

منوعات

الغرفة

الأربعاء 2 أكتوبر 2024 م - العدد 14267
Wednesday 2 October 2024 - Issue No 14267

ص 22

جامعة العين تختفي بالتميز الأكاديمي
بحصولها على الاعتماد المؤسسي الدولي
البريطاني QAA وتصنيف خمس نجوم من QS

ص 27

سامر إسماعيل:
أتعلم من تجاربي
وأصبحت اليوم أكثر نضجاً



ما آثار تناول رقائق البطاطا
المالحة مع الصلصة؟

ص 23



المراسلات: ص 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

تحذير من صور لغوغل بالذكاء الاصطناعي

يحذر خبراء من استخدام صور غوغل التي تم إنشاؤها بواسطة الذكاء الاصطناعي، معتبرين أنها قد تكون لها عواقب وخيمة. ويشدد الخبراء على تجنب البحث عن صور الطعام على غوغل، ومنها الفطر الذي أظهرت نتائج البحث في عدد من العمليات عن عدد من الفطر الصالح للأكل الشائع، صورياً غير دقيقة على الإطلاق كأفضل نتيجة، على الرغم من وضع علامة على هذه الصور على أنها تم إنشاؤها بواسطة الذكاء الاصطناعي. ولفت الخبراء إلى أن عمليات البحث عن الطعام من هذا النوع، قد يؤدي إلى أخطاء خطيرة، إن لم تكن مميتة، لهؤلاء الذين يحاولون تحديد الفطر الآمن للأكل، إذ يمكن أن يقدم محرك البحث نتائج مضللة عن الفطر تم إنشاؤها بواسطة الذكاء الاصطناعي. وقال البروفيسور ديفيد هوسورت، عالم الفطريات من جامعة ساوثهامبتون، إن "إيبي ميل"، هذا أمر خطير للغاية، ومع ذلك، يحذر الخبراء بشكل روتيني من أنه ليس من الآمن التقاط وتناول الفطر الذي نجده على الأرض - حتى لو كنا نعتقد أننا نستطيع التمييز بين النوع الآمن والنوع الخطير".

موظف يقتل مديره في الأردن

تداول رواد مواقع التواصل الاجتماعي فيديو صادماً من العقبة الأردنية، لموظف غاضب يتقدم من مديره ومملأه، وفي الفيديو، يدخل الموظف إلى المصنع حاملاً "كلاشنكوف" ويطلق النار على الموجودين، فيقتل مديره، ويصيب آخر، بينما أصيب عامل ثالث بنوبة هلح وسقط مغشياً عليه، ما أدى إلى إصابته أيضاً. ووفق بيان المتحدث باسم مديرية الأمن العام الأردنية، فإن الموظف أطلق النار على زملائه "أثر فضله من العمل منذ مدة". وتابع أن المدير والمصاب الأول أجنبيان، أما العامل الثالث فهو أردني. وأكدت الشرطة أن المتهم تمكّن من الفرار، وأن البحث عنه لا يزال مستمراً.

فوائد القهوة السوداء لا تُفوت منها

خسارة الوزن وحرق الدهون وفق طبية

تعتبر القهوة من أكثر المشروبات المستهلكة والمحبة في مختلف أنحاء العالم؛ لاحتوائها على نسبة عالية من المنبهات، التي بدورها تعمل على تنشيط الجسم وتجعل الشخص جاهزاً لبدء نهاراته. توجد أنواع عديدة للقهوة، ولكن أكثرها شهرة واستخداماً هي القهوة السوداء التي تحتوي على نسبة ضئيلة جداً من البوتاسيوم، ولا تحتوي نهائياً على أي من الصوديوم أو الكوليسترول.

حول فوائد القهوة السوداء تشير الدكتورة في علم التغذية والغذاء سينتيا الحاج د "سيدتي" إلى أنها تتمتع بمكونات غذائية مميزة كفيتامين B2 والمغنيسيوم، بالإضافة إلى البوتاسيوم ومضادات الأكسدة. يحتوي كوب القهوة الواحد "240 مل" على 96 مليغراماً من الكافيين ويزودك بـ2 سعرات حرارية.

ما فوائد القهوة الخالية من الإضافات؟

القهوة السوداء هي ببساطة قهوة يتم تحضيرها بشكل طبيعي دون إضافة أي مكونات مثل السكر أو الحليب أو الكريمات أو التكهات المضافة، وهذه القهوة فوائد جمة. ورغم أن الإكثار من تناول القهوة يسبب أضراراً عديدة مثل الأرق، وزيادة خطر الإصابة بهشاشة العظام؛ فإن تناول القهوة بكميات، له فوائد عديدة ومتنوعة نذكر منها الآتي: فوائد القهوة السوداء للتخفيف، إن القهوة السوداء من المشروبات القليلة التي تحتوي على نسب ضئيلة جداً من السعرات الحرارية، وذلك يساهم في الحفاظ على الوزن، كما يساعد على تنشيط معدل عمليات الأيض في الجسم، ما يساهم في حرق الدهون والتخلص منها. هذا، وتشير الأبحاث إلى أن القهوة بالإضافة إلى كونها منخفضة السعرات الحرارية؛ قد تعزز أيضاً قدرات الجسم على حرق السعرات الحرارية البنية، المخزنة عادة حول الرقبة، هو توليد حرارة الجسم عند التعرض لدرجات الحرارة الباردة، وهو ما يحدث عن طريق حرق السعرات الحرارية. وهي تختلف عن الدهون البيضاء الأكثر شيوعاً، التي تتراكم إذا تناول الأشخاص الكثير من السعرات الحرارية. فوائد القهوة السوداء على الريق: تناول القهوة مباشرة بعد الاستيقاظ من النوم قبل تناول أي شيء آخر يضر بالجسم، ويزيد من تحطيم الدهون، ويقلل من كميات الكورتيزول المفرزة اللازمة لتنبيه الجسم للاستيقاظ؛ لذا يُصح بشرب جرعات معتدلة من القهوة بعد تناول الطعام، فتزيد القهوة من إفراز هرمون الأدرينالين، الذي بدوره يقلل من الشعور بالنعاس ويزيد من اليقظة والتركيز لساعات أطول. فوائد القهوة السوداء للبشرة: تتمتع القهوة بفوائد عديدة للبشرة لاحتوائها على مضادات الأكسدة، فيمكن استخدامها في الكريمات ومستحضرات التجميل الغنية، وهي مفيدة في التخلص من الهالات السوداء التي تظهر بشكل واضح أسفل جفون العين، وتشد الوجه وإزالة



خلايا الجلد الميتة وتخفيف التهابات البشرة واحمرارها. فوائد القهوة السوداء قبل التمارين الرياضية: يعمل الكافيين الذي يحتويه القهوة على تحفيز وإيقاظ الجهاز العصبي، وتحضيره للمجهود البدني الذي سيبدأ في الساعات القليلة القادمة، حيث إن مفعول الكافيين قد يدوم لمدة تقرب من 4 ساعات، ويزيد أيضاً من إفراز هرمون الأدرينالين الذي يقلل من شعور الجسم بالتعب والإرهاق، كما يرفع من نسبة حمض الهيدروكلوريك في الجسم الذي يعمل على تحطيم الدهون. فوائد القهوة السوداء الخالية من الكافيين: إن إزالة الكافيين من القهوة السوداء يُعد من العمليات الصناعية الممتازة التي تسمح لمرضى الضغط والقلب بشرب القهوة دون الخوف من المضاعفات، حيث تحتوي أيضاً على نسب أقل من مضادات الأكسدة، كما تعمل على تقليل خطر الإصابة بمرض السكري، وتساهم في الحفاظ على الكبد من التليف وتقلل الإصابة بأمراض الأعصاب.

تقلل القهوة السوداء خطر الإصابة بالشلل الرعاش، وذلك نظراً لاحتوائها على الكافيين بنسبة جيدة وكافية، كما تقلل نسبة ظهور أعراض حصى المرارة، كما تقي من فقدان الذاكرة أو ضعفها، وخصوصاً من مرض الزهايمر وتؤخر ظهور علامات الشيخوخة. في حال كنت تعاني من مرض السكري، ما عليك باكتشاف ححن السكري الحديثة، كل التفاصيل مع الرئيس الإقليمي للاتحاد الدولي للسكري.

القهوة السوداء وصحة القلب والأوعية الدموية
قد يؤدي تناول القهوة السوداء بانتظام إلى زيادة ضغط الدم، لكن هذا التأثير يتضاءل بمرور الوقت. وأظهرت الدراسات أن شرب كوب أو كوبين من القهوة السوداء يوميًا يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية المختلفة، بما في ذلك السكتة الدماغية، هذا يعني أنه بمرور الوقت تمنحك القهوة السوداء قلباً أقوى إلى جانب تقليل الالتهابات في الجسم.

القهوة السوداء والسرطان
تساعد في منع خطر الإصابة بالسرطان. هذا، وقد أظهرت الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

كما تعتبر القهوة رائحة لتقليل الالتهابات في جسمك؛ هذه الدراسات أن الاستهلاك المنتظم للقهوة السوداء قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان مثل سرطان الكبد، سرطان الثدي، سرطان القولون وسرطان المستقيم.

السقوط يزيد احتمالات الإصابة بالخرف

ربطت بحث جديد بين السقوط والتدهور المعرفي لدى كبار السن، وقال الباحثون إن كبار السن الذين يسقطون يجب أن يخضعوا على الفور لفحص التدهور العقلي. وقالت مولي غارمان الباحثة الرئيسية من مستشفى بريجهام: "بيدو أن العلاقة بين السقوط والخرف هي طريق ذو اتجاهين". وأضافت "قد يكون السقوط بمثابة أحداث سابقة يمكن أن تساعدا في تحديد الأشخاص الذين يحتاجون إلى مزيد من الفحص المعرفي". ووفق "هيلث داي"، نظر فريق البحث في بيانات مطالبات الرعاية الطبية لأكثر من 2.4 مليون من كبار السن، الذين عانوا من إصابة مؤلمة، وكيف كانوا بعد عام. ووجدت الدراسة أن 10.6% منهم تم تشخيصهم لاحقاً بالخرف، وقال الباحثون إن السقوط يزيد من خطر تشخيص الخرف في المستقبل بنسبة 21%. وعلى هذا النحو، يوصي الباحثون بأن يخضع كبار السن الذين يذهبون إلى المستشفى لتلقي الرعاية بعد السقوط، لفحص إدراكي إما في غرفة الطوارئ أو في المستشفى. وقالوا إن مثل هذا الفحص يمكن لكبار السن الذين يحتاجون إلى علاج للتدهور العقلي الحصول عليه في وقت أقرب.

أول قبعة ققط تقيس نشاط المخ دون تخدير

في سابقة من نوعها، نجح علماء الطب البيطري في مسح أدمغة القطط وبعب واعي، ولتحقيق هذه الغاية، صنع فريق جامعة مونتريال، قبعات من صوف محبوكة حسب الطلب، مملوءة بأقطاب كهربائية لتسجيل نشاط المخ عند القطط، التي تعاني من آلام مزمنة. وعادةً، يتطلب مراقبة نشاط المخ تخدير القطط، وهو ما قد يكون مرهقاً وغير مريح بالنسبة لها، وأشار الباحثون في البيان الصحفي إلى أن الدراسة "فتحت آفاقاً جديدة للتحقيق في الألم المزمن لدى القطط وتعديلها المحتمل من خلال التدخلات الحسية".

لماذا يلدغك البعوض أكثر من غيرك؟

يعاني الكثير من لدغات البعوض المزعجة سواء في الخارج أو حتى في المنزل، قد تشعر أحياناً وكأنك مستهدف من هذه الحشرات الصغيرة بشكل خاص، حتى عندما تستخدم البعيدات الحشرية، وقد تتساءل عما إذا كان نوع الطعام الذي تتأوله أو رائحة جسدك يجعل البعوض يتجنب إليك أكثر وفي فيديو نشرته طبيبة الأمراض الجلدية Derm Guru. وحصد أكثر من 52 ألف مشاهدة عبر تطبيق "تيك توك" كشفت عن عدة أسباب وراء انجذاب البعوض لبعض الأشخاص أكثر من غيرهم. وأوضحت الطبيبة أن البعوض يتجذب إلى العرق وارتفاع درجة حرارة الجسم، خاصة إلى مواد مثل الأمونيا، حمض البوليك، وحمض اللاكتيك، مما يجعل الأشخاص الذين يمارسون الرياضة بانتظام عرضة أكثر لللدغات. بالإضافة إلى ذلك، ذكرت الطبيبة أن البكتيريا التي تعيش على سطح الجلد قد تلعب دوراً في جذب البعوض، خاصة في مناطق مثل الكاحلين، حيث تتواجد مستعمرات بكتيرية أكبر. كما أشارت في فيديو آخر إلى أن فصيلة الدم قد تكون عاملاً إضافياً، حيث يفضل البعوض فصيلة الدم O. وأضافت أن الأشخاص الذين ينتفون بشكل أكبر، مثل الأشخاص الأكبر حجماً، يُعتبرون أكثر جاذبية للبعوض نظراً لإنتاجهم المزيد من ثاني أكسيد الكربون.

أي الحيوانات يمكنها إنجاب أكبر عدد من الصغار دفعة واحدة؟

في عالم الحيوان، يختلف عدد الصغار الذين يتم إنجابهم في كل مرة بشكل كبير بين الأنواع، حيث تتكيف إستراتيجيات التكاثر مع الاحتياجات البيئية والبقاء على قيد الحياة لكل نوع. وبحسب تقرير نشره موقع "لايف ساينس" يعتمد تحديد الحيوان الأكثر إنتاجاً للصغار على كيفية قياس الصغار، سواء من خلال عدد الأمشاج (البويضات غير المخصبة والحيوانات المنوية) أو البيض المخصب أو الولادات الحية. وأضاف التقرير أن فهم هذه العملية التكاثرية المعقدة يتطلب دراسة عدة عوامل، بما في ذلك بيئة الحيوان وطريقة التكاثر ومتوسط العمر. وفقاً للدكتورة كاثلين كول، عالمة الأسماك في جامعة هاواي، فإن الكائنات المائية غالباً ما تنصهر القائمة عند احتساب عدد الأمشاج التي يتم إطلاقها في وقت واحد. وعلقت قائلة "الأسماك تتفوق بفارق كبير. ويرجع ذلك أساساً إلى طريقة التكاثر عن طريق التفرخ، حيث يطلق الحيوانات البيض والبويضات المنوية في الماء للتخصيب الخارجي؛ ما يتيح لها إنتاج كميات كبيرة من الأمشاج بجهد طاقوي أقل. على سبيل المثال، يُعرف سمك الشمس المحيطي بإطلاق حوالي 300 مليون بيضة دفعة واحدة. ومع ذلك، يتم تخصيب هذه البويضات خارج جسم الأنثى؛ ما يجعل من المستحيل تتبع عدد البويضات التي تتطور إلى صغار قابلة للحياة. وعلى الرغم من هذا العدد الهائل من البويضات، لا تزال أسماك الشمس مدرجة ضمن الأنواع المهددة بسبب الصيد العرضي، وفقاً للاتحاد الدولي لحماية الطبيعة (IUCN). ومن ثم، على الرغم من الإمكانيات التكاثرية الكبيرة لسمك الشمس، فإن الضغوط البيئية تقلل من احتمالية تحول كل هذه البويضات إلى أسماك بالغة.



دراسة تحدد أفضل الطرق للإقلاع عن التدخين

ولاحظ فريق البحث من مجموعة كوكرين لإدمان التبغ (CTAG)، ومقرها جامعة أكسفورد، أن هذه الاستراتيجيات قد تكون أكثر فاعلية مع العلاجات السلوكية. وتظهر العلاجات السلوكية، والحوافز المالية أيضاً، إمكانات قوية للإقلاع الناجح عن التدخين دون إضافة أدوية. أفراص فارينيكين والفارينيكين (شاميكس) عبارة عن قرص فموي، بوصفة طبية، مصمم للمساعدة في الإقلاع عن التدخين. أما الستيتزين، ويُعرف أيضاً باسم السيتستينيكين، فهو قرص فموي نباتي، بوصفة طبية، أو بدون وصفة طبية في بعض الدول، وهو متاح حالياً في أوروبا وكندا، ولا يزال ينتظر موافقة السلطات الصحية الأمريكية. التدخين هو السبب الرئيسي للأمراض والوفيات التي يمكن الوقاية منها في جميع أنحاء العالم، والإقلاع عنه يعود بفوائد صحية، بغض النظر عن العمر أو كمية أو مدة تدخين الشخص. وسلطت مراجعة رئيسية جديدة الضوء على 3 استراتيجيات للإقلاع عن التدخين، ووجدت أنها ذات أداء عالٍ وفاعلية. ووفق "ميدكال نيوز توداي"، وجد البحث أن الفارينيكين، والسيتيتزين، والسجائر الإلكترونية، التي تحتوي على النيكوتين، زادت من معدلات النجاح في الإقلاع عن التدخين.

ميتا تنتج الجيل الجديد من سماعاتها للواقع المختلط

أعلنت مجموعة "ميتا" أنها ستنتج الجيل التالي من سماعات الواقع المختلط كويست 3S (Quest 3S)، في فينتام، وستوفر أكثر من ألف فرصة عمل في الدولة الواقعة في جنوب شرق آسيا. وقال رئيس "ميتا" للأعمال الدولية نيك كليغ في مؤتمر في هانوي بالتعاون مع شركائنا المحليين، سننتج هنا في فينتام، وسيؤدي ذلك بحسب تقديراتنا إلى استحداث أكثر من ألف فرصة عمل جديدة. ستطلق "ميتا"، الشركة الأم لـ فيسبوك واستغرام واتساب، Quest 3S في منتصف تشرين الأول-أكتوبر، وهي سماعات رأس تعمل بالواقع المختلط (المرز والافتراضي) تباع بسعر يبدأ بـ299 دولاراً. وتسمى فينتام الشيوعية، التي تشكل من زمن منذ بعيد نقطة جذب لشركات صناعة الملابس والأحذية والأثاث بفضل يدها العاملة المنخفضة التكلفة، منذ سنوات إلى جذب مستثمرين في مجال التكنولوجيا المتقدمة. وتعمل الدولة بشكل خاص على تطوير قدراتها الإنتاجية لأشياء المصنوعة من نخاسة الصين في هذا المجال.



برعاية ذياب بن طحنون بن محمد آل نهيان

جامعة العين تحفي بالتميز الأكاديمي بحصولها على الاعتماد المؤسسي الدولي البريطاني QAA وتصنيف خمس نجوم من QS



•• العين - الفجر

احتفلت جامعة العين بتحقيق إنجازين بارزين يرسخان مكانتها في طليعة المؤسسات التعليمية على مستوى الدولة والمنطقة، حيث حصلت الجامعة على الاعتماد المؤسسي الدولي لوكالة ضمان الجودة للتعليم العالي QAA في المملكة المتحدة، وتقييم "خمس نجوم" من مؤسسة "كيو إس ستارز". مما يبرهن على جودة التعليم الذي تقدمه الجامعة، والتزامها بمعايير التميز الأكاديمي. ويعزز من مكانة الجامعة كمؤسسة رائدة تسهم في بناء مستقبل تعليمي يواكب متطلبات الاقتصاد العالمي وسوق العمل المتغير، ويحقق رؤية دولة الإمارات في تطوير نظام تعليمي يواكب أعلى المعايير العالمية.

أقيم الحفل في فندق الريتز كارلتون أبوظبي برعاية كريمة من الشيخ ذياب بن طحنون بن محمد آل نهيان رئيس مجلس أمناء الجامعة وحضور السيدة جولي تيل -رئيسة تطوير الأعمال العالمية في وكالة ضمان الجودة للتعليم العالي (QAA) في المملكة المتحدة والدكتور أشوين فيرنانديز -المدير التنفيذي لمنطقة الشرق الأوسط وأفريقيا وجنوب آسيا لدى مؤسسة كيو إس. كما حضر الحفل جمع غير من ضيوف الجامعة من وكلاء الوزارات والهيئات الحكومية والبعثات الدبلوماسية، وأعضاء مجلس أمناء الجامعة والإدارة التنفيذية وعدد من أعضاء الهيئتين الأكاديمية والإدارية والطلبة في الجامعة، وعدد من الشخصيات البارزة في المجتمع.

وفي كلمته بهذه المناسبة، أكد الدكتور نور الدين عطاطرة -نائب رئيس مجلس أمناء الجامعة، على الدور الهام للقيادة الرشيدة في دعم قطاع التعليم في الدولة، قائلاً: "إن حصول جامعة العين على الاعتماد المؤسسي الدولي وتصنيف خمس نجوم يعكس الرؤية المتوجهة لقياداتنا الرشيدة التي تدعم التعليم وتعزز الابتكار كجزء أساسي

من سمعة الجامعة على المستوى العالمي." حظي الحفل بإشادة واسعة من الشخصيات الحاضرة، التي أكدت أن هذا الإنجاز يعد خطوة هامة نحو تعزيز مكانة الجامعة بين المؤسسات الأكاديمية العالمية، ويعزز من جاذبيتها للطلبة الدوليين والباحثين. كما تم تقديم عرض تفاعلي يستعرض أبرز إنجازات الجامعة خلال السنوات الأخيرة، بما في ذلك مبادراتها في دعم البحث العلمي وتوسيع شبكة التعاون مع المؤسسات الأكاديمية العالمية. يعتبر هذا الإنجاز تأكيداً على التزام جامعة العين برؤية التعليم العالي في دولة الإمارات، ودورها الفعال في الارتقاء بجودة التعليم، وتقديم خريجين مؤهلين قادرين على مواجهة تحديات المستقبل والمساهمة في تنمية المجتمع.

الدولي فخورون بتقديم هذا الاعتماد المرموق لجامعة العين. إنها مؤسسة رائدة أثبتت التزامها بمعايير الجودة العالمية، ونحن واثقون من أن هذا الاعتماد سيعزز من مكانتها بين الجامعات الدولية ويدعم مساعيها في تقديم تعليم عالي الجودة." من جانبه، أكد الدكتور أشوين فيرنانديز من QS، على أهمية التقييم الذي حصلت عليه الجامعة، حيث أشار قائلاً: "تصنيف جامعة العين بخمس نجوم يعكس تفوقها في عدة مجالات من بينها التدريس، والبحث، والتوظيف، والبنية التحتية. هذه النتيجة تظهر أن الجامعة تقدم تجربة تعليمية شاملة تضمن إعداد الطلبة لمستقبل ناجح، نحن نؤمن بأن هذا الإنجاز سيسهم في جذب المزيد من الطلبة الدوليين ويعزز

من مسيرة التنمية الشاملة، هذا الإنجاز ليس فقط فخراً لجامعة العين، بل هو نتيج جهود الدولة في توفير بيئة تعليمية عالية المستوى." وأضاف: "لقد أولت قيادتنا الرشيدة، وعلى رأسها صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه الله، التعليم أهمية قصوى باعتباره ركيزة أساسية لتطوير ونهضة مجتمعنا. إعلان رئيس الدولة مؤخراً عن تخصيص يوم 28 فبراير يوماً للتعليم في دولة الإمارات يؤكد أن التعليم هو الدعام الأساسية لمستقبل دولتنا الحبيبة، وهذا ما نسعى إلى تحقيقه في جامعة العين من خلال تبني أعلى معايير الجودة والابتكار في التعليم." بدوره أكد الأستاذ الدكتور غالب الرفاعي -رئيس جامعة

العين، أن هذا الإنجاز هو خطوة في طريق تحقيق أهداف الجامعة الاستراتيجية، قائلاً: "نحن نسعى دائماً لتقديم تجربة تعليمية متميزة تلبي احتياجات الطلبة والمجتمع، حصولنا على هذه الاعتمادات الدولية ما هو إلا انعكاس لجهودنا في تطوير برامجنا الأكاديمية وتعزيز بيئة البحث والابتكار، وتأكيد على جودة التعليم الذي نقدمه، والبحث العلمي المتميز، والتفاعل مع المجتمع بشكل فعال. وأضاف: "نحن ملتزمون بتقديم تعليم عالي المستوى يتماشى مع المعايير الدولية، ونحن نعمل بشكل متواصل لتحافظ لجامعة العين على مكانتها الرائدة بين الجامعات المحلية والعالمية." وقالت السيدة جولي تيل -رئيسة تطوير الأعمال العالمية في (QAA): "نحن في وكالة الاعتماد

ترسيخ مكانة أبوظبي كمركز حيوي ووجهة عالمية رائدة للصناعات الإبداعية والعالمية

هيئة الإعلام الإبداعي تشارك للسنة الثالثة في حفل توزيع جوائز الأكاديمية الدولية للفيلم الهندي في أبوظبي



السينما الهندية، وتقديم مجموعة من الحوافز والمبادرات التي ستسهم بلا شك في تعزيز المشاريع السينمائية الهندية، بصفتنا وجهة مفضلة للمواهب وصنّاع السينما." ونظمت هيئة الإعلام الإبداعي على هامش الحفل، محاضرة خاصة مع المخرج الهندي السينمائي راكيش أمبراكاش ميها، يوم السبت 28 سبتمبر في المنطقة الإبداعية - ياس، بهدف دعم وتعليم الشباب الشغوفين في مجال صناعة السينما والإنتاج ومنحهم الفرصة لتبادل المعرفة واكتساب الخبرات من قادة الصناعة من جميع أنحاء العالم. واستعرض المخرج راكيش خلال المحاضرة أبرز إنجازاته المهنية والتحديات التي واجهها في مسيرته المهنية، بعد أن نجح في التنقل عبر مسيرة طويلة ومستمرة كمخرج أفلام ومنتج وكاتب سيناريو وممثل. وبدورها استضافت لجنة أبوظبي للأفلام فعالية للتواصل قدتها سمير الجابري، رئيس لجنة أبوظبي للأفلام، استعرض من خلالها العرض الإنتاجي الحالي من اللجنة الذي يتضمن حسمًا بنسبة 30% على إنفاق الإنتاج، والوصول إلى أكثر من 800 شريك أعمال إعلامي، فضلاً

عن الخدمات الفنية مثل المساعدة المجانية في استكشاف المواقع والمرافق الرائدة، وعلق سمير الجابري، رئيس لجنة أبوظبي للأفلام: "تفخر بدعم 13 إنتاجاً سينمائياً هندياً في أبوظبي على مدار العقد الماضي، بما في ذلك الدورات التدريبية وفعاليات التواصل، مما فتح لنا آفاقاً جديدة في هذه الصناعة ومنحنا فرصة مشاركة الرؤى المستقبلية لتعزيز علاقتنا الحالية وتكوين علاقات جديدة، إلى جانب توفير فرص التطور للشباب المبدعين الشغوفين في مهنة صناعة السينما والإنتاج." وقد وفرت هيئة الإعلام الإبداعي من خلال ذراعها التعليمي والتطويري المختبر الإبداعي، أكثر من 300 متطوع موهوب ساهم في تنظيم حفل توزيع جوائز الأكاديمية الدولية للفيلم الهندي خلال السنوات الثلاث الماضية بحضور آلاف المشاركين في الحدث في كل عام، الأمر الذي منح الفرصة للمتطوعين لاستكشاف أهمية الحدث والاحتراف بصناعة السينما الهندية، بالإضافة إلى تسليط الضوء على أهمية إمارة أبوظبي كعاصمة للإبداع ووجهة مميزة لاستضافة مثل هذه الفعاليات.

•• أبوظبي - الفجر

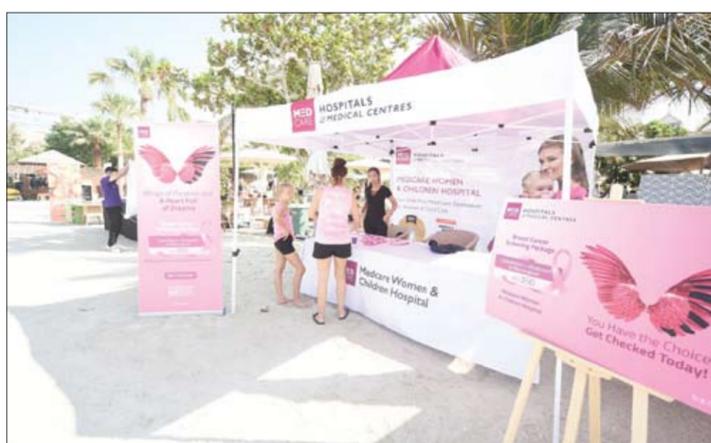
شاركت هيئة الإعلام الإبداعي إلى جانب لجنة أبوظبي للأفلام في حفل توزيع جوائز الأكاديمية الدولية للفيلم الهندي بدورتها الرابعة والعشرين، التي استضافتها إمارة أبوظبي للسنة الثالثة في الفترة ما بين 27 إلى 29 سبتمبر، في إطار تأكيدها على أهمية صناعة السينما والإنتاج الهندي ومستقبل هذه الصناعة. وأقيم الحدث في عدة مواقع بارزة في الإمارة، بما فيها الاتحاد أرينا، وفندق هيلتون أبوظبي، والمنطقة الإبداعية - ياس. وقال محمد ضبيع، المدير العام لهيئة الإعلام الإبداعي بالإمارة: "تعد مشاركة اللجنة المستمرة في حفل جوائز الأكاديمية الدولية للفيلم الهندي حرصنا على تحقيق الهدف المتمثل بترسيخ مكانة أبوظبي كمركز حيوي ووجهة عالمية رائدة للصناعات الإبداعية والعالمية." مؤكداً بأن الحدث يدعم جهود الهيئة بتعزيز وتنمية الصناعات الإبداعية، بالإضافة إلى تسليط الضوء على التراث الفني والمواقع المميزة التي تتمتع به العاصمة. وأضاف: "نتطلع إلى تعزيز الجهود التي تصب في صناعة

تتهياً حالياً لفحص أكثر من 700 سيدة خلال أكتوبر الجاري

ميدكير تتوقع أن تشهد زيادة بمقدار أربعة أضعاف في فحوصات الاكتشاف المبكر لسرطان الثدي

وقالت إحدى المريضات: "سرطان الثدي الآن لا يفرق بين المرضى بغض النظر عن العمر أو وجود عامل وراثي أو تاريخ شخصي محدد. سواء كنت في العشرينات أو الثلاثينات أو الأربعينات أو الخمسينات من العمر أو أكثر من ذلك، فإن خطر الإصابة بالمرض حقيقي. لقد كنت أعيش حياتي بسعادة حتى وجدت في أحد الأيام كتلة في صدري أثناء إجراء تقييم ذاتي. كنت متأكدة من أنه لا يوجد ما يدعو للقلق ولكن مع ذلك قررت الخضوع لفحص على أي حال. تلقيت حينها التشخيص الصادم والباقي كان معروفاً. لو أنني انتظرت أكثر وأجلت الفحص، ربما لم أكن لأنجو. من خلال الكشف المبكر واتخاذ الخطوات الصحيحة لفحص الكتلة الصغيرة لدي، تمكنت من إنقاذ حياتي. ويسعدني أن أشارك تجربتي الإيجابية مع ميدكير كرائد لجهود التوعية بمرض سرطان الثدي، كما أنني أشجع جميع النساء على التغلب على الخوف وإجراء الفحوصات اللازمة. أنا أعيش الآن حياة صحية وسعيدة وأمامي مستقبل طويل".

صحتهن. حيث تهدف حملة سرطان الثدي إلى التخلص من الטרديد الذي قد تشعر به النساء حيال الكشف الدوري لسرطان الثدي من خلال تقديم خدمات مريحة ومعقولة التكلفة، على يد فريق يتمتم بمؤهلات عالية من أخصائي أمراض النساء والجراحين العامين والخبراء في صحة الثدي." ومن بين 504 سيدات تم فحصهن العام الماضي، وجد أن 10 بالمائة منهن لديهن إشتباه في وجود أورام في الثدي تتطلب مزيداً من الفحوصات الطبية لتأكيد التشخيص أو نفيه، وإضافة لذلك، أظهر ما يقرب من 30 بالمائة من النساء اللاتي تم فحصهن تشوهات حميدة طفيفة، بما في ذلك تكلسات مستديرة عقنودية وأورام ليفية. وبالنسبة للنساء اللواتي تم اكتشاف وجود تشوهات لديهن في الثدي، أوصى الاخصائيون لمتابعة الحالة، لضمان حصول المرضى على الرعاية المطلوبة إذا لزم الأمر. وتم إخطار العديد من النساء بضرورة تكرار الفحص في غضون ستة أشهر لمراقبة حالاتهن.



•• دبي - الفجر

أعلنت مجموعة مستشفيات ومراكز ميدكير الطبية عن إطلاق النسخة الثالثة من برنامجها السنوي للكشف عن مرض سرطان الثدي والتوعية به في شهر أكتوبر الجاري، حيث تتهياً لفحص أكثر من 700 سيدة هذا العام. ويتولى مستشفى ميدكير للنساء والأطفال قيادة الحملة، التي تستمر على مدار شهر كامل من 1 أكتوبر إلى 31 أكتوبر الجاري، وسوف تشمل جميع مستشفيات ومراكز ميدكير الطبية. ويعمل مستشفى ميدكير للنساء والأطفال، إحدى منشآت ميدكير المتخصصة في صحة المرأة، على تشجيع الأمهات والسيدات على إعطاء الأولوية لصحتهن، من خلال توفير باقة فحوصات خاصة تتضمن استشارة طبيب أخصائي مع خيار الخضوع إما لفحص بالموجات فوق الصوتية أو التصوير الشعاعي للثدي "الماموغرام". ويتمتع نوج ميدكير دوماً حول تثقيف الجمهور وتوعيته بأهمية الوقاية من الأمراض وإجراء تحسينات على نمط الحياة مع الحرص في ذات الوقت على جعل الفحوصات في متناول شريحة أوسع من الناس.

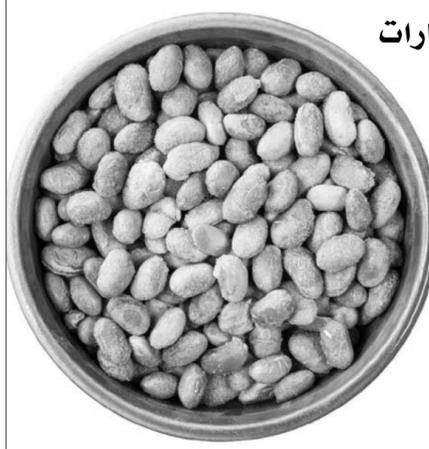
أضفاف على مدار العامين الماضيين. ويسعدنا أن نلاحظ أن النساء يستجبن بشكل جيد لحمات التوعية والكشف المبكر للأورام ويأخذن بزمام المبادرة لحماية صحتهن. إن سرطان الثدي هو أكثر أنواع السرطان شيوعاً بين النساء في دولة الإمارات العربية المتحدة، ومع ذلك، فهو أيضاً من أكثر أنواع السرطانات قابلة للشفاء في حال اكتشافه وعلاجه في مراحله المبكرة، ونحن حريصون كل الحرص

على تمكين وإثراء حياة مرضانا من خلال توفير الدعم لهم ليمتكنوا من اتخاذ قرارات مبكرة بشأن صحتهم." وقال د. "بريان متهيريروا"، استشاري الغدد الصماء والمدير الطبي في مستشفى ميدكير رويال التخصصي: "بعد الكشف المبكر أمراً بالغ الأهمية في تحسين معدلات البقاء على قيد الحياة والنتائج العلاجية لمرضى سرطان الثدي، ونحن فخورون بتمكين السيدات من التحكم في

وتشهد الفئة العمرية للنساء اللاتي يتم تشخيص إصابتهن بمرض سرطان الثدي انخفاضاً على سبيل المثال، تم تشخيص إصابة السيدة "جيسكا أبو جودة"، إحدى المريضات المتعفيات من سرطان الثدي وهي في مقبل العمر، حيث كانت تبلغ 30 عاماً فقط. وفي ظل عدم وجود تاريخ عائلي سابق للإصابة بسرطان الثدي وعيشها نمط حياة صحي، كانت الأخبار بمثابة صدمة كاملة لها.

منوعات الغذاء

23



ينتشر بشكل واسع أن الأطعمة المجمدة سيئة لصحتنا مقارنة بالخيارات الطازجة، لكن خبيرة تغذية كشفت أن هذا الأمر ليس صحيحا فعليا. وكشفت خبيرة التغذية البريطانية ريانون لامبرت أن هذا ينطبق بشكل خاص على الأطعمة القابلة للتلف أو التي يصعب العثور عليها، حيث أن الإصدارات المجمدة أكثر ملاءمة من حيث مدة الصلاحية وسهولة الوصول إليها. وبحسب لامبرت، فإن الأطعمة التالية قد تكون فوائدها أفضل على الصحة عندما تكون مجمدة:

تكون فوائدها أفضل على الصحة

بعض الأطعمة تناولها مجمدة أفضل للصحة من الطازجة. ما هي؟



دولها، فإن العناصر الغذائية الحيوية الموجودة في المادة الخضراء تستنفذ بعد بضعة أيام. ووفقا للامبرت، "شراؤها مجمدة يحافظ على فيتامين سي وحمض الفوليك سليمين لفترة أطول، وتحافظ على قيمتها الغذائية لعدة أشهر".

الذرة الحلوة

عندما يتم تجميد الذرة الحلوة، فإنها تكون في قمة طعمها وفوائدها الغذائية. وتشرح لامبرت: "تحتوي الذرة المجمدة على فيتامين سي أكثر من الذرة الطازجة، كما تفقد الذرة الحلوة الطازجة ما يصل إلى 50% من محتواها من السكر في غضون 12 ساعة من قطفها، ما يجعل التجميد خيارا أذكيا".



بالإضافة إلى



الموجودة في الأسماك تظل متاحة من الناحية الغذائية حتى بعد ثلاثة أشهر من التجميد".

البروكلي

تقول لامبرت إن البروكلي يحصل على دفعة كبيرة من العناصر الغذائية من التجميد، حيث أن "وضعه في الفريزر بعد الحصاد بفترة وجيزة يساعد على حبس الفيتامينات ومضادات الأكسدة الأساسية، والحفاظ عليها لفترة أطول".

ومقارنة بالبروكلي الطازج، غالبا ما يحتوي البروكلي المجمد على المزيد من الريبوفلافين (فيتامين بي 2)، وهو أمر بالغ الأهمية لصحة الجهاز الهضمي ووظائف المخ.

فول الصويا



اللحوم

تفيد لامبرت أن اللحوم الطازجة تفقد العناصر الغذائية بمرور الوقت ويمكن أن تحتوي على إضافات ومواد حافظة تهدف إلى إبقائها صالحة للأكل لفترة أطول. ويمكنك تجنب فقدان العناصر الغذائية والنكهة عن طريق اختيار لحوم البقر والدجاج الموجودين في قسم الأطعمة المجمدة بالمتاجر، حيث يساعد تجميد اللحوم أو شراؤها مجمدة على الاحتفاظ بالعناصر الغذائية والنكهة".

الأسماك

بالمثل، يحافظ تجميد الأسماك على الأحماض الدهنية الصحية للقلب، مثل أمحاض أوميغا 3. وتوضح لامبرت: "وجدت دراسة حديثة أن معظم أمحاض أوميغا 3

ما آثار تناول رقائق البطاطا المملحة مع الصلصة؟



أقل من رقائق البطاطا عندما كان الصلصة متاحة، لقد تناولوا الكمية نفسها من الرقائق، بالإضافة إلى الصلصة". وأشارت الدراسة إلى أن الصلصة شجعت الناس على تناول المزيد من الوجبة الخفيفة المالحة.

وأضاف هايز أن فهم سلوك تناول الوجبات الخفيفة أمر بالغ الأهمية لمعالجة مشاكل الإفراط في تناول الطعام والسمنة. وقال: "تفتح هذه الدراسة آفاقا جديدة لاستكشاف كيف يمكن لخصائص الأطعمة أن تؤثر على سلوكياتنا الغذائية، وفي النهاية على استهلاكنا للطاقة". نُشرت الدراسة في مجلة Food Quality and Preference.

للمشاركين بمفردهم. وفي زيارة أخرى، تم تقديم الكمية نفسها من رقائق البطاطا مع ثلث كوب (79 مل) من صلصة الرانش (الخاصة بالسلطات)، حيث سُمح لهم بتناول ما يحلو لهم.

وبعد تحليل وتقييم كمية ومدة تناول الوجبة الخفيفة، تبين أن المشاركين استهلكوا (في المتوسط) 345 سعرة حرارية من رقائق البطاطا والصلصة في كل جلسة تناول طعام، مقارنة بـ 195 سعرة حرارية فقط عندما تناولوا رقائق البطاطا وحدها. وقال معد الدراسة جون هايز، أستاذ علوم الأغذية ومدير مركز تقييم الحواس في ولاية بنسلفانيا: "النتائج الأكثر لفتا للانتباه في دراستنا هي أن المشاركين لم يأكلوا عددا

اكتشف فريق من الباحثين في جامعة ولاية بنسلفانيا الأمريكية، الآثار الناجمة عن تناول وجبة خفيفة من رقائق البطاطا مع الصلصة المخصصة لها.

وتوصل الباحثون إلى أن تناول رقائق البطاطا المملحة مع الصلصة، قد يجعل الأشخاص يستهلكون ضعف كمية السعرات الحرارية المستهلكة عند تناول رقائق البطاطا وحدها (أو ما يقارب 77% أكثر من السعرات الحرارية). وشارك في الدراسة 46 بالغاً زاروا المختبر مرتين على مدار أسبوعين لتناول الوجبات الخفيفة. وفي إحدى الزيارات، تم تقديم 70 غراما من رقائق البطاطا (حوالي 3 أكياس صغيرة)

علماء يربطون خطر الإصابة بمرض السكري لدى الأطفال بمواد غذائية «صحية»

أظهرت دراسة حديثة أن تناول أطعمة معينة في مرحلة الطفولة يرتبط بارتفاع خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الأول. ويعرف مرض السكري من النوع الأول بأنه حالة من أمراض المناعة الذاتية حيث يهاجم الجهاز المناعي خلايا الجزر المنتجة للإنسولين في البنكرياس ويدمرها. وهذا يمنع الجسم من إنتاج ما يكفي من هرمون الإنسولين لتنظيم مستويات السكر في الدم بشكل صحيح.

العوامل الموجودة في هذه الأطعمة المسؤولة عن هذه الارتباطات، هل توجد نفس العوامل المسببة أو العوامل الوقائية في العديد من الأطعمة؟ إذا تم العثور على التوت يحتوي على عامل وقائي معين، على سبيل المثال، يمكن استخدام هذه المادة أو التوت نفسه لمنع مرض السكري من النوع الأول. ومع ذلك، من السابق لأوانه تقديم أي توصيات غذائية. ويقول البروفيسور فيرتانين، "إن العديد من الأطعمة التي وجدنا أنها مرتبطة بزيادة خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الأول وعملية المرض تعد جزءا من نظام غذائي صحي، ومن المهم تكرار نتائجنا في دراسات أخرى قبل أن يفكر أي شخص في إجراء تغييرات على النظام الغذائي لطفله".

"التوت غني بشكل خاص بالبوليفينول، وهي مركبات نباتية قد تخفف الالتهاب المرتبط بتطور مرض السكري من النوع الأول. من ناحية أخرى، قد تحتوي الفاكهة على مواد ضارة لا توجد في التوت، على سبيل المثال، يمكن أن يكون التوت خاليا من المبيدات الحشرية الموجودة في الفواكه الأخرى". وارتبط الشوفان والموز ومنتجات الألبان المخمرة (مثل الزبادي) والقمح بزيادة خطر الإصابة بالتهابات الجهاز الهضمي، في حين ارتبطت الخضراوات الصليبية، مثل البروكلي والقرنبيط والمفوف، بانخفاض خطر الإصابة. وكانت جميع الارتباطات مستقلة، فقد حدثت بغض النظر عن الأطعمة الأخرى التي يتم تناولها. وأضاف البروفيسور فيرتانين: "من المهم معرفة

لكن ما يحفز هجوم الجهاز المناعي غير معروف، ويُعتقد أنه ينطوي على مزيج من الاستعداد الوراثي ومحفز بيئي مثل الفيروس أو المواد الغذائية. ويعد مرض السكري من النوع الأول، وهو الشكل الأكثر شيوعا لمرض السكري عند الأطفال. وتُظهر النتائج أنه كلما زاد تناول الأطفال للفاكهة أو الشوفان، زاد خطر إصابتهم بمرض السكري من النوع الأول. وعلى النقيض من ذلك، بدا أن تناول الفواكه والخضراوات والبقوليات والحبوب الكاملة والأحمر والكشمش الأسود وغيرها من أنواع التوت يوفر الحماية ضد مرض السكري من النوع الأول. وكلما زاد عدد التوت الذي يتناوله الطفل، قل احتمال إصابته بمرض السكري من النوع الأول. ويقول البروفيسور سوي فيرتانين، قائد الدراسة:



الامارات العربية المتحدة
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم ٢٠٢٤/288/00044/SHCFCICPL2024 أمر أداء

إلى: المحكوم عليه / غنام ويشير لصيانة الجاني ذم - العنوان: 10149093
محمد عوض غنام - العنوان: 10149094

نحيطكم علما بأنه بتاريخ 22/8/2024 قد حكمت عليك هذه المحكمة في
الدعوى بالرقم أعلاه لصالح / علي عباس رمضان علي الزرعوني - بالتالي:
قرار المحكمة / بأمر بإلزام المقدم ضدهما بان يؤدي للطلابية مبلغ 120000
درهم (مائة وعشرون ألف درهم) والفائدة 5% من تاريخ المطالبة وحتى تمام
السداد والرسوم والمصاريف ورفضت ما عدا ذلك. حكما قابلا للاستئناف
خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.

الحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة الفجيرة الاتحادية الابتدائية
دائرة التنفيذ

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
وزارة العدل
محكمة الفجيرة الاتحادية الابتدائية - محكمة التنفيذ المدنية
الامارات تنفيذ الأحكام
إعلان محضر الحجز (نشر)
في القضية التنفيذية رقم (4/000754/FUCEXICIVS2024) تجاري

بناء على طلب / مكان العقارية - ذم م
الى المنفذ ضد / مركز فير بيكيتي لوسيا للتجمل شركة الشخص الواحد ذم م
الموضوع: قررت محكمة الفجيرة الاتحادية الابتدائية - محكمة التنفيذ
إعلانكم بأنه قد تم الحجز على الممتلكات والوجودات المملوكة لكم والوجودات
داخل مقر المنفذ ضدكما وذلك بموجب محضر - (انتقال وجره وحجز تنفيذي
تحت يد الطالب وتعيين حارس وعرض) المؤرخ 2024/9/12 وذلك للعلم
بما جاء به ونفاذ مفعوله قانونا.

عن الامارات تنفيذ الأحكام
محكمة الفجيرة الاتحادية الابتدائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي: اليقيت فيرست لتدقيق الحسابات ش ذ م م
العنوان: مكتب رقم 807 ملك بارتا سارادي شورى بيدهان شاندا شورى
- الخليج التجاري - هاتف: 04-4504761 فاكس: 04-2529866
بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي
المذكور أعلاه لتصفية المتقدم لإدارة العلاقات العامة - ش ذ م م وذلك
بموجب قرار محكمة دبي بتاريخ 30/7/2024 والموافق لدى كاتب العدل
محكمة دبي بتاريخ 30/7/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة
التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه،
مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً
من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المحول

الامارات العربية المتحدة
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة
اسم الشركة: المتقدم لإدارة العلاقات العامة - ش ذ م م
العنوان: مكتب رقم 107 ملك عبدالحسن محمد عبدالله الرشيدان - المطينة
- الشكل القانوني: ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة: 843965 رقم القيد
بالسجل التجاري: 1433488 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي
بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك
بموجب قرار محكمة دبي بتاريخ 30/7/2024 والموافق لدى كاتب العدل
محكمة دبي بتاريخ 30/7/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين
اليقيت فيرست لتدقيق الحسابات ش ذ م م العنوان: مكتب رقم 807 ملك بارتا
سارادي شورى بيدهان شاندا شورى - الخليج التجاري - هاتف: 04-4504761
فاكس: 04-2529866 مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المحول

الامارات العربية المتحدة
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
محكمة الشارقة الاتحادية
إعلان حضور اجتماع بالوصول المرئي عن بعد
في القضية رقم (4/0004951/SHCFCICIVS2024) التجاري
إعلان بالنشر في صحيفة واسعة الانتشار

بناء على طلب: المدعي (د) - محمد سالم محمد سالم الحمادي
إلى: المدعى عليه: (م) - نور محمد عبيدالله محمد العنزي صالح
المدعى عليه: منار محمد عبيدالله محمد العنزي صالح
مطالب فيها: الزام المدعي عليه بمساعده في قهره (46600 درهم) مع الفائدة القانونية 12% من تاريخ المطالبة
حتى السداد التام.

3. الزام المدعي عليه بالرسوم والضرائب
انت مكتب بحضور الاجتماع المرئي رقم EM00106594 والمقرر بتاريخ 8/10/2024 الساعة 08:30
في محكمة الشارقة الاتحادية دائرة اليوم الواحد المدنية الدائرة الخامسة عن بعد بواسطة الاتصال المرئي
عبر موقع وزارة العدل
بوابة الجلسات الاجتماعات المرئية Meeting and Video Conferencing: <https://smartjustice.moj.gov.ae/chrysalis/f/e/Meeting/search/>
إجمالي: رقم الاجتماع: EM00106594
ويمكنكم تقديم المذكرة الجوابية على الدعوى وارفاق المستندات عبر النظام الالكتروني.

مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان بموعد جلسة إدارة دعوى بالنشر
رقم الدعوى رقم 2024/867/1024 ابتدائي تجاري

بناء على طلب مدعي / شركة مجموعة الإمارات للإتصالات مجموعة
الإتصالات ش م ع - الجنسية - الى مدعى عليه / محمد عارف محمد
أمير الجنسية / باكستان - فأنت مكلف بالحضور امام محكمة رأس الخيمة
الإبتائية شخصيا او بواسطة وكيل معتمد عندك في الساعة 10.00 من
يوم الخميس الموافق 2024/10/10، للإجابة على الدعوى وتقديم ما
لديك من بيانات ودفع، وفي حالة تخلفك عن الحضور أو إرسال وكيل عندك
في الوقت المحدد فإن المحكمة ستباشر الدعوى غيابيا.

مدير الدعوى

الامارات العربية المتحدة
حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان بموعد جلسة إدارة دعوى بالنشر
رقم الدعوى رقم 2024/860/1024 ابتدائي تجاري

بناء على طلب مدعي / شركة مجموعة الإمارات للإتصالات مجموعة الإتصالات ش م ع
الجنسية - الى مدعى عليه / امير طيب محمد افضل / الجنسية / باكستان
فأنت مكلف بالحضور امام شخصيا او بواسطة وكيل معتمد عندك في الساعة 7.00 من يوم
الاثنين الموافق 2024/10/7، للإجابة على الدعوى وتقديم ما لديك من بيانات ودفع،
وفي حالة تخلفك عن الحضور أو إرسال وكيل عندك في الوقت المحدد فإن المحكمة ستباشر
الدعوى غيابيا. تتنص المدعية من المحكمة المؤقرة: 1. التصريح بتسجيل الدعوى
وإعلان المدعي عليه بصورة من لائحته ومرفقاته. 2. الزام المدعي عليه بمساعده مبلغ
وقدره (27.15.85) مبيغا سبعة وعشرون ألف وسبعمائة وخمسة عشر درهم وخمسة
وماضين فلس، مع الفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ رفع الدعوى وحتى السداد
التام. 3. الزام المدعي عليه بالرسوم والضرائب ومقابل انجاب الحمامة.

مدير الدعوى

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 2023/0003910/AJCFICIRSTATE2023 عقاري

إلى: المحكوم عليه / تاج الواحة للوساطة العقارية - العنوان: 9901111
جلف هايتس م م ح - العنوان: 9901112

نحيطكم علما بأنه بتاريخ 14/8/2024 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى
بالرقم أعلاه لصالح / راشد جمعة عبيد السامسي التامسي - بالتالي: حكمت
الحكمة: أولا بفسخ عقد البيع في 15/9/2008 م، ثانيا: بإلزام الشريكتين المدعي
عليهما بان تردا للمدعية وقدره (382.040 درهم) (ثلاثمائة واثنان وثمانون
عشر ألف واربعمائة درهم) - ثالثا: بإلزام الشريكتين المدعي عليهما بان يؤدي للمدعي
مبيغا وقدره (100.000 درهم) (مائة ألف درهم) تعويضاً عما أصابها من اضرار
وفق ما ورد بأسباب الدعوى، والرتمتها بالرسوم والمصاريف. حكما قابلا للاستئناف
خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.

الحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0003389/SHCFCICIVS2024 تجاري

إلى المدعي عليه: سعيد سالم حمد لغويص السويدي - مجهول محل الإقامة
بناء على طلب المدعي (د) ، بتلك ذي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)
وعنوانه / عنوانها المختار إمارة دبي الكرامة شارع أم هرير جوار مختبر دبي المركزي بناية
الزمررة الطابق الخامس بلوك B 53 ايجيل info.dubai@aiwifaqlegal.com
مكانه رقم 2963792803 هاتفه 04-2283414

انت مكلف بالحضور بجلسته 9/10/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة
الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 3) شخصيا او
بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك
خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها
اعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 30/9/2024 م.

مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الاستئنافية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الاستئنافية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0000672/AJCAPCIBANK2024/الافلاس

إلى المدعي عليه: شركة تراس إمارات للبترول - ش م ح
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسته 15/10/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الاستئنافية المدنية - مكتب رقم (مكتب
مدير الدعوى - الاستئناف 1) شخصيا او بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم
مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا
تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها
اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 17/9/2024 م.

مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الاستئنافية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الاستئنافية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0000672/AJCAPCIBANK2024/الافلاس

إلى المدعي عليه: بيتكو ايرجي لاندز - ذ م م
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسته 15/10/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الاستئنافية المدنية - مكتب رقم (مكتب
مدير الدعوى - الاستئناف 1) شخصيا او بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم
مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا
تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها
اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 17/9/2024 م.

مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
محكمة الشارقة الاتحادية
إعلان حضور اجتماع بالوصول المرئي عن بعد
في القضية رقم (4/0005019/SHCFCICIVS2024) التجاري
إعلان بالنشر في صحيفة واسعة الانتشار

بناء على طلب: المدعي (د) - مؤسسة الاونو التطوعي
إلى: المدعى عليه: مهدي غريب بزيك
1. الزام المدعي عليه بمبلغ (9542) درهم بالإضافة الى الفائدة القانونية (9%) من تاريخ 13/11/2023
2. الزام المدعي عليه بدفع الرسوم والضرائب والاعباء الحمامة.
انت مكتب بحضور الاجتماع المرئي رقم EM00106807 والمقرر بتاريخ 14/10/2024 الساعة
08:30 والذي سيحدث في محكمة الشارقة الاتحادية دائرة اليوم الواحد المدنية الدائرة الخامسة عن
بعد بواسطة الاتصال المرئي عبر موقع وزارة العدل
بوابة الجلسات الاجتماعات المرئية Meeting and Video Conferencing: <https://smartjustice.moj.gov.ae/chrysalis/f/e/Meeting/search/>
إجمالي: رقم الاجتماع: EM00106807
ويمكنكم تقديم المذكرة الجوابية على الدعوى وارفاق المستندات عبر النظام الالكتروني.

مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0003389/SHCFCICIVS2024 تجاري

إلى المدعي عليه: سعيد سالم حمد لغويص السويدي - مجهول محل الإقامة
بناء على طلب المدعي (د) ، بتلك ذي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)
وعنوانه / عنوانها المختار إمارة دبي الكرامة شارع أم هرير جوار مختبر دبي المركزي بناية
الزمررة الطابق الخامس بلوك B 53 ايجيل info.dubai@aiwifaqlegal.com
مكانه رقم 2963792803 هاتفه 04-2283414

انت مكلف بالحضور بجلسته 9/10/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة
الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 3) شخصيا او
بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك
خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها
اعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 30/9/2024 م.

مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0001947/AJCFICICOMS2024 تجاري

إلى: المحكوم عليه / فريد سراج سيد ، العنوان: 10118647
بروكي ميكيبك ايبايشي - العنوان: 10118648
ازيب اينتايم جيديتي ، العنوان: 10118649

نحيطكم علما بأنه بتاريخ 26/9/2024 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرقم
أعلاه لصالح / عيد العزيز محمود حارب خميس الشامي - بالتالي: حكمت المحكمة: بإلزام
المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبيغا وقدره (2.730.000 درهم) (اثنان مليون وسبعمائة
وثلاثون ألفا درهما) والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ رفع الدعوى وحتى تمام السداد،
والرتمتها بالرسوم والمصاريف ومبمبلغ ألف درهم مقابل انجاب الحمامة. حكما قابلا للاستئناف
خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.

الحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0001947/AJCFICICOMS2024 تجاري

إلى: المحكوم عليه / فريد سراج سيد ، العنوان: 10118647
بروكي ميكيبك ايبايشي - العنوان: 10118648
ازيب اينتايم جيديتي ، العنوان: 10118649

نحيطكم علما بأنه بتاريخ 26/9/2024 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرقم
أعلاه لصالح / عيد العزيز محمود حارب خميس الشامي - بالتالي: حكمت المحكمة: بإلزام
المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبيغا وقدره (2.730.000 درهم) (اثنان مليون وسبعمائة
وثلاثون ألفا درهما) والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ رفع الدعوى وحتى تمام السداد،
والرتمتها بالرسوم والمصاريف ومبمبلغ ألف درهم مقابل انجاب الحمامة. حكما قابلا للاستئناف
خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.

الحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0002441/AJCFICICIVS2024 مدني

إلى المدعي عليه: نور فؤاد محمد زكي غنام
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسته 9/10/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب
مدير الدعوى 1) شخصيا او بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية
على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة
ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك
مدعي عليه.
حرر بتاريخ 25/9/2024 م.

مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0005444/AJCEXCIBOUNCE2024 الشيكات المرتجعة

إلى المدعى عليه: علي محمد عراك الاصم
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ سينساروما سيبشيتايليس م م ح - في القضية المشار اليها اعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد
لذلك، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي:
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف: 240567.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7)
ايام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن
الحكمة ستستخدم بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0001947/AJCFICICOMS2024 تجاري

إلى: المحكوم عليه / فريد سراج سيد ، العنوان: 10118647
بروكي ميكيبك ايبايشي - العنوان: 10118648
ازيب اينتايم جيديتي ، العنوان: 10118649

نحيطكم علما بأنه بتاريخ 26/9/2024 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرقم
أعلاه لصالح / عيد العزيز محمود حارب خميس الشامي - بالتالي: حكمت المحكمة: بإلزام
المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبيغا وقدره (2.730.000 درهم) (اثنان مليون وسبعمائة
وثلاثون ألفا درهما) والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ رفع الدعوى وحتى تمام السداد،
والرتمتها بالرسوم والمصاريف ومبمبلغ ألف درهم مقابل انجاب الحمامة. حكما قابلا للاستئناف
خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.

الحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0001947/AJCFICICOMS2024 تجاري

إلى: المحكوم عليه / فريد سراج سيد ، العنوان: 10118647
بروكي ميكيبك ايبايشي - العنوان: 10118648
ازيب اينتايم جيديتي ، العنوان: 10118649

نحيطكم علما بأنه بتاريخ 26/9/2024 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرقم
أعلاه لصالح / عيد العزيز محمود حارب خميس الشامي - بالتالي: حكمت المحكمة: بإلزام
المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبيغا وقدره (2.730.000 درهم) (اثنان مليون وسبعمائة
وثلاثون ألفا درهما) والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ رفع الدعوى وحتى تمام السداد،
والرتمتها بالرسوم والمصاريف ومبمبلغ ألف درهم مقابل انجاب الحمامة. حكما قابلا للاستئناف
خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.

الحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 2024/0003729/AJCEXCIVS2024 تجاري

إلى المحكوم عليه: ميتالكو نقالات تشييد الانشاء المدنية (ذ م م) ويمثلها السيد / جيفرغيس
تركان نادايل ابراهيم - حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المنفذ /
روائع الزهور لتجارة المنظفات والمطهرات - في القضية المشار اليها اعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما
ان الحكم المطلوب تنفيذ كالآتي: المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف: 44063.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) ايام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخدم بحقك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان بالنشر
رقم (2394/2024)

طلب الإعلان: اجيب اسحاق عبيد الله العشي - الاماراتي الجنسية
العنوان: الشارقة منطقة برزخ فيلا رقم 4/7 - م (ملكون وخمسماية الف) درهم إماراتي
obaidalazam2014@gmail.com - 0507977223
بوكله الحامين / عبيد الغلام وحشد الغلام
المن: علي، مسيحي بخيت وأولاد ميرك العشي - الاماراتي الجنسية
العنوان: الشارقة منطقة برزخ فيلا رقم 4/7 - م (ملكون وخمسماية الف) درهم إماراتي
0545041164 / 0505911979 - الجيغيف

انه بتاريخ 7/05/2024 (أصدر المطلوب إعلانه شيكا برقم (000044) مسحوبا على بنك الاتحاد الوطني)،
ويعا أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم
المطلوب تنفيذ كالآتي: المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 132950 درهم
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) ايام من تاريخ إعلانك
/ إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخدم بحقك إجراءات التنفيذ
الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الابتدائية الشرعية الاحوال الشخصية
في الدعوى رقم 2024/0004986/AJCFISHPAF2024/الاحوال الشخصية

إلى محمد يسلم محمد الوهي
مجهول محل الإقامة، إدارة التأمين الاجتماعي 3 شارع الخليج رقم 00 64
مستعلم بلوك (د) - رقم ايميل
العنوان: رحمن الوهي - 53637917
رقم 155 - بالقرب من مركز مرشد الصناديق - موبايل رقم 0504000505

حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ /
الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها اعلاه - وبما أن المحكوم له المذكور
قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذ
كالآتي: المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف: 81864.0 درهم
لذلك بموجب هذا أنت مكلف بتنفيذ ما جاء اعلاه خلال 7 ايام من تاريخ اليوم التالي
لتبليغكم، وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخدم بحقك إجراءات التنفيذ
الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0005190/SHCFCICOMS2024 تجاري

إلى المدعى عليه: راشد حسين محمد حسين - مجهول محل الإقامة
معلمك بان المدعي / ايزي لابين لخدمات التوصيل في الدعوى رقم 5190/2024
دائرة اليوم الواحد التجارية الرامية - في القضية المشار اليها اعلاه مطالب فيها: الزام
المدعي عليه بدفع مبلغ (12485) درهم قيمة الشيك مع الزام المدعي عليه بدفع الرسوم
والضرائب. انت مكلف بالحضور بجلسته 10/10/2024 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى
رقم 7) شخصيا او بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها
كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في
الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 1/10/2024 م.

مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٣٦٧ بتاريخ ٢٠٢٤/١٠/٢
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2024/0006695/AJCEXCIBOUNCE2024 الشيكات المرتجعة

إلى المدعى عليه: ملك فرحت الله خان ملك زادا اكرم الله خان
العنوان: إمارة الشارقة - الجاز - مبنى الويس - شقة رقم 704 - بالقرب من سوبر ماركات
حبات - موبايل رقم 0503570366

حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ ضد ذي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها اعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذ كالآتي: المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 43990
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) ايام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخدم بحقك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

منوعات

الفكر

27

تجربة فنية جديدة يخوضها الممثل السوري سامر إسماعيل في مسلسل (العميل)، كما يتحضر للمشاركة في الموسم الرمضاني المقبل بمسلسل جديد مع المخرجة رشا شربتجي يجمعه بنخبة من نجوم الدراما السورية.

إسماعيل، تحدث في هذا الحوار عن هذين العاملين، وعن أمور فنية أخرى.

الدراما السورية المحلية تعيش مرحلة التعافي حالياً

سامر إسماعيل: أتعلم من تجاربي وأصبحت اليوم أكثر نضجاً



• بصراحة، هل بات الممثل يفضل المشاركة في الأعمال التركية المخرجة على المشاركة في الأعمال المشتركة أو المسلسلات المحلية؟
- بالنسبة إلي، كل نوع من هذه الأعمال له متعة ومساحة من الإبداع ويتيح التعرف على أناس جدد وطريقة عمل جديدة. وأنا حريص على التواجد فيها جميعاً ولا أفضل نوعاً على الآخر، بل أجد أن هذا الأمر يمنح الممثل غنى وثرى في تجربته، وأنا شخصياً أحب تكريس هذا المسار. مثلاً، العام الماضي شاركت في المسلسل السوري (ولاد بديعة)، وحالياً أعرض لي مسلسل (العميل)، كما شاركت قبلهما في عدد من الأعمال المشتركة. وبني رأياً، أن مشاركة الممثل في كل تلك الأنواع من الأعمال تمنحه الفرصة كي يعيش في كل نوع منها تجربة خاصة ومختلفة عن الأنواع الأخرى.

• هل تعتبر أن 2024 تشكل محطة في مسيرتك الفنية، خصوصاً أنك كنت حققت نجاحاً كبيراً في مسلسل (عمر بن الخطاب) ثم حققت الأضواء عنك إلى أن عدت هذه السنة بقوة من خلال عملي ناجحين جداً هما (ولاد بديعة) و(العميل)؟
- الحمد لله، الأمور في تقدم مستمر، وأنا أتعلم من تجاربي وأصبحت اليوم أكثر نضجاً وأعرف أين وكيف أتواجد أكثر. كما شاركت قبل هذين المسلسلين في فيلم (تشيللو)، وهي كانت تجربة عظيمة من بطولتي وبمشاركة الممثل العالمي الذي فاز بجائزة الأوسكار جيرمي آيرووز وتوبين بل ومجموعة من الأساتذة الكبار، وهو أول فيلم رعب عربي تم تنفيذها بميزانية ضخمة جداً. وقبله شاركت في عشر حلقات من مسلسل (كسر عضم) الذي حقق نسبة مشاهدة عالية جداً. الحمد لله، الخيارات التي أقدمت عليها خلال الفترة الماضية كانت كلها موفقة، وبشكل عام أنا سعيد بالنتائج.

• ولكن مسلسل (ولاد

بديعة) كان الأبرز كمتابعة وحضور وانتشار مقارنة بالأعمال الأخرى التي عرضت معه، وكذلك مسلسل (العميل) الذي كسر رتابة الأعمال الأخرى التي تصنف من النوع نفسه؟
- لا شك أن المسلسل (العميل) نوع مختلف ولا يشبه أي عمل تركي معزب عرض قبله، والناس تقاؤوا به كثيراً ولم يتوقعوا أن يكون بمثل هذه الجودة. أما (ولاد بديعة)، فنجح كثيراً وأنا أحبه كثيراً.

• أي مرحلة تعيشها اليوم الدراما السورية المحلية؟
- هي في مرحلة التعافي حالياً وأتمنى أن تستمر في صعودها.

• وهل أنت متفائل بمستقبلها؟
- أنا متفائل دائماً.

• هل يمكن القول إن السينما تبقى هاجساً وحلماً عند الممثل مهما قدم أدواراً وأعمالاً قيمة ومهمة في المجالات الأخرى. مع أنها فقدت الكثير من رصيدها بوجود المنصات بعدما أصبحت غالبية الأفلام تعرض عليها وليس في الصالات؟
- بوجود المنصات انتقلت الشاشات الكبيرة إلى البيوت، كما أن الدراما التلفزيونية تشهد انتعاشاً لافتاً وبدأت تحقق شيئاً من طريقة التصوير أو الطرح السينمائي، على الأقل في الأعمال القصيرة أو تلك التي تعرض على المنصات والتي لا تعتمد قصتها على الـ 30 حلقة. المسلسلات العالية يتم تصويرها وطرحها بأدوات سينمائية.

بالنسبة إلي هو الاستمرار بالعمل بنفس العقليّة والبحث الدائم عن الأفضل.

• ما حجم القلق الذي يعيشه الممثل بعد كل عمل ناجح؟
- القلق موجود ولكن لا يُفترض أن يتحوّل إلى هاجس. وحالة البحث وعدم القبول بالسهل يجب أن تستمر عند الممثل.

• في النهاية لا شيء مضموناً، ونجاح أي عمل جديد هو رهن بالتفاعل الجماهيري معه؟
- هذا صحيح. لا شك أن النجاح بولد القلق، ولذلك يفترض أن يكون الممثل أكثر حرصاً في اختياراته وأن يحافظ على ما حققه ووصل إليه.

• وهل لديك طموحات بعيداً عن التمثيل كالتحول إلى الإخراج مثلاً؟
- بل أفضل التمثيل، ولكنني أراغب وأتابع أعمال المخرجين. أنا أحب مهنتي كما أحب الاستمرار فيها.

• وهل تؤيد اتجاه بعض الممثلين نحو الإخراج؟
- طبعاً، خصوصاً إذا كان الممثل يحب الإخراج ولديه رغبة ومشروع يريد تحقيقه.

• وكم تراهن على عمك المقبل الذي سيشارك فيه عباس النوري وسلافة معمار وعبد النعم عامري؟
- هذه بعض الأسماء التي تم الإعلان عنها، وهو من إخراج رشا شربتجي ولكننا مازلنا في مرحلة القراءة ولا يوجد ما يمكن أن نتحدث عنه بخصوصه.

أبطال مسلسل جودر يستأنفون التصوير للعرض في رمضان المقبل

يستأنف أبطال مسلسل جودر بطولة النجم ياسر جلال التصوير الأيام المقبلة من العمل داخل الديكور الأساسي للعمل في مدينة الإنتاج الإعلامي، وذلك بعد توقف لفترة زمنية لترتيب الأوضاع والديكورات وخلافه، حيث يعود المسلسل للتصوير من أجل العرض في رمضان المقبل، من إخراج إسلام خيرى. ويتبقى ما يقرب من 16 يوماً على الانتهاء من تصوير العمل بالكامل ليُدخل بعدها إلى غرف المونتاج والمكساج بسرعة قصوى، نظراً لانشغال أبطال العمل بأعمال أخرى في رمضان المقبل.

مسلسل جودر بطولة ياسر جلال، نور اللبنانية، ياسمين رئيس، تارا عماد، وفاء عامر، جيهان الشماشجي، عبد العزيز مخيون، أحمد بدير، وليد



رنا رئيس تصور مسلسل حياة أو موت

تصور الفنانة الشابة رنا رئيس دورها في مسلسل حياة أو موت بطولة النجمة حنان مطاوع، المكون من 10 حلقات، من إخراج هاني حمدي، حيث تجسد رنا دوراً محورياً في أحداث العمل الذي تدور أحداثه في إطار تشويقي اجتماعي، من إنتاج أحمد السبكي، وجاء اختيار المخرج هاني حمدي لرمنا رئيس بعد تألقها في العديد من الأدوار في السينما والتلفزيون. ويشارك في بطولة مسلسل حياة أو موت كل من أحمد الرفاعي، ومحمد علي زرق وسلي عثمان وآخرون.

ويعرض لرنا رئيس حالياً مسلسل بعنوان إنترفيو مكون من 10 حلقات، ويشارك في بطولة خالد شباط وممدو عادل وديانا هشام وحازم إيهاب ومحمد العمروسي وسارة نور ونور بدر وخالد جواد ومونيكا الفونس، وعدد آخر من الفنانين وضيوف الشرف، وإخراج أحمد خالد أمين. ومن المقرر أن تشارك رنا رئيس في بطولة الجزء الثالث من مسلسل موضوع عائلي، من إخراج أحمد الجندي ويشارك في بطولة المسلسل كلا من النجوم ماجد الكدوانى، طه دسوقي، سما إبراهيم، محمد رضوان، وآخرون.



الفكر

بشرط واحد.. دراسة تكشف عن تأثير إيجابي لألعاب الفيديو



ومع ذلك، يقولون إن الدراسة تسلط الضوء على التأثير المعقد لوقت الشاشة على الصحة العقلية. وكتب فريق البحث في مجلة Nature Human Behaviour: "أشارت جميع تقديراتنا إلى وجود ارتباطات إيجابية بين ألعاب الفيديو والرضا عن الحياة، وهو اكتشاف يتعارض مع بعض التصورات العامة حول الألعاب، إلا أنه يتوافق مع الدراسات الحديثة". وفي تعليقه على الدراسة، قال الدكتور مايك كوك، المحاضر الأول في علوم الكمبيوتر في كينغز كوليدج لندن: "إن البحث الذي يساعد الناس على فهم فوائد اللعب مفيد للجميع، وخاصة عندما يتعلق الأمر بالألعاب الفيديو، فهي مهمة للأطفال والبالغين من جميع الأعمار، وتزداد أهميتها بشكل متزايد للأجيال الأكبر سناً كمصدر للتواصل الاجتماعي والتحديات العقلية".

كشفت دراسة جديدة عن "تأثير إيجابي وغير متوقع" لألعاب الفيديو لدى الأشخاص من مختلف الأعمار، ولكن بشرط واحد فقط. غالباً ما يُعتقد أن ألعاب الفيديو ضارة بالصحة، خاصة للأطفال، مع مخاوف من أنها يمكن أن تسبب مشاكل في النمو والتواصل الاجتماعي، وتعزز العنف وتؤدي إلى الإدمان. لكن دراسة أجريت على أكثر من 97 ألف شخص تتراوح أعمارهم بين 10 و69 عاماً، بقيادة جامعة Nihon في طوكيو، وجدت أن ألعاب الفيديو قد تُحدث تأثيراً إيجابياً على الصحة العقلية، "بشرط ألا تزيد مدة ممارسة هذه الألعاب عن 3 ساعات في اليوم". كما ثبت أنها تحسّن من الرضا عن الحياة وتقلل من الضغوط النفسية. وفي الوقت نفسه، يحذر الباحثون من أن جمع بيانات الدراسة أثناء جائحة "كوفيد-19"، بين عامي 2020 و 2022، قد يؤثر على النتائج.

اكتشاف جديد يمنح الأمل في علاج سرطان البنكرياس القاتل

يعرف سرطان البنكرياس بأنه مرض عدواني لا يتوفر له سوى عدد قليل من العلاجات، ولكن العلماء حول العالم يعملون بجهد لتحسين خيارات العلاج.

وبهذا الصدد، كشف فريق من علماء جامعة أوساكا في اليابان، عن "جسم مضاد للبروتين المرتبط بالهيكل الخلوي 4 (مضاد لـ CKAP4)"، ويمنع هذا الجسم المضاد بروتينا آخر، DKK1 (Dkkopf 1)، من تنشيط CKAP4-DKK1، وهو مسار مهم يحفز نمو الخلايا السرطانية وانتشارها.

وأوضح الفريق أن CKAP4 هو مستقبل خلوي، أي بنية في الجزء الخارجي من الخلايا يمكن تنشيطها بواسطة بروتين معين. وفي هذه الحالة، يتم تنشيط CKAP4 بواسطة DKK1 لتعزيز نمو الورم. وعادة، تشير مستويات DKK1 وCKAP4 المرتفعة لدى المرضى إلى توقعات سيئة لتطور المرض. وبالتالي حدد العلماء مسار CKAP4-DKK1 كهدف لعوامل علاجية جديدة.

وقال المعد الرئيسي للدراسة، ريويتا سادا: "بدأنا بجسم مضاد من الفئران مُعد التركيب، وكان التحدي الذي واجهناه هو تطوير شكل بشري من هذا الجسم المضاد، الذي يمكنه تحقيق التأثير نفسه المسجل في نماذج الفئران، بحيث يمكن استخدامه بأمان لدى البشر".

وللتقييم بذلك، أكد العلماء أولاً أن الجسم المضاد المعاد التركيب لـ CKAP4، يثبط إشارات CKAP4-DKK1 وتكوين الورم في فئران المختبر التي تلقت عمليات زرع خلايا ورمية بشرية.

وبعد ذلك، استخدموا الجسم المضاد المعاد التركيب كأساس لتطوير الجسم المضاد البشري: Hvl1t1.

ووجد الدراسة أن Hvl1t1 كان قادراً على الارتباط بـ CKAP4 بشكل أكثر فعالية من الجسم المضاد الأصلي. كما يثبط تكوين الشكل الكروي للورم، وهو مقياس لقدرة الخلايا الجذعية السرطانية على التكاثر إلى مستعمرات على شكل كرة.

ويقول أكيرا كيكوتشي، المعد الرئيسي للدراسة: "بعد أن طورنا الجسم المضاد البشري، اختبرناه على العديد من نماذج الفئران البنكرياسية، وكانت النتائج واعدة للغاية".

ووجد الفريق أن Hvl1t1 قمع تكوين الورم لدى الفئران التي تلقت عمليات زرع سرطان البنكرياس (من أصل حيواني وبشري). كما ساعد في تعديل ردود الفعل المناعية المضادة للورم.

ثم اختبر العلماء استجابة نماذج الفئران لعلاج تضمن مزيجاً من Hvl1t1 وأدوية العلاج الكيماوي، ووجدوا أن العلاج المركب كان أفضل من استخدام الدواء وحده.

كما يمكن أن يؤدي استخدام Hvl1t1 مع العلاج الكيماوي إلى تقليل الجراثم والسمية الناتجة عنها.

وتفتح النتائج الباب أمام المزيد من الأبحاث حول الأجسام المضادة البشرية، على أمل تحسين علاج المرضى من أحد أخطر أنواع السرطان. نشرت الدراسة في مجلة Cancer Science.



الممثلة الكوميدية الأمريكية آيو إيديبيري لدى وصولها إلى حفل BoF 500 Gala على هامش أسبوع الموضة في باريس. (ا ف ب)

قرأت لك

البقدونس



كشفت أحدث الأبحاث الطبية أن نبات البقدونس غداء مثشط للذاكرة، كما أنه من أكثر النباتات احتواءً لفيتامين (C) وهو يفوق الليمون في ذلك وكذلك فيتامين (A) المفيد للبصر.

وقد ثبت بعد إجراء العديد من التجارب بأن البقدونس مفيد جداً لكثير من علل الجسم فهو يستخدم للتخفيف من الأم المعدة وللقضاء على دودة الأمعاء، كما أنه مدر للبول ومنظم للدورة الشهرية عند المرأة إذا أكل بانتظام مع وجبات الطعام.

في حين أن تناول البقدونس المجفف يفقد كافة عناصره الغذائية المهمة لذا ينصح بتناول البقدونس طازجاً ومن محصول اليوم للحصول على الفائدة التامة.

تنحصر فائدة البقدونس في أوراقه فقط حيث يؤكل مع السلطات المتنوعة واللحوم المشوية لمساعدته في التقليل من أضرار الكولسترول ولكونه فاتح شديد للشهية.

سؤال وجواب

- كلمة تطلق على الرجل الذي تكون أمه من غير قومه؟
النقيع
- كم عدد مخارج الحروف العربية؟
17
- سم هيلوبيرين يتم استخراجها من أحد النباتات فما هو هذا النبات؟
الكريسماس
- من هو أول طبيب عربي يحصل على جائزة إنجاز مدى الحياة؟
عاكف مغربي.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن مصادر التلوث العادي للطعام التي تجلب مختلف الأمراض هي: الفبار الأيدي المتسخة، الأواني الوسخة، والأواني تلعب دوراً مهماً في هذا المجال فيجب أن لا تكون مشرقة أو ملطمة. كذلك يجب أن تكون غير قابلة للصدأ.
- هل تعلم أن عدد نبضات القلب الطبيعي تقريباً 72 نبضة في الدقيقة أما عدد مرات التنفس في الدقيقة من 15. 18 مرة وهي تزيد عند الإصابة بالحمى إلى 30 مرة في الدقيقة، وتعتبر درجة حرارة الإنسان الطبيعية 37 درجة مئوية.
- النعامة تعيش حتى 75 عاماً وتظل قادرة على التكاثر حتى سن الخمسين.
- في مصر الفرعونية كان الأسبوع يتألف من 10 أيام.
- يتعين على معدة الإنسان أن تفرز بطانة مخاطية جديدة كل أسبوعين وإلا فإنها ستهضم نفسها.
- هناك نوع من النمل يشتهر باسم (النمل السفاح) وذلك لأنه يشن غارات على مستعمرات النمل المجاورة له حيث يقتل ملكاتها وينهب محتوياتها ثم يقتاد عدداً من ذلك النمل ويجبره على العمل كعبيد لديه!
- هل تعلم أن النزيف هو خروج الدم خارج الأوردة والشرايين لوجود فتحة ما كجرح، والنزيف عدة أنواع منه نزيف وريدي ونزيف شرياني. كذلك هناك نزيف داخلي ونزيف خارجي.

قصة القط الشجاع

خرجت ثلاث قطط لتتمشي معاً فافتتح أكبرهم وكان ضخماً الجسم الذهاب إلى الغابة فوافقته الأوساط الذي يكاد أن يقاربه في الحجم ولكن القط الصغير الضئيل لم يرد فقال له القط الكبير: اعرفك جيانا فلتمش في الخلف تحسباً لحدوث أي شيء فتهرب بسرعة.

فسكت القط الصغير أيضاً ولم يرد وسارا معاً في الطريق إلى الغابة.. وبعد أن وصلوا على مشارفها سمع الجميع صوت خطوات ثقيلة سريعة عالية فخاف القطان الكبيران وهربا مسرعين واختبئا خلف إحدى الأشجار وهم يصرخان على القط الصغير بأن يختبئ حتى لا تهرسه الأفيال، لكنه لم يستمع لهم واكمل سيره السريع بدونهم في الوقت الذي توقع فيه القطان الكبيران موته هرسا، وبعد دقائق جاء ليقول لهما أن القردة تصفق للقرود الصغير الذي استطاع أن يتسلق الأشجار للمرة الأولى، فلا تخافا.. فضحكا وقالوا معاً: لسنا خائفين كنا نختبرك، ثم اكملوا سيرهم وبعد فترة سمعوا صوت أزيز عال صم الأذان، اهتزت له الغابة، وتحركت الأشجار، فجري القطان الكبيران بسرعة ويحنا عن مكان امن للاختباء، وقالوا له: اختبئ سريعاً سرب النحل الأسود. فتركهم وذهب يركض لثلة عاليه ثم جاء ليقول: هناك طائرة خاصة بالبشر كانت تطير بالقرب من الغابة وهي من فعلت ذلك الصوت، فقالوا معاً بعد أن خرجا من مخبئتهما: نعم نعرف ذلك كنا نختبرك.. واكملوا سيرهم مسرعين إلى عمق الغابة فسمعوا صوت زئير عال جداً، بعدها امتلأ المكان بالغبغار، وكانت بعض الحيوانات الصغيرة تجري هنا وهناك، فصرخ القطان الكبيران وفررا هاربين من المكان إلى خارج تلك الغابة المشاكسة، في الوقت الذي اكمل فيه القط طريقه، وبعد فترة طويلة عاد اليهم وهم في البيت يتضوران جوعاً، وقال لهم: ماذا خفتم؟ كان هذا صوت شجرة كبيرة استقطها الحطاب فانارت الغبار واخفت الحيوانات، فهل كنتم تختبراني؟

وضحك وجلس ليأكل وجبة شهية وهي قطعة من اللحم مشوية اعطاهها الحطاب للقط الصغير بعد ان تعرفا وتصادفا وبعد ان انتهى قام ليجمع حاجياته ويقول لهما: سأذهب للعيش مع الحطاب صديقي، فقد تعبت من كثرة اختباراتكم لي...!

