

مسابقات يومية وفعاليات  
متنوعة تجذب الزوار في  
مهرجان السمحة التراثي



دراما رمضان 2023..  
البطولة النسائية  
حاضرة في 7 مسلسلات



طبيب يكشف ثلاث حقائق  
غير واضحة عن التعب

## افتتاح أكبر مهرجان سينمائي في أفريقيا

افتتح أكبر مهرجان سينمائي في أفريقيا السبت في واغادوغو بحضور رئيس وزراء مالي التي تحل صيف شرف والتي ينتشر فيها مثل بوركينا فاسو عنف متطرفين. وقال رئيس الوزراء المالي شوغيل كوكالا ماينا "مالي وبوركينا فاسو دولتان شقيقتان تواجهان اليوم، كما تعلمون، تحدياً أمنياً. وتبقى معركتنا من أجل السلام والسيادة الأولى". واختير 170 عملاً للتنافس في مهرجان "فيسباكو" في العاصمة واغادوغو، بما فيها 15 فيلماً طويلًا للفوز بتكريم "بينغا غولدن ستايلين" وجائزة مالية مقدارها 30 ألف دولار.

وقال رئيس اللجنة المنظمة لـ "فيسباكو" فيديل أيسار تاميني إن الدورة الـ 28 للمهرجان تدور حول موضوع "السينما الإفريقية وثقافات السلام" في سياق الأزمة. وعلى مسرح ضخم، قدم حوالي 60 راقصاً عرض "20 مليون متطوع للدفاع عن الوطن" في إشارة إلى قوة متطوعة مدنية تدعم جيش بوركينا فاسو، قاموا بمحاكاة القتال على صوت قرع الطبول. وأوضحت مديرة حفلة الافتتاح أن هذا العرض أراد إظهار "شجاعة" شباب بوركينا فاسو في مواجهة أزمة هجمات الجهاديين التي توسعت من مالي لتمتد لبوركينا فاسو عام 2015. والأربعاء، قتل حوالي 12 من قوة "متطوعون للدفاع عن الوطن" في شمال البلاد المضطرب بعد مقتل 70 جندياً على الأقل في 17 و 20 شباط-فبراير بهجومين قرب مالي، أيضاً في الشمال. ومنذ العام 2015، خلفت أعمال العنف أكثر من 10 آلاف قتيل في بوركينا فاسو وأدت إلى نزوح مليوني شخص داخلياً.



## احذر.. 8 عوامل تزيد خطر الإصابة بأمراض القلب

تعد أمراض القلب السبب الرئيسي للوفاة، حيث تمثل حالة وفاة واحدة من كل 5 حالات وفاة، وفقاً للمراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض والوقاية منها CDC. وتشمل أمراض القلب مجموعة من الحالات، من بينها أمراض الأوعية الدموية مثل مرض الشريان التاجي ومشاكل نظم القلب وعيوب القلب الخلقية، وفقاً لما نشره موقع مايو كلينك. وتتفاعل العديد من عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب مع بعضها بعضاً، فعلى سبيل المثال الإجهاد يزيد من ضغط الدم وكذلك السمنة والتدخين، وكلها تزيد الضغط على القلب، بحسب ما ورد في تقرير نشره موقع Live Science.

1. التدخين: يعد التدخين عاملاً خطيراً كبيراً ويسبب حالة وفاة واحدة من كل 4 من أمراض القلب والأوعية الدموية، وفقاً لـ CDC. ويمكن أن تظهر علامات أمراض القلب على المدخنين، بمن فيهم من يدخن أقل من خمس سجائر في اليوم. إن غير المدخنين يمكن أن يكونوا معرضين للخطر أيضاً إذا كانوا يتواجدون بشكل متكرر حول الأشخاص الذين يدخنون، وهو ما يعرف باسم التدخين السلبي. يساهم التدخين في الإصابة بتصلب الشرايين، أو تراكم اللويحات والدهون والمواد الأخرى داخل جدران الشرايين ويمكن أن تسبب المواد الكيميائية الموجودة في السجائر أيضاً في التهاب الشرايين، مما يؤدي إلى زيادة تقييد تدفق الدم.
2. الوزن الزائد أو السمنة: يكون أولئك الذين يعانون من زيادة الوزن أو السمنة أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب، حتى في حالة عدم وجود عوامل خطر أخرى مثل مرض السكري أو ارتفاع ضغط الدم. يؤدي ارتفاع مؤشر كتلة الجسم BMI إلى زيادة مخاطر الإصابة بأمراض القلب، ويرجع الخبراء أن السمنة يمكن أن تسبب التهاباً داخل الجسم، وهو ما يُعرف بزيادة مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.
3. قلة النشاط البدني: يمكن أن يكون نمط الحياة المستقرة (حيث يقضي الشخص وقتاً طويلاً في الانخراط في سلوكيات تستهلك القليل من الطاقة) عاملاً خطيراً للإصابة بأمراض القلب، وفقاً لمؤسسة القلب البريطانية BHF. يمكن أن يقلل النشاط البدني المنتظم من خطر الإصابة ببعض أمراض القلب والدورة الدموية بنسبة تصل إلى 35%، وفقاً لـ BHF. من خلال المساعدة في التحكم في ضغط الدم وتمرين القلب والمساعدة في إدارة مستويات الجلوكوز في الدم.
4. داء السكري: يزيد داء السكري من النوع 1 والنوع 2 من خطر الإصابة بأمراض القلب. يؤدي مرض السكري إلى ارتفاع مستويات الجلوكوز في الدم، وعلى مدى فترات زمنية طويلة، يمكن أن يؤدي ارتفاع نسبة السكر في الدم إلى تلف الأعصاب التي تتحكم في القلب، وكذلك الأوعية الدموية. يزيد مرض السكري أيضاً من مخاطر ارتفاع الكوليسترول وضغط الدم، وكلاهما يزيد من مخاطر الإصابة بأمراض القلب.
5. ارتفاع نسبة الكوليسترول: قال الدكتور دانيال سادو، استشاري أمراض القلب في مستشفى لندن بريدج: "إن أحد أكثر أنواع أمراض القلب شيوعاً هو مرض الشريان التاجي"، موضحاً أن ارتفاع نسبة الكوليسترول تؤدي إلى انسداد في الشرايين التاجية، التي تزود عضلة القلب بالدم، نتيجة للرواسب الدهنية المعروفة باسم التصلب". وأضاف أن "هذا يمكن أن يعني أن عضلة القلب تحصل على كمية دم أقل مما تحتاجه لتعمل بشكل صحيح". وأوضح سادو أن التصلب ينتج عن ما يسمى بالكوليسترول "الضار" أو البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة LDL، الذي يتراكم في الشرايين، مما يزيد الضغط على القلب نتيجة لتقييد تدفق الدم.
6. الوراثة: يمكن أن تكون جينات الشخص عامل خطر للإصابة باعتلال عضلة القلب. قال دكتور سادو إن "هناك أنواع مختلفة من اعتلال عضلة القلب، ويمكن أن تكون الإصابة بالعديد منها لأسباب وراثية"، شارحاً أنه "أحياناً تكون عضلة القلب سميكة للغاية، وأحياناً لا تنقبض جيداً أو تصبح أحياناً تصبح متيبسة وبالتالي يصعب الاسترخاء فيما أوضاع سادو أن أمراض اعتلال عضلة القلب يمكن أن تظهر بعدة طرق مختلفة، وبينما لا يمكن علاجها حتى الآن، فإن هناك عدة خطوات يمكن القيام بها لتقليل خطر الإصابة بفشل القلب والموت المفاجئ، من بينها عدم تناول الدهون المشبعة وممارسة التمارين الرياضية بانتظام وتقليل التوتر.
7. سن اليأس: وفقاً لواقع مؤسسة جون هوبكنز ميديسن، يمكن أن يزداد عامل خطر إصابة النساء، على وجه التحديد، بأمراض القلب بسبب مستويات عالية من هرمون التستوستيرون قبل انقطاع الطمث وزيادة ارتفاع ضغط الدم أثناء انقطاع الطمث والتوتر والاكئاب المصاحب لمرحلة ما يعرف باسم سن اليأس.
8. التوتر والإجهاد: يوجب التوتر الأشخاص لمواجهة مشاكل القلب في سن أصغر، إذ يمكن أن يكون السبب هو التوتر والإجهاد الذي يؤدي يمكن أن يسبب ارتفاع ضغط الدم. رجحت ورقة بحثية، نُشرت عام 2017 في دورية The Lancet، أنه عندما يتعرض الشخص للتوتر، فإن دماغه ترسل إشارات إلى نخاع العظام لإنتاج المزيد من خلايا الدم البيضاء، مما يؤدي بدوره إلى التهاب الشرايين بشكل عام، مما يحد من تدفق الدم.

## تجنب خطر سرطان الأمعاء.. ابتعد عن هذه الأطعمة فوراً

ترتبط العديد من حالات سرطان الأمعاء بتناول اللحوم الحمراء والمعالجة، ولكن استبدال هذه الأنواع بأنواع أخرى من الممكن أن يقلل خطر الإصابة بالمرض. سرطان الأمعاء قابل للعلاج والشفاء إذا تم تشخيصه في مرحلة مبكرة، ولكن هذه الفرصة تنخفض بشكل كبير مع تطور المرض. لقد حددت الدراسات أن تناول الكثير من اللحوم الحمراء والمعالجة يزيد من خطر الإصابة بسرطان الأمعاء. يشير مصطلح اللحوم المصنعة إلى أي لحوم تمت معالجتها لإضافة نكهة أو لإطالة مدة صلاحيتها، مثل النقانق والسلامي واللحم المقدد. وجدت دراسة حديثة، نُشرت في المجلة الأوروبية للتغذية، أن استبدال تلك الأنواع من اللحوم، باللحوم غير المعالجة يقلل فرص الإصابة بالمرض. ووجد باحثون من جامعة نورثمبريا أن هذا التبادل البسيط يؤدي إلى انخفاض كبير في السموم الجينية المؤية، والتي يمكن أن تسبب سرطان الأمعاء، وتزيد من بكتيريا الأمعاء الصحية. وقال دانيال كومان، الأستاذ المشارك في علوم التغذية بجامعة نورثمبريا: "يعتبر سرطان الأمعاء رابع أكثر أنواع السرطان شيوعاً في المملكة المتحدة، مع وجود أكثر من 40000 حالة جديدة كل عام، وترتبط البيانات باستمرار استهلاك اللحوم الحمراء والمعالجة". وأضاف: "تفسير النتائج التي توصلنا إليها أن مصدر البروتين الغني بالألياف هذا يساعد في تقليل مخاطر الإصابة بسرطان الأمعاء على المدى الطويل".

## دراسة تكشف العلاج الأمثل للأمراض النفسية

يثير انتشار الأمراض النفسية في وقتنا الحالي قلقاً واسعاً، لا سيما أن كثيرين يفضلون المعاناة في صمت، دون أن يطلبوا علاجاً يخفف معاناتهم، وسط جدل حول الطرق الأكثر نجاعة للوقاية من هذه الاضطرابات، أو حتى علاجها في حال أصيب الفرد. وكشف باحثون من جامعة "ساوث أستراليا"، أن ممارسة التمارين الرياضية بانتظام أظهرت نجاعة أكبر في علاج الاضطرابات النفسية مقارنة بمفعول الدواء. ويحسب الدراسة المنشورة في الصحفية البريطانية للطب الرياضي "British Journal of Sports Medicine"، فإن الاكتئاب من بين الأمراض النفسية المشمولة بالبحث. وشملت الدراسة عينة من 128 ألفاً و119 مشاركاً، وهو ما يعني أنها البحث الأوسع نطاقاً من نوعه حتى يومنا هذا. وأظهرت النتائج أن الرياضة تساعد على تخفيف الأعراض الناجمة عن اضطرابات مثل الاكتئاب والقلق. وربما تبدو خلاصة هذه الدراسة أمراً معروفاً من ذي قبل، لكنها تحمل معلومات جديدة في الواقع بحسب الباحثين. ويوضح الباحثون أن ما نعرفه هو أن الرياضة تساعد على تحسين الصحة النفسية للفرد، لكن لم تكن تعرف بشكل دقيق أن الرياضة قد ترقى لتكون علاجاً يخفف أعراض الاضطراب. وأكد الباحث بين سيني، وهو العالم والشرف على الدراسة، أن الرياضة لم يكن ينظر إليها بمثابة علاج في المقام الأول.

## التحام مركبة إغاثة روسية بمحطة الفضاء

التحمت مركبة فضائية روسية من نوع سويوز ليل السبت الأحد بمحطة الفضاء الدولية بهدف إعادة إمدادها بالوقود الروسيين وآخر أميركي عالقين في المحطة بسبب حادث تسرب تعرضت له مركبتهم، في 11 يوليو-سبتمبر المقبل. وأطلقت مركبة الإغاثة "إم إس 23-" من قاعدة بايكونور الفضائية من دون أي شخص فيها، ووصلت إلى المحطة الفضائية بعد رحلة استغرقت يومين تقريبا، بحسب مشاهد مباشرة بثتها وكالة الفضاء الأميركية (ناسا). وفي نهاية يوليو-سبتمبر 2022، ألقع رائدا الفضاء الروسيان سيرغي بروكوبيف وديميتري بيتلاين والأميركي فرانك روبيو في مركبة "سويوز إم إس 22-" الفضائية، لكن المركبة تعرضت في كانون الأول-ديسمبر لتسرب هائل في سائل التبريد، أشارت موسكو وقتها إلى أنه ناجم عن اصطدام بنزك صغير. وقررت وكالة الفضاء الروسية "روسكوسموس" إرسال المركبة الفضائية "سويوز إم إس 23" لإعادة الطاقم في 11 يوليو-سبتمبر. أما "سويوز إم إس 22-"، فمن المقرر إعادتها فارغة إلى الأرض نهاية الشهر المقبل.

## بأمر الزعيم كيم.. عقوبة قاسية تنتظر مشاهدي أفلام هوليوود

أفاد تقرير لإذاعة آسيا الحرة، بأن أولياء الأمور في كوريا الشمالية، تلقوا مؤخرا تحذيرا من عواقب قاسية تترتب على من يسمح لأولاده بمشاهدة أفلام هوليوود. ووفق التقرير، فقد عقدت اجتماعات في الأحياء بكوريا الشمالية لإخطار الأهالي بعدم تسامح السلطات مع الذين يسمحون لأولادهم بمشاهدة أي محتوى غربي. وسيتم إرسال والد الطفل الذي يتم ضبطه وهو يشاهد أفلاماً أو برامج تلفزيونية أجنبية، إلى معسكر عمل لمدة ستة أشهر، كما سيضطر أطفالهم إلى العمل في الخدمات الاجتماعية لمدة خمس سنوات. وحسبما نقلت صحيفة "تلغراف"، فإن أولئك الذين يضبطون وهم يتحدثون أو يرقصون أو يغنون وفق "الثقافة الكورية الجنوبية"، سيحتمون أيضا بالعمل في معسكرات لعدة شهور. ودعت السلطات في بيونغياغ وفق التقرير، الآباء لتتقيف أبنائهم وفق المثل الاشتراكية للدولة. ونقل التقرير عن مصدر حضر اجتماعا لإقرار هذه العقوبات القاسية، قوله إن مسؤولاً من الدولة قال: "تعليم الأطفال يبدأ من المنزل. إذا لم يتم تعليم أطفالهم، فسوف يرقصون ويغنون عن الرأسمالية ويصبحون معادين للاشتراكية".

## سر جمال البشرة في ماء الورد

قالت مجلة "Jolie" إن ماء الورد يعد بمثابة ينبوع الجمال للبشرة، حيث إنه يمنح البشرة مظهراً نقياً ونضراً وملهماً ناعماً كالورد.

وأوضحت المجلة المعنية بالصحة والجمال أن ماء الورد يتمتع بتأثير مضاد للبكتيريا ومثبط للالتهابات، كما أنه يعمل على تهدئة البشرة وتقوية الخلايا وتسريع عمليات الشفاء، مع معادلة الأس الهيدروجيني pH للبشرة.

وبالإضافة إلى ذلك، يعمل ماء الورد على ترطيب البشرة وتنعيمها من دون التسبب في انسداد المسام، فضلاً عن تأثيره المنعش.

وللحصول على التأثير المرجو، ينبغي استخدام ماء الورد صباحاً ومساءً بعد تنظيف الوجه.

من ناحية أخرى، يمكن أيضاً استخدام ماء الورد لترطيب فروة الرأس الجافة وكاسبري، منعش للجسم وكإضافة للاستحمام.

ومن المفيد استخدام ماء الورد الطبيعي، والذي يخلو من المواد العطرية والمواد الحافظة، التي قد تسبب في تهيج البشرة.

## لعبة فيديو عن طاه يسعى إلى الفوز بنجمة ميشلان

قبل أيام قليلة من إعلان دليل ميشلان الشهير عالمياً لألحة المطاعم التي قرر إدراجها عام 2023 في صفحاته، أصدر بالتعاون مع استوديو "سيانيد" المتخصصة في تطوير ألعاب الفيديو لعبة بعنوان "شيف لاين". وهذه اللعبة هي عبارة عن مغامرة في عالم الطهو يتتبع ممارسها شخصية طاه يسعى إلى الحصول على نجمة أولى من تلك التي يمنحها دليل ميشلان. وأوضح مصمم اللعبة ديان كينيدي وأنطون ساوايو من شركة "سيانيد"، التي تتخذ من نانترين مقراً، "حاولنا ابتكار لعبة تشعر اللاعب بالفرح". وياتت "شيف لايف: ايه ريسوتورنت سيمولايتر" (Chef Life: A Restaurant Simulator) متوفرة هذا الأسبوع على أجهزة الكمبيوتر ومشغلات ألعاب الفيديو وأجهزة "نينتندو سويتش" في أوروبا، فيما ستصبح متاحة في 28 مارس-آذار في بقية أنحاء العالم.







ينظمه نادي تراث الإمارات

## مسابقات يومية وفعاليات متنوعة تجذب الزوار في مهرجان السمحة التراثي

•• أبوظبي-الفسج:

الاتحاد، وإذاعة الأولى، وقناة بيونو. كما تأتي مشاركة شركة أبوظبي لإدارة النفايات-تدوير وهي أحد الجهات الداعمة للمهرجان ضمن جهود الشركة ومساهمتها الفاعلة في الحفاظ على نظافة إمارة أبوظبي حيث توفر فرق عمل متكاملة ومتخصصة بالإضافة إلى آليات ومعدات النظافة إلى جانب تعزيز الوعي لدى الزوار حول أهمية اتباع الأساليب البيئية السليمة، كما تشمل المشاركة تعريف الجمهور بالخدمات التي تقدمها الشركة بما فيها خدمات إعادة التدوير، وخدمات مكافحة آفات الصحة العامة، وخدمات جمع ونقل النفايات إلى جانب خدمات رصد الحيوانات السائبة.

وكان المهرجان قد انطلق مساء يوم الخميس الماضي، حيث افتتح سعادة علي عبدالله الرميثي المدير التنفيذي للدراسات والإعلام في نادي تراث الإمارات فعاليات المهرجان، وتوجّه في السوق الشعبي وتفقد مشاركات الأسر المنتجة والمنتجات التي تعرض في السوق، وحضر جانباً من المسابقات والأنشطة التي تقام على مسرح المهرجان.

ونجمة حمد محمد المنصوري بالمركز الثاني، وأمنة يوسف أحمد الحمادي بالمركز الثالث، وتستمر المنافسات في المسابقة على مدى أيام المهرجان في عدد من الأطباق الشعبية المتنوعة. وفي مسابقة الزي الشعبي للبنات المخصصة للفئة العمرية من (7 - 10) سنوات، والتي تهدف إلى التعريف بالزي التراثي التقليدي والطريقة التي كانوا يستخدمونها لحياطة وتطريز تلك الملابس، فازت بالمركز الأول مها عثمان سلطان، وحصلت على المركز الثاني عائشة علي أحمد، أما المركز الثالث فكان من نصيب نواف إبراهيم أحمد. ويحظى المهرجان بدعم عدد من الجهات الأخرى هي مجموعة كيزاد ووزارة التربية والتعليم، وشرطة أبوظبي، ودائرة البلديات والنقل، وهيئة أبوظبي للدفاع المدني، ومجلس السمحة، وعود أحمد المغربي، وليان غالييري، والمملكة لصناعة الورق والشهد للألعاب الترفيهية وشركة زهرة.

كما يحظى المهرجان برعاية إعلامية من أبوظبي للإعلام، وجريدة

للزوار ضمن فعاليات المسرح الرئيسي بجوائز يومية، هذا فضلاً عن عروض الحرف التقليدية وأنشطة الرسم والتلوين، والعديد من الفعاليات التي تقدمها أجنحة الجهات الداعمة والراعية. وينظم المهرجان ضمن أنشطته اليومية عدداً من المسابقات مثل مسابقة سف الخوص، والزي الشعبي بنات وأولاد، ومسابقة التجديد، ومسابقة الأكلات الشعبية، ومسابقة اليولة، ومسابقة التصوير الضوئي، ومسابقة أفضل تعليق، ومسابقة أفضل قصيدة شعرية، وغيرها من المسابقات اليومية التي توزعت بين المسرح وبقية أركان القرية، وسط حضور غفير من الزوار الذين يجتذبهم المهرجان في كل عام. وشهدت مسابقة الأكلات الشعبية مشاركة عدد كبير من الأمهات للتنافس في إعداد أطباق الهريس والعصيدة، وفازت موزه علي المنصوري بالمركز الأول في طبق الهريس، وسلمى محمد مرخان بالمركز الثاني، ومريم خادم الرميثي بالمركز الثالث.

كما فازت فاطمة محمد سالم المرزوعي بالمركز الأول في طبق العصيدة،

يوصل مهرجان السمحة التراثي في نسخته الثانية عشرة الذي ينظمه نادي تراث الإمارات في الفترة (23 فبراير - 5 مارس، تقديم العديد من الأنشطة والبرامج التراثية والثقافية والمسابقات اليومية التي تستقطب الزوار بما يتيح من فوائد معرفية وترفيهية، حيث تحرص اللجنة المنظمة للمهرجان على تقديم باقة متنوعة من الفعاليات والبرامج التي تلبى احتياجات الزوار من مختلف الجنسيات والأعمار. ونوه سلطان الرميثي مدير مركز السمحة التابع لنادي تراث الإمارات بالآثر المجتمعي الإيجابي لمهرجان السمحة التراثي في المنطقة لا سيما على الأجيال الحديثة التي يقربها المهرجان من تراثها ويعرفها به في إطار جاد، مشيراً إلى أهمية قيام المهرجان بصورة سنوية راتية حتى صار موعداً مهماً ضمن رزنامة الحياة في المنطقة.

مشيراً إلى وجود حيز كبير ضمن برامج المهرجان للمسابقات المخصصة



## شرطة أبوظبي تستعرض «التوعية الرقمية المرورية» في بلدية أبوظبي



وعرضت المديرية جهودها في رفع الوعي بأهمية الالتزام بقوانين وأنظمة المرور وتعزيز السلامة المرورية وعرض أفلام توعية رقمية مرورية، واستمع الجمهور إلى شرح حول التطور الذي شهدته المديرية في تنفيذ أنشطة وبرامج التوعية والوصول إلى أكبر شريحة في المجتمع. وتضمن العرض الجهود التطويرية التي شهدتها المديرية في تنفيذ

وأكد العميد محمود يوسف البلوشي مدير مديرية المرور والدوريات بالإنابة اهتمام شرطة أبوظبي بنشر المعرفة بالسلامة المرورية، وتعزيز التوعية المستدامة المستمرة لتثقيف الأطفال والمراهقين كمشركين للطرق، وسائقين في المستقبل وتطبيق أعلى معايير السلامة على الطرق الرئيسية في تحقيق السلامة المرورية.

استعرضت شرطة أبوظبي مشروع التوعية والتثقيف المروري الرقمي ضمن شهر الإمارات للابتكار "الإمارات تبتكر 2023" وذلك ضمن ورشة عمل نظمتها بلدية مدينة أبوظبي للجمهور بمبناها الرئيسي.

وأكد العميد محمود يوسف البلوشي مدير مديرية المرور والدوريات بالإنابة اهتمام شرطة أبوظبي بنشر المعرفة بالسلامة المرورية، وتعزيز التوعية المستدامة المستمرة لتثقيف الأطفال والمراهقين كمشركين للطرق، وسائقين في المستقبل وتطبيق أعلى معايير السلامة على الطرق الرئيسية في تحقيق السلامة المرورية.

### تعزيز توجهاتهم نحو التطوع

## شما بنت محمد بن خالد آل نهيان تعقد لقاء مع مجموعة من الشباب خريجي الجامعات

•• العين - الفجر:

الثلاث الحكومية والخاصة والتطوعية؛ لبناء مجتمع متماسك متعاون ذو مصلحة مشتركة واحدة وبين جميع فئات المجتمع أطفال وشباب وكبار ولكل الجنسيات المقيمة في المجتمع. الشباب هم المعول الكبير للاستدامة في كل مناحي الحياة والتطوع مجال يظهر مدى شعوب ومجتمعاتها.. لذلك كانت اللقاءات مع الشباب التواصلية تترجم هذا التوجه لشحن طاقات الشباب وتقنيهم وبناء قدراتهم ومهاراتهم في التطوع من أجل المجتمع. وتطلع إلى تكوين نواة كيان اجتماعي خاص بالشباب في المؤسسات تكون متصلة مع فئة الشباب للتعاون المشترك في تنفيذ مبادرات وبرامج تطلق العنان لأفكار الشباب الابتكارية والمبادرات الإبداعية في مجال خدمة المجتمع وتنفيذها من خلال وحدات المؤسسات. وفي ختام اللقاء وثق الشباب عضويتهم مع تقديم مقترحات وأفكار إبداعية سيتم تنفيذها وفق الإجراءات والأنظمة المعمول بها في جمعيات النفع العام. وشكرت الشبيخة د. شما بنت محمد بن خالد آل نهيان الشباب، مرحبة بهم، وأثنت على مبادراتهم وحرصهم على المشاركة في البرنامج التطوعي في المؤسسات.

في ضوء دعم الجهود التطوعية وتعزيز قيمة التطوع لدى الشباب؛ عقدت الشبيخة د. شما بنت محمد بن خالد آل نهيان لقاء مع مجموعة من الشباب خريجي الجامعات؛ لتعزيز توجهاتهم نحو التطوع في مشاريع مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافية والتعليمية في خدمة المجتمع وإتاحة الفرصة لتنوع عضوية المركز بالشباب؛ لمواكبة توجهات القيادة نحو استثمار العقول وتنويع الخبرات أمامهم، لدعم جهود التمكين وتنمية مهاراتهم لبناء شخصيات قادرة على التعامل مع كافة الظروف والأوقات، تمهيداً لإطلاق مجلس شباب مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان والذي يركز على تفعيل قدرات وطاقات الشباب الوطني الشغوف بدعم العمل التطوعي والاجتماعي والفكر الابتكاري استجابة للتصور الاستراتيجي تجاه الشباب الذي تحرص عليه قيادتنا الرشيدة. حيث نظمت وحدة شؤون المتطوعين في مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافية والتعليمية لقاء تعريفياً بأهمية التطوع في خدمة المجتمع والرؤية الاستراتيجية لقيادة حكومة دولة الإمارات العربية المتحدة في الاستدامة والشراكة بين القطاعات



## شرطة دبي تشارك في معرض «بهمتي أبتكر»

•• دبي-الفسج:

شاركت القيادة العامة لشرطة دبي ممثلة بمجلس تمكين أصحاب الهمم ومدارس حماية للتربية والتعليم بشرطة دبي، في معرض «بهمتي أبتكر» ضمن فعاليات شهر «الإمارات تبتكر»، والتي أقيمت في مركز دبي لأصحاب الهمم، التابع لوزارة تنمية المجتمع، بحضور النقيب محمد عبدالرحمن المرزوعي نائب رئيس المجلس، والنقيب محمد أحمد بن شفيق نائب مدير مكتب مدارس حماية، حيث تم عرض ابتكارات الطلبة والطالبات والموظفين، والتي تضمنت عصا الكفيف والكروسي الهيدروليكي، واليد الصديقة، وكروسي مرضى الباركنسون وكبار السن. من الجدير ذكره، أن المعرض يجمع أروع الإنجازات والابتكارات التي تقدمها أصحاب الهمم، سواء منها المطبقة أو المنجزة لدى مراكز أصحاب الهمم، أو المعتمدة في إطار العمل، وفي سياق الخدمات المتاحة للجمهور بمختلف الجهات الحكومية الاتحادية والمحلية، وعلى مستوى المدارس، وفي المراكز المعنية بأصحاب الهمم، في إطار حشد الجهود لتوفير أفضل الخدمات والمبادرات تعزيزاً لمبدأ «من الرعاية إلى التمكين» لجميع الأفراد والفئات المجتمعية.



# منوعات العقل

23

يشير الخبراء إلى أن العين نافذة على الصحة العامة للإنسان، ما قد يسمح باكتشاف بعض الحالات الطارئة من الأعراض التي تظهرها.

ورغم أن التعرض للإصابة بعيون محتقنة بالدم يعد أمرا طبيعيا إلى حد ما، حيث أنه عادة ما يشير التعب أو عد الحصول على نوم كاف، إلا أنها حالات مثل الحكمة أو الحرقان أو بعض الإفرازات الصفراء المائية التي تفرزها العين، قد يعني أن هناك أمرا أكثر خطورة يحدث.



العين نافذة على الصحة العامة للإنسان

## ما الذي يكشفه احمرار العين عن صحتك ومتى يجب زيارة الطبيب؟



سطح العين، ما يسمح بدخول العدوى". ووجد الباحثون مؤخرا أن إعادة استخدام العدسات أو ارتدائها ليلا أو أثناء الاستحمام يزيد من خطر إصابة الشخص بالتهاب القرنية الشوكي (AK)، وهو التهاب في القرنية، الطبقة الخارجية الصافية للعين. وتحدث الحالة عندما يتم حصر طفيلي الشوكيميا بين القرنية والعدسات اللاصقة. وتتغذى هذه الطفيليات على القرنية مسببة ألما شديدا، وفي ربع الحالات العمى.

متى يتطلب الأمر زيارة الطبيب؟ أفادت الدكتورة أسلم بضرورة زيارة الطبيب العام أو طبيب العيون إذا كنت تعاني من أحد الأعراض التالية: - تغيرات الرؤية - صداع حاد - ألم في العين - حمى

- حساسية غير عادية للضوء - تشعر أن لديك شيئا ما في عينك - لديك تورم في عينيك أو حولها - لا يمكنك فتح وإبقاء عين واحدة أو كلتا العينين مفتوحتين - الشعور فجأة بهالات حول الأضواء - المعاناة من الغثيان أو القيء

التهاب الجفن هو حالة شائعة تصيب العين وتؤثر على جفن العين. وينتج عن عدوى بكتيرية تؤدي إلى التهاب قاعدة الجفن. وقالت الدكتورة أسلم: "التهاب الجفن يمكن أن يؤدي أيضا إلى احمرار العين". وغالبا ما تكون هذه الحالة ناتجة عن اقتراب منتجات التجميل المتسخة أو منتهية الصلاحية بشكل وثيق من العين.

4. الحساسية أوضحت أسلم: "الحساسية مثل تلك الناتجة عن حبوب اللقاح، والتي تسبب حمى القش، يمكن أن تسبب احمرار العين". وأضافت: "كما أن عت الغبار وأحيانا شعر الحيوانات يسببان ردود فعل تحسسية يمكن أن يسبب احمرار العين".

5. العدسات اللاصقة كشفت أسلم: "مضاعفات العدسات اللاصقة، بما في ذلك عدم تنظيفها قبل وضعها في العين، قد يسبب تآكلا في

وتشرح الدكتورة نيسا أسلم، طبيبة عامة ومستشارة في شركة Golden Eye، ما يمكن أن يسبب احمرار العين ومتى يستدعي الأمر زيارة الطبيب. وأوضحت الدكتورة نيسا أن "العين الحمراء أو التهاب الملتحمة (التهاب العين) أمر شائع جدا". ووفقا للدكتورة أسلم، يمكن أن يحدث احمرار العين بسبب مجموعة متنوعة من المشكلات الصحية المختلفة:

1. الأمراض الالتهابية والمعدية: تقول أسلم: "غالبا ما يحدث احمرار العين بسبب الالتهابات والأمراض المعدية، أحيانا تكون جرثومية. والتهاب العين الفيروسية تميل إلى التسبب في إفرازات مائية، والعدوى البكتيرية وإفرازات صفراء".

2. "كوفيد-19" أشارت الطبيبة إلى أن "كوفيد-19"، الذي يرتبط عادة بإصابة الرئتين والقلب، يمكن أن يكون أيضا سببا لعدوى العين أو احمرار العين. ويمكن أن تكون العين الحمراء عارضا وأثرا جانبيا لـ "كوفيد-19". وأضافت أن "كوفيد-19" يمكن أن يدخل الجسم عن طريق العينين وينتقل إلى المخ من مؤخرة العين".

3. التهاب

## طبيب يكشف ثلاث حقائق غير واضحة عن التعب

كشف الدكتور ألكسندر مياسنيكوف ثلاث حقائق غير واضحة عن مشكلة التعب. فما الذي يمكن أن يسبب التعب؟ ولماذا تختفي فجأة الرغبة في فعل شيء ما؟ وهل يمكن للطعام أن يساهم في الشعور بالتعب؟

يشير مياسنيكوف في برنامج تلفزيوني، إلى أن الحقائق الثلاث هي:

ويشير مياسنيكوف، إلى أن الشعور بالتعب وضعف الجسم، قد تكون أعراض مرض خطير، مثل داء البورليات أو الذئبة الحمراء (Systemic lupus erythematosus). لذلك إذا لاحظ الشخص أنه يعاني من التعب الشديد، ويتحرك بصعوبة فمن الأفضل له استشارة الطبيب، الذي سيخبره بما يجب عمله.

يمكننا تغييرها". ويضيف، إذا استمر الناس يتفاعلون مع كل شيء بنفس الطريقة، فسوف يصابون بالارهاق العاطفي، ويمكن أن يظهر الاكتئاب كمسألة إضافية، حيث أن الأعراض الأولى لهذا المرض هي التعب المزمن. "لذلك يجب مكافحته، وللوقاية من الإكتئاب، يجب أن نفهم إلى ماذا يجب أن ننشبه وما الذي يجب تجاهله".

الغذائي. ويقول: "الطعام الذي اعتدنا عليه يجعلنا نشعر بالتعب. وأقصد ما يأكله الشخص عادة، مثل النقانق والصوصج والمعجنات والوجبات السريعة وهذه جميعها تحرق طاقة الشخص".

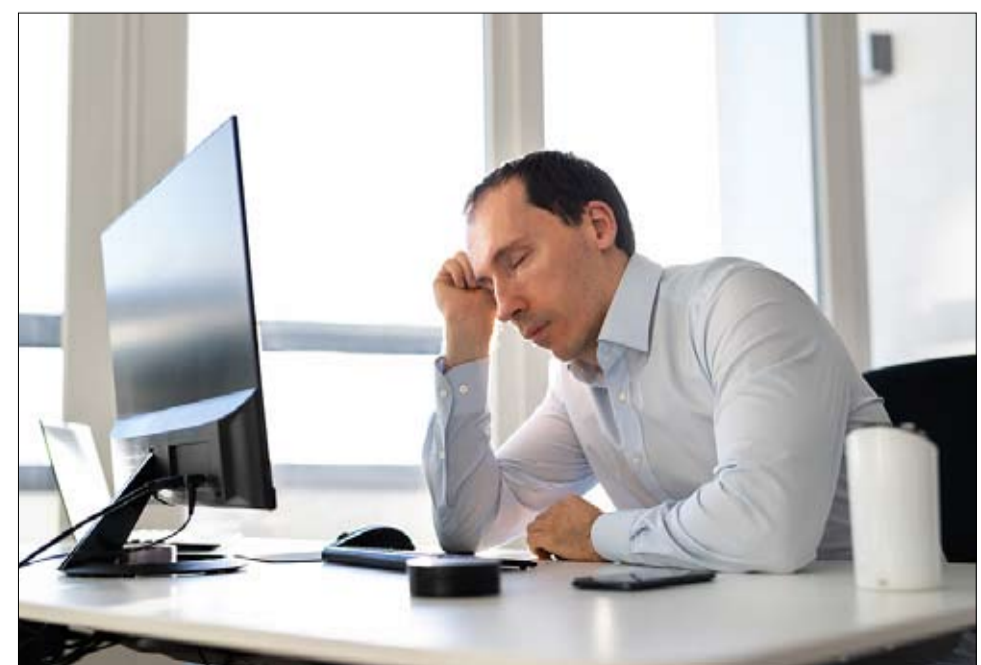
ويضيف، مصدر الطاقة مهم جدا. لذلك يجب أن يكون النظام الغذائي متوازنا. الأطعمة الدهنية تحتوي على سرعات حرارية عالية. لذلك يفقد الجسم كمية كبيرة من الطاقة والقوة لضمها، ونتيجة لذلك يمكن أن يشعر بالتعب والخمول. ويقول: "يتناول الشخص في أيام الراحة الخضار والفواكه والأسماك، لذلك يتغير كل شيء، ليس فقط لأنه يرتاح من إجهاد العمل، بل لأنه يتناول طعاما سليما. لذلك إذا استمر في تناول مثل هذا الطعام المتوازن، سيشعر بتغير وتحسن حالته".

الحقيقة الثالثة يشير مياسنيكوف، إلى أن ظهور الشعور بالتعب سببه نمط الحياة الذي نتبعه - وفرة المعلومات، والتوتر المستمر، وهذا من الصعب تحمله فترة طويلة. ووفقا له، بعض الأشخاص لا يميزون بين الأمور الرئيسية والثانوية، لذلك يلقون بشأن أتفه الأشياء. ويقول: "لا داعي لإضاعة الوقت على أشياء غير مهمة. وهموم الحياة من الصباح إلى المساء "تحفر" في الدماغ فهي ترتدي الخوذ. وهيا نفهم ما هو المهم بالنسبة لكل منا، ونحدد الأحداث التي يمكننا تغييرها وتلك التي لا

الهرموني للشخص الذي يعاني من السمنة يتغير، ما يسبب الشعور بالنعاس والارهاق- متلازمة بيكويك". ويضيف، كما أن مشكلات النوم وضيق التنفس والشعور الدائم بالضعف، كلها تشير إلى الاضطرابات الهرمونية.

الحقيقة الثانية- يجب أن ننتبه إلى مكونات نظامنا

الحقيقة الأولى وفقا له، يسبب الوزن الزائد التعب. ويقول: "إذا أجرى الشخص تصويرا بالرنين المغناطيسي، فسيري أن قلبه موجود داخل كبسولة دهنية، لذلك هو يعمل بصعوبة. كما أن الكبد موجودة داخل كبسولة دهنية أيضا، أي أنها تتعرض للخطر من الداخل والخارج. ناهيك عن أن النظام





دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/فيجا ستور لتجارة الملابس الجاهزة  
رخصة رقم: CN 3933541 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ورشة  
الفضي لتصليح السيارات  
رخصة رقم: CN 1352229 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : بلو ستار  
وزيتران للنظريات والمقاولات العامة  
رخصة رقم: CN 4311608 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
حذف محمد عبيد راشد احمد المهيري  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
اضافة مهرة داود سليمان عبدالحسين محمد 100%  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة  
التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا  
الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد  
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : المعراج لاعمال  
الجبس رخصة رقم: CN 3856121 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
حذف حمود عبدالله محمد صالح المنذري  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
اضافة علي عبدالله علي الحوسني 100%  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة  
التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا  
الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد  
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م  
الاسم التجاري: كوفيندس ليفيل لتأجير معدات القياس والتحكم - شركة  
الشخص الواحد ذ.م.م  
عنوان الشركة: أبوظبي - أبوظبي - مبنى  
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4098188  
التعديل الذي طرأ على الشركة ،  
1 - حل وتصفية الشركة  
2 - تعيين السادة/الهامل وشركاه- محاسبون قانونيون - كمصفي قانوني  
للشركة بتاريخ: 2023/2/21 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية  
العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2350003916  
تاريخ التصفية: 2023/02/25  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين  
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة  
الاسم التجاري: مطعم هيك اب ايتري ذ.م.م  
عنوان الشركة: ميني المالك الشيخ حلتون بن سعيد بن شخبوط FF8 ط  
1 - محل C153 جزيرة ابوظبي ، شارع المطار - ش 3  
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 1734227  
التعديل الذي طرأ على الشركة ،  
1 - حل وتصفية الشركة  
2 - تعيين السادة/ ZENITH - CHARTERED ACCOUNTANTS/ محاسبون قانونيون - كمصفي قانوني  
للشركة بتاريخ: 2022/10/11 وذلك بناء على  
قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل  
بالرقم: 2250027771 تاريخ التصفية: 2023/02/25  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين  
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة  
الاسم التجاري: بادوفا مطعم وكافيه ذ.م.م  
عنوان الشركة: المعترض ، الفيل 23 الثالث والعشرون فيلا السيد ناصر  
محمد علي ناصر واخرين  
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 3838195  
التعديل الذي طرأ على الشركة ،  
1 - حل وتصفية الشركة  
2 - تعيين السادة/مكتب دلتا لتدقيق الحسابات - كمصفي قانوني للشركة  
بتاريخ: 2023/2/23 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية  
غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2350004217 تاريخ  
التصفية: 2023/02/25  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين  
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/بالم  
لخدمات الوساطة  
رخصة رقم: CN 3882037 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة  
الاسم التجاري: تي سي او جلوبال للاستشارات ذ.م.م  
عنوان الشركة: جزيرة ابوظبي شرق 2-4 - مكتب 506 - مبنى  
ماكس هوم للوساطة العقارية  
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 1899577  
التعديل الذي طرأ على الشركة ،  
1 - حل وتصفية الشركة  
2 - تعيين السادة/باركر راسل عبيد لتدقيق الحسابات - فرع أبوظبي  
1 - كمصفي قانوني للشركة بتاريخ: 2023/1/31 وذلك بناء على  
قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل  
بالرقم: 2350002356 تاريخ التصفية: 2023/02/25  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين  
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م  
الاسم التجاري: ديزرت ديوتي لخدمات التنظيف - شركة الشخص الواحد  
ذ.م.م  
عنوان الشركة: مصفح مصفح 0.39 مبنى الاق لتتمثيل الشركات ذ.م.م  
واخرين  
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4547316  
التعديل الذي طرأ على الشركة ،  
1 - حل وتصفية الشركة  
2 - تعيين السادة/الهامل وشركاه- محاسبون قانونيون - كمصفي قانوني  
للشركة بتاريخ: 2023/2/9 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية  
العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2305006253  
تاريخ التصفية: 2023/02/25  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين  
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة  
الاسم التجاري: عسل الزول لتجارة العسل ذ.م.م  
عنوان الشركة: تاجر أبوظبي  
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4351879  
التعديل الذي طرأ على الشركة ،  
1 - حل وتصفية الشركة  
2 - تعيين السادة/الهامل وشركاه- محاسبون قانونيون - كمصفي قانوني  
للشركة بتاريخ: 2023/2/24 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية  
العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2324000561  
تاريخ التصفية: 2023/02/25  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين  
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة  
الاسم التجاري: كراج ريفيرس ذ.م.م  
عنوان الشركة: المنطقة الصناعية - بطحاء الحائر 21 الواحد والعشرون  
مبنى السيد ذياب خلفان حميد بن هزيم واخرين  
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4224645  
التعديل الذي طرأ على الشركة ،  
1 - حل وتصفية الشركة  
2 - تعيين السادة/المارة للتدقيق والمراجعة - كمصفي قانوني للشركة  
بتاريخ: 2023/2/24 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية  
غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2305008825 تاريخ  
التصفية: 2023/02/25  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين  
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : كوتينيوتي للصيانة العامة  
1 - شركة الشخص الواحد ذ م م رخصة رقم: CN 2560203 قد  
تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل اسم تجاري من/ كوتينيوتي للصيانة العامة 1 - شركة الشخص  
الواحد ذ م م  
CONTINUITY GENERAL MAINTENANCE 1. SOLE PROPRIETORSHIP  
L.L.C  
إلى/ كوتينيوتي للصيانة العامة - شركة الشخص الواحد ذ م م  
CONTINUITY GENERAL MAINTENANCE - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية  
الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة  
غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل  
الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : هاي كوست للمقاولات العامة وادارة  
العقارات ذ.م.م رخصة رقم: CN 1104676 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل شكل قانوني من / شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ م م  
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف محمد سيف حسين العريفي المصفي  
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ مطاع محمد الفروان من شريك الى مالك  
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ مطاع محمد الفروان من شريك الى مدير  
تعديل نسب الشركاء / مطاع محمد الفروان من 49% الى 100%  
تعديل نسب الشركاء / مطاع محمد الفروان من 49% الى 60%  
تعديل اسم تجاري من / هاي كوست للمقاولات العامة وادارة العقارات ذ.م.م  
إلى/ هاي كوست للمقاولات العامة وادارة العقارات- شركة الشخص الواحد ذ م م  
HIGH COAST GENERAL CONTRACTING AND REAL ESTATE L.L.C  
إلى/ هاي كوست للمقاولات العامة وادارة العقارات- شركة الشخص الواحد ذ م م  
HIGH COAST GENERAL CONTRACTING AND REAL ESTATE - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية  
خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق  
أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/فيرست  
كونساللتج لخدمات الطباعة  
رخصة رقم: CN 4036483 قد تقدموا إلينا بطلب  
الغاء رخصة  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان  
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من  
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة  
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل  
الاجراءات المطلوبة  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م  
الاسم التجاري: أرض الجان لصيانة الجباني - شركة الشخص الواحد ذ.م.م  
عنوان الشركة: تاجر أبوظبي  
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4309652  
التعديل الذي طرأ على الشركة ،  
1 - حل وتصفية الشركة  
2 - تعيين السادة/ ZENITH - CHARTERED ACCOUNTANTS/ محاسبون قانونيون - كمصفي قانوني  
للشركة بتاريخ: 2023/2/1 وذلك بناء على قرار  
محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل  
بالرقم: 2350002155 تاريخ التصفية: 2023/02/25  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين  
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : ام اتش للمقاولات العامة  
رخصة رقم: CN 2066911 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل رأس المال الى 10000  
تعديل شكل قانوني من / مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ م م  
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف علي خميس علي سعيد الكعبي  
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ اضافة محمد احمد عبدا لحافظ عامر 100%  
تعديل اسم تجاري من/ ام اتش للمقاولات العامة  
M H GENERAL CONTRACTING  
إلى/ ام اتش للمقاولات العامة - شركة الشخص الواحد ذ م م  
M H GENERAL CONTRACTING - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية  
خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن  
أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : عالم السرعة للصيانة العامة  
رخصة رقم: CN 1923996 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل رأس المال الى 150000  
تعديل شكل قانوني من / مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ م م  
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف علي ابراهيم موسى عيسى ابو حليفه  
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ اضافة ايهاب عيسى الحبيب 100%  
تعديل اسم تجاري من/ عالم السرعة للصيانة العامة  
ALAM ALSURA GENERAL MAINTENANCE  
إلى/ النوايز للصيانة العامة - شركة الشخص الواحد ذ م م  
ANODES FOR GENERAL MAINTENANCE - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية  
خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن  
أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : الأمين للمحاسبة و  
الضريبة رخصة رقم: CN 2644450 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م  
تعديل اسم تجاري من/ الأمين للمحاسبة والضريبة  
إلى/ الأمين للمحاسبة والضريبة - شركة الشخص الواحد ذ م م  
AL AMEEN ACCOUNTING & TAX - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة  
التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا  
الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد  
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٨٥ بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٧

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : سيكيورود لخدمات  
التوصيل  
رخصة رقم: CN 3784778 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل اسم تجاري من/ سيكيورود لخدمات التوصيل  
SECURE FOOD DELIVERY SERVICES  
إلى/ جي اس اتش للنظريات  
G S H TRANSPORT  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة  
التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الاعلان والا  
فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة  
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)









«بيت التلي» أحدث إضافة لنسخة المهرجان الـ 11

## خيوط التلي تجمع إبداعات 5 فنانات إماراتيات في «سكة»

- «دبي للثقافة» تحفي بتسجيل الحرفة التقليدية على قائمة اليونسكو بأعمال فنية مبتكرة
- فريال البستكي ومنيرة الملا تدمجان تصاميم الأثاث المعاصرة مع الحرف اليدوية التقليدية
- نورة طاهر تستبدل الفرشاة بخيوط التلي وهاجر الطنيجي تقدم «ثوب خدية»



التفاعلية والعروض الفنية الحية بمشاركة مجموعة من حرفيي «التلي»، بهدف منح الزوار فرصة التعرف على تفاصيل الحرفة التقليدية وإنتاجاتها، ويأتي ذلك في إطار دعم الهيئة للصناعات الثقافية والإبداعية في دبي بوصفها إحدى روافد اقتصادها الإبداعي.

يذكر أن نسخة المهرجان الحالية التي ترفع شعار «إبداع يتجدد على نفس السكة» تعرض تشكيلة واسعة من الأعمال الفنية التي تشمل إبداعات 188 فناناً، كما يقدم المهرجان الذي يندرج تحت مظلة «موسم دبي الفني» برنامجاً حافلاً بالفعاليات والأنشطة الفنية والإبداعية المختلفة التي تبرز ثراء المشهد الثقافي المحلي.

ودليلاً على مساهمتها في تمكين المرأة، حيث تعاونت فيه مع مجموعة حرفيات من الإمارات ونيجيريا. أما الفنانتان فريال البستكي ومنيرة الملا، فقد عملتا معاً على تقديم «مجموعة ال (O) - إصدار سكة»، وهو عمل تركيبى يدمج بين تصاميم الأثاث المعاصرة والحرف اليدوية التقليدية كالتلي والخوص، بينما يبرز العمل الفني «ثوب فان غوخ» بتكليف من NAFS Culture تأثر الفنانة نورة طاهر بإبداعات فينسنت فان غوخ ونمط «بو تيل» المعروف، وفيه استبدلت الفرشاة بخيوط التلي واللوحه بالحريير.

من جهة أخرى، تقدم «دبي للثقافة» بين جدران «بيت التلي» تشكيلة متنوعة من ورش العمل

للمرأة في الإمارات عبر رصدتها لأنماط النقش على الأقمشة التي تجلت روايتها بين ثنايا عملها الفني «حكايات النسيج»، الهادف إلى حث الأجيال القادمة على ضرورة اكتشاف ثقافتها المحلية، وفي الوقت نفسه، تعرض الفنانة سارا بالتعاون مع «ميرزام» تصميم «مخف للشوكولاتة» الذي أنجزته بتكليف من منصة «سكة»، واستوحته فكرته من مشروع (Talli Currency) الذي يضيء على دور حرفة التلي في إلهام المرأة الإماراتية.

واحتفاءً بذكرى رحيل والدتها، تعرض الفنانة هاجر الطنيجي عملها «ثوب خدية» ويمثل تعبيراً عن نظرتها للثوب الإماراتي التقليدي،

أربعة أعمال فنية مبتكرة تحمل بصمات خمس فنانات إماراتيات استلهمن تفاصيلها من خيوط «حرفة التلي» التقليدية، تسكن غرف «بيت التلي» الذي يعد أحدث إضافة لفعاليات نسخة الـ 11 من مهرجان «سكة للفنون والتصميم» المقام في «حي الفهيدى التاريخي» وتستمر فعالياته حتى 5 مارس المقبل، ويأتي احتفاءً بنجاح الإمارات خلال ديسمبر الماضي، في تسجيل «حرفة التلي» على قائمة اليونسكو للتراث الثقافي غير المادي.

في إحدى غرف البيت، تفتح الفنانة سارا الخيال أعين الزوار على مشروعها توثيق التاريخ الضفوي



## تجربة فنية تسافر في عوالم المدارس الفنية المختلفة

# «ذاكرة فنان» معرض لكوثر صبري في النادي الثقافي العربي



لوحات انتجتها منهنج التجريب اللوني، وتظهر من خلالها قدرة الفنانة على مزج الألوان وصناعة الانسجام، وترك مساحات للتأويل. الدكتور عمر عبد العزيز رئيس مجلس إدارة النادي الذي كان حاضراً للافتتاح صحبة علي المغني نائب رئيس مجلس الإدارة، ود. عمر معلقا على المعرض: «إن الفنانة كوثر صبري تسافر مع رواد معرضها الاستعادي الباذخ في عوالمها الفنية البانورامية الجامعة لسيرتها الفنية، فقد استقت معارفها ودرستها الإبداعية من خلال الأصول الأكاديمية والروافد التجريبية التي منحتها قدرة خاصة على الاشتغال بالدوب والتواصل، وهو ما يلحظه المتابع للوحاتها المعروضة..وأضاف د.عمر: أن مقترحاتها الفنية لا تترك رافداً نوعياً إلا ومنحته حق الانتماء لروافد جديدة، بحيث يمكننا توصيف مشروعها بأنه تمازج إبداعي بين مختلف المدارس الفنية، وسياحة أفضية في أنماط التعبير البصري، من الكلاسيكية إلى النيوكلاسيكية إلى الرومانسية فالواقعية التعبيرية، وحتى الانطباعية الفني قرين المدرسة التأثيرية، وصولاً إلى الغنائية البصرية العابرة للألوان».

نظم النادي الثقافي العربي مساء أمس الأول معرضاً تشكيلياً بعنوان «ذاكرة فنان» للفنانة كوثر صبري، ويأتي في إطار الاحتفاء بالفنانات أصحاب التجارب الطويلة الذين لهم بصمة واضحة، والفنانة كوثر هي تجربة طويلة في العمل الفني حيث قدمت العديد من الأعمال الفنية البديعة، وعملت لمدة 15 مشرفة لجماعة الإمارات للفن الخاص التابعة لمدينة الشارقة للخدمات الإنسانية، وقد مرت تجربتها بعدة اتجاهات فنية، وبرزت في الألوان وفن الرسم التوثيقي بشكل خاص، وحصلت خلال مسيرتها على الكثير من الجوائز والميداليات. يضم معرض «ذاكرة فنان» نحواً من 50 لوحة فنية، جمعت بين اللوحات الشهيدة التوثيقية التي تنتهج أسلوب الرسامين التوثيقيين حيث تقدم مشهداً كاملاً أو قرية كاملة بحدودها وتفاصيلها، وبين اللوحات الانطباعية التي تقدم مشهدية بالألوان تعكس انطباعية معينة يقدمها الفنان على ما يشاهده، وهناك

•• الشارقة-الفجر:

# مهرجان صور السينمائي الدولي للأفلام القصيرة بمشاركة 29 فيلماً من 18 دولة بنسخته العاشرة

الذورة الثامنة فأقيمت عام 2021 بمشاركة 27 فيلماً من 13 بلداً. أما الذورة التاسعة للمهرجان عام 2022 فكان تحت شعار «السينما من أجل التعبير الحر»، بمشاركة 34 فيلماً روائياً ووثائقياً وتحريكاً من 21 بلداً، وضمت لجنة تحكيم المهرجان المخرج بهيج حبيج والمخرجة الفلسطينية مي المصري والمخرجة الإسبانية آنا سانديرو أنفريز.

النبطية، مما اضطر إدارة المهرجان لإقامته في مساحات بديلة بالمدارس والجامعات وذلك بمشاركة 52 فيلماً من 27 بلداً، وأقيمت كل من الذورة الخامسة عام 2018 والسادسة عام 2019 ضمن فعاليات مهرجان تيرو الفني الدولي بمشاركة أفلام من مختلف قارات العالم. كما شهدت الذورة السابعة عام 2020 مشاركة 52 فيلماً من 19 بلداً، وكزمت المخرج الزاحل جان شمعون، أما

وجائزة لجنة التحكيم والتي تضم كل من المخرجة الإسبانية آنا سانديرو أنفريز والمخرج السوداني ناصر يوسف والمخرجين موريل أبو الروس ووليد مونس وفادي سرياني وشادي زيدان من لبنان.

وأكد الممثل والمخرج قاسم إسطنبولي، مؤسس المسرح الوطني اللبناني: «أن استمرار المهرجانات وعروض الأفلام والورش التدريبية المجانية رغم كل الأزمات من حولنا يشكل فرصة مهمة للتلاقي وفرصة للجمهور للتعرف على ثقافات مختلفة من العالم كي يكون الفن حق للجميع دوماً بأسرار الشباب المتطوعين على العمل من أجل الفن».

إيران، سوريا، البحرين، سويسرا، الولايات المتحدة الأمريكية، المملكة المتحدة، بلجيكا، جمهورية التشيك، فلسطين، إيطاليا، الأردن، الصين، مصر ولبنان، وذلك بالتعاون مع مؤسسة دروسوس السويسرية، وتتنافس الأفلام المشاركة ضمن المسابقة الرسمية للمهرجان على جوائز أفضل فيلم روائي، أفضل فيلم وثائقي، أفضل فيلم تحريك وأفضل ممثل وأفضل ممثلة وأفضل تصوير

أطلقت «جمعية تيرو للفنون» و«مسرح إسطنبولي» فعاليات مهرجان صور السينمائي الدولي للأفلام القصيرة، بنسخته العاشرة في الفترة الممتدة من 4 ولغاية 6 آذار- مارس في المسرح الوطني اللبناني المجاني، في مدينة صور، بمشاركة أفلاماً متنوعة بين الروائي والوثائقي والتحريك بمشاركة 29 فيلماً من 18 دولة وهي الجزائر، المملكة العربية السعودية، العراق، فرنسا،



ويعمل المهرجان على دعم السينما المحلية والتبادل الثقافي وإقامة الورش التدريبية والندوات والنقاشات مع المخرجين، وتخصص هذه المظاهرة السينمائية مساحة كبيرة تعرض أفلام مشاريع الطلاب، حيث يعد المهرجان الحدث السينمائي الأول في تاريخ الجنوب منذ انطلاق الذورة الأولى عام 2014، بمشاركة 24 فيلماً من 20 بلداً، وفي حضور الممثل المصري محمود قابيل وكزمت الذورة المخرجة جوسلين صعب، وقد شارك 58 فيلماً من 32 دولة في الذورة الثانية التي أطلقت عام 2015، وشهدت تكريم المخرج جورج نصر، أما الذورة الثالثة عام 2016 فجاءت بمشاركة 61 فيلماً من 25 دولة بمشاركة المخرج غسان سلهب وعُرضت الأفلام في كل من مدينة صور والنبطية وطرابلس ضمن فعاليات مهرجان لبنان السينمائي الدولي، وشهدت الذورة الرابعة عام 2017 إقبالاً قسرياً لسينما ستارز في مدينة





منوعات

العمل

27

## دراما رمضان 2023 .. البطولة النسائية حاضرة في 7 مسلسلات

أيام قليلة تفصلنا عن انطلاق الماراثون الرمضاني المقبل ٢٠٢٣، وحرصت الشركة المتحدة للخدمات الإعلامية هذا العام على مشاركة عدد كبير من النجمات في أعمال متنوعة ما بين الاجتماعية والصعيدية والكوميديا، وذلك سواء في الأعمال الـ ٣٠ حلقة أو ذات الـ ١٥ حلقة، منهم يسرا، منى زكي، ياسمين عبد العزيز، ودنيا سمير غانم.



قانون الوصاية بعد وفاة الأب أو الزوج.



دنيا سمير غانم

كما تشارك الفنانة دنيا سمير غانم في دراما رمضان بمسلسل "جت سليمة" الذي تدور أحداثه في إطار الـ 15 حلقة، حول فتاة تحب القراءة، وتعمل في دار نشر، وخلال الأحداث يعيدها أحد الكتب إلى أكثر من حقبة زمنية وتخوض خلالها العديد من المغامرات الكوميديا. مسلسل "جت سليمة" تأليف كريم يوسف وسامح جمال، وإخراج إسلام خيرى وإنتاج أحمد السبكي، ويشارك في بطولته إلى جانب دنيا سمير غانم كل من محمد سلام، سامي مغاوري، شيرين محمد ثروت، وعدد آخر من الفنانين.



المرضى، دنيا المصرى، هدى الاترى، اسراء رخا، أحمد غزى، ايمان السيد، بدرية طلبة، أحمد عبد الله، تيسير عبد العزيز، تامر مجدى وآخرين.



أحداثه حول نادرة السيدة الصعيدية التي تخوض صراعا شرسا مع عائلة زوجها بعد وفاته وترفض الاستسلام لحرمانها من الميراث، وتخوض حربا من أجل الحصول على حقوقها.

مسلسل "عملة نادرة" تأليف مدحت العدل وإخراج مائدو العدل وإنتاج شركة العدل جروب للمنتج جمال العدل وبطولة نبلي كريم، جمال سليمان، جومانا مراد، أحمد عيد، كمال أبو رية، فريدة سيف النصر، ندا موسى، محمد لطفي، على الطيب، مريم الخشت، نهى صالح، ومحمد فهم، رمزي العدل، وهشام عاشور، بالإضافة إلى عدد كبير من الفنانين الشباب.

ياسمين عبد العزيز بينما تخوض الفنانة

ياسمين عبد العزيز السباق الرمضاني المقبل 2023، بمسلسل "ضرب نار" الذي تقدم من خلاله الدراما الشعبية الاجتماعية، وتجسد ياسمين خلال أحداث العمل شخصية فتاة من شبرا تدعى مهرة وتعمل في مصنع عبايات حريمى وتتعرض على جابر أبو شديد (أحمد العوضى) صاحب محل الكاوتش فى شبرا وتنشأ بينهما قصة حب.

مسلسل "ضرب نار" تأليف ناصر عبد الرحمن وإخراج مصطفى فكرى وإنتاج شركة سينرجى، وبطولة ياسمين عبد العزيز وأحمد العوضى، ماجد المصرى، سهير

يسرا تشارك الفنانة يسرا في السباق الرمضاني المقبل 2023 بمسلسلها "1000 حمد الله ع السلامة"، الذي تخوض خلاله تجربة درامية مختلفة من خلال رحلة مليئة بالاثارة والمفاجآت الكوميديا، حيث تقوم خلال الأحداث بدور دكتورة إعلام تعود من كندا إلى مصر برفقة أولادها بعد وفاة زوجها، لتبدأ رحلة اكتشاف ذاتها. مسلسل "1000 حمد الله على السلامة" تأليف محمد ذو الفقار وإخراج عمرو صلاح وإنتاج شركة العدل جروب للمنتج جمال العدل، ويشارك في بطولته شيماء سيف، محمد ثروت، مايان السيد، آدم الشرقاوى، سماء إبراهيم ومطرب المهرجانات عنبه في أول تجربة تمثيلية له، إضافة إلى عدد من الفنانين الشباب.

نبلي كريم

وتقدم الفنانة نبلي كريم هذا العام الدراما الصعيدية للمرة الأولى خلال مسلسل عملة نادرة، والذي تدور

روبي خلال

تجسد خلال الأحداث دور عمدة في إحدى القرى حتى لا تفقد عائلتها ورت العمودية، مع مواجهتها للعديد من المشكلات.

حضرة العمدة تأليف إبراهيم عيسى، وإخراج عادل أديب، بطولة روبي، سميحة أيوب، بسملة، وفاء عامر، ديننا، أحمد رزق، محمود حافظ، ومحمد محمود عبد العزيز، وإدوارد، ومحمود حافظ، وإيهاب فهمي، نهلة سلامة، وغيرهم من الفنانين.

ريهام حجاج أما الفنانة ريهام حجاج تخوض موسم دراما رمضان بمسلسل "جميلة"، الذي يسلط الضوء على المشاكل الأسرية، إذ تجسد دور فتاة تدعى "جميلة" تتخرج من حقوق وتحاول مناصرة الحق، بينما تتعرض للعديد من الأزمات

خلال مشوارها. مسلسل "جميلة" تأليف أيمن سلامة وإخراج سامح عبد العزيز وإنتاج شركة العدل جروب للمنتج جمال العدل، و بطولة ريهام حجاج، عبير صبرى، سوين بدر، يسرا اللوزي، عبير صبرى، أحمد وفيق، هانى عادل، هشام إسماعيل، نبيل عيسى، ياسر على ماهر، عبير منير، رحمة حسن، ريم سامي، رحاب حسين، ويتناول العمل العديد من القضايا الاجتماعية والصراعات التي نشهدها من حولنا في المجتمع.

منى زكي

ولم تقتصر مشاركة النجمات على الأعمال الدرامية ذات الـ 30 حلقة، إنما كان لهن نصيبا من الأعمال القصيرة ذات الـ 15 حلقة، إذ تقدم الفنانة منى زكي هذا العام مسلسل "تحت الوصاية"، الذي يناقش قانون الوصاية بعد وفاة الأب أو الزوج، حيث تجسد خلال أحداث العمل شخصية حنان وهى أم لابن بعمر 9 سنوات وطفلة رضية، وترعاها بعد وفاة زوجها وسط صعوبات كبيرة تواجهها أمام عائلة زوجها.

مسلسل "تحت الوصاية" تأليف خالد وشيرين دياب، وإخراج محمد شاكر خضير وإنتاج ميديا هب سعدى جوهري، و بطولة منى زكي، دياب، نهى عابدين، أحمد خالد صالح، رشدي الشامي، على الطيب، مها نصار، خالد كمال، فراء جبيل، محمد عبد العظيم، أحمد عبد الحميد وعدد آخر من الفنانين، ويناقش العمل

أول بطولة سينمائية له

## نور النبوي يشارك في فيلم "الحريفة"

يستعد الفنان نور النبوي، لخوض أول بطولة سينمائية له من خلال فيلم الحريفة، إخراج رؤوف السيد، المقرر طرحه خلال الفترة المقبلة. وتدور أحداث فيلم الحريفة في إطار من الدراما والأكشن، حول ماجد وهي الشخصية التي يجسدها الفنان نور النبوي، لاعب كرة القدم الذي يخوض معركة مع أقرانه من محترفي كرة القدم من الطبقتين؛ العليا التي كان ينتمي إليها، والدنيا التي اضطرت الظروف لأن يصبح فرداً منها. ويشارك نور النبوي في بطولة الفيلم، العديد من الفنانين، منهم: نجم كرة القدم السابق والإعلامي أحمد حسام ميدو كمثل لأول مرة، ونور إيهاب، أحمد غزي، خالد الذهبي، سليم الترك ومغني المهرجانات كزيرة. ويذكر أن نور النبوي، انضم إلى فريق عمل مسلسل مذكرات زوج، بطولة الفنان طارق لطفي، والفنان خالد الصاوي والفنانة عائشة بن أحمد، الذي من المقرر طرحه في الموسم الرمضاني المقبل 2023. ويضم مسلسل مذكرات زوج، نخبة من أبرز الفنانين، منهم: طارق لطفي، خالد الصاوي، عائشة بن أحمد، هناء الشوربجي، نور النبوي، سماء إبراهيم، وهو من تأليف أحمد بهجت، وإخراج تامر نادي.

## (بالحجاب) .. مي كساب تشارك الجمهور كواليس مسلسلها الرمضاني (العمدة)

قامت الفنانة مي كساب بمشاركة جمهورها صورة جديدة لها من كواليس مسلسل العمدة والذي من المقرر عرضه في السباق الرمضاني المقبل 2023. وظهرت مي كساب بالحجاب في كواليس المسلسل، ونشرت في الصورة عبر حسابها بموقع تبادل الصور والفيديوهات إنستجرام وعلقت: شربيا إستوتونا مسلسل جعفر العمدة رمضان يجتمعنا.. ربنا يدينا من كرمه وفضله. مسلسل العمدة يضم عددا كبيرا من نجوم الفن ومنهم: أحمد داش، هيدى كرم، منة فضالي، زينة، محمد رمضان، إيمان العاصي، هالة صدقي، وفريدة سيف النصر، وطارق النهرى، وطارق الدسوقي، وعدد آخر من الفنانين، وتدور الأحداث في إطار اجتماعي شعبي، والعمل من تأليف وإخراج محمد سامي، وشارك في السيناريو والحوار مهذب طارق.



أعمال مي كساب ومن جانب آخر، تشارك الفنانة مي كساب في مسلسل اللعبة 4، والذي يشارك في بطولته عدد من النجوم ومنهم: شيكو، هشام ماجد، مي كساب، ميرنا جميل، محمد ثروت، سامي مغاوري، عارفة عبدالرسول، أحمد فتحي، محمد أوتاك، ومن إخراج معتز التوني. مسلسل "اللعبة" تدور أحداثه حول المنافسة المستمرة بين "وسيم الصريطي"، وصديق طفولته مظهر عبدالرحمن "ماطو"، والتي بدأت منذ الطفولة وتطورت حتى صناعة (اللعبة)، وفي كل جزء يتولى مسؤولية اللعبة شخص مختلف.





# الفكر

## طبيب قلب: النبض فوق 120 من أعراض عدد من الأمراض



أعلن الطبيب الروسي يوري بيلينكوف، أخصائي أمراض القلب، عضو أكاديمية العلوم الروسية، أن النبض ما فوق 120 أو أقل من 40 نبضة في الدقيقة، قد يكون من أعراض أمراض خطيرة. ويشير في حديث لموقع URA.RU، إلى أن النبض، يمكن أن يزداد عند الانفعال وقد يرتفع إلى 110-120 في الدقيقة ومع ذلك ليس خطراً. ولكن إذا استمرت هذه الحالة فترة طويلة، يوماً كاملاً مثلاً، أو يستمر مع أن الشخص مستلق ويأخذ قسطاً من الراحة، فإن هذا يشير إلى مشكلة ما. ويقول، "ولكن، ما السبب. إنه سؤال معقد جداً. لأنه قد يكون ناجماً عن فرط نشاط الغدة الدرقية، أو عن التهاب في عضلة القلب، أو حتى قصور القلب". ويضيف، "يجب الانتباه، إلى أن انخفاض النبض لا يشير دائماً إلى أن كل شيء طبيعي.

لأنه إذا انخفض النبض دون 40 نبضة في الدقيقة، فيجب مراجعة الطبيب. ويقول، "في هذه الحالة تتخذ قرارات معينة لتعويض النقص الحاصل، باستخدام أجهزة تنظيم ضربات القلب". ويشير، إلى أن هذا من سمات الجسم أو بسبب فرط نشاط الغدة الدرقية. ويضيف، "الحدود التقريبية للنبض الطبيعي هي بين 54 و 80 ضربة في الدقيقة".

## الأنظمة الغذائية التي تحتوي على البوتاسيوم والكالسيوم تمنع تشكل الحصوات الكلوية

تسبب حصوات الكلى ألماً شديداً وترتبط أيضاً بأمراض الكلى المزمنة وهشاشة العظام وأمراض القلب والأوعية الدموية. ويشير الخبراء إلى أن الأشخاص الذين عانوا من حصوات الكلى مرة واحدة، لديهم فرصة بنسبة 30% للإصابة بحصوات أخرى في الكلى في غضون خمس سنوات.

غالباً ما يتم وصف التغييرات في النظام الغذائي لمنع ظهور حصوات الكلى الصحية بأعراض متكررة، ومع ذلك هناك القليل من الأبحاث المتاحة فيما يتعلق بالتغييرات الغذائية لأولئك الذين لديهم حادثة واحدة لتكوين حصوات الكلى مقابل أولئك الذين لديهم حوادث متكررة. صمم باحثو Mayo Clinic دراسة مستقبلية للتحقيق في تأثير التغييرات الغذائية، تظهر النتائج التي توصلوا إليها أن إجراء الوجبات الغذائية بالأطعمة الغنية بالكالسيوم والبوتاسيوم قد يمنع حصوات الكلى المصحوبة بأعراض متكررة.

استندت العوامل الغذائية إلى استبيان تم إجراؤه على 411 مريضاً عانوا من حصوات الكلى المصحوبة بأعراض لأول مرة ومجموعة التحكم المكونة من 384 شخصاً تمت معابنتهم جميعاً في Mayo Clinic في روتشستر و Mayo Clinic في فلوريدا بين عامي 2009 و 2018. أظهرت النتائج التي نُشرت في Mayo Clinic Proceedings، أن انخفاض الكالسيوم والبوتاسيوم في النظام الغذائي وكذلك انخفاض تناول السوائل والكافيين والفيئات، ترتبط باحتمالات أعلى للإصابة بحصوات الكلى لأول مرة.

عانى 73 مريضاً من بين المرضى الذين خضعوا لتشكيل حصوات لأول مرة، من تكرار حصوات خلال متوسط 4.1 سنة من المتابعة. وجد تحليل إضافي أن المستويات المنخفضة من الكالسيوم والبوتاسيوم تنبأت بتكرار الإصابة. يقول طبيب أمراض الكلى في Mayo Clinic وكبير مؤلفي الدراسة أندرو رول: "قد تكون لهذه النتائج الغذائية أهمية خاصة لأن التوصيات الخاصة بالوقاية من حصوات الكلى قد استندت أساساً إلى العوامل الغذائية المرتبطة بتكوين الحصوات لأول مرة بدلاً من تكرارها، قد لا يكون من المرجح أن يقوم المرضى بتعديل نظامهم الغذائي لمنع حدوث حصوات الكلى، ولكن من المرجح أن يفعلوا ذلك إذا كان يمكن أن يساعد في منع تكرارها." وجدت الدراسة أن تناول السوائل الذي يقل عن 3400 مليلتر في اليوم، أو حوالي تسعة أكواب سعة 12 أونصة مرتبط بتكوين الحصى لأول مرة إلى جانب تناول الكافيين والفيئات. يشمل تناول السوائل اليومي تناول الأطعمة مثل الفواكه والخضروات.

يمكن أن يؤدي انخفاض تناول السوائل والكافيين إلى انخفاض حجم البول وزيادة تركيز البولي، مما يساهم في تكوين الحصوات. منعت الفيئات هو مركب مضاد للأكسدة موجود في الحبوب الكاملة والمكسرات والأطعمة الأخرى التي يمكن أن تؤدي إلى زيادة امتصاص الكالسيوم وإفراز الكالسيوم في البول. يقول الدكتور رول: "قد يكون تغيير نظامك الغذائي للوقاية من حصوات الكلى أمراً صعباً للغاية، وبالتالي، فإن معرفة العوامل الغذائية الأكثر أهمية لمنع تكرار حصوات الكلى يمكن أن يساعد المرضى ومقدمي الخدمات على معرفة ما يجب تحديده أو تجنبه".



رجل وامرأة يلعبان كرة الثلج في فيلان، كاليفورنيا، الولايات المتحدة. (رويترز)

## قرأت لك

الكركم



يساهم الكركم في الوقاية من السرطان، نظراً لاحتوائه على مادة الكركمين، والتي ثبت أنها تحد من انتشار سرطان البنكرياس. يتمتع الكركم بخواص رائعة مضادة للالتهابات، وهو يتفوق على الكثير من الأدوية المضادة للالتهابات، ويدخل ضمن قائمة أكثر الأطعمة المضادة للالتهابات على مستوى العالم.

يساهم الكركم في خفض الكوليسترول بالدم، وذلك بسبب قدرة مادة الكركمين على إحداث تغييرات في آلية عمل الجينات المتعلقة بالكوليسترول.

ويساهم في الوقاية من مرض الزهايمر، نظراً لأن مادة الكركمين تتمتع بالقدرة على عبور الحاجز الدموي المخي والوصول إلى المخ، وتساهم خصائصها المضادة للالتهابات والمضادة للأكسدة في الوقاية من الزهايمر، حسب العديد من الدراسات التي أجريت مؤخراً.

يساهم الكركم في محاربة الاكتئاب، وكشفت إحدى الدراسات التي أجريت مؤخراً أنه يتمتع بخواص شبيهة لعقار البروزاك الشهير، والذي يستخدم في علاج الاكتئاب.

وللكركم خواص رائعة في تطهير الكبد من السموم وتطهير الجسم بشكل عام، ولذا ينصح بتناوله بشكل يومي منتظم.

## سؤال وجواب

• أين أقيمت أول حديقة حيوان في العالم؟

- كانت في الصين وأنشأها الملك شو في القرن الثاني عشر قبل الميلاد

• من أول من فاز بجائزة نوبل؟

-هو جين هنري دونانت مؤسس جمعية الصليب الأحمر وكانت عام 1901 هـ

• من هو أول من ابتدع كلمة سنديويش؟

-هو الكونت دا سنديويش

• من أول فرعون مصري آمن بوحداية الله؟

-هو إخناتون زوج نفرتيتي والشقيق الأكبر لتوت عنخ آمون

## هل تعلم؟

- هناك أكثر من 1600 نوع معروف من نجم البحر.
- الحيتان لديها أيضاً عملية تمثيل غذائي من بين كل الحيوانات الأخرى.
- تعيش كل طيور البطريق في النصف الجنوبي من الكرة الأرضية وخاصة في القارة القطبية الجنوبية. (باستثناء تلك التي تعيش في حدائق الحيوان شمال خط الإستواء).
- الضفادع تفتقر الفريسة التي تتحرك فقط.
- هل تعلم أن الحلزون يستطيع أن يزحف على طول حافة سكين حاد بدون أن يؤدي نفسه في أقل شيء. في الحقيقة الحلزون هو مخلوق عجيب بطرق عدة، فهو لا يضيغ، فطرية ترشده بالعودة إلى مخبئه مهما تجول بعيداً، ومع أن الحلزون قد يزن أقل من 15 غ، فهو يستطيع أن يجر خلفه وزناً قد يصل إلى أكثر من 450 غ. والحلزون الذي يعيش في الصدفة له جسم يتلاءم مع لفة الصدفة، وله عضلات قوية تمكنه من جر جسمه بكامله داخل الصدفة عندما يحيق به الخطر. وكوقاية إضافية عندما يكون الجسم في الصدفة، هناك قرص قرني عند الطرف يغلّق الفتحة بإحكام.
- هل تعلم أن حيوان الغوريلا ينام 14 ساعة في اليوم.
- هل تعلم أن عمر السنجاب هو 9 سنوات.

## قصة الضفدع الشجاع

جلست سي سونج تبكي اباه المريض في دارهما الجميلة المظلة على النهر الصغير، وكانت مياه النهر تسير ببطء شديد وكأنها حزينة لحزن سي سونج، وعندما كان الناس يتوافدون للأطمئنان على والدها العجوز الطيب كانت تسمع على السننهم كلمات تعني انه ليس هناك أمل في الشفاء وقضت ليالي طويلة على هذا الحال.

اياماً مرت قبل ان تصل لبيتها عجوز قبيحة لتطلب ان تراها وعندما اقبلت عليها سي سونج قالت العجوز : ايتها الجميلة هل تريدين لوالدك ان يشفى ويعيش وسط الناس حكيماً طليق اللسان والحكمة كما كان؟.. فقالت : بالطبع اتمنى ذلك.. فقالت العجوز : حسناً، ما عليك غير ان تتزوجي الثعبان ملك الجبل، انه يقف شامخاً اعلى القمة واذا حضرت الليلة في السماء ليتم زواجكما معا سيشفى والدك في الحال.

جلست سي سونج حزينة تبكي حالها وتقول: حسناً ان حياه ابي تساوي الكثير وسأتزوج الثعبان ليعيش ابي.. فسمعتم مربيبتها قولها وتناقلتها مع اصداقها حتى وصل الخبر إلى والدها الذي قال: ان فعلت ذلك فلن اقبل العيش من بعدك.. ولكن سي سونج قالت: لقد وعدت يا ابي وسأفي بوعدي.

حزن الجميع خاصة الضفدع رشيقي الصدق الوفي لسي سونج، وقد قرر ان يحميها قدر استطاعته وقال لنفسه حياتي فدأء لسي سونج، وعندما جاء الليل تسللت سي سونج في طريقها إلى اعلى الجبل، وهناك وجدت العجوز التي رحبت بها وابدت الثعبان سعادته وامر العجوز ان تفك سحرها عن والد سي سونج في الحال.. ثم مد رأسه الكبير وحمل عليها سي سونج ليضعها في غرفته الكبيرة الواسعة وذهب ليتناول وجبه شهية تاركاً اياها في رعب كبير.

في هذه الاثناء قفز الضفدع مسرعاً إلى فم الثعبان المفتوح وبدأ في الحال ينتقح وينتقح بقوة كبيرة ويزداد حجمه حتى اصبح مثل كرة خضراء عملاقة اختنق بسببها الثعبان الذي كان ذيله يتلوى في كل مكان وعيناه تجحظان وقدترته على المقاومة تنهار حتى كادت تحركته ان تسكن حين حدث انفجار ضخم رهيب جعل حوافض القصر تندا على فانتصبت سي سونج واقفه وهربت مسرعة قبل ان ينهار القصر عليها وعندما ابتعدت اصبح القصر كومة من الحجارة، ففرت إلى قصر والدها لتجده في اشد الصحة والعافية والحزن، لكنه عندما رآها ضمها لحضنه لتعود اليه سعادته وروحه، لكنها لم تعرف ماذا حدث لرشيقي الا بعد ان اخبرتها مربيبتها الطيبة، وبعد عدة ايام كان هناك تمثالاً ضخماً لضفدع اخضر جميل ينتصب في ساحة قصر سي سونج.

## مساحة للتلوين

