

ص 22

«شخبوط الطبية» توسع
الإجراحة الروبوتية بنظمين
لاستبدال الركبة والورك

ص 27

أحمد السقا: «خلي بالك من
نفسك» يمزج الرومانسية
والكوميديا بالأكشن



السمنة السليمة..

ص 23 وهم أم مرحلة مؤقتة؟

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

«قفلة».. فيلم

مصري يتحدى

السينما التجارية

في وقت تهيمن فيه الأفلام التجارية على شاشات السينما، يراهن الفيلم المصري القصير «قفلة» على الدراما الإنسانية والنفسية، عبر تجربة مختلفة تنحاز إلى الفكرة والبعد الفني أكثر من رهانها على الإيرادات.

وعزز الفيلم حضوره دوليا باختياره للمشاركة في المسابقة الرسمية للأفلام الروائية ضمن مهرجان «لا جواريمبا» السينمائي الدولي في مدينة «كالابريا» الإيطالية، في خطوة تعكس الاهتمام المتزايد بالسينما المصرية المستقلة. وتدور أحداث «قفلة» خلال الساعات الأولى من فجر ليلة العيد، داخل عمارة سكنية تحول تدريجياً إلى مسرح للتوتر والقلق.

تبدأ القصة عندما يتعرض الجد في عائلة «والي» لوعكة صحية مفاجئة تستدعي تدخلاً عاجلاً، فيخادر عدد من رجال العائلة بحثاً عن طبيب لإنقاذه، لكنهم يخفون بصورة غامضة، لتبقى النساء والأطفال وحدهم داخل المبنى في انتظار عودة قد لا تأتي. ومع مرور الوقت، تتزايد حالة الترقب والخوف، قبل أن تظهر فتاة تقيم بالإيجار بصحبة شاب غريب، فتتحول الليلة إلى سلسلة من المواجهات النفسية والشكوك المتبادلة بين سكان العمارة. تتصاعد الأحداث تدريجياً لتكشف كيف يمكن للخوف والظروف الاستثنائية أن يُخرجا أسوأ ما في البشر، عبر معالجة تعتمد على الإيحاء والتوتر النفسي أكثر من الإشارة التقليدية، وتطرح أسئلة عن الأحكام المسبقة والهواجس الإنسانية في لحظات الأزمات.



يُعد الصداع من الأعراض الشائعة لدى الأطفال، وغالباً ما يكون مؤقتاً ولا يدعو إلى القلق، إلا أن ظهوره بشكل متكرر أو ترافقه مع أعراض معينة قد يشير إلى وجود مشكلة صحية تحتاج إلى تقييم طبي.

ويؤكد أطباء وفقاً لموقع «verywellhealth» أن الانتباه إلى

العلامات المصاحبة للصداع يساعد في اكتشاف الحالات التي تتطلب تدخلاً مبكراً، خصوصاً عندما يكون الألم شديداً أو يترافق مع تغيرات في الرؤية أو القيء أو ارتفاع الحرارة وتيبس الرقبة.

لا تتجاهل صداع طفلك.. علامات تستدعي زيارة الطبيب

القديمة وفحوصات الطب تعزو هذا المرض لتفسيرات قاصرة، بدأت بالاضطرابات النفسية ولم تتوقف عند أوهام توسع الأوعية الدموية. غير أن الطفرة العلمية الأخيرة أحدثت إعادة تعريف شاملة لهذا الاضطراب العصبي المعقد، مؤكدة أنه ليس مجرد «صداع عابر»، بل حالة صحية تستوجب رعاية متخصصة. وفي هذا السياق، يكشف المفهوم العلمي الحديث أن نوبات الصداع النصفي تنشأ أساساً عن تحفيز ما يُعرف بالنظام الثلاثي التوائم الوعائي في الدماغ؛ إذ تفرز الألياف العصبية عند تهيجها مادة كيميائية حيوية تدعى ببتيد «CGRP»، وهي المسؤول المباشر عن إطلاق إشارات الألم الحادة. تنشأ ألم الشقيقة عن تفاعل بين النظام الثلاثي التوائم الوعائي. فعند تهيج هذا النظام، تفرز الألياف العصبية ببتيداً يُعرف بـ «CGRP» المرتبط بحديث جين الكالسيتونين، وهو الكيميائي المسؤول عن تفعيل شبكة الألم في الدماغ.

ومن أبرز هذه الإجراءات: الحصول على ساعات نوم كافية ومنظمة. الاهتمام بنظام غذائي متوازن وتقليل بعض الأطعمة التي قد تحفز الصداع لدى بعض الأطفال، مثل اللحوم المصنعة، والجبن، والشوكولاتة، والمكسرات، والمخللات. تشجيع الطفل على ممارسة أنشطة تساعد على الاسترخاء، مثل تمارين اليوغا المناسبة لعمره. ويظل تقييم الطبيب ضرورياً عندما يكون الصداع متكرراً أو شديداً أو مصحوباً بعلامات غير معتادة، لضمان تحديد السبب والحصول على العلاج المناسب في الوقت المناسب.

كيف تفسر الأبحاث الحديثة سر الصداع النصفي؟ عادت الشقيقة، أو ما يُعرف بالصداع النصفي، لتتصدر اهتمامات الأوساط الطبية بعد عقود طويلة من الفهم الخاطئ والتهميش؛ فمند العصور

مشكلات في التوازن. تعرض الطفل لنوبات تشنج أو إصابته بالصرع. خيارات علاج الصداع يعتمد علاج الصداع لدى الأطفال على السبب ونوع الصداع الذي يعاني منه الطفل، إذ يحدد الطبيب العلاج المناسب بعد تقييم الحالة. وقد تشمل بعض الخيارات العلاجية النصفي، إضافة إلى بعض الأدوية التي تستخدم في حالات معينة مثل أدوية علاج الصرع، أو حاصرات بيتا، أو بعض أدوية الاكتئاب، وذلك وفقاً لتوصيات الطبيب فقط.

عادات تقلل فرص الإصابة بالصداع لا يمكن منع الصداع عند الأطفال بشكل كامل، لكن بعض التغييرات في نمط الحياة قد تساعد على تقليل تكرار النوبات وتحسين قدرة الطفل على التعامل معها.

علامات تستدعي مراجعة الطبيب رغم أن معظم حالات الصداع لدى الأطفال لا تكون خطيرة، إلا أن هناك مؤشرات لا ينبغي تجاهلها، ومن أبرزها: إصابة طفل صغير جداً بالصداع، خاصة من هم دون سن السادسة. استيقاظ الطفل من النوم بسبب شدة الألم. ظهور الصداع في ساعات الصباح الباكر بشكل متكرر. زيادة الألم عند بذل مجهود مثل السعال أو العطس. تكرار القيء دون وجود أعراض أخرى تشير إلى الإصابة بعدوى معوية. مصاحبة الصداع لحمى شديدة أو تيبس في الرقبة. تحول الصداع إلى حالة مستمرة أو ازدياد حدته مع الوقت. ظهور تغيرات واضحة في سلوك الطفل أو شخصيته. حدوث اضطرابات في الرؤية. وجود ضعف في الذراعين أو الساقين أو

ماذا يحدث لجسمك اذا تناولت الحلويات ليلاً؟

يرغب كثيرون في تناول الحلويات خلال ساعات الليل، ويستيقظ طيف آخر منا ليلاً متجهاً نحو التلاجة أو أدراج المطبخ بحثاً عن أي حلويات أو سكاكر لإشباع رغبة ملحة في تناول أي شيء حلو مذاق.

ويحذر خبراء الصحة من مخاطر تناول الحلويات ويستعرضون جانباً من المحظورات التي لا يفضل تناولها خلال الليل، وهي: الشرروبات الحلاة بمختلف أنواعها لأنها ترفع مستوى السكر في الدم بسرعة.

الحلويات، والمربى والكراميل، والشوكولاتة لاحتوائها على نسبة عالية من السكر.

منتجات الدقيق مثل الكعك، والبسكويت، والخبز الأبيض، لأنها تحتوي على كربوهيدرات بسيطة، ما يسبب ارتفاعاً مفاجئاً في مستوى الغلوكوز.

الفواكه ذات المؤشر الجلايسيمي المرتفع مثل الموز، والعنب، والتمر، والبطيخ، لأنها قد تزيد العبء على البنكرياس.

أخبار ذات صلة وترجع الدكتوراة إيرينا ليالينا عميدة كلية العلوم بجامعة التعليم السبب الرئيسي لكون تناول الحلويات في الليل مضراً إلى الارتفاع الحاد بمستوى السكر في الدم، بحسب صحيفة «إرفيستيا» الروسية.

العلاج الهرموني التعويضي.. هل

يزيد خطر سرطان الغدة الدرقية؟

كشفت دراسة حديثة عن وجود ارتباط بين استخدام العلاج الهرموني التعويضي «HRT»، لفترات طويلة وزيادة خطر الإصابة بسرطان الغدة الدرقية لدى النساء، خصوصاً عند الاستمرار عليه لأكثر من خمس سنوات، إلا أن الباحثين أكدوا أن النتائج تشير إلى ارتباط إحصائي فقط ولا تثبت وجود علاقة سببية مباشرة، وفقاً لموقع Women>s Health.

وشملت الدراسة، التي عُرضت خلال المؤتمر السنوي لجمعية الغدد الصماء 2026،ENDO، بيانات 5.7 مليون امرأة من هيئة التأمين الوطني الكورية، ممن تجاوزن سن الأربعين وخضعن لفحوصات للكشف عن سرطان الثدي وعنق الرحم بين عامي 2010 و2023.

وأظهرت النتائج تسجيل نحو 2.4 حالة إصابة بسرطان الغدة الدرقية لكل 1000 امرأة سنوياً، مع ارتفاع الخطر لدى النساء ذوات سنوات الإنجاب الأطول، وكذلك لدى من استخدمن العلاج الهرموني لمدة خمس سنوات أو أكثر.

وأوضحت الدكتوراة فالنتينا تاراسوفا، طبيبة الغدد الصماء بمركز موفيت للسرطان، أن هرمون الإستروجين قد يؤثر في خلايا الغدة الدرقية عبر تحفيز نمو الخلايا وتنشيط مسارات مرتبطة بتطور الأورام، مع احتمال تأثيره في الإجهاد التأكسدي وتكوين أوعية دموية تغذي الأورام.

لكن خبراء أشاروا إلى أن ارتفاع معدلات تشخيص سرطان الغدة الدرقية لدى النساء قد يرتبط أيضاً بزيادة الفحوصات الطبية والتصويرية، التي تكشف أحياناً عن أورام صغيرة، إضافة إلى وجود عوامل جينية وبيئية أخرى. وتعد الغدة الدرقية مسؤولة عن إنتاج هرمونات تنظم عمليات حيوية في الجسم، فيما تمثل سرطاناتها نحو 2% من حالات السرطان الجديدة سنوياً، مع معدل بقاء على قيد الحياة لمدة خمس سنوات يصل إلى 98.3% وفق المعهد الوطني للسرطان.

مدينة أميركية تبني أطول
كسارة بندق في العالم

دخلت مدينة لوفيرن بولاية مينيسوتا الأميركية دائرة الأرقام القياسية، بعد تشييد أكبر كسارة بندق في العالم، في خطوة تهدف إلى تعزيز السياحة وتحويل المدينة الصغيرة إلى وجهة لعشاق الأرقام القياسية.

وكشفت المدينة، خلال احتفال حضره مئات السكان والزوار، عن الجسم العملاق الذي أطلق عليه اسم «فيرن الوطني»، ويبلغ ارتفاعه 65 قدماً و7.5 بوصة، وهو 20 متراً، بينما يرفعه قاعدة إضافية بارتفاع 9 أقدام ليصل إلى نحو 75 قدماً فوق سطح الأرض. ويتميز الجسم بفك متحرك يعمل بالفعل، في لمسة أضفت عليه طابعاً تفاعلياً. وبهذا الارتفاع، يتجاوز الجسم بأكثر من الضعف الرقم القياسي الحالي المسجل في موسوعة غينيس، والذي يعود إلى كسارة بندق في مدينة نونيهانوزن الألمانية يبلغ ارتفاعها نحو 10 أمتار، فيما تتوقع المدينة الأميركية اعتماد الرقم القياسي الجديد رسمياً.

كيف ينجح الدماغ في تجاهل طنين الأذن؟

كشفت دراسة حديثة أن الدماغ قد يطور آلية للتكيف مع طنين الأذن مع مرور الوقت، عبر إعادة تنظيم نشاطه العصبي، وهو ما قد يفسر اختلاف تأثير الحالة بين المرضى ويفتح المجال أمام تطوير علاجات أكثر دقة، وفقاً لدراسة نُشرت في مجلة iScience.

وأجرى الدراسة باحثون في الصين، تابعوا نشاط الدماغ لدى 45 شخصاً لا يعانون من فقدان واضح في السمع، وقسموهم إلى ثلاث مجموعات: مصابون بطنين حديث، وآخرون يعانون من طنين مزمن، إضافة إلى تعاني من الطنين.

وباستخدام تقنية تخطيط كهربائية الدماغ «EEG»، رصد الباحثون نشاطاً مرتفعاً في شبكة البروز لدى المصابين حديثاً، وهي المنطقة المسؤولة عن توجيه الانتباه إلى المنبهات المهمة؛ ما يشير إلى أن الدماغ يتعامل مع الطنين كإشارة تستدعي التركيز المستمر.

وفي الوقت نفسه، انخفض نشاط الشبكة التنفيذية المركزية المرتبطة بالتحكم المعرفي والتكيف مع المؤثرات المتكررة، وهو ما قد يفسر صعوبة تجاهل الطنين في مراحله الأولى. أما لدى المصابين بطنين مزمن، فأظهرت النتائج أن أنماط التواصل بين شبكات الدماغ أصبحت أكثر استقراراً، في مؤشر على حدوث تكيف عصبي يساعد الدماغ على التعايش مع الصوت المستمر، دون أن يعني ذلك اختفاء الطنين أو تحسنه.

هل تأكل التفاحة كاملة أم ترمي اللب؟
مفاجأة عن الجزء الأكثر فائدة

وصحة القلب. يتضمن اللب نسبة عالية من ألياف «البكتين»، وهي ألياف قابلة للذوبان تغذي البكتيريا الصديقة في القولون، وتساعد على انتظام حركة الأمعاء، وتقليل التهابات الجهاز الهضمي، والسيطرة على مستويات السكر في الدم.

يحتوي الجزء الأوسط على تركيزات مرتفعة من الفلافونويد والبولي فينول وفيتامينات «C» و«E»، وهي مركبات تحمي الخلايا من التلف، وتساعد في خفض ضغط الدم المرتفع. وعلى الرغم من الفوائد الغذائية لللب، يشدد الخبراء على ضرورة إزالة البذور قبل التناول. تحتوي بذور التفاح على مادة «الأميغدالين»، والتي تتحول عند مضغها وهضمها إلى سيانيد الهيدروجين، وهو مركب سام.

اعتاد الكثيرون على التخلص من لب التفاح «الجزء الأوسط»، عند تناوله، إلا أن الأبحاث الطبية الحديثة تشير إلى أن هذا الجزء المغفل قد يحتوي على التركيز الأعلى من العناصر الغذائية المفيدة لصحة الإنسان مقارنة باللب الخارجي والقشرة.

ووفقاً للتقرير الطبي الصادر عن المتخصصة في الصحة العامة كاري مادورمو، فإن لب التفاح يعد مصدراً غنياً بالبكتيريا النافعة «البروبيوتيك»، والمركبات المضادة للأكسدة، ما يجعله داعماً قوياً لصحة الجهاز الهضمي والمناعي. يضم لب التفاح أعلى تركيز من الميكروبات الحية النافعة التي تساعد في تعزيز تنوع الميكروبيوم المعوي، وهو ما ينعكس إيجابياً على مناعة الجسم





منوعات

الفجر

22

زايد بن حمد بن حمد آل نهيان يزور شرطة الفجيرة ويطلع على جهودها في مكافحة المخدرات



غاثم الكعبي الدروع التذكارية، تأكيداً على عمق التعاون والشراكة بين الجانبين، ودعماً للجهود الوطنية الرامية إلى تعزيز أمن المجتمع والحد من أفة المخدرات.



وأشاد معالي الشيخ زايد بن حمد بن حمدان آل نهيان بما لسه من تطور في منظومة العمل بشرطة الفجيرة، وما تقدمه من مبادرات نوعية وحلول تقنية مبتكرة لدعم الجهود الوطنية في مكافحة المخدرات، مثمناً

•• الفجيرة - الفجر:

زار معالي الشيخ زايد بن حمد بن حمدان آل نهيان، رئيس الجهاز الوطني لمكافحة المخدرات، القيادة العامة لشرطة الفجيرة، حيث كان في استقباله سعادة اللواء محمد أحمد بن غاثم الكعبي، القائد العام لشرطة الفجيرة، بحضور نائب القائد العام، والمدراء العاملين، وعدد من مدراء الإدارات. ورحب سعادة القائد العام بمعاليه، مؤكداً حرص شرطة الفجيرة على مواصلة تطوير منظومة مكافحة المخدرات، من خلال تبني أحدث التقنيات الأمنية، وتعزيز الشراكات المؤسسية، وتنفيذ المبادرات الوقائية التي تسهم في حماية المجتمع وتعزيز جودة الحياة. واطلع معاليه خلال الاجتماع على أبرز جهود شرطة الفجيرة في مجال مكافحة المخدرات، حيث استعرضت القيادة مبادراتها في نشر الوعي المجتمعي عبر تقنية Meta Hub، باعتبارها وسيلة تفاعلية مبتكرة لإيصال الرسائل التوعوية إلى مختلف فئات المجتمع، بما يسهم في ترسيخ الثقافة الوقائية من مخاطر المخدرات. واستمع معاليه إلى شرح حول نظام طورته شرطة الفجيرة لتنسيق أعمال رجال مكافحة المخدرات

«شخبوط الطبية» توسع الجراحة الروبوتية بنظامين لاستبدال الركبة والورك

المفصل الصناعي، وزيادة دقة تثبيته، إلى جانب تسريع فترة التعافي وإعادة التأهيل، بما يساعد المرضى على استعادة قدرتهم على الحركة خلال فترة زمنية أقصر. وقال الدكتور عبدالقادر المصعبي، الرئيس الطبي التنفيذي لمدينة الشيخ شخبوط الطبية، إن التوسع في تطبيق الجراحة بمساعدة الروبوت عبر تخصصات متعددة، إلى جانب الاستثمار في التقنيات المتقدمة والخبرات السريرية، يسهم في تحقيق دقة أكبر ونتائج علاجية أفضل، وتعزيز خدمات جراحة العظام، وتوفير خيارات جراحية متقدمة للمرضى بالقرب منهم. وأكد الدكتور جوزيف السوسو، استشاري ورئيس قسم جراحة العظام في مدينة الشيخ شخبوط الطبية، أن التقنيات الروبوتية تتيح التخطيط الدقيق لعملية استبدال المفصل وتحديد موضع المفصل الصناعي بما يتوافق مع البنية التشريحية والاحتياجات الوظيفية لكل مريض، مشيراً إلى أن النجاح لا يقتصر على

سعت مدينة الشيخ شخبوط الطبية، إحدى المنشآت الطبية التابعة لمجموعة «بيوريث»، نطاق خدماتها في الجراحة الروبوتية بإدخال نظامين روبوتيين متقدمين لإجراء عمليات استبدال مفصلي الركبة والورك، في خطوة تعزز الوصول إلى رعاية متقدمة في جراحة العظام بدولة الإمارات، وترسخ مكانة المدينة مركزاً رائداً للجراحة الروبوتية والرعاية الصحية القائمة على الدقة. وتتيح المنظومتان الروبوتيتان الجديدتان تطبيق نهج علاجي مخصص في جراحات استبدال المفاصل، بما يمكن الجراحين من تصميم الإجراءات وفق الاحتياجات التشريحية والوظيفية لكل مريض، مع تعزيز دقة الجراحة وموضع الغرسات. وترتبط جراحات استبدال المفاصل بمساعدة الروبوت بانخفاض معدل النزيف أثناء العملية، وتحسين محاذاة

•• أبوظبي-وام:



لدعم التدريب الطبي وتبادل الخبرات الأكاديمية والتعليم والأبحاث المشتركة

تعاون أكاديمي بين معهد برجيل للأورام وكلية «ستريتش» الأمريكية للطب



المهني. وقالت الدكتورة تيريزا نفوين، مديرة مركز الصحة المجتمعية والعالمية وأستاذة طب الطوارئ في كلية ستريتش للطب: «ستمنح هذه الاتفاقية لطلبتنا فرصة للتعلم في بيئة رعاية صحية مختلفة، والتفاعل مع أطباء يقدمون الرعاية لمرضى ينتمون إلى خلفيات ثقافية وسريرية متنوعة، كما نتطلع إلى استكشاف فرص التعاون مع زملائنا في معهد برجيل للأورام وشبكة برجيل الأوسع في مجالات تبادل أعضاء هيئة التدريس، والتعليم، والبحث العلمي». وقد تأسست كلية ستريتش للطب التابعة لجامعة لويولا في شيكاغو عام 1909، وتقدم برامج التعليم الطبي الجامعي، والدراسات العليا، والتعليم الطبي المستمر، إلى جانب التعليم والبحث في العلوم الطبية الحيوية، ويضم حرمها للعلوم الصحية مركز الكاردينال برناردين للسرطان، الذي يجمع بين البحث العلمي في مجال السرطان، والتعليم، ورعاية المرضى ضمن منظومة متكاملة. ويجمع معهد برجيل للأورام في مدينة برجيل الطبية بأبوظبي، نخبة من الخبرات متعددة التخصصات في مجالات علاج الأورام الطبية، وعلاج الأورام الجراحي، والعلاج الإشعاعي، وأمراض الدم، وزراعة نخاع العظم، والطب البديقي، والرعاية الداعمة، بما يوفر نموذجاً متكاملأ لرعاية مرضى السرطان.

•• أبوظبي-الفجر:

وقع معهد برجيل للأورام في مدينة برجيل الطبية بأبوظبي، مذكرة تفاهم مع كلية «ستريتش» للطب التابعة لجامعة لويولا في شيكاغو بالولايات المتحدة الأمريكية، بهدف تعزيز التعليم والتدريب الطبي، والتعاون الأكاديمي، والأبحاث العلمية المشتركة، مع التركيز في المرحلة الأولى على مجال الأورام، وجاءت هذه الاتفاقية ثمرة سلسلة من الزيارات المتبادلة بين معهد برجيل للأورام ومركز الكاردينال برناردين للسرطان التابع لجامعة لويولا في شيكاغو، حيث بحث ممثلو الجانبين فرص التعاون في مجالات تعليم الأورام، والتدريب الطبي، والبحث العلمي، ورعاية المرضى، وسيتولى تنسيق وتنفيذ برنامج التدريب الطبي الذي تنص عليه الاتفاقية، أكاديمية برجيل للتدريب، وهي الجهة المعنية بالتعليم الطبي والتطوير المهني في شركة برجيل القابضة، وتمثل هذه الاتفاقية أول تعاون أكاديمي للأكاديمية مع كلية طب في الولايات المتحدة. وسيتمكن طلبة وبموجب مذكرة التفاهم، سيتمكن طلبة كلية «ستريتش» للطب من الالتحاق ببرامج التدريب الطبي Clinical Electives، تحت إشراف مختصين في المستشفيات والمنشآت التخصصية التابعة لبرجيل القابضة في دولة الإمارات. فرص جديدة في التعليم الطبي سيحصل الطلبة على فرصة للاطلاع على مجموعة واسعة من التخصصات الطبية والجراحية، مع التعلم ضمن نظام رعاية صحية يخدم شريحة متنوعة من المرضى، وسيتم تحديد هيكل البرامج التدريبية ومدتها بشكل مشترك بين المؤسستين، مع مراعاة المتطلبات الأكاديمية والتنظيمية المعمول بها. وقال البروفيسور حميد الشامي الرئيس التنفيذي لمعهد برجيل للأورام: «تعزيز هذه الاتفاقية العلاقة الأكاديمية التي تأسست بين معهد برجيل للأورام ومركز الكاردينال برناردين للسرطان، وتوفر فرصاً لتطوير التعليم والبحث العلمي في مجال الأورام، كما تتيح للطلبة وأعضاء هيئة التدريس

«المركز الزراعي الوطني»: المزارع الإماراتي شريكنا الأول في تطوير القطاع الزراعي



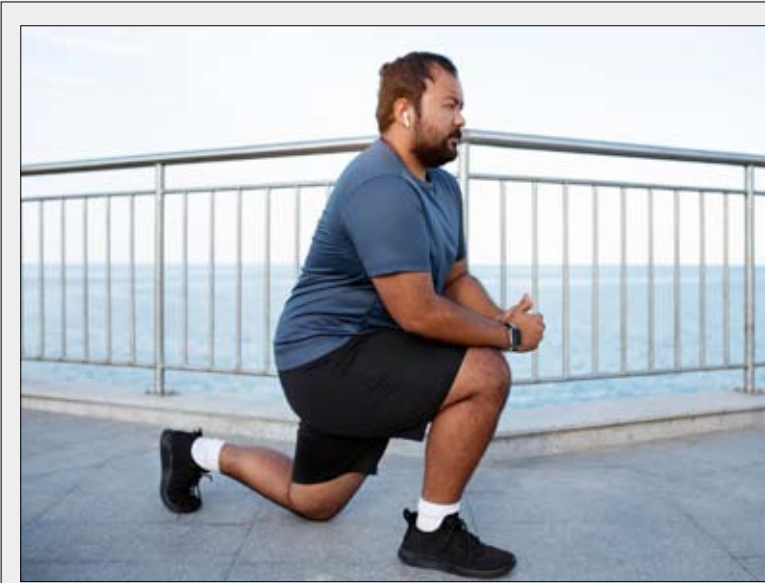
وتطوير سلاسل القيمة، ورفع تنافسية المنتج الوطني، وتوسيع فرص وصوله إلى الأسواق، من خلال مراكز موزعة على مواقع جغرافية مختلفة في دولة الإمارات، بما يقرب الخدمات الفنية والتشغيلية والتسويقية من المزارعين. ويُنفذ مشروع مركز «الحمراية» في إمارة رأس الخيمة بالتعاون مع شركة «سلال»، في إطار الجهود الرامية إلى رفع كفاءة الخدمات المقدمة للمزارعين وتطوير سلاسل القيمة للمنتجات الزراعية الوطنية. وقدمت شركة «سلال» عرضاً تقديمياً استعرضت فيه آلية التسجيل وتسويق المنتجات الزراعية عبر مركز «الحمراية»، وأجابت عن استفسارات المزارعين المتعلقة بعمليات التسويق والأسعار والدفعات. كما استعرضت الورشة برنامج الممارسات الزراعية الجيدة الإماراتية UAE G.A.P، الذي يمكن المزارعين من تطبيق أفضل الممارسات وفق المعايير الدولية المعتمدة، بما يحسن جودة المنتجات الزراعية وسلامتها، ويرشد كفاءة الإنتاج، ويرشد استخدام الموارد الطبيعية. ويمثل البرنامج إطاراً وطنياً لتوحيد معايير الزراعة المستدامة، ورفع تنافسية المنتجات الزراعية الإماراتية في الأسواق المحلية والعالمية. وتساعد شهادة الممارسات الزراعية الجيدة الإماراتية UAE G.A.P، المزارع الحاصلة عليها على استيفاء متطلبات الجودة والسلامة والتتبع، وبناء علاقات أكثر استدامة مع منافذ البيع وسلاسل التوريد، وتعزيز فرص الوصول إلى أسواق تصديرية جديدة والإسهام في خفض تكاليف الإنتاج الزراعي. وينفذ البرنامج بالتعاون مع هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية، ضمن تكامل الجهود الوطنية الرامية إلى توسيع

•• رأس الخيمة - الفجر:

نظم المركز الزراعي الوطني ورشة تفاعلية جمعت مزارعين من مختلف مناطق إمارة رأس الخيمة، ضمن سلسلة لقاءاته الدورية الرامية إلى تعزيز التواصل المباشر مع المزارعين، وتعريفهم بخدمات المركز ومبادراته، والاستماع إلى احتياجاتهم وتحدياتهم ومقترحاتهم. وتأتي الورشة انسجاماً مع رؤية القيادة الرشيدة في تمكين المزارعين وترسيخ دورهم في تطوير القطاع الزراعي، بوصفه ركيزة أساسية للأمن الغذائي، وتجسيدا لاستهدافات البرنامج الوطني «ازرع الإمارات». وجسدت الورشة نهج المركز القائم على إشراك المزارعين في تصميم الحلول والخدمات التي تستجيب لاحتياجات الميدان الزراعي، بالتعاون مع الجهات الحكومية والخاصة، كما أتاحت منصة للحوار المباشر وتبادل الرؤى بشأن سبل رفع كفاءة الإنتاج، وتحسين جودة المنتجات الوطنية، وتعزيز استدامة الزراعة. وارتكز اللقاء على ثلاثة محاور رئيسية شملت الاستماع إلى المزارعين باعتبارهم أساس تطوير القطاع، وتعريفهم بالمبادرات والمشاريع المناخية تبني الحلول والتقنيات الحديثة والإدارة المستدامة للموارد الطبيعية، إلى جانب تعزيز مشاركتهم في تحقيق الاستدامة الزراعية والأمن الغذائي. وركزت الورشة على مشروع المراكز المتكاملة لخدمات المزارعين، الذي يوفر للمزارعين منظومة مترابطة من الخدمات تشمل الإرشاد الزراعي، وتوفير مدخلات الإنتاج، وربط المزارعين بعمليات التعبئة والتغليف، والتسويق، والتوزيع. ويسهم الشروع في تحسين كفاءة العمليات الزراعية،

منوعات الفكر

23



قد يتساوى شخصان في العمر والوزن ومؤشر كتلة الجسم، لكن حالتها الصحية تكون مختلفة تماما. فقد يعاني أحدهما ارتفاع ضغط الدم وسكر الدم والدهون الثلاثية، إلى جانب تراكم الدهون داخل الكبد، بينما تكون تحاليل الآخر ضمن الحدود الطبيعية ولا تظهر عليه اضطرابات واضحة. لكن تقارب الوزن لا يعني تساوي المخاطر الصحية، كما أن التحاليل الطبيعية لا توفر حماية كاملة أو دائمة من مضاعفات السمنة.

الميزان وحده لا يكفي لتشخيص الخطر الصحي

السمنة السليمة . . وهم أم مرحلة مؤقتة؟



– اللياقة القلبية التنفسية والقدرة على الحركة.
– التاريخ العائلي للسكري وأمراض القلب.
– التدخين والنوم والنشاط ونوعية الغذاء.
ولا يحتاج جميع المصابين بالسمنة إلى الدرجة نفسها من العلاج، إذ تكون الحاجة إلى التدخل أكبر لدى من يعانون السكري أو الضغط أو مرض الكبد الدهني أو خلا واضحا في وظائف الأعضاء.
لكن النشاط البدني المنتظم، والغذاء المتوازن، والنوم الكافي، وتحسين اللياقة، ومنع زيادة الوزن المستمرة، تبقى مفيدة للجميع.
وقد تحسن حساسية الإنسولين وضغط الدم ودهون الكبد واللياقة قبل حدوث تغير كبير في رقم الميزان. وينبغي في الوقت نفسه تجنب وصم الأشخاص أو اختزال صحتهم وقيمتهم في أوزانهم، لأن الوصمة قد تدفع بعضهم إلى الابتعاد عن الرعاية الطبية.

صحة مؤقتة وليست ضمانا دائما

يمكن أن يكون الإنسان مصابا بالسمنة من دون أن يعاني حاليا السكري أو ارتفاع الضغط أو اضطراب الدهون، وقد تكون صحته أفضل كثيرا من شخص آخر لديه الوزن نفسه لكنه يعاني اضطرابات أيضية متعددة.
لكن ذلك لا يعني أن السمنة غير ضارة، ولا يضمن استمرار الصحة الأيضية مستقبلا. فالخاطر تتأثر بـمكان تراكم الدهون، وصحة النسيج الدهني، واللياقة، والعمر، والوراثة، ووجود أضرار في الأعضاء قد لا تكشفها التحاليل المعتادة.
السمنة ليست حكما فوريا بالمرض، لكن التحاليل الطبيعية ليست شهادة دائمة بالأمان. والأق أن نقول إن الإنسان قد يكون مصابا بالسمنة وسليما أيضا في الوقت الحالي، لكن الحفاظ على هذه الصحة يتطلب نمط حياة متوازن، ومتابعة منتظمة، وتقييما طبيا يتجاوز رقم الميزان.



درجة مشابهة من السمنة، ولو لفترة محدودة. وتشير الأبحاث إلى أن أصحاب السمنة السليمة أيضا قد يتمتعون بقدرة أفضل على تكوين خلايا دهنية جديدة وصغيرة تخزن الطاقة بصورة آمنة، بدلا من استمرار تضخم الخلايا الموجودة حتى تفقد وظيفتها.
كما يكون لديهم عادة قدر أقل من الدهون الحشوية ودهون الكبد، وحساسية أفضل للإنسولين، والتهاب وتليف أقل داخل النسيج الدهني، ومستويات أعلى من بعض الهرمونات المفيدة مثل الأديبونكتين.
ويدرس العلماء أيضا تدفق الدم داخل النسيج الدهني، ووظائف الميتوكوندريا المسؤولة عن إنتاج الطاقة، وقدرة الدهون على البقاء في مخازنها الطبيعية بدلا من الانتقال إلى الكبد والعضلات والبنكرياس.
كما تبحث دراسات الجينوم والبروتينات والمستقبلات والحمض النووي الريبي الدقيق في الاختلافات الجزيئية التي قد تفسر هذه المرونة الأيضية.
وقد يساعد فهم هذه الآليات مستقبلا على تطوير علاجات تحسن قدرة النسيج الدهني على تخزين الدهون، أو تقلل الالتهاب والتليف، أو تحد من انتقال الدهون إلى الأعضاء، أو تستعيد حساسية الإنسولين. لكن الأمر يحتاج إلى الحذر، فبعض الاختلافات الجزيئية قد يكون نتيجة للحماية وليس سببا لها، ولا يمكن تحويل أي اكتشاف إلى علاج قبل إثبات قدرته على تغيير مسار المرض فعليا.

هل هي أقل خطورة؟

يتمتع أصحاب السمنة السليمة أيضا عموما بصحة أفضل وخطر أقل للإصابة بالسكري وأمراض القلب مقارنة بمن يعانون السمنة المصحوبة بارتفاع الضغط والسكر واضطراب الدهون. لكن عند مقارنتهم بأشخاص ذوي وزن طبيعي وصحة أيضية جيدة، تصبح النتائج أقل طمأنينة.
فقد أظهرت دراسات أن مخاطر السكري وأمراض القلب، خصوصا قصور القلب، قد تظل أعلى لدى المصابين بالسمنة، حتى عندما تكون تحاليلهم الأيضية طبيعية في البداية.
وتابعت إحدى الدراسات أكثر من 381 ألف مشارك في البنك الحيوي البريطاني مدة تجاوز متوسطها 11 عاما. ووجدت أن السمنة السليمة أيضا ارتبطت، مقارنة بالوزن الطبيعي والصحة الأيضية الجيدة، بزيادة مخاطر السكري وأمراض القلب وقصور القلب وأمراض الجهاز التنفسي والوفاة المبكرة.
ولا تعني هذه النتائج أن كل شخص مصاب بالسمنة سيصاب بهذه الأمراض، بل تشير إلى ارتفاع الاحتمال الإحصائي داخل مجموعة كبيرة.

كما لم تصل جميع الأبحاث إلى النتيجة نفسها. فقد أوضحت مراجعة نشرتها مجلة "نيتشر ريفيوز إندوكرينولوجي" (Nature Reviews Endocrinology) عام 2024 أن خطر أمراض القلب يرتفع بدرجة متوسطة عند استخدام التعريفات التقليدية للسمنة السليمة أيضا، لكنه قد يقترب من خطر أصحاب الوزن الطبيعي عند تطبيق معايير صارمة تراعي توزيع الدهون وعوامل الخطر. ولا يثبت ذلك أن السمنة آمنة، بل يؤكد أن المصابين بها ليسوا مجموعة صحية واحدة، وأن تقدير الخطر لا ينبغي أن يعتمد على الوزن وحده.

صحة اليوم لا تضمن الغد

السمنة السليمة أيضا ليست دائما حالة مستقرة. فقد يحتفظ بعض الأشخاص بصحتهم الأيضية سنوات، بينما ينتقل آخرون تدريجيا إلى مقاومة الإنسولين أو اضطراب الدهون أو ارتفاع الضغط والسكري.
وفي دراسة واسعة أجريت على بالغين في الصين، انتقل نحو 40% من أصحاب الوزن الزائد أو السمنة الذين كانوا سليمين أيضا إلى حالة غير سليمة خلال فترة المتابعة، وارتبط هذا التحول بزيادة واضحة في خطر الحوادث القلبية والوعائية.
وتزداد احتمالات هذا الانتقال مع تراكم الدهون الحشوية ودهون الكبد، والتقدم في العمر، وقلة النشاط، وتراجع اللياقة، واضطراب النوم، وزيادة الوزن، والاستعداد الوراثي.
ولهذا قد يكون وصف "السمنة دون اضطرابات أيضية ظاهرة حاليا" أكثر دقة من تعبير "السمنة الصحية"، الذي قد يوحي شعورا زائفا بالأمان.

التحاليل لا ترصد كل المضاعفات

تركز معظم تعريفات الصحة الأيضية على السكر والضغط والكوليسترول والدهون الثلاثية، لكنها قد تتجاهل مشكلات أخرى مرتبطة بالسمنة، مثل:
– انقطاع التنفس في أثناء النوم.
– آلام المفاصل وصعوبة الحركة.

–تناول أدوية السكري أو الضغط أو اضطراب الدهون.
–وجود مرض قلبي وعائي سابق.
وقد يُعد الشخص سليما أيضا في بعض الدراسات إذا لم يكن يعاني أيًا من هذه الاضطرابات، بينما تسمح دراسات أخرى بوجود عامل خطر واحد، وأحيانا عاملين.
وبالتالي، قد يُصنف الشخص نفسه ضمن فئة السمنة السليمة أيضا وفقا لتعريف، بينما يُعد غير سليم وفق تعريف آخر. وكلما كانت المعايير أكثر تساهلا، ارتفعت نسبة الأشخاص المصنفين ضمن هذه الفئة، والعكس صحيح.
كما أن ظهور التحاليل بصورة طبيعية في يوم معين لا يعني غياب جميع التأثيرات المبكرة للسمنة، إذ قد تبدأ تغيرات داخل الكبد أو الأوعية الدموية أو النسيج الدهني قبل أن يصل السكر أو الضغط إلى مستويات تسمح بتشخيص المرض.

ليست كل الدهون متشابهة

لا يمكن فهم السمنة بالنظر إلى الدهون باعتبارها كتلة واحدة. فمكان تخزين الدهون وطريقة تعامل الجسم معها قد يكونان أكثر أهمية من كميتها وحدها.
يمكن تشبيه النسيج الدهني بمستودع للطاقة. وعندما يمتلك هذا المستودع قدرة جيدة على التوسع، يستطيع تخزين الدهون تحت الجلد بصورة أكثر أمانا، مما يقلل تسربها إلى أعضاء لا يفترض أن تخزنها بكميات كبيرة.

لكن عندما تتضخم الخلايا الدهنية وتعرض للإجهاد وتفقد قدرتها على تخزين مزيد من الطاقة، تبدأ الأحماض الدهنية في الانتقال إلى الدم والتراكم في الكبد والعضلات والبنكرياس وحول الأعضاء الداخلية.
ويساهم هذا التراكم في الالتهاب ومقاومة الإنسولين واضطراب السكر والدهون. ولهذا ترتبط الدهون الحشوية المحيطة بأعضاء البطن، ودهون الكبد والعضلات، بمخاطر أيضية أكبر من الدهون الموجودة تحت الجلد، خاصة في منطقتي الوركين والفخذين.
ويتميز كثير من أصحاب السمنة السليمة أيضا بكمية أقل من الدهون الحشوية ودهون الكبد، وحساسية أفضل للإنسولين، والتهاب أقل في النسيج الدهني، ولياقة قلبية تنفسية أعلى من أشخاص آخرين لديهم مؤشر كتلة الجسم نفسه.
وتتأثر هذه الفروق بعوامل عدة، مثل الوراثة والعمر والجنس والنشاط البدني والنوم والغذاء واللياقة، إضافة إلى قدرة الخلايا الدهنية على التوسع دون فقدان وظيفتها.

لماذا يدرس العلماء هذه الحالة؟

لا يدرس الباحثون السمنة السليمة أيضا لمجرد تصنيف المصابين بالسمنة، بل لمحاولة فهم سبب مقاومة بعض الأشخاص للمضاعفات رغم وجود كميات كبيرة من الدهون لديهم.
فالسؤال لا يقتصر على أسباب إصابة بعض أصحاب السمنة بالسكري ومرض الكبد الدهني وأمراض القلب، بل يشمل أيضا العوامل التي تحمي آخرين لديهم

ومن هنا ظهر في الأدبيات الطبية مصطلح "السمنة السليمة أيضا" لوصف أشخاص لديهم زيادة واضحة في الدهون، لكنهم لا يعانون، وقت التقييم، اضطرابات أيضية شائعة مثل مقاومة الإنسولين والسكري وارتفاع ضغط الدم واضطراب دهون الدم.
غير أن المصطلح أثار جدلا علميا واسعا: هل توجد بالفعل سمنة يمكن وصفها بأنها صحية؟ أم أن الأمر مجرد مرحلة مؤقتة تسبق ظهور المرض؟

الميزان لا يكشف كل شيء

تعرف السمنة لدى البالغين تقليديا ببلوغ مؤشر كتلة الجسم 30 كيلوغراما لكل متر مربع أو أكثر، ويُحسب المؤشر بقسمة الوزن بالكيلوغرام على مربع الطول بالمتر.
لكن مؤشر كتلة الجسم ليس سوى أداة للفحص الأولي، ولا يقدم تشخيصا كاملا للحالة الصحية. فهو لا يميز بين الدهون والعضلات، ولا يحدد موضع تراكم الدهون، ولا يكشف إن كانت قد بدأت تؤثر في وظائف الأعضاء.

ولهذا شددت لجنة نشرت توصياتها في مجلة "لانسيت للسكري والغدد الصماء" (The Lancet Diabetes & Endocrinology) عام 2025 على ضرورة عدم الاعتماد على مؤشر كتلة الجسم وحده في تشخيص السمنة.
وأوصت اللجنة بتأكيد زيادة الدهون من خلال قياسات إضافية، مثل محيط الخصر، ونسبة الخصر إلى الطول، وقياسات تركيب الجسم، ثم البحث عن تأثير الدهون المتراكمة في وظائف الأعضاء والحياة اليومية.

فالسؤال الطبي لا يتوقف عند مقدار وزن الإنسان، بل يمتد إلى موضع تراكم الدهون ومدى تأثيرها في الجسم.

ماذا تعني الصحة الأيضية؟

لا يوجد حتى الآن تعريف عالمي موحد للسمنة السليمة أيضا، وهو ما يفسر اختلاف نتائج الدراسات ونسب انتشار هذه الحالة.
وينظر الباحثون عادة إلى مجموعة من المؤشرات، من بينها:
–ضغط الدم.
–سكر الدم في أثناء الصيام.
–الهيوموغلوبين السكري.
–الدهون الثلاثية.
–الكوليسترول الجيد "إتش دي إل".
–مقاومة الإنسولين.





الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

محكمة الشارقة الابتدائية - الامارات لتنفيذ الاحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم (3607 لسنة 2026 تنفيذ الشيكات المرتجعة)

إلى المطلوب إعلانة (المنفذ ضد) / جودهيان سيغ جاجديف سيغ وعنوانه : غير معلوم

لصالح (طالب التنفيذ) / مصرف ابوظبي الاسلامي ش.م.خ

العنوان/إمارة ابوظبي- شارع الشيخ راشد بن سعيد (طريق المطار القديم) مقابل فندق ميلينيوم الودوض

حيث انه بتاريخ 16/06/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات

العائدة اليكم وجعلها في قوة السند التنفيذي وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب تنفيذ

السند التنفيذي ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المبلغ المنفذ لأجله شامل الرسوم والصاريف

16,700 درهم. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7)

أيام من تاريخ إعلانكم، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمكم إجراءات التنفيذ

القسرة قانوناً. وذلك لتعلم بما جاء به ونفاذاً لفعوله قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

محكمة الشارقة الابتدائية - الامارات لتنفيذ الاحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم (4274 لسنة 2026 تنفيذ الشيكات المرتجعة)

إلى المطلوب إعلانة (المنفذ ضد) / ريتا رانا ماجار وعنوانه : غير معلوم

لصالح (طالب التنفيذ) / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)

العنوان/إمارة دبي-جيرة شارع بورسعيد-بنابة بنك دبي الاسلامي -رقم مكاني (3196594327)

الهاتف المنصرف.0505223970- البريد الالكتروني (info@abdulmaliklaw.ae)

حيث انه بتاريخ 06/07/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات

العائدة اليكم وجعلها في قوة السند التنفيذي وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب تنفيذ

السند التنفيذي ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المبلغ المنفذ لأجله شامل الرسوم والصاريف

42,143 درهم. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7)

أيام من تاريخ إعلانكم، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمكم إجراءات التنفيذ

القسرة قانوناً. وذلك لتعلم بما جاء به ونفاذاً لفعوله قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

محكمة الشارقة الابتدائية - الامارات لتنفيذ الاحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم (3012 لسنة 2026 تنفيذ الشيكات المرتجعة)

إلى المطلوب إعلانة (المنفذ ضد) / دينيو كارين نزيهلا - وعنوانه : غير معلوم

لصالح (طالب التنفيذ) / بنك الامارات دبي الوطني ش.م.خ- العنوان/إمارة دبي-جيرة- شارع بني ياس-جوار غرفة تجارة وصناعة دبي-رقم مكاني 3113783794-الهاتف المنصرف.0553390175- البريد الالكتروني (info@abdulmaliklaw.ae)

حيث انه بتاريخ 01/06/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات

العائدة اليكم وجعلها في قوة السند التنفيذي وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب تنفيذ

السند التنفيذي ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المبلغ المنفذ لأجله شامل الرسوم والصاريف

317,606 درهم. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7)

أيام من تاريخ إعلانكم، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمكم إجراءات التنفيذ

القسرة قانوناً. وذلك لتعلم بما جاء به ونفاذاً لفعوله قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

محكمة الشارقة الابتدائية - الامارات لتنفيذ الاحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم (4316 لسنة 2026 تنفيذ تجاري)

إلى المطلوب إعلانة (المنفذ ضد) /محمد خالد يوسف بن عي- هويدن- وعنوانه : غير معلوم

لصالح (طالب التنفيذ) / مصرف الامارات الاسلامي شركة مساهمة عامة- العنوان:دبي-بريدي-مدينة دبي الطبية-مبنى رقم 16-الطابق الثالث- هاتف:رقم 043834587 موبايل رقم 3135291835- ايميل info@abdulmaliklaw.ae

حيث انه بتاريخ 24/03/2026 صدر حكم ضدكم في الدعوى رقم 6497 لسنة 2025 تجاري وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي:المبلغ المنفذ لأجله شامل الرسوم والصاريف 417,751 درهم. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانكم، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمكم إجراءات التنفيذ القسرة قانوناً. وذلك لتعلم بما جاء به ونفاذاً لفعوله قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

محكمة الشارقة الابتدائية - الامارات لتنفيذ الاحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم (4275 لسنة 2026 تنفيذ الشيكات المرتجعة)

إلى المطلوب إعلانة (المنفذ ضد) / مينيو ائندان ائندان كالانجراميل بامبابان وعنوانه : غير معلوم

لصالح (طالب التنفيذ) / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)

العنوان/إمارة دبي-جيرة-شارع بورسعيد-بنابة بنك دبي الاسلامي -رقم مكاني (3196594327)

الهاتف المنصرف.0505223970- البريد الالكتروني (info@abdulmaliklaw.ae)

حيث انه بتاريخ 06/07/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات

العائدة اليكم وجعلها في قوة السند التنفيذي وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب تنفيذ

السند التنفيذي ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المبلغ المنفذ لأجله شامل الرسوم والصاريف

58,583 درهم. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7)

أيام من تاريخ إعلانكم، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمكم إجراءات التنفيذ

القسرة قانوناً. وذلك لتعلم بما جاء به ونفاذاً لفعوله قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

محكمة الشارقة الابتدائية - الامارات لتنفيذ الاحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم (1148 لسنة 2026 تنفيذ الشيكات المرتجعة)

إلى المطلوب إعلانة (المنفذ ضد) / أبراج الصقر للإنشآت ذ.م.خ (المنفذ ضد)/محمد حسن حامد موسى - وعنوانه : غير معلوم

لصالح (طالب التنفيذ) / شركة كونكس المحدودة- ذ.م.خ- العنوان /إمارة الشارقة منطقة الخان

المجز بنابة أساس الطابق الرابع مكتب رقم 401 من 72-شارقة- هاتف 06/5560555 و 057503304 بوكالة المحامين احمد الرشيد وراشد الرشيد ومنى الخاجة ود. أسماء الرشيد.

حيث انه بتاريخ 21/02/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات

العائدة اليكم وجعلها في قوة السند التنفيذي وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب تنفيذ

السند التنفيذي ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المبلغ المنفذ لأجله شامل الرسوم والصاريف

28,973 درهم. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانكم، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمكم إجراءات التنفيذ القسرة قانوناً. وذلك لتعلم بما جاء به ونفاذاً لفعوله قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

محكمة الشارقة الابتدائية - الامارات لتنفيذ الاحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم (3787 لسنة 2026 تنفيذ الشيكات المرتجعة)

إلى المطلوب إعلانة (المنفذ ضد) /محمد مفيض الرحمن محمد- وعنوانه : غير معلوم

لصالح (طالب التنفيذ) / ريتنر لصناعة الاصباغ والدھانات

العنوان/دبي بريمي شارع الشيخ زايد برج السلام 1106 مكتب إيمان الرفاعي للمحاماة والاستشارات القانونية رقم الهاتف 0565220867.

حيث انه بتاريخ 17/06/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات

العائدة اليكم وجعلها في قوة السند التنفيذي وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب

تنفيذ السند التنفيذي ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المبلغ المنفذ لأجله شامل الرسوم والصاريف

30,530 درهم. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانكم، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمكم إجراءات التنفيذ القسرة قانوناً. وذلك لتعلم بما جاء به ونفاذاً لفعوله قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

محكمة الشارقة الابتدائية - الامارات لتنفيذ الاحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم (3230 لسنة 2026 تنفيذ تجاري)

إلى المطلوب إعلانة (المنفذ ضد) /خا جمين الدين باشا بيا- وعنوانه : غير معلوم

لصالح (طالب التنفيذ) /بنك الإمارات دبي الوطني ش.م.خ- العنوان:إمارة دبي-ند الشيا ١. مكاني الميدان بلوك P ، الطابق الثاني،مستودق البريد 777 دبي الهاتف 04222555

الفاكس 2866283267 مكاني رقم 042221110

حيث انه بتاريخ 15/12/2026 صدر حكم ضدكم في الدعوى رقم 5658 لسنة 2025 تجاري وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي:المبلغ المنفذ لأجله شامل الرسوم والصاريف 165,333 درهم. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانكم، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمكم إجراءات التنفيذ القسرة قانوناً. وذلك لتعلم بما جاء به ونفاذاً لفعوله قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

محكمة الشارقة الابتدائية - الامارات لتنفيذ الاحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم (4106 لسنة 2026 تنفيذ الشيكات المرتجعة)

إلى المطلوب إعلانة (المنفذ ضد) / فايز احمد شاد سيد كل محمد شاد وعنوانه : غير معلوم

لصالح (طالب التنفيذ) / بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)

العنوان/إمارة دبي-جيرة-شارع بورسعيد-بنابة بنك دبي الاسلامي -رقم مكاني (3196594327)

البريد الالكتروني (info@alshheilaw.ae)- هاتف 0505538839

حيث انه بتاريخ 30/06/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات

العائدة اليكم وجعلها في قوة السند التنفيذي وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب تنفيذ

السند التنفيذي ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن المبلغ المنفذ لأجله شامل الرسوم والصاريف

23,200 درهم. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7)

أيام من تاريخ إعلانكم، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمكم إجراءات التنفيذ

القسرة قانوناً. وذلك لتعلم بما جاء به ونفاذاً لفعوله قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

رقم المحرر (660/3/2026)

إذذار عدلي بالنشر 842018/1/2026

المتر:خليفة عبدالله احمد لوتاه-اماراتي الجنسية

المتر: سيف الدين احمد-الجنسية الهند

الموضوع:الانذار الذي رقم محرر 842018/2026/1

يخطر الخطر/المخطر اليه بسداد القيمة الاجبارية المترصدة في مئته من تاريخ 3/10/2026 وحتى 6/9/2026 لصالح المخطر وقدرها 31.500 درهم (أحدى وثلاثون ألف وخمسمائة درهما) بالإضافة لما يستجد من قيمة اجبارية وذلك في مدة اقصاها 30 يوم من تاريخ استلامه هذا الاذذار والمخطر الى اتخاذ كافة الاجراءات القانونية اللازمة للمطالبة بما ذكر وطلب اخلاصكم من العين المؤجرة مع التزامكم بالتوصيات والتضمينات اللازمة وتزامكم بكافة الرسوم والصاريف التي تكبدها في سبيل ذلك مع حفظ كافة حقوق المخطر الاخرى .

الكاتب العدل



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

رقم الرخصة 130146

غرفة تجارة وصناعة عجمان

قسم السجل التجاري

إعلان وحل وتصفية

الاسم التجاري: 33 لاين للخدمات ذ.م.خ (شركة الشخص الواحد)

نعلن للجمع بان الشركة المذكورة اعلاه هي : 33 لاين للخدمات ذ.م.خ (شركة الشخص الواحد) – تأسست في إمارة عجمان بموجب قانون الشركات الاتحادي رقم 8 لسنة 1984 وتعديلاته مرخصة في دائرة التنمية الاقتصادية وسجلته بالتنمية الاقتصادية تحت رقم 130146 وقرر الشركاء حلها وتصفيته وتعيين السيد

جمال تطبيق الحسابات

مصني قانوني لشركة فعلى كل من له أي حق أو اعتراض للتقدم بن للمصني القانوني المذكورة أعلاه خلال مدة 45 يوما من تاريخ نشر الإعلان وعلى العنوان التالي : إمارة عجمان ، هاتف 067447771 - ص.ب: 1131



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

رقم الرخصة 111958

غرفة تجارة وصناعة عجمان

قسم السجل التجاري

إعلان وحل وتصفية

الاسم التجاري: توب اسين رافل ذ.م.خ (شركة الشخص الواحد)

نعلن للجمع بان الشركة المذكورة أعلاه هي : توب اسين رافل ذ.م.خ (شركة الشخص الواحد) ذ.م.خ (شركة الشخص الواحد) – تأسست في إمارة عجمان بموجب قانون الشركات الاتحادي رقم 8 لسنة 1984 وتعديلاته مرخصة في دائرة التنمية الاقتصادية وسجلته بالتنمية الاقتصادية تحت رقم 111958 وقرر الشركاء حلها وتصفيته وتعيين السيد

جمال تطبيق الحسابات

مصني قانوني لشركة فعلى كل من له أي حق أو اعتراض للتقدم بن للمصني القانوني المذكورة أعلاه خلال مدة 45 يوما من تاريخ نشر الإعلان وعلى العنوان التالي : إمارة عجمان



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

إعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم ٢٠٨/٢٠٢٦/٣٩٤٤ تنفيذ مدني

المنظورة في دائرة التنفيذ الزمعة عشر رقم ٣٨

موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٤٦٦ لسنة ٢٠٢٢ بسداد المبلغ المنفذ به قيمة (٧٠,٠٠٠) سبعة وستون ألف درهم اماراتي والتزامه بان يؤدي المقتضات المذكورة لأخريه قانونية واقع هـ: سنويا اعتبارا من تاريخ القطعية للقضائية وحتى التمام السداد والتزامه بالرسوم والصاريف والقضائية ومبلغ (٥٠٠) خمسمائة درهم مقابل التكاليف المحاماة

طالب التنفيذ : مصفي محمد كد

عنوانه:الامارات - إمارة الشارقة - المجاز - الشارقة - شارع خورشيد البحرية - مبنى مركز الفرمان - شقة ١٠٨ - ٥٠١٤٥٧٧ - ٥٠١٤٥٧٧

المطلوب إعلانه: ١- احمد خضير العبد الله - صفته: منفذ ضد

موضوع الإعلان : قد اقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والتزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٧٤٣٢) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٢١ يوم من تاريخ نشر الاعلان والا فان المحكمة ستستخذ الاجراءات القانونية بحكمكم بسداد المبلغ المنفذ به يتم ايداعه او تحويل اى مبالغ الى حساب التالى المشار اليه بملف التنفيذ التالى

٤٢١٧217000002417- AE9202607512080002417

٤٢١721700002417- DC-VAC-ACCOUNT : 208-2062-3794-400274217

Emirates NBD - بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعبة



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

إعلان

في الدعوى رقم 996/2026/22 مدني كلي

المدعي : سوبهايا سين سوبان كومار سين

عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - المدينة الناشئة - دبي - مبنى اعمار بزنس برك 4 - شقة 614- 0522459327

المطلوب إعلانه : ١. شركة النسر للنشر ش ذ.م.خ - صفته : مدعى عليه

حكمت المحكمة بكتابة حضوري بالزام المدعي عليها بما يلي :

1. بأن تؤدي المدعية مبلغ وقدره (200) ألف درهم مع الفائدة 5% من تاريخ سيرورة الحكم نهائياً وحتى تمام السداد.

2. إلزام المدعي عليها بنشر اذتار رسمي وتصحيح واضح ونيل وسيلة النشر ونفيس درجة التفتيش يتضمن الإقرار بمدى صحة ما تم نشره بشأن المدعي.

3. إلزام المدعي بحذف وإزالة اذتار اخل محل الدعوى المنشور في صحيفة Gulf news (الخليج نيوز) بتاريخ 21 يناير 2026م وكافة ما ترتب عليه من مبالغ وصفيحة أو إلكترونية، في جميع النصات التابعة له ذلك

4. إلزام المدعي عليها بالرسوم والخصومات ومبلغ (٥٠٠ درهم) أتعاب المحاماة.

وهذه ما دون ذلك من طلبات

رئيس الشعبة



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

إخطار دفع بالنشر

رقم الملف 2026/1649 تنفيذ تجاري

بناء على طلب / المحكوم له / بنك دبي الاسلامي - ش ع

الى المحكوم عليه / محمد انتياس محمد جمال - الجنسية / سريلاكنا

ليكن معلوما لديك بان محكمة راس الخيمة قد اصدرت بحكم حكما بتاريخ 6/24/2026 في القضية 989/2026 بالزامكم بدفع مبلغ وقدره 32930.60 درهما شاملا الرسوم والصاريف. وبما أن المحكوم له اعلاه قد تقدم بطلب لتنفيذ حكم وسجل بالرقم المشار اعلاه ، فأنت مكلف بتنفيذ ما جاء اعلاه خلال 7 أيام من تاريخ التبليغ وفي حال تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمك الاجراءات القانونية المتناسبة لتنفيذ الحكم ، والرسوم المرتبة عليك.

الملاحظات :

قسم التنفيذ



ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority



ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة : سيتيزن العالمية للتطوير والاستثمار ذ.م.خ. رخصة رقم: CN 4648889 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل شكل قانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.خ تعديل الشركاء تنازل وبيع/ إضافة اسان اليار محمد مايدين 100% تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف اسان اليار محمد مايدين تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف صالح جمعة الحوسنى تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف عيسى عتيق محمد ربيع المزروعى تعديل اسم تجاري من/ سيتيزن العالمية للتطوير والاستثمار ذ.م.خ CITIZEN INTERNATIONAL FOR DEVELOPMENT AND INVESTMENT L.L.C الى/ سيتيزن لجلوبل للتقنيات - ذ.م.خ - ش.ش.و CITIZEN GLOBAL TRANSPORT - L.L.C - S.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل



ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority



ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة : شركة العهد للمقاولات والصيانة العامة ذ م خ رخصة رقم: CN 1037042 قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل شكل قانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.خ تعديل الشركاء تنازل وبيع/ إضافة مجموعة العهد القابضة - ذ.م.خ ALAHD HOLDING GROUP - L.L.C تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف خلود احمد حلمي سعيد السقا تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف حارب محمد صقر حرقوص السويدي تعديل اسم تجاري من/ شركة العهد للمقاولات والصيانة العامة ذ.م.خ ALAHD GEN. CONTRACTING & MAINTENANCE CO. LLC الى/ شركة العهد للمقاولات والصيانة العامة - ذ.م.خ - ش.ش.و ALAHD GENERAL CONTRACTING AND - MAINTENANCE COMPANY - L.L.C - S.P.C فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

إخطار دفع بالنشر

رقم الملف 2026/1652 تنفيذ تجاري

بناء على طلب / المحكوم له / بنك دبي الاسلامي - ش ع - الجنسية

الى المحكوم عليه / شادى محمود حسن الحوراني - الجنسية / الأردن

ليكن معلوما لديك بان محكمة راس الخيمة قد اصدرت بحكم حكما بتاريخ 6/24/2026 في القضية 1003/2026 بالزامكم بدفع مبلغ وقدره 181233.88 درهما شاملا الرسوم والصاريف. وبما أن المحكوم له اعلاه قد تقدم بطلب لتنفيذ حكم وسجل بالرقم المشار اعلاه ، فأنت مكلف بتنفيذ ما جاء اعلاه خلال 7 أيام من تاريخ التبليغ وفي حال تخلفك عن ذلك فان المحكمة ستستخذ بحكمك الاجراءات القانونية المتناسبة لتنفيذ الحكم ، والرسوم المرتبة عليك.

قسم التنفيذ



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

إعلان رقمي لقرار مسبب بالنشر

في التنفيذ رقم 2026/207/4660 تنفيذ تجاري

المنظورة في دائرة التنفيذ الزمعة رقم 185

موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 3613/2023 تجاري والمعدل بالحكم الصادر في الاستئناف رقم 2150/2024 استئناف تجاري بسداد المبلغ المنفذ به وقدره 59.352.173.5 درهم) شامل الرسوم والرسوم والقضائية

بالرسوم والغرامات المرتبطة

طالب التنفيذ : وليم ادریان بلجيدورب

عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - القرمود - ديرة - دبي - شارع خلف محطة مترو جي جي كو - مبنى الدرة 4 - شقة 0588228823 M05

المطلوب إعلانه : ١. أ ب بي أ لخدمات ادارة المنشآت - ذ.م.خ - صفته : منفذ ضد

موضوع الإعلان : قررت محاكم دبي الابتدائية إعلانكم بالقرار المسبب الصادر بتاريخ 2026/7/23. لتلاطلاط على تفاصيل القرار لايد من استخدام خدمات محاكم دبي الإلكترونية والدكية.

رئيس الشعبة



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

فقدان جواز سفر

فقد المدعو / بشير تايميمباشا تايميمباشا

عبد الجليل ، مصر

الجنسية جواز سفره

رقم (A31336015)

من يجده عليه

الاتصال بتليفون رقم

0508284705



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

فقدان جواز سفر

فقد المدعو / نيا ريسناواتى جاجا ، اندونيسيا الجنسية جواز سفره رقم (E62681494)

من يجده عليه

الاتصال بتليفون رقم

0565876244



حكومة دبي
محاكم دبي



حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

إعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم 253/2026-16810-000267203

المنظورة في دائرة التنفيذ الزمعة رقم 228

موضوع التنفيذ : إقرار بملف بنية (المنفذ ضد) رقم ٢٠٨/٢٠٢٦/٣٩٤٤ تنفيذ مدني

والمدعي من طرف المدعى عليه (المدعى عليه) رقم ٢٠٨/٢٠٢٦/٣٩٤٤ تنفيذ مدني

عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - منطقة نخيل الفيحاء - دبي - مبنى برج سيكت ناو- شقة الطابق 32 - مكتب 0505959844

المطلوب إعلانه: ١. محمّد عبد الله - صفته: منفذ ضد

موضوع الإعلان : قد اقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والتزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (345,475.5) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٢١ يوم من تاريخ نشر الاعلان والا فان المحكمة ستستخذ الاجراءات القانونية بحكمكم بسداد المبلغ المنفذ به يتم ايداعه او تحويل اى مبالغ الى حساب التالى المشار اليه بملف التنفيذ التالى

٤٢١٧217000002417- AE2902607512080002417

٤٢١721700002417- DC-VAC-ACCOUNT : 253-2026-16810-000267203

Emirates NBD - بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعبة



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



الإمارات لتنفيذ الأحكام
Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٨٢٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٨/٥

محكمة الشارقة الابتدائية

الامارات لتنفيذ الاحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم (2486 لسنة 2026 تنفيذ مدني)

إلى المطلوب إعلانة (المنفذ ضد) / جودهيان سيغ جاجديف سيغ وعنوانه : غير معلوم

لصالح (طالب التنفيذ) / وقار احمد عمر كل

العنوان / الشارقة - (الهاتف 0582628950

حيث انه بتاريخ 18/2/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على السند التنفيذي

ووفق الرسم المحدد لذلك، وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب تنفيذ السند التنفيذي

شاملا الرسوم والصاريف 32,95٠ درهم. لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانكم، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمكم إجراءات التنفيذ القسرة قانوناً. وذلك لتعلم بما جاء به ونفاذاً لفعوله قانوناً.

الامارات لتنفيذ الاحكام

منوعات

الفكر

27

الفيلم أعاد تعاوني مع ياسمين عبد العزيز بعد أكثر من عقدين

أحمد السقا: «خلي بالك من نفسك» يمزج الرومانسية والكوميديا بالأكشن

قال الفنان أحمد السقا إن فيلم "خلي بالك من نفسك" يمثل تجربة مختلفة في مشواره، إذ يجمع بين الأكشن والكوميديا والرومانسية، مؤكداً أن مشاهد الحركة في الفيلم تختلف في طبيعتها عما قدمه في أعماله السابقة، وأن الجمهور سيشاهد شكلاً جديداً من الأكشن يرتبط بطبيعة الشخصيات والأحداث.



الخطأ للتكنولوجيا وتأثيرها السلبي في العلاقات الإنسانية، من خلال معالجة تجمع بين الأكشن والغموض. ويشترك في بطولة "هروشما" عدد من الفنانين، بينهم مي عمر، وباسم سمرة، وشيرين رضا، وحنان مطاوع، وبيومي فؤاد، ومحمد ثروت، وهدي الأترابي، وعماذ صفوت، ومحمد لطفي، وعلاء مرسى، وهيثم زيدان، وهو من تأليف أيمن بهجت قمر وإخراج أحمد نادر جلال.



ويشارك في بطولة الفيلم ياسمين عبد العزيز، ولبلبة، ومحمد رضوان، وميشيل ميلاد، إلى جانب عدد من ضيوف الشرف. الفيلم من إنتاج تامر مرسى، وتأليف شريف الليثي، وإخراج معتز التوني. وأوضح السقا، أن الفيلم أعاد تعاونه مع الفنانة ياسمين عبد العزيز بعد أكثر من عقدين، مشيراً إلى أن علاقة صداقة قوية تجمعهما، وأنهما ناقشا مراراً فكرة تقديم عمل مشترك إلى أن جاء سيناريو الفيلم ليمنحهما الدافع لتنفيذ المشروع، في أول لقاء فني بينهما منذ مشاركتهما في بطولة مسرحية "كده أوكيه" عام 2003.

وأضاف أن الفيلم لا يعتمد على الأكشن التقليدي الذي اشتهر به، موضحاً أن أعماله السابقة اتسمت بالعرف والجرا، بينما يقدم "خلي بالك من نفسك" معالجة مختلفة لمزج الحركة بالكوميديا والرومانسية، بما يمنح الجمهور تجربة جديدة ومفاجآت على مستوى الشخصيات والأحداث. وأشار إلى أن أجواء التصوير اتسمت بروح من التعاون، وشهدت العديد من المواقف الإنسانية والكوميديية بين فريق العمل، مؤكداً أن جميع المشاركين كانوا حريصين على تقديم عمل يخرج بصورة متميزة. وأكد السقا أنه يولي اهتماماً كبيراً لآراء الجمهور، باعتبار أن العلاقة بين الفنان وجمهوره تقوم على الثقة المتبادلة، مشيراً إلى أن هذه الثقة تنعكس في الإقبال على الأعمال السينمائية، وهو ما يجعله يضع توقعات المشاهدين في الاعتبار عند اختيار مشاريعه.

شباك التذاكر

ورأى أن المنافسة في شباك التذاكر تصب في مصلحة الجمهور وصناعة السينما على حد سواء، لأنها تدفع صنّاع الأفلام إلى تطوير أعمالهم باستمرار وتقديم إنتاجات أكثر جودة. وكشف السقا أنه يجسد في الفيلم شخصية مذيع بالإذاعة، لافتاً إلى أنها تختلف عن الشخصيات التي قدمها من قبل، وأنه لم يستند في بنائها إلى شخصية إعلامية معينة، وإنما اعتمد على قراءته للنص ومخزونه الفني في تشكيل ملامح الدور. وأوضح أن معياره الأساسي في اختيار الأعمال هو جودة المشروع نفسه، وليس خبرة كاتبه أو مخرجه، مشيراً إلى أنه سبق أن تعاون مع مؤلفين ومخرجين في تجاربهم الأولى سواء في السينما أو الدراما التلفزيونية.

وأضاف أن إعادته عن الدراما التلفزيونية خلال العام الماضي جاء بهدف الحصول على فترة راحة، مؤكداً أنه لا يربط عودته بموسم رمضان، وإنما باختياره عملاً يراه مناسباً، سواء عُرض خلال الموسم أو خارجه. وشدد السقا على أن نجاح أي فيلم يمثل مكسباً للصناعة ككل، لأنه يسهم في ظهور نجوم جدد ويشجع المنتجين على زيادة الاستثمار في الإنتاج السينمائي، بما ينعكس على استمرار نمو السوق. وتدور أحداث فيلم "خلي بالك من نفسك" في إطار يجمع بين الإثارة والمغامرات والمواقف الكوميديية، حول مقدم برنامج إذاعي يقدم نصائح عاطفية، قبل أن تنقلب حياته رأساً على عقب بعد دخول فتاة قوية ومستقلة، تعمل تاجرة سلاح، إلى حياته، لتصبح شريكته في سلسلة من المواجهات والأحداث غير المتوقعة. وعن مشروعه السينمائي الجديد "هروشما"، كشف السقا أنه يستعد لاستئناف تصويره قريباً، موضحاً أن الفيلم يناقش قضية الاستخدام

يارا السكري عن «صقر وكناريا»: خطوة هامة في مشواري السينمائي

لي، سأحاول البناء عليها فيما هو قادم من خلال أعمال تلقى إعجاب الجمهور، خاصة أن العمل جمعني بنجمين مثل محمد إمام وشيكو ممن لهم جماهيرية كبيرة". واستكملت: "سعيدة للغاية أن عام 2026 شهد العديد من الأمور المختلفة لي سواء على صعيد الدراما بمسلسل علي كلاي، والذي حقق نجاحاً كبيراً، ثم فيلم صقر وكناريا الذي جسدت به دور مختلف تماماً لما ظهرت به في المسلسل، وهو ما يمنحني تنوعاً أمام الجمهور".

أحداث فيلم صقر وكناريا

تدور أحداث فيلم صقر وكناريا حول "صقر" الذي يقرر الابتعاد عن عالم العصابات والمخاطر بحثاً عن حياة أكثر استقراراً، إلا أن خططه تتغير بعد تعارفه على "بلال"، الكاتب الموهوس بعالم الجاسوسية والمغامرات، لتقودهما سلسلة من المواقف غير المتوقعة إلى مغامرات متلاحقة تقلب حياتهما بالكامل.

أبطال صقر وكناريا

فيلم صقر وكناريا بطولة محمد إمام، شيكو، يسرا اللوزي، ويارا السكري، خالد الصاوي، انتصار، أحمد الأزعر، وائل غوثي، إلى جانب عدد من ضيوف الشرف، من بينهم نسرين أمين، ودياب، ومحمود عبد المغني والليثاني باسم مغنية والعمل من تأليف أيمن وتار وإخراج حسين المنباوي.

أعربت الفنانة يارا السكري عن سعادتها بردود الفعل التي تأتيها منذ عرض فيلم صقر وكناريا في دور العرض وتحقيقه لنجاحات كبيرة، على حد وصفها، سواء في الإيرادات أو من خلال الإشادة بالعمل. وأضافت في تصريح لـاليوم السابع: "أن تكون بدايتي السينمائية بفيلم مثل صقر وكناريا فهو أمر يسعدني للغاية، ويكون بمثابة انطلاقة قوية



حمادة هلال يراهن على «كنت واحد من كثير» لدعم أطفال التوحد



كشف النجم حمادة هلال عن كواليس أغنيته الجديدة "كنت واحد"، مؤكداً أنها تعد من أهم الأعمال في مشواره، لما تحمله من رسالة إنسانية تهدف إلى دعم الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وهو ما دفعه إلى منحها اهتماماً خاصاً قبل طرح ألبومه الجديد. وقال حمادة هلال، في مقطع فيديو نشره عبر حسابه الرسمي على موقع "إنستجرام"، إن أغنية "كنت واحد" تعد من الأعمال المهمة في مشواري الفني، وتمثل تجربة مختلفة بالنسبة لي، خاصة أنها تسلط الضوء على دعم أطفال ذوي التوحد ومساعدتهم على الاندماج مع المجتمع ويصبحوا جزءاً منه ومقبولين أكثر، مؤكداً أنها المرة الأولى التي يشاهد فيها هذا القدر من الاهتمام من أشخاص كثيرون في الوطن العربي، وهو ما دفعه إلى الاهتمام بالأغنية بشكل أكبر. وأضاف حمادة هلال: "الأغنية من المقرر طرحها يوم 1 أغسطس، وأنا بشكر كل من ساهم في تنفيذها، وبإذن الله سيتم طرح البوم الجديد قريباً بعد إطلاق أغنية "كنت واحد"، معرباً عن أمله في أن تحظى الأغنية بتفاعل واسع وأن تسهم في زيادة الوعي بقضايا ودعم ذوي التوحد. وتقول كلمات الأغنية: كنت واحد من كثير كلنا في نفس المصير محبوسين جوة السكوت نترعب لو يعل صوت توهة جوة خيال كبير

الفكر

تحسين النظام الغذائي بعد الأربعين يطيل العمر لسنوات



المصنعة، وغيرها من المكونات الأقل فائدة. وظل هذا الارتباط قائماً حتى بعد الأخذ في الاعتبار الاستعداد الوراثي لطول العمر. أي أن وجود أو غياب ما يُسمى بـ«جينات طول العمر» لم يُلغ فوائد اتباع نظام غذائي صحي. ويؤكد الباحثون أن الدراسة كانت قائمة على الملاحظة، لذا فهي لا تثبت أن التغييرات الغذائية تطيل العمر بشكل مباشر، ومع ذلك، تشير النتائج إلى أن جودة النظام الغذائي قد تكون مرتبطة بالعمر بغض النظر عن العوامل الوراثية.

وأظهرت النتائج أن التحول من النظام الغذائي الأقل صحة إلى النظام الغذائي الأكثر صحة في سن الخامسة والأربعين يؤدي إلى زيادة متوسط العمر المتوقع ما بين 1.9 إلى 3 سنوات للرجال، وما بين 1.5 – 2.3 سنة للنساء، ولوحظت أقوى علاقة بين النظام الغذائي الذي يقلل من خطر الإصابة بداء السكري وطول العمر لدى الرجال، وبين حماية البحر الأبيض المتوسط لدى النساء. وأشار الباحثون إلى أن جميع النماذج الغذائية الصحية تشترك في خصائص أساسية، هي الإكثار من الخضروات، والفواكه، والحبوب الكاملة، والبقوليات، والمكسرات، والدهون غير المشبعة، مع التقليل من الأطعمة الغنية بالسكر، واللحوم

أظهرت دراسة حديثة أن التحول من نظام غذائي غير صحي إلى نظام غذائي صحي بعد سن الأربعين يمكن أن يزيد متوسط العمر المتوقع للرجال والنساء. وحلل الباحثون في أثناء الدراسة البيانات الصحية لأكثر من 103 آلاف شخص من المشاركين في برنامج البنك الحيوي البريطاني «UK Biobank»، وقارنوا عدة أنماط غذائية شهيرة، منها حماية البحر الأبيض المتوسط، والنظام الغذائي الذي يعتمد بغالبيةته على النباتات، والنظام الغذائي المصمم لتقليل خطر الإصابة بالسكري، وأظهرت النتائج فروقا ملموسة في تأثير هذه الأنظمة على متوسط العمر للمشاركين في للدراسة، وفقاً لروسيا اليوم.

قرأت لك

فوائد الحمص



كشف الدكتور دميترى كوليكوف رئيس قسم التكنولوجيا الحيوية وتركيب العضوي الحيوي بجامعة التكنولوجيا الحيوية

ومن عليه تجنب تناوله. ويقول: «الحمص غني بالبروتين والدهون والألياف الغذائية (تصل إلى 8 بالملئة) وحوالي 30 بالملئة كربوهيدرات وهو مصدر للحديد والكالسيوم والنحاس والمغنيسيوم والمنغنيز والسيلينيوم والسيلكون والفوسفور والكوبالت وفيتامينات A وB1 وB2 وB3 وC وB6 وPP. ويحتوي على نسبة منخفضة نسبيا من السعرات الحرارية مقارنة بالبقوليات الأخرى ولكنه يحتوي على نسبة عالية من الأحماض الأمينية الأساسية، مثل الميثيونين والتريثوفان.. ووفقا له يحتوي الحمص على ما يصل إلى 30 بالملئة من البروتين، يمكن مقارنته من حيث الفائدة ببروتين البيض، حوالي 10 بالملئة دهون، و50-60 بالملئة كربوهيدرات معقدة و2-5 بالملئة مواد معدنية. كما يحتوي على مضادات الأكسدة وفيتامينات تساهم بنشاط في تقوية أنسجة الجسم والجلد وتحسن مرونتها.

ويشير الخبير إلى أن تناول الحمص بصورة منتظمة يساعد على تخفيض الإصابة بمتلازمة القولون العصبي وتحفيز نمو البروبيوتيك وسرطان القولون والقص المعوي وتشنجات المعدة.

ولكن، وفقا له هناك موانع لتناول الحمص- فهو يزيد من تكون الغازات في الأمعاء. ويمكن أن يخلق شعورا مزعجا في المعدة. أما بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من مشكلات في الجهاز الهضمي والكبد والبنكرياس والتهاب البنكرياس، فقد يسبب انتفاخ البطن والألم.

سؤال وجواب

• ماذا تعني كلمة البتول؟

– العذراء

• ما معنى كلمة الديوان؟ وما هو أصلها؟

– فارسية تعني الدفتر أو السجل.

• من صاحب ملحمة الفردوس؟

– ملتون.

• ماذا تعني كلمة الخان؟

– الحاكم.

• من صاحب الرباعيات التي غنتها أم كلثوم؟

– عمر الخيام.

لماذا نصح أكثر عصبية مع تقدم العمر؟

قالت طبيبة الأمراض النفسية أيلنا ليونوفا، إن التعادي في إهمال الصحة والعجز عن تنظيم الجهود اليومي غالبا ما يؤدي إلى زيادة سرعة الانفعال والضيق والنزق لأتفه سبب مع التقدم في السن. وأشارت إلى كل ذلك يجعل المرء يفقد القدرة على التكيف مع الضغوط الحياتية المستمرة.

وأكدت الطبيبة المختصة في العلاقات الأسرية، في حديث موقع Pravda.Ru على أهمية تحقيق التوازن بين المجهود والاسترخاء وترتيب الأولويات لتجنب الإنهالك.

وشددت ليونوفا على ضرورة تعلم قول «لا» للمهام الزائدة وتفويض المسؤوليات(توزيع المسؤوليات على الآخرين) لتفادي تحميل النفس ما يفوق طاقتها. وقالت: «من المهم الحفاظ على التوازن بين التوتر والاسترخاء، وتحديد الأولويات، ورفض بعض المهام لإنجاز ما يمكن على أكمل وجه وتجنب إرهاق النفس. فالذين لا يستطيعون رفض المهام غير الضرورية يحملون أنفسهم فوق طاقتهم. من الضروري ضبط النفس، وتوزيع المسؤوليات، وتجنب محاولة تحمل الكثير من الأعباء في آن واحد». وأوضحت ليونوفا أن سبب سرعة الانفعال قد يعود أيضا إلى اضطرابات الغدد الصماء أو الإصابة بأمراض جسدية أخرى: (أو وراثيا) (حيث يدفع الشعور المستمر بالتعب والاعتلال الأشخاص إلى بذل جهود مضاعفة فوق طاقتهم، مما يزيد من عصبيتهم. وأضافت الخبيرة أن المعاناة من التعب المزمن تستدعي كذلك إعادة النظر في النظام الغذائي وتدقيقه.

الخبيرة ترى أن أسباب السلوك العصبي لدى المرء قد يكمن في مشاكل غذائية أو أمراض عضوية؛ فالشعور بالمرض والاضطرار لبذل مجهود دائم رغم التعب يجعل الإنسان سريع الغضب.

الحد من سكر الأطفال قبل سن الثانية يخفض خطر الغراف

كشفت دراسة علمية حديثة أن تناول كميات قليلة جداً من السكر خلال أول عامين من العمر قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بالخرف في مراحل متقدمة من الحياة، مشيرة إلى أن الأشخاص الذين خضعوا لتقنين السكر في طفولتهم المبكرة كانوا أقل عرضة للإصابة بالخرف بنسبة 23%.

واعتمدت الدراسة، التي أجراها باحثون من جامعة هونج كونج للعلوم والتكنولوجيا، على تحليل بيانات نحو 65 ألف شخص ضمن مشروع «البنك الحيوي في المملكة المتحدة»، بهدف دراسة العلاقة بين استهلاك السكر في المراحل الأولى من الحياة وصحة الدماغ في مراحل متقدمة من العمر.

وقال أحد أعضاء فريق الدراسة، الباحث جياتشن تشنج، إن النتائج تشير إلى أن الحد من تناول السكر خلال المراحل المبكرة جدا من الحياة قد يعود بفوائد طويلة الأمد على صحة الدماغ، موضحاً أن هناك حاجة إلى مزيد من الأبحاث لفهم العلاقة بين استهلاك السكر والإصابة بالخرف. وأكد خبراء أن الدراسة تقدم مؤشرات مهمة حول أثر التغذية المبكرة في الصحة المستقبلية، لكنها لا تثبت بشكل قاطع أن تقليل السكر يقي مباشرة من الخرف، مشددين على أهمية اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن لدعم صحة الدماغ.



الممثلة والمخرجة الأمريكية جينييفر موريسون لدى حضورها العرض الأول لفيلم

«The Five-Star Weekend» في متحف هامر في لوس أنجلوس. «ا ف ب»

هل تعلم؟

– العين الحلزونية أحد العيون التي يمكن أن تنمو مرة أخرى لو تم اقتلاعها.

– طول لسان الزرافة يصل إلى 20 إنش، وهو ذات لون أزرق داكن.

– عندما يصاب الشخص بالجفاف فإنه يصاب بما يسمى التسمم المائي، وذلك لوجود أختلال في الإلكترولونات الموجود في الجسم.

– وزن الإنسان على سطح القمر يكون أقل من وزنة بمقدار السدس، وذلك لأن الجاذبية على سطح القمر تكون مقدارها سدس جاذبية الأرض.

– هل تعلم أن أصناف الحشرات التي لا تعد ولا تحصى كالجراد والنمل والأرضة تلعب دوراً مهماً جداً في نشوء الحياة الحيوانية والنباتية وتطورها. في المناطق المعتدلة تضطلع الديدان بمسؤولية تغذية التربة. في السفناء تقوم الأرضات بهذه المهمة.

ويشكل قلب الحشرة جزءاً من أنبوب طويل ممتد في الجزء الأعلى من الجسم مباشرة تحت الجلد ومفتوح مباشرة تحت الحمار في الدماغ. ويتخلل هذا الأنبوب ثقبوب صغيرة يمتص القلب الدم عبرها ويضخه نحو الرأس. وهناك ينصب الدم فوق الدماغ ثم يسري عائداً في الجسم ويغسل بطريقه أعضاء الجسم والعضلات والأعصاب. وبذلك يحمل معه الغذاء المهضوم من البقايا المطلوب طردها إلى الخارج.

– هل تعلم أن خنفساء الروث التي تعيش في الصحاري الأفريقية تصنع كريات صغيرة من الروث تضع فيها بيضها ثم تدفنه بالأرض بشكل جيد إلى أن يفقس.

قصة الحمار والديك

في إحدى الايام قررالعم سلطان ان يذهب إلى المدينة المجاورة في زيارة لبعض الاهل وليشترى بعض الاغراض ففرح بذلك حماره وشيق وقال حمدا لله ليته يجلس هناك يومين او حتى اشبع نوما لان الديك كوكو هنا يؤذن مع الفجر فيستيقظ العم سلطان ولايتحركي انام.. حمدا الله ذهب سلطان للمدينة وهناك ترك الحمار في حضيرة ابن عمه وهي حظيرة واسعة فيها كل شيء وهنا كانت المفاجأة.. الدجاج يلعب في كل مكان والبط يصيح والاوز يتشاجر الحمام يطير ويحط كل دقيقة لا يهدأ.. الاولاد يدخلون ويخرجون ويلعبون في كل شئ.

ثم جاء ابن صاحب البيت ليأخذ الحمار وشيق يحمل على ظهره بعض الاغراض الثقيلة ومشى طويلا طويلا ثم عاد مرة اخرى وهكذا لم يهدأ الحال طوال اليوم وفي المساء لم يستطع النوم فقد اراد منه الحصان ان يبتعد عنه بسبب شخيره العالي والقطعة تدخل وتخرج فتصيح كل الطيور والكلب ينبج على القطعة فيزداد الامر سوء وضجيج السيارات بالجوار يقلقه وصراخ القطط عند رؤية الفئران وصياح البط والاوز والدجاج عند وضع بيضهم ... ياالهي اكاد اجن انا الحمار رشيق يحدث لي هذا .. اه ياالهي اين غرفتي اين الديك كوكو متى نرحل من هنا اكاد اجن .. كرهت المدينة كرهتها كم احب كوكو، وعندما قرر سلطان العودة إلى القرية لم يكن هناك اسعد من الحمار رشيق الذي عاد إلى الهدوء والراحة والسكينة في الريف الجميل واقسم ان لا يتطير على تلك النعمة ابدا.

