

منوعات

الفكر

ص 22

بلدية مدينة العين تحصل
على التقييم البلاتيني في
إدارة منظومة الابتكار

ص 27

منى واصف:
لا أهتمّ بالمال بل بالدور
الذي أقدمه



علاج التهاب الاذن قد لا

يكون بالمضادات الحيوية



الثلاثاء 8 أكتوبر 2019 م - العدد 12751

Tuesday 8 October 2019 - Issue No 12751

تجنبني هذه الأخطاء في الأجبان

تشكل الأجبان مكوناً هاماً على مائدة الإفطار لدى الكثيرين، فهي توفر العديد من الفوائد الغذائية للجسم، فهي غنية بالكالسيوم والبروتينات والعديد من أنواع الفيتامينات. وترتكتب العديد من ربات المنازل أخطاء في التعامل مع الأجبان، تؤدي إلى تلفها أو فقدانها لقيمتها الغذائية، وفيما يلي أهم هذه الأخطاء، بحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية:

التغليف البلاستيكي

إن المشكلة الرئيسية في تخزين الأجبان هي التوازن بين الجفاف والتعرق، فإذا جفت الجبنة، فستفقد نكهتها ولمسها، ولكن إذا تعرقت، فستكون أكثر عرضة لنمو العفن غير المرغوب فيه، وتطور النكهات والروائح الكريهة، والتغليف البلاستيكي لا يسمح للأجبان بالتنفس، مما يزيد من خطر هذه المشاكل.

لا تأكلها مباشرة من التلاجة

بغض النظر عن تخزين الأجبان، من الضروري السماح لها بالوصول إلى درجة حرارة الغرفة قبل التقديم، ويجب السماح للجبنة بالتنفس لمدة 15 إلى 30 دقيقة حتى يتم إطلاق النكهة بالكامل.

تجنبني التجميد

على الرغم من أن حفظ الأجبان في المجمدة يمكن أن يحفظها لوقت أطول، إلا أن هذه الطريقة يمكن أن تفقدھا مذاقھا المميز، وخاصة الأجبان الطرية والرطبة، حيث يمكن أن تفسد في المجمدة.

شراء الأجبان المبشورة

ترغب بعض ربات المنازل بشراء الأجبان المبشورة لتسريع عمليات الطهي وتحضير المعجنات، لكن للحفاظ على الأجبان طازجة، يفضل أن تتم عملية بشر الأجبان في المنزل.

غرفة فندقية للأزواج

المختلفين بالأذواق

تعاون موقع شهير للفنادق مع مصممي أزياء لتصميم غرفة فندقية فريدة من نوعها، لإرضاء الأزواج الذين لا يستطيعون الاتفاق عند حجز غرفة.

واستعان موقع هوتيلز.كوم مع جوني ووجوك وكاتلين هام، لتصميم غرفة ترضي جميع الأذواق في فندق ذا كيرتن بالعاصمة البريطانية لندن، وبأسلوبين متعارضين تماما.

وتم وصف الجناح بأنه "حل وسط مثالي" للأزواج ذوي التفضيلات المختلفة بشكل كبير، والذين لا يستطيعون التوافق بشكل أساسي على ما يريدون من الغرفة الفندقية.

ويتميز تصميم نصف الجناح الذي صممه ووجوك بديكورات ذهبية مميزة وورق جدران ملون، أما الجانب الآخر من تصميم كاتلين فقد كان أكثر بساطة وبألوان هادئة يغلب عليها الأبيض والأسود.

وجاء تصميم الغرفة، بناء على أبحاث دولية بتكليف من هوتيلز.كوم، للتعرف على الأذواق المختلفة، عندما يتعلق الأمر بالتخطيط لقضاء عطلة.

ووفقا للدراسة، سيختار 5% من الذين شملهم الاستطلاع فندقاً فاخراً مصمماً بالذهب والرخام والمخمل، في حين سيختار 8% أجواء الأناقة البسيطة.

وأظهر الاستطلاع أيضاً أن المشاركين يرغبون في أن تشمل غرفهم حماماً قائماً بذاته (35 ٪)، وخزانة ملابس (26 ٪) وأوضة "لا تصدق" (21 ٪)، بحسب صحيفة آي نيوز البريطانية.

لذلك فإن الكثير من توجيهات التغذية توصي بتناول كميات أقل من اللحوم. "ولكن هذه التوصيات تستند بالدرجة الأولى إلى دراسات رصدية، كانت معرضة لخطر وجود عوامل من شأنها أن تتشوش على النتيجة"، حسبما كتب جونستون وزملاؤه، "مما يجعل من الصعب التحدث عن وجود علاقة سببية".

وأطلع فريق الباحثين على جميع الدراسات الطبية المتعلقة بهذه القضية والتي صدرت في المجلة المذكورة حتى تموز/يوليو 2018، والموجودة ضمن قاعدة البيانات الخاصة بالمجلة. وقيم الباحثون نتائج هذه الدراسات أخذين في الاعتبار الطرق البحثية وجودة البيانات ومراعاة عوامل التأثير، لمعرفة مدى قوة نتائج هذه الدراسات، كل على حدة. وتضم هذه العوامل المؤثرة، على سبيل المثال، المواد الحافظة، مثل ملح الصوديوم وأملاح النترات والنتريت، أو المواد التي تنشأ عن شواء اللحم.

وكانت نتيجة هذه المراجعة الصارمة أنه إذا اعتدل الإنسان في تناول اللحوم وخفض عدد مرات تناول اللحوم بواقع ثلاث أنصبة لحوم أسبوعيا، أي خفضها من سبع إلى أربع مرات، ينخفض خطر الإصابة بشكل طفيف فقط. وإذا تناول 1000 إنسان، بناء على ذلك، كميات أقل من اللحوم المعالجة، فإن حالات الإصابة بالسرطان التي يتم احتسابها بين هذا العدد تنخفض خلال 11 سنة بواقع 12 حالة.

وإذا خفض 1000 شخص تناول اللحوم غير المعالجة، ينخفض عدد حالات الوفاة جراء السرطان مقارنة بمتوسط العمر، بواقع ثمانية حالات، وتنخفض حالات الوفاة بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية خلال 11 عاما بواقع أربع حالات.

وفي جميع السيناريوهات، كان التديلل على هذا الانخفاض في المخاطرة ضعيفا أو ضعيفا جدا.

وأخذ الباحثون في اعتبايرهم أيضا الراحة التي يشعر بها الكثير من الناس عند تناول اللحوم.

وبعد موازنة المخاطر الصحية وفقدان الشعور بالراحة



أخيراً.. حسم الجدل حول مخاطر اللحوم الحمراء على الصحة

الذي يعنيه التخلي عن تناول اللحوم، أوصى جونستون وزملاؤه بأن يستمر الأصحاء في تناول اللحوم ومنتجاتها بنفس القدر الذي يتناولونه حاليا.

غير أن الباحثين أكدوا أن هذه التوصية لا تأخذ في الاعتبار أن التخلي عن اللحوم يمكن أن يكون مجديا لأسباب أخرى، مثل راحة الحيوان، على سبيل المثال، أو بسبب آثار تربية الحيوانات على البيئة والمناخ. وفي سياق تعليق على الدراسة، رأى شتيفان كابيش، الخبير في المعهد الألماني لأبحاث الغذاء في مدينة بوتسدام الألمانية، أن الطريقة النقدية التي تعامل بها الباحثون مع الدراسات السابقة محقة، وقال: "فيما يتعلق بأمور التغذية فإن الكثير من العوامل له صلة بعوامل أخرى، لذلك فليس من السهل إيجاد علاقات سببية بين السبب والنتيجة". ومع ذلك، فإن كابيش لا يدعو إلى تغيير التوصيات السابقة، مؤكدا أنها "قيمة تتعلق بأمور التغذية فإن الكثير من العوامل له صلة بعوامل أخرى، لذلك فليس من السهل إيجاد علاقات سببية بين السبب والنتيجة".

والمشكلة الحالية، ولكنه يرى بدلا من ذلك في هذه الدراسة دافعا إضافيا لإجراء دراسات ذات مستوى أفضل بشأن العلاقات بين التغذية والصحة.

فوائد الأعمال

المنزلية لصحتك

قالت أليكساندرا بورشارد-بيكر إن الأعمال المنزلية تتمتع بفوائد صحية جمة، حيث إنها تساعد على حرق السعرات الحرارية من ناحية وتحارب التوتر النفسي من ناحية أخرى.

وأوضحت الخبيرة لدى مبادرة حماية المستهلك الألمانية أن القيام بالأعمال المنزلية يمثل بديلاً للرياضة، نظراً لأن التنظيف يعد عملاً بدنياً يجعل الجسم في حركة مستمرة. وأضافت بورشارد-بيكر أن التنظيف باستعمال المكسنة الكهربائية لمدة 30 دقيقة، ثم مسح الأرض لمدة 15 دقيقة، يساعد على حرق 200 سعر حراري في المتوسط، ما يعادل ممارسة رياضة ركوب الدراجات الهوائية لمدة نصف ساعة.

وأشارت الخبيرة الألمانية إلى أن مسح النوافذ بصفة خاصة يمتاز بفعالية كبيرة بفضل تنوع أنسماط الحركة كالجلبوس في وضع القرفصاء وإطالة اليدين. ومن ناحية أخرى أشارت عالمة الإثنولوجيا الألمانية كاتارينا تساوچ إلى أن القيام بالأعمال المنزلية يعد سلاحاً فعالاً لمحاربة التوتر النفسي والشعور بالهدوء والاسترخاء، وذلك بشرط القيام بهذه الأعمال في أجواء يسودها المرح والبهجة.

ولهذا الغرض يمكن القيام بالأعمال المنزلية على أنغام الموسيقى، كما يمكن على سبيل المثال أداء حركات راقصة أثناء استخدام المكسنة الكهربائية.

صاعقة تضرب رجلا

وتطرّحه أرضا

ضربت صاعقة رجلا بينما كان يقوم بنزهة مع الكلاب في حديقة قرب منزله، في مدينة سبرينغ بولاية تكساس، لكنه نجا من الموت بأعجوبة. وأظهرت كاميرات مراقبة اللحظة التي ضربت فيها الصاعقة ألكساندر كورياس مساء الخميس، بينما كان يقوم بنزهة مع 3 كلاب من فصيلة شيردر الألمانية في حديقة "ماير بارك" القريبة من منزله. وقال موقع "غو فاند مي"، الذي أنشأ الحساب من أجل جمع أموال لتغطية نفقات علاج كورياس، إن النار اشتعلت في ملابسه للحظة وطار هذءاء من قدمه وسقط على الأرض بقوة، بينما هربت الكلاب الثلاثة ذعرا من هول

حجرات فندقية تسمح

للسياح بالاندماج مع الطبيعة

إذا كنت تتطلع إلى ارتياد أماكن غريبة ومميزة، والخروج عن نطاق السياحة التقليدية، فقد ترغب في الاطلاع على هذه الحجرات السياحية التي تتمزج بالطبيعة وتجعلك تعيش تجربة فريدة من نوعها.

تتميز حجرات "لينديس" التي تمت إقامتها في وادي أهويري بنيوزلندا، بزجاجها العاكس، وجدرانها الخشبية الداكنة التي يمكن أن تتمزج بالمناظر الطبيعية المحيطة بها، وتصبح غير مرئية للأشخاص الذين يمرون بالقرب منها.

ومن الداخل، تتميز الحجرات بنوافذها الزجاجية التي تمتد من السقف وحتى الأرض، والتي توفر إطلالة على المحيط الجميل.

كما تتميز الحجرات التي تبلغ مساحتها 20 متراً مربعاً، وتحتوي على سرير فاخر بحجم ملكي، بتصميمها الخشبية الأنيقة من الداخل. إضافة إلى ما سبق، تضم الحجرة حماماً فاخراً، ومساحة خارجية للاستمتاع بالمناظر الخلابة التي تشمل الجبال والغابات والسماء المرصعة بالنجوم ليلاً، أثناء احتساء القهوة أو الشاي.

ومن أهم المزايا التي تفتخر بها هذه الحجرات، احتواؤها على مضخات حرارية أرضية وأنظمة تجمع مياه الأمطار وأحواض الاستحمام الساخنة على السطح، وفق ما نقلت صحيفة ميرور أونلاين البريطانية.

كيف يرتبط التسويف

والاكتئاب ببعضهما؟

تفادي الأمور والإطالة في التفكير هي أعراض رئيسية للاكتئاب. وهناك ثمة صلة بين الاكتئاب والتسويف. وذكر موقع "سايكولوجي توداي" إنه عندما يكون الأشخاص مكتئبين غالباً ما يفقدون الاهتمام بالأنشطة التي كانت تمتعهم في العادة. وهذا يمكن أن يؤدي إلى تسويف حتى الأنشطة المسلية. فحتى عندما يفكر المرء في أنه قد يود حضور فعالية ما، فإنه قد يتردد في إلزام نفسه بالحضور جراء

الخوف من أنه قد لا يروقه ذلك عندما يحين وقتها.

وأضاف "الأشخاص الذين يتعاملون مع الضغط النفسي بوضع المشاكل في صندوق متين أكثر عرضة للاكتئاب. فإذا فكر المرء طويلاً في مشاكله بدلا من التصدي لها مباشرة، فإن هذا يمكن أن يساهم في تفاقم الاكتئاب. إن الاكتئاب يمكن

أيضا أن يجعل الأشخاص يشعرون بالتجمد."

وأوضح الموقع : "عندما يكون الأشخاص مكتئبين ، يكون

سبيل المثال، إذا كان المرء بحاجة للذهاب لبقالة

الخضروات واعداد وجبة وتنظيم المنزل قد يشعر أنه خائف من فكرة من أين يبدأ؟ يمكن أن يبدو التخطيط لمهام متعددة الخطوات أمرا جسيما عندما يكون الذهن ضبابيا جراء الاكتئاب. ويبدو رفض المرء لاتخاذ خطوة البداية أشبه بالكاكبة عندما يجد المرء صعوبة بالفعل في تخطيط المهام عندما يكون المرء مكتئبا".

مذبحة أفيال لإنقاذ رضيع

الأفيال كائن اجتماعي بطبيع، وغالبا ما يساعد القطيع أفراد، ولذلك ليس غريبا أن ترى مجموعة من الأفيال تسارع إلى حماية بعضها وصغارها، عند تعرضها للخطر مهما كانت النتائج.

غير أن هذه المساعدة والعادة "الاجتماعية" لدى الأفيال قد تكون سببا في هلاكها، مثلما حدث في تايلاند مؤخرا، عندما هلكت 6 أفيال أثناء محاولة إنقاذ بعضها عندما سقطت في شلال قوي في أحد المتنزهات الوطنية بوسط البلاد، في الساعة الثالثة فجر السبت، ووفقا للمسؤولين في متنزه "خاو ياي الوطني في تايلاند، تسلس رضيع فيل إلى منطقة شلال "هيو ناروك"، الذي يعني اسمه "شلال الجحيم" ويعد أكبر وأشهر الشلالات داخل المتنزه. وأوضح المسؤولون أن قطيعا من الأفيال، سارع إلى محاولة إنقاذ الفيل الرضيع، قرب الطريق السريع في منطقة براشين بور، غير أن ما مجموع 6 أفيال من القطيع غرق ونشق، بينما عثر على فيلين آخرين وهم يكافحان من أجل النجاة، على حافة هاوية عند الشلال، وتمكنت السلطات من إنقاذهما، وتم التقاط فيديو للحظة نجاتهما.

منوعات العلاج 23

قد يكون الاكتئاب اثناء الرجيم واحداً من اهم الأمور التي يعاني العديد من الاشخاص منها، نتيجة اتباع الحميات الغذائية لفترات طويلة من الوقت، الأمر الذي يؤدي الى الحرمان من المأكولات لوقت طويل، ما يتسبب حتماً بفقدان الأمل من امكانية خسارة الوزن، ويؤدي بالتالي الى وقف الحمية. الا ان هذه المشكلة تعود في كثير من الاحيان الى العديد من الاسباب والاختفاء التي قد يرتكبها من يعتمد هذا الرجيم.



علاج التهاب الأذن قد لا يكون بالمضادات الحيوية

والسبب في العادة هو عدوى فيروسية غالباً ما تصبح معقّدة بسبب عدوى بكتيرية تسبب تكاثر خلايا الإفرازات المخاطية. أما التهاب الأذن الوسطى المزمن مع بقاء الطبلة مفتوحة، فقد يطابق ما يسمى انثقاب الطبلة المتسلسل، أو التهاب الأذن المخاطي المفتوح أو التهاب الأذن المزمن مع ورم كوليسترولي. وفقط طبيب الأنف والأذن والحنجرة المتمرس يمكنه تشخيص الحالة ووصف العلاج المناسب.

(حساسية أو نقص المناعة أو غيرها). والتهاب المجاري التنفسية العلوية تكون عمومًا جرثومية، الأمر الذي يفاقم الوضع ويسبب ارتفاعاً في درجة الحرارة. إنَّ الفحص الذي يُجرّيه طبيب الأنف والأذن والحنجرة، يسمح بمعرفة نوع التهاب الأذن الوسطى. وسبب التهاب الأذن الوسطى المخاطي مع انسداد طبلة الأذن، هو التهاب الغشاء المخاطي للأذن الوسطى إلى أكثر من شهرين، ويسبب تجمع السوائل التي قد تكون كثيفة إلى حدٍّ ما.

التهابات الأذن يُشفي من دون استخدام المضادات الحيوية. وفي حال استمرار العلامات السريرية بعد يومين إلى ثلاثة أيام من العلاج، يُنصح بناءً عليه باستشارة الطبيب مرة أخرى. وفي بعض الحالات، وعلى الرغم من العلاج الجيد، فإنَّ بعض العلامات السريرية تستمر وتبقى الطبلة منتفخة. وقد يمارس طبيب الأنف والأذن والحنجرة المختص ما يطلق عليه "البزل" : وهي بأن يقوم الطبيب بإحداث ثقب صغير في طبلة الأذن لإخراج السائل الصديدي، وهذا يعطي المريض راحة فورية، ويسمح بأخذ عينة لتحديد نوع الجرثومة ووصف العلاج المناسب. ولا يجب استخدام قطرة الأذن في حال وجود ثقب في الطبلة، ولهذا السبب يجب عدم استخدام القطرات قبل استشارة الطبيب.

ما هو "البزل"؟

البزل هو عبارة عن شق صغير يُحدّثه طبيب الأنف والأذن والحنجرة في النفق الطبلي السفلي من الطبلة، ويتم إجراؤه مع أو من دون تخدير. وقد لا يكون البزل ضرورياً عند استخدام المضادات الحيوية ومع المراقبة الجيدة، ولكنه يُستخدم في حالة تفاقم مرحلة القيح لأنه يضمن تصريفخراج.

ما الذي يجب فعله في حال استمرار الشعور بانغلاق الأذن؟

يحدث في بعض الأحيان بعد شفاء الأذن الوسطى من التهاب بكتيري، أن يستمر الشعور بأنَّ الأذن مغلقة من بضعة أيام إلى شهر، مع ضعف أو غياب السمع من جهة الأذن التي تعاني الالتهاب؛ غالباً ما يكون هذا عبارة عن "الانصباب اللاحق لالتهاب الأذن".

ويعمل التهاب الأذن المخاطي على زيادة تعقيد ما بين 10 إلى 20 في المئة من حالات التهاب الأذن الوسطى الحادّ، ويتميز بالتالي بحالة "الانصباب اللاحق لالتهاب الأذن":

هذا الالتهاب شائع جداً ويقتضي مراجعة طبيب الأنف والأذن والحنجرة بعد 4 إلى 6 أسابيع لإجراء تقييم جديد. وهذه الحالة تأتي في أعقاب التهاب الأذن الوسطى الحادّ الذي تمّ علاجه بشكل سيّء، أو في حال تكرار الالتهاب نفسه. وغالباً ما يكون مستتراً، وفي الغالبية العظمى من الحالات يكون الالتهاب خطيراً، ويصبح سيئاً جداً ثم دائماً ومعقّداً.

وقد تتداخل عوامل عدة في هذه الحالة وتكون متشابكة في الغالب: عطل أو خلل في قناة استاكيوس، التهاب أو انسداد مزمن في المجاري التنفسية العلوية، بيئة مواتية أخرى

مضادات الالتهاب مثل الإيبوروفين.

وسبب التهاب الأذن هو بكتيري أو فيروسي. وبناءً عليه فإنَّ العلاج باستخدام المضادات الحيوية ليس ضرورياً دائماً. إذ إنَّ الطبيب هو الذي يقرر وصف المضادات الحيوية أو لا، بعد المعاينة السريرية وفحص طبلة الأذن.

والمضادات الحيوية التي يتمّ وصفها لعلاج التهاب الأذن هي الأموكسيسيلين وحمض الأموكسيسيلين-كلافولانيك والسيفالوسبورين. ولكن عدداً كبيراً من

ينتج عن التهاب الأذن ألماً قد تتراوح شدّته بين البسيط، والذي لا يمكن تحمّله. لذلك من الضروري استشارة الطبيب الاختصاصي بالأنف والأذن والحنجرة لتلقي العلاج.

وفي ما يلي إليكم علاج التهاب الأذن:

الهدف الأول من علاج التهاب الأذن هو تهدئة الألم. تُستخدم الأدوية المضادة للألم (المسكنات) مع الباراسيتامول، ومع أو من دون الكودايين، وكذلك



فوائد القسط الهندي للصحة الجلدية والمناعة

فوائد القسط الهندي Saussurea costus رائحة على الصحة وعلى البشرة. وقد أشار بعض الدراسات الى أنّ القسط الهندي يساهم في تنظيم إفرازات الغدّة الدرقية.

تعرّفوا على المزيد من فوائد القسط الهندي مع اختصاصية التغذية عبير أبورجيلي من عيادة Diet of the town، في الموضوع الآتي:

فوائد القسط الهندي في تسهيل عملية الهضم إن كنت تعاني من أمراض الجهاز الهضمي، فإنَّ القسط الهندي قادر على تسهيل عملية الهضم، وقد أكد بعض الدراسات العملية هذا الأمر.

فوائد القسط الهندي في تقوية مناعة الجسم يساعد القسط الهندي على تقوية الجهاز المناعي في الجسم، ومكافحة البكتيريا والالتهابات، فننصحك بإدراجه ضمن نظام عائلتك الغذائية.

فوائد القسط الهندي في التخفيف من ألم الدورة الشهرية تعاني بعض النساء ألماً خفيفاً أو قوياً في فترة الحيض. لتسكين الألم قومي بإضافة القسط الهندي إلى لائحة طعامك.

فوائد القسط الهندي لنضارة البشرة للحصول على بشرة مشرقة ونضرة، وتأخير علامات الشيخوخة، وتخفيف أعراض الصدفية والأكزيما، حاولي الاستعانة بالقسط الهندي واستفيدي من منافعه الجبّارة.

فوائد القسط الهندي للغدّة الدرقية

وجد بعض الأبحاث العلمية أنّ القسط الهندي يساهم في تنظيم إفرازات الغدّة الدرقية الهرمونية، وبذلك يساهم في الوقاية من زيادة الوزن لدى الأشخاص الذين يعانون هذه المشكلة.



تحتوي الحبة الواحدة على نحو 100 مليون بكتيريا كشف سر فائدة تناول تفاحة واحدة يوميا!

ويعتقد أن تناول مجموعة واسعة من الأطعمة، بما في ذلك الكثير من الفواكه والخضروات، أفضل طريقة لزيادة تنوع البكتيريا والفطريات والميكروبات الأخرى في الأمعاء. ونشرت الدراسة في مجلة Frontiers in Microbiology.

وتحتوي العناصر العضوية على كميات أعلى من مجموعات محددة من البكتيريا المعروفة بأنها صحية للبشر، مثل probiotic Lactobacilli. ووجدت دراسات سابقة أن ميكروبيوم الأمعاء مرتبط بصحة الأعضاء الحيوية، بما في ذلك القلب والدماغ.

ويعتقد أن زهاء 90 مليونا من البكتيريا هذه موجودة في البذور، ما يعني أننا نحصل على 10 ملايين فقط من البكتيريا الموجودة في تفاحة واحدة. ووجدت الدراسة أن التفاح العضوي احتوى أنواعاً مختلفة من البكتيريا، ما يشير إلى أنه أكثر صحة.

تُعرف فاكهة التفاح بفوائدها الصحية الرائعة، حيث يزعم بعض الخبراء أنها تخفينا عن زيارة الطبيب في كثير من الأحيان (أو هكذا تقول الأمثال).

والآن، يقول علماء أن فائدة التفاح تكمن في تنوع البكتيريا التي تنقلها إلى أمعاء الإنسان، حيث تحتوي التفاحة الواحدة على نحو 100 مليون بكتيريا. وتختلف البكتيريا في المعدة والأمعاء، المعروفة باسم الميكروبيوم، بين مختلف البشر،

حيث ارتبطت ارتباطاً وثيقاً بالصحة العامة والأمراض المختلفة. ويعد امتلاك مجموعة واسعة من البكتيريا علامة على صحة جيدة، ويمكن أن تكون تلك الموجودة في "لحم" التفاحة بمثابة دفعة مفيدة.

وقام باحثو جامعة Graz للتكنولوجيا في النمسا، بفحص البكتيريا الموجودة في التفاح، الذي تم شراؤه من متجر، وفي التفاح العضوي الطازج. وفحصوا "اللحم" والبذور والقشرة واللب مع تحليل البكتيريا.

كيف يمكن للبكتيريا التنبؤ بحالتك الصحية؟ وقال البروفيسور غابرييل بيرغ: "عند تجميع متوسطات كل مكون من مكونات التفاح، فإننا نقدر أن تفاحة نموذجية (240 غراماً) تحوي نحو 100 مليون بكتيريا".



 الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل	 محاكم دبي
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ احطار بالنشر في القضية التنفيذية ٢٠١٩/١١٠٠ إلى المحكوم عليه (١) مصفغة اكسبريس الاتوماتيكية - ذ م م (٢) سيف الدين ميلاباينجاوتوبويل محمد - ليكن معلوما لديك بان محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية قد أصدرت بحكمك حكما في الدعوى رقم (٢٠١٩/٥٤٩) مدني جزئي، يقضى بالزامكما بدفع مبلغ وقدره (٣٠٥٩٤٦) درهم، شاملا الرسوم والمصاريف، وحيث ان المحكوم له/ جلف بروتك، قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم وسجل التنفيذ تحت رقم ٢٠١٩/١١٠٠، لذا أنت مكلفان بسداد المبلغ المحكوم به خلال (١٥) يوما من تاريخ نشر الاخطار وفي حال تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكم الاجراءات القانونية المناسبة لتنفيذ الحكم حسب الاصول. قلم التنفيذ المدني - بدار القضاء عجمان	

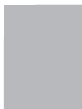
 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ مذكرة اعلان متظلم ضده بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٥٤ تظلم تجاري الى المتظلم ضده ١- ادافلسد لإدارة المرافق - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما أن المتظلم /الصقر لصانعة البيرادات والأقران - ش ذ م م ويمثله / سعيد ثاني علي خليفة بن غليظه الميري - قد اقام عليك المتظلم المذكور اعلاه وموضوعه تظلم من القرار الصادر في الحجز التحفظي رقم ٢٠١٩/٥١٧. وحدثت لها جلسة يوم الأحد الموافق ٢٠١٩/١٠/٢٠ الساعة ٨,٣٠ صباحا بالقاعة رقم ch1.A.5 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فإن الحكم سيكون بمثابة حضوري رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٣٢٥ تجاري جزئي الى المحكوم عليه ١- معلم ومقهى الحمديديه فرع مجهول محل الإقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٧/٤ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ سمات بارك لخدمات استئفاف وصف السيارات ش ذ م م الحكم بالزام المدني عليها بان تؤدي مبلغ ٥٣٧/٥٢ و ١٩١ درهم مائة وواحد وتسعون الف وخمسمائة وسبعة وثلاثون درهم وثلاثة وخمسون فلس والفائدة القانونية بواقع ٩ % من تاريخ ٢٠١٩/٣/٢٣ وحتى تمام السداد والزامها بالصورفات ومبلغ الف درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٢١ عقاري جزئي الى المحكوم عليه/١- احمد سراج حيي الدين محمد حنيفه مجهول محل الإقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ شركة داماك للتطوير ذ م م بالزام المدني عليه بان يؤدي للمدعية مبلغ مقداره (٢٤٤,٦٠٤ درهم) ثلاثمائة اربعة واربعين الف وستائة واربعة درهم والفائدة القانونية بواقع ٩ % من تاريخ ٢٠١٩/١٦/٢٦ وحتى تمام السداد التام كما الزمته الرسوم والمصاريف ومبلغ الف درهم مقابل اتعاب المحاماة ورفض ما عدا ذلك. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٣٢١٢ تجاري جزئي الى المدعي عليه ١- مطعم وكافيه بنش هوسبيتالتي - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ مقهى الحيز الفرنسي - ش ذ م م قد اقام عليك الدعوى وموضوعها مطالبة مالية بالزام المدني عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ وقدره ٨٩١,٨٩٩,٤٢ درهم (ثمانمائة وواحد وتسعون الفا وثمانمائة وتسعة وستون درهما واثنين واربعون فلس) بالإضافة للفوائد القانونية بواقع ١٢ : من تاريخ قيد الدعوى وحتى تاريخ السداد التام والحكم بانهاء العقد وفسخه عن المدة المتبقية من تاريخ صدور الحكم في الدعوى والزام المدني عليها بإزالة الاسم التجاري -العلامة التجارية French Bakery Coffee Shop. وحدثت لها جلسة يوم الإثنين الموافق ٢٠١٩/١٠/١٤ الساعة ٨,٣٠ بالقاعة Ch1.C.14 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل (علما بأنه تم تعديل الطلبات) رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محكمة الاستئناف
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ مذكرة اعلان بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٥١٨ تجاري الى المستأنف ضده/١- يوسف الجسمي للاعمال الهندسية - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان المستأنف /بنك ابوظبي التجاري - شركة مساهمة عامة (بنك الاتحاد الوطني سابقا) قد استأنف الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٨/١٧٤٧ تجاري كلي بتاريخ ٢٠١٩/٣/٢٤ وحدثت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/١٠/١٥ الساعة ١٠,٠٠ صباحا بالقاعة رقم ch2.E.23 وعليه يقتضي حضوركم او من يملككم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا رئيس القسم	

 إجتماع خبرة	 محاكم دبي
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ إعلان بالحضور الى مكتب الخبير الحسابي في الدعوى رقم ٢٠١٩/٤٤٦ عقاري كلي الى المدعي عليه / عبدا لقادر احمد السنكري - مجهول محل الإقامة بما أن المدعية / شركة تطوير مجمع دبي للاستثمار - ذ م م قد اقامت ضدكم الدعوى المشار اليها اعلاه، وحكمت محكمة دبي المؤقرة بتعيين الخبير الحسابي صاحب الدور للنظر في أمر الدعوى، وحيث أنك لم تحضروا جلسة النطق بالحكم. يتوجب عليكم الحضور الى مكتب الخبير الحسابي / رضا درويش آل رحمه، على عنوانه التالي: دبي، منطقة الخليج التجاري، برج اوبال، تقاطع شارع برج خليفة وشارع مراسي درايف، الدور العاشر مكتب رقم ١٠٠٥، هاتف ٢٣٨٧٧٧٧٧-٤٠٣٣٨٤٤٩، فاكس ٤٠٣٣٨٤٤٩-٤٠. وذلك يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/١٠/١٥ الساعة الواحدة والنصف ظهرا (1.30 pm)، وتقديم كافة الوثائق والمستندات التي تؤيد موقفكم في الدعوى. الخبير الحسابي د. رضا درويش آل رحمه	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٩٥ عقاري جزئي الى المدعي عليه/١- سوزان المحدودة مجهول محل الإقامة بما أن المدعي / شري سكبيستي كومينيتيز لإدارة جميعات الملاك - ش ذ م م ويمثله/جوسلين شيلي خير الله - نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٢ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/لري سكبيستي كومينيتيز لإدارة جميعات الملاك - ش ذ م م بالزام المدني عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ ومقداره ٨٥٢,٣١٩,٧٦ درهم (ثمانمائة واثنان وخمسون الف وثلاثمائة وتسعة عشر درهم وستة وسبعون فلسا) رسوم الخدمات عن الوحدة السكنية رقم ١٥٠١ الكاتنة في مرسى دبي برج ذا جيوس ١ المبنى رقم ١ - قطعة الأرض ١١١ - الطابق ١٥ - والفوائد القانونية بواقع ٩ % من تاريخ المطالبة القضائية في ٢٠١٩/٥/٢ والزمته بالمصاريف وخمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٤٠٠ عقاري جزئي الى المحكوم عليه/١-الفراتين لوبيولزر & ليفليك سيلاز - ش م ج مجهول محل الإقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٢ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/شركة تطوير مجمع دبي للإستثمار ذ م م - فسغ اتفاقية ايجار الارض رقم ٥٨٩ - ٤٩٦ الكاتنة بجمع دبي للاستثمار البرمة بني طريق الدعوى المؤرخة في ٢٠١٧/٤/٣ مع الزام المدني عليها بخلاص العين المؤجرة وتسليمها لها بال حالة التي كانت عليها عند التعاقد. ٢-الزام المدني عليها بان تدفع للمدعية مبلغ ٢٠,٨٧٥,٣٣ درهم (ثلاثمائة وستة الف وثمانمائة خسة وسبعون درهما وثلاثة وثلاثون فلسا) وما يستجد من بدل ايجار ورسوم خدمات وضرائب من تاريخ ٢٠١٨/٩/١٠ وحتى تاريخ الاخلاص الفعلي، والفائدة القانونية عن المبلغ بواقع ٩% سنويا من تاريخ ٢٠١٨/١٠/١٧ وحتى السداد التام كما الزمته الرسوم والمصاريف ومبلغ خمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٤٩٧٢ عمالي جزئي الى المحكوم عليه/١- ماجيستي كورنر للوساطة العقارية - ش ذ م م مجهول محل الإقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعقدة بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٧ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/منال محمود حسن محمد حكمت المحكمة بمثابة الحضورى : بالزام المدني عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ (١٤١١٧٠) درهم (مائة واحد واربعون الفا ومائة وسبعون درهما) وبتكررة عودة الى موقفها على الدرجة السياحية عينا او قيمتها وقت تنفيذ الحكم - نقدا ما لم تتحقق بخدمة رب عمل آخر والزمته المدني عليها بالرسوم والمصورفات. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٨٥٧٠ عمالي جزئي الى المدعي عليه /١- ارض الخبرة للأعمال الفنية - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / محمد فتحي سيد يوض ويمثله / العنود الشبية على سالم الدرهمي - قد اقام عليك الدعوى وموضوعها يتضمن المدني من المحكمة المؤقرة ويحق القضاء له بما يأتي : اولا : الزام الشركة المدنية عليها بان تؤدي للمدعي مبلغ وقدره ٥٨٩٩٩ درهم (ثمانية وخمسون الف وتسعمائة تسعة وتسعون درهم) وهو التقدير المبدئي لمستحقات المدني العمالية المترصدة في ذمة الشركة المدنية عليها. ثانيا : شمول الحكم بالنفاذ المجل طليق من أي قيد او الكفالة لوروده على مادة عمالية عملا باحكام المادة ٢٢٢ من قانون الاجراءات المدنية الاتحادى رقم ١١ لسنة ١٩٩٢ وتعديلاته. رابعا : الزام الشركة المدنية عليها الرسوم والمصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحدثت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/١٠/١٥ الساعة ٨,٣٠ بالقاعة Ch1.A.5 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محكمة الاستئناف
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٤٥ مدني كلي الى المدعي عليه /١- جورج قازايان مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / فيصل احمد مصطفى ادريشه ويمثله / احمد حسن محمد عبدالله المازمي - قد اقام عليك الدعوى وموضوعها الزام المدني عليها بان يؤدي للمدعي مبلغ وقدره (٧٢٥٨٦٥ درهم) مع الفائدة بواقع ١٢ % من تاريخ المطالبة القانونية والزامهم بكافة الرسوم والمصاريف ويدل الحكم الصادر. وحدثت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٩/١٠/١٣ الساعة ٩,٣٠ بالقاعة Ch2.E.21 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملككم قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل رئيس القسم	

 إعلان إجتماع خبرة	 محاكم دبي
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ في الدعوى رقم ٢١٢١ لسنة ٢٠١٩ تجاري جزئي- دبي المقامة من / هنريك بولي بت لاصناعات المحدودة - ذ م م ضد المدعي عليها / سيمبليكس انفرا ستركتشرز المحدودة (فرع دبي) نعلن نحن الخبير الحسابي / محمد حميد المري، انه تم تعييننا من محكمة دبي الابتدائية المؤقرة لتنفيذ مهمة الخبرة الحسابية الواردة بحكم المحكمة الصادر بجلسته ٢٠١٩/٩/٢ في الدعوى المذكورة أعلاه - كما نعلن المدعي عليها " سيمبليكس انفرا ستركتشرز المحدودة (فرع دبي) " لحضور اجتماع الخبرة المقرر له جلسة يوم الإثنين الموافق ٢٠١٩/١٠/٢١ في تمام الساعة ٣,٠٠ عصرا وذلك بمقر مكتبنا الكائن بمركز الدانة - مكتب رقم ٦٠١، شارع آل مكتوم - ديرة، دبي. خبير حسابي / محمد حميد المري	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٧٥٠ تجاري جزئي الى المحكوم عليه/١- رجدلين سارمينتو دافويس مجهول محل الإقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٧/١٦ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ بنك رأس الخيمة الوطني (ش م ع) بالزام المدني عليها بان تؤدي للبنك المدني مبلغا وقدره (١٨٣,٧٣٢) درهم (مائة وثلاثة وثمانون الف ومائتان وثلاثة وسبعون درهما) مضافا اليه فائدة قانونية بسيطة قدرها ٩% سنويا، اعتبارا من تاريخ المطالبة القضائية والحاصل في ٢٠١٩/٤/١٠ وحتى تمام السداد والزمته المدني عليها بالرسوم والمصاريف ومبلغ خمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٣٢٢ تجاري جزئي الى المحكوم عليه/١- جوهان هنريك هفستندahl مجهول محل الإقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٥/٢٨ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ منتجع الجيتور للبولو : ذ م م حاليا - ساتر ريجيس دبي منتجع ونادي الجيتور للبولو ذ م م سابقا بالزام المدني عليه بان يؤدي للمدعية مبلغ ستة وثلاثين الف وثمانمائة واحد عشر درهم وثلاثة وعشرين فلسا والفائدة القانونية بواقع ٩ % من تاريخ المطالبة القضائية الحاصل في ٢٠١٩/٢/٢١ وحتى تمام السداد والزمته بالصورفات ومبلغ الف درهم مقابل اتعاب المحاماة. وتاريخ ٢٠١٩/٨/٢٠ حكمت المحكمة بشأن طلبات الاعغال، بالزام المدني عليه بان يؤدي للمدعية مبلغ ثلاثة الاف وستمائة وخمسة وسبعين درهما شهريا اعتبارا من ٢٠١٩/٥/١ وحتى تمام السداد والزمته بصورفات هذا الطلب ومبلغ مائتي درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٥٧٠ عقاري كلي الى المدعي عليه / ١-لوي ساكب التجار مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ نور بنك - مساهمة عامة - بنك نود الاسلامي - ش م ع - سابقا - ويمثله / جابر راشد محمد جابر راشد السلامي - قد اقام عليك الدعوى وموضوعها الحكم بفسخ اتفاقية الاجارة وملاحقها والزام المدني عليه بتسليم العقار موضوع الاتفاقية خاليا من الشواغل والغاء اشارة القيد العقاري ومخاطبة دائرة الأراضي والأملاك والزامه بان يؤدي للمدعي مبلغ وقدره ٣٧٩,٠٠٠ درهم) تعويضا عن الضرر والزامه الرسوم والمصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحدثت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/١٠/٢٢ الساعة ١١,٠٠ بالقاعة Ch1.B.8 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملككم قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محكمة الاستئناف
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ مذكرة اعلان بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٢١ استئناف تظلم تجاري الى المستأنف ضده/١- بنك الاتحاد الوطني مجهول محل الإقامة بما ان المستأنف /مرتضى رضا ايراواني ويمثله / ناجي علي الحاج ابراهيم بيضون - قد استأنف الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٩/١٢ تظلم إشكال تجاري. وحدثت لها جلسة يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٩/١٠/١٦ الساعة ١٧,٣٠ مساءا بالقاعة رقم ch1.B.7 وعليه يقتضي حضوركم او من يملككم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٨٦ تنفيذ عقاري الى المنفذ ضده/١- شركة بلا تيشين هولدنجز - شركة من منطقة حرة (ذ م م) مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ علي حسين محمد آل رحمه - قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بتنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٠/٤/٦٨ عقاري كلي، بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٤٠٣٨٣٣) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان. رئيس الشعبة	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان أمر أداء بالتشتر في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٧٤٩ امر اداء الى المدعى عليه /١- بوليويود للتجارة العامة - ش ذ م م مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ شركة الرواد التجارية - ذ م م ويمثله / جوسلين شيلي خير الله - قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢ بالزام المدني عليها بوليويود للتجارة العامة - ش ذ م م بان تؤدي للمدعية شركة الرواد التجارية - ذ م م مبلغ ١٥٠,٠٠٠ درهم (مائة وخمسون الف درهم) والفائدة القانونية بواقع ٩% سنويا من تاريخ المطالبة القضائية في ٢٠١٩/٨/١٥ وحتى السداد التام والرسوم والمصاريف ومبلغ خمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة والامر مشمول بالنفاذ المجل بقوة القانون. ولكم الحق في إستئناف الأمر خلال ١٥ يوم من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٣٩٢ تجاري جزئي الى المحكوم عليها/١- إندو باك لتأجير البخوت السياحية - ش ذ م م خالد محمود امان الله خان بصفته كفيل ضامن لدبونية إندو باك لتأجير البخوت السياحية - ش ذ م م مجهولي محل الإقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٨/٢٨ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ شركة الشرق الاسلامي للتعمويل (مساهمة خاصة ب بالزام المدني عليه بان يؤدي للمدعية مبلغ خمسمائة وثلاثة عشر الف وخمسمائة واثنين وعشرين درهم وتسعة وثلاثين فلسا والفائدة القانونية بواقع ٩% من تاريخ المطالبة القضائية في ٢٠١٩/٦/١١ وحتى تمام السداد والزمته بالصورفات ومبلغ الف درهم مقابل اتعاب المحاماة ورفضت ما عدا ذلك من طلبات. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٩٢ تجاري جزئي الى المحكوم عليه/١- ماهر محمد شفي فكي محمد شيخ مجهول محل الإقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المتعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٦/٢٥ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ عبد العزيز محمود غلام علي الكيلاني بالزام المدني عليه بان يؤدي للمدعي مبلغا وقدره ٢٥٠,٠٠٠ درهم (مائتان وخمسون الف درهم) والفائدة القانونية بسيطة قدرها ٩% من تاريخ رفع الدعوى الحاصل في ٢٠١٩/٢/٢٣ وحتى تمام السداد والزمته المدني عليه بالمصاريف وخمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضورى قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا. رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٦٢٩ احوال نفس مسلمين الى المدعي عليه /١- جولدبيار بوكاترا مجهول محل الإقامة بما ان المدعي/ أمنة جمعة حسن خيس بوكاتره ويمثله / شوق محسن بدر الكثيري - قد اقام عليك الدعوى وموضوعها دعوى اسقاط حضانة المدني عليهما للأولاد :١ -عبد الرحمن ٢-عبد الرحيم ٣- لطيفة ٤- شبيخة على جمعة حسن بوكاتره وينقل حضانة الاولاد وضهمو الى المدعية (عمتهم). وحدثت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٩/١٠/٢١ الساعة ٨,٣٠ بالقاعة رقم (٦) في مبنى الأحوال الشخصية في منطقة القروهود لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملككم قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محكمة الاستئناف
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ مذكرة اعلان بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٩٢٣ استئناف تجاري الى المستأنف ضده/١- اي تي ايه ستار هولدينجز ليميتد ٢-سيد محمد صلاح الدين مجهول محل الإقامة بما ان المستأنف / بنك الخليج التجاري قد استأنف القرار/الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٩/١٠/١٤ صباحا بالقاعة رقم ch2.D.17 وعليه يقتضي حضوركم او من يملككم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا رئيس القسم	

 محاكم دبي	 محاكم دبي الابتدائية
العدد ١٢٧٥١ بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٨ اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٣٦٨٦ تنفيذ تجاري الى المنفذ ضده/١- محمد حسام فريق العبد الرزاق مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/ فيصل غازي الجمعه ويمثله / فهد سلطان علي لوتاه قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٦٠٢٠٦) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان. رئيس الشعبة	



منوعات

الفكر

26

أبوظبي تستضيف وفداً من لجنة كولبير ضمن سلسلة من المبادرات تحتفي بالرفاهية الفرنسية في القرن الحادي والعشرين

-تنظيم فعاليات «فلانيري كولبير أبوظبي» من 12 نوفمبر إلى 14 ديسمبر في «الوفر أبوظبي»

و«بيت الحرفيين» و«الجاليريا في جزيرة المارية» و«فن أبوظبي»

-دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي تدعم هذا الحدث سعياً إلى تعزيز الحوار الثقافي بين فرنسا والإمارات

المعرض السنوي يومي 20 و23 نوفمبر، للحديث عن علاقة الرفاهية الفرنسية بالفن الحديث والتعاون القائم بين علامات الرفاهية الفرنسية والفنانين والروابط المتبادلة بين التراث والإبداع. وتضم قائمة الجهات المشاركة في البرنامج كلا من مؤسسات هيرميس وكارتيه للفن المعاصر إلى جانب المؤسسات الثقافية الفرنسية - مركز بومبيدو، و «موبيلي ناسيونال» المدير الإداري لشركة جلف ريليتيد؛ الرفاهية مثل برناردو وأزياء كريستيان ديور. ويقدم حوار يوم 20 نوفمبر كل من هيريه شاذيز من «مؤسسة كارتيه للفن المعاصر»، وجوليت سينجر من «متحف اللوفر أبوظبي»، وألكسندر بوكيل من «أزياء كريستيان ديور»، وهيلين هريت من «برناردو»، وماريون لامورت من «مركز بومبيدو»، في حين يتحدث في حوار يوم 23 نوفمبر كل من أنيك دي شوناك وجواليدوم ديزانيز من «مؤسسة هيرميس»، وكاترين بيجار من «قصر ومتحف دوميان فرساي اللوطني»، وتييري سارمون من «موبيلي ناسيونال». ومن جهتها قالت إليزابيث بونسول دي بورت، الرئيس والمدير التنفيذي للجنة كولبير: «تعد لجنة كولبير بمثابة منصة مثلى لإقامة حوار بين مختلف الحضارات والثقافات، وبخاصة في البلدان التي تنظم فيها فعاليات، وذلك من خلال عملها كهيئة مجتمعية تمثل الرفاهية الفرنسية. ويأتي برنامج «فلانيري كولبير أبوظبي» الفريد من نوعه في العالم مثال حي على هذا النهج الذي تتخذه اللجنة. كما وتكسب لجنة كولبير من خلال برنامج «فلانيري كولبير أبوظبي» عدة جوانب مختلفة للتقليدية الإماراتية ومنتجات الرفاهية الفرنسية الفاخرة. وتفتتح فعاليات «فلانيري كولبير أبوظبي» يوم 12 نوفمبر بحضور وفد كبير من رؤساء مجالس الإدارات والرؤساء التنفيذيين لأعضاء في لجنة كولبير. وباتلتزام مع «فلانيري كولبير أبوظبي»، تعقد لجنة كولبير، اجتماع جمعيتها العمومية في جامعة السوربون أبوظبي، وهي عضو مشارك في «لجنة كولبير».

«أوان وعجائب». وينتظر الجمهور المزيّد من مفاجات «سيلين» التي تمثل مجموعة من خمس علامات هي «هيرميس» و«بوفوركات» للعلور» و«جون لوب» و«بوفوركات» و«سان لويس»، وتتضمن عرضاً صممه فنانان معاصران، في حين تعبّر «شائيل» و«فندق ريتز باريس» و«باريس مونيه» عن روح فن الحياة الفرنسية. وفي هذا الإطار، قال دانيال باري، المدير الإداري لشركة جلف ريليتيد: «تشكر دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي ولجنة كولبير على هذا التعاون الثمر والتميز الذي سيتيح لنا من خلال هذا الحدث البارز الاحتفاء بالحرفية والمهنية والرفاهية والثقافة الفرنسية. وبخاصة ما مع تتضمنه مجموعة الرفاهية في قلب العاصمة في الجاليريا في جزيرة المارية من علامات تجارية فرنسية فاخرة من ضمنها لويس فويتون، كارتيه، فان كليف أند أربلز وسيلين وبوشرون، إلى جانب علامتين تجاريتين فاخرتين ستضمّنان قريباً هما شائيل وجيفنشي. كما ويسعدنا اختيارنا كوجهة لاستضافة لجنة كولبير. وتابع باري: «مع استضافة البرنامج الخاص بلجنة كولبير، نؤكد على المكانة التي باتت ترسخها جزيرة المارية كوجهة رئيسة في قلب العاصمة لتنظيم واستضافة أبرز الفعاليات على مدار العام للمجتمع المحلي من بينها احتفالات رأس السنة الميلادية الجديدة، والسنة الصينية الجديدة. لذا، ندعو الجميع إلى زيارة الجاليريا في جزيرة المارية بالتزامن مع فعاليات لجنة كولبير في 12 نوفمبر للحصول على فرصة الاستمتاع ببرنامج متنوع وحافل بالأنشطة والمعارض لاختبار تجربة الثقافة الفرنسية والتعرف على العلامات التجارية الفرنسية الفاخرة وغيرها تحت مظلة واحدة، وبخاصة أنه قد تم تصميمها لاختبار التجربة الثقافية الجديدة لجميع بين عدة أنشطة هي الترفيه والبيع بالتجزئة وتناول الطعام».

فن أبوظبي

يحضن برنامج معرض «فن أبوظبي 2019» سلسلة من الحوارات مع خبراء وفنانين من «لجنة كولبير» لاستكشاف إسهامات الرفاهية ومنتجات الفاخرة الفرنسية كأحد العناصر الرئيسية في مشهد الفن المعاصر. ويقدم أعضاء «لجنة كولبير» هذه الحوارات ضمن برنامج

كاترين بيجارد، رئيس قصر ومتحف دوميان دي فرساي، المهارة والبراعة الحرفية يوم 22 نوفمبر. وأخيراً، يتحدث تيري سارمانت، كبير المسقين في «موبيلي ناسيونال جوبلين»، عن البراعة الفنية في شركات صناعة الأثاث الملكي التاريخي يوم 24 نوفمبر. وأشار سعادة سيف سعيد غباش، وكيل دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، إلى أن هذه المبادرة الفنية والثقافية رائدة وفريدة من نوعها، حيث لم يسبق من قبل تقديم مثل هذا البرنامج الفتح للجمهور في أي مكان في العالم، وقال: «تجسد هذه المبادرة التزام الدائرة بالعمل على ترسيخ مكانة أبوظبي عاصمة لأفضل الأحداث الثقافية والفنية في العالم. وحرصنا على الجمع بين نخبة من علامات الرفاهية والخبراء والمؤسسات الثقافية الفرنسية بجانب مؤسساتنا، التي تعكس احترام أبوظبي وتقديرها لقيم التاريخ والابتكار والمشاريع الفنية والحرفية مثل منطقة الحصن وبيت الحرفيين، وذلك لتأكيد دعم دائرة الثقافة والسياحة للحوار بين الثقافات».

الجاليريا في جزيرة المارية

تقدم 26 علامة من منتجات الرفاهية الأعضاء في «لجنة كولبير» أعمالاً وتصميمات وفعاليات خاصة في نوافذ المعرض داخل متاجرها، والمستوحاة من موضوعات معرض «متحف اللوفر أبوظبي». ويهدف هذا المحور من برنامج «فلانيري كولبير» إلى إبراز الطبيعة الأصلية والتكاملية لمنتجات الرفاهية الفرنسية من خلال تعاون أعضاء «لجنة كولبير» لتمثيل قيمهم المشتركة وأسلوبهم الفرنسي. ويشاهد الجمهور قطعاً مقدمة من بوشيرون واركيس وقصر فونتينيل، ويكتشفون الحكايات التي أبدعتها «كارتيه» و«دار شر فلاماريون»، وهاتف إحصارهم حديقة الحواس التي صنعها برناردو وكريستوفل وغيرلان. ويحتفي «لويس فويتون» و«فندق لو بريستول» و«روبرت هافيلاند» أند سي بارلون. بفن الحياة الفرنسي من خلال عمل جماعي مشترك. وتخلد «باكارا» و«كريستيان ديور» و«عطور كريستيان ديور» 70 عاماً من التعاون الوثيق في ابتكار سلسلة من المنتجات الرائعة. وتزيح «فان كليف أند أربلز» و«كلويه» و«سيفري ستي دي لا سراميك» الستار عن مشروعهم

أو مهارة صانعها، أو ندرتها. **بيت الحرفيين** يشارك حرفيون فرنسيون وإماراتيون في حوارات حول مهاراتهم في السدو والخص والتلي وصناعة الخنجر من الجانب الإماراتي، والتطريز وفن الطهي والصنوعات الفضية والجديدة من الجانب الفرنسي. وتكشف دار «كريستيان ديور» أسرار صناعة حقبة اليد النسائية الشهيرة التي تحمل علامة «ديور». وخلال حوار مع إحدى خبيرات التلي، تحدثت سيدات من دار «غيرلان» عن فن تعبئة وختم زجاجات العطور. وتقدم دار «بوفوركات» إطلالة على تقنيات صياغة الفضة ومقارنتها بأسلوب الحرفيين الإماراتيين في صناعة خنجر فضي تقليدي. وفي حوارات أخرى مع الحرفيين الإماراتيين تركّز «هيرميس» على فنون صناعة الجلود ومهارات صنع السرج، و«بريستول» على صناعة الشوكولاتة، ولويس فويتون على تقنيات الرسم، و«فان كليف أند أربلز» على مجموعتها من العروض العملية والجلسات التعليمية مع اثنين من فناني التطريز من ليسان (شانيل) وخبراء في نسج السدو. وتدعم هذه الفعاليات سلسلة من عروض الأفلام والحوارات المقدمة من علامات الرفاهية الفرنسية.

كما يستضيف «بيت الحرفيين» حوارات تتناول المهارة والجودة الفرنسية، حيث يتحدث يوم 13 نوفمبر فينست كوشيت، كبير المسقين في قصر فونتينيل، وأمل شابي، مدير الترميم في إدارة البيئة التاريخية في دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، حول ترميم مسرح الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، ويقود هوبرت باريري، المدير الفني في ليسان (شانيل) حواراً عن العرفة والإبداع يوم 14 نوفمبر. «لجنة كولبير» تتناقش فابري ساندوز، أمين عام «لجنة كولبير» عملية نقل المهارات والخبرات الفنية والحرفية، باعتبارها أحد كنوز الرفاهية الفرنسية، في حوار يوم 16 نوفمبر، ويتناول ألكسندر بوكيل، الرئيس التنفيذي لشركة فيرمونت (كريستيان ديور)، التطريز، مفهوم البراعة والمهارة في دور الأزياء الفاخرة يوم 19 نوفمبر. وتعرض هيلين هريت، مدير الاتصالات في برناردو، بورسلين، مفهوم رمزية المهارة الحرفية يوم 21 نوفمبر، وتبحث

دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي: «تعتبر «فلانيري كولبير أبوظبي» التعاون الأول على الإطلاق بين هذه المجموعة المرموقة من المؤسسات والعلامات الفرنسية الفاخرة ضمن مبادرة بهذا الحجم، الأمر الذي يمنحها زخماً إضافياً ويجعلها إنجازاً ثقافياً يحد ذاته للإمارة والمنطقة. ويشكل بناء جسور التواصل والحوار الثقافي أحد محاور التركيز الرئيسة للدائرة الثقافية والسياحة - أبوظبي، بما يعكس قيم التنوع والانفتاح في المجتمع الإماراتي الذي يرحب باحتضان الثقافات الأخرى ومشاركة الثقافة الإماراتية مع العالم. وتجمع فعاليات «فلانيري كولبير» بين المهارات الحرفية والإبداع الفني المعاصر وأفضل ما تقدمه الثقافتان الإماراتية والفرنسية». من جانبه، قال فرانك ريتير، وزير الثقافة الفرنسي: «يسرني رعاية فعاليات «فلانيري كولبير أبوظبي» التي تحتفي بالعلاقات المتينة بين فرنسا ودولة الإمارات العربية المتحدة. وبينما يبرز قطاع الرفاهية الفرنسي بين التراث غير المادي والإبداع، أتق أن الحوار الثقافي، الذي طوّرته «لجنة كولبير» عبر هذه المبادرات حول مهارات التميز والفن المعاصر، سيساهم بالتأكيد في تعزيز الروابط بين بلدينا».

متحف اللوفر أبوظبي

لمرة الأولى في منطقة الشرق الأوسط، يبحث معرض «10.000 عام من الرفاهية» في تاريخ الرفاهية والفاخرة من خلال 350 قطعة استثنائية من الأزياء والمجوهرات والقطع الفنية والأثاث والتصميم، مستكشفاً الأساليب المتنوعة التي استخدمتها الثقافات المختلفة للتعبير عن الرفاهية عبر التاريخ - من القرايين العتيبة في الطقوس الدينية، والأثاث الملكي المصنوع من الذهب الخالص، إلى الأزياء الراقية وقطع المجوهرات التي أبدعتها علامات راقية مثل كريستيان ديور وشائيل وكارتيه وهيرميس. ويناقش المعرض معنى الرفاهية عند الثقافات المختلفة، وتأثير هذا البذخ على تطور المجتمع، سواء كطريقة لتعبير الأوضاع الراهنة أو إبرازها. إلى جانب دور المرأة في صياغة مفهوم الرفاهية، والتحول بين الإسراف والاعتدال، والمقومات والمعايير التي ترفع قيمة قطعة ما وتجعلها «ثمينة»، بما في ذلك عمرها التاريخي

•• أبوظبي-الفجر:

تستضيف أبوظبي وفد من لجنة كولبير، التي تمثل 84 علامة من العلامات التجارية الفاخرة ومنتجات الرفاهية و16 مؤسسة ثقافية فرنسية، ضمن سلسلة من المبادرات تحت عنوان «فلانيري كولبير أبوظبي» و«الرفاهية الفرنسية في القرن الحادي والعشرين». وتتضمن هذه المبادرات سلسلة من الفعاليات المقرر إقامتها في مواقع متعددة في جميع أنحاء الإمارة، والتي تستكشف مفاهيم وأسرار الرفاهية الفرنسية في القرن الحادي والعشرين والثقافة الفرنسية وحوارها المتواصل والمزدهر مع الثقافة الإماراتية. وتأسست «لجنة كولبير» عام 1954 بمشاركة 15 رائداً من رواد قطاع الرفاهية سعياً إلى دعم قوة فرنسا الاقتصادية ونفوذها الدولي. كما وتكرس «لجنة كولبير» جهودها لتهيئة بيئة أعمال تحقق نمواً جماعياً وفردياً للعلامات التجارية الفرنسية.

وتدعم دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي هذه المبادرات للقرن تنظيمها خلال الفترة من 12 نوفمبر إلى 14 ديسمبر 2019 في «بيت الحرفيين» في موقع الحصن و«الجاليريا في جزيرة المارية» في جزيرة الماريا ومعرض «فن أبوظبي» و«متحف اللوفر أبوظبي». وتتناول هذه الفعاليات أيضاً موضوعات معرض «10.000 عام من الرفاهية» الذي يحتضنه «متحف اللوفر أبوظبي» من 30 أكتوبر 2019 إلى 15 فبراير 2020 بالتعاون مع «متحف الفنون الزخرفية» الفرنسي، وهو عضو مشارك في «لجنة كولبير». وتوفر فعاليات «فلانيري كولبير أبوظبي» برنامجاً من العروض العامة للمهارات الحرفية وورش العمل والحوارات في الفترة من 12 إلى 28 نوفمبر في «بيت الحرفيين» إلى جانب أنشطة مفتوحة في جميع أنحاء «الجاليريا في جزيرة المارية» تعرض الإبداع المشترك لمجموعة من علامات الفاخرة والرفاهية الفرنسية من 12 نوفمبر إلى 14 ديسمبر. ويشهد معرض «فن أبوظبي» يومي 20 و23 نوفمبر حوارات حول الرفاهية والفن الفرنسي الحديث بمشاركة متحدثين من أبرز علامات الرفاهية والمؤسسات الثقافية الفرنسية. وقال معالي محمد خليفة المبارك، رئيس

عدسة 12 مخرجاً سعودياً ترصد جدلية الحياة والغياب في الشارقة السينمائي الدولي للأطفال والشباب

وجه، والمطلوب صورة واحدة لوجه واحد يبحث عنها بطل الفيلم «خمسون ألف صورة» للمخرج السعودي مصعب العمري، الذي يروي حكاية رجل يمتلك استوديو للتصوير في أحد الأحياء، فيزوره شاب بحثاً عن صورة والده الذي مات قبل أن يبلغ هو عامه الأول، وقد تم حق جميع الصور الخاصة به، فما الذي سيحصل خلال هذه الحكاية التي يرويها الفيلم على مدار 14 دقيقة فقط؟



لسلطان؟ وماذا عن سعدية؟ **ياسر عدلي.. أنا الموت، هل كافكا هنا؟** ما الذي يريده المخرج السعودي ياسر عدلي من خلال فيلمه «أنا الموت»؟ هل يطرح قضية الانتحار؟ أم يريد منا أن نعرف تأثير الإنسان في حياة إنسان آخر لا يعرفه؟ هناك الكثير من الأشخاص الذين يتفقدون الآخرين دون أن يشعروا بذلك. هذا الطرح السينمائي الكافكاوي (إشارة إلى أعمال الأديب التشيكي فرانز كافكا الموصوفة بالكابوسية أو السوداوية) أراد له عادل أن يكون مزيجاً ما بين الشعور بالإحباط والوصول إلى الانتحار كحل أخير، وبين كيفية أن تكون العلاقات الإنسانية منقاداً من الموت، فما الذي كان يجري هناك حقاً؟

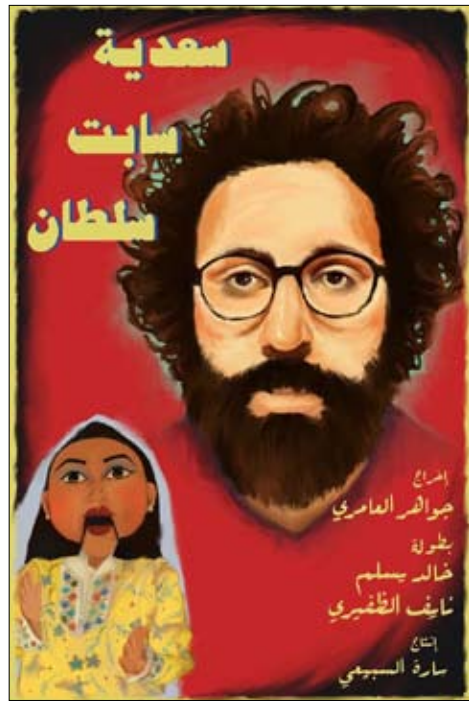
الحب ليس ممنوعاً في «27 شعبان»

وفي طرح يخرج به المخرج «محمد سلمان» عن المؤلف، ويقدمه من خلال فيلم «27 شعبان»، يتطرق السعودي الحاصل على جوائز سينمائية عدة، إلى تناول حدث تشكل قبل ظهور التكنولوجيا الحديثة سواء الهواتف الذكية أو وسائل التواصل الاجتماعي، أي عندما كان التواصل يقتصر على الرسائل النصية القصيرة، في علاقة عاشقين يافعين يبحثان عن لقاء. فيجوبان شوارع المملكة ويحاولان الالتقاء في صالات استقبال الفنادق وغيرها من الأماكن العامة إلى أن يحين الوقت للقاء المنتظر، لكن أمراً يعرفه، فما هو؟ وما الذي حصل؟

الأب حين تضع صورته..

خمسون ألف صورة، خمسون ألف حكاية، خمسون ألف

كل هذه الكلمات تكثف في مفردة واحدة، تشكل جوهر فيلم المخرجة «جواهر العامري»، بعنوان «سعدية سابت سلطان»، الذي يروي على امتداد نصف ساعة حكاية «سلطان» الطبيب الذي يسعى للقاء ابنته بعد انهيار علاقته مع زوجته، وعند اكتشافه في المنزل للدمية المتحركة «سعدية»، يقرر أن يتشارك معها الحياة، لكن سرعان ما يحصل أمر ينهي ذلك كله، فما الذي حصل



إلى 18 أكتوبر في مركز الجواهر للمناسبات والمؤتمرات، حيث سيكون الجمهور على موعد مع إبداعات سينمائية تكشف عن سينما خليجية متطورة تبشر بمستقبل ثري لهذا الفن عربياً. على امتداد نصف ساعة، أو خمسة دقائق، أو حتى ساعات، هناك مشاهد مكثفة، وأخرى قصيرة، لأفلام سينمائية تسرد حكايات من نوع مختلف، فليس شرطاً أن يروي الفيلم القصير حكاية قصيرة، بل على العكس تماماً، هناك تشابه ثري يحرس على تقديمه الحدث هذا العام في دورته السابعة، من خلال أعمال 12 مخرجاً سينمائياً سعودياً، ممن عرفوا العالم عبقراً أفلامهم المتنوعة على ثقافة مجتمهم وخصوصيته.

وذ الحجاجي، الظلام حين يتسرب إلى الذكريات بخلقواقته الخرافية، والصمت المطبق يروي فيلم «ذكريات مارا»، للمخرجة السعودية «وذ الحجاجي»، خلال 6 دقائق فقط، قصة الشخصية الخيالية «مارا» التي تعاني من اضطرابات نفسية وتناضل من أجل التخلص من ذكريات ماضيها، في توليفة اختارت لها الحجاجي تقنية الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد، لتبقى الأسئلة مفتوحة حتى بعد انتهاء الفيلم، وعلى رأسها: ما الذي سيحصل للإنسان إذا بقي عالقا في ذاكرته السوداء؟

«سلطان» مهزوم.. و«سعدية» ليس لها من اسمها نصيب قد نبأغ إذا استخدمنا مفردة «انهار» للتعبير عن انتهاء علاقة بين شخصين، لكن في الحقيقة هذه هي المفردة الوحيدة التي تعبّر عن هذا الانفصال، الذي يرافقه التشتت والحيرة، والوجوم، وخيبة الأمل، والانتظار.

•• الشارقة-الفجر:

ما بين الطرح الدرامي، والعمق الفلسفي، والواقعية السحرية، تتنوع أعمال 12 مخرجاً سعودياً يستضيفها مهرجان الشارقة السينمائي الدولي للأطفال والشباب، الذي تنظمه مؤسسة «فن» المعنية بتعزيز ودعم الفن الإعلامي للأطفال والناشئة ومقرها الشارقة، من 13



منوعات المحفل 27



ساموزين يطرح (قولي قولي) عبر اليوتيوب

طرح المطرب سامو زين أغنيته الجديدة "قولي قولي" على طريقة الفيديو كليب، عبر قناته الرسمية بموقع الفيديوها "يوتيوب". وروج زين للأغنية عبر صفحته الشخصية بموقع "إنستغرام"، ونشر مقطع فيديو من الكليب، معلقاً "أشكر أختوتي وعزوتي لشاركتهم الأغنية ربي يبارك فيكم، الأغنية حالياً على قناتي في اليوتيوب حصرياً أتمنى من الله أن تنال إعجابكم".

يُذكر أن آخر أعمال سامو ألبوم "لو عمري يرجع"، الذي ضم 8 أغان، كما ظهر ضيف شرف في الموسم الرمضاني لهذا العام من خلال مسلسل "بدل الحدودة 3" بطولة الفنانة دنيا سمير غانم.

كما طرح سامو قبل أيام وتحديداً نهاية أغسطس الماضي أحدث كليباته الغنائية "ورد البستان"، عبر قناته الخاصة بموقع "يوتيوب"، من كلمات إسماعيل الأبرص، وأحان سامو زين، توزيع إم دي جابر.



انا مع الاعمال المشتركة وخضت تجربتها منذ فترة بعيدة

منى واصف: لا أهتم بالمال بل بالدور الذي أقدمه

تتوقعين أن يحصل تغيير في الجزء الرابع (الهيبة) مع الكاتب فؤاد حميرة؟
- هذا أمر متوقع! فؤاد حميرة كاتب مهم، ولا بد أنه سيضفي نفساً مختلفاً، ويضع إبداعه الخاص على الجزء المقبل من (الهيبة).

• هل ستكتفين بالمشاركة في عمل واحد في رمضان 2020؟
- نعم، والعام الماضي اكتفيتُ بعمل واحد، بالإضافة إلى خماسية لصلحة التلفزيون السوري كنتُ صورتُها قبل أن آتي إلى لبنان لتصوير (الهيبة)، واحتاج تصويرها 5 أيام فقط وهي لم تكن مسلسلاً.

• هل تفضّلين أن يكتفي الممثل بعمل واحد في السنة والتركيز عليه؟
- نعم إذا كان العمل ناجحاً. أنا اليوم أعمل (بمزاج مزاجي) وأبدع. ويمكن القول إنني أحافظ على شباب ذاكرتي. أنا أحفظ وأمثل دوري وأعود إلى بيتي وأنا في مثل هذا العمر، وهذا الأمر يعدّ تحدياً لي.

• إنه إبداع من نوع آخر؟
- هو شيء رائع بالنسبة إليّ.

لا مشكلة عندي في الارتباط بعمل آخر إذا أعجبني، ولكن المشكلة هي بالتنتقل بين بلدين. ما دامت المتعة في العمل موجودة فهذا يكفي.

• كيف تنظرين إلى انضمام دينا قندلفت إلى الجزء الرابع من (الهيبة)؟
- أهلاً وسهلاً بها. دينا قندلفت ممثلة مهمة جداً.

• هل يمكن القول إنك تفضّلين تواجدك في الأعمال المشتركة؟
- كل الأعمال المشتركة التي شاركت فيها في الأعوام الأخيرة كانت ناجحة ومهمة. أنا معها ولستُ ضدها وخضتُ تجربتها منذ فترة بعيدة.

• كيف تجدين الخلطة اللبنانية - السورية التي تشارك في هذه الأعمال؟
- لا أشعر بوجود فارق بين لبنان وسورية في التوجهات والثقافات والتطلّعات. هذا الاختلاط اللبناني السوري يُغني الدراما وتم تأكيده من خلال الأعمال المشتركة التي تقدّم.

• عادة كيف تمضين الصيف؟
- كالعادة. إجازة، نوم، سباحة وقراءة.

• كيف وجدت الدراما السورية في رمضان الفائت؟
- ممتازة جداً. وقد لفتني (عندما تشبخ الذئاب)، (مسافة أمان) و(دقيقة صمت) وكلها أعمال رائعة.

• ومتي ستباشرين تصوير (الهيبة)؟
- في مطلع السنة الجديدة. في البرد.

معاً، الأول في بيروت والثاني في الشام. لا أفكر بالأمان المادي على الإطلاق، لأنني مكثّية مادياً. وهل يعقل أن أعيش قلقاً مادياً وأنا في هذا العمر؟ الحمد لله. المال ليس مشكلة ولا أهتمّ إلا لضرورة أن يتوافر الدور الجميل.

• هل تدخلين عادة مسلس (الهيبة) بعينين مغمضتين وتفكرين بينك وبين نفسك بأنك تشاركين في مسلسل يحمل توقيع كاتب جيد وشركة إنتاج محترمة ومعروفة وتحت إدارة مخرج بارع؟
- نعم، هذا الأمر يُشجّعني بالأمان الفني لأن هناك نصّاً ومخرجاً وشركة إنتاج، ولا بد أيضاً من وجود ممثلين. إنها توليفة فنية كاملة متكاملة.

• كيف

• بدأت التحضيرات للجزء الرابع من (الهيبة) ويقال إنه سيحصل تغيير جذري في هذا الجزء؟
- لا توجد لديّ أي فكرة عن الجزء الجديد من (الهيبة). يوجد عقد يربطني بشركة الإنتاج، ولكن لا أعرف أي شيء عن الجزء الرابع، حتى النص لم يصلني حتى الآن.

• ارتباطك بعقد فني مع شركة الإنتاج، ومعرفة أن هناك عملاً مضموناً ينتظرك كل عام، هل يُشجّعك بالأمان والاستقرار ويبذد القلق المادي؟
- في مثل هذا العمر أنا لا أعاني مشكلة أبداً، وكل أموري على أفضل ما يرام. أنا لا أفكر بمثل هذه الطريقة أبداً، بل أفكر بأنني سأشارك بعمل ناجح وليس أكثر. كل عام تصلني عروض للمشاركة في 5 أعمال، ولكنني لا أستطيع الارتباط، أولاً بسبب أسناني التي تتطلب مني زيارة طبيب الأسنان لمدة شهرين كاملين، ومن ناحية أخرى لا يمكنني أن أرتبط بعمليين في آن



ياسر جلال يجهز مسلسله الجديد لرمضان القادم



في سرية تامة، يستعد النجم ياسر جلال لمسلسله الجديد، المقرر عرضه في رمضان "2020"، إذ استقر على الفكرة الدرامية التي سيقدمها خلال السباق الرمضاني المقبل. ويعقد جلال عدة جلسات عمل مع حسام شوقي المدير العام لشركة "سينرجي" من أجل الاستقرار على جميع تفاصيل المسلسل، لاسيما أن الشركة تبدأ تحضيرات مشاريعها الدرامية مبكراً، إذ سيتم إعلان تفاصيل العمل خلال الفترة المقبلة. يذكر أن جلال قدم آخر أعماله "لس أكتاف" وشارك في بطولته فتحي عبدالوهاب، وحنان مطاوع، وإيمان العاصي، وسمر مرسى، ومحمد عز، وكرم جابر، وهبة عبدالغني، وخالد كمال، وكارولين خليل، وهاجر الشرنوبلي، ولطيفة فهمي، ورانيا شاهين، ومجدي فكري، وشريف الدسوقي، وعزوز عادل، وهو من تأليف هاني سرحان، وإخراج حسين المنباوي، وإنتاج شركة سينرجي.

إيهاب توفيق .. ألبوم جديد للأطفال

طريقة الفيديو الكليب، من كلمات رضا المصري وأحان فارس فهمي وتوزيع زيزو، من إخراج ياسر عصام.

كما طرح توفيق، قبل أيام أغنية جديدة تحمل اسم "الصيف والبحر"، من كلمات وأحان مصطفى كامل، وتوزيع موسيقي أحمد عادل.

ومن كلمات الأغنية "الصيف والبحر والميه والهوى..."

والليل للليل كل العشاق سوى... الصيف الصيف والبحر والبحر والميه والهوى... وأنا وبيا حبيبتي ياناس مبسوط... مش عايز الوقت يعدي يفوت".

يذكر أن آخر أعمال إيهاب توفيق كان دعاء توفيق دينياً خلال رمضان الماضي بعنوان "جاني في المنام"، وكان من كلمات إبراهيم دردير، وأحان كريم فتحي، أحمد شيبة بعنوان "عشمي في وتسجيل وميكس وماستر مصطفى رينا" على رؤوف.

سجل المطرب إيهاب توفيق ألبومه الجديد المخصص للأطفال ويشمل 10 أغان، جميعها من كلمات الشاعر عوض بدوي الذي يراهن عليه بقوة خلال الفترة المقبلة.

ويعتبره ألبوماً مختلفاً ويشمل عسداً من الأفكار. ومن المقرر طرحه قريباً. من ناحية أخرى، طرح إيهاب توفيق دينياً خلال رمضان الماضي بعنوان "جاني في المنام"، وكان من كلمات إبراهيم دردير، وأحان كريم فتحي، أحمد شيبة بعنوان "عشمي في وتسجيل وميكس وماستر مصطفى رينا" على رؤوف.

الفكر

5 أسباب تدعوك لتناول الطماطم



أفادت مجلة (فرويندين) الألمانية أن الطماطم لها العديد من الفوائد الصحية، فإلى جانب الطعم اللذيذ الذي يجعلها من أكثر العناصر الغذائية الداخلة في أطعمتنا، مثل الصوص والحساء والسلطة، فإنها تمد أجسامنا بالعديد من العناصر الغذائية المهمة.

وتقدم لك هنا خمسة أسباب تدعوك لتناول المزيد من الطماطم:

- 1- منجم: في الطماطم محتوى كبير من الفيتامينات، بحيث تغطي 100 غرام منها حوالي 20% من الاحتياجات اليومية من فيتامين سي، كما توجد في الطماطم الفيتامينات (K) و(A) و(B1) و(B2) و(B6)، وكذلك العديد من المعادن مثل البوتاسيوم والحديد والكالسيوم والمغنيسيوم، وتؤثر جميع هذه العناصر بشكل إيجابي على نظام المناعة.
- 2- صحة العين: مادة الليكوبين لها تأثير جيد أيضا على صحة العين والنظر، كما تحتوي الطماطم على مادة البيتا كاروتين بتأثيرها

الشاي أم القهوة.. أيهما أفضل لصحتك؟

لا تنازل لدى الكثير من الناس عن الشاي أو القهوة أو كليهما، لكن يقدر ما هنالك اختلاف في الأذواق، هناك اختلاف كبير في النقاش حول الفوائد الصحية للمشروبين، فأيهما أفضل لصحتك؟

كلاهما وسيلة مثلى لبدء يوم جديد، ولجلسة مريحة في مقهى، أو حتى أثناء العمل. بعضنا يفضل الشاي والآخر يحب القهوة، ومنا من يهيم فيهما حبا معا.

وهناك نقاش حول من الأكثر استهلاكاً في العالم، فالبعض يتحدث عن انتشار الشاي لدرجة أنه رفيق لأطباق عديدة في ثقافات عدة، بينما يركز آخرون على شهرة القهوة.

تجدر الإشارة إلى أن المقارنة الخالصة بينهما لن تكون دقيقة ما لم يتم استحضار أن هناك أنواعا متعددة للمشروبين، حسب تركيز القهوة مثلاً أو مدى اختلاطها بالحليب، أو نوعية الشاي، سواء كان أخضر أم أسود أو ينكهات أخرى أو حتى بطرق تحضير مختلفة. لذلك غالبا ما نتجه المقارنة إلى الشاي الأسود والقهوة السوداء الخالصة.

كافيين

ويقبل الكثيرون على شرب القهوة لاحتوائها على نسبة كافيين أعلى من الشاي، وهو ما يشير إليه مقال على موقع (هيلثلاين) الطبي قارن بين المشروبين. إذ تحدث عن أن القهوة السوداء تحتوي ضعف الكافيين الموجود في الشاي الأسود.

لكن رغم هذا الاختلاف، فإن نسبة الكافيين الموجودة فيهما، إذا ما تم استهلاكهما باعتدال، غير مضرة بالصحة، بل لها فوائد متعددة، حسب المصدر ذاته، ومنها تقوية النشاط البدني وتنشيط اليقظة العقلية والحد من خطر بعض الأمراض المزمنة.

كما يحتوي المشروبان على نسب عالية من مضادات الأكسدة، وكل منهما يحتوي على أنواع معينة من هذه المضادات، بل إن تلك الموجودة في الشاي الأسود، مثلاً، تمنع تطور سرطاني القولون والرئة، وتلك الموجودة في القهوة تحمي من سرطاني الجهاز الهضمي والكبد، وفق الموقع ذاته.

ويعضي الموقع الإلكتروني المعني بالشؤون الصحية إلى القول إن للقهوة والشاي فوائد أخرى، منها الزيادة في الطاقة، فالقهوة تساهم مثلاً في تقليل مستوى الإجهاد، والشاي يحتوي على مادة (إل ثيانين) المساعدة على تقليل التوتر، كما أن هناك إمكانية لمساهمة المشروبين في خفض الوزن.

وتجته مدرسة هارفارد للصحة العمومية في الاتجاه ذاته، عندما تشير إلى أن الاستهلاك المعتدل للقهوة من شأنه فعلاً تقليل أخطار صحية عدة، لكن هناك آثاراً جانبية على بعض الأفراد من قبيل رفع مستويات القلق والأرق، وكذلك تأثيرات جانبية على النساء الحوامل، وكذا على الأشخاص الذين يتجاوزون المعدلات العادية لاستهلاك القهوة لدرجة وقوعهم في الإدمان.

وبخصوص الشاي، لم يشر المصدر ذاته إلى أخطار كثيرة، إذ تبقى قليلة ومرتبطة بشرب شاي ساخن جداً لمدة متواصلة. لذلك كانت المدرسة أكثر تحمسا للشاي عندما كتبت في تقريرها (اختر لونا، اتركه يبرد، ثم استمتع بكوك)!



الممثلة جادا بينيگيت سميث خلال حضورها العرض الأول لفيلم Gemini Man في لوس أنجلوس. رويترز

قرأت لك

الشيكلاته



قالت الدكتورة هنادي شيحة، أخصائي التغذية العلاجية بالمعهد القومي للتغذية، بالقاهرة، إن الشيكولاتة يتم تصنيعها من حبيبات الكاكاو الخام، تحتوي على الكربوهيدرات، ونسبة من الدهون والنشويات، ومادة

الكافيين، التي تمنحها اللون الغامق والقدرة على التركيز.

وأشارت الدكتورة هنادي شيحة، أخصائي التغذية العلاجية بالمعهد القومي للتغذية، إلى أن الشيكولاتة الداكنة قليلة السكر التي تحتوي على العناصر الطبيعية هي التي تمنح قيمة غذائية عالية، عكس أصناف الشيكولاتة المنتشرة بالأسواق الغنية بالدهون، التي تمثل عبئا على الجهاز الهضمي لصعوبة هضمها، كما تساعد أيضا على زيادة الشعور بالخمول.

وأضافت الدكتورة هنادي شيحة، إن هناك فوائد عديدة للتناول الإنسان الشيكولاتة بأنواعها المختلفة التي منها، تساهم في تحسين الحالة المزاجية للأشخاص الذين يعانون من الاكتئاب والتوتر والقلق، نظرا لأن تناولها يزيد من إفراز هرمون السيروتونين الذي يطلق عليه هرمون السعادة.

تعزيز طاقة الإنسان نظرا لأنها غنية بالكربوهيدرات، تساعد على التركيز والانتباه لاحتوائها على مادة الكافيين.

لذلك توصي الدكتورة هنادي، بتناول الشيكولاتة، لكن بشرط عدم الإسراف في تناولها حتى لا تتحول فوائدها إلى أضرار.

سؤال جواب

• ما معنى كلمة بنغلاديش ؟ وعلى ما يطلق ؟

يطلق اسم بنغلاديش على مكان يعرف سابقا باسم (باكستان الشرقية) ومعناه البنغال الحر .

• ما هي القاعدة الصحيحة في أعمار الحيوانات والنباتات؟

القاعدة الصحيحة هنا تقول إنه كلما أبطأ النبات أو الحيوان في نموه طال عمره فمن الحشرات ما لا يعيش في طور البلوغ أكثر من ساعات بينما يطول عمر السلاحف والإنسان إلى قرن أو أكثر وتعيش بعض الأشجار آلاف السنين.

• متى أعلن استقلال الولايات المتحدة ؟

– أعلن استقلال الولايات المتحدة الامريكية في الرابع من شهر يوليو لعام 1776 وكان الاتحاد من 13 ولاية فقط، وكتب توماس جيفرسون الجزء الأعظم من وثيقة الاعلان عاونه فيها مشاهير مثل جون آدمز – بنيامين فرانكلين

هل تعلم؟

- هل تعلم أن بعض الخضروات مثل الخيار و الباذنجان يمكن أن يكون لها تأثير ضار على الإنسان حيث أثبتت البحوث أن الخيار لو تحول لونه من الاخضرار إلى الاصفرار نتج عنه مواد لها تأثير سام على الإنسان كما أثبتت أن الخيارة المرة ذات الشكل الموحج لها تأثير سام على الإنسان .. و هذه المادة السامة توجد في قلب الخيارة .. كما أثبتت البحوث أن أكل الباذنجان بكثرة يؤثر على الجهاز العصبي للإنسان .
- هل تعلم أن تناول الفول المدمس يمنع الإصابة بالآزمات القلبية .. فهو يقضي على ارتفاع نسبة الكولسترول في الدم .. و بذلك يخفض تناول الفول المدمس نسبة واحد بالئة من المواد التي تؤدي إلى تصلب الشرايين.
- هل تعلم أن الأذن اليسرى أضعف سمعاً من الأذن اليمنى.
- هل تعلم أن أقوى عضلة في جسم الإنسان هي عضلة الفك.
- هل تعلم أن الجسم يحتمل حرارة حتى 128 درجة مئوية
- هل تعلم أن الكبد هو العضو الوحيد الذي يمكنه أن يحول البروتينات و ما تحويه من أحماض أمينية إلى مادة الجلوكوز أو السكر.
- هل تعلم أن نقص فيتامين ب الموجود في الخمائر واللبن والبيض واللحم والأجاص والفول والحنطة غير الصنّنة الحبوب كالفاصولياء واللوبياء والبطاطا يؤخر النمو ويشوّه ويسبب تهيجات واضطرابات في الأعصاب وامساكا حاداً .

قصة الطالب المجتهد

كان رمزي نشيطاً جداً يعمل دائماً باجتهاد... يذاكر، يلعب الكرة، يسبح، ثم قليلاً من الشطرنج قبل أن يذاكر مرة أخرى يتخلل ذلك الصلاة وبعض الطعام الخفيف، يحضر طبقاً من الفاكهة يشرك أخواته معه، ثم يدخل ليرسم قليلاً، بعض اللعب على الكمبيوتر، تدوين بعض الأفكار والملاحظات... أشياء كثيرة يقوم بها طوال اليوم وعندما يذهب للنوم يكون مضطراً ودائماً يقول أتمنى أن يكون النهار 42 ساعة فيقول والده منذ أن جئت من المدرسة وأنت لا ترتاح فيقول أحب ذلك وأتمنى أن يكون النهار 42 ساعة.. آه لأسمع بعض الموسيقى وأنا أقرأ ثم بعدها أنام لكنه لا ينام يقوم ويذاكر مرة أخرى وهكذا حتى يصرخ عليه والده فينام، وفي أحد الأيام قال رمزي لوالده لماذا لا يكون النهار 42 ساعة سكت الأب قليلاً ثم قال حسناً لك ما تريد غداً سيكون النهار 42 ساعة.

جاء رمزي من المدرسة يجلس يتناول طعامه مع والده ثم ذهب ليفعل ما يفعله كل يوم من عمل متواصل وعندما حل المساء وكان الأب قد نام في النهار وارتاح دخل رمزي ليلعب في غرفته ودخل أبوه معه وبعد الانتهاء طلب منه والده أن يدرس قليلاً ثم أن يصلي ويرسم ويديق بعض الألحان على البيانو ويدون بعض ملاحظات اليوم... أعمال كثيرة كثيرة طلبها الوالد لكن رمزي وصل إلى مرحلة لا يستطيع أن يرفع يديه وأخذ يقاوم حتى لا ينام ووالده ينتظر إليه ويتحدث معه حتى بزغ الفجر فانهار فوق فراشه وغط في نوم عميق... استيقظ بعد أذان الظهر متعباً مهزوداً بعد أن خسر يوماً دراسياً وكان أبوه قد جاء من العمل فغظن إليه وقال هل ما زلت تريد النهار 42 ساعة فهم رمزي سؤال والده وقال لا يا أبي لبدنك عليك حق وسبحان من جعل لنا وقتاً للعمل ووقتاً للراحة... الحمد لله أن منحنا الليل والنهار.

مساحة للتلوين

