

الجامعات العالمية في دبي تعلن
عن برامجها ومنهجها الدراسية
الرائدة للعام الدراسي الجديد

جو طراد:
ثمة عوامل كثيرة تتدخل
في نجاح أي مسلسل



دراسة تكشف علاقة شرب الماء مع ارتفاع

هرمون التوتر وزيادة إفراز الكورتيزول



استخدام جرافة في طهي وجبة شهيرة

ضجّت مواقع التواصل الاجتماعي خلال الساعات الماضية بمقطع فيديو غريب أثار تفاعلاً واسعاً، حيث ظهرت فيه جرافة من نوع JCB وهي تقوم بمهمة غير متوقعة تماماً، إذ استخدمت كملعقة عملاقة لتحريك قدر ضخم من طبق "دال مخني" الهندي الشهير. وبالبحث حول حقيقة هذا المشهد غير المألوف، تبين أنه نُشر لأول مرة على حساب "إنستغرام" بتاريخ 7 يوليو -تموز الماضي بواسطة مستخدم يُدعى "نيرجدا نيرجدا"، ومن بعدها تم تداوله مراراً عبر حسابات وصفحات مختلفة حتى الآن، حيث أظهر الذراع الصفراء اللامعة للجرافة وهي تفوض داخل وعاء معدني ضخم مليء بالعدس الكريمي، لتقوم بتحريكه كما لو كان خليطاً إسمنياً، ورغم أن مكان وزمان تصوير الفيديو ما يزالان مجهولين، إلا أنه حصد ملايين المشاهدات، وأصبح مادة ساخرة ومثار دهشة في آن واحد، محققاً أكثر من مليون إعجاب ومئات الآلاف التعليقات بين مستنكر ومتحمس، وتنوّعت ردود الأفعال على المقطع، فبينما رأى البعض فيه ابتكاراً طريفاً وأختراعاً غير مسبوق، اعتبره آخرون مشهداً مقززاً يفتقر إلى أبسط معايير النظافة والأمان، وكتب أحد المعلقين ساخراً: "لم يتبق إلا استخدام آلة رصف الطرق لصنع الخبز"، بينما تكلم آخر قائلاً: "لا بد أن الزيت المعدني أصبح نكهة جديدة".

تربة طينية تتباعد عمالاً

انهثرت تربة طينية أثناء تنفيذ أعمال صيانة ومد أنبوب ماء في منطقة أبي صخير شمالي محافظة البصرة العراقية، ما أسفر عن إصابة عدد من العمال الذين كانوا متواجدين في موقع العمل، وأظهر مقطع فيديو متداول على مواقع التواصل الاجتماعي لحظة الانهيار المفاجئ لتربة، أول من أمس الأول الجمعة، حيث ظهر العمال وهم يحاولون النجاة من الانزلاق وسط الطين قبل أن تتمكن فرق الإنقاذ من الوصول إليهم لاحقاً. وبحسب تقارير إعلامية محلية، فإن الحادثة وقعت خلال أعمال صيانة تتعلق بشبكات المياه في المنطقة، فيما لم يعلن بعد عن عدد الضحايا بدقة أو طبيعة الإصابات التي تعرضوا لها، غير أن مصادر طبية رجحت أن بعضهم نقل إلى المستشفى لتلقي العلاج اللازم.

اكتشفي الفواكه الغنية بالألياف وأهميتها للجهاز الهضمي



صحيح أن دور الجهاز الهضمي الأساسي هو هضم الطعام، لكن يتوقف مدى سلاسة هذه العملية على طبيعة الطعام نفسه؛ فهناك بعض الأطعمة المحفزة لعملية الهضم في ما قد تتعثر هذه العملية الطبيعية حال تناول أطعمة صعبة الهضم. وأهم العناصر الطبيعية المحفزة للهضم هي الألياف، وتعد الفواكه واحدة من أهم المصادر الطبيعية الغنية بالألياف، فهي ليست فقط لذيذة وملونة، بل تحتوي على فوائد متعددة تبدأ من تحسين الهضم وصولاً إلى تقليل مخاطر الإصابة بأمراض مزمنة.

كيف تبدأ زيادة الألياف تدريجياً؟ رغم أن فوائد الألياف عديدة، إلا أن زيادتها بشكل مفاجئ قد يسبب انتفاخاً أو شعوراً بعدم الراحة في البطن، لذلك ينصح خبراء التغذية بزيادة الكمية تدريجياً مع الحرص على شرب كمية كافية من الماء لتسهيل حركة الألياف داخل الجهاز الهضمي. يمكن البدء بإضافة ثمرة فاكهة عالية الألياف مثل الكمثرى أو الكيوي يومياً، ثم دمج التوت أو الجوافة في وجبات الإفطار أو الوجبات الخفيفة. كما أن تقسيم تناول الألياف على مدار اليوم أفضل من الحصول عليها في وجبة واحدة؛ إذ يساعد ذلك على تحسين الامتصاص وتقليل الأعراض الجانبية، بهذه الخطوات البسيطة، يتحول تناول الفواكه الغنية بالألياف إلى عادة يومية تدعم الصحة الهضمية، وتحرز مناعة الجسم بشكل مستدام، إليك بعض النصائح لزيادة تناول الألياف من الفواكه، تناول الفاكهة بقشورها متى أمكن، مثل التفاح والكمثرى، لأن القشرة تحتوي على نسبة كبيرة من الألياف غير القابلة للهضم. إضافة التوت أو الكيوي إلى الزبادي أو الشوفان لزيادة الألياف في وجبة الإفطار. استخدام الأفوكادو كبديل صحي للدهون غير المفيدة في الساندوتشات والسلطات. استبدال الحلويات بفاكهة الكاكي أو الجوافة للحصول على طعم سكري طبيعي وألياف غنية.

مشبعة. الكاكي: ثمرة كاكي واحدة تمد الجسم بنحو 6 جرامات من الألياف وهي نسبة جيدة مقارنة بما يحتاجه الجسم يومياً. فاكهة التين: تحتوي ثمرة واحدة من فاكهة التين والمعروفة باسم "دراجون فروت" على حوالي 5.5 جرامات من الألياف لكل كوب، فضلاً على فوائد صحية أخرى جعلتها تتصدر واجهة الفاكهة الصحية. الكمثرى: ثمرة متوسطة تحتوي على 5.5 جرام من الألياف، خاصة إذا أكلت بالقشر، ولكن حتى مع إزالة القشور تظل الكمثرى مصدراً جيداً للألياف. الكيوي: فاكهة غنية جداً بالفيتامين سي C والألياف، خصوصاً إذا تم تناولها مع قشرها، تساعد على علاج مشكلة الإمساك عند المداومة على تناولها بقشرها.

فواكه غنية بالألياف يأتي التفاح على رأس الأطعمة الغنية بالألياف، لكن هناك مجموعة أخرى من الفاكهة قد تتفوق عليه من حيث محتوى الألياف، مثل: اليانسون فروت: تعد بطلة الألياف بامتياز؛ إذ يحتوي الكوب الواحد منها على نحو 24.5 جرام من الألياف، وهو ما يعادل تقريباً ما يحتاجه البالغ يومياً. التوت: يحتوي كوب من التوت على نحو 10 جرامات من الألياف، كما أن التوت له مذاق مميز فضلاً على ما يحتويه من مضادات الأكسدة. الجوافة: غنية جداً بالألياف حيث تحتوي على 9 جرامات لكل كوب، إضافة إلى أنها فاكهة غنية بفيتامين سي C. الأفوكادو: نصف ثمرة متوسطة تحتوي على 7 جرامات من الألياف، إلى جانب ما تحتويه من دهون صحية غير

حبوب جديدة لانقطاع الطمث تخفف من الهبات الساخنة

أفاد باحثون في دورية الجمعية الطبية الأمريكية للطب الباطني بأن أعراض الهبات الساخنة والتعرق الليلي بعد انقطاع الطمث تحسنت بشكل كبير لدى نساء يتناولن حبوباً غير هرمونية من إنتاج شركة باير هي حالياً في مرحلة متقدمة من التجارب. وتناولت أكثر من 600 امرأة انقطع الطمث لديهن ويعانين من أعراض حركية وعائية مزعجة إما دواء الينزانيات أو دواء وهميا يومياً لمدة 52 أسبوعاً. وذكر الباحثون أنه بحلول الأسبوع 12، سجلت السيدات اللاتي يتناولن عقار الينزانيات انخفاضاً تتجاوز نسبتته 73 بالمئة في تواتر وشدة هذه الأعراض، مقارنة بانخفاض بنسبة 47 بالمئة في مجموعة الدواء الوهمي. وبحلول الأسبوع 50، كانت النساء في مجموعة الينزانيات يعانين في المتوسط من 1.4 هبة ساخنة متوسطة إلى شديدة أو تعرق ليلي في اليوم، مقابل 3.5 من هذه الأعراض يومياً في المجموعة التي تناولت الدواء الوهمي.

ويبدأ أيضاً أن دواء الينزانيات يقلل من اضطرابات النوم ويحسن من جودة الحياة، إلا أن الدراسة لم تكن تستهدف تقييم هذه الفوائد الثانوية بشكل كامل. وخلص الباحثون إلى أن الدواء لم يكن له أي آثار ضارة على الكبد أو كثافة العظام. وأبلغ ما يقرب من 30 بالمئة من النساء اللاتي يتلقين دواء الينزانيات و15 بالمئة من النساء في مجموعة الدواء الوهمي عن أعراض سلبية مرتبطة بالعلاج، مثل الصداع والتهامس. وقالت كبيرة معدي الدراسة الدكتورة جوان بينكرتون من جامعة فرجينيا في بيان "لم نؤكد حسب هذه الدراسة التي استمرت لمدة عام الاستنتاجات الأولية بشأن الانخفاض السريع والكبير في تواتر وشدة الهبات الساخنة والتعرق الليلي، وإنما قدمت أيضاً دليلاً على أن هذه الآثار استمرت على مدار عام، مما يعطي أملاً في تخفيفها على المدى الطويل".

كيف يسبب الكحول تراكم الدهون في الكبد؟

توصلت دراسة علمية حديثة إلى أن الإفراط في تناول الكحول يعطل إنزيمات أساسية في خلايا الكبد، ما يؤدي إلى تراكم بروتينات ضارة تساهم في تطور مرض الكبد الدهني. ويسلط البحث الضوء على الآلية الدقيقة التي يساهم بها الكحول في الإصابة بهذا المرض المزمن المعروف أيضاً باسم "مرض الكبد الدهني المرتبط بخلل التمثيل الغذائي"، والذي يرتبط بمضاعفات صحية خطيرة مثل السكري من النوع الثاني وأمراض القلب. وأوضحت الدراسة، المنشورة في مجلة Cell Biology، أن الكحول يعيق عملية إعادة تدوير البروتينات الحيوية داخل خلايا الكبد، ما يؤدي إلى اختلال التوازن وتراكم الدهون. يركز الاكتشاف على إنزيم يُعرف باسم "VCP" البروتين المحتوي على الفالوسين، الذي يُعتبر عنصراً محورياً في التخلص من البروتينات التالفة داخل الخلية. ويشمل ذلك بروتين "HSD17B13"، الموجود على سطح قطرات الدهون في الكبد، والذي يلعب دوراً في تنظيم تراكم الدهون. وبحسب الباحثين، فإن تعطيل وظيفة إنزيم VCP يسبب الكحول يمنع التحكم الفعال في هذا البروتين، ما يزيد من خطر ترسب الدهون داخل الكبد، ويهدد للإصابة بالمرض. وكشفت الدراسة أن الإفراط في استهلاك الكحول يؤدي إلى اختفاء شبه تام لإنزيم "VCP" من سطح قطرات الدهون داخل خلايا الكبد، ما يسمح بتراكم بروتين "HSD17B13" بشكل غير منضبط، الأمر الذي يساهم في تضخم رواسب الدهون وتفاقم مرض الكبد الدهني.

20 طبيباً وممرضة يشاركون في ولادة طارئة

فاجت سيدة في مدينة دالاس بولاية تكساس الأمريكية الطاقم الطبي بولادتها أمام مدخل المستشفى، في واقعة استثنائية شارك خلالها أكثر من 20 طبيباً وممرضة وأعضاء من الفريق الطبي. وبحسب شبكة "ABC" فقد بدأت أنجيليكا مارتينيز في عملية المخاض لولادة ابنتها "كاميلا"، بينما كان زوجها لويس ميندوزا يقود السيارة متجهاً نحو مدخل مستشفى "ميثوديست دالاس". وما إن توقف أمام البوابة حتى بدأت الولادة بشكل عاجل، ليتولى الزوج بنفسه استقبال المولودة قبل أن يهرع الطاقم الطبي لتقديم المساعدة. وأوضح الزوج أن الانقباضات القوية بدأت على بعد شارعين فقط من المستشفى، ومع اقتراب السيارة من البوابة ظهرت رأس الطفلة، فاضطر إلى التدخل سريعاً حتى لا تسقط، وبمجرد إيقاف المركبة، انتقل إلى جانب زوجته وتمكن من إتمام عملية الولادة قبل وصول الطاقم الطبي. وأعلنت إدارة "ميثوديست هيلث سيستم" أن أكثر من 20 من الأطباء والممرضين وأعضاء الفريق الطبي، إلى جانب رئيس المستشفى نفسه، تجمعوا أمام المدخل لدعم العائلة والأطمئنان على حالة الأم والطفلة. وأكدت إحدى الممرضات أن الزوج رفع الطفلة ووضعها على صدر والدتها قبل لحظات من وصول الفريق الطبي، واعتبرته بطل الموقف.

ما هو المشروب الأمثل لتعويض الطاقة بعد الرياضة؟



يحث خبراء التغذية ممارسي الرياضة البدنية على تناول مشروبات غنية بالإلكتروليتات والصوديوم والبيوتاسيوم والكربوهيدرات لتعويض ما يفقده الجسم أثناء التدريب من خلال العرق، لكن وفق دراسات حديثة فإن المشروبات الرياضية ليست هي الأفضل بعد التمرين، وإنما حليب الشوكولا. ووفق "سوري لايف" فإن كوباً بسيطاً من حليب الشوكولا هو المشروب المثالي لتعزيز قدرة عضلات الجسم على التعافي بعد التمرين. بعد التمرين، تعاني العضلات من نقص الطاقة، ومن تمرّقات صغيرة تحتاج إلى إصلاح لبناء عضلات أكبر. كما يفقد الجسم عناصر غذائية، ويحتاج إلى الترطيب، وكلها تحتاج إلى تعويضها بسرعة لتحقيق أقصى استفادة من التمرين. حليب الشوكولا هو الحل الأمثل لهذه المشكلة، فهو غني بالكربوهيدرات والبروتين، أكثر من الحليب العادي، لتسريع عملية الإصلاح. كما يوفر الحليب نفسه الإلكتروليتات مثل الصوديوم والبيوتاسيوم مع قليل من الكالسيوم وفيتامين د، وهي مشروبات لا توفرها عادة مشروبات ما بعد التمرين الجاهزة. ووفق مؤشر الترطيب للمشروبات، الذي يقيس كمية السوائل المحترجة في الجسم من المشروب، يحتل الحليب خالي الدسم والحليب كامل الدسم المركزين الثاني والثالث كأفضل مشروبات لإعادة الترطيب، حيث يأتي محلول إعادة الترطيب الفموي في المركز الأول.

جمجمة وفقرات بشرية في حقيبة سفر

في واقعة غريبة أشارت الدهشة، عثر ضباط الجمارك وحماية الحدود الأمريكية في مطار تامبا الدولي بولاية فلوريدا على رفات بشرية، بينها جزء من جمجمة وفقرات، مخبأة داخل حقيبة أحد المسافرين. وخلال التفتيش الروتيني، اكتشف الضباط أن العظام ملفوفة بورق الألمنيوم ومخبأة إلى جانب نباتات محظورة وسيجار غير مصرح به، وأفاد المسافر، وفقاً لما نقلته شبكة "CBS News"، بأن الرفات كانت مخصصة لاستخدامها في طقوس دينية. ونشرت السلطات صوراً أظهرت الجمجمة وبقياء أخرى داخل الأمتعة، مؤكدة أن الضبوطات جرى التعامل معها باعتبارها خطراً، وقبل أن تلتف لاحقاً لاعتبارها خطراً صحياً، بحسب ما أوضحت إدارة الجمارك. وقال مدير العمليات الحقلية في الجمارك، كارلوس سي. مارتيل، إن الحادثة تجسد الطابع غير المتوقع لعمليات التفتيش، مضيفاً عبر منصة "إكس": "لا نعلم دائماً ما تحتوي الحقائب، لكننا نعرف كيف تكشف ما يثير الشبهة".



ضيوف الشرف يشهدون معرض سمبوزيوم روسيا الدولي العاشر بمشاركة 30 فناً عربياً

فعاليات قمة شعوب العالم قبل انطلاقها تكشف عن قمة عربية روسية منتصف أكتوبر ومركز ثقافي عربي بروسيا

•• موسكو - عبدالرحمن نقي :

الأسبق ومعالي المهندس وليد المصري وزير الإدارة المحلية الأردني وسعادة الدكتور وليد حميد شلتاغ سفير جامعة الدول العربية بموسكو ورؤساء الوفود العربية والصديقة المشاركة في القمة. وعبر الرئيس اليمني السابق عن فخره واعتزازه بمبادرة الفنانين العرب في المشاركة في هذه الورش الفنية التي تعزز العلاقات الشعبية بين أبناء الحروب المبدعين والفنانين الروس لتعيد للذاكرة العلاقات العربية القديمة التي تعود لأكثر من قرن بين العرب وروسيا. فيما أثنى رئيس وزراء الأردن الأسبق بجهود جمعية شعوب العالم في دعمها وراعايتها مثل هذه المبادرات الشبابية التي تعكس عمق العلاقات العربية الروسية وتقدير العرب للتعاون القديم المتواصل بين روسيا والدول العربية.

وقال سفير جامعة الدول العربية ان المعرض يعد الفعالية الاولى لأكبر حدث تاريخي ومهم للشعوب في روسيا "قمة شعوب العالم" وتظمه جمعية الكرمين للروسية المدعوم من لجنة السياحة في موسكو، وتضمن الاحتفال كلمة ترحيبية لعاليه ربح بضيوف القمة وجميع المشاركين، كما ألقى الدكتور وليد شلتاغ سفير جامعة الدول العربية كلمة أثنى فيها على جهود جمعية شعوب العالم وبقية معالي الأمن العام. ثم انتقل ضيوف الشرف والحضور الى منصة العرض حيث قدم عرض "العالم لشخصين" وقدم مسرح مدرسة الكرمين للروسية سجلات غنائية رائعة عن الصداقة الحقيقية والمساعدة المتبادلة والولاء والحب اللامتناهي بين رجل وحصان، كشفت فيها القصة عن جميع مراحل تاريخ العالم التي مر بها هذا الزوجان جنباً إلى جنب، وساد جو لا يُصدق في العرض التاريخي، ويغمر الجمهور في الماضي

البعيد. لن تترك هذه القصة الرائعة أي شخص غير مبال، والدور الرئيسي هنا تلعبه "صاحبة الجلالة" - الحصان! واستند عرض "عالم لشخصين" إلى قصيدة ديمتري بيبسياد، الشاعر والممثل المسرحي والسينمائي الروسي، ويصاحبها. كما شهد ضيوف الشرف والحضور عرض مركز التقاليد الوطنية للروسية ونتاج مزرعة الفروسية من الخيول الأصيلة. حيث قدمت أسطبلات العرض مجموعة فريدة من سلالات الخيول الوطنية، حيث يجسد كل منها تاريخ وثقافة روسيا. واختتم الحفل بوصلة موسيقية اوبرالية وحفل عشاء على ضرف الضيوف.

أقام معالي أندريه يوريفيتش بيليانينوف أمين عام الاتحاد الدولي للمنظمات غير الحكومية "جمعية شعوب العالم" حفل استقبال على شرف ضيوف الشرف الفخريين للقمة العالمية الأولى لشعوب العالم وفي مقدمتهم: علي ناصر محمد رئيس جمهورية اليمن الديموقراطية والدكتور عدنان بردان رئيس وزراء الأردن الأسبق ومعالي المهندس وليد المصري وزير الإدارة المحلية الأردني وسعادة الدكتور وليد حميد شلتاغ سفير جامعة الدول العربية بموسكو ورؤساء الوفود العربية والصديقة المشاركة في القمة. أقام معاليه حفل استقبال في مسرح الفروسية بمدرسة

أمين عام جمعية شعوب العالم يحتفي بضيوف الشرف بعروض شائقة بمدرسة الكرمين للروسية

•• موسكو - عبدالرحمن نقي :



أقام معالي أندريه يوريفيتش بيليانينوف أمين عام الاتحاد الدولي للمنظمات غير الحكومية "جمعية شعوب العالم" حفل استقبال على شرف ضيوف الشرف الفخريين للقمة العالمية الأولى لشعوب العالم وفي مقدمتهم: علي ناصر محمد رئيس جمهورية اليمن الديموقراطية والدكتور عدنان بردان رئيس وزراء الأردن الأسبق ومعالي المهندس وليد المصري وزير الإدارة المحلية الأردني وسعادة الدكتور وليد حميد شلتاغ سفير جامعة الدول العربية بموسكو ورؤساء الوفود العربية والصديقة المشاركة في القمة. أقام معاليه حفل استقبال في مسرح الفروسية بمدرسة

أقام معالي أندريه يوريفيتش بيليانينوف أمين عام الاتحاد الدولي للمنظمات غير الحكومية "جمعية شعوب العالم" حفل استقبال على شرف ضيوف الشرف الفخريين للقمة العالمية الأولى لشعوب العالم وفي مقدمتهم: علي ناصر محمد رئيس جمهورية اليمن الديموقراطية والدكتور عدنان بردان رئيس وزراء الأردن الأسبق ومعالي المهندس وليد المصري وزير الإدارة المحلية الأردني وسعادة الدكتور وليد حميد شلتاغ سفير جامعة الدول العربية بموسكو ورؤساء الوفود العربية والصديقة المشاركة في القمة. أقام معاليه حفل استقبال في مسرح الفروسية بمدرسة

أقام معالي أندريه يوريفيتش بيليانينوف أمين عام الاتحاد الدولي للمنظمات غير الحكومية "جمعية شعوب العالم" حفل استقبال على شرف ضيوف الشرف الفخريين للقمة العالمية الأولى لشعوب العالم وفي مقدمتهم: علي ناصر محمد رئيس جمهورية اليمن الديموقراطية والدكتور عدنان بردان رئيس وزراء الأردن الأسبق ومعالي المهندس وليد المصري وزير الإدارة المحلية الأردني وسعادة الدكتور وليد حميد شلتاغ سفير جامعة الدول العربية بموسكو ورؤساء الوفود العربية والصديقة المشاركة في القمة. أقام معاليه حفل استقبال في مسرح الفروسية بمدرسة

يوفرها مجمع دبي للمعرفة ومدينة دبي الأكاديمية العالمية

الجامعات العالمية في دبي تعلن عن برامجها ومنحها الدراسية الرائدة للعام الدراسي الجديد



الطلاب من مجتمعها الأكاديمي المتكامل والمرن للحصول على خدمات التعليم بمعايير عالمية تلبي احتياجات المنطقة بالتحديد. وقال: "نطمح دوماً في جامعة مردوخ دبي إلى دعم وتمكين قادة المستقبل، عبر الاستفادة من التنوع الأكاديمي الذي تمتاز به أستراليا وقدرة دبي على تسهيل وصول طلاب الجامعات إلى نخبة من أبرز المؤسسات الأكاديمية والتعليمية حول العالم". بالإضافة إلى ذلك، يسعى معهد "إس آيه إي دبي" إلى توسيع نطاق برامجه الأكاديمية من خلال طرح برنامج بكالوريوس في علوم الحاسوب، بالإضافة إلى تقديم منح دراسية ومالية بقيمة تصل إلى 50 ألف درهم إماراتي. وقال جان مورن، مدير معهد "إس آيه إي دبي": "يحتضن معهد "إس آيه إي دبي" هذا العام بمرور 20 عاماً على ريادته في مجال تعليم الإعلام الإبداعي في دبي و50 عاماً على إسهامه في الارتقاء بقطاع التعليم على المستوى العالمي، وتواصل دبي تقديمها بحظوظ ثابتة وسريعة للتحوّل إلى وجهة مفضّلة للتعليم، عبر تقديمها العديد من الحوافز المتميّزة مثل تأشيرة الإقامة الذهبية المرموقة للمبدعين. وفي ظلّ النمو المستمر لقطاع الإعلام في دبي وحاجته إلى العديد من المواهب، نتطلع إلى مواصلة ترسيخ مكانتنا كجامعة رائدة في مجال الإعلام الإبداعي في المنطقة، بما يدعم هذا القطاع بكوادر إعلامية تتمتع بمهارات عالمية". وتمنح كلية "إس بي جاين" للإدارة العالمية، والتي احتفت بمرور 20 عاماً على افتتاح فرعها في دبي خلال العام الدراسي 2024 - 2025، شهادة ماجستير في العلوم المالية التطبيقية وإدارة الثروات، لإعداد المهنيين لوظائف متنوعة في مجال الخدمات المالية. وتأتي شهادة الماجستير التنفيذية في إدارة الأعمال في كلية "إس بي جاين" في المرتبة 23 عالمياً ضمن تصنيف "كيو إس" للتجارة الدولية لعام 2025، فضلاً عن التزام الكلية بتلبية احتياجات كافة الطلاب عبر تزويد الطالبات بمنحة "الأمهات الجدد". وفي هذه المناسبة، قال نيتيش جاين، رئيس كلية "إس بي جاين" للإدارة العالمية: "تعد دبي وجهة متميّزة لطلاب الجامعات، حيث تستقطب نخبة من أبرز الجامعات العالمية لتوفير خدمات التعليم العالي ضمن بيئة آمنة وبنية تحتية متقدمة تدعم نمو قطاع الذكاء الاصطناعي وتطوّره السريع". تُعد مدينة دبي الأكاديمية العالمية، ومجمع دبي للمعرفة في مجال التعليم المستمر من مجمعات الأعمال العشرة المتخصصة التي تضمّ مدينة دبي للإنترنت ومدينة دبي للإعلام ومدينة دبي للإستديوهات ومدينة دبي للإنتاج وحي دبي للتصميم ومجمع دبي للعلوم ومدينة دبي للصناعية.

القبيل على تحسين النتائج الأكاديمية للطلاب، عبر تعزيز التعاون مع كافة جهات القطاع والتركيز على الأبحاث والتعلّم التطبيقي. وتواصل دبي ترسيخ مكانتها الرائدة كوجهة عالية للتعليم العالي، حيث تحرص على تمكين الطلاب من تحقيق التميّز الأكاديمي والحصول في الوقت نفسه على فرص غير مسبوقه للنمو والابتكار". أعلنت أكاديمية مانيبال للتعليم العالي في دبي عن بدئها بمنح شهادة بكالوريوس التكنولوجيا في علوم الحاسوب والتكنولوجيا المالية وبكالوريوس الآداب (مع مرتبة الشرف) في برامج اللغة الإنجليزية وعلم النفس وعلوم الاجتماع وصناعة الأفلام والاتصال الجماهيري. وتقدّم الأكاديمية منحاً دراسية قائمة على التميّز الأكاديمي بنسبة تصل إلى 30% و10% على برامج البكالوريوس والدراسات العليا على التوالي، بالإضافة إلى منحة ماجستير إدارة الأعمال بنسبة تصل إلى 15%. ويحقّ كذلك للطلاب الذين مثّلوا فرقاً رياضية وطنية أو حكومية الحصول على منحة رياضية، مع إعطاء من الرسوم الجامعية بنسبة تتراوح بين 5% و50% عن السنة الأولى. وقال الدكتور س. سوهيندرا، رئيس أكاديمية مانيبال للتعليم العالي في دبي: "لطالما كانت رؤيتنا في أكاديمية مانيبال للتعليم العالي في دبي واضحة، إذ نطمح دوماً إلى إعداد الطلاب لا لاكتساب المهارات اللازمة لأداء وظائف اليوم فحسب، بل أيضاً لتلبية احتياجات المستقبل. ويمكّن كل إنجاز نحققه التزامنا الراسخ بالابتكار والريادة، بدءاً من البرامج الرائدة القائمة على تخصصات متعدّدة في التكنولوجيا المالية والفنون الحرة وصولاً إلى إبرام شراكات عالمية قوية مع أبرز جهات القطاع. وبينما نحتمي بمرور 25 عاماً على انطلاق أعمالنا في دولة الإمارات، نواصل التركيز على دعم وتنمية المواهب عبر توفير تخصصات ملائمة لوظائف المستقبل وبناء شبكات هادفة تعزّز التواصل الفعالي بين الطلاب والعالم المهني". أما جامعة برمنغهام دبي، والتي تأتي في المرتبة 76 ضمن تصنيف "كيو إس" العالمي للجامعات هذا العام، فتتمتع بشهادات مثل بكالوريوس الهندسة في الروبوتات والذكاء الاصطناعي، بالإضافة إلى شهادات الماجستير مثل ماجستير العلوم في الابتكار المستدام وريادة الأعمال، وماجستير في العلاج الطبيعي للجهاز العضلي الهيكلي، وماجستير في الطب الرياضي والتمارين، وماجستير العلوم في التحليلات الحضرية والذكاء الاصطناعي للخبراء في وضع الخطط. وتقدّم جامعة برمنغهام دبي كذلك منحاً دراسية بنسبة تصل إلى 30% من الرسوم

القبيل على تحسين النتائج الأكاديمية للطلاب، عبر تعزيز التعاون مع كافة جهات القطاع والتركيز على الأبحاث والتعلّم التطبيقي. وتواصل دبي ترسيخ مكانتها الرائدة كوجهة عالية للتعليم العالي، حيث تحرص على تمكين الطلاب من تحقيق التميّز الأكاديمي والحصول في الوقت نفسه على فرص غير مسبوقه للنمو والابتكار". أعلنت أكاديمية مانيبال للتعليم العالي في دبي عن بدئها بمنح شهادة بكالوريوس التكنولوجيا في علوم الحاسوب والتكنولوجيا المالية وبكالوريوس الآداب (مع مرتبة الشرف) في برامج اللغة الإنجليزية وعلم النفس وعلوم الاجتماع وصناعة الأفلام والاتصال الجماهيري. وتقدّم الأكاديمية منحاً دراسية قائمة على التميّز الأكاديمي بنسبة تصل إلى 30% و10% على برامج البكالوريوس والدراسات العليا على التوالي، بالإضافة إلى منحة ماجستير إدارة الأعمال بنسبة تصل إلى 15%. ويحقّ كذلك للطلاب الذين مثّلوا فرقاً رياضية وطنية أو حكومية الحصول على منحة رياضية، مع إعطاء من الرسوم الجامعية بنسبة تتراوح بين 5% و50% عن السنة الأولى. وقال الدكتور س. سوهيندرا، رئيس أكاديمية مانيبال للتعليم العالي في دبي: "لطالما كانت رؤيتنا في أكاديمية مانيبال للتعليم العالي في دبي واضحة، إذ نطمح دوماً إلى إعداد الطلاب لا لاكتساب المهارات اللازمة لأداء وظائف اليوم فحسب، بل أيضاً لتلبية احتياجات المستقبل. ويمكّن كل إنجاز نحققه التزامنا الراسخ بالابتكار والريادة، بدءاً من البرامج الرائدة القائمة على تخصصات متعدّدة في التكنولوجيا المالية والفنون الحرة وصولاً إلى إبرام شراكات عالمية قوية مع أبرز جهات القطاع. وبينما نحتمي بمرور 25 عاماً على انطلاق أعمالنا في دولة الإمارات، نواصل التركيز على دعم وتنمية المواهب عبر توفير تخصصات ملائمة لوظائف المستقبل وبناء شبكات هادفة تعزّز التواصل الفعالي بين الطلاب والعالم المهني". أما جامعة برمنغهام دبي، والتي تأتي في المرتبة 76 ضمن تصنيف "كيو إس" العالمي للجامعات هذا العام، فتتمتع بشهادات مثل بكالوريوس الهندسة في الروبوتات والذكاء الاصطناعي، بالإضافة إلى شهادات الماجستير مثل ماجستير العلوم في الابتكار المستدام وريادة الأعمال، وماجستير في العلاج الطبيعي للجهاز العضلي الهيكلي، وماجستير في الطب الرياضي والتمارين، وماجستير العلوم في التحليلات الحضرية والذكاء الاصطناعي للخبراء في وضع الخطط. وتقدّم جامعة برمنغهام دبي كذلك منحاً دراسية بنسبة تصل إلى 30% من الرسوم

القبيل على تحسين النتائج الأكاديمية للطلاب، عبر تعزيز التعاون مع كافة جهات القطاع والتركيز على الأبحاث والتعلّم التطبيقي. وتواصل دبي ترسيخ مكانتها الرائدة كوجهة عالية للتعليم العالي، حيث تحرص على تمكين الطلاب من تحقيق التميّز الأكاديمي والحصول في الوقت نفسه على فرص غير مسبوقه للنمو والابتكار". أعلنت أكاديمية مانيبال للتعليم العالي في دبي عن بدئها بمنح شهادة بكالوريوس التكنولوجيا في علوم الحاسوب والتكنولوجيا المالية وبكالوريوس الآداب (مع مرتبة الشرف) في برامج اللغة الإنجليزية وعلم النفس وعلوم الاجتماع وصناعة الأفلام والاتصال الجماهيري. وتقدّم الأكاديمية منحاً دراسية قائمة على التميّز الأكاديمي بنسبة تصل إلى 30% و10% على برامج البكالوريوس والدراسات العليا على التوالي، بالإضافة إلى منحة ماجستير إدارة الأعمال بنسبة تصل إلى 15%. ويحقّ كذلك للطلاب الذين مثّلوا فرقاً رياضية وطنية أو حكومية الحصول على منحة رياضية، مع إعطاء من الرسوم الجامعية بنسبة تتراوح بين 5% و50% عن السنة الأولى. وقال الدكتور س. سوهيندرا، رئيس أكاديمية مانيبال للتعليم العالي في دبي: "لطالما كانت رؤيتنا في أكاديمية مانيبال للتعليم العالي في دبي واضحة، إذ نطمح دوماً إلى إعداد الطلاب لا لاكتساب المهارات اللازمة لأداء وظائف اليوم فحسب، بل أيضاً لتلبية احتياجات المستقبل. ويمكّن كل إنجاز نحققه التزامنا الراسخ بالابتكار والريادة، بدءاً من البرامج الرائدة القائمة على تخصصات متعدّدة في التكنولوجيا المالية والفنون الحرة وصولاً إلى إبرام شراكات عالمية قوية مع أبرز جهات القطاع. وبينما نحتمي بمرور 25 عاماً على انطلاق أعمالنا في دولة الإمارات، نواصل التركيز على دعم وتنمية المواهب عبر توفير تخصصات ملائمة لوظائف المستقبل وبناء شبكات هادفة تعزّز التواصل الفعالي بين الطلاب والعالم المهني". أما جامعة برمنغهام دبي، والتي تأتي في المرتبة 76 ضمن تصنيف "كيو إس" العالمي للجامعات هذا العام، فتتمتع بشهادات مثل بكالوريوس الهندسة في الروبوتات والذكاء الاصطناعي، بالإضافة إلى شهادات الماجستير مثل ماجستير العلوم في الابتكار المستدام وريادة الأعمال، وماجستير في العلاج الطبيعي للجهاز العضلي الهيكلي، وماجستير في الطب الرياضي والتمارين، وماجستير العلوم في التحليلات الحضرية والذكاء الاصطناعي للخبراء في وضع الخطط. وتقدّم جامعة برمنغهام دبي كذلك منحاً دراسية بنسبة تصل إلى 30% من الرسوم

•• دبي - الفجر

منوعات الفكر

23



كشفت دراسة علمية حديثة أجراها باحثون في جامعة ليفربول أن انخفاض معدل استهلاك السوائل اليومية يرتبط بزيادة ملحوظة في استجابة الجسم لهرمون الكورتيزول، وهو ما يُعد مؤشراً على ارتفاع خطر الإصابة بأمراض مزمنة مثل القلب والسكري والاكتئاب. وأظهرت نتائج الدراسة أن الأشخاص الذين يستهلكون أقل من 1,5 لتر من السوائل يومياً، أي ما يعادل نحو سبعة أكواب من الشاي، سجلوا مستويات أعلى من الكورتيزول بنسبة تفوق 50% مقارنةً بمن يلتزمون بتوصيات تناول الماء اليومية.

دراسة تكشف علاقة شرب الماء مع ارتفاع هرمون التوتر وزيادة إفراز الكورتيزول والأمراض المزمنة

بينما قام الباحثون برصد مستويات الترطيب من خلال تحليل عينات الدم والبول. وفي نهاية الأسبوع، خضع المشاركون لاختبار ترير للتوتر الاجتماعي، وهو اختبار معتمد لمحاكاة مواقف الحياة الواقعية التي تسبب الإجهاد، مثل مقابلات العمل والمهام الحسابية الذهنية. وأظهرت النتائج أن المجموعة التي تناولت كميات أقل من السوائل سجلت ارتفاعاً ملحوظاً في مستويات الكورتيزول في اللعاب استجابة لاختبار التوتر، في حين لم تظهر المجموعة الأخرى نفس التفاعل. وأشار الباحثون إلى أن أفراد المجموعة منخفضة الترطيب لم يُبلغوا عن شعورهم بالعطش بشكل أكبر، إلا أن تحليل البول كشف عن تركيز أعلى ولون أغمق، ما يُعد دليلاً واضحاً على نقص الترطيب.

وأكد الفريق البحثي أن قلة الترطيب ترتبط بزيادة تفاعل الجسم مع الإجهاد، وأن هذا التفاعل المفرط له آثار سلبية على الصحة العامة على المدى الطويل، ما يعزز أهمية الالتزام بتناول كميات كافية من السوائل يومياً للحفاظ على التوازن الفسيولوجي والوقاية من الأمراض المرتبطة بالتوتر المزمن.

والمشروبات الساخنة، في حين شملت المجموعة الثانية أشخاصاً يلتزمون بتوصيات الترطيب اليومية، والتي تبلغ لترين للنساء و2,5 لتر للرجال. وخلال فترة الدراسة التي امتدت لأسبوع، حافظ المشاركون على عاداتهم المعتادة في الشرب،

والمشروبات الساخنة، في حين شملت المجموعة الثانية أشخاصاً يلتزمون بتوصيات الترطيب اليومية، والتي تبلغ لترين للنساء و2,5 لتر للرجال. وخلال فترة الدراسة التي امتدت لأسبوع، حافظ المشاركون على عاداتهم المعتادة في الشرب،

شعورهم بالعطش بشكل أكبر، إلا أن تحليل البول كشف عن تركيز أعلى ولون أغمق، ما يُعد دليلاً واضحاً على نقص الترطيب.

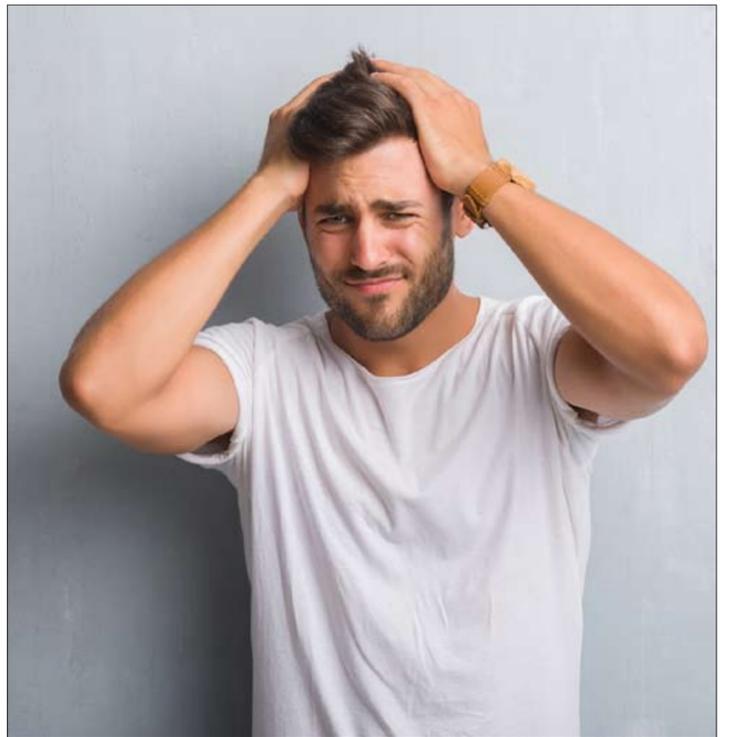
وأكد الفريق البحثي أن قلة الترطيب ترتبط بزيادة تفاعل الجسم مع الإجهاد، وأن هذا التفاعل المفرط له آثار سلبية على الصحة العامة على المدى الطويل، ما يعزز أهمية الالتزام بتناول كميات كافية من السوائل يومياً للحفاظ على التوازن الفسيولوجي والوقاية من الأمراض المرتبطة بالتوتر المزمن. كشفت دراسة علمية حديثة أجراها باحثون في جامعة ليفربول أن انخفاض معدل استهلاك السوائل اليومية يرتبط بزيادة ملحوظة في استجابة الجسم لهرمون الكورتيزول، وهو ما يُعد مؤشراً على ارتفاع خطر الإصابة بأمراض مزمنة مثل القلب والسكري والاكتئاب وظهور نتائج الدراسة

أن الأشخاص الذين يستهلكون أقل من 1,5 لتر من السوائل يومياً، أي ما يعادل نحو سبعة أكواب من الشاي، سجلوا مستويات أعلى من الكورتيزول بنسبة تفوق 50% مقارنةً بمن يلتزمون بتوصيات تناول الماء اليومية.

وأوضح الدكتور نيل والش، الباحث الرئيسي في الدراسة، أن الكورتيزول يُعد الهرمون الأساسي المسؤول عن تنظيم استجابة الجسم للتوتر، وأن ارتفاعه بشكل مفرط نتيجة الإجهاد يرتبط ارتباطاً مباشراً بزيادة احتمالات الإصابة بعدد من الأمراض المزمنة. وأكد أن هذه النتائج تسلط الضوء على أهمية الترطيب الكافي كعامل مؤثر في الصحة النفسية والجسدية على حد سواء. وفي إطار التجربة التي نُشرت تفاصيلها في دورية "جورنال أوف أبلايد فيزيولوجي"، قام الفريق البحثي بتقسيم مجموعة من الشباب الأصحاء إلى فئتين متساويتين من حيث العدد، تمثلان أدنى وأعلى 25% من معدلات استهلاك السوائل اليومية. وتضمنت المجموعة الأولى أفراداً اعتادوا على تناول أقل من 1,5 لتر من السوائل يومياً، بما يشمل الماء والمشروبات الساخنة، في حين شملت

المجموعة الثانية أشخاصاً يلتزمون بتوصيات الترطيب اليومية، والتي تبلغ لترين للنساء و2,5 لتر للرجال. وخلال فترة الدراسة التي امتدت لأسبوع، حافظ المشاركون على عاداتهم المعتادة في الشرب، بينما قام الباحثون برصد مستويات الترطيب من خلال تحليل عينات الدم والبول. وفي نهاية الأسبوع، خضع المشاركون لاختبار ترير للتوتر الاجتماعي، وهو اختبار معتمد لمحاكاة مواقف الحياة الواقعية التي تسبب الإجهاد، مثل مقابلات العمل والمهام الحسابية الذهنية. وأظهرت النتائج أن المجموعة التي تناولت كميات أقل من السوائل سجلت ارتفاعاً ملحوظاً في مستويات الكورتيزول في اللعاب استجابة لاختبار التوتر، في حين لم تظهر المجموعة الأخرى نفس التفاعل. وأشار الباحثون إلى أن أفراد المجموعة منخفضة الترطيب لم يُبلغوا عن

وأوضح الدكتور نيل والش، الباحث الرئيسي في الدراسة، أن الكورتيزول يُعد الهرمون الأساسي المسؤول عن تنظيم استجابة الجسم للتوتر، وأن ارتفاعه بشكل مفرط نتيجة الإجهاد يرتبط ارتباطاً مباشراً بزيادة احتمالات الإصابة بعدد من الأمراض المزمنة. وأكد أن هذه النتائج تسلط الضوء على أهمية الترطيب الكافي كعامل مؤثر في الصحة النفسية والجسدية على حد سواء. وفي إطار التجربة التي نُشرت تفاصيلها في دورية "جورنال أوف أبلايد فيزيولوجي"، قام الفريق البحثي بتقسيم مجموعة من الشباب الأصحاء إلى فئتين متساويتين من حيث العدد، تمثلان أدنى وأعلى 25% من معدلات استهلاك السوائل اليومية. وتضمنت المجموعة الأولى أفراداً اعتادوا على تناول أقل من 1,5 لتر من السوائل يومياً، بما يشمل الماء والمشروبات الساخنة، في حين شملت



أعراض جسدية ونفسية قد تشير إلى انخفاض مستويات فيتامين «د»

رغم أن العديد من الدول تتمتع بتوافر أشعة الشمس على مدار العام، إلا أن ذلك لا يضمن حصول سكانها على الكميات الكافية من فيتامين «د»، نظراً لأن نمط الحياة العصري يدفع كثيرين إلى قضاء معظم ساعات النهار داخل أماكن مغلقة، وهو ما يحد من قدرة الجسم على إنتاج هذا الفيتامين الحيوي الذي يلعب دوراً محورياً في الحفاظ على الصحة النفسية والجسدية.

وتشجيع الأفراد على مراجعة نمط حياتهم والتأكد من حصولهم على الكميات الكافية من هذا الفيتامين، سواء عبر التعرض لأشعة الشمس أو من خلال النظام الغذائي والمكملات الطبية عند الحاجة.

قد يؤدي إلى اضطرابات في النوم، ما ينعكس على الشعور بالخمول خلال ساعات النهار. وتأتي هذه المؤشرات ضمن قائمة موسعة تضم 66 علامة تحذيرية، تهدف إلى رفع الوعي بأهمية فيتامين «د» في دعم الصحة العامة،

متعددة، ما يستدعي مراجعة الطبيب لتحديد السبب بدقة. أما لدى النساء، فقد تناول التقرير تأثير نقص الفيتامين على أعراض انقطاع الطمث، حيث أوضحت باتيل أن هذه المرحلة قد تتوافق مع تقلبات مزاجية وآلام في المفاصل وإرهاق، إلا أن انخفاض مستويات فيتامين «د» قد يزيد من حدة هذه الأعراض، نظراً لتأثير هرمون الإستروجين على كيميائية معالجة الجسم للفيتامين، وهو ما يتراجع بشكل ملحوظ خلال فترة انقطاع الطمث.

ومن العلامات الأخرى التي قد تشير إلى نقص فيتامين «د»، التعرق المفرط، خاصة في منطقة الجبهة، حيث اعتبرت باتيل أن هذا النوع من التعرق قد يكون من المؤشرات المبكرة على انخفاض مستويات الفيتامين، لا سيما إذا حدث دون بذل مجهود بدني.

كما تناول التقرير تأثير نقص الفيتامين على جودة النوم، مشيراً إلى أن صعوبة النوم أو التقلب في الفراش ليلاً قد تكون من الأعراض المرتبطة بانخفاض فيتامين «د»، الذي يلعب دوراً في تنظيم هرمون الميلاتونين المسؤول عن دورة النوم. وأوضحت باتيل أن نقص الفيتامين

إلى أن هذه العلامات تستدعي الانتباه والمتابعة الطبية، خاصة في ظل ارتباط الفيتامين بعدد من الوظائف الحيوية في الجسم. من أبرز الأعراض التي تناولها التقرير، الشعور بالألم غير مبررة في العظام وضعف في العضلات، حيث أوضحت باتيل أن الاستيقاظ مع تيبس أو ألم قد يكون مؤشراً على نقص فيتامين «د»، نظراً لدوره الأساسي في تعزيز امتصاص الكالسيوم، وهو العنصر المسؤول عن قوة العظام. وفي حال غياب الكمية الكافية من الفيتامين، تضعف البنية العظمية ويزداد خطر التعرض للكسور.

كما لفتت إلى أن انخفاض المزاج أو الشعور بالكآبة قد يكون مرتبطاً بانخفاض مستويات فيتامين «د»، الذي يساهم في تنظيم هرمون السيروتونين المعروف بـ"هرمون السعادة". وأشارت إلى أن نقص الفيتامين قد يؤدي إلى اضطرابات عاطفية ومزاجية، خاصة لدى الأشخاص الذين لا يتعرضون لأشعة الشمس بشكل منتظم. وفي ما يتعلق بصحة الشعر، حذرت باتيل من أن نقص فيتامين «د» قد يرتبط بحالات من ترقق الشعر أو حتى الإصابة بالصلبة، رغم أن تساقط الشعر قد يكون له أسباب

وفي تقرير نشرته منصة "إم إس إن هيلث"، استعرضت الطبيبة البريطانية هانا باتيل مجموعة من المؤشرات التحذيرية التي قد تدل على وجود نقص في مستويات فيتامين «د»، مشيرة



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٣٢٥/٢٠٢٥/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المنظورة: دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٥٨
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٣/٢٠٢٥ تجاري كئي، بسداد المبلغ المتقد به وقره (١١٤٨٨٩) درهم شامل لرسوم والصاريف وخصايات التنفيذ بالرسوم والغرامات المرتبطة ان وجد .
طالب التنفيذ : موسى عابد علي عابد علي
عنوانه الامارات - امارة دبي - بر دبي - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى اعزاز اسكوير ٣ - شقة الخامس - مقابل دبي مول - ٥٨٧٤١٣٨
الخطوب اعلانه: ١- مرحبا مودلتيخ ش.ذ.م - صفته: منفذ ضده
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتقد به وقره (١١٤٨٨٩) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحكمك. لسداد المبلغ المتقد به يتم ايداعه في تحويل اى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمكتب التنفيذ المثل
AE730260751208000156122
DC-VAC-ACCOUNT - 207-2025-3335-000156122
Emirates NBD - بنك الامارات دبي الوطني
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٣٢٥/٢٠٢٥/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المنظورة: دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٥٨
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٣/٢٠٢٥ تجاري كئي، بسداد المبلغ المتقد به وقره (١١٤٨٨٩) درهم شامل لرسوم والصاريف وخصايات التنفيذ بالرسوم والغرامات المرتبطة ان وجد .
طالب التنفيذ : موسى عابد علي عابد علي
عنوانه الامارات - امارة دبي - بر دبي - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى اعزاز اسكوير ٣ - شقة الخامس - مقابل دبي مول - ٥٨٧٤١٣٨
الخطوب اعلانه: ١- مرحبا مودلتيخ ش.ذ.م - صفته: منفذ ضده
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتقد به وقره (١١٤٨٨٩) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحكمك. لسداد المبلغ المتقد به يتم ايداعه في تحويل اى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمكتب التنفيذ المثل
AE190260751208000156124
DC-VAC-ACCOUNT - 207-2025-3335-000156124
Emirates NBD - بنك الامارات دبي الوطني
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٤١٧/٢٠٢٥/٢٠٨ تنفيذ مدني

المنظورة: دائرة التنفيذ السابعة رقم ٢٢٨
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ١٠٦٥/٢٠٢٠ مدني جزئي، بسداد المبلغ المتقد به وقره (٢٣,٦٤١,١٢) درهم شامل لرسوم والصاريف.
طالب التنفيذ : شركة مجموعة الامارات للاتصالات (مجموعة الصالات) ش.م.ع
عنوانه الامارات - امارة دبي - بور سعيد - ديرة - دبي - ٤٨٣٣٧٠٠٠
الخطوب اعلانه: ١- اقور ابراهيم كازوهوتال - صفته: منفذ ضده
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتقد به وقره (٢٣,٦٤١,١٢) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحكمك. لسداد المبلغ المتقد به يتم ايداعه في تحويل اى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمكتب التنفيذ المثل
AE940260751208000164862
DC-VAC-ACCOUNT - 208-2025-3467-000164862
Emirates NBD - بنك الامارات دبي الوطني
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان محضر حجز بالنشر في التنفيذ رقم ٤٤/٢٠٢٢/٢٢٧ تنفيذ محرر كاتب عدل

المنظورة: دائرة التنفيذ السابعة رقم ٢٢٨
موضوع التنفيذ: تنفيذ اقرار مدنيونيه شامل الرسوم والصاريف
طالب التنفيذ : حمد جاسم المدريوش فخرو - وأخرون
عنوانه الامارات - امارة دبي - بر دبي - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج خليفة - شقة ٢-B1٦٠٢
ملك الشيخ راشد بن خليفة بن سعيد ال مكتوم - ٥٢٨٨٠٠٠٦
الخطوب اعلانه: ١- وليد فوزي موسى الخطيب ٢- علي وليد فوزي الخطيب ٣- محمد وليد فوزي الخطيب ٤- خالد وليد فوزي الخطيب ٥- داليا طلال عبدالله النشوا ٦- سارة وليد فوزي موسى الخطيب - صفته: منفذ ضدهم
موضوع الاعلان : نعلنكم بانكم تم الحجز على الممتلك الخاصة وهي عبارة عن اثاث واجهزة الكترونية وافية مبلغ العاطلية (٦٥٥٨٤١١) درهم وذلك لتمام بما جاء فيه وفقاً لمعوله قانوناً.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان بالنشر في الدعوى رقم: ٢٩٦٦/٢٠٢٥/١٦ تجاري جزئي

المنظورة: دائرة ايداع الدعوى الثالثة رقم ٤٠٢
موضوع الدعوى : المطالبة بترامج الصافي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ (٢٢١,١٠٠,٠٠) درهم لتلازمة ثلاثة وأربعون الف ومائة وخمسة ودرهم وخمسة فلس - بالإضافة الى الموائد القانونية بواقع ١١٢ سنويا من تاريخ الاستحقاق وحتى تاريخ السداد الصافي مع تضمين المضي عليها كافة الرسوم والصاريف والغاب الحاماة.
الخصم شركة الشرق الأوسط للترانس
عنوانه الامارات - امارة دبي - منطقة الخليج التجاري - دبي - شارع المستقبل - مبنى اميكنت تاور - شقة ٢١-١٠٦٥٨
الخطوب اعلانه: ١- لتوليا التجميل الساماتش ذ.م.ج - صفته: مدعي عليه
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بترامج الصافي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ (٢٢١,١٠٠,٠٠) درهم لتلازمة ثلاثة وأربعون الف ومائة وخمسة ودرهم وخمسة فلس - بالإضافة الى الموائد القانونية بواقع ١١٢ سنويا من تاريخ الاستحقاق وحتى تاريخ السداد الصافي مع تضمين المضي عليها كافة الرسوم والصاريف والغاب الحاماة.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان بالنشر في الدعوى رقم: ٢٢٢٨/٢٠٢٥/١٦ تجاري جزئي

المنظورة: دائرة ايداع الدعوى السابعة رقم ٤٠٩
موضوع الدعوى : دعوى مطالبية بمبلغ نقدي مائة الف درهم امراتي مع التعويض الجابر لا حق المتنازعة من أضار مادية وأمنية نتيجة اخلال المتنازع ضدها بالتزاماتها التعاقدية وطب الفوائد التأخيرية القانونية بنسبة ٥: سنويا تحسب من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام السداد اعلاا لا تقضي به الفوائد العقدية وأحكام القانون المدني
الخصم: ابي موبين فينشر ش.ذ.م - منطقة حرة
عنوانه الامارات - امارة دبي - منطقة الخليج التجاري - شارع برج خليفة - برايم تاور ٢٨ - مكتب ١٠٨٠٩ - ٥٨٢٤٩٢٠
الخطوب اعلانه: ١- ستاندر كز لتجارة السيارات المتصلة ش.ذ.م - صفته : مدعي عليه
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها دعوى مطالبية بمبلغ نقدي مائة الف درهم امراتي مع التعويض الجابر لا حق المتنازعة من أضار مادية وأمنية نتيجة اخلال المتنازع ضدها بالتزاماتها التعاقدية وطب الفوائد التأخيرية القانونية بنسبة ٥: سنويا تحسب من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام السداد اعلاا لا تقضي به الفوائد العقدية وأحكام القانون المدني - وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ١٠/٢٥/٢٠٢٥ الساعة ١٠:٠٠ من في قاعة المناقشات بعد ان فأت مكتب بالحضور أو من يمتلك قانونيا وعليك بتنفيذ ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
مذكرة اعلان بالنشر (استئناف) في الاستئناف رقم: ٢٠٠٨/٢٠٢٥/٢٠٠ استئناف مدني

المنظورة: دائرة ايداع الدعوى الاستئنافية الثانية عشر رقم ٨٣٢
موضوع الاستئناف: استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم: ١٦١١/٢٠٢٥ مدني جزئي والرسوم والصاريف والتعاب.
المتأنف: المدريوش فهون بصفته الوالي الطبيعي على ابنته الفاضرة/ اوا لورين فهون فهون
موضوع الاعلان : منطقة الخليج التجاري - شارع المستقبل - شقة ٢١-٢ - دبي - هابي ابيطيو - الهانف المتحرك ٥٨٧٢٢٢٢٢٨ - البريد الالكتروني ٥٧١٢٢٢٢٢٢٢٨ - 2846@gmail.com
ويتمتع: أمل خميس درويش محمد البوشي
الخطوب اعلانه: ١- فهون ملام فهون بصفتها ابنته الطبيعي على ابنته الفاضرة/ شايلى فهون غلامر اضرا بصفتها - ٢- انطونيو يوروش بصفتها ابنته الطبيعي على ابنته الفاضرة/ علياه عهود يور غورس - صفتهما مستأنف ضدهما
موضوع الاعلان : الحكم الصادر بالدعوى رقم: ١٦١١/٢٠٢٥ مدني جزئي. وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠٢٥/٩/٢٢ الساعة ١٠:٠٠ من بقاعة المناقشات عن بعد، وعليه يقتضى حضوركم أو من يمتلك قانونيا وفي حالة تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا.
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان بالنشر في الدعوى رقم: ٢١٠٢/٢٠٢٥/١٦ تجاري جزئي

المنظورة: دائرة ايداع الدعوى السابعة رقم ٤٠٩
الخصم: الأيام البسمه لتوريد الامداد الطبية ذ.م
عنوانه الامارات - امارة ابوظبي - ٥٣٦١١٥٥٠
الخطوب اعلانه: ١- شركة دي اي اف لعمال تنفيذ التصميم الماعلي ذ.م.ج - صفته : مدعي عليه
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بترامج الصافي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ (٢٢١,١٠٠,٠٠) درهم لتلازمة ثلاثة وأربعون الف ومائة وخمسة ودرهم وخمسة فلس - بالإضافة الى الموائد القانونية بواقع ١١٢ سنويا من تاريخ الاستحقاق وحتى تاريخ السداد الصافي مع تضمين المضي عليها كافة الرسوم والصاريف والغاب الحاماة.
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان بالنشر في الدعوى رقم: ٢٣٦٥/٢٠٢٥/١٠ احوال نفس مسلمين

المنظورة: دائرة ايداع الدعوى الثانية والعشرين رقم ٤٢٨
موضوع الدعوى : المطالبة بالطلاق للضرر والهجر وعدم الاتفاق والرسوم والصاريف والتعاب الحاماة .
المدعي: مارييا فاسيو
عنوانه الامارات - امارة دبي - منطقة الخليج التجاري - شارع الامال - مبنى دامكاز كريكيت باي - شقة ١١٦٢ - ٥٨٧٢٢٢١٠٠
الخطوب اعلانه: ١- يحيى عصام يحيى عبدهالادي عبدهالغار - صفته : مدعي عليه
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالطلاق للضرر والهجر وعدم الاتفاق والرسوم والصاريف والتعاب الحاماة - وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٥/٩/٢٣ الساعة ١٠:٠٠ من في قاعة المناقشات عن بعد في مبنى الاحوال الشخصية في منطقة القرمود لنا فأت مكتب بالحضور أو من يمتلك قانونيا وعليك بتنفيذ ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٤٤٩/٢٠٢٥/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المنظورة: دائرة التنفيذ الثالثة عشر رقم ٢٠٢
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٤٧٩٢/٢٠٢٤ تجاري ، بسداد المبلغ المتقد به وقره (١٢٠٩٩,٣٨) درهم شامل لرسوم والصاريف وخصايات التنفيذ بالرسوم والغرامات المرتبطة ان وجد .
طالب التنفيذ : مديحة كوهيه ومهدي - مساعمة ممام
عنوانه الامارات - امارة دبي - زعيميل الاولى - دبي - شارع السعادة - مبنى ابراج الامارات - شقة ٢٥ - ٥٥٨٢٢٢٢٢٢٢
الخطوب اعلانه: ١- نجم الفوارس مقاولات البناء ذ.م.ج - صفته: منفذ ضده
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتقد به وقره (١٢٠٩٩,٣٨) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحكمك. لسداد المبلغ المتقد به يتم ايداعه في تحويل اى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمكتب التنفيذ المثل
AE700260751208000158407
DC-VAC-ACCOUNT - 207-2025-3449-000158407
Emirates NBD - بنك الامارات دبي الوطني
رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان بالنشر في الدعوى رقم 2025/2021

المدعي / شركة كونكمنس المحدودة ذ م م
المدعي عليه / مؤسسة سعود مقاولات البناء لانكها حسن حميد حسن جمعة الشامي - بإحضاركم في المحاكم الصادر بتاريخ 2025/9/9 بتدب خبر حساسي في الدعوى اعلانه المذكورة بانكم تم تحديد موعد اجتماع الخبرة يوم الخميس الموافق 2025/9/25 الساعة 12 ظهرا عبر برنامج الزووم مييتنك رابط : https://us05web.zoom.us/j/83129854722?pwd=3muT98b16AtpkZA6JaGwR7qXhC6.1
على ان يتم التواصل مع مكتب الخبير / هلال السيد هلال ابراهيم قبل موعد الاجتماع لاعلامكم بالاجراءات والالية المتبعة لعقد الاجتماع بالتاريخ والتوقيت المبين اعلاه ، علما بان البيانات التواصل مع مكتب الخبير هي 971508686030 و بريد expert.helal@gmail.com

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم: 00001249/SHCFISHPAF2025 احوال الشخصية

إلى المدعي عليه : محمد عمران محمد رازق سري لانكي / الجنسية تعلمكم بأن المدعي فرنا بيوم محمد نايف ، سري لانكي / الجنسية قد اقام عليك المذكورة اعلاه للمطالبة (الاثبات نسب واستخراج شهادة ميلاد) لذ يجب عليك الحضور أمام محكمة القضاء في المحكمة الابتدائية الشرعية / محكمة الاسرة / مكتب ايداع الدعوى، الدائرة الثانية يوم الاربعاء الموافق 2025/9/24 الساعة التاسعة (9.00) صباحا لتقديم ما لديك من دفاع ومستندات، وفي حالة عدم حضوركم أو إرسال وكيل معتمد يتوب عنكم فإن المحكمة ستباشر الاجراءات القانونية في غيابكم.
حذر بتاريخ 16/9/2025 م.
محكمة الشارقة
الحكمة الابتدائية الشرعية

فقدان جواز سفر

فقد المدعو/ حوريه قربال، مغربي الجنسية

جواز سفره رقم (KX3068135)

من يجده عليه الاتصال بتليفون رقم 0504982030

الغد
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : رضوان غلام محاسون قانونيون
العنوان : مكتب رقم 808 ملك الشيخ عبدالله بن عيسى بن سلمان ال خليفة - ديرة - النهضة الاولى - الهاتف : 04-5876900 فاكس : 04-5876901
بموجب هذا تلمن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور اعلاه لتصفية شركة اصدار العقارية - ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 15/9/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 15/9/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه ، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان
المسؤول المخول

الغد
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : شركة اصداف العقارية - ذ م م
العنوان : مكتب رقم 102 ملك انجاز للمقارن - القوز 3 - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 630576 رقم القيد بالسجل التجاري 1049996 - بموجب هذا تلمن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 15/9/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 15/9/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين رضوان غلام محاسون قانونيون العنوان : مكتب رقم 808 ملك الشيخ عبدالله بن عيسى بن سلمان ال خليفة - ديرة - النهضة الاولى - الهاتف : 04-5876900 فاكس : 04-5876901 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان
المسؤول المخول

الغد
العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
فقدان شهادة أسهم

فقدت شهادة أسهم صادرة عن (شركة الجرافات البحرية الوطنية) باسم / حسن علي حسن مصبح

برقم 02561 بعدد 3199 سهما

الرجاء ممن يجدها تسليمها للشركة المذكورة اعلاه او الاتصال على موبايل رقم 0502253539 مشكوراً.

الغد
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / صيدلية نور الحياة رخصة رقم: CN 1509568 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 150000
تعديل شكل قانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ اضافة عماد مصطفى محمد حسن 100%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف محمد عبيد سالم مسعود الزعابي
تعديل اسم تجاري من/ صيدلية نور الحياة
الى / صيدلية نور الحياة - ذ.م.ج - ش.ش.و
NOOR AL HAYAT PHARMACY - L.L.C - S.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

الغد
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
اعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / صيدلية نور الحياة رخصة رقم: CN 1509568 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 150000
تعديل شكل قانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ اضافة عماد مصطفى محمد حسن 100%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف محمد عبيد سالم مسعود الزعابي
تعديل اسم تجاري من/ صيدلية نور الحياة
الى / صيدلية نور الحياة - ذ.م.ج - ش.ش.و
NOOR AL HAYAT PHARMACY - L.L.C - S.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

إعلاناتكم في

الغد
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

يرجى الاتصال على هاتف : 024488300 - فاكس : 024489891
email.advt@alfajrnws.ae

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / المقام لبيع الادوات الكهربائية (توصية بسيطة) رخصة رقم: CN 1109579 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل شكل قانوني من شركة توصية الى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ رياض بوليكال حمزه بوليكال من شريك الى مالك
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف سلطان عبدالله سلطان سيف الكعبي
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتقد به وقره (٢٣,٦٤١,١٢) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحكمك. لسداد المبلغ المتقد به يتم ايداعه في تحويل اى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمكتب التنفيذ المثل
AE940260751208000164862
AL MAQAM ELECTRICAL - APPLIANCES
الى / المقام لبيع الادوات الكهربائية - ذ.م.ج - ش.ش.و
AL MAQAM ELECTRICAL - APPLIANCES - L.L.C - S.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / بقلاده بايتس للوجبات الخفيفة - ذ.م.ج - ش.ش.و رخصة رقم: CN 5857746
قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل اسم تجاري من/ بقلاده بايتس للوجبات الخفيفة - ذ.م.ج - ش.ش.و
الى / هابي ويهز للوجبات الخفيفة - ذ.م.ج - ش.ش.و
HAPPY WHIZ LIGHT MEALS - L.L.C - S.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / سمارت كلين لفسيل الملابس - ذ.م.ج - ش.ش.و رخصة رقم: CN 5534985
قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل اسم تجاري من/ سمارت كلين لفسيل الملابس - ذ.م.ج - ش.ش.و
الى / صالون 96 للرجال - ذ.م.ج - ش.ش.و
SALON 96 FOR GENTS - L.L.C - S.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / سولد ستون لاعمال تركيب الحجر - ذ.م.ج - ش.ش.و رخصة رقم: CN 6063450
قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل اسم تجاري من/ سولد ستون لاعمال تركيب الحجر - ذ.م.ج - ش.ش.و
الى / كوة الحنة للديكور والصيانة العامة - ذ.م.ج - ش.ش.و
KUWA ALJANNA FOR DECORATION AND GENERAL. MAINTENANCE- L.L.C - S.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٥٦١ بتاريخ ٢٠٢٥/٩/٢٢
إعلان

تعلن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة / ميلروز للحلويات رخصة رقم: CN 3979427 قد تقدموا إلينا بطلب:
إلغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أسبوع
من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
سلطة أبوظبي للتسجيل

علماء يكتشفون "سراً جديداً" يساعد على التنبؤ بالعواصف الفضائية

نجح مسبار "Solar Orbiter" التابع لوكالة الفضاء الأوروبية في تتبع الإلكترونات فائقة الطاقة التي تندفع عبر الفضاء بسرعة تقترب من سرعة الضوء، وربطها بشكل مباشر بمصدرين أساسيين على سطح الشمس؛ هما الانفجارات الشمسية والانبعثات الكتلية الإكليلية. وتفتح هذه النتائج، التي نشرتها دورية "Astronomy & Astrophysics" باباً جديداً لفهم أفضل للفيزياء الشمسية والتنبؤ بالعواصف الفضائية.

مسافات مختلفة من الشمس، وهو ما يتميز به Solar Orbiter وحده. وأشار العلماء إلى أن أحد الأسئلة القديمة هو سبب التأخير بين مشاهدة الانفجار الشمسي على السطح ورصد اندفاع الإلكترونات في الفضاء.

وأفادت الدراسة بأن التأخير لا يعود فقط إلى لحظة الانبعثات، بل أيضاً إلى طريقة انتقال الإلكترونات وسط الرياح الشمسية والمجال المغناطيسي المصاحب لها.

وقالت المؤلفة المشاركة في الدراسة، لورا رودريجيز جارسيا، الباحثة في وكالة الفضاء الأوروبية إن "الإلكترونات تواجه اضطرابات، وتشتت أثناء رحلتها، ما يؤخر رصدها. وكلما ابتعدنا عن الشمس، تتضاعف هذه التأثيرات".

ويرى العلماء أن الفهم الجديد للإلكترونات النشطة له أهمية مباشرة على التنبؤ بما يُعرف بـ "الطقس الفضائي"، إذ أن الأحداث المرتبطة بالانبعثات الكتلية الإكليلية هي الأخطر، لأنها تحمل جسيمات عالية الطاقة ربما تلحق أضراراً جسيمة بالأقمار الصناعية ورواد الفضاء وأنظمة الاتصالات.

وقال المؤلف المشارك في الدراسة، دانييل مولر، العالم المسؤول عن مهمة Solar Orbiter في وكالة الفضاء الأوروبية إن "هذا التقدم يمنحنا قدرة أفضل على التمييز بين الأحداث، وهو أمر بالغ الأهمية لحماية البنية التحتية الفضائية".



بمدينة بوتسدام في ألمانيا، هذه الفكرة بقوله: "نرى الآن فصلاً واضحاً بين النوعين؛ فالأول يرتبط بالانفجارات السريعة، بينما الثاني يأتي من الانبعثات الكبرى التي تستغرق وقتاً أطول" مشيراً إلى أن هذا التمييز لم يكن ممكناً قبل امتلاك بيانات دقيقة من بعثات الفضاء الحديثة، التي وفرت للعلماء قياسات مباشرة لمسارات الإلكترونات وارتباطها بالأحداث الشمسية.

وبين نوفمبر 2020 وديسمبر 2022، رصد المسبار أكثر من 300 انفجار إلكترونات نشطة، وهو ما أتاح للعلماء لأول مرة تتبع كيفية تشكلها على سطح الشمس ثم خروجها إلى الفضاء.

وأضاف وارموت، "لم يكن ممكناً تحديد هذين النوعين إلا بفضل رصد مئات الأحداث على

القوية التي يسجلها العلماء. أما النوع الثاني المعروف باسم "العواصف الطويلة" فلا تعتمد على الانفجارات المفاجئة، وإنما ترتبط بما يعرف بالانبعثات الكتلية الإكليلية؛ فعندما تقذف كتل هائلة من البلازما من الهالة الشمسية إلى الفضاء، فإنها تدفع أمامها موجات صدمية تشبه الأمواج المتكسرة أمام سفينة ضخمة؛ وهذه الموجات الصدمية قادرة على تسريع الإلكترونات لمسافات أطول وبزمن أطول، ما يجعل الانبعثات أكثر استمرارية وأوسع انتشاراً مقارنة بالنوع الانفجاري.

حماية البنية التحتية الفضائية أوضح المؤلف المشارك في الدراسة، ألكسندر وارموت، الباحث في معهد لايبنتز لعلم الفلك



أصبح بالإمكان إصدار إنذارات مبكرة تحمي التكنولوجيا الحديثة المعتمدة على الفضاء. وتمكن الباحثون من تقسيم هذه الظاهرة إلى مجموعتين رئيسيتين تختلفان في آلياتهما وسرعة اندفاعهما.

وتعرف الظاهرة الأولى باسم "الأحداث السريعة" وهي أشبه بالشرارات المفاجئة التي تنطلق عند حدوث انفجار شمسي قوي، وفي هذه الحالة، تؤدي إعادة تشابك الحقول المغناطيسية إلى تحرير كمية هائلة من الطاقة في جزء صغير من الثانية، ما يدفع الإلكترونات إلى التسارع على شكل دفعات سريعة ومركزة؛ وتظهر هذه الانبعثات عادة بشكل محدود في

الزمن والمكان، لكنها تتميز بسرعات عالية جداً تكاد تلامس سرعة الضوء. وغالباً ما ترتبط هذه الأحداث بانفجارات الأشعة السينية

الغيوم المشحونة بسرعات تصل إلى ملايين الكيلومترات في الساعة، تنشأ موجات صدمية أمامها، تؤدي دورها بتسريع الإلكترونات ودفعها إلى سرعات تكاد تلامس سرعة الضوء.

ويقول العلماء إن هذه الجسيمات فائقة الطاقة مسؤولة بشكل مباشر عن ظواهر مثل العواصف الجيومغناطيسية، التي يمكن أن تشل شبكات الكهرباء، وتؤثر على الملاحة الجوية، وتعرض رواد الفضاء لخطر الإشعاع. ولهذا فإن فهم مصدرها وطبيعتها اندفاعها لم يعد مجرد سؤال علمي، بل مسألة تتعلق بأمن

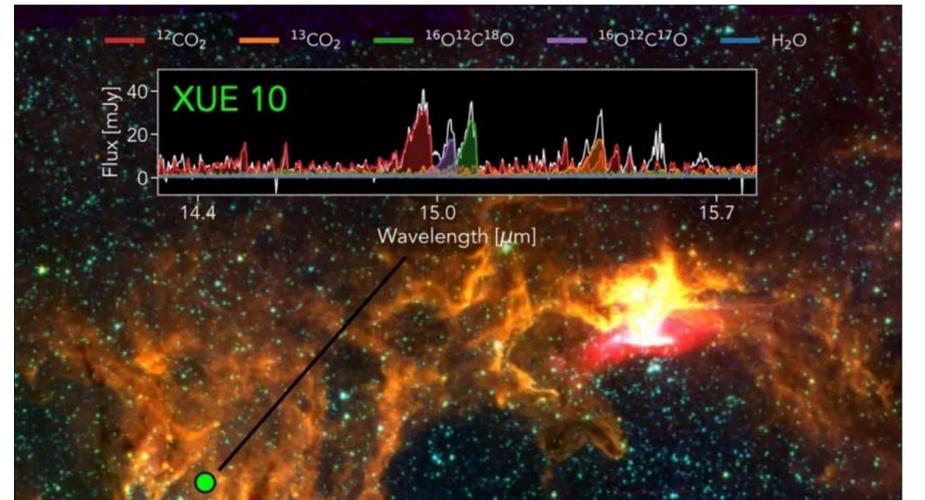
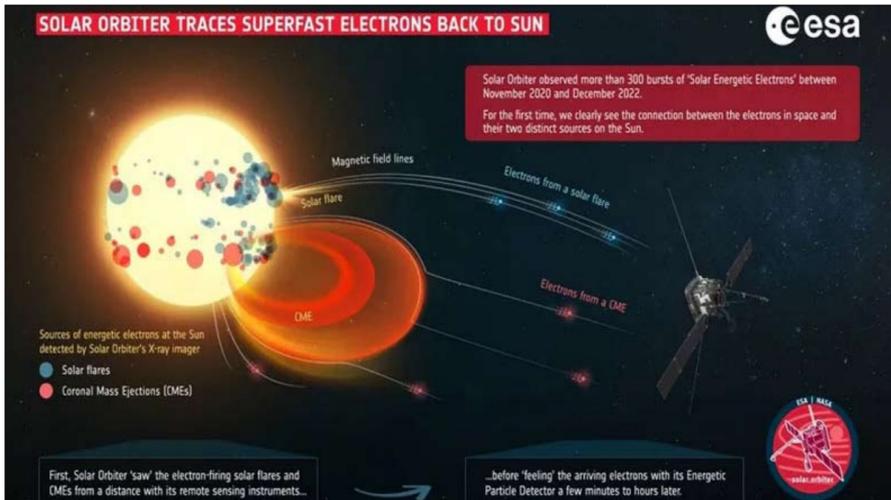
تكنولوجيا الفضاء. كما أن معرفة العلاقة بين هذه الإلكترونات وسطح الشمس تمثل خطوة كبيرة نحو تحسين القدرة على التنبؤ بالعواصف الشمسية، إذ

منذ عقود طويلة يحاول العلماء فك لغز الجسيمات المشحونة التي تندفع عبر الفضاء بسرعات هائلة تقارب سرعة الضوء، ولا تعد هذه الإلكترونات فائقة الطاقة مجرد ظاهرة فلكية عابرة، بل مفاتيح لفهم عميق لفيزياء الشمس، وأساس للتنبؤ بالتقلبات التي قد تؤثر بشكل مباشر في الأرض وأنظمتها التكنولوجية.

وتتحرك الإلكترونات التي ترصدها الأجهزة الفضائية بسرعات مذهلة تصل إلى نحو 300 ألف كيلومتر في الثانية؛ وتضعها مثل هذه السرعات في نطاق الجسيمات النسبية، حيث تدخل قوانين أينشتاين في الحسابات، وليس قوانين نيوتن وحدها، وهذه الجسيمات لا تأتي من فراغ، بل تحتاج إلى "محرك" هائل يدفعها إلى هذا المستوى من الطاقة.

والانفجارات الشمسية هي انفجارات هائلة للطاقة تحدث نتيجة إعادة ارتباط الحقول المغناطيسية في الغلاف الشمسي، وفي جزء من الثانية يطلق الانفجار طاقة تعادل ملايين القنابل الهيدروجينية، ويرافق ذلك تسريع جسيمات مشحونة - أبرزها الإلكترونات - لتندفع بسرعة هائلة نحو الفضاء؛ وهذه الإلكترونات هي ما يلتقطه العلماء عبر أجهزة الرصد في الفضاء والأرض.

لكن الانفجارات الشمسية ليست وحدها المصدر؛ إذ أثبتت القياسات أن الانبعثات الكتلية الإكليلية، وهي كتل هائلة من البلازما تندفع من الهالة الشمسية إلى الفضاء، تعمل كـ "مسرع طبيعية"، فبينما تندفع هذه



طيور الفلامنجو تكشف سر الشيخوخة البطيئة

كشفت دراسة علمية جديدة أن طيور الفلامنجو الوردية تخبئ في سلوكها سرّاً مثيراً عن وتيرة الشيخوخة، إذ تبين أن الفلامنجو المهاجرة تشيخ ببطء أكبر من تلك المقيمة.

وتكشفت الدراسة أن اختيار الهجرة أو البقاء ليس مجرد قرار بيئي، بل صفة بيولوجية تحدد كيف نتقدم في العمر؛ إذ أن الخيار، إما حياة مكثفة وسريعة لدى المقيمين، أو شباب صعب شيخوخة أبطأ لدى المهاجرين.

ولكن أن وتيرة الشيخوخة تختلف فقط بين الأنواع، لكن الأدلة تتزايد اليوم على أن الأفراد داخل النوع الواحد أيضاً قد يشيخون بسرعات مختلفة بسبب الوراثة والسلوك والبيئة.



خلال رحلاتهم الطويلة، ما يجعل شبابهم محفوفاً بالمخاطر بنسب وفيات مرتفعة، وإنتاجية تكاثرية منخفضة. غير أن هذه الشقة تعمل كـ "عربال طبيعي"، إذ ينجو فقط الأفراد الأقوي والأكثر صلابة، ليحصلوا لاحقاً على حياة أطول وشيخوخة أبطأ.

على الجانب الآخر، يعيش المقيمون حياة أكثر استقراراً، فيستثمرون طاقاتهم سريعاً في التكاثر المبكر والنجاح الفوري. لكن هذا النجاح يأتي بتكلفة بيولوجية؛ فالنشاط الأبيض المرتفع يرفع من مستويات الإجهاد التأكسدي، وهي جزيئات مدمرة للخلايا تسرع من التدهور الخلوي، ما يجعل منحنى الشيخوخة لديهم أكثر انحداراً.

ويضع الطائر المقيم ثقله على الإنجاب، متجاهلاً إلى حد ما إصلاح الأنسجة وصيانة الخلايا، بينما يوازن الطائر المهاجر بين الاثنين، فيؤجل الإنجاب المكثف ويستثمر جزءاً من طاقته في ترميم جسمه. وتمنحه هذه الاستراتيجية قدرة على تأخير الشيخوخة والمحافظة على خصوبته لفترة أطول.

كما أن التباين البيئي الذي يواجه المهاجرون، من بحيرات أوروبا إلى سهول شمال إفريقيا، يدفع إلى تطور صفات دفاعية مثل مناعة أقوى وآليات متقدمة لإصلاح الأضرار الخلوية. هذه الصفات، التي يفرضها الانتقاء الطبيعي، تعزز قدرتهم على مقاومة آثار الزمن بشكل أفضل من أقرانهم المقيمين في بيئات أكثر ثباتاً.

وتوفر طيور الفلامنجو، التي يمكن أن تعيش أكثر من 50 عاماً، نموذجاً مثالياً لدراسة الشيخوخة داخل النوع الواحد؛ فالمقارنة بين المقيمين والمهاجرين تفتح الباب لفهم كيف تؤثر السلوكيات والبيئات المختلفة على إيقاع العمر. وتأتي الدراسة في سياق بحث أوسع بشأن الشيخوخة البيولوجية أو "الهرم"، وهو موضوع حير الفلاسفة والعلماء منذ آلاف السنين.

وكما يقول المؤلف المشارك في الدراسة هوغو كايويلا الباحث في جامعة أكسفورد البريطانية: "لفترة طويلة

أبداً في العمر، ويؤخر بداية الشيخوخة حتى نحو 21.9 سنة، ليعيش فترة أطول وأكثر استقراراً.

ولطالما بدت الهجرة عند الطيور مجرد استجابة للبيئة؛ فالغذاء ينقص في مكان، فيجبرها على الرحيل، أو بحيرات توفر لها الأمان فتغريها بالبقاء.

لكن هذه الدراسة طويلة الأمد على الفلامنجو في جنوب فرنسا تكشف وجهاً أعمق لهذه الظاهرة؛ إذ تظهر هذه النتائج أن الهجرة ليست مجرد سلوك موسمي للبحث عن الغذاء والمناخ الملائم، بل قد تكون عاملاً بيولوجياً يبطئ الشيخوخة، كما يوضح الباحث سيباستيان روك من المركز الوطني للبحث العلمي الفرنسي قائلاً، إن الطيور المقيمة "تعيش بقوة في البداية، لكنها تدفع الثمن لاحقاً على عكس الطيور المهاجرة التي تشيخ ببطء".

ويرى الباحثون أن أحد الأسباب الجوهرية قد يكمن في توازن الطاقة والموارد؛ فالهاجرون يستهلكون طاقة هائلة

واعتمدت الدراسة، التي نشرت في دورية وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم، على برنامج تتبع استمر أكثر من 40 عاماً في محمية "كامارغ" الفرنسية، وقد تمت نمودجاً نادراً لفهم كيف يمكن للسلوك الحيواني - مثل الهجرة - أن يؤثر على العمر والقدرة على البقاء.

ومنذ عام 1977، تابع الباحثون في معهد "تور دي فالاه" الفرنسي آلاف طيور الفلامنجو عبر حلقات تعريفية، ووجدوا مفارقة لافتة، فالفلامنجو المقيم في بحيرات كامارغ يحقق نجاحاً ميكراً في التكاثر والبقاء خلال سنوات النضج الأولى، لكنه يدفع ثمناً باهظاً لاحقاً مع تراجع أدائه بنسبة 40% أسرع من نظرائه المهاجرين، حيث يبدأ منحنى الشيخوخة لديه عند متوسط 20.4 سنة.

أما الفلامنجو المهاجر الذي يخوض رحلات شاقة كل شتاء إلى إيطاليا أو إسبانيا أو شمال إفريقيا، فيواجه معدلات وفيات أعلى وتكاثر أقل في شبابه، لكنه يعوض ذلك بتقدم



منوعات

الفكر

27

جو طراد، ممثل لبناني بارز في الدراما التلفزيونية، استطاع أن يثبت حضوره منذ بداياته الأولى بفضل أدائه المميز وملامحه القوية التي جعلته من بين الأسماء اللافتة على الشاشة. يتميز بحضوره القوي، وبأداء متنوع يمكنه من تجسيد أدوار درامية معقدة أو شخصيات ذات بعد نفسي واجتماعي.

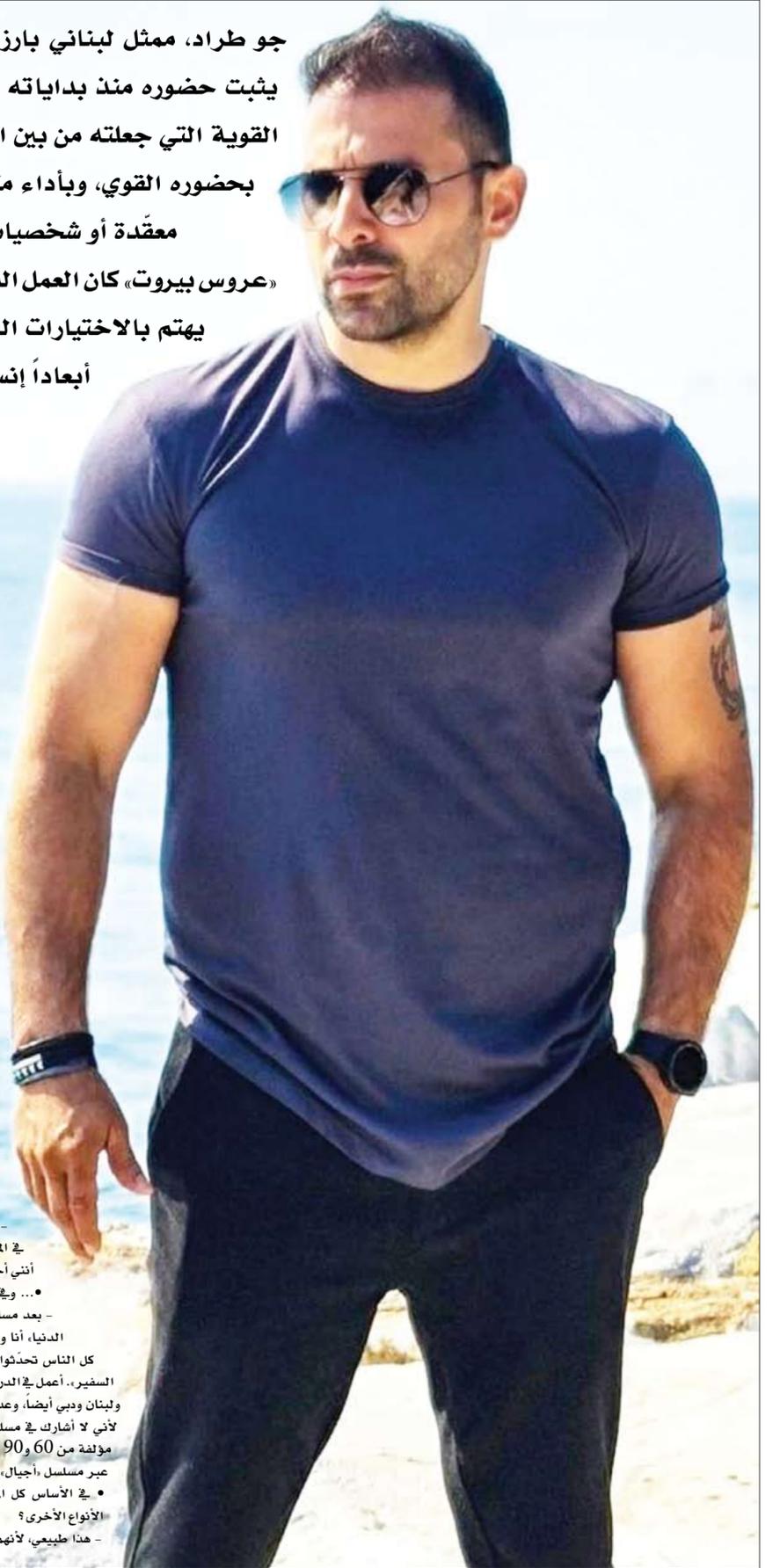
«عروس بيروت» كان العمل الذي حقق له شهرة عربية كاسحة وهو يهتم بالاختيارات النوعية، إذ يفضل الأدوار التي تحمل أبعاداً إنسانية ونفسية على الظهور المتكرر..

يفضل الأدوار التي تحمل أبعاداً إنسانية ونفسية على الظهور المتكرر

جو طراد: ثمة عوامل كثيرة تتدخل في نجاح أي مسلسل

لأنهم يريدون الحضور في الأعمال العربية فقط، بل لأن العرض يكون مناسباً لهم. • وأنت؟
- لو كنت مقيماً في لبنان وتلقيت عروضاً من شركة «الصباح» لكنت وافقت على الفور، لأنني أحب التعامل معها منذ مشاركتي في مسلسل «ما في» المؤلف من 120 حلقة، لأننا نجحنا وكسرنا الدنيا، معاً وربما يتجدد التعاون بيننا عندما أعود إلى لبنان.
• بما أنك قريب من mbc، ومن الأتراك، كيف تفسر عدم نجاح النسخة التركية من مسلسل «الموت»، مع أنه نجح عربياً بأجزائه الثلاثة، بينما حقق مسلسل «المدنية البعيدة»، وهو النسخة التركية من مسلسل «الهيبة»، نجاحاً كبيراً؟
- بسبب التوقيت، لأنه عندما يعرض أي عمل جديد في تركيا في الوقت عينه لعرض أعمال أخرى قوية فلن يأخذ حقه.
• أتتصد أن المشكلة ليست في العمل نفسه بل في توقيت عرضه؟
- طبعاً، حتى ان بعض الأعمال التركية لا تنال حقها عندما تعرض في توقيت غير مناسب، ما يتسبب في تفوق أعمال أخرى عليها. وهذا الأمر ينسحب على الدراما الرمضانية، وهناك أعمال لا تأخذ حقها لأنها تعرض في الوقت عينه لعرض أعمال أخرى قوية أحبها الجمهور وتعلق بها. الجمهور لم يعد متطلباً ولا يطلب أعمالاً مبهرة، بل يفضل أعمالاً مسلية وبسيطة ويستطيع أن يكملها ويفهمها في حال غاب عن متابعتها يوماً أو يومين. اليوم، نجاح أي عمل لا يتعلق فقط بالجودة وليست الأعمال الجيدة هي وحدها التي تنتج، بل ثمة عوامل كثيرة تتدخل في نجاح المسلسل، من بينها توقيت العرض، الدعاية وحتى السينما تراجعت كثيراً بما فيها السينما العالمية ولا أعرف ما إذا كان الأمر له علاقة بالتريند، أو أن المعايير تغيرت والناس يفضلون البساطة والسرعة في كل شيء. واليوم كل شيء أصبح سريعاً ووقتياً وعملياً وكل ما هو غير معقد نفهمه بسرعة.
• وهل تفكر فعلاً بالعمل في الدراما التركية؟
- نعم، ولكن ليس الآن. أريد أن أنهى أولاً «ابنة السفير»، ثم أرى ماذا يمكن أن يستجد.

• هل ما زلت تقيم في تركيا؟
- نعم، ولكنني عدتُ أولادي وزوجتي إلى لبنان بسبب غلاء المعيشة في تركيا ولأن مستوى التعليم في لبنان أفضل، وربما تعود زوجتي إلى العمل مجدداً.
• ولتلك موجود فيها حالياً؟
- نعم، لأنني ارتبطت بتصوير مسلسل «ابنة السفير»، ولكن يبقى أمامي فترة عام ونصف العام لكي أتمكن من الحصول على الجنسية التركية.
• يبدو أنك أحببت تركيا؟
- نعم، والأتراك هم أيضاً يحبوني وطلبوا مني أن أتعلّم لغتهم لكي أمثل في الدراما التركية، لكنني لا أركز على هذا الموضوع بسبب ضيق الوقت وانشغالي بحفظ سيناريوهات المسلسلات. المنتجون الأتراك طلبوا مني البقاء في بلدهم لأسباب عدة، أولاً للعمل كمستشار، وثانياً لكي أمثل في أعمالهم، إلا أن هذا الأمر لم يتحقق بسبب كثرة العروض التي تهاقت علي منذ أن شاركت في مسلسل «عروس بيروت»، لكن اللهجة التركية ليست سهلة على الإطلاق ولا يمكن إتقانها بيومين أو ثلاثة أيام وأنا أرفض الظهور في أي مسلسل تركي إلا إذا كنت متقناً للغة لكي أتمكن من دخول العمل بقوة.
• ظهرت كضيف شرف في أحد المسلسلات أخيراً، ولتكنك لم تشارك في أي عمل بدور كبير، فهل يعود السبب إلى الجراحة التي خضعت لها أم لأنه كان لديك ارتباطات أخرى؟
- بل لأنه لم ألق أي عروض. لا أمثل في لبنان وفرضي في العمل في المسلسلات اللبنانية ليست كبيرة بسبب إقامتي في تركيا، مع أنني أحب العمل مع شركتي «إيغل فيلمز» و«الصباح».
• ... وفي تركيا؟
- بعد مسلسل «عربة حب»، شاركت كضيف في مسلسل «القدر» وكسرت الدنيا، أنا وديها قندلفت. ومع أنني ظهرت في ثلاث حلقات فقط، ولكن كل الناس تحدثوا عني وكانني بطل المسلسل، وحالياً أشارك في مسلسل «ابنة السفير». أعمل في الدراما منذ 13 عاماً قدمت خلالها أكثر من 50 عملاً بين تركيا ولبنان وديبي أيضاً، وعدد الحلقات التي شاركت فيها كبير جداً ولا يمكن أن أحصيه، لأنني لا أشارك في مسلسلات مؤلفة من 30 حلقة ثم أجلس في بيتي، بل في أعمال مؤلفة من 60 و90 و120 حلقة. لم أشارك في عمل من 30 حلقة إلا في بداياتي عبر مسلسل «أجيال».
• في الأساس كل الممثلين الذين يشاركون في الأعمال العربية يفضلونها على الأنواع الأخرى؟
- هذا طبعياً، لأنهم لن يرفضوا عرضاً من mbc، للمشاركة في أعمالها، ليس



ناهد السباعي تنتهي من تصوير السادة الأفاضل وتبدأ تحضيرات هيروشيما



انتهت الفنانة ناهد السباعي مؤخراً من تصوير دورها في فيلم السادة الأفاضل مع المخرج كريم الشناوي، وبطولة النجوم محمد ممدوح تايسون ومله ديسوقي وأشرف عبد الباقي وانتصار، حيث تقدم ناهد دوراً جديداً عليها في أحداث الفيلم الذي تدور أحداثه في إطار من الكوميديا اللايت.

أبطال السادة الأفاضل
فيلم السادة الأفاضل ينتمي لشوعية الأعمال الاجتماعية اللايت، حيث تتمحور أحداثه صراع بين عائلتين الأولى تقيم في إحدى القرى الريفية، ومن أبرز أفرادها محمد ممدوح وأشرف عبد الباقي، والعائلة الأخرى مقيمة في القاهرة ومن أبرز أفرادها طه دسوقي ومحمد شاهين وهنادي مهني، وهناك صلة بدوي وزيد الكردي.

في دور جديد يجمعها بميرنا جميل وأحمد داود..

شيرين رضا تنضم إلى فيلم الكراش

انضمت الفنانة شيرين رضا إلى فريق عمل الفيلم السينمائي الجديد «الكراش» الذي يجمع في بطولته الفنان أحمد داود والفنانة ميرنا جميل، ويعد من أحدث المشاريع الكوميدية المنتجة لصالح شركة نيوسنتري بقيادة المنتج زيد الكردي، ويخرج الفيلم المخرج محمود كريم، فيما يتولى السيناريست لؤي السيد كتابة النص، في تعاون فني يسعى إلى تقديم معالجة درامية خفيفة لفكرة الحب من أول نظرة، ضمن إطار اجتماعي ساخر.

وتجسد شيرين رضا خلال أحداث فيلم الكراش شخصية والددة البطلة التي تؤدي دورها ميرنا جميل، في ظهور يضيف بعداً إنسانياً إلى الحكمة، ويميز من التفاعل الدرامي بين الشخصيات. ويشارك في بطولة العمل إلى جانب داود وميرنا، كل من باسم سمرة، حسن أبو الروس، وعدد من الفنانين الآخرين، في تركيبة فنية تهدف إلى تقديم تجربة سينمائية جماهيرية تعتمد على الكوميديا الموقف والأداء التلقائي.

وتدور أحداث الفيلم حول لقاء عاطفي غير متوقع بين شخصيتين رئيسيتين، تنشأ فيه مشاعر قوية منذ اللحظة الأولى، حيث يجسد أحمد داود شخصية محاسب، بينما تظهر ميرنا جميل في دور سيدة أعمال، وتتشابك الأحداث في سياقات يومية تنسج بالفراية والطرافة، ما يمنح العمل طابعاً خفيفاً يلامس اهتمامات الجمهور المعاصر. ويُنتظر أن ينطلق التصوير خلال الفترة المقبلة بعد استكمال التحضيرات الفنية والتعاقدات النهائية، في خطوة تعكس توجهها إنتاجياً نحو تقديم محتوى سينمائي يجمع بين الطرافة والواقعية. ويأتي هذا المشروع في وقت تعيش فيه ميرنا جميل حالة من النشاط الفني، إذ تواصل تصوير الجزء الخامس من مسلسل اللعبة، الذي يحمل عنوان «دوري الأبطال»، بعد النجاح الكبير الذي حققه الجزء السابق عند عرضه في عام 2023، ويشاركها البطولة كل من شيكو وهشام ماجد، تحت إدارة المخرج معتز التوني. كما تعاقدت ميرنا مؤخراً على بطولة فيلم «الساحل الشرير» إلى جانب الفنان علي ربيع، في عمل اجتماعي كوميدي يحمل العديد من المفاجآت، وكان من المقرر أن يُخرجه المخرج الراحل سامح عبد العزيز.

ويعد فيلم الكراش امتداداً لمسيرة أحمد داود في السينما الكوميدية، بعد مشاركته في فيلم «التهوى سلطان» الذي عُرض في نوفمبر 2024، وتناول قصة صداقة طويلة بين فتاة وشاب يواجهان تحديات عاطفية واجتماعية، قبل أن تتغير ملامح علاقتهما بشكل مفاجئ، في إطار درامي يحمل الكثير من التقلبات والمواقف المؤثرة.



الفكر

اختلافات بين الجنسين في التدهور المعرفي مع التقدم في العمر

تشير الدكتورة ماريا شتان، أخصائية علم النفس، إلى أنه مع التقدم في السن، تتراجع ذاكرة الإنسان وانتباهه بسبب الهرمونات. ووفقاً لها، توجد فروق بين الجنسين في وظائف الذاكرة مع التقدم في العمر، حيث يمكن أن تؤدي التغيرات الهرمونية في مرحلة الشيخوخة إلى ضعف الذاكرة والانتباه لدى النساء. وتقول: "درس العلماء الفروق بين الجنسين في الوظائف الإدراكية خلال الشيخوخة الصحية في العديد من الدراسات، وأكدت بعض النتائج صحة الفرضيات الأولية حول وجود اختلافات بين الجنسين في القدرات الإدراكية، وكذلك في طبيعة التغيرات الإدراكية المصاحبة للتقدم في السن".

وتشير الطبيبة إلى أنه في بداية الدراسة، تفوقت النساء على الرجال في اختبارات التفكير اللفظي، بما في ذلك الذاكرة اللفظية وطلاقة الكلام. وتضيف: "أما الرجال، فقد أظهروا تفوقاً في مهارات التفكير المكاني مقارنة بالنساء عند بداية الدراسة، لكنهم سجلوا معدلات أعلى من التدهور المعرفي اللاحق، خاصة في سرعة المعالجة النفسية مع التقدم في العمر. وقد تسهم التغيرات في النظام الغذائي، وبالنسبة للنساء، فإن انخفاض إنتاج هرموني المرتبط بالعمر، وبالنسبة للنساء، فإن انخفاض إنتاج هرموني الإستروجين والبروجيستيرون مع التقدم في السن يؤدي إلى ضعف التركيز والذاكرة".



اكتشاف «حاسة سادسة»

تتحكم بشهيتنا وسلوكياتنا

تمكن فريق بحثي من جامعة ديوك من كشف النقاب عن نظام اتصال غير مسبق بين الميكروبات المعوية والدماغ البشري. أطلق الباحثون على هذا النظام الجديد اسم "الحاسة العصبية الميكروبية"، وهو يمثل قفزة نوعية في فهم العلاقة المعقدة بين ما نأكله وكيف يفكر ويشعر جسدينا. وتعتمد هذه الآلية المعقدة على خلايا متخصصة تسمى "الخلايا العصبية المعوية" التي تبطن جدار القولون. تعمل هذه الخلايا الدقيقة كحارس بوابة منظم، حيث تعرف على بروتين معين تفرزه البكتيريا المعوية أثناء عملية الهضم، وما يثير الدهشة هو سرعة استجابة هذه الخلايا، إذ تنقل الإشارات إلى الدماغ عبر العصب المبهم في وقت قياسي، مما يؤثر مباشرة على شعورنا بالشبع ورغبتنا في تناول الطعام. ويتود هذا الاكتشاف البروفيسور ديفغو بوركيز وزملاؤه، الذين كشفوا أن بروتين "فلاجيلين" (Flagellin) - وهو مكون أساسي في تركيب البكتيريا - يعمل كمفتاح تشغيل لهذه العملية. عند إفراز هذا البروتين في الأمعاء، تلتقطه الخلايا العصبية المعوية عبر مستقبلات خاصة تدعى TLR5، لتبدأ بعدها سلسلة من الإشارات العصبية التي تنتهي بإرسال رسالة "توقف عن الأكل" إلى الدماغ.

وكشفت التجارب التي أجراها الفريق على الفئران عن تفاصيل مذهلة، فعندما تمت تغذية الفئران بجرعات من هذا البروتين، لوحظ انخفاض ملحوظ في شهيتها. أما المفاجأة الكبرى فكانت عند اختبار فئران معدلة وراثياً تفتقر إلى المستقبلات الخاصة بهذا البروتين، حيث استمرت في الأكل بشراهة دون شعور بالشبع، ما أدى إلى زيادة وزنها بشكل ملحوظ. هذه النتائج لا تقتصر أهميتها على فهم آلية الشهية فحسب، بل تفتح أيضاً أبواباً جديدة لفهم أعمق للعلاقة بين صحة الأمعاء والصحة النفسية.

ويشير الباحثون إلى أن هذا النظام العصبي-الميكروبي قد يكون مسؤولاً عن تأثيرات الميكروبات على مزاجنا وسلوكياتنا، وربما يفسر كيف يمكن لبعض الأطعمة أن تؤثر على حالتنا النفسية. وأعرب البروفيسور بوركيز عن تفاؤله بهذا الاكتشاف قائلاً: "نحن نقف على أعتاب ثورة في فهمنا للتواصل بين الجسم والعقل. الخطوة القادمة هي استكشاف كيف يمكن لتغيير النظام الغذائي أن يعدل هذا الحوار الميكروبي-العصبي، ما قد يقودنا إلى علاجات جديدة للسمنة والاضطرابات النفسية".

كما يفتح المجال أمام تطوير علاجات مبتكرة تعتمد على تعديل هذا النظام الدقيق، مما قد يشكل نقلة نوعية في علاج العديد من الأمراض المزمنة والاضطرابات النفسية. نشرت الدراسة في مجلة Nature.



المثلة الأمريكية كاثرين هان لدى حضورها حفل توزيع جوائز إيمي على Apple TV + في ويست هوليفود. ا ف ب

قرأت لك

الكمن .. كنز غذائي



أصبحت بذور الكمن الغنية بالعناصر الغذائية محط اهتمام الباحثين لما تحتويه من مركبات تعزز الصحة العامة. ويعتقد أن التأثيرات الصحية الإيجابية للكمن تعود إلى مركبات الفلافونويد، التي تعمل كمضادات أكسدة قوية تساعد

على تحييد الجذور الحرة الضارة التي تسبب تلف الخلايا. ووفقاً لموقع WebMD الطبي، فإن هذه العملية قد تساهم في تقليل مخاطر الإصابة بأمراض خطيرة مثل السرطان وأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم. وفي دراسة نشرت في مجلة Frontiers in Oncology، كشف الباحثون أن مستخلصات الكمن أظهرت تأثيرات إيجابية على خلايا مصابة بسرطان العظام، حيث ساعدت في شفائها. وأوضحت الدراسة أن هذه النتائج تفتح الباب أمام إمكانية استخدام الكمن كوسيلة مساعدة في علاج السرطان مستقبلاً. كما أشارت أبحاث أخرى إلى دور الكمن في الحد من مخاطر الإصابة بسرطانات الكبد والمعدة والأمعاء. وذكر الباحثون أن هذه الفوائد ظهرت بشكل رئيسي في دراسات أجريت على الحيوانات، مع الحاجة إلى مزيد من الأبحاث لتأكيد هذه النتائج على البشر. وأثبت الكمن فعاليته في خفض مستويات الكوليسترول "الضار" (LDL)، الذي يعد من عوامل الخطر الرئيسية لأمراض القلب والسكتة الدماغية، حيث أظهرت دراسة نشرت في المجلة الدولية للعلوم الصحية، أن تناول مستخلص الكمن 3 مرات يومياً لمدة 45 يوماً أدى إلى انخفاض كبير في مستويات الكوليسترول الضار.

سؤال وجواب

- قال واصفاً جحا في إحدى كتبه لو ان جحا تفرغ في حياته لصناعة النوادر التي نسبت اليه مات قبل ان تنفذ روايتها او ينتهي هو من ابداعها
- عباس محمود العقاد
- أي القارات أكثر ارتفاعاً؟
- القارة المتجمدة الجنوبية
- من المعروف أن الأعصاب المخية عددها 12 عصب فما هو ترتيب عصب السمع؟
- العصب الثامن
- استخلص الهنود الجمر من شجر كروم الأدغال مادة يسكبونها في مياه الأنهار فتشل حركة الأسماك ثم تطفو على السطح ما اسم هذه المادة؟
- تامبو

هل تعلم؟

- هل تعلم أن كوكب زحل هو أكثر كوكب يوجد له أقمار طبيعية في المجموعة الشمسية ويبلغ عددها 82 قمر .
- أصغر قائد في الإسلام هو أسامة بن زيد رضي الله عنه، وتولى قيادة المسلمين ضد الروم بعمر يقارب 18 عام.
- أكثر لون يمتص الضوء هو اللون الأسود، وأقل لون يمتص الضوء هو اللون الأبيض .
- منتخب مصر هو أول منتخب عربي يتأهل إلى كأس العالم لكرة القدم .
- هل تعلم أن العدد صفر يصنف على أنه عدد زوجي .
- الكبد يسمى بأعضاء عديدة في عضو واحد لكثرة وظائفه وهل تعلم أن كبد الكثير من الحيوانات يستعمل كملاص فحال فقر الدم الخبيث.
- هل تعلم أن الكبد عند الأشخاص المدمنين على الكحول يكون أسمن أو أضخم من كبد الأشخاص الغير مدمنين لأن الكبد يُسَمَّن بالمسكرات فيصبح مأوى للشحوم وبالتالي يتشعب الكبد وهناك أسباب أخرى لتشعب الكبد ولكن الإدمان في مقدمتها.
- هل تعلم أن الرجال الذين تخطوا سن الثلاثين أو الأربعين أكثر تعرضاً للقرحة من غيرهم

قصة السباق المنتظر

في ساحة الجامعة وضعت ورقة بيضاء كبيرة تحمل خيراً لسباق عدو جائزته كبيرة.. كانت الجائزة مطمع للكثير منهم فهب كل الرياضيون للأشتراك في سباق العدو المنتظر . كانت المسافة طويلة وواظب الكثيرين على التدريب الا ان احدهم وهو تومي فكر كثيراً، وهو يتدرب نعم لكن من يضمن له انه سيفوز .. جلس في بيته يفكر حين دخل شقيقه التوام ليسأله عما يشغل تفكيره وعندما سمع قصته رد عليه بخبت ربما لن نستطيع ان نكسب لكننا معاً نستطيع ذلك .. هي خدعة بسيطة ولكن مفيدة فما رأيك ان نشارك معاً ولكن باسمك انت تومي انت تجري معهم وتتفقد على مكان تتقابل فيه لأكمل انا السباق، نليس ملابس واحدة ونحمل نفس الرقم، وكما ترى لن نستطيع احد ان يشك في شين ابدا فأنا وانت صورة واحدة لشخصين .. ربما هي فكرة مجنونه لكنهما قاما معاً بتنفيذها فالسباق سيمر على اماكن كثيرة ملتوية ووعرة ويمكنهم تنفيذ خطتهم.

يوم السباق، اتفقا ودرسا الخطة معاً وقاما بفحص الطريق وكل زاوية سيمر عليها المتسابقون، وامام المرآة وقفا معاً .. انهما متطابقان تماماً، تومي اخذ موقعه بين المتسابقين اما روبرت فقد ذهب بسيارته إلى حيث من المنتظر ان يتقابل فيتبادل الأثنين مكانهما.. وبدأ السباق وارتفع تومي بيدل كل ما في وسعه جرى بكل قوته وهلل الجميع من حوله، جرى وجرى يسرع حتى يصل إلى المكان الذي سيقابل فيه روبرت ليحل محله، لكنه لم يعرف ان روبرت قد انقلبت سيارته واصيب ولا احد يدرى به . ظل روبرت في حالة اغماء شديدة والوقت يمر به وهو لا يدرى اما تومي فقد ركض بكل قوته ووصل إلى المكان ولم يجد شقيقه فظن انه خدعه فأكمل السباق بكل قوة وبكل غيظ أيضاً وكلما جرى اقسام بينه وبين نفسه ان يلفته درسا لن ينساه .. مع وصوله لخط النهاية صفق الجميع له ووقف ليحمل جائزته وهو في قمة سعادته .. اما روبرت فقد وعى لنفسه وافاق ليرى ان الدنيا قد اظلمت حوله جلس ليتذكر ما حدث ثم تمالك نفسه وعاد للبيت مثنياً بالجراح وهناك عرفت الأسرة ما حدث وقال الأب: ربما فعل الله ذلك لتعرف مدى قدرتك على اجتياز مثل هذا السباق.. حمد تومي الله على نجاه شقيقه وعلى نبيله الجائزة وقال ربما لو تدخل روبرت في الأمر ما استطاع ان يكمل السباق ورب ضارة نافعه.

مساحة للتلوين

