

مهرجان «المالح والصيد البحري» ينطلق اليوم بأجواء احتفالية وتراثية متميزة



Sound of Freedom
إنقاذ بطولي لأطفال من ضحايا الاتجار بالبشر



تغيير الذات .. خطوة نحو بلوغ مرحلة السكينة

الأمطار في نواكشوط .. قصة معاناة موسمية

لا شيء يقلق سكان نواكشوط حالياً أكثر من تساقط المطر، رغم الهوس الشديد بموسم الخريف الذي ينتاب شعب موريتانيا. ومع اقتراب كل موسم خريف، تطفو على السطح من جديد، تساؤلات عن إنجاز صرف صحي، يصلح بين الأمطار وهذه المدينة الستينية. إبراهيم ولد سيدي، صاحب محل تجاري في سوق الميناء في نواكشوط، لديه موعد مع الخسائر المادية كل عام، من جراء هطول الأمطار التي قد تسبب في إغلاق محله لأيام. ويجتاز إبراهيم المستنقعات الملوثة للوصول إلى دكانه، بعد الأمطار التي شهدتها نواكشوط الاثنين، في مشهد يحد من حركة الزبائن نظراً لصعوبة الوصول إلى بعض المحلات. ويقول موقع "سكاي نيوز عربية": "مع اقتراب موسم الخريف، حاصرت السيول عددا من المحلات التجارية وتعذر الوصول للمحل لمدة 4 أيام، حتى تدخلت البلدية التي لم تنجح في شطف كل المياه، نظراً لتمازجها بالنفائات والطين".

أما الآن أبيع في ظروف صعبة، حيث الهواء الملوث من جراء المستنقعات، وتفاقم معاناتنا قلة إقبال المتسوقين". "أتمنى من السلطات أن تتسع لنا خطة عاجلة للحد من هذه المشكلة، فقد ضقتنا ذرعا". "بنيت سدا صغيرا من الطوب أمام المحل لتصرف مياه الأمطار، حتى لا تضرب بضاعتي من جديد".

جاي زي يعود إلى الإستغرام

من أجل فيلمه الجديد

فاجأ مغني الراب الأمريكي جاي زي جمهوره بعودته على إنستغرام للترويج لفيلم جديد يشارك في إنتاجه، وذلك بعد عامين تقريبا من حذف حسابه الذي أنشأه في نوفمبر "تشرين الثاني" عام 2021، وسرعان ما اختفى بعد 24 ساعة فقط.

واكتفى جاي زي "53 عاماً" بمنشور واحد، أسس الأول للثلاثاء، هو عبارة عن البرومو الترويجي لفيلمه الجديد بعنوان "كتاب كلارنس" The Book of Clarence من بطولة الممثل البريطاني بنديكت كومبرباتش، والممثل الاسكتلندي جيمس ماكافوي، والفنان الأمريكي لاكيت ستانفيلد.

هذه الهرمونات تمنعك من خسارة الوزن .. عالجها على الفور

إن فقدان الوزن ليس مجرد نظام غذائي وقوة الإرادة؛ إذ تلعب الهرمونات أيضا دورا مهما، ويمكن أن يساعد بعضها في منع أو إبطاء فقدان الوزن.. لماذا وكيف؟.. إليك التفاصيل بحسب الدكتورة كورين شيشبورتش عياش، اختصاصية التغذية في باريس:



أعراض لخبطة الهرمونات عند النساء

الهرمونات هي مواد كيميائية تنتجها الغدد الصماء وتُطلق في مجرى الدم، ويحدث عدم التوازن عندما يكون هناك الكثير أو القليل من الهرمون. وتعتبر هرموناتك مهمة لتنظيم العديد من العمليات المختلفة في الجسم، بما في ذلك الشهية والتمثيل الغذائي ودورات النوم والدورات التناسلية ودرجة حرارة الجسم والمزاج، لذلك ليس من الغريب أن أي اختلال في التوازن الهرموني قد يكون له تأثير ملحوظ على صحتك العامة وحالتك النفسية.

علما بأن مستويات الهرمونات تتقلب بشكل طبيعي في مراحل الحياة المختلفة لدى النساء، خاصة خلال فترة البلوغ وأثناء الدورة الشهرية والحمل وانقطاع الطمث، كما يمكن أن تتأثر أيضا بنمط الحياة وبعض الحالات الطبية. وفي السطور التالية سنتعرف على أعراض لخبطة الهرمونات عند النساء، وكيفية تأثير عدم توازنها.

- 1- تقلبات المزاج
هرمون الأستروجين الأنثوي له تأثير على الناقلات العصبية في الدماغ بما في ذلك السيروتونين (مادة كيميائية تعزز المزاج)، ويمكن أن تسبب التقلبات في هرمون الأستروجين متلازمة ما قبل الحيض (PMS) أو مزاجا مكتئبا أثناء فترة ما قبل انقطاع الطمث.
- 2- غزارة الدورة الشهرية
إذا كانت الدورة الشهرية مصحوبة بأعراض أخرى مثل آلام البطن والحاجة المتكررة للتبول وآلام أسفل الظهر والإمساك، فقد تكونين مصابة بأورام ليفية، وهي أورام غير سرطانية تتطور في الرحم أو حولها، والسبب الدقيق لها غير معروف ولكن يُعتقد أنه يتم تحفيزها بواسطة الغدة الدرقية عند النساء؟

ما هي الهرمونات التي تمنع فقدان الوزن؟

الهرمونات تتحكم في الوزن التقليل من الدهون السليمة (الوجبات السريعة وبعض المنتجات الجاهزة..)، والسكريات السريعة والمكررة، وزيادة النشاط البدني وممارسة الرياضة، وتناول الأطعمة الصحية باعتدال.. الجميع يعرف القواعد لتحسين القوام وخسارة الوزن، لكن هناك عنصرا آخر يلعب دورا، وهو الهرمونات؛ حيث يحكم البعض منها بالفعل، العملية التي تؤدي إلى التخسيس.

تلعب الهرمونات دورا أساسيا في تنظيم وزن الجسم، إنها تؤثر على الشهية أو الشبع أو التمثيل الغذائي لدينا.. في الواقع، الهرمونات تعمل على تنظيم الوزن، من خلال العمل مع أنظمة التحكم في الدماغ.. هذا يعني أنها تؤثر على الشهية والشبع وعملية الأيض أيضا.

الهرمونات تتحكم في الوزن التقليل من الدهون السليمة (الوجبات السريعة وبعض المنتجات الجاهزة..)، والسكريات السريعة والمكررة، وزيادة النشاط البدني وممارسة الرياضة، وتناول الأطعمة الصحية باعتدال.. الجميع يعرف القواعد لتحسين القوام وخسارة الوزن، لكن هناك عنصرا آخر يلعب دورا، وهو الهرمونات؛ حيث يحكم البعض منها بالفعل، العملية التي تؤدي إلى التخسيس.

تلعب الهرمونات دورا أساسيا في تنظيم وزن الجسم، إنها تؤثر على الشهية أو الشبع أو التمثيل الغذائي لدينا.. في الواقع، الهرمونات تعمل على تنظيم الوزن، من خلال العمل مع أنظمة التحكم في الدماغ.. هذا يعني أنها تؤثر على الشهية والشبع وعملية الأيض أيضا.

هرمون الكورتيزول مسؤول أيضا

يوجد أيضا الكورتيزول، وهو هرمون أساسي آخر لتنظيم الوزن، تفرز الغدة الكظرية هذا الهرمون، وله علاقة بالمواقف العصيبة.. في هذه الحالة، يتم إنتاج الكورتيزول بكميات كبيرة، مما يزيد من الشهية ويجعلك ترغبين بشكلا خاص في المنتجات الدهنية والحلوة، كما أن الإفراط في إنتاجه، يعزز تخزين الدهون في الجسم، ويجعل التخلص من الدهون أمرا صعبا في حالة اتباع نظام غذائي.

ومن الضروري أيضا التأكيد على دور الهرمونات الأنثوية في صعوبات إنقاص الوزن.. "هرمون الإستروجين وشكله الرئيسي، إسترايول، يشترك أيضا في عملية التمثيل الغذائي، وبالتالي في زيادة الوزن.. هذا هو الحال بشكل خاص أثناء انقطاع الطمث"، تنبه الطبيبة.

قد يهمل الإطّلاع على 10 علاجات طبيعية لتنظيم الهرمونات.. جربها لراحة متالية.

رشة إضافية من المسحوق الأبيض تعرض قلبك للخطر

أظهرت الأبحاث الجديدة أن إضافة الملح إلى الوجبات يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب. حيث وجد باحثون كوريون أن الأشخاص الذين يقومون بإضافة الملح إلى وجبات العشاء بشكل دائم كانوا أكثر عرضة بنسبة 22 بالمائة للمعاناة من عدم انتظام ضربات القلب، ويمكن لهذه الحالة المعروفة طبيا باسم الرجفان الأذيني، أن تزيد من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية بمقدار 5 مرات. وبحسب صحيفة "السن"، قال البروفيسور جيمس ليدر، من مؤسسة القلب البريطانية، إن الدراسة كانت بمثابة "تذكير صحي" بمخاطر استخدام الكثير من الملح. هو اضطراب ضربات القلب الأكثر شيوعا في المملكة المتحدة، ويؤثر على حوالي 1.4 مليون بريطاني. يمكن أن يتسبب في نبض العضو بسرعة كبيرة، مما يسبب مشاكل مثل الدوخة وضيق التنفس والتعب.

وتوصي هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية البالغين بعدم تناول أكثر من 6 غرام من الملح يوميا، أي حوالي ملعقة صغيرة. ونظرت الدراسة، التي قدمت في مؤتمر الجمعية الأوروبية لأمراض القلب في أمستردام، في بيانات من 395682 بريطانيا تتراوح أعمارهم بين 40 إلى 70 عاما لمدة 11 عاما.

إجراء طبي مؤلم للرضع .. الحل السعري في موسيقى موزارت

اكتشفت دراسة حديثة أن موسيقى موزارت قد تساعد في تسكين آلام الأطفال الرضع الذين يتعرضون لاختبارات الدم المؤلمة عن طريق وخز الكعب، والتي يلجأ إليها الأطباء لتشخيص حالات صحية نادرة وخطيرة مثل التليف الكيسي ومرض الخلايا المنجلية. يتسبب هذا النوع من الوخز بالألم للأطفال، ويطلب من الوالدين احتضانهم وتخفيف الضيق الذي يشعرون به.

بحسب "ديلي ميل"، يقول الخبراء إن موسيقى موزارت الهادئة يمكن أن تساعد في تخفيف الألم، وهي أداة سهلة وغير مكلفة. قام فريق من مركز لينكولن الطبي والصحة العقلية في نيويورك، بقياس مستويات الألم لدى 100 طفل خضعوا للاختبار. قام محقق يرتدي سماعات بتقييم مستويات الألم لدى الأطفال قبل وأثناء وبعد وخز الكعب.

تم تحديد مستويات الألم وفقا لتعبيرات وجه الأطفال ودرجة البكاء وأنماط التنفس وحركات الأطراف ومستويات اليقظة. في الدراسة، استمع 54 من أصل 100 طفل إلى موسيقى موزارت لمدة 20 دقيقة قبل وأثناء وخز الكعب ولمدة خمس دقائق بعد ذلك، بينما لم يفعل الآخرون ذلك.

وفقا للنتائج، لوحظت مستويات ألم مماثلة في كلا المجموعتين من الأطفال قبل وخز الكعب، حيث كانت درجات الألم لكلا المجموعتين صفرا من أقصى درجة ممكنة وهي سبعة.

كيف يمكن مساعدة القطط على شرب الماء أفضل؟

من النادر رؤية قطعة تشرب الماء لأنها في غاية العطش.. ولكن في حقيقة الأمر فإن القطط كسولة بطبيعتها فيما يتعلق بشرب الماء. وفيما يلي بعض المعلومات، لمساعدة أصحاب القطط على ضمان أن حيواناتهم الأليفة يحصل على ما يكفي من السوائل:

- ضع أطباق الماء في أماكن مختلفة؛ تجنب القطط الشرب في أماكن مختلفة، وبناء عليه ضع أطباق المياه في غرف مختلفة من المنزل..
- وسيزيد ذلك من احتمالية أن يجد القط طبق مياه ملامئا وجذابا.
- جرب أنواعا مختلفة من المياه، حيث تفضل بعض القطط مياه الصنبور النظيفة، بينما تفضل قطط أخرى المياه القديمة.
- نظف طبق المياه بانتظام، حيث سوف يمنع هذا البكتيريا من النمو في المياه وإصابة القطط بالمرض.
- ومن بين الأفكار الأخرى إضافة القليل من مرق الدجاج إلى الماء، وهذا يمكن أن يجعل المياه جاذبة أكبر لبعض القطط.
- وتقول استشارية سلوك القطط بيرجيت رودر، إنه يمكن مالكي القطط تجربة أطباق مختلفة، حيث أن بعض القطط تفضلها صغيرة وأخرى تفضلها كبيرة.. كما أن القطط تختلف في تفضيلاتها فيما يتعلق بالمادة وارتفاع الطبق.

مبادرة شبابية لتنظيف ضفاف نهر دجلة

التوعية بمخاطر النفايات البلاستيكية واحده من أبرز نشاطات حملة سرفاء النظافة التطوعية في العراق حيث تلقى الحملة دعما شبابيا حولتها من فكرة فردية قبل عام إلى عمل جماعي في مختلف المدن العراقية.

في العام الماضي لم يتصور مرتضى وهو يعيش على جانب نهر دجلة، أن فكرة جالت بخاطره ستتحول في غضون فترة قصيرة إلى عمل يستقطب أعدادا من المتطوعين على طول مسار هذا النهر الخالد لدى العراقيين، بهدف تخليصه من بقايا المواد البلاستيكية والتوعية بمخاطرها على البيئة.

يحكي مرتضى التميمي، صاحب "مبادرة سرفاء النظافة"، سكاي نيوز عربية، "الأسباب التي دفعتني إلى تبني الفكرة، لقائلا: قبل سنة كنت اسير قرب دجلة فلاحظت كمية النفايات المتجمعة على ضفاف النهر فقررت الخروج بمفردي للتنظيف.

نشرت على حسابي اثني سوف اتى هنا يوميا قبل الغروب وانظف المكان وكل من يريد الالتحاق بي فاهلا به فتزايد العدد.

خلال أسابيع قليلة أصبحتنا مئآت والحملة توسعت ووصلت الى جميع محافظات العراق.

أضاف وهو ينتشل بعض أكوام نفايات البلاستيك المتراكمة على ضفاف نهر دجلة رفقة عشرات الشباب المتطوعين.



استعادة مرح الطفولة .. ترند جديد للكبار يحسن الصحة النفسية

إذا كنت شخصا بالغاً يتوق إلى استعادة لحظات الطفولة المرح والجميلة، فهذا هو الوقت المناسب للمضي قدماً والقيام بذلك، بفضل ترند جديد يساعد على تحسين الصحة النفسية.

هذا الاتجاه الجديد الذي يطلق عليه "كيد التينغ" من شأنه أن يخرج الطفل الموجود في داخلك، ويكتسب هذا الاتجاه شعبية في جميع أنحاء العالم، ويتيح لك إعادة الاتصال بالطفل الموجود في داخلك وتجريب نشاطات طفولية مثل استخدام الأروحة أو اللعب بالكرة.

يقترح علماء النفس أن الاستفادة من الحنين إلى الماضي يمكن أن يعزز المزاج والصحة النفسية حيث يثير الانخراط في المرح إحساساً بالحنين الإيجابي والمريح مع توفير وسيلة للعب بعيدا عن الهوم والتوتر والضغط النفسي.

في الولايات المتحدة وجدت أن 58% من المشاركين البالغين اشتروا ألعابا لأنفسهم.

فلسطينيات برام الله يعدن تدوير الملابس لأغراض خيرية

انطلقت مبادرة في رام الله بإشراف مجموعة من النساء الفلسطينيات، تهدف إلى تمكين المرأة ومساعدة الطلاب المحتاجين، من خلال بيع الملابس القديمة. هنا وفي هذا الدكان الصغير، تحول نساء فلسطينيات ملابس مستعملة إلى أعمال خيرية.. فمن أجل بناء مستقبل مشرق يعكس روح الأمل والتفاؤل، تحتاج المجتمعات إلى الإبداع والعزيمة. انطلقت مبادرة في مدينة رام الله تحمل في ثناياها رسالة أمل، لتحويل مجرد ملاحظة إلى فرصة حقيقية لتحقيق التغيير الاجتماعي والاقتصادي، تحت إشراف مجموعة من النساء الفلسطينيات، تقول أية بدحة، عضو مؤسسة دالية المجتمعية: "هاي الأغراض اللي عندك بحالة ممتازة بتقدر تعطيها لحدنا ثاني محتاجها عن طريق مؤسسة دالية اللي بتقوم بترتيبها، بتظفيها لهاي الأغراض، بترتيبها، بعرضها بطريقة بأنه المستهلك أو الزبون راح يجي على دكان راح يشتري من هاي الأغراض".



منوعات الفكر

تنظمه غرفة الشارقة وبلدية دبا الحصن على مدار أربعة أيام

مهرجان «المالح والصيد البحري» ينطلق اليوم بأجواء احتفالية وتراثية متميزة

•• الشارقة- الفجر

المهرجان عقد لقاءات حوارية مع مجموعة من الباحثين في التراث البحري لمناقشة العديد من القضايا الخاصة بالصناعات والحرف البحرية والملاحة وأدوات الصيد التقليدية. ويتضمن مهرجان «المالح والصيد البحري» الذي يفتتح أبوابه للزوار يوماً من الساعة 4 عصراً وحتى 10 مساءً، أجنحة وعروضاً تشمل محلات الأسماك المجففة وأسماك المالح والمنتجات التراثية البحرية، وركن الأسر المنتجة والمأكولات الشعبية والحرفيات ومستلزمات صناعة السفن وغيرها من المهن المختلفة، إضافة إلى منصات خاصة بأدوات الصيد الحديثة والمحركات والقوارب، فضلاً عن فترات تتضمن ندوات ومحاضرات توعوية عن صناعة المالح، ومسابقات ثقافية متنوعة.

من المهن التقليدية التي زاولها أبناء الإمارات على مر العصور، إلى جانب اللوحات التراثية الفولكلورية التي تحاكي ثقافة الساحل الشرقي. ويأتي تنظيم المهرجان سنوياً في إطار حرص غرفة الشارقة وبلدية دبا الحصن في الحفاظ على التراث الشعبي للدولة عموماً وإمارة الشارقة على وجه الخصوص والتأكيد على البعد الاقتصادي للصناعات البحرية ومهنة الصيد البحري وتطويرها لتبقى نشاطاً استثمارياً وصناعياً وتجاريًا، ولاسيما أن الحدث يشكل منصة مهمة للصيادين والشركات والجهات المشاركة لتبادل الخبرات والتجارب في مجال الصناعات البحرية، والإطلاع على أحدث تطورات هذه الصناعة، حيث يشهد

الفاصلة، مشاركة واسعة لعدد من المؤسسات الحكومية وشركات القطاع الخاص والمحال التجارية المتخصصة في صناعة وبيع المالح ومشتقاته وعدد من الصيادين والأسر المنتجة، بما يجسد مكانة الحدث وأهميته كأحد أبرز المهرجانات التراثية والسياحية المتخصصة في صناعة المالح على مستوى المنطقة.

ويشكل المهرجان فرصة متميزة لزواره للاستمتاع بالأجواء الاحتفالية والتراثية، والإطلاع على منتجات المالح بمختلف أنواعه، والتعرف على أهم ملامح الثقافة الإماراتية التقليدية من خلال سلسلة من النشاطات الثقافية والفنية وورش العمل التي تكشف عن أساسيات صناعة المالح وتمليحه وتعليبه، وأساليب الصيد التي كان يتبعها الأجداد، وغيرها

تنتقل مساء اليوم الخميس في مدينة دبا الحصن، فعاليات النسخة العاشرة من مهرجان «المالح والصيد البحري» الذي تنظمه غرفة تجارة وصناعة الشارقة وبلدية مدينة دبا الحصن، لغاية 3 سبتمبر المقبل، ويزخر المهرجان في موسمه الجديد لهذا العام بالعديد من البرامج الثقافية والترفيهية والأنشطة التراثية والتوعوية التي تهدف إلى الاحتفاء بصناعة المالح وسلسلة المهن التراثية والحفاظ على التراث الشعبي والصناعات التقليدية البحرية العريقة. ويشهد المهرجان الذي تقام فعالياته في جزيرة الحصن بالمدينة

حضور نسائي فاعل في منصة مغامرات الهواء الطلق بمعرض أبوظبي للصيد

•• أبوظبي- الفجر

مركبات ومعدات الترفيه في الهواء الطلق، حيث تتوفر أحدث أنواع الدراجات والمركبات المخصصة لرحلات الصحراء الساحرة من أهم وأشهر العلامات التجارية العالمية، وذلك إضافة للعديد من شركات تعديل السيارات ذات الخبرة الواسعة، تحت سقف واحد في القطاع. كما تتوفر في المعرض أحدث مقطورات التخييم، سيارات RVs، الإكسسوارات والوازم الطرق الوعرة ورياضات الهواء الطلق.

الذي يُعتبر من أجمل القطاعات التي ينتظرها عشاق الحدث كل عام، ويشهد إقبالاً جماهيرياً لافتاً من هواة التخييم ورحلات البر والتراث ليحظوا بمغامرة فريدة من نوعها تعيش متعة الصيد والتخييم والاستمتاع بالطبيعة عن قرب، عبر استكشاف كل الخيارات المتاحة والحصول على مستلزماتهم لرحلات لا تُنسى.

وتُقدم الشركات المشاركة في المعرض عبر البيع المباشر لهواة الرحلات، وبأسعار باتت في متناول الجميع، مجموعة متنوعة من المستلزمات الأساسية للقيام بالمغامرات الخارجية، بما في ذلك كافة أدوات ومستلزمات الرحلات كالخيم بمختلف أنواعها وأكياس النوم والسترات الدافئة، وكذلك صناديق حفظ الأطعمة، حقائب للأدوات الشخصية الأساسية، أدوات الطهي والشواء الخارجية، الطاولات والكراسي المحمولة، مُعدات التنظيف والتخلص من النفايات، وأدوات الإسعافات الأولية، وغيرها الكثير. وذلك بالإضافة للكرافانات، سيارات الصيد والسفاري الصحراوية، المعدات والتقنيات والإكسسوارات اللازمة لتسهيل التخييم. وتستقطب أجنحة المركبات التي تُستخدم في التخييم ورحلات السفاري، جانباً كبيراً من اهتمام الزوار، الذين يحرصون على استكشاف ما تقدمه الشركات العارضة من منتجات جديدة من سيارات دفع رباعي وكرافانات، متنقلة، وكافة مُلحقات السيارات.



للاستثمار والتطوير (شروق)، والذي يُقدم كذلك ندوة الحفاظ على الحياة البرية. ومن فعاليات المنصة كذلك «لحلول شاملة من الأنف إلى الباء للباحثين عن المغامرات» توفيق محمود (أبيرون مان)، مغامرة هايالندر: مغامرة العمر - فادي حشيشو (هايالندر الإمارات)، القيادة على الطرق الوعرة باستخدام سيارة دفع رباعي صغيرة- محمد خالد أبو العلا (أم كاي أون رود)، وتعديل السيارة بطريقة صديقة للبيئة بتقديم من شيرمان فرنانديز (رامي أوتوموتيف).

الخارجية وكافة مُستلزماتها، فإن زوار الحدث مدعوم للتلازم مع شخصيات فاعلة ومؤثرة في هذه الرياضات الشيقية للتعرف على تجاربهم الشخصية وصانعيهم، والتواصل كذلك مع رؤاد الصناعة للإطلاع على أحدث توجهات السوق.

ومن اللافت في منصة مغامرات الهواء الطلق هذا العام، المشاركة النسائية الفاعلة في أعمالها حيث سيتم عرض تجربة فريق الناموس، أول فريق نسائي إماراتي لصيد الأسماك، وندوة حول تشجيع المرأة على المشاركة في الرياضات البحرية، وذلك بتقديم كل من لمياء الصيقل، أسماء الريسي، فاطمة الحمادي، مريم العامري، وعائشة الكتيبي، من أعضاء فريق الناموس. أما نائلة البلوشي، فسوف تتحدث عن تجربتها ورحلتها كأول امرأة إماراتية تصعد إلى قمة جبل إيفرست، بالإضافة إلى ندوة بعنوان «إلهام النساء العربيات في رياضات المغامرة والإثارة والتحدّي، ومنها تسلق الجبال». وذلك بينما تُتيح نور فاروق للجمهور فرصة الإطلاع على كيفية التخطيط لمغامرة ناجحة مع العائلة وبناء ذكريات لا تُنسى.

من جهته يُشارك حمد الجابري من إسبيلات إبداع بفعالية السياحة في الصحراء. أما عبد الله الحارثي فيتحدث عن الخدمات التي يُقدمها فريق أبو ظبي للمغامرات، وثائر عدنان من «أدفتشر فور لايف» حول كيفية الاستعداد لرحلات التخييم وتوصيف الاحتياجات والضروريات لرحلة ناجحة. وتحت عنوان «توارث التقاليد- فن ومهارة الرماية من على ظهر الخيل» يُشارك محمود

تشهد منصة مغامرات الهواء الطلق ضمن فعاليات الدورة العشرين من معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية، أنشطة متمعة ومثيرة مع أحدث التطورات والمعلومات في مجال رياضات الهواء الطلق، فضلاً عن العروض المباشرة المذهلة والترفيه المميز، بمل يُمثل تجربة مغامرات جديدة خلال أيام الحدث المليئة بالرح مع العائلة والأصدقاء.

وتقام الدورة العشرين من المعرض من 2-8 سبتمبر بتنظيم من نادي صقاري الإمارات، وبرعاية رسمية من هيئة البيئة- أبوظبي، الصندوق الدولي للحفاظ على الحباري، مركز أبوظبي الوطني للمعارض حيث يُقام الحدث، الراعي الذهبي شركة SCHIWI الألمانية، راعي القطاع «كراكال»، وهيئة تطوير محمية الإمام تركي بن عبدالله الملكية، شريك صناعة السيارات ARB الإمارات، الشريك المصري بنك أبوظبي التجاري، وشريك الأنشطة منتج الفرسان الرياضي الدولي، راعي منصة العروض «سمارت ديزاين»، والخيمة الملكية راعي الفعاليات.

وتُعتبر الأنشطة الخارجية في الهواء الطلق كالتخييم ورحلات السفاري والصيد بمختلف أنواعه، ومغامرات الطرق الوعرة، وسيلة مهمة لإعادة التواصل مع الطبيعة، وفرصة للاستكشاف والاستمتاع وتعلم مهارات جديدة. وبينما تعرض قطاعات معرض أبوظبي للصيد لأحدث الابتكارات والمعدات لممارسة الرياضات

يتضمن 7 فئات للمنهج الدراسية والإعفاء من رسوم التسجيل

كلية ليوا تدرّج برنامجاً تعريفيّاً للطلبة تحت شعار «النجاح يبدأ بالفرص»



بقوائم الشرف للمتفوقين، والمنحة المخصصة لأبطال خط الدفاع الأول من عناصر الرعاية الصحية وذويهم، والمنح المخصصة لأفراد العائلة الدارسين في الكلية، ومنحة أصحاب الهمم، ومنح الشركات الاستراتيجية التي تقدم للطلبة في إطار التعاون المشترك مع القطاعين الحكومي والخاص في الدولة.

والمنحة المخصصة للطلبة الحاصلين على معدل 97 فما فوق في الثانوية العامة والذين تنطبق عليهم شروط المنحة، ومنحة الكلية للمتفوقين في الثانوية العامة الحاصلين على معدل 80 - 95% للعام الدراسي الحالي، ومنحة الطلبة المتفوقين دراسياً خلال سنوات دراستهم في الكلية والمشمولين

التدريب العملي والفرص الوظيفية المتاحة بعد التخرج وغيرها من العناصر التي تدعم مسيرة الطالب خلال دراسته الجامعية في الكلية. وتقدم كلية ليوا 25 برنامجاً أكاديمياً متخصصاً، تلبى مختلف القطاعات الهندسية والعلوم الصحية والإدارية والإعلام، وتقنية المعلومات وغيرها من التخصصات، بالإضافة إلى توفير بيئة تحتية متطورة، وفق أرقى المعايير العالمية، تتضمن 35 مختبراً تطبيقياً، ونخبة تضم أكثر من 100 عضو هيئة تدريس من الكفاءات الأكاديمية المتميزة، تم استقطابهم من جامعات عالمية مرموقة، بما يعزز من مكانة الكلية، ويسهم بصورة جيدة في تعزيز مسيرة التعليم على مستوى إمارة أبوظبي بصورة خاصة، والدولة بصفة عامة. وأشارت الكلية إلى أنه يتم خلال هذه الفعاليات التعريف ببرامج المنح الدراسية التي تقدمها الكلية للطلبة والتي تشمل 7 فئات من المنح المتخصصة للطلبة من بينها: منحة رئيس مجلس أمناء كلية ليوا

تدشن كلية ليوا بحرميها الجامعيين في أبوظبي والعين برنامجاً شاملاً للإرشاد التعريفي تحت شعار «النجاح يبدأ بالفرص» برسالته وأهدافها والبرامج الأكاديمية المطروحة بها والتي تواكب احتياجات سوق العمل وتلبى أجندة الخمسين المقبلة وينطلق البرنامج التعريفي في 24 أغسطس الجاري، وتتضمن هذه الفعالية عدداً من الفرص الواعدة للطلبة من بينها 7 فئات لنح دراسية مخصصة للطلبة بالإضافة إلى إعفاء الطلبة المسجلين من رسوم التسجيل للعام الأكاديمي الجديد 2024.

وأكدت كلية ليوا على أهمية هذا البرنامج التعريفي الذي يمثل نافذة شاملة يطلع من خلالها الطالب على البرامج والتخصصات الأكاديمية للعام الجديد 2024 وما يرتبط بكل تخصص من بيئة تعليمية محفزة على الإبداع والريادة وكذلك التنوع الطلابي وتنوع أعضاء هيئات التدريس بالإضافة إلى المختبرات الدراسية التطبيقية وخطط

•• أبوظبي- الفجر



عبر جراحة تنظيرية

استئصال ورم نادر يزن 105 غرام من تجويف أنفي لمرهق

•• الشارقة- الفجر

بعد ذلك بدأنا بإزالة الجزء الخارجي من الورم وشقنا طريقتنا إلى داخل الرأس. وعلاوة على ذلك، قمنا أيضاً باستئصال قطعة من العظم مع حفر المنطقة بعناية، مما يكسب مستوى الدقة والابتكار اللازمين للتعامل مع مثل هذه الحالات المعقدة. وأضاف: «هدفنا دائماً في ميدكير هو توفير أفضل رعاية ممكنة للمرضى من خلال استخدام تقنيات مبتكرة بشكل متواصل لدعم رؤيتنا وتلبية احتياجات المرضى من مختلف أنحاء العالم».

ويُدوره، قال د. سعيد الحبش، استشاري طب الأنف والأذن والحنجرة، في مستشفى ميدكير الشارقة: «لقد كنا على علم بأن هذه حالة فريدة ومعقدة، لكن التزامنا المشترك بتحقيق أعلى مستوى من التميز الطبي حفزنا للمضي قدماً بالعملية. وبفضل جهود فريقنا الطبي المتفاني وشجاعة المريض الاستثنائية، نجحنا باستئصال الورم بشكل كامل من دون مواجهة أية مضاعفات. وقد تم إجراء فحص تصوير بالأشعة المقطعية بعد الجراحة للاطمئنان بشكل كامل على صحة المريض، وأعربت السيدة «صفاء حارس» والدة يوسف، عن سعادتها العميقة وامتنانها الكبير قائلة: «لقد غمرتنا مشاعر السعادة والفرح لرؤية ابنا ينعم من جديد بصحة جيدة وحياة خالية من التحديات التي واجهته سابقاً، كما نتوجه بجزيل الشكر للفريق المتميز من الأطباء والأخصائيين لدى مستشفى ميدكير الشارقة، حيث ساهم التزامهم الراسخ وخبراتهم العالية في منح ابنا فرصة جديدة للحياة، ونحن ممتنون جداً لجهودهم الحثيثة ونهجهم المبكر الذي أعاد الأمل إلى حياتنا».

يمكن أطباء من مستشفى ميدكير الشارقة، عبر إجراء جراحة تنظيرية معقدة رائدة بلا ندوب، من إنقاذ حياة «يوسف» الذي قدم مع والديه، بعد امتناع أطباء في المغرب وأوروبا عن إجراء الجراحة المعقدة له لاستئصال الورم الذي يزن 105 غرام من التجويف الأنفي لديه. وبرزت مشكلة «يوسف»، وهو مشجع كرة قدم، عندما بدأ يعاني من العمى في عينه اليسرى، ثم من جحوظ ثنائي حاد، وهي حالة يحدث فيها انتفاخ ويزور لقلّة العين من مجرّها. وعلى مدار ستة أشهر، ازدادت أعراضه سوءاً مما شكّل خطراً جسيماً على نظره وصحته العامة. وبينما لم تتلقّى أسرة «يوسف» أي دعم من الخبراء الطبيين في المغرب وأوروبا، فقد وجدوا الأمل والحل في مستشفى ميدكير الشارقة. حيث قام فريق متعدد التخصصات يضم أطباء أنف وأذن وحنجرة، وجراحي أعصاب، وأطباء تخدير، وأخصائيي رعيّة مكثفة، بقيادة البروفسور د. جاناكيرام تي إن اختصاصي أنف وأذن وحنجرة، ود. سعيد الحبش استشاري طب الأنف والأذن والحنجرة، بإجراء جراحة مبتكرة استغرقت 6 ساعات. وبهذه المناسبة، قال د. «جاناكيرام تي إن» اختصاصي أنف وأذن وحنجرة، في مستشفى ميدكير الشارقة: «شكلت الجراحة بحد ذاتها إنجازاً رائعاً حيث جمعت بين البراعة الطبية والصبر والتقنيات فائقة الدقّة. من البداية، وضمننا ملقطة مؤقتة على وعاء دموي، ومن ثم استخدمنا تقنية خاصة لاستئصال الورم شيئاً فشيئاً.

•• أبوظبي- الفجر

مجلس سيدات أعمال أبوظبي و Flat6Labs تطلقان برنامجاً متخصصاً لتطوير مهارات رائدات الأعمال

المختصة. وبهذا الصدد، قالت سعادة أسماء الفهم رئيس مجلس سيدات أعمال أبوظبي: «سعدنا بالنجاح الذي حققه البرنامج الذي نظمناه بالاشتراك مع شركة Flat6Labs. حيث نلتزم مع مجلس سيدات أعمال أبوظبي بإطلاق المبادرات التي تستهدف تطوير كفاءات ومهارات رائدات الأعمال وتعزيز تنافسيتهن في السوق. إذ تعتبر سيدات الأعمال مساهمات رئيسيات في النمو الاقتصادي لإمارة أبوظبي، وسنعمل من جانبنا على تمكينهن من خلال توفير بيئة تروج لريادة الأعمال وتساعد على الوصول السهل للشبكات والموارد من خلال برامج الدعم المتخصصة».

تقديم مجموعة من الخدمات والحوافز، من بينها الجلسات التدريبية والتعليمية بإشراف خبراء في القطاع، إلى جانب توفير متخصصين لإرشاد كل شركة ناشئة بشكل منفرد. كما شهد البرنامج تنظيم مجموعة من الجلسات وورش العمل قادها عدد من الخبراء، بما يضمن حصول المشاركين على المعارف والخبرات المستهدفة. وغطى البرنامج مجموعة من المواضيع الرئيسية الهامة لتسريع الأعمال وتعزيز نموها، بينها أفكار التصاميم واستراتيجيات التسويق وبناء العلامة التجارية والنماذج المالية وأساسياتها، فضلاً عن أفضل سبل وضع العروض التقديمية وتطويرها وطرحها أمام اللجان

أطلق مجلس سيدات أعمال أبوظبي، التابع لغرفة تجارة وصناعة أبوظبي، بالاشتراك مع Flat6Labs، الشركة المتخصصة في التمويل الأساسي والاستثمار المبكر لرأس المال المخاطر، برنامجاً خاصاً يهدف إلى تمكين عضوات المجلس من خلال تطوير مهارتهن في مجال ريادة الأعمال. وعمل البرنامج على مدى ثلاثة أيام على دعم 20 شركة ناشئة أطلقتها رائدات أعمال على مستوى إمارة أبوظبي، وذلك من خلال

منوعات العقل

23

يرتبط نقص فيتامين (د) بزيادة كبيرة في شدة الصدفية، وفقا لبحث أمريكي على ما يقرب من ٥٠٠ حالة، في واحدة من أكبر الدراسات حتى الآن.

ويقول طبيب الأمراض الجلدية بجامعة براون، إيونيونغ تشو، وزملاؤه إن النتائج التي توصلوا إليها تشير إلى أن الأشخاص الذين يعانون من حالة الجلد المزعجة التي تؤثر على أكثر من ٨ ملايين شخص في الولايات المتحدة قد يستفيدون من الأطعمة الغنية بفيتامين (د) أو المكملات الغذائية.



دراسة هامة تظهر الارتباط بين فيتامين (د) وشدة الصدفية!



مرض الصدفية لديهم في مجموعة تمثل سكان الولايات المتحدة. ويوضح تشو: "لقد بحثت دراسات قليلة عن هذا الارتباط في مجموعات من الناس، خاصة في عدد كبير من سكان الولايات المتحدة، أو فحصت هذه العلاقة من خلال عدسة التغذية السريرية".

وكتبت بيانات من NHANES عن 491 حالة من حالات الصدفية، مع 162 حالة تم الإبلاغ عنها بين عامي 2003 و2006 و329 حالة تم الإبلاغ عنها بين عامي 2011 و2014.

وإلى المجموعة التي لديها أعلى مستوى من مساحة سطح الجسم المصابة بالصدفية، كان 39% من الأشخاص يعانون من نقص فيتامين (د)، مقارنة بـ 25% في المجموعة التي لديها أدنى مستوى من مساحة سطح الجسم المصابة بالصدفية.

وتشير هذه العلاقة إلى أن فيتامين (د) قد يؤثر على كيفية تطور الصدفية وتطورها.

وتم ربط نقص فيتامين (د) سابقا بزيادة خطر الإصابة بالاكتهاب والوفيات الناجمة عن فيروس كورونا، في حين أن المكملات، عندما تكون المستويات غير كافية، قد تقلل من خطر الإصابة بالتهابات القلبية وتخفيف أعراض الاكتئاب.

ويقول تشو: "تشير نتائجنا إلى أن اتباع نظام غذائي غني

بفيتامين (د) أو مكملات فيتامين (د) عن طريق الفم قد توفر أيضا بعض الفوائد لمرضى الصدفية".

ويلاحظ الباحثون أن الأشخاص المصابين بالصدفية يجب أن يتحدثوا إلى أطباءهم وأطباء الأمراض الجلدية قبل تناول مكملات فيتامين (د).

ويذكر أن النتائج الأولية لم تخضع بعد لمراجعة النظراء، على الرغم من اختيار الدراسات لعرضها من قبل لجنة من الخبراء.

تم تقديم الدراسة في الاجتماع السنوي للجمعية الأمريكية للتغذية، NUTRITION 2023.

وتعرف الصدفية بأنها مرض مناعي يتسم بتحول سريع غير طبيعي لخلايا الجلد، وسببه الدقيق غير واضح. ويُعتقد أنه ينشأ من استعداد وراثي ناتج عن عوامل بيئية. وأي شخص يعاني من تراكم الخلايا الميتة الزمن، والذي يسبب بقعا متقشرة وحكة، يعرف أن الصدفية يمكن أن تكون مؤلمة وتتطوي على أكثر من مجرد الصحة البدنية. حتى أن بعض الناس يفترضون خطأ أنه معد.

وتقول طالبة الطب راشيل ليم من جامعة براون، التي قدمت البحث في NUTRITION 2023 في بوسطن في 25 يوليو: "تظهر كريمة فيتامين (د) الاصطناعية الموضعية كعلاج جديد لمرض الصدفية، لكن هذه عادة ما تتطلب وصفة طبية من الطبيب".

ويعتقد العلماء أن فيتامين (د) يلعب دورا في منع تطور الأمراض الجلدية عن طريق تعديل الاستجابة المناعية والعمل مباشرة على خلايا إصلاح الجلد.

ويقول تشو: "مع تزايد الاهتمام العام بمكملات الفيتامينات، أردنا إجراء مزيد من الدراسة للعلاقة بين مستويات فيتامين (د) وشدة الصدفية".

وقام تشو وليم وباحثون آخرون في جامعة براون وكلية ماساتشوستس بفحص بيانات أكثر من 40 ألف شخص تم جمعها بواسطة المسح الوطني لفحص الصحة والتغذية (NHANES) بين عامي 2003 و2014.

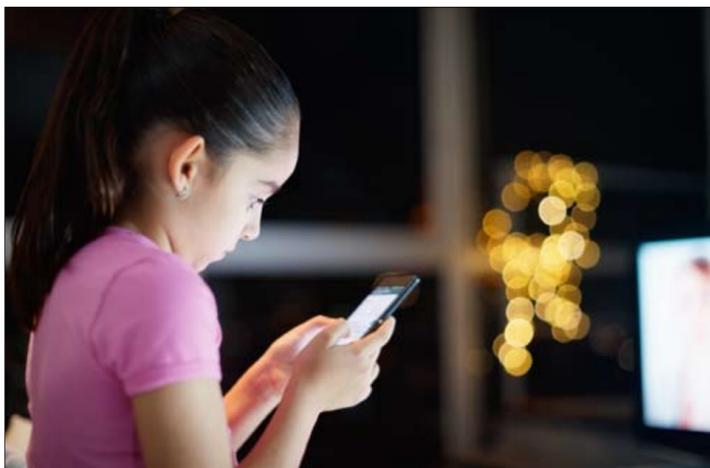
وتم تقييم مستويات فيتامين (د) لدى الأفراد وشدة

بفيتامين (د) أو مكملات فيتامين (د) عن طريق الفم قد توفر أيضا بعض الفوائد لمرضى الصدفية".

ويلاحظ الباحثون أن الأشخاص المصابين بالصدفية يجب أن يتحدثوا إلى أطباءهم وأطباء الأمراض الجلدية قبل تناول مكملات فيتامين (د).

ويذكر أن النتائج الأولية لم تخضع بعد لمراجعة النظراء، على الرغم من اختيار الدراسات لعرضها من قبل لجنة من الخبراء.

تم تقديم الدراسة في الاجتماع السنوي للجمعية الأمريكية للتغذية، NUTRITION 2023.



طبية عيون تكشف مضار الأجهزة الإلكترونية لعيون الأطفال

أعلنت البروفيسورة تاتيانا شيلوفا، أخصائية طب وجراحة العيون، أن الأجهزة الإلكترونية تؤثر سلبا في أعضاء الرؤية لدى الأطفال.

مشكلة بصرية فقط، بل هي أيضا مرض طبي. هذه المشكلة من سمات جميع البلدان المتقدمة. لقد بلغ عدد الشباب الذين يعانون من قصر النظر حاليا ضعف ما كان عليه سابقا، ويعود السبب إلى الإجهاد الشديد للعيون بسبب الرؤية القريبة". وتشير شيلوفا إلى أن 80 بالمئة من حالات قصر النظر سببها الاستعداد الوراثي، ولكن عند استخدام هذه الأجهزة بصورة

دائمة في سن مبكرة، سيتسارع ظهور هذا المرض ويتطور. وتقول: "عندما يصف الطبيب النظارات أو العدسات اللاصقة للطفل، وهي وسيلة من وسائل تصحيح هذه المشكلة، يجب استخدامها وفقا لوصفة الطبيب. وهناك أسطورة مفادها أن النظارات تقصد الرؤية. ولكن في الواقع، تساعد النظارات على تطور الرؤية بصورة أكثر انسجاما وكاملا".

وتشير البروفيسورة، إلى أن 10 بالمئة من التلاميذ في روسيا بعد المدرسة الابتدائية يعانون من قصور النظر وترتفع هذه النسبة إلى 30-50 بالمئة في نهاية دراستهم الثانوية. ووفقا لها، تحصل لدى البعض تغيرات في مقلة العين لا رجعة فيها- تتمدد أو تتغير بنيتها الداخلية بما فيها الشبكية. وتقول: "قد تحدث تغيرات تنكسية، وهي في النهاية ليست

ووفقا لها، تعتبر العدسات اللاصقة اللينة للأطفال أخطر طرق التصحيح. ولكن في نفس الوقت يحسن استخدام العدسات اللاصقة الصلبة للأطفال أثناء النوم 7-8 ساعات لتحسين الرؤية في اليوم التالي.

وتشير شيلوفا إلى أنه لتقليل مخاطر تطور مشكلات الرؤية لدى الطالب، يجب اتباع بعض القواعد. ينصح الأطفال في سن المدرسة الابتدائية بقضاء ما لا يزيد عن ساعتين في اليوم مع الأجهزة، وكل 30 دقيقة يجب التوقف لمدة 10-15 دقيقة. كما يجب الانتباه إلى مستوى سطوع الشاشة وبعدها عن العين والوضعية الصحيحة للطفل.

ووفقا لها، من الأفضل قضاء فترة أطول في ممارسة الهوايات الرياضية المفصلة والتجوال في الهواء الطلق 2-3 ساعات في اليوم، حيث اتضح أن الأطفال الذين يقضون وقتا طويلا في الهواء الطلق يعانون من قصر النظر 3-5 مرات أقل من الآخرين. لذلك يوصى بتنظيم بعض الدروس في الهواء الطلق. وتشير، إلى أنه بفضل الضوء الطبيعي ينتج الجسم هرمونا ينشط نمو مقلة العين. كما أن التغذية تؤثر في صحة العيون. فمثلا الوجبات السريعة الغنية بالكربوهيدرات تمنع النمو الصحي للعيون.



دائرة القضاء - أبوظبي
إدارة الكاتب العدل والتوثيق
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

تغيير اسم / اسامه خالد صالح بوجعور
تقدم المواطن / اسامه خالد صالح سالم بوجعور - بطلب الى قسم التوثيق - أبوظبي بتغيير اسمه من (اسامه) إلى (سيف). فمن لديه اعتراض يتقدم به الى القسم المذكور خلال 15 يوما من تاريخ نشر الاعلان. على ان يصلنا ردكم الكريم خلال 7 أيام من تاريخ إرسال الرسالة الموافق في 16/8/2023
رئيس قسم التوثيق العام

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إخطار دفع في القضية رقم ٢٠٢٣/٨/٢١
إخطار دفع في القضية رقم ٢٠٢٣/٨/٢١ AJCEXCIVS2023/0002333 لدى مكتب إدارة الدعوى المحكوم عليه : عبد العزيز احمد عبد العزيز أحمد حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ خالد إبراهيم عبدا لتستأجر غراب - الجنسية مصري في القضية المشار اليها أعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
55060.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخدم بحكمك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة عجمان الابتدائية
محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الابتدائية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية في الدعوى رقم ٢٠٢٣/٨/٢١ AJCFICIVS2023/0002137 مدني
إلى المدعي عليه : عامر سائر فرج
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسته 18/9/2023 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى 1) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حضر بتاريخ 30/8/2023 م.
مكتب الخدمات القضائية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة النيد الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية في الدعوى رقم ٢٠٢٣/٨/٢١ ADCFCILABS2023/0000187 عمالي
إلى المدعي عليه : نقليات الصابر
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسته 11/9/2023 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة النيد الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (النيد مكتب مدير الدعوى) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حضر بتاريخ 28/8/2023 م.
مكتب الخدمات القضائية

حكومة دبي
محاكم دبي
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

لجانب الكاتب العدل - يدبي
رقم (2023/2991)
مقدمة من : المخطر : محمد احمد محمود حسن الحمادي.
بوكالة الاحامي احمد حسن المازمي
ضد / المخطر اليه : محمد هلال سالم هلال
جننا بموجب هذا الإنذار العدلي ننذر فيه المنذر اليه بسرعة سداد مبلغ (100,000) درهم - مائة ألف درهم وذلك خلال (5) خمسة أيام عمل من تاريخ اعلانكم بالإندار الحالي، والا سوف نضطر أسفين لاتخاذ كافة الإجراءات القانونية بحقكم، مع العلم ان كل تلك الإجراءات ستكون على مسؤوليتكم ونفتكم، محتفظين بكافة الحقوق القانونية الأخرى لاي جهة كانت.
الكاتب العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان إجتماع خبرة
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١
إعلان لحضور إجتماع الخبرة الحسابية في القضية رقم 3567/2023 عمالي محكمة الشارقة الابتدائية المدنية - أجرة الشارقة د.م.
المدعي عليه : سندي الولايبوي فولابي
المدعى عليه / سندي الولايبوي فولابي
على المدعي عليه سندي الولايبوي فولابي، الحضور شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد لحضور إجتماع جلسة الخبرة التي حدد لها يوم الخميس الموافق 31 أغسطس 2023 وفي تمام الساعة الحادية عشرة صباحا من بعد من خلال استخدام الرابط التالي:-
https://meet166.webex.com/meet166/j.php?MTID=m79ce48706b11f4b6f054466337055fe5
أو بالتواصل شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد مع الخبير المنتدب في القضية المبينة أعلاه على الهاتف المحمول رقم (971502516280) قبل موعد جلسة الخبرة المحددة أعلاه.
الخبير المنتدب / سعيد رجب كحلح

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الابتدائية - المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى رقم SHFCICPOR2019/ M0000666 تجاري (جزئي)
إلى : المحكوم عليه يوسف محمد جبر، العنوان : 980002
تحيطكم علما بأنه بتاريخ 2019/10/07 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى المذكورة بالرقم أعلاه لصالح / سعيد سليمان عبد الحسن أحمد المسلم، بالتالي : حكمت المحكمة بمباينة الحضور بقى المدعي عليه و حضورياً بحق الخصم المدخل : بإلزامهم بدفع مبلغ 56953 درهم للمدعي ستة وخمسين وتسعمئة وثلاثة وخمسين درهم والزامتهما بالرسم والصاريف و مثني درهم اعاب المحاماة ورفض ما عدا ذلك من طلبات. حكما قابلاً للاستئناف خلال المدة القانونية اعتباراً من اليوم التالي لنشره.
المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الابتدائية - المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى رقم SHFCICIVS2023/0003752 مدني
إلى : المحكوم عليه / الرفاهية لصناعة أثاث المطابخ
العنوان : 9811807
تحيطكم علما بأنه بتاريخ 12/7/2023 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرقم أعلاه لصالح / سميح فوزي القادري - نص الحكم.
حكمت المحكمة بمباينة الحضور : بإلزام المدعي عليها بأداء مبلغ إلى المدعي وقدره (10,000) درهم ، مع إلزام المدعي عليها بالرسم والمصاريف.
المحكمة الابتدائية المدنية

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : أحمد محفوظ محسابون قانونيون ومدققوا حسابات
العنوان : مكتب 303 ملك الشيخ مانع راشد مانع ال مكتوم - رقة البطين - هاتف : 04-2272828 فاكس : 04-2274080 بموجب هذا نعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية **مكتبة الحضارة (ش ذ م م)** وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 11/8/2023 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 11/8/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : مكتبة الحضارة (ش ذ م م)
العنوان : محل رقم 8 ملك خليفة بن أحمد بن خريدة - بر دبي - الكرامة - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 233094 رقم القيد بالسجل التجاري : 1013824 بموجب هذا نعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 11/8/2023 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 11/8/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين **أحمد محفوظ محسابون قانونيون ومدققوا حسابات العنوان : مكتب 303 ملك الشيخ مانع راشد مانع ال مكتوم - رقة البطين - هاتف : 04-2272828 فاكس : 04-2274080** مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان منقذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الابتدائية - محكمة الابتدائية المدنية - الشكاية تقاولات البناء - ذ م - إخطار دفع في القضية رقم SHCEXCILABS2023/00006433 عمالي
إلى المحكوم عليه : الشكاية تقاولات البناء - ذ م
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ ممتاز احمد له محمد - الجنسية مصري - في القضية المشار اليها أعلاه وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
الاجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 104603.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخدم بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة التنفيذ المدنية

حكومة دبي
محاكم دبي
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

انذار عدلي بالنشر
رقم (2989/2023)
المنذر : فوجي كينج للسيارات م م ح
المنذر اليها : ام دي في للتجارة العامة - ش.ذ.م.م
أنت مكلف بسداد مبلغ 144,000 درهم (مائة وأربعة وأربعون الف درهم) المستحقه بموجب الشيك رقم 100309 المؤرخ في 2022/9/30 المسحوب على السادة / بنك الاسلامي بقيمة 144000 درهم (مائة وأربعة وأربعون الف درهم) لصالح المنذرة / المنذر : فوجي كينج للسيارات م م ح خلال مدة اقصاها خمسة ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان والا ستستخدم المنذرة كافة الاجراءات القانونية ضدكم مع مطالبتكم بالتعويض عن الأضرار المادية والادبية التي لحقت بها.
الكاتب العدل

حكومة دبي
محاكم دبي
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

انذار عدلي بالنشر
رقم (2930/2023)
المخطر : محمد عمر محمد الجابري ، بصفتها المؤجر عن الملك محمد عمر الجابري بوكالة الاحامي / محمد صالح الهاجري
المخاطر اليها : 1- البنهاوي للمقاولات م م ح
2- طارق مصطفي حامد عفيفي نصار
(مجهول محل الإقامة)
ينذر المخطر - المخطر اليهما - بضرورة سداد الدبوتية المترصدة لديكم بمبلغ 21000 درهم (واحد وعشرون الف درهم) نظير كافة الرسوم المستحقة وذلك تنفيذاً لأحكام قانون الإجراءات المدنية والادبية الذي لم يتم السداد خلال المدة القانونية 5 أيام من تاريخ الإعلان بالنشر عندها سيضطر المخطر الى اتخاذ الإجراءات القانونية ضدكم للمطالبة بسداد قيمة الشيك و ما يستجد عليه من فائدة قانونية حتى تاريخ الحكم والرسوم والصاريف.
الكاتب العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية في الدعوى رقم SHFCICCOMS2023/0006304 تجاري
إلى المدعي عليه : نور بيرت دكتورا
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسته 5/9/2023 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 6) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حضر بتاريخ 30/8/2023 م.
مكتب الخدمات القضائية

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : أحمد محفوظ محسابون قانونيون ومدققوا حسابات
العنوان : مكتب 303 ملك الشيخ مانع راشد مانع ال مكتوم - رقة البطين - هاتف : 04-2274080 فاكس : 04-2272828 بموجب هذا نعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية بي اي دي قرار محاكم دبي بتاريخ 15/6/2023 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 15/6/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : بي اي دي شارب بيلد - ش ذ م م
العنوان : نخيل - المدينة العالية - دبي ICI-GRE L14.S02 الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 759816 رقم القيد بالسجل التجاري : 1231917 بموجب هذا نعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 15/6/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين **أحمد محفوظ محسابون قانونيون ومدققوا حسابات العنوان : مكتب 303 ملك الشيخ مانع راشد مانع ال مكتوم - رقة البطين - هاتف : 04-2272828 فاكس : 04-2274080** مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
محاكم دبي
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان بالنشر
في المنازعة رقم: ٢٠٢٣/٨/٢١/٥١١٦ نزاع محدد القيمة
المنظورة في التسوية الوضعية للمنازعات الثالثة رقم ٧٢
موضوع المنازعة : المطالبة بالزام المدعي عليها ياداه عبد قدير (١٨,1٤٠,٠٠٠) درهم ومضامنه عشر ألف ومائة وخمسة وعشرون درهم والزاتما بقائده قانونية ياداه : من تاريخ المطالبة القضائية مع حفظ حقوق المدعية الأخرى مع الزاتما بالصرفات ومقابل ألعاب المحاماة - قررت المحكمة المنزاع الريان لتجارة معدات الامن والسلامة
عنوانه:امارة دبي - الضمين الصناعية الرابطة - خلف كنزاري تعليم قيادة السيارات - مستودع رقم ٢ - ملك مؤسسة دبي العقارية - هاتف: ٤٢٣٠٣٩١ - ٤٢٣٠٣٩٠ - ٥٥٤٠٣٠٤٠٠ - ٥٥٤٠٣٠٤٠٠
المطلوب إعلانة : ١- بيرت هانوس للإشاعات ش.ذ.م.ح - صفته : متنازع ضده
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليها ياداه عبد قدير (١٨,1٤٠,٠٠٠) درهم ومضامنه عشر ألف ومائة وخمسة وعشرون درهم والزاتما بقائده قانونية قدرها : من تاريخ المطالبة القضائية مع حفظ كافة حقوق المدعية الأخرى مع الزاتما بالصرفات ومقابل ألعاب المحاماة - قررت المحكمة اصدار قرار منهي للحصومة وفقا لنص المادة ٤٥ من اللائحة التنظيمية لتقانون الاجراءات المدنية وقررت بمباينة الحضور الزام المنزاع ضدها بان تؤدي مبلغ (١٨,١٤٠,٠٠٠) درهم والقائده ٥% من تاريخ المطالبة وحتى السداد التام والزامتها الرسوم والصاريف ومبلغ ٥٠٠ درهم ألعاب المحاماة.
رئيس القسم

حكومة دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٢٠٢٣/٨/٢١/٤٠٠٠ مدني
المنظورة في: دائرة إدارة الدعوى الثالثة شرق رقم ٤١٤
موضوع الدعوى : المطالبة بالزام المدعي عليه بان يوره للمدعي مبلغا وقدره (١٤٥,٠٠٠) مائة وخمسة وأربعون ألف درهم اماراتي والقائده على هذا المبلغ بواقع ١٢ سنويا من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام السداد والرسوم والصاريف ومقابل ألعاب المحاماة -
طالب التنفيذ : مطلق مطلق الفدايح
عنوانه: الامارات - امارة دبي - منطقة الخليج التجاري - دبي - بنياية الملك سلطان احمد غانم سويدي الثاني - ٥٥٣٣٣٣٠٠٠
المطلوب إعلانة : ١- هيثم بن علي بن سالم البديي - صفته: المدعي عليه
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بان يوره للمدعي مبلغا وقدره (١٤٥,٠٠٠) مائة وخمسة وأربعون ألف درهم اماراتي والقائده على هذا المبلغ بواقع ١٢ سنويا من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام السداد والرسوم والصاريف ومقابل ألعاب المحاماة - وحديث لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٨/٢١ الساعة ٩:٠٠ ص في قاعة التقاضي عن بعد لندا فأتت بكفك بالحضور أو من يملكك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.
رئيس القسم

حكومة دبي
محاكم دبي
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٠٢٣/٨/٢١/٢٥٢ تنفيذ شيكات
المنظورة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (١٧٨-١١٣٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك ابوظبي التجاري بقيمة (١١٣٦٦٦,٦٦) .
طالب التنفيذ : مؤسسة محمد عابد للدبوتور
عنوانه: الامارات - ابوظبي - مصحف - مكتب رقم ٢ - بنياية الملك سلطان احمد غانم سويدي الثاني - ٥٥٣٣٣٣٠٠٠
المطلوب إعلانة : ١- ابراهيم بدييز - صفته : منقذ ضده
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنقذ موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنقذ به وقدره (١١٣٦٦٦,٦٦) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (7) ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان إجتماع خبرة
دعوة لحضور إجتماع الخبرة في الدعوى رقم 2023/7192 عمالي
تدعو الخبرة في الدعوى اعلاه ، المدعي عليها "أورثن بروجيكس للمقاولات ش.ذ.م.م" "موضوع إجتماع الخبرة بالصوت والصورة" عن بعد سواء شخصيا أو بواسطة وكلاء قانونيا" عنها والمقرر عقدة يوم الخميس الموافق 2023/8/31 الساعة الرابعة عصرا أو في غضون اسبوع من تاريخ نشر هذا الإعلان أيهما أقرب، وفي تلك الحالة يطلب من المدعي عليها التواصل مع أمينة سر الخبرة الاتسه مثال على هاتف رقم 04-2500251 أو متحرك 0507862887 واتس أب، أو على الايميل suha@farahatco.com
الخبير الحسابي محمد فرحات
قيد رقم 89

حكومة دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٢٠٢٣/٨/٢١/٤٠٠٠ مدني
المنظورة في: دائرة إدارة الدعوى التاسعة رقم ٤١٤
موضوع الدعوى : القضاء بالزام المدعي عليها بسداد مبلغ (١٥٠٠٠) درهم لفائدة المدعية بالإضافة الى الفوائد القانونية بواقع ٥% من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد والرسوم والصاريف والبن ايلين بوير بريانس
عنوانه: الامارات - امارة دبي - الجفاف - شارع الخليل - بنياية سكن الزوتونة - شقة رقم ٦٠١ بالقرب من محطة مترو الجفاف - رقم مكاني: ١٦٢٧٠٠٧٢٧٠ - ١٦٢٧٠٠٧٢٧٠ - ٥٠١٦١١٠٧٨ - ٥٠١٦١١٠٧٨
المطلوب إعلانة : ١- كهاريل ان نونا ديوروي - صفته: المدعي عليه
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها القضاء بالزام المدعي عليها بسداد مبلغ (١٥٠٠٠) درهم لفائدة المدعية بالإضافة الى الفوائد القانونية بواقع ٥% من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد والرسوم والصاريف - وحديث لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٣/٨/٢١ الساعة ٩:٠٠ ص في قاعة التقاضي عن بعد ، لذا فأتت بكفك بالحضور أو من يملكك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.
رئيس القسم

حكومة دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٢٠٢٣/٨/٢١/٤٠٠٠ مدني
المنظورة في: دائرة إدارة الدعوى التاسعة رقم ٤١٤
موضوع الدعوى : المطالبة بالزام المدعي عليها بسداد مبلغ (٢٢,٠٠٠) درهم والرسوم والصاريف و ألعاب المحاماة والقائده ٥% من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد المدعي العاليتة لتجميع التفتايات ش.ذ.م.ح.
عنوانه الامارات - امارة دبي - ند خمسة - واجة السيلكون - بنياية نبي ناور - الطابق ١٣ - مكتب رقم ١٣٠٠ - هاتف رقم: ٤٢٥١٢٤٠١٠ - رقم مكاني: ٣٦٦٨٨٥٠٠٠ - بريد الكتروني: info@sarhanoae.com
٥٥٣٣٣٣٠٠٠
المطلوب إعلانة : ١- المحامات للمقاولات ش.ذ.م.ح - صفته: المدعي عليه
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليها بسداد مبلغ وقدره (٢٢,٠٠٠) درهم والرسوم والصاريف و ألعاب المحاماة والقائده ٥% من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد التام ، وحديث لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٨/٢١ الساعة ٩:٠٠ ص في قاعة التقاضي عن بعد ، لذا فأتت بكفك بالحضور أو من يملكك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.
رئيس القسم

حكومة دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٠٢٣/٨/٢١/٢٥٢ تنفيذ شيكات
المنظورة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيكات المرجعة أرقام (٢٠٢٢٣) بمبلغ وقدره (٣٢٨٣١,٦٦) درهم المسحوب على بنك ابوظبي التجاري والشيك رقم (١٠١٨٦١) بمبلغ وقدره (٩٤٥٥٥,٨١) المسحوب على بنك الامارات الاسلامي بقيمة اجماليه (١٢٣,٢٨٧,٤٣) مائه وثنتين وثلاثون ألف ومائتين وسبعة ومائتاون درهم وثلاثة واربعون فلب الصادرة من المنقذ ضده الاول بتوقيع المنقذ ضده الثاني .
طالب التنفيذ : امارة دبي - امارة دبي - دائرة التجارة العامة ش.ذ.م.ح
عنوانه: الامارات - امارة دبي - دبي - شارع نبي ياس - مبنى توين تاور - برج المكاتب - شقة طابق ٢١ - ٥٠٣٦٥٤٨ - ٢١٠٤
المطلوب إعلانة : ١- عمر محمد ابراهيم مطر - صفته : منقذ ضده
موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنقذ به وقدره (١٢٣,٢٨٧,٤٣) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (7) ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

حكومة دبي
محكمة دبي الابتدائية
العدد ١٢٩٢٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٢١

إعلان محضر حجز بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٠٢٣/٨/٢١/٢٥٢ تنفيذ شيكات
المنظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (١٠١٨٦١) والصادر عن اوفيس لتلاشات ش.ذ.م.ح بقيمة (٣٠٠,٠٠٠) درهم
طالب التنفيذ : الداتوب لتجارة البناء ش.ذ.م.ح
عنوانه الامارات - امارة دبي - هيرة - دبي - شارع نبي ياس - مبنى توين تاور - برج المكاتب - شقة ٢١ - مكتب ٢١٠٤ - ٥٠٣٦٥٤٨ - ٥٠٣٦٥٤٨
المطلوب إعلانة : ١- اوفيس لتلاشات ش.ذ.م.ح - صفته : منقذ ضده
موضوع الإعلان : التقد ضدهم / اوفيس لتلاشات ش.ذ.م.ح - محمد غازي يوسف فاعود - لفلتكم باله تم الحجز على اموالكم الخاصة وهي عبارة عن العطار (نوع العطار ارض - منطقة سبع شعبي ٤ - رقم الارض ١٨٢/٢ - نوع الارض صناعية - المساحة المملوكة الكت - مساحة العقار ٧٤٧٢,٧٧ والعارف نوع العقار ارض - منطقة سبع شعبي ٤ - رقم الارض ٢٠٤/٠ - نوع الارض صناعية - المساحة المملوكة الكت - مساحة العقار ٥١٤٩,٦٨ - واهه للمبلغ الطالب به وقدره (٣٠٥٥٥) درهم وذلك للعلم بما جاء فيه وثلاذ موثقه قانونا.
رئيس الشعبة



د. محمد العلي: تريندز حريص على دعم أعمال المنتدى ومخرجاته وتوصياته العالمية
فهد المهري: مركز تريندز يثري المنتدى بفعاليات بحثية وعلمية متخصصة ونوعية



ينظمها المكتب الإعلامي لحكومة الشارقة يومي 13 و14 سبتمبر

تريندز راعياً لفعاليات النسخة الـ 12 من المنتدى الدولي للاتصال الحكومي 2023

13 و 14 سبتمبر المقبل، حيث يشهد اليوم الأول من المنتدى عرضاً لدراسة أعدتها قسم إدارة الثروات البشرية في عالم مازوم: تقرير حول كيفية المحافظة على الثروات وتنميتها في ظل التحديات الاقتصادية العالمية، مضيافاً أن الدراسة تركز على حالة الاقتصاد الإماراتي والتعلم من التجارب الدولية، كما تسعى للإجابة على سؤال محوري، وهو كيف يمكن إدارة الثروات البشرية والمحافظة عليها وتنميتها في ظل التحديات الاقتصادية العالمية؟

منطقة الشرق الأوسط لمناقشة أفضل الممارسات العالمية في قطاع الاتصال الحكومي، حيث يسعى إلى بلورة منصة موثوقة للتحاور ومناقشة أفضل الأساليب المتبعة في الاتصال الحكومي في العالم، مبيناً أن «تريندز» سيكون له دور محوري في دورة العام الجاري، سيدعم من خلاله توجهات المنتدى ومناقشاته حول كيفية استثمار الموارد الطبيعية والبشرية والعلمية والثقافية، وتحولها إلى ثروات تدعم التنمية على الصعيدين الاقتصادي والاجتماعي، إلى جانب استثمار الموارد الجديدة التي قد تظهر في المستقبل نتيجة لتطور العلوم والتقنيات.



في عالم مازوم: تقرير حول كيفية المحافظة على الثروات وتنميتها في ظل التحديات الاقتصادية العالمية، أعدتها قسم الدراسات الاقتصادية في «تريندز»، وتقدم الجلسة موزة المرزوقي رئيسة قسم الدراسات الاقتصادية، وذلك يوم الأربعاء 13 سبتمبر المقبل.

المقبل، في مركز إكسبو الشارقة. وتستعرض النسخة الـ 12 من المنتدى، التي تأتي هذا العام تحت شعار: «موارد اليوم.. ثروات الغد»، تجارب وخبرات كوكبة من قادة الرأي والفكر والخبراء في قطاع الاتصال الحكومي على المستوى المحلي والإقليمي والدولي، كما ستسلط الضوء على أهمية استغلال وإدارة الموارد والثروات التي تمتلكها الدول والمجتمعات، وكيفية تحويلها إلى عوامل نجاح وتنمية مستدامة.

عالم مضطرب
وأوضح رئيس قطاع «تريندز - دبي»، أن اليوم الثاني من أعمال المنتدى سيشهد جلسة حوارية تحت عنوان: «إدارة الثروات في عالم مضطرب: تسخير رأس المال البشري والاستثمار في الشباب»، ستطرح في استكشاف تأثير التحديات الاقتصادية والاجتماعية العالمية الراهنة، على إدارة الثروات في أوقات عدم اليقين العالمي، مبيناً أنه يمكن للاستثمار في تطوير رأس المال البشري، وتزويد الشباب بالمهارات والمعرفة اللازمة، من مواجهة التحديات المستقبلية والاستجابة لها، وتبني الابتكار والاستفادة من الفرص واستغلالها بالوجه الأمثل.

استشراف المستقبل
بدوره، أكد فهد المهري، رئيس قطاع «تريندز - دبي»، أن رعاية المركز أعمال الدورة الـ 12 من «المنتدى الدولي للاتصال الحكومي 2023»، تترجم حرصه على دعم الاستثمار في الثروات البشرية والطبيعية، فضلاً عن تحفيز الجهات الفاعلة على تكثيف الاستثمار في الثروات غير المادية أيضاً، إلى جانب تعزيز الاستثمار في التكنولوجيا والبيانات واستشراف ثروات المستقبل.

وأضاف العلي أن التعاون مع المكتب الإعلامي لحكومة الشارقة في أعمال المنتدى، يأتي في إطار دور «تريندز» البحثي الفعال والبناء، لما يتمتع به المركز من استشرافية عالمية، ورؤية علمية وبحثية دقيقة، ولما ينتج من إصدارات وبحوث ودراسات وقرارات وتحليلات تواكب قضايا العصر.

التنفيذي مركز تريندز للبحوث والاستشارات، إن رعاية «تريندز» فعاليات النسخة الـ 12 من «المنتدى الدولي للاتصال الحكومي 2023»، تأتي في إطار حرص المركز على دعم أعمال المنتدى ومخرجاته وتوصياته العالمية، مضيافاً أن المركز مهتم أيضاً بالمساهمة في بناء منظومة فكرية جديدة قائمة على البحث العلمي السديد والهادف، والقادر على التماهي مع القضايا والأزمات المعاصرة، حيث يستطيع البحث العلمي تحليل قضايا قطاع الاتصال الحكومي، واستشراف مستقبله، وتقديم التوصيات الناجعة والقابلة للتطبيق.

الاستثمار في الشباب
كما سيشارك عدد من الباحثين الشباب في فعاليات منصة «شبابنا ثروتنا»، والتي تأتي ضمن أعمال اليوم الثاني من «المنتدى الدولي للاتصال الحكومي 2023»، حيث سيقدمون جلسة حوارية بعنوان: «إدارة الثروات في عالم مضطرب: تسخير رأس المال البشري والاستثمار في الشباب»، وذلك يوم الخميس 14 سبتمبر المقبل، وسيدير الحوار عبدالله الحمادي، مدير إدارة المؤتمرات والاتصال الاستراتيجي، ويتحدث في الجلسة كل من محمد الظهوري، رئيس قسم الدراسات الاستراتيجية، عضو مجلس شباب «تريندز»، ووردة النهالي مديرة إدارة الاتصال المؤسسي، عضو مجلس شباب «تريندز».

إدارة الثروات البشرية
ويثري مركز تريندز للبحوث والاستشارات، أعمال النسخة الـ 12 من «المنتدى الدولي للاتصال الحكومي 2023»، بمجموعة من الفعاليات البحثية والعلمية المتخصصة والنوعية، ومنها جلسة تستعرض نتائج دراسة اقتصادية تحت عنوان: «إدارة الثروات البشرية

رواية الشيخ الأبيض لسلطان القاسمي في عرض مسرحي عماني جديد

في الإمارات والخليج والعربي بفضل الرعاية والدعم الذي يوليها موهبه للمسرح. وأضاف: «لقد كان لإمارة الشارقة دور بارز في دعم الحركة المسرحية في الوطن العربي ومنطقة الخليج، فهي تمد يد العطاء لكل أبنائها الفنانين وتقف خلفهم، ولم يكن المسرحي العماني إلا توأماً لأخيه الإماراتي في أخذ فرصته على خشبة المسرح في شراكة الخير».

وبحرص صاحب السمو حاكم الشارقة على عرضه في سلطنة عمان وبالتزامن مع خريف صلالة، بعد أن عرض للمرة الأولى في الشارقة، مشيداً بالعلاقات الأخوية بين دولة الإمارات وسلطنة عمان، وعبر عماد الشفري عن اعتزازه بتقديم المسرحية مشيداً بالإضافات الفنية والإخراجية التي وجه بها صاحب السمو حاكم الشارقة، وقال إن المسرح العربي يشهد نهضة لافتة وحراكاً مسرحياً واسعاً على المستوى المحلي

والبصرية. وتعيد المسرحية العمانية سرد رواية «الشيخ الأبيض» التي بنى صاحب السمو حاكم الشارقة حبكتها على واقعة حقيقية جرت أحداثها في بداية القرن التاسع عشر وتعلق بصبي أمريكي يدعى جوهانس بول جاء بصفتها واحداً من طاقم سفينة تجارية تدعى «إيسيكس»، إلى الجزيرة العربية ونجا من معركة ضارية راح ضحيتها زبائن السفينة وبحارتها وحظي بالأمان والرعاية في بيت محمد بن عقيل في ظفار حيث تشرب ثقافة المنطقة وصار شخصاً بارزاً يحمل اسم «عبدالله بن محمد»، وفازت مسرحية «سدره الشيخ» بجائزتين في التمثيل والمؤثرات الصوتية حين قدمت في فبراير الماضي في إطار الدورة الرابعة من مهرجان الشارقة للمسرح الخليجي، ومساء أمس بعد أن أجرى مخرجها بعض الإضافات تفاعلاً مع ملاحظات صاحب السمو حاكم الشارقة على العرض السابق، حيث بدت النسخة الجديدة أكثر كثافة في مادتها الحوارية وأقرب إلى جماليات وفنون البيئة البحرية والشعبية مما أضاف إليها الفرجة المسرحية وإلى السياق التاريخي الذي شكله صاحب السمو حاكم الشارقة للحكاية، مستنداً إلى مجموعة واسعة من المصادر ومن خلال معانيته لجغرافية الأحداث التي جرت، حيث زار سموه بلدة سالم «بطل القصة الحقيقية» في الولايات المتحدة واطلع على ما تضمنه متاحفها ومراكزها التوثيقية قبل أن ينتقل إلى الشرق باحثاً عن أحفاد جوهانس في ظفار.

وقدمت المسرحية على مسرح «أوبار» تحت رعاية وحضور السيد مروان بن تركي آل سعيد، محافظ محافظة ظفار، وبحضور سعادة عبدالله بن محمد العويس، رئيس دائرة الثقافة في الشارقة، وأحمد بورحيمه، مدير إدارة المسرح في الدائرة، وعدد من المسؤولين في محافظة ظفار وجمهور كبير، والمسرحية من إعداد وإخراج الفنان عماد الشفري، وقد قدمت فرقة صلالة للفنون بمزيج من الحلول الأدائية

الشارقة - وام:
قدمت مساء أمس الأول، في إطار موسم خريف صلالة الذي تنظمه وزارة الثقافة والشباب والرياضة في سلطنة عمان، مسرحية «سدره الشيخ»، المستلهمة من رواية «الشيخ الأبيض» التي كتبها صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة.



وفي ختام العرض، أشاد السيد مروان بن تركي آل سعيد، بجهود صاحب حاكم الشارقة في دعم الثقافة العربية وقال: «سعدنا بالعرض المسرحي المقتبس من رواية الشيخ الأبيض،



برنامج دبي الدولي للكتابة يعلن انطلاق ورشة كتابة قصص الأطفال في الكويت

أو خارجها، وكذلك في مختلف مجالات المعرفة بدءاً من العلوم والبحوث وصولاً إلى الأدب والرواية والشعر. وتوسعي مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للمعرفة، من خلال إطلاق هذه المبادرة، إلى تعزيز دورها في توفير الفرص أمام الشباب للإسهام في عمليات صناعة ونشر المعرفة. كما يسعى البرنامج إلى تحفيز الشباب من خلال تزويدهم بالمعرفة اللازمة والأدوات الملائمة وتقديم الدعم لهم لتحقيق النجاح على المستوى العالمي.

الشباب وتحفيز الإبداع وتنمية الدور المعرفي للغة العربية في جميع أنحاء المنطقة. ونجح برنامج دبي الدولي للكتابة على مدى الأعوام العشرة الماضية في تحقيق نتائج استثنائية في عدة دول عربية منها دولة الإمارات العربية المتحدة ودولة الكويت، والجمهورية التونسية، والمملكة المغربية، وجمهورية مصر العربية.

في تنمية الكتابة الإبداعية لدى المشاركين وصقل مهاراتهم في مجال التعبير الفني وإيصال القصص للأطفال بأسلوب مشوق ومبتكر، لإنتاج أعمال ومؤلفات للأطفال والناشئة تستقطب انتباههم وتُنمي اهتمامهم بالكتب والقراءة. وأكد ابن حويرب حرص المؤسسة على توفير الفرصة للمشاركين لاستكشاف عالم كتابة قصص الأطفال وبلورة أفكار إبداعية وأساليب مبتكرة، تجذب اهتمامهم، بما يتماشى مع أهداف المؤسسة في بناء مستقبل مُشرق عبر دعم وتعزيز مواهب

مهارات جيل من كتاب أدب الأطفال وتزويدهم بمهارات بناء النص القصصي لكتابة قصص الأطفال بأسلوب مشوق ومبتكر يفضي إلى تعزيز القراءة والإبداع في المجتمع. وأعرب ابن حويرب، المدير التنفيذي لمؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للمعرفة، عن افتخاره بإطلاق ورشة كتابة قصص الأطفال في دولة الكويت الشقيقة، معتبراً أن نشر المعرفة يتجاوز الحدود الجغرافية.

دبي - وام:
أعلن برنامج دبي الدولي للكتابة، أحد أبرز المبادرات المعرفية الرائدة لمؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للمعرفة، انطلاق فعاليات ورشة كتابة قصص الأطفال في الكويت، التي تستمر فعاليتها على مدى أربعة أشهر في استوديو شركة الطاقة الإبداعية. وتهدف الورشة التي تتولى الكاتبة الكويتية هدى الثشوا، مسؤولية الإشراف والتدريب فيها، إلى تدريب وصقل



منوعات

الفكر

27

شكّل فيلم التشويق Sound of Freedom (صوت الحرية)، الذي يتناول الاتجار بالأطفال، مفاجأة قلبت موازين شباك التذاكر الأميركي، وعكس الانقسامات العقائدية التي تعصف بالمجتمع الأميركي، إذ أشاد به مناصرو التيار المحافظ، فيما انتقدته وسائل إعلام أميركية عدة.

بعد أسبوعين فقط من إطلاقه في أميركا الشمالية، حقق الفيلم أرباحاً تزيد على ٨٥,٧ مليون دولار، أي ما يقرب من ستة أضعاف تكلفة إنتاجه، وتفوق بفارق كبير على إنتاجات ذات ميزانيات ضخمة، مثل أحدث فيلم من سلسلة "إنديانا جونز".

مفاجأة قلبت موازين شباك التذاكر الأميركي

Sound of Freedom إنقاذ بطولي لأطفال من ضحايا الاتجار بالبشر



نيوجيرسي، وتفاخر شركة أنجل ستوديوز الموزعة للفيلم بالنجاح الكبير الذي يحققه العمل في مختلف الصالات السينمائية الأميركية. ويقول المسؤول عن التوزيع في الصالات، براندون بوردي: "أصبحت مشاهدة الفيلم أمراً ضرورياً، بفضل الثناء الذي يحظى به". لكن الفيلم تعرّض لانتقادات كثيرة بسبب طريقة تصويره للاتجار بالبشر، ويفعل الجدل الدائر حول الممثل الرئيسي، جيم كافيزيل، الذي أدى دور المسيح في فيلم "الأم المسيح" الذي حمل توقيع ميل غيبسون. وقد شارك الممثل البالغ 54 عاماً، وهو كاثوليكي متدين، في أحداث عدة نظمتها حركة Q-Anon، وهو يدافع عن نظرية مؤامرة يعتقد أصحابها أن مجموعات من النخبة تسحب دماء الأطفال للتغذي على الأديتوكروم، وهو هرمون تنسب إليه القدرة على مكافحة الشيخوخة.

الرجل الذي ألهم الفيلم، تيم بالارد، أظهر علناً ميلاً إلى الاقتناع بنظرية كذّبت مراراً تفيد بأن سلسلة متاجر متخصصة في الأثاث المنزلي تباع أطفالاً. وقد اتّهمت جمعياته بأنها بلغت في توصيف دورها في عمليات إنقاذ مثل هؤلاء الأطفال.

"محيط للغاية" ردود الفعل على الفيلم، سواء كانت إيجابية أو سلبية، تسلط الضوء على فجوة بين الرأي السائد في الصحافة وآراء الجمهور، إذ مُنح الفيلم درجة متالية بنسبة 100 في المائة على موقع روتن توميتوز، وعلامة A+ على موقع سينما سكور. في المقابل، كانت المراجعات التي نشرتها غالبية وسائل الإعلام الرئيسية سلبية، إذ انتقدت صحيفة "نيويورك تايمز" و"ذا غارديان" العمل، لقربه من حركة Q-Anon، أو باعتباره عملاً ركيكاً. وكتبت مجلة رولينغ ستون: "معرفة أن الآلاف من البالغين سيدغدغهم حلم العدالة الذي يصوره الفيلم" و"سيعتقدون أنهم على دراية أفضل بأزمة حضارية خفية.. أمر محيط للغاية".

لكن الكاتب ويل جوردان رأى في هذه الانتقادات نفاقاً، مستذكراً الدعم الذي قدمه التقدميون لفيلم "كيوتيز"، وهو عمل فرنسي بثته شبكة نتفليكس عام 2020، وأنهم بالترويج لصورة تنطوي على تمييز جنسي كبير لفتيات باغفات. ويقول جوردان إن فيلم "ساوند أوف فريدم" يذكرنا بأنه "رغم وجود أشرار كثيرين في هذا العالم يفعلون أسوأ الأشياء التي يمكن تخيلها، هناك أيضاً أناس طبيون يقاثلون لتقديهم إلى العدالة".

الذي يبدي أن (العمل) يثيره في وسائل الإعلام الرئيسية التي تبدو عازمة على تدمير صورته بأي ثمن، مشير للاهتمام بالقدر عينه تقريباً للفيلم نفسه". وأضاف: "كنا نعتقد أن فيلماً يلقي الضوء على الكابوس الخفي للاتجار بالأطفال سيجمل قضية تستحق الإعجاب والدعم".

ردود إيجابية صور الفيلم في عام 2018 بتمويل مكسيكي، وهو مستوحى من القصة الحقيقية لعميل الأمن الداخلي الأميركي السابق تيم بالارد، الذي أنشأ جمعية أوبريشن أندرغراوند ريلرود عام 2013 لمساعدة الأطفال ضحايا شبكات كولومبية. وقد أشارت القضية اهتماماً واسعاً لدى شخصيات بارزة في أوساط المحافظين، بينهم الرئيس السابق دونالد ترامب، الذي ينظم عرضاً للفيلم الأربعاء في نادي الغولف الذي يملكه في

بيرو الفيلم الروائي المستوحى من أحداث حقيقية، قصة الإنقاذ البطولي لأطفال من ضحايا الاتجار بالبشر. وتبدو حبكة الفيلم كلاسيكية للوهلة الأولى، من دون أفكار جدلية، ما قد يوحي بأنه سيحظى بإجماع الآراء حوله.

لكن في بلد منقسم يشهد ازدياداً في الحروب الثقافية، وهو مصطلح يُطلق على الخلافات المتفجرة حول القضايا الاجتماعية، أثار الفيلم تساؤلات وانقسامات في المجتمع الأميركي. وفيما اعتبرت جهات تقدمية الفيلم بمثابة أداة تجنيد للجماعات اليمينية المتطرفة ووسيلة لتعزيز نظريات المؤامرة لحركة Q-Anon (التي تعتقد بوجود شبكة عالمية للاتجار بالبشر تقودها نخبة من المتحرشين بالأطفال ذوي المعتقدات الشيطانية)، حظي الفيلم بإشادة من المحافظين.

وقال الكاتب البريطاني، ويل جوردان، في مراجعة إيجابية للفيلم نشرها عبر قناته التي يتابعها 1.8 مليون مشترك على "يوتيوب"، إن "رد الفعل



كيفن هارت على كرسي متحرك لهذا السبب

كشف النجم الكوميدي كيفن هارت عن أنه يجلس على كرسي متحرك بعد أن تعرض لتمزق في الجزء السفلي من بطنه خلال سباق على الأقدام مع لاعب اتحاد كرة القدم الأميركي السابق ستيفان ريدلي، وفي مقطع فيديو تمت مشاركته على حسابه الرسمي على موقع الصور إنستجرام، وصف الممثل الكوميدي نفسه بأنه "أغبي رجل على قيد الحياة" محاولته القيام ببعض "أشياء الشباب". وقال هارت: "سيداتي وسادتي، سن الأربعين هو عمر حقيقي، كل الرجال والنساء الذين يبلغون من العمر 40 عاماً فما فوق، هذه ليست لعبة، احترموا هذا السن". ثم أوضح أنه أثناء محاولته إثبات أنه أسرع من ريدلي، تعرض لإصابات متعددة، وكشف هارت قائلاً: "لقد مزقت أسفل بطني، أنا لا أعرف ما هو ولكني مزقتهم، وبالتالي أنا لا أستطيع المشي". وأكد الممثل الكوميدي إنه كان ينشر الفيديو حتى لا يزعج المعجبون إذا رأوه على كرسي متحرك، وعلق الممثل الكوميدي على الفيديو مازحاً: "44 عام، وأجلس على كرسي متحرك، يجب أن أكون أغبي رجل على قيد الحياة!!!!!!، لقد انتهت".

كريستوفر نولان اعتذر لفلورانس بيو بسبب Oppenheimer

كشفت النجمة العالمية فلورانس بيو عن أن المخرج كريستوفر نولان اعتذر لها عن حجم دورها في فيلم "Oppenheimer". حيث إنها تلعب دور عضوة الحزب الشيوعي الذي كانت لها علاقة رومانسية مع الفيزيائي جيه روبرت أوبنهايمر (كيليان ميرفي). وفي حديثها إلى قناة MTV UK، أوضحت بيو كيف اعتذر نولان عندما عُرض عليها الدور، حيث صرح بيو قائلة: "لم أكن أعرف حقاً ما الذي كان يحدث أو ما الذي تم كتابته، إلا أنني كنت أعلم أن كريستوفر أرادني أن أعرف أن هذا الدور لم يكن كبيراً جداً وأنه يتفهم إذا كنت لا أريد أن أقدمه، فقلت له: لا بهم. حتى لو كنت صانع القهوة في مقهى في الجزء الخلفي من الغرفة، فلنعمل ذلك". التقت بيو بنولان في نيويورك أثناء تصوير فيلم "Good Person" للمخرج زاك براف لناقشة دورها في فيلم "Oppenheimer"، والذي تصفه باعتباره لحظة "عربية". وأنهت بيو حديثها قائلة: "من فضلك لا تعتذر"، ثم قال: "سنرسل لك السيناريو، وبصراحة، ما عليك سوى قراءته وتحديد ما إذا كان يبدو كما هو، أنا أفهم تماماً أمر الحجم، وأتذكر ذلك المساء عندما تلقيت السيناريو قائلاً: "لست بحاجة إلى ذلك، أعلم أنني سأفعل ذلك".



منوعات الفكر

العلاج بالروائح يحسن الذاكرة بنسبة 226 بالمئة

والليمون والتنوع وأكليل الجبل والخزامى. وكانت هذه القناني تنشر بعد تثبيتها روائح مختلفة مدة ساعتين في الليل خلال ستة أشهر، وكان العطر يغير كل أسبوع. وقد خضع جميع المشتركين إلى تقييم باستخدام التصوير بالرنين المغناطيسي قبل وبعد انتهاء الاختبارات، وكذلك خضعوا لاختبارات عصبية نفسية. وقد اتضح للباحثين أن أفراد المجموعة الأولى تحسنت لديهم الوظائف المعرفية بنسبة 226 بالمئة مقارنة بأفراد المجموعة الثانية. وظهرت نتائج التصوير بالرنين المغناطيسي تحسن عمل مناطق الدماغ المسؤولة عن اتخاذ القرار. كما أعلن أفراد المجموعة أن نوعية نومهم تحسنت كثيرا. وتجدد الإشارة إلى أن العلاقة بين حاسة الشم وعمل الدماغ معروفة منذ زمن. فمثلا يمكن أن يشير فقدان حاسة الشم إلى 70 مرضا عصبيا ونفسيا بما فيها الزهايمر وباركنسون والضمام وإدمان الكحول.

اكتشف علماء جامعة كاليفورنيا في إيرفين أن العلاج بروائح الزيوت الطيارة الطبيعية يمكن أن يحسن الأداء المعرفي بنسبة 226 بالمئة. وتفسير مجلة Neuroscience إلى أن 43 متطوعا أعمارهم 56-85 عاما، شاركوا في هذه الدراسة قسموا عشوائيا إلى مجموعتين، استلم أفراد المجموعة الأولى قناني صغيرة محتوية على زيوت طيارة مركزة، والمجموعة الثانية (الضابطة) قناني صغيرة فيها كمية بسيطة من العطر. وكانت هذه القناني تحتوي على زيوت الورد والبرتقال والأوكالبتوس



نصائح طبية لحبي البطيخ

أعلن الدكتور أندريه تياجنيكوف، كبير خبراء الرعاية الصحية الأولية في وزارة الصحة بموسكو، أن بذور البطيخ الأحمر ليست ضارة ولكن لا ينبغي الإفراط في تناولها. ويشير الطبيب في حديث وكالة نوفوستي الروسية للأخبار إلى أن بذور البطيخ الأحمر ليست ضارة ولكن لا ينصح بتناولها بكثرة مع لب البطيخ، لأنه إذا كان الشخص يعاني من مشكلات في الأمعاء أو متلازمة القولون العصبي، فيمكن أن تسبب أعراضا مزعجة. ويقول: «بذور البطيخ ليست ضارة للجسم ولا تشكل أي خطر إذا ابتلعها الإنسان. ولكن مع ذلك لا ينصح بالإكثار من تناولها مع اللب». وينصح الطبيب بعدم تناول البطيخ الأحمر إلى حد قشرفته. لأن المواد الضارة للصحة (النترات) تتراكم عادة بالقرب من القشرة.

مادة غذائية تزيد من خطر تكون حصى الكلى

اتضح لعلماء كلية شمال ستيتشوان الطبية الصينية أن تناول السكريات المضافة يزيد من خطر تكون الحصى في الكلى. وتشير مجلة Nutrition in Frontiers إلى أن العلماء حللوا في الدراسة الجديدة بيانات 28303 شخصا من البالغين من النساء والرجال جمعت خلال أعوام 2007-2018 كجزء من المسح الوطني للصحة والتغذية بالولايات المتحدة (NHANES). وقد ابلغ كل مشترك ما إذا كان يعاني من وجود الحصى في الكلى. ولتقييم نوعية التغذية سئل المشاركون عما إذا كانوا قد تناولوا شرابا أو عسلا أو سكر العنب أو سكر الفاكهة أو سكرًا تقيًا خلال الـ 24 ساعة الماضية. تم إجراء الاستطلاع مرتين: في مقابلة شخصية، ثم بعد 3-10 أيام عبر الهاتف. وأظهرت نتائج التحليل أنه كلما زادت نسبة السكريات المضافة في النظام الغذائي، زاد احتمال تكون الحصى في الكلى. فمثلا المشاركون الذين حصلوا على أكثر من 25 بالمئة (500 سعرة حرارية وأكثر) من طاقتهم العامة من السكريات المضافة كانوا أكثر عرضة لتكون الحصى في الكلى لديهم بنسبة 88 بالمئة مقارنة بالذين كانوا يحصلون من السكريات المضافة على أقل من 5 بالمئة من السعرات الحرارية. ويعد أن أخذ الباحثون بالاعتبار الوزن والعمر والجنس والدخل ونوعية التغذية ومرض السكري والتدخين، قيموا التغذية باستخدام مؤشر التغذية الصحية (HEI-2015) الذي يأخذ بالاعتبار تناول الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة والمواد المضادة للأكسدة، الملح، والدهون المشبعة. واتضح من النتائج أن الحد من تناول السكر المضاف قد يساعد على منع تكون حصى الكلى. ولكن بما أن هذه الدراسة قائمة على الملاحظة، تظهر العلاقة المتبادلة فقط، وليس العلاقة السببية. وتجدد الإشارة إلى أن السكريات المضافة توجد في الأطعمة المصنعة، وبصورة خاصة في المشروبات الغازية ومشروبات الفاكهة والحلوى والآيس كريم والكمك والبسكويت. والأعراض الشائعة لحصوات الكلى هي الألم الشديد والغثيان والتقيؤ والحمى والقشعريرة والبول الدموي. ويمكن أن تؤدي إلى الإصابة بالعدوى ومشكلات في تدفق البول من الكلى والقصور الكلوي. وتتكون حصى الكلى عادة عند الرجال البالغين، والأشخاص الصابين بالسمنة، والإسهال المزمن، والجفاف، ومرض التهاب الأمعاء، والسكري، والنقرس.



المطربة وكاتبة الأغاني وعازفة البيانو الأمريكية سارة باريلز تغني خلال اليوم الأول من بطولة الولايات المتحدة المفتوحة للتنس لعام 2023. (ا ف ب)

قرأت لك

فوائد التنوع



التنوع نبات مطيب له استعمالات كثيرة (العلكة والساكر ومحبون تنظيف الأسنان والشاي والمثلجات وغيرها من الأطعمة) وفوائد طبية جمّة.

مفيد لتثني الأسقام

- يهدئ عضلات المعدة ويحسن تدفق الصفراء (عصارة المرارة) التي تُستخدم في هضم الدهون. كذلك يفيد عملية الهضم والغازات ومتلازمة الأمعاء المضطربة (تجنبه إن كنت تعاني الارتجاع المعدي المريئي).
- يساعد في التخلص من البlegg، ويخفف من حدة السعال المصاحب للزكام وآلام الحنجرة.
- يفيد البشرة المتهيجة بسبب الشرى (Hives) واللبلا ب السام والبلوط السام.

سؤال وجواب

• ما أقوى الحيوانات ذاكرة؟

- الجمل

• كلمة أنثيوبيا يونانية الأصل، فما معناها؟

- الوجه المحترق

• الزلوتي هي العملة النقدية لـ

- بولندا

• كم عدد آيات القرآن الكريم؟

- 6200 آية

• كم عضلة يستخدم الإنسان عندما يتكلم؟

- 44 عضلة

هل تعلم؟

- صوت البطة لا صدق له ولا احد يعلم لماذا؟
- من الممكن ان تصعد البقرة الدرج ولكن من المستحيل ان تنزل
- كل جهتين متقابلتين في النرد مجموع عددهما هو سبعة
- هل تعلم ان أول من فصل علم المثلثات عن علم الفلك وأول من استخدم الظلال وظلال التمام والقواطع وقواطع التمام والجيوب وحبوب التمام في قياس الزوايا والمثلثات هم الرياضيون العرب وأتت على رأسهم في هذا المجال نصير الدين الطوسي المتوفى عام 672 هـ/ 1274 م.
- هل تعلم أن استخدام سماعات الهاتف المحمول لمدة ساعة واحدة يضر كثيرا بحاسة السمع.
- هل تعلم أن الاستمرار في ممارسة التمارين الرياضية يُساعد على تنشيط الدورة الدموية، وبالتالي يُحسن من قدرة العقل على التفكير.
- هل تعلم أن ظهور التليفزيون في العالم كان في الولايات المتحدة الأمريكية.
- هل تعلم أن أبو بكر الرازي كان أول من اكتشف الفرق ما بين الحصبة، والجدرى.
- هل تعلم أن البشر كانوا يعتقدون أن الراديو هو آخر الاختراعات البشرية، وأنه لا يُمكن أن يكون بعده اختراع أكبر.
- يستخدم رجال الاسكيمو الثلج لتنع الطعام من التجمد!!

قصة الفتى الذكي

استطاع الفتى مهران ان يصطاد ثلاث سمكات كبيرات ومر عليه احدهم وسأله بكم هذه السمكات فقال الواحد بخمسة دنائير فهي تزن الكثير فقال احملهم وتعالي معي وذهب به إلى احد البيوت الكبيرة الفاخرة ثم اخذهم منه وقال انتظر هنا سأرسل اليك نقودك وزيادة فشكره مهران وجلس يستريح على باب البيت. تأخر الرجل في الخروج فدق مهران الباب كثيرا ولا مجيب فأخذ يدور حول البيت فشم رائحة السمك وهو يشوى عرف ان الرجل الدنيء ضحك عليه فغضب وجرى حول البيت ونظر من احد النوافذ فشم رائحة السمك القوية وعرف ان المطبخ قريب من الشباك فقام بالتسلل من الشباك وسار خلف الرائحة وسمع احدى النساء وهي تقول لقد انتهيت من تحضير الطعام وغطيته هل أتى اليك به؟ فقال الرجل: دعيه الان وحينما تنتهي سنطلبه وتركت المرأة السمك فتسلل مهران إلى المطبخ ورفع الغطاء فشره السمك المشوي فقرر امرا واخرج من جيبه ثلاث ليمونات وبعض الرياحين كان قد اشتراهم من السوق لانه قطع للليمون ووضع في بطن كل سمكة قطع الليمون وبعض الرياحين ثم تسلل من الشباك مسرعا إلى قصر الوالي ووقف بين يديه وقال كنت أحمل صحنا كبيرا به ثلاث سمكات مشويات هدية من امي لك... لكن هناك رجال اخذ مني السمك وقال انه احق به فجن الوالي ونادي صاحب الشرطة وقال له لتذهب معه وتأتي بالرجل والسمك معا.. عاد صاحب الشرطة ومعه صاحب البيت وصحن السمك وقد وقف الغلام والرجل بين يدي الوالي فقال للرجل كيف تأخذ سمك ملكا لي فقال له انا لم اخذه بل اشتريته من هذا الفتى فقال مهران مسرعا لا انه كاذب لقد شوته امي لك ياموالي فقال الرجل انه فتى كاذب فقال مهران لست بكاذب والدليل على ذلك لقد وضعت امي به الليمون والرياحين اكراما للوالي فضحك الرجل وقال لها هو السمك لا يوجد به ليمون ولا رياحين وفتح بطن السمك واذا به يرى الليمون والرياحين فأسقط في يده وحمله صاحب الشرطة إلى السجن في الوقت الذي استمتع فيه مهران بمكافأة كبيرة جدا ولم يكن يحلم بها ومن يومها لم يضحك عليه احد.

مساحة للتلوين

