

صحة تطلق عيادات تخصصية أيام السبت عبر شبكتها بهدف تسهيل الوصول للخدمات الصحية



نسرين أمين:

هؤلاء هن نجمات رمضان لهذا العام



هل يعد إجراء عملية جراحية

ص 23 آمنة بعد الإصابة بـ "كوفيد-19"؟

## الركوب.. حذاء الرجل السوداني من جلود الثعابين

(يا بلدي يا محبوب، جلابية وتوب، سروال ومركوب)، هكذا تفتن المطرب السوداني الراحل محمد وردى، بكلمات تمتدح الزي القومي السوداني.

كانت كلمات الشاعر الكبير سيد أحمد الحردلو، الذي عمل مدرساً، ثم أصبح شاعراً وانتقل إلى العمل بالسلك الديبلوماسي، حيث كان سفيرا ووزيرا مفوضاً.

و"المركوب" هو الحذاء الذي يصنع يدويا من جلود الأفاعي والثعابين، واتخذ حيزاً في راحة "الحردلو" ذاتها الصيت سألقة الذكر، من واقع أهميته وزميرته الوطنية، فهو المكمل لزي الرجل السوداني وأناقته.

ولم يكن "المركوب" مجرد حذاء يرتديه السودانيون لحماية أرجلهم كغيره من الملبوسات كما يقولون، بقدر ما يحمل رمزية تجعله في مصاف الموروثات الوطنية التاريخية التي لا تقبل التراجع أو التخلي عنها.

ورغم مضي مئات السنين على ابتكار هذا الحذاء بواسطة قدماء السودانيين، لا يزال "المركوب" يحتفظ بمكانته عند أهل هذا البلد ولم تجرئه أمواج الحداثة، كما حدث مع موروثات أخرى، حيث يندر خلو منزل سوداني من المركوب.

ويصنع المركوب يدوياً بواسطة حرفيين يطلق عليهم محلياً "تفتيت" وفي بعض المناطق "سكافية" ويتواجدون في كافة بقاع السودان، لكن أكثرهم في إقليم دارفور وكردفان.

## الكشف عن جيب أدبيل الجديد

أفادت صحف عالمية ان النجمة العالمية أدبيل قد تحطت أزمته مع زوجها السابق سيمون كوناتي وبدأت علاقة حب مع الوكيل الرياضي الأمريكي ريتش بول وقد أكدت مصادر مقربة من الثنائي أنهما فعلاً يتواعدان منذ فترة وتأتي هذه الأخبار بعد أن شوهد الثنائي جالس في اللعب وهما يشاهدان نهائيات الدوري الأمريكي للمحترفين لكرة السلة.

ويبلغ ريتش من العمر 39 سنة بينما أدبيل عمرها 33 سنة اي ان حبيبها الجديد يكبرها بـ 6 سنوات مع الاشارة ان للفنانة الشهيرة ابن من زوجها السابق.

## أسباب تدفك لممارسة الرياضة

### مع الموسيقى على الدوام

يعمد الكثير من الأشخاص إلى ممارسة التمارين الرياضية جنباً إلى جنب مع الاستماع للموسيقى دون أن يعلموا بأن الجمع بين الرياضة والموسيقى في آن معاً ينطوي على فوائد عديدة.

فيما يلي مجموعة من فوائد الاستماع للموسيقى أثناء ممارسة الرياضة، وفق ما أورد موقع "إم إس إن" الإلكتروني:

#### التحفيز على زيادة الجهد

يقول المدرب كوستاس كارجرجيس من كلية الرياضة والتعليم بجامعة برونييل بلندن، إن الموسيقى دواء للرياضيين، فهي تحفز الرياضي على بذل المزيد من الجهد، وتقلل شعوره بالتعب، إضافة إلى أنها تعزز قدرته على التحمل بنسبة قد تصل إلى 15%.

#### تقليل الألم

أظهرت دراسة أجريت عام 2013 في جامعة ماكجيل، أن الاستماع إلى الموسيقى يقلل من متطلبات الأدوية الأفيونية في آلام ما بعد الجراحة. ويقول الخبراء، إنه في حين أن الموسيقى ليست بديلاً عن الأدوية للتحكم بالألم المزمن، فقد تشتت انتباهك عن الأوجاع أو الآلام الطبيعية أثناء ممارسة الرياضة.

#### تعزيز السعادة بشكل طبيعي

تعزز الموسيقى بشكل طبيعي "الدوبامين"، وهو الناقل العصبي الذي يحرك نظام المكافأة في دماغك. يمكن أن يمنحك الاستماع إلى الموسيقى أثناء التمرين جرعة من الدوبامين، مما يؤدي إلى الشعور بالراحة. في الوقت نفسه، تعزز التمارين الرياضية السيروتونين، وهو ناقل عصبي يعزز الحالة المزاجية.

#### تقليل التوتر والقلق

يمكن أن يساعدك الاستماع إلى الموسيقى المناسبة أثناء التمرين أو فصل اليوجا، على الاسترخاء والاستفادة من فوائد الاسترخاء خلال بقية يومك. وفقاً لمراجعة عام 2013 نُشرت في دورية "ترندزين كوغنيتيف ساينس"، فإن الاستماع إلى الموسيقى يمكن أن يقلل من مستويات التوتر.

#### تعزيز المناعة

لقد ثبت أن الموسيقى تعمل على تحسين الحالة المزاجية وتقليل التوتر، كما ذكرنا سابقاً، وهذا يؤثر بدوره بشكل إيجابي على مناعة الجسم.

#### تمرين الدماغ

أنت تقوم بتمرين جسمك، فلماذا لا تشغل عقلك في نفس الوقت؟ بحسب البروفيسور دانيال جيه ليفيتين، فإن النشاط الموسيقي يشمل تقريباً كل منطقة من الدماغ، وكل نظام فرعي عصبي. يقوم جزء من دماغك بفك تشفير درجة الصوت والإيقاع بينما يتم تحفيز الأجزاء الأخرى بواسطة كلمات الأغاني.

#### 6 أطعمة قبل ممارسة الرياضة

حددت كاتي ديفيسون، وهي أخصائية تغذية كندية



#### حاصلة على درجة الماجستير في علوم الغذاء والتغذية، ستة أنواع من الطعام تساعد على درء الجوع وزيادة الطاقة أثناء التمرين.

فيما يلي نصائح تقترحها ديفيسون، موضحة ما يجب أن يؤكل قبل التمرين اعتماداً على التمرين الذي يختاره المرء، وفق موقع إم إس إن: تمارين القلب عالية الكثافة لمدة قصيرة من المستحسن تناول وجبة خفيفة تحتوي على 15 إلى 75 غراماً من الكربوهيدرات قبل 30 إلى 60 دقيقة من التمرين الصباحي، وقطعة من الخبز المحمص مع زبدة الجوز أو الموز أو مشروب حليب نباتي.

#### تمارين القلب عالية الكثافة لمدة طويلة

إذا كانت تمارين الكارديو أطول، لمدة ستين دقيقة أو أكثر، فإن الخبيرة توصي بنفس المقدار من الكربوهيدرات السابقة، مع إضافة بعض البروتين وتقتصر هنا البيض المخفوق والخبز المحمص أو الخبز الصغير مع الجبن أو زبدة الفول السوداني، ويمكن أن يضاف إلى ذلك عصير الفاكهة مع بعض مسحوق البروتين.

#### تمارين معتدلة الكثافة لمدة طويلة

إذا كنت تمارس تمارين المشي أو اليوغا لمدة ساعة، فإن طعاماً قليلاً عالي البروتين يمكن أن يكون اختياراً موفياً، مثل بيضتين أو كوب من الجبن القريش أو نصف قطعة بروتين وذلك سيوقف الإحساس بالجوع دون الشعور بالشبع.

#### تمارين إنقاص الوزن

وفيما يتعلق بإنقاص الوزن، فيمكن التخلي عن تناول الطعام قبل التمرين إذا كان ذلك ممكناً، ولكن لابد من تزويد الجسم بأطعمة كاملة الكربوهيدرات والبروتينات

الكاملة المعالجة بأقل قدر ممكن كالحم البقر المقدد أو البيض أو الحليب أو دقيق الشوفان أو الخبز المحمص.

#### تمارين زيادة حجم العضلات

إما إذا كان التمرين يعمل لزيادة حجم العضلات قليلاً، فإنه من غير الضروري تناول الطعام قبل التمرين، ولكن يمكن تناول الأطعمة التي تحتوي على الكربوهيدرات والبروتين قبل حوالي ساعة إلى ثلاث ساعات من التعامل مع الأوزان التي تستخدم في التدريب.

#### تمارين رفع الأثقال

وفي نصيحتهن لرافعي الأثقال ترى ديفيسون أن تمارين القوة تتطلب دفعات أكبر من القوة، ولكنها تتطلب في الواقع وقوداً أقل، لذلك فإن مزيجاً متوازناً من الكربوهيدرات والبروتين قبل ساعة أو أكثر من التمرين يمكن أن يوفر الطاقة التي يحتاجها رافع الأثقال، كالزبادي اليوناني وحفنة من الفاكهة، أو شطيرة البيض مع الخبز، أو دقيق الشوفان، أو لحم البقر المقدم مع بعض العصير الخالي من السكر.

## حيلة بسيطة لمنح ملابسك رائحة منعشة

كشفت إحدى مستخدمات تيك توك عن أهم نصائحها لضمان خروج الملابس برائحة منعشة من الغسالة في كل مرة.

وفي منشور على تيك توك، كشفت كارولينا مكولي عن كل خطوة في كيفية تنظيف ملابس عائلتها، حيث تبدأ المرأة الأسترالية بإضافة بضع قطرات من الزيوت الأساسية العطرية إلى كرات تجفيف الصوف، مما يساعد التنسيج على الحصول على رائحة "مذهلة" بعد ذلك.

وإذا كنت تحاولين التخلص من البقع المزعجة، توصي كارولينا بغسل الملابس بشكل مسبق عبر نفعها في مزيج البقع مع الضغط على منشفة ورقية في الأعلى. وبعد إفراغ الغسالة، اتركي الباب ووعاء المنظفات مفتوحين حتى تجف، مما يساعد على منع تراكم الأوساخ والعفن.

وتعمل كرات التجفيف عن طريق المساعدة في منع الملابس من التكتل في الغسالة، وإذا لم يكن لديك كرات تجفيف في المتناول، يمكنك بدلاً من ذلك وضع بضع كرات تنس.

وبينما قد يكون من المفري ترك الملابس النظيفة ملقاة في سلة الغسيل، تقترح كارولين طيها بدقة على الفور للمساعدة في منع التجاعيد التي ستعيق عليك كبتها لاحقاً، بحسب صحيفة ذا صن البريطانية.

وتمت مشاهدة مقطع الفيديو أكثر من 24000 مرة، مع أكثر من 800 إعجاب، وكتب أحد الأشخاص "أحببت فكرة الزيوت العطرية في كرات التجفيف".

## عصير الطماطم . . كنز صحي يحارب الشيخوخة

تعتبر الطماطم من المواد الغذائية المغذية والشبعة، علاوة على أن اختصاصيي الحميات الغذائية يوصون بتناول عصيرها الطازج.

وبحسب ما نشره موقع Boldsky، ينصح الخبراء بتناول حوالي 240 مل أو كوب من عصير الطماطم يومياً للحصول على فوائده.

ويوصي خبراء التغذية بتناول عصير الطماطم طازجاً أو يتم التأكد من محتوى الصوديوم في المنتجات المحفوظة منها، لأن زيادة الصوديوم يمكن أن تؤثر سلباً على الصحة.

وفقاً لدراسة علمية، يحتوي عصير الطماطم على العديد من المركبات النشطة بيولوجياً مثل غابا، وهو حمض أميني طبيعي يعمل كناقل عصبي للدماغ، والليكوبين، وهو صبغة طبيعية تعطي الطماطم اللون الأحمر وجليكوسيد الستيريود سبيروسولان، الذي يمد الجسم بالعديد من الفوائد. وتشمل الفوائد الصحية: يخفض الكوليسترول يساعد عصير الطماطم، الذي يحتوي على 13-oxo-ODA، وهو أحد ناهضات ألفا PPAR القوية، على خفض مستويات الكوليسترول المرتفعة في الجسم، والتي يمكن أن تؤدي إلى الإصابة بتصلب الشرايين والسكتة الدماغية ومشاكل الدورة الدموية الأخرى.

ويساعد استهلاك عصير الطماطم في تنظيم التمثيل الغذائي للدهون والالتهابات والتكاثر المرتبطين به، وبالتالي يقدم وقاية من الأمراض المزمنة المرتبطة بخلل استقلاب الكوليسترول.



## وصول دين من لبنان إلى الولايات المتحدة

وصل ديان مهديان بالانقراض إلى الولايات المتحدة قادمين من إحدى حدائق الحيوان في لبنان، في محاولة لإنقاذها بعد أن عانا مشاكل صحية.

وتم تخدير الدين قبل شحنهما ونقلهما حديقه حيوان بمدينة صور جنوبي لبنان، لأكثر من 10 سنوات.

وعانى الدين هومر وأوليسيس من سوء التغذية كما نقص وزنهما كثيرا مؤخرا، الأمر الذي دفع منظمات تعنى بحقوق الحيوانات لإنقاذ مالك الحديقه بضرورة نقلهما لمكان أفضل. وغادر الدين مطار بيروت الدولي على متن الخطوط الإماراتية، ومن دبي انتقل إلى الولايات المتحدة، وقصدا أكده مسؤولو المنظمة المشرفة على نقلهما لـ "سكاي نيوز عربية".

والحيوانان من فصيلة الدببة السورية البنينية المهدة بالانقراض، التي كانت تظهر كثيرا في وقت سابق في سلسلة جبال لبنان الشرقية. وأدهشت لقطات صورت عام 2004 الرأي العام اللبناني ومحبي الحيوانات، بعدما شوهد دب سوري للمرة الأولى منذ أكثر من 50 عاما.



## عن عمله السياق السردي في الشعر العربي المعاصر

# زكي نسيبة يستقبل الدكتور يوسف حطيني الحائز على جائزة الشارقة لنقد الشعر العربي المعاصر

التخيل (دراسات في الرواية الإماراتية). وعن علاقته بالجوائز، نجد أن الدكتور حطيني حاز على العديد من الجوائز الأدبية والتي من أهمها نيله مؤخرا المركز الثالث في جائزة الشارقة لنقد الشعر العربي، من بين 107 باحثين من مختلف الأقطار العربية. كما شارك كعضو في لجان تحكيم أدبية متعددة من مثل جائزة الشارقة للإبداع العربي لعدة سنوات، وجائزة أفضل رواية إماراتية (معرض الشارقة للكتاب)، وجائزة أفضل رواية عربية (معرض الشارقة للكتاب).

وهنا معاليه، الدكتور حطيني على إنجازاته الإبداعية ومسيرته الأدبية المتميزة التي تشكل نموذجا مثاليا ينبغي أن يُحتذى به على كافة الأصعدة، مشيدا بمسيرته التربوية على مدى أكثر من عشر سنوات في جامعة الإمارات، والتي شهدت مساهمته المتميزة في تأليف جميع الكتب والمناهج التي تم تدريسها ورقيا وإلكترونيا في برنامج اللغة العربية، إضافة إلى مهاراته الإبداعية المحسوسة في مجال القصة والشعر والدراسات الأدبية والتي ساهمت في حصوله على العديد من الجوائز على

العين - الفجر

استقبل معالي زكي أنور نسيبة، المستشار الثقافي لصاحب السمو رئيس الدولة، الرئيس الأعلى لجامعة الإمارات العربية المتحدة في صباح اليوم، الدكتور يوسف حطيني، الحاضر في برنامج اللغة العربية بالكلية الجامعية في جامعة الإمارات، والحائز على المركز الثالث في جائزة الشارقة لنقد الشعر العربي المعاصر عن عمله "السياق السري في الشعر العربي المعاصر".



## خلال عطلة نهاية الأسبوع

# صحة تطلق عيادات تخصصية أيام السبت عبر شبكتها بهدف تسهيل الوصول للخدمات الصحية

الظفرة لطب الأسرة. وفي مدينة الشيخ خليفة الطبية، ستقدم عيادات أيام السبت خدماتها المتعلقة بطب أمراض الدم والأمراض للأطفال، والأمراض العصبية للأطفال، وأمراض الكلى وأمراض القلب للأطفال، وعيادة المسالك البولية، بين الساعة 10:00 صباحا والساعة 2:00 ظهرا، في حين ستفتتح عيادات أيام السبت في مدينة الشيخ شخبوط الطبية لأمراض النساء والولادة من الساعة 9:00 صباحا حتى الساعة 1:00 ظهرا، وعيادات أمراض الدم والأمراض بين الساعة 8:00 صباحا والساعة 5:00 مساء.

الصحية المفضلة خلال عطلة نهاية الأسبوع. وستفتتح عيادات الخدمات العلاجية الخارجية في "صحة" أيام السبت بين الساعة 7:00 صباحا والساعة 10:00 ليلا في كل من مركز البطين الصحي، مركز الزعفرانة للتشخيص والفحص الشامل، مركز المقطع التخصصي للأطفال، مركز المقطع الصحي، مركز مدينة خليفة الصحي، مركز الباهية الصحي، مركز مدينة محمد بن زايد، مركز بني ياس الصحي، مركز المهيلي الصحي، مركز الموجعي الصحي، مركز الجماهيلي الصحي، مركز الشويب الصحي، مركز البحر الصحي، مركز نعمة الصحي، مركز عود النوبة للتشخيص والفحص الشامل، ومركز الطوبوية التخصصي للأطفال. وبالإضافة إلى ذلك، أعلنت مستشفيات الظفرة أيضا عن افتتاح عيادات مسائية

أبوظبي - الفجر

أعلنت شركة أبوظبي للخدمات الصحية "صحة"، أكبر شبكة للرعاية الصحية في دولة الإمارات العربية المتحدة، عن افتتاح عيادات تخصصية إضافية في أيام السبت عبر الخدمات العلاجية الخارجية، ومدينة الشيخ خليفة الطبية، ومستشفيات الظفرة، ومدينة الشيخ شخبوط الطبية. وباعتبار شبكة "صحة" حجر الزاوية لقطاع الرعاية الصحية في دولة الإمارات، من خلال تركيزها على المريض كمحور أساسي لخدماتها، ستوفر عياداتها المتخصصة الجديدة أيام السبت وسيلة إضافية تتيح للمرضى إدارة رحلاتهم العلاجية بصورة أفضل، وستقدم هذه العيادات خدمات: طب الأطفال، والتوليد وأمراض النساء، وأمراض الجهاز الهضمي، أمراض القلب، الطب النفسي،

# مدير عام شرطة أبوظبي يهنئ الفائزين بجائزة القمة الحكومية لشباب التعاون الخليجي



، وتقلد رئاسة التنسيق التقني في المجلس، وضمن المتحدثين الرسميين للمجلس والتي تضم 4 أشخاص، المشاركة الإعلامية في المناسبات العالمية كمتحدث للغة اليابانية، كتابة مقالات عن تجربته في المجالس، والتميز في فريق المراسم لاستقبال شخصيات هامة واسمهم في تمثيل الدولة وتقديم قدوة حسنة في اليابان عن الإسلام والمجتمع الإماراتي وتأثيره أحد زملائه اليابانيين وبإخلاقه فأعلن إسلامه خلال استضافته له في منزله وحائز على المركز الأول في دورة الجامعيين في كلية الشرطة.

اختصاصه وعمل ضمن مسيرته المهنية على عدد من المشاريع الاستراتيجية والتي يتم الاستفادة من مخرجاتها ليومنا هذا مثل مشروع الإطار العام للكفاءات ومشروع كالكوريوس مركز الشرطة الشامل باكاديمية ربدان ومشروع المنصة الذكية للتوظيف. وانضم النقيب جمعة القايدى إلى عضوية مجلس شباب شرطة أبوظبي منذ ديسمبر 2019 وحقق العديد من الإنجازات في مجال دعم وتمكين الشباب في الدولة وعلى مستوى شرطة أبوظبي منها رئاسة مبادرة "حوار مع صناع المستقبل"، المشاركة كعضو رئيسي في جميع الورش والحلقات الشبابية

تجارب وإنجازات في سجله الوظيفي مثل برنامج قيادات حكومة الإمارات وبرنامج كفاءات المستقبل المعتمد من وزارة الداخلية إلى جانب امتلاكه روح قيادية مكنته من قيادة مجموعة من فرق العمل والأقسام التخصصية ومؤثر في أعضاء الفرق وأسهم في تحقيق نتائج تطويرية للعمليات في شرطة أبوظبي ويمتاز بروح المبادرة والإهتمام بجميع عمليات الشرطة وتقديم مقترحات بناءة في مختلف القطاعات الحكومية كما يتمتع بالمعرفة العامة في معظم اختصاصات شرطة أبوظبي ويجيد اللغتين العربية والإنجليزية بطلاقة كما يمتلك علاقات داخلية وخارجية ودولية في مجال

هنا سعادة اللواء مكرم على الشريفي مديرعام شرطة أبوظبي كلا من المرشد عبدالله صالح الجنيني والنقيب جمعة محمد القايدى من منتسبي القيادة العامة لشرطة أبوظبي يفوزما بجائزة "أفضل 20 شابا" ضمن القمة الحكومية لشباب دول مجلس التعاون لدول الخليج العربية على هامش فعاليات الدورة الثانية للقمة الحكومية للشباب القامة افتراضيا في دبي مشيدا بدعم القيادة الرشيدة للشباب وتحفيزهم على التميز والإبداع وتحقيق مستويات متقدمة في كل المجالات.

وتجارب وإنجازات في سجله الوظيفي مثل برنامج قيادات حكومة الإمارات وبرنامج كفاءات المستقبل المعتمد من وزارة الداخلية إلى جانب امتلاكه روح قيادية مكنته من قيادة مجموعة من فرق العمل والأقسام التخصصية ومؤثر في أعضاء الفرق وأسهم في تحقيق نتائج تطويرية للعمليات في شرطة أبوظبي ويمتاز بروح المبادرة والإهتمام بجميع عمليات الشرطة وتقديم مقترحات بناءة في مختلف القطاعات الحكومية كما يتمتع بالمعرفة العامة في معظم اختصاصات شرطة أبوظبي ويجيد اللغتين العربية والإنجليزية بطلاقة كما يمتلك علاقات داخلية وخارجية ودولية في مجال

# منوعات الفجر 22



## الأول من نوعه في المنطقة

# جاليري فيريري للفن المعاصر ومنصة مورو كوليكتف تفتتحان أول معرض يدمج بين الفن الرقمي والواقعي في دبي

دبي - الفجر

أعلن "جاليري فيريري للفن المعاصر" ومنصة "مورو كوليكتف" التحضير لافتتاح أول معرض يدمج بين الفن الرقمي والفن الواقعي في دبي ضمن جناح جاليري فيريري في الوحدة رقم 29، السراكال أفنيو شارع 17 في منطقة القوز، وذلك في تاريخ 10 أغسطس لغاية 15 سبتمبر 2021. وتضم قائمة الفنانين المشاركين في المعرض كلاً من أحمد عماد الدين وكادارا إينياي ورافين باسكال وجوش روبل وهيليدون جيغا وفتحية زموري. هذا وسوف يضم المعرض الذي يفتتح الشهر المقبل مجموعة من الأعمال الفنية الرقمية التي تمثل رموزاً غير قابلة للاستبدال (NFT)، وهي أعمال فنية رقمية فريدة يمكن التحقق من أصولها من خلال تقنية سلسلة "Blockchain"، إلى جانب جملة من الأعمال الفنية الواقعية والتقليدية، ويعتبر هذا المعرض الأول من نوعه الذي يجسد حدثاً هاماً يدمج بين العالمين الرقمي والمادي، وذلك بهدف بناء الجسور بين الأعمال الفنية الرقمية المشفرة (NFT) من جهة والأعمال الفنية التقليدية والواقعية (IRL) من جهة أخرى.

وتعتبر منصة "مورو كوليكتف" الشريك الرائد ومنسق الأعمال الفنية الرقمية للمعارض. وبالتعاون مع المنصة، أنتج "جاليري فيريري" سلسلة من الأعمال الفنية الرقمية لمجموعة مختارة من فنانيه عُرضت في جاليري "مورو" ضمن منصة الواقع الافتراضي المسماة "كريبتوفوكسلز" (Cryptovoxels). ويسعى جاليري فيريري لتوفير مساحة فنية متعددة التخصصات تحمل هوية واضحة ترسخ مكانته كمنصة عالمية للفن في دبي، وذلك من خلال عرض أعمال الفنانين البارزين والشايفين من جميع أنحاء العالم. ومن خلال الجمع بين الأشخاص ذوي العقليات والأفكار المتشابهة ورواد المستقبل الفني والتعبيري، يقدم "فيريري" تشييقاً ديناميكياً لأعمال فنية تسلط الضوء على أهمية النزعة الفردية جنباً إلى جنب مع تحقيق التوافق الجمعي. وسوف يشكل المعرض الجديد استجابة للمشهد الفني والإبداعي سريع التغير. ومن خلال ردم الهوية الكاملة بين العالمين، يهدف كل من "فيريري" و"مورو" لتوفير الأعمال الفنية الرقمية في متناول الأشخاص المتواجدين في مجال الحياة الواقعية. وسيشمل المعرض عدداً من الأعمال الفنية الرقمية المعروضة على شاشات جانب الأعمال الفنية المادية. كما سيتمكن الجمهور أيضاً من الاستمتاع بمشاهدة الأعمال الفنية بتقنيتي الواقع المعزز والواقع الافتراضي باستخدام منصات تقنية مبتكرة مثبتة في المعرض. وحول المعرض الجديد، قالت مارا فيريري، المؤسس والرئيس التنفيذي لـ "جاليري فيريري للفن المعاصر": "يركز المعرض الجديد على تسليط الضوء على استخدام التطورات التكنولوجية في المجال الفني، ويعرض أعمالاً فنية على درجة عالية من الجودة والتنسيق والتأثير، وتسهل تقنية النون الرقمية بالفعل في تغيير طريقة بيع وشراء الأعمال الفنية. وبينما نتجه نحو مستقبل سيشهد انتشاراً واسعاً لهذه التقنيات، فإنه من المهم للغاية أن نؤكد هذه التغييرات". وتماشياً مع قيم الاستدامة التي يشترك بها كل من "فيريري" و"مورو"، سيكون المعرض عديم الصمة الكربونية بالكامل. مع التحكم بالانبعاثات الكربونية بالتعاون مع موقع offsetra.com. المدير ذكره أن معرض NFT | IRL | يشكل أول معرض في دبي للفنانين المشاركين في مجال الأعمال الفنية الرقمية المشفرة. وتمثل أعمالهم المعروضة مواضيع متعددة بداية من الحروب والصراعات في العالم وصولاً إلى الحرية والتغيير الاجتماعي. كما تتراوح الأساليب الفنية المستخدمة في هذه الأعمال بين الأسلوب التجريدي والتصوير المجازي لتضمن بذلك مضموناً غنياً وسرياً محكمة تقدم من خلالها قصصاً جذابة من حول العالم تحت سقف واحد. وتؤكد هذه الأعمال على فكرة أن الفن لا يقتصر على الجوانب الجمالية الباصرة، بل يمكن له أيضاً أن يغير حياة الناس ويقدم وجهات نظر جديدة لكل مشاهد. سيفتح المعرض أبوابه أمام الجمهور اعتباراً من يوم 10 أغسطس القادم في تمام الساعة 19:00 مساءً.

# شرطة أبوظبي تعذر من إعلانات إلكترونية وهمية لبيع الحيوانات الأليفة

حذرت شرطة أبوظبي من الإعلانات الإلكترونية المزيفة التي تعرض حيوانات أليفة للبيع أو التبنّي مقابل تحمل تكاليف الشحن والتأمين من خارج الدولة، ويتم الإعلان عنها عبر شبكة الانترنت ومواقع التواصل الاجتماعي وبعض تطبيقات البيع والشراء على الهواتف الذكية ويطلب من الضحايا إرسال أموال إلى حسابات بنكية فتحت لغرض السرقة والاحتيال أو طلب تحويل الاموال عبر شركات الصرافة المحلية والعالمية المرخصة بالدولة. وأكد اللواء محمد سهيل الراشدي مدير قطاع الامن الجنائي، اهتمام شرطة أبوظبي بتوعية الجمهور للتصدي لثل هذه الاعلانات الاحتيالية بالتعاون مع أجهزة الشرطة ومساعدتهم في الإبلاغ عنها وتعزيز الإجراءات الوقائية لتجنب الوقوع في فخ الاعلانات الاحتيالية. وأوضح أنه مع الانتشار الواسع لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي تزداد أساليب الاحتيال وغالباً ما يستغل الجناة احتياجات الضحايا أو رغبتهم في الحصول على خدمات أو سلع معينة وبأسعار تناهية، عبر مواقع مزيفة ليس لديها مقرات داخل الدولة أو في استخدام أرقام هواتف غير موثوق فيها، مضيفاً أنه تم تسجيل عدد من القضايا ذات الصلة. وحث الجمهور في حالة التعرض لحالات النصب والاحتيال التوجه إلى أقرب مركز شرطة والتواصل مع خدمة أمان التي تعمل على مدار الساعة وبسريرة تامة عند الشك بمحاولة تصيد الضحايا، على الرقم المجاني 800262626 (AMAN2626) أو بواسطة رسائل النصية (2828) أو عبر البريد الإلكتروني (aman@adpolice.gov.ae) أو من خلال التطبيق الذكي للقيادة العامة لشرطة أبوظبي.

# منوعات العقل

23

من الواضح الآن أن الآثار المستمرة لـ "كوفيد-19" - يمكن أن تؤثر على صحتك بعدة طرق، بما في ذلك كيفية تفاعل جسمك مع الجراحة. وفي هذه الحالة، التغييرات كبيرة، حيث أظهر عدد متزايد من الدراسات زيادة كبيرة في خطر الوفاة بعد الجراحة والمضاعفات الرئوية لمدة ستة أسابيع على الأقل بعد عدوى "كوفيد-19" المصحوبة بأعراض ومن دون أعراض. ولا توجد جراحة خالية من المخاطر، ويوازن الجراحون دائما المخاطر مقابل فوائد القيام بإجراء معين على مريض معين. وتضاف هذه النتائج حول العلاقة بين عدوى "كوفيد-19" - والمضاعفات الجراحية والوفيات متغيرات جديدة إلى المعادلة، وتعتمد المستشفيات والأنظمة الصحية في جميع أنحاء البلاد سياسات جديدة للحفاظ على سلامة المرضى قدر الإمكان.

اثاره يمكن أن تؤثر على صحتك بعدة طرق

## هل يعد إجراء عملية جراحية آمنا بعد الإصابة بـ "كوفيد-19"؟



وتنص سياسة جديدة في Yale New Haven Health الآن على أن العمليات الجراحية الاختيارية للمرضى البالغين التي تتطلب تخديرا عاما أو محوريا عصبيا (تخدير يوضع حول الأعصاب) يجب تأجيلها سبعة أسابيع من وقت تشخيص "كوفيد-19" المعروف. وبالإضافة إلى ذلك، يجب تأجيل العمليات الجراحية الاختيارية للبالغين الذين يعانون من ضعف المناعة أو السكري أو لديهم تاريخ في العلاج بالمستشفى من ثمانية إلى 10 أسابيع بعد التشخيص. ويجب تأجيل أولئك الذين لديهم تاريخ من الاستشفاء في العناية المركزة لمدة 12 أسبوعا. وينصح الجراحون بمناقشة مخاطر إجراء الجراحة مع المريض في وقت مبكر، كما تقول نيتا أهوجا، الحاصلة على دكتوراه في الطب وماجستير في إدارة الأعمال، ورئيس قسم الجراحة لطب بيل ورئيسة قسم الجراحة في مستشفى Yale New Haven Health. وتضيف أن هذه الإرشادات لا تنطبق على الجراحة العاجلة والطارئة. واقترح العديد من الدراسات الصغيرة، بما في ذلك واحدة نشرت في The Lancet، أن المرضى الذين لديهم نتائج إيجابية لاختبار "كوفيد-19" قد يعانون من نتائج أسوأ وزيادة فرصة الوفاة بعد الجراحة. وأظهرت دراسة دولية كبيرة، نشرت في مجلة Anesthesia، أن الإبقاء على الجراحة معلقة لمدة سبعة أسابيع على الأقل بعد اختبار فيروس كورونا الإيجابي كان مرتبطا بانخفاض مخاطر الوفيات مقارنة بعدم التأخير. ونشرت أحدث دراسة حول هذا الموضوع في JAMA Network Open في أبريل الماضي وشاركت 5470 مريضا جراحيا بنتائج اختبار "كوفيد-19" - إيجابية (في غضون ستة أسابيع) إلى 5470 مريضا بنتائج سلبية. وكان هناك أكثر من ضعف عدد الوفيات المبلغ عنها في المجموعة الإيجابية لـ "كوفيد-19" مقابل المجموعة ذات النتائج السلبية. وعلى الرغم من أن الجراحين يدركون جيدا هذه الإرشادات، إلا أنه من المهم للمرضى وأفراد أسرهم فهم السبب وراء قرار تأجيل الجراحة، حتى بالنسبة للشخص الذي يشعر بصحة جيدة. وتقول روبرتا هاينز، رئيسة قسم التخدير في جامعة بيل ميدسن: "نريد تقديم هذه المعلومات للمرضى حتى يتمكنوا من إجراء مناقشة مع الجراحين ومقدمي الخدمات. ويجب اتخاذ كل قرار على المستوى الفردي، ونريد التأكيد على أن المريض هو مشارك نشط في رعايته". وعلى سبيل المثال، قد يرغب المريض المصاب بالسرطان بجراحة في أسرع وقت ممكن.

وبالنسبة للبعض، قد تكون مخاطر انتظار إجراء الجراحة أكبر من تأخيرها. بينما قد يكون الانتظار بالنسبة للآخرين أكثر ذكاء. وكل موقف مختلف وما يجب فعله في حالة معينة هو قرار يجب اتخاذه بشكل مشترك من قبل المريض والجراح. وسيستمر إجراء العمليات الجراحية الطارئة "لإنقاذ الأرواح أو الأطراف" حسب الحاجة. ومع ذلك، يقول الدكتور أهوجا: "تمثل الجراحة ضربة الاختيارية غالبية حالاتنا، خاصة فيما يتعلق برعاية مرضى السرطان. فهذه عمليات جراحية لا يلزم إجراؤها فورا، ولكن هناك فترة زمنية معينة. ومع ذلك، حين يأتي شخص ما إلى المستشفى بعد حادث سيارة، لن نؤخر الجراحة لأنه أصيب بفيروس كورونا". ويجب على جميع المرضى إجراء اختبار



## عدم تناول الأسماك الزيتية بانتظام يقصر العمر أكثر من التدخين!

حذر بحث جديد من أن نقص زيت أوميغا 3 في النظام الغذائي يمكن أن يقصر العمر أكثر من التدخين. ووجد العلماء أن التدخين أوقف أربع سنوات من متوسط العمر المتوقع، في حين أن المستويات المنخفضة من الأحماض الدهنية - الموجودة في الأسماك الزيتية مثل السلمون والماكريل - يمكن أن تقللها بمقدار خمس سنوات.



واكتشف الباحثون في الدراسة أن خيارات نمط الحياة يمكن أن تساعد في تحديد الأشخاص المعرضين للخطر. ويمكن أن يكون مفيدا أيضا للوقاية من اعتلال الصحة وتأخير الوفاة وإجراء تقييمات لنهج العلاج. وعُثر على روابط مماثلة في دراسة الذاكرة لمبادرة صحة المرأة ودراسة القلب والروح ودراسة Ludwighshafen للمخاطر وصحة القلب والأوعية الدموية.

في مستويات الدهون وضغط الدم والتدخين وحالة مرض السكري بما يتعلق بالتنوع الجيني الوفاة. وهذا يتحدث عن قوة مؤشر أوميغا 3 كعامل خطر ولا يقل أهمية عن عوامل الخطر الأخرى، وربما أكثر من ذلك. ويمكن تقليل المخاطر عن طريق تغيير عوامل مثل النظام الغذائي والتبغ والكحول وقلّة النشاط البدني.

واستخدمت الدراسة، التي نُشرت في المجلة الأمريكية للتغذية السريرية، إحصائيات من دراسة فرامنغهام للقلب (FHS)، وهي واحدة من أطول الدراسات الجارية في العالم. وقدمت FHS رؤية فريدة حول عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، وأدى إلى تطوير درجة مخاطر فرامنغهام بناء على ثمانية عوامل خطر معيارية أساسية - العمر والجنس والتدخين وعلاج ارتفاع ضغط الدم وحالة السكري وضغط الدم الانقباضي والكوليسترول الكلي (TC) و كوليسترول البروتين الدهني عالي الكثافة.

خمس في المائة. وبالتالي، من الناحية العملية، فإن الخيارات الغذائية التي تغير مؤشر أوميغا 3 قد تطيل العمر. وفي النموذج النهائي المجمع، يبدو أن التدخين ومؤشر أوميغا 3 هما أكثر عوامل الخطر التي يمكن تعديلها بسهولة.

وقال الباحث الرئيسي في الدراسة الدكتور مايكل ماكبيرني، من جامعة Guelph في كندا: "من المثير للاهتمام أن نلاحظ أنه في اليابان، حيث يكون متوسط مؤشر أوميغا 3 أكبر من ثمانية في المائة، فإن العمر المتوقع هو حوالي خمس سنوات أطول مما هو عليه في الولايات المتحدة، حيث يبلغ متوسط مؤشر أوميغا 3 حوالي



وقال المعد المشارك الدكتور بيل هاريس، رئيس معهد أبحاث الأحماض الدهنية: "كانت المعلومات المنقولة في تركيزات أربعة أحماض دهنية لخلايا الدم الحمراء مفيدة مثل تلك الموجودة

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43469

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا ،  
90024 ، امريكا

المسجلة تحت الرقم : 36168  
بتاريخ : 2003/02/25  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
اوربنتال للملكية الفكرية  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية : المخاء

المودعة بالرقم : 344592 بتاريخ : 2021/02/08  
بيانات الأولوية :

باسم : المخاء لتجارة لوازم التخزين - م.م ح  
الموطن : دي ان ام - في 04 - ار 66 - 5256 سوق صورة العلامة :  
اللؤلؤ، دبي، الإمارات العربية المتحدة  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 34  
التيق وأدوات المدخنين وأعواد التقيب

وصف العلامة : العلامة عبارة عن الكلمة المخاء بحروف عربية وبطريقة مميزة

الاشتراطات :  
لغى من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه به مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة  
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. هيلتون وورلد وايد هولدينج ال ال بي

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 163800

باسم : ش. هيلتون وورلد وايد هولدينج ال ال بي  
وعنوانه : ، مايل كورت ، سنترال بارك ، رينز كريستيت ،  
، واتفورد ديليو دي 24 4 كيو كيو  
صورة العلامة :

والمسجلة تحت الرقم : 163800  
بتاريخ : 2012/05/13  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/10/13

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. هيلتون وورلد وايد هولدينج ال ال بي

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 163799

باسم : ش. هيلتون وورلد وايد هولدينج ال ال بي  
وعنوانه : ، مايل كورت ، سنترال بارك ، رينز كريستيت ،  
، واتفورد ديليو دي 24 4 كيو كيو صورة العلامة :

والمسجلة تحت الرقم : 163799  
بتاريخ : 2012/05/13  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/10/13

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43473

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 36145  
بتاريخ : 2003/02/25  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43472

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 41984  
بتاريخ : 2003/08/27  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43471

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 36711  
بتاريخ : 2003/03/31  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43470

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 36149  
بتاريخ : 2003/02/25  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43477

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 36709  
بتاريخ : 2003/03/31  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43476

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 36147  
بتاريخ : 2003/02/25  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43475

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 36146  
بتاريخ : 2003/02/25  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43474

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 36142  
بتاريخ : 2003/02/25  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. كيب اند سينو كايبيستيم - فيرتريب جي ام بي اتش اند كو كيه جي

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 45774

باسم : ش. كيب اند سينو كايبيستيم - فيرتريب جي ام بي اتش اند كو كيه جي  
وعنوانه : ، بايبرورنو ستراسي 33 ، دي - 33161  
هوفيلوف ، ألمانيا

والمسجلة تحت الرقم : 38064  
بتاريخ : 2003/04/21  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2022/01/13

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43480

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 36148  
بتاريخ : 2003/02/25  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43479

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 36141  
بتاريخ : 2003/02/25  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة الاقتصاد**  
**إدارة العلامات التجارية**

الاثنين ٢٦ يوليو ٢٠٢١ العدد ١٣٢٩٨

**نموذج إعلان النشر عن التجديد**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن

بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية :

المودعة بالرقم : 43478

باسم : ش. اوكسيدنتال بيتروليم كوربوريشن  
وعنوانه : ، 10889 ويلشير بوليفارد لوس انجلوس ، كاليفورنيا  
90024 امريكا

والمسجلة تحت الرقم : 36703  
بتاريخ : 2003/03/31  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر  
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2021/07/21

**إعلاناتكم في**

**الفجر**

**يرجى الاتصال على**

**هاتف : 024488300 - فاكس : 024489891**

**email: advt@alfajrnews.ae**

**إعلان بيع معدات ومنقولات طبية بالمزاد العلني نشراً**  
**في القبية التنميطية رقم 3756 / 2019 تنفيذ إمارات**

قرر قاضي التنفيذ إعادة إجراء البيع بالمزاد العلني للمعدات الطبية والمنقولات المحجوز عليها الخاصة بمستشفى يونيفيرسال والملوكة للمنشد ضدها على أن تبدأ المزايمة بمبلغ (9.000.000 درهم)، على أن تكون إجراءات البيع يوم الأربعاء الموافق 2021/07/28 في تمام الساعة العاشرة صباحاً بالقاعة الملحقة بمبنى إدارة التنفيذ بدائرة القضاء المقر الرئيسي في أبوظبي حتى تمام البيع، وعلى راغبى الشراء سداد الصروفات والتأمين المدفوع مقدماً بما لا يقل عن 20% من الثمن الأساسي.

صدر بتوقيعي وخت المحكمة بتاريخ 2021/07/18

**قسم التنفيذ بأبوظبي**

**مركز فوض المنازعات الايجارية**

العدد ١٣٢٩٨ بتاريخ ٢٦/٧/٢٠٢١  
الامارات للمزادات  
تنفيذ رقم 2021/1668

**إعلان بيع معجوزات المزاد العلني ( نشراً )**

تعن الامارات للمزادات وبناء على تكليف مركز فوض المنازعات الإيجارية في دبي بأنه سينفذ مزاد علني على موقع الامارات للمزادات www.emiratesauction.ae وذلك في تمام الساعة 6,00 مساء يوم الاثنين 2021/08/02 لبيع المحجوزات العائدة ملكيتها للمنشد ضده روج (ش.م.ذ.م) و اوصاف المحجوزات على النحو التالي ،

الوصف :  
معدات ضخ واتابيب  
سعر التقييم : 400.000

فضي من يرغب بالمزايمة ان يتقدم بتأمين نقدي او شيك ضمان والمزيد من المعلومات التفصيل بزيارة الموقع الالكتروني www.emiratesauction.ae وعلى كل من له اعتراض التقدم بالمزاد علني اياه بما يبرره من مستندات قبل الموعد المحدد للبيع بثلاثة ايام على الأقل .

الامارات للمزادات

**نموذج إعلان النشر**  
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقدم وكيل التسجيل / المالك :  
سلوشن فايندر ذ.م.م

طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية : Solution Finder

المودعة بالرقم : 346896 بتاريخ : 2021/03/14  
بيانات الأولوية :

باسم : سلوشن فايندر ذ.م.م  
الموطن : مكتب رقم 403 ملك خلفان سلطان  
حضيرم المكتبي - مدينة دبي المحمية - إمبيل : farukh@solutionfinder.ae  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة : 35  
خدمات الدعاية والإعلان وإدارة وتوجيه الأعمال وتقليل النشاط المكتبي.  
وصف العلامة : كلمة ( Solution Finder ) بالأحرف اللاتينية بطورها رسم سهم باتجاه الة  
الأعلى باللون الأخضر  
الاشتراطات :  
لغى من لديه اعتراض على  
ذلك أن يقدمه به مكتوباً لإدارة  
العلامات التجارية في وزارة  
الاقتصاد أو إرساله بالبريد  
المسجل ، وذلك خلال 30يوماً  
من تاريخ إصدار هذا الإعلان





## منوعات

# الفكر

27



## جديد نجومى كرم في 2021

كشفت الفنانة اللبنانية نجوى كرم، عن أبرز أعمالها الفنية خلال العام الجاري، حيث تستعد لطرح أغنية جديدة في عيد الأضحى 2021 والذي يصادف في العشرين من الشهر الجاري، حيث تضع اللبس الأخيرة على أغنياتها التي تستعد لنشرها على موقع يوتيوب. كما تستعد نجوى كرم كذلك لإحياء حفل غنائي في أنطاليا بتركيا بين 28 و31 أغسطس بمشاركة مجموعة من الفنانين، بينهم ملحم زين، وائل جسار، نانسي عجرم وناصيف زينون. وكانت شركة روتانا أعلنت عبر حساباتها على مواقع التواصل الاجتماعي، أن أغنية نجوى كرم ملعون أبو العشق حقت رقما قياسيا جديداً بعد مرور سنتين على إصدارها، مع أكثر من 170 مليون مشاهدة، إضافة إلى أكثر من مليون و300 ألف معجب بالفديو. وأصبحت نجوى كرم أول نجمة عربية تصل إلى هذا الرقم القياسي عبر قناة روتانا على يوتيوب. ويتسعد كثير من الفنانين في الوطن العربي لإحياء حفلات غنائية في مختلف دول العالم خلال أيام عيد الأضحى 2021.

## نسرين أمين : هؤلاء هن نجومات رمضان لهذا العام

ويعرض عليها اعمالا جديدة وجميلة وملينة بالابداع. وعن جديدها في السينما المصرية اكدت نسرين امين انها تستعد للمشاركة في فيلم كوميدى (اتمنى ان يعجب الناس لانه نصه جميل جدا). فيما يتعلق بمتابعتها للاعمال العربية المشتركة قالت (اتابع هذه الدراما واحبها جدا واتمنى ان اشارك في مثل هذه الاعمال لانها تفسح المجال امام الممثلين العرب ان يتعرفوا على تقاليد وثقافات بعضهم. فيحصل نوع من التقارب واعتقد ان التعاون مع النجوم العرب امرا متعا للغاية). واخيرا من هي بنظر نسرين امين نجمة رمضان لعام 2021 فاكادت (ان كل نجمة قدمت دورا مختلفا عن العباة المعتادة لدى الجمهور ونجحت فيه هي نجمة رمضان هذا العام ومن وجهة نظري ان اكثر ممثلات حققت هذه المعادلة في رمضان الماضي هن غادة عبد الرازق ومنى زكي وسهر الصايغ التي قدمت دورا مميذا في مسلسل (الطاووس) الى جانب جمال سليمان.

لشخصيات قدمتها سابقا لذلك غابت في رمضان الماضي لرغبتي بتقديم شيئا مختلفا للجمهور الذي يتابعني). وبما انها كانت مرشحة للمشاركة في مسلسل (لحم غزال)، هل قدمت انها رفضت الدور الذي عرض عليها عن ذلك قالت (لم اندم لان الفنانة التي لعبت الدور الذي كان معروضا علي نذته هي بأسلوب رائع لانه كان جديدا عليها وبصراحة قدمته اهم مما كنت سألعبه في المسلسل وانا استمتعت بمي سليم اثناء مشاهدتي للعمل). اما الاعمال التي اعجبها في شهر رمضان الماضي فأشارت إلى انها احبت مسلسل (لحم غزال) لعادة عبد الرازق و(ملوك الجدة) لمصطفى شعبان وعمرو سعد و(الاختيار 2) لكريم عبد العزيز واحمد مكي و(لعبة نيوتن) لمنى زكي ومحمد ممدوح ومحمد فراج. اما هل تستهويها الاعمال التي تعرض على المنصات الرقمية فأجابت نسرين انها شاركت في مسلسل (العمارة) وبرنامج (الرحالة) اللذين عرضا على منصة (شاهد) واضافت : هذه المنصات فتحت سوقا كبيرا

غابت هذا العام الممثلة المصرية نسرين امين عن الاعمال الدرامية التي عرضت في شهر رمضان الماضي وهي التي اعتادت كل عام ان تطل بشخصية مختلفة، حيث شاركت في السابق في اهم المسلسلات التي لاقت نجاحا لافتا طوال السنوات الماضية ومنها (الاسطورة) لمحمد رمضان و(لما كنا صغيرين) لريهام حجاج وخالد النبوي ومحمود حميدة وغيرهم اما لماذا لم نشاهدها هذا العام رغم ان الاعمال كانت كثيرة فقد قالت (من وجهة نظري وجدت ان الاعمال الدرامية هذا العام لم تكن كثيرة اي تلك التي عرضت في شهر رمضان وكان قد عرض علي ادورا لم تعجبني اذ اعتبرتها تكرارا



## محمود عبد المغني : (السيدة زينب) سيقدم نماذج من الواقع

قال الفنان محمود عبد المغني، إنه تعاقد رسميا على المشاركة في بطولة مسلسل (السيدة زينب) مع المخرج محمد النقلي، والذي ينتمي إلى نوعية المسلسلات الدرامية الطويلة، مؤكدا أنه من المقرر أن يبدأ تصوير أولى مشاهد العمل في غضون الأسبوع المقبل، حيث سيتم تصوير جزء كبير من مشاهد العمل في أماكن حقيقية وطبيعية بحي السيدة زينب بالقاهرة، خاصة أن سيناريو المسلسل يسرد تفاصيل وحكايات بهذا المكان المميز الذي يعد مقصدا للكثير من الفئات والأشخاص من مختلف أنحاء الجمهورية.

وشريف منير ومحمد ثروت ونسرين أمين وأروى جودة وأحمد زاهر وفيدرا ومجدي كامل ونهال عنبر ونهى عابدين ومحمد الصاوى، تأليف وإخراج وائل عبد الله.

آخر. وأكد أن الفيلم يعد أول فيلم (3D) تشويقي في السينما المصرية والشرق الأوسط، ويشارك في بطولته أحمد داود ودينا الشربيني



أشار إلى أن ما شجعه على قبول دوره في العمل أنه جديد عليه ولم يعبه من قبل موضحا أنه ينتمي إلى عائلة كبيرة من الأهالي الأصليين الذين كانوا يعيشون في حي السيدة زينب وتربطه علاقة قوية بالمكان، ويكشف العمل عن حكايات كثيرة في هذا المكان وما يحمله من روحانيات عالية.

أضاف أن العمل سيقدم نماذج من الواقع، مشيرا إلى أن المسلسل سيتضمن كل ما تشمله السيدة زينب من اختلاف الثقافات وتنوع الطبقات سواء الناس التي تعيش في المنطقة من أطباء ومهندسين ومهن مختلفة، وأيضا الميردين والذين يأتوا ليشتركو بها، لافتا إلى أن العمل يحتوي على تفاصيل حكايات كثيرة. وعن التعاون مع فريق العمل قال إنه لأول مرة يعمل مع المخرج محمد النقلي والسيناريست أحمد صبحي، معربا عن تفاؤله بهذا التعاون، خاصة أنه استمتع بالعمل عندما قرأ السيناريو، وحاز على إعجابه. وعلى الجانب الآخر، كشف محمود عبد المغني أنه انتهى من تصوير جميع مشاهد في فيلم (السرب)، مشيرا إلى أن باقي صناع الفيلم لم ينتهوا من تصوير جميع مشاهدهم في العمل، حيث مازال يتبقى عدد من المشاهد التي لم يسدل الستار على تصويرها بعد، موضحا أنه في انتظار عرض العمل الذي نجح في جذب الجمهور والانتصاف حوله من خلال البرومو الخاص به، معربا عن فخره وسعادته بمشاركته في هذا العمل الوطني.

كما أوضح أنه انتهى من تصوير فيلم (يوم 13) مع المنتج والمخرج وائل عبد الله، مشيرا إلى أن اسم العمل يعد اسما مؤقتا وجارى اختيار اسم

## جيهان قمرى مع محمد صبحي في (نجوم الظهر)

أن يبدأ العرض منتصف أغسطس المقبل. وأضافت أن القصة تبدأ بعودة (أحلام) من الغربة لتقابل (حلمى منسى) الذي يجسد دوره الفنان محمد صبحي ويستعيدان ذكرياتهما، وقصة الحب التي كانت تجمعهما في الماضي، وكيف أن الزمان غير ملامح كل منهما، مشيرة إلى أن الشخصية التي تقدمها تشبهها كثيرا في معركتها مع الحياة، فهي نموذج لفئة قوية وصارمة وتواجه التحديات ولا تتردد في الدفاع عن حها. وأشارت إلى أن هذه هي أفضل عودة لها بعد غياب عامين منذ مسلسلها الأخير (البيت الكبير)، بالإضافة إلى فرصة العمل مع فنان كبير ويحظى بجماهيرية مثل محمد صبحي خاصة أنها سبق لها التعاون معه في الجزء الأخير من (ونيس وأحفاده). وأوضحت أن عشقها للمسرح الذي شهد بدايتها وتلقها هو ما دفعها للعودة للوقوف على الخشبة، خاصة أنها عملت مع عاقبة المسرح مثل سمير غانم، والمتنصر بالله وأحمد راتب وممدوح وافي.

انضمت الفنانة جيهان قمرى إلى مسرحية (نجوم الظهر) تأليف وإخراج وبطولة الفنان محمد صبحي، والمقرر عرضها على مسرح مدينة سنبل بأكتوبر، لتشاركه بطولة العرض، بجانب الفنانين سميرة عبد العزيز، سماح السعيد، عبد الرحيم حسن، ندى ماهر، ميرنا ذكري، حازم القاضى، تامر ضياني، منير مكرم، وداليا حسن. وأضافت قمرى أنها تلقت اتصالا من الفنان محمد صبحي، يطلب منها قراءة نص مسرحي تشاركه فيه البطولة، مشيرة إلى أنها وجدت أن شخصية (أحلام) التي تجسدها قريبة منها في الطابع، فرحبت على الفور، وبدأت أمس بروفات المسرحية، والتي تستمر لمدة شهر على



## حمادة هلال : (أم أحمد) تميل إلى الطابع الوطني الشعبي

انتهى المطرب حمادة هلال من تسجيل وتصوير أغنية تحمل اسم (أم أحمد) كلمات أحمد مرزوق وأنحان وتوزيع محمد قماح، والكلبب إخراج أحمد أشرف. وأكد حمادة هلال أنه يحضر لهذه الأغنية منذ ما يقرب من عام ونصف، مشيرا إلى أن السبب وراء تأخر طرحها كل هذه الفترة، يرجع إلى أنها كانت مع إحدى شركات الإنتاج قبل أن يحدث اختلاف حول طريقة تنفيذ الأغنية ليقرر فسخ التعاقد، ثم نفذها بالطريقة التي يراها مناسبة من وجهة نظره، لكنه لم يستكمل تنفيذها بسبب انشغاله في مسلسل (المداح) الذي عرض في رمضان الماضي، قبل أن يستأنف التحضير للأغنية بعد تفرغه. وأوضح أن الأغنية تميل إلى الطابع الوطني الشعبي، حيث تتناول الأغنية جمال الشعب المصرى وشهامته، ووقوفه بجانب بعضه البعض، ويتم استعراض كل هذه الصفات في الأغنية، مشيرا إلى أنه من المقرر طرح الأغنية خلال الأيام القليلة المقبلة. وأشار إلى أنه سيحرص خلال الفترة المقبلة على الاهتمام بالأعمال الغنائية، حيث من المقرر عقب طرح أغنية (أم أحمد)، أن يطرح 3 أغاني جديدة كان قد استقر عليها منذ فترة طويلة إلا أن ظروف انشغاله بعمله الدرامي حال دون تسجيلها، مؤكدا أنه سيعمل على طرحها في أقرب وقت وتحديدا خلال موسم الصيف، خاصة أنه لم يعد هناك أمان في وجود أغاني لفترة طويلة دون طرحها، وهو ما تعلمه نتيجة ما تعرض له مؤخرا بعد أن حرص على الاستماع لآراء البعض حول أغنية بنوى طرحها ليناجا بأغنية أخرى تحمل كلمات قريبة من اسم أغنيته الجديدة فتعنيها فنانة أخرى. أما بالنسبة للتمثيل فأعرب حمادة هلال عن سعادته برود الفعل التي تلقاها مؤخرا حول مسلسل (المداح)، وفي الوقت نفسه أكد أكثر من فكرة لفيلم سينمائي يجري الاختيار بينها، على أن يكون ذلك عقب الانتهاء من طرح أغانيه الجديدة.



# الفكر

## اللون يحدد فائدة الفواكه والخضراوات والثمار



كشفت الدكتور سفيثانا فوس، خبيرة التغذية الأوكرانية، كيفية تحديد فائدة الفواكه والخضراوات والثمار استناداً إلى لونها. وتشير الخبيرة، إلى أن اللون ينتج من الصبغات، التي معظمها تنسب إلى مضادات الأكسدة. وتقول، "خصائصها الوقائية معروفة ضد أمراض القلب والأوعية الدموية، وبعض أنواع السرطان، واعتام عدسة العين. وهي ضرورية لنمو وتطور الأطفال. ومن خلال حماية خلايا الجسم، تعمل هذه المواد، على إبطاء عملية شيخوخته، ما يساعد على زيادة متوسط العمر المتوقع وتحسين المناعة". وتؤكد فوس، على أن اللون البنفسجي (الأنثوسيانين)، مسؤول عن تخفيض خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية وسرطان المعدة. كما يساعد الجسم على تنظيم ضغط الدم ومستوى الكوليسترول في الدم. وأن الفواكه والخضار والثمار ذات اللون الأحمر، تحتوي على الليكوبين، الذي يساعد على الوقاية من أمراض القلب والسرطان. وذات اللون البرتقالي والأصفر، تساعد على تعزيز منظومة المناعة، وتحسين حدة البصر. وأما مادة الأليسين، التي تعطي صبغة بنية أو بيضاء للفواكه والخضراوات والثمار، فتساعد على تحسين الذاكرة ولها خصائص مضادة للبكتيريا، وتخفض من خطر أمراض الأوعية الدموية. واللون الأخضر "الكلوروفيل" يحسن تنفس الخلايا ويخفض خطر الإصابة بالسرطان. وتنصح فوس بتناول ما لا يقل عن 400 غرام من الخضار، و200 غرام من الفواكه والثمار في اليوم.

## إحساس معين في أذنك أو فكك

## العلامة التحذيرية الأقل شهرة لسرطان الغدة الدرقية

يعتبر سرطان الغدة الدرقية أكثر شيوعاً بين الأشخاص في الثلاثينيات من العمر، والذين تزيد أعمارهم عن 60 عاماً. وقد يشير الشعور بإحساس معين في أذنك أو فكك إلى خطر إصابتك. وأوضح موقع Medline Plus أن الغدة الدرقية تقع في الرقبة، فوق مكان التقاء عظام الترقوة في المنتصف مباشرة، وأضاف: "إن أبرز أعراض التهاب الغدة الدرقية تحت الحاد هو الألم في الرقبة الناجم عن تورم الغدة الدرقية والتهابها. وفي بعض الأحيان، يمكن أن ينتشر الألم إلى الفك أو الأذنين". وأدرجت جمعية السرطان الأمريكية علامات وأعراض أخرى لتحديد التحذير من سرطان الغدة الدرقية والتي تشمل:

- تورماً في الرقبة ينمو بسرعة في بعض الأحيان.
- ألماً في مقدمة العنق يصل أحياناً إلى الأذنين.
- بحّة في الصوت أو تغيرات صوتية أخرى لا تزول.
- صعوبة البلع.
- صعوبة في التنفس.
- سعالاً مستمراً غير ناتج عن نزلة برد.

وليس من الواضح عادة ما الذي يسبب نمو خلايا الغدة الدرقية بشكل لا يمكن السيطرة عليه، ولكن عدداً من الأشياء يمكن أن تزيد من خطر الإصابة. ومن المهم ملاحظة أن وجود أي من عوامل الخطر لا يعني أنك ستصاب بالسرطان بالتأكيد. ووفقاً لأبحاث السرطان في المملكة المتحدة، فإن بعض الحالات غير السرطانية (الحميدة) للغدة الدرقية تزيد من خطر الإصابة بسرطان الغدة الدرقية. وتشمل: العقيدات (الأورام الغدية)، وتضخم الغدة الدرقية، والتهاب الغدة الدرقية. ويحذر مركز أبحاث السرطان في المملكة المتحدة من أن "سرطان الغدة الدرقية أكثر شيوعاً لدى الأشخاص الذين تلقوا علاجاً إشعاعياً، لا سيما في الأشخاص الذين عولجوا بالعلاج الإشعاعي عندما كانوا أطفالاً".



المشجعون اليابانيون يحتون فريقهم لدرجات الطريق على الفوز خلال «سباق الطريق للرجال». رويترز

## قرأت لك

### الطماطم



كشفت دراسة جديدة عن الفوائد الصحية المنتظرة من تناول الطماطم بشكل يومي، وفي مقدمتها التقليل من خطر الإصابة بسرطان الجلد.

وأجرى الدراسة باحثون من جامعة ولاية أوهايو الأمريكية، واكتشفوا أن تناول الطماطم يقلل من خطر سرطان الجلد بنسبة 50%، بعد إجراء دراستهم على فئران التجارب. بحسب ما نشر موقع "ميديكال نيوز توداي".

ويعد التعرض للشمس بدون حماية، هو عامل الخطر الأكبر لسرطان الجلد، والذي يعد أحد أكثر أنواع السرطانات شيوعاً في العالم. وأثبتت دراسات سابقة، أن معجون الطماطم له تأثير فعال في علاج حروق الشمس، بينما أشارت الدراسة الحديثة أن تناول ثمرة الطماطم نفسها أكثر فعالية في الوقاية من حروق الشمس. وقام الباحثون بتطبيق دراستهم على مجموعة من فئران التجارب تم تغذيتها على مسحوق الطماطم لمدة 35 أسبوعاً، ثم تعرضها للأشعة فوق البنفسجية، ووجدوا أن الأورام السرطانية في الجلد انخفضت لديها بنسبة 50% مقارنة بالفئران التي لم يتم تغذيتها على الطماطم.

## سؤال جواب

- تقع هضبة الجولان في سوريا ما معنى الجولان ؟  
التراب والحصى
- من أول امرأة في التاريخ الأمريكي تتولى رئاسة مجلس النواب وذلك إثر انتخابات نوفمبر 2006م؟  
نانسي بيلوسي.
- ما اصل هذا المثل اعطاني أبي كرمًا ولم أقدم له عنقوداً واحداً ؟  
ارميني
- بماذا تشتهر توروكو الضنلندية؟  
صناعة السفن
- من هو الاديب العالمي الانجليزي الذي مات عام 1870م على خشبة المسرح ؟  
تشارلز ديكنز

## هل تعلم؟

- هل تعلم أن الاسعاف الأولي للمغمى عليه يكون بإضجاعه على ظهره ثم ترفع رجليه للأعلى حتى ينزل الدم إلى الرأس وتعود الدورة الدموية للعمل من جديد، وينشق محلول النشاء إن وجد أو أي عطور أخرى. ويحدد سبب الإغماء بواسطة النظرة المتخصصة للمصاب وما حوله ومن لون وجه المصاب. وبعد أن يمدد المصاب يفضح بدهقه، ثم يدهأ قليلاً ويعطي سوائل ساخنة إذا أفاق وإذا بدا على وجه الغمى عليه الإرهاق فهذا يعني أنه مصاب بالاختناق فيقتضي ذلك نقله إلى مركز صحي.
- لون السيارة الأكثر أماناً هو الأبيض.
- هل تعلم أن أكثر ما ينسأها المسافرون هو فرشاة أسنانهم.
- هل تعلم أن منتج سبرايت من كوكا كولا تم إطلاقه في عام 1961م.
- التفاح أكثر فعالية للنشاط صباحاً بعد النوم من القهوة.
- يؤذي عين الأخطبوط ذو شكل مستطيل.
- هل تعلم أن الكحول هو مخدر، يدخل خلايا الأعصاب بسرعة ويميل لإصابتها بالشلل ولكن قبل أن يقوم المخدر بالشلل فإنه ينه خلايا الأعصاب ويضعها في حالة من الإثارة والتهيج. كيف يؤثر الكحول على الدماغ؟ التأثير الأول هو الشعور بالتنبه فيتسارع العمل والكلام وتزداد البشرة احمراراً ويرتفع ضغط الدم وتتسارع دقات القلب والتنفس. ثم تصاب الوظائف العليا للدماغ بالشلل فتقو التحكم بالأمركة تضع.
- هل تعلم أن عدد صمامات القلب في جسم الإنسان أربعة.

## قصة الحاكم الظالم

في إحدى المدن الصينية حدث قديماً ان جاءهم حاكماً ظالماً اراد ان يمتلك اهل المدينة مثلما يمتلك الخيول والجواهر والاموال فأعلن احكاماً قاسية عليهم واستعبدهم، ولانهم ضعفاء وفقراء لم يستطع ان يقف امامه احد . وجاء يوم سمع الجميع عن فارس خرج في الليل على قافلة الحاكم ونهب كل ما فيها وعندما انتهى هذا النهار كان هناك من يدق الابواب ليلا يعطي الفقراء نقودا ليشتروا بها مايسد جوعهم ويمنحهم دواء يشفي امراضهم، واستمر الحال هكذا.. هناك من سرق الحاكم ويعطي الفقراء المساكين لكنهم لم ينطقوا باية كلمة فقد اخفى كل منهم السر ظنا انه يأتي اليه وحده فقط، بعد ذلك اصبح ذلك الغريب يدفع اليهم باوراق كتب فيها من في استطاعته ان يقف معه ويسانده للقضاء على الظلم والظالم فليأتي إلى اسفل الجبل وينتظر هناك فجراً.

قبيل الضجر كان الفارس يخبئاً هناك فهو يعرف بمدى الخوف الذي يتلصق قلوب اهل المدينة ولذلك فهو ايضا يعرف تماماً انه لن يأتي اليه احد وان آتى سيكون الحاكم نفسه، وبالفعل هناك خائن اخبر الملك عن كل شيء فخرج الملك المغرور القاسي ليستمتع -كما قال- بذبذبة ذلك الفارس الشجاع، بل اقسم انه سيقطعه اشلاء وسمح اهل المدينة كلا منهم قطعة من جسد الفارس، وجاء الحاكم بمجموعة من رجاله الاقوياء فوقف تلقى بيئنا ويساراً بحثاً عن الفارس لكن احد رجاله قال: الوقت مبكر يا مولاي لئلا نختبأ ونفاجهم جميعهم، وتفرق الجميع ليختبأ كل منهم في مكان وهذا ماكان يريد الفارس الذي يعرف عمله جيداً، وعندما مر الوقت بدأ نوا النهار يظهر، كان هناك رجل يجرجر جثناً ويرمي بها فوق بعضها البعض، لكنه كان قد قيد احدهم وتركه جانبا ثم جره خلف حصانه حتى وسط المدينة واعلن لهم موت الملك، وقال: اما هذا فانتم احرار فيه انه الخائن الذي ينقل اسراركم إلى الحاكم فأنهالت الايدي تضرب وتهشم عظام ذلك الخائن وعدت ارجل كثيرة إلى اسفل الجبل لينظروا الحاكم مضرراً في دمانه فهللاو وفرحوا وخرجوا جميعهم إلى قصره لينظفوه من باقي الخونة واقسموا وتعاهدوا على عدم الخوف وانه لن يحكمهم ظالم منذ ذلك الوقت .

