

دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي
تصدر كتاب «المخطوط العربي من
سبات القرون إلى فضاء الحداثة»

مي سليم:
لا يوجد شيء يمكن ان
يشغلني عن ابنتي



تعدد المهام .. ينعكس
ص 23 إيجاباً على أداء الشخص



هل تحتاج إلى فحص هرمون الغدة الدرقية؟

لا يزيد حجم الغدة الدرقية عن بوصتين، لكن تأثيرها كبير على صحة الإنسان، فالهرمون الذي تفرزه يحتجاجة كل عضو وجزء من الجسم ليقوم بتحويل الغذاء إلى طاقة. وبالتالي يساعد هرمون الغدة الدرقية على ضبط حرارة الجسم، وسرعة دقات القلب، كما يؤثر أيضاً على وظائف الدماغ. وعندما يقل إنتاج هرمون الغدة الدرقية يتباطأ الجسم، وتحدث مجموعة من الأعراض عليك الانتصت لها، لأنها تتطلب إجراء فحص الغدة الدرقية، وهي: الدوار، والتعب، واكتساب الوزن، وبرودة اليدين، وجفاف البشرة. وقد يعتقد الإنسان في البداية أن هذه الأعراض نتيجة سوء التغذية، بل إنها أعراض شائعة لدى كثير من النساء بعد الـ 60، لذلك قد يلتبس الأمر حتى على بعض الأطباء فلا يتم فحص الغدة الدرقية.

لذلك، تحت توصيات جامعة هارفارد على إجراء فحص هرمون الغدة الدرقية للنساء اللاتي تشتكين من هذه الأعراض أو بعضها بغض النظر عن السن.

الغشور على «بوابة الجيم»

كشف خبراء بريطانيون علامات ورموز سحرية هدفت على ما يبدو إلى منع دخول الأزواج الشريفة إلى عالم الأحياء وذلك في كهوف كريستوف كراغز في المنطقة الواقعة بالقرب من مقاطعة نوتفهامشاير. ووفقاً للخبراء، فإن النقوش، التي كان يعتقد سابقاً أنها شكل من أشكال الكتابة على الجدران «غرافيتي»، ما هي إلا علامات وطقوس نقشها قداماء حول حفرة أو دائرة كان يعتقد أنها «بوابة الجيم».

واكتشف العلماء المسات من العلامات السحرية المنقوشة داخل كهوف في المنطقة الموجودة على الحدود بين مقاطعتي نوتفهامشاير وديربيشاير، بحسب ما ذكرت وسائل إعلام بريطانية.

وكانت النقوش والعلامات السحرية شائعة في بريطانيا قديماً، وكثيراً ما عُثر عليها في الكنائس والمنازل القديمة، خصوصاً بالقرب من النوافذ والمخارج والأبواب الخارجية بهدف منع الأرواح الشريرة من دخولها.

معتقدات خطأ وأخرى صحيحة متعلقة بالطعام

يتناقل الناس الكثير من المعتقدات الخاطئة حول تناول الطعام، غير أن بعضها لا تخلو من الصحة. هل الخبز البني صحي والأبيض ضار؟ هل تسخين السباخن مضر؟ وغيرها من الأسئلة. نستعرض لكم بعض الحقائق المتعلقة بالطعام.

تناول الطعام في المساء يتسبب في زيادة الوزن، جذور الطماطم سامة، الخبز البني فقط هو الصحي. عبارات شائعة نسمعها، ولكن هل هي صحيحة؟ فيما يلي نظرة عامة لتحميم هذه العبارات:

1. هل الخبز البني صحي أكثر من نظيره الأبيض؟
فيما يتعلق بمنتجات الحبوب، مثل الخبز والكرورة والأرز والدقيق، يكون خيار الحبوب الكاملة الأفضل لصحتك، بحسب زيلكه ريستيمير من جمعية التغذية الألمانية: «طعمه الحبوب الكاملة أكثر امتلاء وتحوي على مغذيات أكثر من المنتجات المصنوعة من الدقيق الأبيض».
2. إعادة تسخين السباخن أضرار ما صحة ذلك؟
إنها قاعدة قديمة للغاية. وترجع لفترة لم تكن التلجالات موجودة فيها، بحسب مونيكا بيشفوف من الاتحاد الألماني لخبراء التغذية، «VDÖE». والمشكلة ليست في إعادة تسخين السباخن ولكن في تبريدها ببطء، حيث أن البكتريا في درجات الحرارة المتوسطة سوف تحول التترات غير المضرة إلى تترات مضره.
3. هل جذور الطماطم سامة؟
تحتوي الأجزاء الخضراء من الطماطم على سولانين. ويقول هارلد زائيس من جمعية التغذية الألمانية: «هذا السم يساعد النباتات في مكافحة الحشرات». ويمكن أن يصاب الإنسان بأعراض التسمم مثل الألام بالرأس والصداع إذا ما تناول الكثير من السولانين. ولكن هذا يحدث في حال تناول الشخص البالغ كمية كبيرة جداً من الطماطم غير
4. هل تحرم القهوة الجسم من المياه؟
تناول كوب من المياه مع كوب القهوة ليس ضرورياً، بحسب ريستيمير. إذ أن القهوة مشمولة في توازن السوائل بالجسم مثل أي مشروب آخر. وفي ظل درجات الحرارة بوسط أوروبا، يجب أن يستهلك الشخص البالغ الذي لا يتحرك كثيراً نحو لترين ونصف من السوائل يومياً.
5. قشور الفواكه والخضراوات مفيدة؟
هل توجد معظم الفيتامينات في قشر الفواكه والخضراوات؟ نعم هذا صحيح. يقول ريستيمير إن معظم الفيتامينات والمواد النباتية الثانوية توجد مباشرة في الجلد أو تحته. «ولهذا السبب من المهم تناول الفواكه والخضراوات بقشرها». وتفوق الفوائد أي مخاطر صحية قد تكون موجودة بسبب المبيدات الحشرية المحتملة.
6. هل الأطعمة المجمدة لا تفسد؟
ليس صحيحاً. ويقول ريستيمير: «ينصح بالتجميد كوسيلة لتخزين الغذاء على المدى المتوسط إلى الطويل». وإبقاؤها في درجات حرارة تصل لـ 18 درجة مئوية تحت الصفر. فهذا سوف يحافظ على مغذياتها ونكهتها ومظهرها على الأغلب.



ولكن الغذاء سوف يفسد مع الوقت وفي مرحلة ما لن يعود طعمه جيداً.

7. هل تناول الطعام في المساء يتسبب في زيادة الوزن؟
تقول بيشفوف: «هؤلاء الذين يستهلكون الكثير من السعرات الحرارية يزيدون في الوزن. وهؤلاء الذين يستهلكون القليل من السعرات الحرارية لا يزيدون في الوزن». وبالنسبة للأشخاص الأصحاء ذوي الوزن الطبيعي، يكون من غير المهم التوقيت الذي يتناولون فيه الطعام. ولكن الأشخاص الذين يريدون خسارة الوزن يجب أن يحاولوا عدم تناول الطعام في المساء».

الإكثار من الخضار والفاكهة يقلل أعراض القطار الطمنا!
بعد هذه الدراسة، ستلجأ كثيرات إلى الإكثار من الخضار والفواكه. إذ أفادت دراسة إيرانية أن النساء اللاتي يتناولن الكثير من الفاكهة والخضراوات قد تتراجع لديهن الأعراض الجسدية والنفسية المحسنة لانقطاع الطمث، وكيف ذلك؟ قالت دراسة إيرانية أن النساء اللاتي يتناولن الكثير من الفاكهة والخضراوات قد تتراجع لديهن الأعراض الجسدية والنفسية المحسنة لانقطاع الطمث، وكيف ذلك؟ قالت دراسة إيرانية أن النساء اللاتي يتناولن الكثير من الفاكهة والخضراوات قد تتراجع لديهن الأعراض الجسدية والنفسية المحسنة لانقطاع الطمث، وكيف ذلك؟ قالت دراسة إيرانية أن النساء اللاتي يتناولن الكثير من الفاكهة والخضراوات قد تتراجع لديهن الأعراض الجسدية والنفسية المحسنة لانقطاع الطمث، وكيف ذلك؟

الطمث عن عاداتهن الغذائية وعدد مرات شعورهن بأعراض مثل الهبات الساخنة والتعرق خلال الليل ومشاكل بالمضغلات والمفاصل والمثانة. وحدد فريق الباحثين ثلاثة أنماط مختلفة للغذاء، الأول تتضمن فيه الأنظمة الغذائية لبعض النساء الكثير من الفاكهة والخضراوات والثاني يشمل تناول الكثير من المايونيز والزيوت والحلوى، بينما تفضل مجموعة النمط الثالث تناول أصنافاً متنوعة من الطعام والدم والأطعمة بين الوجبات. وقسم الباحثون المشاركون على أساس هذه الأنماط، ووجدوا أن النساء اللاتي يتناولن أكبر كمية من الخضراوات والفاكهة شعروا بأن تأثير انقطاع الطمث أقل بكثير على الصحة الجسدية والنفسية. وعلى النقيض، وجد الباحثون أن النساء اللاتي تناولن أكبر كمية من الطعام الدسم كانوا أكثر شعورا بأعراض توقف الدورة الشهرية التي تؤثر على جودة حياتهن وصحتهن الجسدية والنفسية. وقالت جيتي ستوديه من جامعة علوم الطب في طهران وكبيرة الباحثين في الدراسة «أنماط الغذاء عالية الدهون والسكر تضيف كميات كبيرة من الكربوهيدرات البسيطة والدهون غير الصحية، خاصة الدهون المشبعة والمتحولة، وكمية أقل نسبياً من الألياف».

أنشطة وألعاب للطفل في عمر شهرين

يحتاج الصغير في عمر شهرين إلى 13 ساعة من النوم لينمو جسمه، ويستيقظ عادة كل 4 إلى 5 ساعات يتناول طعامه، وخلال يقظته يحتاج إلى تفاعل عن طريق اللعب لينمي قدراته. تحفز الأنشطة قدرات الطفل الاجتماعية، وتساعد على تقوية عضلاته، وتنمية محصله من الكلمات. ويساعد تعليق دمية أعلى سرير الطفل على بناء علاقة صداقة مع هذه الدمية في البداية خاصة إذا كانت هذه الدمية تصدر أصواتاً. كما يمكن للطفل في هذا العمر المبكر التعرف على صورته الشخصية في المرآة. وعندما تضع طفلك لبعض الوقت مستقياً على بطنه مع وضع يدك لتوفير دعم لرأسه تتيج له الفرصة لتنمية عضلات الرقبة والذراعين والكتفين. ويمكنك تحريك الدمية لإثارة اهتمامه وتحفيزه ليحاول الحركة. ويتفاعل الطفل جيداً مع التدليك والتمسيد، ومع تحريك الأب أو الأم ليدي وذراعي الصغير بحركات بسيطة لتدريب المفاصل وعضلاتها. العواطف والنمو الاجتماعي. الأضغان والابتسامات والكلمات التي تمبر عن الحب من أكثر ما يحتاجه الصغير في عمر شهرين. كذلك من الضروري التحدر للطفل باستمرار عما يحدث، لتخبره مثلاً عن زيارة بعض الأقارب، وما توفي سراءه من السوق، وما ت

حيلة ذكية للعشور على الجواهرات المفقودة

لا شك أن فقدان قطعة من الجواهرات في المنزل أمر بيعت على الإحباط، حيث يصعب العثور عليها، خاصة إذا كان حجمها صغيراً، ولا يمكن رؤيتها بسهولة. لكن أحد مستخدمي موقع التواصل الاجتماعي «فيسبوك» شارك أخيراً حيلة ذكية، وبسيطة في نفس الوقت، تساعدك للعثور على قطع الجواهرات الصغيرة، باستخدام مكثسة الكهروم. الحيلة تعتمد على شطف الأشياء الصغيرة التي يصعب العثور عليها في المنزل، وتحتلج إلى مكثسة كهرومائية، وفردرة من الجوارب، بالإضافة إلى ربط من المطاط. أولاً عليك إزالة القطعة الامامية للمكثسة الكهرومائية، لتبقى الفوهة الدائرية للخرطوم مكشوفة. ثم أليسها فردرة الجوارب، وبتثبيتها بالرباط المطاطي بشكل جيد، واكثسي الزوايا والأماكن الضيقة التي يمكن أن تكون قطعة الجواهرات قد سقطت فيها. وتساعد هذه الطريقة في العثور بسهولة على قطع الجواهرات، حيث تشطف كافة الأشياء الصغيرة، بينما تتكفل فردرة الجوارب بمنع شطفها إلى داخل المكثسة، بحسب صحيفة «ديلي ميل» البريطانية.

«سر» مايكل جاكسون بهجمات 11 سبتمبر

في تفاصيل تنشر لأول مرة، من المؤكد أن تثير اهتماماً عالمياً نظراً لضخامة الحدث ونجومية الاسم المرتبط بالواقعة، كشف شقيق نجم البوب الراحل مايكل جاكسون عن صدفة بحثه، أقرب إلى المعجزة، أهدت نجم البوب الشهير عن السقوط ضحية لهجمات 11 سبتمبر 2001، التي استهدفت برج مركز التجارة العالمي في نيويورك. لكن السؤال الذي يطرح نفسه هو: كيف تمكن جاكسون من النجاة من الهجمات الإرهابية التي استهدفت برج مركز التجارة العالمي في نيويورك وأودت بحياة نحو 3000 شخص؟
قضى سبعة من ذلك اليوم، كان يفترض بملك البوب أن يحضر اجتماعاً في الطوابق العليا لأحد البرجين صبيحة هجمات 11 سبتمبر، بحسب ما نقلت صحيفة ميرور البريطانية. ويبدو أن مايكل جاكسون اضطر إلى النوم حتى وقت متأخر في تلك الليلة، إثر تأخره في حديث هاتفي مطول مع والدته كاثرين وشقيقته ربي بحسب ما كشف شقيقه الأكبر. فقد كتب شقيق ملك البوب، جيرمين جاكسون في كتاب يتناول فيه مذكراته الشخصية يقول: «حسن الحظ، لم يكن أي منا يعلم بأن مايكل كان على موعد لحضور اجتماع في ذلك الصباح في أحد البرجين التوأمين».

العلاقات والقصيرة ..

علاقة حب تتعدى السخرية

بمناسبة عيد الحب، أو «الفالتاين دا»، بدأت تظهر بعض القصص الغرامية والعلاقات العاطفية غير التقليدية، ومن بين هذه القصص الواقعية قصة «أطول حب»، فيما يتعلق بحساب السنتيمترات. ووفقاً لصحيفة ذي صن البريطانية، فإن علاقة عاطفية، بدأت سرية بين النجم التلفزيوني البريطاني ريتشارد أوزمان البالغ طوله 2.04 متر، ومعنية الجاز سومودو جاياتاكاكا البالغ طولها 1.5 متر فقط، أي أنه يتجاوزها في الطول بفارق أكثر من نصف متر. ووفقاً للصحيفة، فإن مؤلف ومقدم برنامج «بوينتيس» على قناة «بي بي سي» أوزمان، 48 عاماً، كان على علاقة سرية مع معنية الجاز «39 عاماً» منذ شهر. وقال أصدقاء أوزمان «إن الناس يضحكون ويتهايمسون سارخين لأنه أشبه بعلاقة، بينما لا يزيد طولها على 1.5 متر. لكن الحقيقة أنها خلقت لبعضهما». وكان العماق أوزمان والقصيرة سومودو، وهي من أصول سريلانكية، ظهرا معا لأول مساء الأربعاء، وقالت سومودو في تصريح للصحيفة «نحن في غاية السعادة». وهذه أول مرة يحتفل «أطول حب» بمناسبة عيد الحب معا، واحتفالا بهذه المناسبة سافرا معا إلى النمسا حيث سيفضيان فيها بضعة أيام. يشار إلى أن أوزمان سبق له الزواج وله من مطلقته، التي لا يعرف عنها شيئاً بعدهما من الأضواء، طفلان.

كيف تعالج الضغط الناجم عن العمل من المنزل؟

يعتمد البعض للحصول على وظيفة مريحة تمكنهم من العمل بشكل حر من داخل المنزل أو في أي مكان يرغبون بالعمل فيه، دون التقيد بمكان وزمان محددين. إلا أن هذا النوع من العمل له سلبيات كثيرة أهمها الضغط النفسي والإجهاد. يقول البرفسور «سير كاري كوبر» أستاذ علم النفس التنظيمي والصحة في جامعة مانشستر إن الشعور بالضغط النفسي من العمل الحر قد يفوق الضغوطات التي يتعرض لها الموظف في مكان العمل، وذلك لعدة أسباب مثل الشعور بالوحدة والانزعال، وعدم وجود وقت محدد للعمل ووقت للراحة، إضافة إلى عدم الشعور بالأمان المالي، والانشغال الدائم بالتفكير بالالتزامات المالية. ويضيف كوبر: «يشمل الشعور بالوحدة أحد أهم العوامل التي تؤثر على الشخص الذي يعمل لحسابه الخاص، وذلك لافتقاره لزملاء العمل، ولتقصائه وقتاً طويلاً في العمل بعيداً عن أي تواصل اجتماعي». وقد وجدت دراسة حديثة أجريت على مجموعة من الأشخاص الذين يعملون من المنزل، بأن 81 بالمئة منهم يعانون من ضغوطات نفسية قد تؤثر على صحتهم العقلية.



«الفالتاين» عيد جديد

على غرار الفالتاين

تحتفل الكثير من النساء بعطلة غير رسمية مستوحاة من حلقة مسلسل ترفيهي تم إنتاجه في عام 2010. ويصادف هذا العيد في 13 من فبراير أي قبل يوم واحد من عيد الفالتاين. يعد يوم «فالتاين»، فرصة لتجميع النساء والاحتفال بصداقتن سوية، إما في منزل إحداهن أو في أحد المتزهات أو المقاهي. وجاءت فكرة العيد من مسلسل «المتنزهات والاستجمام»، حيث التفت بطلة المسلسل ليزلي التي لعبت دورها الممثلة إيمي بولر، بصديقاتها وتناولت الفطور معهن في أحد المقاهي وقدمت لهن الهدايا احتفاءً بصداقتن. ويتم الاحتفال بهذا اليوم بطريقتين، إما على نحو بسيط تجتمع خلاه مجموعة من الصديقات ويتبادلن الهدايا. أما الطريقة الثانية تكون عبر القيام بنشاطات ترفيهية مثل حضور فيلم مميز في السينما، أو الذهاب للتسوق أو الخروج في نزهة إن كانت حالة الطقس تسمح بذلك، بحسب ما نقلت صحيفة «ميرور» البريطانية.



«فكر زايد» .. محاضرة بمجلس سالم بن لوتيه

كما شارك في المحاضرة أيضاً عدد من الرجال الذين كان لهم شرف مرافقة القائد المؤسس ومنهم الشيخ محمد حمد بن رفاض العامري والشيخ محمد علي بن ارحمه الشامسي وسعادة الفريق حمد بن سهيل الخبيلي وسعادة حمد بن هويل العامري الذين أكدوا على أن ما نعيشه اليوم هو نتاج مرحلة طويلة من التخطيط والبناء والعمل المتواصل قادها المغفور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان رحمه

أولاً، ويهذه الفكرة اتجه الشيخ زايد نحو محاربة ثلاث أشياء أساسية وهي الجهل والمرض والفقر التي من شأنها تأخير حركة التطور والتقدم. واستذكر الحاضر بعض الشهادات لعدد من الأجانب والمستشرقين الذين زاروا المنطقة في فترة الأربعينيات والخمسينيات من القرن الماضي وتحذروا عن الشخصية القيادية للشيخ زايد وعن رؤيته الثاقبة وطريقة تخطيطه الصحيحة لبناء وطن آمن وطي.

المنطقة. وفي البداية تحدث صاحب المجلس فأكد أن القائد المؤسس الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان هو هرم وعلم ورمز ما زلنا نستتير بفكره ونعشي على نهج رسمه بحكمته ووجه لزرع الخير والمحبة في كل مكان. من جهته أكد المحاضر الدكتور سلطان النعيمي على أن رؤية المؤسس المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه انطلقت من مبدأ سعادة الشعب

نظم مكتب شؤون المجالس بديوان صاحب السمو ولي عهد أبوظبي محاضرة بمجلس سعادة سالم محمد بن لوتيه العامري في منطقة زاخر بمدينة العين بعنوان «في فكر زايد» أنظاراً للدكتور سلطان محمد النعيمي الأكاديمي والباحث الاستراتيجي وذلك بحضور عدد من أعيان القبائل والمسؤولين وأبناء

العين - الفجر



سالم بن ركاض يفتتح مهرجان الطفل والعائلة في الظاهر

العين - الفجر

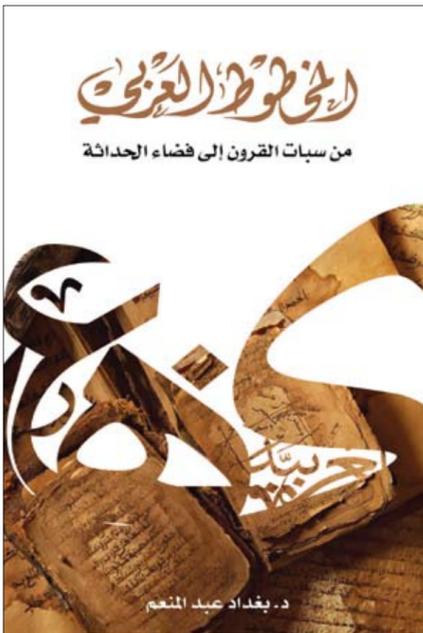


افتتح الشيخ الدكتور سالم محمد بن ركاض العامري عضو المجلس الوطني الاتحادي سابقاً فعاليات مهرجان الطفل والعائلة بحديقة مركز مؤسسة التنمية الأسرية بمدينة الظاهر في منطقة العين، وذلك بالتعاون مع مستشفى ميديكلينك بوادي وجمعية الموازية الإماراتية لصابي السرطان، حيث تضمن المهرجان الذي أقيم على مدى يومين العديد من الأنشطة المختلفة والمسابقات والفقرات الكوميدية وألعاب متنوعة للأطفال، إضافة إلى الفحوصات والإستشارات الطبية والبرامج التوعوية التي قدمتها مديرية شرطة العين حول حماية الأطفال من بعض الأخطار الصحية والنزلية، وتميزت الفعاليات بمشاركة طلبة المدارس الحكومية والخاصة.

وأكد الشيخ سالم بن ركاض في كلمة له بالمناسبة أن هذه الفعاليات جذبت الكثير من العوائل والأطفال بمنطقتي الظاهر وأم غافة والقرى المجاورة لهما. معتبراً أن ميزة هذا المهرجان أنه يقام بالتعاون مع مؤسسة التنمية الأسرية ويتركز على الجوانب التثقيفية والعرفية الفيدة للأطفال، إضافة إلى السعادة ومساحة الترفيه والحرية للأطفال في الهواء الطلق بعيداً عن ضجيج وصخب مراكز التسوق.

يرصد جهود التحقيق ومكائنها في الثقافة العربية

دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي تصدر كتاب «المخطوط العربي من سبات القرون إلى فضاء الحداثة»



من الكتب باللغة العربية في مختلف العلوم والمعارف الدينية والعلمية واللغوية والأدبية والتاريخية مُتضمنة في بضعة ملايين من النسخ المخطوطة. وخلال قرون النهضة الإسلامية توزعت هذه المؤلفات بنسخها الكثيرة على مكتبات وخزائن جزء كبير من العالم كان يدين للثقافة العربية الهيمينة في ذلك الوقت، لكن في القرون التالية انتقلت هذه المخطوطات بسبب الحروب، وما رافقها من اعتداء على الخزائن واستلابها، لتستقر في مجموعة من مكتبات وخزائن العالم الغربي العامة والخاصة. وتقدم الباحثة في ختام الكتاب عدداً من المقترحات والتوصيات للوصول بجهود المستشرقين إلى التطوير اللازم، ومنها تنشيط إصدارات متواصلة من المخطوطات المصورة، وإعادة طباعة «مجموعة المخطوط العربية» من القرن الأول الهجري حتى عام 1000 للمشرق موريتس، وضمين هذا الكتاب في إصدار موسوعة لتاريخ الخط العربي المستشرق عملية تحقيق المخطوطات، وكذلك تهئية المخطوط لما قبل عملية التحقيق الشريف فيما بعد، ومع تكاثر الإنتاج الكتابي في الفترة من منتصف القرن الهجري الأول وحتى الثالث عشر «من القرن السابع الميلادي وحتى التاسع عشر»، تم إنجاز عشرات الآلاف

أبوظبي - الفجر

أصدرت دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي كتاب «المخطوط العربي من سبات القرون إلى فضاء الحداثة»، للباحثة السورية الدكتورة بغداد عبد المنعم، ضمن مشروع «إصدارات» يوضح الكتاب أهمية التحقيق والتثبيت من النصوص المكتوبة، باعتباره تقليداً أصيلاً رافق التدوين والكتاب منذ لحظات ولادته الأولى في القرنين الأول والثاني الهجريين. وتشير الباحثة في هذا الكتاب إلى أن التحقيق ليس مجرد جهود تنظيمية محضه تمهّد لطباعة المخطوط ونشره، بل هي جهود استمرارية الحيوية والبناء من داخل النواة الصلبة للتراث العربي، وتلك النواة ليست إلا المخطوطات.

وترصد الباحثة في كتابها الذي يضم 111 صفحة من القطع المتوسط، جهود التحقيق في مراحل زمنية مختلفة؛ مشيرة إلى أن هذا الأداء بلغ درجات عالية من التتبع والتنقيح مع بدء الرسالة الإسلامية، وتدوين الحديث الشريف فيما بعد، ومع تكاثر الإنتاج الكتابي في الفترة من منتصف القرن الهجري الأول وحتى الثالث عشر «من القرن السابع الميلادي وحتى التاسع عشر»، تم إنجاز عشرات الآلاف

جامعة أبوظبي ومجموعة المعارف تشاركان في أيدكس 2019

البرامج والدورات التدريبية التي تقدمها جامعة أبوظبي ومجموعة المعارف في القطاع الدفاعي وغيره من القطاعات، حيث تهدف من خلال برامجنا إلى تأهيل كفاءات قادرة على خدمة الوطن بجدارة وإبداع، ونسعى إلى العمل جنباً إلى جنب مع شركائنا في القطاعين العام والخاص لضمان تطوير واستحداث برامج جديدة تلبي الاحتياجات الحالية والمستقبلية لختلف القطاعات.

تطوير وتحسين الاستراتيجيات، وإدارة الحالات الطارئة، وتقييم تعرض البنى التحتية والأفراد للخطر. وأكد سعادة الدكتور علي سعيد بن حرمل الظاهري رئيس مجلس إدارة جامعة أبوظبي أن إمارة أبوظبي استطاعت أن ترسي مكانتها كمنصة متميزة تستقطب المستثمرين والشركات والأفراد من مختلف أنحاء العالم لاستعراض منتجاتهم المتنوعة ضمن أبرز الفعاليات العالمية الكبرى التي نحت الإمارة ودولة الإمارات في استقطابها بفضل البيئة المشجعة والاهتمام الكبير محلياً، لا سيما في القطاع الدفاعي، حيث يُعد معرض أيدكس نافذة عالمية للصناعات الدفاعية تطل منها كبريات الشركات المحلية والإقليمية والعالمية في القطاع لتطلع على أحدث ما توصلت إليه التكنولوجيا في هذا المجال على مستوى العالم.»

أبوظبي - الفجر

أعلنت جامعة أبوظبي ومجموعة المعارف عن مشاركتهما في فعاليات معرض ومؤتمر الدفاع الدولي «أيدكس 2019» ومعرض الدفاع البحري «ناهدكس 2019» في الفترة ما بين 17 ولغاية 21 فبراير الجاري في مركز أبوظبي الوطني للمعارض. وتستعرض مجموعة المعارف من خلال الانجاء برامجها ودوراتها التدريبية والتي تشمل التدريب الطبي الميداني، البرامج التدريبية البحرية، دورة مشغلين بحريين لمكافحة الإرهاب، تدريبات محاكاة على البحث والإنقاذ باستخدام تقنيات الواقع الافتراضي، تقييم الصفات القيادية للأفراد والمجموعات باستخدام طرق تعتمد على الألعاب، برامج حماية المنشآت الحيوية، إضافة إلى تقديم حلول استشارية متخصصة في

منوعات الفكر 22



لى أحمد أول طالبة بجامعة نيويورك أبوظبي تحظى بمنحة «لوس» الرموقة

أبوظبي - الفجر

أعلنت جامعة نيويورك أبوظبي عن حصول طالبة السنة الأخيرة في الجامعة لى أحمد على منحة «لوس» الدراسية المرموقة، لتكون بذلك أول طالبة تحقق هذا الإنجاز المميز في تاريخ الجامعة. ويأتي فوز لى بمنحة «لوس» ليثري مسيرة الجامعة التي حققت عدداً من الجوائز والمنح العالمية البارزة، بما في ذلك منح «روس» وجوائز «فولبرايت» ومنح «شوارزمان» وإيراسموس موندوس منذ استقباليها لأول دفعة طلاب عام 2010.

وتأسست المنحة من قبل مؤسسة «هنري لوس» عام 1974 بهدف زيادة الوعي لدى قادة المستقبل في المجتمع الأمريكي حول القضايا الآسيوية. ويوفر برنامج المنحة مرتباً شهرياً وتدريباً لغويًا وعضوية مهنية في آسيا لنحو 15 إلى 18 من الفائزين كل عام. ويختص برنامج المنحة بأولياء أمام المواطنين الأمريكيين والمقيمين الدائمين، ويستهدف القادة الشباب ممن لديهم خبرة محدودة بالثقافة الآسيوية ويفتقر مساهمهم المهم إلى فرصة تتيح لهم التعرف على آسيا عن كثب.

تعود أصول لى إلى مدينة ديربورن بولاية ميشيغان الأمريكية، ومن المقرر أن تتخرج من جامعة نيويورك أبوظبي في شهر مايو 2019 مع تخصص في البحوث الاجتماعية والسياسة العامة، وتخصص ثانوي في الوسائط التفاعلية والتكنولوجيا. وتتمتع لى بخبرة كبيرة في التأثيرات الاجتماعية للتكنولوجيا، حيث طورت هذا الاهتمام خلال فترة عملها في الجامعة إذ تشغل منصب رئيسة منظمة تكمين النساء في العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات، وأسست مؤتمراً سنوياً حول العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات لطالبات المدارس الثانوية في أبوظبي. كما تطوعت لى مع شبكة تعليم الفتيات من خلال ورش عمل حول الفكر التصميمي وقدمت دروساً حول لغات الترميز البرمجية في جامعة نيويورك أبوظبي.

وتسلمت لى لمدة عامين منصب رئيس الطلاب في مسابقة الهاكاون الدولية للصالح الاجتماعي والتي تجمع المشاركين من مختلف أنحاء العالم لمعالجة قضايا الصالح الاجتماعي في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا.

وتابع لى تعزيز خبرتها حول أهمية التمثيل في قطاع التكنولوجيا وصل مهاراتها الفنية خلال دورتين تدريبيتين صيفيتين في شركات برمجية ناشئة في نيو أورلينز وديترويت. وبالإضافة إلى جهودها لتحقيق التنوع في العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات، أدت لى على تعليم المشاركة السياسية للمسلمين الأمريكيين كمندوبة في مجال المداخلة في الكونغرس ضمن منظمة «صندوق بوليجون التعليمي»، وهي عضو الفريق المؤسس لشركة ناشئة تُدعى إيكوال تُوْ تركّز على توفير البيانات والتحديات للمنظمات غير الربحية والشركات الناشئة التي تديرها وتمتلكها مجموعة من السيدات. وتعمل لى خلال الفصل الدراسي الأخير لها في جامعة نيويورك أبوظبي على مشروع التخرج «كابتون» الذي يتناول موقع «تويت» كوسيلة دعائية في الانتخابات الرئاسية في الولايات المتحدة عام 2016، وتشغل منصب رئيس لجنة التنوع في الحكومة الطلابية وتطمح إلى تعزيز التواصل بين صناعات السياسات وخبراء التكنولوجيا لبناء عالم تقني أكثر أخلاقية. وفي هذا السياق، قالت لى: «يرفني أن أحظى بفرصة تمثيل جامعة نيويورك أبوظبي ومجتمعي في برنامج منحة لوس». وسأبحث مع المؤسسة شؤون عضويتي في الأشهر المقبلة على أمل أن أعمل في مجال التعليم التكنولوجي للنساء في ماليزيا. وباعتباري فائزة بهذه المنحة، أتطلع إلى العمل على توفير فرص متساوية للأشخاص غير الممثلين بشكل كاف في قطاع التكنولوجيا، كما أطمح إلى تعزيز التواصل بين صناعات السياسات وخبراء التكنولوجيا لبناء عالم تقني أكثر أخلاقية. وأنا في غاية الامتنان للدعم الذي حصلت عليه من المشرفين ومن أسرتي خلال هذه الرحلة وأتطلع مواصلة مسيرة التعلم العالمية التي بدأتها كتابية في جامعة نيويورك أبوظبي.»



منوعات

الفكر

23

تشير دراسة جديدة إلى أن الإصغاء البسيط إلى شخص وهو يتكلم من دون النظر إليه يزيد (الدقة العاطفية).

أجرى د. مايكل كروس من جامعة بيل الأميركية دراسة انطلقت من فرضية أن التواصل باستخدام الصوت فقط وقدرتنا على الإصغاء من دون توظيف أية حواس أخرى، يسهل على المتحاورين تمييز مشاعر بعضهم بعضاً.



التواصل باستخدام الصوت فقط

الإصغاء الجيد.. تقدير مشاعر الآخر وأفكاره وأحاسيسه



مباشراً. التواصل بالصوت فحسب، أو بالحواس كلها من خلال إضاءة الغرفة أو تعميمها. في الاختبارات الخمسة، تبين في المتوسط أن من استمع إلى الحوار من دون مشاهدته استطاع تحديد المشاعر بشكل دقيق أكثر من غيره. ويعلق د. كروس على النتائج: (أظهرت العلوم الاجتماعية والبيولوجية على مر السنين رغبة عميقة لدى الأفراد في التواصل مع الآخرين، بالإضافة إلى مجموعة من المهارات التي يملكونها لتمييز العواطف أو النوايا. ولكن رغم وجود الإرادة والمهارة، فإنهم يدرسون غالباً مشاعر الآخرين بشكل غير دقيق).

يكفي أن يعبر الصوت عن المشاعر يتابع د. كروس: (يشير بحثنا إلى أن الاعتماد على مزيج من إشارات الصوت والوجه أو إشارات الوجه وحدها، قد لا يكون أفضل استراتيجياً لاكتشاف مشاعر الآخر أو نواياه بدقة).

ويعتقد أن أحد الأسباب وراء هذه النتائج ربما يكون صعوبة إخفاء الإشارات الصوتية مقارنة بتلك البصرية، موضحاً أن الدراسات أظهرت لجوء من يرغب في إخفاء حالاته الداخلية إلى إشارات غير كلامية في الوجه بدل تلك الكلامية. أما السبب الآخر فيرتبط بتعدد المهام. وأظهرت محاولة القيام بأمور كثيرة في الوقت ذاته تراجعاً في الأداء، وينطبق الأمر ذاته على الإصغاء والمساعدة.

يستنتج د. كلوس ما يلي: (تشير النتائج المرتبطة بطريقة تحليل علماء النفس للمشاعر الدهشة. فكتير من اختبارات الذكاء العاطفي يعتمد على تصورات دقيقة للوجوه).

ويتابع: (وجدنا أن الأشخاص يعبرون الوجه اهتماماً كبيراً، في حين يحمل الصوت كثيراً من المحتوى الضروري لفهم ما يجول في داخل الآخر بشكل دقيق. لذا تشير النتائج إلى ضرورة تركيزنا على المشاعر التي يعبر عنها الصوت).

تشير الدراسة إلى أن الاستماع وحده، مع العينين المغمضتين، يعجزان (الدقة العاطفية)، أي القدرة على تقدير مشاعر الآخر وأفكاره وأحاسيسه). واختبار صحة هذه الفرضية، ابتكر د. كروس مجموعة من خمس تجارب، نُشرت نتائجها في مجلة American Psychologist (أطباق علم النفس الأميركيين).

إصغاء ودقة عاطفية شارك في الدراسة 1800 شخص يبلغون من العمر 18 سنة على الأقل. اختبر د. كروس في خمسة اختبارات دقة المشاركين العاطفية في سيناريوهات التواصل (بالصوت فقط أو البصر أو الاثنين معاً).

في أحد الاختبارات، عُرض على المشاركين سيناريو مسجل لامرأتين تغيطان بعضهما بعضاً. واختبرت الإغاطة لأنها تشير مجموعة من المشاعر.

دُعي المشاركون، الذين عُرفوا باسم (الملاحظين)، لتقدير مشاعر الجهتين المشاركتين في الحوار، وقدم لهم الباحثون مجموعة من المشاعر وطلبوا منهم تقييم كم من هذه المشاعر اختبرتها المرأتان.

استخدم الملاحظون مقياساً من تسع نقاط، تتراوح بين (أبداً) و(للتغاية). وشاهدوا الفيديو مع الصوت، أو الفيديو وحده، أو استمعوا إلى الصوت فحسب. في اختبار آخر، حضر الملاحظون تفاعلاً



مسألة وجهة نظر ومن الممكن اعتباره وهماً

تعدد المهام.. ينعكس إيجاباً على أداء الشخص



دعمت الدراسات التي تقوم على التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي فكرة أن تعدد المهام مجرد خرافة. على سبيل المثال، شملت دراسة فحصت نشاط الدماغ الانتقال بين مهمتين واكتشفت تراجعاً بنسبة 29% و53% على التوالي في نشاط الدماغ عندما طلب إلى المشاركين التنقل بين المهمتين. توضح شالينا سرنا، باحثة من كلية ستيفن روس للأعمال في جامعة ميشيغان في آن آربور قادت البحث: (يشكل تعدد المهام غالباً مسألة وجهة نظر ومن الممكن اعتباره وهماً).

تضيف: (بغض النظر عما إذا كان الشخص ينجز مهمة واحدة أو مهاماً متعددة، فإن جعله يعتقد أنه يؤدي مهاماً عدة ينعكس إيجاباً على أدائه).

تؤكد هذه الباحثة التي قادت الدراسة أيضاً أن نظرة الأشخاص إلى ماهية تعدد المهام مرنة. فقد نعتبر، مثلاً، الجلوس في اجتماع مهمة واحدة، أو قد نظنها مهمتين إذا أضغينا إلى المتكلم ونحن ندون الملاحظات. لذلك قررت سرنا وزملاؤها التحقق مما إذا كانت نظرتنا إلى ما نعتبره تعدد مهام تؤثر في طريقة إنجازنا المهمة. وراجعوا بذلك 32 دراسة عكست وجهة نظر 8242 مشاركاً. في إحدى هذه الدراسات، طلب الباحثون إلى 162 مشاركاً مشاهدة شريط فيديو تفتيحي وتدوين حواره. قسّم الباحثون

أخباروا المشاركين إلى مجموعتين: أخبروا المشاركين في الأولى أنهم سينجزون مهمتين، مثل التعلم والتدوين، في حين قالوا للمشاركين في الثانية أنهم سيقومون بمهمة واحدة وتمتحن مهاراتهم في التعلم والكتابة. دون من ظنوا أنهم يؤديون مهاماً عدة عدداً أكبر من الكلمات في الثانية وأنجزوا ذلك بدقة أكبر، فضلاً عن أن أداءهم جاء أفضل في امتحان الفهم. وحاكت دراسات أخرى هذه الاكتشافات. على سبيل المثال، اكتشفت تجربة تدوين الملاحظات على شبكة الإنترنت أن من ظنوا أنهم ينجزون مهاماً عدة دونوا ملاحظات أشمل وأفضل مقارنة بغيرهم. كذلك أظهرت مجموعة إضافية من 30 تجربة شملت حل أحاجي الصور المقطوعة ومكافآت مالية أن من اعتبروا أنهم ينجزون مهاماً عدة في الأجوبة الصحيحة في الثانية، مقارنة بنظرائهم الذي ظنوا أنهم يؤديون مهمة واحدة.

قد يكون تعدد المهام وهماً، إلا أنه وهم مفيد. تشير دراسة جديدة نُشرت في مجلة علم النفس إلى أن مجرد اعتبار نشاط واحد أو نشاطات عدة عملية متعددة المهام أمر كافٍ لتعزيز الأداء.

تشير مجموعة مثبتة من بحوث علم الأعصاب إلى أن القدرة على إنجاز أكثر من مهمة دفعة واحدة مجرد وهم. فقد أظهرت منذ منتصف تسعينيات القرن الماضي سلسلة تجارب أن دماغ الإنسان، بدل إنجاز مسائل عدة معاً، ينتقل فحسب من مهمة إلى أخرى. لكن للتنقل بين المهام ضريبته. كشفت دراسات سابقة أننا حتى لو أمكننا توقع المهام التي تنتقل بينها أو سبق أن أنجزناها مئات المرات، نحتاج إلى وقت أطول لإتمامها، مقارنة بقيامنا بالمهمة عينها بشكل متكرر. كذلك



حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
إخطار دفع بالنشر
في القضية التنفيذية رقم ٢٠١٨/٩٨٤ بالتنفيذ المدني

الى المحكوم عليه: بيتون للإنشاءات المدنية، الجنسية: العنوان: الإمارات رأس الخيمة شعبية راشد - بجوار كافيتريا النجوم الرمس - رأس الخيمة - الهاتف المتحرك: ٩٧١٥٥٥٩٥٠٩٧

ليكن معلوما لديكم بان محكمة رأس الخيمة قد اصدرت بحكمها حكماً بتاريخ ٢٠١٨/٧/١٠ في قضية (٢٠١٨/٩٨٤) منازعات اجبارية، بالترامك بدفع مبلغ وقدره ٧٧٠٠٠ درهم شاملا الرسوم والضرائب، لصالح: المحكوم له: عبدالرحمن احمد عبدالله كليب العظيبي، الجنسية: الإمارات، العنوان: الإمارات رأس الخيمة بيلوك ٨ الرمس - رأس الخيمة ٢٠١٤، الهاتف المتحرك ٩٧١٠٥٢٤٤٤٤٠٠٠، ويومان ان المحكوم له علاقه قد تقدم بطلب بتنفيذ الحكم وسجل بالرقم المشار اعلاه، ملاحظات: فوجوب هذا لن مكلف بتنفيذ ما جاء اعلاه خلال مدة ١٥ يوم من تاريخ اليوم التالي للتلبيغ وفي حالة تخلفك عن ذلك فان المحكمة ستدخ بحكم الاجراءات القانونية المناسبه لتنفيذ الحكم، والرسوم المترتبة عليه.

رئيس قسم التنفيذ

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
في الدعوى رقم ٢٠١٨/٣٢١ إستئناف تجاري

الخبير المنتدب: يوسف طاهر الخاجة

السنتاف: المصرف العربي للاستثمار والتجارة الخارجية (المصرف) - فرع دبي السنتاف ضمهم: برولو جي كس - ش ذ م م - وآخرون

تم ندسيا خبيراً مصرفياً في الدعوى المذكورة اعلاه والرفوعة من المصرف العربي للاستثمار والتجارة الخارجية (المصرف) - فرع دبي، ضد: برولو جي كس ش ذ م م ٢- لال سينغ جورديال سينغ بهوجال ٣- بالجنسندر كاور نرمل سينغ شانا ٤- سروان سينغ لال سينغ بهوجال، وعليه ندعوكم لحضور اجتماع الخبرة او من يملككم قانوناً والذي سيعقد في مقر مكتبنا على العنوان الموضح ادناه وذلك يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٢/٢١ في تمام الساعة ١٠:٠٠ صباحاً، ويرجى منكم احضار كافة المستندات المؤيدة والذميمة للدفاعكم عند حضوركم للاجتماع.

دبي - مركز حمر عين، مدخل رقم ٤، الطابق الاول مكتب رقم: IBI
هاتف: ٤-٢٦٨١٢٠٠ - فاكس: ٤-٢٦٨١٣٠٠

يوسف الخاجة / خبير حسائي ومصرفي

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٣١٢ عمالي جزئي

الى المحكوم عليه ١- ترست باتكرز وسطاء تمويل مجهول محل الإقامة لتعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/١/١٩ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ زوى قاسم محمود بحكمت المحكمة بمباية الحضورى :- بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ (٩٢,٣٠٠) درهم اثنان وتسعون الف وثلاثمائة درهم وتدكره عودة الى وطنها عينا او ما يقابلها نقدا بقيمة خمسة الاف درهم فقط - ما لم تكن قد التحق بخدمه صاحب عمل اخر وقت تنفيذ الحكم - والزمتم المدعي عليها بالتناسب من الضاريف واغت المدعيه من نصيبها فيها. حكما بمباية الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوماً اعتباراً من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحبا السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
انذار عدلي بالنشر
رقم (٢٠١٩/١٢٢٠)

التنذر: استثمار العقارية منطقة حرة - ش ذ م م
العنوان: المقر الرئيسي لدى دبي القليظة - مجميرا هيزل فينويلمنت - مكتب رقم ١ - ام سقيم ٣ إمارة دبي - الإمارات العربية المتحدة - هاتف: ٤١٤٢١١١١-٩٧١-٠٢١٢٢٢٢٢٢

التنذر اليه: تيبكيال دولش لتحضير المحبات (خاصة مهنية) رقم (٩٣٣٢٢١) الصادر من دائرة التنمية الاقتصادية للتربية، محل رقم Amwaj-GM13 منطقة حرة - بر دبي - قطعة الارض رقم البريدي (٥١٢-٢٦٢-٥١٢) رقم مكاني: ١١٨٨٧٣٧٠ - إمارة دبي، هاتف محمول: ٩٧١٢٦٢٢١١٠١٠٤، البريد الإلكتروني: sahsah10@liv.nl

يحظر التنذر المنذر اليها بضرورة سداد متأخرات الاجراء المترتبة بذمتها محل رقم Amwaj-GM13 منطقة حرة - بر دبي - قطعة الارض رقم البريدي (٥١٢-٢٦٢-٥١٢) رقم مكاني: ١١٨٨٧٣٧٠ - إمارة دبي، في غضون ثلاثين يوماً وذلك من تاريخ نشر هذا الاعلان والا تستعطف للتنذر الى اللجوء للجنة الفصلية الخاصة بالمنازعات بين المؤجرين والمستأجرين بإمارة دبي بغرض الزام المنذر اليها بمخالء العيين المؤجرة وسداد متأخرات الاجراء المترتبة عليها حتى تاريخ الاخلاء الفعلي مع الزامها الرسوم والضاريف واتباع الحماطة مع حفظ كافة حقوق المنذر الاخرى.

الكاآب العدل

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعلان حكم تهيدي بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٨/١١٥١ تجاري كلي

الى المدعي عليه ١- الخان مقارلات البناء - ذ م م - غلام يحيى محمد كل مجهولي محل الإقامة بما ان المدعي/ بنك دبي التجاري - ش ذ م ع قد اقام الدعوى المذكورة اعلاه وعليه نعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/١/٣١ الحكم التهيدي التالي: حكمت المحكمة/ وقبل الفصل في الموضوع بنبذ الخبير المصري المختص صاحب الدور بالجدول وتكون مهمته وفق منطوق الحكم الصادر بتلك الجلسة. وحدث لها التمكن جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٢/١٨ الساعة ٣٠ : ٠٩ صباحاً في القاعة Ch2.E.21 في حالة عدم سداد الامانة من المدعي.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعلان بالنشر باللغتين العربية والانجليزية

الى المدعي عليه: جانيسان ناچار جان امانى، هندي الجنسية تعلمكم بان المدعي/ الهيئة العامة للتقنين الازواقي هاتف: ٢٠١٩/١١/١٩ مدني جزئي قد دفع الدعوى المذكورة اعلاه بطلب فيها

١- الزام المدعي عليه بآداء القرضي من القيمة الاجبارية المقفلة لتعتد حتى ٢٠١٩/١/٢٣ مبلغ وقدره (١١٣,٣٠٠) درهم، التا عشر الف وثلاثمائة درهم للمدعية. ٢- الزام المدعي عليه بالقيمة الاجبارية بواقع (اجرة المثل) من تاريخ ٢٠١٩/١/١٠ وحتى تاريخ الاخلاء الفعلي بواقع (٢٠,٠٠٠) عنرون الدرهم. ٣- الزام المدعي عليه بخلاف العيّن (شقة رقم ٢٠١٣) الكائن ببنية وهف (الهلال) بمنطقة اليوتبية بامارة الشارقة) خاليا من أية شواغل وتسلمه للمدعية. ٤- الزام المدعي عليه بتقديم برائة مة من هيئة كهرماء ومياه الشارقة للشقة رقم (٢٠٣) الكائن ببنية وهف الهلال بمنطقة اليوتبية بامارة الشارقة لتعتد. لذا، يتنصص حضورك أمام مكتب ادارة الدعوى الجزئية الثالثة مكتب رقم (١) بمحكمة الشارقة الانجليزية الابتدائية خصيصا وبواسطة وكيل معتمد وتقدمه مذكرة جوابية على الدعوى عبر مرفها بما كافة المستندات، وذلك يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/٢١ الساعة ٨:٣٠ صباحاً، وذلك لتنظر في الدعوى المذكور المشار الة اعلاه. بموجب مدعي عليه وفي حال عدم حضورك سيتم اتخاذ الاجراءات القانونية بحقتك بغيبا.

محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية
مكتب إدارة الدعوى

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصرفي

اسم المصرف: كريستون مينتون محاسبون قانونيون

العنوان: مكتب ١٥٠٢ ملكراجومينون- الخليج التجاري، هاتف: ٤١٢٧١٢٣٣-٠٤

فاكس: ٤١٢٧١٢٨٠-٠٤ بموجب هذا تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بدبي بأنه قد تم تعيين المصرف المذكور اعلاه لتصفية لايف تك واير روجز اندستري (ش ذ م م) وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ ٢٠١٩/١/١٤ الموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ ٢٠١٩/١/١٤ وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصرفين كريستون مينتون محاسبون قانونيون العنوان: مكتب ١٥٠٢ ملكراجومينون- الخليج التجاري، هاتف: ٤١٢٧١٢٣٣-٠٤ فاكس: ٤١٢٧١٢٨٠-٠٤ مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (١٥) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان

دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة: لايف تك واير روجز اندستري (ش ذ م م)

العنوان: مستودع رقم ٥٧ ملك مؤسسة دبي العقارية بواسطة الشيخ راشد بن خليفة - القوز الصناعية ٣ - الشكّل القانوني: ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة: ٥٨٩٠٢٦ رقم القيد بالسجل التجاري: ١٠٠٧٠٨٥ بموجب هذا تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بدبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة اعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ ٢٠١٩/١/١٤ والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ ٢٠١٩/١/١٤ وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصرفين كريستون مينتون محاسبون قانونيون العنوان: مكتب ١٥٠٢ ملكراجومينون- الخليج التجاري، هاتف: ٤١٢٧١٢٣٣-٠٤ فاكس: ٤١٢٧١٢٨٠-٠٤ مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (١٥) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان

دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٢٠١٨/٧٧ لجان عقارية

الى المدعي عليه ١- بريميبر دبي بربريتي ليمييتد مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ ليوان - ش ذ م م ويمتلح/ محمود حجاج عذب أوبرجيدية قد أقام عليك الدعوى وموضوعها فسح اتفاقية البيع والشراء ومحل النزاع والخاصة بالرقم رقم RL-023 وحدثت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/٢٠ الساعة ١٢,٣٠ ص بالقاعة Ch2.F.24 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملكك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٢٠١٨/٧٨ لجان عقارية

الى المدعي عليه ١- بريميبر غولف دبيوليمتد إنك مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ ليوان (ش ذ م م) ويمتلح / محمود حجاج عذب أوبرجيدية قد أقام عليك الدعوى وموضوعها فسح اتفاقية البيع والشراء ومحل النزاع والخاصة بالرقم رقم RH-007 وحدثت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/٢٠ الساعة ١٢,٠٠ مساءً بالقاعة Ch2.F.24 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملكك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى ٢٠١٨/٢٣٥٦ مدني جزئي

الى المدعي عليه ١- حمد عبدالله عبد الرحيم محمد ٢- سمارة جوم للتجارة العامة - ش ذ م م - مجهولي محل الإقامة بما ان المدعي/ اسرار محمود ابراهيم فخري ويمتلح / محمد احمد علي احمد النجاوي قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٨٠٠٠٠) درهم) والرسوم والضاريف واتعاب الحماطة والفائدة ١٢ ٪ من تاريخ الدين وحتى السداد التام. ضم ملف النزاع ٢٠١٨/٢٠٢٤ نزاع تجاري، وحدثت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/٢٧ الساعة ٨:٣٠ ص بالقاعة Ch1.B.10 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملكك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمباية حضورى.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى ٢٠١٨/٤١٥٦ تجاري جزئي

الى المدعي عليه ١- شركة تامرلز للهندسة - ذ م م - مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ داتوب لواء البناء - ش ذ م م قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليها بمبلغ وقدره (٢٩١,٨٥٤,٠٠٢) درهم) والرسوم والضاريف واتعاب الحماطة والفائدة ٩ ٪ من تاريخ المطالبة الفصلية وحتى السداد التام. وحدثت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٢/٢٥ الساعة ٨:٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.13 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملكك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمباية حضورى.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٢٠ بيع عقار مرهون

طالب التنفيذ: البنك العربي للتحد
عنوانه: دبي - بورجيس - بناية البرنس بوينت مكتب رقم 401 خلف وكافة النيبان للسيارات - هاتف: 04/2946945 042946945 هاتف 0508650437 رقم مكاني 3244594826

التمتد ضد: سنديب كومار اكروال - عنوانه: إمارة دبي - بر دبي - منطقة التنمية الخاصة - ابراج بحيرات جميرا - مبنى جميرا بزنس سنتر ١ - الطابق رقم 20 - الشقة رقم 2007. رقم الهاتف: 0503983555

انه في يوم الاربعاء الموافق 2019/2/27 الساعة 5:00 مساءً وفي الايام الثلاث التالية ان القضاء الحالى سيجرى بيع العقار الموضحة اوصافه اذ انه لدى الجهة التى البيع لشركة الامارات للمزادات وعلى موقعها الإلكتروني (www.emiratesauaction.ae) وعلى راضي الشراء من مواطني الدولة ايداع تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الاساسى قبل دخول المزادة وكل من لديه اعتراض على البيع التقدم باعترضه معززاً بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيوع وفي المواعيد المبينة بالبادء 30١ من فائون الاجراءات المدنية وعلى من يعتمد عقلاؤه ايداع كامل الثمن والضاريف خلال عشرة ايام التالية لجلسة البيوع وفيما على اوصاف الممتلكات

شقة سكنية: المنطقة: التنمية الخاصة - رقم الارض: 25 - رقم البنى: 1 - جميرا بزنس سنتر ١ - رقم العقار: 707 - المساحة: 95.44 متر مربع - المتردب (821.845) درهم - ملاحظة: يدفع المبلغ فوراً.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعلان بيع عقار بالنشر للمتمتد ضد
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٢٠ بيع عقار مرهون

طالب التنفيذ: البنك العربي للتحد
عنوانه: إمارة دبي - بورجيس - بناية البرنس بوينت مكتب رقم 401 خلف وكافة النيبان للسيارات - هاتف: 04/2946945 042946945 هاتف 0508650437 رقم مكاني 3244594826

التمتد ضد: سنديب كومار اكروال - عنوانه: إمارة دبي - بر دبي - منطقة التنمية الخاصة - ابراج بحيرات جميرا - مبنى جميرا بزنس سنتر ١ - الطابق رقم 20 - الشقة رقم 2007. رقم الهاتف: 0503983555

انه في يوم الاربعاء الموافق 2019/2/27 الساعة 5:00 مساءً وفي الايام الثلاث التالية ان القضاء الحالى سيجرى بيع العقار الموضحة اوصافه اذ انه لدى الجهة التى البيع لشركة الامارات للمزادات وعلى موقعها الإلكتروني (www.emiratesauaction.ae) وعلى راضي الشراء من مواطني الدولة ايداع تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الاساسى قبل دخول المزادة وكل من لديه اعتراض على البيع التقدم باعترضه معززاً بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيوع وفي المواعيد المبينة بالبادء 301 من فائون الاجراءات المدنية وعلى من يعتمد عقلاؤه ايداع كامل الثمن والضاريف خلال عشرة ايام التالية لجلسة البيوع وفيما على اوصاف الممتلكات

شقة سكنية: المنطقة: التنمية الخاصة - رقم الارض: 25 - رقم البنى: 1 - جميرا بزنس سنتر ١ - رقم العقار: 707 - المساحة: 95.44 متر مربع - المتردب (821.845) درهم - ملاحظة: يدفع المبلغ فوراً.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعلان بيع عقار بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٢٢ بيع عقار مرهون

طالب التنفيذ: بنك أبوظبي التجاري - عنوانه: إمارة دبي - بر دبي - بناية البرنس بوينت مكتب رقم 401 خلف وكافة النيبان للسيارات - هاتف: 04/2946945 042946945 هاتف 0508650437 رقم مكاني 3244594826

التمتد ضد: ماريت الينا بيكمان - عنوانه: إمارة دبي - شارع دبي العين (الاتحاد) منطقة مرفح فيلا رقم 60١ رقم مكاني (6481146010) هاتف متحرك: 043979839-0502744243 هاتف ساكن: 043979839-0502744243

انه في يوم الاربعاء الموافق 2019/2/27 الساعة 5:00 مساءً وفي الايام الثلاث التالية ان القضاء الحالى سيجرى بيع العقار الموضحة اوصافه اذ انه لدى الجهة التى البيع (شركة الامارات للمزادات وعلى موقعها الإلكتروني (WWW.emiratesauaction.ae)) وعلى راضي الشراء ايداع تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الاساسى قبل دخول المزادة وكل من لديه اعتراض على البيع التقدم باعترضه معززاً بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيوع وفي المواعيد المبينة بالبادء 301 من فائون الاجراءات المدنية وعلى من يعتمد عقلاؤه ايداع كامل الثمن والضاريف خلال عشرة ايام التالية لجلسة البيوع وفى كل شخص غير معتمق من التزايد ان يزيد على الثمن خلال اربعة ايام التالية لرسوم المزاد بشرط الا يقل هذه التزايد عن ثمن عشر الثمن على ان يقوم بايداع كامل الثمن للعرض والضرر وتغطية الخسرة المتكاملة وفيما على اوصاف الممتلكات: نوع العقار: شقة سكنية - رقم الارض: 1 - المنطقة: ميميس الاول - رقم البنى: ١ - كريستى ٥ - رقم الوحدة: 106 - رقم الطابق: 1 - المساحة: 46.36 متر مربع - مبيع: 340.000.00 درهم - ملاحظة: يدفع المبلغ فوراً.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعلان بيع عقار بالنشر للمتمتد ضد
في الدعوى رقم ٢٠١٧/٢٢٢ بيع عقار مرهون

طالب التنفيذ: بنك أبوظبي التجاري - عنوانه: إمارة دبي - بناية البرنس بوينت مكتب رقم 401 خلف وكافة النيبان للسيارات - هاتف: 04/2946945 042946945 هاتف 0508650437 رقم مكاني 3244594826

التمتد ضد: ماريت الينا بيكمان - عنوانه: إمارة دبي - شارع دبي العين (الاتحاد) منطقة مرفح فيلا رقم 60١ رقم مكاني (6481146010) هاتف متحرك: 043979839-0502744243 هاتف ساكن: 043979839-0502744243

انه في يوم الاربعاء الموافق 2019/2/27 الساعة 5:00 مساءً وفي الايام الثلاث التالية ان القضاء الحالى سيجرى بيع العقار الموضحة اوصافه اذ انه لدى الجهة التى البيع (شركة الامارات للمزادات وعلى موقعها الإلكتروني (WWW.emiratesauaction.ae)) وعلى راضي الشراء ايداع تأمين لا يقل عن 20% من الثمن الاساسى قبل دخول المزادة وكل من لديه اعتراض على البيع التقدم باعترضه معززاً بما يبرره من مستندات قبل الجلسة المحددة للبيوع وفي المواعيد المبينة بالبادء 301 من فائون الاجراءات المدنية وعلى من يعتمد عقلاؤه ايداع كامل الثمن والضاريف خلال عشرة ايام التالية لرسوم المزاد بشرط الا يقل هذه التزايد عن ثمن عشر الثمن على ان يقوم بايداع كامل الثمن للعرض والضرر وتغطية الخسرة المتكاملة وفيما على اوصاف الممتلكات: نوع العقار: شقة سكنية - رقم الارض: 1 - المنطقة: ميميس الاول - رقم البنى: ١ - كريستى ٥ - رقم الوحدة: 106 - رقم الطابق: 1 - المساحة: 46.36 متر مربع - مبيع: 340.000.00 درهم - ملاحظة: يدفع المبلغ فوراً.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
انذار عدلي بالنشر
رقم ٢٠١٩/١٠٩٤

المنذر: الشويب للعقارات ذ م م

المنذر اليه: فاآشر سكاكس - ش ذ م م (فرع دبي)

ينذر المنذر المنذر اليه بسداد قيمة المتأخرات الغير مدفوعة بحسب عقد الايجار لوجود فترة بدون استحقاق بسبب رجوع شيك الايجار بتاريخ ٢٠١٨/١١/١٤ وبمهلة مدتتها (٣٠) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والإ الاخلاء وتسليمنا المأجور ذلك حسب الاجراءات المتبعة لدى مركز فض المنازعات الاجبارية.

الكاآب العدل

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
انذار عدلي بالنشر
رقم ٢٠١٩/١٠٩١

المنذر: الشويب للعقارات ذ م م

المنذر اليه: استوديو ٧ انترتيز ديكوريشن - ش ذ م م

ينذر المنذر المنذر اليه بسداد قيمة المتأخرات الغير مدفوعة بحسب عقد الايجار لوجود فترة بدون استحقاق بسبب رجوع شيك الايجار بتاريخ ٢٠١٨/١٢/١ و ٢٠١٨/١٢/١ وبمهلة مدتتها (٣٠) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والإ الاخلاء وتسليمنا المأجور ذلك حسب الاجراءات المتبعة لدى مركز فض المنازعات الاجبارية.

الكاآب العدل

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
انذار عدلي بالنشر
رقم ٢٠١٩/٩٦٢

المنذر: الشويب للعقارات ذ م م

المنذر اليه ١- علي ارشاد لخدمات التنظيغ ٢- علي حسين محمد ارشاد - باكستان الجنسية - ينذر المنذر المنذر اليه بسداد قيمة المتأخرات الغير مدفوعة بحسب عقد الايجار لوجود فترة بدون استحقاق بسبب رجوع شيك الايجار بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٦ و ٢٠١٨/١٢/١٥ وبمهلة مدتتها (٣٠) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والإ الاخلاء وتسليمنا المأجور ذلك حسب الاجراءات المتبعة لدى مركز فض المنازعات الاجبارية.

الكاآب العدل

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
انذار عدلي بالنشر
رقم ٢٠١٩/١٠٩٥

المنذر: الشويب للعقارات ذ م م

المنذر اليه: ١- ماديوس للخدمات - ش ذ م م ٢- كريم قمونى - جزائري الجنسية - ينذر المنذر المنذر اليه بسداد قيمة المتأخرات الغير مدفوعة بحسب عقد الايجار لوجود فترة بدون استحقاق حيث انتهاء عقد الايجار وتجدهد من لقاء نفسه لمدة اجبارية جديدة بدون سداد من تاريخ ٢٠١٩/١/٤ بالإضافة الى ٥ ٪ قيمة الضريبة المضافة من تاريخ ٢٠١٨/١/١ وبمهلة مدتتها (٣٠) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والإ الاخلاء وتسليمنا المأجور ذلك حسب الاجراءات المتبعة لدى مركز فض المنازعات الاجبارية.

الكاآب العدل

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى ٢٠١٨/٤٥٢١ تجاري جزئي

الى المدعي عليه ١- حاشم سيف سعيد راشد الكعبى مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ موارد للتمويل ويمتلح / عيسى سالم احمد الحرسى المهرى - قد اقام عليك الدعوى وموضوعها الزام المدعي عليه بان تؤدي للمدعية مبلغ ٥٤,٩٣٢,٥٠٠ درهم ، والفائدة القانونية بواقع ١٢ ٪ من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد مع الزام المدعي عليه بالرسوم والضاريف ومقابل تعاب الحماطة. وحدثت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/٢٧ الساعة ٨:٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.13 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملكك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمباية حضورى.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى ٢٠١٩/١٠٠ تجاري جزئي

الى المدعي عليه ١- عماد غلام علي البلوشي مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ موارد لتمويل - وييمتلح / عيسى سالم احمد الحرسى المهرى - قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (اربعه وسبعون الف وثلاثمائة اربعة وعشرون وثمانية وعشرون فلس درهم) والرسوم والضاريف واتعاب الحماطة والفائدة ١٢ ٪ من تاريخ رقع الدعوى وحتى السداد التام. وحدثت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/٢٧ الساعة ٨:٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.12 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملكك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمباية حضورى.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
اعادة اعلان بالنشر
في الدعوى ٢٠١٩/٥٩ تجاري جزئي

الى المدعي عليه ١- عبدالله درويش علي عبدالله الخاجة مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ موارد لتمويل - وييمتلح/ علي سلطان سالم الكندي - قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٩٦,٥٧٧,٩٦) درهم والرسوم والضاريف واتعاب الحماطة والى السداد التام وضم ملف النزاع التجاري رقم ٢٠١٨/٢٠٤٤ وحدثت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٩/٢/٦ الساعة ٨:٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.14 لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملكك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمباية حضورى.

رئيس القسم

العدد ١٢٥٥٧ بتاريخ ٢٠١٩/٢/١٧
انذار عدلي بالنشر
رقم ٢٠١٩/١٠٩٢

المنذر: الشويب للعقارات ذ م م

المنذر اليه ١- حيفا للخدمات الفنية - ش ذ م م ٢- ديفيد راج بلاس - هندي الجنسية - ينذر المنذر المنذر اليه بسداد قيمة المتأخرات الغير مدفوعة بحسب عقد الايجار لوجود فترة بدون استحقاق بسبب رجوع شيك الايجار بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٢٠ وبالجملة مدتتها (٣٠) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والإ الاخلاء وتسليمنا المأجور ذلك حسب الاجراءات المتبعة لدى مركز فض المنازعات الاجبارية.

الكاآب العدل

منوعات العقل



يمكنك أن تقشري بشرتك بسهولة اليوم بفضل التركيبات التجميلية الحديثة. لكن يجب أن تختاري المنتج بحسب نوعية بشرتك وتستعمليه باعتدال!

عليك اختيار المنتج بحسب نوعية بشرتك

تقشير بشرتك . . تقنيات منزلية للحصول على نتائج جيدة

النشيط (10%) لتجديد إشراق البشرة وتنشيط الخلايا الجلدية بسلاسة.
• البشرة العادية والجافة: يمكن استعمال تقنية التقشير بدل الفرك السطحي الأسبوعي.
• البشرة الدهنية والسميكة: يجب أن تحتوي العلاجات على 15% من حمض الغليكوليك وتُستعمل صباحاً و/أو مساءً. عند ظهور حب الشباب، من الأفضل استشارة اختصاصي الجلد لأن أحماض الفاكهة لا تتماشى مع بعض أنواع العلاجات.

• البشرة الرقيقة والحساسة: يجب أن تكون جرعة المنتج خفيفة (بين 4 و8%) وأن تقتصر على مرة أو مرتين أسبوعياً كحد أقصى.

• البشرة المتعبة والباهتة: إذا لم تكن البشرة حساسة جداً، يمكن معالجتها بـ 8 و15% من حمض الغليكوليك لتتراوح بين 3 و6 أشهر يسمح بتخفيف التعايد الرفيعة وتفتيح المناطق التي تكثر فيها الأصباغ والبقع.

غسول تحضيرى لتخفيف الرقم الهيدروجيني للبشرة، ثم يوضع المنتج بفرشاة على البشرة ويُترك لبضع دقائق قبل إزالته. يناسب هذا العلاج البشرة الباهتة والجافة، ويتكرر على مر أربع جلسات تفصل بينها ثلاثة أسابيع.

التقشير المناسب لكل نوع بشرة
• البشرة العادية: تحتاج إلى نسبة خفيفة من العناصر

بتلقي علاج طوال شهر أو شهرين، مرة أو مرتين سنوياً، بعد الصيف والشتاء. يجب أن تبدئي بعلاج خفيف ثم تزيدي الجرعات تدريجياً. يستعمل بعض النساء هذه العلاجات على مر السنة، مع أخذ استراحة خلال الصيف. إنها خطوة منطقية لأن المنتجات حساسة تجاه الضوء، وبالتالي لا يمكن استعمالها تزامناً مع التعرض للشمس.

هل تتحملها البشرة بسهولة؟

تتحمّل البشرة منتجات التقشير عموماً، لكن الأخيرة تؤدي أحياناً إلى مشاكل حساسية لأنها مصنوعة من الأحماض. لذا يُفضل بعض شركات التصنيع استعمال عناصر لا تخترق البشرة بالسرعة نفسها ولكنها مضادة للأكسدة وترطب البشرة أكثر من حمض الغليكوليك. يمكن استعمال هذا النوع من المستحضرات على مر السنة.

ما الفرق بين التقشير المنزلي والتقشير التجميلي؟

يستعمل التقشير السطحي الذي يقوم به اختصاصي الجلد نسبة مرتفعة من حمض الغليكوليك (بين 20% و70%). يمتد العلاج على ثلاث مراحل: بعد إزالة المكياج، يُستعمل

طوال فترة العلاج.

ما هي أفضل طريقة لاستعمالها؟

عند تقشير البشرة لأغراض تجميلية، يوصي الخبراء

ما هو محتوى منتجات التقشير؟

تحتوي منتجات التقشير على العناصر الموجودة في المستحضرات التي يستعملها أطباء الجلد ولكن بجرعات أقل، من بينها أحماض الفاكهة مثل أحماض الألفا هيدروكسي لتجديد البشرة، وأحماض البيتا هيدروكسي لتفتيحها في العمق، وأحماض الهيدروكسي المتعددة لترطيبها وتغذيتها بمضادات الأكسدة.

كيف تعطي مفعولها؟

تنشط الجزيئات في المقام الأول عبر إضعاف الروابط القائمة بين خلايا الطبقة القرنية، ما يؤدي إلى تقشير الخلايا الميتة وفتح المسام وتلميس البشرة. في الوقت نفسه، تنشط الأنزيمات التي تجدد البشرة عبر تخفيف الرقم الهيدروجيني تحت عتبة 4. يُعتبر حمض الغليكوليك الأكثر شيوعاً وفعالية لأنه يستطيع اختراق عمق البشرة بفضل جزيئته الصغيرة ويزيد إنتاج الكولاجين والإيلاستين. في المقابل، يُستعمل حمض اللاكتيك لاسترجاع بشرة مشرقة لأنه يبيض على سطح الجلد. أما حمض الساليسيليك، فيستهدف الإفرازات الدهنية والشوائب.

هل من تدابير وقائية ضرورية؟

عند اختيار الجرعة الصحيحة واستعمالها بالشكل المناسب، تكون هذه العلاجات ملائمة لعظم أنواع البشرة باستثناء البشرة الحساسة والحساسة للحمام أو المصابة ببدء الوردية. ولا كانت هذه المنتجات حساسة تجاه الضوء، فمن الأفضل أن تُستعمل في المساء. لكن إذا كانت التركيبة مُصمّمة كي توضع في الصباح، فيجب أن تستعملي معها كريمياً واقياً من الشمس



يحتوي على الكثير من الفيتامينات

ماء الأرز يعزز نمو الخلايا ويحفظ تدفق الدم ويحافظ على البشرة ناعمة



منظف للوجه

يتحقق ذلك من خلال غمس قطعة قماش قطنية في ماء الأرز وتدليك الوجه بها لدقيقتين وتركه يجف. وهذا يكفي لجعل جلد الوجه مرناً وناعماً ومشعاً لساعات طويلة. ولأن ماء الأرز يحتوي على الكثير من الفيتامينات والمعادن المفيدة، فإنه يساعد على تنشيط البشرة والحفاظ عليها ناعمة ومشرقة.

تحسن (مرونة الشعر)

يساعد ماء الأرز على تشذيب وتحسين مرونة الشعر، فقد اكتشف باحثون أن استخدامه كعلاج للشعر يوفر فوائد كبيرة، مثل تقليل التقصف وزيادة كثافة الشعر وغزارته. وينصح بعد استخدام الشامبو والبلسم، بشطف الشعر بماء الأرز مما يعطيه لمعاناً أكثر، كما أنه يساعد على إبقاء الشعر قوياً وصحياً لفترة أطول.

تنعيم الشعر

يمكن إضافة زيت إكليل الجبل أو اللافندر أو الجيرانيوم إلى ماء الأرز ووضعه على الشعر، وتركه لمدة 10 دقائق، ثم غسله.

فهذه الخلطة الغنية بالأحماض الأمينية من شأنها تحسين حجم الشعر وقوته. ويعمل ماء الأرز على موازنة مستويات الحموضة في الشعر، لا سيما وأنه لا يحتوي على أي مواد كيميائية أو مواد حافظة.

يتخلص الناس عادة من ماء الأرز بمجرد غسله أو بعد طبخه، لكن ما لا يعرفه هؤلاء أن ماء الأرز يحتوي على الكثير من الفيتامينات المفيدة جداً للجسم، ويمكن استخدامه بأكثر من طريقة، خاصة بالنسبة للنساء. ومن بين فوائد ماء الأرز الغني بالنشا، أنه يعزز نمو الخلايا ويحفظ تدفق الدم ويحافظ على البشرة ناعمة ومشرقة، كما أنه غني بالفيتامينات التي تساعد على الحد من تصبغ البشرة الداكنة.

واستعرض موقع (ستاندرد ميديا) البريطاني 5 فوائد (مذهلة) لماء الأرز، هي:

يخفف حب الشباب

وفقاً لدراسة أجراها عام 2002 قسم السموم في جامعة فريجي في بروكسل، فقد وُجد أن المرضى الذين يعانون من التهاب الجلد تحسّنوا بعد الاستحمام في ماء الأرز لمدة 15 دقيقة على الأقل مرتين في اليوم. ويساعد ماء الأرز في الشتاء من حب الشباب ويهدئ الاحمرار. وينصح بتبريده ثم وضعه على الوجه باستخدام قطعة قماش قطنية، وشطفه بعد 10 دقائق.

يزيل البقع الداكنة

يساعد ماء الأرز على التخلص من البقع الداكنة التي تظهر عادة مع التقدم في العمر، وهي أحد علامات الشيخوخة، بالإضافة إلى مفعوله الكبير في إزالة التصبغات الناجمة عن التعرض لأشعة الشمس. ويعمل ماء الأرز كذلك على تلطيف ملمس الجلد ويكبح تصبغه ويشده ويقال من أحجام المسام ويترك الجلد ناعماً.



منوعات

الفكر

27

جوزيف عطية .. (بعيوني)

أطلق جوزيف عطية أغنية جديدة بعنوان (بعيوني)، يحتفي من خلالها بالحبيبة عشية يوم الحب إذ تحمل إيقاعات الفرح وكلمات الغزل، وفي كل جملة منها دلالة للمرأة.

في إطار إنتاجاتها وإصداراتها الخاصة Anghami originals تتفرد (أنغام) بنسختها الـ acoustic والـ dance. المميز في هذا الإصدار فهو (أنغام) ستضع القرار في يد المستمعين، إذ سيختارون للمرة الأولى أياً من النسختين سيرافها فيديو كليبي. فالنسخة التي تنال أكبر عدد من الاستماع مباشرة بعد ليلة عيد الحب ستبث لاحقاً على طريقة فيديو كليبي كان صورته عطية في إيطاليا تحت إدارة المخرج جاد شويري.

(بعيوني) من كلمات عامر لاوند وألحان علي حسون والتوزيع لعمر صباغ.



كارمن عماد اسم شخصية تجسدها ريهام حجاج بطلة في (كارمن). يصل المسلسل إلى ٦٠ حلقة، وينطلق عرضه على الشاشات المفتوحة خلال الفترة المقبلة، ويواصل فريق العمل تصوير المشاهد الأخيرة راهناً. جولة في كواليس العمل وملاحم بعض الشخصيات المختلفة التي يتضمنها.



بمواقف كوميدية ساخرة

ريهام حجاج تخوض أولى بطولاتها الدرامية في «كارمن»

تعتشق الحياة ولا تحب كارمن وتغار منها.

أحمد حلوة

يجسد أحمد حلوة شخصية سراج الدين، جد كارمن، رجل حكيم يبلغ من العمر 70 عاماً وهو ابن باشا حقيقي، لديه أخلاق الفرسان، أنجب ولدين عماد ومراد، توفي الأول بعد خلاف مع أخيه، ف شعر سراج بأنه سبب وفاة ابنه، لذا يراعي ابنه كارمن ورنما على حساب يارا ابنة مراد ويدخل إلى الأحداث محاولاً لم شمل الأسرة عن طريق مشروع كبير.



وتجعل من (صباحك ألوان) برنامجاً مميزاً. في بداية عملها تكذب كارمن كذبة صغيرة للفوز بالوظيفة وسرعان ما تحتاج إلى ألف كذبة لتغطية كذبتها الأولى، ما يتسبب بمواقف كوميدية ساخرة، وتقع الشابة في حب توفيق ابن نازلي وسليمان وتواجه مشاكل.

شخصيات

يؤدي محمد كيلاني دور توفيق، شاب وسيم مثقف عمره 30 سنة حصل على شهادته الجامعية من أميركا، منفتح ويكره الكذب. يعود من الولايات المتحدة الأميركية ليتسلم الشركة، فيقابل كارمن ويعجب بها ولكنه يتراجع ويرتبط بيارا ابنة عمها على أنها كوكي المدعية، وحينما يكتشف كذبتها يقطع علاقته بها ويتقرب من كارمن رافضاً محاولات أمه تزويجه. وفي النهاية، يكتشف أكاذيب كارمن فيثور ويتعرض لحادث مريع ويصاب بغيبوبة، وتتتابع الأحداث.

أما نازلي فتؤديها شيرين، زوجة سليمان وأم توفيق. عمرها 58 سنة تقريباً، وهي شخصية جادة من أصول تركية، ملتزمة بالعادات والتقاليد ومع ذلك فهي سيدة عصرية أنيقة وتهتم بالوضعية المحتشمة وتكره الفتيات بصورة ملحوظة. ولكن بفضل حكمتها وإدارتها الحازمة جعلت من (استيل) إحدى أكبر شركات الإنتاج والتوزيع في المنطقة العربية. ويقوم ياسر علي ماهر بدور سليمان، صاحب شركة (استيل) وزوج نازلي الطيب لها، وهو ضعيف الشخصية وهادئ ورضيخ، يحب كارمن كابنته ويساعدها في حل مشاكل عدة تتعرض لها. ولكنه يتحول إلى شخصية عنيفة بعد إصابة ابنه في حادث سيارة.

ليلى عز العرب تجسد شخصية نرجس أم سامر وصاحبة المحطة، وهي سيدة أعمال تهمها مصطلحتها الشخصية، تزوجت من أبي سامر ثم انفصلت عنه بعد إنجابها طفلها مباشرة، فهي لا تقيم للمشاعر أي وزن ولا يهتما إلا المال، وتتعامل مع الجميع بطريقة نفعية، وتسعى وراء سليمان لتستغله في مشروعها الإعلامي الضخم.

بدوره يؤدي عمر الشناوي شخصية سامر السعدي، مدير إذاعة (ألوان)، شخص مرح ونشيط، يصبح صديق كارمن المقرب، ويساعدها في أكاذيبها ويسببها يخسر حبيبته لمياء إلى الأبد، إذ يكتشف أنه يحبها ويفعل المستحيل للفوز بها رغم معرفته السابقة بحبها لتوفيق.

أما ولاء الشريف، فتجسد شخصية يارا ابنة عم كارمن، وهي فتاة جميلة تتابع الموضة ومتحدثة لبقة وكسولة كونها الابنة الوحيدة،

فضلاً عن أنها فتاة مرحة وثقافة وجميلة، تملك كارمن صوتاً لافتاً. كذلك هي ابنة عائلة تنتمي إلى طبقة الباشاوات، وتعكس شخصية الفتاة العصرية. تعيش في منزل جدها سراج الدين مع أمها أنجي وأختها رنا.

من الاسكندرية تقصد كارمن القاهرة بحثاً عن فرصة لتحقيق أحلامها بالشهرة والمال بعدما رفضت أعمالاً متواضعة عرضت عليها بعد تخرجها في كلية التجارة قسم اللغة الإنكليزية.

تأخذ كارمن مهلة ستة أشهر من والدتها للبحث عن عمل، ومع مرور الوقت لا تجد جدوى في

محاولتها. حتى عمها مراد الذي تلجأ إليه في القاهرة يعاني مشاكل كثيرة بسبب وجودها، فزوجته سلمى وابنته يارا تكرهانها لخلافات قديمة بين السلفتين إنجي وسلمى.

هرباً من إصرار أمها إنجي على تزويجها، ترسل كارمن سيرتها الشخصية إلى الشركات وتقوم بمقابلات شخصية من دون رغبة حقيقية في العمل، وفي الوقت نفسه تعاني مقالب يارا الطفولية وترد عليها بمقالب أكثر، إلى أن تصبح الحياة بينهما أشبه بحرب يومية.

بعد ذلك، تبدأ كارمن بالبحث الجدي عن عمل ويساعدها في ذلك علي، صاحب مقهى بالقرب من مكان إقامتها. لتلحق بشركة كبيرة وتتميز عن زملائها، وفي الوقت ذاته وعن طريق المصادفة تعمل مديعة في إذاعة (ألوان)



نجاة رجوي تحتفل بزواجها للمرة الثانية

احتفلت نجمة (ذا فويس) المغربية نجاة رجوي بزواجها للمرة الثانية، علماً بأنها انفصلت عن زوجها الأول بعد انتهاء البرنامج، ولديها ابن وحيد منه. أقيم الزفاف في فيلا إحدى صديقات النجمة المقربات بحضور يقتصر على عدد من أفراد العائلة والأصدقاء المقربين جداً. وفي سياق منفصل، أعلنت رجوي أنها تعاقبت مع شركة إنتاج مغربية، ستهتم بإصدار أعمالها الفنية المقبلة، وقالت: (أخيراً، جمهوري الذي يتابعني منذ البداية، توقيع عقد مع شركة إنتاج مغربية كبيرة وجديدة، ستتكلف بإنتاج أعمالها المقبلة وستشرف على كل حفلاتي).



هل تعتذر نيكول سابا عن عدم مشاركتها الزعيم؟

تسير نيكول سابا على خطى ليلى علوي في التعامل مع مسلسل عادل إمام، فكما اعتذرت الأخيرة العام الماضي عن عدم مشاركة الزعيم في الدراما المرضائية، يبدو أن الفنانة اللبنانية ستتخذ القرار بنفسه، وذلك بسبب طلب شركة (مانغوم) إليها تقاضي أجر أقل بكثير مما تتقاضاه في أعمال أخرى، علماً بأن التواصل بينهما استمر في سرية تامة خلال الأيام الماضية. وترغب سابا في الحصول على أجر مناسب للمشاركة في بطولة العمل، خصوصاً أنها ستقل من أجله إقامتها إلى القاهرة لأشهر عدة، فضلاً عن النسبة الكبيرة التي تسدها كرسوم لنقابة الممثلين باعتبارها ممثلة غير مصرية. ذلك كله أجبر الفنانة على التفاوض على الأجر الذي رصدته الشركة المنتجة قبل الموافقة على العمل رغم حماسها للتعاون مع عادل إمام، كما قالت، وهو قدمها للمرة الأولى للجمهور المصري من خلال فيلم (التجربة الدنماركية).

ولا تشارك نيكول سابا في السباق الدرامي الرمضاني المقبل في مصر، مواصلة الغياب عن المسلسلات المصرية، فيما يكثف المخرج رامي إمام تصوير مشاهد المسلسل، خصوصاً الحلقات الأولى بسبب انطلاق العمل في وقت متأخر وحاجة الفريق إلى تسليم الحلقات الأولى في موعدها. ولم يتحقق التوافق مع عدد من الفنانين المشاركين حتى الآن علماً بأن المنتجين رامي إمام وهشام تحسين يفرضان حالة من السرية على المفاوضات مع النجوم، لا سيما مع تخفيض الأجور ترشيحاً للنفقات.



مكّمة

الطيب و الإحسان كنهن .. ملامح
وجّه وسيم .. مَنْ الوجيه المطاليق
إزرع ف قلبك نخلة .. من تسامح
و إحصد رطبها في قلوب المخاليق

#عيد - الشاعر

عام - زايد



عام
زايد

يا مرحبا يا حي هالفال بللي نسيمة بنعش الروح
غضّ غضيض الطرف والخال وسده غزير و مبعد الصوح
عديم ماله ف الملا امثال لي بالحسن فايز و ممدوح
إرموش عينه امسويه اظلال والقلب منها صابه الموح
وميدل يكسيه لسي يال ذرب و في المنطوق ملح
الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان (طيب الله تراه)



البيت متومد

تربعت يا محمد على كل قمة مجد
وتواضعت لين الارض فيك اصبحت قمة
Allah محمد

عيد المصبين

عيد المحبين مز ولا سأل خلي!
قولوا له اني نعم زعلان قولوا له
ان كانه اللي عقب هالجب متعلي..
قلبي على شوفته دون العرب يوئه
لويكر السود، عندي الورد متجلي
وافكاراي اللي معي بصورته مشغوله
كانه اكل عرق في محتلي
وكرات دمي معي بالحب مشموله
هوزهر فلي، وهو مطلوبي الكلي
عندي احاسيس شوق فيه مرسوله
لا يزعلون العرب من جودي وفضلي
مافيه عندي ولا كلمات معسوله

مشتاق اشوفه يجي للشوف وايهلي
شوفته عندي مهني ثقلا ومملوله
هذا شغل روحي، وهذا شغل عقلي
ياخذني ابجوله ويكسب معي جوله
والحب له عيد .. واللي غاب اهو خلي
قولوا له اني نعم مشتاق قولوا له

سيف بن الفاي السويدي - السعودية



وطن القمة

اهداء الى دولة الامارات العربية المتحدة حكومة وشعباً بمناسبة نجاح القمة العالمية للحكومات.
القمة اللي كلها قمة
تبحت تطورها لاداء اللي..
في دار زايد ، اعظم احكومة
تبهر جميع الكون واتدرس..
فيها خليفة، ريس الدولة
خير الخلف لاعظم خلف .. فعلاً
وفيها ابوراشد ، له النايب
حارث بحر، واسطورة اقياده
وفيها ابو خالد، حن انحبه
اشجع شجاع ، ورايته بيضا
ذولا الشيوخ اللي تمنتهم..
والله حبي فيهم وطن زايد
واحننا نهنيكم لان انتوا
قمتكم الفخمة الحكومية
وانتوا كقول للعز والرفعة

سهيلا محمد عبدالعزيز



شهر قرام! — Sh3r-gram!

طفلاتي بالعيد جداً قاسية حنت ايديها ولا حنت علي ؛

محمد العيد



كلنا خليفة

قالوا خليفة راجع
يامرحبا مليار
شوفه دوا المواجه
للشعب والزوار
الطيب المهاجر

ريتويت



دام الوصل ممنوع في كل الأحوال ،
وقت السفر .. تيه الحنين يتزايد ؟



ترضى علي امي ؛
خل يزعلون الناس ؛
"هي شايله همي ؛
هم شيلوني اليباس"

للتواصل: E-mail: xhms@hotmail.com

@HaFajer