

منوعات الغذاء

ص 22

«صحة» تعلن نجاح جراحة
تصحيح جنف لمريض يبلغ 15
عاماً وتؤكد أهمية الكشف المبكر

ص 27

عودة الثنائيات
الضنية تغير خريطة
السينما العربية



المغنسيوم .. السبانخ والمكسرات
من أبرز مصادره الطبيعية



ص 23

المراسلات: ص 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

الأربعاء 22 أبريل 2026 م - العدد 14738
Wednesday 22 April 2026 - Issue No 14738

انقبت الحافلة من طريق جبلي فمات 21 شخصاً

لقي 21 شخصاً مصرعهم وأصيب عشرات آخرون، في حادث مأساوي إثر انقلاب حافلة ركاب من منحدر بعمق يقارب 100 قدم على طريق جبلي في إقليم جامو وكشمير الخاضع للإدارة الهندية، وفق ما أفادت به السلطات المحلية وتقارير إعلامية.

ووقع الحادث صباح أمس الأول الاثنين 20 أبريل، في منطقة أودهامبور، أثناء سير الحافلة على طريق جبلي شديد الانحدار، حيث كانت تقل أكثر من 60 راكباً في رحلة من رامناغار إلى أودهامبور، بحسب مسؤولين محليين نقلت عنهم وسائل إعلام هندية.

وذكرت التقارير أن الحافلة اصطدمت بمركبة ثلاثية العجلات أثناء منعطف حاد، ما أدى إلى فقدان السائق السيطرة عليها، لتسقط المركبة لاحقاً في واد بعمق يقارب 100 قدم.

وقال المسؤول المدني سينغ إن 19 شخصاً لقوا حتفهم في موقع الحادث على الفور، فيما توفي اثنان آخران لاحقاً متأثرين بإصاباتهما في المستشفى، وفقاً لوكالة "أسوشيتد برس".

كيف تصدّر جوج رواج، شباك التذاكر في المغرب؟

تصدّر فيلم "جوج رواج"، للمخرج علاء أكعيون، شبك التذاكر في المغرب للأسبوع السادس على التوالي.

ويتمس الفيلم، بحبكة درامية جريئة على مستوى القصة غير التقليدية، فضلاً عن أجواء الفانتازيا والخيال الجامع، منذ انطلاق عرضه لأول مرة في أول أيام عيد الفطر الماضي.

تدور الأحداث حول شاب وفتاة يواجهان صعوبات مالية تمنعهما من الزواج، فيقرران الخضوع لتجربة علمية غامضة مقابل المال، لكن خطأ تقنياً يؤدي إلى تبادل أرواحهما، ليعيش كل منهما في جسد الآخر ضمن مفارقات كوميدية ساخرة. وأتاح الغالب قضايا اجتماعية بأسلوب خفيف الظل، مثل حدود فهم الآخر والضغوط التي يواجهها الشباب، ما ساهم في بناء علاقة قوية مع المتفرج الباحث عن قصص محلية تعكس واقعه بروح مرحة.

تعريف إلى قائمة الأطعمة المعززة للطاقة واستراتيجية توزيع الوجبات

كثير من الناس يملقون شكوى من انخفاض الطاقة والشعور بعدم القدرة على ممارسة الحياة اليومية، حتى في حالة تناول وجبات وافية من حيث الكم، وبسبب هذه المعضلة قد يلجأ كثيرون إلى تناول المزيد من المنبهات، أملاً في مقاومة التعب وتعزيز الطاقة. هناك بعض الأطعمة التي يعتبرها خبراء التغذية وقوداً طبيعياً للجسم، إذا

كان نظامك الغذائي خالياً من هذه الأطعمة، فقد يكون الشعور بالكسل والتعب وضعف التركيز نتيجة طبيعية. للتخلص من هذه الحالة ومدّ الجسم بالطاقة اللازمة للقيام بالمهام اليومية، عليك أولاً أن تعرف قائمة الأطعمة المعززة للطاقة.



والمنغيز، كما أنها تساعد في تفسير العناصر الغذائية لإنتاج الطاقة بكفاءة عالية.

البروتينات والدهون الصحية
كل من البروتينات والدهون الصحية يعد مصدرًا جيدًا للطاقة، حسب healthline. كما أنها عناصر تساعد على بناء الأنسجة ونقل الإشارات العصبية بفعالية. ومن أهم مصادر البروتين والدهون الصحية التالي:

البيض
يُصنّف البيض كواحد من أفضل مصادر الطاقة، وذلك بسبب احتوائه على عنصر اللوسين، وهو حمض أميني يحفز إنتاج الطاقة في الخلايا، بالإضافة إلى فيتامينات B التي تلعب دوراً محورياً في العمليات الحيوية.

الأسماك الدهنية
توفر أحماض أوميغا3- الدهنية التي أثبتت الدراسات دورها في تقليل الالتهابات، وهو عامل رئيسي في محاربة التعب لدى الأشخاص ذوي النمط الحياتي المرهق.

الزبادي الطبيعي
يحتوي على الكربوهيدرات البسيطة في شكل لاكتوز وجالكتوز، والتي توفر طاقة فورية، بجانب البروتين الذي يبطئ امتصاص هذه السكريات، مما يجعله وجبة خفيفة مثالية. اقرني أيضاً رجيم متوازن للحصول على جسم صحي بعد انتهاء فترة العيد... التزمي به وفق اختصاصية تغذية

المكسرات والبذور
تعد المكسرات والبذور من أكثر الأطعمة التي تنجح في توفير طاقة، والميزة أنها تحقق هذا الهدف من دون الحاجة لتناول كمية كبيرة، كما أنها مثالية للأشخاص العاملين، لأنه يسهل اصطحابها في العمل وتناولها من دون الحاجة لوقت معين، من ثم لا يتعرض الشخص لفقدان الطاقة أو الجوع.

التمر
يحتوي على الكربوهيدرات البسيطة في شكل لاكتوز وجالكتوز، والتي توفر طاقة فورية، بجانب البروتين الذي يبطئ امتصاص هذه السكريات، مما يجعله وجبة خفيفة مثالية. اقرني أيضاً رجيم متوازن للحصول على جسم صحي بعد انتهاء فترة العيد... التزمي به وفق اختصاصية تغذية

اللوز والجوز
كلاهما غني بالمنغيز والنحاس والريبوفلافين، وهي عناصر تعمل كمساعدات إنزيمية في عمليات إنتاج الطاقة داخل الميتوكوندريا.

أطعمة معززة للطاقة
صحيح أن خبراء التغذية وضعا قائمة من الأطعمة التي تحسن النشاط، وتمنح الجسم مزيداً من الطاقة، لكن الأمر لا يقتصر على نوع طعام معين، بينما لكل طعام دور معين، من ثم يجب أن تكامل عناصر الوجبات الغذائية حتى يصل الجسم لكامل نشاطه. فيما يلي أبرز الأطعمة المعززة للطاقة.

الأطعمة الكاملة
بحسب Hydrocephalus Association فإن الأطعمة المصنعة تسبب على السوء، لكنها ليست مصدراً جيداً للطاقة على الإطلاق، لأنها تحتوي على السكريات المكررة، كما أنها تحتوي على نسب عالية من المواد الحافظة والصوديوم والدهون المتحولة، مما يؤدي إلى استجابة أنسولين سريعة تتبعها حالة من الخمول الحاد. في المقابل ينصح الخبراء باستبدال الأطعمة المصنعة بالأطعمة الكاملة والتي تعد الخطوة الأولى في تعزيز الطاقة، لأنها توفر مزيجاً متوازناً من المغذيات التي تدعم التمثيل الغذائي.

الكربوهيدرات المعقدة
تعتبر الكربوهيدرات مصدراً أساسياً للطاقة التي تغذي الدماغ والعضلات، ولكن ليس كل أنواع الكربوهيدرات لها نفس التأثير، ويتوقف الأمر هنا على سرعة الامتصاص. الكربوهيدرات المعقدة توفر طاقة بطيئة التحلل، مما يمنع تذبذب مستويات السكر في الدم.

الشوفان
يحتوي الشوفان على ألياف تسمى "بيتا جلوكان" القابلة للذوبان، والتي تشكل هلاماً في الجهاز الهضمي يبطئ من امتصاص الجلوكوز. كما أنه غني بفيتامينات B الضرورية لتحويل الغذاء إلى طاقة.

الكينوا والحبوب الكاملة
تتميز الكينوا بأنها مزيج من البروتين والكربوهيدرات المعقدة، كما أنها تحتوي على جميع الأحماض الأمينية الأساسية، ما يجعلها خياراً مثالياً للحفاظ على النشاط الذهني لساعات طويلة.

البطاطا الحلوة
تحتوي البطاطا الحلوة على كمية وفيرة من الألياف

المكسرات والبذور
تعد المكسرات والبذور من أكثر الأطعمة التي تنجح في توفير طاقة، والميزة أنها تحقق هذا الهدف من دون الحاجة لتناول كمية كبيرة، كما أنها مثالية للأشخاص العاملين، لأنه يسهل اصطحابها في العمل وتناولها من دون الحاجة لوقت معين، من ثم لا يتعرض الشخص لفقدان الطاقة أو الجوع.

التمر
يحتوي على الكربوهيدرات البسيطة في شكل لاكتوز وجالكتوز، والتي توفر طاقة فورية، بجانب البروتين الذي يبطئ امتصاص هذه السكريات، مما يجعله وجبة خفيفة مثالية. اقرني أيضاً رجيم متوازن للحصول على جسم صحي بعد انتهاء فترة العيد... التزمي به وفق اختصاصية تغذية

اللوز والجوز
كلاهما غني بالمنغيز والنحاس والريبوفلافين، وهي عناصر تعمل كمساعدات إنزيمية في عمليات إنتاج الطاقة داخل الميتوكوندريا.

المكسرات والبذور
تعد المكسرات والبذور من أكثر الأطعمة التي تنجح في توفير طاقة، والميزة أنها تحقق هذا الهدف من دون الحاجة لتناول كمية كبيرة، كما أنها مثالية للأشخاص العاملين، لأنه يسهل اصطحابها في العمل وتناولها من دون الحاجة لوقت معين، من ثم لا يتعرض الشخص لفقدان الطاقة أو الجوع.

التمر
يحتوي على الكربوهيدرات البسيطة في شكل لاكتوز وجالكتوز، والتي توفر طاقة فورية، بجانب البروتين الذي يبطئ امتصاص هذه السكريات، مما يجعله وجبة خفيفة مثالية. اقرني أيضاً رجيم متوازن للحصول على جسم صحي بعد انتهاء فترة العيد... التزمي به وفق اختصاصية تغذية

اللوز والجوز
كلاهما غني بالمنغيز والنحاس والريبوفلافين، وهي عناصر تعمل كمساعدات إنزيمية في عمليات إنتاج الطاقة داخل الميتوكوندريا.

علامة على الأصابع قد تكشف سرطان الرئة مبكراً

كشف تقرير طبي عن أن ملاحظة بسيطة في المنزل على شكل الأصابع قد تساعد في رصد علامات مبكرة محتملة لسرطان الرئة، وهو أحد أكثر أنواع السرطان انتشاراً وسرعة في التقدم، إذ يُشخص سنوياً لدى عشرات الآلاف من الحالات.

وبحسب الخبراء، فإن سرطان الرئة غالباً لا يُظهر أعراضاً واضحة في مراحله الأولى، ما يجعل علامات مبكرة محتملة لسرطان الرئة، وهو أحد أكثر أنواع السرطان انتشاراً وسرعة في التقدم، إذ يُشخص سنوياً لدى عشرات الآلاف من الحالات.

والى جانب الأعراض التنفسية، يشير الأطباء إلى علامة مبكرة محتملة تعرف بـ"تضخم أطراف الأصابع"، يمكن ملاحظتها من خلال اختبار بسيط يتم في المنزل، عبر ضمم الأصابع معاً. ففي الحالات الطبيعية، تتكون فجوة صغيرة على شكل ماسة بين الأظافر، بينما قد يشير غيابها إلى تغيرات في الأنسجة.

وتتطور هذه الحالة تدريجياً، بدءاً من لبونة قاعدة الظفر، مروراً بلمعان الجلد المحيط، ثم انحناء الأظافر بشكل ملحوظ، وصولاً إلى تورم الأصابع نتيجة تراكم السوائل في الأنسجة الرخوة. ورغم أن هذه العلامة لا تعني بالضرورة الإصابة بسرطان الرئة، فإنها قد تستدعي الانتباه والفحص الطبي. ويؤكد مختصون ومصابون سابقون بالمرض أهمية عدم تجاهل أي تغيرات غير معتادة، مشددين على أن الكشف المبكر يلعب دوراً حاسماً في فرص العلاج والنشأة.

هل إغلاق العينين يحسن السمع؟ هذا ما كشفه العلماء

على عكس المعتاد السائد بأن إغلاق العينين يساعد على "شحن" الحواس الأخرى وتقليل المشتتات كشفت دراسة جديدة أجراها باحثون في جامعة "سانفهي جياو تونغ" الصينية في أبريل 2026، أن إبقاء العينين مفتوحتين هو المفتاح الحقيقي لتحسين القدرة على السمع بوضوح في البيئات الصاخبة. وأخضع الباحثون، بقيادة المهندس يو هوانغ، 25 متطوعاً لاختبارات دقيقة تضمنت محاولة رصد "أصوات مستهدفة" مثل ضربات الطبول أو غناء الطيور وسط ضجيج خلفي بلغت شدته 70 ديسيبل. وتمت الاختبارات تحت أربع ظروف بصرية مختلفة شملت إغلاق العينين، أو النظر إلى شاشة فارغة، أو مشاهدة صورة ثابتة مرتبطة بالصوت، وصولاً إلى مشاهدة فيديو ديناميكي يتعلق بمصدر الصوت. وجاءت النتائج مفاجئة ومناقضة للظن؛ حيث سجل المشاركون أسوأ أداء عند إغلاق أعينهم، إذ اضطروا لرفع مستوى الصوت بمقدار 1.32 ديسيبل مقارنة بالوضع الطبيعي ليتمكنوا من تمييزه. وفي المقابل، ساعدت مشاهدة الصورة المتعلقة بالصوت على زيادة حساسية السمع بشكل ملحوظ، حيث تمكن المشاركون من رصد الأصوات وهي أقل خفوتاً بمقدار 3 ديسيبل تقريباً عند مشاهدة فيديو مرتبط بمصدر الصوت.

وتفسر هذه الظاهرة، استخدم الفريق أجهزة تخطيط كهربية الدماغ لمراقبة النشاط العصبي، واكتشفوا أن إغلاق العينين يحفز الدماغ على تصفية الأصوات بشكل هجومي مبالغ فيه. وبينما تهدف هذه العملية إلى حجب المشتتات، إلا أنها تؤدي إلى "تصفية مفرطة" تحجب الدماغ بحجب الإشارة المطلوبة جنباً إلى جنب مع الضجيج.

أمازون، تستثمر 5 مليارات دولار إضافية في «أثروبك»

تتوي "أمازون" إضافة خمسة مليارات دولار إلى رأس مال شركة "أثروبك" الناشئة للذكاء الاصطناعي التي تتكلم حصصاً فيها، على أن تستثمر فيها على المدى البعيد 20 ملياراً أخرى.

وكانت المجموعة العملاقة في مجال التجارة الإلكترونية والحوسبة السحابية شاركت منذ 2023 في ثلاث جولات تمويل "أثروبك" بمبلغ إجمالي قدره 8 مليارات دولار.

وتعد "أمازون" الشريك الأكبر لـ "أثروبك" في مجال القدرات الحسابية، وذلك بفضل مراكزها للبيانات.

ويصنّ الاتفاق الذي أعلن أمس الأول الاثنين عن أن "أثروبك" ستستأجر خوادم وأجهزة معالجة بيفوق قد تصل إلى 5 جيجاوات من المجموعة التي يقع مقرها في سياتل ولاية واشنطن.

ويجمل ذلك ملايين الرافق لكن أيًا من الطرفين لم يكشف عن أرقام محددة.

هل يمكن الوثوق بالذكاء الاصطناعي طبيياً؟

كشفت دراسة علمية حديثة أن بعض برامج الدردشة الآلية المعتمدة على الذكاء الاصطناعي قد تقدم معلومات طبية مضللة أو غير دقيقة، ما يثير مخاوف بشأن الاعتماد عليها في القضايا الصحية الحساسة.

وبحسب الدراسة المنشورة في BMJ Open، اختبر فريق من الباحثين خمسة من أبرز برامج الدردشة، هي Gemini و ChatGPT و Grok و Meta AI و DeepSeek، عبر طرح 50 سؤالاً صحياً شملت موضوعات مثل السرطان واللقاحات والتغذية.

وأظهرت النتائج أن نحو 20% من الإجابات كانت "إشكالية"، فيما صنّف نصفها تقريباً ضمن الفئة "الإشكالية"، بينما كانت 30% "إشكالية إلى حد ما". كما فشلت جميع البرامج في تقديم مراجع علمية دقيقة بشكل كامل، ولم ترفض الإجابة إلا على سؤالين فقط من أصل 250.

وسجل برنامج Grok أسوأ أداء، إذ اعتبرت 58% من إجاباته إشكالية، يليه ChatGPT بنسبة 52%، ثم Meta AI بنسبة 50%، مع تقارب عام في الأداء بين الأدوات الخمس.

وبحسب صحيفة "إندبندنت"، أشارت الدراسة إلى أن دقة الإجابات تختلف بحسب الموضوع، فقد كان الأداء أفضل نسبياً في مجالي السرطان واللقاحات، بينما تراجع في موضوعات التغذية والأداء الرياضي. كما تبين أن الأسئلة المفتوحة تزيد من احتمالات الحصول على إجابات مضللة.

هل أصبح «تكميم المعدة» الحل الأقوى للسمنة؟

فيما أشار 6% فقط إلى تدهور حالتهم، ويرجع ذلك أساساً إلى عدم تحقيق فقدان وزن كاف.

وتأتي هذه النتائج في وقت تتزايد فيه عمليات جراحات إنقاص الوزن؛ إذ سجلت هيئة الخدمات الصحية في بريطانيا نحو 7000 عملية خلال عام 2025، بزيادة تقدر بنحو 1600 عملية عن العام السابق.

وتعتمد عملية تكميم المعدة على إزالة ما بين 70 إلى 80% من حجم المعدة، لتتحوّل إلى أنبوب ضيق يشبه شكل الموزة، وغالباً ما تُجرى باستخدام المنظار عبر شقوق صغيرة في البطن.

وتشير الدراسات إلى أن المرضى يفقدون ما بين 50 إلى 70% من الوزن الزائد خلال السنة الأولى أو الثانية بعد العملية، شريطة الالتزام بتغيير نمط الحياة.

أظهرت أبحاث حديثة أن مرضى السمنة الذين يخضعون لجراحة تكميم المعدة يتكثرون من الحفاظ على فقدان الوزن لفترة تتجاوز عشر سنوات؛ ما يعزز مكانة هذا الإجراء كأحد الحلول طويلة الأمد لعلاج السمنة.

وبحسب دراسة أجراها باحثون من مركز أسوتا الطبي في تل أبيب، شملت متابعة 300 مريض على مدار عقد كامل، فإن العملية لم تقتصر على خفض الوزن بشكل ملحوظ، بل أسهمت أيضاً في تحسين جودة الحياة على المدى الطويل.

وأظهرت النتائج وفقاً لـ "الديلي ميل" أن المرضى كانوا، بعد 10 سنوات من الجراحة، أقل وزناً بنسبة تقارب 25% مقارنة بوزنهم قبل العملية،



رسائل مؤثرة عند قبور طلاب قضاوا بهجوم مروع في تركيا

تحوّلت قبور تسعة طلاب في المرحلة المتوسطة، قضاوا في هجوم زميل لهم داخل مدرستهم، لما يشبه المزار، حيث يتوافد زملء لهم وأشخاص آخرون من مختلف الأعمار.

وقضى تسعة طلاب ومعلمة رياضيات في مدرسة "أيسر تشاليك" بمحافظة كهرمان مرعش، جنوبي تركيا، يوم الأربعاء الماضي؛ إثر إطلاق نار من طالب في الصف الثامن لقي حتفه أيضاً.

وذهن أربعة طلاب، جميعهم بالصف الخامس، في قبور متجاورة بمسيرة في المدينة، بينما دُفن باقي الضحايا في أماكن ومقابر مدن أخرى.

ومنذ يوم الخميس الماضي، يتوافد زوار على تلك القبور وقد غطتها الورود والألعاب وقمصان أندية كرة القدم التي كان يشجعها الضحايا.

وكتب كثير من الزوار رسائل وداع ورقية مؤثرة لزملائهم وتركوها عند القبور، وفيها عبارات من قبيل "لن ننساك أبداً"، "فلتقي في الجنة".



منوعات الفكر

22

بحضور الرئيس الأعلى للجامعة

كلية الهندسة في جامعة الإمارات تنظم معرضاً يتضمن ابتكارات طلابية تقود إلى حلول مستقبلية منها مظلات شمسية ذكية.. وتحويل ركام «مناطق النزاعات» إلى أحياء سكنية



خلال تصميم واجهات برمجية ذكية تتحرك ألياً مع دوران الشمس لتقليل استهلاك الطاقة في المرافق الجامعية، ودمج أنظمة الزراعة الرأسية داخل الأبراج السكنية لتحقيق الاستدامة البيئية والغذائية. وأبرزها استخدام تكنولوجيا حصاد المياه من الرطوبة الجوية والأسقف البارامترية، التي تنظم الظروف البيئية، فضلاً عن تطوير أنظمة تبريد سلبية، ومظلات شمسية ذكية للبنية التحتية للنقل العام، الأمر الذي يعكس قدرة الطلبة على توظيف التقنيات الحديثة في مواجهة المناخ الصحراوي. وفي إطار الهندسة الإنسانية والاجتماعية، قدم الطلبة حلولاً إنشائية لإعادة تدوير ركام المباني المدمرة في مناطق النزاعات، وتحويلها إلى خرسانة معاد تدويرها لبناء أحياء سكنية اقتصادية، إلى جانب تصميم مراكز صحية ومساح مرنة قابلة للتوسع السريع باستخدام أنظمة مسبقة الصنع.

تعزيز التكامل بين المعرفة الأكاديمية والتطبيقات العملية، من خلال ربط مشاريع الطلبة باحتياجات سوق العمل، إضافة إلى توسيع آفاق التعاون مع الجهات الخارجية والشركاء الاستراتيجيين. كما تضمن عرض مشاريع تطبيقية تسهم في تطوير مرافق الجامعة والارتقاء بتجربة المستخدم داخل الحرم الجامعي، بما يعكس التزام الجامعة بتبني أفضل الممارسات في الابتكار والاستدامة، ويُعد معرض "حيث يلتقي التصميم بالهندسة: من الفكرة إلى الأثر"، نموذجاً للتكامل بين التعليم والهندسة التطبيقية، حيث سلط الضوء على دور التصميم في تحويل الأفكار إلى حلول ذات أثر ملموس، تدعم تطوير البنية التحتية وتحسين جودة الحياة داخل المجتمع الجامعي وخارجه. كما تمتد المجالات الهندسية للمشاريع لتشمل هندسة الطاقة والبيئة من

مكاملة تدعم الابتكار، وتربط بين المعرفة النظرية والتطبيق العلمي، حيث يستعرض المعرض أكثر من عشرين مشروعاً هندسياً متميزاً لطلبة مرحلتي البكالوريوس والدراسات العليا، تغطي مجالات متعددة تشمل العمارة المستدامة، والأنظمة الإنشائية المتقدمة، وحلول الطاقة المتجددة، مع تركيز واضح على معالجة تحديات واقعية في البيئة العمرانية. وتبرز من بين هذه المشاريع نماذج مبتكرة للإسكان تعتمد على تقنيات البناء المعياري، والتصنيع المسبق، والطباعة ثلاثية الأبعاد، بما يساهم في رفع كفاءة التنفيذ وخفض التكاليف، إلى جانب تصاميم لمدن رأسية مستدامة تراعي الخصوصية الثقافية وتستجيب لمتطلبات النمو الحضري المتسارع. ويهدف معرض "حيث يلتقي التصميم بالهندسة: من الفكرة إلى الأثر" إلى

نظمت كلية الهندسة في جامعة الإمارات العربية المتحدة معرض بعنوان "حيث يلتقي التصميم بالهندسة: من الفكرة إلى الأثر"، بحضور معالي زكي أنور نسيبة، المستشار الثقافي لصاحب السمو رئيس الدولة، الرئيس الأعلى لجامعة الإمارات، وسعادة الأستاذ الدكتور أحمد علي الرئيسي مدير الجامعة، إلى جانب أعضاء الهيئة التدريسية، والطلبة، وذلك في منتزه جامعة الإمارات للعلوم والابتكار بالحرم الجامعي. ويأتي تنظيم هذا المعرض الذي يجسد التزام الجامعة بتأهيل طلبة قادرين على تحويل الأفكار إلى حلول عملية ذات أثر ملموس في المجتمع، في إطار حرصها على إبراز مخرجاتها الأكاديمية والبحثية، وتوفير بيئة تعليمية

•• العين - الفجر

في مدينة الشيخ خليفة الطبية

«صحة» تعلن نجاح جراحة تصحيح جنف لمريض يبلغ 15 عاماً وتؤكد أهمية الكشف المبكر والتدخل العلاجي في الوقت المناسب



ألم، ويعيش حياة نشطة مع تحسن ملحوظ في التوازن ووضعية الجسم والطول. وقد أعربت أسرته عن تقديرها للراحة الشاملة التي تلقاها والنتائج الإيجابية التي حققت. وفي تعليقه على الحالة، قال الدكتور رون بابوراجيسواران، رئيس قسم جراحة الأعصاب في مدينة الشيخ خليفة الطبية التابعة لشركة «صحة»: "تبرز هذه الحالة أهمية الكشف المبكر والتدخل العلاجي في الوقت المناسب لعلاج الجنف، إذ يمكن أن يتفاقم الانحناء بسرعة إذا ترك دون علاج، مما يزيد من تعقيد الجراحة ومخاطرها. وعلى الرغم من شدة الحالة، حيث بلغ الانحناء 102 درجات لدى مريض في الخامسة عشرة من عمره، فقد تمكنا من تحقيق نتيجة إكلينيكية متميزة بفضل التخطيط الدقيق واستخدام تقنيات جراحية متقدمة. هدفنا الدائم هو استعادة المريض لوظائف جسمه الحيوية وتحسين جودة الحياة وتمكين المرضى من العيش بنقطة واستقلالية". من جانبه، قال الدكتور محمود بنور، طبيب استشاري جراحة الأعصاب في مدينة الشيخ خليفة الطبية التابعة لشركة «صحة»: "يعكس هذا النجاح قيمة العمل متعدد التخصصات. فجراحات العمود الفقري المعقدة لا تعتمد على المهارة الجراحية وحدها، بل تتطلب تقنيات متقدمة ورعاية منسقة قبل الجراحة وأثناءها وبعدها لضمان السلامة وتحقيق أفضل النتائج الممكنة. نحن فخورون بأن ثبت أن حتى الحالات الأكثر تعقيداً يمكن أن تحقق نتائج إيجابية عندما تتكامل الخبرات".

وعالمياً، يؤثر الجنف على نحو 2 إلى 3 في المئة من السكان، ويُعد الكشف المبكر لدى الأطفال والمراهقين عاملاً أساسياً للوقاية من التشوهات الشديدة والمضاعفات طويلة الأمد. ومع تزايد الوعي بحالات الجنف في دولة الإمارات، تتعاظم أهمية الفحص الدوري وتعزيز التنقيط الصحي بين الأسر ومقدمي الرعاية. وتواصل مدينة الشيخ خليفة الطبية التابعة لشركة «صحة»، التزامها بتقديم أعلى معايير التميز الإكلينيكي في جراحات العمود الفقري المعقدة، إلى جانب دعم التوعية المجتمعية بأهمية التشخيص المبكر. ومن خلال خبراتها متعددة التخصصات وتقنياتها المتقدمة ونهجها الإنساني في الرعاية، تركز المدينة الطبية مكانتها مركزاً مرجعياً في علاج تشوهات العمود الفقري لدى الأطفال والمراهقين.

•• أبوظبي - الفجر

أعلنت «صحة»، التابعة لمجموعة «بيورهيلث»، أكبر مجموعة لرعاية الصحة في منطقة الشرق الأوسط، عن نجاح إجراء جراحة معقدة لتصحيح حالة جنف شديد لدى مريض يبلغ من العمر 15 عاماً في صحة بمدينة الشيخ خليفة الطبية. ويعكس هذا الإنجاز تطور خدمات جراحة العمود الفقري متعددة التخصصات بالمستشفى، ويؤكد الدور المحوري للكشف المبكر والتدخل العلاجي المناسب في الحد من مضاعفات الجنف. وكان المريض قد شُخص أيضاً بحالة إزالة الميالين المرتبطة بأجسام مضادة لبروتين MOG، وهي اضطراب مناعي ذاتي نادر يؤثر في الجهاز العصبي وفي قدرة المريض الوظيفية ووضعية جسمه واستقراره الحركي. ويضلل التنسيق المتكامل بين جراحي العمود الفقري، وأطباء أمراض الرئة، وأطباء التخدير، وفريق العناية المركزة للأطفال، وأخصائيي التأهيل، تمكن الفريق الجراحي من تصحيح الانحناء بنجاح ليصل إلى 28 درجة. ويتمتع المريض حالياً بحالة صحية مستقرة دون

«هيئة الإنماء التجاري والسياحي بالشارقة» تحصل على شهادة الأيزو الدولية لجودة التعليم والتدريب

يمثل هذا الإنجاز، الذي أشرفت على تطبيقه إدارة الاستراتيجية، خطوة داعمة لتحقيق الأهداف الاستراتيجية لهيئة الإنماء التجاري والسياحي بالشارقة، من خلال تعزيز مساهمة القطاع السياحي في اقتصاد الإمارة، والارتقاء بتجربة الزوار والشركاء، إلى جانب تعزيز الأداء المؤسسي المرن القائم على الابتكار وتنمية رأس المال البشري. كما يساهم إطار العمل المتوافق مع متطلبات شهادة الأيزو في تمكين الهيئة من استشراف الاحتياجات المستقبلية للمهارات، ودعم جهود التوظيف عبر برامج منظمة لبناء قدرات الكفاءات الوطنية، إلى جانب تعزيز توظيف أساليب التدريب الحديثة والرقمية بما يواكب متطلبات التطور المؤسسي واستدامة الأداء.

إدارة التدريب المهني والسياحي لختلف الصناعات السياحية، بما في ذلك تصميم البرامج التدريبية وتنفيذها وتقييمها وتحسينها بشكل مستمر.

قطاع سياحة حديث ومتكثف في الشارقة، تشمل شهادة الأيزو 10015:2019 جميع خدمات التدريب وتطوير الكفاءات التي تقدمها

بالنسبة لهيئة الإنماء التجاري والسياحي بالشارقة، يمثل هذا الإنجاز نموذجاً منظماً لتطوير الكفاءات، وتحسين جودة الخدمة، ودعم

إدارة الكفاءات وتحسين جودة التعليم والتدريب داخل المؤسسات من خلال ربط تصميم وتنفيذ التدريب باحتياجات الكفاءة وأهداف المؤسسة.

•• الشارقة - الفجر

حصلت هيئة الإنماء التجاري والسياحي بالشارقة على الاعتماد الدولي بتطبيق مواصفات نظام إدارة جودة التدريب "أيزو 10015:2019"، وقد تم منح الشهادة رسمياً من قبل شركة إل آر كيوايه المحدودة "LRQA"، تقديراً لنهج إدارة التدريب المهني والسياحي المنظم والمهزّن بالجودة في تطوير القدرات ضمن منظومة السياحة، وضمان مواصلة مبادرات التدريب مع الأهداف الاستراتيجية ونتائج الأداء القابلة للقياس وعلق سعادة خالد جاسم المدفع، رئيس هيئة الإنماء التجاري والسياحي بالشارقة، قائلاً: "تمثل هذه الشهادة محطة استراتيجية لـ هيئة الإنماء التجاري والسياحي بالشارقة وقطاع السياحة في إمارة الشارقة. فهي تساهم في تطوير منهجيتنا في استشراف احتياجات المهارات، وتصميم وتنفيذ برامج تدريبية أكثر فاعلية، وقياس أثرها، بما يضمن ترجمة جهود التطوير إلى تحسين ملموس في جودة الخدمات وتعزيز أداء القطاع، كما تجسد التزامنا الراسخ بتنمية الكفاءات الوطنية، ودعم منظومة سياحية أكثر مرونة وجاهزية للمستقبل، انسجاماً مع رؤية إمارة الشارقة طويلة المدى".

ويأتي حصول هيئة الإنماء التجاري والسياحي بالشارقة على شهادة الأيزو 10015:2019 في إطار التزامها المستمر بتطوير منظومة سياحية متكاملة تركز على جودة الأداء وتنمية الكفاءات، بما يعزز مكانة الإمارة كوجهة سياحية رائدة على المستويين الإقليمي والدولي. وتواصل الهيئة من خلال مبادراتها وبرامجها المتخصصة العمل على تمكين رأس المال البشري، ورفع كفاءة القطاع السياحي، وترسيخ معايير التميز المؤسسي التي تتسجم مع رؤية إمارة الشارقة في تحقيق تنمية سياحية مستدامة قائمة على المعرفة والابتكار.



ويقدم معيار الأيزو 10015:2019 إرشادات

منوعات الغذاء

23

في وقت تتزايد شعبية المكملات الغذائية، يبرز المغنيسيوم كأحد أكثر العناصر تداولاً بوصفه وسيلة لتحسين النوم وتقليل التوتر ودعم صحة القلب. ومع تصاعد التوترات العالمية أخيراً، يواجه كثيرون صعوبة في النوم واضطراباً في نمط الراحة اليومية، مما يدفعهم للبحث عن حلول سريعة وفعالة.



الاحتياج اليومي للبالغين يتراوح ما بين 310 و420 ملغ

المغنيسيوم . . السبانخ والمكسرات من أبرز مصادره الطبيعية

المصادر الطبيعية بالمغنيسيوم، إذ يمكن لحصة واحدة أن تغطي نحو ثلث الاحتياج اليومي. كما تحتوي على الزنك والبروتين، مما يجعلها خياراً مناسباً لوجبة خفيفة مشبعة ومغذية.

5 - الأفوكادو

فاكهة غنية بالدهون الصحية وتحتوي أيضاً مستويات جيدة من المغنيسيوم، وتسهم في دعم صحة القلب وتنظيم مستويات السكر في الدم.

6 - الحمص أو الفاصوليا

اليقوليئات مثل الحمص والفاصوليا السوداء توفر البروتين النباتي إلى جانب المغنيسيوم، وتعزز الشعور بالشبع أيضاً، وتدعم صحة الجهاز الهضمي.

7 - الزبادي مع بذور الشيا

مزيج بسيط يجمع بين البروتين والمغنيسيوم. بذور الشيا غنية أيضاً بالألياف وأحماض أوميغا 3، مما يجعلها خياراً متوازناً لوجبة خفيفة.

المصادر الطبيعية بالمغنيسيوم، إذ يمكن لحصة واحدة أن تغطي نحو ثلث الاحتياج اليومي. كما تحتوي على الزنك والبروتين، مما يجعلها خياراً مناسباً لوجبة خفيفة مشبعة ومغذية.

2 - السبانخ المطهوه أو الطازجة

الخضروات الورقية الداكنة، وعلى رأسها السبانخ، تشكل أساساً مهماً لأي نظام غذائي غني بالمغنيسيوم. كوب واحد من السبانخ المطهوه يوفر كمية كبيرة من هذا المعدن، إلى جانب الحديد وحمض الفوليك.

3 - اللوز والمكسرات النيئة

حفنة صغيرة من اللوز أو الكاجو تمنح الجسم دهوناً صحية إلى جانب جرعة جيدة من المغنيسيوم، وترتبط المكسرات بتحسين صحة القلب وتقليل الالتهابات.

4 - الشوكولاتة الداكنة

تعد من المصادر الجيدة

يطرح المغنيسيوم بصفته خياراً شائعاً لدعم تهدئة الجهاز العصبي وتحسين جودة النوم. غير أن المؤسسات الصحية، من بينها المعهد الوطني للصحة، تشير إلى أن الجسم يمكنه تلبية احتياجاته اليومية من هذا المعدن عبر نظام غذائي متوازن، من دون الحاجة إلى المكملات في معظم الحالات. ولا يعد المغنيسيوم عنصراً ثانوياً، إذ يشارك في أكثر من 300 تفاعل كيميائي داخل الجسم، تشمل تنظيم ضغط الدم، ودعم وظائف العضلات والأعصاب، وتعزيز صحة العظام، وترتبط دراسات غذائية تقصص بارتفاع أخطار الإصابة بأمراض مزمنة، مثل السكري وأمراض القلب. ورغم ذلك، لا يحصل كثيرون على الكميات الموصى بها يومياً، التي تتراوح ما بين 310 و420 ملغ للبالغين، مما يعيد طرح سؤال المصدر الأفضل للحصول عليه.

في المقابل، يبدو الحل الأبسط والأكثر أماناً في العودة إلى الغذاء الطبيعي. وهنا تبرز سبع وجبات خفيفة غنية بالمغنيسيوم، يمكن أن تشكل بديلاً عملياً للمكملات عند إدراجها بانتظام ضمن النظام الغذائي.



1 - حفنة من بذور اليقطين
تعد من أغنى

لماذا يفضل الغذاء على المكملات؟

تشير مراجعات علمية حديثة إلى أن امتصاص المغنيسيوم لا يعتمد على الكمية فقط، بل على مصدره وتركيبته الغذائية. فبحسب دراسة منشورة عام 2021 في مجلة Nutrition، يختلف التوافر الحيوي للمغنيسيوم بين المكملات، في حين تشير أبحاث أحدث إلى أن وجوده ضمن نظام غذائي متكامل يعزز امتصاصه واستفادة الجسم منه. وترتبط دراسات واسعة النطاق في 2023 بين الحصول على المغنيسيوم من الغذاء وانخفاض خطر الإصابة بأمراض مزمنة مثل السكري، بينما تبقى نتائج المكملات أقل اتساقاً. وفي المقابل، تحذر دراسات سريرية حديثة في 2024 من أن الإفراط في تناول مكملات المغنيسيوم قد يؤدي إلى آثار جانبية، أبرزها اضطرابات الجهاز الهضمي، خصوصاً في حال عدم وجود نقص فعلي.

لماذا يقل حجم العضلات عند التوقف عن ممارسة الرياضة؟

تُبنى الكتلة العضلية نتيجة للنشاط المستمر للجسم، ويتطلب الحفاظ عليها ممارسة النشاط البدني بانتظام. ولكن عند التوقف عن التدريب، تبدأ العضلات تدريجياً في فقدان حجمها.



لدى الرياضيين، كما أن قلة الحركة بعد الإصابات أو العمليات الجراحية، إضافة إلى نمط الحياة الخامل مثل الجلوس الطويل والعمل على الكمبيوتر، تسرع هذه العملية، وكذلك التقدم في العمر.

كيف يمكن إبطاء ضمور العضلات؟

يمكن الحد من فقدان الكتلة العضلية عبر:

- ممارسة تمارين خفيفة مثل المشي أو اليوغا بانتظام.
- اتباع نظام غذائي غني بالبروتينات والفيتامينات والمعادن.
- الحفاظ على النشاط اليومي مثل القيام بالأعمال المنزلية والحركة المنتظمة.
- فحتى النشاط البدني المعتدل يمكن أن يساعد في إبطاء عملية الضمور.

فتبدأ العملية العكسية المعروفة بالضمور، حيث ينخفض حجم ألياف العضلات. ويرجع ذلك إلى عدة أسباب، من بينها:

- توفير الطاقة: الحفاظ على الكتلة العضلية يتطلب طاقة كبيرة، لذلك يقلل الجسم حجم العضلات غير المستخدمة لتوفير الموارد.
- انخفاض تصنيع البروتين: نمو العضلات يعتمد على تصنيع البروتين الذي تحفره التمارين، وعند غياب النشاط تتباطأ هذه العملية وتتسارع عملية تكسير البروتين.
- تغير مستويات الهرمونات: النشاط البدني يحفز إنتاج هرمونات مثل التستوستيرون وهرمون النمو، ومع قلة الحركة تنخفض مستوياتها، ما يساهم في ضمور العضلات.
- تراجع تدفق الدم: قلة الحركة تقلل من تدفق الدم إلى العضلات، ما يؤثر سلباً في تغذيتها وعمليات الأيض فيها.
- وقد يؤدي التوقف عن التدريب لعدة أسابيع إلى فقدان ملحوظ في الكتلة العضلية، خاصة

تُعرف باسم التضمخ العضلي. لكن عند التوقف عن التدريب، لا يتلقى الجسم الإشارة اللازمة للحفاظ على الكتلة العضلية.

التمارين تتعرض الألياف العضلية لإصابات دقيقة، ويقوم الجسم بإصلاحها وزيادة حجمها لتتحمل الأحمال المستقبلية، وهي عملية



ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :هايلانديس لاند سكينج
رخصة رقم: CN 1347587 قد تقدموا إلينا بطلب:
إلغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان
مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أسبوع
من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير
مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :كافتيريا ومطعم اشري
رخصة رقم: CN 3689943 قد تقدموا إلينا بطلب:
إلغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان
مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أسبوع
من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير
مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :فريدة الرئيسي لحلول الموارد البشرية
رخصة رقم: CN 4522333 قد تقدموا إلينا بطلب:
إلغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان
مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أسبوع
من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير
مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :النداء لتجارة الشراشف
رخصة رقم: CN 1747504 قد تقدموا إلينا بطلب:
إلغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان
مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أسبوع
من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير
مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :صالون تي كي تي لتدليك للرجال رخصة رقم: CN 4459312 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع
اضافة منصور عبدالباسط بشير محمد علي 100%
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف عبدالباسط بشير محمد علي حسين
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة
أبوظبي للتسجيل خلال أربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه
المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :دليل الصغارية للإعلانات
رخصة رقم: CN 2893396 قد تقدموا إلينا بطلب:
إلغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان
مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أسبوع
من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير
مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :براهيم مزود خدمات الشركات
رخصة رقم: CN 4213399 قد تقدموا إلينا بطلب:
إلغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان
مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أسبوع
من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير
مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :واي باور تو كافية
رخصة رقم: CN 2839541 قد تقدموا إلينا بطلب:
إلغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان
مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أسبوع
من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير
مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة
الاسم التجاري: موارد للخدمات الأمنية ذ م م
عنوان الشركة: الطين، غرب 0.44 مبنى انترناشيونال كابيتال تريدينغ ذ.م.م
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 2254933
التعديل الذي طرأ على الشركة:
1 - حل وتصفية الشركة
2- تعيين السادة/SHARAF AND G CHARTERED ACCOUNTANTS - BRANCH OF ABU DHABI
بتاريخ: يونيو 2026/04/21
كاتب العدل بالرقم: 8885/PN8803/25
تاريخ التعديل: 2026/04/21
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين
خلال مدة 30 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري: جيسون للخدمات البحرية ذ.م.م-ش.و.
عنوان الشركة: الراحة، شاطئ الراحة غرب 0.11 مبنى الدار التجارية ذ.م.م-ش.و.
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 5699775
التعديل الذي طرأ على الشركة:
1 - حل وتصفية الشركة
2- تعيين السادة/مكتب محمد حلمي لتدقيق الحسابات-شركة الشخص الواحد ذ.م.م، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/21، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2699027459 - تاريخ التعديل: 2026/04/21
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين
خلال مدة 30 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :كيش للسفريات والسياحة رخصة رقم: CN 2243988 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع
اضافة محمد احمد محمود اسماعيل الكمالي 100%
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف السيد احمد محمود اسماعيل الكمالي
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة
أبوظبي للتسجيل خلال أربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه
المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :مركز الحصن لخدمات رجال الاعمال والطباعة رخصة رقم: CN 6115480
قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع
اضافة مريم سالم حزيم خلفان المنصوري 100%
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف خلفان بطي سالم موسى القبيسي
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة
أبوظبي للتسجيل خلال أربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه
المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة
الاسم التجاري: سلايم اكسبكت للفعاليات ذ.م.م
عنوان الشركة: تاجر أبوظبي
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 5306965
التعديل الذي طرأ على الشركة:
1 - حل وتصفية الشركة
2- تعيين السادة/اكثيف دايركتوري لتدقيق-شركة الشخص الواحد ذ.م.م، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/17، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 8885/PN8201/26 - تاريخ التعديل: 2026/04/21
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين
خلال مدة 30 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري: سينرجي مارين لإدارة السفن وتشغيلها-شركة الشخص الواحد ذ.م.م
عنوان الشركة: مصفح، مصفح 0.39 مبنى حكومة أبوظبي
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4724358
التعديل الذي طرأ على الشركة:
1 - حل وتصفية الشركة
2- تعيين السادة/ام ايه بارتنز محاسبون قانونيون-ذ.م.م-ش.و، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/16، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 8885/PN9401/26 - تاريخ التعديل: 2026/04/21
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين
خلال مدة 30 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري: نيروكت للتعامل الإلكتروني-ذ.م.م-ش.و.
عنوان الشركة: تاجر أبوظبي
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 6093959
التعديل الذي طرأ على الشركة:
1 - حل وتصفية الشركة
2- تعيين السادة/ام ايه بارتنز محاسبون قانونيون-ذ.م.م-ش.و، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/16، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 8885/PN26990264581 - تاريخ التعديل: 2026/04/20
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين
خلال مدة 30 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري: مطعم مكننا اللبنانية-ذ.م.م-ش.و.
عنوان الشركة: أبوظبي، أبوظبي، موانئ أبوظبي، مرسى ميناء، وحدة رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 5126679
التعديل الذي طرأ على الشركة:
1 - حل وتصفية الشركة
2- تعيين السادة/ام ايه بارتنز محاسبون قانونيون-ذ.م.م-ش.و، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/21، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 8885/PN26990264581 - تاريخ التعديل: 2026/04/21
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين
خلال مدة 30 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :روح الابداع لتصليح كهرباء السيارات - ذ.م.م - ش.و. رخصة رقم: CN 1102989 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل رأس المال من 10000 إلى 40000
تعديل شكل قانوني من شركة الشخص الواحد ذ م م الى شركة ذات مسؤولية محدودة
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة محمد اسماعيل فضل احمد 50%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة محمد علي جبر نور احمد 50%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف محمد اسماعيل فضل احمد
تعديل اسم تجاري من/ روح الابداع لتصليح كهرباء السيارات - ذ.م.م - ش.و الى/ روح الابداع لتصليح كهرباء السيارات - ذ.م.م - ش.و
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل
خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي
حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :ايس ايم اي او بروبريتيز - ذ.م.م - ش.و. رخصة رقم: CN 5007090 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 150000
تعديل شكل قانوني من شركة الشخص الواحد ذ م م الى شركة ذات مسؤولية محدودة
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة ماريانا سالاشينا 50%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة عسل امرازيقا 50%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف عسل امرازيقا
تعديل اسم تجاري من/ ايس ايم اي او بروبريتيز - ذ.م.م - ش.و الى/ ايس ايم اي او بروبريتيز - ذ.م.م - ش.و
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل
خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي
حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :سيميكولون للصيانة العامة رخصة رقم: CN 3931726 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل رأس المال من 100000 إلى 150000
تعديل شكل قانوني من مؤسسة فردية الى شركة ذات مسؤولية محدودة
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة محمد اختر حسين روميح الدين 10%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة ساروار حسين ك ا م ام الله 90%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف سيف محمد علي عبدالرحمن العمودي
تعديل اسم تجاري من/ سيميكولون للصيانة العامة SEMICOLON GENERAL - MAINTENANCE الى/ سيميكولون للصيانة العامة - ذ.م.م SEMICOLON GENERAL - MAINTENANCE - L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل
خلال أربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن
أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٢٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة :بقالة فريش مارك رخصة رقم: CN 5179534 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 100000
تعديل شكل قانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة محمد اشرف تايال موكود عبدالرحمان 100%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف احمد عبدالله احمد على التعمي
تعديل اسم تجاري من/ بقالة فريش مارك FRESH MARK GROCERY الى/ بقالة فريش مارك - ذ.م.م - ش.و FRESH MARK GROCERY - L.L.C - S.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل
خلال أربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن
أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / نيو ويلمكس لتلميع السيارات - ذ.م.م - رخصة رقم: CN 4001886 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل شكل قانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة ساجوي داس راهول شاندرنا داس 5% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة محمد قمرالحسن خايزر احمد سوداجار 95% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة محمد قمرالحسن خايزر احمد سوداجار تعديل اسم تجاري من / نيو ويلمكس لتلميع السيارات - ذ.م.م - ش.ش.و إلى / نيو ويلمكس لتلميع السيارات - ذ.م.م
NEW WELLMAX CAR POLISH - L.L.C - S.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / تواصل للمواصلات ذ.م.م رخصة رقم: CN 1007824 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل رأس المال من 150000 إلى 1000000 تعديل شكل قانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.م تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة تواصل موبيليتي - ذ.م.م - ش.ش.و TAWASUL MOBILITY - L.L.C - S.P.C تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة المجموعة المتحدة القابضة - ذ.م.م UNITED HOLDING GROUP - L.L.C تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة داس القابضة ذ.م.م DAS HOLDING L.L.C تعديل اسم تجاري من / تواصل للمواصلات ذ.م.م TAWASUL TRANSPORT LLC إلى / تواصل للمواصلات - ذ.م.م - ش.ش.و TAWASUL TRANSPORT - L.L.C - S.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / معلم باب الكازو للمندي والمشويات - ذ.م.م رخصة رقم: CN 5364176 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل شكل قانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.م تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة هناع راشد على جمعه الرعايي 100% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة باليكال ياريد مصطنعي تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة محمد عبد الرحمن بونيشاتاييل تعديل اسم تجاري من / معلم باب الكازو للمندي والمشويات - ذ.م.م - ش.ش.و إلى / معلم باب الكازو للمندي والمشويات - ذ.م.م - ش.ش.و BAB AL KAZWA MANDI AND GRILLS - RESTAURANT - L.L.C تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة هناع راشد على جمعه الرعايي 100% تعديل اسم تجاري من / معلم باب الكازو للمندي والمشويات - ذ.م.م - ش.ش.و إلى / معلم باب الكازو للمندي والمشويات - ذ.م.م - ش.ش.و BAB AL KAZWA MANDI AND GRILLS RESTAURANT - L.L.C - S.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / عصائر كرز الشام ذ.م.م - فرع أبو ظبي رخصة رقم: CN 4715640 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل شكل قانوني من فرع إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.م تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة سالم شاهين عيد فرج التميمي 100% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة هناع راشد على جمعه الرعايي 100% تعديل اسم تجاري من / عصائر كرز الشام ذ.م.م - فرع أبو ظبي إلى / عصائر كرز الشام - ذ.م.م - ش.ش.و KARAZ AL SHAM JUICES L.L.C - BRANCH OF ABU DHABI تعديل اسم تجاري من / عصائر كرز الشام ذ.م.م - فرع أبو ظبي إلى / عصائر كرز الشام - ذ.م.م - ش.ش.و KARAZ AL SHAM JUICES - L.L.C - S.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / ماجستيك لتصلح مكيفات الهواء والالكترونيات - ذ.م.م - رخصة رقم: CN 5135027 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل شكل قانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة ابراهيم خليل عبد الرشد 5% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة ميزان على احمد 95% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة ميزان على احمد تعديل اسم تجاري من / ماجستيك لتصلح مكيفات الهواء والالكترونيات - ذ.م.م - ش.ش.و إلى / ماجستيك لتصلح مكيفات الهواء والالكترونيات - ذ.م.م - ش.ش.و MAJESTIC AC AND ELECTRONICS - REPAIR - L.L.C - O.P.C تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة ابراهيم خليل عبد الرشد 5% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة ميزان على احمد 95% تعديل اسم تجاري من / ماجستيك لتصلح مكيفات الهواء والالكترونيات - ذ.م.م - ش.ش.و إلى / ماجستيك لتصلح مكيفات الهواء والالكترونيات - ذ.م.م - ش.ش.و MAJESTIC AC AND ELECTRONICS REPAIR - L.L.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / شا علم لتجارة السكراب والمعادن - ذ.م.م - رخصة رقم: CN 5429971 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل شكل قانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة زاهر الاسلام نايب على 10% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة شا علم فريد مياه 90% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة شا علم فريد مياه تعديل اسم تجاري من / شا علم لتجارة السكراب والمعادن - ذ.م.م - ش.ش.و إلى / شا علم لتجارة السكراب والمعادن - ذ.م.م - ش.ش.و SHA ALAM METAL SCRAP TRADEING - L.L.C - S.P.C تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة شا علم فريد مياه 90% تعديل اسم تجاري من / شا علم لتجارة السكراب والمعادن - ذ.م.م - ش.ش.و إلى / شا علم لتجارة السكراب والمعادن - ذ.م.م - ش.ش.و SHA ALAM METAL SCRAP - TRADEING - L.L.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / سوليوشن ليفيرجيد تكنولوجيز رخصة رقم: CN 6003764 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة عمر عبدالله راشد العابدي التميمي 100% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة سعيد شطيط سالم راشد الكتيبي تعديل اسم تجاري من / سوليوشن ليفيرجيد تكنولوجيز إلى / سوليوشن ليفيرجيد تكنولوجيز للاستشارات SOLUTION LEVERAGED TECHNOLOGIES - CONSULTANCY فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / مؤسسة السبيل لتجارة الاعلاف رخصة رقم: CN 2043730 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل رأس المال إلى 1000 تعديل شكل قانوني من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.م تعديل اسم تجاري من / مؤسسة السبيل لتجارة الاعلاف إلى / السبيل لتجارة الاعلاف - ذ.م.م - ش.ش.و ALSABEEL FODDER TRADING EST تعديل اسم تجاري من / مؤسسة السبيل لتجارة الاعلاف إلى / السبيل لتجارة الاعلاف - ذ.م.م - ش.ش.و ALSABEEL FODDER TRADING - L.L.C - S.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / اي سي اي سي بنك ليميتد - ابوظبي رخصة رقم: CN 1140951 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل اسم تجاري من / اي سي اي سي اي بنك ليميتد - ابوظبي إلى / اي سي اي سي اي بنك ليميتد - ابوظبي ICICI BANK LTD - ABU DHABI فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / مركز كيدوس هب لتنمية مواهب الاطفال رخصة رقم: CN 5644821 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل اسم تجاري من / مركز كيدوس هب لتنمية مواهب الاطفال إلى / كيدوس هب لتنمية القدرات العقلية KIDDOS HUB TALENTED CHILDREN - DEVELOPMENT CENTER تعديل اسم تجاري من / مركز كيدوس هب لتنمية مواهب الاطفال إلى / كيدوس هب لتنمية القدرات العقلية KIDDOS HUB MIND ABILITIES - DEVELOPMENT فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / سكوبس انترناشيونال للتجارة العامة رخصة رقم: CN 5903381 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل اسم تجاري من / سكوبس انترناشيونال للتجارة العامة إلى / سكوبس انترناشيونال للمقاولات العامة SCOPUS INTERNATIONAL GENERAL - TRADING تعديل اسم تجاري من / سكوبس انترناشيونال للتجارة العامة إلى / سكوبس انترناشيونال للمقاولات العامة SCOPUS INTERNATIONAL - GENERAL CONTRACTING فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / فيتنيس اون تايم ابسورت سرفيس - شركة الشخص الواحد ذ.م.م رخصة رقم: CN 4141333 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل رأس المال من 150000 إلى 100000 تعديل شكل قانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة فافيو لا دونجو جونزالس 50% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة جوهانا ماريلا مونوز 50% تعديل اسم تجاري من / فيتنيس اون تايم ابسورت سرفيس - شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى / فيتنيس اون تايم ابسورت سرفيس - شركة الشخص الواحد ذ.م.م FITNESS ON TIME SPORT SERVICES - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C تعديل شكل قانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة جوهانا ماريلا مونوز 50% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة فافيو لا دونجو جونزالس تعديل اسم تجاري من / فيتنيس اون تايم ابسورت سرفيس - شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى / فيتنيس اون تايم ابسورت سرفيس - شركة الشخص الواحد ذ.م.م FITNESS ON TIME SPORT - SERVICES - L.L.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال ثلاثون يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / ابا للمستحضرات النباتية رخصة رقم: CN 1051635 قد تقدموا إلينا بطلب: إلغاء رخصة فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أسبوع من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / شركة الشخص الواحد ذ.م.م الاسم التجاري: ايكو فيجن للاستشارات - ذ.م.م - ش.ش.و عنوان الشركة: تاجر ابوظبي رقم قيد في السجل الاقتصادي: CN 5632045 التعديل الذي طرأ على الشركة: 1 - حل و تصفية الشركة 2- تعيين السادة/ شارنقورد لتدقيق الحسابات ذ.م.م. كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/20 ، ببناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم : 2699027174 ، تاريخ التعديل: 2026/04/21 فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / فاس سراي سبا - ذ.م.م رخصة رقم: CN 5891617 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل رأس المال من 100000 إلى 50000 تعديل شكل قانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.م تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة ادرين باينايا جابديلا 100% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة فاروق محمد على تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة عمر بجوش تعديل اسم تجاري من / فاس سراي سبا - ذ.م.م - ش.ش.و إلى / فاس سراي سبا - ذ.م.م - ش.ش.و FAZ SARAY SPA - L.L.C تعديل شكل قانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.م تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة فاروق محمد على تعديل اسم تجاري من / فاس سراي سبا - ذ.م.م - ش.ش.و إلى / فاس سراي سبا - ذ.م.م - ش.ش.و FAZ SARAY SPA - L.L.C - S.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال ثلاثون يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / فيتنيس اون تايم ابسورت سرفيس - شركة الشخص الواحد ذ.م.م رخصة رقم: CN 4141333 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل رأس المال من 150000 إلى 100000 تعديل شكل قانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة فافيو لا دونجو جونزالس 50% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة جوهانا ماريلا مونوز 50% تعديل اسم تجاري من / فيتنيس اون تايم ابسورت سرفيس - شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى / فيتنيس اون تايم ابسورت سرفيس - شركة الشخص الواحد ذ.م.م FITNESS ON TIME SPORT SERVICES - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C تعديل شكل قانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى شركة ذات مسؤولية محدودة تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة جوهانا ماريلا مونوز 50% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة فافيو لا دونجو جونزالس تعديل اسم تجاري من / فيتنيس اون تايم ابسورت سرفيس - شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى / فيتنيس اون تايم ابسورت سرفيس - شركة الشخص الواحد ذ.م.م FITNESS ON TIME SPORT - SERVICES - L.L.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال ثلاثون يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / نوبا فيوتشر للعقارات - ذ.م.م - ش.ش.و رخصة رقم: CN 5600884 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة شادي مجيد البديش 100% تعديل الشركاء تنازل وبيع/إضافة فادي كامل عوده الغفري تعديل اسم تجاري من / نوبا فيوتشر للعقارات - ذ.م.م - ش.ش.و إلى / نوبا فيوتشر للعقارات العامة والمفروشات - ذ.م.م - ش.ش.و NOVA FUTURE PROPERTIES - L.L.C - S.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢

إعلان

تعلم سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / استثمار - شركة الشخص الواحد ذ.م.م رخصة رقم: CN 1149268 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل اسم تجاري من / استثمار - شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى / استثمار - ذ.م.م - ش.ش.و ISTITHMAR - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C تعديل اسم تجاري من / استثمار - شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى / استثمار - ذ.م.م - ش.ش.و ISTITHMAR - L.L.C - S.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

فقدان جواز سفر
فقد المدعو / اسونسيون كابلينك بويو ، الفلبين الجنسية - جواز سفره رقم (P8875918C) من يجده عليه الاتصال بتليفون رقم 0547761047

فقدان جواز سفر
فقد المدعو / نصهره بيبي فهيم الله ، باكستاني الجنسية - جواز سفره رقم (FN3119822) من يجده عليه الاتصال بتليفون رقم 0568260372

دائرة القضاء - أبوظبي
إدارة الكاتب العدل والتوثيق
العدد ١٤٧٣٨ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٢
الموضوع: 38-2026 ط اذن-ت-اسم-م-ر-ب-أظ
تقدم المواطن (مسار محمد العبد سالم العامري - بطلب إلى دائرة القضاء بتغيير اسمه من (مسار) إلى (حمدان)، فمن لديه اعتراض يقدم به إلى القسم المذكور خلال 15 يوماً من تاريخ نشر الاعلان.
قاضي التوثيق والتأديبات

فقدان جواز سفر
فقد المدعو / فوك ترونغ تران ، فيتنام الاشتراكية الجنسية - جواز سفره رقم (E02011380) من يجده عليه الاتصال بتليفون رقم 0551607328

فقدان جواز سفر
فقد المدعو / يوهان جون كوشي شامافيليل توماس كوشي ، هندي الجنسية - جواز سفره رقم (T9283227) من يجده عليه الاتصال بتليفون رقم 0542135908

منوعات

العمل

27

شهدت الفترة الماضية عودة قوية تُرسِّخ من جديد فكرة الاعتماد على الثنائيات، وتلاشي مبدأ النجم الأوحده شيئاً فشيئاً، لا سيما في ظل النجاح الذي حققته هذه الفكرة، سواء على المستوى النقدي أو الجماهيري، بما يسمح بقماشة أوسع درامياً وثرأء في الأحداث، وتقديم حالة فنية مشتركة تجذب الجمهور وتخلق نوعاً جديداً من المتعة السينمائية، وعدم اعتماد العمل على نجم واحد يتصدر أفيش العمل.



حالة فنية تجذب الجمهور وتخلق نوعاً جديداً من المتعة السينمائية

عودة الثنائيات الفنية تغير خريطة السينما العربية



خلق حالة من الانسجام على الشاشة، ما انعكس في النهاية على جودة العمل. وأشار إلى أن الجمهور في الوقت الحالي أصبح أكثر ميلاً لمشاهدة الثنائيات مقارنة بفكرة النجم الأوحده، إذ يرى في هذا النوع من الأعمال ما يشبه المباراة التمثيلية بين نجمين، ما يزيد من عنصر التشويق ويعزز من جاذبية الفيلم.

الدور قبل النجم

فيما يطرح الناقد اللبناني محمد حجازي، رؤية نقدية مهمة حول ظاهرة الثنائيات في السينما العربية، معتبراً أن الإشكالية الأساسية لا تكمن في فكرة جمع نجمين في عمل واحد، بل في الطريقة التي يُدار بها هذا التوجه فنياً وتسويقياً. وأكد حجازي ل موقع "القاهرة الإخبارية"، أن السينما في تجاربها العالمية الناجحة تقوم بالأساس على منطلق "الدور أولاً"، إذ يُنشى اختيار الممثلين على مدى ملاءمتهم للشخصيات المكتوبة في السيناريو، وليس على حجم جماهيريتهم أو شهرتهم فقط، وحتى عندما يقف نجم كبير أمام ممثل أقل شهرة، فإن العلاقة بينهما تصاغ درامياً وفق احتياجات القصة، لا وفق توازنات النجومية. وأشار إلى أن ما يميز السينما الاحترافية أن الكيمايا بين الممثلين ليست عنصراً عشوائياً أو حالة تحدث تلقائياً، بل نتيجة مباشرة لكتابة دقيقة، وإخراج واع، وتوظيف صحيح للأدوار داخل السيناريو الدرامي.

المقابل، ينتقد الناقد اللبناني بعض الممارسات في السينما العربية، إذ يتم أحياناً الاعتماد على تجميع أسماء نجوم كبار داخل عمل واحد بدافع تسويقي بحت، دون اعتبار كاف لتوازن الشخصيات أو طبيعة العلاقة الدرامية بينها، وهذا، بحسب رأيه، يؤدي إلى خلل فني يجعل العمل أقرب إلى تجميع نجوم منه إلى بناء درامي متكامل. ويختتم حديثه بأن المشكلة ليست في وجود الثنائيات بحد ذاتها، بل في تحويلها إلى هدف تسويقي مستقل عن النص، فالمعيار الحقيقي لنجاح أي عمل يضم أكثر من نجم مدى خدمة كل شخصية للبناء الدرامي، وليس مجرد اجتماع أسماء لامعة على الأفيش.

أكثر من نجم يمكن أن يحقق نجاحاً جماهيرياً كبيراً.

جودة النص

وحول ما إذا كانت هذه الثنائيات مجرد وسيلة تسويقية، أم ضرورة تفرضها طبيعة العمل الدرامي، يؤكد الناقد ل موقع "القاهرة الإخبارية" أن الإجابة ترتبط بالأساس بجودة النص، إذ يقول إن وجود ثنائي ناجح يتطلب أولاً سيناريو قوي قادر على استيعاب نجمين كبيرين دون الإخلال بتوازن العمل. ويضيف أن عنصر الكتابة يظل الأساس في بناء هذا النوع من الأعمال، يليه اختيار الثنائي المناسب، ثم "تسكين" كل ممثل في الدور الذي يتوافق مع قدراته، مشدداً على أن نجاح هذه المعادلة يضمن تقديم عمل قوي يحقق صدى واسعاً لدى الجمهور.

أما عن الكيمايا بين النجوم، فيؤكد أنها ليست عاملاً عامضاً أو عشوائياً، بل نتيجة مباشرة لاحترافية الممثل، موضحاً أن أي ممثل موهوب يدرك أهمية التفاعل مع شريكه في الأداء، والعمل على

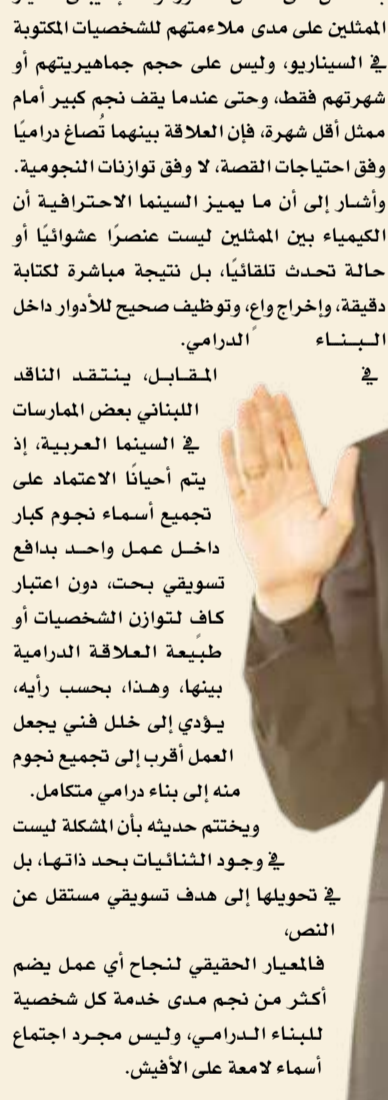
على الكوميديا الخفيفة وكيمايا الحضور بين النجمين.

ظاهرة قديمة

يرى الناقد المصري أحمد سعد الدين، أن ظاهرة الثنائيات في السينما ليست بجديدة أو وليدة اللحظة، إذ تمتد جذورها إلى فترات مبكرة من تاريخ الصناعة، موضحاً أن الشاشة الكبيرة شهدت عبر عقود طويلة الجمع بين عدد من كبار النجوم في أعمال مشتركة حققت نجاحات لافتة. ويشير إلى أن السينما مرت بمراحل مختلفة، كان من بينها فترة سيطر فيها "النجم الأوحده" على البطولة، قبل أن تعود مرة أخرى فكرة الثنائيات والثلاثيات لتفرض حضورها بقوة، وتؤكد قدرتها على تحقيق النجاح والبقاء في ذاكرة الجمهور. ويستشهد الناقد المصري بعدد من النماذج البارزة التي رسخت هذه الظاهرة، من بينها فيلم "العار"، الذي جمع بين نور الشريف ومحمود عبدالعزيز وحسين فهمي، إلى جانب أفلام مثل "جري الوحوش، والكيف"، وصولاً إلى التجارب الحديثة مثل "كيرة والجن" للنجمين أحمد عز وكريم عبدالعزيز، التي أثبتت أن الجمع بين

ويخلاف المشروعات التي قُدمت الفترة الماضية وجمعت ثنائيات مثل "الصلحة"، و"كيرة والجن"، و"أحمد وأحمد"، والأخرى القائمة التي يُجرى تصويرها، وأخرها "مقر وكاريا" بطولة محمد إمام وشيكو، و"7dogs" بطولة كريم عبدالعزيز وأحمد عز، ليمثل أحد أبرز النماذج على العالمية، خصوصاً مع مشاركة نجوم عالميين في العمل، تشهد الفترة المقبلة مشروعات جديدة تؤكد هذا التوجه الناجح، وأن الثنائيات باتت إحدى الرهانات الناجحة في السينما. لعل أبرز هذه المشروعات فيلم "العركة"، الذي يجمع بين محمد إمام وأحمد العوضي، وأشار اهتماماً واسعاً منذ لحظة الإعلان عنه، لما يمتلكه الثنائي من جماهيرية في أعمال الأكنش، كما ينتظر الجمهور عودة ثنائية قديمة بين أحمد حلمي وكريم عبدالعزيز من خلال فيلم "الأخوات"، في خطوة تحمل نوستالجيا تعيد إلى الأذهان بداياتهما المشتركة، وكذلك التعاون المنتظر بين أحمد السقا

وياسمين عبدالعزيز في فيلم "خلي بالك على نفسك"، الذي يراهن



شيرين عبد الوهاب تعود للاستوديو وتعرض أغنيات جديدة

تستعد النجمة شيرين عبد الوهاب للعودة بقوة إلى الساحة الغنائية خلال الفترة المقبلة، حيث تعمل حالياً على تسجيل مجموعة من الأغاني الجديدة تمهيداً ل طرحها على جمهورها، وكشف الملحن عزير الشافعي عن كواليس التعاون المرتقب، بعدما نشر مقطع فيديو عبر حساباته على مواقع التواصل الاجتماعي، ظهر خلاله برفقة الموزع الموسيقي توما من داخل الاستوديو، بينما كانت شيرين تقوم بتسجيل إحدى الأغنيات الجديدة. وعلق الشافعي على الفيديو قائلاً: انتوا كمان وشحتوها جداً، في إشارة إلى حالة الترقب الكبيرة من الجمهور لعودة شيرين بأعمال جديدة، خاصة بعد فترة من الغياب النسبي عن الساحة الفنية. ويأتي هذا التعاون ضمن سلسلة من التحضيرات المكثفة التي تقوم بها شيرين حالياً، حيث تسعى لتقديم محتوى غنائي مختلف يواكب تطورات جمهورها ويحافظ على مكانتها كواحدة من أبرز الأصوات في الوطن العربي. ومن المتوقع أن تشهد الفترة المقبلة الإعلان عن تفاصيل الألبوم أو الأغاني الجديدة، وسط اهتمام واسع من جمهورها ومتابعيها الذين ينتظرون عودتها بفارغ الصبر.

شيرين عادل: تعلمت من عادل إمام وعمر الشريف الإخلاص للفن

كشفت الفنانة شيرين عادل عن كواليس مشاركتها في فيلم حسن ومرقص، خلال ندوة تكريمها داخل "اليوم السابع"، حيث أكدت أن هذا العمل من أهم خطواتها الفنية، خاصة أنه جاء في بداياتها ووضعها في مكانة مختلفة تماماً. وأوضحت شيرين عادل بإنها تعتبر نفسها محظوظة بالوقوف أمام عاقلة مثل عادل إمام وعمر الشريف، إلى جانب يحيى الفخراني، مشيرة إلى أنها تعلمت منهم الكثير سواء على مستوى التمثيل أو الالتزام والإخلاص للجمهور. وأضافت شيرين عادل، كنت منبهره بحب الزعيم عادل إمام للفن وتركيزه الشديد في أدق التفاصيل، واصفة إياه بأنه "مدرسة حقيقية في العطاء الفني"، بينما أكدت أن عمر الشريف كان يتميز بإحساس طبيعي للغاية، لدرجة أنها كانت تنسى الحوار أحياناً من شدة انبهارها بأدائه وسلاسته. وأشارت شيرين عادل إلى أنها كانت تحرص على الجلوس مع عمر الشريف يومياً والاستماع إلى حكاياته عن الزمن الجميل وكواليس الأفلام القديمة، مؤكدة أن تلك التجربة ستظل من اللحظات التي لا تُنسى في مسيرتها. وفي سياق آخر، أكدت شيرين عادل أنها ما زالت تحرص على الاطمئنان على الزعيم عادل إمام من خلال متابعة أخباره، موضحة أنها لم تلتقي به منذ فترة، لكنها تسعد بشدة عندما تسمع أنه بخير، متمنية له دوام الصحة والعافية.



الفكر

طريقة بسيطة لتحسين حالة مرضى الخرف



تحسن في جودة الحياة بشكل عام. وكشف التحليل أن هذه الممارسات تحقق أفضل نتائجها عندما تكون الجلسات قصيرة وبسيطة، بحيث لا تزيد عادة عن ساعة واحدة، كما أن فعاليتها تتعزز بشكل كبير عندما يشارك فيها أفراد الأسرة أو مقدمو الرعاية، وبشرط أن تكون الجلسات منتظمة وجماعية. ووفقا للعلماء يمكن أن تشكل هذه الأساليب غير الدوائية إضافة مهمة للعلاج التقليدي للخرف، ويخطط الفريق البحثي في المستقبل لتطوير واختيار برامج جديدة تعتمد على التكنولوجيا، بهدف تسهيل تطبيق هذه الممارسات في دور رعاية المسنين والمرافق الطبية. وتشير العديد من الدراسات الطبية إلى أن ممارسة اليوغا وتمارين التنفس تساعد على تهدئة الأعصاب وتحسن جريان الدم في الجسم، ما يحسن إمداد الدماغ بالأكسجين، وبالتالي يتحسن عمل الدماغ وتنشط الذاكرة.

كشفت دراسة علمية جديدة أن بعض الممارسات التي تربط بين الجسم والعقل، مثل التأمل واليوغا ورياضة التاي تشي وتمارين التنفس، تساعد مرضى الخرف في التغلب على القلق والتوتر والاكتئاب. قام الباحثون خلال دراستهم بتحليل نتائج 89 بحثا ودراسة علمية تتعلق بتأثير الممارسات المذكورة على الصحة العقلية والنفسية عند الأشخاص الذين يعانون من ضعف الإدراك والذاكرة، وأظهرت النتائج أن ممارسة التأمل واليوغا ورياضة التاي تشي وتمارين التنفس حسنت الحالة النفسية بشكل ملحوظ لدى تلك الفئة من الناس، حيث أبلغ العديد من المشاركين عن انخفاض في مستويات القلق والاكتئاب والتوتر، بالإضافة إلى

قلي الدماغ .. متلازمة تصيب الموظفين بسبب الإفراط في استخدام الذكاء الاصطناعي

كشفت أبحاث جديدة أن أدوات الذكاء الاصطناعي تتسبب في إرهاق ذهني للموظفين وظاهرة تعرف باسم "قلي الدماغ". وأجرى باحثون في مجلة Harvard Business Review دراسة شملت نحو 1500 موظف أمريكي من قطاعات مهنية متنوعة، وكشفت النتائج عن اتجاه مقلق للأشخاص الذين يستخدمون الذكاء الاصطناعي لزيادة الإنتاجية وتحسين الأداء. وورد الباحثون نمطا من "الإرهاق المعرفي الناتج عن الإفراط المكثف على وكلاء الذكاء الاصطناعي"، ما أدى إلى صعوبة شديدة في التركيز على المهام. واستخدم الفريق البحثي مصطلح "قلي الدماغ" لوصف المشاركين الذين عانوا من "إرهاق ذهني ناتج عن الاستخدام المفرط أو الإفراط المكثف على أدوات الذكاء الاصطناعي بما يتجاوز القدرات المعرفية للشخص". وتنوعت الأعراض التي وصفها المشاركون في الدراسة بين الصداع، وبطء اتخاذ القرارات، والشعور بضبابية ذهنية. وشبه البعض هذه الحالة بـ"صداع الكحول الذهني" الناتج عن التفاعل المكثف مع أدوات الذكاء الاصطناعي. ويقول أحد كبار مديري الهندسة الذين شاركوا في الدراسة: "بدلا من أن أكون أكثر سرعة، شعرت أن ذهني أصبح فوضويا. كان الأمر وكأن لدي عشرات نوافذ المتصفح مفتوحة في رأسي، تتصارع جميعها على جذب الانتباه. لم يكن تفكيري معطلا، بل كان مشوشا، كتشويش إلكتروني في الذهن. ما أيقظني من هذه الغيبوبة هو إدراكي أنني أعمل بجهد أكبر لإدارة الأدوات بدلا من حل المشكلة الفعلية". وسجلت نسبة المصابين بمتلازمة "قلي الدماغ" أعلى مستوياتها بين العاملين في قطاع التسويق، حيث أبلغ أكثر من ربع المشاركين عن معاناتهم من هذه المشكلة. كما شملت الفئات الأكثر تضررا العاملين في الموارد البشرية والتمويل وتطوير البرمجيات. ووجد الباحثون علاقة مباشرة بين متلازمة "قلي الدماغ" وارتكاب الأخطاء في العمل، سواء كانت كبيرة أم صغيرة. وكتب الباحثون: "بين المشاركين الذين يستخدمون الذكاء الاصطناعي في العمل، أبلغ من يعانون من قلي الدماغ عن ارتكاب أخطاء بشكل متكرر أكثر من غيرهم، حيث سجلوا درجات أعلى بنسبة 11% في الأخطاء البسيطة و39% في الأخطاء الكبيرة مقارنة بمن لم يعانون من المتلازمة". وأضاف الباحثون: "هذه النتائج تعزز التمييز بين الاحتراق الوظيفي كإعياء عاطفي من جهة، وقلي الدماغ الناتج عن الذكاء الاصطناعي كإجهاد معرفي حاد من جهة أخرى".



الممثلة الأسترالية أنيسيا هانا كيم لدى حضورها العرض الأول للموسم الثاني من مسلسل 'بيف'، في المسرح المصري في لوس أنجلوس. ا ف ب

قرأت لك



براعم القمح
تشير الدكتور ريماء مومسينكو، خبيرة التغذية، إلى أن براعم القمح تحتوي على مضادات أكسدة، وتمتدع بتأثير إيجابي في تعزيز طول العمر الصحي. وتؤكد الدكتور أن الحبوب تنشط جميع إنزيماتها أثناء عملية الإنبات، مما يسمح بإنتاج العديد من المواد المفيدة.

وتوضح قائلة: "هذا منتج غذائي حيوي للغاية. فعندما تبدأ بإنبات الحبوب، تتحول إلى كنز من الفيتامينات والمعادن. ويفضل عوامل النمو التي تمزج من كمية الفيتامينات والإنزيمات، تبدأ هذه الإنزيمات بتحويل البروتينات إلى أحماض أمينية، والكربوهيدرات إلى سكريات بسيطة، كما تتحول الدهون إلى أحماض دهنية غير مشبعة. في هذه المرحلة، تظهر الفيتامينات النشطة، والتي يمتصها الجسم بنسبة 100%. خلافا للفيتامينات الأخرى التي قد لا تمتص بالكامل. كذلك، تصبح العناصر الدقيقة في صورة مستخلصة يسهل امتصاصها بالكامل". وتلفت الخبيرة إلى أنه يمكن استخدام براعم الحبوب مع أي نوع من الأغذية، ولكن من المهم جدا عدم تعريضها للمعالجة الحرارية، لأنها قد تفقد فوائدها.

سؤال وجواب

• متى كان اول حاسوب الكتروني ؟
اول حاسوب الكتروني يعمل بالكهرباء كان في امريكا عام 1946 وهو من الحواسيب القديمة التي تعمل بالصمامات المفرغه ويستهلك قدراً كبيراً من الطاقة كما انه يشغل حيزاً كبيراً
• هل علم حساب المثلثات علم حديث ؟
لا .. اثبت العلماء ان علم حساب المثلثات علم قديم وأول من استخدمه هم الفراعنة القدماء وساعدتهم ذلك في بناء الاهرامات الشهيرة وقد طور العرب المسلمون ذلك العلم ووضعوا اسسه الحديثة لجعله علماً مستقلاً بذاته ومن اوائل المؤسسين لعلم حساب المثلثات ابو عبدالله البتاني ونصر الدين الطوسي
• من صاحب اول صفر في الحساب ؟
صاحب اول صفر في الحساب هو العالم المسلم محمد بن موسى الخوارزمي وهو اول من ادخل الصفر في الحساب وكان اكتشافه هذا في علم الحساب نقله كبيرة وعظيمة في دراسة الأرقام وتغييراً جذرياً لمفهوم الرقم .

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الإمام محمد متولي الشعراوي من مواليد أول ابريل عام 1911 م بقرية دقادوس وتوفي في 17 يونيو عام 1998 م .
- هل تعلم أن قلم الحبر الجاف الموجود في الوقت الحاضر اخترعه الصحفي المجري لاديسلو جوزيف بيرو وكان ذلك في الثلاثينيات .
- ولد إيليا أبو ماضي عام 1889 م في لبنان وتوفي عام 1957 م .
- تأسس الاتحاد الدولي لكرة القدم الفيفا عام 1904 م .
- الانترنت أو البيوليس الدولي يعود تأسيسه إلى عام 1923 .
- السوق الأوروبية المشتركة تأسست عام 1958 .
- هل تعلم أن أول دولة عرفت لعبة الجولف هي اسكتلندا .
- هل تعلم أن كريستوفر شولز هو مخترع الآلة الكاتبة وهو من الولايات المتحدة الأمريكية .
- هل تعلم أن هيرام مكسيم هو مخترع المدفع الرشاش .
- هل تعلم أن السيزموجراف هو جهاز تسجيل حدوث الزلازل .
- اخترع جهاز قياس الزلازل العالم الأمريكي تشارلز ريختر عام 1930 م .

قصة الشيخ الشجاع

اراد بعض الغزاة ان يهاجموا مدينة جميلة بغرض الاستيلاء عليها فاسلوا بعض رجالهم ليجتسوا على تلك المدينة ويعرفوا ما فيها واين يخبيء الناس سلاحهم وكم لديهم من جند وكيف هو حال حصونهم .. فقام الجواسيس بالذهاب إلى المدينة لتنفيذ امر قائدهم ولكنهم فشلوا في ذلك فلم يستطعوا التسلل إلى داخلها لكنهم استطاعوا ان يقبضوا على رجل وابنه من اهل المدينة وجاءوا به إلى القائد الذي سأله عن كل ما يريد فلم يجبه الولد ولا الابن فأمر القائد جنوده بتعذيبهم وبالفعل، قام الجنود بتعذيب السجينين ولكن دون جدوى ولما طال التعذيب بهم جاء القائد إلى الرجل وقال ان لم تنطق قتلتك فقال له الرجل سأنتطق ولكن لي طلب واحد فقط فقال القائد ماهو، قال الرجل اقتل ولدي اولا وبعد ذلك سأقول لكم كل شيء فاستعجب القائد من ذلك الطلب وقال له اقتل ابنك فقال نعم فقتل ابني اولا حتى لا يذهب بعد ذلك إلى المدينة ويشي بي فغضب القائد وقال ايها الجبان كيف تكون ابا، كيف تتحمل ان ترى ولدك يقتل فضحك الشيخ وقال وكيف تصدق اني سأقول لك كل شيء.. طلبت قتل ابني حتى لا يتعذب من بعدي ويخاف وينطق بما لدينا، فقال القائد هل يعني ذلك انك لن تقول لنا شيئا فقال الرجل لوقطعت من جسدي قطعا وانا حي لن ابوح لك بشيء، فغضب القائد وقال لجنوده كيف نغلب بلدا هكذا ناسها .. ان وطنيته احرقنتي واذلنتي .. هيا سيطول حصارنا وربما وقعنا نحن في ايديهم .. وترك القائد الرجل وانطلق بجنوده بعيدا ولم يفكر بالعودة مرة اخرى .

