

ص 22

شرطة أبوظبي تنشر الوعي
المروري بين «الجاليات»
لتعزيز سلامة الطرق



ص 27

"In Memoriam" .. حالة
إنسانية تحتوي على قدر كبير من
العمق والجمال والإخراج المتقن



احذر تنظيف شمع الأذن
بالطرق التقليدية

ص 23

المراسلات: ص ب 505
email.munawaat@alfajrnews.ae

كع عاماً من الدخل لشراء
منزل في أوروبا؟ ..

البرتغال مفاجأة القارة

سجلت أسعار المنازل ارتفاعاً كبيراً تتجاوز بكثير الدخل المحلية في معظم أنحاء أوروبا، ما جعل العاصمة البرتغالية لشبونة تصنف ضمن أقل أسواق الإسكان قدرة على تحمل التكاليف في القارة الأوروبية. ومن المثير للاهتمام أن شراء منزل في باريس ولندن متاح وبأسعار معقولة مقارنة بالدخول المحلية أكثر ما عليه في لشبونة، وفق تقرير لقناة "يورونيوز".

ويذكر التقرير أن البرتغال تسوق لنفسها لسنوات باعتبارها واحدة من أعظم قصص النجاح في أوروبا، شمس مشرقة، وأمان، وقطاع سياحي مزدهر، وجودة حياة. لكن وراء هذه الصورة المثالية التي تشبه البطاقات البريدية، يكمن أحد أكثر أسواق الإسكان توتراً وضغطاً في القارة. ووفق أحدث الأرقام الصادرة عن منصة البيانات "Numbeo"، أصبح شراء منزل في لشبونة الآن يكلف حوالي 18.7 ضعف الدخل السنوي المعتاد للأسرة. ومن بين المدن الأوروبية الكبرى، لا يضاهاها في هذا الارتفاع سوى مدينة "سبليت" الساحلية في كرواتيا. "السعر إلى الدخل" أحد المقاييس الأكثر استخداماً لقياس القدرة على تحمل تكاليف السكن. وتقارن هذه النسبة بين تكلفة شراء منزل وتعطي دخل الأسرة المتوسطة، لتبين عدد سنوات الأرباح المطلوبة لشراء عقار. وكلما ارتفعت هذه النسبة، ابتعدت المنازل عن متناول أولئك الذين يتقاضون أجوراً محلياً. ووفق "مايك لانجين" كبير الاقتصاديين الإسكان في بنك "ABN AMRO"، فأي نسبة تتجاوز 10 تشير بالفعل إلى سوق يعاني من مشكلات بالنسبة للمشتريين. وتستند هذه العتبة إلى قواعد التمويل العقاري القياسية التي تحصر تكاليف السكن بنحو 30% من دخل الأسرة، وتحدد عادة مدة القرض بـ 30 عاماً.



تشير أبحاث حديثة إلى أن سرعة تناول الطعام قد تؤثر بشكل مباشر في مستويات السكر بالدم، إذ ترتبط الوجبات السريعة بارتفاعات مفاجئة في الجلوكوز مقارنة بتناول الطعام بوتيرة أبطأ.

وأظهرت دراسات أن الأشخاص الذين ينهون وجباتهم خلال

أقل من 10 دقائق يواجهون ارتفاعات أكبر

وتقلبات أكثر في مستويات السكر

بعد الأكل، بينما

يساعد تناول

الوجبة خلال 20

إلى 30 دقيقة

على تحسين استجابة

الجسم وتنظيم مستويات الجلوكوز.

ويرجع الباحثون أن السبب يعود إلى عدة

عوامل، أبرزها عدم منح الجسم الوقت الكافي

لإرسال إشارات الشبع إلى الدماغ، ما يؤدي إلى استهلاك كميات أكبر

من الطعام والسرعات الحرارية. كما أن تناول الطعام بسرعة يقلل

من عملية المضغ، وهي مرحلة مهمة من الهضم تبدأ في الفم وتساعد

على تكسير الكربوهيدرات تدريجياً.

هل تأكل بسرعة؟ احذر من ارتفاع مفاجئ في سكر الدم

المسؤولة عن التحكم بالجوع والشبع. وتقوم هذه الخلايا بإنتاج مركب يسمى اللاكتات، الذي ينتقل بدوره إلى الخلايا النجمية المجاورة. ووجد الباحثون أن الخلايا النجمية تمتلك مستقبلات يُعرف باسم HCARI يستجيب لهذا المركب. وعند تنشيطه تطلق الخلايا مادة كيميائية تسمى الغلوتامات، لتنشط الخلايا العصبية المسؤولة عن كبح الشهية، ما يولد الشعور بالامتلاء.

وقال أرناندي إن المفاجأة كانت في تعقيد هذه السلسلة من الإشارات، إذ تتواصل الخلايا الثانية مع الخلايا النجمية، التي بدورها تنقل الرسالة إلى الخلايا العصبية. ورغم أن التجارب أجريت على نماذج حيوانية، فإن الباحثين يؤكدون أن هذه الخلايا موجودة أيضاً لدى البشر، ما يجعل هذا المسار هدفاً محتملاً لتطوير علاجات جديدة للسمنة مستقبلاً. ويأمل الفريق البحثي أن يؤدي فهم هذا النظام إلى ابتكار أدوية تستهدف الخلايا النجمية أو مستقبل HCARI تحديداً، بما قد يعزز العلاجات الحالية الخاصة بتنظيم الشهية.

يستخدمها الدماغ لإرسال إشارة الشبع بعد تناول الطعام، ما قد يفتح الباب أمام طرق جديدة لعلاج السمنة واضطرابات الأكل. ووفقاً لبحث نشر في دورية وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم، وأورد تفاصيله موقع «ساينس ديلي»، فإن العلماء اكتشفوا أن خلايا دماغية تسمى «الخلايا النجمية» تلعب دوراً أساسياً في تنظيم الشهية، رغم أن العلماء كانوا يعتقدون لسنوات طويلة أنها مجرد خلايا داعمة للخلايا العصبية. قاد الدراسة فريق من جامعة كونسبسيون في تشيلي بالتعاون مع باحثين من University of Maryland في الولايات المتحدة. وقال الباحث ريكاردو أرناندي، أستاذ علم الأحياء في الجامعة: «إن التفكير السائد كان يربط إشارات الشبع بالخلايا العصبية فقط، لكن النتائج الجديدة تظهر أن الخلايا النجمية تشارك أيضاً في تنظيم كمية الطعام التي يتناولها الإنسان».

وتبدأ العملية بعد تناول الطعام عندما يرتفع مستوى الجلوكوز في الدم. عندها ترصد خلايا متخصصة تُعرف باسم الخلايا الثانية هذا الارتفاع داخل منطقة تحت المهاد في الدماغ، وهي المنطقة

ويؤكد الخبراء أن المضغ الجيد وتناول الطعام ببطء لا يساهمان فقط في استقرار مستويات السكر، بل يساعدان أيضاً على تعزيز الشعور بالشبع وتقليل كمية الطعام المتناولة، ما قد يدعم التحكم في الوزن ويحسن صحة القلب. كما ربطت دراسات بين الأكل السريع وارتفاع الدهون الثلاثية وانخفاض مستويات الكوليسترول الجيد، ما يزيد من أهمية تعديل هذه العادة اليومية. وللحد من ارتفاعات السكر في الدم، ينصح المختصون بالتركيز على الأطعمة الغنية بالألياف، وتقليل الكربوهيدرات المكررة، وتناول البروتينات والدهون الصحية، إلى جانب ممارسة النشاط البدني بانتظام، خاصة بعد الوجبات. ويشدد الخبراء على أن تغيير وتيرة تناول الطعام قد يكون خطوة بسيطة، لكنها فعالة في دعم الصحة العامة وتحسين التحكم بمستويات السكر في الدم، خصوصاً لدى الأشخاص المعرضين للإصابة بالسكري أو المصابين به بالفعل.

مفتاح خفي في الدماغ

كشفت دراسة علمية حديثة عن آلية غير متوقعة

نزيف الأنف لدى الأطفال في موجات الحر .. كيف تتعامل معه؟

في فترات الحر الشديد، لا تقتصر تأثيرات الطقس على الشعور بالإرهاق أو الجفاف، بل قد تظهر أعراض أخرى تثير قلق الأهل، من بينها نزيف الأنف لدى الأطفال. ويؤكد اختصاصيو الصحة أن هذه الحالة تصعب أكثر شيوفاً خلال موجات الحر، لكنها غالباً لا تستدعي القلق إذا جرى التعامل معها بالطريقة الصحيحة. بحسب تقرير نشرته "هاف بوست". مع ارتفاع درجات الحرارة، يصبح الهواء أكثر جفافاً، ما يؤدي إلى تهيج الأغشية المخاطية داخل الأنف، وهو أحد الأسباب الرئيسية لزيادة حالات نزيف الأنف لدى الأطفال، بحسب ما أوضحه اختصاصيو الصحة. وقالت الدكتورة كريستيل شاكور، اختصاصية طب الأطفال، إن معظم حالات نزيف الأنف تكون بسيطة، وتنتج عن جفاف الأغشية الدموية الدقيقة داخل الأنف أو نتيجة حكه بشكل متكرر. ولإيقاف النزيف، تنصح شاكور بإبقاء الطفل في وضعية الجلوس مع إمالة الرأس قليلاً إلى الأمام، ثم الضغط برفق على الجزء اللين من الأنف لمدة تتراوح بين 10 و15 دقيقة من دون التوقف للتحقق من النزيف، لأن ذلك قد يؤدي لتشكيل الخثرة الدموية. ويحذر الخبراء من إمالة الرأس إلى الخلف، وهي ممارسة شائعة لكنها قد تؤدي إلى ابتلاع الدم، ما يسبب الغثيان أو القيء. وللوقاية، ينصح اختصاصيون بالحفاظ على ترطيب الطفل، واستخدام محلول ملحي لترطيب الأنف عند الحاجة، إضافة إلى تجنب العبث بالأنف وقص الأظافر بانتظام، خاصة خلال فترات الحر.

«الذاكرة الأيضية» .. هكذا يفهم

جسمك الحمية على أنها «مراجعة محتملة»

قاسياً أو نظاماً غذائياً منخفض السرعات بشكل مفرط، فإن الجسم يتذكر ذلك، موضحاً أن هذا التكيف يشمل تغييرات في الهرمونات المرتبطة بالجوع والشبع مثل الفريلين واللبتين، ما يؤثر على الشهية وكفاءة حرق الطاقة. كما يشير إلى مفهوم «نقطة التوازن» أو Set Point. وهي الوزن الذي يسعى الجسم للحفاظ عليه. ويقول إن هذه النقطة قد تتغير بعد الحميات القاسية، بحيث يتحول الوزن المستقر من مثلاً 70 كغ إلى 73 أو 74 كغ. ويرى أن ذلك يحدث لأن الجسم يرفع قدرته على تخزين الطاقة كإلية حماية، وليس بدافع سلب، بل كاستجابة تطورية للبقاء.

ويؤكد الخبراء أن عملية الأيض ليست نظاماً جامداً، بل آلية بيولوجية مرنة للغاية هدفها الأساسي ضمان بقاء الجسم على قيد الحياة. ويوضح اختصاصي علوم الرياضة كلوديو نيتو بقوله: «الأيض المثالي يريد منك أن تبقى حياً، سواء أعجبتك ذلك أم لا»، مشيراً إلى أن الجسم لا يفهم الحميات القاسية كخيار صحي، بل كإشارات على وجود مجاعة محتملة. ويشرح أن ما يصفه بالذاكرة الأيضية، يجعل الجسم يحتفظ بتجارب سابقة من الحرمان الغذائي. فعندما يمر الإنسان بفترات طويلة من تقليل السرعات، يبدأ الجسم بتفعيل آليات دفاعية للتكيف مع نقص الطاقة. ويضيف: «إذا خضت صياماً



أستراليا تضاعف الغرامات لحماية
الأطفال من منصات التواصل

أعلنت الحكومة الأسترالية، أنها تعزز مضاعفة الحد الأقصى للغرامات المفروضة على شركات التكنولوجيا في حال عدم التزامها بحظر استخدام الأطفال دون سن 16 عاماً منصات التواصل الاجتماعي، في خطوة تأتي وسط مؤشرات على محدودية تأثير الحظر المطبق بالفعل. ووفقاً للقرار الجديد، سترتفع الغرامة القصوى على الشركات المخالفة من 49.5 مليون دولار أسترالي إلى 99 مليون دولار أسترالي "نحو 68 مليون دولار أمريكي"، في حال تكرار عدم الامتثال للقواعد التنظيمية. كما تشمل الإجراءات تعزيز صلاحيات مفوضية السلامة الإلكترونية، وهي الجهة المسؤولة عن تنظيم الفضاء الرقمي في البلاد، بما يتيح لها إلزام منصات التواصل الاجتماعي بتقديم أدلة واضحة حول الإجراءات التي تتخذها لمنع المستخدمين دون 16 عاماً من إنشاء حسابات.



600 زيارة للمرضى في إطار الدعم المعنوي والنفسي

جمعية الإمارات للسرطان تعقد الملتقى السنوي في دبي

مساعدات مالية للمرضى بلغت قيمتها 5 ملايين درهم و773 ألفاً، استفاد منها 1040 مريضاً من 24 جنسية



على أرض الدولة من مرضى السرطان. ولفت إلى أن الجمعية عبر فروعها كافة نظمت في الشهور المنصرمة حوالي 600 زيارة لمرضى السرطان في إطار الدعم المعنوي والنفسي. كما تضمن الملتقى عرض فيديو عن مسيرة الجمعية وجهودها المتواصلة في زرع الأمل في نفوس المرضى، إضافة إلى تقديم شهادات حية وقصص ملهمة لأشخاص تغلبوا على المرض أثناء رحلة العلاج. وفي الختام كرمت الجمعية الشركاء والجهات الخيرية.

هذه الثقافة بهدف التقليل من الإصابات. مشيداً بالجهود الكبيرة التي تقوم بها القيادة الرشيدة ووزارة الصحة ووقاية المجتمع لمكافحة السرطان وتوفير الخدمات العلاجية في أفضل مستوياتها. وأشار الدكتور آدم محمد البلوشي، المدير التنفيذي في الجمعية إلى أن المساعدات المالية للمرضى التي قدمتها الجمعية خلال عام بلغت 5 ملايين درهم و773 ألفاً، استفاد منها 1040 فرداً من المقيمين

جاء ذلك خلال الملتقى السنوي للجمعية الذي عقد في قاعة ندوة الثقافة والعلوم دبي، بحضور عدد من الشخصيات والمسؤولين في القطاع الصحي، وممثلين عن الجهات الداعمة وأعضاء مجلس إدارة الجمعية والمتطوعين. وأكد الشيخ الدكتور سالم محمد بن ركاض رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات للسرطان على أهمية متابعة الجهود المجتمعية لرفع مستوى الوعي بالكشف المبكر عن أنواع السرطان، وترسيخ

•• دبي - الفجر

كشفت جمعية الإمارات للسرطان أنها قدمت مساعدات مالية للمرضى بلغت قيمتها 5 ملايين درهم و773 ألفاً، استفاد منها 1040 مريضاً من 24 جنسية من المقيمين على أرض الدولة وذلك في فترة 12 شهراً من عامي 2025 و2026.



هيئة الرعاية الأسرية تنظم جلسة حوارية بعنوان «الوقاية مسؤولية مشتركة» لحماية الأبناء من المخدرات

والتأهيل، مسلطاً الضوء على أهمية توفير الدعم المتكامل الذي يضمن انتقالاً سلساً من مرحلة التعافي إلى الاندماج المجتمعي. كما أكد المشاركون أهمية تعزيز الشراكات المؤسسية بما يسهم في تطوير مبادرات مستدامة تدعم حماية الأبناء وتعزيز استقرار الأسرة وتماسك المجتمع. وناقش المشاركون مع الحضور عدداً من المحاور المتخصصة المرتبطة بالوقاية المبكرة، والمخدرات المستحدثة وأساليب الاستدراج الحديثة، إلى جانب جهود العلاج والتأهيل للمتعافين. كما أكدوا أهمية تعزيز الشراكات المؤسسية بما يسهم في تطوير مبادرات مستدامة تدعم حماية الأبناء، وتعزيز استقرار الأسرة وتماسك المجتمع.

الأول في مواجهة الإدمان، واستعرضت الخدمات التخصصية التي توفرها الهيئة من خلال "بيوت منتصف الطريق" وخدمة الرعاية اللاحقة بما يدعم المتعافين ويعزز إعادة دمجهم في المجتمع. كما تحدث الرائد يوسف حسن الحمادي من مديرية مكافحة المخدرات في القيادة العامة لشرطة أبوظبي عن أهمية الشراكة الأمنية والاجتماعية في حماية الأبناء من المخدرات. فيما تناول العقيد الدكتور أحمد آل علي من جامعة زايد، عن سبل بناء الوعي لدى الطلبة، مؤكداً على الدور المحوري المؤسسات التعليمية في نشر ثقافة الوقاية وتعزيز السلوكيات الإيجابية. واستعرض الدكتور محمد الجنبيني، رئيس قسم الطب النفسي في المركز الوطني للتأهيل - أبوظبي، مسارات العلاج

السلوكية والاجتماعية، وترسيخ ثقافة المسؤولية المشتركة بين مختلف الجهات المعنية بحماية المجتمع. في كلمتها الافتتاحية، أكدت سعادة أسماء العزري، المدير التنفيذي لقطاع الحالات الأسرية في هيئة الرعاية الأسرية، أن مواجهة مخاطر المخدرات تتطلب تكاملاً في الأدوار بين الأسرة والمؤسسات التعليمية والجهات الأمنية والصحية والاجتماعية، مشيرة إلى أن رفع الوعي المجتمعي والتدخل المبكر وتمكين الأسر بالمعرفة والدعم المناسب تشكل ركائز أساسية للوقاية وحماية الأبناء. وفي خلال الجلسة، تحدثت الدكتورة علياء الجسمي، مدير إدارة بيوت الرعاية في هيئة الرعاية الأسرية، مؤكداً أن الأسرة هي خط الدفاع

•• أبوظبي - الفجر

نظمت هيئة الرعاية الأسرية جلسة حوارية مفتوحة بعنوان "الوقاية مسؤولية مشتركة.. نحو أسرة واعية ومجتمع آمن من المخدرات"، في مركز التواجد البلدي خليفة أ، وذلك بالتزامن مع اليوم العالمي لمكافحة إساءة استعمال المخدرات والاتجار غير المشروع بها، بمشاركة عدد من الجهات الحكومية والخبراء والمختصين في مجالات الوقاية والعلاج والتأهيل. وتأتي الجلسة في إطار جهود الهيئة الرامية إلى رفع الوعي المجتمعي وتمكين الأسر من أداء دورها الوقائي في حماية الأبناء من المخاطر

شرطة أبوظبي تنشر الوعي المروري بين «الجاليات» لتعزيز سلامة الطرق

الدوري للمركبات، ولاسيما الإطارات خلال فصل الصيف، والتوعية بمخاطر استخدام الدراجات الكهربائية "السكوترات" وضرورة الالتزام بإجراءات السلامة، فيما شهدت الفعالية تفاعلاً واسعاً من الحضور، حيث قامت دورية السعادة بتوزيع الهدايا على الجمهور، في إطار تعزيز مفاهيم السعادة والإيجابية وترسيخ الثقافة المرورية لدى أفراد المجتمع.

الأرواح والممتلكات وأوضح أن الفعالية تضمنت ورشاً توعوية تناولت أبرز القوانين والأنظمة المرورية، وأهمية الالتزام بالسرعات المحددة، واستخدام حزام الأمان، والعبور الآمن للمشاة، إلى جانب التحذير من مخاطر الانشغال بالهاتف أثناء القيادة، لما يشكله من تهديد مباشر لسلامة مستخدمي الطريق وأشار إلى أن الفعالية اشتملت كذلك على برامج تفاعلية استهدفت الأسر والأطفال، ركزت على أهمية الفحص

«أمن الطرق الذكي»

وأكد العميد سيف حمد الزعابي، مدير مديرية المرور والدوريات الأمنية بالإمارة، أن مشاركة شرطة أبوظبي في الفعاليات المجتمعية تأتي انطلاقاً من حرصها على ترسيخ الشراكة المجتمعية وتعزيز الوعي المروري من خلال رسائل توعوية تقدم بلغات متعددة، بما يسهم في رفع مستوى الالتزام بقواعد السير والمرور، والحد من الحوادث، وحماية

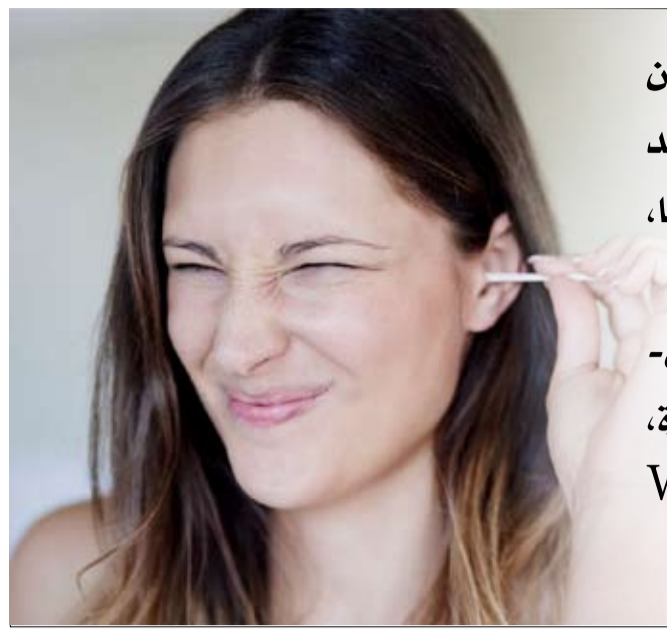
•• أبوظبي - الفجر

شاركت مديرية المرور والدوريات الأمنية، في فعالية مجتمعية خصصت للجاليات الآسيوية في نادي أبوظبي الرياضي، ضمن جهودها المتواصلة لتعزيز الوعي المروري ونشر ثقافة السلامة على الطرق بين مختلف فئات المجتمع، بما يدعم الأولوية الاستراتيجية لشرطة أبوظبي في



منوعات العلاج

23



أكدت مراجعة علمية منشورة في المجلة الدولية للعلوم الجزيئية أن شمع الأذن يؤدي أدوارا وقائية مهمة داخل قناة الأذن، إذ يساعد على حمايتها من الميكروبات ويحافظ على توازن الرطوبة فيها، ويوفر بيئة داخلية تساهم في منع نمو البكتيريا والفطريات. واعتمدت المراجعة -التي نُشرت في يناير/كانون الثاني الماضي- على تحليل دراسات علمية منشورة في السنوات الـ 15 الأخيرة، جُمعت من قواعد بيانات بحثية مثل PubMed و Web of Science و Scopus.

يتكون من إفرازات طبيعية وبقايا خلايا جلدية

خط دفاع وليس عدوا . . احذر تنظيف شمع الأذن بالطرق التقليدية



ويساعد الشمع أيضا على الحفاظ على درجة حموضة مناسبة داخل قناة الأذن، مما يحول دون نمو الكائنات الدقيقة الضارة. ويوجد نوعان رئيسيان من شمع الأذن: شمع جاف وهش يميل لونه إلى الأصفر أو الرمادي ويظهر غالبا لدى ذوي الأصول الآسيوية والسكان الأصليين للأمريكتين، وشمع رطب لزج ورزق وهو أكثر شيوعا لدى ذوي الأصول الأفريقية والأوروبية. وتشير المراجعة إلى أن أصحاب الشمع الجاف قد يكونون أقل عرضة لالتهابات الأذن مقارنة بأصحاب الشمع الرطب.

وتوضح المراجعة العلمية أن شمع الأذن -أو ما يعرف طبيا باسم "الصمغ"- يتكون من إفرازات طبيعية وبقايا خلايا جلدية، ويعمل بطريقة ذكية تشبه نظام تنظيف ذاتي مستمر. فمع حركة الفك أثناء الكلام أو المضغ، ومع نمو الجلد داخل قناة الأذن، يتحرك الشمع القديم تدريجيا إلى الخارج، حاملا معه الغبار والجزيئات الصغيرة وما يعلق به من ميكروبات. ولهذا، لا تحتاج الأذن في معظم الحالات إلى تنظيف داخلي متكرر. فوجود قدر طبيعي من الشمع علامة على أن الأذن تمارس إحدى وظائفها الطبيعية. فهو يشكل طبقة حماية تساعد على منع وصول الأوساخ والماء والميكروبات إلى عمق قناة الأذن. وقال استشاري الأنف والأذن والحنجرة الدكتور موسى زايد إن الثلث الخارجي من الأذن كما يحتوي على غدد تفرز المادة الشمعية، فإن فيه جهازا خاصا بالتنظيف التلقائي دون مساعدة خارجية. وأضاف للجزيرة نت أن معظم الناس لا يحتاجون إلى أكثر من التنظيف بالشمع أثناء الوضوء.

ممارسات خاطئة لإزالة الشمع تبدأ المشكلة عندما يتحول الحرص الزائد على النظافة إلى تدخل خاطئ. فإدخال الأعواد القطنية أو الأدوات المنزلية داخل الأذن يمكن أن

ويشجع نمو البكتيريا والفطريات، كما قد يتسبب في إصابة الأذن بالتهيج والالتهاب. وقد تسبب أيضا دخول الشمع إلى قناة الأذن، مما قد يؤدي إلى انسدادها. وتشير المراجعة إلى أن أصحاب الشمع الجاف قد يكونون أقل عرضة لالتهابات الأذن مقارنة بأصحاب الشمع الرطب.

لذلك تؤكد المراجعة أن التعامل الصحيح مع شمع الأذن يقوم على التوازن، فالأصل في الأذن السليمة أنها تتخلص من الشمع طبيعيا، ولا تحتاج إلى تدخل إلا إذا سبب الشمع أعراضا أو منع الطبيب من فحص الأذن بوضوح. وقد يحتاج بعض الأشخاص إلى متابعة خاصة، مثل كبار السن، ومستخدمي السماعات الطبية، ومن لديهم إفراز زائد للشمع.

تحذيرات من استخدام الطرق التقليدية وأكد مختصون أن إزالة الشمع يجب أن تتم بطريقة آمنة، عبر مقدم خدمة الرعاية الصحية، باستخدام وسائل مناسبة، وذلك فقط عند الحاجة إلى إزالته، محذرين من استخدام الطرق التقليدية. وشدد الدكتور علاء الدين عمر على ضرورة الاستشارة الطبية لقياس مدى حاجة المريض لإزالة شمع الأذن، محذرا من تنظيف عمق الأذن

وإشارة الدكتور موسى زايد إلى أن من العادات السيئة التي تسبب الانسداد كذلك وضع السماعات دون داع لفترات طويلة داخل الأذن، مما يؤدي إلى الاحتكاكات والالتهابات الجلدية، ويمتد خروج المادة الشمعية ويدفعها إلى الداخل، مؤكدا أن المادة الشمعية

مهمة لصحة الأذن، وتتخلص منها الأذن تلقائيا ليحل محلها غيرها باستمرار. وأضاف الدكتور علاء الدين عمر أن مراكز تليين الشمع أو غسله طبييا أو إزالته بأدوات وأجهزة متخصصة. وأكد أن شمع الأذن ليس عدوا ينبغي التخلص منه باستمرار، بل هو جزء من منظومة الحماية الطبيعية للجسم. وما يحتاج إلى التدخل الطبي ليس وجود الشمع نفسه، بل تراكمه وتحوله إلى سبب للضرر أو الانسداد.

في المنزل، خصوصا بالأعواد القطنية أو الأدوات الحادة، فقد يحول عادة يومية بسيطة إلى سبب للانسداد أو الإصابة. ووافقته الرأي الدكتور موسى زايد، مضيفا أن استعمال أطراف المناديل الورقية له أضرار؛ فقد يدفع الشمع إلى الداخل ويجعله يتراكم، وقد يسبب التهابات بقناة الأذن الخارجية، فضلا عن أنه يغير معامل الحموضة الذي يحفظ قناة الأذن من البكتيريا والفطريات.

متى يحتاج الشمع الزائد إلى تدخل طبي؟ ما سبق لا يعني تجاهل تراكم شمع الأذن الزائد، فزيادته قد تسبب طينيا أو ضعفا في السمع أو شعورا بانسداد الأذن، وقد تساعد أحيانا على حدوث الالتهاب، وفي المقابل فإن إزالته بعنف أو بصورة متكررة قد ترحم الأذن من جزء من حمايتها الطبيعية.

مخاطر نزع شمع الأذن تقليديا - ثقب طبلة الأذن وفقدان جزئي للسمع. - زيادة احتمال التهابات الأذن الخارجية أو الوسطى. - دفع الشمع إلى الداخل وانسداد قناة الأذن. - ضعف السمع بسبب تراكم الشمع. - خدش الجلد الرقيق داخل قناة الأذن أو حدوث نزيف. - الإخلال بالتوازن الطبيعي للبكتيريا النافعة داخل الأذن. - إضعاف الحاجز الوقائي الطبيعي ضد الماء والأوساخ والميكروبات. - الدوخة واضطراب التوازن في بعض الحالات.



أطعمة شائعة الاستهلاك قد تضر بالدماغ وتضعف التركيز

واسعا وغير دقيق، وأن بعض هذه المنتجات قد يكون أقل ضررا من غيره. وفي هذا السياق، يدعو خبراء الصحة إلى تقليل استهلاك هذه الأطعمة قدر الإمكان، ضمن توجه عام لتعزيز أنماط غذائية أكثر توازنا وصحة.

المصنعة والوجبات الجاهزة. ويرى الباحثون أن العلاقة بين الغذاء وصحة الدماغ لا تتعلق فقط بنقص الأطعمة الصحية، بل أيضا بدرجة معالجة الطعام نفسه. ومع ذلك، يلفتون إلى أن تصنيف "الأطعمة الفائقة المعالجة" لا يزال

وأوضحت الدكتورة باربرا كارديسو، التي قادت الدراسة، أن هذا التراجع يظهر بشكل قابل للقياس في اختبارات تقيس الانتباه وسرعة معالجة المعلومات، مؤكدة أن التأثير لا يعتمد بالضرورة على جودة النظام الغذائي العام، بل يرتبط تحديدا بدرجة معالجة الطعام. ورغم أن الدراسة لم تحدد سببا مباشرا لهذا التأثير، يرجح الباحثون أن عمليات التصنيع المكثفة قد تفقد الطعام عناصر غذائية مهمة، وتدخل مواد كيميائية ضارة. ومن بين هذه المواد مركب "أكريلاميد" الذي يتكون عند طهي الأطعمة النشوية بدرجات حرارة عالية، وقد يؤثر سلبا على الخلايا العصبية. كما أشارت أبحاث سابقة إلى وجود مواد أخرى مثل الفثالات

يستهلكون كميات أكبر من هذه الأطعمة يعانون من ضعف في التركيز وتراجع في الأداء الإدراكي. كما بينت الدراسة أن كل زيادة بنسبة 10% في استهلاك الأطعمة الفائقة المعالجة - أي ما يعادل تقريبا عبوة يومية من رقائق البطاطا - ترتبط بانخفاض ملحوظ في مدى الانتباه وارتفاع خطر الإصابة بالخرف.

هذه الأطعمة قد تمتد أضرارها لتشمل القدرات الإدراكية والتفكيرية أيضا. فقد حلل باحثون في أستراليا النظام الغذائي لنحو 2200 شخص بالغ في منتصف العمر، بهدف فهم تأثير الأطعمة الفائقة المعالجة على وظائف الدماغ.

حذر الأطباء منذ سنوات من الإفراط في تناول رقائق البطاطا والبسكويت والمشروبات الغازية، لما لها من آثار سلبية على الوزن وصحة القلب وطول العمر. واليوم، تشير دراسة جديدة إلى أن



وركزت الدراسة على قياس مدى استهلاك هذا النوع من الأطعمة، تُعرف عادة بأنها تحتوي على عدد كبير من الكوليات أو على مواد لا تُستخدم في الطبخ المنزلي. وأظهرت النتائج أن الأشخاص الذين



العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
دائرة القضاء محكمة الشارقة
شركة الإمارات لتنفيذ الأحكام
القضية التنفيذية رقم 7351 لسنة 2025
إعلان بيع عقار بإتخاذ العلني (نشر)

المنفذ /ضلع / 1. محمد علي سعيد علي بن خادم ، 2. حصة علي سعيد علي بن خادم ، 3. موزة علي سعيد علي بن خادم ، 4. منى علي سعيد علي بن خادم - لصالح طالب التنفيذ : سعيد علي سعيد بن خادم
تلحق محكمة الشارقة للبيع بأنه سيستفد مزار علي وذلك على موقع الإمارات للخدمات WWW.emiratesauction.ae في تمام الساعة الخامسة مساء يوم الثلاثاء الموافق 2026/7/7 وذلك ليبيع العقار العائد لأطراف الدعوى لأعلى سعاه وأرباصه على النحو التالي : العمار رقم 1201 ملك بمنطقة النوف 1 بإمارة الشارقة ، سعر التمنين 6.933.280 وسعر العرض بعد التخفيض %50 (أعلى سعاه) 3.466.640 درهم (العمار عيادة العمار عيادة من فيلا قيد الانشاء) - يتوجب على الراغب بالإشتراك بالزايدة ان يقدم بموجب شيك مصدق بقيمة 20% من التمن المقدر للعقار. - يتوجب على الراغب بالاشتراك والاستفسار عن ذلك مراجعة قسم المحجوزات والبيع والمكتمل او الموقع الالكتروني للإمارات للخدمات WWW.emiratesauction.ae وذلك قبل موعد البيع وعلى كل من له اعتراض التقدم باعتراضه معزاً إليه بما يبرره من مستندات قبل الموعد ليبيع بثلاثة أيام على الأقل.

شركة الإمارات لتنفيذ الأحكام محكمة الشارقة

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
في القضية 1112/2026 تجاري مصارف جزئي
المرفوعة من : مصرف الإمارات الإسلامي
بوكالة : الأنصاف للمحاماة والاستشارات القانونية
ضد المدعى عليه : منصور سعوده بيضي
بالإشارة إلى كتاب محكمة دبي المؤرخ بـ 2026/6/24 والمتضمن تكليفه خبيراً في القضية المذكورة أعلاه بحيطكم علما بأنه قد تم عقد اجتماع الخبرة في القضية المذكورة يوم الثلاثاء الموافق 2026/6/30 الساعة 11.00 صباحاً على أن يلتزم المدعى عليه بالاتصال بهاتف مكتب الخبير لإعلامه بإجراءات والآلية المتبعة لعقد الاجتماع المراد عقده والتوقيع والتوثيق بالبين أعلاه ... علماً أن بيانات التواصل مع مكتب الخبير هي : هاتف رقم 04/2999000.
بريد إلكتروني : experts@alhilalcapital.ae
الخبير / د. أحمد ماجد لوتاه - رقم قيد (111)

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
في الدعوى رقم 2026/2143 تجاري جزئي
المدعى عليه : بيتس امبيكس للتجارة العامة - ش ذ م م
بناء على تكليفنا من قبل عدالة محكمة دبي المؤلفة لأعمال الخبرة في الدعوى أعلاه فقد حددنا يوم الخميس الموافق 2026/7/2 وذلك في تمام الساعة 03.30 عصراً موعداً لعقد اجتماع الخبرة المحاسبية الأول عن بعد من خلال تطبيق (ZOOM) ويمنحكم التواصل معنا وذلك بمكتبتنا الكائن في دبي - شارع الشيخ زايد - مزايبا سنتر للتسوق - مدخل C ، مكتب رقم 2007 - 2008 الطابق الثاني - هاتف رقم 04/2200272. لذا يتطلب حضوركم أو من يمثلكم قانوناً لحضور الاجتماع المذكور مع احضار كافة المستندات المتعلقة بالدعوى. مسار للمحاسبة القانونية
الخبير المحاسبي / سعيد خليل البناي

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
في الدعوى رقم 2026/1260 تجاري كلي
المدعى عليه / المدعى عليه الأول : محمد مومنين محمد صديقي
المدعى عليه الثاني : هري فاطمة محمد غيات صديقي
المدعى عليها الثالثة : فيوتشر يونيك لتجارة مواد البناء - ش ذ م م
بناء على تكليفنا من قبل عدالة محكمة دبي المؤلفة لأعمال الخبرة في الدعوى أعلاه فقد حددنا يوم الجمعة الموافق 2026/7/3 وذلك في تمام الساعة 12.00 ظهراً موعداً لعقد اجتماع الخبرة المحاسبية الأول عن بعد من خلال تطبيق (ZOOM) ويمنكم التواصل معنا وذلك بمكتبتنا الكائن في دبي - شارع الشيخ زايد - مزايبا سنتر للتسوق - مدخل C ، مكتب رقم 2007 - 2008 الطابق الثاني - هاتف رقم 04/2200272. لذا يتطلب حضوركم أو من يمثلكم قانوناً لحضور الاجتماع المذكور مع احضار كافة المستندات المتعلقة بالدعوى. مسار للمحاسبة القانونية
الخبير المحاسبي / سعيد خليل البناي

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي
اسم المصفي : أحمد أبو أحمد مبادئ لمرامحة الحسابات ش ذ م م
العنوان : مكتب 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود مينا - الهاتف : 04-8866575 فاكس : 04-8866575 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية أشق في أي بس للمساهنة الركبات العامة - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 19/6/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 19/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : أشق في أي بس للسياحة والركبات العامة - ش ذ م م
العنوان : مستوف رقم 2 ملك محمد خميس جمعه بن هندي المهجري - راس الخور الصناعية الثانية - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م) رقم الرخصة : 1202220 رقم القيد بالسجل التجاري : 2275175 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 19/6/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 19/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أحمد أبو أحمد مبادئ لمرامحة الحسابات ش ذ م م العنوان : مكتب 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود مينا - الهاتف : 04-8866575 فاكس : 04-8866575 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى محكمة عجمان الإقتصادية مراكز الوساطة والتوفيق الإقتصادية في الدعوى رقم 2026/0001760 مدني
إلى : الطرف عاتق عبدالعزيز خاتم - مجبور محل الإقامة : إمارة عجمان - منطقة الوهيات 3 شارع مقترع من شارع غرناطة - فيلا رقم 3 - خلف جنت مارت - هاتف رقم 0505930506 - البريد الإلكتروني : ashrah.liwa@hotmail.com رقم مكاني : 4804807076
لنمكم بأن متنازع / بسمه جابر عبدالعزیز ندا - العنوان : إمارة عجمان - منطقة الروضة 3 شارع الخرطوم - بتاية محمد يوسف - شقة رقم 9 - بجنت مفسدة ماجستي للسيارات - الهاتف رقم 0507592590 - البريد الإلكتروني : basma@hotmail.co.uk رقم مكاني : 4932508452 رقم الهاتف : 507592590 - فد أرقام الدعوى المذكورة أعلاه للمطالبة بـ :
أولاً : التصريح ببيع الدعوى وتحديد الفرق موعد جلسة لتلغها، وإعلان المدعى عليه بها، ثانياً : الحكم بالزام المدعى عليه بأن يؤدي لتصفية مبلغ وقدره 20000 (عشرون ألف درهم) عن كافة الأضرار المالية والأبوية والاعتوية التي لحقت بالمدعية مع الزامه بسداد المدة القانونية بنسبة 5% من تاريخ رفع الدعوى وحتى تمام السداد، ثلثاً : الزام المدعى عليه بالرسوم والصاريف وانجاب المحاماة
لذا يتوجب عليكم الحضور أمام الدائرة مركز الوساطة والتوفيق الرامحة عجمان الإقتصادية صباح يوم الموافق 06/7/2026 الساعة 8.30 لتتدعى ما نريدكم من أوراق، مستندات ، وفي حالة عدم حضوركم أو إرسال وكيل معتمد بوثب عنكم فإن المحكمة ستباشر الإجراءات القانونية في غيابكم.
مكتب الخدمات القضائية

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 2026/0002267 مدني
إلى المحكوم عليه : بيز ماژن أبو الصافي
حيث انه قد صدر الحكم المرفق بصورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ نورس حسام صلاح الدين - الجنسية سوري - في القضية المشار إليها أعلاه، وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شاملا الرسوم والصاريف : 71496.0
لذلك أتمت مكتب بتنفيذا ما جاء به السند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخدم بحقك إجراءات التنفيذ الجبري القرورة قانوناً.

محكمة عجمان الإقتصادية محكمة التنفيذ المدنية

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي
اسم المصفي : أشق في أي ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية صالون تجميل ذا اركيد - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/6/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : صالون تجميل ذا اركيد - ش ذ م م
العنوان : محل رقم 9 ملك يوسف يعقوب يوسف السركال - ديرة - المر - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة - رقم الرخصة : 1178293 رقم القيد بالسجل التجاري : 1963360 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/6/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أشق في أي ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي
اسم المصفي : أشق في ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية جيه ار اجينسي للإدارة التسويقية - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 26/6/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 26/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أشق في أي ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : جيه ار اجينسي للإدارة التسويقية - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم M-02-325 ملك محمد ابراهيم بن عبيدالله - الخبيصي - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م) رقم الرخصة : 1064728 رقم القيد بالسجل التجاري : 2332354 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 26/6/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 26/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أشق في أي ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي
اسم المصفي : أن بي ان لمرامحة الحسابات ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية اماجينيكس هورايزون للحفلات - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 23/5/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 23/5/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : اماجينيكس هورايزون للحفلات - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم R19.61 ملك نادوب مواد البناء ش ح - بر دبي وادي الصفا 2 - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 1494274 رقم القيد بالسجل التجاري : 2580988 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 23/5/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 23/5/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أن بي ان لمرامحة الحسابات ش ذ م م العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي
اسم المصفي : أشق في ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ارفعو افغار لخدمات الشحن - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 13/5/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 13/5/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : ارفعو افغار لخدمات الشحن - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 34A ملك الشيخ احمد بن راشد بن سعيد ال مكتوم - الكرامة - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 1207154 رقم القيد بالسجل التجاري : 2046459 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 13/5/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 13/5/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أشق في ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي
اسم المصفي : أن بي ان لمرامحة الحسابات ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية شركة الجرعة الصحية لخدمات إعادة التغليف والتعبئة ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/6/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 17/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : شركة الجرعة الصحية لخدمات إعادة التغليف والتعبئة ش ذ م م ش و - العنوان : مكتب رقم 44-43 ملك بلديدي دبي - بر دبي - الفهيد - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م) رقم الرخصة : 1482173 رقم القيد بالسجل التجاري : 2555002 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/6/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 17/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أن بي ان لمرامحة الحسابات ش ذ م م العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي
اسم المصفي : أن بي ان لمرامحة الحسابات ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية يو اس جي لإدارة المشاريع شركة الشخص الواحد ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 18/5/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/5/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : يو اس جي لإدارة المشاريع شركة الشخص الواحد ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 3F/09 ملك داود احمد محمد احمد - ديرة - هور العنز - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م) رقم الرخصة : 1302534 رقم القيد بالسجل التجاري : 2209212 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 18/5/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/5/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أن بي ان لمرامحة الحسابات ش ذ م م العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي
اسم المصفي : يوسف بن خادم لتدقيق الحسابات
عنوانه : مكتب F04 - P2A ملك مدينة دبي الصناعية بر دبي - سبخ شعيب 3 بموجب هذا تعلن دبي للإقتصاد والسياسة بأنه ، قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بتعيين المصفي المذكور اعلاه لتقيام تصفية ، صالون اس كي كنتن لاين - ش ذ م م وعنوانها : محل رقم 12 ملك عبدالله سالم محمد سهيل الكعبي - بر دبي - المراكش بالبحلال الشركة المذكور اعلاه ، وذلك بموجب القرار الصادر من الجمعية العمومية للشركاء بتاريخ 2026/5/21 والصدق لدى السيد الكاتب العدل بتاريخ 2026/5/21 وعلى من لديه اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتب F04 - P2A ملك مدينة دبي الصناعية بر دبي سبخ شعيب 3 - هاتف : 04- 2223773) هاتف متحرك (0561150 - 050) مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك في خلال 45 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.

دائرة الإقتصاد والسياسة

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : صالون اس كي كنتن لاين - ش ذ م م - رقم الرخصة : 1319975 عنوانها : محل رقم 12 ملك عبدالله سالم محمد سهيل الكعبي - بر دبي - المراكش الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة 2240472
بموجب هذا تعلن دبي للإقتصاد والسياسة بأنه ، قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكور اعلاه ، وذلك بموجب القرار الصادر من الجمعية العمومية للشركاء بتاريخ 2026/5/21 والصدق لدى السيد الكاتب العدل بتاريخ 2026/5/21 وعلى من لديه اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتب F04 - P2A ملك مدينة دبي الصناعية بر دبي سبخ شعيب 3 - هاتف : 04- 2223773) هاتف متحرك (0561150 - 050) مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك في خلال 45 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.

دائرة الإقتصاد والسياسة

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعيين مصفي
اسم المصفي : أن بي ان لمرامحة الحسابات ش ذ م م - العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ايمان عرفه لخدمات التسويق عبر الهاتف ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 4/6/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 3/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أن بي ان لمرامحة الحسابات ش ذ م م العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

العدد ١٤٧٩١ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٩
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : ايمان عرفه لخدمات التسويق عبر الهاتف ش ذ م م - العنوان : مكتب رقم 1-51 ملك متابعي الحانز لإدارة المخازن - مجمع دبي للاستثمار الثانية - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م) رقم الرخصة : 1411242 رقم القيد بالسجل التجاري : 2406117 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 4/6/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 3/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أن بي ان لمرامحة الحسابات ش ذ م م العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

دينا جادزيلا، أرملة إيطالية من روما عمرها ٨٥ عاماً، لم يعد معها رفيق في المنزل منذ أن رحل زوجها عن الحياة في عام ٢٠٢٣، وقطتها بعد ذلك بعام. لكن بفضل التكنولوجيا الذكية، فهي ليست وحيدة.



الساعة الذكية وسيلة روما لرعاية كبار السن



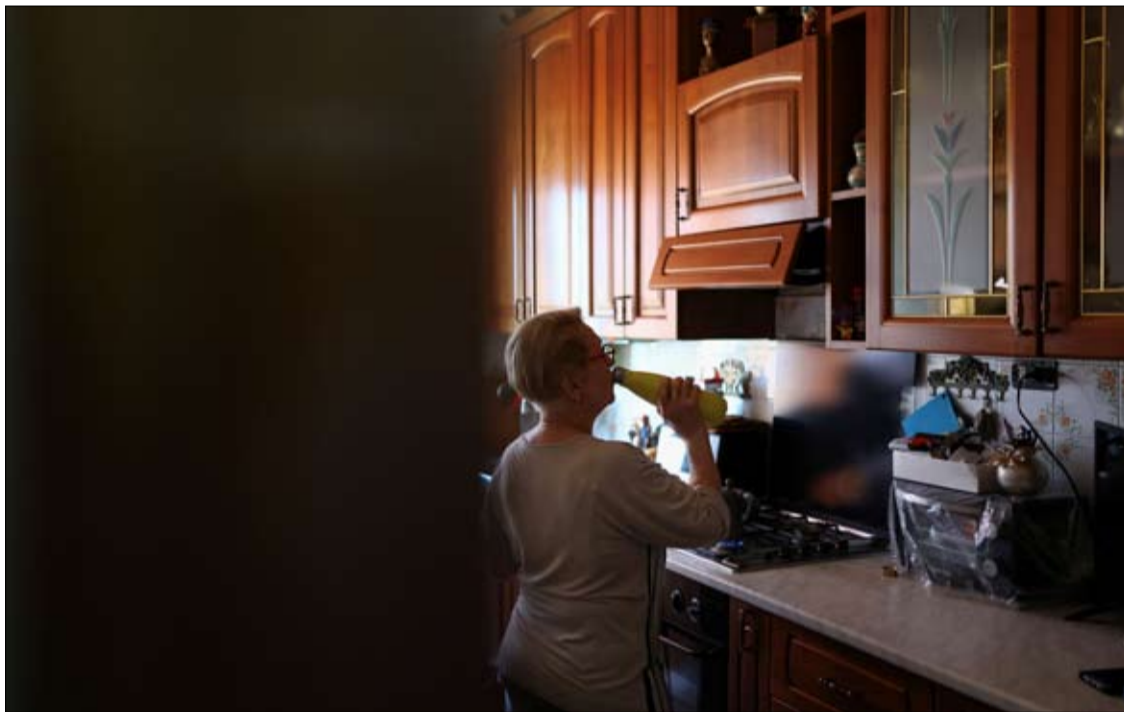
على مدار العام الماضي، شهدت بومينتي حالي طوارئ - وهما لرجل سقط في الشارع وآخر انزلق من كرسية المتحرك في المنزل - وتم التعامل مع الحالتين عن طريق تنبيه الأقارب الذين قدموا لتجديدهما. في الأيام العادية، يكون الأمر أشبه بالدراسة. وفي إطار الخدمة التي تقدمها البلدية، يتصل الأخصائيون الاجتماعيون يومياً للتحقق من تناول كبار السن لأدويةهم، وسؤالهم عما إذا كانوا يتأقلمون مع الحرارة، أو لجرد الاستماع إليهم إذا شعروا بالملل أو الوحدة.

المشتركين عبر شاشة الكمبيوتر. السوار مجاني لكن البعض لديهم تحفظات بسبب مخاوف تتعلق بالخصوصية. وقالت بومينتي إنه من بين 70 شخصاً انضموا في البداية من الصيدلية، بقي في البرنامج 45 تقريبا وعبرت عن أملها في عودتهم. وقالت الأمر ليس كما لو أننا نتجسس عليهم داخل منازلهم بالكاميرات. يعمل فريقها من الاثنين إلى الجمعة من الساعة 830 صباحاً حتى الساعة مساءً، وفي عطلة نهاية الأسبوع وخلال ساعات الليل ترسل الإشعارات من الأسوار إلى الأقارب عبر تطبيق على الهاتف المحمول.

بمناوبة طوق نجاة. × راحة البال بدت المرأة الثمانينية نشيطة وهي تتجول في شقتها وتعرض صور أحفادها وتعد قهوة الإسبريسو. وقالت إن السوار منحها راحة البال. وأضافت «أقنعوني به لأنهم قالوا لي إنه ضروري، لأنني وحدي في المنزل وإذا حدث شيء ما، إذا سقطت، فلن يساعدني أحد؛ بدلا من ذلك، يصدر الجهاز صوت تنبيه وسياتي شخص ما». تقوم الأخصائية النفسية بومينتي بتنسيق مكتب دعم لمشروع الأساور في الصيدلية المحلية، حيث تتولى هي وفريقها النظر في طلبات الانضمام ومراقبة بيانات

درجات الحرارة في روما لتقترب من 40 درجة مئوية. وقالت الأخصائية النفسية بيبرا بومينتي السوار بالغ الأهمية لكبار السن في فترة الجو الحار هذه، خاصة وأن ضغط دمهم ينخفض ومعدل ضربات القلب أقل بقليل من المعدل الطبيعي، فهم يعانون حقا. يحتوي السوار البلاستيكي الأسود، الذي يوضع على المعصم مثل الساعة، على أجهزة استشعار حركة يمكنها اكتشاف السقوط العرضي مع تتبع تحركات جادزيلا باستمرار سواء داخل أو خارج منزلها في الضواحي الشرقية للعاصمة الإيطالية. وقالت جادزيلا لرويترز «إذا شعرت بتوكم، فهذا المنتج

يتابع فريق من الأخصائيين الاجتماعيين حالتها عن بعد من خلال سوار إلكتروني يراقب معدل ضربات قلبها وأنماط نومها ويتيح لها طلب المساعدة في حالات الطوارئ. الجهاز جزء من خطة دعم لكبار السن بقيمة 400 مليون يورو «456 مليون دولار، أطلقتها بلدية روما العام الماضي بتمويل من الاتحاد الأوروبي لما بعد جائحة كوفيد-19»، وتشمل حاليا نحو 700 شخص. وتشيد السلطات المحلية بالجهاز وتصفه بأنه أداة رئيسية للوقاية الصحية، خاصة وسط موجة الحر الشديدة المستمرة في أوروبا، والتي شهدت ارتفاع



يفتح الباب أمام تشخيص أسرع قد يساعد في إبطاء تطور المرض

اختراق طبي: الذكاء الاصطناعي يكشف ألزهايمر بدقة غير مسبوقة

خلايا الدماغ عن العمل في مناطق مثل الحصين المسؤول عن تكوين الذاكرة، واللوزة الدماغية المعنية بمعالجة الخوف، والقشرة الأمامية الداخلية المرتبطة بالإحساس بالزمن. وانطلق ذلك على مختلف الفئات العمرية وكلا الجنسين، إذ أظهر كل من الرجال والنساء الذين تراوح أعمارهم ما بين 69 و76 سنة تراجعاً في حجم الدماغ في الجزء الأيمن من الحصين، مما يشير إلى أهمية هذه المنطقة في التشخيص المبكر. وفق الباحثين. وكشفت الدراسة أيضاً أن نمط انكماش مناطق الدماغ يختلف بين الجنسين. فبين النساء ظهر تراجع حجم الدماغ في القشرة الصدغية الوسطى اليسرى المرتبطة باللغة والإدراك البصري، بينما لوحظ لدى الرجال بصورة رئيسة في القشرة الأمامية الداخلية اليمنى. ويرى الباحثون أن هذه الاختلافات قد تعود إلى التغيرات في الهرمونات الجنسية، بما في ذلك تراجع مستويات الأستروجين لدى النساء والتستوستيرون لدى الرجال. وقال نيفيو إن هذه النتائج قد تساعد في تحسين أساليب التشخيص والعلاج مستقبلاً. ووفق «جمعية ألزهايمر الأميركية»، يعيش أكثر من 7.2 مليون أميركي حالياً مع المرض. وتتواصل الأبحاث للكشف عن عوامل أخرى قد تؤثر في تطور المرض. وأضاف نيفيو: «التحدي الرئيس في هذا المجال يتمثل في تطوير نموذج تعلم آلي قابل للتعميم، قادر على التمييز بين الأدمغة السليمة وأدمغة الأشخاص المصابين بضعف إدراكي خفيف أو بمرض ألزهايمر».

في الدماغ، إذ استخدمت خوارزمية للذكاء الاصطناعي للتنبؤ بالحالة الصحية للمرضى. وأظهر التحليل أن أحد أبرز المؤشرات التنبؤية للإصابة بمرض ألزهايمر هو ضمور حجم الدماغ، وهو ما يحدث عندما تتوقف



ما بين 69 و84 سنة، وشملت 281 صورة لأدمغة ذات وظائف عقلية طبيعية، و332 صورة لحالات تعاني ضعفاً إدراكياً خفيفاً، و202 صورة لأشخاص مصابين بمرض ألزهايمر. وشملت التحليلات 95 منطقة من أصل نحو 200 منطقة متميزة

أكد باحثون أنهم باتوا قادرين الآن على التنبؤ بمرض ألزهايمر بدقة تقارب 93 في المئة باستخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي. وأفاد «معهد وورثيسستر بوليتكنيك Worcester Polytechnic Institute» في ولاية ماساتشوستس بأن تحليل أكثر من 800 صورة مسح دماغي يمكن الذكاء الاصطناعي من تحديد التغيرات التشريحية في الدماغ التي تشير إلى بداية أكثر أنواع الخرف شيوعاً.

وتأتي هذه النتائج بعد أعوام من الأبحاث التي أظهرت أن الذكاء الاصطناعي يمكن أن يساعد في رصد عوامل الخطر المبكرة لمرض ألزهايمر، والتنبؤ باحتمال الإصابة به، وتحديد المرضى الذين يعانون المرض من دون تشخيص.

ومن شأن استخدام الذكاء الاصطناعي في التشخيص المبكر أن يمنح المرضى والأطباء وقتاً حاسماً للاستعداد، وربما إبطاء تطور المرض.

وقال الأستاذ المساعد في الأبحاث في المعهد، بنيامين نيفيو، في بيان: «قد يكون التشخيص المبكر لمرض ألزهايمر صعباً، لأن أعراضه قد تُفسر أحياناً على أنها جزء من الشيخوخة الطبيعية».

وأضاف «وجدنا أن تقنيات التعلم الآلي قادرة على تحليل كميات كبيرة من بيانات صور المسح الدماغي، مما يسمح بتحديد التغيرات الدقيقة والتنبؤ بدقة بمرض ألزهايمر والحالات الإدراكية المرتبطة به».

وجمعت صور الرنين المغناطيسي من 344 شخصاً تراوح أعمارهم

منوعات

الفكر

27



كشف الممثل الكوميدي ومقدم البودكاست الأمريكي مارك مارون، عن الصعوبات النفسية التي واجهها في أثناء تصوير أحد أكثر المشاهد تأثيراً في فيلمه الجديد "In Memoriam"، مؤكداً أنه لم يكن واثقاً من قدرته على تجسيد لحظة البكاء المطلوبة في العمل، قبل أن تتدخل النجمة شارون ستون لمساعدته على تجاوز الموقف.

شارون ستون ومارك مارون يواجهان صعوبات نفسية أثناء التصوير

"In Memoriam" .. حالة إنسانية تحتوي على قدر كبير من العمق والجمال والإخراج المتقن

وأوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما

أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما

أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما

أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما

أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما

أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما

أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما



أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما

أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما

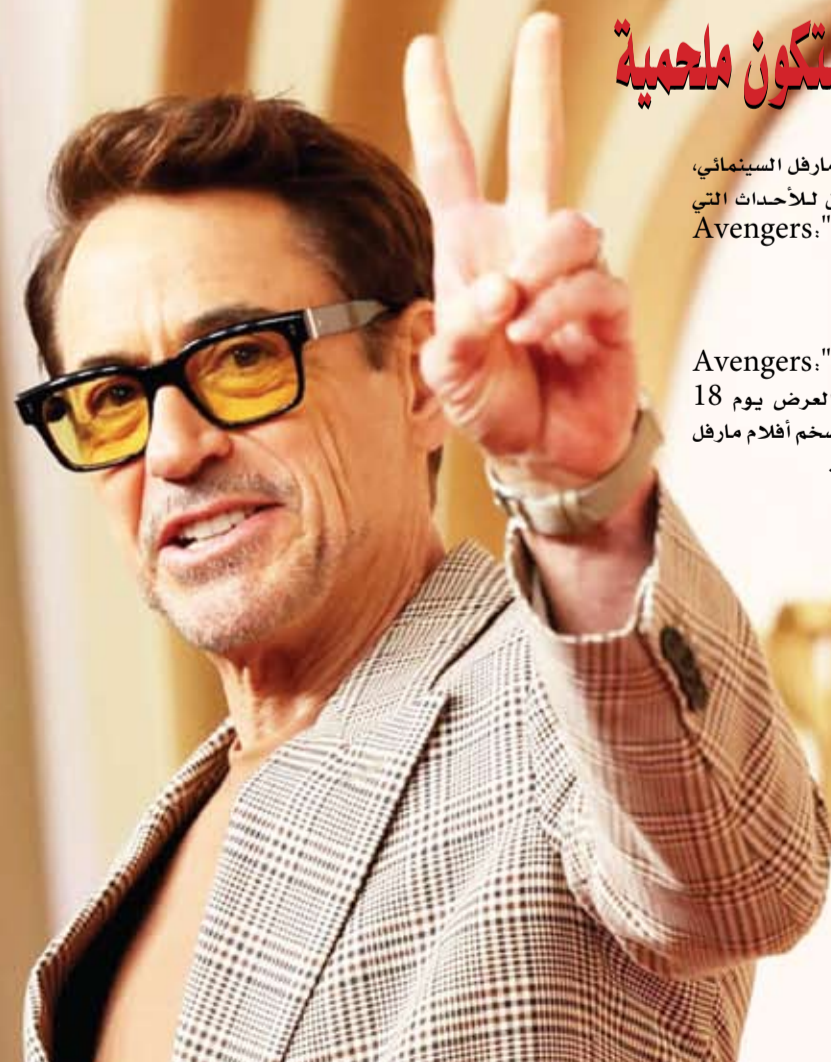
أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما

أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما

أوضح مارون، أنه شعر بحالة من الذعر عندما أدرك أن عليه تقديم مشهد يتطلب انفعالاً عاطفياً شديداً، وقال: "كان علي أن أبكي، لكنني لم أكن متأكدًا من قدرتي على التحكم في نفسي كممثل، لم أكن أعرف إن كنت أستطيع فعل ذلك، وشعرت بالذعر حقًا، عدت إلى غرفتي المتقلبة وبدأت أقلد ما



روبرت داووني جونيور يطمئن جمهور مارفل: أحداث Avengers Doomsday ستكون ملحمية



أشار النجم روبرت داووني جونيور حماساً لجمهور عالم مارفل السينمائي بعدما تحدث للمرة الأولى عن فيلم Avengers: Doomsday، مؤكداً أن العمل سيقدم تجربة مختلفة وقادرة على تلبية توقعات المشاهدين بعد النجاح التاريخي الذي حققه فيلم Avengers: Endgame.

وأكد النجم الحائز على جائزة الأوسكار أنه يشعر بامتنان كبير لفرصة المشاركة في المشروع، مشيراً إلى أن قوة الفيلم لا تكمن فقط في الأداء أو التنفيذ، بل في طريقة بناء القصة والشخصيات.

وقال النجم الأمريكي إن هناك فكرة أساسية داخل Avengers: Doomsday والأعمال التي سبقتها تمثل "العلاج الوحيد" للتحدي الأكبر الذي يواجه مارفل، وهو كيفية تقديم أفلام لا تبدو أقل من "Infinity War" و"Endgame"، حسبما أشار موقع geo.tv.

وتعد لجمهور مارفل خلال مقابلة أجراها مع المخرج جوارسو، أعرب داووني جونيور عن ثقته الكبيرة في المشروع الجديد، مشيراً إلى أن قوة الفيلم لا تكمن فقط في الأداء أو التنفيذ، بل في طريقة بناء القصة والشخصيات.

وقال النجم الأمريكي إن هناك فكرة أساسية داخل Avengers: Doomsday والأعمال التي سبقتها تمثل "العلاج الوحيد" للتحدي الأكبر الذي يواجه مارفل، وهو كيفية تقديم أفلام لا تبدو أقل من "Infinity War" و"Endgame"، حسبما أشار موقع geo.tv.



رئيسية لإعادة ترتيب عالم مارفل السينمائي، خاصة أنه سيمهد الطريق للأحداث التي ستمتلك لاحقاً في فيلم "Avengers: Secret Wars".

موعد العرض من المقرر طرح فيلم "Avengers: Doomsday" في دور العرض يوم 18 ديسمبر، ليكون أحد أبرز وأضخم أفلام مارفل المنتظرة خلال الفترة المقبلة.

ترتقي الأعمال إلى مستوى التوقعات. تأتي أهمية Avengers: Doomsday في وقت تسعى فيه مارفل لاستعادة زخمها بعد سنوات شهدت نتائج متفاوتة بين النجاحات الكبيرة مثل "Spider-Man: No Way Home" و"Deadpool & Wolverine"، وأعمال أخرى لم تحقق الأداء المنتظر جماهيرياً أو تجارياً.

وتُنظر إلى الفيلم الجديد باعتباره خطوة الأحدث في سلسلة أفلام Avengers، كما وعد الجمهور بوجود العديد من المفاجآت التي ستغير مسار الأحداث داخل عالم مارفل.

عودة مختلفة لروبرت داووني جونيور ويشهد الفيلم عودة روبرت داووني جونيور إلى عالم مارفل، ولكن ليس بشخصية الرجل الحديدي (أبيرون مان) التي اشتهر بها، بل من خلال تجسيد شخصية الشرير الشهير دكتور دوم.

وأكد النجم الحائز على جائزة الأوسكار أنه يشعر بامتنان كبير لفرصة المشاركة في المشروع، مشيراً إلى أن قوة الفيلم لا تكمن فقط في الأداء أو التنفيذ، بل في طريقة بناء القصة والشخصيات.

وقال النجم الأمريكي إن هناك فكرة أساسية داخل Avengers: Doomsday والأعمال التي سبقتها تمثل "العلاج الوحيد" للتحدي الأكبر الذي يواجه مارفل، وهو كيفية تقديم أفلام لا تبدو أقل من "Infinity War" و"Endgame"، حسبما أشار موقع geo.tv.

الفكر

اكتشاف علاج يقلل خطر الإصابة بالتهاب المفاصل الروماتويدي



يغير مساره المستقبلي ويمنع تطور حالة أكثر خطورة، وأشاروا إلى أن كلا العقارين كانا جيد التحمل من قبل المرضى، لكن «أباتاسيب» أظهر الفعالية الأكبر في الوقاية من التهاب المفاصل الروماتويدي.

وأباتاسيب» (Abatacept) هو دواء بيولوجي ومعدل للمناعة يعمل كبروتين اصطناعي يثبط الخلايا التائية، يُستخدم لتهدئة فرط نشاط الجهاز المناعي، يعطى للمبالغين والأطفال لعلاج أمراض المناعة الذاتية وتقليل الألم والتورم وتلف المفاصل.

إلى التهاب مفاصل روماتويدي، قادر على التسبب بتلف دائم في المفاصل.

أظهرت النتائج أن التهاب المفاصل الروماتويدي تطور لدى 20% فقط من المرضى الذين تلقوا علاج «أباتاسيب»، بينما بلغت النسبة في مجموعة «هيدروكسي كلوروكوين»، 50%، كما سجل المشاركون الذين تناولوا «أباتاسيب»، نوبات مؤلمة أقل، وظهرت أعراض المرض لديهم بشكل أخف عموماً.

ووفقاً للباحثين، تؤكد النتائج أن التدخل المبكر في مرحلة مبكرة من المرض يمكن أن

أظهرت دراسة أجراها علماء من إسبانيا أن دواء «أباتاسيب»، يمكن أن يقلل بشكل كبير من خطر تطور التهاب المفاصل الروماتويدي لدى الأشخاص المصابين بالروماتيزم النوبي.

شملت الدراسة التي استمرت عامين، 70 مريضاً من 14 مستشفى في إسبانيا، حيث قارن الباحثون فعالية عقار «أباتاسيب»، مع دواء «هيدروكسي كلوروكوين»، المستخدم عادة لعلاج مرضى الروماتيزم النوبي، ويتميز هذا المرض بنوبات دورية من الألم والالتهاب في المفاصل، لكنه يتطور مع الوقت لدى العديد من المرضى

عادة تزيد خطر الإصابة بمرض الكبد الدهني لدى مرضى السكري

حذر باحثون خلال مؤتمر ENDO 2026، من أن القيلولة الطويلة أثناء النهار قد ترفع بشكل ملحوظ خطر الإصابة بمرض الكبد الدهني لدى الأشخاص المصابين ببدء السكري من النوع الثاني. وأشار العلماء إلى أن مرض الكبد الدهني يعتبر من أكثر الأمراض المزمنة شيوعاً عند مرضى السكري، وينجم عن تراكم مفرط للدهون داخل خلايا الكبد، ولحرفة العوامل التي تزيد خطر الإصابة بهذا المرض حللوا بيانات قرابة 1900 مريض بالغ مصاب بالسكري من النوع الثاني، وقاموا بتقييم عادات نومهم خلال الفترة الممتدة بين 2017 و2024. وخلال متابعة استمرت أكثر من ثلاث سنوات، تم تشخيص إصابة 379 مشاركاً بمرض الكبد الدهني، وكشفت النتائج أن الأشخاص الذين اعتادوا على أخذ قيلولة نهائية تتجاوز مدتها 30 دقيقة كانوا أكثر عرضة للإصابة بمرض الكبد الدهني، حتى أولئك الذين يتمتعون بنوم ليلى جيد.

أما الخطر الأكبر فكان لدى من جمعوا بين سوء النوم الليلي والقيلولة الطويلة نهاراً، حيث ارتفعت احتمالية الإصابة بأكثر من ثلاثة أضعاف مقارنة بغيرهم. ويشير الباحثون إلى أن النوم يعد عاملاً قابلاً للتحكم ضمن نمط الحياة، وينصحون مرضى السكري من النوع الثاني بضرورة مراجعة عادات نومهم وتجنب فترات الراحة النهارية المطولة، للحد من خطر التعرض لمشاكل الكبد. وكانت دراسة حديثة قد أظهرت أيضاً أن التعاس المتكرر أثناء النهار قد يكون مؤشراً على اضطرابات صحية غير ظاهرة، مثل أمراض القلب والأوعية الدموية أو التدهور العصبي أو اضطرابات النوم.

اختصاصي قلب يكشف: نوعاً واحداً فقط من الشركات لثة مفيد للصحة

ويوضح السبب. أكد الدكتور أوريليو روخاس، اختصاصي أمراض القلب، أن نوعاً واحداً فقط من الشوكولاتة يمكن اعتباره مفيداً للصحة، موضحاً الأسباب العلمية التي تقف وراء ذلك. وأوضح الدكتور أن الشوكولاتة التي يمكن اعتبارها مفيدة للصحة يجب أن تتوفر فيها ميزتان أساسيتان، الأولى أن تكون داكنة، والثانية أن تتراوح نسبة الكاكاو فيها بين 70 و85 بالمئة. وأشار إلى أن الشوكولاتة الداكنة قد تسهم في خفض خطر الإصابة بأمراض القلب التاجية واحتشاء عضلة القلب، فضلاً عن دورها في المساعدة على تنظيم ضغط الدم ومستويات الكوليسترول. ويُعزى ذلك إلى احتوائها على مركبات ذات خصائص مضادة للأكسدة والالتهابات، إضافة إلى قدرتها على تعزيز إنتاج أكسيد النيتريك، الذي يؤدي دوراً مهماً في الحفاظ على صحة الشرايين ووظائفها. ومع ذلك، شدد الطبيب على أهمية الاعتدال في تناول الشوكولاتة الداكنة، موصياً بالحد من تناول الكمية المستهلكة 10 غرامات يومياً. من جانبه، أوضح الدكتور رومان بريستانسكي، خبير التغذية، أن الشوكولاتة الداكنة التي تحتوي على ما لا يقل عن 70 بالمئة من الكاكاو تعد مصدراً غنياً بالفلافونويدات، وهي مركبات مضادة للأكسدة تساعد على خفض مستويات الكوليسترول الضار وتعزيز صحة الأوعية الدموية. وأضاف أن الشوكولاتة الداكنة تحتوي كذلك على نسب مرتفعة من المغنيسيوم، وهو عنصر يدعم وظائف الجهاز العصبي والعضلات، كما يساهم في تحسين جودة النوم.



المتلة الأمريكية لورا بينانتي لدى حضورها حفل توزيع جوائز توني السنوي في قاعة راديو سيتي الموسيقية في نيويورك. ا ف ب

قرأت لك

الأثار الجانبية للقهوة



أعلن الدكتور أليكسي كازانتسيف، عالم المخدرات الروسي، أن الإفراط بتناول القهوة يمكن أن يؤدي إلى تغيرات في الحالة العاطفية للشخص. ويشير كازانتسيف، في حديث لراديو «سيوتنيك»، إلى أن على محبي القهوة، أن يأخذوا بالاعتبار، أن الإفراط في تناول القهوة يؤدي إلى زيادة القلق والتهيج وحتى العدوانية.

ويقول، تحفز القهوة نشاط الجهاز العصبي المركزي، وهذا يمكن أن يسبب سوء النوم. وعلى خلفية الأرق وتناول أكثر من 3-2 فناجين من القهوة، قد يسبب التهيج وحتى العدوانية. ويضيف موضحاً، هنا يجب أن نفهم أن الكافيين في حد ذاته لا يمكن أن يؤدي إلى العدوانية، بل يجب أن تكون هناك مواقف سلبية حياتية مصاحبة، مثل سوء التفاهم في العمل والبيت أو قلة النوم. ويشير، إلى أن تعاطي القهوة قد يكون سبباً مباشراً للقلق المتزايد. ويقول، إن جرعة زائدة من الكافيين، يمكن أن تؤدي إلى القلق. وهذا ما يعترف به الكثيرون.

سؤال وجواب

- من رائد القصة القصيرة في الأدب العربي في العصر الحديث؟
- محمود تيمور.
- من هو عميد الأدب العربي؟
- طه حسين.
- من رائد فن المقامات في الأدب العربي؟
- بديع الزمان الهمداني.
- ماذا نقصد بقولنا: ترك له الجبل على الغارب؟
- ترك له حرية التصرف كما يشاء.
- من رائد القصة القصيرة في الأدب العالمي في العصر الحديث؟
- تشيخوف

هل تعلم؟

- هل تعلم أن أبو بكر الرازي كان أول من اكتشف الفرق ما بين الحصبة، والجذري.
- هل تعلم أن البشر كانوا يعتقدون أن الراديو هو آخر الاختراعات البشرية، وأنه لا يمكن أن يكون بعده اختراع أكبر.
- أن ضوء الشمس يصل إلى الأرض في 8 دقائق.
- أن تونس هي أكبر دولة من حيث إنتاج الزيتون.
- أن نابليون بونابرت كان يقضي وقت فراغه في حل الألغاز.
- أن أول من وضع صورة على العملة هو الإسكندر المقدوني.
- أن المشوار الذي يقطع الدم في مجراه كل يوم يبلغ 168 مليون ميل.
- أن القلب يخفق في اليوم أكثر من 103 خفقة.
- أن الصينيون هم الذين اخترعوا البوصلة، ونقلوها بعد ذلك إلى البحارة العرب، الذين كانوا يجوبون شمال المحيط الأطلسي وقد قام أهل البندوقية بجلب البوصلة بعد أسفارهم التجارية إلى بلاد المشرق.
- أن نافورة الماء التي تدفع من رأس الحوت فوق جمجمته يصل ارتفاعها أحياناً إلى 9 أمتار.

قصة الحصان الوفي

كان احد الفرسان ينزل منحدرًا فويًا وقد امتطى حصانه فزلت قدم الحصان مما تسبب في اختلال توازنه وسقوط الفارس من عليه سقطه قوية أطاحت به من فوق المنحدر إلى اسفله، وذهب في إغماءة طويلة لا يدري عما حوله شيئاً، تحامل الحصان على نفسه واخذ يهبط المنحدر ببطء حتى وصل إلى فارسه الملقى على الأرض فأخذ يتحسس ثم درجه ليجهله نائماً على ظهره واخذ يلعق وجهه عله يفيق لكن للأسف كانت الأصابع قوية فلم يحس بما حوله. رقد الحصان على الأرض بجانب فارسه واغضى عينيه ليسترخي وبعد فترة قام وتجول حول المكان فوجد ماءً شرب وارتوى واكل عشبا ووضع طيناً على قدمه الجرحوه ثم عاد إلى فارسه الملقى ارضا ليتحسسه مرة أخرى لكن لا فائدة جلس الحصان حزينا لا يعرف ماذا يفعل فلو ترك صاحبه هنا ربما قرصته عقرب أو حيه او نعبان، وربما نهشته الطيور الجارحة.. لا يعرف ماذا يفعل انه بحق حزين، وفي النهاية قرر الحصان ان يرقد بجوار صاحبه يدافع عنه حتى يصلهما الموت معا. اخذ الحصان كل فترة يقوم من مكانه يشرب بعض الماء ويأكل بعض العشب ثم يعود لمرقدته لأن عين الماء قريبه منهما قرر الحصان ان يحمل صاحبه حتى هناك ربما يأتي من يحتاج الماء فيعبئه او ينقذه في هذا المكان البعيد، فأقترب منه واخذ يدرجه برفق واستمر هكذا حتى افلح بالفعل في ان يأتي به بجانب عين الماء ثم رقد بجانبه يسترخي. جاء الليل وذهب وقام الحصان شرب واكل ووقف يصهل وينظر حوله فسمع صوت صهيل جيد كثيرة يأتي من بعيد فأخذ يصهل بصوت عال وكأنه يتناديهم فسمع صهياً يأتي اليه يقترب منه كل فترة وبعد عدة دقائق كانت هناك مجموعة من الجياد تقف معه ويصهل الجميع بصوت خفيض معا وكأنه حديث هامس أو حديث مودة بينهم.. كان الحصان يقترب من صاحبه الملقى على الأرض ويشتممه ثم يعود ويحادثهم وكأنهم قد اتفقوا على شيء ما.. بالفعل نحن الحصان ودرج صاحبه ليجعل وجهه لأسفل ثم رقد على الأرض بجواره وقام اربعة من الخيول القوية بالاقتراب من الفارس الملقى واصطفوا معاً واطبقوا بأسنانهم على ملابسه فرعوه ووضعوه فوق حصانه الرائد ارضا فوقف وعتدل في وقفته بمساعدة اصداقائه وقد تدلى صاحبه من فوق ظهره ثم سهل لهم وكأنه يشكرهم ومشى بهدوء ليخرج بصاحبه من هذا المكان وقد مشى معه سرب الخيول حتى اوصلوه إلى مكانا يعرفه جيدا ومن هناك انطلق مسرعاً بصاحبه وواصل النهار بطوله حتى وصل إلى المنزل وهناك كان اهل الفارس يجلسون منتظرين بقلق يتساءلون لماذا تأخره.. وعندما رأوا الحصان اسرعوا اليه واذ بهم وجدوا فارسهم فوق ظهره جريح فحملوه إلى الداخل ليلقي بين يديهم العناية اللازمة، مرت أيام واسترد الفارس عافيته وعرف ان حصانه هو من جاء به إلى هنا فذهب اليه في اسطبله ليطمئن عليه ويقبله بسعادة قبلة الشكر من الفارس إلى حصانه الذي لن ينسى له هذا الجميل ابداً.

مساحة للتلوين

