

أطعمة محبة قد تزيد خطر الإصابة بالاكنتاب

وجدت دراسة جديدة أن تناول الأطعمة "فاقة المعالجة" يمكن أن يساهم في زيادة خطر الإصابة بالاكنتاب.

وبحسب الدراسة التي نشرت في مجلة "غاما أوبن نت ورك"، قامت كلية "تي إتش تشان" للصحة العامة في جامعة هارفارد بتحليل الخيارات الغذائية والصحة العقلية لأكثر من 31 ألف امرأة تتراوح أعمارهن بين 42 و62 عاما.

والأغذية فائقة المعالجة التي يتم إنتاجها بتقنيات صناعية، تشمل العصائر والشوكولاتة والمشروبات الغازية والأيس كريم والشوربة المعبأة والبطاطس المقلية والوجبات المجمدة.

خلال الدراسة تم تجميع الأطعمة فائقة المعالجة في تسع فئات: الأطعمة المصنوعة من الحبوب فائقة المعالجة، والوجبات الخفيفة الحلوة، والوجبات الجاهزة للأكل، والدهون والصلصات، ومنتجات الألبان فائقة المعالجة، والوجبات الخفيفة اللذيذة، واللحوم المصنعة، والمشروبات، والمحليات الصناعية.

وقالت اختصاصية التغذية تانيا فرايريش: "الأطعمة فائقة المعالجة هي تلك التي تحتوي على العديد من المواد الحافظة، والمنبثات، بالإضافة إلى الألوان والنكهات الاصطناعية".

الأكياس القابلة للتحلل . .

دراسة تنسف المفهوم الشائع

وجدت دراسة جديدة أن الأكياس البلاستيكية القابلة للتحلل أكثر سمية من الأكياس البلاستيكية التقليدية.

وبحسب صحيفة "ديلي ميل" البريطانية، قام الباحثون بتحليل 3 أنواع من الأكياس، كيس قابل للتحلل مصنوع من النشا النباتي، وكيس بلاستيكي معاد تدويره، وكيس بلاستيكي تقليدي. وقاموا بتعريضها لأشعة الشمس كي تتحلل، ثم قاموا أيضا بتحويلها إلى سماد واختبروا سمية المركب الناتج.

أنتجت الأكياس القابلة للتحلل لمستوى عال من السمية، مما ألحق الضرر بخلايا الأسماك التي استخدمت في التجربة كمقياس لدى تأثير السمية.

قال سينثا بورت، المؤلف الرئيسي للدراسة: "لقد فوجئنا بأن الخلايا المعرضة للأكياس البلاستيكية التقليدية لم تظهر أي أثر للسمية، فيما اكتشفنا ذلك في تلك القابلة للتحلل، مما أدى إلى انخفاض قدرة الخلية على البقاء".

وأضاف: "بالإضافة إلى ذلك، أظهرت الأكياس البلاستيكية المعاد تدويرها أيضا مستويات سمية أعلى من الأكياس التقليدية".

وقال أمبارو لوبيز روبيو، المؤلف المشارك: "إن السمية الملحوظة قد تكون مستمدة من المواد المضافة المستخدمة أثناء المعالجة ومن أجزاء المواد البلاستيكية القابلة للتحلل التي يتم إنتاجها أثناء عملية التسميد، من الضروري إجراء تحقيق شامل في هجرة هذه المواد السامة وسُميتها البيئية وإنشاء إطار تنظيمي جيد، بناء على الأدلة العلمية، لضمان سلامتها قبل وصولها إلى السوق".

وقال المؤلفون إن المركبات الكيميائية المحددة المضافة إلى هذه الأكياس القابلة للتحلل لا يمكن تحديدها في الدراسة، حيث أن العديد من الإضافات محمية ببراءات الاختراع.

ولكن من المرجح أن تكون عبارة عن مواد ملدنة، وهي مركبات تضاف إلى البلاستيك لجعله أكثر مرونة. وخلص الباحثون إلى أن هذا العمل يوضح السمية المرتفعة للمواد البلاستيكية المعاد تدويرها، والبلاستيك القابل للتحلل، مقارنة بالمستخلصات البلاستيكية التقليدية.

في العام الماضي، أفاد باحثون في مانشستر أن الأكياس القابلة للتحلل لها ما يقرب من ضعف تأثير البلاستيك التقليدي على ظاهرة الاحتباس الحراري، وأربعة أضعاف تأثير الورك.

ص 22

وزير التربية والتعليم يكرم الطلبة

الفائزين بمسابقات البطولة

الوطنية للذكاء الاصطناعي 2023

ص 27

"بياض الثلج"... يعكس

حلمها في أن تصبح زعيمة

شجاعة وعادلة

فوائد وأضرار القهوة الإسبريسو . .

طبيبة تغذية تتحدث بالتفصيل

الإسبريسو هي قهوة إيطالية الأصل، مركزة وغامقة اللون.

كما أنها أساس جميع مشروبات القهوة غير المصفّاة وأبقاها. يتم

تخمير الإسبريسو عن طريق حبوب البن الأصلية المطحونة

جيداً مع كمية قليلة من الماء المغلي تحت الضغط. ونتيجة

لعملية التخمير تحت الضغط تتركز النكهات ورغوة

الكريمة في الفنجان، فيصبح الإسبريسو أكثر كثافة

وأعلى تركيزاً من الطرق العادية لتحضير القهوة.

حول فوائد وأضرار القهوة الإسبريسو، تشير الدكتورة في

علم التغذية والغذاء سينتيا الحاج في حديثها لـ«سيدتي

نت»، الى أن هذه القهوة تمنع الإصابة بالتنوع الثاني من

مرض السكري، حيث تنظّم معدل السكر في الدم وتساعد

في زيادة حساسية الجسم للأنسولين. كما أن تناولها

يُبطئ نمو الخلايا السرطانية حيث تحتوي على

مضادات الأكسدة التي تساعد الجسم على الوقاية من

الأمراض خاصة الأمراض السرطانية. وتتابع متحدثة

عن فوائد وأضرار الإسبريسو في الآتي.

أهم فوائد القهوة الإسبريسو

– تُعتبر قهوة الإسبريسو من أشهر أنواع القهوة حول العالم، ويشيع استخدامها في دول كثيرة بين عدد كبير من متدوقي القهوة، حيث إنها تمتاز بنكهتها القوية المميزة، وكذلك قابليتها لصنع خبائر متعددة من المشروبات المختلفة.

– القهوة الإسبريسو تمنع حدوث تليّف الكبد.

– تحتوي قهوة الإسبريسو على مضادات الأكسدة التي تمنع زيادة الكوليسترول في الدم.

– تساعد قهوة الإسبريسو على الوقاية من أمراض القلب والإصابة بالنبوآت القلبية عن طريق التخلص من الدهون الموجودة على الشرايين.

– بالإضافة إلى كون قهوة الإسبريسو منبهاً ومنشطاً قوياً، فإن لها القدرة على تحسين المزاج والتخلص من الإجهاد، بالإضافة إلى زيادة القدرة على تحمّل

الضغوطات والمزيد من الأعباء، وزيادة التركيز والانتباه عن طريق تنشيط الجهاز العصبي.

– أكد بعض الدراسات أن شرب قهوة الإسبريسو يؤدي إلى تقوية الجهاز المناعي والحد من ظهور بعض الأمراض للعديد من الأمراض المزمنة مثل أمراض الجهاز العصبي كالتهايمر والخرف.

– تساعد قهوة الإسبريسو على التقليل من نسبة القلق والتوتر وتخفيف أعراض الاكتئاب. بالإضافة إلى تجديد خلايا البشرة وتقليل التجاعيد وعلامات الشيخوخة.

–القهوة من أكثر المواد التي تحتوي على مركّب الكافيين الذي يُعتبر من المنبهات الطبيعية التي تمتلك تأثيرات

جسدية ونفسية إيجابية بحيث إنه يتم امتصاص الكافيين بطريقة سريعة في مجرى الدم وينتقل بسرعة إلى الدماغ؛ ما يزيد من تدفق مستويات الطاقة في كل من منطقة الدماغ والنواقل العصبية.

– تعزز القهوة نمو الخلايا العصبية عند تناولها على

الريق حيث إن القهوة تعمل على زيادة مستويات النواقل؛ العصبية من أجل تعزيز إطلاق الخلايا العصبية.

– تحسّن من وظائف الدماغ، فتزيد من اليقظة وتحسّن الذاكرة والحالة المزاجية، وتحسّن ردة الفعل والوظائف الذهنية العامة، وتعمل على تحسين مستويات الطاقة.

– تقلل من الشعور بالتعب، خصوصاً لدى الأشخاص الذين يشعرون بحالة من الخمول عند الاستيقاظ من النوم.

– تساعد على حرق الدهون؛ وهي من أهم فوائد القهوة الإسبريسو، حيث أظهر العديد من الدراسات أن الكافيين يزيد من معدلات الأيض بشكل كبير في الجسم حيث تتراوح نسبة الأيض بعد شرب القهوة على الريق بين 3 و11 ٪، وتزيد من حرق الدهون بنسبة تفوق العشرة بالمئة؛ لذلك ينصح بتناولها صباحاً للأشخاص الذين يعانون من السمنة.

– تزيد من السعادة؛ لأنها تحتوي على مواد طبيعية ومركبات كيميائية نباتية تحسّن من الحالة المزاجية لدى الأشخاص. كما يُعتبر الكافيين من مضادات

الاكتئاب.

فوائد المزج الصحية هائلة خصوصاً في تحسين المزاج والطاقة.

أضرار قهوة الإسبريسو

– قد تسبّب التهاب المفاصل الروماتويدي خاصة أنها تعمل على زيادة تطوير البروتين الذي يُعتبر محفزاً لنشوء الالتهابات في المفاصل، التي تسبّب ألماً وأضراراً مزمنة مع مرور الوقت.

– قد تسبّب الحموضة؛ نظراً لاحتوائها على كمية كبيرة من مضادات الأكسدة التي تتفاعل مع أحماض المعدة وتزيد من إفراز حمض الهيدروكلík الذي يؤثر في جدار المعدة.

– تؤثر سلباً في صحة القلب؛ حيث إنها تزيد من ارتفاع



ضغط الدم عند الأشخاص الذين يتناولونها بكثرة في الصباح.

– تعمل على الإصابة بالقرحة، وذلك لأن القهوة تحفّز من إفراز الأحماض المعدية التي تزيد من تآكل جدار المعدة.

– تزيد من عسر الهضم؛ وذلك لأنها تؤثر سلباً في جدار المعدة الفارغة بسبب مضادات الأكسدة التي تعمل على زيادة الأحماض.

– تزيد الحاجة إلى التبول؛ لأنها تُعتبر من مدرات البول الطبيعية. وعند تناولها على الريق تزيد من عمل المثانة بشكل كبير.

– تزيد من مشكلات الجهاز الهضمي؛ لأنها تحفّز حركة الأمعاء وتسبّب الانقباضات في الجهاز الهضمي، وقد تسبّب الإسهال المزمن عند بعض الأشخاص إذا تم تناولها بشكل زائد عن الحد.

– الشعور بالغثيان؛ لذا ينصح الأطباء بعدم تناول القهوة على معدة خاوية.

– الأرق والقلق؛ لذا ينصح الأطباء بعدم تناول القهوة في المساء بأي شكل من الأشكال.

فوائد قهوة الإسبريسو قبل التمرين

– تساعد على إفراز هرمونات السعادة مثل الدوبامين؛ ما يخفف من الشعور بالألم، ويحسن المزاج في سياق التمارين المتعبة.

– بفضل تركيبة القهوة الغنية بالكافيين؛ تستمتعين خلال ممارستك للرياضة وستجدين الأمر أكثر سهولة.

– تحسين الدورة الدموية في الجسم بشكل عام.

– تقليل آلام العضلات وتحمّل التمارين الشديدة،

وبالتالي زيادة قوة العضلات.

– اللحوس تعزّي في إلی رجيم الرمان والزبادي لتفتيت

الدهون وخسارة الوزن.



أطعمة من ثلاثة ألوان يمكن

أن يعزز تناولها البصر

ص 23

المراسلات، ص ب 505

email:munawaat@alfajrnews.ae

مناظر طبيعية جديدة مع

اختفاء أنهار الألب الجليدية

في جيوب جبال الألب في أوروبا،

تكثر الأنهار الجليدية بما يكفي

لتشغيل منتجعات التزلج فوق

الثلج والجليد. تنتشر مصاعد

التزلج والمنتجعات والكابائن

والأكواخ في المناظر الطبيعية التي

تشكلت منذ عقود. لكن الأنهار

الجليدية هي أيضاً واحدة من

الضحايا الأوائل والأكثر وضوحا

لتغير المناخ الذي يسببه الإنسان.

مع تقلص هذه الأنهار الجليدية

عاماً بعد آخر، سيبدو مستقبل

النظم البيئية الجبلية والأشخاص

الذين يستمتعون مختلفاً بشكل

صارخ. تختفي الأنهار الجليدية –

قرون من الثلج والجليد المضغوط

– بمعدل ينذر بالخطر.

فقدت الأنهار الجليدية السويسرية

10 بالمئة من حجمها منذ عام

2021، ومن المتوقع أن تختفي

بعض الأنهار الجليدية بالكامل

في السنوات القليلة المقبلة. في

نهر فريغرفيرنر الجليدي في

النمسا، يعني الذوبان أن النهر

الجليدي انقسم إلى قسمين

وتجوف مع تدفق الهواء الدافئ

عبر قاعدة النهر الجليدي، مما

أدى إلى تقاغم ذوبان الجليد.

غايسكرافيرنر، وهو نهر جليدي

غير يشكل جزءاً من منتج

للتزلج، لا يرتبط ببقية الثلوج

والجليد إلا عن طريق أجزاء من

النهر الجليدي التي تم حفظها

خلال الصيف بأغطية واقية

لحمايتها من أشعة الشمس. لكن

الخسائر تتجاوز موسم التزلج

الأقصر وكتلة الأنهار الجليدية.

رحيل الروائي

السوري خالد خليفة

توفي الروائي والكاتب والشاعر

السوري الحائز جوائز عربية

وعالمية خالد خليفة عن 59

عاماً، إثر أزمة قلبية مفاجئة،

وفق ما أفاد مصدر مقرب من

عائلته لوكالة فرانس برس. وأفاد

صديقه الصحفي يعرب العيسى

الذي رافقه خلال الأيام الأخيرة

"لقد توفي داخل منزله وحيدا في

دمشق اتصلنا به كثيراً ولم يرد،

وحضرا إلى منزله فوجدناه ميتاً

على الأريكة". وقال الأطباء في

مستشفى العباسيين في دمشق، إن

تشخيص الصلحي يعرب العيسى

وأوضح بيان للمنظمة التي تستنكر استخدام الدار جلود التماسيح أنّ

"بيتنا اقتحمت منصة إرميس لحض الماركة على التخلي عن هذه المواد".

وعلى منصة العرض، برز اللون الأحمر بكل تدرجاته، في خطوة مغايرة لما

اعتمدته دور الأزياء الأخرى من ألوان قائمة في تصاميمها.

وقالت المديرة الفنية للمجموعات النسائية نادية فانهي-سيبولسكي

لوكالة فرانس برس "يمكن أن يكون للأحمر دلالات سلبية جداً. لكنني

أردت استعادة جانبه الجمالي وما يرمز إليه من قوة وجمال".

وشهد الحدث عرض سراويل قصيرة وفساتين فضفاضة وبزات ناعمة،

وهي تصاميم تدفع مرتديها للجلوس على العشب والنتنزه في الطبيعة.

وأضافت القصص القصيرة (كروب توب) والفتحات على الظهر أو على

الخصر، لسة من الرقي على التصاميم.

وتقول المصممة "أترك للنساء خيار توقيت وظروف ارتداء هذه الملابس.

لا أحب أن أعطي توجيهات في هذا الخصوص".

كيف يمكن خفض الوزن

أثناء الرضاعة الطبيعية؟

تشعر العديد من الأمهات الجدد بالضغط لخفض السعرات الحرارية وفقدان وزن الطفل بعد الولادة مباشرة، ولكن الحصول على التغذية السليمة أثناء الرضاعة الطبيعية أمر بالغ الأهمية. ينبغي أن تتضمن خطة فقدان الوزن الصحية أثناء

الرضاعة الطبيعية سعرات حرارية كافية لإنتاج الحليب، والكثير من العناصر الغذائية لدعم نمو الطفل، بحسب "ليفينغ سترونغ". وأثناء الرضاعة الطبيعية، يذهب حوالي 450 إلى 700 سعرة حرارية إلى إنتاج الحليب كل يوم، وفقاً لجمعية الحمل الأمريكية، ما يعني أنك قد تحتاجين إلى استهلاك سعرات

زيلانديا.. رسم أدق خريطة لـ «القارة المفقودة»

نجح فريق من العلماء في رسم ما يعتبر أنها أدق خريطة للقارة الثامنة المفقودة في كوكب الأرض، علما أنها مغمورة بشكل شبه كامل بالمياه منذ ملايين السنين. عمل فريق من الباحثين من الولايات المتحدة ونيوزيلندا والدنمارك وأستراليا ودول أخرى، على رسم خريطة لقارة زيلانديا باستخدام عينات من الصخور من تحت البحر، وباستخدام طرق رسم الخرائط الجيوفيزائية. وبالنسبة إلى الجيولوجيين، فإن القارة هي مساحة كبيرة من الغرائث أو الحجارة النارية المتشابهة، وتشكل ما يعرف بالقاعدة القارية، مع عنصر آخر هو الصخور المتحولة التي تتشكل في المناطق النشطة تكتونيا، والرواسب التي تترسب بفعل تآكل سطح الأرض. وتتطرق هذه الشروط على زيلانديا، لكن لصعوبة الوصول إليها لا يعرف الكثير عن طبيعتها الجيولوجية، إلا أن علماء تمكنوا من الحصول على عينات من صخورها، مما ساهم في رسم الخريطة الدقيقة للقارة.



منوعات الفجر

22

وزير التربية والتعليم يكرم الطلبة الفائزين بمسابقات البطولة الوطنية للذكاء الاصطناعي 2023

أحمد بالهول الفلاسي:

- نحرص على الاستثمار في التعليم القائم على التكنولوجيا المتقدمة واكتشاف الطلبة الموهوبين وتنمية قدراتهم، لتكون المؤسسات التعليمية بيئة حاضنة للإبداع والابتكار
- يمثل الذكاء الاصطناعي وعلوم الروبوت أحد المجالات التي بادرنّا تضمينها ضمن المنظومة التعليمية بطريقة سليمة ومدروسة، وذلك انطلاقاً من إيماننا بضرورة أن نكون سباقين في توظيفه لتعزيز جودة الحياة وتحقيق استدامة المقدرات



• الشارقة - الفجر

شهد معالي الدكتور أحمد بالهول الفلاسي وزير التربية والتعليم، الحفل الختامي لمنافسات البطولة الوطنية للذكاء الاصطناعي 2023 التي نظمتها الوزارة، في جامعة الشارقة بالتعاون مع كلية الحوسبة والمعلوماتية بالجامعة، حيث كرم الطلبة الفائزون الذين تنافسوا في 17 مسابقة، بجانب تكريم لجان التحكيم والإشراف والتنظيم والمتطوعين.

حضر الحفل الختامي للمسابقات إلى جانب معالي الدكتور الفلاسي: سعادة الدكتورة أمّنة الضحّاك الشامي الوكيل المساعد لقطاع الرعاية وبناء القدرات في وزارة التربية والتعليم، وسعادة الأستاذ الدكتور حميد مجول النعيمي مدير جامعة الشارقة، وسعادة الأستاذ الدكتور يوسف الحايك نائب المدير للشؤون الأكاديمية في جامعة الشارقة، والأستاذ الدكتور عباس عميرة عميد كلية الحوسبة والمعلوماتية في جامعة الشارقة، إضافة إلى حشد كبير من المسؤولين والطلبة والأكاديميين والمتخصصين في مجال الذكاء الاصطناعي.

وهنا معالي الدكتور أحمد بالهول الفلاسي الطلبة الفائزين في المسابقات التي أقيمت في أجواء تنظيمية مميزة ومحفزة، وأثنى معاليه على أدائهم وأُشاد بمستويات والتنافسية العالية التي أظهروها في سعيهم للفوز بالمسابقة. وأشار معاليه إلى ضرورة الابتكار والإبداع في مجال الذكاء الاصطناعي والروبوت، باعتباره أحد المجالات الحرفية الأساسية التي توليها الدولة أهمية خاصة، لاسيما ضمن استراتيجية الإمارات للذكاء الاصطناعي 2031. وأكد معاليه أهمية الاستثمار في التعليم القائم على التكنولوجيا المتقدمة واكتشاف الطلبة الموهوبين وتنمية قدراتهم، لتكون المؤسسات التعليمية بيئة حاضنة للإبداع والابتكار. وقال معالي الدكتور الفلاسي: "توجه قيادتنا الرشيدة لبناء أجيال تملك المهارة والمعرفة والقدرة على تعزيز تنافسية الدولة في كافة المجالات، ويمثل الذكاء الاصطناعي وعلوم الروبوت أحد المجالات التي بادرنّا في وزارة التربية والتعليم لتضمينها ضمن المنظومة التعليمية بطريقة سليمة ومدروسة، وذلك انطلاقاً من إيماننا بضرورة أن نكون سباقين في توظيفه لتعزيز جودة الحياة وتحقيق استدامة المقدرات".

• مشاركة 750 طالباً وطالبة من مختلف المراحل الدراسية بالمنافسات، و36 فائزاً وفائزة

• اشتملت المنافسة على أربع فئات رئيسة هي، الروبوتات، والبرمجة، والذكاء الاصطناعي، وتطبيقات المصادر المفتوحة. وتنافس الطلبة المشاركون في 17 مسابقة متنوعة

• ستقوم وزارة التربية والتعليم بالعمل على تدريب الفائزين وإعدادهم للمشاركة في المسابقات العالمية

قادرين على المنافسة وتمثيل الدولة في جميع المحافل." وقدم سعادة الأستاذ الدكتور يوسف الحايك، في كلمته الافتتاحية خلال حفل تكريم الفائزين بالمسابقة، الشكر لوزارة التربية والتعليم واختيارها جامعة الشارقة لتكون مقراً لاستضافة فعاليات البطولة الوطنية للذكاء الاصطناعي، وثنى التعاون القائم بين الوزارة والجامعة، مؤكداً أن البطولة تلعب دوراً محورياً في نشر رؤية الجامعة حول مستقبل الذكاء الاصطناعي، وتعزيز التزامها بالبحث ودعم وتطوير مهارات الشباب في هذا المجال.

وأكد سعادة الدكتور الحايك أن التطور المتسارع في مجال الذكاء الاصطناعي يحتم علينا جميعاً دعم مثل هذه المسابقات وتشجيع الطلبة على الاشتراك بها بهدف تطوير مهاراتهم في هذا المجال الحيوي، وأضاف أن مجال الذكاء الاصطناعي لا يرتبط بسن معين ولكن هو مجال مفتوح لكافة الأعمار والمراحل العمرية، وهذا يفتح المجال لاكتشاف عدد أكبر من الموهوبين والتميزين في هذا المجال تمهيداً لراعاتيتهم والعمل على تنمية مواهبهم وتطويرهم من خلال الدراسة. وتهدف الوزارة من تنظيم هذه المسابقات بصفة دورية إلى تمكين ورعاية وإرشاد الطلبة والموهوبين، لتحفيز الإنتاج المعرفي والتنافسية العالية، بما يتماشى مع استراتيجية الإمارات للذكاء الاصطناعي 2031 التي تهدف إلى العمل على تحويل دولة الإمارات إلى دولة رائدة عالمياً في مجال الذكاء الاصطناعي في المستقبل، عبر الاستثمار في الأفراد والقطاعات المختلفة.

ليضاف بذلك فوج جديد من الطلبة الموهوبين الذين تستطيع الدولة أن تنافس بهم في المحافل الدولية، متمنية في الوقت ذاته نتائج الطلبة وأداءهم وفكرهم الرائد، والقيمة المضافة لهذه المسابقات في رسم ملامح أكثر إبداعاً وابتكاراً في قطاع الذكاء الاصطناعي.

وأكدت سعادة الدكتورة الشامي: "تحرص وزارة التربية والتعليم على الاستثمار في الطلبة الذين يمثلون ركيزة مهمة من ركائز تقدم الدولة، وفي هذا السياق نعمل على تطوير سلسلة الذكاء الاصطناعي باعتبارها أداة من أدوات اكتشاف وتمكين الطلبة الواعدين في مجال الذكاء الاصطناعي، وننتقل إلى تثقيفهم وإعدادهم للمسابقات المحلية والدولية في مجالات الذكاء الاصطناعي ومتابعة ورعاية مواهب الطلبة المتميزين عن طريق إشراكهم في عدة برامج مختلفة تعنى بالتطوير الشخصي والمهني بالإضافة إلى تهيئةهم للدراسات العليا والتخصصات المستقبلية المطلوبة في سوق العمل من خلال تزويدهم بالخبرات والمهارات المطلوبة التي يحتاجون إليها ليكونوا

التركيز على المسابقات والبرامج المستدامة بما يتماشى مع مستهدفات الدولة، فيما تم التركيز على المسابقات ذات المصادر المفتوحة بهدف اكتشاف مواهب الطلبة المختلفة وتحديد الطلبة المتميزين لتتم رعايتهم وترشيحهم وإعدادهم للمشاركة في المنافسات على المستوى العالمي.

واشملت المنافسة على أربع فئات رئيسية هي، الروبوتات، والبرمجة، والذكاء الاصطناعي، وتطبيقات المصادر المفتوحة. وتنافس الطلبة المشاركون في 17 مسابقة متنوعة تضمنت مسابقات الروبوكات التي ركزت على اختبار مواهب الطلبة وقدرتهم على الإبداع في مجالات تصميم الروبوت، ومسابقات البرمجة التي ركزت على مجموعة من لغات البرمجة الأوسع انتشاراً على غرار C++ والبايثون وتبكر قدمها الشرطة، وتسويق خدمات شرطة وبرمجة وتصميم المواقع الإلكترونية، إضافة إلى مسابقات الذكاء الاصطناعي ومسابقات تطبيقات المصادر المفتوحة التي تمت إضافتها في دورة هذا العام من البطولة.

بدورها، باركت سعادة الدكتورة أمّنة الضحّاك الشامي، للطلبة الفائزين نجاحهم وتميزهم، وتصدرهم للمسابقات،

وأضاف معاليه: "تساهم هذه البطولة في تأهيل الطلبة في مجالات العلوم المتقدمة ليكونوا قادرين على مواصلة مسيرة التنمية الشاملة والمستدامة التي تشهدها الدولة. وسنواصل العمل على دعم مثل هذه المسابقات في إطار حرصنا على تقديم نموذج رائد للمجتمع، وإتاحة فرص التعلم والإبداع والابتكار للطلبة ليكونوا قادرين على توظيف هذه العلوم في رحلتهم الأكاديمية ومسيرتهم العملية بكفاءة واقتدار".

وتفصيلاً، شارك في المسابقة 750 طالباً وطالبة من مختلف المراحل الدراسية في المدارس الحكومية والخاصة على مستوى الدولة، إضافة إلى 218 مشرف ومشرفة، و200 متطوع ومحكم، وبلغ عدد الفائزين بالميداليات الذهبية بالبطولة 36 طالباً وطالبة، بينهم تسعة فائزين فرديين، وسبعة فرق، حيث ستقوم وزارة التربية والتعليم بالعمل على تدريب الفائزين وإعدادهم للمشاركة العالمية.

تم تصميم المنافسات وفق معايير محددة يتم خلالها

بهدف التواصل مع كافة فئات المجتمع

مركزا شرطة نايف والمرقبات ينظمان اللقاء المفتوح «صوتك مسموع»

خدمات مميزة تنال رضا وإسعاد المتعاملين.

حماية

واستعرض العميد خالد بن مويّزة، نائب مدير الإدارة العامة لمكافحة المخدرات، أهداف برنامج مركز حماية الدولي التابع للإدارة العامة لمكافحة المخدرات، والبرامج التوعوية التي يقدمها لطلبة المدارس والجامعات، بالإضافة إلى الفعاليات التي ينظمها لمختلف فئات المجتمع.

الجرائم الإلكترونية

وقدم العميد سعيد الهاجري مدير إدارة المباحث الإلكترونية، في الإدارة العامة للتحريات والمباحث الإلكترونية، شرحاً للحضور حول منظومة عمل منصة E-crime الخاصة بتلقي بلاغات أفراد الجمهور المتعلقة بالجرائم الإلكترونية بصورة سلسلة وسهلة من خلال العنوان الإلكتروني www.ecrime.ae، والتي تشمل: الابتزاز الإلكتروني والاختراق الإلكتروني وجرائم الاحتيالات المالية للتحويلات والاستخدامات غير المشروعة للبطاقة الائتمانية.

الشرطي جارك

وقدم العقيد عارف بيشوه، مدير إدارة الحد من الجريمة في الإدارة العامة للتحريات والمباحث الجنائية، شرحاً للحضور حول مبادرة "الشرطي جارك" والتي تعتبر جسراً بين شرطة دبي



للأدلة الجنائية وعلم الجريمة وجهود مختلف الإدارات والأقسام في كشف الجريمة، وآلية العمل المتبعة فيها، كما قدم شرحاً حول أهم القضايا التي تم اكتشافها من قبل الإدارة العامة خلال الأعوام الماضية.

حرص القيادة

وأكد العميد راشد الشحي، حرص القيادة العامة لشرطة دبي على تقديم خدمات راقية للمتعاملين، بما يعكس السمعة الحضارية المتميزة لشرطة دبي، مشيراً إلى أهمية اختصاص منطقتي نايف والمرقبات كونهما تضمّان مناطق تجارية وسكنية، الأمر الذي يستدعي تقديم

المجتمع عن الخدمات التي تقدمها شرطة دبي، عبر فتح قنوات التواصل الفعال مع الفاطنين في المناطق السكنية، مشيراً إلى أن أحد أهداف المبادرة تمثل في تعزيز الثقة في الخدمات التي تقدمها الشرطة، وتسويق خدمات شرطة دبي، ومشاركة أفراد المجتمع في تعزيز الأمن، والإطلاع على ملاحظات ومقترحات أفراد المجتمع، وتنظيم الأنشطة والفعاليات المشتركة بين المؤسسة والمجتمع.

الأدلة الجنائية

واستعرض اللواء أحمد بن غليطة الخدمات التي يقدمها المختبر الجنائي في الإدارة العامة

والمقترحات المقدمة لها من أفراد مجتمع دبي بعين الاعتبار وتتابعها، وأن مكاتب شرطة دبي مفتوحة وجاهزة دائماً للتواصل مع الجميع في مختلف الأوقات.

وتوجه اللواء خليل المنصوري بالشكر إلى سعادة الدكتور سالم النثار الشحي عضو المجلس الوطني الاتحادي سابقاً، والمحامية علياء العامري، والناشطة الاجتماعية زينب السيد (أم سعيد)، والناشطة الاجتماعية زينب العسكري، ومقدمة حفل اللقاء منال عبد الرحيم الجوهري، والحضور الكريم، وأثنى على مشاركتهم في الجلسة الحوارية منوهاً بقيمة اللقاء كتجسيد عملي لحرص القيادة العامة لشرطة دبي على لقاء أكبر شريحة ممكنة من المواطنين والمقيمين.

أهمية التواصل

من جانبه أكد اللواء الدكتور طارق تهلك، أهمية تنظيم اللقاءات المباشرة والتواصل مع كافة أفراد المجتمع، مشيراً إلى أن جهود شرطة دبي لا تقتصر على تقديم خدماتها الشرطية والأمنية فقط، لكنها تتعدى ذلك إلى تنسيق الجهود والتواصل بشكل مستمر مع جميع الدوائر الحكومية الأخرى لتقديم خدمات تعكس جودة الحياة في إمارة دبي.

وقال اللواء طارق تهلك إن مبادرة "صوتك مسموع" تهدف إلى نشر الوعي لدى أفراد

نظمت القيادة العامة لشرطة دبي ممثلة في مركزي شرطة نايف والمرقبات، اللقاء المفتوح "صوتك مسموع" مع أفراد مجتمع دبي من المواطنين والمقيمين والشركاء ضمن منطقتي اختصاص المركزين، وذلك لتعزيز التواصل وتفعيل قنوات الاتصال المباشر معهم، بما يكفل مشاركة الجمهور في إبداء الملاحظات والمقترحات.

شهد اللقاء سعادة اللواء خبير خليل إبراهيم المنصوري مساعد القائد العام لشؤون البحث الجنائي، بحضور اللواء أحمد بن غليطة، مدير الإدارة العامة للأدلة الجنائية وعلم الجريمة، واللواء الدكتور عادل السويدي، مدير مركز شرطة جبل علي، رئيس مجلس مديري مراكز الشرطة، واللواء الدكتور طارق تهلك، مدير مركز شرطة نايف، واللواء عبد الله خادم سرور المعصم، مدير مركز شرطة بر دبي، والعميد راشد محمد صالح الشحي، مدير مركز شرطة المرقبات، وسعادة الدكتور سالم النثار الشحي عضو المجلس الوطني الاتحادي سابقاً، والمحامية علياء العامري، وعدد من كبار الضباط والمسؤولين، والمواطنين والمقيمين والشركاء في منطقة اختصاص المركز.

وقال اللواء خليل المنصوري إن اللقاء يأتي ضمن مبادرة "صوتك مسموع" التي ينفذها مجلس مديري مراكز الشرطة بهدف سماع آراء ومقترحات المواطنين والمقيمين في الإمارة، كما أنه يأتي سبباً على نهج قيادتنا الرشيدة في ضرورة التواصل المباشر الفعال والبناء مع المتعاملين، للوقوف على جودة الخدمات المقدمة لهم، لافتاً إلى أن شرطة دبي تأخذ كافة الآراء

• دبي - الفجر:

اللقاء السنوي لجامعة حمدان بن محمد الذكية يجمع الدارسين والخريجين تحت شعار تعزيز الاستدامة في التعليم

الخيرية والاجتماعية. وشهد اللقاء إقامة مجموعة متنوعة من الأنشطة مثل تحدي الاستدامة وهي مسابقة أتاحَت للفرق المشاركة في مغامرة تفاعلية فريدة مرتبطة بمفهوم الاستدامة، إلى جانب عدد من المسابقات والألغاز ومناقشة مواضيع وقضايا في الاستدامة. كما تضمن اللقاء السنوي معرض الاستدامة والذي شارك فيه مجموعة من الشركاء والمؤسسات الرائدة في الاستدامة منها وزارة التغير المناخي والبيئة، شرطة دبي، بلدية دبي، هانيويل العالمية، جمعية دار البر ومركز الفضاء للعلوم والتكنولوجيا، وذلك لتبسيط الضوء على الممارسات والتحديات التي عملت عليها المؤسسات، إلى جانب مشاريع ورواد الأعمال المستدامة من دارسي الجامعة.

وأضاف سعادته: "يسرنا أن نرحب بالدارسين في هذا المنتدى الحضوري، لنستهل وإياهم فصلًا دراسيًا جديدًا عنوانه التعلم المستدام. ونجدد العزم على الضيافة في إعادة هندسة التعليم العالي بما يواكب متطلبات المستقبل، والبناء على عقديين من التميز الأكاديمي والمعرفي وزيادة التعلم الذكي".

تضمن اللقاء السنوي العديد من المناقشات والجلسات التفاعلية حول دور الاستدامة في التعليم وتوفير الخدمات والموارد التعليمية المستدامة، وعقدت شركة هانيويل جلسة حوارية لتبسيط الضوء على أبرز الممارسات في مجال الاستدامة، بمشاركة كوكبة من ممثلي المجتمع الأكاديمي. وشملت أنشطة اللقاء فعالية البازار الخيري المستدام بالتعاون مع جمعية دار البر لدعم الاستدامة وتشجيع الأعمال

اللقاء سعادة الدكتور منصور العور، رئيس الجامعة بحضور أعضاء الهيئتين الأكاديمية والإدارية والدارسين والخريجين وأولياء الأمور، بالإضافة إلى عدد من الشركاء الاستراتيجيين.

شهد اللقاء السنوي تكريمًا للمتفوقين الحائزين على لائحة الشرف، وذلك انطلاقاً من حرص الجامعة على دعم التفوق ورعايتهم باعتبارهم الشروة الحقيقية للوطن، وعبر سعادة الدكتور منصور العور كلمة قال فيها: "التعليم هو بوصلة المستقبل، ومحرك الاستدامة الأول، ويعتمد الابتكار منهجاً والتكنولوجيا وسيلة، يمكننا إعادة تشكيل معالم مشهد التعليم. ونحن على يقين أن الاستدامة في التعليم هي الطريقة المثلى للوصول إلى مجتمع أكثر ازدهاراً".

نظمت إدارة علاقات الدارسين في جامعة حمدان بن محمد الذكية لقاءها السنوي 2023 تحت شعار تعزيز الاستدامة في التعليم بالتعاون مع عدد من الشركاء الاستراتيجيين. ويأتي شعار اللقاء هذا العام تجسيداً لرؤية الجامعة الرامية لإعادة هندسة مستقبل التعليم، وتماشياً مع استضافة دولة الإمارات للدورة الثامنة والعشرين لؤمّهر الأطراف في اتفاقية الأمم المتحدة الإطارية بشأن تغير المناخ COP 28 وإعلان صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة حفظه الله، العام 2023 عاماً للاستدامة. وترأس

منوعات الفكر 23

وجد العلماء أن مجموعة أصباغ نباتية تتراكم في شبكية العين يمكن أن تحسن صحة العين والمدى البصري.

ومثل أي أعضاء أخرى في الجسم، يمكن أن تتأثر العين باختيارات أسلوب حياتك. وهذا يشمل النظام الغذائي، مع بعض الأطعمة التي من المحتمل أن تساعد أو تعيق مدى جودة عملها.



تحتوي على مستويات عالية من مركبات اللوتين والزياكسانثين

أطعمة من ثلاثة ألوان يمكن أن يعزز تناولها البصر



منظور وظيفي، تعمل التركيزات الأعلى من هذه الأصباغ النباتية على تحسين العديد من جوانب القدرة البصرية والمعرفية. وفي هذه الورقة البحثية، ناقش قدرتهم على تحسين الرؤية في المدى البعيد أو المدى البصري".

وكجزء من الدراسة، ركز الباحثون على تأثير الأطعمة على النطاق البصري للرياضيين بسبب حاجتهم إلى أن يكونوا قادرين على رؤية الهدف بوضوح من مسافة بعيدة.

وغالبا ما يصعب رؤية الأشياء وتبدو أكثر ضبابية كلما ابتعدت عن بعضها بسبب تأثيرات الضوء الأزرق.

وقال هارث: "من منظور لاصب الوسط (في البيسبول)، إذا كانت الكرة قادمة في الهواء، فسيتم رؤيتها على خلفية السماء الزرقاء الساطعة، أو على خلفية رمادية إذا كان يوما غائما. وفي كلتا الحالتين، يكون الهدف محجوبا بسبب التداخل الجوي القادم إلى مسار الضوء هذا".

ويعالج العديد من الرياضيين هذا حاليا باستخدام نظارات شمسية سوداء أو زرقاء للعين. لكن هارث يعتقد أن تناول المزيد من الأطعمة الغنية باللوتين والزياكسانثين يمكن أن يحسن قدرة العين الطبيعية على التعامل مع التعرض للضوء الأزرق.

وأشار إلى أن السبب في ذلك هو أنه عندما يمتص الشخص اللوتين والزياكسانثين، تتجمع المركبات على شكل أصباغ صفراء في شبكية العين وتعمل

منظور وظيفي، تعمل التركيزات الأعلى من هذه الأصباغ النباتية على تحسين العديد من جوانب القدرة البصرية والمعرفية. وفي هذه الورقة البحثية، ناقش قدرتهم على تحسين الرؤية في المدى البعيد أو المدى البصري".

وكجزء من الدراسة، ركز الباحثون على تأثير الأطعمة على النطاق البصري للرياضيين بسبب حاجتهم إلى أن يكونوا قادرين على رؤية الهدف بوضوح من مسافة بعيدة.

وغالبا ما يصعب رؤية الأشياء وتبدو أكثر ضبابية كلما ابتعدت عن بعضها بسبب تأثيرات الضوء الأزرق.

وقال هارث: "من منظور لاصب الوسط (في البيسبول)، إذا كانت الكرة قادمة في الهواء، فسيتم رؤيتها على خلفية السماء الزرقاء الساطعة، أو على خلفية رمادية إذا كان يوما غائما. وفي كلتا الحالتين، يكون الهدف محجوبا بسبب التداخل الجوي القادم إلى مسار الضوء هذا".

ويعالج العديد من الرياضيين هذا حاليا باستخدام نظارات شمسية سوداء أو زرقاء للعين. لكن هارث يعتقد أن تناول المزيد من الأطعمة الغنية باللوتين والزياكسانثين يمكن أن يحسن قدرة العين الطبيعية على التعامل مع التعرض للضوء الأزرق.

وأشار إلى أن السبب في ذلك هو أنه عندما يمتص الشخص اللوتين والزياكسانثين، تتجمع المركبات على شكل أصباغ صفراء في شبكية العين وتعمل

الغذائية يمكن أن يحسن النطاق البصري. ونظرت الدراسة، التي نُشرت في Exercise and Sport Sciences Reviews، على كيفية عمل مجموعة من المركبات النباتية التي تتراكم في شبكية العين، والمعروفة باسم الصبغات البقعية، على تحسين صحة العين والرؤية الوظيفية.

وثبت أن تناول الخضروات ذات اللون الأخضر الداكن أو الأصفر أو البرتقالي على وجه التحديد يعزز البصر.

وتأتي هذه النتائج في الوقت الذي أظهرت فيه دراسات سابقة أن الأطعمة من هذا اللون يمكن أن تحسن صحة العين والدماغ.

ويرجع ذلك إلى حقيقة أن نباتات هذا اللون تحتوي على مستويات عالية من مركبات اللوتين والزياكسانثين.

وفي بيان جامعي، أوضح المؤلف الرئيسي للدراسة جاك هارث: "ركزت الكثير من الأبحاث حول اللوتين البقعي والزياكسانثين على الفوائد الصحية، ولكن من

وحددت دراسة الآن ثلاثة أنواع من الأطعمة - بناء على لونها فقط - والتي يمكن أن تساعد في تحسين صحة عينيك ورؤيتك.

ووجد باحثون من جامعة جورجيا في الولايات المتحدة أن تناول الفواكه والخضروات الملونة في الوجبات



إيجابيات وسلبيات حمية البطيخ الأحمر

أعلنت الدكتورة الكسندرا فيلوف، أن حمية البطيخ الأحمر تساعد على تطهير الجسم والتخلص من الوزن الزائد، حيث يكفي اتباعها ١-٢ مرة في الأسبوع.

فسوف يتخلص من الوزن الزائد، ولكن مع بعض الخطر على الصحة. لأن البطيخ الأحمر يحتوي على نسبة ضئيلة جدا من البروتين والدهون، بالإضافة إلى أهم الفيتامينات والمعادن كالصوديوم وفيتامين ب 12 وحمض الفوليك، تلك التي بدونها لا يمكن للجسم أداء وظائفه بصورة طبيعية. لذلك من أجل إنقاص الوزن والحفاظ على وزن صحي، يجب اتباع نظام غذائي متنوع ومتوازن، يحتوي على جميع مجموعات العناصر الغذائية - البروتينات والدهون والكربوهيدرات في كل وجبة".

أن يسبب الإفراط في تناول البطيخ لهم الإسهال. كما يجب على مرضى السكري تناوله بكميات محدودة، لأن مؤشر نسبة السكر في الدم سيرتفع".

ووفقا لها، يجب اتباع حمية البطيخ الأحمر للتخلص من الوزن الزائد فعلا مدة أسبوع على الأقل وهذا محفوف بمشكلات صحية عديدة.

وتقول: "لن يفقد الشخص من وزنه عند تناوله البطيخ الأحمر فقط يوما واحدا، ولكنه سيتخلص من السوائل الزائدة أي حوالي 1-2 كغم. لذلك إذا اتبع الشخص هذه التغذية الأحادية لفترة طويلة،

أي أن هذه الحمية تسبب فقدان الجسم للعناصر المعدنية المفيدة والبوتاسيوم والكالسيوم وغيرها".

ووفقا لها، الماء هو المكون الرئيسي للبطيخ الأحمر، متدابة فيه سكريات بسيطة. كما يحتوي على مواد مفيدة للصحة.

وتقول: "يحتوي البطيخ الأحمر على نسبة عالية من فيتامين C ومجموعة فيتامين B وكذلك على الفوسفور والحديد والكاروتينات، التي توفر اللون الصحي للبشرة وتدعم الجهاز العصبي وتحسن عملية الهضم وتعزز منظومة المناعة، وعلاوة على ذلك يحتوي على ألياف غذائية لا تهضم ولكنها تحسن عمل الجهاز الهضمي وتمنع الإمساك. كما يحتوي على نسبة عالية من المغنيسيوم وهذا مهم للكل".

ولكن على الرغم من جميع هذه الإيجابيات، لحمية البطيخ الأحمر سلبية أيضا.

وتشير الطبية في مقابلة مع Gazeta.Ru، إلى أنه وفقا لهذا الاعتقاد يكفي اتباعها 1-2 مرة في الأسبوع، وعدم تناول أي شيء غير البطيخ الأحمر.

وتقول: "يحتوي البطيخ الأحمر على سرعات حرارية قليلة، ولكنه يحتوي على كمية كبيرة من الألياف الغذائية، حيث من وجبة خفيفة واحدة، يمكن للشخص أن يحصل على ثلث حاجة الجسم اليومية. لذلك لا غرابة في سرعة انخفاض الوزن في حالة اتباع مثل هذا النظام الغذائي. ولكن هذا الانخفاض في الوزن سببه في الواقع خروج كمية كبيرة من السوائل من الجسم.



الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/الفرس الذهبي للأزياء النسائية
رخصة رقم: CN 4218808 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/لامناشا سويتس
رخصة رقم: CN 3767068 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة:شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري:لانونيل أرت للفن والديكور - شركة الشخص الواحد ذ.م.م
عنوان الشركة:الخالدية - غرب 0.9 - مبنى شيخه احمد عبدالله روم
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4473864
التعديل الذي طرأ على الشركة :
1 - حل وتصفية الشركة
2 - تعيين السادة/ميرال عبدالحبيب لتدقيق الحسابات والاستشارات الادارية، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ:2023/09/6 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2305036020 - تاريخ التعديل:2023/09/30
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/فوج للعود والبخور
رخصة رقم: CN 3793212 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة
الاسم التجاري: هيلني ابير لتجارة معدات التقنية ذ.م.م
عنوان الشركة: السعادة - شرق 0.40 مبنى ابراج جاردان العقارية ذ.م.م
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4551459
التعديل الذي طرأ على الشركة :
1 - حل وتصفية الشركة
2 - تعيين السادة/الهاملي وشركاه- محاسبون قانونيون، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ: 2023/09/27 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 5412723 تاريخ التعديل: 2023/10/1
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/هاند ميد لاعمال السيراميك
رخصة رقم: CN 2270505 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة:شركة ذات مسؤولية محدودة
الاسم التجاري:نوفز إينوفاشن تكنولوجيز ذ.م.م
عنوان الشركة:مارينا الوطنية للتطوير العقاري ذ.م.م B 20 جزيرة أبوظبي شارع الكورنيش - فيلا رقم
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 1668951
التعديل الذي طرأ على الشركة :
1 - حل وتصفية الشركة
2 - تعيين السادة/سلمى سعيد زايد لتدقيق الحسابات ، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ:2023/09/18 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2305039232 - تاريخ التعديل:2023/9/28
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/بينار كافيه
رخصة رقم: CN 3890960 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة
الاسم التجاري: صوغه بيوتي لمستحضرات التجميل ذ.م.م
عنوان الشركة:وسط المدينة - حي القصيدة 1 - الاول مبنى عبدالله صالح عبدالله بن بدوة
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4360642
التعديل الذي طرأ على الشركة :
1 - حل وتصفية الشركة
2 - تعيين السادة/ميرال عبدالحبيب لتدقيق الحسابات والاستشارات الادارية، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ:2023/09/25 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2350019043 - تاريخ التعديل:2023/09/30
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/علي خميس النيايدي للمقاولات العامة
رخصة رقم: CN 2864951 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/استو اركيتيكتس ستوديو لخدمات التصميم
رخصة رقم: CN 4636226 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة:شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري:امبريكال فيت للخدمات الرياضية- شركة الشخص الواحد ذ.م.م
عنوان الشركة: مصحف - مصحف 0.39 - مبنى الاقف لتمثيل الشركات ذ.م.م - واخرين
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4573475
التعديل الذي طرأ على الشركة :
1 - حل وتصفية الشركة
2 - تعيين السادة/مكتب دلتا لتدقيق الحسابات، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ:2023/09/27 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2305039044 تاريخ التعديل: 2023/09/29
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة :محل زنوبيا للخياطة
رخصة رقم: CN 1112258 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف صالح عامي الكندي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ اضافة سيف ربيع سيد احمد 100%
تعديل اسم تجاري من/ محل زنوبيا للخياطة
ZANOUBIA TAILORING SHOP
الى/ محل زنوبيا للخياطة - ذ.م.م.ش.ش.و
ZANOUBIA TAILORING SHOP L.L.C - O.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة :شركة الأبراج للخدمات الطبية ذ.م.م
رخصة رقم: CN 1042656 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل الشكل القانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف ابراهيم سعيد عبدالله على الحجري
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ هيثم سمور من شريك الى مالك
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ هيثم سمور من شريك الى مدير
تعديل نسب الشركاء/ هيثم سمور من 49% الى 100%
تعديل نسب الشركاء/ هيثم سمور من 49% الى 0%
تعديل اسم تجاري من/ شركة الأبراج للخدمات الطبية ذ.م.م
ALABRAJ MEDICAL SERVICES COMPANY L.L.C
الى/ شركة الأبراج للخدمات الطبية - ذ.م.م - ش.ش.و
ALABRAJ MEDICAL SERVICES - COMPANY L.L.C - O.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة :تروباور للمقاولات الكهربائية والصيانة العامة
رخصة رقم: CN 4157953 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 25000
تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف حمد محمد مصبح محمد الكتبي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ اضافة محمد فتحى الصديق رضوان 100%
تعديل اسم تجاري من/ تروباور للمقاولات الكهربائية والصيانة العامة
TRUEPOWER GENERAL ELECTRICAL - CONTRACTING AND MAINTENANCE
الى/ تروباور للمقاولات الكهربائية والصيانة العامة - ذ.م.م - ش.ش.و
TRUEPOWER GENERALELECTRICAL CONTRACTING AND- MAINTENANCE .L.L.C O.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : مطعم عنب وتوت - ذ.م.م
ش.ش.و - رخصة رقم: CN 1185732 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل اسم تجاري من/ مطعم عنب وتوت - ذ.م.م - ش.ش.و
ENAB WA TOOT RESTAURANT - L.L.C
الى/ مطعم وعصائر عنب و توت - ذ.م.م - ش.ش.و
ENAB WA TOOT RESTAURANT - AND JUICES - L.L.C - O.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة :كراج فيوتشر ون لاصلاح السيارات
رخصة رقم: CN 1884154 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 50000
تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف عبدالله سلطان محسن السلمى العامري
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ اضافة نصار محمد محمد زوين 100%
تعديل اسم تجاري من/ كراج فيوتشر ون لاصلاح السيارات
FUTURE ONE AUTO REPAIRS GARAGE
الى/ كراج فيوتشر ون لاصلاح السيارات - ذ.م.م - ش.ش.و
FUTURE ONE AUTO REPAIRS - GARAGE - L.L.C - O.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة :بيلدرس تشويس للمقاولات الكهربائية - شركة الشخص الواحد ذ.م
رخصة رقم: CN 4271053 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 100000 الى 50000
تعديل الشكل القانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م الى شركة ذات مسؤولية محدودة
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف سبيتا سودهى رادهاكريشنان
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ اضافة نايجي جميل خويدم العلوي 51%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ اضافة سبيتا سودهى رادهاكريشنان 49%
تعديل اسم تجاري من/ بيلدرس تشويس للمقاولات الكهربائية - شركة الشخص الواحد ذ.م م
BUILDERS CHOICE ELECTRO MECHANICAL CONTRACTING - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
الى/ بيلدرز تشويس للمقاولات الكهربوميكانيكية - ذ.م.م
BUILDERS CHOICE ELECTRO - MECHANICAL CONTRACTING - L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال ثلاثون يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة :ايه كيو اف للتجارة
رخصة رقم: CN 4565540 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال من 100000 الى 150000
تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف حسن عبدالله حسن العمران الحمادي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/ اضافة مصعب جميل عبدا لجبار ياسين 100%
تعديل اسم تجاري من/ ايه كيو اف للتجارة
A Q F TRADING
الى/ ايه كيو اف للتجارة العامة - ذ.م.م.ش.ش.و
A Q F GENERAL TRADING - L.L.C O.P.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الجزيرة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩٦٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/فروستي ونتر للفعاليات
رخصة رقم: CN 4669026 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)



منوعات الفكر المعاصر

26

«تريندن» يختتم جولة أفريقية حافلة .. حوارات ومشاركات بحثية في ثلاث دول..

جناح «تريندن» في «نيروبي للكتاب» يفوز بجائزة أفضل جناح عالمي الدكتور محمد العلي: نسعى لتشجيع حركة البحث وتعزيز الحضور المعرفي بين المنطقة والقارة الأفريقية



مراكز البحث والفكر الإقليمية والدولية. كما وقع «تريندن» ومركز المعلومات ودعم اتخاذ القرار بمجلس الوزراء المصري، بروتوكول تعاون يهدف إلى تعزيز سبل التعاون العلمي والبحثي والأكاديمي بين الطرفين في المجالات والقضايا ذات الاهتمام المشترك. كما استعرض مركز «تريندن» والهئية القبطية الإنجيلية للخدمات الاجتماعية، آفاق التعاون بين الجانبين. ومن نيروبي، يعود «تريندن» ليواصل جولة أسبوعية، حيث حظ رحاله في العاصمة السودانية الرياض، حيث يشارك للمرة الثالثة على التوالي في معرض الرياض الدولي للكتاب، وستوجه بعدها مباشرة إلى ألمانيا للمشاركة في معرض فرانكفورت الدولي للكتاب، سعياً لتعزيز رؤيته وتأكيد حضوره الدولي الفاعل كمركز بحث معرفي مستقل.

السلام والأمن في جامعة أديس أبابا (IPSS)، ومعهد هورن للسياسات الاقتصادية والاجتماعية (HESPI)، ومعهد الشؤون الخارجية IFA، التابع لوزارة الخارجية الإثيوبية، ومعهد دراسات السياسة (PSI)، وذلك في العاصمة أديس أبابا. وشارك «تريندن» في مؤتمر إقليمي نظمته معهد الشؤون الخارجية IFA، بعنوان «الديناميات الأمنية في البحر الأحمر: الحاجة إلى الحوار والتعاون في زمن التشابك العالمي»، حيث تحدث الرئيس التنفيذي للمركز أمامه، مؤكداً أهمية القارة الأفريقية ودور المراكز الفكرية والبحثية في تعزيز التعاون الدولي وقراءة الأحداث برؤية وازمنة مستقبلية. وفي محطة مصر، أطلق مركز تريندن للبحوث والاستشارات مكتبه الافتراضي في العاصمة القاهرة، وذلك في إطار سعيه إلى توسيع قاعدة انتشاره، بوصفه جسراً معرفياً وحلقة وصل مع

التغير المناخي والهجرة والتنمية، ومركز السلام التابعين له. ونظم بالتعاون مع معهد هورن ندوة تناولت قضية التغير المناخي ومؤتمر كوب 28، ورؤية أفريقيا حول مكافحة التطرف. كما أبرم مركز تريندن في نيروبي اتفاقية تعاون مع مجموعة بونو للأسواق الناشئة، توطر العلاقات بين الجانبين في مجالات البحث العلمي والمعرفي. وتوج «تريندن» زيارته لكينيا بالمشاركة بجناح خاص في معرض نيروبي الدولي للكتاب، ونظم هناك حلقة نقاشية تناولت موضوعاً على جانب كبير من الأهمية، وهو «القيود أمام انتشار الطاقة المتجددة في أفريقيا»، وقد زار الجناح عدد من المسؤولين والأكاديميين والناشرين، حيث اطلعوا على نتاج «تريندن» البحثي، وثمنوا جهودهم الفكرية ورؤيته المستقبلية للأحداث. ومباحثات تعاون بحثي مع كل من معهد دراسات

وأوضح الدكتور محمد العلي أن مركز تريندن سيواصل العمل على تعزيز أليات التعاون البحثي مع مراكز الدراسات والمؤسسات البحثية الإفريقية، وسوف يستعرض عن قرب قضايا القارة الأفريقية مع أبناء تلك القارة، ويواصل حضوره النوعي والفاعل في المحافل البحثية الإقليمية والعالمية، وذلك تجسيدا لاستراتيجية «تريندن» الهادفة إلى تعزيز شراكاته البحثية في أرجاء العالم، وتحقيق الانتشار والتوسع في نشر المعرفة العلمية والبحثية، من منظور عربي خليجي في المحافل الدولية كافة. وقد شهدت محطة كينيا حوارات ومباحثات تعاون مع خمسة معاهد ومراكز بحثية، هي المعهد الكيني للأبحاث وتحليل السياسات العامة (KIPPR)، والمركز العالمي للسياسة الاستراتيجية (GLOCEPS)، ومعهد هورن الدولي للدراسات الاستراتيجية، ومركز

العزم على مواصلة العمل من أجل تعزيز حركة البحث العلمي، ونشر قيم التعايش والتسامح، وسير أغوار مجالات جديدة، واستشراف المستقبل، بل المشاركة في صنعه. وأكد أن جولة «تريندن» الإفريقية جاءت تأكيداً على دور المركز البحثي، وتعزيزاً لرؤيته العالمية الشاملة، والتي تقوم على أهمية تشارك الأفكار والخبرات والتجارب البحثية والمعرفية، مع الخبراء والمؤسسات البحثية المناظرة في دول العالم كافة، ومن أهمها دول القارة الأفريقية. وأشار إلى الجولة في محطاتها الثلاث، وما تضمنته من حوارات ومحادثات وحلقات نقاشية بحثية، واتفاقيات تعاون سعت للوصول إلى المعارف والدراسات الاستشرافية، التي تساهم في التعرف على القضايا عن قرب، وتحلل أحداث القارة الأفريقية بشكل غير نمطي يساهم في فهمها ويضع الرؤى حولها.

•• أبوظبي -البحرين:

اختتم مركز تريندن للبحوث والاستشارات جولة أفريقية، شملت كلاً من كينيا وإثيوبيا وجمهورية مصر العربية، بهدف التعاون مع بعض أهم وأبرز المؤسسات البحثية في تلك الدول، وتشجيع حركة البحث في مجال الدراسات الأفريقية، وتعزيز الحضور البحثي والمعرفي المتبادل بين المنطقة والقارة الأفريقية، وتوجت بفوز جناح مركز تريندن في معرض نيروبي الدولي للكتاب بجائزة أفضل جناح عالمي، تقديراً لجهود المركز البحثية، وما تضمنته الجناح من نتائج بحثية متنوعة وازن يحوي رؤية عالمية مستشرقة الأحداث. وقال الدكتور محمد عبدالله العلي الرئيس التنفيذي لمركز تريندن أن فوز جناح «تريندن» في «نيروبي للكتاب» بجائزة أفضل جناح عالمي يؤكد عالمية المركز، وصواب رؤيته ومسيرته، مجدداً

انطلاق النسخة الثانية من ملتقى الشعر العربي في نيجيريا

•• أبوجا - نيجيريا - وام:

والساهمة في تعزيز حضورها مشيراً إلى أن وزارة التعليم الاتحادية تبذل كل ما في وسعها لضمان معايير الجودة في كل الصعد وجميع المستويات. وأعرب د. موسى أديشنا عبد الرحيم عن شكره وامتنانه المبعوثين لراعي هذا الحفل صاحب السمو حاكم الشارقة .. مؤكداً أن جمعية معلمي الدراسات العربية والإسلامية التي أنشأت قبل خمسين عاماً تهتم بدعم مادي الدراسات العربية والإسلامية في المؤسسات الدراسية في نيجيريا .. موضحاً أن من أنشطتها عقد مؤتمرات سنوية لتناول الشؤون التي تنتمي بالصلة بالخصصين. وتنوعت القراءات خلال الملتقى حيث كشفت عن نصوص تحمل عمق الماضي مستعيدة صور ومشاهدات راسخة في الذات فيما انحازت أخرى إلى الحاضر عبر موضوعات متعددة مثل الحب والأمل والوطن. وشهد الختام تكريم المبدعين المشاركين في الملتقى بشهادات تقديرية تكريماً لجهودهم الإبداعية وتعزيزاً لواصله الكتابية الشعرية.

الشعر العربي ومتنوعه. وقال الدكتور عمر آدم محمد المنسق التقني في نيجيريا يمثل هذا الملتقى فرصة سانحة لنا جميعاً لنعيش التجربة الشعرية الحية وننهل من ينابيع الفكر العظيم ونحقيق في الصورة الشعرية عبر العصور الأدبية المتعددة وثقافته الواسعة المتجددة والتي ضربت بجذورها عميق الأرض. وقال مامان طاهر وزير التعليم يتحدث باللغة العربية حالياً 22 دولة .. كما أن 12 دولة غير عربية في العالم تتحدث بها كلغة أم منها نيجيريا حيث يوجد في ولاية بورنو الشمال الشرقي لنيجيريا مواطنون يتحدثون العربية بالسليقة علاوة على ذلك فإن اللغة العربية هي لغة القرآن وهي من أهم اللغات السامية التي يتحدث بها الملايين من الناس ويفهمونها. وتابع بلفت اللغة العربية ذروة مجدها في شمال نيجيريا وتم اعتمادها كلغة رسمية وكان هذا حافظاً لانتشار الإسلام في الشمال كما عزز ذلك التعليم والتعلم

تحت رعاية صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة وفي إطار مبادرة الملتقيات الشعرية في أفريقيا شهدت جمهورية نيجيريا انطلاق النسخة الثانية من ملتقى الشعر العربي الذي نظمته إدارة الشؤون الثقافية في دائرة الثقافة في الشارقة بالتعاون مع المؤسسة الخيرية لتعليم ونشر اللغة العربية في نيجيريا بمشاركة 15 مبدعا. وأقيم الملتقى في المركز الوطني للتنمية في العاصمة النيجيرية أبوجا بحضور حنة موسى موساوا وزيرة الفنون والثقافة النيجيرية ووزير التربية والتعليم النيجيري البروفيسور مامان طاهر ود. موسى أديشنا عبد الرحيم رئيس الجمعية الوطنية لعلمي الدراسات العربية والإسلامية نيجيريا (تناسل) إلى جانب اساتذة جامعات ومعاهد وطلاب ومحبي

المركز التربوي للغة العربية لدول الخليج يختتم مشاركته في ملتقى مجمع الملك سلمان العالمي للغة العربية

•• الشارقة-البحرين:

واختتم برنامج الملتقى بزيارة الوفد اللغوي العالمي إلى معرض الرياض الدولي للكتاب حيث زار الوفد جناح مجمع الملك سلمان العالمي للغة العربية واطلعوا على جهود المجمع في مجال اللغة العربية، كما يشارك مكتب التربية العربي لدول الخليج وأجهزته في معرض الرياض الدولي للكتاب . وفي هذا الإطار زار الدكتور عيسى الحمادي جناح المكتب الذي يحتوي على عدد من الإصدارات الجديدة لعام 2023م ومن أبرزها الإصدار الجديد للمركز التربوي للغة العربية لدول الخليج بالشارقة بعنوان: الإطار المرجعي لتعليم اللغة العربية للناطقين بِلغات أخرى (تأليف، وتعليم، وتدريب).

يُعد هذا المجمع سبّاقاً في المِدان المعجمي العربي كما تضمن معجم مؤلفي كتب الأطفال دليلاً مرجعياً يُقدّم رؤية علميّة ومنهجية تُؤطر لإعداد المعاجم بشكل عامّ ويُسلط الضوء على معايير اختيار الألفاظ، وكيفية تطوُّر دلالاتها وسياقاتها، في معاجم الفئات العمريّة الثلاث (3-5 و 5-9 و 10-12)، بما يُمكن مُؤلّفي كُتب الأطفال من اختيار الكلمات المناسبة لكل مرحلة عُمرية، ومراعاة السياقات التي تلائم كل مرحلة، إلى جانب استفادتهم من الثروة اللغويّة الموجودة في المترادفات والأضداد، والتي جاءت مناسبة أيضاً للأطفال في كل مرحلة عُمرية.

العربي وأجهزته في مجال المعاجم اللغوية“. تناولت الورقة العلمية جهود مكتب التربية وأجهزته في إصدار معاجم لغوية متنوعة تهم مجال التعليم واللغة العربية. وأشارت الورقة إلى أهمية هذه المعاجم في تعزيز تعليم اللغة العربية وتنميتها لدى الأجيال الصاعدة. كما تميزت بتسليط الضوء على معايير اختيار الألفاظ وكيفية تطوير مفاهيمها واستخدامها في معاجم الفئات العمرية المختلفة. وسلطت الورقة العلمية الضوء على جهود مكتب التربية وأجهزته والتي تمثلت في إصدار الكتب وأجهزته لعدد من المعاجم ومن أبرزها إصدار المركز العربي للبحوث التربوية لدول الخليج لعدد من المعاجم اللغوية المتنوعة بدءاً بالدراسة السّجّية للجهود المعجميّة المدرسيّة والدليل المعياريّ لها، وإعداد معاجم لغويّة مدرسيّة لمراحل التعليم العامّ.

وأشار إلى أن المعاجم اللغويّة المدرسيّة تمثّل قيمة ذات جدوى لا تُنكر، وخطوة عمليّة في طريق إعادة الاعتبار لمناهج تعليم اللغة العربيّة وتعلّمها، ويسهم في أن يقدم لنا جيلاً جديداً من المجدّين للغة، المعبرين عنها بلسان عربي يُظهر البُعد المعرّي والحضاريّ للغتنا وهويتنا. وتعد هذ المعاجم أول محاولة علميّة منظّمة على مستوى الدول الأعضاء بمكتب التربية العربي لدول الخليج تهدف إلى حصر المفردات اللغويّة المدرسيّة والمصطلحات العلميّة، وتيسير فرص التعلّم وترقيّة المتعلّم لغويّاً وفكريّاً، وذلك لأن الاهتمام بتأصيل لغة المتعلّم يعد من المعايير المهمة في تقدّم المجتمعات.

كما أشار إلى أحدث تلك المعاجم وهو معجم لغويّ مؤلّفني كتب الأطفال (هفة الأعمار: 3-12) (2023م) والذي

المستمر للمحتوى عبر رصد المصطلحات والفردات الحديثة المستخدمة. من المقرر أن يُطلق المجمع لاحقاً، بالتعاون مع المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم (الألكسو)، النسخة الأولى لنصّة ”معجم المصطلحات العربية الموحدة“ بصيغة رقمية. وذلك لتسهيل وصول المستفيدين إليها وتطويرها وتحديث بياناتها بما يتناسب مع التطورات اللغوية والعلمية.

وشارك المركز التربوي للغة العربية لدول الخليج بالشارقة في الملتقى من خلال عرض علمي قدمه الدكتور عيسى الحمادي، مدير المركز، بعنوان “جهود مكتب التربية

اختتمت مشاركة المركز التربوي للغة العربية لدول الخليج في “ملتقى الصناعة المعجمية” الذي نظمه مجمع الملك سلمان العالمي للغة العربية مساء أمس بحضور مميز من الجهات المتخصصة في مجال اللغة العربية، من معاجم لغوية ومؤسسات ومراكز دولية. تم الإعلان في هذا الملتقى عن إصدار “معجم الرياض”، وهو إنجاز لغوي وعلمي جديد في خدمة اللغة العربية والنهوض بها. يعتمد هذا المعجم تقنيّة خاصة للتحديث



منوعات

الفكر

27



في خطوة جريئة نحو إحياء حكايات "ديزني" الشهيرة، تستعد "بياض الثلج والأقزام السبعة"، من عام ١٩٣٧، للعودة إلى الشاشة العام المقبل. وبوجه آخر يتحدى المعايير التقليدية ويبرز تطور سرد القصص وقدرتها على التحول مع الزمن. يقتصر عنوان الفيلم المعاد إنتاجه على "بياض الثلج" Snow White وحدها، في محاولة للابتعاد عن الاستهزاء بمشاعر الأفراد الذين يعانون من التقرم، واستبدال الشخصيات الأساسية بمخلوقات سحرية.

شخصيات الأقزام السبعة تم استبدالها بمخلوقات سحرية

"بياض الثلج" ... يعكس حلمها في أن تصبح زعيمة شجاعة وعادلة

خطاب الكراهية واللامساواة بين الجنسين والعنصرية.

مع ذلك، تعرضت زيفل لموجة من الهجوم العنصري على وسائل التواصل الاجتماعي، بعد إعلان "ديزني" عام 2021 أن النجمة الخالسية ستتولى دور البطولة. وهي خطوة نادرة وجريئة في عالم "ديزني"، حيث يشعر العديد من المحافظين بأنه يجب منح الدور حصرياً للممثلات البيضاء، مما يكشف عن العديد من التحيزات العميقة الكامنة تحت السطح. في هذا السياق، تعمقت المحاضرة في الإعلام والاتصال في جامعة ساري، الدكتورة روبين موير، في الواقع المرير لهذه القضية التي تترك تأثيرها الدائم على كل من السرد الثقافي والضمير الجماعي. وقالت إن وجود شخصية "ياسمين" في حكاية "علاء الدين"، ودخولها إلى نادي أميرات "ديزني" عام 1992، كان نقطة تحول أثارت للفتيات ذوات البشرة الملونة أن يتخيلن أنفسهن أميرات أيضاً. من الواضح أن كلمات موير إنما تذكر باستمرار معركة الهوية خلف ستار الترفيه.

أما محررة التعليقات في المجلة الدولية لدراسات "ديزني"، بريتانى إلدريدج، فأوضحت، في حديثها إلى "بي بي سي نيوز"، أنه عندما يتعلق الأمر بإعادة صنع الأفلام الكلاسيكية القديمة، يبحث المعجبون عن تلك الشخصية الدقيقة في الطبعة الجديدة. وقالت: "أعتقد أن الأمر يتعلق كثيراً بالحنين إلى الماضي والرغبة في استعادة التجربة التي عشتها في الأصل". وأضافت أن الغاية من القصص الخيالية هو التكيف والتطور، وهذا ما تحاول "ديزني" فعله.

و"بياض الثلج" ليس الفيلم الأول الذي يعاد إنتاجه، بل شرعت "ديزني" في رحلة تحول منذ فترة، وأعادت تخيل كلاسيكيات الرسوم المتحركة المحبوبة في عالم سينما الحركة الحية التي غالباً ما أضررت جداً وغضباً بين محبي الأعمال الأصلية. بدأت أولاً بـ "سندريلا"، تلاه "الجميلة والوحش"، ثم "حورية البحر الصغيرة". وكل فيلم يثبت حياة جديدة في هذه الروايات.

واليوم، تظهر "بياض الثلج" كأحدث أميرة تحظى بللمسة جديدة، ويستعد الجمهور لمشاهدة هذه الحكاية الخالدة من خلال عدسة معاصرة في 22 مارس/ آذار 2024. ستأسر هذه الحكاية الساحرة الجماهير حصرياً داخل قاعات دور السينما في خروج عن المألوف وقبل ظهورها الرقمي لأول مرة. وكانت "والت ديزني" قد أعلنت لأول مرة عن خطط لإعادة إنتاج الفيلم في أكتوبر/تشرين الأول 2016. وبعد أكثر من ست سنوات، تم التصوير في المملكة المتحدة بين مارس/ آذار ويوليو/ تموز 2022.

ستأسر هذه الحكاية الساحرة الجماهير حصرياً داخل قاعات دور السينما في خروج عن المألوف وقبل ظهورها الرقمي لأول مرة. وكانت "والت ديزني" قد أعلنت لأول مرة عن خطط لإعادة إنتاج الفيلم في أكتوبر/تشرين الأول 2016. وبعد أكثر من ست سنوات، تم التصوير في المملكة المتحدة بين مارس/ آذار ويوليو/ تموز 2022.

يأتي استبدال "الأقزام السبعة" بعد انتقاد الممثل الأمريكي بيتر دينكلاج، الحائز جائزة إيمي في يناير/ كانون الثاني 2022، فيلم "بياض الثلج" المعاد إنتاجه. إذ قال إن "ديزني فخورة جداً بتقديم ممثلة لاتينية في دور بياض الثلج، لكنها لا تزال تحكي القصة الرجعية نفسها: بياض الثلج والأقزام السبعة". وخاطب دينكلاج، الذي يعاني نوعاً من التقرم، "ديزني" قائلاً: "خذوا خطوة إلى الوراء، وانظروا إلى ما تفعلونه هنا".

بعد تصريح دينكلاج، أصدرت "ديزني" رداً عبر مجلة هوليوود ريبورتر، أعربت فيه عن نيتها بتضادي تعزيز الصور النمطية الموجودة في فيلم الرسوم المتحركة الأصلي، واتخاذ نهج مختلف مع هذه الشخصيات السبعة التي استبدلت بمخلوقات سحرية. إلى ذلك، أثارت تصريحات الممثلة الأمريكية الخالسية ريتشيل زيفل (22 عاماً) التي تجسد شخصية "بياض الثلج" جدلاً، بعد ظهور مقتطفات من مقابلات مختلفة لها على وسائل التواصل الاجتماعي، انتقدت فيها شخصية الأمير في العمل، ووصفته بأنه "مطارد" لا المتفاد، وأصرت على أن "بياض الثلج" المعاد إنتاجه لن يكون في صميمه "قصة حب"، بل سيلقي جانباً إنقاذ الأمير الأسطوري ومجاز قيلة الحب التي تعيد البطلة إلى الحياة.

ووفقاً لزيغلر، ستستخذ الحكاية منعطفاً مختلفاً، يعكس حلم "بياض الثلج" في أن تصبح زعيمة شجاعة وعادلة.

إذ يتمحور السرد حول اكتشاف الذات كأولوية، بدلاً من البحث عن الخلاص الرومانسي التقليدي الذي سيطر على معظم أفلام "ديزني" السابقة.

جاءت ردود الفعل على هذه التصريحات متضاربة، إذ رأى البعض أن انتقاد أميرات "ديزني" من خلال عدسة نسوية قدر يتجاهل من دون قصد تنوع التطلعات والميول بين النساء، وقالوا إن طموح النساء مختلف، فلا يطمحن جميعهن إلى تولي القيادة أو السلطة أو الريادة، وأن الأنوثة لا يمكن اختصارها بهذه البساطة، بل هي أكثر تعقيداً وتتضمن رغبات لا تعد ولا تحصى. وتم التشديد على أنه من المقبول التوق إلى مسارات مختلفة، بما فيها البحث عن الحب أو الرغبة في القيام بدور ربة المنزل، وأن هذه التطلعات لا تقلل من قيمة المرأة. من المعلوم أن حكاية "بياض الثلج" الأصلية تستند إلى قصة خيالية ألمانية تعود إلى أوائل القرن التاسع عشر كتبها الأخوان غريم. وتروي قصة "بياض الثلج"، الأميرة الجميلة ناصعة البياض التي نفتتها زوجة أبيها الشريرة، الملكة. تلجأ "بياض الثلج" إلى كوخ الأقزام السبعة. بيد أن الملكة تتنكر بزي امرأة عجوز، وتخدع "بياض الثلج" لتتناول فتاحة مسمومة، فتعطب في نوم عميق. ويضعها الأقزام في تابوت زجاجي في الغابة، لتستيقظ في النهاية على قيلة من أمير. وقد دان نجل الرسام الذي أخرج فيلم "بياض الثلج والأقزام السبعة" الأصلي القصة التي تنوي شركة ديزني تقديمها في العمل الجديد، قائلاً إن التفسيرات تمثل "إهانة" للعمل الكلاسيكي. ديفيد هاند الذي عمل والده، ويدعى أيضاً ديفيد هاند، مع والت ديزني لصنع العمل المضارب عام 1937، قال لصحيفة ذا تيليغراف البريطانية إن الثنائي "سيتقلبان في قبريهما" لأن رؤساء استوديوهات ديزني "يدمرون" إبداعاتهما.

لا تتماشى هذه الحكاية مع عالم اليوم والعصر الرقمي الذي أدخلنا إلى حقبة جديدة ترفض



جينيفر لوبيز غاضبة من لقاء بن أفليك مع زوجته السابقة

على الرغم من زواجه السعيد من جينيفر لوبيز، أثار بن أفليك ضجة مؤخراً، عندما تم تصويره وهو يتقرب من زوجته السابقة جينيفر غارنر في لوس أنجلوس. وشاهد بن وجينيفر، وكلاهما يبلغ من العمر 51 عاماً، وهما يتعانقان في السيارة، ويقضيان لحظة حميمية معاً، قبل أن ينشما ويفترقا. ويقول المطلعون إن جينيفر لوبيز التي كانت في نيويورك لحضور أسبوع الموضة تشعر بغضب شديد من هذه اللقطات. ويقول أحد المصادر: جينيفر لوبيز غاضبة وتضرع وكأنها ضدمت بهذا الصور. لقد أصر بن أفليك على أنها صور بريئة تماماً، وصدقته لوبيز. ولكنه لم يكن نادماً على ما فعل. إنه يستمر بالقول إن جينيفر غارنر مثل أخته في هذه المرحلة، وإذا شعرت لوبيز بالغضب بسبب حزن طبيعي بين الزوجين السابقين فهذه

مشكلتها. إنها حرب استنزاف حقيقية تهدد بالانفجار. وعلى الرغم من انهيار زواجهما، ظل بن وجينيفر غارنر صديقين مقربين، حيث دعمت جينيفر زوجها السابق خلال معاركه مع إدمان الكحول. وفي عام 2018، شوهد بن أفليك وهو في السيارة مع زوجته السابقة، التي كانت تنقله إلى مركز إعادة التأهيل، بحسب موقع كلوزر أونلاين.

وبعد ظهور صور بن أفليك وجينيفر لوبيز، وهما يبدوان أقرب من أي وقت مضى في اليوم التالي للقاء بين أفليك مع زوجته السابقة، يقول مصدر مطلع إن كل ذلك كان محاولة للسيطرة على الضرر.

ويضيف المصدر: كان رد فعل لوبيز الثاني هو تنظيم نزعة عامة، والتأكد من أن الجميع شاهدهما معاً، وهما في حالة طبيعية.



الفكر

طبية تكشف العواقب الخطيرة للوزن الزائد



أن يكون الوزن الزائد سببا للإصابة بالتنوع الثاني من مرض السكري. وعلاوة على ذلك يشكل الوزن الزائد ثقلا إضافيا على الجهاز العضلي الهيكلي والمفاصل ويؤثر سلبا في الرغبة الجنسية. وللتخلص من الوزن الزائد، لا يكفي تقليل السرعات الحرارية في النظام الغذائي، بل وتخفيف الأعباء عن القلب أيضا. فإذا كان وزن الجسم أكثر من 100 كغم، فإن الحديث لن يدور حول الجري، لأنه سيكون ضارا بالجهاز العضلي الحركي ويزيد من الأعباء على القلب والأوعية الدموية. لذلك من المهم في هذه الحالة أن يلب التشاط البدني الفرح والسرور.

الحرارية في النظام الغذائي واحتياجات الجسم من الطاقة. وتقول: "باستخدام معادلة بسيطة يمكن تحديد ما إذا كان الوزن طبيعيا أم لا. ومن أجل ذلك على الشخص احتساب مؤشر كتلة الجسم ، الذي هو حاصل قسمة وزن الشخص على مربع طوله بالمتر المربع (كغ / م2). فإذا كان مؤشر كتلة الجسم لا يتجاوز 25 ، فهذا هو المعيار السليم، أما إذا كان أعلى من 25، فإنه يشير إلى وجود زيادة في الوزن. وإذا كان هذا المؤشر أعلى من 40 كغ على المتر المربع، فإنه يشير إلى السمنة، ما يتطلب إجراء عملية جراحية لتصغير حجم المعدة".

وتشير الخبيرة، إلى أن الوزن الزائد يؤثر سلبا في نوعية الحياة والصحة. لأنه يسبب ارتفاع مستوى ضغط الدم، ما يشكل عبئا إضافيا على القلب والأوعية الدموية. كما يمكن

أعلنت الدكتورة داريا روساكوفا، خبيرة التغذية الروسية، أن الوزن الزائد يشكل ثقلا إضافيا على القلب والأوعية الدموية، ويزيد من خطر الإصابة بالتنوع الثاني من السكري. وتكشف الخبيرة في مقابلة مع صحيفة "إزفيستيا" أسباب السمنة وكيفية التخلص من الوزن الزائد. وتقول: "السمنة، هي علامة بصرية لمشكلات مركزية داخل الجسم، الدهن يشير إلى مشكلات. والسمنة، مرض شديد الإعاقة، ويمكن أن تكون غير معقدة، أو ضمن مجموعة أمراض- مرض السكري، ارتفاع مستوى ضغط الدم.. ويمكن أن تكون سببا أو نتيجة للإصابة بأمراض أخرى". ووفقا لها، غالبا ما تكون السمنة ناتجة عن قلة النشاط البدني ونمط الحياة الخامل وتناول أطعمة غنية بالسرعات الحرارية، ما يؤدي إلى اختلال توازن محتوى السرعات

قرأت لك

الكيوي

فاكهة غنية جدا بفيتامين C حيث تحتوي الثمرة الواحدة على نسبة عالية منه تتراوح ما بين 200 إلى 300 ملغم لكل مائة غرام اي حوالي وزن ثمرتين متوسطتي الحجم.



– تؤمن وحدات حرارية قليلة للجسم، فالثمرة الواحدة تعطي الجسم حوالي 20 سرعة حرارية نظرا الى انها تحتوي على نسبة عالية من الألياف.

– مفيدة جدا للنظم الغذائية الخاصة بعمليات انقاص الوزن لانها تساعد على الشعور بالشبع والامتلاء.

– ينصح بتناول الكيوي للمساعدة على مقاومة التهابات الانسجة والتخلص من حالات الرشح الشديد.

– تساعد في عمليات الهضم وفي تطهير وتخفيض معدل الكوليسترول في الدم.

سؤال وجواب

• من القائل لو فارق ذكر الموت قلبي لخشيت أن يفسد علي قلبي ؟

– سعيد بن جبير

• ما أكبر الحيوانات عينا ؟

– سمك الكمار العملاق (الحبار Squid)

• كم سنة يعيش الجمل ؟

– حوالي 40 عاما

• كم تبلغ فترة حمل الأبل ؟

– سنة

• ما اكبر فتحة جناحين لطائر ؟

– 3.60 م

• من مؤلف كتاب الأطواق الأزهار على صدور الأنهار ؟

– الأبيشي



بوني رايت تعزف على خشبة المسرح في حفل توزيع جوائز أمريكا نا السنوية لعام 2023 في ناشفيل، تينيسي. ا ف ب

طبية تكشف أسباب حساسية الأسنان

أعلنت الدكتورة تاتيفيك بيتروسيان أخصائية طب وجراحة الأسنان أن عوامل عديدة تسبب زيادة حساسية الأسنان. وتشير الأخصائية في حديث لصحيفة "إزفيستيا" إلى أن سبب الشعور بالألم لفترة قصيرة في حالة زيادة حساسية الأسنان عادة يكون نتيجة تناول شيئا باردا أو حامضا أو حلو أو مالحا. كما يمكن أن يشعر الشخص بالألم أثناء تنظيف أسنانه.

وتقول: "توجد العديد من الأسباب لهذه الحالة. فقد تكون ترقق ميناء الأسنان وقلة المعادن، تسوس لم يعالج، وكذلك اكتشاف جذور السن نتيجة التهاب اللثة مثلا، وكذلك تغير مستوى حموضة اللعاب ونقص الفيتامينات والتدخين".

ووفقا لها يمكن أن تسبب بعض الأمراض مثل الارتجاع المعدي المريئي واضطراب عمل الغدد الصماء، وكذلك العمل في قطاع الصناعات الخطرة، زيادة حساسية الأسنان.

وتقول: "بما أن العوامل المسببة لزيادة حساسية الأسنان عديدة، لذلك فقط طبيب الأسنان يتمكن من تحديد العامل المسبب. أي يجب عدم الاعتقاد بأن المشكلة ستمر من تلقاء نفسها. مع العلم أن المشكلة تتفاقم أكثر إذا لم تعالج في الوقت المناسب".

هل تعلم؟

- الفئران يمكنها أن تبقى فوق سطح الماء لمدة ثلاث أيام.
- الأرز لا يدخل أبدا في تركيبة ورقة الأرز.
- الحصان لديه 40 سن، والفرس لديها 36 سن.
- أسماك القرش لا تتوقف عن الحركة حتى عند نومها او فترة راحتها.
- الدلافين يمكنها أن تقتل أسماك القرش بواسطة أنفها.
- سمك القرش يمكنه أن يشتم رائحة قطرة دم من على بعد 4 كيلومتر.
- القارة الوحيدة التي ليس فيها لا زواحف وثعابين هي قارة القطب المتجمد.
- أستراليا لديها أكبر عدد من الأغنام.
- الكلاب السلوقية تصل سرعتها إلى 67 كيلو متر في الساعة.
- الشخص العادي لديه 10.000 من شعيرات التدوق.
- لسان نقار الخشب يمكن أن يلتف حول رأسه مرتين.
- الثعابين لا يمكنها أن ترمش بعيونها.
- النمل لا يحب بودرة الاطفال.

قصة المرأة الطبية

كانت المرأة تجلس في دارها وقد انحنى ظهرها من كثرة العمل الشاق الذي تقوم به كل يوم لأطعام صغارها وكما كانت تمنى ان يكون فيهم من يستطيع مساعدتها لكن للأسف ثلاثتهم صغار.. مر عليها رجل غليظ القلب وقال لها بغضب: مازلت تصرين على ان تحتفظي بهذا البيت.. بيعيه لي وكلي يثمنه. فقالت له: وما فائدة الطعام بدون بيت بأوينا وسقف يحمينا.. مالك بيتي اتركني لحالي. فقال: حسنا، لن يحملك احد مني ولن تجدي عملا منذ الغد في أي بيت، وفكري جيدا في ان تتركي القرية قبل ان تموتي وصغارك من الجوع. جاء الغد والجميع في خوف من فتح ابوابهم لأم مسعد لتعمل وترتق، فعادت إلى بيتها الصغير تبكي، وعند الظهيرة كان الناس في ذهاب واياهم ينظرون إلى بيتها في حزن، فهم يخافون مساعدتها فيغضب عليهم عمدتهم، ووقفوا يتهايمسون حين جاءت حدة كبيرة تحمل بين مخالبها ديك كبير يرفرف بشدة حيث ألقته به فوق بيت ام مسعد، فالتقطت ام مسعد الديك وقالت: رزقا من الله. وتعالى الهمس وسط الدهشة الكبيرة حين قال الناس: الحدة ألقته بالديك لأم مسعد، هذا شئ فوق الوصف، انها امرأة في حراسة الله يا لها من بركة. غضب العمدة لما حدث وقال: صدفة وحدثت. يوم اخر مر ولم تجد عملا لتعود حزينة.. ولم يمر وقت حتى مرت سيارة يقرب بيتها وانفلت القود من السائق وادي ذلك إلى تساقط بعض الأقفاص من السيارة، فوقف صغار ام مسعد يساعدون السائق في ترتيب سيارته مرة اخرى، فمحنهم بعض من الخضر والفاكهة جزاء مساعدتهم، فشكرته ام مسعد وقالت: حمدلله رزقا من الله. وكثر الحديث مرة اخرى انها امرأة يحميها الله. جاء اليوم الثالث ولم تجد عملاً فخرجت إلى الطريق العام حيث المحطة الكبيرة ربما تعمل في حمل الأمتعة من وإلى القطار ولم تجد من يناديهي فهي امرأة ، وانشاء خروجها من المحطة حزينة اذ بها تجد حقيبة صغيرة حشرت بين الكراسي، ومدت يدها لتذهب بالحقيبة إلى كشك الشرطة وتسلمها، فوجدت امرأة اتيقة تبكي حقيبتها الضائعة، ولم تمض لحظات حتى كانت ام مسعد تقبض مبلغ كبير من المال مكافأه لها، بعد ذلك اليوم خاف العمدة من الاقتراب منها فقد كان الناس يقولون انها امرأة كلها بركة ومن يؤذيها ستصيبه اللعنات فتركها وحالها، اما مال المكافأة فقد اشترت به ما تبعه لرواد المحطة الكبيرة وهي الان لا تحتاج للعمل في خدمة سكان القرية.

