

حديقة الحيوانات بالعين
تستعرض إنجازاتها في يوم
البيئة العالمي

...The Peripheral
البحث عن ظاهرة
تلفزية تسود المشهد العام



نقص الحديد في الجسم .. شعور دائم بالبرد
وعضلات وأنسجة لا تعمل بصورة طبيعية



رصد حيوان وفيرين النادر للمرة الثانية خلال الـ100 عام

أعلنت إدارة الأسماك والحيوة البرية في ولاية كاليفورنيا الأمريكية أنه تم رصد حيوان "لفيرين" البري عدة مرات في كاليفورنيا في مايو-أيار الماضي، وهو ثاني حيوان فقط يتم التحقق منه من قبل الخبراء خلال قرن.

وخلال أسبوعين في مايو-أيار الماضي، تم الإبلاغ عن رصد حيوان وفيرين مرتين في غابة إنيو الوطنية ومرة واحدة في حديقة يوسمايت الوطنية.

وتم تحليل صور ومقاطع فيديو للحيوان من قبل خبراء خدمة الغابات الأمريكية، الذين أكدوا أنه نفس المخلوق بسبب أبعاد جسمه ولونه وحركته.

وقال كبير علماء البيئة في إدارة الأسماك والحيوة البرية دانييل جامونز، في بيان: "تستطيع حيوانات وفيرين السفر لمسافات طويلة، مما يجعل من المرجح أن تكون المشاهدات الأخيرة كلها لنفس الحيوان".

وأضاف جامونز "لأنه تم تأكيد اثنين فقط من حيوان وفيرين في كاليفورنيا خلال الـ100 عام الماضية، فإن هذه الاكتشافات الأخيرة مثيرة".

وتم رصد حيوان وفيرين في البرية في كاليفورنيا منذ عام 2018، كما تم الإبلاغ عن نفس الحيوان عام 2008 داخل منطقة تروكي في غابة تاهو الوطنية.

وقال المتحدث باسم إدارة الأسماك والحيوة البرية تيم دالي: "قد يرى بعض الناس (وفيرين) ولا يدركون أنه نادر للغاية".



لا شك أن الانتفاخ عرض مزعج يؤثر على الجهاز الهضمي. ويحدث ذلك عندما تشعر المعدة بالامتلاء والضيق والتورم نتيجة الكثير من الغازات أو احتباس السوائل. غير أن هناك مجموعة متنوعة من العلاجات الطبيعية المتاحة للمساعدة في تخفيف الانتفاخ ودعم صحة الجهاز الهضمي.

فيما من المهم ملاحظة أن رحلة التخلص من الانتفاخ تبدأ من الأكل اليقظ، لذلك يمكنك التفكير في تضمين بعض الأطعمة مع القدرة على تخفيف اضطراب المعدة.

في السياق كشف استشاري الطب الباطني والسكري في مستشفيات HCG بأحمد آباد بفوجارات في الهند،

مانوج فيثلاني، قائمة بالأطعمة التي تساهم في التخلص من الانتفاخ، وفق ما نقلت صحيفة "الشرق الأوسط" عن موقع "onlymyhealth" الطبي المتخصص:

أطعمة تساهم في التخلص من الانتفاخ .. بينها الخيار والزبادي

- 1 - الزنجبيل يستخدم الزنجبيل لعدة قرون كعلاج طبيعي للعديد من مشاكل الجهاز الهضمي، بما في ذلك الانتفاخ. إذ تساعد المركبات النشطة مثل جينجبرول، في الهضم عن طريق إرخاء عضلات الأمعاء وتقليل الالتهاب، بحسب مجلة "جورنال فودز". ويمكن تناول الزنجبيل بأشكال عديدة، بما في ذلك شاي الزنجبيل، والزنجبيل المشور في وجبات الطعام أو حتى كمكمل غذائي.
- 2 - النعناع يشتهر النعناع بخصائصه المهدئة للجهاز الهضمي. إذ يساعد على استرخاء عضلات الجهاز الهضمي وتخفيف الانتفاخ وعدم الراحة. كما يمكن لفنجان دافئ من شاي النعناع بعد الأكل أن يعزز الهضم الصحي ويقلل الانتفاخ بشكل فعال.
- 3 - الأناناس يحتوي الأناناس على إنزيم يسمى بروميلين يساعد في تكسير البروتينات ودعم الهضم، حيث يساعد هذا الإنزيم في تقليل الانتفاخ عن طريق تحسين عملية الهضم بشكل عام، وفق المركز الوطني للصحة التكميلية. لذا استمتع ببعض الأناناس الطازج كوجبة خفيفة لذينة أو أضفه إلى عصيرك المفضل للحصول على لسة استوائية.
- 4 - البابايا البابايا هي فاكهة استوائية أخرى غنية بالألياف تساعد على الهضم. إذ تحتوي على غراء يساعد في تكسير البروتينات وتقليل الانتفاخ. كذلك يمكن أن تساعد إضافة البابايا إلى نظامك الغذائي في تخفيف الانزعاج الهضمي وتعزيز الانتظام.
- 5 - الشمر يستخدم الشمر منذ فترة طويلة كمساعد في الجهاز الهضمي بسبب خصائصه الطاردة للريح، ما يعني أنه يساعد على طرد الغازات من الجهاز الهضمي. ويمكن أن يخفف من الانتفاخ والتشنجات وعسر الهضم. لذا استمتع بالشمر عن طريق دجه في السلطات أو الشوربات أو عن طريق مضغ البذور بعد الوجبة.
- 6 - الخيار لا يعتبر الخيار مرطباً فحسب، بل إنه فعال أيضاً في تقليل الانتفاخ. إذ يحتوي على نسبة عالية من الماء وهو غني بالألياف، ما يجعله ممتازاً لتعزيز الهضم الصحي. لذا أضف شرائح الخيار إلى السلطات أو اقععه في الماء للحصول على نكهة منعشة.
- 7 - الزبادي يمكن أن يساعد الزبادي، خاصة ذلك الذي يحتوي على مستنبتات حية أو بروبيوتيك، في موازنة بكتيريا الأمعاء وتحسين عملية الهضم. فالبروبيوتيك هي بكتيريا مفيدة تعزز بيئة الأمعاء الصحية وتقلل من الانتفاخ وغيرها من مضايقات الجهاز الهضمي.
- 8 - الهليون هو مدر طبيعي للبول يمكن أن يساعد في تقليل احتباس الماء والانتفاخ. كما أنه يحتوي على ألياف البروبيوتيك التي تغذي بكتيريا الأمعاء وتعزز صحة الجهاز الهضمي. لذا استمتع بالهليون على البخار أو محمصاً قليلاً للحصول على إضافة لذينة ومغذية لوجباتك.
- 9 - البابونج شاي البابونج ليس فقط مهدئاً ومرحباً، لكنه يساعد أيضاً على الهضم. فهو يمتلك خصائص مضادة للالتهابات ويمكن أن يساعد في تخفيف الانتفاخ وعسر الهضم. لذا ارتشف كوباً دافئاً من شاي البابونج بعد الوجبة لتهدئة معدتك وتعزيز صحة الجهاز الهضمي بشكل عام.

رغم السمعة السيئة .. فوائد غير متوقعة لبدائل السكر

حقق العلماء في معهد فرانسيس كريك تقدماً كبيراً في مجال علم المناعة، من خلال اكتشاف أن الحلي الاصطناعي "السكرالوز" يمكن أن يكون له فوائد علاجية. ووجدت الدراسة، التي نشرت في دورية "نيتشر"، أن الفئران التي تغذت على مستويات عالية من السكرالوز شهدت انخفاضاً في تنشيط الخلايا التائية، والتي تلعب دوراً حيوياً في الجهاز المناعي. إذا حصلت هذه التأثيرات على البشر كذلك، سيمنح استخدام السكرالوز علاجاً لتثبيط استجابات الخلايا التائية، مما قد يكون مفيداً للمرضى الذين يعانون من أمراض المناعة الذاتية، وتنشيط "غير منضبط" للخلايا التائية. يستخدم السكرالوز بشكل شائع كمحلي اصطناعي في منتجات الطعام والشراب، وهو أحلى بحوالي 600 مرة من السكر. ومع ذلك، فإن تأثير السكرالوز على الجسم لم يتم فهمه بالكامل بعد. أشارت الدراسات السابقة إلى أنه يمكن أن يؤثر على صحة الإنسان من خلال التأثير على الميكروبيوم، لكن الدراسة الجديدة التي أجراها معهد فرانسيس كريك هي الأولى التي تستكشف تأثيرها على جهاز المناعة. تم تغذية الفئران بالسكرالوز بمستويات تعادل المدخول اليومي المقبول الموصى به من قبل سلطات سلامة الغذاء الأوروبية والأمريكية. لاحظ الباحثون أن الفئران الصابة بأمراض المناعة الذاتية التي تسببها الخلايا التائية قد عانت من آثار مخففة عند تناولها جرعات عالية من السكرالوز.

الدرشة الجماعية في واتساب .. خظيرة جدا على الصحة

رغم أهمية تطبيق واتساب للتواصل العالمي، إلا أنه أصبح في الأعمار الأخيرة، مصدراً رئيسياً لثابت القلق والاكتئاب لدى المستخدمين. ومن بين "الميزات" التي أضافها تطبيق واتساب أخيراً، والتي رفعت من هذه المشاعر، خاصة متابعة حالة الشخص وحلقة كتابته الرسائل، وإن كانت رسالتك قد تم قراءتها أم لا، وكل هذه تصب في رفع مستوى استخدام التطبيق، ورفع مستوى التوتر والترقب غير الصحي. ولكن تبقى خاصية "الدرشات الجماعية"، الأكثر خطورة على الصحة في تطبيق واتساب، وفقاً لموقع "إنديبندينت". يوضح مارك هيسترا، استشاري علم النفس الإكلينيكي في The Summit بمدينة هاي غيت البريطانية: تتميز مجموعات واتساب بجميع أنواع الصفات التي تظهر في البيئات الاجتماعية الأخرى، حيث يتنافس الأفراد على الاهتمام. تتمثل إحدى أكبر المشكلات في أنه كلما زاد عدد الأشخاص في المجموعة، زادت صعوبة العمل على كيفية إنشاء ديناميكيات المجموعة. من الأسهل بكثير، على سبيل المثال، التضامن في مجموعة على أرض الواقع. نتيجة لذلك، يمكن أن تصبح مجموعات واتساب مساحة لا يمكن السيطرة عليها حيث يتم تحويل الأفراد إلى "عناصر خيالية" يمكن أن تعكس مشاعر المرسلين، سواء كانت إيجابية أو سلبية.

مرض نادر يثير القلق بعد عودته القوية

ترقب يعيشه سكان مقاطعة "نيو ساوث ويلز" الأسترالية، بعد وفاة شخص كان يعاني من أعراض المكورات السحائية. وأكدت منظمة الصحة في "نيو ساوث ويلز" أمس الأول الأحد وفاة شخص في الخمسينيات من العمر بسبب المكورات السحائية، بينما يتعافى اثنان من المراهقين في سيدني وشخص في الستينيات من العمر من المرض. التهاب السحايا بالمكورات السحائية هو عدوى جرثومية شديدة للغشاء الذي يغطي الدماغ والحبل الشوكي. التهاب السحايا بالمكورات السحائية وإنتان الدم بالمكورات السحائية يتجانسان عن الجرثومة النيسيرية السحائية، التي تعرف باسم المكورة السحائية وهي تعدي البشر فقط. الأعراض: تنتشر العدوى عن طريق التماس المباشر بمفرزات الأنف والحنجرة. يشعر المرضى بالتعب بشكل عام ويكون لديهم أعراض أخرى تكون خطيرة غالباً، وذلك استناداً إلى المنطقة المصابة. يجري تأكيد التشخيص من خلال التعرف إلى البكتيريا في عينة من النسيج الصلب.

الأمم المتحدة تحذر: الغلاف الجليدي يندثر في العالم

يتواصل عقد المؤتمرات والندوات العلمية الأهمية لبحث سبل تدارك التدهور البيئي وتفاقم تداعيات ظاهرة التغير المناخي الكارثية، وفي هذا السياق دعت منظمة الأمم المتحدة لتنسيق دولي عاجل للتصدي لتبعات تغير المناخ على صعيد تقصص الجليد البحري وذوبان الأنهر الجليدية، والتغيرات السريعة والدائمة أحياناً في الغلاف الجليدي. ويجمع الدول والأقاليم الأعضاء في المنظمة العالمية للأرصاد الجوية البالغ عددها 193 في جنيف، رفعت المنظمة موضوع الغلاف الجليدي ليصبح أحد أولوياتها العليا، نظراً للأثار المتزايدة لتناقص الجليد البحري، وذوبان الأنهار الجليدية، والصفائح الجليدية، والترتة الصقيعية والتلوج على ارتفاع مستوى سطح البحر، والمخاطر المتعلقة بالمياه، والأمن المائي والاقتصادات والنظم الإيكولوجية. وذلك خلال المؤتمر العالمي للأرصاد الجوية، وهو أعلى هيئة لصنع القرار في منظمة (WMO)، الذي عقد من 22 مايو إلى 2 يونيو في جنيف بسويسرا، وركز على سبل معالجة تفاقم تبعات الاحتباس الحراري، ولا سيما على أمن العالم المائي، والتي تطل الجليد البحري والأنهار الجليدية والجليد القطبي. وقرر المؤتمر الدعوة لإجراء دراسات وتنبؤات أكثر تسيقاً، وتبادل البيانات، والبحوث، والخدمات، وزيادة الأنشطة بين الدول الأعضاء، مع زيادة التمويل من الميزانيات والتمويل من خارجها. وأشار الأمين العام للمنظمة بييتري تالاس، في بيان إلى أن "قضية الغلاف الجليدي موضوع ساخن ليس بالنسبة للمنطقتين القطبيتين فقط، بل قضية عالمية".

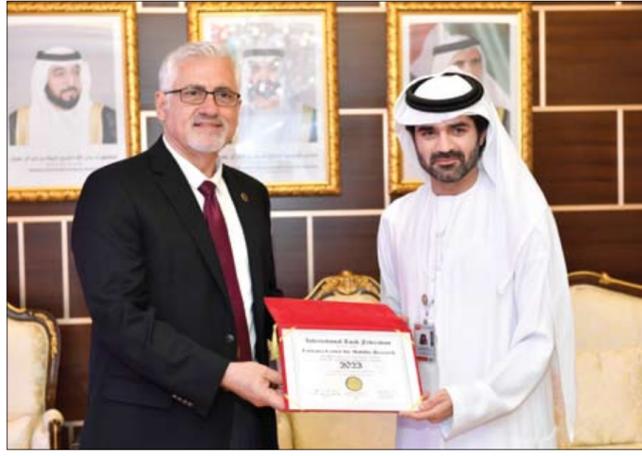


ماذا تعني حساسية الأسنان؟

قالت الرابطة الألمانية لأطباء الأسنان إن سبب حساسية الأسنان للأطعمة والمشروبات الباردة، أو الساخنة، أو الحمضية، أو المحلاة بالسكر، تعرية أنساقها بسبب تآكل اللثة. وأوضحت الرابطة أن سبب التآكل قد يكون بسيطاً مثل تنظيف الأسنان بشكل خطأ مثل استخدام فرشاة صلبة، تكشف اللثة. كما يمكن للتآكل أن يؤثر إلى عامل أخطر مثل التهاب دواعم السن، الذي يؤثر على النسيج الداعم المحيط بالأسنان. ويهدد الالتهاب بخسارة تدريجية في العظم السنخي حول الأسنان، ما قد يؤدي إلى تساقطها إذا لم تعالج. وشددت الرابطة على استشارة الطبيب، خاصة إذا كانت الحساسية مصحوبة بنزيف في اللثة.

هذه هي قصة فيلم الحكيم لدريد لحام

عرض أحدث أفلام الممثل السوري دريد لحام في سوريا لأول مرة يوم 24 مايو-أيار. ويتناول فيلم "الحكيم" حالة الفقد والصدمة التي عاشها كثيرون خلال الحرب الأهلية في البلاد. ويسود الفيلم حول مذكرات طبيب يعيش في ريف حمص الذي شهد قتالاً شرساً خلال الحرب. وتكشف أحداث الفيلم التأثير النفسي للحرب على الشعب السوري الذي ما زال يعاني من الفقد والأضرار واسعة النطاق والصعاب الاقتصادية. وقال المخرج السوري باسل الخطيب "هاي الأفلام عم تعمل تأثير كبير وعم يكون لها مردود معنوي علينا نحن كسوريين، فيالثاني صار فيه رغبة أن نزيد عدد الأفلام، ويتمنى طبعاً من المعنيين عن هاد الإنتاج أن يدعموا الإنتاج السينمائي بسوري قبر الإمكان". وأضاف للتلفزيون رويترز "الحرب اللي مرينا فيها وهي السنوات المؤلمة، هاد شي خلاص محفور بناكرتنا وأنا بشوف هاد واجبنا كأشخاص متاح لهم أن يعملوا مسلسلات وأفلام، واجبنا إنه نوقف ونؤرشف هذا الشيء للأجيال المقبلة".



أول مركز بحثي في الإمارات

مركز الإمارات لأبحاث التنقل ينضم إلى عضوية الاتحاد الدولي للطرق



العديد من المزايا والفوائد التي تدعم أعمال المركز وأهدافه الرامية لخدمة الرؤية التنموية المستدامة التي تتطلع إليها الحكومة الرشيدة مثل: إنشاء شبكة دولية تخلق فرصاً للتواصل مع أفضل الخبراء والمتخصصين في هذا المجال، ودعم قادة الفد بالاستفادة من دعم برامج تدريب الطلبة، والمشاركة بالحلقات الدراسية، والندوات والمؤتمرات التي يُقيمها الاتحاد، مع أفضل الفرص لنشر الأوراق البحثية في مجلة الاتحاد الدولي للطرق الفصلية، إضافة إلى المشاركة في مسابقات مشاريع الطرق والهندسة وفرص تمويل أبحاث الطلبة.

من جانبه قال الأستاذ الدكتور كميل قالوش، رئيس مجلس إدارة الاتحاد الدولي للطرق: "يسعدنا انضمام مركز الإمارات لأبحاث التنقل إلى عضوية الاتحاد الدولي للطرق الذي يهدف إلى تشجيع وتعزيز التنمية وصيانة الطرق لتكون أكثر أماناً واستدامة، إضافة إلى تشجيع تطوير وإدارة شبكات الطرق في جميع أنحاء العالم، حيث تتكامل أهداف المركز مع أهداف الاتحاد من حيث التركيز على التنقل الآمن، والبنية التحتية الفعالة والمستدامة".

واختتم قالوش: "نتطلع قديماً إلى استفادة كافة أعضاء الاتحاد على الصعيد العالمي من البحوث والمشاريع الإبداعية والابتكارية الصادرة عن مركز الإمارات لأبحاث التنقل التي يقوم عليها نخبة من الباحثين والخبراء من مختلف المجالات العلمية المتصلة بقطاع الطرق والمواصلات".

•• العين - الفجر

أعلنت جامعة الإمارات العربية المتحدة عن انضمام مركز الإمارات لأبحاث التنقل إلى عضوية الاتحاد الدولي للطرق، ليكون بذلك أول جهة بحثية أكاديمية في دولة الإمارات تنضم لهذه العضوية.

حضر حفل الإعلان الدكتور حمد عبد الله الجسمي، مدير مركز الإمارات لأبحاث التنقل، ووفد من قيادة الاتحاد الدولي للطرق في الولايات المتحدة الأمريكية برئاسة الأستاذ الدكتور كميل قالوش، رئيس مجلس إدارة الاتحاد الدولي للطرق ومجموعة من الدكاترة والباحثين والخبراء العاملين في المركز، وممثلين عن عدة جهات معنية بقطاع التنقل، ومجموعة من طلبة الجامعة.

وبهذه المناسبة، قال الدكتور حمد الجسمي: "موكبة لإعلان صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة "حفظه الله"، عام 2023، عام الاستدامة، في دولة الإمارات العربية المتحدة، حرص مركز الإمارات لأبحاث التنقل على الانضمام لعضوية الاتحاد الدولي للطرق بهدف تحقيق نظام مواصلات آمن ومتكامل، وفال وصديق للبيئة من خلال التعاون مع المؤسسات غير الربحية والقطاع الخاص والعالم لمضافة الجهود فيما يتعلق بالبحث العلمي وتأهيل الكوادر الوطنية بما يلبي الاحتياجات الحالية والمستقبلية بقطاع التنقل".

واختتم الدكتور حمد تصريحه بالقول: "ستوفر لنا هذه العضوية

بدعم من دائرة التعليم والمعرفة في أبوظبي، استقطب الحدث 42 أكاديمياً وباحثاً من 24 مؤسسة دولية لدفع عجلة تطوير البحث والتعليم التفاعلي

إنسياد تستضيف الاجتماع السنوي الافتتاحي لمجتمع إدارة الواقع الممتد العالمي



هذا النوع من المشاريع مفيد لمهنتي المستقبلية".

خلال اجتماع إدارة الواقع الممتد العالمي، وقعت إنسياد كذلك مذكرات تفاهم مع جامعة السوربون أبوظبي وجامعة الإمارات العربية المتحدة لإدخال التعليم التفاعلي القائم على تقنيات الواقع الافتراضي في هذه المؤسسات وللمزيد من المساهمة في تنمية مواهب مواطني دولة الإمارات العربية المتحدة. صرح البروفيسور محمد ماضي، عميد كلية الإدارة والاقتصاد، جامعة الإمارات العربية المتحدة قائلاً: "تحرص كلية الأعمال والاقتصاد على تزويد أعضاء هيئة التدريس بالتقنيات التعليمية الحالية والناشئة لدعم أساليب التدريس والتعليم الناشئة بالإضافة إلى التدريب اللازم لتمكينهم من تنفيذ تلك التقنيات لدعم نجاح التعلم. لقد قدمنا التعليم التفاعلي القائم على تقنيات الواقع الافتراضي في إنسياد لأعضاء هيئة التدريس لدينا واستخدم اثنا عشر منهم بالفعل حالات قائمة على الواقع الافتراضي في فصولهم الدراسية. واعتقد أن دمج هذه التقنيات التعليمية المتطورة في مناهج الأعمال لدينا سيجعلها أكثر ابتكاراً وجاذبية". كما أشار البروفيسور لورانس رينو، نائب رئيس الشؤون الأكاديمية بجامعة السوربون أبوظبي قائلاً: "بصفتنا مؤسسة مكرسة لتوفير تعليم على مستوى عالمي، تترك جامعة السوربون أبوظبي أهمية الاستفادة من التقنيات المتقدمة لتعزيز مشاركة الطلاب وإثراء تجربة التعلم. ومن خلال هذه الشراكة مع إنسياد في هذه المبادرة الرائدة، تهدف الجامعة إلى دمج أحدث تقنيات الواقع الافتراضي في مناهجها وخلق بيئة تعليمية غامرة وتفاعلية للطلاب تعزز تجربة الطلاب والرحلة التعليمية".

يساهم في جهود التنوع في أبوظبي وتنمية المواهب في المنطقة. تم إجراء أولى تجارب التدريس في جامعة السوربون أبوظبي وجامعة الإمارات العربية المتحدة وجامعة زايد والمدرسة الألمانية الدولية في أبوظبي. ومن منظور تجربة الطالب، علقت الجازي المحبري، طالبة في ماجستير الإدارة والأعمال الدولية بجامعة السوربون أبوظبي قائلة: "لقد أتيت لي الفرصة للتعامل مع تحدي تفاوض في بيئة واقع افتراضي في واحدة من دوراتي في جامعة السوربون أبوظبي. كانت تجربة الواقع الافتراضي تفاعلية بشكل استثنائي، مما جعلني أشعر بأنني حاضرة تماماً في خضم المفاوضات حيث قدمت التوجيه إلى الرئيس التنفيذي، وكانت الفرصة مليئة بالتوتر، واضطرت إلى استخدام مهاراتي في التفاوض بشكل فعال حفاظاً على مصالح الشركة من خلال ذلك التحدي".

قال عبد الله أحمد الشامسي، طالب في صف د. ماري ليوغو المكلف بمهمة إلى المريخ في الواقع الافتراضي في جامعة الإمارات العربية المتحدة: "كانت تجربتي في الواقع الافتراضي مذهلة! كانت أفضل بكثير من تنفيذ المشاريع بالطريقة القديمة. تخلق جلسة الواقع الافتراضي إحساساً بالتواجد بالنسبة لي، وقد تمكنت من الانغماس الكامل في المشهد. لقد أتاحت لي اكتشاف المشاكل في السيناريوهات المختلفة بما في ذلك جميع التقلبات والمعططات وأين كان علينا أن نقرر أولاً كقصد تم مجموعة وهو أمر غير ممكن في الحياة الواقعية. وأفضل جزء في ذلك هو أننا كنا مضطرون للتوصل إلى أفضل قرار كما لو كان الأمر حقيقياً! كانت هذه فرصة رائعة بالنسبة لي لاكتساب فهم عملي لمدة الدورة كطالب موارد بشرية. أعتقد أن



•• أبوظبي - الفجر

كأداة ممتازة للتدريس، لكنها استندت في الأساس إلى دراسات الحالة المكتوبة. وفي السنوات الأخيرة، وبفضل دعم ورؤية دائرة التعليم والمعرفة السخية، أحدثت إنسياد ثورة في هذه الطريقة من خلال التحول من دراسات الحالة التجارية المكتوبة إلى تجارب التعليم التفاعلي باستخدام تقنيات الواقع الافتراضي. لقد ثبت أن التعلم القائم باستخدام الواقع الافتراضي يوفر تعلمًا أسرع واحتفاظًا أفضل بالمعلومات، مع السماح للطلاب بحل المشكلات الصعبة والمعقدة بفاعلية".

وقال الدكتور أحمد الشامسي، المدير التنفيذي لقطاع التعليم العالمي في دائرة التعليم والمعرفة: "يسعدنا دعم شركائنا في إنسياد لتوسيع نطاق منهجية التعليم التفاعلي القائم على تقنيات الواقع الافتراضي وتقديمها في المزيد من الجامعات والمؤسسات المحلية والعالمية. ندرك أهمية تكيف نظامنا التعليمي مع مشهد عالمنا المعاصر المتغير باستمرار، وتعزيز التجارب التعليمية الجديدة في واقع القطاع المدفوع بالتكنولوجيا. وينسجم دعم برنامج الواقع الافتراضي التفاعلي من إنسياد مع التزامنا بالتركيز على تعليم التكنولوجيا لبناء مواهب قادرة على تلبية احتياجات مستقبل سوق العمل. كما ونسعى من خلال هذا التعاون إلى تمهيد الطريق أمام طلبةنا للحصول على تجارب تعليمية تفاعلية ومتكاملة، وتمكينهم من اكتساب معرفة عملية مرتبطة بواقع سوق العمل، ودعم القوى العاملة الحالية من صقل خبراتهم ودعمها بالمعارف الحديثة التي تعزز نجاحهم".

تماشياً مع رؤية إنسياد للأعمال باعتبارها قوة تحقق الصالح العام، تمثل الكلية على إتاحة طريقة التدريس للمؤسسات الأخرى في أبوظبي، مما

قدم الاجتماع - الذي عُقد في الفترة من 4 إلى 6 يونيو 2023 في حرم إنسياد الشرق الأوسط في أبوظبي (الإمارات العربية المتحدة) - منتدى للأكاديميين الذين يستخدمون تقنيات الواقع الممتد في البحث والتعليم من جميع أنحاء العالم.

أقيم الحدث بناء على مبادرة إنسياد للتعليم التفاعلي القائم على تقنيات الواقع الافتراضي، وهي مركز عالمي للتميز في حرم إنسياد الشرق الأوسط، والتي أنشأت أكبر مكتبة في العالم للواقع الافتراضي لتعليم الإدارة من خلال 20 تجربة تعليمية تفاعلية قائمة على تقنيات الواقع الافتراضي. تعد إنسياد مؤسسة رائدة في دمج التقنيات التفاعلية في تعليم إدارة الأعمال. ومن خلال استضافة الحدث الذي يستغرق ثلاثة أيام، تقود الكلية جهود بناء مجتمع إدارة عالمي تفاعلي قائم على تقنيات الواقع الافتراضي. حضر الحدث 42 أكاديمياً من 24 مؤسسة أكاديمية حول العالم (ومن بينها: كلية هارفارد للأعمال وكلية بوث للأعمال بجامعة شيكاغو وكلية هاس للأعمال في جامعة كاليفورنيا بيركلي وكلية وارويك للأعمال وإنسياد وكلية كوينهاغن للأعمال). كان الحدث عبارة عن منتدى للأكاديميين لطرح ومناقشة أحدث تجارب الواقع الافتراضي ونتائج البحث والمشاريع الابتكارية والأفكار الجديدة للتعاون.

صرح البروفيسور بيتر زيمسكي، عميد الابتكار لدى إنسياد قائلاً: "على مدار الستين عاماً الماضية، استخدمت كليات إدارة الأعمال طريقة الحالة

حديقة الحيوانات بالعين تستعرض إنجازاتها في يوم البيئة العالمي

5 و من العبوات المعدنية إلى جانب 400 كج من النفايات الالكترونية. وساهمت عملية إعادة تدوير كميات النفايات على خفض الغازات الدفينة، والمحافظة على الطاقة بمقدار 391 مليون وحدة حرارية، إضافة إلى الحفاظ على 117 متراً مكعباً من مساحة مكب النفايات، وعدد 232 من الأشجار وحفظ 1810 جالونا من الجازولين. تحرص الحديقة على توعية مختلف فئات الجمهور مثل الزوار والمجتمع والموظفين بأهمية الحفاظ على البيئة والموارد الطبيعية وصون الطبيعة وحماية الحياة البرية من خلال الاحفاء بالمناسبات البيئية والتوعية وتنظيم الفعاليات والورش والمحيمات وغيرها.

على الحياة الفطرية من خلال استعراض فيلم وثائقي عن "الغرق في بلاستيك" للموظفين في مركز الشيخ زايد لعلوم الصحراء، وطرح ورش متنوعة مثل التوعية برموز اللعب البلاستيكية وتصنيف النفايات وإعادة التدوير إضافة إلى توزيع عبوات معدنية قابلة لإعادة التعبئة على الزوار وموظفي الحديقة للتقليل من استخدام عبوات المياه البلاستيكية واستخدام العبوات المعدنية القابلة لإعادة التعبئة كبديل لها.

ومن أهم الانجازات التي قامت بها الحديقة في المجال البيئي هو خفض استهلاك عبوات المياه البلاستيكية بعدد 6880 حتى أغسطس 2022 إلى جانب إعادة تدوير 3761 كج من الورق و 480 كج من البلاستيك و 170 كج من الجبر

•• العين - الفجر

تستعرض حديقة الحيوانات بالعين جهودها في مجال الحياة البرية وصون الطبيعة والاستدامة وذلك بالتزامن مع اليوم العالمي للبيئة الذي يوافق الخامس من يونيو من كل عام. بدأت أول عملية لإكثار المها العربي على يد الوالد المؤسس المغفور له - بإذن الله تعالى - الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان "طيب الله ثراه"، توالى بعدها تشتمل عدداً من الدراسات والبرامج والبحوث مثل برنامج إكثار قط الرمال العربي ونشر استراتيجيات حماية غزال الداما الأفريقي.

من هذا المنطلق، قامت الحديقة بتنظيم فعالية بعنوان "دحراثلوك البلاستيكي" للتعريف عن مخاطر البلاستيك



منوعات الفكر 23



يعد الحديد من العناصر المعدنية المفيدة والضرورية لجسم الإنسان، لأنه يدخل في تركيب الهيموغلوبين الذي يساعد على نقل الأكسجين إلى جميع مناطق الجسم.

وعند نقص الحديد في الجسم لا تعمل عضلات وأنسجة الجسم بصورة طبيعية، ما قد يؤدي إلى فقر الدم، الذي يعد من بين أسبابه، فقدان الدم بكثرة، وسوء التغذية وعدم انتظامها، وسوء امتصاص الحديد.

يدخل في تركيب الهيموغلوبين الذي يساعد على نقل الأكسجين إلى جميع مناطق الجسم

نقص الحديد في الجسم . . شعور دائم بالبرد وعضلات وأنسجة لا تعمل بصورة طبيعية



يمتلكون ما يكفي من خلايا الدم الحمراء لتوفير الأكسجين لأنسجتهم. وأضاف: "إذا كنت لا تحصل على ما يكفي من الأكسجين في أنسجة جسمك، فلن يكون لديك إحساس طبيعي بالحرارة والبرودة".

شعور دائم بالتعب
عندما لا يكون هناك ما يكفي من الحديد في الجسم، فإن النتيجة هي عدم القدرة على إنتاج ما يكفي من مادة تمكنها من حمل الأكسجين. والنتيجة تجعل الشخص يشعر بالتعب

استمرار. ومن العلامات الأخرى التي يمكن ملاحظتها إلى جانب التعب هي الشعور بالإرهاق.

الأعراض الرئيسية لنقص الحديد تشمل العلامات الأخرى التي قد تعني أن لديك مستويات منخفضة من الحديد ما يلي:

- خفقان في القلب
- تورم وتقرح في اللسان والفم
- تملل في الساقين
- أظافر هشّة
- وتتضمن علامات انخفاض مستويات الحديد لدى الأطفال أيضا:
- التعب
- الضعف
- الشحوب
- التهيج
- الدوار الخفيف

ويعد انخفاض مستويات الحديد أمرا شائعا ويمكن أن يؤدي إلى فقر الدم الناجم عن نقص الحديد. والأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بهذا المرض هم النساء في فترة ما قبل انقطاع الطمث لأنهن بحاجة إلى أكثر من ضعف كمية الحديد التي يحتاجها الرجال بسبب الدورة الشهرية وفقدان الدم.

وتحتاج النساء الحوامل أيضا إلى نسبة 50% أكثر من الحديد للمساعدة في نمو أطفالهن. وتشمل مجموعات الخطر الأخرى النباتيين لأن

مشكلة في امتصاص الحديد
فقدان الدم

ويمكن أن تشمل أعراض نقص الحديد ما يلي:

يحذر الدكتور فيكاش مودي من أن "برودة اليدين والقدمين يمكن أن تكون نتيجة لفقر الدم الناجم عن نقص الحديد". ويعاني المصابون بفقر الدم من ضعف الدورة الدموية في جميع أنحاء أجسامهم لأنهم لا

الأطعمة النباتية تحتوي في الغالب على الحديد غير الهيم non-heme iron الذي لا يتم امتصاصه بسهولة مثل النوع الموجود في اللحوم. لكن هذه المجموعات ليست الوحيدة المعرضة لنقص الحديد، وإذا كنت تشعر دائما بالبرد والتعب، فقد يعني ذلك أنك بحاجة إلى زيادة مستويات الحديد لديك.

وتشمل الأسباب الرئيسية لانخفاض مستويات الحديد ما يلي:

- عدم تناول ما يكفي من الأطعمة الغنية بالحديد

هل يمكن لبخاخ جديد للأنف أن يقضي على الصداع النصفي؟

قد يساعد رذاذ الأنف يمكن تنشقه مرة واحدة في اليوم لمنع الصداع النصفي. ويحتوي الرذاذ، الذي يتم تجربته من قبل مئات الأشخاص في الولايات المتحدة، على هرمون الأوكسيتوسين. وعلى الرغم من أن الأوكسيتوسين يرتبط كما هو شائع بإثارة تقلصات أثناء المخاض، إلا أنه يمتلك أيضا خصائص مسكنة للألم.



غير معروفة. وعند رشه في الأنف، يلتصق الأوكسيتوسين بالخلايا العصبية ثلاثية التوائم، ويقطع إشارات الألم، بينما يوقف إطلاق CGRP أيضا. ويحتوي الرذاذ على المغنيسيوم أيضا، ما يساعد الأوكسيتوسين على الالتصاق بالخلايا العصبية. ويؤدي استخدام رذاذ الأنف بدلا من الدواء أو الحقن عن طريق الفم إلى تركيز الدواء في المنطقة التي يحتاجها، ما يقلل من مخاطر الآثار الجانبية الجهازية. وخلال التجربة الجديدة، التي يقودها معهد ميشيغان للصداع والأعصاب في الولايات المتحدة، سيستخدم 300 مريض رذاذ الأوكسيتوسين أو رذاذ الدواء الوهمي مرة أو مرتين يوميا لمدة ثلاثة أشهر. وسيقوم الأطباء بعد ذلك بفحص وتيرة نوبات الصداع النصفي لدى المشاركين. وقال الدكتور أندرو داوسون، الرئيس السريري في NHS East Bromley Headache & Kent Services: "هذا بحث مثير للاهتمام. ومن الجيد دائما أن نرى التفكير الإبداعي يتم اختباره في حالة تسبب الكثير من الإعاقة ولا تزال غير مفهومة جيدا وهي بدون علاجات فعالة عالميا. هناك سبب منطقي لدراسة CGRP. إنه بروتين تمت دراسته على نطاق واسع وثبت في النهاية أن الصداع النصفي مرتبط به. أنا متأكد من أن البروتينات الأخرى سيتم تحديدها أيضا على أنها تلعب دورا ما".

المرور على طول العصب الثلاثي التوائم، العصب الرئيسي في الرأس. وينقل العصب الثلاثي التوائم المعلومات الحسية من الوجه، بما في ذلك فروة الرأس والجيئة والمنطقة المحيطة بالعين، إلى الدماغ، ويشارك في معظم حالات الصداع النصفي. ويوقف الرذاذ أيضا الخلايا العصبية الثلاثية التوائم عن إطلاق مركب البيبتيد المرتبط بجين الكالسيتونين (CGRP)، والذي يزيد أثناء الصداع النصفي. ويتسبب CGRP في حدوث الالتهاب والألم ويسبب استمرار الصداع لفترة أطول، على الرغم من أن الآلية الدقيقة

الصداع النصفي، وبالنسبة للصداع النصفي المتكرر أو الشديد، يتم استخدام الأدوية بما في ذلك توبيراميت (الذي يستخدم عادة لعلاج النوبات) وبروبرانولول (دواء لارتفاع ضغط الدم) للمساعدة في منع المزيد من النوبات. ومع ذلك، فهذه ليست مناسبة أو لا تعمل لجميع الأشخاص، ويمكن أن تسبب آثارا جانبية، مثل مشاكل النوم والشهية. ويُعرف بخاخ الأوكسيتوسين باسم -TNX 1900، ويقصد استخدامه مرة أو مرتين يوميا كإجراء وقائي. إنه مصمم للتخلص من الصداع عن طريق منع إشارات الألم من



الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
محكمة عجمان الشرعية

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان بالنشر
صادر عن محكمة عجمان الشرعية
في الدعوى رقم 2023/375 أحوال

إلى المدعي عليه/ عمر عبدالله محمد احمد سليمان، يمتني الجنسية
مجهول محل الإقامة خارج الدولة.

بما أن المدعي/ جهاد حمدي محسن ناخي سعيد
قد أقامت عليه الدعوى الشرعية المذكورة بالرقم أعلاه أمام هذه المحكمة.
للمطالبة به/ بالطلاق للضرر - مؤخر صدافها - نفقة مئمة وعدة ونفقة زوجية - إثبات حضانه نفقة
صغيرة - سداد الرسوم الدراسية للصغيرة - مصروفات تجديد الإقامة للصغيرة - تأمين صحي مناسب
للصغيرة - بدل مسكن زوجية - بدل أثاث مسكن حضانه - سداد فواتير الكهرباء والمياه والإنصالات -
كسوة للتعدين وللحضانة - بدل مواصلات - تسليم المدعية الوثائق الخاصة بها.
وهد حذرت المحكمة جلسة: الخميس 2023/8/3 للنظر في الدعوى. فأنت مكلف بالحضور شخصياً أو
من يوثق عندك رسمياً أمام هذه المحكمة في الموعد المذكور للرد على الدعوى، وفي حالة تخلفك من الحضور
في الموعد المحدد، فإن المحكمة ستنظر في الدعوى وتصدر حكمها غيابياً.
تحريراً في يوم الخميس الموافق 2023/6/1 م.

القاضي

حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان بالنشر
إمارة دبي - دائرة محاكم دبي
محكمة الأحوال الشخصية
إعلان تغيير اسم

تقدم/ ليتنا / غلوم حسن محمد غلوم، إماراتي الجنسية
الى محكمة الأحوال الشخصية بطلب تغيير اسم الأول
من (غلوم) الى (عبدالله) وعلى من لديه اعتراض ان
يتقدم به الى المحكمة المذكورة خلال شهر من تاريخ
نشر هذا الاعلان.

قسم خدمات الاحوال الشخصية

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : ايه & ام الانصاري لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 1- 2903 ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد بن سلطان
ال نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس :
04-2955598 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد
تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية كسبت تأييم للتجارة - ذ م م
وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 14/4/2023 والموافق لدى كاتب
العدل محاكم دبي بتاريخ 14/4/2023 وعلى من لديه أي اعتراض
أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان
المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال
(45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : كسبت تأييم للتجارة - ذ م م
العنوان : مكتب رقم 702 ملك مريم علي عبدالله فرقاش - نايف - الشكل القانوني
: ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 706483 رقم القيد بالسجل التجاري :
1133430 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في
السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي
بتاريخ 14/4/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 14/4/2023
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ايه & ام الانصاري
لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 1- 2903 ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد
بن سلطان ال نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس :
04-2955598 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45)
يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - تعز الدين محمد الكوميا
إخطار دفع في القضية رقم 2022/0005364 SHCEXCIREA2022/0005364 مدني (جزئي)

إلى المحكوم عليه : تعز الدين محمد الكوميا
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ الماتق لتأجير السيارات خليل موسى عباس احمد الجسمي
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك
وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 10850.0 درهم
لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً
من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة
ستتخذ بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - ايم احمد صلح محمد حجاب
إخطار دفع في القضية رقم 2023/0003709 SHCEXCIBOUNCE2023/0003709 شيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : ايم احمد صلح محمد حجاب
العنوان : الشارقة مجاز رقم (2) بناية ياسات (1) عمقة رقم (404)
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ محمود سعيد محمد سلامه، الجنسية مصري
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن
الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 74300.0 درهم
لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (مدة) 7 أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكلف (ين) بحضور جلسة
يوم - الموافق - الساعة - أمام المحكمة المذكورة. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ
بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان بطلب مقدم (بالنشر)
في القضية رقم 2019/0000766 AJCEXCICIVS2019/0000766 مدني

إلى المحكوم عليه (1) محمد اشفاق عبدالرزاق - العنوان : إمارة حجامان - الجهرام - شارع التنيف - فيلا
رقم 7 - هاتف 050/6465936، رقم مكاني 4738509403
تعملكم بان دائرة التنفيذ في محكمة عجمان الاحادية - محكمة التنفيذ المدنية - قد قررت في التاريخ
المذكور إعلانكم بما طالية (3) التنفيذ : مصرف عجمان ش م ع
قد تقدم اليها بطلب (إعلان منفذ ضدك بسداد المبلغ المنفذ به 1.091.044 درهم خلال (15) تحت
مطالبة بيع العقار العائله له رقم سند المئكي 104220793 بمنطقة الجرف 2 بإمارة عجمان والموهون
لصالح طالب التنفيذ. - اعمال نشأه لعدد 2/288 من المرسوم بقانون المادي رقم 42 لسنة 2022
بمصادر قانون الإجراءات المدنية تمهيداً ببدء بإجراء الطعن.
وذلك للمطالبة ببيع العقار 1.091.044 درهم.
لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) أيام من تاريخ إعلانك
/ إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ بحسبك إجراءات التنفيذ
الجبري المقررة قانوناً.

محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان
تعن وزارة الاقتصاد بأن السادة/ برايس ووتر هاوس كوبرز فرع شركة
(مركز دبي المالي العالمي) مقيدة في سجل الشركات الأجنبية لدى الوزارة
تحت رقم (1080). وقد تقدمت الشركة الى الوزارة بطلب لتعديل
الاسم التجاري ليصبح برايس ووتر هاوس كوبرز شركة محدودة فرع
دبي وتعديل بياناتها في سجل الشركات الأجنبية تبعاً لذلك. يرجى من
السادة أصحاب الحق التقدم باعتراضهم الى الوزارة في موعد لا يتجاوز
اسبوع من تاريخ نشر هذا الإعلان.
تحريراً في 5/6/2023

أحمد علي الجوسني
مدير إدارة التسجيل التجاري

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : ام ايه اف للتدقيق والمحاسبة والاستشارات
العنوان : مكتب رقم 1010-1011 ملكا الشيخ سعيد بن مكتوم بن راشد - بر دبي
- الوصل - هاتف : 04-4328643 فاكس : 04-4208143 بموجب هذا
تعن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية
ام اس كيو للخدمات الغذائية ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ
14/5/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 14/5/2023
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن
بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية
وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : ام اس كيو للخدمات الغذائية ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 364-205 ملك صندوق دبي لدعم الماني - الفوز الثالثة -
الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 673021 رقم القيد
بالسجل التجاري : 1098192 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي
بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك
بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 3/6/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي
بتاريخ 14/5/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين
ام ايه اف للتدقيق والمحاسبة والاستشارات العنوان : مكتب رقم 1010-1011
ملك الشيخ سعيد بن مكتوم بن راشد - بر دبي - الوصل - هاتف : 04-4328643
فاكس : 04-4208143 بموجب هذا أعلن المصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان مدعي عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2023/0002915 SHCFICICIVS2023/0002915 مدني

إلى المدعي عليه : ييسب كول تركيب أنظمة التكييف لملكها رضوان
ابراهيم بيطار - مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسة 5/6/2023 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب
مدير على رقم 4) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة
جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد
على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك مع كافة المستندات والأوراق الثبوتية
أعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 2/6/2023 م.

مكتب الخدمات القضائية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 2023/0003795 SHCFICICPL2023/0003795 امر اداء

إلى : المحكوم عليه / حسام السعداوي رمضان محمد عفيفي
العنوان : 9811744
نحيطكم علماً بأنه بتاريخ 15/5/2023 قد حكمت عليك
هذه المحكمة في الدعوى بالرقم أعلاه
لصالح / امل خالد المصري - بالتالي : نص الحكم
تأمر بالزام المتقدم ضده بان يؤدي للطالب مبلغ 1500 درهم
(الف وخمسمائة درهم) والرسوم والصاريف ورفضت ما عدا
ذلك.

المحكمة الابتدائية المدنية

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : ام ايه اف للتدقيق والمحاسبة والاستشارات
العنوان : مكتب رقم 1010-1011 ملكا الشيخ سعيد بن مكتوم بن راشد - بر دبي
- الوصل - هاتف : 04-4328643 فاكس : 04-4208143 بموجب هذا
تعن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية
ام اس كيو للخدمات الغذائية ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ
14/5/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 14/5/2023
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن
بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية
وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : ام اس كيو للخدمات الغذائية ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 364-205 ملك صندوق دبي لدعم الماني - الفوز الثالثة -
الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 673021 رقم القيد
بالسجل التجاري : 1098192 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي
بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك
بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 3/6/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي
بتاريخ 14/5/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين
ام ايه اف للتدقيق والمحاسبة والاستشارات العنوان : مكتب رقم 1010-1011
ملك الشيخ سعيد بن مكتوم بن راشد - بر دبي - الوصل - هاتف : 04-4328643
فاكس : 04-4208143 بموجب هذا أعلن المصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : ام ايه اف للتدقيق والمحاسبة والاستشارات
العنوان : مكتب رقم 1010-1011 ملك الشيخ سعيد بن مكتوم بن راشد -
بر دبي - الوصل - هاتف : 04-4328643 فاكس : 04-4208143 بموجب هذا
تعن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه
لتصفية اول فاميلي للتجارة - ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ
3/6/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 14/5/2023 وعلى
من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي
على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : اوول فاميلي للتجارة - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 103 ملك صندوق دبي لدعم الماني - الفوز الثالثة - بر دبي الشكل
القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 1050810 رقم القيد بالسجل
التجاري : 1708583 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد
تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب
قرار محاكم دبي بتاريخ 3/6/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ
14/5/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ام
ايه اف للتدقيق والمحاسبة والاستشارات العنوان : مكتب رقم 1010-1011
ملك الشيخ سعيد بن مكتوم بن راشد - بر دبي - الوصل - هاتف : 04-4328643
فاكس : 04-4208143 بموجب هذا أعلن المصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان مدعي عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2023/0003716 SHCFICICOMS2023/0003716 تجاري

إلى المدعي عليه : المحب تجاره المراسمك والادوات الصحية ويعملها قانونياً
مجهول محل الإقامة
الحكم بالزام المدعي عليها بمبلغ وقدره 2168532 درهم مليوناً ومائة وثمانية وستون الف
وخمسمائة وثمان وثلاثون درهماً وإماراتي والفائدة القانونية بقيمة 12% من قيمة المطالبة
وحتى السداد التام. الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل اتعاب الحمامة.
انت مكلف بالحضور بجلسة 12/6/2023 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة
الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 10) شخصياً او
بواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك
خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها
أعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 1/6/2023 م.

مكتب الخدمات القضائية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة عجمان الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - بزن احمد محمد الصالحه
إخطار دفع في القضية رقم 2023/0002514 SHCEXCICIVS2023/0002514 مدني

إلى المحكوم عليه : بزن احمد محمد الصالحه
العنوان : لم يتم الاستدلال على عنوانه ومرفق تحري الهجرة والجوازات
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ ختام خلف زايد العبدوي، الجنسية اردني
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك،
وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف : 7352.0
لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكلف (ين)
بحضور جلسة يوم - الموافق - الساعة - أمام المحكمة المذكورة. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك
فإن المحكمة ستتخذ بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - سليمان علي حسن حسين الرئيسي
إخطار دفع في القضية رقم 2023/0003698 SHCEXCICIVS2023/0003698 مدني

إلى المحكوم عليه : سليمان علي حسن حسين الرئيسي
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ النجم التجاري الفروضات
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك،
وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 9016.0 درهم
لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ
بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان مدعي عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 2023/0003716 SHCFICICOMS2023/0003716 تجاري

إلى المدعي عليه : المحب تجاره المراسمك والادوات الصحية ويعملها قانونياً
مجهول محل الإقامة
الحكم بالزام المدعي عليها بمبلغ وقدره 2168532 درهم مليوناً ومائة وثمانية وستون الف
وخمسمائة وثمان وثلاثون درهماً وإماراتي والفائدة القانونية بقيمة 12% من قيمة المطالبة
وحتى السداد التام. الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل اتعاب الحمامة.
انت مكلف بالحضور بجلسة 12/6/2023 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة
الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 10) شخصياً او
بواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك
خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها
أعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 1/6/2023 م.

مكتب الخدمات القضائية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان بالنشر
الدعوى رقم 2023/2060 تجاري - دبي

إلى المدعي عليه / محمد راشد بدر محمد بدر الدين مالك - مجهول محل
الإقامة، بما أن المدعي/الطاف الرحمن منصف خان قد أقام ضدك الدعوى المشار
اليها أعلاه، وحكمت محكمة الشارقة الابتدائية المؤفزة بتعيين الخبير الحسابي
صاحب الدور للنظر في أمر الدعوى، وحيث أنك لم تحضروا جلسة النطق
بالحكم، يرجى العلم أنه قد حددت يوم الخميس الموافق 2023/6/8 الساعة
الواحدة والنصف مساءً (pm 1:30) كموعد لجلسة الخبرة مع بعد سير
تطبيق Microsoft Teams. ويتعين عليكم التواصل
معنا بموعد سابق على رقم هاتفنا 0561186300 وتزويدنا برقم هاتفكم
لتزويدكم برابط الاجتماع وأن تقوموا بتقديم كافة الوثائق والمستندات التي تؤيد
موقفكم في الدعوى.

الخبير الحسابي / محمد عطيه شاهين

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - ثرات ش م ج وبهتلها السيد /معتز
مصطفى سيد ابراهيم الدكروي - الجنسية : مصر ، بعينه (مديرها)
إخطار دفع في القضية رقم 2023/0003126 SHCEXCICIVS2023/0003126 مدني

إلى المحكوم عليه : ثرات ش م ج وبهتلها السيد /معتز مصطفى سيد ابراهيم الدكروي -
الجنسية : مصر ، بعينه (مديرها)
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ الشركة العربية المشتركة للخدمات الاحادية - ش ذ م م
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك،
وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 45294.0
لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ
بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان بالنشر
الدعوى رقم 2022/16 تجاري جزئي دبي

إلى المدعي عليها / الاحمدية للمقاولات والتجارة ذ.م.م.
بما أن المدعي/ عثمان للدكتور (ش.ذ.م.م).
قد أقام عليك الدعوى 2022/2650 تجاري جزئي دبي، وقد تم نذب لجنة
خبراء ثلاثية بناءً على الحكم التمهيدي الصادر من عدالة المحكمة ذا فأنت
مكلفين بالحضور أو من يملك قانونياً بحضور اجتماع الخبرة المقرر يوم الاثنين
12 يونيو 2023 في تمام الساعة 03.00 مساءً، وعليكم التواصل مع الخبرة
عبر البريد : CEO@almarsat.com
هاتف : 0577009805

الحكم والخبير الهندسية
محمد جمال شيدوني

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان بالنشر لجلسة خبرة حسابية
الدعوى رقم 2023/0000646 SHCFICIREA2023/0000646

إلى المدعي عليه السيد / محمد راشد بدر محمد بدر الدين مالك - مجهول محل
الإقامة، بما أن المدعي/الطاف الرحمن منصف خان قد أقام ضدك الدعوى المشار
اليها أعلاه، وحكمت محكمة الشارقة الابتدائية المؤفزة بتعيين الخبير الحسابي
صاحب الدور للنظر في أمر الدعوى، وحيث أنك لم تحضروا جلسة النطق
بالحكم، يرجى العلم أنه قد حددت يوم الخميس الموافق 2023/6/8 الساعة
الواحدة والنصف مساءً (pm 1:30) كموعد لجلسة الخبرة مع بعد سير
تطبيق Microsoft Teams. ويتعين عليكم التواصل
معنا بموعد سابق على رقم هاتفنا 0561186300 وتزويدنا برقم هاتفكم
لتزويدكم برابط الاجتماع وأن تقوموا بتقديم كافة الوثائق والمستندات التي تؤيد
موقفكم في الدعوى.

الخبير الحسابي / محمد عطيه شاهين

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان بالنشر
الدعوى رقم 2023/2060 تجاري - دبي

إلى المدعي عليه / محمد راشد بدر محمد بدر الدين مالك - مجهول محل
الإقامة، بما أن المدعي/الطاف الرحمن منصف خان قد أقام ضدك الدعوى المشار
اليها أعلاه، وحكمت محكمة الشارقة الابتدائية المؤفزة بتعيين الخبير الحسابي
صاحب الدور للنظر في أمر الدعوى، وحيث أنك لم تحضروا جلسة النطق
بالحكم، يرجى العلم أنه قد حددت يوم الخميس الموافق 2023/6/8 الساعة
الواحدة والنصف مساءً (pm 1:30) كموعد لجلسة الخبرة مع بعد سير
تطبيق Microsoft Teams. ويتعين عليكم التواصل
معنا بموعد سابق على رقم هاتفنا 0561186300 وتزويدنا برقم هاتفكم
لتزويدكم برابط الاجتماع وأن تقوموا بتقديم كافة الوثائق والمستندات التي تؤيد
موقفكم في الدعوى.

الخبير الحسابي / محمد عطيه شاهين

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - ثرات ش م ج وبهتلها السيد /معتز
مصطفى سيد ابراهيم الدكروي - الجنسية : مصر ، بعينه (مديرها)
إخطار دفع في القضية رقم 2023/0003126 SHCEXCICIVS2023/0003126 مدني

إلى المحكوم عليه : ثرات ش م ج وبهتلها السيد /معتز مصطفى سيد ابراهيم الدكروي -
الجنسية : مصر ، بعينه (مديرها)
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ الشركة العربية المشتركة للخدمات الاحادية - ش ذ م م
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك،
وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 45294.0
لذلك أنت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتخذ
بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان بالنشر
الدعوى رقم 2022/16 تجاري جزئي دبي

إلى المدعي عليها / الاحمدية للمقاولات والتجارة ذ.م.م.
بما أن المدعي/ عثمان للدكتور (ش.ذ.م.م).
قد أقام عليك الدعوى 2022/2650 تجاري جزئي دبي، وقد تم نذب لجنة
خبراء ثلاثية بناءً على الحكم التمهيدي الصادر من عدالة المحكمة ذا فأنت
مكلفين بالحضور أو من يملك قانونياً بحضور اجتماع الخبرة المقرر يوم الاثنين
12 يونيو 2023 في تمام الساعة 03.00 مساءً، وعليكم التواصل مع الخبرة
عبر البريد : CEO@almarsat.com
هاتف : 0577009805

الحكم والخبير الهندسية
محمد جمال شيدوني

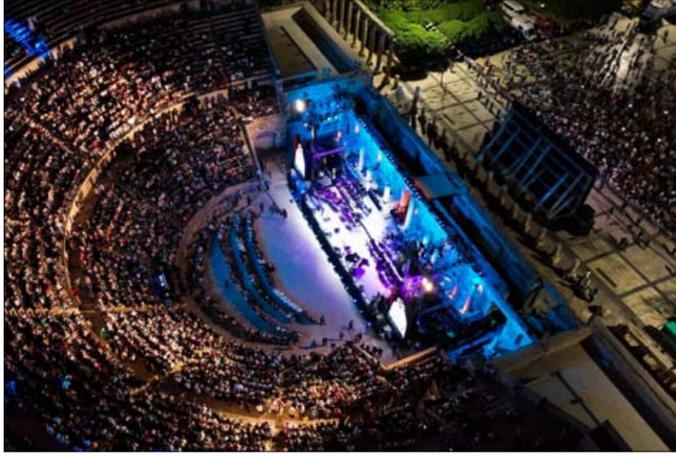
الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٦٧ بتاريخ ٢٠٢٣/٦/٦

إعلان بالنشر لجلسة خبرة حسابية
الدعوى رقم 2023/0000646 SHCFICIREA2023/0000646

إلى المدعي عليه السيد / محمد راشد بدر محمد بدر الدين مالك - مجهول محل
الإقامة، بما أن المدعي/الطاف الرحمن منصف خان قد أقام ضدك الدعوى المشار
اليها أعلاه، وحكمت محكمة الشارقة الابتدائية المؤفزة بتعيين الخبير الحسابي
صاحب الدور للنظر في أمر الدعوى، وحيث أنك لم تحضروا جلسة النطق
بالحكم، يرجى العلم أنه قد حددت يوم الخميس الموافق 2023/6/8 الساعة
الواحدة والنصف مساءً (pm 1:30) كموعد لجلسة الخبرة مع بعد سير
تطبيق Microsoft Teams. ويتعين عليكم التواصل
معنا بموعد سابق على رقم هاتفنا 0561186300 وتزويدنا برقم هاتفكم
لتزويدكم برابط الاجتماع وأن تقوموا بتقديم كافة الوثائق والمستندات التي تؤيد
موقفكم في الدعوى.

الخبير الحسابي / محمد عطيه شاهين



منوعات الفجر 26

من الإمارات إلى الأردن احتفالاً بزفاف ولي العهد الأردني الحسين ورجوة

حسين الجسمي يرسم لوحة فرح أسطورية مع الجمهور الأردني بالمدراج الروماني

مع الأغنيات والحفل، مردداً خلال حديثه مع الملكة رانيا بفرحتهما الكبيرة بأمر القلوب ولي العهد "الحسين"، وأضاف: "كاماراتي ومع كل محبة أهل الإمارات، وكعربي أحمل محبة كل العرب، أتشرف اليوم بهذه الدعوة وتليبيتها في وسط ديرتنا الهاشمية.. وأظهر الجسمي خلال الحفل الكبير محبته الكبيرة للجمهور الأردني وتفاعلهم الكبير

وهنا حسين الجسمي عند دخوله المدرج الروماني جلالته الملك عبدالله الثاني بن الحسين حفظه الله، وجلالة الملكة رانيا العبدالله، قائلاً: مساء الخير على الأردن والنشامى، سعادتنا كبيرة في الإمارات والوطن العربي بفرحة "الحسين ورجوة"، جينا اليوم بحب نشارك فرحة كل بيت أردني ونهني جلالته الملك عبدالله الثاني وجلالة

وحالة استثنائية وطنية حافلة بعمق المحبة والمشاعر، قدمها "الجسمي" مع الأغنية الوطنية "بيرقنا العالي"، وسط تفاعل لا يوصف من الجمهور الذي هتف غناءً وحباً، مطالباً بإعادتها أكثر من مرة، ليبي "الجسمي" طلبهم وأعادها ثلاث مرات كانت إحداها مع عزفه المنفرد على آلة البيانو في المسرح.

احتفل الفنان الإماراتي حسين الجسمي "جبل الأغنية العربية" بزفاف ولي العهد الأمير الحسين بن عبدالله الثاني والأميرة رجوة الحسين، راسماً مع الجمهور المررد بكل شغف ومحبة لوحة فرح أسطورية فخمة بمشاعرها واستثنائيتها، متقللاً بين أجمل أغنياته المتنوعة، برفقة فرقته الموسيقية.

ممثلًا الإمارات والوطن العربي، وبحضور رئيس وزراء الأردن الدكتور بشر الخصاصنة ورافقه عدد كبير من الوزراء والمسؤولين، والآلاف من الجمهور الأردني ملأوا جنبات المدرج الروماني بوسط مدينة عمان داخله وخارجه،

•• عمّان - الفجر

«دبي للثقافة» تنظم «سوق الفن» احتفاءً بالمواهب الواعدة

إلى إيجاد أرضية صلبة لتمكين أصحاب المواهب من سرد حكاياتهم والترويج لإنتاجاتهم وأعمالهم المتنوعة التي يمكن أن تكون مصدر إلهام لعشاق الفنون والأجيال القادمة ما يدعم ويعزز من قوة الصناعات الثقافية والإبداعية ويرفع من مساهماتهم في اقتصاد دبي الإبداعي.. مؤكداً أن الهيئة تعمل من خلال السوق على إنشاء وتقوية الشبكات والروابط بين صناعات الفنون والتعريف بما يمتاز به هذا المجتمع الإبداعي من تنوع إلى جانب إتاحة الفرصة للجمهور لشراء واقتناء مجموعة فريدة من الأعمال الفنية والمنحوتات القيمة التي يعرضها أصحاب المواهب الإبداعية ضمن الأكشاك الموزعة في كافة أرجاء السوق.

عن طرق التعامل مع مادة الطين كوسيلة للتصميم والتعبير الفني. وقال عادل عمر مدير أول إدارة المشاريع الخاصة والإعلامية في مركز الجليبة لثقافة الطفل إن سوق الفن، يمنح الجمهور مساحة لاستكشاف تطور وشراء المشهد الفني المحلي بعناصره المختلفة متيحاً أمامه إمكانية التعرف على أفكار ورؤى العديد من رواد الفنون وأصحاب المواهب الواعدة في دبي والإمارات والاطلاع على ممارساتهم المهنية المتنوعة.. مشيراً إلى أن تنظيم هذه الفعالية يأتي استكمالاً لمجموعة المبادرات التي أطلقتها «دبي للثقافة» دعماً لتنجز الفن الإماراتي. وأضاف أن «دبي للثقافة» تسعى من خلال «سوق الفن»

بينها مركز «سكول لاب» واستوديو «مواهب لأصحاب الهمم» ودوت سو، وشركة سجادنا لحياكة السجاد التقليدي وغاليري كريمان آرت والمصورين حمد الجسمي وسيف الريامي ومحمد أحمد الطنحاني، فيما يشهد «ماركت الفن» أيضاً مشاركة الفنانة منى فارس وهيا المرزوقي ومريم العبيدلي ولينا المرزوقي إضافة إلى الفنانة سارة الخيال التي ستقدم نبذة عن فنون نسج قطع التي إبراز أهمية هذه الحرفة في الدولة. كما يوفر «ماركت الخزف» للجمهور فرصة للتعرف على روائع الصلصال والسيراميك واستخداماتها الفنية حيث يعرض «الجليبة لثقافة الطفل» فيه تشكيلة أعمال تحمل بصمات 10 أعضاء ينتظمون لقسم الفخار التابع له يكشفون من خلالها

في جميع الفعاليات الثقافية التي تتولى تنظيمها انطلاقاً من التزام الهيئة بتطوير قدراتهم وصقل مهاراتهم، وتعزيز معرفتهم في القطاع الثقافي والفني المحلي وإتاحة العديد من الفرص الاستثمارية التي تساعدهم في الترويج لإنتاجاتهم الإبداعية المبتكرة. وضمن «ماركت الفن» في السوق تضيء «دبي للثقافة» على فنون التشكيل والرسم والنحت والتصوير والتصميم وكذلك الأعمال الرقمية والوسائط المتعددة إلى جانب عرض تشكيلة واسعة من المنتجات الإبداعية المستلهمة من الحرف التقليدية المحلية تقدمها مجموعة من المشاريع الصغيرة والمتوسطة والمراكز الإبداعية والاستوديوهات المتخصصة في دبي ومن

تستعد هيئة الثقافة والفنون في دبي «دبي للثقافة» يومي 17 و18 يونيو الجاري لإطلاق «سوق الفن» الذي يستضيفه مركز الجليبة لثقافة الطفل، بهدف توفير منصة مبتكرة تجمع شتى أنواع الفنون وتعكس روح دبي الإبداعية وتحث في الوقت نفسه بالمواهب الواعدة تحقيقاً لرؤية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله» الهادفة إلى ترسيخ مكانة الإمارة مركزاً عالمياً للثقافة وحاضنة للإبداع وملقى للمواهب وتعكس الفعالية التي تدرج تحت مظلة منصة «سكول» حرص «دبي للثقافة» إشراك الشباب والمبدعين على اختلاف أعمارهم

يتواصل حتى 10 يونيو

مهرجان أبوظبي يقدم عرض الأوبرا «الهولندي الطائر» في الولايات المتحدة الأمريكية



جهود الدبلوماسية الثقافية عبر شراكتنا مع كبريات المؤسسات الثقافية المرموقة والمهرجانات الدولية، لتقديم أعمال إنتاج مشترك وتكليف حصري جديدة ومبتكرة مع إتاحة الفرصة أمام الجمهور في أبوظبي والإمارات للاطلاع على الإبداعات الاستثنائية العالمية..



•• أبوظبي - الفجر

ويشارك في تقديم العرض اليباس باريتون توماش كونيتشني، والسوبرانو المتوهجة إلزا فان دن هيفير، وقيادة المايسترو توماس جوجيس لأوركسترا أوبرا متروبوليتان مع تينور إريك كانتر، ويباس ديمتري بيلوسيلسكي، والمخرج المسرحي فرانسوا جيرارد وذلك في أوبرا متروبوليتان بمركز لينكولن، في العاصمة الأمريكية نيويورك. ويقدم عرض الأوبرا «الهولندي الطائر» قصة تراثية شكلت مصدراً لإلهام المؤلفين والشعراء والفنانين بين القرنين الثامن عشر والتاسع عشر. ويتميز العرض الذي يعد من العروض الرئيسية لمسرح أوبرا متروبوليتان، باستخدام أحدث التقنيات من بينها الإسقاطات المرئية وتقنية التقاط الصور المتحركة المحسوبة بخلفيات موسيقية ومؤثرات صوتية وحواريات ثنائية و فردية وأداء أوركسترا لي مسرحي. ليأخذ الجمهور في رحلة فريدة يتصادم فيها الحب بالفداء والتضحية.

يواصل مهرجان أبوظبي ضمن دورته العشرين تحت شعار «إرادة التطور، توفيق للريادة»، تقديم عرض الأوبرا «الهولندي الطائر»، إحدى روائع المؤلف الموسيقي الألماني العالمي ريتشارد فاغنر، وذلك حتى 10 يونيو 2023 في مدينة نيويورك بالولايات المتحدة الأمريكية. وبهذا الصدد قالت سعادة هدى إبراهيم الخميس، مؤسس مجموعة أبوظبي للثقافة والفنون، المؤسس والمدير الفني لمهرجان أبوظبي: «يسرنا أن نقدم مجدداً عمل أوبرا «الهولندي الطائر»، إحدى روائع المؤلف الموسيقي العالمي ريتشارد فاغنر، في إطار عروض أوبرا دار المتروبوليتان في نيويورك، بعد عرضه لأول مرة عالمياً في عام 2020، في أول تعاون بين دار الأوبرا الأخرى في الولايات المتحدة الأمريكية ومؤسسة ثقافية عربية بالشراكة مع أوبرا دي كيبك».

وتابعت: «بقيادة المايسترو توماس جوجيس، تستعيد أوركسترا أوبرا متروبوليتان، جنباً إلى جنب مع التينور إريك كانتر واليباس ديمتري بيلوسيلسكي، رائعة فاغنر الخالدة عن الخلاص والحب، حيث يعكس إنتاجنا العالمي المشترك التزام المهرجان لأكثر من 20 عاماً بتحفيز



منوعات

الفكر

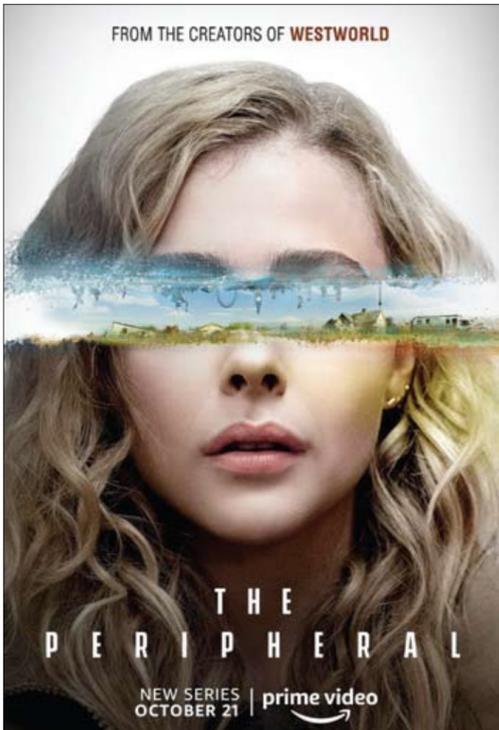
27



قبل فترة، أتمت شبكة أمازون برايم إتاحة حلقات إنتاجها الأصيل The Peripheral، مستكملةً مسارها الدؤوب في الإنتاجات الضخمة، بحثاً عن ظاهرة تلفزيونية تسود المشهد العام، من دون أن تكون الشبكة الوحيدة التي تخيب في هذا المسعى. يتألف العمل من ثماني حلقات، وينتمي إلى الخيال العلمي في المستقبل القريب، تتقاطع فيه سرديات متعددة بين السفر عبر الزمن، والأكوان الموازية، وطرائق اللعب في الواقع الافتراضي.

ينتمي إلى الخيال العلمي في المستقبل القريب

The Peripheral... البحث عن ظاهرة تلفزيونية تسود المشهد العام



أنت بداية العرض مقيمة مسلسل The Rings of Power الذي يتفق معظم النقاد بشأنه أنه خيب طموحات الشبكة، بعيداً عن منافسة House of the Dragon مسلسل المشتق من سلسلة HBO Thrones الأوفر حظاً في الجماهيرية والنجاح.

حكاية في مستقبلين

تنقسم الحكاية بين عالين: مستقبل سوداوي في لندن عام 2199، ومستقبل قريب في ريف الولايات المتحدة الأمريكية الثاني عام 2030. تتكون الصلة بين هذين العالين عندما تؤدي فلين مهمة اختبار لعبة قيد التصميم، بدلاً من شقيقتها، في ما يبدو اقتصاداً مربحاً في المستقبل وغير شرعي بالضرورة. تلج فلين إلى لندن المستقبلية عبر نظارة الواقع الافتراضي. ومن دون الإسهاب في تعقيدات الحكاية، تتحول وأسرتها هدفاً إلى تهديدات مركز الأبحاث المهيمن في مستقبل لندن، ما يقوض سلامة الخط الزمني برمته وتسارعه نحو نهاية العالم. قدم العمل إجاباته كلما استطاع، وشرح قواعد العوالم باستعادة العناصر التوجيهية للألعاب الرقمية، مستبدلاً الوضوح بالمغموض الذي

بشغل جماهيري، وتجاهل من منصات التتويج. بُني المسلسل على رواية تحمل ذات الاسم لوليفيا ويليام غيبسون، صدر منها جزآن بانتظار الكتاب الختامي. وقد سبق هذا الاقتباس محاولات عدة لنقل أدب غيبسون إلى الوسيط المرئي، من دون أن ترى النور، لاستعصاء نقل بيئة الأحداث في رواياته بشكل بصري، ولا سيما أنها تدور ضمن ما أسماه الفضاء الرقمي Cyber-space.

وان كانت الرواية القصصية في الألعاب قد تطورت بشكل كبير خلال الأعوام الفائتة، لا تبدو خطوات التفاعلية بدأت الثبات ضمن عالم القصص التلفزيوني. بعد تجارب Halo و The Witcher والمقتبس عن ألعاب شهيرة، ها قد صدر The Last of Us، علنه يكون أكثر نجاحاً من سابقيه المتواضعين الصادرين عن "نتفليكس" و"هولو" على الترتيب. يعد المسلسل الجديد بمستوى عالٍ ومبارقة جديدة لفكرة الموت، وهي إحدى المعضلات الأساسية في اقتباس الألعاب، أو تناول عوالمها ضمن بناء قصصي، فالأمر ضمن اللعبة مجرد إيدان للعودة

كثيراً ما غُلف مسلسلات هذا النوع، وترك لدى المشاهدين الحيرة عوضاً عن إثارة الفضول. هذا أفضى إلى بناء مستح من المستقبل واضح التباين على مستوى الصورة والخطاب، ليتمكن من تحريك شخوصه البشرية والآلية- كأقطاب للصراع الدرامي. ورغم هذا بقيت الروابط الأسرية ورفقة السلاح وحتى التيارات الفكرية أقل عناصره جذبية، في أحداث رتيبة مقروءة وأداءات باهتة. لا بد من الإقرار بصعوبة نسج شخصيات وقصص مبتكرة، فالمستقبل دائماً قاتم، ومآذاً يبقى لعرضه سوى البطولة والرعاية والثناء، مقابل الجشع

صنّاع العمل

قبل عقد من الزمن، كان لارتباط اسم جوناثان نولان وشريكه ليزا جوي بأبي منتج فني ضماناً لنجاحه ووعداً للجمهور بتجربة ترفيهية ترضي ذكاهه وتتحدى إدراكه، لكن صاحب نص Interstellar ومبتكر Westworld اللغى حديثاً مئياً

من جديد. بينما دلت التجارب السابقة، وتحديداً في Westworld، أن القتل المتكرر للشخصيات أو رجوعهم اللانهائي من الموت، يوهن الحدث ويقبل من شأنه، ويترك خطوط الشخصيات ومصانرها بلا عنوان. عامل آخر للتناقض وهو العالم الواقعي، فضمن The Peripheral، يصبح العالم مهدداً بالمحو، لكن معرفتنا بهذا العالم أنه وقتي، لا تختلف عن عالم المستقبل الآخر، وليس من رابطة للمشاهد كي يعامله سوى أنه افتراضي، ذلك أن هذا التصنيف الخيالي لا يحفل

بشغل جماهيري، وتجاهل من منصات التتويج. بُني المسلسل على رواية تحمل ذات الاسم لوليفيا ويليام غيبسون، صدر منها جزآن بانتظار الكتاب الختامي. وقد سبق هذا الاقتباس محاولات عدة لنقل أدب غيبسون إلى الوسيط المرئي، من دون أن ترى النور، لاستعصاء نقل بيئة الأحداث في رواياته بشكل بصري، ولا سيما أنها تدور ضمن ما أسماه الفضاء الرقمي Cyber-space.



تايلور سويفت تتعاون مع إيس سبائيس في نسخة جديدة من Midnights

أعلنت المطربة تايلور سويفت عن إصدار جديد من ألبومها Midnights بعنوان Midnights: Til Dawn، والذي سيضم أغنية مع الغنية إيزيس جاستون المعروفة بإيس سبائيس كضيف لها على إصدار جديد من Karma. وقالت تايلور سويفت عبر حسابها بموقع تويتر: "يسعدني جداً أن أقول إن أغنية Karma التي تتميز بأداء إيس سبائيس المذهلة ستخرج ليلة الغد جزءاً من ألبوم Midnights الجديد Til Dawn Edition". وأضافت سويفت: أنا من أشد المعجبين بهذه الفنانة الرائعة وبعد التعرف عليها يمكنني أن أؤكد إنها الشخص الذي يجب مشاهدته.

حدث غريب في حفل تايلور سويفت

يشار إلى النجمة العالمية تايلور سويفت، مرت بحادث غريب إذ لفتت النظر لها بعد صراخها على المسرح أثناء حفلها الأخير، وذلك بسبب ما فعله أحد أفراد الأمن، فحسب ما نشره موقع independent اضطرت سويفت للتوقف عن الغناء أكثر من مرة خلال حفل أحيته ضمن جولتها العالمية Eras، لتصرخ على أحد أفراد الأمن وتنهاه عن مضايقة الجمهور. وارتفع صوت مغنية البوب (33 عاماً)، في وجه الحارس، الذي شوهد في لحظة جديدة وهو يلوح بيديه لتفرجة شابة متحمسة، بينما كانت تغني أغنية Bad Blood في ملعب لينكون فاينانشال فيلد، الواقع في جنوب مدينة فيلادلفيا التابعة لولاية بنسلفانيا. أدرك الجمهور أن نوبة الغضب التي انتابت تايلور أثناء غنائها كانت بسبب تصرفات الحارس وطريقة تعامله مع إحدى المتفرجات، وقد نجح بعض الأشخاص الذين دققوا باللقطات المصورة التي أظهرت الواقعة في تحديد اللحظة التي أدت إلى تدخل تايلور.

جيف بريدجز يكشف حالته الصحية؛ الورم تضائل والمعدة مستمرة معه

كشف الممثل الأمريكي جيف بريدجز تطورات حالته الصحية، بعد إصابته بسرطان الغدد الليمفاوية، منذ ما يقرب من 3 سنوات، وقال إنه كان هناك ورماً في جسده قد تقلص بشكل كبير وسط معركة مع سرطان الغدد الليمفاوية. وتحديث في فيديو نشرته AARP عن صحته بعد ما يقرب من ثلاث سنوات من كشفه أنه كان يعاني من سرطان الغدد الليمفاوية، وأخير جمهوره أن الورم تقلص إلى حجم الرخام "بعد علاج كيميائي مكثف، مشيراً إلى أنه كان يكافح سرطان الدم في أكتوبر عام 2020، وقال في خريف 2021 إنه في حالة سكون وتعالج". وقال عن تصوير مسلسل The Old Man قبل تشخيصه بالمرض: "كنت أقوم بمشاهدة القتال في الحلقة الأولى من The Old Man ولم أكن أعلم أن لدي ورم في جسدي بحجم 12 × 9 بوصة". وقال خلال المقابلة إن صحته تدهورت بشكل حاد بعد معركة مع فيروس كورونا في يناير 2021، قبل إطلاق اللقاح، كما وصف بريدجز زوجته سوزان جيبستون بأنها "البطلة المطلقة" لأنها "حاربت حقاً لإبائتي بعيداً عن جهاز التنفس الصناعي، لم أكن أريد أن أكون في ذلك، ولم يكن الأطباء يريدون ذلك بالضرورة، لكنها كانت مصرة". تم نقل الممثل إلى المستشفى لما يقرب من خمسة أشهر وخضع لعلاج بلازما النفاثة، وقال: "كان الكثير من التحسن يتعلق بتحديد أهداف صغيرة حقاً، في البداية كانوا يقولون إنني يمكنك الوقوف، ولفترة من الوقت، كان الوقوف 45 ثانية رقمي القياسي قبل أن أهار، ثم كانوا يقولون: "أوه، انظر، أنت تقف لمدة دقيقة هذا رائع". كما أشار: "شعرت أن حياتي المهنية الطويلة في التمثيل كانت في خطر وقت المعركة الصحية، ولم أكن أعتقد أنني سأعمل مرة أخرى، حقاً، لذلك في البداية قلت، (حسناً، سنرى). لكن في النهاية أصبح ذلك (ربما أستطيع)، يجب أن أعترف أنني ما زلت خائفاً من العودة إلى العمل".

الفكر

طبيبة تكشف الخطأ الرئيسي المرتكب عند شرب الشاي



أعلنت الدكتورة أولغا ألكساندروفا أخصائية أمراض الباطنية أن الشاي من دون سكر ومن دون محليات أخرى هو أكثر فائدة للصحة. وتشير في مقابلة مع وكالة "Prime" الروسية للأنباء، إلى أن الشاي من دون سكر ومحليات أخرى يمكن أن يخفف خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية وحتى السرطان. وهذا يشمل جميع أنواع الشاي. ولكن يجب أن تكون حذرين من شاي الأعشاب. ووفقا لها لا ينسب الشاي إلى المشروبات التي تؤثر بصورة كبيرة في الصحة، مع أن له تأثيرا إيجابيا محدد. فيحتوي الشاي على مواد نشطة بيولوجيا مثل الكاتيكين ومضادات الأكسدة والزيوت الطيارة والأحماض الأمينية والفيتامينات، B1، B2، P، PP، والحديد، والمغنيسيوم، والكالسيوم والكافيين. وتقول: "يؤدي تناول ثلاثة أكواب من الشاي الأخضر في اليوم، إلى انخفاض خطر الإصابة بسرطان البروستاتا وسرطان بطانة الرحم وأمراض القلب والأوعية الدموية وكذلك الحالات الشديدة من الجلطة الدماغية واحتشاء عضلة القلب". وتضيف: يؤثر الشاي الأسود إيجابيا في الصحة أيضا، حيث يخفف لدى كبار السن خطر ضعف الوظائف الإدراكية وهشاشة العظام. أما شاي الأعشاب فيجب أن يشرب بحذر لأن بعضها يؤثر سلبا في الجسم. وتقول: "جميع التأثيرات الإيجابية للشاي هي عندما يكون من دون سكر ومحليات أو كريم. لأن إضافتها على العكس يمكن أن يسبب مشكلات في عملية التمثيل الغذائي".

طبيب يوضح أسباب تكرار التهاب الجهاز التنفسي

حذر الطبيب أندريه بوزدنياكوف أخصائي الأمراض المعدية، من أن تكرار التهاب الجهاز التنفسي قد يشير إلى الإصابة بالآورام، أو اختلال التوازن الهرموني.

ويشير بوزدنياكوف في حديث لصحيفة "إزفيستيا" إلى أن بعض الناس يصابون عدة مرات في السنة بالتهاب الجهاز التنفسي. وقد يشير هذا التكرار إلى الإصابة بالسرطان أو اختلال التوازن الهرموني. ويقول: "بالنسبة للأطفال الذين تزيد أعمارهم عن 6 سنوات والبالغين، تعتبر الإصابة بالتهاب الجهاز التنفسي الحاد 4-6 مرات في السنة من الأمور الشائعة. بالطبع هذا رقم متوسط. المهم يجب الأخذ بالاعتبار هل صحيح تكررت الإصابة أم أنها مضاعفات الإصابة السابقة. لأن البعض يعتبر مضاعفات المرض أو مساره الطويل إصابة جديدة".

ووفقا له، يؤدي انخفاض الاستجابة المناعية لدى الشخص، إلى تكرار الإصابة بأمراض معدية. وبالإضافة إلى ذلك يجب إجراء تحليل عام للبول للتأكد من أن الشخص لا يعاني من أمراض مزمنة في الجهاز البولي. لأن أي بؤرة لمرض مزمن يمكن أن تحفز تكرار التهاب الجهاز التنفسي.

ويقول: إذا اتضح أن تكرار التهاب الجهاز التنفسي هو أمراض مختلفة وليس حالة مرضية طويلة أو مزمنة، فيحينها يجب على المريض النوم 7-9 ساعات في اليوم، واتباع نظام غذائي متوازن واستبعاد الوجبات السريعة والأطعمة الضارة وتجنب الاجهاد وتقوية الجسم. كل هذا يجب أن يتم بصورة تدريجية وتحت إشراف طبيب مختص".

وينصح الخبير بعدم محاولة رفع فعالية المناعة شخصيا بتناول أدوية و مواد غذائية معينة. لأنها قد تعطي نتيجة عكسية وتلحق الضرر ببعض أعضاء الجسم. فمثلا تناول الثوم يوميا من جانب سوف يحفز منظومة المناعة، ولكنه من جانب آخر يتلف الغشاء المخاطي للمعدة.

ووفقا له يمكن أن تشير الحالات المتكررة من الالتهابات الفيروسية التنفسية الحادة، إلى اختلال التوازن الهرموني في الجسم أو نقص المناعة المكتسبة (وجود عدوى فيروس نقص المناعة البشرية) وأمراض الآورام، فضلا عن التأثيرات الجسدية الشديدة وتأثير الإشعاع المؤين الصلب.



السيدة الأولى الأمريكية جيل بايدن تتحدث إلى تلاميذ في مدرسة ابن العارف بمراكش (أ ف ب)

قرأت لك

فوائد الفشار



اكتشف العلماء أن الفشار يحتوي على عدد كبير من المواد المضادة للأكسدة البوليفينولات Polyphenols. هذه المواد تساعد في حماية جسم الإنسان من مختلف انواع الآورام الخبيثة، والالتهابات وأمراض القلب والأوعية الدموية.

وكان العلماء يعتقدون سابقا أن أعلى نسبة لهذه المواد موجودة في الفواكه والأثمار. ولكن نتائج هذه الدراسة التي أجراها علماء من University Skrentonskom الأمريكية أثبتت أن الكيس القياسي للفشار يحتوي على 300 ملج من المواد المضادة للأكسدة، في حين أن كيسا مماثلا من الفواكه يحتوي فقط على 160 ملج منها.

ويربط الخبراء هذا بنسبة الماء العالية في الفواكه والأثمار، التي تسبب تخفيف هذه المواد المضادة للأكسدة، حيث أن نسبة الماء في الفشار لا تتجاوز 4%، طبقا لما ورد بموقع روسيا اليوم.

وينصح الخبراء بتناول الفشار لأنه يساعد في تجديد الجسم، إضافة إلى البوليفينولات يحتوي على الألياف وفيتامين بي الذي يساعد في معادلة مستوى السكر في الدم وينظم إفراز هرمون الأنسولين ويعيد نظارة الجلد، بشرط عدم إضافة السكر أو الملح إليه.

سؤال وجواب

- ما المصطلح الطبي الذي يعني فقدان الذاكرة؟
أميبيا
- ما الكوكب الذي يقارب الأرض في الحجم والكتلة؟
الزهرة
- أي أنواع اللؤلؤ أتمن وأغلى؟
الاسود والازرق
- اول من أنتج الحديد الزهر عام 600 قبل الميلاد هم؟
الصينيون
- أنشأ أول متحف للأعراق البشرية في كوبنهاغن في الدنمارك عام؟
1846
- تعتبر زهرة يلائخ يلائخ من اقدم الزهور العطرية المعروفة فماذا يعني اسمها؟
زهرة الازهار

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الضفادع لا تشرب الماء عادة، فهي تمتص أغلب الرطوبة التي تحتاجها من خلال جلدها.
- كلب دلماسي المرقط يكون أبيض اللون فقط عند الولادة.
- هل تعلم أن الطنان هو الطائر الوحيد الذي يمكنه أن يطير إلى الوراء.
- هل تعلم أن النعام لا تستطيع الطيران فعليا.
- هل تعلم أن البكتيريا هي الشكل الأكثر شيوعاً للحياة على الأرض. فهي ميكرو كائنات حية . وهي تتألف من خلية واحدة فقط، ولديها بعض المظاهر لكل من النباتات والحيوانات. هناك ما لا يقل عن ألفي جنس من البكتيريا، وهي عمليا تعيش في كل مكان وأي مكان ورغم أن معظم البكتيريا تقتل بواسطة الحرارة القوية فيعضها يعيش في البيئات الساخنة أما الجليد فهو يوقف نموها لكنه عادة لا يقتل. معظم البكتيريا هي إما غير ضارة أو عمليا مساعدة لأشكال أخرى من الحياة فالبكتيريا مثلا تسبب التعفن والتحلل للنباتات والحيوانات الميتة. وهي أيضا تلعب دورا هاما في العمليات الهضمية للإنسان والحيوانات الأخرى.
- هل تعلم أن بإمكانك حرق سرعات حرارية وأنت نائم أكثر منها وانت جالس تشاهد التلفاز.

قصة جحا والقبر المسحور

كان لجحا بيت كبير وجميل له حديقة واسعة وجاء وقت اضطر فيه جحا إلى أن يعرض بيته للبيع ولكن قبل ذلك وافته فكرة غريبة في أن يستمر في الجحى إلى البيت والراحة فيه فيني وسط الحديقة شاهد من الرخام أي لوحة رخامية كبيرة فاب عليها هنا ترقد جدتي الحبيبة الغالية الساحرة التي تلي كل ما يطلب منها.. رحم الله جدتي. باع جحا بيته بمبلغ كبير جدا شريطة أن يأتي كل يوم ليجلس مع قبر جدته لتبلي طلباته كما يزعم ووافق صاحب البيت الجديد على ذلك وهنا حضر جحا في اليوم الأول وجلس ساعتين بجوار قبر جدته يبكيها ويقول انه يعيش بعيدا عنها ويرجو منها ان تسامحه ويظل يبكي إلى ان يرق قلب صاحبة البيت فتأتي له بالطعام والشاي .. استمر كل يوم يأتي على هذه الحال وبدأ من ساعتين انتهى إلى ان يأتي كل يوم منذ الصباح وحتى مساء نفس اليوم فيتناول الافطار والغداء والعشاء وهو يبكي. مع تكرار زيارات جحا لقبر جدته احس صاحب البيت بالضيق وبأنه يعيش في بيت وجحا وليس في بيته فقد اصبح يشاظرهم طعامهم ويفترش ارض الحديقة لينام وكأنه في بيته تماما. وفي احد الأيام سمع جحا صاحب البيت يقول لزوجته ان جحا قد زودها كثيرا يا ام العيال فهو يأتي منذ الصباح وحتى المساء وكأنه في بيته وكل ذلك بسبب هذا القبر المعين الذي يقول ان جدته ترقد فيه وهي تلبى كل ما يطلب منها فهل هذا معقول انت تصدقين ان الاموات يلبون طلبات الاحياء فقالت زوجته لا ادري ولكن ما رأيك ان نجرب ان نطلب منها شيئا عندما يذهب جحا تأتي إلى القبر ونطلب منه شيئا فقال حسنا نطلب مائه دينار ولننظر ان حدث ذلك فعلا فسيتمكنا ان نصبح اثرياء ان جعلنا الناس يدفعون نقودا مقابل زيارة الشاهد لبني طلباتهم .. فوجئ جحا بهذا العرض وقرر امرا .. ذهب إلى باب الحديقة ثم فتحه وغلقه بصوت عالي واسرع واختبأ بين الشجيرات فظن اهل البيت انه رحل فأسرع الرجل وزوجته ووقفا بجوار القبر وقالت المرأه تمنى ان تلبى ندائي ايها السيدة الكريمة وتمنحيني مائه دينار فقط وهنا سمع الاثنان اثن خفيف صادر من القبر خافا ودخلا البيت مسرعين فقام جحا وتسلل ووضع مائه دينار فوق القبر وذهب إلى بيته وفي الصباح وجد صاحب البيت المائه دينار فوق القبر فصرخ حتى اتت زوجته وكادا الاثنان يقفان ارضا من شدة فرحهما .. بعد قليل اتى جحا ومعه المبلغ الذي قبضه من بيع البيت وقال للرجل سامحنى لا تستطيع ان تعيش بعيدا عن جدتي فقد جاءت لي في المنام وقالت عد إلى بيتك هنا كاد صاحب البيت ان يصاب بصدمة فصرخ وقال احبت زوجتي البيت هي والاولاد ولا يمكن ان اتركه لك سأعطيك بعض المال وترتبه لي .. وحاول كثيرا مع جحا حتى وصلا في النهاية إلى ان دفع صاحب البيت إلى جحا الثمن مضاعفا مرة اخرى طمعا في استغلال القبر لتحقيق كل طلباتهم وخرج جحا امامهم وهو يبكي ويقول سامحنى يا جدتي سامحنى لقد احبك اصحاب البيت مثلي تماما وسيقومان بالواجب فأرجو ان تلبى لهم كل طلباتهم.

