

منوعات الفكر

الأثنين - 26 أغسطس 2013 م - العدد 10879
Monday 26 August 2013 - Issue No 10879

ص 22

مدير جامعة الإمارات يلتقي
بأعضاء هيئة التدريس الجدد
استعداداً للعام الدراسي الجديد



ص 27

تقلاً نسمعون:
بدأنا بالتمدد عربياً... من
خلال الدراما السورية والمصرية



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

فرار مليون صرصور

افلت ما لا يقل عن مليون صرصور من مزرعة في منطقة واقعة شرق الصين، حيث طلب الخبراء من السكان الحفاظ على هدوئهم وعدم الهلع. بحسب ما نقلت الصحافة المحلية أمس. ونقلت الصحف ان هذه الصراصير تربي لتستخدم في الطب الصيني التقليدي. واوضحت الصحف ان الصراصير افلتت بعدما حطم شخص مجهول المكان التي كانت موضوعة فيه. وارسلت السلطات الصحية في المنطقة خمسة متخصصين لتنظيم عملية ابادته لهذه الصراصير، وطلبت من السكان عدم الهلع.

وكان مالك المزرعة انفق اكثر من 12 ألف يورو للحصول على 102 كيلوغراما من بيض الصراصير التي لا أكثر من مليون ونصف مليون صرصور كان يطعمها الفاكهة والبسكويت.

يقص شعره بعد 20 عاماً

بعد مرور 20 عاماً، قرر شاب إنجليزي قص شعره الذي يبلغ طوله 1.5 متر ويزن 1.4 كجم، بحسب صحيفة الأنباء الكويتية. وقالت الصحيفة، إن الشاب غاريت روبنسون قرر وهو في السادسة عشر من عمره، عدم قص شعره ليقص طويلاً. وأضافت الصحيفة أن الشاب قص شعره من أجل العمال الخيرية، وقد باعه لقاء 500 جنيه إسترليني وتبرع به لجمعية أبحاث السرطان.

سفينة تصطدم بشاطئ

مزدهم بالسباحين
فاجأت سفينة حربية روسية مئات الأشخاص الذين كانوا يستمتعون بحمام شمس على شاطئ بحر البلطيق في روسيا، بحسب موقع سكاي نيوز عربية. وبسحب الموقع فإن السفينة التي اصطدمت بالشاطئ المزدهم كانت تنفذ عملية تدريب روتينية حسب ما جاء في بيان لوزارة الدفاع الروسية ولكن بسبب خلل وصلت إلى هنا.

الحذاء المناسب . . أساسي لصحة أفضل

ما تعتبره مجلات الموضة الحذاء (المناسب) قد يكون الخيار الخطأ بالنسبة إليك لا شك في أن الكعب العالي جداً والأشكال المدببة والصنادل التي تفتقر إلى دعامة تؤدي الكاحلين وأصابع القدمين. قد يؤدي ارتعال تلك الأحذية يوماً بعد يوم إلى إلحاق ضرر دائم بالقدم. وإذا تضررت القدم، تتراجع القدرة على الحركة وتصبح أقل ميلاً إلى ممارسة الرياضة.

تبدأ الحركة المريحة والاستقلالية من القدمين.

يمكنك متابعة التحرك بكل راحة عند إيجاد

الحذاء المناسب.



يؤدي ارتعال الكعب العالي طوال الوقت إلى تضيق أو تقصير وتر العرقوب (عصابة من النسيج الليفي تقع في الجهة الخلفية من الكاحل) وفق د. جيمس أولي، أستاذ مساعد في جراحة العظام في كلية هارفارد الطبية ورئيس قسم معالجة القدم في مستشفى بريغهام للنساء لاحظت دراسة في عام 2012 أن المرأة التي تتعال الكعب العالي بشكل متكرر تكون خطواتها أقصر وتصبح أصابعها ملتوية بشكل دائم وتضعف عضلات ريلة ساقها، ما يجعلها أكثر عرضة للإصابات.

بعدد د. أولي إصابات القدم الأخرى التي تتسبب عموماً إلى ارتعال أحذية عالية وغير مريحة:

- الأورام: تتواعت عظمية صلبة تتشكل على مفصل الإبهام الكبير.

- (الإصبع المطرقة): تتوهو يشمل تقوس والتواء الأصابع في الوسط (بما يشبه المطارق الصغيرة).

- مسامير القدم: يقع سميكة على رأس أصابع القدم أو بينها بسبب ضغط الحذاء المفرط.

- نمو الأظافر تحت الجلد: تنمو الأظافر بشكل مؤلم تحت الجلد بسبب الأحذية التي تحشر الأصابع.

- تشوه هاغولند، ورم مؤلم في الجزء الخلفي من الكعب بسبب ارتعال الكعب العالي. لا يمكن محو سنوات من ارتعال أحذية سينة لكن يمكن وقف تطور الأضرار وتخفيف الألم عبر ارتعال حذاء يوفر راحة أكبر.

الحذاء المثالي

يمكن البدء بالتحقق من أحذية الكعب العالي وارتعال أنواع معقولة. يتوقف أفضل حذاء بالنسبة إليك على السن والنوع الخاص تكون الأحذية الطبية الأفضل للقدمين (صحيح أنها أصبحت اليوم عصرية أكثر مما كانت عليه في زمن جداتنا، لكنها لا تعتبر راحة فعليا).

يمكنك اختيار الأسلوب الذي تفضلينه لكن يجب أن يتسم الحذاء بالخصائص الآتية:

- مقدمة مستديرة مع عمق كاف ليعس الأصابع.

- دعامة مناسبة تقوس القدم.

- كعب منخفض أو مسطح (إذا كنت تتنقلين الكعب العالي منذ سنوات، قد تجددين الأحذية المسطحة غير مريحة في البداية، في هذه الحالة يمكنك ارتعال كعب منخفض).

تحرير خمسينية حبستها عائلتها 3 سنوات

قامت الجهات الأمنية بمحافظة الطائف بتحرير خمسينية سعودية، من غرفة أشبه بالسجن، حُجزت فيها تقريبا ثلاث سنوات، بحسب صحيفة سبق السعودية. وقالت الصحفية إن إحدى بنات السيدة كشفت أمر احتجازها، وتقدمت ببلاغ لدى وكيل محافظة الطائف، وبدوره وجه الشرطة بسرعة التأكد من البلاغ الوارد. وأضافت أن الجهات الأمنية ممثلة في مركز شرطة السلامة بمحافظة، حضرت من خلال فرق بحثها عند المنزل بأحد الأحياء من أجل تحرير السيدة، وتم لها ذلك ونجحت إنسانياً في إخراج السيدة من السجن المنزلي، والتحفظ على المحتجزين لدى الشرطة، كما جرى نقل السيدة لمستشفى الملك عبدالعزيز التخصصي.

الكالسيوم مع فيتامين د لا يخفف آلام المفاصل

أظهرت دراسة جديدة أن النساء المتقدّمات في السن اللواتي يسعين وراء علاج مناسب للآلام المفاصل وتوزمها، لم يجدوا الجواب في تناول الكالسيوم مع فيتامين د كما يوصف في العادة. وأفاد موقع (هيلث داي نيوز) الأميركي أن باحثين من معهد الأبحاث البيولوجية الطبية في لوس أنجلوس، أجروا دراسة حللوا فيها بيانات أكثر من 1900 امرأة أميركية في مرحلة ما بعد انقطاع الطمث. وطلب من مجموعة تناول الكالسيوم مع فيتامين د، فيما تناولت مجموعة أخرى حيويًا لا فاعلية لها. وتبين أن تناول المكملات هذه طوال سنتين، لم يحسن من وضع النساء اللواتي يشكين من آلام حادة في المفاصل. وقال المد الرئيس للدراسة الدكتور روان شليوبهسكي، إن عوارض آلام المفاصل شائعة بين النساء في مرحلة ما بعد انقطاع الطمث، لكن تناول ألف ملغرام من الكالسيوم مع 400 وحدة دولية من فيتامين د 3 لم تحسن حدة هذه العوارض أو تقللها.

كيف تتعامل مع نوبات الجوع؟

انخفاض السكر في الدم يجعلنا نشعر بالجوع، فنلجأ تلقائياً إلى تعويضه بتناول الحلوى. لكن نوبات الشعور بالجوع المفرط لها أسباب أخرى كمادات الطعام مثلاً، ومن الممكن أن تكون أيضاً بسبب وجود نقص في مواد معدنية وفيتامينات معينة. وتأتي نوبات الجوع المفرط فجأة وتوجب على من تصيبه تناول أي طعام فوراً. ويلتزم من يتعرضون لنوبة من نوبات الجوع المفرط كميات كبيرة من الطعام، وبخاصة الأطعمة الدهنية والحلويات والأطعمة المملحة.

وهناك من تصيبه نوبات جوع مفرط وتكون لديه غالباً رغبة جامحة في تناول الشوكولاتة أو المكسرات، وقد يكون سبب ذلك هو حاجة الجسم إلى مادة الزنك الموجود في الشوكولاتة والمكسرات. كما قد تكون نوبة الجوع مؤشراً على نقص فيتامين ج، لأن الحاجة لهذا الفيتامين تزداد عند التعرض للإجهاد، ولذلك ينصح بتناول حصة إضافية من الفواكه.

أما الشخص الذي يشعر برغبة شديدة في أكل المملحات، فربما يكون لديه نقص في الصوديوم. والبدل الصحي لإشباع الرغبة في تناول المملحات هو شرب الماء المعدني الغني بالصوديوم وبعض حبات الزيتون. فشراب الماء صحي ويملا المعدة ويذهب الشعور بالجوع. وقد يكون سبب نوبة الجوع المفرط نقصاً في عناصر غذائية معينة. فمن تأتبه رغبة في أكل السجق أو اللحم قد يكون لديه نقص في البروتين. وهنا تكون ثمار البحر هي البدل الأفضل لأنها غنية بالأحماض الدهنية الصحية أوميغا3. بالإضافة أيضاً إلى مصادر البروتين النباتية مثل البقول والتوفو.

وللتحكم في نوبات الجوع المفرط يجب تعويض المواد الغذائية الكثيرة السعرات الحرارية كالشوكولاتة والحلويات والبطاطا المقلية بالفواكه والخضراوات الطازجة. كما يُنصح باستخدام طريقة أخرى للحد من نوبات الجوع وهي الفرغرة باستخدام غسول الفم، ففوة طعم الغسول قد تضعف الرغبة في الأكل.

ياهو تستعوز على مطور خدمات التعرف على الصور

استحوذت شركة ياهو على شركة أي كيو إنجينس (IQ Engines) المطورة لإحدى خدمات التعرف على الصور، وذلك بهدف استخدامها في تعزيز قدرات خدمة مشاركة الصور التابعة لها فليكر. وتتضمن الصفقة التي رفضت ياهو الإفصاح عن تفاصيلها، بضم فريق العمل في أي كيو إنجينس إلى فريق العمل في خدمة فليكر، حسبما ذكر فريق الأولى في بيان لهم، حيث أوصحوا أنهم سيعملون بموجب الاستحواذ على تحسين قدرات التنظيم والبحث عن الصور في فليكر. كما تتضمن الصفقة بقيام أي كيو إنجينس بإيقاف باب الاشتراك الجديد فيها، على أن تقوم بعد ثلاثين يوماً بإيقاف الواجهة البرمجية الخاصة بها، وجعلها حصرية للشركة المستحوذة عليها. يُذكر أن شركة أي كيو إنجينس انطلقت في عام 2010 وقامت بتطوير واجهة برمجية تسمح للعملاء بالحصول على محرك بحث بصري يمكنه تصنيف الصور تلقائياً، ثم قامت بإطلاق واجهة برمجية تدعى سمارت كاميرا (SmartCamera)، ثم موجبة لأصحاب متاجر البيع بالتجزئة، بحيث تسمح لعملائهم بالتفاعل مع شعارات العلامات التجارية عن طريق مسحها ضوئياً عبر كاميرات هواتفهم الذكية. وقامت الشركة بتطوير واجهة سمارت ألبوم (SmartAlbum) البرمجية، وهي تسمح بتحليل الصور والتعرف على الوجوه ضمن ألبومات الصور على الإنترنت وتطبيقات الأجهزة المحمولة. يُشار أيضاً إلى أن أي كيو إنجينس تعمل حالياً على تطوير تطبيق يدعى غلو (Glow) يسمح بتنظيم الصور على الهواتف الذكية ضمن فئات، وبحسب وسوم يتم توليدها تلقائياً، مثل المواقع، والأشخاص، والمشاهد، وغيرها. تجدر الإشارة إلى أن الاستحواذ هذا يعتبر الأخير في سلسلة طويلة من الاستحواذات التي أعلنت عنها ياهو مؤخراً، مثل الاستحواذ على منصة التدوين السريع تمبلر (Tumblr)، ومنصة الألعاب بلاي سكل (PlayerScale)، وتطبيق إدارة البريد الإلكتروني إكسبني (Xobni)، وتطبيق إكسبني ويكي (Qwiki)، والمتصفح الاجتماعي روك ملت (Rockmelt)، وغيرها.

البطيخ فاكهة صديقة الأمعاء والكلى!

أثبتت الدراسات الحديثة فوائد صحية عديدة لفاكهة البطيخ، خصوصا فيما يتعلق بسلامة الأمعاء والكلى فقد أظهرت الدراسات أن البطيخ لا يطفئ العطش، ويرطب الجلد، وينعش الجسم فحسب، بل قد يفيد كملين قوي للأمعاء، ومادة تساعد على الهضم، ومقوي للدم، ومفتت لحصوات الكللى. ووجد الباحثون أن المركبات الطبيعية الموجودة فيه تساعد في تخفيف شدة الأمراض الجلدية، كما تفيد بنوره في تخفيض ضغط الدم المرتفع، ويمكن استخدام جنوده في وقف النزيف الدموي وأكد خبراء التغذية في المركز القومي المصري للبحوث، أن هذه الفاكهة غنية بالكثير من العناصر، التي تكفي حاجة الإنسان من الماء والفيتامينات والمعادن طوال اليوم، خصوصا في أيام الصيف الحارة، لذا فهو يعني عن عشرات الأصناف من الخضراوات واللحوم، لما له من أثر ملطف على المعدة، ومنشط لإنتاج الطاقة. وأشار هؤلاء الباحثون إلى أن البطيخ يحتوي على 92 في المائة من وزنه ماء، كما يضم القليل من المواد الزلالية والدهنية، بينما تصل نسبة السكريات فيه إلى 8 في المائة، حسب نوعه وموسمه، إضافة إلى احتوائه على نسبة متوسطة من فيتامينات (أ) و (سي)، لافتين إلى أن قيمته الغذائية بسيطة، مقارنة بقيمته الطبية الكبيرة، المتمثلة في تخفيف حالات الإمساك والتهابات الجلد، كما يساعد على إدرار البول، وتنقية الدم، وعلاج أمراض الكللى والتقرس ومرض البواسير. وكان الأطباء العرب القدامى، ومن أشهرهم الطبيب ابن سينا، قد أكدوا على فوائد البطيخ العديدة، خصوصا قدرته على تنقية الدم، وعلاج الكلف والبهاق وقشر الرأس كما يمكن الاستفادة من قشر البطيخ لعلاج العديد من الأمراض، منها ارتفاع ضغط الدم، وأمراض القلب والتهاب الكللى والاستسقاء.



استعادة 68 قطعة أثرية لمتحف مصري

قالت وزارة الدولة لشؤون الآثار في مصر أمس انها بدأت ترميم متحف ملوي في محافظة المنيا الجنوبية تمهيدا لاعادة افتتاحه بعد استعادة 68 قطعة أثرية من بين نحو 1040 قطعة فقدت الاسبوع الماضي حين اقتحمته بعض الجماعات المتطرفة.. ودمرته بالكامل بعد الاعتداء على أفراد الحراسة. وكانت الوزارة أعلنت عن عدم المسائلة القانونية وشرق مكالفة مالية لن 14 يعيد أية قطع أثرية تخص المتحف الذي نهبت أغلب محتوياته يوم 14 أغسطس اب الجاري عقب فض قوات الامن اعصاميين في القاهرة والجزيرة المؤيدي الرئيس المنتمي لجماعة الاخوان المسلمين محمد مرسى الذي عزله الجيش في الثالث من يوليو تموز بعد احتجاجات حاشدة على سياسته. وقال أحمد شرف رئيس قطاع المتاحف بالوزارة في بيان ان القطع المستعادة نقلت الى المخزن المتخفي تحت حراسة مشددة حتى انتهاء عمليات ترميم المتحف وعرض القطع الاثرية كبيرة الحجم قبل اعادة افتتاحه جزئيا أمام الزيارة.



عدد 60 عضو هيئة تدريس

مدير جامعة الإمارات يلتقي بأعضاء هيئة التدريس الجدد استعداداً للعام الدراسي الجديد



•• العين - الفجر:

رحب سعادة الدكتور علي راشد النعيمي مدير جامعة الإمارات بأعضاء الهيئة التدريسية الجدد وأعرب عن امتنانه لأعضاء الهيئة الجدد على اختيارهم جامعة الإمارات للعمل فيها وأنهم اختيروا من ضمن مئات المتقدمين للعمل في الهيئة التدريسية.

وأشار الدكتور النعيمي أن جامعة الإمارات متقدمة في المجال العلمي والبحثي وتعتبر الجامعة الأولى عالمياً من حيث تعدد وتنوع أعضاء هيئة التدريس واختلاف ثقافتهم وبلدانهم ضمن التصنيف العالمي كيو إس حيث يأتي انعكاساً لتنوع الثقافات في دولة الإمارات العربية المتحدة في مجتمع منفتح يتسم بالتسامح والتنوع وتوافر الفرص للجميع.

وأكّد مدير الجامعة أن انضمام هذه النخبة العلمية إلى أسرة جامعة الإمارات يعد إضافة حقيقية تصب في تعزيز مهمة التطوير العلمي والبحثي والأكاديمي للجامعة.

وكان الدكتور علي راشد النعيمي مدير الجامعة قد عقد لقاءً مفتوحاً في فندق هيلتون العين صباح أمس مع أعضاء هيئة التدريس الجدد اللذين استقبلتهم الجامعة هذا العام والبالغ عددهم 60



الاهتمام صفة اليوم الأول

•• العين-الفجر:

الكل مشغل بتدوين البيانات ومحاولة الحصول على أكبر كم من المعلومات عن المكان الذي قدم للعمل به ، كان هذا واضحا في لقاء مدير جامعة الإمارات أمس مع أعضاء هيئة التدريس الجدد حيث شوهدت إحدى عضوات هيئة التدريس وقد أعطت كل اهتماماتها لتدوين بيانات الاستمارة التي وزعت عليها في حين كان هناك عضو هيئة التدريس وزوجته اللذان يتصفحان موقع الجامعة في محاولة للتعرف على أقسامها العلمية وتوجهها نحو البحث العلمي.



خريطة العين بين يدي الأم والابنة

•• العين-الفجر:

خريطة مدينة العين كانت الشاغل للأم والابنة في لقاءهما في جامعة الإمارات حيث حرصت سونيا الشوارع الرئيسية والأماكن الهامة بها وكذلك المؤسسات وأماكن البنوك والمستشفيات.

الجدير بالذكر أن جامعة الإمارات أثناء استقبال أعضاء هيئة التدريس الجدد زودتهم بكل ما يتعلق بمدينة العين وجامعتها .



المشاركة الفعلية في العملية التعليمية باعتبارهم المحور الأساسي المستهدف لكافة خطط الجامعة وخدماتها في الجانبين الأكاديمي والإداري.

يشار أن أعضاء هيئة التدريس الجدد قد تم اختيارهم وفق معايير علمية دقيقة بحثاً عن أفضل الخبرات من جامعات العالم وبالتالي تماشياً مع سياسات التطوير التي لا تتوقف في مسار التعليم الجامعي.

هيئة التدريس الجدد، من حيث السكن والإقامة وغيرها مما يتصل باستقرارهم في مدينة العين، وتعرفهم بالحياة الجامعية واللوائح والنظم المتبعة وغيرها.

ويأتي انضمام هذه النخبة لسلك التدريس بالجامعة تدعيماً لخطط واستراتيجيات الجامعة للنهوض بالعملية التعليمية في سياق تيسير البيئة التعليمية الجاذبة للطلبة بما يدفعهم للانخراط

عضو هيئة تدريس في مختلف التخصصات العلمية لكافة كليات الجامعة بما فيهم أعضاء هيئة تدريس من خارج الهيئة ، وذلك تدعيماً لرسالة الجامعة وهي تستقبل هذا العام أكثر من 4500 طالب وطالبة من المستجدين.

وحضر اللقاء الترحيبي عمداء الكليات ومديري الخدمات المساندة لإدارات الجامعة المختلفة، حيث أعدت إدارة الموارد البشرية برنامجاً شاملاً لأعضاء



الأبناء الخمسة والأب والأم ضمن اللقاء التعارفي



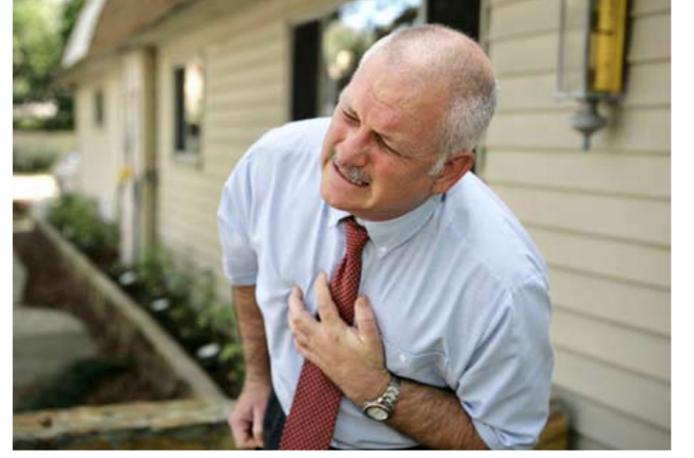
وجه الخصوص إضافة إلى التعريف بعادات وتقاليد أبناء دولة الإمارات وترائهم وفي الإشارة من الأم البروفيسورة التي جاءت للعمل بجامعة الإمارات قالت من المهم أن يتعرف زوجها وأبنائها على طبيعة الحياة في دولة الإمارات والعادات والتقاليد خاصة بعد أن عاشوا لفترات طويلة بالخارج وقد أعرب الأب والأبناء الخمسة عن سعادتهم بوجودهم في دولة الإمارات ومدينة العين التي يرونها مدينة هادئة حاملة وقالوا أن التعرف على عادات وتقاليد دولة الإمارات هو من الأشياء الهامة التي يجب أن يعلمها كل قادم إلى هذا المجتمع.

•• العين-الفجر:

في أول لقاء لها مع أسرة جامعة الإمارات الذي عقد بفندق هيلتون العين بحضور مدير الجامعة الدكتور علي راشد النعيمي حرصت إحدى عضوات هيئة التدريس القادمة من كندا للعمل بالجامعة وهي من جنسية عربية على اصطحاب زوجها وأفراد أسرتها المكونة من ثلاث بنات وولدين ليشاركوها هذا اللقاء التعارفي الذي يهدف وبشكل كبير التعريف بدولة الإمارات ومدينة العين التي تضم الجامعة على

منوعات القلب

23



قلبك... اختر الجراحة المناسبة

تحويل مجرى الشرايين أم قسطرة مع زرع دعامة: كيف يمكن الاختيار؟ يعود القرار إلى طبيبك، لكن من المفيد أيضاً أن تفهم وتقيم خياراتك بنفسك.

يعود تحويل مجرى الشرايين خياراً وادياً. فيما يدوم إصلاح الشريان الأمامي الأيسر الهابط عبر شريان الثدي طوال حياة الشخص، لا يدوم طعم مجازة الشريان التاجي في الشرايين الأخرين للمدة نفسها. تستعمل هذه الجراحات في العادة أوردية بدل الشرايين. لكن في نصف الحالات، تضعف الأوردية التي يُعاد توجيهها بعد 8 أو 10 سنوات.

يقول د. كوتليب: (حين يحصل ذلك ويحتاج المريض إلى إجراءات إضافية، يمكن إجراء جراحة ثانية لتحويل مجرى الشرايين، لكننا نفضل استعمال الدعومات بشكل عام).

طعم مجازة الشريان التاجي الخيار الأفضل عند الإصابة بالسكري بالنسبة إلى المصابين بالسكري، تتراجع المسائل التي يجب تقييمها للاختيار بين جراحة تحويل مجرى الشرايين وزرع الدعومات، تتفوق جراحة تحويل مجرى الشرايين على القسطرة بشكل عام.

عند انسداد أكثر من شريان واحد في القلب، وجدت دراسة حديثة أن طعم مجازة الشريان التاجي يسجل معدلات نجا أفضل عند وجود العوامل الآتية:

- السكري.
- عادة التدخين.
- قصور القلب.
- مرض الشريان المحيطي.

يرتفع معدل النجا بنسبة بسيطة عند اللجوء إلى القسطرة وزرع الدعامة لدى الأشخاص الذين لا يواجهون أيًا من هذه العوامل.

تدعم البيانات اللجوء إلى جراحة تحويل مجرى الشرايين لكن ليس بنسبة مقنعة كما مع مرض الشرايين الثلاثية. ثمة مسائل شائكة مثل التأكد من سهولة معالجة الأوعية بالدعامة أو وجود عوامل خطر أخرى عند المريض). ثمة عامل مهم آخر: تستعمل جراحة تحويل مجرى الشريان الأمامي الأيسر الهابط شرياناً آخر (شريان الثدي الذي يقع في الصدر، بالقرب من القلب) لجراحة الزرع. تبقى المضاعفات نادرة ويدوم طعم مجازة الشريان التاجي الذي يستعمل شريان الثدي طوال عقود. كذلك، يبقى شريان الثدي شبه محضن ضد الانسداد لأسباب لا تزال مجهولة.

يوضح كوتليب: (إذا زرعت دعامة في الشريان الأمامي الأيسر الهابط، سنحتمل تلك المنطقة من الانسداد لكن تبقى بقية أجزاء ذلك الشريان هشة، بينما تحمي جراحة تحويل مجرى الشرايين الجزء الأسفل من الشريان بشكل دائم على الأرجح).

متى تكون الدعامة الخيار الأفضل؟ حين لا تتعلق الحالة بالشريان الأمامي الأيسر، تكون الدعامة الخيار الأول عموماً.

يقول كوتليب: (إذا كنا نتكلم عن انسداد في شريان أو حتى شرايين، لا يتم التناقص مع المريض عن ضرورة الاختيار بين تحويل مجرى الشريان أو الدعامة بل عن وجوب الاختيار بين الدعامة والعلاج الطبي). يعني العلاج الطبي في هذه الحالة تناول الأدوية وزيارة طبيب القلب لمتابعة الوضع الصحي، لكن من دون إجراء جراحات غازية مثل تحويل مجرى الشريان أو القسطرة.

في حالات أخرى تكون الدعومات الخيار الأفضل، حين لا

الأوعية الدموية المتعددة الذي يشمل ثلاثة شرايين تاجية. يطاول المرض بين ربع وثلث المصابين بمرض الشريان التاجي). في هذه الحالة، يجب اللجوء إلى جراحة تحويل مجرى الشرايين ما دام لا يكون خطر الجراحة مرتفعاً جداً عند المريض.

يوضح د. كوتليب: (بالنسبة إلى مرض الشريان التاجي الذي يشمل ثلاثة شرايين، تبين الآن أن خيار تحويل مجرى الشرايين يتفوق على زرع الدعامة، مع بعض الاستثناءات المحتملة حين يكون التضيق في الشريان صغيراً جداً. لكن عموماً، تُعتبر جراحة تحويل مجرى الشرايين الخيار الأفضل في هذا المجال).

الطعم لمعالجة أهم شريان لا تكون الشرايين التاجية الثلاثة في القلب متساوية. أهم شريان اسمه الشريان الأمامي الأيسر الهابط. يوصل الدم عضلات أكثر بكثير من تلك الموجودة في المنطقة التي يغذيها أحد الشرايين التاجيين الآخرين. يكون تضيق أو انسداد الشريان الأمامي الأيسر الهابط أكثر خطورة من تضيق أو انسداد الشرايين الأخرى.

غالباً ما تكون جراحة تحويل مجرى الشرايين أفضل خيار لانسداد الشريان الأمامي الأيسر الهابط. إذا لم يكن الشريان مسدوداً ولم تبرز أي عوامل معقدة أخرى، غالباً ما تستعمل جراحة الدعامة حتى في حال انسداد الشرايين الآخرين.

يقول كوتليب: (في حال انسداد شرايين وكان أحدهما الشريان الأمامي الأيسر الهابط، لا سيما الجزء الأعلى منه،

بالون صغير مُخلّف بمجموعة أسلاك قابلة للطي في وعاء دموي في الفخذ أو الذراع ويتم وصله بالقلب. عند نضح البالون، تتسطح صفيحة الكولسترول التي كانت تعيق تدفق الدم عبر الشريان. عند تضيق البالون واستخراجه، تبقى الدعامة هناك لفتح الشريان. تُسمى هذه الجراحة (قسطرة البالون مع زرع دعامة).

• الطريقة الثانية هي (طعم مجازة الشريان التاجي): خلال جراحة القلب المفتوح، تتم خياطة شريان أو وريد مأخوذ من مكان آخر في الجسم لإعادة توجيه الدم حول الشريان المسدود.

ما هو الخيار الأفضل؟ القرار ليس عشوائياً، بل يتوقف الخيار الصائب على عدد من العوامل بحسب د. دونالد كوتليب، خبير في إعادة الإمداد الدموي في جامعة هارفارد وجراح في مركز ديكونيس الطبي.

يقول د. كوتليب: (مسألة الاختيار بين زرع الدعامة وجراحة تحويل مجرى الشرايين تختص المرضى المصابين بمرض

القلب لا يضيخ الدم بكل بساطة بل إنه يحتاج إلى الصمود. بالتالي، حين تهدد الشرايين التاجية المسدودة تدفق الدم إلى القلب، لا بد من التحرك. ثمة مقاربتان أساسيتان: • الطريقة الأولى هي القسطرة مع زرع دعامة: يتم



جدري الماء... نصائح وإرشادات للوقاية والعلاج

جدري الماء مرض شديد العدوى وشائع بين الأطفال، يُعزى إلى الفيروس النطاقي الحماقي الذي ينتمي إلى فصيلة فيروسات الهربس. يُصاب به الأطفال الذين تقل أعمارهم عن ١٢ عاماً، وقد شهد العام الحالي إصابات بأعداد هائلة، علماً أن ٥% من الحالات قد تصيب أشخاصاً بعد بلوغهم العشرين من العمر.



- ### إرشادات
- أبلغ الحضانة أو الشخص الذي يرضع طفلك أو المدرسة أو مكان عملك لأخذ تدابير خاصة وإبعاد الأشخاص المعرضين للخطر (الحوامل...).
 - اترك الطفل المصاب في المنزل إلى أن يُشفى ويوزل الجدري تماماً أو إلى أن يصل إلى مرحلة القشور.
 - اعتني ببشرة طفلك وأبعدي عنه احتمال العدوى الثانوية، من خلال اعتماد أساليب العناية الصحية الملائمة: استخدم صابونة خفيفة أثناء استحمام طفلك، اغسلي يديه بشكل متكرر، جفسي جسمه بعد الاستحمام وتجنب فركه، قلّمي أظفاره واغسليها بالصابون. في حال حك الطفل جلده، قد تلتهب البثور وتترك ندباً لذلك اطلبي منه ارتداء قفازات.
 - تجنب المساحيق أو المراهم لأنها تزيد من حدة العدوى.
 - استخدمي محلولاً معقماً سائلاً موضعياً (اطلبي نصيحة الطبيب أو الصيدلي).

الأشخاص الذين يعانون ضعفاً في جهاز المناعة والنساء الحوامل، لذلك من الضروري أخذ الحيطة لتجنب نقل المرض إلى هؤلاء.

- ### نصائح
- علمي طفلك أن يغطي فمه وأنفه بمنديل عند السعال أو العطس، وأن يرميه مباشرة بعد الاستعمال، وفي حال لم يكن الطفل يحمل معه منديلاً، علميه أن يغطي أنفه وفمه بكوع يده.
 - منذ بلوغه السنتين، علمي طفلك أن يغسل يديه بالماء والصابون بانتظام وبكثرة، وأن يفرق بين أصابعه بشكل جيد. قلّمي أظفاره دائماً لتبقى نظيفة.
 - اغسلي يدك بالماء والصابون قبل لمس الطفل وبعد لسه.
 - احرصي على عدم تبادل الرضعات أو المصاصات وأغطية الثدي مع أي من أفراد العائلة، ونظفها جيداً بعد كل استعمال.
 - تجنب تقبيل الطفل المصاب واطلبي من إخوته الابتعاد عنه حتى وإن لم يكونوا مرضى.
 - احرصي على تهوية غرفته كل يوم والحفاظ على حرارتها عند 19 درجة.
 - تقادي اصطحاب الطفل إلى الأماكن العامة (وسائل النقل المشتركة، المراكز التجارية والمستشفيات...) واحرصي على ألا يقترب طفلك المريض من الأشخاص الضعفاء كالرضع والحوامل.
 - بشكل أرق، لا بد من أن تعلمي أن الجدري يصيب، بشكل خاص، الأطفال بين عمر السنة والأربع سنوات، إذ تشكل هذه الفئة 58% من مرضى الجدري، يليها الأطفال الرضع. نادراً ما يُصاب البالغون، وإن حصل ذلك فيكون في المرحلة العمرية بين 25 و34 عاماً، إذ ينتقل الفيروس فيها من الأطفال إلى الأهل الذين لم يصابوا بالجدري، ومن هنا لا بد من أخذ الحيطة.

هل من ضرورة لللقاح؟

في أغلب الحالات، يُعتبر جدري الماء مرضاً حميداً، إلا أن بعض الحالات يستدعي القلق والحيطة ويجبرك على مراجعة الطبيب فوراً.

- ### عند الإصابة بالحمى
- خففي الملابس التي يرتديها الطفل ليتخلص جسمه من الحرارة واعرضي عليه شرب المياه بانتظام.
 - احرصي على تهوية الغرفة والحفاظ على درجة الحرارة عند 19 درجة.
 - اعتمدي الباراسيتامول لعلاج الحمى. لا تلجأي إلى الأسبرين لمعالجة الطفل لتجنبه الإصابة بمرض نادر ولكن خطير (متلازمة راي).

يتغير عدد الفقاعات وفقاً للحالة، قد يكون بضع فقاعات في بعض الحالات، ويتراوح في حالات أخرى بين 10 و2000 فقاعة تغطي الجسم بأكمله. غالباً ما تظهر الفقاعات، في البداية، على الصدر، المعدة أو الظهر، وتنتشر تدريجاً لتغطي الجسم، فرورة الرأس، الوجه، اليدين والقدمين، الفم، ويرافق هذا الطفح حكة شديدة.

كيف يتطور؟

يمكن للطفل العودة إلى الحياة الطبيعية بعد 10 إلى 12 يوماً، عموماً، تتعزز مناعة الأشخاص الذين أصيبوا بجدري الماء في طفولتهم ما يمنع الإصابة بها مجدداً، من دون أن يعني ذلك القضاء تماماً على الفيروس، بل يبقى موجوداً بنسبة ضئيلة في الجسم وتحديداً في العقد العصبية، وقد تنشط هذه النسبة لدى 15% إلى 20% من الأشخاص في أعصاب البشرة لتظهر على شكل قوباء منطقية.

ما العلاجات المتاحة؟

داء الجدري مرض فيروسي لا يتطلب أي علاج يعتمد على مضادات حيوية. قد يصف الطبيب للطفل المصاب كمضادات يخفف من أعراض الجدري كمضادات الهيستامين ومحلل مطهر، وقد يصف مضاداً حيوياً في حالات العدوى البكتيرية، وعلاجاً مضاداً للفيروسات في الحالات الشديدة أو المعقدة.

ما وسائل الوقاية من المرض وكيف يمكن تجنبه؟

بما أنه مرض معد، ينتقل جدري الماء بفعل الاحتكاك المباشر بين شخص مصاب وشخص سليم. غالباً ما يكون المرض حميداً لدى الأطفال إلا أنه قد يصبح معقداً مع العمر ولدى

في ما يلي أجوبة لأسئلة قد تتبادر إلى ذهنك من شأنها أن تززع في قلبك الطمأنينة.

كيف ينتقل جدري الماء؟

عن طريق التنفس، ابتلاع قطرات من لعاب شخص مصاب أو من خلال الاحتكاك المباشر بإصابات جلدية. من المحتمل أن ينقل المصاب العدوى إلى الآخرين بين يوم أو يومين قبل ظهور الطفح الجدري وأسبوع بعد ظهورها تقريباً أي إلى أن تجفّ البثور والفقاعات التي تشكل على البشرة. من هنا يثير ظهور حالات جدري الماء في المدرسة قلقاً.

ما أعراضه لدى الأطفال؟

يتعرض الطفل بعد 14 إلى 16 يوماً من الإصابة بالعدوى (فترة حضانة جدري الماء) إلى حمى خفيفة تصل إلى 38 درجة وآلام في الرأس، ويظهر احمرار على الجلد تتبعه بثور أو فقاعات يصل قطرها إلى 3 - 4 ملميمترات مليئة بالسانل.



امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١٩١٢ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ محمد جاهانجير باتواري عباس باتواري الجنسية: بنغلاديش مدعي عليه/ جرين لاند للمقاولات العامة والتنظيفات ذ.م.ج الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ جرين لاند للمقاولات العامة والتنظيفات ذ.م.ج الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاحد الموافق ٢٠١٣/٩/١٥ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الاولى ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٥

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/٢٠٨ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ اسامة السيد سعد المرسي كعاشه الجنسية: مصر مدعي عليه/ الوراق الحمراء للطباعة الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ الوراق الحمراء للطباعة الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٣/٩/١١ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثالثة ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية مدينة محمد بن زايد شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٥

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١٧٨ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ حسان احمد عثمان سالم الجنسية: مصر مدعي عليه/ ابناء البشري للمقاولات والصيانة العامة ذ.م.ج. الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ ابناء البشري للمقاولات والصيانة العامة ذ.م.ج. الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٣/٩/١١ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثالثة ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/٢٤

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/٢٠٢ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ محمد صادق عبدالجيل الجنسية: بنغلاديش مدعي عليه/ براعه للمقاولات العامة الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ براعه للمقاولات العامة الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٣/٩/١٦ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الاولى ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٤

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعادة اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١١١٢ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ رحمن جول بير نبي الجنسية: باكستان مدعي عليه/ سبع سنابل للمقاولات العامة الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ سبع سنابل للمقاولات العامة الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاحد الموافق ٢٠١٣/٩/١٥ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الاولى ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة محمد بن زايد- مزيد مول شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/٢١

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١١٢٢ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ ثور الامين سبراز الاسلام الجنسية: بنغلاديش مدعي عليه/ انساتي للازياء ذ.م.ج. الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ انساتي للازياء ذ.م.ج. الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاحد الموافق ٢٠١٣/٩/١٥ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثالثة ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٧

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/٩٦٩٨ عم جـ-٤-ب-أف
مدعيان/ ١- عبدالقادر عبدالوهاب ٢- محمد نور العالم مهير علي الجنسية: بنغلاديش مدعي عليه/ يوسف اسماعيل الحمادي للصيانة العامة الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ يوسف اسماعيل الحمادي للصيانة العامة الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاحد الموافق ٢٠١٣/٩/١٥ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثالثة ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٧

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١٤١٨ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ نيك مرخان امين جول الجنسية: افغانستان مدعي عليه/ مؤسسة النجم العالي للتنظيفات والمقاولات العامة الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ النجم العالي للتنظيفات والمقاولات العامة الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٣/٩/١٦ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثالثة ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٧

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعادة اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/٩٧٧ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ عبدالرحمن ليت سراز الحق الجنسية: بنغلاديش مدعي عليه/ الهانوفيل للرخام والسيراميك الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ الهانوفيل للرخام والسيراميك الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٣/٩/١٦ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثالثة ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٧

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١١٢٣ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ جافيد اقبال فهيم الدين الجنسية: باكستان مدعي عليه/ خياط اعجاز فرع مدينة زايد الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ خياط اعجاز فرع مدينة زايد الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٣/٩/١٦ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثانية ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١١٢٣ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ اختر عباس سكيندر خان الجنسية: باكستان مدعي عليه/ مؤسسة ديزاين المانيا للتصميم الداخلي الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ مؤسسة ديزاين المانيا للتصميم الداخلي الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٣/٩/١٦ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الرابعة ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة محمد بن زايد- مزيد مول شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٧

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١٣٩٦ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ ظفر احمد عبيد الرحمن الجنسية: بنغلاديش مدعي عليه/ مؤسسة المذيب لاعمال الكهربائية الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ مؤسسة المذيب لاعمال الكهربائية الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٣/٩/١٦ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثالثة ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة بمدينة محمد بن زايد - مزيد مول شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/٢٨

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١١٠٢ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ بالبير سينغ تارا سينغ الجنسية: الهند مدعي عليه/ الوالي للمقاولات الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ الوالي للمقاولات الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٣/٩/١٧ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الاولى ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٦

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١١٠٢ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ بالبير سينغ تارا سينغ الجنسية: الهند مدعي عليه/ الوالي للمقاولات الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ الوالي للمقاولات الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٣/٩/١٧ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثانية ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٦

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/٩٧٧٧ عم جـ-٤-ب-أف
مدعيان/ ١- عبدالجبار اسماعيل محمود ٢- محمد احمد مجول الجنسية: سوريا مدعي عليه/ مؤسسة احمد موصلاوي للحدادة والتجارة المسلحة الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ مؤسسة احمد موصلاوي للحدادة والتجارة المسلحة الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٣/٩/١٧ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثانية ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٦

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١١٥٤ عم جـ-٤-ب-أف
مدعي/ شيرام برامبيل محمد كوتي الجنسية: الهند مدعي عليه/ مؤسسة بالر للتوكيلات التجارية الجنسية: الامارات موضوع الدعوى: مستحقات عمالية المطلوب اعلاؤه/ مؤسسة بالر للتوكيلات التجارية الجنسية: الامارات عنوانه: بالنشر حيث ان المدعي اقام الدعوى المذكورة اعلاه وحددت المحكمة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٣/٩/١٦ موعداً لنظر الدعوى، لذا فانت مكلف بالحضور الساعة ٨,٣٠ صباحاً امام الدائرة الثانية ب محكمة ابوظبي الابتدائية - الكائنة المحكمة العمالية شخصياً او بواسطة وكيل معتمد وعليك ايداع مذكرة بدفاعك وصورا المستنداتك موقعا عليها قبل الجلسة المحددة لنظر الدعوى بثلاثة ايام على الاقل. صدر بتاريخ ٢٠١٣/٧/٢٨

قلم المحكمة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) المحكمة التجارية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان الحكم في القضية رقم ٢٠١٣/٨١٨ تجاري جزئي الى المحكوم عليه/ عبدالحميد نبي بخش عنوانه بالنشر تعلمك انه بتاريخ الموافق ٢٠١٣/٧/٣١ م قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى المذكورة بالرغم اعلاه لصالح / محمد افتخار كيني بالتالي: حكمت المحكمة بمشأبة الحضور: بالزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبلغا وقدره ١١,٤٠٠ درهم (احدى عشر الفا واربعمائة درهم) والزمته كذلك بالمصاريف ويرفض ما عدا ذلك من طلبات. صدر بتوقيعي وختم المحكمة بتاريخ الموافق ٢٠١٣/٨/٢١ حكما قابلا للاستئناف خلال ٣٠ يوما اعتبارا من اليوم التالي لتسلمك هذا الاستند.

القاضي/علي راشد الحساني
رئيس الدائرة التجارية الجزئية الثالثة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) لجنة فض المنازعات الاجبارية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان حكم في الدعوى رقم ٢٠١٣/١٠٦١
الحكوم ضدها: عاطف هادي عطايا عنوانه بالنشر
نود افانكم في تاريخ ٢٠١٣/٧/٢٤ صدر حكم من قبل ادارة لجان فض المنازعات الاجبارية (ابوظبي) بمشأبة الحضور في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح الحكومة لها، مؤسسة تكن العنصرية حكمت اللجنة بمشأبة الحضور: اولاً بفسخ عقد الاجبار المؤرخ ب ٢٠١١/٨/٢٨ وإخلاء المدعي الاول من الشقة الكائنة في الفيلد (٥) بمنطقة المينا- شرق ١١- قطعة رقم ٦ والوضحة بالعدد وصحيفة الدعوى وتسليمها خالية من الشواغل والاشخاص للمدعية وبه الحالة التي كانت عليها وقت التعاقد. ثانياً بالزام المدعي عليه الاول بان يؤدي للمدعية اجرة عين النزاع اعتباراً من تاريخ ٢٠١١/٩/٥ وحتى إخلاء الفعلي بواقع الاجرة السنوية ٥٣٠٠ درهم مضاعفاً اليها نسبة الزيادة السنوية المقررة قانونياً بواقع ٥ سنوات اعتباراً من ٢٠١٢/٩/٥ والزمته بالمصاريف ورفضت ما عدا ذلك من طلبات. حكماً قابلاً للاستئناف خلال (١٥) يوماً اعتباراً من اليوم التالي لنشر هذا الاستند.

لجنة فض المنازعات الاجبارية

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
مذكرة اعلان بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٧٥٥ استئناف تجاري
الى المستأنف ضدهما / ١ - خليل جورج كركر- بصفته شريكاً بنسبة ١٥ ٪ في شركة سارة الاقليمية ذ.م.ج. -٢- محمد عبدالرحيم عبدالرزاق علي الفهيم- بصفته شريكاً بنسبة ٦ ٪ في شركة سارة الاقليمية و بصفته شريكاً بنسبة ١٠ ٪ في شركة سارة الثلاثي الامارات ذ.م.ج. مجهول محلي الإقامة بما ان المستأنف /حسين بن علي بن عبدالله العنزى- بصفته شريكاً بشركة سارة الثلاثي الامارات ذ.م.ج. ويمثله/ حمدان عبدالله عبدالرحمن علي الهزبي قد استأنف القرار/ الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٢/٩/١١ تجاري كلي بتاريخ ٢٠١٣/٥/١٥ وحدث لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٣/٩/١١ الساعة ١٠,٠٠ صباحاً بالقاعة ch2.D.16 وعليه يقضي حضوركم او من يمثلكم قانونياً وفي حال تخلفكم ستجري محاكمكم غيابياً

قسم الطعون

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعادة اعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/١٧٧ تجاري كلي
الى المدعي عليه/ ١- محمد خلف حيدر عبدالله الحوسني مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / مصرف ابوظبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) ويمثله: محمود حجاج عزب ابوجريدة قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (١٣,٤٧٣,٣٢٤ درهم) والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠١٣/٩/١٦ الساعة ٩,٣٠ ص بالقاعة ch2.E.21 لذا فانت مكلف بالحضور او من يمثلك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الاقل. وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمشأبة حضور.

قسم القضايا التجارية

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٢٠١ مدني جزئي
الى المحكوم عليه / ١- شركة حنين لتاجير السيارات ذ.م.ج ويمثله مديرها/ خالد ابراهيم الجراد مجهول محل الإقامة تعلمك بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٣/٧/٢٢ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح المدعي عليه بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعي مبلغ خمسة وسبعون الف درهم مع الفائدة القانونية ٩ ٪ من تاريخ التقاضي وحتى السداد التام والزامها بالرسوم والمصاريف وخمسمائة درهم كاتعاب للحمامة. حكماً بمشأبة الحضور في قابل للاستئناف خلال ثلاثين يوماً اعتباراً من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

قسم القضايا المدنية

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٨٢٢ تجاري كلي
الى المدعي عليه/ ١- شركة روياس للمقاولات- دبي (ذ.م.ج) مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / استيك للتجارة العامة (ش.م.ج.) ويمثله/ رياض عبدالحميد محمود الكبان قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (١٢٨,٥٧٤,٩٠٠ درهم) مع الفائدة القانونية بواقع ٩ ٪ سنوياً من تاريخ اقامة الدعوى وحتى تمام السداد والمصاريف والرسوم ومقابل اتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٣/٩/١١ الساعة ٩,٣٠ ص بالقاعة ch2.E.22 لذا فانت مكلف بالحضور او من يمثلك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الاقل.

قسم القضايا التجارية

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

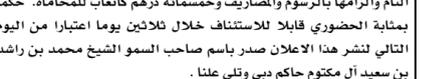
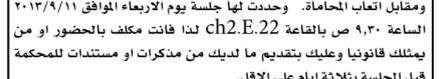
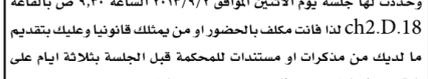
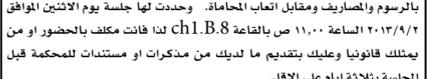
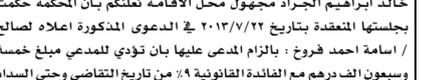
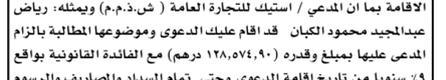
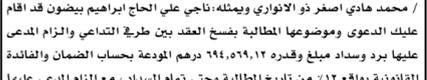
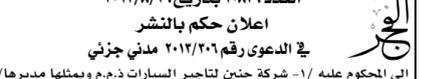
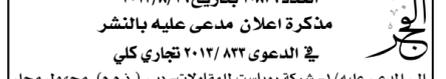
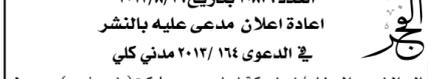
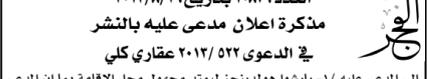
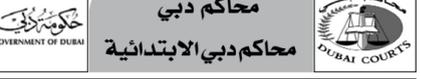
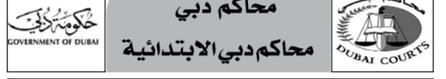
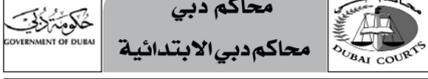
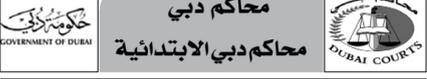
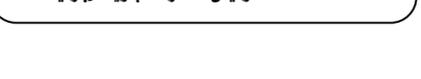
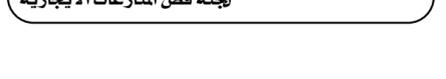
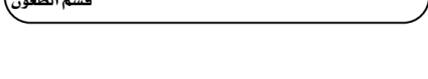
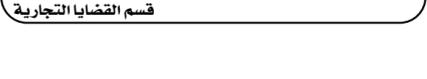
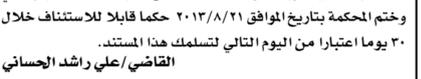
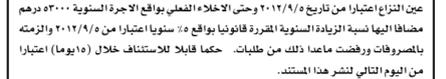
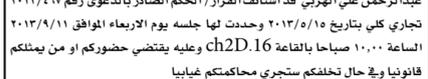
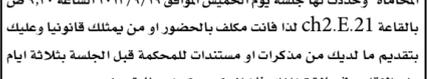
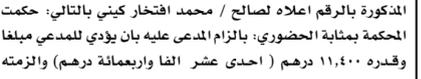
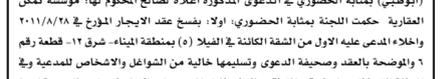
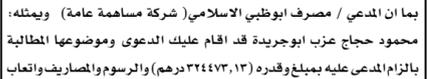
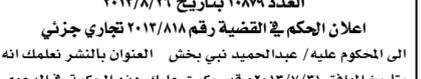
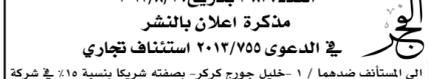
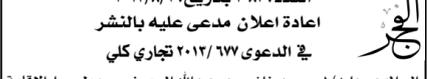
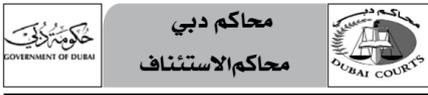
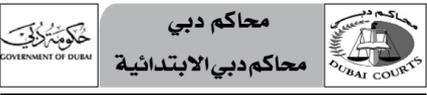
العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
اعادة اعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/١٤ مدني كلي
الى الخصم المدخل / ١- شركة زعل سوبر ماركاتذ.ش.م.ج. مجهول محل الإقامة بما ان المدعي / نيلابو تونمال يوسف عبدالله ويمثله: ناصر مال الله محمد غانم قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بندي خبير متخصص مع الزام المدعي عليه بالرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٣/٩/٢ الساعة ٩,٣٠ ص بالقاعة ch2.D.18 لذا فانت مكلف بالحضور او من يمثلك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الاقل. وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمشأبة حضور.

قسم القضايا المدنية

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية

العدد ١٠٨٧٩ بتاريخ ٢٠١٣/٨/٢٦
مذكرة اعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٥٢٢ عقاري كلي
الى المدعي عليه / ١- بارشوا فونولديز لبيت مجبول محل الإقامة بما ان المدعي / محمد هادي صفر ذو الاثوري ويمثله: ناجي علي الحاج ابراهيم بيضون قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بفسخ العقد بين طرفي التعاقي والزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (١٢,٥٦٩,٦٩٤ درهم) المودعة بحساب الضمان والفائدة القانونية بواقع ١٢ ٪ من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد ، مع الزام المدعي عليها بالرسوم والمصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٣/٩/٢ الساعة ١١,٠٠ ص بالقاعة ch1.B.8 لذا فانت مكلف بالحضور او من يمثلك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الاقل.

قسم الدعاوي العقارية



منوعات العالم

25



لماذا سمي

برج إيفل بهذا الاسم؟

سمي برج إيفل بهذا الاسم نسبة إلى المهندس المعماري أليكساندر جوستاف إيفيل Alexandre Gustave Eiffel الذي فاز بمناقصة التنفيذ وقام بإنشائه عام 1889 في الذكرى المئوية الأولى للثورة الفرنسية. جدير بالذكر أن برج إيفل كان من المقرر أن يكون مؤقتاً لغرض الاحتفال بذكرى الثورة وذلك لما لاقاه من معارضة ومعارضين، إلا أنه أبهر الملايين وأصبح رمزاً للعاصمة الفرنسية باريس.



أشبيلية . . منبع الثقافة والفنون والآثار

هي أكبر مدن الأندلس، تقع على سهل من نهر (الوادي الكبير) حوالي ١٥ مليون نسمة، مما يجعلها رابع أكبر مدينة في اسبانيا والمدينة رقم ٣٠ من حيث الأكثر اكتظاظاً بالسكان من بين مدن دول الاتحاد الأوروبي. وتحتوي على مواقع للتراث العالمي حسب اليونسكو، فهناك مجمع قصر الكازار، الكاتدرائية والأرشيف العام لجزر الهند. الميناء النهري الوحيد في اسبانيا.



الحدائق والقصور

وتشتهر أشبيلية بتخليها، وتضم الحدائق الملكية التي أعيد ترميمها عام 1929 من قبل المهندس المعماري جان كلود نيكولا فورستير. انها فيفساء رومانسية من خصائص المياه، والجزر الصغيرة المزروعة مع أسرة الزهور والتمائيل والنخيل الظليلة.

الكثير من القصور على الطراز العربي والاسلامي مع الحدائق الممتلئة بالأزهار، وهي مفتوحة يوميا وتقبل الزائرين بما في ذلك المساجد التاريخية والكاتدرائيات. وهناك قبر كريستوفر كولومبوس أيضا. ويمكن زيارة (بلازا دي لا إنكارناسيون) الملقب بـ (عش الغراب)، وهو متحف من عدة مستويات وعصور فيه الآثار الرومانية القديمة وممشى بانورامي يحكي تاريخ كل العصور المتعاقبة للمدينة.

دي إيزابيل) والمعروف أيضا باسم جسر تريانا والانتهاه عند (بلازا ديل).

مطاعم وتسوق

أن في أشبيلية 4 آلاف مطعم متنوع يقدم كل واحد مقبلاته الخاصة بعض منها تأسس عام 1670م. وسترى المأكولات مرسومة على الجدران وشريط يتدلى من السقف، فتجرب هناك الحمص والخبز والسمك المالح في صلصة الطماطم. وتكلفته لا تتعدى 5 يورو. الى جانب مقاهي الوجبات الخفيفة وعصير البرتقال الطازج والقهوة والزيتون المحلي. وعبر الشوارع ستجد راقصات الفلامنغو مرتديات الشالات التقليدية والفرسان وخيولهم الذين يعرضون خدماتهم للتجول عبر المدينة أو التصوير معهم.

المذهلة والفخامة الأندلسية وآثار عصر النهضة بنايات الماضي اللامع. ولابد من الاستمتاع في رحلات نهر الوادي الكبير عبر قلب المدينة حيث مركزها الروحي والتاريخي على الضفة الشرقية للنهر، وهناك يمكنك أن ترى بقايا أسوار المدينة القديمة. احد المناظر الخلابة في المدينة هو مركزها عند (باريو سانتا كروز) بشوارعها المرصوفة بالحصى والبيوت المنسقة على الجانبين وعلى الضفة الغربية من النهر ستجد منطقة بوهيميا التي تعتبر مهد رقص الفلامنكو ومنتجات الزينة المصنوعة من السيراميك.

الفنادق الأثرية

وحتى فنادق المدينة أخذت طابعها الأثري والتاريخي واسلوب الاحاطة بحدائقها الخضراء والجدران المزينة والتريات المتألثة والبلاط من ذوي الطراز الغربي والفناء الداخلي الكبير الذي تنتشر فيه المطاعم لتتمتع بوجيتك وسط النافورات وقرقة الصافير. هناك ستري الأجواء الحقيقية لأوروبا كارمن وسيبهرك مبنى جامعة أشبيلية لتواصل السير باتجاه فندق ألفونسو الثالث عشر وعلى يسارك ستعبر الى منطقة بويرتا دي خيريز وتواصل أسفل نحو شارع دي روما وعلى يسارك سوف ترى المدرسة السابقة لللاحة والأناصبحت مقرا للحكومة الأندلسية. وعلى طول ضفاف نهر الوادي الكبير ستمتع بنزهة بحرية مميزة عبر (بوينتي

عطلة صغيرة

هذه المدينة الأندلسية مغرية لفضاء عطلة قصيرة فيها. ويمكن اختيار شهر يناير حيث تتضاءل الحشود السياحية وتحسن درجة الحرارة للتعرف الى الاحتفالات الدينية والفلامنكو والتاباس على مستوى عالمي ومشاهدة وحتى المشاركة في المسيرات الملونة وغيرها من التقاليد والاحتفالات الدينية.

يمكن الوصول اليها عبر مطار جانويك وسا بابلو وفي الخارج هناك محطة مترو تنتهي في بلازا نوبيا أو استخدام سيارة أجرة توصلك الى مركز المدينة بما لا يزيد على 20 يورو.

مشيا على الأقدام

ستكتشف المدينة بسهولة مشيا على الأقدام، وسيرى الزائر الهندسة المعمارية

تأسست اشبيلية باسم المدينة الرومانية Hispalis. وبعدها عرفت باسمها العربي: اشبيلية بعد الفتح الاسلامي عام 712م وبعد اكتشاف الأميركتين، أصبحت اشبيلية واحدة من المراكز الاقتصادية من الامبراطورية الاسبانية واحتكر ميناؤها التجارة عبر المحيطات وتأسس فيها (بيت التجارة) الذي كان يتمتع بسلطة عالية في إدارة المدينة. تعتبر المدينة مهدا للفنون والآداب. ومنها غادر فرديناند ماجلان للطواف الأول حول الأرض. وتزامن ذلك مع فترة الباروك من التاريخ الأوروبي، في القرن 17 كانت منبع الثقافة في العالم الى أن بدأ التدهور الاقتصادي والديموغرافي التدريجي وانجراف التربة في الوادي الكبير الذي أجبر التجار الى الانتقال الى ميناء القربية من قادس.



مونبلييه . . مدينة فرنسية تزدهي بألوانها الزاهية



صممت على النمط الإغريقي الهيليني، وتضم بعض المباني ذات العمار الكلاسيكي تم بيعها لسكن المواطنين. ويوجد في الميدان الرئيسي للمنطقة



المعاصر.

وهناك، أيضاً، متحف فابر الذي يعد مؤسسة تحظى بالاحترام تستحق الزيارة. وهو يكتظ باللوحات المتعددة الألوان من أعمال كبار الفنانين الهولنديين وغيرهم من مشاهير فن الرسم. ومن بين أهم الأعمال المعروضة عشرات اللوحات التي يسودها اللون الأسود كان قد تبرع بها للمتحف الفنان الفرنسي التجريدي بيير سولاج. والبعض منها يبدو وكأنها لطخات لونية عملاقة، بينما يبدو البعض الآخر مثل ضربات الفرشاة في اللوحات الصينية ذات الحجم الكبير. وقد قدم، أخيراً، في المتحف عرضاً بعنوان (جثث وظلال) الذي يتماشى وموضوعات اللون الأسود. ويعتبر مركز مدينة مونبلييه التاريخي، أحد أكبر المناطق المحيطة بالمشاة في فرنسا. والمرات والأزقة التي تعود إلى مراحل متعددة من القرون الوسطى إلى عصر النهضة، والمعمار الذي يعود إلى القرن السابع عشر، ومبانٍ تنتمي إلى القرن التاسع عشر تضم بعض أكثر المحلات إثارة للاهتمام. وتجد في شارع فوشي صالة عرض للوحات الفنية ومحلاً لبيع الديكورات المنزلية ومحلاً آخر لطبع تصاميم أبطال مجلات الرسوم المتحركة على القمصان، وبعض المصناعات من تصميم فنانين محليين. ومن بين المباني القديمة البديعة حمام قديم سابق يعود إلى القرن الثامن عشر أعيدت صيانته وترميمه يقع في شارع ريشيليو، وقد تحول الآن إلى مطعم تتراده في الغالب الأسر ويقدم أنواعاً مختلفة من الأطباق والحلويات.

ومن الأماكن التي يجب زيارتها في مونبلييه منطقة أنتفوني السكنية التي أخذت اسمها من اسم مسرحية إغريقية قديمة. وهي منطقة مناسبة للتجول سيراً على الأقدام أو التنزه فيها، عندما تهدأ حركة المدينة. وقد بنيت هذه المنطقة إبان السبعينات والثمانينات من القرن الماضي، وقد

الألوان في كل مكان في هذه المدينة الأوسطية، فهناك مشروعات فنية لونية جديدة يعمل ضمنها بعض من عمالقة الموضة والمعمار لإضافة لمسة فنية حديثة لمدينة مونبلييه. ومن بين أولئك كريستيان لأكروا المصمم المشهور بتصميماته الزاهية الألوان، الذي زين برسوماته أخيراً خطين من خطوط قطارات النقل العام، بينما قام المعماري النجم جان نويل بوضع مخططات مبنى البلدية الجديد الضخم الذي يتميز باللون الأزرق الغامق. وهناك أيضاً مشروع مبنى أرشيف المدينة الطبيعي الذي تنفذه العمارة العالمية زها حديد. وعليه فإن هذه المدينة، التي تحتل الجامعة مركزها، والتي تتميز بحياة ليلية صاخبة، باتت تعد أحد أكثر مدن فرنسا تطلعا إلى المستقبل. وللتعرف على موجة التصاميم الجديدة هذه يمكن ركوب القطار رقم 3 إلى محطة مولاريس. وعربات القطار، التي صممها لأكروا بألوان عديدة زاهية تغطيها بعض النباتات والحيوانات البحرية الغربية. ويصل بك هذا القطار الى محطة قريبة من مبنى بلدية المدينة، وهو مبنى ضخم من 12 طابقاً كلف بناؤه 130 مليون دولار، وهو من تصميم المعماري الشهير جان نويل، كما أضرنا، مع زميله فرانسوا فونتيس. ويمكن التجول حول المبنى لشاهدة القنوات وتصاميم الإضاءة البديعة. ومن بين الصممين الفرنسيين المشهورين ممن أسهموا في مشاريع إحياء مدينة مونبلييه جان بول غوتيه الذي صمم أزياء أوبرا (عرس فيجارو) التي قدمت بمناسبة إعادة افتتاح دار الأوبرا بعد عامين من أعمال الصيانة والترميم. ومن بين المعالم الأخرى في المدينة مبنى أغورا وهو دير يعود إلى عام 1641، تم تحويله إلى قاعة دولية للرقص تقدم فيها عروض فن الرقص

فن أجنبي

حينما تذكر السينما الفرنسية، لا بد وان نتوقف عند اسم النجمة الجميلة كاترين دينوف... واذا كان فيلم (جميلة النهار) قد رسخها وقدمها نجمة، فانها ظلت وعلى مدى أكثر من نصف قرن من الزمان، (جميلة النهار دائماً)، باطلاتها واختياراتها السينمائية، واهتمامها بجمالها وايضا حرفتها. كما تتميز كاترين بانها تمثل نسبة علاقات تقرب جذورها في آفاق الحرفة السينمائية، بالإضافة الى علاقاتها السياسية والاقتصادية والاجتماعية.



بعد فيلمها الأول راحت تستخدم اسم عائلة والدتها

كاترين دينوف... واحدة من أشد المدافعات عن الحقوق والعدالة

كرستيان لطفيل، وتكرر الامر مع ابن كيارا (ميلو) ثم (أنا) واخيرا ليو ابن كرتيان. المشكلة الانسانية التي تعاني منها كاترين دينوف هي التدخين، وهو ما يسبب لها الكثير من المشاكل... وهي ترفض ان تتوقف عن التدخين في المؤتمرات الصحفية... او حتى الاماكن المغلقة. وعلى الصعيد السياسي تبدو كاترين دينوف واحدة من أشد المدافعات عن الحقوق والعدالة، ولها العديد من المساهمات في منظمات كبرى، منها (امستى) ضد حكم الإعدام... وتعتبر مدافعة كبيرة عن حقوق (البدون - بدون أوراق) في فرنسا. وهكذا هو شأن الكبار.

خمس أفلام، وفي سن الثانية والعشرين من عمرها انجبت ابنتها (كيارا ماستروبياني). ورغم انفصال كاترين ومارسيلو عام (1975) إلا انها ظلا صديقين مقربين، بل انها كانت الى جواره في اللحظات الاخيرة من وفاته عام 1996 بعد معاناته مع مرض السرطان. كما ارتبطت كاترين في أوقات متفرقة بعلاقات مع النجم كينيت ايستود، وايضا المخرج فرانسوا تريفوا وفي الثمانينيات والتسعينيات ارتبطت مع مالك قناة (بلاس) الفرنسي بيير لويس. أصبحت جدة، حينما بلغت (43) من عمرها حينما انجبت صديقة ابنتها

دينوف مذكراتها التي حملت عنوان (في ظلال) (بالفرنسية) اما النسخة الانكليزية فقد حملت عنوان (المذكرات الخاصة) لكاترين دينوف، وتحدثت مطولاً في هذه المذكرات عن تجاربها مع تصوير عدد من الافلام، ومنها (اندوشين والرقص في الظلام)، وعملها مع نجوم كبار من أمثال بيرت رينولدز وجاك ليمون وفنست بيريز ووليم هارت وجون مالكويتش والان ديولون وجيرار دوباردو واخيرا مارسيلو ماستر ويأتي النجم الايطالي الفد الذي ارتبطت به لسنوات. في عام 2006 ترأست لجنة تحكيم مهرجان فينيسيا السينمائي الدولي، وكرمت في العام الثاني من قبل مهرجان (كان) السينمائي لدورها في دعم التعاون السينمائي الاوربي.

الشواخ واقامة علاقات وكأنها (بانعة هوى)، وقد أثار الفيلم والتخصية يومها كثيرا من الجدل. ولايزال هذا الفيلم يحظى بالاحتراف والتحليل والدراسة، لانه لا يذهب الى الجنس من أجل الجنس، بل بالمعاني الكبيرة التي تحملها تلك الشخصية، وحاجتها الى الحياة الحقيقية، بعيدا عن حياة البذخ الخالية من الاحساس والعاطفة. في السبعينيات، حققت كاترين دينوف حضورا (جارف) في السينما الاوروبية بشكل عام، وذلك لاجادتها التمثيل بلغات عدة، وهي الفرنسية والاسبانية والايطالية والبرتغالية بالإضافة الى الانكليزية حيث حققت في هذا الاطار مجموعة من الاعمال السينمائية الاميركية ومنها (سقوط ابريل - 1969) و(الهوستل - 1975). وكان من المقرر ان يقوم ألفريد هيتشكوك في عام 1980 وقبيل وفاته باختيارها للعمل في فيلمه (الليلة القصيرة) حيث كانت مرتبطة بتصوير فيلم (المترو الاخير) مع الراحل فرانسوا تريفوا وعن هذه الشخصية فازت بجائزة سيزار أفضل ممثلة، لتصور بعدها فيلم (الجوع) مع توني سكوت، والذي منحها الفرصة للوقوف مع النجم دايفيد بوي والنجمة سوزان ساراندون حتى ان مشاهدتها مع ساراندون جلبت لها الكثير من الاشادات بانها مثالية!

تقد كانت كاترين ولا تزال، ليست مجرد نجمة جميلة او ممثلة قديرة، بل هي كل تلك الفدرات السخية بالمعاني. ولدت كاترين دينوف، او دي نوف، في 22 اكتوبر 1943 وهذا يعني انها اليوم في السبعين من عمرها، ورغم ذلك فان من يشاهدها لا يعطيها كل ذلك العمر. ويمثل فيلم (جميلة النهار) وفيلم (ريبلسون - عام 1967) نقطة تحول وانطلاقة حقيقية في مسيرتها... ولربما في مسيرة السينما الفرنسية. وكانت كاترين، قد ترشحت خلال مسيرتها للعديد من الجوائز من بينها الأوسكار كأفضل ممثلة عن دورها في فيلم (اندوشين - 1993)، كما فازت جائزة سيزار عن فيلمها (المترو الاخير - 1990).



كما أسلفنا، فان كاترين ولدت في العاصمة الفرنسية باريس، والدها هو الممثل المسرحي والسينمائي موريس دورلين، ووالدتها الممثلة آين دينوف وكانت الثانية من أصل ثلاث بنات هن فرانسواز دورليك وشقيقتها الصغرى سيلفي دورليك، ولهن ايضا شقيق من ناحية الأم. وقد درست كاترين في المراحل الأولى من طفولتها في المدارس الكاثوليكية، دراسة ملتزمة في بداية مشوارها، مثلت تحت اسم كاترين دورلين عام 1957. في فيلم (الرفاق) الذي تأخر اطلاقه لأكثر من عامين لظروف إنتاجية، بعدها بدأت كاترين تستخدم اسم عائلة والدتها فكانت (كاترين دينوف).

في عام 1962 قدمها المخرج روجيه فاديم (الزوج اسبق لبريجيت باردو) في فيلم (فايس وفريتي) لتنتقل مباشرة بعدها للعمل مع المخرج جاك ديمي في الاستعراض الموسيقي، (مظلات شيربورغ) عام 1963. كما عملت لاحقا مع ديمي في فيلم (انسان ريشفورد - 1967).

وتواصلت الأعمال والبصمات بالذات مع كبار صناع السينما الفرنسية والعالمية، ومنهم رومان بولانسكي في (ريبلسون) دجان بول رابنو في فيلم (حياة القصر - 1966).

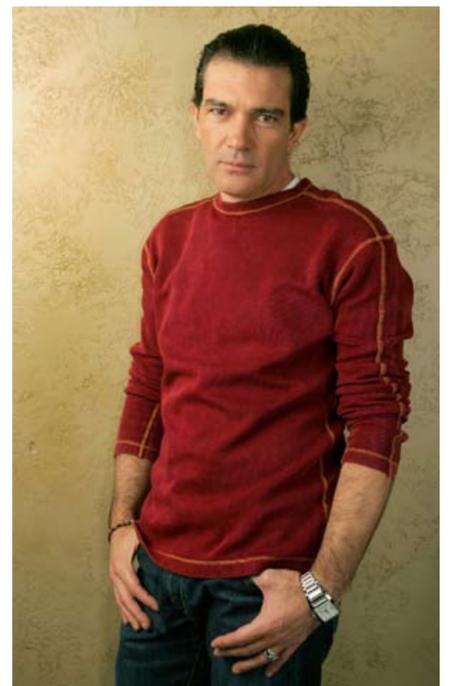
الا ان نقطة التحول، والانطلاقة، والمنصة الاساسية في صعودها الى النجومية، كانت مع فيلم (جميلة النهار) مع المبدع الاسباني القيم في فرنسا لويس بونويل، وذلك عام 1967. ولا يمكن العبور عن هذا الفيلم، دون الإشارة الى الشخصية المثيرة للجدل، حيث شخصية الزوجة الارستقراطية، الشرية. والتي تشعر بالملل... من حياة البذخ والمال والثراء، فتقرر ان تخرج كل صباح لتسكع في

فكانت كاترين دينوف، في عام 1962 قدمها المخرج روجيه فاديم (الزوج اسبق لبريجيت باردو) في فيلم (فايس وفريتي) لتنتقل مباشرة بعدها للعمل مع المخرج جاك ديمي في الاستعراض الموسيقي، (مظلات شيربورغ) عام 1963. كما عملت لاحقا مع ديمي في فيلم (انسان ريشفورد - 1967).

وتواصلت الأعمال والبصمات بالذات مع كبار صناع السينما الفرنسية والعالمية، ومنهم رومان بولانسكي في (ريبلسون) دجان بول رابنو في فيلم (حياة القصر - 1966).

سبيلبرغ يتغلى عن اخراج فيلم حول القناص كريس كایل

ذكرت تقارير إعلامية أمس أن المخرج ستيفن سبيلبرغ انسحب من إخراج أحدث فيلم للممثل برادلي كوبر تدور أحداثه حول قصة حياة القناص الأميركي كريس كایل ويحمل عنوان (ذا أميركا سنايبر) (القناص الأميركي). وتدور أحداث الفيلم حول حياة كريس العضو السابق في القوات البحرية الأميركية الخاصة الذي سجل أعلى عدد من عمليات القنص في التاريخ العسكري الأميركي. وقد قتل كایل في فبراير الماضي بيد زميل له كان يعاني اضطرابات. ويقوم ببطولة الفيلم برادلي كوبر الذي يقوم بإنتاجه أيضاً.



فورد محل ويلز في الجزء الثالث من (إكسبندابلز)



انسحب الممثل الأميركي الشهير بروس ويلز بشكل مفاجئ من المشاركة في الجزء الثالث من سلسلة أفلام (إكسبندابلز). وذكرت مجلة (هوليوود ريبورتر) الأميركية المتخصصة أن النجم الشهير هاريسون فورد سيحل محل ويلز في الفيلم. وكتب الممثل الأميركي سلفستر ستالوني، وهو أحد أبطال الفيلم، على موقع التواصل الاجتماعي (تويتر): (ويليس) انسحب وهاريسون سيشارك. نياً رائع. وذكر ستالوني أنه كان ينتظر ذلك منذ سنوات، وكتب: وصفة أمنة للفشل المهني). ولم يوضح ستالوني سبب هجومه على ويلز في التغريدة. وأشار إلى أن أرنولد شوارزنيجر وجاسون ستاثم ودولف لوندجرن وليام هيمسورث شاركو في الجزء الثاني من الفيلم. (تويتر): (ويليس) انسحب وهاريسون سيشارك في الجزء الثالث المقرر تصويره صيف العام المقبل جاكى شان ونيكولاس كيدج.

انسحب الممثل الأميركي الشهير بروس ويلز بشكل مفاجئ من المشاركة في الجزء الثالث من سلسلة أفلام (إكسبندابلز). وذكرت مجلة (هوليوود ريبورتر) الأميركية المتخصصة أن النجم الشهير هاريسون فورد سيحل محل ويلز في الفيلم. وكتب الممثل الأميركي سلفستر ستالوني، وهو أحد أبطال الفيلم، على موقع التواصل الاجتماعي (تويتر): (ويليس) انسحب وهاريسون سيشارك. نياً رائع. وذكر ستالوني أنه كان ينتظر ذلك منذ سنوات، وكتب: وصفة أمنة للفشل المهني). ولم يوضح ستالوني سبب هجومه على ويلز في التغريدة. وأشار إلى أن أرنولد شوارزنيجر وجاسون ستاثم ودولف لوندجرن وليام هيمسورث شاركو في الجزء الثاني من الفيلم. (تويتر): (ويليس) انسحب وهاريسون سيشارك في الجزء الثالث المقرر تصويره صيف العام المقبل جاكى شان ونيكولاس كيدج.

انسحب الممثل الأميركي الشهير بروس ويلز بشكل مفاجئ من المشاركة في الجزء الثالث من سلسلة أفلام (إكسبندابلز). وذكرت مجلة (هوليوود ريبورتر) الأميركية المتخصصة أن النجم الشهير هاريسون فورد سيحل محل ويلز في الفيلم. وكتب الممثل الأميركي سلفستر ستالوني، وهو أحد أبطال الفيلم، على موقع التواصل الاجتماعي (تويتر): (ويليس) انسحب وهاريسون سيشارك. نياً رائع. وذكر ستالوني أنه كان ينتظر ذلك منذ سنوات، وكتب: وصفة أمنة للفشل المهني). ولم يوضح ستالوني سبب هجومه على ويلز في التغريدة. وأشار إلى أن أرنولد شوارزنيجر وجاسون ستاثم ودولف لوندجرن وليام هيمسورث شاركو في الجزء الثاني من الفيلم. (تويتر): (ويليس) انسحب وهاريسون سيشارك في الجزء الثالث المقرر تصويره صيف العام المقبل جاكى شان ونيكولاس كيدج.

أنطونيو بانديراس في الجزء الثالث من (ذا إكسباندابلز)

يطل النجم الأميركي، أنطونيو بانديراس، في الجزء الثالث من سلسلة (ذا إكسباندابلز)، الذي ضم مؤخراً وجوهاً جديدة إلى صفوفه مثل ميل غيبسون، وهاريسون فورد. وذكر موقع (ديلاين) الأميركي أن بانديراس انضم إلى الجزء الثالث من السلسلة. ويذكر أن النجم بروس ويليس غادر السلسلة، وحل مكانه فورد، وقد أثلج رحيل الأول قلب النجم سيلفاستر ستالون (67 عاماً) الذي وصف ويليس (58 عاماً) بـ(الجشع والكسول). ويذكر أن ستالون، وويليس، أطلا في الجزأين الأول والثاني من السلسلة، إلى جانب أرنولد شوارزنيجر، وجيسون ستاثم، وتيري كروز، وجيت لي، وميكي رورك، على أن تظهر في الجزء الثالث من السلسلة وجوه جديدة، مثل ميل غيبسون، وكيلين لاتز، وجاكي شان، وويليس سنايس، وميلا جوفوفيتش. ومن المتوقع أن يبدأ إنتاج الجزء الثالث هذا الشهر

منوعات

الفكر

27



صابرين: ما يحدث

لمصر (ما يرضيش ربنا)

أعربت الفنانة المصرية صابرين، عن حزنها الشديد بسبب الأوضاع التي تمر بها مصر حالياً، محملة جماعة الإخوان المسلمين مسؤولية ما وصلت إليه مصر، بسبب دعواتهم لسيرات ومظاهرات، موضحة أن هذه السيرات غرضها تدمير المنشآت وتعطيل الحياة وحرق البلد، وأكدت قائلة: (ما يحدث لمصر ما يرضيش ربنا).



مي القاضي: أنا خجولة .. وأقبل اي نقد يوجه إلي

بدأت الفنانة الشابة مي القاضي مشوارها الفني من خلال المشاركة في مسلسل (خطوط حمراء) مع الفنان أحمد السقا، وكانت خطوة جيدة بالنسبة لها. مي قالت إن أسرتها كانت تعارض دخولها مجال التمثيل، ولكنهم بعد ذلك اختلفوا، مشيرة إلى أنها تخرجت من كلية الإعلام وأخذت بعض الكورسات في التمثيل لتمارس المهنة. الفنانة الشابة قالت إنها تقبل أي نقد يوجه إليها، لافتة إلى أنها خجولة ولا تتكلم كثيراً، وأن البعض فسّر خجلها بأنه غرور وهذا غير صحيح، ولكنها اعتادت على ذلك منذ أن كانت طفلة. مي قالت إنها تتمنى أن ترتبط برجل مخلص ولا تشتت إن كان من داخل الوسط الفني أو خارجه، ولكنها يجب أن تقع في حبه، لافتة إلى أن لديها هوايات كثيرة، وأهمها تربية الكلاب.

ممثلة مسرحية متميزة فاعلة، لكن الظروف المحيطة بلبنان وفيه فرضت تركيزاً على الشاشتين ما دفع بالكثيرين من الفنانين اللبنانيين للقبول بأدوار تلفزيونية متفاوتة المستوى أحياناً، أو سينمائية كونها على ندرتها لا تُرفض، وهي منهنّ. تقلا شمعون، شاركت رمضانياً في مسلسلين هما (جذور) لفيليب أسمر، و(سنعود بعد قليل) لـ الليث حجو وهي تحدثت عنهما، مشيرة إلى أن الفنانين اللبنانيين بدأوا بالتمدد عربياً من خلال الدراما السورية والمصرية:



تقلا شمعون: بدأنا بالتمدد عربياً .. من خلال الدراما السورية والمصرية

• كيف تنظرين إلى حضورك على الشاشة في شهر رمضان الكريم؟
- شاركت في عملين ضخمين ومع زملاء أحترمهم ويمثلون أكثر من بلد عربي.
• لم تكثف في (سنعود بعد قليل) بالتمثيل أمام دريد لحام، بل أشرفت على (الكاستنج) في لبنان؟
- نعم، كانت مهمة جميلة وفيها مسؤولية كبيرة، وكان رشحني لها المنتج السوري الراحل نجيب خير.
• كل المشاركين من لبنان، أنت من رشحهم؟
- نعم، وأشكرهم لأنهم قبلوا أدواراً قصيرة كرمي لوجود الفنان الكبير دريد لحام، وثقة بي، واخترتنا كارمن لبس، نادين الراسي، زياد بو عيسى، بيار داغر، بول سليمان، طلال الجردى، جوزيف جبرائيل، حسن حمدان، محمود ماجد وديانا رزق، في عمل أداره الليث حجو.
• هل كانت المهمة صعبة أو محرجة؟
- بل كانت جميلة.
• ايقاع العمل جيد، والموضوع نابض بحيوية وواقعية؟
- بداية سبتمبر القادم.
• وماذا عن المسلسل الذي صورته في القاهرة؟
- أنجزنا تصويره، وتطلب من فريق العمل عدم الاعلان عن عنوانه أو الكلام عنه حتى تثبت العنوان النهائي.
• يبدو أن لا حس ولا خير عن المسرح؟
- هذه حقيقة، لكن هذا لا يمنع من وجود بعض الأفكار والنصوص لم يتخذ بشأنها بعد قرار نهائي، بانتظار جلاء الأوضاع غير المستقرة في المحيط وانعكاساتها علينا بطريقة أو بأخرى.
• شكيب خوري المخرج الكبير، هل له علاقة بأحد هذه المشاريع؟
- انه أستاذي ولعبت بادارته أهم المسرحيات، نعم له مشروع واحد.



هل ستشارك جيني إسبر في (صبايا) العام المقبل؟



قالت النجمة جيني إسبر إنها على الأغلب لن تشارك في مسلسل صبايا في الجزء المقبل، لأنها لا تملك الوقت الكافي لمشاريع أخرى في الوقت الراهن. ولم تجزم إسبر بصحة ما قيل في الصحافة عن أن كاتبة صبايا نور شيشكلي كتبت 90 حلقة كاملة من هذا العمل، فقالت: قد يكون هذا حصل بالفعل لكن لا مؤكّدات لي.. أعرف أن الأمر بقي في حدود الكلام لا أكثر. زوجها المنتج عماد ضحية.



الفكر

الثوم يحمي من سرطان الرئة



وجدت دراسة جديدة أن تناول الثوم النيئ مرتين في الأسبوع فقط يمكن أن يخفف خطر الإصابة بسرطان الرئة حتى عند المدخنين.

وذكرت صحيفة ديلي ميل البريطانية أن باحثين في مركز محافظة جيانغسو الصيني لمراقبة الأمراض والوقاية منها، وجدوا أن البالغين الذين يتناولون بشكل منتظم الثوم النيئ كجزء من نظامهم الغذائي على الأقل مرتين في الأسبوع هم أقل عرضة بنسبة 44% للإصابة بسرطان الرئة.

كما تبين أن فائدة الثوم هذه ينتفع منها المدخنون أيضاً، إذ أنه يقلل من خطر سرطان الرئة بنسبة تقارب الـ 30%. وكانت دراسات سابقة قد وجدت أن الثوم قد يحمي الرئتين ضد

أعراض مختلفة، كما أنه يحمي من الأورام الخبيثة مثل سرطان الأمعاء.

وفي الدراسة الجديدة، قارن العلماء حالة 1424 مصاباً بسرطان الرئة مع 4500 راشد سليم. وتبين أن الذين يتناولون الثوم النيئ مرتين على الأقل أسبوعياً يقل لديهم بشكل ملحوظ خطر الإصابة بسرطان الرئة حتى وإن دخنوا أو تعرضوا لبخار الأبخرة مرتفعة الحرارة الذي يشكل عاملاً مسبباً أيضاً للمرض.

ومن غير المعروف بعد إن كان الثوم المطبوخ لديه الفائدة عينها. وقال الباحثون في تقريرهم إن الثوم ربما يشكل عامل حماية ضد سرطان الرئة.

الشومر يساعد في التغلب على الإكتئاب والتوتر

كشفت بحوث طبية حديثة، أن تناول السيدات كوباً من شراب الشومر المغلي يساعدهن في مكافحة الاكتئاب والقلق الذي يتناهبهن قبل فترة الدورة الشهرية.

فقد تبين أن لهذه البذور نكهة محببة للكثيرين ذات مذاق عرق السوس إذ يؤدي الشومر دوراً مهماً في إعادة توازن الهرمونات الأنثوية والمسؤولة بشكل كبير على حصول الأعراض السلبية التي تسبق فترة الدورة الشهرية، ومن بينها نوبات الصداع والعصبية الشديدة مع الميل إلى الاكتئاب والتوتر والقلق.

وأشارت البحوث إلى أن ما يقرب من 4/3 السيدات اللواتي يعانين شدة الأعراض السلبية التي تسبق الدورة الشهرية، وهو ما يمثل 40% منهن تؤثر سلباً هذه الأعراض على غالبيةهن ليقعن فريسة لنوبات اكتئاب حاد وتصرفات عصبية حادة. وتظهرت أن مثل هذه الأعراض لها جانب اقتصادي أيضاً، إذ تؤثر هذه الأعراض سلباً في إنتاجية المرأة لتكلف أرباب العمل نحو 3000 ألف جنيه استرليني سنوياً.

ممارسة الرياضة سلاح لتجنب الوزن الزائد

أوصى البروفيسور إنغو فروبوزه رئيس المركز الصحي التابع للجامعة الرياضية الألمانية بمدينة كولونيا بممارسة الرياضة بعد تناول التورتات والحلويات وغيرها من الأكلات الدسمة التي تثير الشهية، موضحاً أن ممارسة بعض الأنشطة الحركية كالشي أو أحد تمارين تقوية العضلات بقليل من التحميل على الجسم، تسهم في الوقاية من اكتساب كيلوجرامات زائدة بعد تناول مثل هذه الأطعمة.

وأشار فروبوزه إلى أن الجلوس لفترات طويلة يعمل على إبطاء عملية التمثيل الغذائي للطعام ويتسبب في تراجع معدلات حرق الطاقة بالجسم؛ لذا أوصى الطبيب الألماني: من المهم أن يتم ممارسة بعض الأنشطة الحركية بين الوجبات الرئيسية.

وعلى الرغم من أنه لا يمكن للجسم الوصول لأعلى معدلات الأداء في هذا الوقت بعد تناول الطعام مباشرة، إلا أن فروبوزه يقول: تمثل ممارسة الأنشطة الحركية البسيطة أفضل وسيلة لزيادة معدل استهلاك الطاقة في الجسم بعد تناول الطعام؛ فعلى سبيل المثال تكفي ممارسة رياضة المشي لمدة نصف ساعة يومياً على رفع معدل التمثيل الغذائي بالجسم، ما يحد بالطبع من اكتساب كيلوغرامات زائدة.



راقصات تؤدين عرضاً خلال مهرجان الرقص الصيفي في طوكيو حيث شاركت سبعة وتسعون فرقة رقص في المهرجان. (أ ب)

قرأت لك



الخس عدو الزهايمر

أثبتت الأبحاث والدراسات التي أجراها خبراء التغذية في إيطاليا أن الخس من أهم المصادر الغنية بحمض الفوليك المفيد للحوامل، كما أنه يقي من مرض الزهايمر، فضلاً عن احتوائه على الألياف الغذائية المفيدة للأمعاء، وأكد خبراء التغذية أن أوراق الخس الخضراء الداكنة اللون غنية بمادة بيتاكاروتين المقاومة للأكسدة، وتناول طبق كبير منها قبل النوم يعمل كمسكن للألم، وينصحون بعدم تقطيعه إلا قبل تناوله مباشرة لكي يحتفظ بعناصره الغذائية، كما يجب حفظه في مكان مظلم في التلاجة لأن تعرضه للضوء يفسد المواد الغذائية فيه. وأشاروا إلى أنها تحتوي على فيتامين (ايه) وفيتامين (بي) وفيتامين(سي). كما أنها غنية بالماء والعناصر المعدنية وأهمها الكالسيوم والفسفور والحديد، والمنغنسيوم، والكبريت، والنحاس، واليود، ولهذا يعتبر الخس مفيداً للصغار والكبار، حيث أنه يقي من الإصابة بهشاشة العظام ويحافظ على أسنانهم أيضاً.

سؤال وجواب

- من هو أشد هذه الأمة في أمر الله؟
- عمر بن الخطاب
- ما مدة نزول القرآن الكريم؟
- 23 سنة
- كم عدد الدول العربية؟
- 22 دولة
- من هي ذات النطاقين؟
- أسماء بنت أبي بكر
- من هو الذي طعن عمر بن الخطاب؟
- أبو لؤلؤة المجوسي.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن حسن كامل الصباح هو أول من صنع جهازاً يخزن أشعة الشمس وتحويلها إلى طاقة كهربائية وذلك في عام 1930 وحسن الصباح لبناني من مدينة النبطية لقب بأديسون الشرق وفتى العلم. أوع بالرياضيات والطبيعات. بعد خدمته العسكرية في الجيش العثماني سافر إلى الولايات المتحدة لدراسة الهندسة حيث التحق بمؤسسة جنرال الكتريك بنيويورك وعمل فيها حتى أصبح المشرف على دائرة المخترعات حيث سجل العديد من اختراعاته واكتشافاته العلمية والتي بلغت حوالي السبعين اختراعاً. قتل في حادث سيارة هناك في ظروف غامضة ونقل جثمانه إلى بلدته حيث دفن فيها.
- يعتبر أهم إنجازات الصباح هو اكتشافه لطريقة يخزن فيها الأشعة الشمسية ليحولها فيما بعد إلى طاقة كهربائية. وقد فتح بهذا الاختراع أمام العلماء والمخترعين أبواباً عديدة.
- هل تعلم أن الصحابي العتيق رشيد الخوري هو أول من اخترع آلة لصف حروف الطباعة العربية وذلك لتسريع عملية انتشار الجرائد. والخوري صحابي عمل في خدمة الصحافة منشئاً جريدة الرموز في بيونس آيرس في الأرجنتين سنة 1908.

قصة العجوز والعمار

ذهبت امرأة عجوز إلى احد العطارين وطلبت منه متصنعة الدلال ان يأتيها بما يرد عليها شبابها، فنظر اليها العطار وقال: ان العطار لا يصلح ما افسده الدهر.. فقالت: لكن الدهر كثيرا ما يخطئ.. فقال: ان خطأ فريما يكون قد ترك وراءه ما يدل على اصل الشيء من مبعثه، وكان يقصد بذلك انها لو كانت في الأصل جميلة فسيبقي اثرها من جمال لكنها عجوز شمطاء دميمة.. فقالت المرأة: ان دراهمي تستطيع ان تصلح ما افسده الدهر.. فقال: وهل يمحك الدهر وقتا لتدفي.. فقالت: نعم انا اعلم ذلك، فالقلب خالبا لا يحمل هما، والعقل فارغا وليس به ما يشغله، والجسد يصلح لحياجر الدنيا ان رأى منها خيرا.. فاقترت العطار الخبيث وقال: حسنا لو كان لي ان اجتمع انا وانت برباط الزوجيه وأصلح ما افسده الدهر ما تأخرت ولكني فارغ الجيب وخالي الوفاض لكن قلبي مازال شابا وقد سرق الدهر ايامي.. فقالت: حسنا سأدفع ثمن ما سرقه الدهر منك وثمن ما فسدته عندي.

تزوج العطار المرأة العجوز وكان يدللها كثيرا متمددا ومن فرط السعادة تعب قلبها ولم يمر من الوقت الكثير حتى افسد الدهر حيلتها وهده حيلها وخطف دقات قلبها ففارقت الدنيا ولم تفرح بعطارها كثيرا لكنه فرح بمائها وتزوج بعروس صغيرة لم يفسد الدهر لديها شيئا.



بفيت احمد المرزوعي



محمد سهيل المرزوعي



روفة خلفان حمد عزاز المرزوعي



سالم احمد الهاملي

متفوق في دراسته. ومتعاون مع زملائه. يهوى الرسم والتلوين. ويتمنى ان يصبح طبيب في المستقبل. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.

متفوق في دراسته. ومتعاون مع زملائه. يهوى الرسم والتلوين. ويتمنى ان تصبح معلمة في المستقبل. وتهدي صورتها إلى جميع الأهل والأصدقاء.