

منوعات

الفكر

الاثنين 11 أغسطس 2025 م - العدد 14526

Monday 11 August 2025 - Issue No 14526

ص 22

في ختام نسخته الأولى .. برنامج
«مستديم» يخرج جيلاً جديداً من قادة
الاستدامة الشباب في الإمارات

ص 27

محمد فضل شاكر: "كيفك
ع فراقي" لحظة استثنائية
ومؤثرة في حياتي



التقدم في العمر لا يعني
حدوث التدهور العقلي

ص 23



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

أردني يجبط محاولة سطو
جماعي في كالفورنيا

أحبط رجل أردني يملك متجرًا للمجوهرات في مدينة أنهايم بولاية كاليفورنيا محاولة سطو مسلح نفذها أكثر من 12 شخصا ملثما، في واقعة وثقتها كاميرات المراقبة وأثارت إعجابا واسعا على وسائل التواصل الاجتماعي. ووقعت الحادثة قبيل لحظات من إغلاق متجر "مجوهرات الأميرة"، حين شاهد صاحبه مجموعة من الأشخاص يترجلون من مركباتهم ويتجهون بسرعة نحوه، بينما بدأ أحدهم بهاجمة الباب الأمامي بفأس في محاولة لتحطيمه. وفي تلك اللحظات الحاسمة، قرر إطلاق طلقة واحدة من مسدسه على الواجهة الزجاجية المضادة للرصاص، ما تسبب في إرباك المهاجمين ودهمهم للفرار فوراً دون إتمام جريمتهم. وفي تصريحات لقناة "ABC7"، أوضح صاحب المتجر أنه لم يشكر إلا في حماية نفسه ومتجره، مشيراً إلى أن الطلقة كانت بهدف التخويف لا الإيذاء، مؤكداً أن صوت الرصاصة وصد الزجاج للمحاولة كأنا كافيين لإحباط الهجوم. من جهتها، باشرت شرطة أنهايم التحقيق في الحادثة، وأفاد الرقيب مات سوتر أن لديهم خططا مهماً يتمثل في رقم لوحة إحدى المركبات المستخدمة، وأن الجهود متواصلة لتعقب المشتبه بهم الذين لم يُلق القبض على أي منهم حتى الآن.

يقتل ابن خاله ويسلم
جثمانه للشرطة

شهدت قرية مشتهرة التابعة لمدينة طوخ بمحافظة القليوبية في مصر جريمة صادمة، بعدما أقدم مراهق على قتل ابن خاله طعناً خفياً، ثم حمل جثمانه بنفسه إلى قسم الشرطة لتسليم نفسه. وبحسب وسائل إعلام محلية، فإن الحادثة التي وقعت فجر السبت أشرت ذهول الأهالي، خاصة أن القتال والمجني عليه لا يتجاوز عمرهما 16 عاماً. وفي التفاصيل، استدعى المتهم البالغ من العمر 16 عاماً زوجته، وهو طالب يبلغ 15 عاماً، إلى منزله، وخلال لقاء جمعهما، دار بينهما حديث حول فتاة تحول سرياً إلى مشادة كلامية، ثم إلى مناجرة عنيفة. وفي خضم المراك، أقدم المراهق على خلق الضحية ثم سدده له طعنة في الصدر أودت بحياته على الفور.

وفاة مأساوية لمسنة في منزلها
والقطط تكشف الحادث

عشرت قوات الأمن المصرية على جثة سيدة مسنة تُعرف بين جيرانها باسم "أم إسلام" داخل شقتها، بعد أربعة أيام من انقطاع أخبارها عن محيطها.

وبحسب وسائل إعلام محلية، كانت الراحلة تعيش في الشقة منذ نحو أربع سنوات، وتتمتع بسمعة طيبة بين جيرانها، عُرفت خلالها بعزلتها عن الناس ورعايتها للقطط التي كانت تتجمع أمام باب منزلها. وأفاد سكان العقار بأن الراحلة كان لديها ثلاثة أبناء: الأكبر غاب عن البلاد منذ سنوات ولا يُعرف مكانه، بينما يزور الاثنان الآخران والدتهما على فترات متباعدة قد تصل إلى ثلاثة أعوام، وبزيارة قصيرة لا تتجاوز ساعة واحدة. ووفق روايات الجيران، بدأ القلق يتصاعد عندما لاحظوا استمرار تجمع القطط أمام باب الشقة وإصدارها أصواتاً متواصلة، في إشارة غير مألوفة لغياب صاحبتها، عندها جرى الاستعانة بمالك العقار وإحدى الجارات لفتح الباب، ليكتشفوا المشهد المؤلم. وأظهرت المعاينة أن المسنة كانت ممددة على الأرض، ممسكة بكوب ماء مكسور بجوارها طاولة صغيرة عليها أدوية متعددة، ويرجح أنها سقطت أثناء محاولتها جلب الماء لتناول علاجها، لتظل على الأرض عاجزة عن الحركة حتى وفاتها، دون أن تتمكن من الوصول إلى دوائها أو أي طعام أو شراب. وتم تحرير محضر بالواقعة، وأخطرت النيابة العامة التي باشرت التحقيقات وأذنت بدفن الجثمان، وسط غياب أقاربها، بينما ودعها جيرانها في صمت.

أفضل الخضراوات والفواكه
للتخلص من انتفاخ القولون

متلازمة القولون العصبي هي حالة صحية

شائعة ناتجة عن تفاعل بين الأمعاء

والدماغ، تُصيب الجهاز الهضمي وتسبب

أعراضاً مثل تقلصات المعدة،

الغازات، الانتفاخ، الإسهال أو

الإمساك. هذه المتلازمة هي

مشكلة صحية مزمنة قادرة

على التأثير على الحياة

اليومية، لذلك يجب

السيطرة على العوارض

والتخفيف منها قدر الإمكان

والتغيير أو التعديل في النظام الغذائي. من

خلال هذا المقال سوف نتعرف إلى أفضل

الخضروات والفواكه للتخلص من انتفاخ

القولون والتمتع بصحة سليمة.

10 نصائح مفيدة للتخفيف من انتفاخ القولون

1 - طبخ وجبات في المنزل من مكونات طازجة.

2 - تناول وجبات الطعام في أوقات منتظمة كل يوم، وعدم تأجيل أو تخطي وجبة الطعام.

3 - تناول وجبة صغيرة من وقت إلى آخر في اليوم لتسهيل حركة مرور الطعام عبر الأمعاء.

4 - شرب كمية كافية من الماء والسوائل لتجنب الجفاف والإمساك.

5 - تجنب الأطعمة التي تحتوي على الكثير من الدهون أو الأطعمة المصنعة والحارة.

6 - تجنب شرب أكثر من 3 أكواب من الشاي أو القهوة يومياً.

7 - تجنب شرب الكثير من المشروبات الغازية.

8 - الاحتفاظ بمذكرة لتسجيل الطعام المتناول، وتسجيل الأعراض التي ترافق تناول هذه الأطعمة، لتجنب الأطعمة التي تسبب الأعراض.

9 - ممارسة الرياضة بشكل منتظم.

10 - الاسترخاء والابتعاد عن مسببات التوتر.

10 أطعمة ضرورية للتخفيف من انتفاخ القولون

انتفاخ القولون هو عارض شائع ناتج عن تراكم الغازات أو اضطرابات في حركة الأمعاء، وقد يرتبط بالقولون العصبي، الإمساك المزمن، تناول أطعمة صعبة الهضم أو منتجة للغازات، بالإضافة إلى خلل في توازن البكتيريا النافعة في الأمعاء حسب تقرير نشره موقع Healthshot الطبي المتخصص، والذي كشف عن 10 أطعمة يمكن لتناولها أن تقلل الانتفاخ، وهي كالآتي:

1 - الزنجبيل: غالباً ما يُستخدم الزنجبيل في الشاي أو في أطعمة مختلفة. لا تتخلي عن هذه العادة لأنها تحتوي

على جينجيرول، وهو مركب يساعد على إرخاء العضلات في الجهاز الهضمي، ما يقلل من الانتفاخ والغازات.

2 - الشمر: الشمر غني بالمركبات التي لها تأثيرات مضادة للتشنج. فهي تساعد على استرخاء العضلات في الجهاز الهضمي وتقليل الانتفاخ.

3 - النعناع: يحتوي على المثول الذي له تأثير مهدئ لعضلات الجهاز الهضمي، ما يساعد في تقليل الانتفاخ والغازات.

4 - الأناناس: تحتوي هذه الفاكهة الحلوة على البروميلين، وهو إنزيم يساعد على تكسير البروتينات والهضم ويقلل الانتفاخ ويخفف من الالتهاب.

5 - البابايا: البابايا لها فوائد صحية لا يكتفك تجاهليها. فهي تحتوي على إنزيم يساعد على تكسير البروتينات، والهضم.

6 - الموز: يساعد على تنظيم توازن السوائل في الجسم وتقليل الانتفاخ. غني بالبوتاسيوم والمغنيسيوم ويساعد على توازن السوائل وتقليل تقلصات المعدة.

7 - الخيار: يحتوي الخيار على نسبة عالية من الماء وقليل من الصوديوم، ما يجعله خياراً جيداً لتقليل الانتفاخ واحتباس الماء.

8 - البطيخ: مثل الخيار يحتوي البطيخ على نسبة عالية من الماء وقليل الصوديوم. ما يجعله خياراً جيداً لتقليل الانتفاخ واحتباس الماء.

9 - الليمون: يحتوي على حمض أميني يعمل كمدر للبول الذي يساعد على تقليل الانتفاخ واحتباس الماء.

10 - الزبادي: تناول الزبادي بعد وجبة دسمة فكرة جيدة لأنه يحتوي على البروبيوتيك، وهي بكتيريا مفيدة. يمكن أن يساعد في تحسين الهضم وتقليل الانتفاخ.

أطعمة يجب تجنبها لتقليل انتفاخ القولون

البقوليات (عدس): حمص وفول) لأنها تسبب الغازات.

القمح والمنتجات المصنوعة من القمح: تحتوي على نسبة عالية من الكربيد وتزيد من الغازات.

المشروبات الغازية لأنها تحتوي على ثاني أكسيد الكربون وتسبب انتفاخاً فورياً.

العلكة والمُحليات الصناعية لأنها تسبب دخول هواء زائد ومشاكل هضمية.

الحليب ومنتجات الألبان لأنها تسبب تخمراً وانتفاخاً شديداً.

التمارين الأسبوعية تكفي
لتقليل مخاطر الوفاة بالسكري

كما أظهرت النتائج أن احتمالية وفاتهم

بأمراض القلب كانت أقل بنسبة 33%.

ووفق "مديكال إكسبريس"، حلل الباحثون

بيانات جمعت مما يقرب من 52 ألف مريض

بالسكري بين عامي 1997 و2018 كجزء

من المسح الوطني الأمريكي.

وخلص فريق البحث إلى أن "هذه النتائج

تعزز أهمية أنماط النشاط البدني المرنّة

لمرضى السكري، إذ يمكنها تحسين حساسية

الأنسولين والتحكم في نسبة السكر في الدم،

خاصة لمن يواجهون صعوبات في ممارسة

التمارين الرياضية الروتينية بانتظام".



طعنة قاتلة تحول حفل
زفاف إلى مجزرة دامية

حوّلت طعنة قاتلة حفل زفاف في روسيا

إلى مشهد دموي مروّع، بعدما أقدم رجل

مسنّ على مهاجمة أحد المدعويين بسكين،

موجهاً له ضربة مباشرة في منطقة

الصدر أودت بحياته على الفور.

وكشفت لجنة التحقيق في إقليم ألتاي

أن الحادث وقع في قرية "تيونفور" أثناء

مأدبة الزفاف، حيث دخل رجل يبلغ

من العمر 74 عاماً، وكان في حالة سُكر

شديد، في شجار مع أحد الضيوف بدافع

خصومة شخصية قديمة.

وسرعان ما تحوّل الخلاف الكلامي

إلى هجوم دموي، إذ استل الجاني سكيناً

وطعن ضحيته أمام الحاضرين، الذين

أصيبوا بحالة من الهلع والصدمة.

وأفادت تقارير إعلامية بأن الضحية فارق

الحياة في مكان الحادث متأثراً بالإصابة

بالغة، فيما تم توقيف المشتبه به وفتح

تحقيق جنائي بحقه، تمهيداً لعرضه على

القضاء واختيار الإجراء القانوني المناسب

بحقه.



منوعات الفجر 22

في إطار «عام المجتمع»

في ختام نسخته الأولى .. برنامج «مستديم» يخرج جيلاً جديداً من قادة الاستدامة الشباب في الإمارات

• محمد النعيمي: متدربو «مستديم» نواة رأس المال البشري الذي سيعتمد عليه مستقبل اقتصادنا الأخضر وأمننا الغذائي المستدام

• تكريم المتدربين من الفئة العمرية 13 إلى 16 عاماً، والذين أكملوا البرنامج التدريبي المكثف



الاستدامة لتشمل مختلف القطاعات الحيوية، بالتعاون مع شبكة موسعة من الشركاء الوطنيين من القطاعين الحكومي والخاص والمؤسسات الأكاديمية والبحثية.

وبهذه المناسبة، قال سعادة محمد سعيد النعيمي، وكيل وزارة التغير المناخي والبيئة، "إن نجاح النسخة الأولى من 'مستديم' هو شهادة على رؤية قيادتنا الرشيدة في الاستثمار بأعلى ثروتنا، وهم شبابنا. هؤلاء المتدربون هم اليوم نواة رأس المال البشري الوطني الذي سيعتمد عليه مستقبل اقتصادنا الأخضر ومنظومة أمننا الغذائي المستدام. ما غرسناه فيهم من معرفة وشغف بالاستدامة هو استثمار طويل الأمد سيؤتي ثماره في كافة القطاعات الحيوية للدولة، ويضمن استمرارية مسيرتنا نحو الريادة العالمية في مجال البيئة والاستدامة". وأضاف سعادته: "إن ما يميز (مستديم) هو أنه لا يقتصر على تزويد المشاركين بالمعرفة، بل يهدف إلى بناء عقلية مبتكرة قادرة على تطوير الحلول. نعد هذا الجيل لاستكمال قيادة التحول نحو اقتصاد منخفض الكربون، وليكونوا سفراء للاستدامة في مجتمعاتهم. كانت الشراكة النموذجية بين الوزارة و (سلال) و (إكبا) تجسيد حي لنهج دولة الإمارات في توحيد الجهود الوطنية لتحقيق أهدافنا المناخية وطموحاتنا المستقبلية. سيستمر (مستديم) في صناعة العقول المبتكرة لغد أفضل لمستقبل الإمارات خلال النسخ المقبلة التي ستركز على المزيد من

ريادة المناسبة، قال سعادة محمد سعيد النعيمي، وكيل وزارة التغير المناخي والبيئة، "إن نجاح النسخة الأولى من 'مستديم' هو شهادة على رؤية قيادتنا الرشيدة في الاستثمار بأعلى ثروتنا، وهم شبابنا. هؤلاء المتدربون هم اليوم نواة رأس المال البشري الوطني الذي سيعتمد عليه مستقبل اقتصادنا الأخضر ومنظومة أمننا الغذائي المستدام. ما غرسناه فيهم من معرفة وشغف بالاستدامة هو استثمار طويل الأمد سيؤتي ثماره في كافة القطاعات الحيوية للدولة، ويضمن استمرارية مسيرتنا نحو الريادة العالمية في مجال البيئة والاستدامة". وأضاف سعادته: "إن ما يميز (مستديم) هو أنه لا يقتصر على تزويد المشاركين بالمعرفة، بل يهدف إلى بناء عقلية مبتكرة قادرة على تطوير الحلول. نعد هذا الجيل لاستكمال قيادة التحول نحو اقتصاد منخفض الكربون، وليكونوا سفراء للاستدامة في مجتمعاتهم. كانت الشراكة النموذجية بين الوزارة و (سلال) و (إكبا) تجسيد حي لنهج دولة الإمارات في توحيد الجهود الوطنية لتحقيق أهدافنا المناخية وطموحاتنا المستقبلية. سيستمر (مستديم) في صناعة العقول المبتكرة لغد أفضل لمستقبل الإمارات خلال النسخ المقبلة التي ستركز على المزيد من

اختتمت وزارة التغير المناخي والبيئة بنجاح فعاليات النسخة الأولى من برنامج "مستديم"، الذي تم تنظيمه في إطار "عام المجتمع" بهدف بناء وتمكين قدرات الشباب الإماراتي في مجالات البيئة والزراعة والاستدامة. ويسعى البرنامج إلى تأهيل وبناء جيل قادر على تعزيز الابتكار في مجال الاستدامة، ورفع جاهزيته لسوق العمل في المستقبل من خلال إكسابه مهارات البحث والتحليل والعمل الجماعي. وأقيم حفلان ختاميان لتكريم الشباب المشاركين والشركاء الاستراتيجيين، في شركة "سلال" بمدينة العين، والمركز الدولي للزراعة الملحية "إكبا" في دبي، حيث تم تكريم المتدربين من الفئة العمرية 13 إلى 16 عاماً، والذين أكملوا البرنامج التدريبي المكثف الذي أقيم في الفترة من 4 إلى 8 أغسطس. كما تم تقديم دروعاً تكريمية لممثلي شركة "سلال" ومركز "إكبا"، تقديراً لدورهما المحوري كشريكين استراتيجيين ساهما في تقديم تجربة تعليمية وعملية فريدة للمشاركين.



استقطبت آلاف الزوار في أسبوعها الأول

«مدينة شمس الترفيهية تشهد إقبالاً كثيفاً للعائلات وتقدم تجربة ترفيهية متكاملة ضمن عروض صيف الشارقة 2025»

• عروض حية وتجارب إبداعية للأطفال ضمن أجندة أحدث وجهة ترفيهية تمتد حتى 30 أغسطس

• «مدينة شمس الترفيهية» تفتح أبوابها في مركز إكسبو الشارقة يومياً حتى 30 أغسطس

المتنوعة واللقاءات المتكررة مع "شمسة" التي تقام يومياً، لضمان تجربة لا تنسى في كل زيارة، وتشجع العائلات على العودة. وخلال الأيام القادمة ستشهد المدينة تفاعلاً أكبر مع جمهورها، من خلال عروض خاصة تجمع بين الفنون الترفيهية والمشاركة المباشرة، حيث سيتاح للأطفال فرصة الانخراط في ألعاب حركية وفقرات مسرحية مصغرة، ما يعزز من عنصر التفاعل ويشجع على التعبير الإبداعي، كما سيواصل "بافيليون شمس للتصوير" تقديم تجربة توثيق فورية واحترافية، مجهزاً بأحدث التقنيات التي تمكن الزوار من التقاط الصور التذكارية بللمسة فنية، ومشاركتها فوراً عبر منصات التواصل الاجتماعي. وتفتتح "مدينة شمس الترفيهية" أبوابها في مركز إكسبو الشارقة يومياً حتى 30 أغسطس، من الساعة 10 صباحاً وحتى 10 مساءً، وتمتد ساعات العمل في يومي السبت والأحد حتى 11 مساءً، بينما تفتح أبوابها يوم الجمعة من الساعة 4 عصرًا وحتى 11 مساءً، لتواصل بذلك تحقيق أهدافها في إسعاد المجتمع وتنشيط الحركة الاقتصادية والسياحية في الإمارة، وترسيخ مفهوم "ترفيه المستدام" كأحد الركائز الأساسية في مستقبل الشارقة. وتعد المدينة اليوم واحدة من أبرز محطات مزيجا فريدا من المرح العائلي والتسوق المتميز، في تجربة تؤكد على مكانة الشارقة كوجهة سياحية وثقافية متكاملة تستقطب الزوار من داخل الدولة وخارجها.



التي أشعلت المنافسة بين مجموعات من الأطفال. ومع استمرار الفعاليات في "شمسة الترفيهية" حتى 30 أغسطس، يتجدد الموعد أمام العائلات والخميس والجمعة والسبت والأحد، وتشمل العديد من الفعاليات مثل عروض "عائشة الخيال" المذهلة، التي تجمع بين الحركة والخيال والسرود القصصي، وفقرات "عصي السيرك" التي تخطف الأنفاس بمهارتها العالية ودقة أدائها، بالإضافة إلى العروض



متجددة للزوار، من أبرزها مسابقة الأطفال التي تنظم على مدار يومين في كل أسبوع، بما يضيئ طابعاً حيوياً وتنافسياً محبباً لدى الأطفال، لما تتضمنه من أنشطة مشوقة وجوائز قيمة تعزز من تجربتهم داخل المدينة، لافتة إلى أن مثل هذه المبادرات ترسخ مكانة الشارقة كوجهة عائلية خلال موسم التسوق في عروض صيف الشارقة، لتجمع بين أحدث ابتكارات الترفيه الذي يمزج بين اللعب والتعلم وبين الحفاظ على هوية المجتمع وعاداته الأصيلة وتقديم تجارب ترفيه استثنائية تواكب تطلعات الجيل الجديد وتدعم تعزيز جودة الحياة وتجعل من الإمارة وجهة جاذبة

• الشارقة- الفجر تواصل "مدينة شمس الترفيهية"، الوجهة العائلية الأحدث ضمن "عروض صيف الشارقة 2025"، استقبال أعداد كبيرة من الزوار في مركز إكسبو الشارقة، وذلك بعد مرور أسبوع على افتتاحها وسط أجواء مفعمة بالبهجة والمرح، لتثبت مكانتها كإحدى أبرز فعاليات عروض الصيف التي تنظمها غرفة تجارة وصناعة الشارقة وهيئة الإنماء التجاري والسياحي بالشارقة. وشهدت المدينة خلال أسبوعها الأول إقبالاً لافتاً من العائلات والأطفال الذين توافدوا للاستمتاع بتجربة ترفيهية متكاملة، تفاعل خلالها الصغار مع الفقرات المتنوعة مثل عروض الفعاليات الساحرة واللقاءات المباشرة مع شخصية "شمسة" المحبوبة، الأيقونة التي تم إطلاقها بالانزامن مع بدء انطلاق عروض صيف الشارقة والتي تحولت في أقسام مدينة شمس الترفيهية ونشرت السعادة بين الحضور بابتسامتها وتفاعلها الحيوي مع الأطفال، وجسدت المرح والحفاظ على القيم الثقافية الأصيلة التي تميز إمارة الشارقة. وأكدت عائشة صالح رئيس قسم المهرجان والعروض في غرفة الشارقة أن نجاح الوجهة الترفيهية الجديدة في استقطاب الزوار يأتي في سياق رؤية استراتيجية أوسع تتبناها غرفة الشارقة بالشراكة مع هيئة الإنماء التجاري والسياحي، تهدف إلى تجاوز الطابع الموسمي للعروض الترويجية وتحويلها إلى مبادرات

منوعات الفكر 23

نشر علماء من مركز "ميسولام" للأعصاب التابع لجامعة نورث وسترن الأميركية خلاصة ٢٥ عاماً من العمل على دراسة فريدة من نوعها أجريت على مجموعة غير اعتيادية من المسنين أطلقوا عليهم اسم "سوبر إيجرز" وهم أفراد تجاوزوا الثمانين من العمر، لكن ذاكرتهم لا تزال حادة كما لو كانوا في سن الخمسين.



دراسة تفند ما جاء في أبحاث سابقة

التقدم في العمر لا يعني حدوث التدهور العقلي



ومن المثير أن أدمغتهم تحتوي على تركيز عال من خلايا عصبية نادرة ترتبط بالسلوك الاجتماعي، إلى جانب الخلايا الضخمة المسؤولة عن حفظ الذكريات بعيدة المدى. لكن المذهل حقاً هو أن هذه السمات تترافق مع سمة سلوكية واضحة وهي الحياة الاجتماعية النشطة.

شيخوخة فائقة.. ذاكرة قوية بعد 80
الشيخوخة الفائقة تشير إلى أشخاص تجاوزوا الثمانين عاماً ويتمتعون بالتالي:

- ذاكرة قوية للغاية
- لديهم ذاكرة عرضية (خاصة بالأحداث) تماثل من هم في منتصف العمر (40-50 سنة).
- ببطء تدهور الدماغ
- تنكمش أدمغتهم بمعدل أبطأ بكثير من نظرائهم في نفس العمر.
- سماكة قشرة الدماغ أكبر
- خصوصاً في الفص الأمامي، المسؤول عن الانتباه واتخاذ القرار.
- مرونة عقلية عالية
- يحتفظون بسرعة معالجة ذهنية ومهارات لغوية قوية.
- مستوى عالٍ من النشاط الاجتماعي
- يشاركون بانتظام في أنشطة اجتماعية وعقلية تحفز

المرونة الغريبة

في الحالات المعتادة، وعندما يبدأ تراكم هذه البروتينات الشاذة في الدماغ، تبدأ أعراض فقدان الذاكرة والتشوش والتدهور المعرفي في الظهور تدريجياً، وهذا هو المسار التقليدي في أمراض مثل ألزهايمر، لكن الغريب أن بعض الأفراد، رغم وجود هذه الترسبات لديهم وأحياناً بكميات كبيرة، إلا أنهم لا يظهرون أي أعراض تُذكر، مثل الضعف في التذكر، أو اضطرابات في التركيز، أو تراجع في المهارات العقلية.

وهؤلاء الأفراد يمثلون لغزاً علمياً: أدمغتهم مصابة على الورق، لكن سلوكهم المعرفي سليم تماماً.

ويشير مفهوم "المرونة الغريبة" إلى قدرة بعض الأدمغة على الاستمرار في الأداء الطبيعي رغم وجود ضرر بنيوي كبير بداخلها، مثل التراكم الكثيف لبروتينات مرتبطة بأمراض الشيخوخة العصبية.

ويتميز هؤلاء الأفراد بذاكرة خارقة لا تتراجع مع التقدم في السن، ويظهرون أداءً في اختبارات التذكر يعادل من هم أصغر منهم بنحو 3 عقود؛ إذ تحتفظ القشرة الدماغية لديهم بسماعتها، بل وتُظهر مناطق مثل القشرة الأمامية الحزامية نشاطاً وبنية تفوق حتى من هم أصغر سناً، ما يعزز من قدراتهم على اتخاذ القرار وتنظيم العواطف.

وتنسف نتائج الدراسة، المنشورة في عدد خاص من دورية "ألزهايمر أند ديمنشيا" الفكرة التقليدية بأن التدهور العقلي أمر لا مفر منه مع التقدم في العمر.

أظهرت الدراسة أن أدمغة هؤلاء الأشخاص تملك قدرات استثنائية في مقاومة التغيرات البيولوجية المرتبطة بالشيخوخة، بل تتفوق أحياناً على أدمغة شباب أصغر سناً.

وقالت المؤلفة الرئيسية للدراسة، ساندرا وينتروب، أستاذ الطب النفسي وعلوم الأعصاب بجامعة نورث وسترن: "ما وجدناه داخل أدمغتهم كان زلزلاً علمياً بكل معنى الكلمة، فبعضهم أظهر مقاومة لتراكم بروتينات "أميلويد" وتشابكات "تاو" المرتبطة بمرض ألزهايمر، في حين أظهر آخرون مرونة غريبة، إذ وجدت هذه التراكيمات دون أن تؤثر فعلياً على أداؤهم العقلي.

وشارك 290 شخصاً في برنامج "السوبر إيجرز" في نورث وسترن، وتبرع 77 منهم بأدمغتهم بعد الوفاة لأغراض الدراسة.

وتُعد هذه التبرعات حجر الزاوية في الكثير من الاكتشافات، وفقاً للمؤلفة المشاركة في الدراسة، تمار جيفن، أستاذ علم النفس العصبي في الجامعة، والتي قالت: "تبرع الدماغ يمنح صاحبه نوعاً من الخلود العلمي.. نواصل التعلم من أدمغتهم حتى بعد رحيلهم".

- عوامل وراثية محتملة
- بعض الدراسات تشير إلى دور الجينات في حماية الدماغ من التدهور.
- الاستمرار في التحدي العقلي
- يميلون إلى القراءة، تعلم أشياء جديدة، أو الانخراط في أنشطة ذهنية محفزة.
- وبينما تختلف أنماطهم الغذائية والرياضية، يجتمع "السوبر إيجرز" على نمط حياة غني بالعلاقات الاجتماعية والتواصل، ما يعزز الفرضية بأن العيش وسط الناس ربما يكون أحد أسرار دماغ لا يشيخ.
- التفكير.
- مستويات منخفضة من بروتينات ألزهايمر
- تظهر أدمغتهم تراكماً أقل من بروتينات مثل "بيتا أميلويد" و"تاو".
- مزاج مستقر وتفاؤل
- غالباً ما يتمتعون بنظرة إيجابية للحياة ومعدل أقل من الاكتئاب.
- نمط حياة صحي
- يمارسون النشاط البدني بانتظام ويتبعون أنظمة غذائية متوازنة.



تناول الشاي والقهوة قد يقلل خطر الإصابة بسرطان الرأس والرقبة

أظهرت دراسة حديثة نُشرت في دورية "كانسر" التابعة للجمعية الأميركية للسرطان، وجود علاقة بين استهلاك القهوة والشاي وانخفاض خطر الإصابة بسرطان الرأس والرقبة، بما في ذلك سرطانات الفم والحلق.



القهوة منزوعة الكافيين تأثيراً وقائياً أيضاً، حيث ارتبطت بانخفاض خطر الإصابة بسرطان الفم بنسبة 25%. أما تناول الشاي، فقد كان مرتبطاً بانخفاض خطر الإصابة بسرطان الحنجرة السفلي بنسبة 29%. بينما ارتبط تناول كوب واحد أو أقل يومياً بانخفاض خطر سرطان الرأس والرقبة بنسبة 9% وسرطان الحنجرة السفلي بنسبة 27%. لكن لوحظ أيضاً أن تناول أكثر من كوب واحد من الشاي يومياً ارتبط بزيادة خطر الإصابة بسرطان الحنجرة بنسبة 38%. وبينما أشارت أبحاث سابقة إلى أن القهوة والشاي قد يقللان من خطر الإصابة بالسرطان، أظهرت هذه الدراسة تأثيراتهما المتفاوتة على مناطق محددة من سرطان الرأس والرقبة، بما في ذلك دور القهوة منزوعة الكافيين.

وأكدت الدراسة أهمية إجراء المزيد من الدراسات لفهم أعمق حول تأثير هذه المشروبات في الوقاية من السرطان. وتفتح هذه النتائج الأفاق لاستكشاف عادات استهلاك القهوة والشاي كوسيلة محتملة للحد من مخاطر أنواع معينة من السرطان، لكنها تسلط الضوء أيضاً على الحاجة للتوازن في استهلاك هذه المشروبات.

المشاركين للقهوة، سواء بالكافيين أو منزوعة الكافيين، والشاي بكميات متفاوتة يومياً أو أسبوعياً أو شهرياً. وتوصل الباحثون، بعد تحليل بيانات 9 آلاف و548 مريضاً بسرطان الرأس والرقبة، و15 ألفاً و783 آخرين غير مصابين، إلى نتائج مهمة بشأن تأثير القهوة والشاي على تقليل خطر الإصابة بهذه السرطانات.

وذكرت الدراسة أن الأشخاص الذين يشربون أكثر من 4 أكواب من القهوة بالكافيين يومياً كانوا أقل عرضة للإصابة بسرطان الرأس والرقبة بنسبة 17%، وبسرطان الفم بنسبة 30%، وبسرطان الحلق بنسبة 22%.

كما ارتبط تناول 3 إلى 4 أكواب يومياً بانخفاض خطر الإصابة بسرطان الحنجرة السفلي بنسبة 41%. فيما أظهرت

ويُعد سرطان الرأس والرقبة سابع أكثر أنواع السرطان شيوعاً في العالم، وتزداد معدلاته في البلدان ذات الدخل المنخفض والمتوسط.

ورغم الدراسات العديدة حول العلاقة بين تناول القهوة أو الشاي وخطر الإصابة بهذا النوع من السرطان، إلا أن النتائج غالباً ما كانت متباينة.

ما علاقة استهلاك القهوة والشاي بالسرطان؟

في هذه الدراسة، حلل الباحثون بيانات 14 دراسة تعود لمجموعات بحثية من مختلف أنحاء العالم ضمن اتحاد أبحاث وبائيات سرطان الرأس والرقبة. وشملت البيانات استبيانات لقياس استهلاك





حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم ٥0002874/SHCFICICOMS2025
تجاري

الى : عماد طلب خيسين عبيدالفتاح خميس - مجهول محل الإقامة - تعذر علينا استخراج بيانات المدعو وذلك لعدم وجود بيانات كافية حسب البحث والتجري الصادر من فرع شرطة المحاكم لتعلمكم بأن المدعى (أ) / الجمل تأجير السيارات ثالكتا : عبيدالله راشد عزيز عبيدالله الشامي العنوان : محل الإقامة : الشارقة القليعة خلف شارع الشرق محل رقم 2 و 1 ملك احمد علي احمد سالم العويس . قد أقام المدعى المذكورة أعلاه للطعنة بـ : لذلك التمس من عدالتكم : التزام المدعى عليها الأول والثاني بدفع المبلغ المتبقى من عقد تأجير السيارة و المخالفات التي ترتبت عليها باجمالي وقدره 6471.70 درهم (سبعة آلاف ومائة وتسعون وخمسون فلساً) درهم إماراتي إضافة الى الغلظة القانونية بواقع 12% من تاريخ رفع الدعوى وحتى السداد التام . التزام المدعى عليها بالرسوم والتكاليف ومقابل انعاب المحاماة . لذا يتوجب عليكم الحضور أمام الدائرة دارة اليوم الواحد التجارية الاولى محكمة الشارقة صباح يوم الموافق 19/8/2025 الساعة 10.30 لتدعيم ما لديكم من دفاع ومستندات . وفي حالة عدم حضوركم أو إرسال وكيل معتمد بنوب عنكم فإن المحكمة ستباشر الاجراءات القانونية في غيابكم . حرر بتاريخ 5/8/2025.

مكتب الخدمات القضائية



حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم ٥0002874/SHCFICICOMS2025
تجاري

الى : سلطان عماد طلب خميس - مجهول محل الإقامة : بناء على البحث والتجري الصادر من فرع شرطة المحاكم تبين ان عنوانه في (الشارقة) (الجمل تأجير السيارات ثالكتا : عبيدالله راشد عزيز عبيدالله الشامي العنوان : محل الإقامة : الشارقة القليعة خلف شارع الشرق محل رقم 2 و 1 ملك احمد علي احمد سالم العويس - قد أقام المدعى المذكورة أعلاه للطعنة بـ : لذلك التمس من عدالتكم : التزام المدعى عليها الأول والثاني بدفع المبلغ المتبقى من عقد تأجير السيارة و المخالفات التي ترتبت عليها باجمالي وقدره 6471.70 درهم (سبعة آلاف ومائة وتسعون وخمسون فلساً) درهم إماراتي إضافة الى الغلظة القانونية بواقع 12% من تاريخ رفع الدعوى وحتى السداد التام . التزام المدعى عليها بالرسوم والتكاليف ومقابل انعاب المحاماة . لذا يتوجب عليكم الحضور أمام الدائرة دارة اليوم الواحد التجارية الاولى محكمة الشارقة صباح يوم الموافق 19/8/2025 الساعة 10.30 لتدعيم ما لديكم من دفاع ومستندات . وفي حالة عدم حضوركم أو إرسال وكيل معتمد بنوب عنكم فإن المحكمة ستباشر الاجراءات القانونية في غيابكم . حرر بتاريخ 5/8/2025.

مكتب الخدمات القضائية



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان بيع عقار بالنشر
في التنفيذ رقم 8248/2020/209 بين عقار عمالي

المنظورة : دائرة التنفيذ الخامسة رقم 187
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى العمالية رقم 160/2019 عمالي كلى ، والعدل بالاستئناف رقم 1565/2020 باستئناف عمالي مستأنف القاضي : بسداد المبلغ المتدبر به وقدره 5.806.930.99 درهم لصالح العميل
طالب التنفيذ : ماركوس بوشر - عنوانه : دولة الإمارات العربية المتحدة - إمارة دبي - منطقة وادي الصفا - شارع دبي - حيلا رقم 7 ، الخليل الرياضي ، بالقرب من شارع الإمارات . 0097142280908
الطوبى لإعلاءه : عبد الرحمن إابر للاستثمار - ش.د.م - المنطقة - منفذ صند - عنوانه : دولة الإمارات العربية المتحدة - إمارة دبي - بريسي - مركز التجاري الثاني - مكتب مسجلين إابر للاستثمار - 2760891214 - عمالي : 043529397 - 0505044666 - رقم الصانع العميل AAA@ABBAR.COM
موضوع الإعلان : أنه في يوم الأربعاء الموافق 2025/8/20 الساعة 05.00.00 وفي تمام الثلث الثانية ان القاضي السيد بيير العطار الوضحة أوصافه أدناه لدى الجهة التي أنيط بها البيع (شركة الإمارات للتصاريح والعدل ومقرها الإلكتروني : http://www.emiratesauction.ae) وعلى راضي الشراء ايداع تأمين كافي من 20% من التمن الاساسي قبل دخول المزاد وتلك من لديه اعتراض على البيع التقدم باعتراضه معززا بما يورد من مستندات في حق الجهة للبيع وفي الواجب ايداع التأمين بالنقد 294 من قانون الاجراءات المدنية وعلى من يعتمد طعونه ايداع كامل التمن والتصاريف خلال فترة أيام التالية لجلسة البيع وكل شخص غير معتمد من المزاد ان يورد على التمن خلال ايام العشرة التالية لبدء يوم الزاد بشرط ان لا تقل مدة الزاد عن عشر التمن على ان يقوم بايداع كامل التمن والعروض والتصرفات خزينة المحكمة وفيه ياتي ارفاد المستألف : كل مقدمة على وحدة عقارية يتلقى بتاريخ 1/05/2107 على وحدة عقارية : المنطقة : الخليل الرياضي - بالقرب من شارع الإمارات - 51 - اسم الجاني : الفرع التجاري العمالي زيندوس - رقم الوحدة : 2908 - المنطقة : 90.02 مربع التتميم : 1.466.279.23 درهم - محاطات : 1. يدفع المبلغ فوقه

رئيس الشعبة



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان بيع عقار بالنشر
في التنفيذ رقم 289/2018/250 بين عقار مرهون

المنظورة : دائرة التنفيذ الخامسة رقم 230
موضوع التنفيذ : اجراء بيع العقار المرهون بالتصديق منوهيا :ليته ياتزم المعلن لسداد قيمة المديونية المتأخر فيها 1.711.941.04 درهم مع تحصيل المصاريف ضد الرسوم والتصرفات ومقابل المبالغ المحاماة
طالب التنفيذ : بنك الإمارات دبي الوطني - ش.د.م - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - بريسي - شارع بني ياس - مبنى بنك الإمارات دبي الوطني - 0507794270
الطوبى لإعلاءه : مركز عبيدالله الطهي - ش.د.م - المنطقة - منفذ صند - عنوانه : دولة الإمارات العربية المتحدة - إمارة دبي - بريسي - مركز التجاري الثاني - مكتب مسجلين إابر للاستثمار - 2760891214 - عمالي : 0630360058 - 0506444845
موضوع الإعلان : أنه في يوم الأربعاء الموافق 2025/8/20 الساعة 05.00.00 وفي تمام الثلث الثانية ان القاضي السيد بيير العطار الوضحة أوصافه أدناه لدى الجهة التي أنيط بها البيع (شركة الإمارات للتصاريح والعدل ومقرها الإلكتروني : http://www.emiratesauction.ae) وعلى راضي الشراء ايداع تأمين كافي من 20% من التمن الاساسي قبل دخول المزاد وتلك من لديه اعتراض على البيع التقدم باعتراضه معززا بما يورد من مستندات في حق الجهة للبيع وفي الواجب ايداع التأمين بالنقد 294 من قانون الاجراءات المدنية وعلى من يعتمد طعونه ايداع كامل التمن والتصاريف خلال فترة أيام التالية لجلسة البيع وكل شخص غير معتمد من المزاد ان يورد على التمن خلال ايام العشرة التالية لبدء يوم الزاد بشرط ان لا تقل مدة الزاد عن عشر التمن على ان يقوم بايداع كامل التمن والعروض والتصرفات خزينة المحكمة وفيه ياتي ارفاد المستألف : كل مقدمة على وحدة عقارية يتلقى بتاريخ 1/05/2107 على وحدة عقارية : المنطقة : 51.301A - شارع بني ياس - عمالي : 2.130A - دفع المبلغ فوقه : 1.466.279.23 درهم - محاطات : 1. يدفع المبلغ فوقه

رئيس الشعبة



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : جيه ايه ثي للتجارة العامة - ش.د.م
العنوان : مكتب رقم 107 - محل فانتاج المخازن لادارة المخازن د م فرع دبي - بريدي - جميع دبي للاستثمار الثانية - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (م.م) ، رقم الرخصة : 1153677 رقم القيد بالسجل التجاري : 1913342 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 29/7/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 29/7/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان محاسبون قانونيون العنوان : مكتب رقم 108 m ملك سعيد سالم سعيد الوهيبي - عود مينا - هاتف : 04-3581151 فاكس : 04-3581152 مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : فيليب ماكميلان وودز محاسبون قانونيون
العنوان : مكتب رقم 108 m ملك سعيد سالم سعيد الوهيبي - عود مينا - هاتف : 04-3581151 فاكس : 04-3581152 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والمالية في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية جيه ايه ثي للتجارة العامة - ش.د.م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 29/7/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 29/7/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : كويك شيب وسيط شحن - م.م
العنوان : مكتب 63 SH-IL شركة مدينة دبي للصناعات ش.د.م - سيخ شعيب الثانية - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 1229113 رقم القيد بالسجل التجاري : 2548001 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/7/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/7/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اوودينكو تايمز لتدقيق الحسابات - ش.د.م العنوان : مكتب رقم 805-05 ملك سعيد غانم عبيدالله الفلاسي - هاتف : فاكس : مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : اودينكو تايمز لتدقيق الحسابات - ش.د.م
العنوان : مكتب رقم 805-05 ملك سعيد غانم عبيدالله الفلاسي - هاتف : فاكس : بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية كويك شيب وسيط شحن - م.م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/7/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/7/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه ، مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : وادي الرؤية لتجارة النظارات - ش.د.م
العنوان : مكتب رقم M01-0356 ملك سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم - بريدي - الكرامة - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 867907 رقم القيد بالسجل التجاري : 1655675 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/7/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 17/7/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اووفات لمراجة الحسابات العنوان : مكتب 802 ملك فخر الدين نادر داهودولا - الخليج التجاري - هاتف : فاكس : مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : اووفات لمراجة الحسابات
العنوان : مكتب 802 ملك فخر الدين نادر داهودولا - الخليج التجاري - هاتف : فاكس : بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية وادي الرؤية لتجارة النظارات - ش.د.م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/7/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 17/7/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه ، مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : نجم الهدى لتجارة اإطارات والوزانها - م.م
العنوان : al khabeesi - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة 1411059 رقم القيد بالسجل التجاري : 2405774 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 6/8/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 4/8/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين السويدي لتدقيق الحسابات - ش.د.م العنوان : مكتب رقم 703 ملك محمد سعيد خلف الغيث - بورسعيد - ديرة - هاتف : 04-2288982 فاكس : مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : السويدي لتدقيق الحسابات - ش.د.م
العنوان : مكتب رقم 703 ملك محمد سعيد خلف الغيث - بورسعيد - ديرة - هاتف : 04-2288982 فاكس : بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية نجم الهدى لتجارة اإطارات والوزانها - م.م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 4/8/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 6/8/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه ، مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : العافية لتجارة الدواجن - ش.د.م
العنوان : مكتب رقم 1-ML شركة عيسى بن ناصر بن عبد اللطيف السركال - ديرة - هور العنز شرق - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (د.م) ، رقم الرخصة : 1383618 رقم القيد بالسجل التجاري : 2357815 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 7/8/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 7/8/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اقلش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية العافية لتجارة الدواجن - ش.د.م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 7/8/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 7/8/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه ، مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : سكاي فيجن لتجارة النظارات - م.م
العنوان : محل 37 ملك ناصر محمد لوتاه - ديرة - نايف - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (م.م) ، رقم الرخصة : 788953 رقم القيد بالسجل التجاري : 2277834 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 28/7/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 28/7/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ان بي ان لمراجة الحسابات ش.د.م العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش.د.م - بورسعيد - هاتف : فاكس : مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : ان بي ان لمراجة الحسابات ش.د.م
العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش.د.م - بورسعيد - هاتف : فاكس : بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية سكاي فيجن لتجارة النظارات - م.م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 28/7/2025 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 28/7/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه ، مصطفىا معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٧١٢/٢٠٢٤/٢٥٢ تنفيذ شيكات

المنظورة : دائرة التنفيذ الخامسة رقم ٢٨٩
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٤/٤١٩ تجاري ، بسداد المبلغ المتدبر به وقدره (٥٨٠,٦٢٤) درهم لصالح اللزوم والتصاريف .
طالب التنفيذ : سينييتي تكتولفوس ش.د.م
عنوانه الإمارات - إمارة دبي - بورسعيد - قرية الأعمال - جوار دوار المغتف - مكتب رقم ٥٢٢ - البريد الإلكتروني saifalshamsi.law@gmail.com
الطوبى لإعلاءه : ١- يكتسب لدى سيولون لحداد لادارة الأمن الإلكتروني - صفته : منفذ صند
موضوع الإعلان : قد أقام عليكم المدعى التنفيذي المذكورة أعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتدبر به وقدره (١٢٧٢٣,٣٢) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الإعلان ولا فان محكمة التنفيذ ستخذ الاجراءات القانونية بحكمكم .
السداد المبلغ المتدبر به يتم ايداعه او تحويل اى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمبلغ التنفيذ المائل AED3026075120800070679
ترويضها بولاية القاضي : 253-2025-1494-00016353 DC-VAC-ACCOUNT
Emirates NBD ، بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعبة



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٧١٢/٢٠٢٤/٢٥٢ تنفيذ شيكات

المنظورة : دائرة التنفيذ الخامسة رقم ٢٨٩
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٤/٤١٩ تجاري ، بسداد المبلغ المتدبر به وقدره (١٢٧٢٣,٣٢) درهم لصالح اللزوم والتصاريف .
طالب التنفيذ : سينييتي تكتولفوس ش.د.م
عنوانه الإمارات - إمارة دبي - بورسعيد - قرية الأعمال - جوار دوار المغتف - مكتب رقم ٥٢٢ - البريد الإلكتروني saifalshamsi.law@gmail.com
الطوبى لإعلاءه : ١- يكتسب لدى سيولون لحداد لادارة الأمن الإلكتروني - صفته : منفذ صند
موضوع الإعلان : قد أقام عليكم المدعى التنفيذي المذكورة أعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتدبر به وقدره (١٢٧٢٣,٣٢) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الإعلان ولا فان محكمة التنفيذ ستخذ الاجراءات القانونية بحكمكم .
السداد المبلغ المتدبر به يتم ايداعه او تحويل اى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمبلغ التنفيذ المائل AED3026075120800070679
ترويضها بولاية القاضي : 207-2025-1494-00016353 DC-VAC-ACCOUNT
Emirates NBD ، بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعبة



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٧١٢/٢٠٢٤/٢٥٢ تنفيذ شيكات

المنظورة : دائرة التنفيذ الخامسة رقم ٢٨٩
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٤/٤١٩ تجاري ، بسداد المبلغ المتدبر به وقدره (١٢٧٢٣,٣٢) درهم لصالح اللزوم والتصاريف .
طالب التنفيذ : سينييتي تكتولفوس ش.د.م
عنوانه الإمارات - إمارة دبي - بورسعيد - قرية الأعمال - جوار دوار المغتف - مكتب رقم ٥٢٢ - البريد الإلكتروني saifalshamsi.law@gmail.com
الطوبى لإعلاءه : ١- يكتسب لدى سيولون لحداد لادارة الأمن الإلكتروني - صفته : منفذ صند
موضوع الإعلان : قد أقام عليكم المدعى التنفيذي المذكورة أعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتدبر به وقدره (١٢٧٢٣,٣٢) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الإعلان ولا فان محكمة التنفيذ ستخذ الاجراءات القانونية بحكمكم .
السداد المبلغ المتدبر به يتم ايداعه او تحويل اى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمبلغ التنفيذ المائل AED3026075120800070679
ترويضها بولاية القاضي : 207-2025-1494-00016353 DC-VAC-ACCOUNT
Emirates NBD ، بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس الشعبة



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان محضر حجز بالنشر
في التنفيذ رقم ٢٧١٢/٢٠٢٥/٢٨٤ تنفيذ مصارف

المنظورة : دائرة التنفيذ الرابعة رقم ١٨٢
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٥/٢٨٤ تجاري مصارف جزئي . بسداد المبلغ المتدبر به وقدره (١٦٦١,٢٣٢/٢٠) درهم شامل للرسوم والتصاريف .
طالب التنفيذ : بنك الامارات دبي الوطني ش.د.م
عنوانه إمارة دبي - ديرة - شارع بني ياس - بجوار غرفة تجارة وصناعة دبي - رقم مكاني : ٢١١٧٣٨٢٩٤ - ٥٠٥٢٣٢٠١٧٥ - ويمثله :عبد الحميد عبيدالله مصطفى اعلى
الطوبى لإعلاءه : ١- ريان جاي ولييامس - صفته : منفذ صند
شفة ١١٩ - ٥٠٥٨٦٩١٨٢ - ويمثله :عيسى سالم علي سالم القابري
موضوع الإعلان : لتعلمكم بأنه تم الحجز على أموالكم الخاصة وهي عبارة عن عقار بمنطقة البرشاء جنوب الرابعة رقم الأرض ٩٤٠ - اسم الجاني المصفي ٢ - رقم الوحدة ٣١٧ العنوان الوضخ اعلاه وفاء لليلع الطالب به هذا لعلم بما جاء به ونفاذ مفعوله قانونا .

رئيس الشعبة



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان بالنشر

المنظورة : دائرة الأسرة احوال الثانية رقم ٧٥
موضوع الدعوى : لتتسبب المشتكين من محسنتكم المرفعة دعوى المدعى عليه للمساعدة في التوثيق الحكم لها عليه بالاتي ١- إثبات فقدان والدهما السيد عباس جاكز نفوس ٢- تعيين كاهلها وهو جدهما لأمها ولها عموها ولها جدهما أو تزويجهما بالاعتماد على ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتدبر به وقدره (١٢٠٤٠,٨) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الإعلان ولا فان محكمة التنفيذ ستخذ الاجراءات القانونية بحكمكم .
السداد المبلغ المتدبر به يتم ايداعه او تحويل اى مبالغ الى الحساب التالي الخاص بمبلغ التنفيذ المائل AED3026075120800070679
ترويضها بولاية القاضي : 253-2025-1494-00016353 DC-VAC-ACCOUNT
Emirates NBD ، بنك الإمارات دبي الوطني

رئيس القسم



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان قرار بالنشر

المنظورة : دائرة الأسرة احوال الثانية رقم ٢٨٩
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٤/٢٢٧/٢٧٢ تنفيذ محور كاتب عدل طالب التنفيذ : احمد جاسم البرويش فخرو
عنوانه الإمارات - إمارة دبي - بريدي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج خليفة - شقة B١٠٢٠ - ملك الشيخ راشد بن خليفة بن سعيد آل مكتوم - ٥٠٦٩٨٨٠٠٠٠ - ويمثله :شبيخة صفر صيف صالح المنصورى
الطوبى لإعلاءه : ١- مؤسسة الأرفاق وشؤون القصر ٢- وليد فوزي موسى الخطيب ٣- محمد وليد فوزي الخطيب ٤- وليد فوزي الخطيب ٥- فريدة الخطيب ٦- علي وليد فوزي موسى الخطيب ٧- خالد وليد فوزي الخطيب - صفته : منفذ صند
موضوع الإعلان : قد أقام عليكم المدعى التنفيذي بدبي بتاريخ ٢٠٢٥/٨/٢٢٧/٢٧٢ محسنتكم لاداءه الرأي حول الطلب القديم من طالب التنفيذ (مستألفا بحكمكم) علما بأنه قد تم تجميع التوثقات من قبل مأمور التنفيذ أثناء الانتقال والاعانة بمحضر المختار الموافق ٢٠٢٥/٨/٢٢٧/٢٧٢ وتم تسليم التوثقات لمبلغ وقدره (٢٠٠٠٠) درهم كما هو ثابت بمحضر الانتقال لذلك لارجو من سيادتكم استلام التوثقات والقضية بقيمة (٢٠٠٠٠) درهم طبقا لمحضر الانتقال مثبت بتاريخ ٢٠٢٥/٨/٢٢٧/٢٧٢ من خصصها من قيمة المديونية التقربية على التمتين (صند)

رئيس الشعبة



محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤٥٣٦ بتاريخ ٢٠٢٥/٨/١١

إعلان بالنشر

المنظورة : الابتدائية التجارية الجزئية السابعة رقم ١٣٢
موضوع الدعوى : المطالبة بإزالة المصفي عليه مبلغ وقدره (٥١٥٠٠) درهم والرسوم والتصاريف والاعباب المحاماة والمالدة رقم ١٢٤ : من تاريخ شارع عمارة وتم وصول الحكم بالنقد المجل بلا كتابة .
المدعي : هدير سعيد بن قطي المنصورى
عنوانه : الإمارات - إمارة الشارقة - شارع شارع محمد بن زايد - مبنى ثمانية تيم للاستعمال - طابق الاول ١٠٢ - جسر ناضيوثال - ٥٠٣٢٠٣٧٧ - ويمثله :علي سلطان حديد بن فصيل آل علي
الطوبى لإعلاءه : ١- ساجار باخشيلار براجاتي بالتأشير لا لوهاري براجاتي - صفته : الخصم المدخل
موضوع الإعلان : قد أقام عليكم المدعى وموضوعها المطالبة بإزالة المصفي عليه مبلغ وقدره (٥١٥٠٠) درهم والرسوم والتصاريف والاعباب المحاماة والمالدة رقم ١٢٤ : من تاريخ شارع عمارة وتم وصول الحكم بالنقد المجل بلا كتابة .
المدعي : هدير سعيد بن قطي المنصورى
عنوانه : الإمارات - إمارة الشارقة - شارع شارع محمد بن زايد - مبنى ثمانية تيم للاستعمال - طابق الاول ١٠٢ - جسر ناضيوثال - ٥٠٣٢٠٣٧٧ - ويمثله :علي سلطان حديد بن فصيل آل علي
الطوبى لإعلاءه : ١- ساجار باخشيلار براجاتي بالتأشير لا لوهاري براجاتي - صفته : الخصم المدخل
موضوع الإعلان : قد أقام عليكم المدعى وموضوعها المطالبة بإزالة المصفي عليه مبلغ وقدره (٥١٥٠٠) درهم والرسوم والتصاريف والاعباب المحاماة والمالدة رقم ١٢٤ : من تاريخ شارع عمارة وتم وصول الحكم بالنقد المجل بلا كتابة .
المدعي : هدير سعيد بن قطي المنصورى
عنوانه : الإمارات - إمارة الشارقة - شارع شارع محمد بن زايد - مبنى ثمانية تيم للاستعمال - طابق الاول ١٠٢ - جسر ناضيوثال - ٥٠٣٢٠٣٧٧ - ويمثله :علي سلطان حديد بن فصيل آل علي
الطوبى لإعلاءه : ١- ساجار باخشيلار براجاتي بالتأشير لا لوهاري براجاتي - صفته : الخصم المدخل
موضوع الإعلان : قد أقام عليكم المدعى وموضوعها المطالبة بإزالة المصفي عليه مبلغ وقدره (٥١٥٠٠) درهم والرسوم والتصاريف والاعباب المحاماة والمالدة رقم ١٢٤ : من تاريخ شارع عمارة وتم وصول الحكم بالنقد المجل بلا كتابة .
المدعي : هدير سعيد بن قطي المنصورى
عنوانه : الإمارات - إمارة الشارقة - شارع شارع محمد بن زايد - مبنى ثمانية تيم للاستعمال - طابق الاول ١٠٢ - جسر ناضيوثال - ٥٠٣٢٠٣٧٧ - ويمثله :علي سلطان حديد بن فصيل آل علي
الطوبى لإعلاءه : ١- ساجار باخشيلار براجاتي بالتأشير لا لوهاري براجاتي - صفته : الخصم المدخل
موضوع الإعلان : قد أقام عليكم المدعى وموضوعها المطالبة بإزالة المصفي عليه مبلغ وقدره (٥١٥٠٠) درهم والرسوم والتصاريف والاعباب المحاماة والمالدة رقم ١٢٤ : من تاريخ شارع عمارة وتم وصول الحكم بالنقد المجل بلا كتابة .
المدعي : هدير سعيد بن قطي المنصورى
عنوانه : الإمارات - إمارة الشارقة - شارع شارع محمد بن زايد - مبنى ثمانية تيم للاستعمال - طابق الاول ١٠٢ - جسر ناضيوثال - ٥٠٣٢٠٣٧٧ - ويمثله :علي سلطان حديد بن فصيل آل علي
الطوبى لإعلاءه : ١- ساجار باخشيلار براجاتي بالتأشير لا لوهاري براجاتي - صفته : الخصم المدخل
موضوع الإعلان : قد أقام عليكم المدعى وموضوعها المطالبة بإزالة المصفي عليه مبلغ وقدره (٥١٥٠٠) درهم والرسوم والتصاريف والاعباب المحاماة والمالدة رقم ١٢٤ : من تاريخ شارع عمارة وتم وصول الحكم بالنقد المجل بلا كتابة .
المدعي : هدير سعيد بن قطي المنصورى
عنوانه : الإمارات - إمارة الشارقة - شارع شارع محمد بن زايد - مبنى ثمانية تيم للاستعمال - طابق الاول ١٠٢ - جسر ناضيوثال - ٥٠٣٢٠٣٧٧ - ويمثله :علي سلطان حديد بن فصيل آل علي
الطوبى لإعلاءه : ١- ساجار باخشيلار براجاتي بالتأشير لا لوهاري براجاتي - صفته : الخصم المدخل
موضوع الإعلان : قد أقام عليكم المدعى وموضوعها المطالبة بإزالة المصفي عليه مبلغ وقدره (٥١٥٠٠) درهم والرسوم والتصاريف والاعباب المحاماة والمالدة رقم ١٢٤ : من تاريخ شارع عمارة وتم وصول الحكم بالنقد المجل بلا كتابة .
المدعي : هدير سعيد بن قطي المنصورى
عنوانه :

يعتمد على فهم التفاعل المعقد بين الأشعة الكونية والمجالات الكهربائية

نموذج جديد يفسر أسباب حدوث صواعق البرق داخل السحب

منذ أكثر من ١٠٠ عام، شغلت ظاهرة البرق العلماء الذين حاولوا فهم الآلية الدقيقة التي تؤدي إلى حدوثه داخل السحب الرعدية، وعلى الرغم من توفر بعض الفرضيات الجزئية، إلا أن التفاصيل الكاملة لهذه الظاهرة المعقدة ظلت غامضة. قدمت دراسة حديثة نُشرت في دورية "جيوفيزيكال ريسيرش أتموسفير" نموذجاً نظرياً يُعتقد أنه يجب للمرة الأولى بشكل شامل على هذا السؤال؛ كيف يتشكل البرق فعلياً داخل الغيوم؟



لاكتشاف مصدر هذه الأشعة، اقترح دواير نموذجاً نظرياً جديداً عُرف باسم "الآلية النسبية المرتدة" ووفقاً لهذا النموذج، فإن الإلكترونات التي تسير بسرعات قريبة من سرعة الضوء داخل الحقول الكهربائية الشديدة في السحب، تبدأ سلسلة من التفاعلات تُنتج جسيمات إضافية؛ كالضوونات عالية الطاقة والبيوزيترونات، أي مضادات الإلكترون، ما يُطلق سلسلة متتالية من الانفجارات المجهرية تُعرف باسم "الانهيارات الإلكترونية النسبية".

وتنتج هذه التفاعلات ما يُعرف بـ ومضات أضعة غاما الأرضية؛ وهي ومضات قصيرة جداً ولكنها قوية بما يكفي ليتم رصدها بواسطة أقمار صناعية تدور على بعد مئات الكيلومترات فوق سطح الأرض.

في دراسات أخرى، أكد باحثون من اليابان أن هذه التفاعلات داخل السحب لا تقتصر فقط على الإلكترونات، بل يمكن أن تُنتج جسيمات بوزيترون؛ أو مضادات الالكترونات.

وهذا يعني أن البرق – تحت ظروف معينة – قد يُنتج جسيمات من المادة المضادة! وقد رُصدت هذه البيوزيترونات عبر قياسات أشعة جاما التي تحمل توقيعها، ما يعني أن بعض التفاعلات التي تحدث في السحب تشبه تفاعلات نووية مصغرة تحدث فوق رؤوسنا. إضافة إلى ذلك، تشير دراسات بيانات الأقمار الصناعية التابعة لوكالة ناسا، إلى أن البرق يولد بالفعل نبضات كهرومغناطيسية شديدة الشبه بانفجارات الطاقة الشمسية، وهو ما يدعم فكرة النموذج الجديد بأن البرق هو نتاج سلسلة طاقية متفجرة داخل السحب، وليس مجرد تفريغ كهربائي بسيط.

الطاقات الخفية

من الناحية العلمية، يُعتبر هذا النموذج تقدماً كبيراً لأنه

إلكتروني متسلسل يخلق حالة من عدم الاستقرار السريع داخل السحابة، حيث تتكاثر الإلكترونات الحرة بوتيرة متسارعة، وتتراكم الشحنات في مواضع محددة. وعند بلوغ هذا التراكم حداً حرجاً، يتولد تفريغ كهربائي ضخم؛ هو ما نراه نحن كوميض برق هائل يخترق السماء.

ما يميز هذا النموذج هو أنه لا يفترض وجود شرارة خارجية أو صاعقة أولية لإطلاق البرق، بل يُظهر كيف يمكن لمنظومة متكاملة من التفاعلات الفيزيائية أن تُطلق البرق من داخل السحابة نفسها.

وهنا يأتي عنصر "الاستدامة الذاتية" الذي يجعل من التفاعل الفوتوالكتروني نوعاً من المحرك الداخلي الذي يُبقي سلسلة التصادمات نشطة حتى تنفجر في صورة برق مرئي.

دراسات سابقة

ويتقاطع هذا النموذج مع نتائج دراسات سابقة، أبرزها ما قدمه الفيزيائي الأميركي جوزيف دواير؛ ففي سلسلة تجارب رائدة أجراها دواير وزملاؤه في معهد فلوريدا للتكنولوجيا ثم في جامعة نيو هامبشير الأميركية، استخدم الفريق تقنية تُعرف باسم "البرق المحفز بالصواريخ".

تعتمد الفكرة ببساطة على إطلاق صاروخ صغير مزود بسلك معدني رفيع في سماء مليئة بالغيوم لتحفيز شرارة برق تُوجّه نحو الأرض، ما يتيح مراقبة نشأة وتطور البرق عن كثب.

استخدم فريق البحث خلال التجارب كواشف إشعاعية متطورة لرصد الأشعة الصادرة عن البرق، ورصدوا انبعاثات قوية من أشعة إكس تصل طاقتها إلى مئات الكيلو إلكترون فولت علاوة على طفرات طاقية تقارب 1 ميجا إلكترون فولت وهي مستويات غير متوقعة في مثل هذه الظواهر الجوية.

قاد الدراسة الفيزيائي المتخصص في الظواهر الكهربائية الجوية، البروفيسور فيكتور باسكو، من جامعة ولاية بنسلفانيا الأميركية، إلى جانب فريق دولي من العلماء. وطرح الباحثون نموذجاً رياضياً متقدماً أطلقوا عليه اسم "التفريغ بالتغذية الراجعة الفوتوالكترونية" والذي يعتمد على فهم التفاعل المعقد بين الأشعة الكونية، والمجالات الكهربائية داخل السحب، والفوتونات عالية الطاقة مثل أشعة إكس.

وفقاً للنموذج الجديد، فإن الخطوة الأولى في ولادة البرق تبدأ عندما تدخل جسيمات عالية الطاقة تُعرف بالأشعة الكونية إلى الغلاف الجوي للأرض من الفضاء الخارجي. هذه الجسيمات، التي غالباً ما تكون بروتونات تسير بسرعات قريبة من سرعة الضوء، تصطدم بجزيئات الهواء وتُنتج إلكترونات حرة ذات طاقة عالية.

تُعرف هذه الإلكترونات باسم "الإلكترونات الهاربة" لأنها تتمكن من التحرك بسرعة متزايدة تحت تأثير المجال الكهربائي القوي الموجود داخل بعض أجزاء السحابة الرعدية.

وينشأ هذا المجال عادة نتيجة فصل الشحنات الكهربائية بين قمة السحابة وقاعدتها، وهي عملية تحدث نتيجة حركة بلورات الجليد وحبيبات البرد داخل السحب الركامية.

مع تسارع هذه الإلكترونات في المجال الكهربائي، تبدأ في الاصطدام بجزيئات الهواء بقوة، ما يؤدي إلى انبعاث فوتونات أشعة إكس والتي تمتلك طاقة كافية لانتزاع إلكترونات جديدة من الذرات المحيطة بها، في عملية تُعرف بالتأثير الكهروضوئي.

وهنا تكمن آلية "التغذية الراجعة"؛ فكل فوتون يُطلق إلكترونات جديدة، وهذا الأخير يساهم في إنتاج المزيد من التصادمات وفوتونات أشعة إكس، ما يؤدي إلى انهيار



القمر أولاً يليه المريخ..

ناسا تعتزم توليد الكهرباء في الفضاء "نوويا"

يعتزم القائم بأعمال مدير وكالة الفضاء الأمريكية "ناسا"، شون دايفي، تسريع إنشاء مفاعل نووي يمكن استخدامه على سطح القمر، وتغيير آلية الشراكة بين الوكالة والشركات العاملة في القطاع فيما يخص استبدال محطة الفضاء الدولية المتقادمة.

اجتماع من نوعه بين قيادتي وكالتي الفضاء في البلدين منذ عام 2018. ناقش الجانبان خلال الاجتماع مستقبل محطة الفضاء الدولية، وهي المختبر المداري المشترك بين البلدين، إضافة إلى فرص التعاون في استكشاف القمر، وفقاً لبيان صادر عن وكالة الفضاء الروسية "روسكوسموس".

ويضمن هذا التوجيه تعديلات على طريقة تعاقد "ناسا" مع الشركات المختارة لبناء المحطات البديلة، بما يمنح الوكالة مزيداً من المرونة في حال تفاوت مستويات التمويل خلال السنوات المقبلة. تأتي هذه الخطوات بعد بضعة أيام من لقاء جمع "دايفي" برئيس وكالة الفضاء الروسية، دميتري باكانوف، في أول

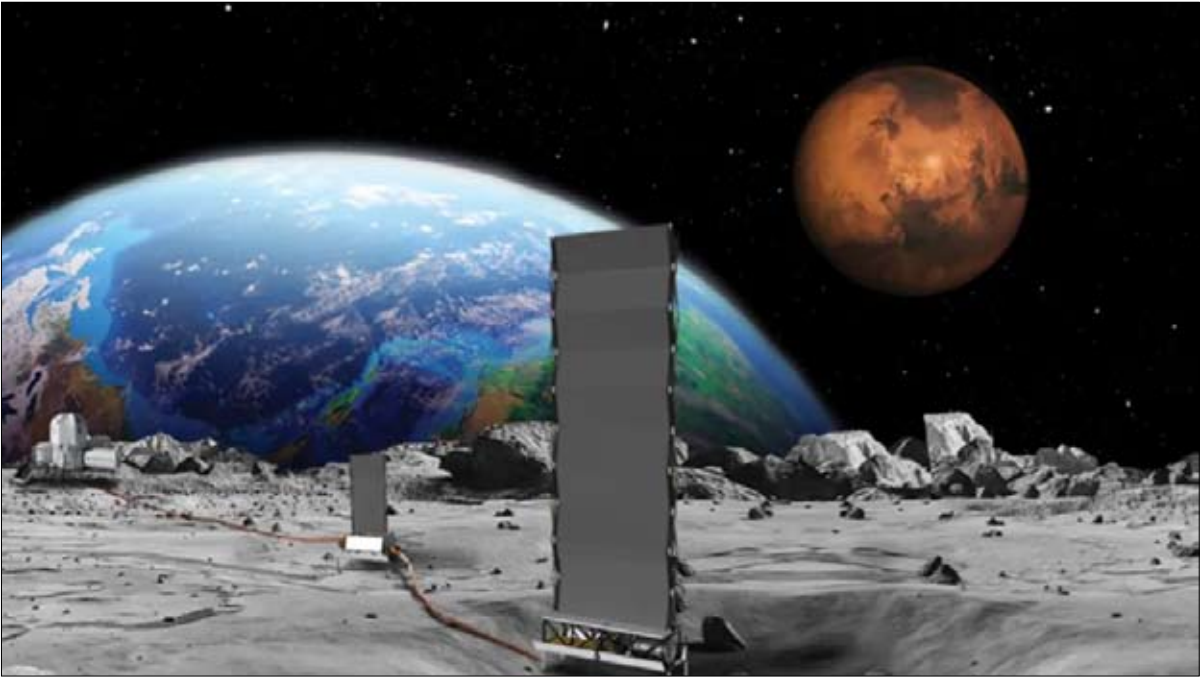
التكنولوجيا جاهزة للإطلاق في أقرب وقت ممكن بحلول عام 2030. أما التوجيه الثاني، فيركّز على جهود "ناسا" للاستفادة من شركات الفضاء التجارية في تطوير محطات فضائية جديدة تحل محل محطة الفضاء الدولية عند خروجها من الخدمة بنهاية عام 2030.

الكهرباء على القمر، ويهّذ الطريق لتصميم محطة كهرباء مماثلة على سطح المريخ.

كانت "ناسا" منحت في وقت سابق عقوداً لشركات تجارية لتصميم مفاعلات نووية انشطارية صغيرة الحجم، لكن التوجيه الجديد يطلب من الوكالة دعوة الصناعة لتصميم مفاعل أكثر قوة، مع استهداف أن تكون

تلك الخطط، التي وردت في توجيهات داخلية، تمثل أول تغيير كبير يجريه "دايفي" في سياسات "ناسا" منذ أن عينه الرئيس الأمريكي دونالد ترمب مديراً مؤقتاً للوكالة، وفقاً لوكالات.

أحد هذه التوجيهات، يهدف إلى تسريع تطوير مفاعل نووي انشطاري يمكن استخدامه مستقبلاً لتوليد



منوعات

الفن

27



بصوتٍ يحمل من الإحساس ما يلامس القلب، وخطوات فنية واثقة، يواصل الفنان اللبناني الشاب محمد فضل شاكِر مسيرته في عالم الغناء، مثبتًا حضوره بين جيل جديد من الأصوات الواعدة، بفضل اختياراته الراقية، وأدائه الذي يجمع بين الصدق والعذوبة. وفي حديثه لموقع "القاهرة الإخبارية"، فتح محمد قلبه للحديث عن أبرز محطاته الفنية، بداية من الديو العاطفي مع والده، مرورًا بأول مشاركة له في مهرجان "موازين"، وحتى مشاعره الخاصة تجاه مصر، وأمنيته بالغناء إلى جانب "الهضبة" عمرو دياب.

تأثرت بأم كلثوم وعبد الحليم

محمد فضل شاكِر: "كيفك ع فراقي" لحظة استثنائية ومؤثرة في حياتي

عمرو دياب، لأنني أحب عمله كثيرًا وأحترم استمراريته وتطوره المستمر، وستظل مصر منبرًا رئيسيًا للفن العربي، ومصدر إلهام كبير لأجيال الفنانين".

التمثيل خارج حساباته وعن إمكانية دخوله عالم التمثيل، أوضح محمد شاكِر: "لا أعلم، ولا أعتقد أنني سأخوض التمثيل في الوقت الحالي. أنا أجد الغناء وأشعر أنني أستطيع إيصال الرسالة والإحساس من خلاله، أما التمثيل فهو مهنة صعبة ومعقدة ولها عمالقتها".

لكنه لم يخف رغبته في خوض تجربة فنية أخرى من زاوية مختلفة، مشيرًا: "مع ذلك، أحب أن أغني تترًا لمسلسل رمضاني مميز، وأرى أن ذلك سيكون تحدّيًا فنيًا جميلًا أتطلع إليه".

حين سُئل عن القضايا التي يحرص على التعبير عنها في أغنياته، أجاب ببساطة تعكس صدق فنه: "الحب ثم الحب، فما أصعب الحياة من دون حب".

وأكد أن الإحساس الصادق هو قلب أي أغنية ناجحة، موضحًا: "أركز على ثلاثة معايير لاختيار أغنيات، وهي الكلمات المؤثرة، واللحن الجميل، والإحساس. هذه هي المكونات الأساسية للأغنية الناجحة".

ألبوم جديد بلهجات متنوعة واختتم محمد فضل شاكِر حديثه بالكشف عن مشروعه الفني المقبل: "أعمل حاليًا على التحضير لألبوم جديد وصفته بـ(المتنوع والمختلف)، حيث سيضم أغنيات بعدة لهجات عربية، ما يعكس رغبتي في الوصول إلى جمهور أوسع بمذاقات موسيقية مختلفة".

عن مشاركته الأولى في مهرجان "موازين"، عبّر محمد عن امتنانه لهذه التجربة، واصفًا إياها بالمفصلية في مشواره الغنائي: "كانت مشاركتي في موازين هي المرة الأولى التي أقف فيها على مسرح بهذه الضخامة، وكانت تجربة لا تُنسى".

ولم ينس محمد فضل شاكِر دعم الفنانة شيرين عبد الوهاب له خلال الحفل، وقال عنها: "تجربتي مع شيرين كانت ممتعة للغاية، فهي من أجمل الفنانين قلبًا وقالبًا. خلال حفل موازين قدمت لي كل الدعم المعنوي، ووقفت إلى جانبي في هذا الحدث الكبير. مثل ما يتقوله بصر، شيرين (ست جدمة)".

مصر أم الدنيا لا يخفي محمد فضل شاكِر حبه العميق لمصر، ويؤكد أن علاقته بها قديمة قدم طفولته، قائلًا: "مصر أم الدنيا فعلا، وأهل مصر غمروني بمحبتهم، فهم شعب جميل يحب الحياة ويقدر الفن والفنانين".

وأضاف بحنين ظاهر: "علاقتي بالشعب المصري ليست من يوم، فكنت أزور مصر من وأنا صغير، وعشقت مصر من طفولتي. فيها روح لا تشبه أي مكان آخر، وكل مرة أزورها أشعر كأنني عائد إلى بيت قريب من قلبي".

حلم الغناء مع الهضبة في حديثه عن رموز الطرب الذين شكلوا وجدانه الفني، أشار محمد إلى عملاق الغناء العربي، قائلًا: "تأثرت كثيرًا بالسيدة أم كلثوم والعنديل عبد الحليم حافظ، وأحب الطرب المصري جدًا لأنه عميق وصادق، وألحان بلغ حمدي برأيي لن تنكر، فهي تحمل روحًا خاصة لا تزال حية معنا حتى اليوم".

وعن آمانياته المستقبلية، قال: "أتمنى أن أغني إلى جانب الفنان

"كيفك ع فراقي"

اعتبر محمد فضل شاكِر مشاركته في غناء ديو "كيفك ع فراقي" مع والده لحظة نادرة ومؤثرة في حياته، وقال:

"تسجيل ديو (كيفك ع فراقي) كان من أسعد اللحظات في حياتي. الشعور لا يوصف، لكن يمكنني القول إنني شعرت وكأنني ووالدي كنا صوتًا واحدًا وإحساسًا واحدًا... وكان شخصين أصبحا شخصًا واحدًا".

وأوضح أن الأجواء التي صاحبت تسجيل الأغنية كانت عفوية وصادقة إلى حد كبير: "كانت الأجواء ممتعة للغاية، نسيتنا وجود الكاميرات وأدوات التسجيل، وغُنيًا من القلب بكل صدق وعفوية، وهذا ما وصل للجمهور عند سماع الأغنية".

وحول تفاعل الجمهور مع الأغنية، قال: "لم أكن أتوقع هذا النجاح الكبير. كل ما كنت أتمناه هو أن يصل إحساسي بصدق إلى الجمهور، والحمد لله، الناس تفاعلت وشعرت بما أردت التعبير عنه".

تحديات البدايات

لا ينكر محمد فضل شاكِر أن طريق الفن، رغم شغفه به، لا يخلو من التحديات، خاصة في بداية المشوار، ويؤكد: "الفن لأي مطرب شاب جديد في الساحة الفنية فيه صعوبات وتحديات، وأهمها برأيي هو العثور على الأغنية المناسبة، التي تناسب صوته وتوصل إحساسه الحقيقي للجمهور".

ويضيف شارحًا فلسفته في اختيار الأعمال: "الاختيار الصحيح للأغنية لا يعتمد فقط على جمال اللحن والكلمات، بل على مدى صدق الإحساس والقدرة على التعبير، وهو ما أسعى دائمًا لتحقيقه في كل عمل أقدمه".

"موازين" لا تُنسى



بلقيس تطرح "يا مطنشنا" باللهجة المصرية

طرحت المطربة بلقيس أحدث أعمالها الغنائية باللهجة المصرية بعنوان "يا مطنشنا"، في تعاون فني جديد يجمعها مع الملحن بلال سرور وكلمات الشاعر مصطفى حسن.

وقد جرى تصوير الكليب على شواطئ بيروت في لبنان، تحت إدارة المخرج إيلي فهد، حيث جمعت الأغنية بين الطابع الرومانسي والكوميدي، مع أجواء صيفية مبهجة تعكس روح الأغنية وخفتها.

وكشفت بلقيس أن الأغنية كانت جاهزة منذ أربع سنوات، لكنها فضّلت الانتظار حتى تجد الرؤية الموسيقية التي تطمح لها، إلى أن جاء الوقت المناسب لطرحها بالتعاون مع الموزع الموسيقي سليمان دميان.

وفي تعليقها على عودتها بالساحة الغنائية المصرية، قالت بلقيس: "أغنية يا مطنشنا تعيدني للجمهور المصري بعد غياب... المصريين واحشيني".

يُذكر أن "يا مطنشنا" تُعد خامس أغنية لبلقيس باللهجة المصرية، بعد "دبلوماسي"، "وتدلع"، "مزا جنجي"، و"الف روح" التي صدرت في صيف 2023 وحقت تفاعلًا واسعًا عبر المنصات الرقمية. وقُدّمت بلقيس خلال مسيرتها الفنية مجموعة من الأغنيات الناجحة بمختلف اللهجات العربية، لترسخ حضورها كأحد أبرز الأصوات النسائية في الساحة الغنائية العربية.

روبي تطرح أغنية "ثانيتين" على يوتيوب

أطلقت النجمة روبي أغنيتهما الجديدة "ثانيتين" عبر موقع يوتيوب ومنصات الموسيقى المختلفة.

الأغنية الجديدة تأتي ضمن خطة النجمة روبي لإطلاق مجموعة من الأغنيات على مدار الصيف، وهي من كلمات الشاعر الغنائي فليينو ومن ألحان وتوزيع أحمد طارق يحيي.

وكانت روبي تصدرت التريند خلال الساعات الماضية بعد إطلاق البوستر الترويجي للأغنية الجديدة حيث تداوله الجمهور بشكل موسع على مواقع التواصل الاجتماعي. وتستعد روبي للتواجد بين جمهورها خلال الفترة المقبلة في عدد من الحفلات الغنائية التي تحييها داخل وخارج مصر.





كم مرة تأكل بطاطا مقلية أسبوعيا وما علاقة ذلك بالسكري؟

من خلال تحليل حديث، استخدم بيانات من دراسات سابقة شملت أكثر من 500 ألف مشارك و43000 حالة إصابة بداء السكري من النوع الثاني، في أربع قارات. وبيّنت نتائج هذا التحليل توافقا واضحا مع نتائج الدراسة الأصلية. وقال سيد محمد موسوي، الباحث الرئيسي وزميل ما بعد الدكتوراه في قسم التغذية: "نقدم من خلال هذه الدراسة منظورا أوسع، حيث لا تكتفي بالسؤال عما إذا كانت البطاطا مفيدة أو ضارة، بل نركز على كيفية تحضيرها، وما يمكن تناوله بدلا منها". ومن جانبه، شدد والتر ويليت، أستاذ علم الأوبئة والتغذية والمعد المراسل للدراسة، على أن: "التعديلات الصغيرة في النظام الغذائي، مثل تقليل استهلاك البطاطا المقلية واستبدالها بالحبوب الكاملة، يمكن أن تترك أثرا مهما في تقليل خطر الإصابة بداء السكري من النوع الثاني". وأضاف: "على صناع السياسات الغذائية أن يدركوا أن التصنيفات العامة - مثل (كربوهيدرات جيدة أو سيئة) - لم تعد كافية. طريقة الطهي ونوع البدائل لهما دور كبير في التأثير الصحي العام".

ربطت دراسة طويلة الأمد بين تناول البطاطا المقلية وزيادة خطر الإصابة بداء السكري من النوع الثاني، في حين لم تظهر أنواع البطاطا المحضرة بطريقة أخرى التأثير نفسه. وقاد الدراسة باحثون من كلية هارفارد تي إتش تشان للصحة العامة، وتتبعوا خلالها الأنظمة الغذائية لأكثر من 205 ألف رجل وامرأة على مدى أكثر من 30 عاما، ضمن 3 دراسات موسعة شملت متخصصين في الرعاية الصحية. ووجد الباحثون أن تناول 3 حصص أسبوعيا من البطاطا المقلية ارتبطت بزيادة خطر الإصابة بداء السكري من النوع الثاني بنسبة 20%، بينما لم يظهر استهلاك البطاطا المخبوزة أو المسلوقة أو المهروسة ارتباطا ملحوظا بهذا الخطر. وخلصت الدراسة إلى أن استبدال البطاطا، بجميع أنواعها، بالحبوب الكاملة قد يساهم في تقليل خطر الإصابة بالسكري. على سبيل المثال، قد يؤدي استبدال البطاطا المقلية بالحبوب الكاملة إلى تقليل الخطر بنسبة 19%، في حين أن استبدال البطاطا غير المقلية قد يقلل الخطر بنسبة 4%. وعزز الفريق نتائجه

منوعات



قرأت لك

مشروب التوت



كشفت دراسة حديثة أعدها باحثون في جامعة ريدنج البريطانية؛ إن أطفال المرحلة الابتدائية يؤدون الواجبات بدقة وسرعة أكبر تناهز 10% حين يتناولون مشروبات التوت. وأوضحت الدراسة أن التوت يحتوي على مركبات الفلافونويد، ويعود بعدة فوائد على الجسم، مثل مقاومة الأكسدة، لكنه أيضاً له تأثير إيجابي في الجانب المعرفي للطفل، بحسب قناة "سكاي نيوز" العربية. وشملت الدراسة عدداً من الأطفال طُلب منهم أن ينتبهوا إلى عدد من الإشارات على شاشة الحاسوب والضغط على الزر الذي يدل على اتجاهها، ووجدت أن الأطفال الذين شربوا عصير التوت امتازوا بأداء أفضل من غيرهم. ويقول البروفيسور كلير وليامز أحد معدي الدراسة إنه بذلك جرى لأول مرة اكتشاف تأثير مركبات الفلافونويد في الإدراك المعرفي للأطفال.

سؤال وجواب

- من هو الموسيقي الايطالي الذي برع وابنه في وضع الاوبرا. هو السندرو سكارلاتي الذي ولد عام 1660 وتوفى عن 55 عاما مؤلف موسيقي ايطالي وضع اكثر من 100 اوبرا ثم اكمل ابنه دومينيقوا المشوار حتى عام 1757 ومات عن عمر يقارب 72 عاما.
- من هو مكتشف النيتروجين؟ هو دانيال رذرفورد كيميائي اسكتلندي اكتشف النيتروجين عام 1772 .
-مما يصنع الفلين ؟ الفلين يصنع من لحاء نوع من اشجار البلوط وهو بلوط الفلين حيث يتم تقشيريه وصناعة الفلين منه وهو يتميز بانه خفيف جدا ومقاوم للماء اي ان الماء لا ينفذ منه

ظاهرة حميد .. خطر خفي في

الأمعاء قد ينذر بتطور السرطان

أظهرت دراسة أسترالية حديثة أن وجود نوعين محددين من السلائل المعوية - الأورام الغدية والسلائل المسننة - يزيد بشكل كبير من خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم. وأجرت الدراسة في جامعة فلنדרز ومركز فلنדרز الطبي، حيث حلل الباحثون بيانات أكثر من 8400 عملية تنظير قولون لفحص العلاقة بين هذه السلائل (أورام صغيرة تتشكل على بطانة الأمعاء الغليظة (القولون) أو المستقيم، وغالبا ما تكون حميدة (غير سرطانية)، لكنها قد تتحول إلى سرطانية بمرور الوقت في بعض الحالات) وتطور الأورام السرطانية.

وتوصلت النتائج إلى أن المرضى الذين لديهم النوعان (الأورام الغدية "ما قبل سرطانية"، والسلائل المسننة "قد تكون حميدة أو ذات خطر مرتفع") معا كانوا أكثر عرضة للإصابة بتغيرات سرطانية متقدمة تصل إلى 5 أضعاف مقارنة بأولئك الذين لديهم نوع واحد فقط من السلائل.

وأوضح الدكتور مولا واسي، الباحث الرئيسي من خدمة صحة الأمعاء في معهد FHMRI: "السلائل المعوية شائعة وغالبا ما تكون غير خطيرة، لكن عندما يجتمع النوعان - وهو ما نسميه بالآفات المتزامنة - فإن خطر الإصابة بسرطان الأمعاء يرتفع بشكل واضح". وما يزيد القلق، بحسب واسي، أن نحو نصف المرضى الذين وُجد لديهم سلائل مسننة، يعانون أيضا من أورام غدية، ما يعني أن فئة المرضى عالية الخطورة أكثر انتشارا مما كان يُعتقد.

وأكد واسي أن هذه الدراسة تعد واحدة من أكبر الدراسات من نوعها، وتعزز الأدلة المتزايدة على أن الأورام الغدية والسلائل المسننة قد تمثل مسارين مستقلين لتطور السرطان، وقد يكونان نشطين في وقت واحد، ما يستدعي ضرورة الكشف المبكر والمتابعة الدورية.

ووجد الباحثون كذلك أن السلائل المسننة قد تتحول إلى سرطان بوتيرة أسرع من الأورام الغدية، وهو ما يدعم الحاجة إلى وضع إرشادات مخصصة لمتابعة تنظير القولون عند هذه الفئة من المرضى. واختتم واسي قائلا: "تزداد احتمالية ظهور السلائل مع التقدم في العمر، لذا فإن الاكتشاف المبكر وإزالتها في الوقت المناسب أمر بالغ الأهمية. وإذا كان الشخص مصابا بكل النوعين من السلائل، فإن الالتزام بجدول فحص القولون يجب أن يكون أولوية قصوى". نشرت الدراسة في مجلة Clinical Gastroenterology and Hepatology.



الممثلة أنيا تايلور جوي خلال حضورها سباق الجائزة الكبرى الفورمولا واحد F1 في المجر. رويترز

هل تعلم؟

- هل تعلم أن قِطط الغابات قد تمّ حنيطها قديماً ووضعها في المقابر المصرية.
- هل تعلم أن فيتامين أ الموجود في ، زيت السمك وزيت كبد الحوت وصفار البيض والقشدة والخضروات الصفراء طويلة الأوراق والجزر والكمثرى لازم لنمو الطفل وتقصة يعوق عملية النمو والافراط في تناوله يسبب ضغطا متزايد في
- الدماغ ودوار وصداغ وتساقط الشعر ويشقق الجلد والشفاة ويغير في تكوين العظام ويؤلم المفاصل.
- فيتامين ج 2 : حيوي ولا غنى عنه للجسم ويساهم في الكلس وتنظيم الدورة الدموية وتقصة يؤدي الى مرض الاسقربوط والنزلات الصدرية على أنواعها.
- هل تعلم أن الفواكه كافة وبالأخص الحمضيات والطماطم (البندورة) تحوي كمّية كبيرة من فيتامين ج ويفضل أكل الخضروات الحاوية على الفيتامين طازجة لغناها بالفيتامين.
- هل تعلم أن الشخص الموهوب يتجاوز حاصل ذكائه 130 درجة وأن 95 بالمئة من الناس يتراوح حاصل ذكائهم بين 70 – 130 درجة أما المغفلين فيتراوح ذكائهم ما بين 50 70 درجة والبله ما بين 20 – 50 درجة وأخيرا المعتوه الذي تقل درجة ذكائه عن 20 درجة.
- هل تعلم أن الافراط في أخذ بعض أنواع الفيتامينات يؤدي الى التسمم.
- هل تعلم أن قِطط الغابات لا تعيش في الغابات على الإطلاق وتُفضل البقاء في الأماكن الرطبة.
- هل تعلم أن صاحب أكبر عيون في العالم هو حيوان الحِبَار العملاق.
- هل تعلم أن قِطط الغابات تعتمد على القوارض في غذائها مما يعود بالفائدة على الإنسان.
- هل تعلم أن التمساح لا يستطيع أن يقوم بإخراج لسانه من فمه.

قصة

الحمامة البيضاء

وقفت مجموعة كبيرة من الحمام لالتقاط الحب من على الارض وقد انشغلن تماما بذلك فجاءت حمامة بيضاء جميلة تصرخ عليهم وتقول يا ويلكن لقد وقفتن على شبكة الصيد الماكر فلو جاء الآن وسحبها لوقعتن لكن فيها فأسرعت الحمامات وطارت من طارت واشتريت خيوط الشبكة مع أرجل بعضهن وقد اخذن فترة حتى استطعن الطيران ولم يبق غير واحدة أخذت تحاول الهروب من الشبكة لكن لا محال، حتى جاء الصيد فنظر فوجدها وحدها في الشبكة وقال .. حمامة واحدة فقط ايها الماكرات وماذا سأفعل بواحدة .. فتركها وذهب ربما يأتي غيرها فواحدة لا تكفي .

عندما ذهب الصيد قالت الحمامة لزميلاتها لا تقفن هكذا هيا فلنحمل الشبكة ونطير بها لكان آخر حتى ننفذ صديقتنا، فنزلت الحمامات وقمن بحمل الشبكة من اطرافها وفيها الحمامة الاخرى حتى نزلن في مكان آخر يقع فيه جحر احد الفئران وهو صديق لهن ونادين عليه فخرج وقام بواجبه واطلق سراح الحمامة الاسيرة .. بعدها وقفن يضحكن فقالت احدها هن اعرف اين يوجد الصيد الان هيا فلنحمل الشبكة ونطير بها ولنلقيا عليه .. ضحك الجميع وقمن بحمل الشبكة والطيران بها وعلى اطراف البحيرة القين الشبكة لتنتزل فوق رأس الصيد الذي فوجيء بنفسه اسير شبكته والحمامات تطير فوق رأسه يهدلن ويغنيان فغضب وهاج وقال انا الخطيء لو اخذت الشبكة وصديقتكن فيها لكنكن الآن باكيات ايها الحمامات المخادعات .

