

منوعات الغذاء

ص 22

شرطة أبوظبي تنظم دورة
الكشف عن المتفجرات مع
الداخلية الفرنسية

ص 27

فيلم For Love
ينكأ جراح التاريخ
لسكان الاصليين في كندا



تناول البيض يخفف خطر الإصابة
بأمراض القلب والأوعية الدموية



الأثنين 15 مايو 2023 م - العدد 13848
Monday 15 May 2023 - Issue No 13848

المراسلات: ص 505
email.munawaat@alfajrnews.ae

تويوتا في ورطة بعد أزمة خرق البيانات

أعلنت شركة صناعة السيارات اليابانية "تويوتا"، أن خرقا للبيانات استمر لمدة عقد في خدمة تقدمها عبر الإنترنت، وضع بعض المعلومات الخاصة بأكثر من مليوني مركبة "في خطر". وقال المتحدث باسم الشركة هيدياكي هوسا، إن مشكلة "تويوتا" متعلقة بخدمة "كونيكتيد" التي تعمل بنظام السحابة الإلكترونية، وهي "نصص مركبات في اليابان فقط". وتذكر خدمة "كونيكتيد" مالكي السيارات بالحصول على فحوصات الصيانة، وتقدم بروابط لمشاهدة مواد ترفيهية، وتقدم المساعدة في حالات الطوارئ. كما يمكن للخدمة أيضا أن تطلب المساعدة بعد حوادث التصادم، أو تشارك موقع السيارة إن سرفت. لم يتم الإبلاغ عن أي مشاكل ناشئة عن الخرق حتى الآن. رغم عدم وجود دليل على أن أي معلومات تم تسريبها أو نسخها أو إساءة استخدامها بسبب الخرق، فإن البيانات المعرضة للخطر تشمل رقم تعريف السيارة المتصل عن لوحة الترخيص، وموقع السيارة، وفي أي وقت توجد فيه هناك.

اكتشاف أكبر انفجار كوني على الإطلاق

أعلن علماء فلك، عن اكتشاف "أكبر" انفجار كوني تم تسجيله على الإطلاق، وهو عبارة عن كرة من الطاقة حجمها يفوق حجم نظامنا الشمسي بمئة مرة، واشتعلت بصورة مفاجئة قبل ثلاث سنوات، وهو الأكثر سطوعا، وتزيد قوة الانفجار 10 مرات عن أي انفجار مماثل، واستمراره أكثر من 3 سنوات، يجعله الأكثر نشاطا على الإطلاق. وأحد فريق البحث أن الانفجار ضاف منذ حوالي ثمانية مليارات سنة ضوئية عندما ابتلع ثقب أسود هائل سحابة ضخمة من الغاز، ربما أكبر بألاف المرات من الشمس، حيث أرسل الانفجار موجات كهربية عبر الفضاء، مخلقا بقايا شديدة الحرارة على شكل حلقة دائرية عملاقة.

خبير تغذية شهير ينصح بأطعمة تقاوم الشيخوخة.. فما هي؟

يعد الحفاظ على نمط حياة صحي مطلبا مهما للتمتع بالحيوية

والشباب، لكن يوجد بعض الأطعمة التي يمكن أن تساعد بشكل

كبير في إبطاء عملية الشيخوخة، وفقا لما نشرته "ذا ميورور"

البريطانية. في هذا الشأن، قال خبير النظم الغذائية مايكل

موسلي إن مفتاح

عيش حياة

طويلة وسعيدة

طبيب ومذيع وممثل كما أوضح دكتور موسلي، وهو خبير تغذية لإنقاص الوزن ومذيع وممثل مشهور منذ فترة طويلة بنصائحه حول النظم الغذائية، أن إضافة أطعمة معينة إلى النظام الغذائي يمكن أن تحدث فرقا حقيقيا في إبطاء عملية الشيخوخة. وتأتي النصيحة بعد أن أنهى دكتور موسلي تصوير مسلسل وثائقي يستكشف عملية الشيخوخة وكيف يلعب الطعام دورا حيويا، وفقا لتقرير نشرته "كوفنتري تلغراف".

نتيجة مفاجئة

وخلال أسفاره الكثيرة والمتنوعة الوجهات، توصل دكتور موسلي إلى نتيجة مفاجئة مفادها أن الجينات تلعب دورا صغيرا نسبيا في كيفية التقدم في العمر، مؤكدا أن أسلوب الحياة الصحي أكثر أهمية بكثير من الجينات الوراثية. وأشار دكتور موسلي إلى أن تناول الميكروبيوم من أجل صحة الأمعاء جزء لا يتجزأ من الشيخوخة الجيدة والبقاء على قيد الحياة بعد مرحلة منتصف العمر.

النحافة

كذلك، كتب دكتور موسلي في صحيفة "ديلي ميل" البريطانية قائلا: "نحن نعلم أن ما تأكله وكميته يلعبان أدوارا رئيسية فيما إذا كنت ستبقى بصحة جيدة أم لا - ولكن ما يبدو أنه مهم بنفس القدر هو تأثير هذا الطعام على ميكروبيوم الأمعاء، وهو عبارة عن مزيج من البكتيريا والفيروسات والفطريات التي تعيش في أمعاء الإنسان". وقال دكتور موسلي إن الباحثين اكتشفوا أن المعمرين الأصحاء (الأقل معاناة من الأمراض المرتبطة بالعمر) لديهم مزيج متنوع جدا من الميكروبيوم في أحشائهم، مع مستويات عالية بشكل خاص من نوع من البكتيريا يسمى Bacteroidetes، والذي تم ربطه سابقا بالنحافة، وهو موجود بكميات أقل بكثير في أسماك الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن.

فاكهة وخضروات مختلفة الألوان

لا يقتصر دور الميكروبيوم الصحي على تعزيز نظام المناعة بشكل كبير فحسب، بل ثبت أيضا أنه يقلل الالتهاب



تقليل استهلاك الأطعمة المقلية حفاظا على الصحة العقلية.

إلا أن الخبراء الذين يدرسون التغذية رأوا أن هذه النتائج ما برحت أولية، وليس واضحا ما إذا كانت الأطعمة المقلية تؤثر على الصحة العقلية، أم أن من يعانون من أعراض الاكتئاب أو

القلق يتناولون الأطعمة المقلية. وقيمت الدراسة 140728 شخصا على مدى 11.3 عام. وبعد استبعاد المشاركين الذين تم تشخيص إصابتهم بالاكتئاب في العامين الأولين، شُخصت 8294 حالة من القلق، و12735 حالة اكتئاب بين من تناولوا الأطعمة المقلية.

كما بينت الدراسة أن البطاطس المقلية تسبب زيادة خطر الإصابة بالاكتئاب بنسبة 2% أكثر من اللحم الأبيض المقلية. ووجدت أيضا أن المشاركين الذين تناولوا أكثر من وجبة واحدة من الأطعمة المقلية بانتظام كانوا أكثر عددا بين الرجال الأصغر سنا.

الطعام المريح

في السياق قال اختصاصي طب نمط الحياة، غير المشارك في الدراسة، ديفيد كاتز، لـ CNN، إن "المكون البشري الذي قد يشير لهذه الدراسة إلى أن تناول كميات أكبر من الأطعمة المقلية يزيد من مخاطر الإصابة بالقلق-الاكتئاب".

وأضاف كاتز، مؤسس مبادرة الصحة الحقيقية غير الربحية، وهي تحالف عالمي من الخبراء المكرسين لطب نمط الحياة القائم على الأدلة، أنه "رغم ذلك، يمكن للمسار السببي الذهاب بالاتجاه الآخر بسهولة: يلجأ الأشخاص الصابون بالقلق-الاكتئاب إلى "الطعام المريح" مع تزايد وتيرة وبعض مظاهر الراحة".

المرتبطة بالعديد من أنواع السرطان وأمراض القلب. وتعزيز الميكروبيوم في الأمعاء ينصح دكتور موسلي بتناول أطعمة "مقاومة الشيخوخة"، موضحا أن إدخال نظام غذائي نباتي غني بالألياف، مع التأكد من تناول الكثير من الفاكهة والخضروات ذات الألوان المختلفة".

أكله نحيها جميعا قد تسبب الاكتئاب!

من منا لا يحب البطاطس المقلية؟ فهي غنية بالدهون والنشويات، وطعمها لذيذ. غير أن تناول الأطعمة المقلية قد ينعكس سلبا على الصحة العقلية. فقد توصل فريق بحثي في مدينة هانغتشو الصينية إلى أن الاستهلاك المتكرر للأطعمة المقلية، لا سيما البطاطس المقلية، يرتبط بارتفاع خطر الإصابة بالقلق بنسبة 12%، وخطر الإصابة بالاكتئاب بنسبة 7%، مقارنة بالأشخاص الذين لم يتناولوا الأطعمة المقلية، وفق شبكة CNN.

عوامل خطر

ومن المعلوم أن الأطعمة المقلية تشكل عوامل خطر للإصابة بالسمنة المفرطة، وارتفاع ضغط الدم، وتأثيرات صحية أخرى. وبحسب الدراسة المنشورة في مجلة PNAS، تسلمت هذه النتائج الضوء "على أهمية

كيف ستبدو قاعدة ناسا المستقبلية على القمر؟

إذا كانت وكالة الفضاء الأمريكية ("ناسا") تعمل للعودة إلى القمر، فهي هذه المرة تعتمز المكوث فيه، إذ يرمي برنامجها "أرتيميس" إلى إنشاء أول مكان إقامة للبشر على جرم فلكي غير الأرض، لكن هذا المشروع يتسم بصعوبات كثيرة، من بينها توفير وسائل العيش والتنقل، وتوسيع الصناعة الفضائية راهنا إلى تطوير الوسائل التكنولوجية اللازمة لتحقيق هذا الهدف.

ويقول نيل ديفيس الذي يعمل لدى شركة "دينيكتس" الأمريكية التي كشفت عن نموذج أولي لمركبتها القمرية خلال ندوة عن الفضاء عُقدت الشهر الفائت في كولورادو سبرينغز، إن الأمر أشبه بكأس العالم في مجال الهندسة".

إلا أنه قد يكون ضروريا انتظار مهمة "أرتيميس 7" والمهام التي تليها لإنشاء "ساكن دائمة على سطح" القمر، على ما قال المدير المساعد في ناسا جيم فري خلال الندوة، إلا أن هذه المهام لن تُنجز قبل ثلاثينيات القرن الحالي.

وأشار إلى أن القاعدة ستكون مؤلفة مبدئيا من مواقع عدة بهدف تنوع أماكن الاستكشاف العلمي وجعل عمليات الهبوط على القمر أكثر سهولة.

فطريات الرأس.. أسباب وأعراض

قالت الرابطة الألمانية لأطباء الأمراض الجلدية، إن فطريات الرأس من الأمراض الجلدية المزجة، وقد تُسبب الصلع.

وأوضحت الرابطة أنها تنتقل إلى فروة الرأس بعد التعامل مع الحيوانات مثل القطط والكلاب، أو من شخص إلى آخر بسبب استخدام الأغراض الشخصية مثل المشط، وفرشاة الشعر، وماكينات الحلاقة، والقنصوة، والمنشف.

وتتمثل أعراضها في احمرار فروة الرأس، والحكة، وقشرة الشعر، وتقصفه وسقوطه ونشوء مواضع صلع مستديرة.

وشددت الرابطة على ضرورة استشارة الطبيب فور ملاحظة هذه الأعراض للعلاج في الوقت المناسب، بعضادات الفطريات من شامبو أو محلول، أو أقراص، أو حقن. ويتسبب إهمال العلاج في اختفاء الشعر في مواضع الصلع، وقد تنشأ ندبات في فروة الرأس، ما يمثل كابوسا مزعجا للنساء خاصة.



نصائح مفيدة لاختيار لملعب الأطفال الأمن

قدم خبراء مؤسسة ديكر للفحص الفني بعض النصائح المفيدة لاختيار الملعب الأمن للأطفال، حتى لا يشكل في النهاية خطرا عليهم بدلا من المتعة وممارسة الرياضة. وأوضح خبراء المؤسسة الألمانية أنه يلزم في البداية التحقق من خلو ملعب الأطفال من أية عيوب قد تشكل خطرا عليهم أثناء اللعب أو تعرضهم للإصابة. ومن ضمن العوامل المهمة أيضا توافر إجراءات السلامة، التي تناسب كل لعبة، حيث يتعين على الآباء التحقق من نوعية أرضية الملعب وتغطيتها بالشكل المناسب مثل الرمال أو الحشائش أو نشارة الأخشاب. بالإضافة إلى أن مكان اللعب يجب أن يبتعد عن الطرق خاصة التي تنتشر عليها حركة المرور السريع، مع تحديد الملعب بسور أو أي نطاق يعرف الطفل أثناء اللعب من خلاله على أنه قد غادر الملعب. وفي النهاية يجب الانتباه إلى أن الطفل قد ارتدى الملابس المناسبة للعبة، وخلع خوذة الدراجة أثناء استخدام أجهزة اللعب، كما أن القلائد والأوشحة قد تتلف باللعب والتجهيزات أثناء اللعب وتؤدي إلى إصابات خطيرة.



بركة للتطوير العقاري تبحث الفرص الاستثمارية في سلطنة عمان

العامري: تأتي هذه الخطوة امتداداً لنهجنا الاستثماري وتطلعنا لتحقيق النمو المستدام حيث تشهد سلطنة عمان فرص متنوعة في ملف الاستثمار وأطلقت عدد من المبادرات والبرامج لجذب الاستثمارات، ونسعى من خلال زيارتنا بحث توسيع أنشطتنا في مجال التطوير العقاري داخل السلطنة والنظر في إمكانية فتح مكاتب لشركة بركة للتطوير العقاري في العاصمة مسقط.

وتابع بن حم: العلاقات الإماراتية العمانية تاريخية وراسخة حيث يعمل البلدان على تعزيز الأنشطة التجارية والاستثمارية بينهما وتنمية الشراكة في العديد من القطاعات الاقتصادية الحيوية بما فيها قطاع الطاقة، والطاقة المتجددة وحلول المياه والخدمات المالية والدعم اللوجستي والإنشاءات والعقارات وريادة الأعمال.

تأسست شركة بركة للتطوير العقاري من خلال شراكة استراتيجية بين شركة بن حم العقارية وشركة كاي العقارية وفق رؤية طموحة لتشييد وتطوير مشاريع متميزة تشمل العقارات السكنية والتجارية والوجهات الترفيهية في مختلف أنحاء المنطقة وخارجها بحيث تتميز وحداتها بتصميمها المعاصرة ومرافقها الحديثة وتوفيرها بأسعار تنافسية تهدف إلى تحسين جودة وإثراء حياة عملائها ويعد مشروع "ياس باي" في جزيرة ياس أبرز المشاريع الحيوية للشركة ويتميز المشروع بكونه وجهة بحرية جديدة لأنطوي، وبالقرب من المرافق الترفيهية كما سيضم ثلاث مناطق أساسية هي «الواجهة البحرية»، و«ريزيدنسز في ياس باي»، و«المنطقة الإبداعية - ياس»، وذلك على مساحة تصل إلى 14 مليون قدم مربعة.



الأخيرة، وهناك العديد من المشاريع الإماراتية الناجحة وذات الأثر الكبير على المجتمع العماني، متوقفاً أن تشهد الفترة المقبلة المزيد من الزخم فيما يتعلق بنمو هذه الاستثمارات، لاسيما في ظل حرص السلطنة على تسهيل الاستثمار وإصدار العديد من القوانين الجاذبة للمستثمرين. ومن جانبه أشار الشيخ مسلم بن حم

•• مسقط- الفجر

قام الشيخ مسلم بن حم العامري عضو المجلس الاستشاري لإمارة أبوظبي رئيس مجلس إدارة مجموعة بن حم بزيارة إلى سلطنة عمان الشقيقة لبحث الفرص الاستثمارية في التطوير العقاري داخل السلطنة ورافقه في الزيارة وفد من أعضاء مجلس إدارة مجموعة بن حم.

والتقى الشيخ مسلم معالي محمد بن نخيرة الظاهري سفير الإمارات لدى سلطنة عمان الشقيقة، وذلك خلال زيارته لمقر سفارة الإمارات بمسقط، بحضور الشيخ عبدالعزيز بن مطر العزيمي والشيخ سلطان بن مطر العزيمي، ويبحث الجانبان مشاريع بن حم في مجال التطوير العقاري من خلال "شركة بركة"، إحدى شركات مجموعة بن حم النشطة في هذا المجال، بالإضافة إلى الفرص الاستثمارية في سلطنة عمان وأبرز المجالات التي تشهد إقبالاً كبيراً للاستثمار داخل السلطنة.

وقال معالي محمد بن نخيرة الظاهري: العلاقات الثنائية بين البلدين الشقيقين علاقات "أزلية" في تطور مستمر وتستند إلى دعم من القيادة الرشيدة في البلدين. وتابع الظاهري: ترخر السلطنة بمقومات اقتصادية واستثمارية كبيرة يساعدها في ذلك موقعها الجغرافي المهم وتنوعها المناخي وطبيعتها المتميزة مشيداً بما يتمتع به الشعب العماني من أخلاق عالية وسجايا نبيلة وحسن تعامل كان له مردود إيجابي على تطور الجانب السياحي في السلطنة. وأوضح السفير الإماراتي أن الاستثمارات الإماراتية في عمان شهدت نمواً ملحوظاً خلال السنوات



شرطة أبوظبي تنظم دورة الكشف عن المتفجرات مع الداخلية الفرنسية

•• أبوظبي- الفجر

وأوضح أن مهام وتخصصات الكلاب البوليسية توسعت بشكل كبير من خلال توظيف التقنيات الحديثة في تدريب الكلاب على مهارات الكشف والبحث عن المخدرات والأسلحة، والبحث عن الأحياء والجثث، وفحص الشبغ والاختحام. وأطلع العميد جمال حيش مدير إدارة التفتيش الأمني على السيناريوهات المطبقة مؤكداً حرص شرطة أبوظبي على الاستفادة من الخبرات والتجارب الناجحة التي يحققها مدربي الكلاب البوليسية والمؤسسات الأمنية والشرطة، في الاستخدام الأمثل لها، وتقديم الحلول الملائمة لمواجهة التحديات ذات الصلة بالتدريب والتفتيش والرعاية البيطرية.

نفدت أكاديمية سيف بن زايد للعلوم الشرطية والأمنية بالقيادة العامة لشرطة أبوظبي دورة تخصصية للكشف عن المتفجرات بواسطة الكلاب البوليسية في المعهد الإقليمي للتفتيش الأمني K9 وذلك بالتعاون مع وزارة الداخلية الفرنسية باستخدام أفضل الأساليب التدريبية للكشف عن المتفجرات في تنفيذ المهام الأمنية ونقل المعرفة. وأكد اللواء ثاني بطي الشامسي مدير أكاديمية سيف بن زايد للعلوم الشرطية والأمنية أهمية دور الكلاب البوليسية في مكافحة الجريمة والمشاركة بفعالية في تعزيز مسيرة الأمن والأمان وتقضي آثار المجرمين، والقيام بالعديد من المهام الأمنية.

خلال زيارة وفد من الجامعة إلى الرياض

جامعة الشارقة توقع مذكرة تفاهم مع جامعة بيشة بهدف التعاون البحثي



•• الشارقة- الفجر

الأكاديميتين في الجامعتين لتبادل الخبرات والتجارب والاستفادة من الموارد المعرفية، والعمل على البحوث والدراسات العلمية المشتركة، وتقديم الخدمات الاستشارية، إلى جانب إعداد البرامج والخطط والمشاريع كل في مجال تخصصه، وتطوير الخدمات التي يتم تقديمها للمنتسبي ومنتسبي الطرفين. حضر حفل توقيع مذكرة التفاهم من طرف جامعة الشارقة كل من الأستاذ الدكتور عبدالله الشنايلة مدير معهد بحوث العلوم والهندسة، والدكتورة أمل آل علي مدير مكتب رابطة الخريجين، كما حضر من طرف جامعة بيشة الدكتورة نجوى حسين الزهراني وكيلة عمادة شؤون الطلاب للخريجين، والأستاذ فرج علي الشهراني مدير إدارة العلاقات العامة ورعاية المستفيدين ومدير المركز الإعلامي.

خلال برنامج الزيارة التي يقوم بها حالياً وفد من جامعة الشارقة بهدف بحث التعاون وتعزيز العلاقات العلمية مع عدد من الجامعات السعودية، وقعت الجامعة مذكرة تفاهم مع جامعة بيشة بالململكة العربية السعودية، وقعها من طرف جامعة الشارقة الدكتور صلاح طاهر الحاج نائب مدير الجامعة لشؤون المجتمع، ومن جامعة بيشة الدكتورة عالية صالح القرني وكيلة جامعة بيشة للشؤون التعليمية، بهدف التعاون الأكاديمي بين الجامعتين في مجالات البحث العلمي، والتعاون في مجال التدريب التخصص والاستشارات. نصت بنود المذكرة على التعاون في مجالات البحث العلمي من خلال أعضاء الهيئتين

بحث تعزيز التعاون بين شرطة دبي وشركة بي إم دبليو للسيارات

•• دبي- الفجر

وأكد العقيد العور سعي شرطة دبي من خلال دوريات الشرطة تعزيز تواجدها الأمني والمروري في جميع المناسبات والفعاليات المهمة في الإمارة، بهدف بسط الأمن والحفاظ على سلامة مستخدمي الطريق والوقاية من الحوادث المرورية بأساليب مبتكرة تسهّل الضوء على الآثار السلبية الناجمة عن عدم الالتزام بالإرشادات والتعليمات والقوانين المرورية.

وفي نهاية اللقاء قدم العقيد عصام العور، والشكر والتقدير للسيد محمد حسامي، والسيد عتيق الرحمن، ممثلاً الدور الذي تلعبه شركة بي إم دبليو في خدمة مستخدمي الطريق. من جانبه أعرب كل من السيد محمد حسامي والسيد عتيق الرحمن، عن شكرهما للقيادة العامة لشرطة دبي، على كرم الضيافة وحفاوة الاستقبال. مشيدين بجهود شرطة دبي في الحفاظ على الأمن العام ونشر الوعي والثقافة المرورية لدى مستخدمي الطريق.

تجدر الإشارة إلى أن الإدارة العامة للمرور في شرطة دبي تسلمت مركبة من نوع MINI COOPER من شركة بي إم دبليو للعمل ضمن الدوريات المرورية المخصصة للشرطة النسائية في مواقع الفعاليات والمناسبات والأحداث المهمة في الإمارة.

التقى العقيد عصام إبراهيم العور، نائب مدير الإدارة العامة للمرور بالوكالة في شرطة دبي، بالسيد محمد حسامي، مدير عام العمليات في شركة بي إم دبليو، والسيد عتيق الرحمن، المدير التنفيذي المالي لشركة بي إم دبليو للسيارات. وجرى خلال اللقاء، الذي حضره العقيد محمد علي كرم، مدير إدارة التقنيات المرورية، والعقيد عبد الله عتيق الكاش، مدير إدارة الفعاليات والمواكب، والتقيب جاسم محمد عبد الله، رئيس قسم الفعاليات، والملازم أول جمعة أحمد سالم، رئيس قسم النقلات، استعراض أوجه التعاون وتعزيز علاقات الشراكة بين شرطة دبي وشركة بي إم دبليو بما يخدم المجتمع، بالإضافة إلى استعراض المواضيع المتعلقة بسيارات الشرطة. وقال العقيد عصام العور، إن الخدمات المقدمة من شركة بي إم دبليو للسيارات تلبي تعهدات القيادة العامة لشرطة دبي في المشاركات المجتمعية والفعاليات، مثنياً على الشراكات والتعاون بين شرطة دبي والدوائر والمؤسسات والقطاعات الخاصة والعامة في الدولة.



منوعات الفكر

23

وجدت دراسة أمريكية أن المنازل أرض خصبة للجراثيم ويمكن أن تضم في المتوسط نحو 8000 نوع مختلف ما بين فيروسات وبكتيريا.

وكشف جوردان هاورث، عالم صحة الأمعاء المقيم في الولايات المتحدة، عن العناصر الموجودة في منازلنا التي تحتوي على معظم البكتيريا.

يشرح الخبير أن التقاط بكتيريا سيئة، مثل السالمونيلا "مرة واحدة فقط" يكفي لترتكب تعاني من "مشاكل صحية تدوم مدى الحياة مثل متلازمة القولون العصبي".



8000 نوع مختلف ما بين فيروسات وبكتيريا

10 طرق تجعل منزلك مسببا للأمراض



من العدوى.

البكتيريا.

10. الحيوانات الأليفة

أشار جوردان إلى أن ألعاب الحيوانات الأليفة وأطباقها وطعامها وبرايزها مليئة بالبكتيريا، وحتى وجوهها قد تحمل مسببات الأمراض هذه. ولذا، احرص على غسل يديك بانتظام، جنباً إلى جنب مع الحفاظ على نظافة متعلقات حيوانك الأليف.

9. مفتاح الضوء

غالباً ما تكون مفاتيح المصابيح دافئة، ما يعني أنها أرض خصبة للبكتيريا. ووجدت بعض الدراسات ما يصل إلى 217 نوعاً مختلفاً من البكتيريا يمكن أن تعيش في كل أنحاء مفتاح الضوء، ولذلك يمكن تنظيفها من حين لآخر لتجنب التعرض إلى المزيد



يعتمد الكثيرون الميكروبيون بشكل يومي، وإذا لم يتم تنظيفها، يمكن للبكتيريا مثل الإشريكية القولونية أو السالمونيلا أن تظل باقية وتلوث الطعام التالي الذي ستقوم بتسخينه في الجهاز.

6. ألواح التقطيع

يمكن أن تحتوي ألواح التقطيع على بكتيريا أكثر بنسبة 200% من مقعد المراض، وفقاً لـ NHS Direct. ويقترح جوردان: "يجب استخدام لوح تقطيع منفصل للحوم النيئة".

7. الثلاجة

يقول جوردان إنه بسبب كمية الطعام التي يتم الاحتفاظ بها داخل الثلاجة، فإن الأمر يستحق تنظيفها بعمق مرة واحدة في الشهر. هذا إلى جانب تخزين الطعام بشكل صحيح داخل الثلاجة.

8. مناشف الحمام

يمكن أن تحمل المناشف المتسخة مجموعة كبيرة من الميكروبات، وقد تم ربطها أيضاً بنشر الأمراض المعدية، وفقاً لهيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS). ويقول جوردان: "تأكد من حصولك على منشفة منفصلة لغسل يديك والاستحمام لتقليل انتشار



الماء دائماً قبل الاستخدام.

1. أجهزة صنع القهوة

يقول الخبير في فيديو "تيك توك" إن القهوة الصباحية قد تجعلنا نشعر بالغبثان. وبينما قد تعتقد أنها نظيفة، ستندش من معرفة أن ماكينات صنع القهوة يمكن أن تكون "أرضاً خصبة" للبكتيريا والعفن. وأكد على ضرورة تنظيف الماكينات بالخل وتغيير

2. جهاز التحكم عن بعد في التلفزيون

من المثير للدهشة أن أجهزة التحكم عن بعد في التلفزيون هي عنصر آخر يسلط الضوء عليه جوردان، على الرغم من كونها شيئاً لا نستخدمه سوى بضع مرات في اليوم.



5. الميكروبيون

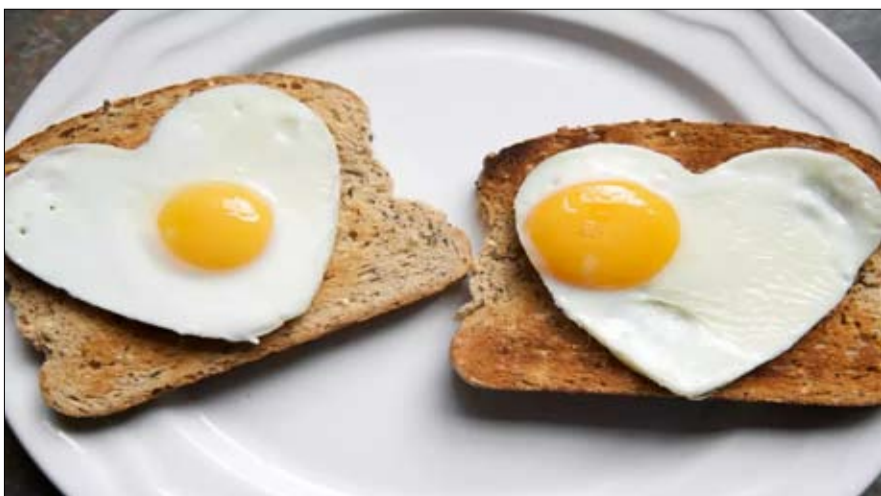
تناول البيض يخفض خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية

وجدت دراسة أجريت على أكثر من 3000 شخص بالغ أن أولئك الذين يأكلون ما بين بيضة واحدة وثلاث بيضات أسبوعياً، كانوا أقل عرضة بنسبة 60% للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

ويشير مرض القلب والأوعية الدموية (CVD) إلى أي حالات تؤثر على القلب أو الأوعية الدموية. وهو أحد الأسباب الرئيسية للوفاة، مع كون أمراض القلب التاجية والسكتات الدماغية من بين المساهمين الرئيسيين.

الباحثون أن تناول بيضة واحدة إلى ثلاث بيضات في الأسبوع كان أكثر أماناً. وقالوا: "في حالة ارتفاع استهلاك الأحماض الدهنية المشبعة، يبدو أن بيضة واحدة إلى ثلاث بيضات فقط في الأسبوع تحمي من الأمراض القلبية الوعائية". وأفاد مؤلفو الدراسة بأن الحديث حول البيض وعلاقته بالصحة قد يكون "مثيراً للجدل"، وأوضحوا: "يظل البيض أحد أكثر الأطعمة إثارة للجدل بسبب الأحماض الدهنية المشبعة (3 غ / 100 غ) ومحتوى الكوليسترول (370 مغ / 100 غ) بالإضافة إلى تركيبته الغنية بالبروتين عالي الجودة والحديد والقبال للذوبان في الدهون الفيتامينات والمعادن والكاروتينات".

وحدرت الدراسة من أن استهلاك البيض يجب أن يقتصر بنظام غذائي صحي لمعرفة الفوائد. وشملت الدراسة عينات من الأفراد من أصل متوسطي ما يشير إلى أن البيض قد يكون له دور وقائي إذ يحمي من ظهور الأمراض القلبية الوعائية، ولكن فقط في حالة الالتزام بنظام غذائي صحي بشكل عام يتميز باستهلاك منخفض من الأحماض الدهنية المشبعة بشكل عام.



ومثل العديد من الحالات الطبية، يمكن تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية من خلال اتباع نمط حياة صحي. وعادة ما يرتبط مرض القلب والأوعية الدموية بتراكم الرواسب الدهنية داخل الشرايين، والمعروفة باسم تصلب الشرايين، وكذلك الجلطات الدموية. ومن المعروف على نطاق واسع أنه يمكن تقليل من مخاطر ذلك عن طريق تقليل كمية الأطعمة الدهنية التي تتناولها وزيادة تناول الفواكه والخضروات. ومع ذلك، كشفت دراسة أن استهلاك البيض يمكن أن يكون مفتاحاً للوقاية من الأمراض القلبية الوعائية. وخلصت الدراسة، المنشورة في مجلة Nutrients Journal، إلى أن تناول بيضة واحدة إلى ثلاث بيضات أسبوعياً "يبدو أنه يحمي" من المرض. وكجزء من الدراسة، تم تسجيل 3042 رجلاً وامرأة من أستراليا، اليونان، في تجربة علمية. وملاً المشاركين استطلاعات حول عدد البيض الذي يأكلونه في الأسبوع، إما ككل أو كجزء من وصفة. وبعد 10 سنوات، تم إجراء تقييم للأمراض القلبية الوعائية، ووجد أن 317 منهم عانوا بالفعل من أمراض القلب والأوعية الدموية. ووجدت الدراسة أنه من بين الذين يتناولون بيضة واحدة أو أقل في الأسبوع، كان هناك معدل 18% للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وبالنسبة للذين يأكلون من بيضة واحدة إلى أربع بيضات أسبوعياً، كان معدل الإصابة هذا 9%. وأولئك الذين يأكلون من أربع إلى سبع بيضات أسبوعياً لديهم خطر الإصابة بنسبة 8%.

وذكر الباحثون أن المشاركين الذين تناولوا بيضة واحدة إلى ثلاث بيضات أسبوعياً لديهم خطر أقل بنسبة 60% للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، وأولئك الذين تناولوا 4 إلى 7 بيضات لديهم مخاطر أقل بنسبة 75%. ومع ذلك، عند النظر في تناول الأحماض الدهنية المشبعة المحتملة (SFA)، استنتج



دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري: يونيتا للشوكولات - شركة الشخص الواحد ذ.م.م
عنوان الشركة: المنطقة الصناعية العراس 13 الثالث عشر مبنى حمد سهيل بخيت سهيل
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4463585
التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2 - تعيين السادة/ مكتب عدي ميتاوي لتدقيق الحسابات - شركة الشخص الواحد ذ.م.م، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ: 2023/05/11 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية، الموافق لدى كاتب العدل بالرقم: 2305019035 - 2023/5/12 تاريخ التعديل.

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 ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري: تي إم ايه اكس لإدارة المنشآت - شركة الشخص الواحد ذ.م.م
عنوان الشركة: أبوظبي - أبوظبي - مبنى
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4417197
التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2 - تعيين السادة/الهامي وشركاه - محاسبون قانونيون، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ: 2023/05/4 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية، الموافق لدى كاتب العدل بالرقم: 2305018125 - 2023/5/13 تاريخ التعديل.

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 ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري: تكنولوجيا الخرسانة المتقدمة - شركة الشخص الواحد ذ.م.م
عنوان الشركة: أبوظبي - شارع زايد الاول - بناية مرزوق محمد عبدالله الشغوني
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 1015194
التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2 - تعيين السادة/شارتقورد لتدقيق الحسابات ذ.م.م، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ: 2023/05/3 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية، الموافق لدى كاتب العدل بالرقم: 2350008729 - 2023/5/12 تاريخ التعديل.

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 ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/أوول كونسبت للتجارة العامة
رخصة رقم: CN 4337752 قد تقدموا الينا 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 أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري: مير كلام لبيع مواد البناء - شركة الشخص الواحد ذ.م.م
عنوان الشركة: المنطقة الصناعية - بطحاء الحائر 3 - الثالث مبنى على حميد على
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4365532
التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2 - تعيين السادة/اتش اي بي حسام البكري محاسبون قانونيون - شركة الشخص الواحد ذ.م.م، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ: 2023/4/17 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية، الموافق لدى كاتب العدل بالرقم: 2305015630 - 2023/5/13 تاريخ التعديل.

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 ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ميديا اكس للدعاية والاعلان
رخصة رقم: CN 4414424 قد تقدموا الينا 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 أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : روز فلور للنقلات العامة رخصة رقم: CN 2796832 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف عبدالله مساعد حسن علي المنصوري
تعديل الشركاء تنازل وبيع
اضافة محمد ماجد مبارك محمد المنصوري 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 الاجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

محاكم دبي
DUBAI COURTS

محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

المظورة في: دائرة التنفيذ الثامنة رقم 229
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في أمر الأواء رقم 2021/3890 والوحيد بالاستئناف المرتبط رقم 1047 لسنة 2021 استئناف أمر أداء بسداد المبلغ المتأخر به وقدره (816660 درهم) شامل الرسوم والمصاريف.
طالب التنفيذ: عيسى محمد كريم البلوشي - عنوانه: الإمارات - إمارة صمان - منطقة الحليو 3 - الياسمين سابقا - شارع الشيخ راشد بن حميد - مبنى بجوار حديقة العميدية - شقة الأرضي المطلوب إعلانه: 1 - على محمد كريم داد البلوشي - صفته: مندق ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتأخر به وقدره 821680 درهم إلى طالب التنفيذ وأ خزينة المحكمة شاملة الرسوم المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : ستوريا لتجارة الأحدثية ذ.م.م رخصة رقم: CN 2947139 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 150000
تعديل شكل القانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف ام اس كيو لتمثيل الشركات MS Q REPRESENTATION OF COMPANIES
تعديل الشركاء تنازل وبيع/كمال بديع خربوطلي من شريك الى مدير
تعديل الشركاء تنازل وبيع/كمال بديع خربوطلي من شريك الى مالك
تعديل نسب الشركاء/كمال بديع خربوطلي من 49% الى 0%
تعديل نسب الشركاء/كمال بديع خربوطلي من 49% الى 100%
تعديل اسم تجاري من/ ستوريا لتجارة الأحدثية ذ.م.م STORIA SHOES TRADING L.L.C
الى/ ستوريا لتجارة الأحدثية - شركة الشخص الواحد ذ.م.م STORIA SHOES TRADING - 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 الاجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : فروت جاليري للخضروات والفواكه رخصة رقم: CN 2247122 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف خوله سعيد محمد بخيت المحرمي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة ابراهيم علي غلوم موسى العبيدي 100%
تعديل اسم تجاري من/ فروت جاليري للخضروات والفواكه FRUIT GALLERY FRUITS AND VEGETABLES
الى/ سي بيرد للتجارة العامة SEA BIRD GENERAL TRADING
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 الاجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : ورشة سوپر ميلاريكيا للسيارات رخصة رقم: CN 1988634 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 100000
تعديل شكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف عيسى ابراهيم عيسى الحيران ال علي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة شهنشاد شاد محمد محمد بونتالا 100%
تعديل اسم تجاري من/ ورشة سوپر ميلاريكيا للسيارات SUPER MALABAR AUTO MECHANICAL WORKSHOP SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
الى/ ورشة سوپر ميلاريكيا للسيارات - شركة الشخص الواحد ذ.م.م SUPER MALABAR AUTO - MECHANICAL WORKSHOP 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 الاجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

محاكم دبي
DUBAI COURTS

محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

المظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم 187
موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم 001305-001314-001304-000530-001305-001316-001306-001315 التجاري بقيمة (251.611.67 درهم)
طالب التنفيذ: ليجين كوربيريشن - م.م - عنوانه: الإمارات - إمارة دبي - ديرة - دبي - شارع اكمتوم - مبنى الريم - شقة 1304 - اتصالات - 0506406990 ويمثله / عادل عبدالله خميس العمري المطلوب إعلانه: 1 - الكتر فوس إلكترونيكياكال - ش.م.م - صفته: مندق ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتأخر به وقدره 251611.67 درهم الى طالب التنفيذ وأ خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : المايجك لتخليص ومتابعة المعاملات رخصة رقم: CN 2627963 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 50000
تعديل شكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف عوض سلطان علي محمد البلوشي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة ان جيه انترناشيونال للاستثمارية ذ.م.م NJ International For Investment L.L.C
تعديل اسم تجاري من/ المايجك لتخليص ومتابعة المعاملات AL MAGIC FOR CLEARANCE AND FOLLOW UP TRANSACTION
الى/ المايجك لخدمات متابعة المعاملات - شركة الشخص الواحد ذ.م.م ALMAGIC TRANSACTIONS FOLLOW UP SERVICES - 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 الاجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : الأمير لتنقية المياه رخصة رقم: CN 2767929 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 100000
تعديل شكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف محمد علي ناصر محمد الحامدي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة المعصم بالله محمود احمد مساله 100%
تعديل اسم تجاري من/ الأمير لتنقية المياه ALAMEER FOR WATER PURIFICATION
الى/ الأمير لتنقية المياه- شركة الشخص الواحد ذ.م.م ALAMEER FOR WATER PURIFICATION - 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 الاجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : جرافيتي للتجارة العامة رخصة رقم: CN 1946824 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 50000
تعديل شكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف سلطان علي احمد العميري
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة سيفاج كوكان 100%
تعديل اسم تجاري من/ جرافيتي للتجارة العامة GRAFFITI GENERAL TRADING
الى/ جرافيتي للتجارة العامة - شركة الشخص الواحد ذ.م.م GRAFFITI GENERAL TRADING 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 الاجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

محاكم دبي
DUBAI COURTS

محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

المظورة في: دائرة التنفيذ الحادية عشر رقم 296
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 2668/2022 تجاري جزئي بسداد المبلغ المتأخر به وقدره (94650.37 درهم) شامل الرسوم والمصاريف.
طالب التنفيذ: يوناتيد دييزاينرز - ش.م.م - عنوانه: دبي - شارع الشيخ محمد بن زايد - مرقد سينتي سنتر - محل رقم F071 - رقم مكاني 3938189957 - 0506256258 ويمثله / حسين علي حسن علي البناي المطلوب إعلانه: 1 - داون تاون افيو للتجارة العامة - ش.م.م - صفته: مندق ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتأخر به وقدره 94650.37 درهم الى طالب التنفيذ وأ خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : اكوا الشرق الاوسط لتجارة مواد البناء رخصة رقم: CN 1342936 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل اسم تجاري من/ اكوا الشرق الاوسط لتجارة مواد البناء AQUA MIDDLE EAST BUILDING MATERIALS
الى/ ريباس للتجارة عامة RIBAS GENERAL TRADING
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 الاجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : مالتي فريش للتجارة رخصة رقم: CN 4003173 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 50000
تعديل شكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف احمد عبدالله راشد الحميري
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة محمد شميم احمد قيووم موله 100%
تعديل اسم تجاري من/ مالتي فريش للتجارة MULTIFRESH TRADING
الى/ مالتي فريش للتجارة - شركة الشخص الواحد ذ.م.م MULTIFRESH TRADING - 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 الاجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/رييوز سيا رخصة رقم: CN 3993584 قد تقدموا الينا 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 أو دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

محاكم دبي
DUBAI COURTS

محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

المظورة في: دائرة التنفيذ الثامنة رقم 229
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 905/2022 تجاري مسارف جزئي بسداد المبلغ المتأخر به وقدره (909829.92 درهم) شامل الرسوم والمصاريف.
طالب التنفيذ: بنك دبي الإسلامي (شركة مساهمة عامة) نور بنك (مساهمة عامة) سابقا عنوانه: الإمارات - إمارة دبي - برودي - شارع الشيخ زايد - مبنى مبنى ملكا/إعمار العقارية - شقة 3607 بوكالة الحاميين / جابر السلامي وأحمد السلامي - عنوانه إمارة دبي - برودي - شارع الشيخ زايد - برج لعيفة - مكتب رقم 360
المطلوب إعلانه: 1 - محمد علي حسن زاهدي - صفته: مندق ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتأخر به وقدره 55289 درهم الى طالب التنفيذ وأ خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
DUBAI COURTS

محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٨٤٨ بتاريخ ٢٠٢٣/٥/١٥

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

المظورة في: دائرة التنفيذ الثامنة رقم 229
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 905/2022 تجاري مسارف جزئي بسداد المبلغ المتأخر به وقدره (909829.92 درهم) شامل الرسوم والمصاريف.
طالب التنفيذ: بنك دبي الإسلامي (شركة مساهمة عامة) نور بنك (مساهمة عامة) سابقا عنوانه: الإمارات - إمارة دبي - برودي - شارع الشيخ زايد - مبنى مبنى ملكا/إعمار العقارية - شقة 3607 بوكالة الحاميين / جابر السلامي وأحمد السلامي - عنوانه إمارة دبي - برودي - شارع الشيخ زايد - برج لعيفة - مكتب رقم 360
المطلوب إعلانه: 1 - محمد علي حسن زاهدي - صفته: مندق ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المتأخر به وقدره 55289 درهم الى طالب التنفيذ وأ خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة



منوعات الفكر

26

خلال جلسة في «الشارقة القرائي للطفل 2023»

مبدعون: من المهم أن نجعل لكل طفل مكتبته الخاصة في المنزل

القراءة عبرها. وشهدت الجلسة مداخلة من الطفلة الموهوبة كضاح الخزاز 9 سنوات، من الأردن والفائزة بالعديد من الجوائز مثل جائزة الشارقة للتفوق والتميز التربوي، ولقب فارس الشعر، حيث روت جزءاً من تجربتها في القراءة وقالت: «أحب القراءة لما تمنيه لي من كثير من الأمور، فعندما أريد الانطلاق من عالم إلى آخر أذهب للكتاب فهو رفيقي في هذا الأمر. كما أنني أستمتع باختيار بعض الكتب التي تتناسب مع توجهي وهو القصص الخيالية، وهذا زاد من حبي للكتاب، إلى جانب دور والدتي في مساعدتي في اختيار بعض الكتب المناسبة.»

الطفل، لذلك مسؤولية الأهل تكمن في انتقاء الكتب المشوقة، تحديداً في الأعمار المبكرة، وأن تكون القراءة في المنزل عادة يومية. وقالت: «دائماً ما أعطي أطفالي مساحة لاختيار كتبهم، فهذا يحبذ ذاته جزء من متعة القراءة. التكنولوجيا اليوم بإمكاننا أن نوظفها لزيادة تعلق الأطفال بالقراءة، فعلى الرغم من تفضيلي للكتب المادية تحديداً للأطفال حتى سن 6 سنوات، إلا أنه لا بد أن تكون واقعيين أمام التقدم التكنولوجي الكبير اليوم، فيمكن أن نستخدم هذه المصادر التكنولوجية وتحديداً التفاعلية التي تضع الصغار في عالم متنوع من

الأخرى فيمكن منحهم مساحة من الحرية في اختيار الكتب، ولكن لا بد من نقاشهم حول موضوع هذا الكتاب وطبيعة محتواه، خاصة أمام الكم الهائل من الكتب المتوفرة في هذه الأيام. من جهتها أشارت ديمة العلمي إلى أن تعزيز حب القراءة لدى الصغار يبدأ من لحظة كونه جنيناً في بطن أمه، حتى يتعلق بها ويؤسس لعلاقة مستدامة بينه وبينها، وفيما يتعلق بالتحديات أمام تشجيع الأطفال على القراءة، فربما أكبر تحدي هو التطور التكنولوجي وألعاب الفيديو، ولكن يمكن مواجهة هذا التحدي بجعل القراءة متعة بحذ ذاتها، وليس مهمة مفروضة على

جانب اصطحاب الصغار إلى المكتبات ومعارض الكتب لتكون أسلوب حياة دائم، كما أن أسلوب نقاش الأطفال في المواضيع التي تهمهم يعزز لديهم تعلقهم بالكتاب. وأضاف: «كل طفل لديه اهتمامه الخاص، فإذا وجد حلاً في كتاب معين يتعلّق بهذا الموضوع فحينها يُبنى لديه اعتقاد راسخ أن الكتاب وسيلة في غاية الأهمية لحل أي مشكلة أو تحدي يواجهه». وحول آلية اختيار الكتب المناسبة للأطفال يقول خورشيد: «لكل فئة عمرية أسلوب، فالأطفال من عمر 2 - 5 سنوات لا بدّ لأهل أن يختاروا لهم الكتب بعناية، أما الفئات

2023، تحت عنوان «كان يا مكان» استفدت من وقت القراءة»، أدارتها لمياء توفيق، وناقشت التحديات التي تواجه الأهل أمام صعوبات تعزيز حب القراءة لدى أطفالهم، وكيفية اختيار الكتب المناسبة لكل فئة عمرية. وقال جيكار خورشيد: «أجمل هدية تقدمها للطفل هو الكتاب، فحبّ الكتاب والقراءة لا يعلم بشكل أساسي، بل يكتسب من خلال العادة. ومن المهم جداً أن نجعل لكل طفل مكتبته الخاصة في المنزل، وأن يكون لدى الأم والأب وقتاً مخصصاً بشكل يومي للقراءة، فحينها يُمكن للطفل أن يبدأ باكتساب هذه العادة والاستفادة منها، إلى

•• الشارقة-الفجر:

تناول الكاتبان في أدب الأطفال، جيكار خورشيد، وديمية العلمي أهمية تطوير مهارات القراءة لدى الأطفال منذ سن مبكرة، وأثر ذلك على تشكيل عقول ومستقبل الصغار، حيث أجمعاً على أن القراءة للأطفال تبدأ منذ نعومة أظفارهم بهدف جعلها متعة متكاملة يرتبطون بها لتصبح روتيناً يومياً، يجدون فيه حلاً للتحديات التي تواجههم ويطورون من خلالها مهاراتهم ومواهبهم. جاء ذلك خلال مشاركتهم في جلسة حوارية ضمن فعاليات مهرجان الشارقة القرائي للطفل

الطيار الحربي الذي تحوّل إلى كاتب للصغار

قصص روالد دال في «الشارقة القرائي للطفل»

«الاصبع السحري»، تحكي عن فتاة ذات ثمانية أعوام تعيش بالقرب من عائلة جريج التي تنزعج منهم بسبب صيدهم للعديد من الطيور والحيوانات من أجل التسليّة، فتقرر أن تعلمهم درساً لا ينسونه باستخدام إصبعها السحري، الذي يحولهم لطيور.

فيعيشون في الأعشاش، بينما يعيش البط في منزلهم، وتعرض عائلة جريج لنفس ما كانت الطيور تتعرض له من ممارسات سيئة، إلى أن يدركوا فداحة ما كانوا يفعلونه ويتوبوا عن الصيد الجائر.

الرائع «ويليام»، في قافلة عجيبة، ويمتلك الأرض المحيطة بهم رجل غني منكمبر يدعى السيد فيكتور. وتكشف الأحداث عن تخطيط «داني» ووالده للليل من هذا الثري المتجرف، من خلال مؤامرة جريئة تتسبب له في أكبر صدمة يتعرض لها طوال حياته.

«عائلة تويت»

قصة فكاهية ممتلئة بالمرح والدعابة، تحكي قصة الزوجين التعيسين السيد والسيدة تويت، اللذين يسعى كل منهما لمضايقه وصدمة الآخر، من خلال سلسلة لا تنتهي من المزاح والحيل.

أكثر قصص روالد دال قراءة بين الأطفال، تحكي عن صاحب مصنع شوكولاته يقرر أن يضع 5 بطاقات ذهبية في أنواع الشوكولاتة التي ينتجها مصنعه، والأطفال الخمسة الذين سيجدون هذه البطاقات سيقومون بزيارة الصنع الذي لم يدخله أحد منذ أعوام، ويجد الطفل الفقير تشارلي إحدى هذه البطاقات، ثم تبدأ رحلة ممتلئة بالمغامرات داخل مصنع.

«داني يظل العالم»

من القصص الرائعة التي ألفها دال وتسرد أحداثها حياة «داني» الذي يعيش مع والده

القوة لتغيير العالم من حولها للأفضل.

«عملاق الضخم الرودود»

حكاية مثيرة عن طفلة تدعى صوي، يخطئها عملاق وينهب بها إلى أرض العملاقة، وهناك تكتشف صوي أنه أصغرهم حجماً، وأنه عملاق طيب، يقوم بتصنيع أحلام البشر ويشها في أرواحهم حين ينامون، لهذا تحبه صوي، ويخوضان معاً مغامرات مثيرة لإنقاذ العالم من العملاقة الأشرار.

تشارلي ومصنع الشوكولاته،

يسوهم حتى وإن كبروا؛ ولأجل هذا يصرح النقاد أنه لم يكتب أحد قصة نموذجية للطفل كروالد دال.

يُتيح مهرجان الشارقة القرائي للطفل في نسخته الـ 14 لزواره من الأطفال واليا فعين أن يطلعوا على كل أعمال دال الـ 15، المعروضة في أكثر من دار، الذي أصبحت قصصه إحدى أعظم قصص الأطفال التي حققت شهرة تفوق الوصف طوال القرن العشرين، وما زالت حتى يومنا هذا تحقق أعلى المبيعات في كل دول العالم؛ لقدرتها على إثراء خيال الأطفال واليا فعين، وجعلهم يرتبطون وجدانياً بأبطالها بحيث لا يمكن أن

•• الشارقة-الفجر:

امتاز القرن العشرين بالعديد من أحداث المفاجئة والاستثنائية، ومما لا شك فيه أن إحدى هذه الأحداث هي دخول أحد مقاتلي سلاح الجو البريطاني عوالم الكتابة للطفل، واسمه روالد دال، الذي أصبحت قصصه إحدى أعظم قصص الأطفال التي حققت شهرة تفوق الوصف طوال القرن العشرين، وما زالت حتى يومنا هذا تحقق أعلى المبيعات في كل دول العالم؛ لقدرتها على إثراء خيال الأطفال واليا فعين، وجعلهم يرتبطون وجدانياً بأبطالها بحيث لا يمكن أن



خلال مشاركتها في «الشارقة القرائي للطفل»

الفتاة كيرا تحوّل الحروف إلى لوحات بديعة باستخدام آلة الطباعة التقليدية



برسومات مميزة؛ إما لأشخاص واقفين أمامها أو معالم سياحية شهيرة. وتقول الفتاة البريطانية «كيرا»، خلال فعالية «فن الكتابة» بمهرجان الشارقة القرائي للطفل، إنها ترسم صوراً من الحياة باستخدام الآلة الكاتبة الخاصة بها، إذ تترجم بصورة غريزية ما تراه إلى مجموعة من الأحرف والأرقام والرموز المختارة لشكلها وقيمها التركيبية، مما يؤدي إلى تشكيل صور جميلة تشجّع المشاهد على مواصلة النظر من مسافات مختلفة، وقراءة المزيد من أحرفها كل مرة. وتوضح «كيرا»، أنها تقوم بتطوير وعرض صور تستند إلى موضوعات جذابة وغالباً ما تدمج عروضاً صوتية - مرئية حية عن طريق الكتابة أمام الجمهور مع عرض فيديو وتأثيرات صوتية بالتعاون مع فنانين آخرين. وأمام صورة كبيرة لبرج خليفة، تقول «كيرا»، إنها نفذتها في 8 ساعات لما بها من تفاصيل دقيقة، فيما أوضحت أن بعض الرسومات تأخذ منها وقتاً لا يزيد عن 10 دقائق فقط.

وتضيف: «أستخدم هذا الفن لأنه يعكس العالم والأشخاص من حولي، كما أنه يمكنني من التقاط اللحظات من خلال هذه الوسيلة الفنية التي يسهل الوصول إليها». مشيرة إلى أن فن الآلة الكاتبة لا يزال في التعميد، ولكنه يسمح بتصوير لحظة والاحتفال بها في لحظة حقيقية تعكس الجمال والمؤثرات. وعن سبب لجونها لتلك الآلة التقليدية القديمة قالت: «الآلة الكاتبة تجعلني أعبر عن نفسي من خلال تمثيل ما أراه أمامي بواسطتها، فهذا النوع من الفن يعتبر مميّزاً وفريداً من نوعه. حصلت «كيرا» على درجة البكالوريوس مع مرتبة الشرف في الفنون الجميلة من جامعة غرب إنجلترا -بريستول.

•• الشارقة-الفجر:

أمام معرض لمجموعة لوحات فنية تُنفّذت بتقنية «الرسم بالنقاط». جلست كيرا راويون أمام ألحائها الكاتبة لتنفّذ مجموعة من الرسوم بمهارة عالية من خلال الضغط على الأحرف والأرقام وتداخلها مع بعضها البعض، لتخرج في النهاية



منوعات

الفيلم

27

يتناول السياسات المحجفة بحقهم لأكثر من 120 سنة

فيلم For Love ينكأ جراح التاريخ للسكان الأصليين في كندا

مُنذ ولادة الوثائقي النقدي على يد المخرج السوفيتي سيرغي أيزنشتاين عبر نظريات المونتاج، وتطور أدوات المخرجين الفنية والتقنية لتتحول الصورة من الحياد إلى دلالة ما، بدأ الاهتمام بسينما السكان الأصليين بالتطور بشكل كبير؛ حياتهم بدأت بالاقتراب إلى عيون الجمهور بعدما رافقتهم الكاميرا في تفاصيلهم اليومية.



والأطفال يحمل جرعة تعاطف قد تكون في بعض الأحيان أضخم مما تحتمل صورته وتضيف طولا زمنيا زائدا. For Love فيلم يحتفي بشعب هُمش لمترة طويلة، سياسات مجحفة اتخذت بحقه، أسره تشردت، يجيب العمل عن السؤال الأساسي الذي يلمس كل السكان الأصليين في كل أصقاع الأرض: كيف يمكننا أن نلتمس شتات أنفسنا وأسرا ونقرر مصيرنا؟ الفيلم يجيب: بالحب والمثابرة.

National Day of Truth and Reconciliation. هذا اليوم هو عيداً لانتصار قضية السكان الأصليين. رغم جودة وصديق المقابلات، إلا أننا نفقد خلال العرض المستمر لقراءة التسعين دقيقة المنهجية فيها. العشوائية كانت مربكة في بعض الأحيان، ولم يتم التركيز على التاريخ والنضالات السياسية وأيديولوجيتها وكيف تغيرت عبر الزمن، لم نر مؤرخين أو محامين، التركيز على المقابلات مع الأسر



روبرت فلاهرتي "نانوك رجل الشمال" الصادر عام 1922 أول فيلم وثائقي بشكله عام، هو بالضبط أول فيلم يؤنس شخصيته الوثائقية ويدفعنا إلى التعاطف معها. وأيضاً أول فيلم وثائقي عن السكان الأصليين في الولايات المتحدة. يتابع فلاهرتي نانوك الرجل المتوحش الذي لم تسمه الحضارة، فلاهرتي شارك قبائل الأسكيمو الحياة لمدة عشر سنوات، وعرفنا على بيئتهم القاسية ونمط حياتهم المعقد وطرق تأمين حاجاتهم الأساسية.

اليوم، تختلط أنواع الوثائقي بعضها ببعض، ما بين وثائقي جمالي أو تعليمي أو براغماتي أو حتى نقدي، لا مشكلة بالخلط طالما المحتوى ينتصر لقضية إنسانية، له أسلوب فني يوصل من خلاله المخرج وجهة نظره عن هذه القضية. تفتتح المهرجانات أقساماً جديدة لسينما السكان الأصليين، وتزداد أهمية فيلم عن آخر حسب الجهة السياسية المنتجة التي يتبع لها ورواج فضيته وأينيتها.

للشعوب الأصلية في أوروبا وأميركا اللاتينية وكندا نصيب الأسد من هذه السينما، حالها حال السينما الجماهيرية المتعارف عليها. القبائل الأولى كاناويت في كندا تمت أقلمة قضيتهم بشكل مكثف منذ عام 2016، ذروة هذه الأفلام هو فيلم For Love الصادر عام 2022، من إخراج مات سمايلي. يتابع العمل الإخفاقات الحكومية في كندا تجاه السكان الأصليين، واستمرار السياسات المحجفة بحقهم لأكثر من 120 سنة.

فيلم For Love ينكأ جراح التاريخ، نقابل فيه من نجا من أنظمة رعاية الأطفال الحكومية، عائلاتهم وقصصهم. نشهد أيضاً على اللحظة التي يستعيد فيها مجتمعهم قضيتهم ويمسك بزمام مصيره ليواصل الروابط الأسرية المقطوعة وينعش ثقافتهم الغنية. نتعرّف إلى القوانين الجائرة والإهمال المنهج الذي بدأ عام 1831

بنناء 130 مدرسة داخلية من قبل الكنائس والهيكلية الحكومية الاتحادية، حيث اقتلعت هذه المدارس ما يقارب مائة وخمسين ألف طفل من عائلاتهم حتى 1996. عبر ممارساتها الثقافية على الأطفال بعد عزلهم، تم إقرار اللباس الموحد الرسمي، قُص شعر الأطفال وتغيرت أسماؤهم إلى أخرى جديدة معتمدة من الحكومة، ومنعوا من التحدث بلغتهم الأم، وحطموا القائلين على التدريس من قيم معتقداتهم الروحية. تفتتت الأمراض في أبنية المدارس السنية. ومع التهوية شبه المدمومة، فتكت الإقظونزا والالتهابات الرئوية والسعال الديكي يصدر الأطفال. دفن من مات في مقابر جماعية من دون اسم (أكثر من ألف جثة). من لم يميت لم ينح من العذاب والاستغلال الجسدي والعاطفي وحتى الجنسي، ومن عادوا لاحقاً من المدارس، كانوا تالهيّن روحياً مشردين نفسياً وهويتهم - بكل ما تحمله من لغة خاصة وتقاليد وممارسات ثقافية - ضائعة.

ماري تيغي (المنتجة) عملت مع المخرج مات سمايلي في عام 2015 على فيلم Highway of Tears. عن نساء الشعوب الأصلية المضطهدات والمقتولات على الطريق السريع شمال كولومبيا - البريطانية. التعاون الأول أثبت أن سمايلي، رغم أنه ليس من السكان الأصليين ولا ينحدر من أقلية عرقية، قادر على رؤية محنة هذا الشعب من خلال عيونهم. ولم تكن كاميرته نمطية بتصويرهم، فهم خصوصيتهم وتفاصيلهم اليومية/الثقافية، والأهم من ذلك قناعته الراحخة بحق هؤلاء السكان بموارد أرضهم.

بدأ تصوير المقابلات للفيلم في عام 2019، لحظة تمرير مشروع قانون C-92 الذي ينص على احترام السكان الأصليين وقبائل الإنويت والميتيس ومنحهم سلطة قضائية على الخدمات المقدمة للأسرة والطفل. تعلق شائنيا توين، المغنية الكندية على الفواصل البصرية عالية الدقة مُشبهة الألوان التي تمر بين المقابلات، تشرح معلومة ما أو تغني في لحظات عاطفية، اهتمام تانيا بقضية السكان الأصليين، إضافة للعمل ولشغافاتها في هذا الجانب على حد سواء، فشهرتها سترفع من نسبة مشاهدات الفيلم قطعاً.

عُرض الفيلم لأول مرة في كندا في اليوم الوطني للحقيقة والمصالحة (The

لا يُعتبر فيلم المخرج ذي الأصل الأيرلندي

فيلم For Love ينكأ جراح التاريخ، نقابل فيه من نجا من أنظمة رعاية الأطفال الحكومية، عائلاتهم وقصصهم. نشهد أيضاً على اللحظة التي يستعيد فيها مجتمعهم قضيتهم ويمسك بزمام مصيره ليواصل الروابط الأسرية المقطوعة وينعش ثقافتهم الغنية. نتعرّف إلى القوانين الجائرة والإهمال المنهج الذي بدأ عام 1831

فيلم For Love ينكأ جراح التاريخ، نقابل فيه من نجا من أنظمة رعاية الأطفال الحكومية، عائلاتهم وقصصهم. نشهد أيضاً على اللحظة التي يستعيد فيها مجتمعهم قضيتهم ويمسك بزمام مصيره ليواصل الروابط الأسرية المقطوعة وينعش ثقافتهم الغنية. نتعرّف إلى القوانين الجائرة والإهمال المنهج الذي بدأ عام 1831

فيلم For Love ينكأ جراح التاريخ، نقابل فيه من نجا من أنظمة رعاية الأطفال الحكومية، عائلاتهم وقصصهم. نشهد أيضاً على اللحظة التي يستعيد فيها مجتمعهم قضيتهم ويمسك بزمام مصيره ليواصل الروابط الأسرية المقطوعة وينعش ثقافتهم الغنية. نتعرّف إلى القوانين الجائرة والإهمال المنهج الذي بدأ عام 1831

فيلم For Love ينكأ جراح التاريخ، نقابل فيه من نجا من أنظمة رعاية الأطفال الحكومية، عائلاتهم وقصصهم. نشهد أيضاً على اللحظة التي يستعيد فيها مجتمعهم قضيتهم ويمسك بزمام مصيره ليواصل الروابط الأسرية المقطوعة وينعش ثقافتهم الغنية. نتعرّف إلى القوانين الجائرة والإهمال المنهج الذي بدأ عام 1831

فيلم For Love ينكأ جراح التاريخ، نقابل فيه من نجا من أنظمة رعاية الأطفال الحكومية، عائلاتهم وقصصهم. نشهد أيضاً على اللحظة التي يستعيد فيها مجتمعهم قضيتهم ويمسك بزمام مصيره ليواصل الروابط الأسرية المقطوعة وينعش ثقافتهم الغنية. نتعرّف إلى القوانين الجائرة والإهمال المنهج الذي بدأ عام 1831

فيلم For Love ينكأ جراح التاريخ، نقابل فيه من نجا من أنظمة رعاية الأطفال الحكومية، عائلاتهم وقصصهم. نشهد أيضاً على اللحظة التي يستعيد فيها مجتمعهم قضيتهم ويمسك بزمام مصيره ليواصل الروابط الأسرية المقطوعة وينعش ثقافتهم الغنية. نتعرّف إلى القوانين الجائرة والإهمال المنهج الذي بدأ عام 1831

فيلم For Love ينكأ جراح التاريخ، نقابل فيه من نجا من أنظمة رعاية الأطفال الحكومية، عائلاتهم وقصصهم. نشهد أيضاً على اللحظة التي يستعيد فيها مجتمعهم قضيتهم ويمسك بزمام مصيره ليواصل الروابط الأسرية المقطوعة وينعش ثقافتهم الغنية. نتعرّف إلى القوانين الجائرة والإهمال المنهج الذي بدأ عام 1831



FOR LOVE

السويدية لورين تصنع التاريخ

بفوزها الثاني بجائزة يوروفيجن 2023

احتلت السويد المركز الأول في مسابقة الأغنية الأوروبية "يوروفيجن 2023"، بينما احتلت فنلندا المركز الثاني، حيث شهدت ليلة السبت إقامة النهائي الكبير لـ "Eurovision 2023"، في مدينة ليزبول البريطانية. الفائزة في مسابقة هذا العام هي المغنية السويدية لورين، التي أبهرت الجماهير بأغنيبتها الناجحة Tattoo "الوشم"، حيث حصلت على إجمالي مذهل بلغ ٥٨٣ نقطة، وذلك وفقاً لما نشره موقع "euronews".



فوزها بالمركز الأول، أثبتت فنلندا أنها المفضلة لدى الجماهير وحصلت على المركز الثاني برصيد 526 نقطة. وحسب ما نشره موقع صحيفة "CNN" الأمريكية، أقيم حفل Eurovision هذا العام في بريطانيا نيابة عن أوكرانيا الفائزة بجائزة العام الماضي، بسبب ظروف الحرب التي تعيشها في مواجهة روسيا، حيث أقيم العرض في بريطانيا لأول مرة منذ أكثر من عقدين، بعد أن تدخلت البلاد - التي احتلت المركز الثاني العام الماضي - لتتولى مهام الاستضافة نيابة عن الفائزين في بطولة 2022 أوكرانيا، بينما سيحصل الفائزون بالسويد العام المقبل على جوائز الاستضافة.

قدمت المملكة المتحدة عرضاً درامياً ومؤثراً أشاد بالتاريخ بسبب الحرب، كما تم الاحتفال بموسيقى كلا البلدين، لكن المنظمين قالوا يوم الجمعة إن طلباً من الرئيس فولوديمير زيلينسكي للتحدث في العرض قوبل بالرفض.

وحصد الثنائي الإلكتروني الأوكراني Tvorchi المركز السادس بقوة، بينما عادت بريطانيا إلى

فقط فازا في يوروفيجن مرتين، كما أنها أول امرأة تفوز بالجائزة مرتين. يمثل فوز السويد فوزها السابع في المسابقة، حيث ربطتها بأيرلندا باعتبارها أكثر الدول نجاحاً في تاريخ Eurovision، وعلى الرغم من عدم

أصبحت لورين المفضلة لدى وكلاء المراهات، والتي فازت قبل ذلك بالمسابقة في عام 2012 بأغنيبتها التي تصدرت المخططات "Euphoria"، لتصبح بذلك بطلة يوروفيجن مرتين، وتنضم الآن إلى جوني لوجان من أيرلندا كواحدة من شخصين

فقط فازا في يوروفيجن مرتين، كما أنها أول امرأة تفوز بالجائزة مرتين. يمثل فوز السويد فوزها السابع في المسابقة، حيث ربطتها بأيرلندا باعتبارها أكثر الدول نجاحاً في تاريخ Eurovision، وعلى الرغم من عدم



الفكر

طريقة بسيطة يمكن لاتباعها أن يقينا من مرض الزهايمر



مرتين في الأسبوع في درة خطر الزهايمر. وتتبع الباحثون أنماط حياة 29 ألف بالغ لمدة عشر سنوات وفحصوا جين APOE المرتبط بمرض الزهايمر. وكان للفواكه والخضروات والأسماك واللحوم ومنتجات الألبان والمخ والحبوب والبقوليات والمكسرات والشاي أقوى تأثير واضح في إبطاء المرض. وتبع ذلك الكتابة والقراءة وممارسة الألعاب والتمارين البدنية. وخلصت الدراسة التي استمرت عقدا من الزمن وأجريت على كبار السن في الصين، أن نمط الحياة الصحي، ولا سيما النظام الغذائي الصحي، مرتبط بتدهور أبطأ في الذاكرة حتى بالنسبة إلى حاملي الجين APOE، وهو أقوى عامل خطر معروف للإصابة بمرض الزهايمر وأمراض الخرف الأخرى.

يعرف الزهايمر بأنه أحد أكثر أنواع الخرف شيوعا، حيث تتراكم البروتينات بشكل غير طبيعي في الدماغ، مسببة مشاكل في الذاكرة وصعوبة في أداء المهام اليومية. والسبب الدقيق للمرض غير معروف حتى الآن، لكن الأبحاث تكشف عن مساهمة العديد من العوامل في زيادة احتمال خطر الإصابة بهذه الحالة التنكسية التي لا دواء لها. وزعمت دراسة حديثة أن الوجبات السريعة يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بالخرف، وأن التخلي عنها قد يمنع تلف الدماغ هذا. ووجد الباحثون أن الذين تزيد أعمارهم عن 60 عاما ويأكلون بشكل صحي هم أقل عرضة للإصابة بمرض الزهايمر. ويساعد أيضا لعب الورق ومقابلة الأصدقاء أو العائلة

الرغبة الشديدة في تناول الطعام المتبل تعذر من مرض

الرغبة الشديدة المفاجئة بتناول شيء معين من الطعام أمر شائع جدا. ولكن اتضح أن الجسم بهذه الطريقة يعطينا إشارات محددة، يجب عدم تجاهلها، خاصة إذا كانت الرغبة هي في تناول أطعمة متبلة. يشير الدكتور فيغيني باتاياف، أخصائي الأمراض المعدية، وخبير التغذية الروسي، إلى أن الرغبة الشديدة بتناول أطعمة غنية بالتوابل، تشير إلى وجود مشكلات في الجهاز التنفسي. ويقول: "إذا لاحظ الشخص أنه زاد من استهلاك الثوم والبصل وشتى التوابل، فإن ذلك قد يكون إشارة إلى قرب إصابته بمرض في الجهاز التنفسي". ويضيف، إن احتواء هذه المواد على كمية كبيرة من الفيتامينات والعناصر المعدنية، يجعلها لا غنى عنها في مكافحة الفيروسات. ولكنه في نفس الوقت ينصح بعدم الاعتماد على الثوم والتوابل فقط، والأفضل تعزيز منظومة المناعة بالفيتامينات.

الألم المستمر في الحوض أو الظهر عند النساء قد يكون علامة على مرض خطير

من المعروف أنه كلما كان تشخيص الإصابة بالسرطان مبكرا، كان العلاج أكثر نجاعة، لكن بعض أنواع المرض قد تظهر أعراضا يمكن الخلط بينها وبين حالات أخرى أقل خطورة. ومن بين تلك الأنواع من السرطانات، سرطان عنق الرحم، وهو نوع من السرطان يتطور في عنق الرحم لدى المرأة - الفتححة بين المهبل والرحم. وأوضحت فالنتينا ميلانوففا، مؤسسة Daye، وهي شركة أبحاث وتطوير في مجال صحة المرأة: "غالبا ما لا ينتج عن سرطان عنق الرحم في مراحله المبكرة أي علامات أو أعراض، وهذا هو السبب في أن من المهم للغاية فحص عنق الرحم بانتظام". معظم النساء المصابات بالمرض لا تظهر عليهن أعراض حتى يصل السرطان إلى مرحلة متقدمة، لكن بعض العلامات قد تكون في الواقع أعراضا من أعراض هذا السرطان، وهو ما يجب معرفته. وقد أدرجت آلام الحوض والظهر "غير المبررة" و"المستمرة" كعلامات على المرض، وغالبا ما يحدث هذا الألم بسبب ضغط الورم على العظام أو الأعصاب أو الأعضاء. وقالت الدكتورة ميلانوففا: "هناك عدة أسباب قد تجعل المرأة تعاني من آلام في الحوض أو الظهر لا علاقة لها بسرطان عنق الرحم. ومع ذلك، إذا كنت تعاني من آلام أسفل الظهر أو ألم مستمر بين عظام الفخذ، فقد يكون ذلك مؤشرا على التغيرات في عنق الرحم، لذلك من المهم استشارة الطبيب". وكشفت الدكتورة ميلانوففا أن هناك إلى جانب الألم الشديد والمزمن في الظهر، أعراضا أخرى لسرطان عنق الرحم، من الضروري معرفتها، وتشمل النزيف المهبل غير الطبيعي، والإفرازات الغير العادية، وفقدان الشهية، والإسك، والألم أثناء الجماع، وظهور دم في البول، وحتى سلس البول.



زوار ينظرون إلى ذكر الباندا يوان منغ الذي يقف داخل حظيره في حديقة حيوان بوفال وسط فرنسا حيث سيغادر إلى الصين في 4 يوليو. (ا ف ب)

قرأت لك

الجوز



أفادت دراسة أميركية حديثة بأن تناول أوقية واحدة من مكسرات الجوز يوميا يمكن أن يساهم في إبطاء نمو وانتشار سرطان الثدي. وقام باحثون بكلية الطب في جامعة مارشال ومركز إدوارد شامل لعلاج السرطان بإجراء الدراسة التي نشرت بدورية بحث التغذية (Nutrition Research) العلمية. ولرصد تأثير مكسرات الجوز في الحد من سرطان الثدي، راقب الفريق مجموعة من الفئران المصابة بالمرض. واكتشف الفريق أن تناول ما يوازي أوقية من مكسرات الجوز يوميا (الأوقية تساوي 28 غراما) لمدة أسبوعين ساهم في كبح نمو وانتشار سرطان الثدي. وبناء على هذه النتائج اختبر الباحثون مكسرات الجوز على مجموعة من السيدات المصابات بسرطان الثدي، في تجربة سريرية أولية، حيث تناولن أوقية من مكسرات الجوز يوميا. واكتشف الباحثون أن كتل سرطان الثدي بدأت بالانخفاض، كما تراجع انتشار الأورام لدى اللاتي تناولن الجوز، مقارنة مع أقرانهن ممن لم يتناولن مكسرات الجوز.

سؤال وجواب

• لماذا تهب الرياح؟

تسخن حرارة الشمس الهواء فيتحرك محدث الرياح. تتحرك الرياح بحركات ضخمة جدا فوق مختلف أنحاء الكرة الأرضية في المناطق الاستوائية تسخن الشمس الهواء الذي يصبح أقل وزنا من ناحية خط الاستواء محدثة تحركات هوائية جديدة هي الأخرى تحدث تحركات جديدة وهكذا دواليك بحيث تلف حركة الرياح أقاليم الدنيا الأربع

• ما حجم القوة الناتجة عن عضلة فك الانسان ؟

تستطيع عضلة الفك ان تغلق الفم بقوة تعادل 55 رطلا على القواطع و200 رطل على الضرس و قد تبلغ القوة المبذولة على الضرس 268 رطلا

• ما سبب ملوحة مياه البحر؟

مياه البحر مالحة لحتوائها على ملح ذائبة غلبة هذا الملح هو ملح الطعام الذي يستخدمه البشر مصدر هذا الملح مياه الأنهار التي تصب في البحار تعمل هذه الأنهار على إذابة ملح الصخور التي تترسب طريقها وتحمله الى البحر

هل تعلم؟

- هل تعلم أن أقرب نجم إلى الأرض هي الشمس و تبعد حوالي 93 مليون ميل
- هل تعلم أن سمك جلد الإنسان لا يزيد عن 2 ملم ، و سمك جلد الفيل يبلغ 25 ملم ، و جلد الإنسان يحتوي على عدة آلاف من الغدد التي تفرز العرق بينما جلد الفيل خال من هذه الغدد باستثناء جفون العينين
- هل تعلم أن عمر القرد لا يتجاوز في المتوسط ثلاثين سنة
- هل تعلم أن الذبابة تهز جناحها حوالي (32) مرة في الثانية الواحدة
- هل تعلم أن النسور لا تموت و لكنها تتنحدر بسبب المرض
- هل تعلم أن - الدلفين - هو أذكى الحيوانات الشديدة
- هل تعلم ان القدس احتلت على مدى التاريخ 24 مرة
- هل تعلم أن اقدم جسر في العالم يعود تاريخه إلى 850 ق م و يقع في تركيا و هو عبارة عن جسر حجري فوق نهر مليس في تركيا
- الإحساس بقوة الجاذبية الأرضية في الجو هو أكثر مما عند الوقوف على الأرض. ذلك لأن الهواء يعطي دعما قليلا لوزن المخلوق. الطيور الصغيرة فقط قادرة على الطيران برهفة أجنحتها. أما الطائر الكبير العملاق لا يستطيع الطيران لأنه لا يملك مثل تلك العضلات التي تساعد الجناحين في الارتفاع.
- هل تعلم أن مطار بروكدام بهولندا يقع في منطقة تنخفض عن مستوى سطح البحر بمقدار 4.5 متر

قصة جحا والأرانب

اشترى جحا من السوق زوجا من الأرانب الولود فجاء بذكر ابيض جميل وانثى رمادية رقيقة وقرر أن يربيهما في البيت. وفي الطريق قرر أن يستريح قليلا فجلس في ظل شجرة ووضع سلته التي كانت الارانب قد فرضت جزءا منها على الارض ووضع فوق منها عمامته وجبته حتى لا تخرج الارانب من السلته ثم فرد جسده على الارض واضعا يده تحت رأسه كوسادة وغمض عينيه وأخذ يحلم بزواج الأرانب كيف سيربيهما ثم يتوالد فيأتيان بأربعة أزواج وتتوالد تلك الأزواج بعد ان تكبر فيأتيوا بازواج كثيرة من الارانب. اذن سيتوالد الام والاب والابناء وسيصير عنه مجموعه كبيره في فتره زمنية قصيره لان الارانب تحمل وتلد بسرعه وسيلخى لهما عن غرفه كبيرة في بيته وسيفرقهما بالطعام ليكبروا ويكتنزا ويتوالدا ويبيع منهم زوجا من البيط ليبيض ويقسط بطا صغيرا ويكبر ليبيض ايضا وسيشترى بعد ذلك زوجا من الازوج ثم من الممكن ان يشتري معزة صغيره حلوبيا وتلد ايضا وتمتلئ الغرفه لتصبح غرفتين ثم ثلاثا ثم قطعته ارض كاملة ولا يستطيع ان يراعيها وحده فهناك زوجته واولاده. وربما يأتي بعاملين للنظافة والطعام وغمض عينه ليحلم أكثر بذلك المشهد الرائع لمرتعته وقطعان الماشية تجري فيها وتمرح وتسمن فيبيع البيط والاوز والدجاج والارانب فلن يكون بحاجة اليها لانه اشترى ماشية وهذه فعنده تكفي كثيرا. واستيقظ من النوم مرتاحا ميسوطا وسعيدا جدا واخذ عمته وعباته من السلته وليسهما وحين جاء دور السلته فوجيء بها خالية فقد قرضها زوج الارانب وخرج منها هاربا إلى تلك المزروعات الجميلة ليعيش هناك يلد ويتكاثر بعيدا عن بيت جحا لم يتمالك جحا نفسه فأخذ يصرخ ويلطم خديه لما حدث وعندما تجمع حوله الناس اخذ يقول يا ويلاه فقدت الارانب والاوز والبط والغنم والماشية وفقدت نقودي كلها ورجعت كما كنت فقيرا يا ويلاه... واحلاماه.

مساحة للتلوين

