

شرطة أبوظبي تنفذ مبادرة «شكراً خط الدفاع الأول»



هنا الزاهد:

هذا العام لم أعر على ما يضيف لي فنياً



الصيام وتأثيره الصحي على جسم الإنسان

نصائح ذهبية للعودة إلى الرياضة

أوصى البروفيسور إنجو فروبوزه بالعودة التدريجية لممارسة الرياضة بعد التوقف الطويل، وذلك لتجنب الإصابات. وأوضح الأستاذ بالجامعة الرياضية بمدينة كولن الألمانية أنه بعد التوقف عن ممارسة الرياضة لمدة طويلة تفتقر العضلات والأربطة للمرونة الكافية، ما يرفع خطر الإصابة بالشد والقطع. وأضاف فروبوزه أن من لا يستطيع رفع الأثقال، التي كان يرفعها قبل التوقف عن ممارسة الرياضة، يمكنه تقليل كمية الأثقال مع زيادة عدد التكرارات. وبشكل عام ينبغي الاهتمام بفترات الاستشفاء، حيث ينبغي أخذ فترة راحة لا تقل عن يومين بعد ممارسة تمارين القوة، في حين ينبغي أخذ فترة راحة لا تقل عن يوم بعد ممارسة رياضات قوة التحمل كالجري والسباحة.

قفزة كبيرة في علاج مرض خطير

بينما كان العالم منشغلاً بفيروس كورونا المستجد وتدابيراته الصحية والاقتصادية، نجح باحثون في الولايات المتحدة في تحقيق خطوة كبيرة على طريق علاج مرض آخر خطير. فقد أعلن باحثون أن مريضاً بالشلل الرعاش (باركنسون) يبلغ من العمر 69 عاماً، تمكن من ربط حدائه وممارسة السباحة وركوب الدراجة مجدداً، بعد زرع خلايا جلدية مبرمجة لإنتاج مادة الدوبامين في دماغه، وفقاً لدورية "نيونغلاند جورنال أوف ميديسين" الطبية. وقد بدأ العلاج التجريبي قبل نحو عامين ومول المريض جانباً منه، واستخدم الباحثون فيه خلايا جلد الرجل نفسه لإنتاج خلايا عصبية تفرز الدوبامين، علماً أن استخدام خلايا المريض يقلل بدرجة كبيرة احتمالات رفض الجهاز المناعي لها. ومرضى باركنسون داء مزمن تزداد شدته مع الوقت ويصيب الملايين في أنحاء العالم، ويسبب الارتجاج اللاإرادي ومشكلات في المشي والتحدث بسبب تلف خلايا المخ المنتجة للدوبامين. ويقول الباحثون إن الخلايا الجلدية المبرمجة، التي زرعت في نصفي الدماغ في عمليات جراحية بفاقر 6 أشهر واصلت إنتاج الدوبامين الضروري لتخفيف أعراض الشلل الرعاش.



على الرغم من الجوانب الإيجابية للعالم الرقمي غير أنه لا يخلو من المخاطر وخصوصاً على الأطفال الذين باتت حياتهم أسيرة التقنيات الحديثة. فكيف تحمي عائلتك وأطفالك من مخاطر الإنترنت وما هي الإرشادات التي على الأهل اتباعها؟
يعد التعليم الإعلامي مجالاً تزداد أهميته يوماً بعد يوم نظراً لحقيقة أن وسائل الإعلام تتغلغل بشكل كبير في الحياة اليومية للأطفال والأسر. يتطلب التثقيف الإعلامي الناجح فيما يتعلق بالتلفزيون وأجهزة الكمبيوتر والإنترنت وألعاب الكمبيوتر من الآباء امتلاك كفاءة إعلامية خاصة بهم، إلى جانب المعرفة الكافية حول كيفية تعلم الأطفال لاستخدام وسائل الإعلام. ويبدو أن المدارس لا تقدم التعليم الإعلامي اللازم للأطفال خلال استخدام الإنترنت، لذا تقع هذه المسؤولية على عاتق الأهل.

نصائح لحماية طفلك قبل دخوله إلى غمار العالم الرقمي

قبل الانغماس في إرسال التدوينات المسببة. وانخرطت برابوه في دراسة علوم الاجتماع وطب النفس للوصول إلى أسباب هذه المشكلة من الناحية النفسية، وتوصلت إلى أن منطقة القشرة الجبهية في مخ الإنسان هي المسؤولة عن اتخاذ القرارات الرشيدة، وأن هذا الجزء من المخ لا يتكامل نموه بشكل كامل لمن تقل أعمارهم عن 25 عاماً، واحتلت برابوه في نيسان/أبريل الماضي بحصول تطبيقها على جائزة للإبداع من جامعة هارفارد التي تدرس فيها، ويأخذ تطبيق "ري ثينك" شكل لوحة مفاتيح رقمية افتراضية تستخدم بدلاً من لوحة المفاتيح القياسية على الأجهزة الذكية، وتظهر للمستخدم كلما أراد الكتابة على مواقع البريد الإلكتروني أو التواصل الاجتماعي. وتستخدم لوحة المفاتيح "ري ثينك" تقنيات الذكاء الاصطناعي في التعرف على عبارات أو ألفاظ مسببة، ثم توجه تحذيراً للمستخدم بهدف إعطائه فرصة للتراجع عن هذه العبارة أو الكلمة المسببة. ويتوافر الإصدار العام للتطبيق مجاناً على شبكة الإنترنت، ويعمل على أنظمة التشغيل (أندرويد وأي أو إس). ومنذ إنطلاقه في عام 2015، بلغ عدد الأشخاص الذين قاموا بتحميله أكثر من 2.5 مليون شخص حول العالم. ويتيح التطبيق خدمة إضافية في صورة طرح مبادرة لتشجيع الطلاب على القيام بدور السفراء في الحرب ضد التنمر على الإنترنت، حيث يوفر لهم المواد العلمية والتمارين الترويجية، وإمكانية التواصل مع خبراء في مجال التنمر الإلكتروني.

يمكن استخدام التكنولوجيا لبناء علاقة مع أطفالك، كإرسال رسائل نصية عبر الفيسبوك إليهم لخلق حوار معهم بين حين وآخر. إذ يجب الأطفال التواصل عبر التكنولوجيا. والأهم قضاء وقت مع الأطفال وممارسة نشاطات بعيداً عن الشاشات برفتهم. بحسب ما نشره موقع "أي موم" الأمريكي.

وترى الخبيرة باتريشيا كاماراتا أنه رغم أن الأطفال حالياً قد نشأوا على العالم الرقمي وأقرب وهم على ارتباط وثيق به، غير أن ذلك لا يعني عن التوعية الإعلامية ولا يعني الأهل من مسؤولية تعليم أطفالهم وتحذيرهم من المخاطر التي تحيط بهذا العالم وكيفية التعامل معها. على سبيل المثال فيما يتعلق بحماية البيانات ومعلوماتهم الشخصية، أو الأخبار المزيفة وكيفية تمييزها والتعرف عليها، والتعامل مع اتصالات الغرباء في الشبكة العنكبوتية، وحمايتهم من التنمر والاستغلال فهذه الأشياء لا يكتسبها الصغار بمفردهم، لذا من الأفضل تجنب التجارب المؤلمة التي قد يواجهها الأطفال من خلال تعليمهم وتوعيتهم. بحسب ما نشره موقع "مايكروسوفت نيوز".
ونظراً لتقدم العالم الرقمي والتقنيات بسرعة وبشكل مستمر، يجب على الأهل إيجاد آلية معينة للبقاء على اطلاع ومواكبة التحديات بقدر المستطاع، إذ أن المجالات كبيرة جداً لهذا السبب ينصح بالبدء بوقت مبكر وليس فقط عندما يبلغ الأطفال سن المراهقة، ليكونوا حاضرين لأي سؤال قد يطرحه الطفل. ووفقاً لأحدث الأبحاث، فإن تشجيع أطفالك على التفكير النقدي في الوسائط التي يستهلكونها أكثر أهمية من مجرد مراقبتهم ومعرفة ما يستخدمون. كما ينصح الخبراء بتثبيت الأجهزة التقنية في الغرف المشتركة لتظل تحت معاينة الأهل، ووضع قوانين وأوقات محددة لتحقيق التوازن في حياة الطفل. كما

حمية البحر المتوسط تعارب العقم

تلعب نوعية الطعام، الذي يستهلكه الأفراد، دوراً رئيسياً في تحديد صحتهم الإنجابية. فمن الأمور المهمة لإنجاح الحمل أن تكون البويضات والحيوانات المنوية في حالة صحية وجودة عالية. ومن بين الأنظمة الغذائية المختلفة، التي يمكن اتباعها، يعتبر أطباء الخصوبة أن نظام حمية البحر الأبيض المتوسط، أفضل خيار للنساء اللواتي على وشك البدء أو ببدن علاج مشاكل الخصوبة مثل، ضعف التبويض، وبطانة الرحم المهاجرة، وجودة البويضات، وزرع الأجنة. يتميز نظام حمية البحر الأبيض المتوسط باعتداله، فهو غني بالخضروات، والفواكه، والحبوب الكاملة، والبقوليات، والمكسرات، وزيت الزيتون. ومعظم هذه الأطعمة يحتوي على نسبة مرتفعة من المواد المضادة للأكسدة والدهون الجيدة وفي الوقت ذاته فإن لديها مؤشر منخفض لنسبة السكر في الدم (GI)، وهذا يعد مزيجاً مثالياً. في حين أن الدهون الجيدة تساعد على تقليل الالتهاب في الجسم، فإن الأطعمة الغنية بمضادات الأكسدة يمكن أن تساعد النساء في تحسين صحة البويضات. أما بالنسبة لانخفاض مؤشر السكر في الدم في نظام حمية البحر الأبيض المتوسط فإنه يساعد الأزواج على تنظيم مستويات الأنسولين في الجسم، والحد من تأثيره السلبي المحتمل على الخصوبة وعملية التبويض.

مضاعفات لم تكن في الحسبان لكورونا

في بداية ظهور فيروس كورونا المستجد، كان الاعتقاد السائد بشأنه أنه يصيب الجهاز التنفسي فقط، قبل أن يكشف المرض عن وجهه الشرس ويؤكد أنه أكثر خطورة مما نظن. وأخر المضاعفات التي كشف عنها الوباء جاء من الولايات المتحدة، حيث قال باحثون أميركيون، إن أكثر من ثلث مرضى "كوفيد 19" الذين يعالجون في مستشفيات نيويورك أصيبوا بفشل كلوي حاد، مشيرين إلى أن حوالي 15 في المئة احتاجوا الغسيل الكلوي. وأجرى الدراسة فريق بشركة "ثورثول هيلث"، أكبر مؤسسة لتوفير الرعاية الصحية في ولاية نيويورك، وبحسب وكالة "رويترز". وقال الدكتور كيناز جافري الذي شارك في إجراء الدراسة، وهو الرئيس المشارك لتقسيم طب كلى الأطفال في مستشفى بولاية نيويورك، "اكتشفنا في أول 5449 مريضاً أن 36.6 بالمئة أصيبوا بثلث حاد في الكلى". ونشرت نتائج الدراسة في دورية "كيدني إنترناشونال" الطبية العلمية. ويحدد الفشل الكلوي الحاد عندما تتوقف الكلى عن أداء وظيفتها، وتحتاج عن تنقية السوائل في الجسم البشري. وقال جافري في مكالمة هاتفية إن من هؤلاء المرضى المصابين بالفشل الكلوي، احتاج 14.3 بالمئة إلى عمليات غسيل كلوي.

عارض صحي خطير يتجاوز الجهاز التنفسي

تحدث أطباء في إيطاليا عن أول دليل واضح يربط بين مرض "كوفيد 19" الناتج عن فيروس كورونا المستجد، واضطراب نادر وخطير يضرب المناعة الذاتية. واضطراب المناعة الذاتية هو خلل يصيب الجهاز المناعي أثناء محاربة ما يعتقد أنها مواد غريبة عن الجسم، مما يدفعه إلى مهاجمة أنسجة الجسم نفسه عن طريق الخطأ. وبحسب ما أوردت صحيفة "غارديان" البريطانية، فإن هذا الأمر يتطلب أحياناً خضوع بعض الأطفال للعلاج المنقذ للحياة في وحدات العناية المركزة، لدى إصابتهم بكورونا. ويبدو هذا الأمر أحدث الاكتشافات بشأن فيروس كورونا، الذي يقول العلماء إنهم لا يعرفون الكثير عنه، خاصة بعدما تبين أن له العديد من الأعراض التي تتجاوز الجهاز التنفسي، وتصيب تداعياته أجزاء أخرى غير الرئتين، كما هو معروف. وظهرت حالات غامضة تعاني العارض الجديد الشهر الماضي، عندما أصدر مسؤولو هيئة الصحة في بريطانيا تحذيراً للأطباء، حيث أدخل عدد من الأطفال إلى المستشفيات وهم يعانون أعراضاً غريبة. وكانت هذه الأعراض مزيج من "الصدمة التسممية" وعوارض أخرى تظهر عادة نتيجة خلل الجهاز المناعي، وتعرف باسم "كاواساكي".

أكبر مزاد للمجوهرات عبر الإنترنت

من المقرر أن يسلط مزاد "كريستيز للمجوهرات" المزمع إقامته عبر منصة كريستيز الإلكترونية بين 16 - 30 يونيو (حزيران) المقبل الأضواء على أكبر ماسة من التصنيف اللوني "د" تباع عبر الإنترنت، حيث يتراوح السعر التقديري لهذه الماسة بين 1-2 مليون دولار، وهي أتمن قطعة مجوهرات يتم عرضها للبيع عبر الإنترنت لدى دار كريستيز للمزادات. وحسب بيان تلقى 24 نسخة منه، تندرج هذه الماسة المستطيلة القطع من التصنيف اللوني "د" ودرجة نقاوة VVS1 ووزن 28.86 قيراطاً تحت الفئة Iia النادرة للغاية، فهذه الأحجار الكاكد تحتوي على آثار ضئيلة من النيوترونين وإن وجد أصلاً، وتشكل أقل من اثنين بالمئة من جميع أحجار الماس. كما أن أحجار الماس من النوع Iia تعد من أكثر الأنواع نقاء كيميائياً، وغالباً ما تتميز بالشفافية واللحمان الفائقين. وقال راهول كاداكي، رئيس قسم المجوهرات في دار كريستيز: "بصفتنا شركة رائدة في تنظيم مزادات في سوق بيع المجوهرات لأكثر من ستة وعشرين عاماً، يواصل فريقنا تنفيذ استراتيجيات مبتكرة والعمل على تقديم أفضل العروض لعملائنا. لقد شهد هذا العام ظروفًا غير مسبوقة، مما أتاح لنا الفرصة لتفعيل وتعزيز منصتنا الرقمية".



علاجات طبيعية للتعرق المفرط والرائحة الكريهة

موجات الحر خلال موسم الصيف من أصعب الأوقات خاصة إذا كان الجسم يشكو من التعرق الزائد. ويعني ذلك القلق من الرائحة الكريهة للجسم وما تسببه من حرج اجتماعي. وقد يحدث التعرق المفرط نتيجة عوامل غير الطقس، مثل: التغيرات الهرمونية، أو النشاط البدني. إليك كيف تعالج مشكلة فرط التعرق:
× ضع قطرات من عصير الليمون (الحامض) على قطعة قطن، وامسح بها المناطق التي يتعرق منها الجسم أكثر، مثل الإبطين والفخذ.
× امسح الإبطين بشريحة من البطاطس، وستلاحظ جفاف العرق في هذه المنطقة من الجسم.
× زيت شجرة الشاي من مضادات البكتريا الطبيعية. ضع قطرات من الزيت على قطعة من القطن، وامسح بها المناطق الأكثر تعرقاً.
× اشرب عصير الطماطم (البندورة)، ويمكنك أيضاً مسح مناطق التعرق بقطن مبلل بالعصير، وتركها بضع دقائق قبل غسلها بالماء الفاتر.
× يستخدم خل التفاح أيضاً كمضاد طبيعي للبكتريا المسببة للرائحة الكريهة، ولعلاج المشكلة يُنصح بتناول مزيج من ملعقتين صغيرتين من خل التفاح مع ملعقة صغيرة من عصير التفاح على الريق.

كورونا يمكنه الانتشار عن طريق «التكلم»

أظهرت دراسة حديثة يمكن أن تثير قلقاً واسعاً، نشرت الأربعاء، أن التكلم يولد جسيمات صغيرة يمكن أن تبقى معلقة في الهواء في فضاء مغلق لأكثر من 10 دقائق، مما يبرز الدور المرجح لهذه الجسيمات في نشر فيروس كورونا المستجد. وأجرى باحثون في المعهد الوطني لأمراض المعدية والسكري والكلية في الولايات المتحدة تجربة قام خلالها شخص بالتكلم بصوت مرتفع حيث كثر عبارة "حافظ على صحتك" لمدة 25 ثانية داخل صندوق مغلق. وأظهر تسليط أشعة الليزر على الصندوق جسيمات صغيرة يمكن رؤيتها وإحساؤها، بقيت معلقة في الهواء مدة 12 دقيقة، وفق الدراسة التي نشرت في مجلة "محاضر الأكاديمية الوطنية للعلوم في الولايات المتحدة الأمريكية". ومع الأخذ بعين الاعتبار تركيز فيروس كورونا في اللعاب، قدر العلماء أن كل دقيقة من التكلم بصوت عال يمكن أن تولد أكثر من ألف من الجسيمات التي تحتوي على الفيروس، والقادرة على البقاء في الهواء لمدة 8 دقائق، أو أكثر في مكان مغلق، بحسب ما نقلت "فرانس برس".

أطباء نفسيون في صحة يؤكدون أن الصحة النفسية السليمة أول الطرق لمواجهة فيروس كورونا المستجد كوفيد 19



كورونا المستجد أثر بشكل كبير على مجريات حياة الناس وأعاد صياغة الحياة بالمفهوم والوضع الحالي وعلى الرغم من ذلك فإن ما جرى لا يمنع بأي حال من الأحوال من استمرار دفة الحياة بشكل أو بآخر مع التركيز على الزوايا الإيجابية ونقاط القوة في القدرة على التكيف فالحزن نتيجة الفقد يمر بمرحلة: أولها الصدمة التي قد يليها الانكار ثم الغضب الذي قد يليه المساومة والمقاومة ثم الحزن ثم القبول فجميع ما سبق مراحل طبيعية قد يمر فيها من فقد عزيز وتقوم دفاعات الجسم النفسي بمساعدة الفاعل للوصول لمرحلة القبول. أما الدكتورة مريم سلطان العلي أخصائية علاج نفسي في مستشفى العين التابع لشركة "صحة" فقلت لوكالة أنباء الإمارات "إن أبناء الإمارات والمقيمين على أرضها هم أكثر الناس شعوراً بالآلام إذ أن لديهم قناعة كبيرة وثقة في أن دولة الإمارات حريصة أشد الحرص على سلامة أفراد المجتمع وتوفير الرعاية الصحية اللازمة لهم والذين لا يمتلكون مهارات التواصل ومن خلال التعامل اليومي مع المصابين وذويهم الذين كانوا ممتنين لما يقدم لهم من الرعاية والعناية والاهتمام.

القيام به وتغيير الاحساس بالخوف بالله مما يعطي الأساس للأمان. وقالت الدكتورة فاطمة إن الشعور بالحزن والقلق أمر طبيعي وهو أمر فيسيولوجي إذ يعد الجسم نفسه لمواجهة أو الهرب ذهنياً بالخوف وبدنيا وتقوم هرمونات الجسم بمد الجسم بما يحتاجه من طاقة وضخ المزيد من الدم وارتفاع ضغط وزيادة ضربات القلب وتوسعة وتضييق الأوعية الدموية باستمرارية ردة الفعل هذه بالخوف لفترة طويلة قد يتعب الجسم بدنيا وذهنيا لذلك فمن المعروف أن التعامل مع الأوبئة وعندنا القديم يكون بالتباعد الجسدي ومهارة التعامل مع الخوف. وأكدت على أن الأشخاص الأكثر عرضة للضغوط بشكل عام هم الشخصيات القلقة أي الشخصيات التي لا تستطيع تقبل المجهول وفقدت السيطرة والذين ارتباطهم الأسري غير آمن ومن عندهم مرض نفسي والأشخاص الذين لديهم ظروف اجتماعية صعبة ومن لا سند لهم ولا معين والذين لا يمتلكون مهارات التواصل ومن يقتصد الدعامة الروحانية وكبار وصغار السن وموظفي القطاع الصحي.

مع الخوف بالطريقة التي تناسب كل شخص مثل ممارسة تمارين الاسترخاء. وعن تأثير الفيروس على الأسرة نفسياً وكيفية التعامل فيها بين أفراد الأسرة خلال هذه الفترة أكدت المنصوري على أن انتشار فيروس كورونا سبب ضغطاً كبيراً وغير مسبوق قد يؤدي إلى زيادة في العنف الزوجي والأسري لفظياً وجسدياً إن لم يسارعوا بما لجته، فهذه الوالدين ينعكس على أطفالهم وعليهما شرح حقيقة ما يجري والإجراءات الاحترازية بعبارات يسهل فهمها ومراعاة مشاعر الأبناء مع الحرص على بث الأمل والتفاؤل. وأشارت إلى أن على الأسرة التقليل من آثار التباعد الجسدي والوحدة بالتواصل التكنولوجي والتركيز على جوانب قوتهم في مواجهة هذا التحدي والتركيز على أن هذا التحدي مؤقت وسيزول بمشيئة الله والحرص على مواصلة روتين الحياة ما أمكن. وفي حال أصيب أحد أفراد الأسرة بالفايروس فعلى أفراد الأسرة التعامل معه على أنه مريض عادي وإشاعة جو التفاؤل وأنه سيمر بسلام كما حدث مع الكثيرين إذ أصيب به البعض ولم تظهر عليه أية أعراض وبعضهم ظهرت عليهم أعراض بسيطة... وضرورة الإبلاغ والمتابعة والشفافية مع المصاب من أفراد الأسرة وإعلامه بوضعه والتعامل معه بكل إيجابية. وعن كيفية تحويل المشاعر السلبية نتيجة سماع الأخبار السلبية عن كورونا إلى مشاعر إيجابية، قالت الدكتورة المنصوري في الوقت الحالي يعتمد الناس كثيراً على التكنولوجيا ومن خلال ذلك يمكننا قلب موازين الوحدة التي قد تنتج عن التباعد الجسدي بالتواصل التكنولوجي وهذا يؤدي إلى قلب الاحساس بالضعف إلى إحساس بالقوة والثمن: إذ أن الاحساس بفقد السيطرة بالإمكان عكسه إلى الاحساس ببعض السيطرة من خلال الحرص على استمرارية روتين الحياة بشكل شبه طبيعي مع الحرص على الإجراءات الاحترازية والتفكير بروح سامية حيال ما يحدث والتركيز على الاحاسيس الحظية والاثنية بجرنا من أسوأ الأفكار والمخاوف السلبية والتعاطف مع ذواتنا ومع من حولنا مع الاضادة بكل ما نحاول

•• أبو ظبي - الفجر

تعد الحالة النفسية للإنسان من الدعائم المهمة لمواجهة فيروس كورونا المستجد "كوفيد 19" الذي انتشر في جميع دول العالم تقريبا، ومن أجل مواجهته تحتاج المجتمعات إلى حصانة نفسية كافية لمواجهة القلق والخوف من المجهول الذي أصاب الناس جراء انتشاره السريع والذي أجبرهم على التحصن في بيوتهم للنجاة من هذا الفيروس.

وقال الدكتور غانم الحساني نائب المدير التنفيذي للشؤون الطبية استشاري الطب النفسي في مستشفى العين التابع لشركة "صحة" إن الشعور بالتوتر وبعض القلق هو أمر طبيعي في التعامل مع المواقف الحياتية الصعبة أو الشديدة وهو الدافع للاستعداد والتجهيز لمواجهة هذا الموقف وكذلك هو الحال بالنسبة لجانحة فيروس كورونا المستجد حيث يكون الشعور الطبيعي بالقلق مهماً وذلك حتى يتخذ الإنسان الإجراءات المناسبة لحماية نفسه وغيره مما يجعله يشعر بالأمان والأمان.

وأضاف أن اتباع التعليمات الصحية للوقاية من انتقال العدوى هو السبيل الوحيد الذي يجعل الشخص يشعر بالأمان الحقيقي المبني على الأخذ بالأسباب خاصة وأنها نعيش في دولة الإمارات التي تعد من الدول العشر الأولى عالمياً في القدرة والجهوزية للاستجابة لهذه الجائحة مما أضاف بعداً مهماً للشعور بالأمان لكل المواطنين والمقيمين على أرض الإمارات. وأوضح أنه فيما يخص تقديم الدعم النفسي فقد وفرت الجهات الصحية في دولة الإمارات بما فيها شركة أبو ظبي للخدمات الصحية "صحة" خطاً ساخناً لتقديم الدعم المباشر للطواقم الصحية ولأفراد المجتمع مما ساهم بشكل كبير في التقليل من الآثار النفسية السلبية الناتجة عن انتشار هذا الوباء. وأشار إلى أنه تم التعامل بكل حريفة مع حالات تعاني من الوسواس القهري أو اضطرابات القلق والاكئاب النفسي مما عرضهم لضغوط شديدة مما استدعى تقديم الإرشاد والدعم النفسي والسلوكي لمساعدتهم في التعامل مع مشاعر الخوف أو القلق وتخفيف هذه المرحلة للوصول إلى تقبل واستعداد نفسي للتعايش مع الأجواء الناجمة عن هذه الجائحة.

وأضاف أنه على سبيل المثال لدينا أحد الأشخاص الذي احتاج للتركيز على نضائجه مثل أهمية الحفاظ على أوقات نومه وتغذيته والتركيز على أنشطة تجعله سعيداً، وكذلك الاطلاع على آخر الأخبار والابتعاد عن الشائعات التي تجهن القلق المستمر وممارسة الرياضة والهوايات وقراءة الكتب مما يبعد عن حالة الخوف المحيطة به.

ومن جانبها قالت الدكتورة فاطمة راشد المنصوري استشاري طب نفسي في جناح العلوم السلوكية في مدينة الشيخ خليفة الطبية التابعة لشركة أبو ظبي للخدمات الصحية "صحة" إن هناك عدة طرق لمواجهة الخوف الناجم عن انتشار فيروس كورونا المستجد وهي تقبل الخوف الفسيولوجي الطبيعي وعدم مقاومته أو الهروب منه وتعلم آلية التعامل

منوعات الفكر 22



1318 مستفيداً منها

مجلس زايد للثقافة الإسلامية الافتراضي

يختتم سلسلة محاضراته الرمضانية

•• العين - الفجر

اختتمت دار زايد للثقافة الإسلامية آخر جلساتها الرمضانية ضمن محاضراتها في مجلس الدار الافتراضي، والتي بُثت عبر حساب الدار في الانستغرام بعنوان "المواطنة الإيجابية في المحافظة على الأمن المجتمعي"، قدمها سعادة المستشار الدكتور إبراهيم الدبل الرئيس التنفيذي لبرنامج خليفة للتأمين-أقدر، وتحدث فيها عن مفهوم المواطنة في أنه علاقة قائمة بين الوطن والفردي في إطار من الحقوق والواجبات، وتطرق للنموذج الإماراتي في قيادة أزمة انتشار كوفيد-19، وتعريف الإيجابية وتحدث عن الولاء والإخلاص للوطن. وقدمت الدار خلال المجلس الافتراضي عدد 8 محاضرات استفاد منها (1318) شخصاً، وتناولت هذه المحاضرات عدة محاور في اختصاصات ومجالات مجتمعية وثقافية ودينية وإعلامية ووطنية كان من بينها التطرق للحديث عن أثر التطوع في تحقيق التلاحم المجتمعي وتبسيط الضوء على النموذج الفريد لدولة الإمارات العربية المتحدة في مجال التطوع، كما جاءت هذه المحاضرات للتحديث عن أحوال المجتمع في رمضان مع كورونا، ومحاضرة أخرى بعنوان القيم تتجاوز الأزمان، إلى جانب التطرق للحديث في محاضرة أخرى عن السعادة في رمضان والسعادة في الإسلام، ومحاضرة بعنوان حسن الظن بالله بالإضافة إلى رسالة الإعلام الإيجابية في ظل كورونا، والمواطنة الإيجابية في المحافظة على الأمن المجتمعي. وجاء إطلاق "مجلس الدار الافتراضي" للمساهمة في رفع الوعي في المجالات الاجتماعية والمهارات الحياتية لدى أفراد المجتمع، وتعزيز التواصل بينهم عبر المشاركة المباشرة مع مكونات المجتمع المحلي، وتكوين منصة ثقافية تتيح الفرصة لأفراد المجتمع للاستفادة من خبرات الآخرين. كما أتاحت هذه المحاضرات المجال للاندخار في مناقشات بناء وثرة ثرية حول أهم الموضوعات المجتمعية، مما عزز التآلف بين أفراد المجتمع والتعاون والترابط لتحقيق السعادة المجتمعية، وساهم في ترسيخ القيم المجتمعية لدى فئات المجتمع المختلفة ليكونوا طاقة إيجابية تساهم في تحسين جودة الحياة.

وأكدت الدكتورة نضال محمد الطنجي المدير العام للدار جهازية دار زايد للثقافة الإسلامية واستعدادها لأي ظروف تتعرض لها الدولة، وذلك من خلال نقل خدماتها الكترونياً وتقديمها للمجالس الافتراضية بالتعاون مع عدد من الأكاديميين والإعلاميين وموظفي الدار، كما أضافت المحاضرات الافتراضية التي قدمتها مؤسسات الدولة مختلفة في شتى المجالات وعبر برامج وحسابات الكترونية متنوعة، وتجاوب شرائح المجتمع معها.

مما يؤكد تكاتف المجتمع متمثلاً في المؤسسات والأفراد لاستكمال مسيرة العمل والتطور في دولة الإمارات في شتى الظروف وأصعبها.



أكاديمية شرطة دبي تنظم مجلساً رمضانياً

عن بعد للطلبة المرشحين والجامعيين

•• دبي-الفجر:

نظمت أكاديمية شرطة دبي مجلساً رمضانياً افتراضياً عن بعد، بحضور عميد الدكتور غيث غانم السعودي، مدير أكاديمية شرطة دبي، ونائبه العميد الأستاذ الدكتور محمد بطي الشامسي، ومديري الإدارات ورؤساء الأقسام والطلبة المرشحين والجامعيين، بمناسبة تدريبهم عملياً للاندخار بمرکز الشرطة والمشاركة في التصدي لجانحة كورونا.

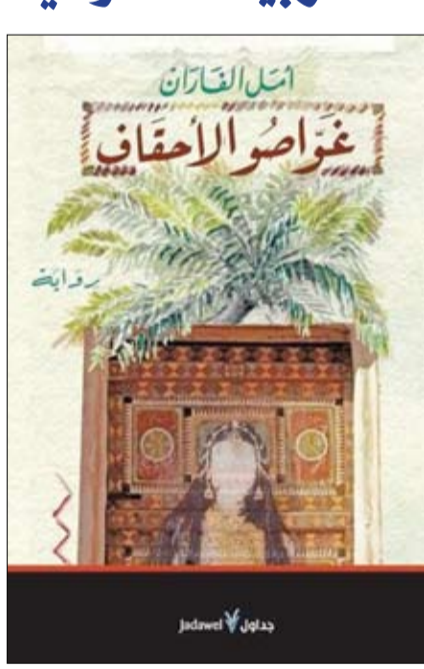
وأشاد العميد غيث السعودي، بجهود وتضحيات الطلاب في ميدان البطولة والشرف، مؤكداً على حرص ودعم معالي الفريق عبد الله خليفة المري، القائد العام لشرطة دبي، رئيس مجلس إدارة الأكاديمية، ومتابعة سعادة اللواء الأستاذ الدكتور محمد أحمد بن فهد، مساعد القائد العام لشؤون الأكاديمية والتدريب، لتوفير الفرصة أمام الطلاب وتمكينهم من المساهمة ضمن خط الدفاع الأول إلى جانب إخوانهم من القطاعات المختلفة، وذلك للحفاظ على أمن وسلامة المجتمع تحقيقاً للتوجهات الاستراتيجية لشرطة دبي. بدوره، عبر العميد بطي الشامسي عن فخره واعتزازه بالتميز والكفاءة في تأدية الواجب خلال فترة التحاقهم للتدريب العملي والتطبيقي في المراكز، خاصة في هذه الأزمة التي يمر بها العالم أجمع، من خلال إشارات مديري مراكز الشرطة والضباط بدور الطلبة والتزامهم وانضباطهم وحرفيتهم في تعاملهم الحضاري مع الجمهور لضمان بسط القانون والنظام والأمن العام.

ومن جانبهم شكر الطلبة، إدارة الأكاديمية وكافة المشرفين عليهم على تقديم الدعم والمساندة وتوفير كافة متطلبات إنجاز مهمتهم في خدمة الوطن، واستنادتهم من التطبيقات العملية خلال فترة التدريب في الأكاديمية مما ساهم في تأديتهم كافة الأعمال المؤكدة لهم، وتطبيقها عملياً على أرض الواقع بغالبية وكفاءة عالية.

بحضور شما بنت محمد بن خالد آل نهيان

رواية غواصو الأحقاف... في ختام الأسبوع الثالث لثقافة المملكة العربية السعودية

•• العين - الفجر



أواب كل بيت ضرب بجذوره في رمالها (الطبية) وأضاف الشبخة شما خلال حديثها عن الرواية (عند مشهد السيل (القشاش) توقفت وتأملت بينه وبين ما يحدث الآن في العالم فقد هدم القشاش بيوت الهذاليين والبنانيين فلم يجدوا إلا أرض الفوازين وتوحدا في مواجهة الطبيعة والكارثة وهذا ما يحدث لنا الآن في العالم فنحن نواجه كارثة تهدم حياتنا وتحوّل نسطها بشكل حاد ويقف العالم كله عند نفس الزاوية يحاول البقاء والارتداد لنمط الحياة الذي عشناه وتعودنا عليه ثم وجهت تساؤلات للكاتبة قائلة كيف ترين الفرق المجتمعي بين تلك الحقبة الزمنية وبين الحاضر؟ المرأة كانت حاضرة بقوة في بناء الرواية كقوة وجودها في الواقع التاريخي وكيف تنظرين لواقع المرأة السعودية في ظل التغييرات التي تحدث في المملكة العربية السعودية؟

وقد أبدت الكاتبة سعادتها بأن تكون الرواية مطروحة للحوار في مجلس الفكر والمعرفة في دولة الإمارات العربية المتحدة التي كان بها محطتين من أهم محطات مشوارها الإبداعي يوم فازت بروايتها (روحها الموشومة به) بجائزة الشارقة للإبداع عام 2004 ثم ترشح روايتها ضمن القائمة القصيرة لجائزة الشيخ زايد فرع الآداب عام 2018 موجهة شكرها وتقديرها للشبخة الدكتورة شما على رؤيتها حول الرواية، وأضافت أن الرواية تدور في زمن تأسيس المملكة العربية السعودية

وأضافت الكاتبة نضال محمد الطنجي المدير العام للدار جهازية دار زايد للثقافة الإسلامية واستعدادها لأي ظروف تتعرض لها الدولة، وذلك من خلال نقل خدماتها الكترونياً وتقديمها للمجالس الافتراضية بالتعاون مع عدد من الأكاديميين والإعلاميين وموظفي الدار، كما أضافت المحاضرات الافتراضية التي قدمتها مؤسسات الدولة مختلفة في شتى المجالات وعبر برامج وحسابات الكترونية متنوعة، وتجاوب شرائح المجتمع معها.

الشبخة د. شما بنت محمد بن خالد آل نهيان للكاتبة أمل الفارسان مؤكدة بأنها لم تقرأ رواية تصف وتسرد تفاصيل الصحراء بمثل هذه الدقة، وأن رواية غواصو الأحقاف لامست أرواحنا واستدعت أعماق ذكرياتنا مع الصحراء، برمالها وجبال أشجارها

وممرضين ومسعفين وإداريين وفنيين الذين وصلوا مجهوداتهم على مدار الساعة، في ظل الظروف والتحديات التي يعيشها العالم حالياً جراء تفشي فيروس كورونا المستجد. وأعربت عن تقديرها لبذل قصارى جهودهم وطاقاتهم لحماية وخدمة كل إنسان يعيش ويعمل على أرض الإمارات واهتمامهم الكبير بتعزيز سلامة المجتمع الإماراتي بكل فئاته وتوفير بيئة صحية آمنة للجميع. وأكد مركز إسعاد العاملين والايجابية الوظيفية

في بداية اللقاء رحبت الشبخة د. شما بالكاتبة وقدمت رؤيتها حول الرواية قائلة ((للرمل طباع كالبشر) تلك الجملة التي لا تحكيها إلا من كانت جذورها متشعبة بصخب الصحراء وقت أصغائها في قبض الصيف وسكنية المساء.. فكل حبة رمل في الصحراء تحمل قصة إنسان عاش بين تلالها وظل حكايته مخبوءة في الصمت حتى يأتي من جديد الاستماع لحكايا الصحراء ليعيد حكايتها لنا واليوم أجدا أمام كاتبة أجادت الاستماع للحكايا وبرعت في إعادةنا لنا.

ولأنني ابنة الصحراء فقد عشت أجواء الصحراء بكل مفرداتها.. بهمهمات النسيم عند العروب وبسلسة حبيبات الرمل عند غضب التلال وبين سطور الرواية كنت أسمع وأرى الصحاري والقوة التي تزورها خلف



شرطة أبو ظبي تنفذ مبادرة «شكراً خط الدفاع الأول»

يقطع الموارد البشرية أن مبادرة "شكراً خط دفاعنا الأول" والتي تضمنت توزيع الهدايا لهم بالتعاون مع شركة باتشي تأتي اعترافاً بجميل عملهم واعتزازاً بدورهم المتميز وتلاحمهم الوطني وجاهزيتهم التامة وتواصلهم المباشر مع المجتمع والتهبات في الميدان في إطار تكاملي وثنائهم متميز تنفيذاً لتوجيهات القيادة الحكيمة للحفاظ على سلامة وصحة المواطنين والمقيمين باعتبار ذلك واجباً وطنياً يعزز الحماية للمجتمع بأسره.

وممرضين ومسعفين وإداريين وفنيين الذين وصلوا مجهوداتهم على مدار الساعة، في ظل الظروف والتحديات التي يعيشها العالم حالياً جراء تفشي فيروس كورونا المستجد. وأعربت عن تقديرها لبذل قصارى جهودهم وطاقاتهم لحماية وخدمة كل إنسان يعيش ويعمل على أرض الإمارات واهتمامهم الكبير بتعزيز سلامة المجتمع الإماراتي بكل فئاته وتوفير بيئة صحية آمنة للجميع. وأكد مركز إسعاد العاملين والايجابية الوظيفية

نفذت شرطة أبو ظبي مبادرة "شكراً خط دفاعنا الأول" والتي شملت تقديم العرفان والوفاء لجميع الوحدات التنظيمية الميدانية لدورها الرائد في مواجهة انتشار فيروس كورونا المستجد "كوفيد 19". وأشادت بجهود كافة الفرق والكوادر والعاملين من منتسبها من أطباء

•• أبو ظبي - الفجر

منوعات الفكر

23

مع حلول شهر رمضان في كل عام، يكثر الحديث عن فوائد الصيام الصحية وكيف يؤثر على التحولات الكيميائية في الجسم، ونقدم هنا مجموعة من الإجابات على الأسئلة عن الصيام في الشهر الفضيل:



يريح البنكرياس ويتيح امكانية تعافي الكبد

الصيام وتأثيره الصحي على جسم الإنسان



عملية الهضم إلى عسر بفعل تقلص عضلات المعدة.

وتتفق مراكز البحث الطبي على أن شرب الكثير من الماء، إن كان بارداً أو دافئاً، يساعد على طرد السموم من الجسم، ويسهل الهضم، ويمنع الإمساك.

ونشر الموقع المذكور وقائع ونتائج دراسة صغيرة أجريت عام 2013 على ستة أشخاص لتقصي آثار العطش الذي أصابهم، وأثر الماء البارد الذي شربوه. فثبت أن شربهم ماء درجة حرارته 16 مئوية، وهي درجة حرارة ماء الحنفية في الأحوال الطبيعية، قد تبعه بدقائق توقفهم عن التعرق

(ولا بد من الإشارة إلى أن هذا لا ينطبق على درجة حرارة ماء الحنفية في البلدان الحارة، حيث تصل في أحيان كثيرة إلى 40 درجة مئوية).

ومن هذه التجربة البسيطة، خلص الباحثون

إلى أن شرب الماء بدرجة حرارة 16 مئوية هو الأنسب لمن بذل جهداً كبيراً وتعرق بشدة وارتفعت

درجة حرارة جسده بسبب الجهد أو القبط.

أما الاعتقاد الشائع بأن شرب الماء البارد وتناول البوظة (آيس كريم) والأكل البارد في الصيف خاصة، قد يسبب نزلات برد أو إنفلونزا أو نزلات

صدرية، فما زالت تجوز الأدلة، إذ لم يتوفر دليل علمي واحد يدعم هذا الاعتقاد.

ويزعم كثيرون أن شرب الماء البارد يفرط

يساعد إلى حد كبير في تخفيف الوزن، مستندين إلى دراسات تفيد بأن شرب المزيد من الماء يساعد البدن على حرق سعرات حرارية، لكن تلك الدراسات لا تضع فرقاً بين شرب الماء البارد وشرب الماء بدرجة حرارة الغرفة العادية في البلدان معتدلة الأجواء.

بين أن بعض الأبحاث تحذر الذين يعانون من مشكلات في السري وفي الحنجرة من شرب الماء البارد، ولا سيما المصابين منهم بمرض (أخالاسيا) (Achalasia)، وهو مرض يؤدي بالمصاب إلى صعوبة بلع الطعام والسوائل.

وقد أثبتت الدراسات أن المصابين بهذا المرض قد يتعرضون لضعفات صحية في حال شربهم الماء البارد في الصيف خاصة، ولكن الذين عانوا من تلك الأعراض ما برحوا أن يشفوا حال تناولهم ماء دافئاً، وصار بإمكانهم البلع بسهولة.

كيف يؤثر الصيام على الكوليسترول وضغط الدم والألم المزمن؟

يعمل الامتناع عن الطعام على تخفيض الكوليسترول وضغط الدم. وبعد الانتهاء من فترة الصوم، فعادة ما تكون هناك زيادة طفيفة في مستواهما، لكنه لا يصل إلى القيم الأولية.

كما يخفف الصوم من العديد من اضطرابات الألم المزمنة، على سبيل المثال الروماتيزم (التهاب المفاصل المزمن).

ما فوائد الصوم للمعدة؟

خلال الصوم تنكمش المعدة المتمددة من جديد، كما يتعافى الغشاء المخاطي، تماماً كما هي الحال في الأمعاء. ويغير الصوم أيضاً من انتشار الفلورا المعوية أو ما يسمى "ثبيت جرثومي معوي" بشكل إيجابي.

كما يعزز الصوم الدورة الدموية وعملية التمثيل الغذائي للأضجة الدهنية، إذ تنتج الخلايا الدهنية، خاصة تلك الموجودة تحت الجلد والمعدة، وأغافها وتبدأ بالتدهور، إذ تتحول جزيئات الدهون إلى كيتونات عالية الطاقة أثناء الصوم.

ماذا عن الصوم والأعصاب؟

يشجع الصوم على تجديد الخلايا العصبية، بالإضافة إلى ذلك فإن الامتناع عن تناول الطعام لأوقات معينة يمكن أن يؤدي إلى تحسين الحالة المزاجية، كما أظهرت بعض الدراسات العلمية.

أيهما أفضل شرب الماء البارد أو الفاتر؟

يزعم البعض أن شرب الماء البارد يعيق عملية الهضم، لكن الأبحاث العلمية لم تكشف وجود ضرر حقيقي للماء البارد على صحة البدن، وهو ما أكدته بحث نشره موقع "ميديكال نيوز تودي" العلمي البريطاني.

وجميع الأبحاث تجمع على ضرورة شرب الماء بكثرة في أيام الصيام أو في فصل الصيف لتعويض الجسم عن فقدانه للسوائل من خلال التعرق. وهذا ثابت للمرة، حيث يلاحظ أن الإنسان يصبح قليل التبول في الصيف بسبب التعرق، وهذا يعني أن الجسم يفقد سوائله، وعلى المرء أن يكثر من الشرب حتى يستعيد مستوى تبوله الطبيعي.

وكشفت موقع ساينس أي بي سي) العلمي الهندي أن لا ضرر ثابتا في شرب الماء البارد، باستثناء كونه يعرض

التيار على صحة البدن، وهو ما أكدته بحث نشره موقع "ميديكال نيوز تودي" العلمي البريطاني.

وجميع الأبحاث تجمع على ضرورة شرب الماء بكثرة في أيام الصيام أو في فصل الصيف لتعويض الجسم عن فقدانه للسوائل من خلال التعرق. وهذا ثابت للمرة، حيث يلاحظ أن الإنسان يصبح قليل التبول في الصيف بسبب التعرق، وهذا يعني أن الجسم يفقد سوائله، وعلى المرء أن يكثر من الشرب حتى يستعيد مستوى تبوله الطبيعي.

وكشفت موقع ساينس أي بي سي) العلمي الهندي أن لا ضرر ثابتا في شرب الماء البارد، باستثناء كونه يعرض

بين أن بعض الأبحاث تحذر الذين يعانون من مشكلات في السري وفي الحنجرة من شرب الماء البارد، ولا سيما المصابين منهم بمرض (أخالاسيا) (Achalasia)، وهو مرض يؤدي بالمصاب إلى صعوبة بلع الطعام والسوائل.

وقد أثبتت الدراسات أن المصابين بهذا المرض قد يتعرضون لضعفات صحية في حال شربهم الماء البارد في الصيف خاصة، ولكن الذين عانوا من تلك الأعراض ما برحوا أن يشفوا حال تناولهم ماء دافئاً، وصار بإمكانهم البلع بسهولة.

وكشفت موقع ساينس أي بي سي) العلمي الهندي أن لا ضرر ثابتا في شرب الماء البارد، باستثناء كونه يعرض

بين أن بعض الأبحاث تحذر الذين يعانون من مشكلات في السري وفي الحنجرة من شرب الماء البارد، ولا سيما المصابين منهم بمرض (أخالاسيا) (Achalasia)، وهو مرض يؤدي بالمصاب إلى صعوبة بلع الطعام والسوائل.

وقد أثبتت الدراسات أن المصابين بهذا المرض قد يتعرضون لضعفات صحية في حال شربهم الماء البارد في الصيف خاصة، ولكن الذين عانوا من تلك الأعراض ما برحوا أن يشفوا حال تناولهم ماء دافئاً، وصار بإمكانهم البلع بسهولة.

وكشفت موقع ساينس أي بي سي) العلمي الهندي أن لا ضرر ثابتا في شرب الماء البارد، باستثناء كونه يعرض

بين أن بعض الأبحاث تحذر الذين يعانون من مشكلات في السري وفي الحنجرة من شرب الماء البارد، ولا سيما المصابين منهم بمرض (أخالاسيا) (Achalasia)، وهو مرض يؤدي بالمصاب إلى صعوبة بلع الطعام والسوائل.

وقد أثبتت الدراسات أن المصابين بهذا المرض قد يتعرضون لضعفات صحية في حال شربهم الماء البارد في الصيف خاصة، ولكن الذين عانوا من تلك الأعراض ما برحوا أن يشفوا حال تناولهم ماء دافئاً، وصار بإمكانهم البلع بسهولة.

ماذا يحصل للكبد خلال الصيام؟ عند الصوم تقل معالجة الكبد للكثير من المواد الغذائية الموجودة في الطعام، مما يتيح إمكانية تعافي الكبد، وخاصة الكبد الدهني، وهو أكبر أعضاء الجسم المسؤولة عن التخلص من السموم.

وقال علماء ألمان من المركز الألماني لأبحاث السرطان ومركز هيلمهولتز للأبحاث الطبية في ميونيخ، إن الصيام له تأثير إيجابي على جسم الإنسان وخاصة على مرض الكبد الدهني المنتشر في العالم. من جهة أخرى يساعد الصيام على تجاوز مشاكل السممة لدى العديد من الناس، حسب موقع صحيفة (أوغسبورغر أنغماتيه) الألماني.

وأشارت الدراسة التي نشرتها المجلة العلمية المتخصصة (موليكولار ميدسين) إلى أن العلماء توصلوا إلى معرفة ما يحدث في جسم الإنسان عند الصيام، إذ ينتج الجسم بروتينا يؤثر على التحولات الكيميائية في الكبد، وهو ما يقلل من تكسد الدهون فيه.

ويقع الدكتور آدم روز من المركز الألماني لأبحاث السرطان على هذه الدراسة بالقول: بإمكاننا معالجة مشاكل السممة والكبد الدهني، عندما نفهم كيف يؤثر الصيام على التحولات الكيميائية داخل الجسم. ويجمع معدو الدراسة على أن الصيام له فوائد صحية على مشاكل الكبد الدهني المعروف أيضا بتشمع الكبد.

ما تأثير الصيام على البنكرياس؟

يريح الصوم البنكرياس، إذ يقل معدل إنتاجه للأنسولين. كما تصبح خلايا الجسم أكثر حساسية للأنسولين، وهو ما يعكس إيجاباً على صحة مرضى السكري من النوع الثاني.



كيف تقلع عن التدخين في رمضان؟



الذي يضعف وبشكل كبير من التروية الأكسجينية لأعضاء الجسم وأهمها القلب والدماغ، لذا سوف يشعر المدخن بتحسّن طاقته وتنفسه، وفقاً لبيان صادر عن مؤسسة حمد وصل للجزيرة نت. ويشأن ما يحدث للمدخن فيما يتعلق بالنيكوتين، وهي المادة الإدمانية الموجودة في كل منتجات التدخين والتي تجعل المدخن يرغب في ملحة ودائمة في التدخين، يقول الدكتور جمال باصهي، أخصائي الإقلاع عن التدخين بمركز مكافحة التدخين، إنه بعد ثلاث ساعات من آخر سيجارة يقل النيكوتين بالدم بنسبة 50%، وهذا ما يجعل معظم المدخنين يدخنون كل ساعتين أو ثلاث.

ولكن في رمضان ولأن المدخن مجبر على عدم التدخين لفترة 14 ساعة، فإن النيكوتين يهبط بكمية كبيرة في الدم، وعندما قد تظهر بعض الأعراض الانسحابية لدى المدخن مثل الرغبة في التدخين وضعف التركيز والعصبية وربما الصداع، ولكن مع روحانية رمضان وقراءة القرآن وتحسّن الدورة الدموية، يستطيع الشخص التغلب عليها واستخدام علاجات الإقلاع عن التدخين للمدخنين الذين تكون لديهم هذه الأعراض شديدة.

علماً أن هذه الأعراض، ووفقاً لتجارب المدخنين في رمضان، تبقى للأسبوع الأول من الشهر فقط، ثم تقل تماماً أو تختفي، وهذا السبب الذي يجعل كثيراً من المدخنين في رمضان ينجحون في التوقف عن التدخين، وبعضهم حتى من دون علاجات.

حمّد الطيبية في قطر، حيث يتم بعدها عودة نبض القلب وضغط الدم إلى وضعه الطبيعي المستقر، ثم يبدأ الجسم في طرد غاز أول أكسيد الكربون السام من الجسم بحيث يستكمل التخلص منه خلال ثمان ساعات منذ آخر سيجارة استخدمها المدخن.

كما تبدأ أعصاب حاستي الشم والتذوق في استعادة عافيتها، لذا يلاحظ المدخن تحسناً ملحوظاً في هاتين الحاستين. وغاز أول أكسيد الكربون هو الغاز

طوال أربعة عشر ساعة تقريباً، هي فترة الصيام في شهر رمضان، تحدث العديد من التغيرات والمكاسب الإيجابية بأجسام المدخنين، مما يجعلهم أكثر مقدرة على استئثار هذا الشهر المبارك في التوقف النهائي عن التدخين.

وتبدأ هذه التغيرات بعد عشرين دقيقة منذ آخر سيجارة، وفقاً لما ذكره الدكتور أحمد الملا، مدير مركز مكافحة التدخين بمؤسسة

التيار على صحة البدن، وهو ما أكدته بحث نشره موقع "ميديكال نيوز تودي" العلمي البريطاني.

وجميع الأبحاث تجمع على ضرورة شرب الماء بكثرة في أيام الصيام أو في فصل الصيف لتعويض الجسم عن فقدانه للسوائل من خلال التعرق. وهذا ثابت للمرة، حيث يلاحظ أن الإنسان يصبح قليل التبول في الصيف بسبب التعرق، وهذا يعني أن الجسم يفقد سوائله، وعلى المرء أن يكثر من الشرب حتى يستعيد مستوى تبوله الطبيعي.

وكشفت موقع ساينس أي بي سي) العلمي الهندي أن لا ضرر ثابتا في شرب الماء البارد، باستثناء كونه يعرض

بين أن بعض الأبحاث تحذر الذين يعانون من مشكلات في السري وفي الحنجرة من شرب الماء البارد، ولا سيما المصابين منهم بمرض (أخالاسيا) (Achalasia)، وهو مرض يؤدي بالمصاب إلى صعوبة بلع الطعام والسوائل.

وقد أثبتت الدراسات أن المصابين بهذا المرض قد يتعرضون لضعفات صحية في حال شربهم الماء البارد في الصيف خاصة، ولكن الذين عانوا من تلك الأعراض ما برحوا أن يشفوا حال تناولهم ماء دافئاً، وصار بإمكانهم البلع بسهولة.

وكشفت موقع ساينس أي بي سي) العلمي الهندي أن لا ضرر ثابتا في شرب الماء البارد، باستثناء كونه يعرض

بين أن بعض الأبحاث تحذر الذين يعانون من مشكلات في السري وفي الحنجرة من شرب الماء البارد، ولا سيما المصابين منهم بمرض (أخالاسيا) (Achalasia)، وهو مرض يؤدي بالمصاب إلى صعوبة بلع الطعام والسوائل.

وقد أثبتت الدراسات أن المصابين بهذا المرض قد يتعرضون لضعفات صحية في حال شربهم الماء البارد في الصيف خاصة، ولكن الذين عانوا من تلك الأعراض ما برحوا أن يشفوا حال تناولهم ماء دافئاً، وصار بإمكانهم البلع بسهولة.

وكشفت موقع ساينس أي بي سي) العلمي الهندي أن لا ضرر ثابتا في شرب الماء البارد، باستثناء كونه يعرض

بين أن بعض الأبحاث تحذر الذين يعانون من مشكلات في السري وفي الحنجرة من شرب الماء البارد، ولا سيما المصابين منهم بمرض (أخالاسيا) (Achalasia)، وهو مرض يؤدي بالمصاب إلى صعوبة بلع الطعام والسوائل.

وقد أثبتت الدراسات أن المصابين بهذا المرض قد يتعرضون لضعفات صحية في حال شربهم الماء البارد في الصيف خاصة، ولكن الذين عانوا من تلك الأعراض ما برحوا أن يشفوا حال تناولهم ماء دافئاً، وصار بإمكانهم البلع بسهولة.

وكشفت موقع ساينس أي بي سي) العلمي الهندي أن لا ضرر ثابتا في شرب الماء البارد، باستثناء كونه يعرض

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

EAT 149709 **التشيميم ومشاركوه**
AL TAMIMI & CO.
نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك، التشيميم ومشاركوه طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية، المودعة بالرقم: ٢٠٢٠/٥/١١ بتاريخ: ٢٠٢٠/٥/١١، الاسم: أكتيليون فارماسيويتكالز، ليتمد وعنوانه: جيوبستراسي ١٦، ٤١٣٣٧، أبوظبي، سويسرا.

صورة العلامة

وذلك تمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة: ٩ تطبيقات الهواتف المحمولة، برمجيات تطبيقات الهواتف المحمولة، جميع المنتجات المذكورة أعلاه في مجال ارتفاع ضغط الدم الرئوي، وصف العلامة: العلامة عبارة عن رسم مميز ثنائي الأبعاد للقلب، الاشتراطات، فصل من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال ٣٠ يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان.

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

EAT 149710 **التشيميم ومشاركوه**
AL TAMIMI & CO.
نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك، التشيميم ومشاركوه طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية، المودعة بالرقم: ٢٠٢٠/٥/١١ بتاريخ: ٢٠٢٠/٥/١١، الاسم: أكتيليون فارماسيويتكالز، ليتمد وعنوانه: جيوبستراسي ١٦، ٤١٣٣٧، أبوظبي، سويسرا.

صورة العلامة

وذلك تمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة: ٤١ خدمات التثقيف والتعليم، جميع الخدمات المذكورة أعلاه في مجال ارتفاع ضغط الدم الرئوي، وصف العلامة: العلامة عبارة عن رسم مميز ثنائي الأبعاد للقلب، الاشتراطات، فصل من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال ٣٠ يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان.

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

Apollo Hospitals
Touching Lives

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٤٠

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٣٤٩٢٢) بتاريخ: ٢٠١١ / ٣ / ٢٧

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية التجارية

العدد 12938 بتاريخ 17/05/2020

إعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٠١٩/١٦ تجاري جزئي

موضوع الدعوى: قيد الدعوى المأثلة بإعلان المدعى عليه بان يؤدي للبكت الدمعي مبلغ ٢٠٥,٠٠٠ درهم (مائتان وخمسة آلاف وستة مائة وخمسة درهم وواحد وستون فلساً) إضافة للفاصلة القانونية بواقع ١١٢ من تاريخ رفع الدعوى وحتى السداد التام ستة (6) شهور الفارقة لتسليم الشراء، التزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل المبالغ المدفوعة.

طالب الإعلان: بنك دبي التجاري - ش.م.ج - صفة بالقضية: مدعي عليه - مجهول محل الإقامة ويعتله: يسلم صالح أحمد الصدي - صفة بالقضية: وكيل المطلوب إعلان: ١ - سعيد يعقوب محمد البوشي - صفة بالقضية: مدعي عليه - مجهول محل الإقامة موضوع الإعلان: تمكّنك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠٢٠/٥/١١ في الدعوى المذكورة أعلاه لصالح/ بنك دبي التجاري - ش.م.ج - التزام المدعي عليه بان يؤدي اليه مبلغ وقدره ٢٠٥ / ٠٠٠ درهم مائتان وخمسة الف وستة وخمسة درهم وستون فلساً بالإضافة الى الفاتحة بواقع ١١٢ من تاريخ رفع الدعوى الحصول في ٢٠١٩/١٨ وحتى السداد التام والصاريف ومبلغ الف درهم مقابل المبالغ المدفوعة، حكماً بمقتضى الحضور في الاستئناف خلال ثلاثين يوماً اعتباراً من اليوم التالي لتسليم هذا الإعلان صدر باسم صاحب المسو الشخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وفقه علناً.

رئيس القسم

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

Apollo Hospitals
Touching Lives

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٣٧

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٣٤٩١٩) بتاريخ: ٢٠١١ / ٣ / ٢٧

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

Apollo Hospitals
Touching Lives

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٣٨

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٣٤٩٢٠) بتاريخ: ٢٠١١ / ٣ / ٢٧

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

Apollo Hospitals
Touching Lives

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٣٩

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٣٤٩٢١) بتاريخ: ٢٠١١ / ٣ / ٢٧

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد 12938 بتاريخ 17/05/2020

إعلان بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٠١٩/٢٠٢٠/٢٠٧ تنفيذ تجاري

موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٠٢٠/٢٠٧ أمر أداء، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٢٣٣٥٧٠,١٤) درهم، شامل للرسوم والصاريف

طالب الإعلان: ديا للمقاولات الفنية - صفة بالقضية: طالب التنفيذ ويعتله: حصة سيف سالم سيف الجابري - صفة بالقضية: وكيل المطلوب إعلان: ١ - عبيد الشامي لصناعات الألبونوم والزجاج ش.م.ج وممثليها/ سانجاي جاجامير سانتوش - صفة بالقضية: منفذ ضده - مجهول محل الإقامة موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٣٣٥٧٠,١٤) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة، وعليه فإن المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.

رئيس الشعبة

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

Apollo Hospitals
Touching Lives

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٤١

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٣٤٩٢٣) بتاريخ: ٢٠١١ / ٣ / ٢٧

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

The Apollo Clinic
Family Health Centre

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٤٢

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٤٢٣٤٢) بتاريخ: ٢٠١٢ / ٥ / ٦

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

The Cradle
DELIVERING JOY

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٤٧

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٣٤٩٢٧) بتاريخ: ٢٠١١ / ٣ / ٢٧

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد 12938 بتاريخ 17/05/2020

إعلان بالنشر
في الاستئناف رقم ٢٠١٩/٢٠٢٠/٢٠٥ استئناف تجاري

موضوع الاستئناف: استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٢٤٤ تجاري كلي، والرسوم والصاريف والتأتميم.

طالب الإعلان: خليفة سيف بن قماشة الشامي - صفة بالقضية: مستأنف ويعتله: عبد الحفيظ محمد ابوبكر أحمد الحمادي - صفة بالقضية: وكيل المطلوب إعلان: ١ - المهرة للمقاولات - ش.م.ج - صفة بالقضية: مستأنف ضده، موضوع الإعلان: قد استأنف الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٢٤٤/٢٠١٩ تجاري كلي بتاريخ ٢٠٢٠/١/٢٢ وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠٢٠/٥/١٤ الساعة ١٠:٠٠ صباحاً بقاعة القاضي عن بعد وعليه يقتضي حضوركم من أو يمثلكم قانونياً وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابياً.

رئيس القسم

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

Apollo Hospitals
Touching Lives

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٤٨

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٤٢٣٤٨) بتاريخ: ٢٠١٢ / ٥ / ١١

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

Apollo Pharmacy

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٤٩

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٤٢٣٤٩) بتاريخ: ٢٠١٢ / ٥ / ٦

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

The Cradle
DELIVERING JOY

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٤٣

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٣٤٩٢٤) بتاريخ: ٢٠١١ / ٣ / ٢٧

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

محكمة دبي
محكمة دبي

العدد 12938 بتاريخ 17/05/2020

إصدار عدلي بالنشر
رقم (٢٢١٥/٢٠٢٠)

المند: شركة إسناد للقرارات الأينية - د.م

المند الهم: ١ - شركة كريسانت للخدمات الكهروميكانيكية - د.م

عبدالرحمن خان سارهاراز خان - باكستاني الجنسية

٢ - فيصل بن عبدالله سيد عبدالله - باكستاني الجنسية

فإن المند يحظر المند اليه بأداء مبلغ ٦٢٠٠٠ درهم اثنان وستون ألف درهم والفائدة القانونية بواقع ٩٠٠٠ من تاريخ الاستحقاق وذلك خلال خمسة ايام من تاريخ نشر هذا الإعلان. وفي حالة عدم السداد يبسط المند الي استصدار أمر أداء ضد المند الهم بمبلغ ٦٢٠٠٠ درهم اثنان وستون ألف درهم والفائدة القانونية بواقع ٩٠٠٠ من تاريخ الاستحقاق.

الكاتب العدل

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك: حدان الشامي للحمامة والاشترارات القانونية طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية: MINA ALSHEIKHLY صورة العلامة: 2020/03/15 بتاريخ: 327420

بيانات الألووية: الاسم: مينا وطن رمضان رحيم الوطن: بغداد - كراهة داخل - محطة 905 - زقاق [٤٤ دار 45

وذلك تمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة: 3 مستحضرات تجميل الأهمه ومواد اخرى تشمل على غسل وكى الملابس ومستحضرات تجميل وصقل وجلي وكشط، صابون، عطور وزيت عطرية، مستحضرات تجميل، غسل (الوشن) للشعر، منظفات اسنان

وصف العلامة: عبارة عن الكلمات MINA ALSHEIKHLY مكتوبه بالحراف لاتينيه مميزة لآلون الاسود يعلها رسم باللون الاسود لحرفي M.A.A بصورة متناحله وشكل مميز ومتميز كما هو موضح بالشكل

الاشتراطات: فصل من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30 يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك: بلاتون أفانسد تكنولوجي - شركة الشخص الواحد د.م طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية: شركة الشخص الواحد د.م - بلاتون أفانسد تكنولوجي. شركة الشخص الواحد د.م - LLC PLATOON ADVANCED TECHNOLOGIES صورة العلامة: 2019/12/19

بيانات الألووية: الاسم: بلاتون أفانسد تكنولوجي - شركة الشخص الواحد د.م الوطن: بنابه السيد ناصر قاسم درويش - غرب 4

وذلك تمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة: 42 تصميم نظم وبرامج الحاسب الآلي، البحث والتطوير التجريبي في مجال الطيران وصف العلامة: عبارة عن اسم بلاتون أفانسد تكنولوجي. شركة الشخص الواحد د.م - LLC من رسوم باللغة الانجليزية، اعلاه

الاسم باللغة العربية: بلاتون أفانسد تكنولوجي - شركة الشخص الواحد د.م

فصل من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30 يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

إعلان تجديد

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم المحامي / سيبشلايز لخدمات العلامات التجارية، بطلب تجديد تسجيل العلامة التجارية:

Apollo Pharmacy

المودعة بالرقم: ١٤٢٣٥٠

باسم: ش. أبولو هوسبيتالز إنتربرايز ليميتد، وعنوانه: ١٩، بيتشوب جاردنز، أر. إيه. بوارم تشينياني - ٦٠٠٠٢٨، تاميل نادو الهند، والمسجلة تحت رقم: (١٤٢٣٥٠) بتاريخ: ٢٠١٧ / ١٠ / ١

وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: ٢٠٢٠ / ٥ / ١١

هذا ويجوز تجديد الحماية لمدى أخرى متتالية كل منها عشر سنوات وفقاً للأوضاع والشروط المنصوص عليها بالمادة (١٩) من القانون الاتحادي رقم ١٩٩٢/٣٧ الصادر في شأن العلامات التجارية.

محاكم دبي
محكمة التنفيذ

العدد 12938 بتاريخ 17/05/2020

إعلان بالنشر
في التنفيذ رقم ٥٨٧/٢٠٢٠/٢٠٧ تنفيذ تجاري

موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٣٠٥ تجاري جزئي، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٢٥٩٢٧٥) درهم، شامل للرسوم والصاريف

طالب الإعلان: جي اندي للمقاولات ش.م.ج - صفة بالقضية: طالب التنفيذ ويعتله: حصة سيف سالم سيف الجابري - صفة بالقضية: وكيل المطلوب إعلانهم: ١ - تيراس لتجهيز البناي بالمواد العازلة ش.م.ج - صفة بالقضية: مجهول محل الإقامة موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٥٩٢٧٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة، وعليه فإن المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.

رئيس الشعبة

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد 17 مايو 2020 العدد 12938

EAT 151399 **التشيميم ومشاركوه**
AL TAMIMI & CO.
نموذج إعلان النشر

تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك، التشيميم ومشاركوه طلب تسجيل بيانات العلامة التجارية، المودعة بالرقم: ٢٠٢٠/٥/١١ بتاريخ: ٢٠٢٠/٥/١١، الاسم: الغرير للأغذية (ش.م.ج) وعنوانه: ص.ب. ١٠٨، دبي، الإمارات العربية المتحدة.

صورة العلامة

رواق Rawan

وذلك تمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالصفة: ٣٠ الفودو والشاي والتكاو والفودو الاصطناعية، الأرز، التابوكو والساقو، الدقيق والمستحضرات المصنوعة من الحبوب الخبز والقطايف والحلويات والحلويات المنجحة، عمل التحل والعلل الأسود، الخميرة ومسوق الخبز، الملح، الفودو، الخل والصلصات (التوابل)، الفهارات، الملح، وصف العلامة: العلامة عبارة عن كلمة روان باللغة العربية وRawan باللغة الانجليزية والكلمات بخط محدد وطريقة مميزة.

فصل من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال ٣٠ يوماً من تاريخ إصدار هذا الإعلان



تأثير كورونا على الدراما العربية

ويضيف الممثل والمخرج عادل الحلاوي قائلا على الرغم من ارتباك المشهد ومرور القطاع الفني بموقف صعب على الصعيد الدولي وعلى جميع المستويات وتأثير مباشر من انتشار فيروس كورونا والتسبب في حالة الركود التي أصابت الساحة الفنية لأنه واقع مفروض وليس اختياري، لكن في الوقت نفسه تبين أن جائحة كورونا ساهمت في إعادة النظر في أسلوب الإنتاج حيث صار عن بعد، فالواقع الحاصل في الإنتاج الفني الذي نعيشه فرض علينا التفكير في طرق مختلفة ترجمت إلى واقع، فلقد استطعنا صناعة سلسلة توعوية بطلها شخصية كرتونية اسمها «فنتك» تتعالج قضايا مجتمعية من خلال توجيه مباشر بطلها شخصية مبتكرة من التراث الإماراتي، ونحن نعمل الآن على تطويرها وتوظيفها في عدة مشاريع، فالقن عامة لا يوجد له حدود، وكلمة مستحيل مرفوضة عند المبدعين، إذ يمكن أن يبذل فيه الشخص إن وجدت فيه الإرادة وحب التطوير، ويمكنني القول أن كل أزمة تمر علينا وتعلمنا أشياء ودرس نستفيد منها وعلينا أن نترجمها بشكل إيجابي

المسرحي أو السينما، أما القطاع المسرحي فأصيب بالشلل التام بتوقف كل الأنشطة والفعاليات التي تهدف إلى وجود جمهور، وهذا ما حصل تماماً في كل مكان في العالم تقريبا، ولا ننكر أن المحترفين وشركات الإنتاج والمسارح الأهلية تضررت بشكل مباشر وسيواجه المشتغلين في هذا المجال كارثة مالية وفقدان الجمهور لفترة طويلة، وحتاج إلى سنوات لإعادة الأمور إلى نصابها السابق، وهي معادلة يصعب التكهن بها إلا إذا تم وضع استراتيجية جديدة توضح أولوياتنا في المرحلة الحالية والمستقبلية، كما يتوجب على المسارح تعزيز وجودها على الشبكة المعلوماتية، إما عن طريق تقديم العروض بتقنية الفيديو، أو نشر الثقافة المسرحية والتقنية لدى الجمهور، والاستفادة من المؤتمرات المسرحية والفنية والثقافية للحصول على حصة أكبر في تعزيز المحتوى الإلكتروني بما يتناسب مع الأجهزة اللوحية، كما أن أرشيف المكتبة العربية سيتم تعزيزه ليتم تقديمه على شبكة الإنترنت في المرحلة القادمة، وذلك بتوثيق المسرحيات بالفيديو ليصل للجمهور أينما كان

فضلا عن إطلاق أغنية تدعو الجمهور للتفاؤل بعنوان «بكر الجاي احلى»، والتي غناها معهم من خلال برامج التواصل الاجتماعي. وأضاف الفنان سامر المصري أن أغلب المسلسلات والأفلام السينمائية والوثائقية توقفت تماما، وذلك بسبب صعوبة تصوير هذه الأعمال في ظل انتشار فيروس كورونا واتخاذ التدابير الاحترازية للحد من العدوى، مؤكدا أن الأمور ستعود أفضل مما كانت عليه، ومع عودة حركة الطائرات وانتقال الفنانين من بلد لآخر لاستكمال عمليات التصوير، فالدراما العربية بالوقت الحالي أصبحت متنوعة ومشاركة ولا يمكن حصرها في بلد واحد أو جنسية واحدة، وصرح بأنه يستعد للتحضير لعمل درامي جديد، وعند تصويره ستستخدم كل التدابير الوقائية، وهنئ صانع الدراما الذين شاركوا هذا الموسم وحث الذين لم يشاركوا الاستعداد للموسم القادم وأوضح ياسر القرقاوي رئيس مجلس إدارة مسرح دبي الوطني بأن فيروس كورونا أثر على جميع أشكال الحياة، ومن الطبيعي أن تتأثر دور العرض سواء الفن

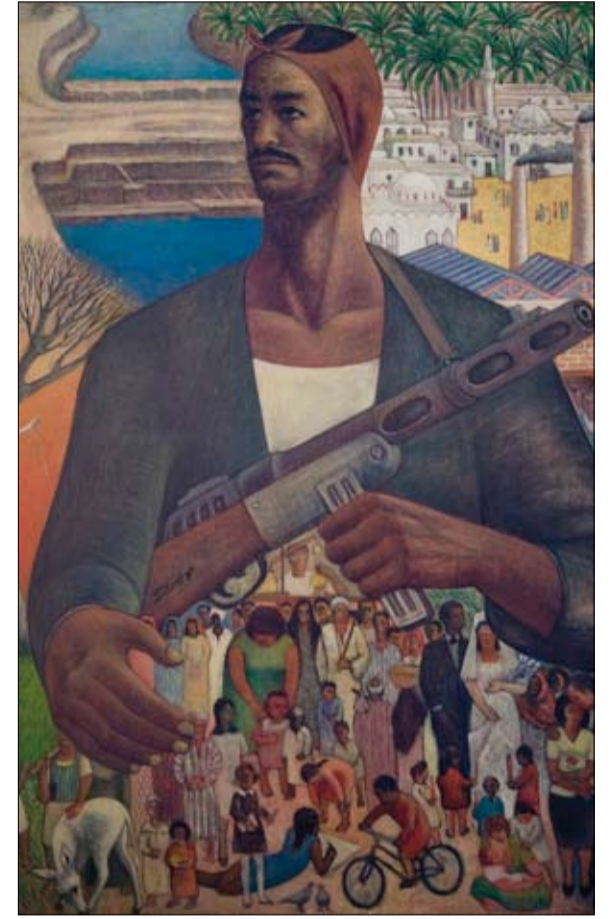
المتمثلة في الغناء والدراما والمسرح تقريبا عن الساحة في الوقت الحالي بسبب جائحة فيروس كورونا الذي هز العالم بأسره، وقلب كل موازين الحياة، وفي ظل هذه الإجراءات الاحترازية المشددة التي اتخذتها معظم الدول منذ بداية شهر مارس الماضي مما أدى إلى توقف الكثير من استكمال تصوير الأعمال، وتعطيل سفر الفنانين لثلاثتهم من المشاهد الدرامية في المسلسلات المهجزة لوسم رمضان الحالي، كما تم إلغاء كافة الحفلات الغنائية، المهرجانات، والفعاليات والعروض المسرحية. يشير الفنان علاء زلزلي ملك المسرح الغنائي إلى أن جائحة فيروس كورونا أثرت تأثيرا كبيرا على حضور الفنان على المسرح وتواجده بين جمهوره من خلال الحفلات والمهرجانات التي لا يمكن استبدالها بأي وسيلة بديلة، لكن يأتي دور الفنان في هذه الأزمة بتوجيه المجتمع وحسه على تطبيق الإجراءات الوقائية بالتباعد الاجتماعي والالتزام بالمنازل قدر المستطاع، كما يوجه رسالة شكر ودعم للقطاع الطبي الذي يبذل جهدا مضاعفا في ظل هذه الأزمة،

•• أسامة عبد القصور: الفجر

الدراما العربية لا تنفصل عن الدراما العالمية بعد العولمة التي نعيشها وتداخل الثقافات ووجود إنتاج مشترك على مستوى كبير ومساهمة فنانين عرب في أفلام عالمية وبرعوا فيها ووصلوا إلى مراحل متقدمة من الخبرة والقدرة على نقل الإمكانات الإبداعية لصناعة الدراما من خلال التقنية وأساليب العرض ومع زمن كورونا توقف نهر الإنتاج وقتل الأعمال كثيرا، وحول الأسباب الرئيسية في تراجع الإنتاج كان «الفجر» لقاء مع التخصصين للوقوف على أهم الأسباب ووضع الحلول المناسبة لهذه المرحلة أكدت الإعلامية ميرفت العلي أن الدراما العربية جزء لا يتجزأ من الدراما العالمية وإنتاج الأفلام السينمائية والمسلسلات المتنوعة التي تجسد أفكارا ثقافية واجتماعية تعكس الواقع، أو حتى ما يستمد من الخيال الذي يجذب ملايين المشاهدين من الجمهور لتشكيل وجدان المجتمع، فضلا عن دور المسرح في حياتنا حيث يقرب المسافة ما بين الفنان والجمهور، ولكن كل فنون الإبداع

منوعات الفكر

26



جولة افتراضية بمعرض

«مسيرة قرن: الفصل الثاني»

في متحف الشارقة للفنون

أطلقت مؤسسة بارجيل للفنون بالتعاون مع هيئة الشارقة للمتاحف جولة افتراضية في معرض «مسيرة قرن: الفصل الثاني».

يمثل المعرض - الذي يطلق بالتزامن مع اليوم العالمي للمتاحف الذي يوافق 18 مايو كل عام -

ثمرة تعاون بين هيئة الشارقة للمتاحف ومؤسسة بارجيل للفنون التي أعادت الأعمال الفنية التي يشملها المعرض لفترة طويلة الأمد بهدف إبرازها وعرضها في متحف الشارقة للفنون أمام أكبر شريحة من المجتمع.

يوفر المعرض - الذي يمكن الوصول إليه عبر الرابط <https://bit.ly/2T3jNkt> - لمحبى الفنون وهواة الرسم والتحت 126 عملا لفنانين معروفين من جميع أنحاء العالم العربي يقدمون من خلال لوحاتهم الإبداعية التي تتضمن التاريخ، والطبيعة، والأشخاص، والمجتمعات.

مختلف ألوان وأطياف الفن المعاصر. يهدف المعرض إلى تحفيز المحادثات والنقاش حول الأسباب الكامنة وراء نقص تمثيل أفراد ومجموعات معينة في سياقات المتاحف، وطرق التأثير على التغيير ويقدم مجموعة واسعة من الأساليب والتقنيات والمواد وتوجهات الموضوعات التي ميزت الممارسات الفنية في البلدان العربية بين 1880 و1980.

تشمل قائمة الفنانين الذين قدموا أعمالهم الإبداعية كلا من جواد سليم، وشاكر حسن السعيد، وعبد القادر الريس، وإتيل عدنان، ومنى حاطوم.

وجازيبا سيرى، وغيرهم من الفنانين المحترفين إلى جانب أعمال لفنانين أقل شهرة لكن كان لهم أثر كبير على عالم الفن خلال خمسينيات وستينيات القرن الماضي.

ودعت هيئة الشارقة للمتاحف الزائرين إلى التفكير في استراتيجية الاختيار وطرح أسئلة حاسمة. والتأمل في أسئلة شمولية أوسع موضحة أن الفصل الأول ركز على الطرق التي استجاب بها فنانون المنطقة للأحداث السياسية والظروف الإنسانية على مدار القرن العشرين من خلال معالجة مفاهيم التمثيل المؤسسي، علاوة على سعيه إلى مواجهة مسألة عدم المساواة بين الجنسين في عالم الفن.

وقال الشيخ سلطان سعود القاسمي جامع الفن ومؤسس مؤسسة بارجيل للفنون إن العديد من الفنانين المتميزين المشاركين في المعرض هم أعضاء في الحركات الفنية الرائدة فيما البعض الآخر من الممارسين الأقل شهرة.

وقال: «ربما لم يكن هؤلاء الفنانون قد أثروا بشكل كبير على تاريخ الفن في الخمسينيات والستينيات من القرن الماضي إذ كان الكثير منهم غير معروفين غير أن لهم بصمة».

ودعا المهتمين في دولة الإمارات والعالم إلى القيام بجولة افتراضية في المعرض الذي يجمع فنانين من شتى أنحاء العالم ويعد خزينة تاريخية و امرأة تعكس الأوضاع الإنسانية.

وقالت سعادة منال عطايا، مدير عام هيئة الشارقة للمتاحف: «يمهد هذا المعرض الافتراضي الطريق أمام المناقشات التي تشد الحاجة إليها خارج حدود المكان والزمان حول مواضيع مثل المساواة بين الجنسين في المتاحف والتي يجب أن يستمر التركيز عليها خلال عملية تقييم المكتبات المتحفية».

وأضافت أن الفصل الثاني من معرض مسيرة قرن يسمح للجمهور بتدقيق الفن وفهم تأثير الفنانين ودورهم الهام في تطوير فكرة المجتمعات وهويتها وتاريخها الجماعي.

رئيس الهيئة الدولية للمسرح يشارك في مؤتمر عالمي بعنوان الطريق إلى التعافي من تبعات كورونا

إنتاج وتوزيع أشكال التعبير الثقافي من قبل الفنانين في أنحاء العالم. وتوقع المجتمعون أن تشهد المرحلة القادمة بعد إعادة دوران عجلة المجالات الاقتصادية ممارسة أشكال الفنون بشكل تدريجي مع الحفاظ على التباعد الجسدي بين الأفراد.

واعتبر المتحدثون أن بعض أنواع الأنشطة الثقافية لن تستأنف على المدى الطويل خاصة تلك التي تحتاج إلى التنقل بين دول العالم لذا فإن الأمر يحتاج مستوى أعلى من الدعم الحكومي ومراجعة نماذج الأعمال من أجل الحفاظ على البيئة الثقافية والفنية المتنوعة. وناقش المتحدثون كيفية دعم الدول والقطاع الخاص للفنون في مواجهة كوفيد-19. في ظل تسارع وتيرة الانتقال إلى العالم الرقمي في كل القطاعات الأخرى إلا أن سياسات الأنشطة الثقافية لم تتكيف بعد مع التطور السريع جدا في التكنولوجيا ما أدى إلى احتكار الشركات الكبرى للأسواق العالمية دون أن تساهم في دعم البيئة الثقافية عبر الدعم المالي أو تسليط الضوء على المبدعين أو حماية الحقوق الفكرية.



شارك سعادة المهندس سيف الأفخم رئيس الهيئة الدولية للمسرح في المؤتمر الثاني حول قدرة الفنون على التكيف ريزيلي أرت الذي عقد عن بعد، تحت عنوان الطريق إلى التعافي.

ضم المؤتمر - الذي نظمت فعالياته منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة اليونسكو بالشراكة مع الاتحاد الدولي للمتاحفات من أجل التنوع الثقافي عددا من القيادات والخبراء في مجال الفنون من أنحاء العالم إضافة إلى فنانين وممارسين لألوان الفن المختلفة

كان من بين المتحدثين الفنية والممثلة البرازيلية أنيتا، والفنانة الكندية فيرنى داوئي التي تشغل منصب رئيس الاتحاد الدولي للممثلين وباسكال روغارد مدير عام جمعية كتاب الدراما في فرنسا و فوزية سعيد مدير عام المجلس الوطني للفنون في باكستان و جانا فوزاروفا مدير عام جمعية الكتاب في سلوفاكيا وسعادة محمد سيف الأفخم. وتحدث سعادة محمد سيف الأفخم عن قطاع الفنون الأدائية والتحديات التي يواجهها في هذه الفترة وقال إن الفنون الأدائية

العالم من هذا الوباء وقال إن الفنون ستكون أول ما سيلجأ إليه العالم حتى لو طالت فترة ركود المهرجانات إلا أنها ستعود أقوى وأجمل مدفوعة بشغف الفنانين وبهجم للحياة. وناقش المؤتمر تأثير التدابير الاحترازية التي اتخذتها دول العالم للحد من انتشار كوفيد-19 على الصناعات الإبداعية، والذي تجلى في إعاقة وإيقاف

و اقتراح الأفخم بعض الحلول التي تعتمد على التباعد الجسدي في توزيع المقاعد في المسارح وأجهزة النصح الحراري في مداخل دور العرض وأكد ضرورة استمرار حركة الإبداع في هذا القطاع من خلال تحفيز الفنانين لبعضهم البعض عبر طرح الدروس وجلسات تبادل الخبرات عبر الإنترنت. وأبدى الأفخم تأسفا بتعليق

تختلف عن غيرها كونها عروضاً حية في جوهرها و أي محاولة لإحيائها عبر الإنترنت تغير جوهرها ويحوها هويتها التي تعتمد على التفاعل الحي بين المؤدى والجمهور وفي ظل القيود الدولية المفروضة على المسارح ودور العرض حول العالم يواجه المسرحيون والعاملون في مجال الفنون الأدائية معوقات مادية وإبداعية كبيرة.



منوعات

الفعل

27

خاضت الفنانة هنا الزاهد تجربة التقديم التلفزيوني، من خلال برنامج "هزرقز" الذي عُرض قبل شهر رمضان، وحقق نجاحا كبيرا مع الجمهور. وفي هذا الحوار نتحدث هنا عن البرنامج وكواليسه، إضافة إلى مشاريعها الجديدة.

الزواج أثر على حياتي بشكل إيجابي جدا

هنا الزاهد: هذا العام لم أعر على ما يضيف لي فنياً

لكني لم أستقر على ما سأقدمه بشكل نهائي، سواء كان برنامجاً أو غيره من المشاريع، فالأمر لا يزال بمرحلة التفكير، ولا يوجد حسم نهائي له.

- حديثنا عن تجربتك في فيلم "الفسالة"؟
- الفيلم تجربة سينمائية مختلفة، وأكرر فيه التعاون مع أحمد حاتم، بعد تجربتنا الناجحة في "قصة حب"، والتي حققت نجاحاً جماهيرياً كبيراً جداً، فهو ممثل محترف، وتجمع بيننا كيميائية على المستوى الفني، وأتمنى أن يحقق "الفسالة" نجاحاً مع الجمهور عند عرضه، فهو من الأعمال التي استمتعت بالعمل فيها، ويبقى موعد عرضه مؤجلاً، لحين انتهاء الأزمة الحالية، التي أغلقت دور العرض في العالم.
- كيف تتعاملين في ظل الظروف الحالية؟
- التزم بالتعليمات التي صدرت عن وزارة الصحة فيما يتعلق بالبقاء في المنزل، والالتزام بإجراءات التعقيم في المنزل باستمرار.
- ماذا عن مشاريعك القادمة؟
- لدي أكثر من مشروع خلال الفترة المقبلة، لكن الظروف الحالية أجلت بعضها بالتأكيد، فهناك مشروع سينمائي أقوم بتحضيره مع مصطفى خاطر، وهو فيلم جديد، لكنه لا يزال قيد التحضير، وموعد تصويره لم يتحدد بعد بشكل نهائي، ولدي مشروع آخر أعمل عليه، لكن لا أستطيع الحديث عن تفاصيله في الوقت الحالي.



- كيف تنتظرين إلى ردود الفعل على تجربة "هزرقز"؟
- ردود الفعل أسعدتني من الحلقة الأولى (هزرقز)، ورغم ترقبي الشديد لانطباع الجمهور، وخاصة أن البرنامج تجريبي الأولي في التقديم التلفزيوني، فإني كنت سعيدة جداً، فالهاشغ الخاص بالبرنامج تصدّر مواقع التواصل الاجتماعي مع عرضه، واستمر هذا الأمر في حلقات البرنامج بشكل مستمر، بل ظهر اسم البرنامج متصدراً أيضاً في البحث عبر غوغل، وهذا الأمر جعلني أشعر بنجاح التجربة، ولست حتى في المصادفات الحدودية التي كنت التقي فيها الجمهور أثناء الذهاب والعودة من التصوير.
- كيف رُشحت لتقديم البرنامج؟
- إدارة قنوات (سي بي سي) تواصلوا معي، وأخبروني بفكرة البرنامج المأخوذة من فورمات أجنبي، وطبيعة البرنامج والمسابقات التي ستكون بين نجومه عبر فريقين متنافسين، وترشيحي للتجربة جعلني أشعر بسعادة وقلق، وخاصة أنني لم أخض تجربة التقديم من قبل، كما ذكرت، فضلاً عن طبيعة البرنامج، الذي يعتمد على كوميديا المواقف التي تحدث بين النجوم في المسابقات، فطبيعة البرنامج ليس كوميدياً، لكن الكوميديا تخرج من المنافسات الموجودة، وهو أمر ليس سهلاً، وظهر بشكل تلقائي خلال الحلقات وغير مفتعل، وأعتقد أن هذا الأمر أحد أسرار نجاح البرنامج.
- هل استغرق التفكير وقتاً طويلاً؟
- زوجي أحمد فهمي شجعتني بقوة على التجربة، واعتبر الفكرة مناسبة لي جداً، ورأى أنها محطة مهمة بالنسبة لي، وهو ما حدث بالفعل، فالأمر لم يستغرق وقتاً طويلاً، بل على العكس، الأمور تحركت بشكل سريع.
- كيف أثر الارتباط على حياتك؟
- الزواج أثر على حياتي بشكل إيجابي جداً من وجهة نظري حتى الآن، فأصبحت مسؤولة عن بيتي وأهتم به وبتربيته، إضافة إلى الاهتمام بزوجي وشؤونه، فالتغيرات التي حدثت جعلتني أكثر إيجابية ومسؤولة.
- هل البرنامج سبب غيابك عن السباق الرمضاني؟
- ليس هناك علاقة بين الأمرين، فغيابي عن الدراما الرمضانية ارتبط بشكل واضح بعدم وجود العمل الذي أشعر بأنه سيضيف لي على المستوى الفني، لذا فضلت أن اعتذر عن التواجد، رغم حرصي على ذلك في الشهر الكريم على مدار السنوات الخمس الماضية، لكن هذا العام لم أعر على ما يضيف لي فنياً، وخاصة أن نجاح تجربة "الواد سيد الشحات" العام الماضي جعلني أبحث عن التواجد بعمل يحمل نفس القوة فنياً.
- تردد أنك اعتذرت عن المشاركة في "رجال البيت" مع أحمد فهمي؟
- ليس صحيحاً على الإطلاق، وفوجئت بهذا الأمر منشوراً خلال الأسابيع الماضية، رغم أن المسلسل لم يُعرض عليّ من الأساس، والعمل مكتوب من البداية بنفس فريق عمله، وطبيعة وجود ضيوف شرف كثر بالأحداث ربما كان السبب في أن البعض اعتقد أنني رُشحت للعمل.
- هل يعني ذلك أنك لا تمانعين التعاون مع زوجك مجدداً؟
- بالتأكيد، وهو أيضاً لا يمانع، لكن ليس معنى ارتباطنا أن جميع الأعمال ستكون فيها معاً، فكل من لديه ارتباطاته، وإذا كان هناك عمل جيد يمكن أن تقدمه معاً، فلن نتردد في ذلك، شريطة أن يكون مناسباً لكل منا، وليس من أجل العمل معاً فحسب، وهذه قناعة مشتركة بيننا.
- من بين الأخبار التي خرجت اعتزامك تقديم برنامج للأطفال؟
- أتمنى تقديم عمل للأطفال، وهذا الأمر أفكر فيه باستمرار وأضعه أمامي،



فيفي عبده تكشف موقفها من الحجاب والزواج مرة أخرى



كشفت الفنانة المصرية فيفي عبده، موقفها من الحجاب ورأيها في حجاب النجمات الأخرى، وزواجها للمرة السادسة. فيفي عبده، قالت خلال لقاءها في برنامج "راحت علينا"، والذي يقدمه الإعلامي هشام حداد: "لو أراد رينا نهج حجاب طبعاً.. لو رينا أمرني قومي البسي الحجاب بس مش هقلعه"، ويسألها هل تلمح للشذات اللاتي خلعتن مرة أخرى مثل صابرين، رفضت فيفي التعليق، مكتفية بقولها: "رينا بيحاسب كل واحد لوحده.. فاكل واحد مسئول عن نفسه..".

وأنت برضوا ما تعرفن ظروفها إيه.. لكن أنا بإذنك يارب لو حظيت الحجاب لا يمكن أقلعه أبداً". وعن إمكانية زواجها للمرة السادسة، حال انفصلت عن زوجها الحالي، قالت: "نعم... تاني وتالت وعاشر.. ما تجوزش ليه عارجه ولا مكسحة؟".

يذكر أن فيفي عبده تشارك في الموسم الرمضاني الحالي ببرنامج "خلي بالك من فيفي"، المذاع عبر قناة mbc مصر و5 mbc، وهو عبارة عن برنامج مقالب كوميدية، يستضيف عدداً من الفنانين المغاربة والعرب. وكان آخر أعمال فيفي عبده الدرامية، مسلسل (مملكة الخبز)، وهو من بطولة حورية فرغلي، وسامح الصريطي، وأحمد كرامة، وسناء شافع، وحسام الجندي، وحازم سمير، وميار الغيطي، وغيرهم، من تأليف محمد الغيطي وإخراج عبد العزيز حشاد، ومن إنتاج شركة الذهب للنتاج الفني بالتعاون مع نقابة المهن السينمائية.

نور اللبنانية: ظهوري بالحجاب أمر طبيعي

يمكن أن يشاهدها الجمهور في الأعمال الأخرى. أما عن تفاصيل المكياج وغيرها، فهي تفاصيل بسيطة بالنسبة لما تشغل به نور أثناء التصوير، حيث تركز على الأداء أولاً حتى يصل للجمهور بواقعية وصدق.

أول مرة ولأول مرة تظهر نور بالحجاب والعباءة ضمن أحداث المسلسل، وتعلق على هذا الموضوع، بأن من الطبيعي أن ترتدي علا هذه الأزياء الشعبية، فهي فتاة تعيش في حارة شعبية وهذه الأشياء من التفاصيل الخاصة بالشخصية.

أزمة كورونا

وأكدت نور أن أول ما ستقوم به فور انتهاء أزمة كورونا هو السفر إلى بيروت لرؤية أهلها الذين اشتاقت لهم كثيراً، كما كشفت عن هوايتها للرسم والطبخ حيث تمارس هاتين الهوايتين المحبتين على قلبها معظم أوقات الحظر بعد انتهاء تصوير مسلسلها الرمضاني "البرنس".



لمرة الأولى، تقف نور اللبنانية أمام محمد رمضان في مسلسلها الرمضاني الجديد "البرنس" الذي تخوض من خلاله المنافسة الرمضانية هذا الموسم. تكشف لكم بعض الكواليس الخاصة بدورها في المسلسل، كما تكشف عن أول ما ستعمله بعد انتهاء أزمة كورونا، وكيف تقضي وقتها في أوقات حظر التجوال؟

لوك طبيعي

بشخصية "علا"، تطل نور اللبنانية على الجمهور في المنافسة الرمضانية الجديدة بمسلسل "البرنس" الذي تظهر فيه بنوب الفتاة الشعبية التي تعيش العديد من الأزمات بعد انفصالها وتعرض شقيقتها الوحيد للسجن.

فلأول مرة تطل نور على جمهورها بعد أن تخلت عن المكياج والأناقة التي اعتادها الجمهور في أنوارها الفنية السابقة، حيث أكدت أنها بمجرد أن قرأت السيناريو شعرت بأن علا شخصية حقيقية من لحم ودم ومختلفة كثيراً عن دور الفتاة الشعبية النمطية التي

الفكر

اعداد الشاعر
عبد الله العكبري

حكمة

جعلني ماحتاج إلا لرب العالمين
وجعل مالي من وري الناس منع ولاعطا
طالبك يارب قوة على الاجر الثمين
وطالبك يارب عصمة عن الشئ الخطا

فهد - بزر - غراب



عام
زايد

عام - زايد

بعل نوبانت أمزونه يسجي الظفره و يزويها
لئن يزخر عشب بئونه والغرز تسقي سواقبها
والرمل يغضب أو يزغونه وأبدو تزهى مبانها
ويستجي م الغيث في السونه شترق والوديان يئرها
والجبل تدفق اكونه ويلي الجيعان يارها

الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان (طيب الله ثراه)



يا ذرة التاج الفلحي سما ياس
يا سيد السادات عز البنائيد
شوفك لنا عيد ومجد ونوماس
عيد وغيط اعداك يا حر نايد
لي عاك بخير فلا صوبنا ياس
والله ما لاس مواطيك كايد
ينعاد عيدك يا غلاما له فياس
ومبروك عيدك يا فخر دم زايد
ميثاء الهاملي



... فقد زايد ..
يا وجودي وجد يوم الفراقي ..
يوم غابت فرحته وابتهاجه ..
والله ان الكون هاليوم ضاقي ..
وانطقى نوره وغادر سراجة ..
موت زايد هز سبع طباقى ..
والفضا من فقدة ابدأ أنزعاجه ..
فقد زايد جرح لليوم باقى ..
والله إنا ما لقينا علاجه ..
كان نهر الجود للخير ساقي ..
من كفوفه تنقضي كل حاجه ..
درع للأمة وعون الرفاقي ..
كان فخر الدار حامي سياجه ..
يعرفه شامي يمانى وعراقي ..
عالم بعده تعكر مزاجه ..
غير ذكره لين هاليوم باقى ..
في عياله قد توضح نتاجه ..
هقوة المظلوم يا كل هاقي ..
يكملون السير حسب انتهاجه ..
عن صروف الوقت هم درع واقي ..
فعلهم في الدار بين نتاجه ..
سعيهم مشكور بالخير راقى ..
هم بيون الشعب دوم ابتهاجه ..

معالي الدكتور مانع سعيد العتيبة



كلنا خليفة

الله يعز الشيوخ .. القاده .. الصاملين
وفاهم لبعضهم .. صادق بليا ضجيج
افرح يابو خالد .. وحنا معك .. فارحين
ضحكة خليفة ربيع الشعب واهل الخليج
طالع بزر كله

ريتويت

Following

أحمد الصانع
@aL9aNe3
شاعر
561 Following 74.8K Followers
Followed by محمد المر, مدعج, عبدالله مدعج, and 79 others you follow

لو تحبني ما تخليني حزين
ما تكون، إلا السبب في راحتني
كنت طيب نت غالي كنت زين
تكفا، إعدرتني على صراحتني

Following

يزيد الكنانى
@Yazeedalkenani
شاعر بالتفاصيل
286 Following 2,009 Followers
Followed by رشيد الداهم, الشاعرة عيدة, الجهنى, and 8 others you follow

يا آخر غرام أعيشه وأول غرام
يقرا تفاصيل الشعور من الأخير
للعاطفة في داخلي زحمة كلام
حبيبتي.. محتاج أسوف لك كثير

للتواصل: E-mail: xhms@hotmail.com

@HaFajer

زهرة الرمان

كيف ارسم صورتك واكتب صفاتك
و عنك يعجز... كل حرف ابجدي
من ملامح رقتك واجمل سماتك
غار غصن الغل... والورد الندي
زهرة الرمان... في بسمه شفاتك
والفجر من نور وجهك بيتدي
ما حقت من الوله... لولا غلاتك
وما جرى عطرك بدمي واجسدي
اعطني كفا... ايقرا مفرداتك
من خطوط يدك... قلبي بهندي
في جميع الخلق ما يوجد شراتك
يا امل عمري... ومستقبل غدي
شوفني عصفور اشدو في حياتك
و لك ارفرف دام لي صدرك مدي
من سكن في ضفة احساسك وذاتك
في ضلوع الشوق يحدي لك حدي
ما عشقت بديتي... إلا جهاتك
قبلتي في الحب انت ومقصدي
لا تقول ان الفرح والوقت فاتك
من عرفني... ما عرف حظ ردي
لا يزال البال... يحفظ اغنياتك
يوم عمري طفل وايدك في يدي
كم حضنتك في خفوقي عن شباتك
ودون وصلك كم كسرت المعتدي
في طريقك... كنت اردد ذكرياتك
وبينض شعوري بدريك ويعدني
من عيونك... صرت اعرف امنياتك
و كل ما في الكون لاجلك ينهدني
بالحنايا شلت حبك مع وصاتك
وانت طول العمر تبقى سيدي

عتيق خلفان الكعبي



You Retweeted
@mbarkmmw - Jun 8, 2016
مبارك الودعاني

أقربوا جعل العوافي مداخله
واقئل الله صومكم وين ماكتوا
موقفى ماهوب ذا ما يغني له
للناشغى ماهوب المرته انتوا

