

منوعات

الفكر

22

في خطوة تعزز الرعاية الصحية المجتمعية في أبوظبي «صحة» تكرم المتبرعين بالدم المتميزين

•• أبو ظبي - الفجر:



كرمت شركة «صحة» التابعة لمجموعة «بيورهيلث»، الأفراد المتميزين الذين تبرعوا بدمهم من أجل خدمات بنك الدم، تكريمًا لهم في إطار إنقاذ حياة المرضى في مختلف أنحاء الإمارة. وتكريمًا لجائزة «بطل التبرع بالصفايح للعلم» التي تمنح للمتبرعين الذين يسهمون بالتبرع في دعم المرضى الذين هم بأمرس الحاجة إلى التبرع بالدم، الأمر الذي يعكس رسالة «صحة» بضمان جعل الرعاية الصحية متاحة للجميع، وبناء منظومة رعاية صحية مرنة تقوم على المساهمات الفاعلة من أبناء المجتمع.

يذكر أن الإمارات تشهد طلباً متزايداً على مكونات دم معينة، حيث باتت المستشفيات في مختلف أنحاء البلاد تعوّّل على حصولها على إمدادات مستمرة لتوفير العلاجات المنقذة للحياة للمرضى الذين يواجهون مرض السرطان، أو يخضعون لعمليات جراحية، أو يعانون من أمراض مزمنة. وتعدّ الفصادة، وهي عملية تبرع دقيقة ومخصصة تتضمن عزل مكونات محددة مثل الصفايح الدموية أو البلازما، محورياً من أجل تلبية هذا الطلب. ويخالف عمليات التبرع التقليدية، تعمل الفصادة على استخلاص المكونات المطلوبة من الدم ثم إعادة ما بقي إلى المتبرع، الأمر الذي يجعلها مثالية للمرضى الذين يحتاجون إلى جرعات مركزة لدعم شفائهم أو علاجهم. يذكر أن تبرعات الفصادة زادت هذا العام بنسبة

(صحة) الراسخ ببناء منظومة رعاية صحية مرنة تقوم أساساً على التعاطف والدعم المجتمعي. ويمثل كل متبرع رؤيتنا لدولة الإمارات حيث تعتمد الرعاية الصحية على أفراد ملتزمين يكرسون أنفسهم لإحداث فرق حقيقي في حياة الآخرين. وقال محمد العولقي، الفائز بالمرتبة الأولى في التبرع: «بالنسبة إليّ، يمثل كل تبرع محاولة لنح شخص ما الأمل وفرصة أخرى من أجل العيش، وإدراك مدى تأثير ذلك على شفاء شخص ما يدفعني إلى التبرع مجدداً. وأدّى بشرقي الحصول على هذا التكريم، إلا أن المكافأة الأكبر بالنسبة إلي هي معرفة أن تبرعاتي بالدم تحدث فرقا حقيقياً. وأمل أن يشكل ذلك مصدر إلهام يدفع الآخرين إلى المبادرة للتبرع واختبار التأثير العميق للعطاء ومساعدة الغير».

وانطلاقاً من التزامها بتلبية الحاجة المتزايدة في الإمارات إلى مكونات الدم المحددة، تكّرس «صحة» بنوك الدم - أبو ظبي - جهودها لتوسيع نطاق المبادرات المنقذة للحياة التي تحث على المشاركة المجتمعية. وتجسّد جائزة «بطل التبرع بالصفايح للعلم» رسالة «صحة» بخدمات بنك الدم - أبو ظبي - بترسيخ ثقافة الدعم من خلال التبرع بالدم، وتسليط الضوء على الدور الأساسي للفصادة في رعاية المرضى. ومن خلال هذه المبادرات، تتضمن «صحة» حصول المرضى في مختلف أنحاء أبو ظبي على موارد الدم الضرورية لشفايتهم وتعافيهم.

الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة تنظم أسبوع التوظيف

•• رأس الخيمة - الفجر:

اجتمع أكثر من 32 مؤسسة من مختلف القطاعات للتفاعل مع طلاب وخريجي الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة في أسبوع التوظيف السنوي الذي عقدهته الجامعة مؤخراً في حرمها الجامعي. وغطت الفعالية التي استمرت ثلاثة أيام السيرة الذاتية وتقنيات إجراء المقابلات، وتضمنت جلسات نقاشية للخبراء شارك فيها قادة من مختلف القطاعات، بما في ذلك هيئة رأس الخيمة لتنمية السياحة، وشركة «الكب» للتعمير في البناء وغيرها. وشارت مجموعة متنوعة من الشركات المحلية والدولية في هذا الحدث، مما أتاح للطلاب والخريجين فرصاً قيمة للتواصل، وفرصاً تدريبية وتوظيفاً محتملاً وفرص عمل بدوام كامل.

وقال الدكتور عماد يوسف حبيب الله، نائب الرئيس للتطوير المؤسسي والشؤون الخارجية في الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة: «مع هذه المجموعة القوية من الشركات والإقبال المثير للإعجاب من الطلاب والخريجين، تحول أسبوع التوظيف في الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة في رأس الخيمة 2025 إلى منصة لا تقدر بثمن للباحثين عن عمل لاكتشاف الأفاق الوظيفية واكتساب رؤى من قادة القطاع واتخاذ الخطوة التالية نحو رحلة مهنية ناجحة».

ويذكر أن التطوير لهذا الحدث، نظمت الجامعة أنشطة متنوعة، بما في ذلك معرض تقديمي للقيادة في كلية الهندسة المدنية في الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة، تلاه حلقة نقاش ناقش حول الاتجاهات المستقبلية في الهندسة المدنية وطلبة توعية بعنوان «التعليم من أجل التوظيف» للتواصل مع المتخصصين في هذا القطاع.

ركز اليوم الثاني على النمو الشخصي والمهني، حيث تضمن ورشة عمل على موقع لينكد إن حول العلامة التجارية الشخصية وجلسات نقاشية في القطاع مع ممثلين من هيئة رأس الخيمة لتنمية المهارات المهنية والتعليم من أجل التوظيف ومرجان. استكشفت الجلسة الأولى الاتجاهات والفرص المستقبلية في مختلف القطاعات، حيث غطت قطاعات التعليم والأعمال والضريبة والسياحة والهندسة. وسلطت الجلسة 2 الضوء على التميز في التصميم: العمارة والابتكار.

وشملت الشركات المحلية والعالمية المشاركة في الحدث: شركة ALEC للتعمير في البناء، هيئة رأس الخيمة لتنمية السياحة، مرجان، منتجج موفتيك جزيرة المرجان، منتجج ذا كوف روتانا، شركة ADC لأنظمة الطاقة، شركة سيليجاس د.م.م، شركة فيشر لاستشارات الموارد البشرية، فندق هيلتون جاردن إن - رأس الخيمة، فندق الريتز كارلتون رأس الخيمة، منتجج راديسون جزيرة المرجان برأس الخيمة، فندق روف، هامبتون باي هيلتون جزيرة المرجان، مؤسسة عبد الله الفريز، شركة القصة الذهبية للاستشارات الهندسية، شركة داز كرافترز المهنية د.م.م، شركة الظبي للمحولات د.م.م، بنك رأس الخيمة، مدرسة هارفيست الخاصة، جلفار، شركة رأس الخيمة للضيافة القابضة، مركز رأس الخيمة الدولي للشركات، واحة الأصول الرقمية برأس الخيمة، موانئ رأس الخيمة، منطقة رأس الخيمة الاقتصادية (راكنز)، مدارس تعليم أجيبال، يونيسيت العقارية، شركة الاتحاد للتأمين، مساكن وقرية الحمرا ريزيدنس، دار الهندسة المعمارية، التعليم من أجل التوظيف، الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة.

89%، الأمر الذي يعكس الالتزام القوي لدى المجتمع الإماراتي بدعم احتياجات الرعاية الصحية الحيوية. وتكرّم جائزة «بطل التبرع بالصفايح للعلم» المتبرعين الذين أظهرتوا تقانياً متميزاً في هذا الصدد، حيث قام محمد العولقي، الذي تم تكريمه كأفضل متبرع، بإجراء 29 عملية تبرع منقذة للحياة، وجاء في المركز الثاني عمر بطي الذي أجرى 24 تبرعاً، بينما تقاسم المركز الثالث كل من أحمد علي ناصر



نادي الإمارات العلمي يخلق عالمياً...

8 جوائز تفتح أبواب التحدي في بطولة الروبوت بالولايات المتحدة

•• دبي - محمود علياء:



قادرون على المنافسة عالمياً وتحقيق الريادة في المجالات التقنية والابتكارية. نحن فخورون بهذا الإنجاز الذي يعكس الاستثمار الناجح في العقول المبدعة، ويؤكد محددة تتطلب التفكير الإبداعي والعمل الجماعي والابتكار التقني.

وأكد الدكتور عيسى البستاني، رئيس نادي الإمارات العالمية في الابتكار التكنولوجي: «إننا نشكر جميع المشاركين في هذه البطولة العالمية، ونتمنى لهم التميز والنجاح في مسابقاتهم المستقبلية، ونؤكد دعمنا لهم في مساهمة الإمارات في مجالات العلوم والتكنولوجيا والابتكار».

إعدادهم لواجهة متطلبات القرن الحادي والعشرين. كما تسهم المسابقة في غرس روح التحدي والمنافسة البناءة بين المشاركين، من خلال تكليفهم بمهام محددة تتطلب التفكير الإبداعي والعمل الجماعي والابتكار التقني. ويعتبر أهل نادي الإمارات العلمي لهذه البطولة العالمية إنجازاً يعكس مستوى التميز والتفوق الذي يتمتع به الطلبة، ويؤكد قدرة النادي على إعداد جيل مبدع ومؤهل لتحقيق الريادة في المجالات التقنية والهندسية. أشاد بلال البذور، رئيس مجلس إدارة ندوة الثقافة والعلوم، بالإنجاز المتميز الذي حققه نادي الإمارات العلمي في البطولة الوطنية للروبوت وتأهله للمشاركة في البطولة العالمية بالولايات المتحدة، مؤكداً أن هذا التفوق يعكس القدرات الإبداعية والمهارات التقنية التي يتمتع بها شباب الإمارات في مجالات العلوم والتكنولوجيا.

والمشاركة في مسابقة الروبوت العالمية، والتي تُوجّز في البطولة الوطنية للروبوت، والذي تُوجّز فرقنا شتق أداء مشرفاً في البطولة العالمية، ونؤكد التزامنا في نادي الإمارات العلمي بتوفير بيئة محفزة للابداع والابتكار، لنواصل مسيرة التميز العلمي والتكنولوجي لدولة الإمارات.

الشابة الحاصلة على المهارات والمعارف المطلوبة للنجاح والتميز في سوق العمل المستقبلي. ويأتي هذا في وقت تواصل فيه الجامعة الأميركية في الشارقة تعزيز مكانتها في التصنيفات العالمية. فكانت الجامعة قد صنفت وفقاً لتصنيفات «كيو إس» العالمية للجامعات لعام 2024 ضمن أفضل خمس جامعات في دولة الإمارات العربية المتحدة، وضمن أفضل 450 جامعة عالمياً في تخصص الهندسة الكيميائية. كما احتلت المرتبة الأولى في دولة الإمارات، وضمن أفضل 200 جامعة عالمياً في تخصصي

إن حصولنا على اعتماد مجلس الاعتماد للهندسة والتكنولوجيا دون أية ملاحظات أو تحفظات أو نقاط ضعف، بالتزامن مع هذا الاعتماد الوطني من مفوضية الاعتماد الأكاديمي، يعكس جودة برامجنا الأكاديمية وتميز التجربة التعليمية التي نقدمها في الجامعة الأميركية في الشارقة.

ومن جهتها، قالت الدكتورة سميرة عبد الرحمن الملا، مدير مفوضية الاعتماد الأكاديمي بالإنابة بوزارة التعليم العالي والبحث العلمي: «في الوقت الذي تواصل فيه دولة الإمارات

حقن نادي الإمارات العلمي إنجازاً جديداً في مجال الروبوت والذكاء الاصطناعي، حيث تأهل للمشاركة في البطولة العالمية «فيكس للروبوتات التعليمية»، والتي ستقام في الولايات المتحدة الأمريكية خلال الفترة من 6 إلى 14 مايو المقبل. يأتي هذا التأهل بعد أداء متميز في البطولة الوطنية للروبوت التي نظمتها مؤسسة ربع قرن بمجمع الشارقة للبحوث والتكنولوجيا خلال الفترة من 22 إلى 23 فبراير الجاري، والتي نُوجّز فيها طلبة النادي بـ 8 جوائز مرموقة، من بينها المركز الأول في البطولة، وجوائز المهارات الفردية، بالإضافة إلى جائزتي التميز والتصميم بفرعيه للمرحلتين المتوسطة والمتقدمة.

تمكّن طلبة النادي، خلال فترة إعداد مكثفة امتدت لنحو ستة أشهر، من اكتساب خبرات متعددة في البرمجة المتقدمة، والتصميم المبتكر، والتعامل مع المشكلات ووضع الحلول الفعالة، مما ساهم في تطوير مهاراتهم التقنية والإبداعية بشكل ملحوظ. وقد تأهل أربعة فرق من مختلف أنحاء العالم للنافس في البطولة العالمية، بعدما حصروا المراكز الأولى في البطولة الوطنية وجوائز التميز والتصميم. تُعدّ البطولة العالمية للروبوت «فيكس» واحدة من أقوى المسابقات العالمية في مجال الروبوتات التعليمية، حيث تجمع فرقاً من مختلف أنحاء العالم للنافس في تطوير الروبوتات الذكية وتنفيذ تحديات معقدة تتطلب مهارات عالية في البرمجة والتصميم الميكانيكي وحل المشكلات. ويحرص نادي الإمارات العلمي على المشاركة السنوية في هذه البطولة، تأكيداً على تميزه وريادته في هذا المجال، وسعيه الدائم لتطوير مهارات الطلبة وتأهيلهم وفق أحدث المعايير العالمية. تهدف البطولة إلى تحقيق مستويات عالية من النجاح والابتكار، عبر تعزيز التفكير المنطقي، وتنمية المهارات الفنية والشخصية الضرورية للطلبة، بما يساهم في

مفوضية الاعتماد الأكاديمي في الدولة تجدد اعتماد برامج البكالوريوس في كلية الهندسة في أميركية الشارقة

•• الشارقة - الفجر:

بوزارة التعليم العالي والبحث العلمي في دولة الإمارات العربية المتحدة هي الجهة الرسمية المسؤولة عن ترخيص مؤسسات التعليم العالي وتقييم برامجها الأكاديمية لاعتمادها. وهي تعمل بالتنسيق مع الجهات المحلية والدولية لضمان الحفاظ على المعايير الأكاديمية، والارتقاء بجودة تجربة الطلبة التعليمية في مؤسسات التعليم العالي.

وقال الدكتور فادي أحمد العلول، عميد كلية الهندسة في الجامعة الأميركية في الشارقة: «إن تجديد اعتماد برامجنا شهادة على جودة برامجنا الأكاديمية، ويؤكد مكانة

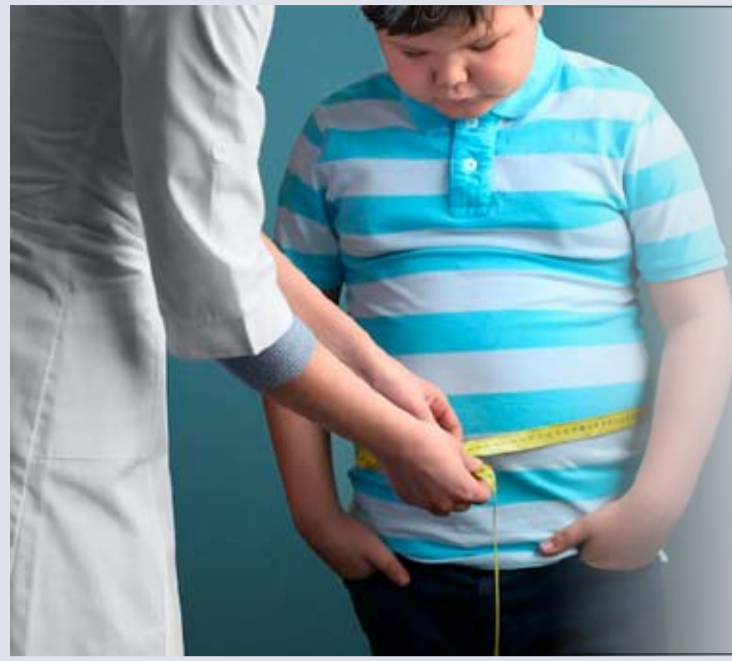
الكلية بصفتها إحدى المؤسسات الرائدة في تعليم الهندسة على المستوى الإقليمي والدولي. لقد كان التزامنا بالابتكار، وترسيخ النهج الأكاديمي الصارم، وتعزيز الشراكات مع القطاع الصناعي، حجر الأساس في بلوغ هذا التميز. نحن ملتزمون في كلية الهندسة بتخريج كوادر مهنية قادرة على التآلق في سوق عمل سريع التطور. وستواصل العمل على تطوير برنامجنا وبرامجنا الأكاديمية بما يلبي تطورات طلبتنا واحتياجات شركائنا في القطاع الصناعي، إلى جانب خدمة المجتمع الهندسي الأوسع.

رستخت كلية الهندسة في الجامعة الأميركية في الشارقة مكانتها الرائدة في التعليم الهندسي مع تجديد اعتماد جميع برامجها السبعة في مرحلة البكالوريوس حتى 9 يناير 2031 من مفوضية الاعتماد الأكاديمي بوزارة التعليم العالي والبحث العلمي في دولة الإمارات العربية المتحدة، في تأكيد على التزام الكلية الراسخ بالتميز الأكاديمي، والتطوير المستمر، وابتكار أساليب تعليمية تواكب تطورات العصر. مفوضية الاعتماد الأكاديمي

بوزارة التعليم العالي والبحث العلمي في دولة الإمارات العربية المتحدة هي الجهة الرسمية المسؤولة عن ترخيص مؤسسات التعليم العالي وتقييم برامجها الأكاديمية لاعتمادها. وهي تعمل بالتنسيق مع الجهات المحلية والدولية لضمان الحفاظ على المعايير الأكاديمية، والارتقاء بجودة تجربة الطلبة التعليمية في مؤسسات التعليم العالي. وشمل تجديد الاعتماد برامج البكالوريوس بالتميز الأكاديمي، تخصصات الهندسة الكيميائية، والهندسة المدنية، وهندسة الحاسوب، وعلوم الحاسوب،

منوعات العقل

23



تُعد السمنة في مرحلة الطفولة من الحالات الطبية الخطيرة التي يصاب بها الأطفال والمراهقون. فهي بالتحديد مقلقة؛ لأن الوزن الزائد يضع الأطفال عادة على بداية طريق المشكلات الصحية التي كانت تُعد فيما سبق مشكلات خاصة بالبالغين، مثل السكري وارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول. كما يمكن أن تؤدي السمنة في مرحلة الطفولة إلى عدم تقدير الذات والاكتئاب.

السمنة عند الأطفال.. بداية الطريق للمشكلات الصحية



بانتظام، مثل الوجبات السريعة والمخبوزات والوجبات الخفيفة الجاهزة، في زيادة وزن طفلك. ويمكن أن تسبب الحلوى وأطباق الحلو في زيادة الوزن أيضاً، وتشير أدلة كثيرة إلى المشروبات السكرية، بما في ذلك عصائر الفاكهة والمشروبات الرياضية، كمسببات للسمنة لدى بعض الأشخاص.

- قلة ممارسة التمارين الرياضية: الأطفال الذين لا يمارسون التمارين الرياضية أكثر عرضة لزيادة الوزن؛ لأنهم لا يحرقون كمية كبيرة من السعرات الحرارية. كما يُسهم قضاء وقت طويل في أنشطة الخمول، مثل مشاهدة التلفزيون أو لعب ألعاب الفيديو، في زيادة المشكلة. هذا بالإضافة إلى أن البرامج التلفزيونية غالباً ما تتضمن إعلانات عن الأطعمة غير الصحية.

- العوامل العائلية: إذا كان طفلك من عائلة يتسم أفرادها بزيادة الوزن، فقد يزداد وزنه. ويحدث ذلك خاصة إذا كان الطفل ينشأ في بيئة تتوافر فيها الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية بشكل دائم، وينعدم فيها الاهتمام بالأنشطة البدنية.

- العوامل النفسية: قد يزيد التوتر الشخصي والوالدي والأسري من خطر إصابة الطفل بالسمنة. حيث يتناول بعض الأطفال الطعام بشكل مفرط للتغلب على المشكلات أو لمعالجة بعض المشاعر مثل التوتر أو محاربة الملل. وقد تكون لدى والديهم ميول مماثلة.

- تناول أدوية معينة: يمكن أن تزيد بعض الأدوية التي تُصرف بوصفة طبية من خطر الإصابة بالسمنة. تشمل هذه الأدوية البريدنيزون، والليثيوم، والأميتريبتيلين، وباروكستين Paxil، وجابابنتين (Neurontin، Gralise وHorizant)، وبروبرانولول (Inderal وHemangeol).

الوقاية

لوقاية طفلك من زيادة الوزن، يمكنك:

- حذر له مثلاً يُحتذى به. قدم له أطعمة صحية وشجعه على ممارسة الأنشطة البدنية المنتظمة واحرص على تحويل ذلك إلى اهتمام عائلي. وبذلك سيستفيد الجميع، ولن يشعر أحد من أفراد العائلة بالعزلة.
- اجعل الوجبات الخفيفة الصحية خياراً متاحاً. تتضمن الخيارات وجبة فشار مصنوع بماكنة الهواء الساخن من دون إضافة الزبدة أو وجبة فواكه مع لبن قليل الدسم أو جزر صغير الحجم مع حمص أو وجبة حبوب كاملة مع حليب قليل الدسم.
- قدم أصناف طعام جديدة عدة مرات. لا داعي للشعور بالإحباط إذا لم يعجب طفلك على الفور بالطعام الجديد. عادة ما يستغرق الأمر عدة مرات من تجربة الطعام حتى يقبله طفلك.
- اختر مكافآت غير الطعام. من السلوكيات السيئة إعطاء وعد بتقديم الحلوى للطفل مقابل السلوك الحسن.
- تأكد من حصول طفلك على قسط كافٍ من النوم. تشير بعض الدراسات إلى أن الحصول على قدر قليل للغاية من النوم قد يزيد من خطر الإصابة بالسمنة. كما أن الحرمان من النوم قد يسبب اختلالاً في توازن الهرمونات ما يؤدي إلى زيادة الشهية.



الأعراض
ليس شرطاً أن يكون كل الأطفال ذوي الوزن الزائد مصابين بالسمنة. فبعض الأطفال تكون بنيتهم الجسدية أكبر من المتوسط، وعادة ما يكتسب الأطفال كميات مختلفة من دهون الجسم في مختلف مراحل النمو. لذلك، قد لا تعرف من مجرد النظر إلى طفلك ما إذا كان الوزن مصدراً للقلق على صحته أم لا.

ويعد مؤشر كتلة الجسم، الذي يُوفر معياراً للوزن بالنسبة إلى الطول، هو المقياس المقبول لزيادة الوزن والسمنة. يمكن أن يستخدم طبيب الأطفال مخططات النمو ومؤشر كتلة الجسم، ويجري فحوصات أخرى إذا لزم الأمر ل يساعدك على معرفة ما إذا كان وزن طفلك يمكن أن يسبب له مشكلات صحية أم لا.

الأسباب

المشكلات المتعلقة بنمط الحياة، مثل قلة ممارسة الأنشطة بشكل كبير واكتساب الكثير من السعرات الحرارية من

الأطعمة والمشروبات، هي العوامل الرئيسية للإصابة بالسمنة في مرحلة الطفولة.

لكن قد تؤدي العوامل الوراثية والهرمونية دوراً كذلك.

عوامل الخطر

هناك عدة عوامل غالباً ما تعمل معاً وتزيد من خطر زيادة الوزن لدى طفلك:

- النظام الغذائي: قد يتسبب تناول الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية

هل تساعد المكملات الطبيعية في علاج الاكتئاب؟

لا يمكن أن تكون العلاجات الطبيعية للاكتئاب بديلاً عن التشخيص والعلاج الطبي، كما أن كونها طبيعية لا يعني دائماً أنها آمنة. ومع ذلك، يبدو أن هناك مكملات عشبية وغذائية معينة تكون فعالة لبعض الأشخاص.

لكن تحتاج للمزيد من الدراسات لتحديد أي من هذه العلاجات الأكثر فاعلية وما الآثار الجانبية التي قد تسبب بها. فيما يلي بعض المكملات التي يروج لها الموقفين على أنها تساعد في علاج الاكتئاب:

- نبتة سانت جون: لم تعتمد هيئة الغذاء والدواء الأمريكية هذا المكمل العشبي لعلاج الاكتئاب في الولايات المتحدة، ولكنه متوفر بالسوق. ويمكن أن يسبب أدنوسيل ميثيونين الغثيان والإمساك في حالة تناوله بجرعات كبيرة.

- الأحماض الدهنية أوميغا 3: توجد هذه الدهون في السمك الذي يعيش في المياه الباردة، ويزور الكتان، وزيت الكتان، والجوز، وبعض الأطعمة الأخرى.

تتم دراسة المكملات كعلاج محتمل للاكتئاب وأعراضه لدى المصابين بالاضطراب ثنائي القطب، ورغم أن هذا المكمل يعتبر آمناً بوجه عام، فإنه ينطوي على مذاق السمك، وقد يتفاعل مع أدوية أخرى في حالة تناوله بجرعات كبيرة.

- الزعفران: قد يُحسن مستخلص الزعفران من أعراض الاكتئاب، وقد تسبب الجرعات العالية في آثار جانبية خطيرة.

- هيدروكسيبتريوتوفان: قد يؤدي المكمل المعروف دوراً في تحسين مستويات السيروتونين، وهي مادة كيميائية تؤثر على الحالة المزاجية، لكن الأدلة أولية فقط وهناك حاجة إلى المزيد من البحوث.

- كما أن المنتجات الغذائية وتلك الخاصة بالحميات لا تخضع لرقابة إدارة الغذاء والدواء الأمريكية بنفس الطريقة التي تراقب بها الأدوية، فلا يمكن التيقن دائماً من ماهية ما تتناوله أو من سلامته، لذلك يفضل إجراء بعض البحوث قبل البدء في تناول أية مكملات غذائية.



الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الإبتدائية العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ إعلان منقذ ضده بالنشر

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الإبتدائية العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ إعلان منقذ ضده بالنشر

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الإبتدائية العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ إعلان منقذ ضده بالنشر

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الإبتدائية العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ إعلان منقذ ضده بالنشر

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الإبتدائية العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ إعلان مدعى عليه بالنشر

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ مذكرة إعلان حكم بالنشر

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الإبتدائية العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ إعلان مدعى عليه بالنشر

الامارات العربية المتحدة محكمة عجمان الإبتدائية العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ إعلان في القضية التنفيذية بالنشر

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم الصفي

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم الصفي

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم الصفي

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم الصفي

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم الصفي

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي اسم الصفي

العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

الامارات العربية المتحدة محكمة الشارقة الإبتدائية العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ إعلان مدعى عليه بالنشر

الامارات العربية المتحدة محكمة عجمان الإبتدائية العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ إعلان في القضية التنفيذية بالنشر

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ وزارة العدل - محكمة الشارقة الإبتدائية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٤٢٨٩ بتاريخ ٢٠٢٥/٢/٢٥ وزارة العدل - محكمة الشارقة الإبتدائية

منوعات

الفكر

27

يخوض الفنان المصري الشاب عصام عمر أول بطولة مطلقة له في دراما رمضان ٢٠٢٥، من خلال مسلسل "نص الشعب اسمه محمد"، وذلك بعد النجاحات التي حققها مؤخراً على مستوى السينما والتلفزيون، في مسلسل "بالطو أبيض"، و"مسار إجباري"، ثم فيلم "البحث عن منفذ لخروج السيد رامبو".

تدور أحداث المسلسل المكون من ١٥ حلقة، في إطار "لايت كوميدى"، حول "محمد" الذي يقع في حب زميلته في العمل، فهل يستطيع أن يتزوجها، أم يقع في شر أعماله، وتُحاصره المشاكل من كل مكان؟.

المسلسل المقرر عرضه على قناة "mbc مصر"، بطولة رانيا يوسف، ومايان السيد، وهاجر السراج، وشيرين، ومحمد محمود، ومحمد عبد العظيم، ودنيا سامي وغادة إبراهيم، والعمل تأليف محمد رجاء، وإخراج عبد العزيز النجار.

أول بطولة مطلقة للفنان الشاب عصام عمر

"نص الشعب اسمه محمد" . . كوميديا عن الحب والزواج في رمضان



أجيال مختلفة
أما مايان السيد، اعتبرت أن دورها في مسلسل "نص الشعب اسمه محمد" مختلف عن شخصيتها تماماً، ولم يسبق لها تقديمه من قبل، الأمر الذي يُشكل تحدياً كبيراً بالنسبة لها.

وقالت إن: "ما يميز هذا العمل، أنه يمزج بين النجوم الشباب والكبار، وهناك توافق وكيمياء كبيرة ظهرت بين المشاركين"، موضحة أن المسلسل يُخاطب كل أفراد الأسرة بصورة راقية وجذابة.

فيما لفتت هاجر السراج، إلى تجديد تعاونها مع المخرج عبد العزيز النجار، بعد مسلسل "حالة خاصة"، قائلة: "رُحمتي لهذا العمل، وسعدت به لأنني أقدم شخصية جديدة علي من حيث الشكل والمحتوى".

وأضافت أن "السلسل خطوة مهمة في مشواري المهني، ويقدر التحدي والإحساس بالسؤولية الذي يرافقني، إلا أنني أعتقد أن ذلك القلق هو عامل صحي يُساعدني على تقديم شخصيتي في أفضل صورة".

وأوضحت أن تركيبة المسلسل تمزج بين أجيال مختلفة من الفنانين، وفي الوقت ذاته يناقش موضوع اجتماعي مختلف في إطار كوميديا الموقف وبصورة جذابة وشيقة، مؤكدة أنه عندما تكون هناك ثقة متبادلة مع فريق العمل سيعمل الجميع في تناغم كبير سينعكس على المنتج النهائي.

ومن جهتها، رأت الفنانة شيرين، أن الأحداث خلال التصوير أعادتها لأجواء مسلسل "عيون" الذي قدمته في بدايتها الفنية بضحبة النجوم فؤاد المهندس ويونس شلبي وسناء جميل، حيث الأعمال الاجتماعية التي تدور في إطار العائلة، وتقدم المراحل العمرية المختلفة، وهو جزء من

متينياً أن يستقبل الجمهور العمل بصورة إيجابية، ويتقبل تصرفات الشخصيات، ويتفهمها ويحترم اختلافها ومميزاتها وعبوبها.

وأوضح عصام، في بيان صحافي، أن "الدrama عملية متكاملة ومستمرة، وكل قصة عند روايتها هي التي تحدد أبطالها سواء كبار أو شباب"، مؤكداً أنه من المدرسة التي تُفضل تقديم الأعمال الجماعية، وكل فنان يؤدي دوره وقصته في الأحداث، إذ لا يحبذ كثيراً الأعمال التي تتمحور كلها حول شخص واحد.

الدراما الجماعية
ومن جانبه، أبدى عصام عمر، حماسه الشديد لتقديم "الشخصيات المرسومة بعمق"، والتي تقدم البشر بمختلف أنماطهم وتصرفاتهم الطبيعية التي تحتمل الخطأ والصواب،



وأوضح أن "السلسل له خصوصية كبيرة، والرجال تحديداً سيفهمونه أكثر، لأنه يمس مرحلة عمرية يتعرض لها الرجال بعد الزواج ومشاعر معينة تتغير أو تتجه لشخص آخر، ونحن حرصنا على تقديم هذا الإطار، دون أن نفقد روح المرح والكوميديا التي تُغلف الإطار وتُتابع "السلسل به روح الأعمال الدرامية التي ارتبطنا بها في الماضي ولدينا حنين تجاهها"، مختتماً حديثه بأنه يميل أكثر لتقديم المسلسلات ذات الـ 15 حلقة أو أقل، حيث يُمكنه ذلك من التكثيف الدرامي.

رسالته بصورة مُبهتة تدعو المشاهد للتفكير، حتى لو كانت في إطار ساخر أو اجتماعي، لافتاً إلى أن هذا المشروع كتبه منذ عدة سنوات، وكان قيد التنفيذ أكثر من مرة، حتى أتاحت الفرصة لتقديمه الآن.

ورأى أن طبيعة الأحداث تتناسب جداً مع عدد الحلقات، وهو من بداية الكتابة كان يرى أن هذا الشكل هو الأنسب للقصة.

فيما شدد المخرج عبد العزيز النجار، على حرصه منذ بداية اختيار فريق العمل، على التنوع بين عناصر الشباب والخبرة والوصول لتوليفة فنية تُقدم تنوعاً ومُتعة للمشاهدين.

دور الدراما أن يجد المشاهد نفسه على الشاشة في أنماط وشخصيات تعبر عنه والأفكار التي تشغله، مؤكدة أن "العمل يمس طبقات كثيرة في المجتمع".

دعوة للتفكير
وبدوره، قال الكاتب محمد رجاء، إن اسم السلسل قفز إلى ذهنه في أثناء الكتابة وتحديداً بعد نهاية الحلقة الرابعة، مشيراً إلى أن الاسم يعكس أكثر من مدلول، فهو مستقى من دراما الحلقات، ويُعطي أيضاً معنى أن هناك حالات كثيرة في المجتمع لديها نفس القصة.

وأوضح أنه يميل إلى تقديم



حقوق فيلم ولاد رزق 3 الذي يقوم ببطولته أحمد عز نجاحاً استثنائياً في دور العرض السينمائية خلال الفترة الأخيرة، حيث أفادت مصادر خاصة أن فريق العمل بدأ بالفعل التحضير للجزء الرابع من الفيلم. من المقرر أن يبدأ تصوير هذا الجزء الجديد في شهر يونيو المقبل.

جائزة الفيلم المفضل خلال حفل توزيع جوائز Joy Awards الذي أقيم في يناير الماضي بالملكة العربية السعودية. وقد سعد لاستلام الجائزة كل من المخرج طارق العريان والمنتج موسى عيسى والمؤلف صلاح الجهيني.

تدور أحداث فيلم ولاد رزق 3 حول مجموعة من الأصدقاء الذين اعتادوا على حياة الجريمة والسرقة، لكنهم يقررون في البداية الابتعاد عن هذا العالم المظلم والبحث عن فرص جديدة في مجالات مختلفة. ومع ذلك، تتغير الأمور عندما يجدون أنفسهم مجبرين على العودة إلى عالمهم القديم، حيث يتعين عليهم تنفيذ مهمة إجرامية تعتبر الأخيرة لهم.

في هذا الجزء، يتألق أحمد عز بدور رضا رزق، الأخ الأكبر الذي يتولى قيادة العمليات الإجرامية. رضا ليس مجرد مجرم، بل هو أيضاً رجل أعمال يمتلك معرض سيارات، بينما يجسد عمرو يوسف

شخصية ربيع رزق، الذي يأتي في المرتبة الثانية بين الأصدقاء، حيث يدير كباريه ويعكس جانباً مختلفاً من حياة الإخوة. يتناول الفيلم موضوعات مثل التوبة، والولاء، والصراع الداخلي، حيث يجد الأصدقاء أنفسهم في مواجهة خيارات صعبة.

فيلم ولاد رزق 3 الذي يحمل عنوان القاضية يعد من الأعمال السينمائية المنتظرة، حيث يضم مجموعة من النجوم البارزين في عالم الفن المصري. يتصدر البطولة أحمد عز، ويشاركه في الأداء كل من عمرو يوسف وأسر ياسين ومحمد سعد وكريم قاسم وسيد رجب، بالإضافة إلى نسرين أمين وأسماء جلال وعلي صبحي ومحمد لطفى وأحمد الرفاعي. كما يشارك في الفيلم عدد من ضيوف الشرف، منهم الملاكم العالمي تايسون فيوري وكريم عبدالعزيز وأحمد فهمي وإياد نصار وفيدرا ورزان مغربي. الفيلم من تأليف صلاح الجهيني وإخراج طارق العريان

«ولاد رزق 3» نجاح ساحق واستعدادات مكثفة للجزء الرابع في يونيو المقبل



يواصل ولاد رزق 3 تصدره لقائمة الأفلام الأكثر تحقياً للإيرادات في تاريخ السينما المصرية، حيث تمكن من جمع إيرادات تقترب من 260 مليون جنيه خلال 27 أسبوعاً من العرض.

في سياق متصل، حصل فيلم ولاد رزق 3 على

العلاج

علاج مشكلات الغدة الدرقية دون اللجوء للهرمونات



ويحسب الطبيب فإن اضطراب عمل الغدة الدرقية قد يكون بسبب نقص بعض العناصر في الجسم، مثل اليود والحديد أحياناً، لذا يجب على الطبيب إجراء التحاليل اللازمة لتحديد نقص هذه العناصر، وتعويضهما عبر المكملات أو وصف حمية غذائية غنية بالدهون والأسماك واللحوم الحمراء وبعض أنواع الخضروات والفواكه. علماء روس يكتشفون دور فيتامين "B5" في علاج قرحة المعدة

وأضاف: "قد يحدث خلل في هرمونات الغدة الدرقية بسبب نقص بعض البروتينات والأنزيمات في الجسم، مثل نقص التيروسين، وفي هذه الحالة قد توصف للمريض مكملات تحتوي على التيروسين أو يوصف له نظام غذائي لتعويض نقص هذه المادة في الجسم". وأشار تيروشكين إلى أن مشكلات الغدة الدرقية قد يكون سببها الإجهاد المزمن وقلة النوم والإفراط في العمل، وهذه العوامل تسبب تباطؤ وظيفة الغدة الدرقية، وفي هذه الحالة ينصح الأطباء بالراحة وعدم إجهاد الجسم لتعود وظائف الغدة إلى عملها بشكل طبيعي.

يلجأ بعض الأطباء للأدوية الهرمونية لعلاج مشكلات الغدة الدرقية، لكن توجد طرق بسيطة وأمنة دون الحاجة لتلك الأدوية. يقول الطبيب الروسي وأخصائي الغدد الصماء، رومان تيروشكين: "اللامبالاة، والاضطراب، وتساقط الشعر، والوزن الزائد، كل هذه علامات قد تدل على وجود مشكلات في الغدة الدرقية، لذا يجب مراجعة الطبيب في حال ظهورها.. في بعض الحالات ليس من الضروري أن يستخدم الطبيب الأدوية الهرمونية في العلاج، بل يجب معرفة سبب المشكلة من خلال إجراء التحاليل والفحوصات المطلوبة".

يكثر استهلاكه في المنطقة العربية الحليب الحيواني الأكثر فائدة!

أظهرت دراسة حديثة أن بعض الأطعمة قد تحمل فوائد صحية كبيرة، مثل تقليل مخاطر الأمراض المزمنة وتعزيز صحة الجهاز الهضمي، ما يسلم الضوء على أهمية اختيار الغذاء المناسب لصحة أفضل.

ووفقاً للدراسة، فإن حليب الجمل قد يكون بديلاً أفضل لحليب الأبقار بفضل خصائصه المضادة للبكتيريا والحساسية.

وقال باحثون من جامعة إديث كوان في أستراليا إن حليب الجمل يحتوي على جزيئات بروتينية قصيرة نشطة أكثر بشكل طبيعي مقارنة بحليب الأبقار.

وعلى الرغم من أن العلماء كانوا يعرفون أن حليب الجمل يمكن أن يكون أقل تسبباً في الحساسية مقارنة بحليب الأبقار، فإن الدراسة الجديدة، التي نُشرت في Food Chemistry، تؤكد أنه يملك أيضاً قدرة أعلى على إنتاج جزيئات تتمتع بخصائص مضادة للبكتيريا ومضادة لارتفاع ضغط الدم.

وتشير الأبحاث إلى أن هذه المركبات النشطة يمكن أن تعوق بشكل انتقائي بعض العوامل المرضية.

وبالتالي، فإن حليب الجمل يخلق بيئة صحية في الأمعاء ومن المحتمل أن يساعد على تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب في المستقبل. ومع ذلك، تحتاج فعالية هذه الجزيئات النشطة في حليب الجمل إلى مزيد من الاختبارات.

وتؤكد الدراسة نتائج سابقة تشير إلى أن حليب الجمل يخلو من البروتين المسبب للحساسية الرئيسي في حليب الأبقار، وهو لاکتوغلوبين بيتا (β-lactoglobulin) أو اختصاراً β-Lg، وبالتالي يوفر بديلاً صحياً لحليب الأبقار لأولئك الذين يعانون من حساسية لاکتوغلوبين بيتا.

ويقول الباحثون: "الدراسة الضريفة لتوصيف البروتينات المسببة للحساسية في حليب الجمل والأبقار أظهرت أن حليب الجمل يحتمل أن يكون أقل تسبباً في الحساسية نظراً لعدم وجود لاکتوغلوبين بيتا".

ووجدت الدراسة أن مستوى اللاكتوز في حليب الجمل أيضاً أقل مقارنة بحليب الأبقار، حيث يحتوي حليب الأبقار عادة على نحو 85-87% ماء، و3.8-5.5% دهون، و2.9-3.5% بروتين، و4.6% لاکتوز.

أما حليب الجمل فيحتوي على نسبة ماء أعلى قليلاً تتراوح بين 87-90%، ومحتوى بروتين يتراوح بين 2.15% و4.90%، ودهون تتراوح بين 1.2 إلى 4.5%، ولاكتوز بنسبة تتراوح بين 3.5-4.5%.

ويقول الباحثون إن النتائج الأخيرة قد تؤدي إلى تطوير منتجات ألبان غنية بالعناصر الغذائية.

وحالياً، يأتي 81% من الحليب الذي يستهلك في جميع أنحاء العالم من الأبقار، بينما تمثل الجمال المصدر الخامس بعد الجاموس والماعز والأغنام.

وتشكل الجمال نحو 0.4% فقط من الإنتاج العالمي للحليب، ويركز إنتاجها في الغالب في مناطق قاحلة من العالم بما في ذلك الشرق الأوسط.

ومع ذلك، يمكن لبعض المناطق شبه الجافة مثل أستراليا، زيادة الإنتاج والاستهلاك أيضاً.



مايكي ماديسون في غرفة الفائزين مع جائزة أفضل ممثلة عن دورها في فيلم «أنورا»، بحفل توزيع جوائز الأكاديمية البريطانية للأفلام والتلفزيون «بافتا»، لعام 2025. (رويترز)

قرأت لك

حبة البركة



تتعدد الفوائد الصحية لحبة البركة في مختلف استخداماتها إضافة لمذاقها المميز وتوصية الرسول صلى الله عليه وسلم بتناولها، للحفاظ على الصحة والتغلب على الأمراض.

وتقول دكتورة منال شرف الدين استشارية التغذية العلاجية: إن حبة البركة مفيدة جداً في علاج الانتفاخ وعسر الهضم لاسيما عند الأطفال، وتشير إلى أنها مفيدة في حالات الحموضة التي تلازم المرأة خلال الأشهر الأخيرة من الحمل وتعد علاج فعال لأوجاع البطن.

ويمكن استخدامها للتخفيف من الصداع عن طريق نقعها في الماء أو دقها وتناولها في شكل مشروب للتخلص من وجع الرأس.

سؤال وجواب

- متى تبدأ الفنونو الدمية للطفل في العمل ؟
بعد خمسة أسابيع من ولادته
- شجر ضخم قد يبلغ قطره ثمانية أمتار وفي أفريقيا؟
البابواب
- أين تقع آثار برسيبوليس؟
جزيرة صقلية
- ما هي المدينة الليبية التي تقع عند ملتقى الحدود التونسية الجزائرية ؟
غدامس

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الذباب ينقل العديد من الأمراض للإنسان وأهم هذه الأمراض: مرض الرمد الصديدي ومرض التراخوما ومرض الإسهال وغيرها. ولذلك تجب مكافحة الذباب ومنع تواجده وذلك بالتدابير التالية: التخلص من القمامة بشكل جيد، وضع سلك شبك على النوافذ، رش بعض المبيدات في أماكن تواجد الذباب للقضاء عليها. أما مرض الملاريا فهو ينتقل بواسطة بعوض خاص يسمى الأنوفيل.
- هل تعلم أن العنب ينضج عند وضعه في الميكروويف.
- الخنازير لا يمكنها أبداً أن تنظر للسماء في الأعلى.
- هل تعلم أن الأصبع الأكثر حساسية هو أصبع السبابة الأقرب إلى الإبهام.
- الستائر الفينيسية اخترعت في اليابان.
- هل تعلم أن كرة الغولف تحتوي على حوالي 336 تجويف.
- هل تعلم أن غابات الأمازون المطيرة تنتج نصف إمدادات العالم من الأوكسجين.
- هل تعلم أن عدد عضلات جسم الإنسان 639 عضلة مختلفة وأن أقوى هذه العضلات هي العضلة الماضغة بين الفكين وليس عضلة الساعد. وأن أكبر هذه العضلات هي عضلة الفخذ.

قصة القطة البيضاء

يحكى ان احد الصيادين وجد قطة صغيرة بيضاء داخل الغايه فأشفق عليها ان يأكلها حيوان شرس وهى بهذه الرقة فقرر ان يأخذها لأبنته الصغيرة تلعب بها .. وضعها داخل جرابه الكبيرة وراء ظهره فانامت قليلاً اول الأمر ثم استيقظت لتخربش الجراب ثم تخرج منه وتسقط على الأرض فداستها عجلات عربته الثقيلة التي يجرها خلفه فسمع مواءها ونظر خلفه مسرعاً ليحدها وسط الطمي .. رفعها ونظفها ووجدتها بخير فقال لها حمداً لله وجود الطمي الكثير هنا أنتذكري الا لو كانت الأرض صلبة لفرمتك عجلات العربية، اسرع للبيت ومنحها لأبنته التي نظفتها بالماء جيداً وجففتها وجعلت لها مكاناً تنام فيه وهى سعيدة بذلك وبدأت القطة تلعب داخل المنزل وتقفز من هنا وهناك وفي لحظات ذهبت لأحد الأركان ونظرت لشيئين اعجبها واسرعت بأبتلاعها وكانت الأبنة تراقبها فصرخت وقالت ابتلعت القطة سم الفئران .. جاء الصياد بسرعة واستطاع ان يدخل طرف حزامه داخل فم القطة وافرغ معدتها وانقذها وراقبها يومين حتى شفيت .. بعدها خرجت لتلعب واخذت تقفز وتنتط وفي آخر نطه لها والتي كانت قوية جداً سقطت داخل بئر الماء صرخت البنت الصغيرة وجرت مع امها لتلقى بدلوا الماء داخل البئر فدخلت فيه القطة وسحبها الأم وانقذتها وهى في غيظ شديد .. تسلت القطة من فراشها وصعدت إلى سطح البيت فوجدت برجاً صغيراً اسود تخرج منه ورائح شهية اقتربت لتتأمل ومدت رقبته كثيراً فأختل توازنها وسقطت داخل مدخنة البيت لتسقط فوق الموقد الذي كانت الأم لتوها قد رفعت من عليه اناء به ماء مغلي ولأن الشعلة مازالت ساخنة فقد سمعت القطة الشقية وجعلتها تقفز وترتطم بالحائط مما افرغ الأم التي اسرعت بوضع علاج للحروق على فروتها المسخة، رقدت القطة لتعود بعد ايام لشفائها فوجدت مكاناً دافئاً منعزلاً معتماً دخلت فيها ووقدت بهدوء واذا بالأم تأتي لتضع فيه بعض الأخشاب لتوقدها فأسرعت لأبنتها لتقفز خارجه قبل ان تشتعل وتصبح مشوية .. صرخت الأم وهلعت لما كانت ستعمله بالقطة الصغيرة .. خرجت القطة وهى تجري ثم فترت فوق احدى الأشجار لترقد على احد الأغصان واخذت تلعب مع احدى الفراشات وتلف وتدور ولم ترى تلك الأغصان المتشابكة التي التفتت حول رقبته فجأة زلت اقدامها الصغيرة وكادت تسقط لكنها علقت من رقبته وكادت تخنق ولأن الأبنة خرجت تبحث عنها سمعت مواءها الضعيف واسرعت لأبنتها ليتنقذها .. عادت القطة للمنزل ودخلت تحت سرير الأبنة الصغيرة لتتراح في هدوء ولم تمر دقائق حتى دخلت البنت الغاضبة والتي قررت امها ان تلقى بالقطة خارجاً فأرتمت فوق فراشها بعنف مما جعله يسقط بها فوق رأس القطة التي صرخت، جاء الأب ليرفع السرير ويجد القطة الجريحة فأخذها وخاط جرحها لدى الطبيب ليتنقذها من جديد وهنا قال لأبنته اننا قطة بسبعه ارواح كادت تموت سبعه مرات وانقذتها لكنني لن اعيش عمري انقذ فيها .. في الصباح اخذها معه إلى الغايه وتركها هناك، انهى عمله وعاد للبيت فوجدتها تنام مع ابنته في فراشها .. اسلم امره لله وتقبل وجودها في بيته شريطة انه لن يتدخل لانقاذها مرة اخرى !.

مساحة للتلوين

