصدار موسوعة تاريخ الإمارات العربية المتحدة كأول موسوعة رسمية معتمدة لتاريخ الدولة، عقدت اللجنة العليا للموسوعة اجتماعها الأول الذي ناقش فيه المشاركون الخطة الاستراتيجية للموسوعة انطلاقاً من أهميتها كموسوعة تاريخية إماراتية يمكن الاعتماد عليها كمرجع رسمي، يوثق للأجيال مسار الأجداد وصولاً إلى بناء الدولة الحديثة. بدأ الاجتماع بكلمة رئيس اللجنة معالي اللواء ركن طيار فارس خلف المزروعى القائد العام لشرطة أبوظبي رئيس هيئة أبوظبي للتراث - الذي أعرب عن سعادته بهذا المشروع الذي سيتصّص امتداد تاريخ دولة الإمارات في أعماق الماضي، وسيتوقد عطاء الأجداد، وإنجازات الآباء المؤسسين الذين قادوا مسيرة النماء والتقدم، وسيددون جهود القيادة الرشيدة التي سارت على نهجهم فأبهرت العالم

بالتعاون مع كلية التقنية العليا للطالبات بالعين

شما بنت محمد بن خالد آل نهيان تقدم محاضرة بعنوان «بين السطور والشاشات: مساحة من الإبداع»



يومياً. مستشهدة بالعديد من المبدعين في عدة مجالات مختلفة، وكيف أن القراءة هي سلوك يومي وملهم لإنجازاتهم المعرفية والحياتية المختلفة. وفي حديثها عن العلاقة ما بين القراءة والتكنولوجيا والعصر الرقمي ما إذا كانت علاقة تناقض أم لا؟ أشارت إلى أنه في عصر يتميز بسيادة التكنولوجيا الرقمية، تبرز أهمية القراءة والابتكار كعناصر أساسية للنمو الفكري والإبداعي، وتوفر الأساس للفهم العميق والتفكير النقدي. في هذا السياق، يتحول التحدي إلى كيفية دمج القراءة التقليدية مع الأدوات الرقمية الحديثة لتحقيق توازن فعال. وتحدثت الشخبة شما عن الحقيقة الثالثة التي طرحتها ضمن حقائق المحاضرة وهي أن القراءة والتفكير الإبداعي مكونات حيوية في عصرنا الرقمي، ويمتلكان الجسر الذي يربط بين المعرفة التقليدية

على القراءة والمعرفة، موضحة الفرق بين المعرفة العميقة المستمدة من الكتب والمعلومات السطحية المنتشرة على منصات وسائل التواصل الاجتماعي الرقمية. وتحدثت الشخبة شما خلال المحاضرة على العديد من الحقائق التي ترتبط بالقراءة حيث بدأت بالحقيقة الأولى، والتي لخصتها في أن سيطرة وسائل التواصل الاجتماعي تخفف من مكانة القراءة كمصدر للمعرفة والحقائق الرقمية. وأشارت إلى أن أوروبا صنعت نهضتها من صفحات الكتب التي كتبها المفكرون، والتي من خلالها أحدثوا إحياء ثقافي مهد نهضة علمية أفضت إلى الحضارة الأوروبية المعاصرة، والحقيقة الثانية التي طرحتها هي أن القراءة ليست مجرد نشاط ترفيهي، بل هي أداة قوية لتطوير وتنمية القدرات الإبداعية، لكل فرد قادر على الإمساك بالكتاب، ويجعل القراءة سلوكاً

في إطار الجهود المستمرة للشخبة الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان لتعزيز الثقافة الأكاديمية والمعرفية بين طلابها، وبمناسبة شهر القراءة الوطني قدمت محاضرة تفاعلية بعنوان "بين السطور والشاشات: مساحة من الإبداع" بالتعاون مع كلية التقنية العليا للطالبات بالعين بحضور الدكتور شوقي خريباش، مدير كليات التقنية العليا في العين في بداية المحاضرة، ركزت الشخبة شما على الدور الحاسم الذي يلعبه الشباب في تحديد مستقبل الإمارات العربية المتحدة، مؤكدة على أن الشباب هم أمل البلاد كما قال صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله. ثم تطرقت إلى كيفية تأثير وسائل التواصل الاجتماعي الرقمية (السوشيال ميديا)

هيئة الشارقة للمتاحف تطلق فعالية «لمة» بنسخته الرمضانية في متحف الشارقة للحضارة الإسلامية

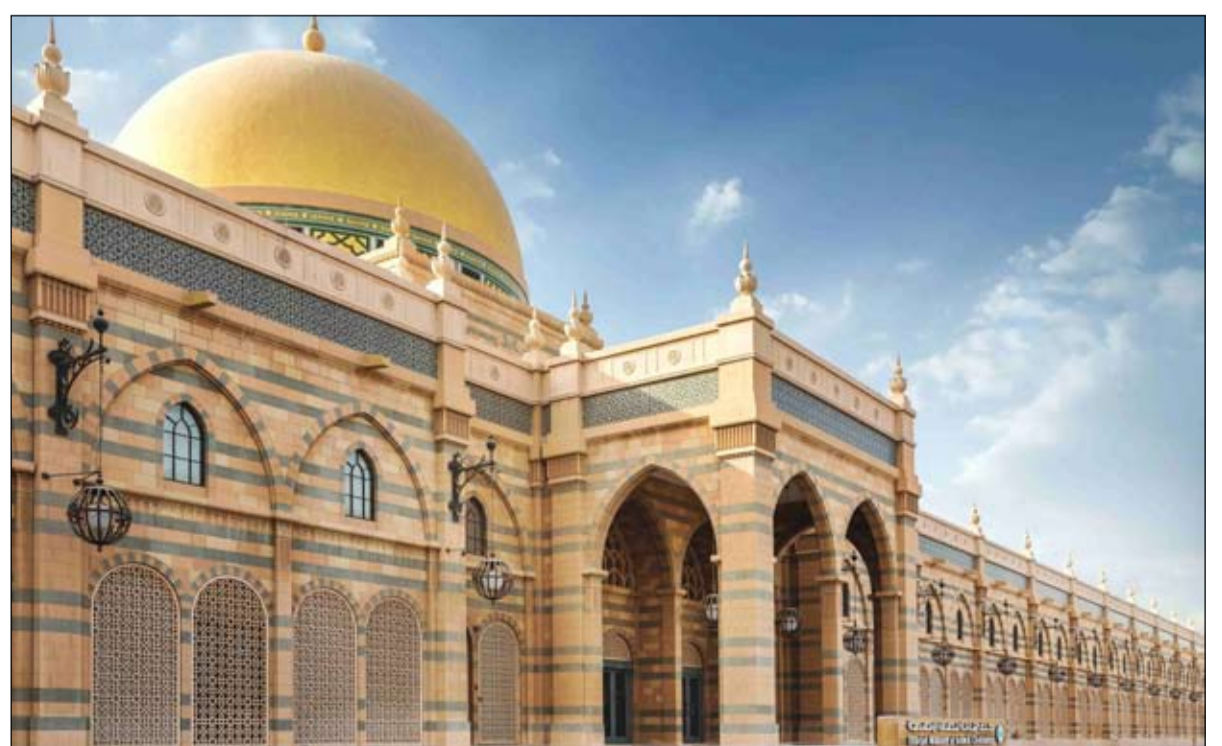
معرض "زينة البلاط الملكي الهندي" المؤقت في شهره الأخير، الذي تنظمه هيئة الشارقة للمتاحف بالتعاون مع دار الآثار الإسلامية بدولة الكويت، حتى الـ 14 أبريل. يهدف المعرض إلى رصد ملامح التأثر المتبادل بين الحضارة الإسلامية والعربية والهندية، وإبراز التراث الثقافي الغني الذي يربط هذه الحضارات من خلال معروضات تأتي من مجموعة المرحوم الشيخ ناصر صباح الأحمد الصباح والشخبة حصة سالم الصباح من الكويت.

والتقنيات الحديثة، مما يفتح المجال لتطوير فهم أعمق وتحقيق إنجازات أكبر في مجتمعنا المتغير باستمرار. وشكرها لكليات التقنية العليا لما تقدمه دعماً للحراك المعرّج للأجيال الناشئة من أجل دعم مستقبل دولة الإمارات العربية المتحدة. وقد أكد الدكتور شوقي خريباش بأن القراءة هي أساس العلم والتقدم والرقي في المجتمع، كما أنها الاستثمار الحقيقي للوقت وهي أهم مقومات التعلم المستمر والنمو المعرّج والعلمي لجميع أفراد المجتمع. وعبر الدكتور خريباش عن تقديره وشكره للجهود المستمرة لسمو الشخبة الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان في دعم مبادرات القراءة وتعزيز الثقافة الأكاديمية والمعرفية في كليات التقنية العليا.

مع توجهات والتزام هيئة الشارقة للمتاحف نحو تعزيز الثقافة الإسلامية والتعريف بها، فرصة دخول المتحف مجاناً طوال شهر رمضان، بهدف تشجيع أفراد المجتمع على زيارة المتحف والتجول بين معروضاته العريقة بما يسهم في تعزيز الوعي بالثقافة الإسلامية. حيث تبذل الهيئة جهوداً لافتة للتعريف بالمتاحف وأنشطتها المختلفة التي تناسب جميع أفراد العائلة في جميع المواسم. وكشفت الهيئة عن طرح عدد من ورش العمل التعليمية

الشارقة للحضارة الإسلامية إلى الاحتفاء بروح الشهر الفضيل وقيمته النبيلة عبر تقديم العديد من الأنشطة الترفيهية والثقافية والتعليمية التي تناسب كافة أفراد الأسرة تزامناً مع إجازة الفصل الدراسي الثالث لطلاب المدارس لتوفير أوقات مليئة بالترفيه التعليمي للعوائل بصحبة أبنائهم، والتي يلقى بعضها الضوء على طقوس رمضانية متنوعة لدى الثقافات المتعددة. وتتيح فعالية "لمة رمضان" التي يأتي تنظيمها منسجماً

تطلق هيئة الشارقة للمتاحف فعالية "لمة رمضان" العائلية لأول مرة في نسختها الجديدة خلال الشهر الفضيل من الـ 23 وحتى 25 مارس الجاري في متحف الشارقة للحضارة الإسلامية مرحبة بالزوار من التاسعة مساءً وحتى منتصف الليل. وتهدف فعالية "لمة" في هذه النسخة الرمضانية في متحف



منوعات

الفكر

27

السلسلة السينمائية مستمرة في إنتاج أفلام وأعمال أخرى متفرعة من الأصل. الأرباح مغرية، وهذا كافٍ لاستمرار تخرّج له حبات، تتركز على أسس مكرّرة، أبرزها مطاردات متنوعة، برأً وجوّاً وبحراً، وقتال بالأيدي، واستخدام أسلحة وتقنيات متطورة للغاية. العائلة أساسية بالنسبة إلى الشخصية الأولى، وهما (العائلة والشخصية) تُعتبران العمود الفقري لـ "سريع وغاضب"، تلك السلسلة المنتجة منذ عام ٢٠٠١، وإخراج أول فيلم معقوداً على الأميركي روبرت كوين، والإيرادات الدولية تبلغ ٢٠٧ ملايين و٥١٧ ألفاً و٥٠٩ دولارات أميركية (إلى مليون و٧٠ ألفاً و٣٦٠ بطاقة مباعاً في فرنسا)، مقابل ميزانية إنتاجية تساوي ٣٨ مليون دولار أميركي.

«سريع وغاضب 10»: مطاردات غير منتهية من أجل العائلة



مقابل ميزانية إنتاجية تبلغ ملياراً و809 ملايين دولار أميركي. هذا معني فقط بموقع السلسلة في المشهد السينمائي العام. التجاري طاع، والأرباح، متفاوتة الحجم بين فيلم وآخر، دافعاً إلى مزيد من حلقات، يتفان كل مخرج في ابتكار "جديد" في جانبها التشويقي البحث، الذي يتجاوز كل منطق وواقعية، بهدف إشارة الحماسة والانفعال في مشاهدين ومُشاهدين، يتجاوزون صدمة مقتل واكر، ويتابعون حلقات لاحقة على آخر ظهور له في الحلقة الـ7 نفسها، التي يوئل نهاؤها بسبب الحادث، علماً أن للممثل فيها مشاهد غير مُصوّرة. في "سريع 10"، يظهر داني رئيس (جايزون مومو) في حياة فريق دومينيك توريتو، لينتقم لوالده، هرمان (دي أليدا)، الذي يُقتل في عملية سرقة أمواله في ريودي جينيرو (الحلقة 5، لجاستن لين، 2011)، كما بعد مشاهدته السرقة إلى جانب والده. كما تظهر تين (بيري لارسن)، ابنة "السيد لا أحد" مقابل ميزانية إنتاجية تبلغ ملياراً و809 ملايين دولار أميركي.

وخوض معارك بأسلحة نارية مختلفة: دواين "روك" جونسون وجايزون ستاتام وغال غاموت وكيرت راسل وجواكيم دي أليدا وتشارليز ثيرون، وغيرهم. الحلقة الـ7، المنتجة عام 2015 مع المخرج جايمس وان، لا تزال، إلى الآن، أكثر الحلقات تحقيقاً لإيرادات دولية: مليار و516 مليوناً و45 ألفاً و911 دولاراً أميركياً، مقابل ميزانية إنتاجية تبلغ 250 مليون دولار أميركي. الحلقة الأخيرة، "سريع 10" (2023)، للفرنسي لوي لُترييه، الذي سينجز حلقة أخرى، يُفترض بعروضها التجارية أن تبدأ في النصف الثاني من عام 2025، علماً أن العروض التجارية الفرنسية للحلقة الأخيرة حصلت في 17 مايو/أيار 2023، قبل يومين اثنين فقط على بدء عروضها التجارية الأميركية. أما الإيرادات الدولية لأفلام السلسلة كلها، فتُحقّق 7 مليارات و324 مليوناً و485 ألفاً و804 دولارات أميركية،



انتقادات لكيم كارداشيان بسبب ترويجها لأسرة التسمير على "تيك توك"!



I'm Kim Kardashian, of course... (SKKN Office Edition)

تعرضت كيم كارداشيان لانتقادات من المعجبين والأطباء بعد الترويج لأسرة التسمير، على الرغم من خطر تسببها بالسرطان. وانضمت كارداشيان إلى ترند حقق انتشاراً على "تيك توك" تحت عنوان "بالطبع"، لتكشف في مقطع فيديو عن وجود سرير تسمير في مكتبها. وحذرنا أطباء الجلد على التطبيق من المخاطر الصحية العديدة الناجمة عن استخدام أسرة التسمير، خاصة بالنظر إلى تاريخ عائلتها مع سرطان الجلد. وأظهرت الدراسات أن التسمير الداخلي يزيد من خطر الإصابة بالنوعين الأكثر شيوعاً من سرطان الجلد: سرطان الخلايا الحشرية بنسبة 58% وسرطان الخلايا القاعدية بنسبة 24%. وتعرضت كيم (43 عاماً) لانتقادات لتأييدها ممارسة يمكن أن تعرض الملايين من متابعيها للخطر. وقال طبيب الأمراض الجلدية في دوفر، الدكتور سكوت والتر: "كيم، دون قلة احترام، ولكن لماذا لديك سرير تسمير بينما أختك لديها تاريخ من سرطان الجلد؟ (في إشارة هنا إلى كلوي). وإذا كان لديك تاريخ عائلي للإصابة بهذا المرض، فإن خطر الإصابة بالميلانوما يرتفع بنسبة 74%. وهذا بالإضافة إلى خطر التسمير الداخلي والورم الميلانيني وحده. دعونا لا ننسى التسمير في الأماكن المغلقة". وتطلق أسرة التسمير بشكل أساسي ضوء الأشعة فوق البنفسجية، وهو النوع الذي يمكن أن يؤدي بسهولة إلى ظهور التجاعيد وغيرها من علامات الشيخوخة المبكرة، وفقاً لمؤسسة National Psoriasis. وتوصح الأكاديمية الأميركية للأمراض الجلدية (AADA) بشدة بعدم استخدام سرير التسمير للحصول على توهج كارداشيان المرغوب فيه. وفي حين أن معدلات استخدام أسرة التسمير أخذت في التناقص، أفادت AADA أن ما يقرب من 7.8 مليون أمريكي لم يتم تثبيته عن ذلك.



الفكر

المكسرات تخفض خطر الوفاة بالنوع الثاني من داء السكري

اكتشف علماء جامعة هواتشونغ الصينية للعلوم والتكنولوجيا، أن تناول المكسرات يخفض خطر الوفاة بالنوع الثاني من داء السكري. وتشير مجلة The Journal of Nutrition، إلى أن الباحثين درسوا وحلوا بيانات المشاركين في المسح الوطني لفحص الصحة والتغذية (1999-2014). وخلال فترة متابعة الحالة الصحية لـ 35632 مشترك توفى منهم 1174. ووفقا للباحثين، ارتبط الإكثار من تناول المكسرات بانخفاض خطر الوفاة بجميع الأسباب بما فيها النوع الثاني من داء السكري، حيث اتضح أنه كلما زاد تناول الشخص للمكسرات، يقل الخطر أكثر. واستنادا إلى ذلك أجروا تعديلا في نمط الحياة والنظام الغذائي

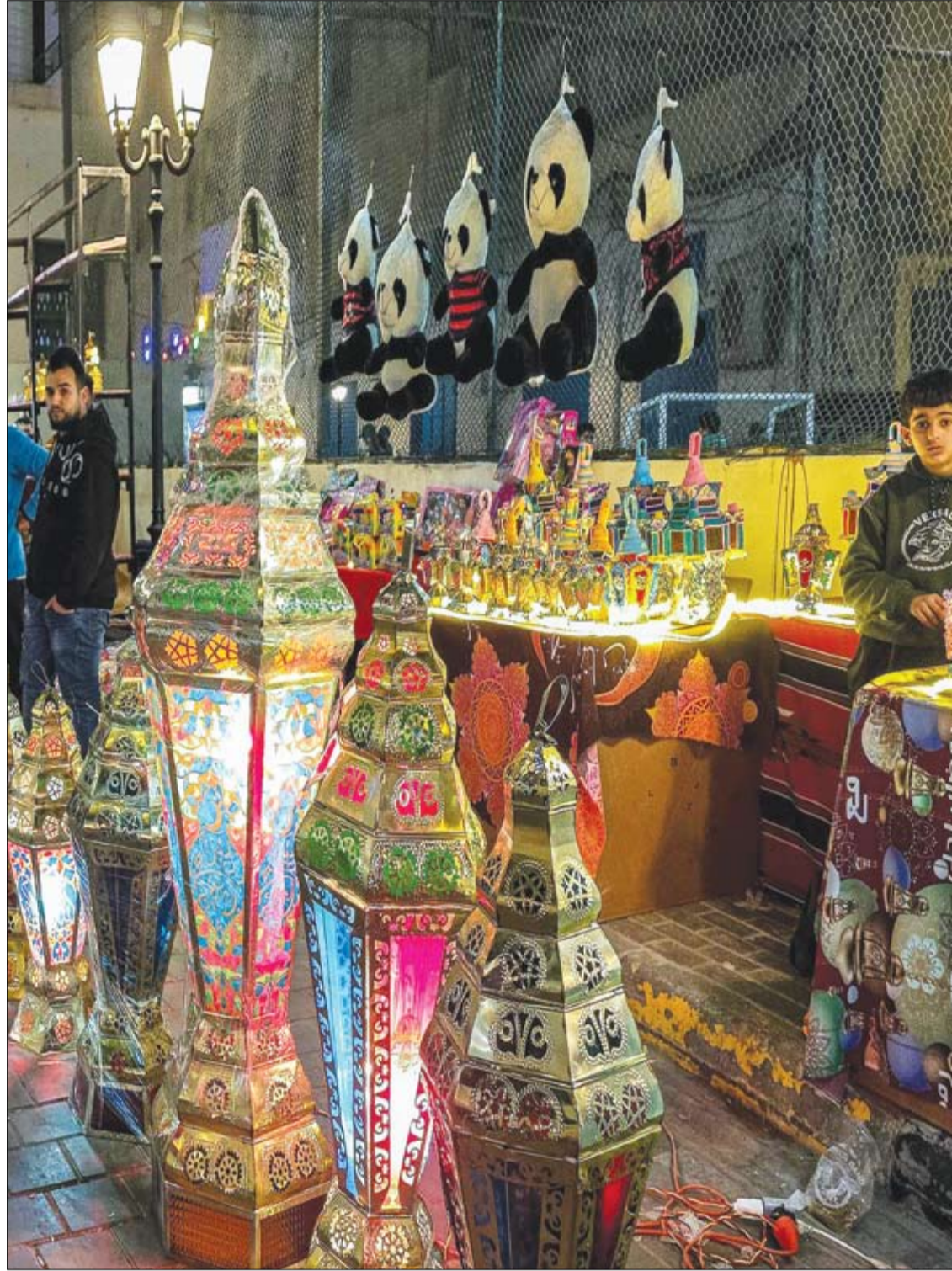


ما هي وجبة الفطور الصحية لتقليل خطر الإصابة بالنوبات القلبية؟

وجد فريق من العلماء أن وجبة الفطور يمكن أن تقلل من خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية، ولكن ذلك يعتمد على ما تأكله. وتبين أن مبادلة بيضة بحضنة من المكسرات يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة تصل إلى 17%. وفقا لتحقيق أجراه العلماء حول الأطعمة النباتية "العصرية". وتقول المراجعة، التي نشرت في مجلة BMC Medicine، إن استبدال بيضة واحدة يوميا بـ 25 إلى 28 غراما من المكسرات يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب بنسبة 17%، والسكري بنسبة 18%، والوفاة المبكرة بنسبة 15%. ومع ذلك، لم يستنتج العلماء أنه يجب إلغاء البيض تماما من نظامك الغذائي. وفي حين أن بعض الخبراء حذروا منذ فترة طويلة من أن البيض مضر للقلب، إلا أن الأمر كان مطروحا للنقاش حيث يقول آخرون إن هناك حاجة إلى مزيد من الأدلة. وتظهر النتائج التي شاركها المركز الألماني لأبحاث مرض السكري، عدم وجود فائدة من استبدال الأسماك والماكولات البحرية بالخيارات النباتية، ولا يوجد دليل على أن استبدال منتجات الألبان يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. ووجد الفريق أن الأشخاص الذين استبدلوا 50 غراما من اللحم الصنعة بكمية مماثلة من البقوليات أو العدس أو الحمص أو الفاصوليا، انخفض لديهم خطر الوفاة بسبب أمراض القلب أو الإصابة بها بنسبة 23%. وكان الخطر أقل، بنسبة 27%، إذا تناولوا 28 إلى 50 غراما من المكسرات بدلا من اللحم الصنعة.

خير يكشف تأثير المخدرات المدمر على الصحة

تؤثر المواد المخدرة على الصحة بشكل مدمر، حيث عند دخولها إلى الجسم تدمر ليس فقط شخصية الإنسان، بل أعضاء وأنظمة الجسم الداخلية أيضا. ويقول الدكتور أنطون دينيسينكو عالم المخدرات في حديث لصحيفة "إيفيستيا": "تعاني أولا، منظومة الناقلات العصبية، المسؤولة عن تنظيم إحساسنا بالعالم ونفسنا. ثم تظهر حالات القلق واضطرابات النوم واضطراب التكيف في المجتمع ونوبات الاكتئاب والهوس والهوس. وينتهي الأمر في أحيان كثيرة بالأشخاص غير القادرين على التعامل بوعي إلى الانتحار". ووفقا له يعاني القلب والأوعية الدموية، لأن المواد المخدرة إما تبطئ نبضات القلب، أو تسرعها بشكل كبير، ما قد يسبب ارتفاع ضغط الدم والنوبات القلبية واحشاء عضلة القلب والسكتة القلبية. ويقول: "عند دخول المواد المخدرة خلال الجهاز التنفسي العلوي، يحدث التهاب في الجهاز القصي الرئوي، ما قد يؤدي لاحقا إلى الربو أو التهاب الشعب الهوائية أو صعوبة التنفس أو السرطان. بالإضافة إلى ذلك، يتأثر الجهاز الهضمي، ما قد يؤدي إلى الإمساك والإسهال والغثيان والقيء. ويعاني الكبد والمعدة أيضا، وقد يتطور التهاب المعدة والقرحة وحتى السرطان".



بائع يبيع فوانيس رمضان في البلدة القديمة بالعاصمة الليبية طرابلس. (ا ف ب)

قرأت لك

عصير الجزر



لا تقتصر فوائد الجزر على تقوية وتعزيز الإبصار، ولكنه يحمل العديد من الفوائد الصحية التي تجعله من أهم العناصر الغذائية التي لا غنى عنها، ومن بين فوائده قدرته على خفض الوزن الزائد ولهذا يعتبر مشروبا جيدا لمن يتبع نظاما للتخسيس. وينصح دكتور محمد حلمي استشاري التغذية العلاجية والسمنة والنحافة بتناول عصير الجزر كجزء من نظام التخسيس قائلا إنه يساهم في رفع معدل الحرق وخفض الوزن.

كما أشار استشاري التغذية إلى الفوائد المتعددة التي يتمتع بها عصير الجزر قائلا إنه مفيد جداً في علاج الأنيميا خاصة لدى الأطفال. وأضاف، أن عصير الجزر عند إضافة الرمان إليه يساعد في زيادة خصوبة الرجال وزيادة الرغبة الجنسية لديهم، كما توفر تركيبة الجزر وقاية وعلاجاً لمرض الاسهال الرئوي المزمن. وأشار إلى أن كوب عصير من الجزر يحتوي على 94 سرعة حرارية، و2.24 جرام من البروتين، و0.35 جرام من الدهون، و21.9 جرام من الكربوهيدرات. وبحسب دراسات عديدة، يحمي تناول عصير الجزر بانتظام من 3 أنواع من السرطان تصيب الدم (اللوكيميا)، والمعدة، والثدي.

سؤال وجواب

- ما هي أصلب مادة في جسم الإنسان؟
- المينا بالأسنان
- كم ضلعا في جسم الإنسان العادي؟
- 24 ضلعا
- ما المصطلح الطبي الذي يعني فقدان الذاكرة؟
- أميبيا
- ما هي أكبر ثلاث محيطات في العالم من حيث الاتساع؟
- المحيط الهادي - المحيط الأطلسي - المحيط الهندي
- ما الكوكب الذي يقارب الأرض في الحجم والكتلة؟
- الزهرة
- كم دولة في قارة أمريكا الشمالية؟
- دولتان

هل تعلم؟

- تعلم أن الذهب يوزن بالجرام و الماس بالقيراط
- هل تعلم أن عدد بحور الشعر هو : ستة عشر بحراً
- هل تعلم أن آلة الاسطرلاب آلة فلكية تقياس ارتفاع الكواكب
- هل تعلم أن اول حيوان سار على قدميه في التاريخ هو الديناصور
- هل تعلم أن الرازي اول من استخدم الخيوط في الجراحة
- هل تعلم أن اول دبابية في العالم كانت موجودة في بريطانيا
- هل تعلم أن أشعة الليزر أقوى من أشعة الشمس بأربع مرات
- هل تعلم أن اللغة المالطية هي أكثر اللغات تأثراً باللغة العربية
- هل تعلم أن العنبر يستخرج من أمعاء حوت العنبر وهو مادة قيمة في صناعة العطور
- هل تعلم أن زرقاء اليمامة كانت تبصر الشيء من مسيرة ثلاثة أيام
- هل تعلم أن أول من أشاروا إلى تفشيت الحصى في المثانة هم الأطباء العرب
- هل تعلم أن - الرأارة - تعني تحريك العينين وإدارتهما لتسديد النظر على الهدف
- هل تعلم أن الجاذبية على القمر تساوي سدس الجاذبية على الأرض

قصة الميراث

ابا صالح رجل عجوز عاش حياته يشقى ويتعب حتى أصبح من اغنياء قريته، في احد الايام جلس في داره ينظر لابنه صالح وهو حزين.. لم يكن لديه غيره لذلك كان يوفّر له كل ما يتمناه ورغم ذلك جاءت الامور على عكس ما تمنى الاب فلم يكن صالح الا فتى مدللاً وحيداً لا يأبه بشيء، لا يعمل، ولا يفكر في العمل، لذلك قال ابو صالح لزوجته ام ابنه: عندما اموت لن يعرف صالح قيمة المال بل سيصرفه على هواه وملذاته وسيبتي المال في زمن قليل بعدها ربما تعيشون في فقر وربما لا تجدون ما تعيشون فيه فكيف تصلح حاله؟.. فكرت ام صالح كثيراً ثم قالت اترك الامر لي ربما استطعت ان افعل معه شيئاً.. ذهبت الام بطيبتها وحنانها إلى ابنتها وقد احتنت رأسها وظهر عليها الحزن وعندما اقترب منها صالح وسألها ماذا بك يا امي.. بكت بحرارة من كل قلبها وبالطبع فهي تبكي لحزنها على ولدها لكنها ادعت ان حزنها سببه لا يهيمه.. فقال بل يهمني كل ما يجري هنا احكي لي ارجوك.. فقالت وتقسّم ان لا تقول لايبك فقال اقم فقالت الام ان اباك يمر بظروف مالية سيئة جدا وقد خسر معظم ماله في إحدى الصفقات والان نحن على وشك ان لا نجد قوت يومنا وهو لا يريد ان يخبرك فهو يقول انك فتى مدلل ولست برجل حتى تتحمل هذا الخبر وانك لن تهتم بالامر وتعيش على امل ان ترث ما سيتركه لتعيب به فكيف لو عرفت انه لن يترك لنا غير الفقر.

حزن صالح بسبب ما اصاب والده وايضا حزن لان والده لا يراه الا فتى مدللاً.. فنام ليلته قلقاً وفي الصباح كان قد عزم على امر ما، فخرج مبكراً يبحث عن عمل يقوم به ويكسب منه ما يسد احتياجاته واحتياجات ابيه وامه.. وبالفضل مع سعيه الجاد وجد عمالاً وقيلاً بل وداوم عليه منذ الصباح إلى المساء وفي نهاية الاسبوع الاول منحه صاحب العمل اجرته فاخذها وهو سعيد ويكاد قلبه ان يقفز فرحاً وحمل المال لوالده وكانه يحمل كنزاً، وقال له يا ابي هذا المال كسبته من عملي.. فامسك الاب الدنانير والتي فيها في الوقت فانزعج صالح واسرع وامسك الدنانير وكاد ان يحرق اصابعه وقال لماذا.. انا تعبت في هذا المال لآتي به.. ولماذا تفعل ذلك. ابتمس الاب واخذ المال من يده وقال الان انت بالفعل ولدي وهذا المال كسبته من تعبك واحسنت بطعمه وكيف هو غالي لقد اسعدت قلبي وتستحق ان ترث اموالي بعد ان عرفت كيف تعبت لاوفر لك هذا المال.

مساحة للتلوين

