

ص 22

مؤسسة حمدان بن راشد تختتم
فعاليات البرنامج الصيفي للموهوبين
وملتقى ابتكارات في مجال الاستدامة

ص 27

باسكال مشعلاني: لا أغني سوى
في المهرجانات وفي الأماكن التي
تليق بي وباسمي الفني



أطعمة يمكن أن تساهم في
ص 23 الاكثاب وأخرى تقاومه



المراسلات: ص 505
email.munawaat@alfajrnews.ae

أعلى معدلات الرطوبة تنتظر مصر هذا الشهر

أظهرت البيانات المناخية للهئية العامة للأرصاد الجوية في مصر أسس الأول الثلاثاء أن أعلى معدلات الرطوبة في فصل الصيف ستسجل في شهر أغسطس. وكشفت بيانات الطقس عن بداية حرارة لأول أيام شهر أغسطس وعودة لارتفاع درجات الحرارة، حيث من المتوقع أن تسجل درجات الحرارة في القاهرة 39 درجة مئوية خلال ساعات الذروة، فيما تسجل محافظات السواحل الشمالية 36 مئوية، وترتفع في محافظات جنوب الصعيد لتسجل 43 درجة مئوية نهاراً. وأرجع خبراء الأرصاد ارتفاع درجات الحرارة إلى امتداد منخفض الهند الموسمي الذي يؤثر على البلاد.

وحذرت الأرصاد الجوية من التعرض المباشر لأشعة الشمس خلال هذه الفترة، لتجنب الإصابة بالحروق. كما نصحت بشرب كميات كبيرة من المياه والعصائر الطبيعية، وارتداء الملابس فاتحة اللون، والقبعة لحماية الرأس من أشعة الشمس.

مقتل متسلقين اثنين جاء انزلاق صخري

قضى متسلقا جبال، أحدهما فرنسي والآخر هولندي، جراء انزلاق صخري أثناء تسلقهما جبل إيفي دو تور Aiguille du Tour على الجانب السويسري من سلسلة جبال مون بلان. وقالت الشرطة الإقليمية لكانتون فاله إن متسلقاً هولندياً يبلغ 22 عاماً أصيب أيضاً في الحادث الذي وقع الاثنين. وكان الرجل الفرنسي البالغ 26 عاماً والمتسلق الهولندي الذي يكبره بعشر سنوات، يتسلقان في مجموعتين منفصلتين عند حصول انهيار صخري قرب القمة المطل على نهر تريبان الجليدي. وقد أسفر الانهيار الصخري عن مقتل أحد المتسلقين وجرح آخر بعدما أصابت الصخرة الجبل الذي كانا يستخدمانه في التسلق. وقالت الشرطة إن الصخرة اصطدمت بعد ذلك بحبل ثام ما أدى إلى مقتل متسلق جبال آخر.



كيف تتفادي الشيخوخة المبكرة؟ 8 خطوات ضرورية

لو خطعت لسير في الظل وابتعد عن مصادر الطاقة فوق البنفسجية أو تقلل من التعرض لها. توقف عن التدخين: إذا كنت تدخن، توقف عن التدخين في أقرب وقت ممكن، وتحدث مع طبيبك إذا كنت بحاجة للمساعدة في الإقلاع عن هذه العادة. كل خضار وفاكهة بشكل أكثر: الحماية الصحية المتوازنة قادرة على وقف الشيخوخة المبكرة، ويتمثل ذلك بالتقليل من تناول السكر وأكل المزيد من الخضار والفاكهة: توقف عن شرب الكحول: إن التوقف عن تناول الكحول أو التقليل منها يساعد في وقف شيخوخة الجلد على وجه التحديد. مارس التمارين الرياضية: تشتمل التمارين الرياضية المنتظمة الدورة الدموية وتعزز نظام المناعة، وهو ما يعزز قلة من مستويات التوتر: تساعد تمارين الرياضة والتأمل في التخفيف من حدة التوتر. العناية بالجلد: حاول أن تتلفط جلدك يوميا وتزيت الأوساخ عنه، وكذلك مساحيق التجميل وأي مواد أخرى تسبب التهيج. اعتن بنومك: حاول أن تنام يوميا أكثر من 7 ساعات.

بطريقة بسيطة.. يمكنك إبطاء الشيخوخة
الحفاظ على مظهر شبابي وصحة جيدة طالما كان هدفا للكثيرين، الذين قد يتجه بعضهم لعمليات التجميل ومنتجات باهظة الثمن لتحقيق ذلك، إلا أن دراسة حديثة وجدت أنه بتقليل السرعات الحرارية التي تدخل جسمك يوميا، يمكن أن يساعدك على العيش لفترة أطول.

باحوثون في جامعة كولومبيا في نيويورك، وجدوا أن تناول كمية أقل من الطعام، وبالتالي الحصول على عدد أقل من السرعات الحرارية، "يبطئ عملية الشيخوخة ويقلل

التعرض المكثف لأشعة الشمس والأشعة فوق بنفسجية، يسبب هذا الأمر مشكلات في الجلد، إذ تعمل الأشعة فوق البنفسجية وأشعة الشمس على إحداث شيخوخة الجلد بشكل أسرع من الوضع الطبيعي، وهما مسؤولان عن 90 في المئة من التغييرات المرئية على الجلد. الضوء المرئي العالي الطاقة والأشعة الحمراء مسؤولة عن 10 في المئة من التغييرات التي تحدث في الجلد. ويأتي الضوء العالي الطاقة من الشمس والأجهزة الإلكترونية مثل الهواتف الذكية، والأشعة تحت الحمراء غير مرئية، وتشعر بها على صورة حرارة.

أما أسباب نمط الحياة هشمل:
التدخين: السموم الموجودة في النيكوتين تحدث تغييرات كبيرة في الخلايا جسدك، وتدمر الكولاجين والألياف المرنة في جلدك، مما يؤدي إلى ترهل الجلد وظهور التجاعيد. الأكل غير الصحي: وجدت دراسات أن الحمية الغذائية الغارقة في السكر والكربوهيدرات المكررة تسبب الشيخوخة المبكرة، في حين أن الحمية المليئة بالخضار والفاكهة تمنع التغييرات المبكرة في الجلد. الكحول: الإدمان على الكحول يمكن أن يجفف الجلد ويديمه بمرور الوقت، مما يقود إلى الشيخوخة المبكرة. النوم غير الكافي: إن النوم غير الكافي يجعل الخلايا تنسخ بسرعة أكبر. الضغوط النفسية: عندما تكون متوترا، يعمل الدماغ على ضخ مادة الكورتيزول، وهو هرمون خاص بالقلق، يمنع إنتاج مادتين مهمتين لنضارة الجلد وهما الكولاجين وسيتيخ هيا لورونان.

ما يمكنك فعله من أجل وقف أو منع الشيخوخة المبكرة؟
تجنب أشعة الشمس: حاول استخدام واقي الشمس حتى

رئيس الثاني نير جدلا في مصر.. ومسؤول يرد

انتقد عدد من خبراء الآثار بمصر الإبقاء على تمثال للملك رمسيس الثاني في واجهة معبد الأقصر، لعدم صحة وضعه في هذا الموقع ووقوع أخطاء في عملية ترميمه وفقا لرؤيتهم، وهي روايات غير دقيقة وفقا لحدث أحمد عربي، مدير معبد الأقصر، لموقع "سكاي نيوز عربية". ويتحدث عربي عن الانتقادات الموجهة إلى معبد الأقصر قائلا: "في البداية لا أعرف سر الحديث عن تمثال رمسيس الثاني في هذا التوقيت، فنحن قمنا بترميمه في عام 2019 بعد موافقة اللجنة الدائمة للآثار المصرية وتم عرضه أمام رئيس الوزراء وحصلنا على إشادة حينذاك عقب إتمام مهمتنا". ويؤكد عربي أن الصور المتداولة للتمثال على مواقع التواصل الاجتماعي قديمة ولا تشمل عمليات الترميم الكاملة التي جرت من قبل مجموعة من المتخصصين في المجال، والذين انخرطوا لشهور طويلة من أجل الخروج بالصورة الأنسب علميا للتمثال. ويذكر مدير معبد الأقصر لموقع "سكاي نيوز عربية": "كان التمثال عبارة عن قطع مبعثرة في أنحاء المعبد وأردنا تجميعه والحفاظ عليه عن طريق عمليات الترميم. تشكلت لجنة من المجلس الأعلى للآثار وبعثة جامعة شيكاغو الأمريكية من أجل الانهماك في ترميم التمثال. طابقنا الشكل النهائي للتمثال بالعديد من اللوحات المشابهة وصنعنا الصورة الأقرب له قبل تعرضه لأضرار في عصور قديمة.

لبنان.. المصنبة تتحدى الظروف الصعبة

يُقامو أقدم مصنع للصابون العضوي في لبنان ظروفًا اقتصادية وتجارية صعبة تتمثل في سطوة المنتجات الاستهلاكية وانخفاض قيمة العملة. والمصنع تديره عائلة عمره الشهيرة شمالي مدينة طرابلس اللبنانية منذ أكثر من 200 عام. ويطلق عليه "المصنبة"، فهو يستخدم تقنيات يدائية جدا في صناعة الصابون العضوي، حيث تملكه وتديره عائلة لبنانية شهيرة تدعى "عبرة" تتأوى أبنائها وأحفادها على إدارة هذا المشروع الذي يقاوم المنتجات التجارية المشابهة. ورغم عدم تحقيق المصنع أي أرباح في الوقت الحالي فإن عائلة عمره، لا تزال ترفض تغيير أسلوبها في تصنيع الصابون فهي لا تستبدل الماكينات أو الأجهزة الإلكترونية بالعمل، فهناك 6 عمال يعملون في المصنع، بعضهم منذ أكثر من 5 عقود. والكل يؤمن برسالة هذه الحرفة التي تعاني كمشاكلها من الوضع الاقتصادي الصعب في لبنان. ويسعى المصنع أو المصنبة لتحقيق اكتفاء ذاتي مثالي في طرابلس لبنان في كل جوانب إنتاجه، بداية من الأغصان إلى الاعتماد على الطاقة الشمسية وإعادة تدوير النفايات. وأمل أصحاب المصنع في أن يكونوا قدوة في حماية البيئة، كل ذلك مع تذكير المستهلك اللبناني بالفوائد الخاصة لاستخدام الصابون التقليدي.

لصوص يسرقون مجوهرات قيمتها بالملايين

قال مكتب الادعاء العام في باريس إن لصوصا نفذوا سطوا مسلحا على متجر تابع لبياجيه للساعات السويسرية الفاخرة في وسط باريس يوم الثلاثاء وفروا وبحوزتهم مجوهرات تتراوح قيمتها بين عشرة إلى 15 مليون يورو (11 مليون إلى 16.5 مليون دولار). ووقعت حادثة السطو قرب توقيت استراحة الغداء في المتجر الواقع بشارع رو دو لا بيه في منطقة بلاس فاندوم الراقيّة التي توجد بها عدة متاجر مجوهرات وساعات وبيع فاخرة. وشهدت المنطقة سلسلة من عمليات السطو المسلح في الأعوام الماضية. وجرى فتح تحقيق، وقال مصدر مطلع إن الشرطة تبحث عن ثلاثة مشتبه فيهم. وفي مايو من العام الماضي سرق لصوص متجر مجوهرات وساعات تابع لعلامة شانيل التجارية في المنطقة ثم سارعوا بالفرار باستخدام دراجات نارية. جدير بالذكر أن بياجيه جزء من مجموعة ريتشمونت السويسرية للسلع الفاخرة.

في جبال الكاربات.. يكافحون إزالة الأشجار

في أعماق غابة في جبال كاربات في بولندا، تظهر علامات مخالب على لحاء شجرة تنوب قديمة... فحجر الدبية يقع على مسافة قصيرة سيرا على الأقدام من منطقة أزيلت منها الغابات. وقال ماريك يوزيفياك، ناطق باسم منظمة "غرينبيس" في قرية زاتفارتنيكا (جنوب شرق) "هل ترون تلك التلة؟ لقد دمروها. على مسافة نحو 50 مترا من الحجر". في بولندا، لم يبق إلا 150 نيا يجب الحفاظ على موائلها، وفق يوزيفياك، لكن هذه المواقع "المقدسة"، هذه الغابات التي تغطي جبال الكاربات، ليس محمية بشكل كبير. تمتد سلسلة جبال الكاربات على مسافة 1500 كيلومتر عبر ثمانية دول في أوروبا الوسطى، وتعد غاباتها التي يعود بعضها إلى أكثر من 150 عاما وبعضها الآخر ما زال بكر، واحدة من آخر ملاذات التنوع البيولوجي في أوروبا. وتؤدي هذه الغابات المليئة بشجر الزان والصنوبريات ومئات الأنواع من النباتات والحيوانات البرية والطيور، دورا رئيسيا في مكافحة تغير المناخ عبر التقاطها ثاني أكسيد الكربون. لكن "هناك في المتوسط مساحة تعادل أكثر من خمسة ملاعب كرة قدم من الغابات تختفي كل ساعة" في الكاربات، كما أشارت منظمة غرينبيس في تقرير صدر في تشرين الثاني-نوفمبر 2022. ورغم أن هذا الأمر لا يثير اكتراثا كبيرا في بولندا، فإنه محط اهتمام متزايد في رومانيا، كما لاحظ صحفيون في وكالة فرانس برس. يقع أكثر من نصف مساحة الكاربات في رومانيا، وتمتد السلسلة أيضا عبر سلوفاكيا وبولندا وأوكرانيا وبسرجة أقل في المجر وصربيا وتشيكيا والنمسا.



تجنب هذه الأطعمة إذا كنت تعاني من حرقة المعدة

مثل التي تحتوي على الكافيين، كالشاي الأسود والقهوة، بالإضافة إلى المشروبات الغازية والليمونادة والصودا، بينما يمكن تخفيف المتاعب من خلال شرب الحليب كامل الدسم والمياه المعدنية. وأضافت الجمعية أن الإصابة بحرقة المعدة بمعدل مرة إلى مرتين أسبوعياً تعد أمراً طبيعياً، مشددة على ضرورة استشارة الطبيب في حال الإصابة بحرقة المعدة بشكل متكرر؛ نظراً لأن التعرض المتكرر لحمض الهيدروكلوريك يمكن أن يتسبب في حدوث تلف دائم للمريء، كما يزداد خطر الإصابة بسرطان المريء.

أوصت الجمعية الألمانية لأمراض الجهاز الهضمي، الأشخاص الذين يعانون من حرقة المعدة، بالابتعاد عن الأطعمة الغنية بالدهون، والتي من شأنها مضاعفة الآلام، مثل البطاطس المقلية واللحوم الدهنية، كالتفاح والخضروات والفواكه الحمضية، مثل البصل والجريب فروت والبرتقال واليوسفي، بالإضافة إلى الحلويات. وبخلاف ذلك، ينبغي تناول الخضروات والفواكه قليلة الحمضية، مثل الكوسة والبروكلي والقرع العسلي والقريبض والجزر والوز والبطيخ والعنب. كما ينبغي الابتعاد عن بعض المشروبات،

البندقية تشكو من تخمة السياح

عج جسر ريالتيو الشهير في البندقية بالسياح في اليوم الذي أوصت فيه اليونسكو بوضع المدينة الإيطالية على قائمتها المهددة بالخطر بسبب السياحة المفرطة ومخاوف بيئية أخرى. وظهرت معالم السعادة على جحافل الزوار الذين كانوا يلتقطون صور سيلفي ويتناولون المشروبات غافلين خفض الحمل لتصنيف المدينة الذي أهدت اليونسكو أنه يعود إلى خطر تعرضها لضرب "نهائي". وأوصت اليونسكو الاثنتين بإدراج البندقية على قائمة التراث العالمي المهدد، بسبب تدفق السياح والتأثيرات الناتجة عن الاحترار المناخي، في وقت لم تتخذ فيه إيطاليا تدابير كافية لمكافحة تدهور المنطقة. وأشارت منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة إلى أن "آثار التغير المناخي والسياحة المفرطة تهددان بإحداث تغييرات نهائية للقيمة العالية البارزة لمتكالكات المنطقة. ولتفت المنظمة إلى أن ارتفاع مستوى البحار والطواهر المناخية المتطرفة الأخرى المرتبطة بالاحترار العالمي يهددان سلامة المنطقة".



منوعات الفكر 22

نادي سيدات الشارقة اختتم فعالية مهرجان يابانتسوري الساحر



•• الشارقة- الفجر: وتتنوع الأنشطة التي يحرص نادي سيدات الشارقة لتقديمها سواء لمنسباته أو لضيوفه في تقديم عدد من الأنشطة الصيفية المختلفة، حيث حرص أيضا على تعزيز أصر التعاون الثقافي بين دولتنا واليابان الشقيقة التي تتمتع بالعديد من الثقافات والتقاليد المميزة في إطار غير تقليدي يجمع بين الترفيه والتعليم في الوقت ذاته.

وتنظم النادي مجموعة من الأنشطة وأربع ورش عمل متنوعة، والمستوحاة من الثقافة اليابانية، من بينها ورشة عمل شاي الماتشا لتعلم كيفية تحضيره، كما تم تنظيم ورشة لتنسيق الزهور وفق الأسلوب الياباني.

وفي إطار إحياء الثقافة اليابانية، حرص نادي سيدات الشارقة أن يكون الخط الياباني ضمن هذه الورش الفنية، من خلال اكتشاف أساسيات الكتابة والخط الياباني "كانجي" وتعلم كيفية

•• الشارقة- الفجر: تماشياً مع الجهود المتواصلة لضمان توفير مجموعة مميزة من الأنشطة التعليمية والترفيهية لمختلف الفئات العمرية هذا الصيف، احتضن نادي سيدات الشارقة مهرجان يابانتسوري المستوحى من الثقافة اليابانية، حيث هدف إلى تقديم مجموعة من الفعاليات الشيقية والورش الفنية تتناسب مع اهتمامات الجميع، وذلك في تاريخ 29 يوليو في قاعة كنوز للضيافة والمناسبات، والذي استمر من الساعة 12 ظهراً حتى 9 مساءً.

وفي هذا الشأن صرحت دعاء المهري مدير إدارة الاتصال المؤسسي في نادي سيدات الشارقة: "تأتي فكرة مهرجان يابانتسوري، واختيار توقيته لتوفير مجموعة من الأنشطة التعليمية والترفيهية لمختلف الفئات العمرية هذا الصيف،

مؤسسة حمدان بن راشد تختتم فعاليات البرنامج الصيفي للموهوبين وملتقى ابتكارات في مجال الاستدامة



مجال الاستدامة" والذي تلقى خلاله تعرف المتدربون من مختلف الفئات العمرية على أساسيات التصنيع الرقمي والابتكار وذلك عن طريق تقديم برنامجين تدريبيين في مجال الابتكار والاستدامة حيث تم تقديم ورش تدريبية تتمحور حول مشروعين في مجال الاستدامة.

وقال المهندس معاذ علي، مدرب برامج الابتكار في شرحة عن البرنامج: "تمكن المشاركون في البرنامج الأول من تصنيع وبرمجة ذراع روبوتية تعمل بالطاقة الشمسية ومصنوعة من مواد صديقة للبيئة والتي تقوم بالسيطرة في زراعة النباتات، حيث يتم التحكم بها باستخدام تطبيق للهاتف من خلال برمجته من قبل الطلاب. وتم خلال البرنامج الثاني تصميم وتصنيع آلة ثلاثية المحاور تقوم بعملية زراعة النباتات ذاتياً. وتضمن الملتقى ورش مختلفة المجالات مثل الروبوتات والبرمجة والطباعة ثلاثية الأبعاد والالكترونيات وغيرها من مجالات التصنيع الرقمي المختلفة والتي تمكن الطلاب من خلالها من تعلم العديد من المهارات والتي ستساعدهم في فهم طريقة عمل الروبوت بالإضافة إلى شرح مفهوم الاستدامة وكيفية الاستفادة منه في الحياة اليومية".

يذكر أن البرنامج الصيفي للموهوبين والمبتكرين 2023 تضمن برنامجاً للتوجيه والإرشاد، حيث قدم الرعاية الشخصية والاجتماعية للطلبة المشاركين من خلال الجلسات الحوارية لتبصيرهم بإمكاناتهم ومواهبهم وإيجاد حلول للمشاكل والعقبات التي تواجه مسيرتهم، كما انعقدت خلال البرنامج جلسة حوارية جماعية بالإضافة إلى الجلسات الفردية لأولياء أمور الطلبة. وقد شارك في البرنامج مجموعة متميزة من المدربين المؤهلين والخبراء.

للتواصل وتبادل الأفكار والعمل بروح الفريق في الورش والمشاريع، وقال المهندس عبد الله الصفي في تعليقه على أهمية برنامج الطاقة المتجددة، بأن البرنامج يشرح مصادر الطاقة المتعددة، حيث يقوم الطلاب بالأطلاع والبحث في مختلف مصادر الطاقة المتجددة، ويحاولون التوصل لأكثر مصادر الطاقة كفاءة والتي تتوفر في المنطقة وأكثرها سهولة في الاستخدام وكيف يتم توليد الطاقة من الشمس والرياح والماء وكيفية تخزينها. كما يقدم البرنامج تجارب عملية تجمع العديد من العلوم مثل الفيزياء والكيمياء والطاقة، ويقوم الباحثون الصغار باكتشاف مصادر الطاقة المستدامة. وكل ذلك يساعد في تعزيز أهمية الطاقة المتجددة والحرص على الاستدامة ونشر ثقافتها بين الطلاب منذ الصغر، وقالت الهندسة جمانة غازي والتي تشرف على برنامج الأنظمة الذكية: "يهدف البرنامج إلى تعريف الطلاب بأهمية الأنظمة الذكية بشكل عام وكيفية تشكيل نظام ذكي بحيث تم شرح طرائق تصميم نظام ذكي وبرمجته عن طريق استخدام خوارزميات الذكاء الاصطناعي ليقوموا الطلاب بعدها بتطبيق مشروع كامل يساهم في حل مشكلة من مشاكل الاستدامة باستخدام الأنظمة الذكية". وأضاف المهندس نائل المشي، مدرب الروبوت والذكاء الاصطناعي: "إن البرنامج مهمه روبوت" مخصص لإعداد الطلاب الموهوبين في مجال تصميم وبرمجة الروبوت بشكل احترافي. ويهدف البرنامج إلى تعريف الطلاب على الأنظمة الذكية بشكل عام، بحيث يصمموا نظام ذكي ويقوموا ببرمجته باستخدام الذكاء الاصطناعي ومن ثم يطبقوا مشروع كامل لتعزيز مسيرة الاستدامة من خلال الأنظمة الذكية". وفي ذات السياق، قدم قسم برامج الابتكار ملتقى "ابتكارات في

عن تطبيق تجارب عملية. وتضمن البرنامج الصيفي للموهوبين أنشطة "برنامج الموهوبين" في الفترة من 17 إلى 23 يوليو، وملتقى "ابتكارات في مجال الاستدامة" في الفترة من 24 يوليو إلى 27 يوليو. إلى جانب ذلك، شمل برنامج إثراء زيارات ميدانية من بينها زيارة إلى مؤسسة دبي المستقبل شارك فيها 20 من الطلبة الموهوبين وعرّفوا خلالها على الخدمات التي تقدمها المؤسسة من خلال العمل على عدد من الابتكارات حيث حضروا العديد من الورش وعرّفوا على كيفية صناعة الروبوتات وتشغيلها وكيفية تطوير انفسهم والتحضير للمستقبل وكيفية خلق بيئة مناسبة للابتكار والابداع.

وعبرت الدكتورة الغاوي عن سعادتها بنجاح البرنامج في تحقيق أهدافه وقالت إننا "نسعى دائماً إلى نشر ثقافة الابتكار والابداع في المجتمع ودعم الطلبة الموهوبين واكتشافهم ورعايتهم. ويتم ذلك من خلال تطبيق مقياس خاص لاكتشاف الطلبة الموهوبين ومن خلال البرامج الاثرية التي تنظم في العطلات المدرسية، وبعد عملية الاكتشاف وتحديد مواهب الطلاب ومستوياتهم، تم تنظيم البرنامج الصيفي والذي تضمن برنامج مهمة روبوت، وبرنامج تجارب الطاقة المتجددة وبرنامج الأنظمة الذكية وكلها عبارة عن برامج متخصصة في العلوم والهندسة تقدمها للطلبة الموهوبين بناء على مقياسنا المعتمد".

وشدد القائمون على البرنامج الصيفي للموهوبين على أهميته في صقل مواهب الطلبة الموهوبين والمبتكرين، حيث انعكس ذلك على تفاعلهم مع البرامج المقدمة وحماستهم في تعلم مهارات جديدة وإقبالهم على المشاركة ووضع بصماتهم في جميع الأنشطة العملية إلى جانب إتاحة الفرصة لهم

•• دبي- الفجر: اختتمت مؤسسة حمدان بن راشد آل مكتوم للعلوم الطبية والتربوية المخيم الصيفي للموهوبين والمبتكرين 2023 والتي جرت فعالياته في مركز حمدان بن راشد آل مكتوم للموهبة والابتكار خلال الفترة من 17 إلى 27 يوليو. وشهد حضوراً مميزاً ضم 50 من الطلبة الموهوبين والمبتكرين من الفئة العمرية 9 إلى 18 عاماً.

وأفاد سعادة سليمان الأنصاري، المدير التنفيذي للمؤسسة بأن الاستمرار في تنظيم هذه الفعالية السنوية يأتي انطلاقاً من التزام المؤسسة في دعم الجهود المتواصلة للدولة في رعاية الموهوبين وتشجيعهم لمزيد من الابتكار والابداع وأكد بأن هذه المساعي بالتاكيد تعزز أهداف المؤسسة في مواكبة التطور التقني والعلمي بما نديم برامجها وأنشطتها التدريبية وبما يساهم في تطور التعليم لتخريج أجيال مسلحة بالمعرفة والعلوم وأعرب عن سعادته بنجاح البرنامج، وقال: "لقد اختتمت المؤسسة البرنامج الصيفي للموهوبين 2023 والذي حقق نجاحاً مميزاً، حيث شهد إقبالاً مميزاً من الطلبة الموهوبين وشاركوا فيه بحماس كبير وأشاد الأنصاري في ختام المخيم بأداء المشاركين وأولياء أمورهم وجميع القائمين على البرنامج والمدربين.

من جانبها قالت الدكتورة مريم الغاوي، مديرة مركز حمدان بن راشد آل مكتوم للموهبة والابتكار إن المخيم الصيفي للموهوبين والمبتكرين هذا العام على العديد من الأنشطة وورش العمل، حيث تم تقديم برامج إثنائية متنوعة تناسب الفئات العمرية المستهدفة وورش عمل متخصصة مثل برامج الأنظمة الذكية بالإضافة إلى "تجارب الطاقة المتجددة" فضلاً



شرطة دبي تنظم دورات وورش تدريبية في المخيم الصيفي بمدينة الطفل



في إنجاز هذه الجهود. وتضمنت المشاركات دورات تدريبية في الباراتايكواندو والرمية، وورش عمل في لغة الإشارة استهدف 70 طفلاً من أطفال المخيم الصيفي.

حضر الفعاليات والورش، ملازم محمد الخرزجي، وملازم مريم عبد الله، ومحمد الحجاجي، أمين سر مجلس تمكين أصحاب الهمم ومدرب لغة الإشارة، وعبد القدوس إسحاق، مدرب الباراتايكواندو، بالإضافة إلى مشاركة قسم المسابقات التابع لإدارة تدريب عمليات الشرطة في الإدارة العامة لأمن الهيئات والمنشآت والطوارئ.

حياتها من أجل مستقبل مُستدام يليبي طموحات هذه الفئة، وفق محاور السياسة الوطنية لتمكين أصحاب الهمم، واستراتيجية حكومة دبي (مجتمعي...مكان للجميع) لتكون دبي مدينة صديقة بالكامل لأصحاب الهمم، بالإضافة إلى تحقيق استراتيجية تمكين أصحاب الهمم بشرطة دبي.

بدورها، أوضحت السيدة فاطمة بوجحير، منسق مبادرة الروح الإيجابية، أن المبادرة تعمل جنباً إلى جنب مع مجلس تمكين أصحاب الهمم، لدعم الجهود المشتركة، وتحقيق الأهداف المرجوة بشأن تعزيز قيم التسامح والتعايش وتقبل الآخر، موجّهة شكرها إلى كافة المعنيين والشركاء المساهمين

•• دبي- الفجر: شارك مجلس تمكين أصحاب الهمم ومبادرة الروح الإيجابية بشرطة دبي، في تنظيم دورات تدريبية وورش عمل ضمن فعاليات المخيم الصيفي الذي تنظمه مدينة الطفل بدبي.

وأكد الرائد عبد الله حمد الشامسي، رئيس مجلس تمكين أصحاب الهمم في شرطة دبي، أن هذه المشاركات تأتي في إطار جهود المجلس لضمان استمرارية تسخير كافة الإمكانيات المادية والبشرية لتعزيز الوصول إلى مجتمع دامج يفي بالتزاماته اتجاه هذه الشريحة من المجتمع، ويعزز جودة

منوعات الفكر 23

يؤثر الوسواس القهري على الأطفال والمراهقين والبالغين. وأحد المفاهيم الخاطئة هو أنه خفيف؛ شخص مرتب جدا أو يحب التنظيف. لكن الوسواس القهري ليس ممتعا. الهواجس مزعجة للغاية وهناك أفكار متطفلة ومتكررة لا يستطيع الشخص المصاب بالوسواس القهري السيطرة عليها. قد يعتقدون، على سبيل المثال، أنهم أو أحبائهم في خطر شديد.



هواجس وأفكار متطفلة غير مسيطر عليها

هل الوسواس القهري مرض خطير حقا؟!!

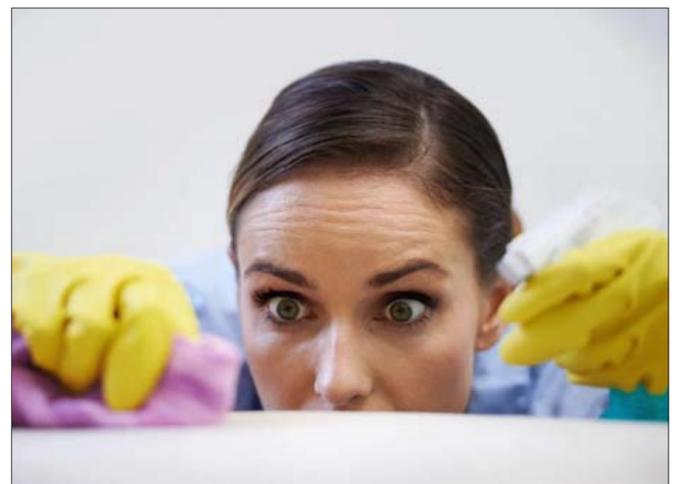


أنك تعتقد أنك مصاب بالوسواس القهري واطلب مناقشة خيارات العلاج. قد يشمل ذلك الأدوية والإحالة إلى طبيب نفسي. وإذا اخترت العلاج، فمن المهم أن تجد طبيبا يقدم علاجا محددا وفعالا للوسواس القهري.

وهناك مجموعة من الأدوية التي تعالج الوسواس القهري بشكل فعال. ولكن هناك حاجة إلى مزيد من البحث لمعرفة المزيد عن موعد إضافة الدواء. ويتلقى العديد من الأشخاص علاجات تبدو ذات مصداقية، ولكنها تفتقر إلى الأدلة، مثل العلاج المعرفي العام غير المخصص للآليات التي تحافظ على الوسواس القهري. وتهدر العلاجات غير الملائمة الوقت والجهد الثمين اللذين يمكن أن يستخدمهما الشخص للعلاج. ويمكن أن تؤدي العلاجات غير الفعالة إلى تفاقم أعراض الوسواس القهري.

يتم التشخيص بواسطة طبيب عام أو طبيب نفسي أو غيره من متخصصي الرعاية الصحية. وقد يكون من الصعب أحيانا تمييز الوسواس القهري عن الحالات الأخرى، مثل اضطرابات الأكل أو اضطرابات القلق أو التوحد. وبعد الحصول على تشخيص إضافي للصحة العقلية أمرا شائعا لدى الأشخاص المصابين بالوسواس القهري. وفي هذه الحالات، يكون مقدم الرعاية الصحية المتمرس في اضطراب الوسواس القهري مفيدا. ولتشخيص الوسواس القهري، يسأل أخصائي الصحة الأشخاص و/أو أسرهم أسئلة حول وجود الهواجس و/أو الإكراهات، وكيف يؤثر ذلك على حياتهم وعائلاتهم. وبعد تشخيص شخص ما، من المفيد معرفة المزيد عن الوسواس القهري وما يتضمنه العلاج.

وتعد الإكراهات أفعالا تخفف مؤقتا من هذه الضائقة، ولكنها تؤدي في النهاية إلى تفاقمها، مثل التحقق من قفل الباب. ويقضي الأشخاص المصابون بالوسواس القهري ساعات كل يوم تستهلكها هذه الدورة، بدلا من أنشطتهم العادية، مثل المدرسة أو العمل أو التمتع بحياة اجتماعية. ويمكن أن يكون أيضا محزنا جدا للأفراد الأسرة الذين غالبا ما ينتهي بهم الأمر بإكمال الطقوس أو توفير طمأنينة مفرطة للشخص المصاب بالوسواس القهري. وغالبا لا يخبر الأشخاص المصابون بالوسواس القهري الآخرين بأفكارهم المزعجة أو طقوسهم المتكررة. ولا يسأل الأطباء دائما عن أعراض الوسواس القهري عندما يلتبس الناس العلاج لأول مرة. وعندما يشعر الناس بالراحة عند التحدث عن أعراض الوسواس القهري لديهم، قد



أطعمة يمكن أن تساهم في الاكتئاب وأخرى تقاومه!

أظهرت دراسة أن الأطعمة التي تبطئ الإشارات إلى الدماغ يمكن أن تؤدي إلى اضطرابات المزاج. ويبحث الدكتور كيريل مارتيميانيوف من جامعة فلوريدا وفريقه من باحثي ما بعد الدكتوراه في علاجات جديدة للاكتئاب.



الكربوهيدرات النشوية. حاول أن تأكل القليل وفي كثير من الأحيان للحفاظ على مزاجك في أفضل حالاته". وهناك حاجة إلى إمدادات جيدة من الأنواع الصحيحة من الدهون للحفاظ على صحة الدماغ. وتشمل الأمثلة زيت الزيتون أو زيت بذور الفستق للخبز والمكسرات والبذور وتوابل زيت الجوز على السلطات. ويبدو أن الدهون المتحولة "ضارة ببنية الدماغ ووظائفه" ويمكن العثور عليها في اللحوم المصنعة واللحوم الجاهزة والكعك والبسكويت المعبأ مسبقا. وتساهم الحبوب الكاملة أيضا في تحسين صحة الدماغ، مثل البازلاء والفول والعدس والمكسرات والبذور والفواكه والخضروات المليئة بالفيتامينات والمعادن. وهذه الأطعمة غنية أيضا بمض الفوليك والزنك، والتي تشير الدلائل إلى أنها "مهمة في إدارة الاكتئاب". ويحتوي البروتين على التربتوفان، الذي "قد يساعد في علاج الاكتئاب"، تشمل المصادر الجيدة البيض والدواجن والسبانخ والبقول. وأضافت الجمعية أنه "حتى الجفاف الطفيف قد يؤثر على مزاجك"، لذا احرص على الحفاظ على رطوبتك طوال اليوم.

بالجلاليسين. وقال المعد المشارك الدكتور ثيوت لايت: "عادة ما ترتبط المستقبلات مثل GPR158، والمعروفة باسم المستقبلات المقترنة ببروتين G، ببروتينات G. وهذا المستقبل كان يرتبط ببروتين RGS، وله تأثير عكسي في التنشيط". وقال لايت: "ما يجعلني متحمسا حقا بشأن هذا الاكتشاف هو أنه قد يكون مهما لحياة الناس. وهذا ما يجعلني أتيقظ في الصباح". وتشمل الأطعمة الغنية بالجلاليسين، اللحوم الحمراء ومنتجات الألبان، لذلك يمكن أن يساهم البرغر والآيس كريم في تدني الحالة المزاجية إذا أدى ذلك إلى إبطاء إشارات الدماغ. وصرحت جمعية أخصائيي التغذية في المملكة المتحدة (BDA): "اتباع نظام غذائي صحي يمكن أن يساعد في حماية صحتك العقلية". وتقول نصيحة مهمة "تناول وجبات منتظمة"، والتي "يمكن أن تساعد عقلك على العمل في أفضل حالاته". وأضافت جمعية BDA: "على عكس الأعضاء الأخرى، يعتمد دماغك على إمداد ثابت من الجلوكوز كوقود أساسي له. ويأتي هذا في الغالب من

أنها مرنة بشكل مذهل في مواجهة الإجهاد المزمن. ويعرف GPR158 بأنه "مستقبل الأحماض الأمينية" الذي يناسب "تماما" الجلايسين. وعلاوة على ذلك، لم يكن جزئي الإشارة منشطة في الخلايا، ولكنه مثير عند ارتباطه

وقال مارتيميانيوف: "هناك أدوية محدودة للأشخاص المصابين بالاكتئاب، ويستغرق معظمهم أسابيع قبل أن يبدأوا، هذا إذا فعلوا ذلك أصلا. هناك حاجة بالفعل إلى خيارات جديدة وأفضل". وأثناء بحثه في كيفية تلقي أجهزة استشعار خلايا الدماغ للمعلومات ونقلها، وجد الدكتور مارتيميانيوف أن مستقبل الجين GPR158 مرتبط بالاكتئاب الناجم عن الإجهاد. على سبيل المثال، إذا كانت الفئران تفتقر إلى GPR158، فقد أثبت



محاكم دبي
محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
إعلان بالنشر
في الدعوى رقم: ٢٠٢٣/٨/٣ تجاري

المطوعة / دائرة إدارة الدعوى السابعة رقم ٤٠٩
موضوع الدعوى : اثبات استقالة المدعي من الشركة المدعى عليها وحذف اسم المدعي من منصب مدير الشركة المدعى عليها من الرخصة التجارية وإخطار دائرة التنمية الاقتصادية في دبي بذلك مع شمول الحكم بالتأجيل للحل بغير كفاية مع حفظ حقوق المدعي تجاه المدعى عليها. الزام المدعى عليها الرسوم والصاريف والغاب والحاماة.

المدعي: يارودي سبيع جودلال سبيع تانودن
عنوانه: الإمارات - أمارة دبي- بورسعيد- دبيرة- شارع الاتحاد- مبنى بيزنس انفيو- شقة ٥١٣-٥١٤- نيسان للسكيات- ٤٤٩٦٣١٠٠

المطوب إعلانة : -1- بونغ لويدي ليمتد (فرع دبي) - صفته: مدعي عليه
قد أقيم الدعوى من منصب مدير الشركة المدعى عليها من الرخصة التجارية وإخطار دائرة التنمية الاقتصادية في دبي بذلك مع شمول الحكم بالتأجيل للحل بغير كفاية مع حفظ حقوق المدعي تجاه المدعى عليها. الزام المدعى عليها الرسوم والصاريف والغاب والحاماة - وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٠٨/٠٨/٢٠٢٣ الساعة ٩:٠٠ ص في قاعة التقاضي عن بعد لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس القسم

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
إعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى رقم: ٢٠٢٣/٨/٣ SHCFICICVS مدني

إلى المدعي عليه : شاهزيب حسن محمد حنيف باكستاني / الجنسية
بمكأن بآ المدعي محمود سبيع الصري سوري / الجنسية
قد أقام الدعوى المذكورة أعلاه أمام محكمة الشارقة الاتحادية، المحكمة الابتدائية المدنية - قرار المحكمة : فلن هذه الأسباب - قررت المحكمة بمناينة الحضور/ بالزام المدعي عليه بأن يؤدي للمدعي مبلغا مقداره مبلغ 48.000 درهم تعويضا ماديا وأديبا مع الفائدة القانونية وبواقع 5% من تاريخ المطالبة وحتى السداد التام الا يتجاوز اصل المبلغ المطالبة وأثرمته بالمصاريف والرسوم وخمسةمئة درهم أعقاب محاماة.

حضر بتاريخ 2023/07/31
حضر بواسطة الموظف

محكمة الشارقة الاتحادية
المحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 0000425/AJCFICICPL2023 أمر أداء
إلى المدعي عليه : غنام وبشير لصياينة المياني ش ذ م م، العنوان: 9734013
محمد عوض مصطفى غنام، العنوان: 9734014
لحيطكم علما بأنه بتاريخ 24/1/2023 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى المذكورة بالرقم أعلاه لصالح القصة الجديدة لتجارة الرخام والجراينيت وعواد البتراء - ذ م م.
بالتالي : أولا- بعدم قبول الأمر قبل المعروض ضد الثالث لإقامته على غير ذي صفة.
ثانيا - إزام المعروض ضد الأول / شركة غنام وبشير لصياينة المياني ذ.م.م بأن تؤدي للمطالب مبلغا وقدره (مائة ألف درهم) فضلا عن الفائدة القانونية المستحقة بواقع 5% سنويا بدء من تاريخ استحقاق الشيك سندك المطالبة وحتى تمام الوفاء مع إزامها بالرسوم والمصروفات ومبلغ خمسةمئة درهم أعقاب المحاماة ويرفض الطلب ضد المعروض ضد الثاني. حكما قابلاً للاستئناف خلال المدة القانونية اعتباراً من اليوم التالي لنشره.

المحكمة الابتدائية المدنية

إعلان إجتماع خبرة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
السادة / شركة الشمس الهندسة والمقاولات (ذ.م.م) المحترمين
الموضوع : إعلان بوعقد اجتماع الخبرة في الدعوى رقم 17/07/2023
في الدعوى رقم 2949-2023 تجاري

حيث أن الدعية "شركة الروضة لتصليانة العامة والديكور ذ.م.م" أقامت عليكم الدعوى رقم 2949-2023 تجاري- دبي، وبناء على الحكم الصادر من قبل المحكمة في تاريخ 17/07/2023 بتعيين الخبير الهندسي م / يوسف عبد الفتاح الملا للقيام بمهمة الخبرة في الدعوى المذكورة أعلاه، لذلك ينقضى حضوركم اجتماع الخبرة الثاني عن بعد عبر تطبيق Zoom بتاريخ يوم الجمعة الموافق 11/08/2023 الساعة 09.00 صباحاً وتقديمي دفعكم والمذكرة الجوابية المتعلقة بالدعوى أي مستندات ترفعونها بتقديمها عبر البريد الإلكتروني almulla.expert@gmail.com أو بالاتصال عبر الهاتف: 043376060 - محمول: 0505992299. في حال تخلفكم عن أو عدم إرسال وكيل عنكم في الوقت المحدد فإن الخبير سيباشر الدعوى في غيابكم.

م / يوسف عبدالقادر محمد الملا
0505992299
الخبير الهندسي المنتدب في الدعوى 2023/2949 تجاري / رقم القيد 216

دائرة التنمية الاقتصادية
حكومة عجمان

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
رقم الرخصة 112818
غرفة تجارة وصناعة عجمان - قسم السجل التجاري

إعلان وحل وتصفية
الاسم التجاري : شركة الأوائل للهندسة المعمارية لاستشارات الهندسية في الإسكان ذ م م (شركة الشخص الواحد) - لعن لجميع بان الشركة المذكورة أعلاه هي : شركة الأوائل للهندسة المعمارية لاستشارات الهندسية في الإسكان ذ م م (شركة الشخص الواحد) - ذ م م (شركة الشخص الواحد) - وتمديداته مرخصة في دائرة التنمية الاقتصادية وسجلته بالتنمية الاقتصادية تحت رقم 112818 وقرر الشركة حلها وتصفيتها وتعيين السيد

مصفي قانوني للشركة فعلى كل من له حق أو اعتراض للتقدم بن للمصفي القانوني المذكورة أعلاه خلال مدة 45 يوماً من تاريخ نشر الإعلان وعلى العنوان التالي :

إمارة
هاتف
ص ب

دائرة التنمية الاقتصادية
حكومة عجمان

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
رقم الرخصة 40459
غرفة تجارة وصناعة عجمان - قسم السجل التجاري

إعلان وحل وتصفية
الاسم التجاري : اسك للصناعات البلاستيكية (ذ م م)
لعن لجميع بان الشركة المذكورة أعلاه هي : اسك للصناعات البلاستيكية (ذ م م) - شركة ذات مسؤولية محدودة تأسست في إمارة عجمان بموجب قانون الشركات الاتحادي رقم 8 لسنة 1984 وتعديلاته مرخصة في دائرة التنمية الاقتصادية وسجلته بالتنمية الاقتصادية تحت رقم 40459 وقرر الشركة حلها وتصفيتها وتعيين السيد

مؤسسة النداء لتدقيق الحسابات

مصفي قانوني للشركة فعلى كل من له حق أو اعتراض للتقدم بن للمصفي القانوني المذكورة أعلاه خلال مدة 45 يوماً من تاريخ نشر الإعلان وعلى العنوان التالي :

إمارة الشارقة
هاتف 065681715
ص ب 984

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : السويدي لتدقيق الحسابات - ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 704 ملك محمد سعيد خلف الغيث - بورسعيد - دبيرة - هاتف: 04-2288982 فاكس : بموجب هذا لعن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية فيا تيك تصميم نظم الحاسب الآلي - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/7/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/7/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين السويدي لتدقيق الحسابات - ش ذ م م العنوان : مكتب رقم 704 ملك محمد سعيد خلف الغيث - بورسعيد - دبيرة - هاتف: 04-2288982 فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان.

المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : فيا تيك لتصميم نظم الحاسب الآلي - ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 505/039 A ملك شركة النابودة العقارية ش ذ م م - دبيرة - بورسعيد - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م)، رقم الرخصة : 1079078 رقم القيد بالسجل التجاري : 1758804 بموجب هذا لعن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/7/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/7/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين السويدي لتدقيق الحسابات - ش ذ م م العنوان : مكتب رقم 704 ملك محمد سعيد خلف الغيث - بورسعيد - دبيرة - هاتف: 04-2288982 فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
إعلان منقذ ضد النشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - مستودع تومباي لاادوية مؤسسة فريدة
إخطار دفع في القضية رقم 0003847/2023 SHCXECICOMS تجاري

إلى المحكوم عليه : مستودع تومباي لاادوية مؤسسة فريدة- العنوان : الإمارات العربية المتحدة إمارة عجمان منطقة الجرف الصناعية الأولى مستودع رقم (1) ص ب 4184 هاتف رقم 067051567 حاتف متحرك 0505671455 0506335095 - البريد الإلكتروني : info@mlegal.ae

حيث أنه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ مستودع جلفار لاادوية - في القضية المشار إليها أعلاه

ويعا أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك

المدعي : تينغدي كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 961838.0

لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (مدة 7) أيام من تاريخ اعلاذك /إعلامك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكلف (ين) بحضور جلسة يوم - الموافق الساعة - الساعة أمام المحكمة المذكورة. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستخضع بحكم إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
إعلان منقذ ضد النشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - احمد سعيد محمدرشد
إخطار دفع في القضية رقم 0003882/2023 SHCXECICOMS مدني

إلى المحكوم عليه : احمد سعيد محمدرشد
حيث أنه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ الشارقة لحلول النقل شركة الشخص الواحد - ذ م م

في القضية المشار إليها أعلاه

ويعا أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك

ويعا ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :

المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 18300.0 درهم

لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستخضع بحكم إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

فقدان شهادات اسهم

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
فقدت شهادات اسهم صادرة عن شركة منازل
العقارية وذلك كالآتي :

الاسم	رقم الشهادة	عدد الاسهم
ناصر ثعلوب سالم حمد الدرعي	101615	500000
ناصر ثعلوب سالم حمد الدرعي	104520	18045

فمن يعثر عليهم لتسليمهم للشركة المذكورة
أعلاه أو الإتصال على 0506730036

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 0002698/AJCFICICOMS2023 تجاري

إلى المدعي عليه : علي حسن علي حسن
مجهول محل الإقامة

انت مكلف بالحضور بجلسة 7/8/2023 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 5) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.

حضر بتاريخ 31/7/2023 م.

مكتب الخدمات القضائية

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : الشارد مدققون ومستشارون ش ذ م م

العنوان : مكتب 913/912 بناية الفئان بلازا - ملك لطيفة مصبح راشد الفئان الفلاسي - القرمود - هاتف: 04-2555155 فاكس : 04-2555151

بموجب هذا لعن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية الواحد ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 14/2/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 14/2/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبته 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
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : فيونايتد بارسيل سيرفيس (م.ع.م) - ش ذ م م

العنوان : معرض ملك عقارات حكومة دبي بواسطة مجموعة شركات الحارث - شارع الشيخ زايد - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 240806 رقم القيد بالسجل التجاري : 46292 بموجب هذا لعن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 14/2/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 14/2/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين الشارد مدققون ومستشارون ش ذ م م العنوان : مكتب 913/912 بناية الفئان بلازا - ملك لطيفة مصبح راشد الفئان الفلاسي - القرمود - هاتف : 04-2555155 فاكس : 04-2555151 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : برستيج لتدقيق الحسابات حمد الشامسي - شركة الشخص الواحد ذ م م - فرع دبي العنوان : مكتب 1105 ملك عبدالله سعيد عبدالله بالحلب - برديي - برج خليفة - هاتف : فاكس : بموجب هذا لعن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية فرونتير لتدقيق الحسابات والخدمات الضريبية ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 25/7/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 25/7/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين برستيج لتدقيق الحسابات حمد الشامسي - شركة الشخص الواحد ذ م م - فرع دبي العنوان : مكتب 1105 ملك عبدالله سعيد عبدالله بالحلب - برديي - برج خليفة - هاتف : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : هرونتير لتدقيق الحسابات والخدمات الضريبية ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 1105 ملك عبدالله سعيد عبدالله بالحلب - برديي - الخليج التجاري - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 1065108 رقم القيد بالسجل التجاري : 1732845 بموجب هذا لعن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 25/7/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 25/7/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين برستيج لتدقيق الحسابات حمد الشامسي - شركة الشخص الواحد ذ م م - فرع دبي العنوان : مكتب 1105 ملك عبدالله سعيد عبدالله بالحلب - برديي - برج خليفة - هاتف : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
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 آل نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس : 04-2955598

بموجب هذا لعن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية نجمة الأمانة تجارة الهواتف المتحركة ولوازمها شركة الشخص الواحد ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 1/8/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 1/8/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبته 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
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : نجمة الأمانة تجارة الهواتف المتحركة ولوازمها شركة الشخص الواحد ذ م م - العنوان : مكتب رقم 44-43 ملك بدلية دبي - برديي - الهفديي - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م)، رقم الرخصة : 1088661 رقم القيد بالسجل التجاري : 1778173 بموجب هذا لعن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 1/8/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 1/8/2023 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 آل 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

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 0002958/AJCFICICVS2023 مدني

إلى المدعي عليه : جمال اسماعيل ابراهيم محمد ادريس
مجهول محل الإقامة

انت مكلف بالحضور بجلسة 9/8/2023 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى المقابلة رقم 5887/2023 - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 4) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.

حضر بتاريخ 2/8/2023 م.

مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
إعلان منقذ ضد النشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - عمران محمد عبدالله صالح علي
إخطار دفع في القضية رقم 0002502/2023 SHCXECIBOUNCE شركات المرتجعة

إلى المدعي عليه : عمران محمد عبدالله صالح علي
حيث أنه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ شرافت على منشي مياه - في القضية المشار إليها أعلاه

ويعا أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك،

ويعا ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :

المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 173350.0 درهم

لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستخضع بحكم إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
إعلان منقذ ضد النشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - شمس المدينة تقاولات البناء
إخطار دفع في القضية رقم 0003600/2023 SHCXECICIVS مدني

إلى المحكوم عليه : شمس المدينة تقاولات البناء
حيث أنه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ الشركة الوطنية لتأجير السيارات (تريفي) ذ م م

ويعا أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك،

ويعا ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :

المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 427854.0

لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستخضع بحكم إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل
محكمة عجمان الشرعية

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
إعلان بالنشر
صادر عن محكمة عجمان الشرعية
في الدعوى رقم 2023/560 احوال

إلى المدعي عليها / يحيى فييوز بن محمد - سوري الجنسية
مجهول محل الإقامة خارج الدولة.

بما أن المدعي / فتحيه احمد حامدي - قد أقام عليك الدعوى الشرعية المذكورة بالرقم أعلاه، أمام هذه المحكمة، للمطالبة ب/ طلاق - مؤخر الصداق ونفقة مئة - نفقة زوجية ونفقة محضونين سابقة - اثبات حضانة - نفقة محضونين ، أجرة حضانة - توفير مسكن وحضانة وتأتيه ، الرسوم والصاريف القضائية. وقد حددت المحكمة جلسة : الخميس 2023/9/21 للمحكمة للنظر في الدعوى، فإنت مكلف بالحضور شخصياً أو من نوبت عنك رسمياً أمام هذه المحكمة في الموعد المذكور للرد على الدعوى، وفي حالة تخلفك عن الحضور في الموعد المحدد، فإن المحكمة ستنظر في الدعوى وتصدر حكماً غيابياً.

تحريراً في يوم الثلاثاء الموافق 2023/8/٠١م.

القاضي

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : عمران موسى لراعيه الحسابات

العنوان : مكتب رقم 123 ملك ناصر احمد لوتاه - برديي - ام هرير - هاتف 04-3962410 فاكس : 04-3962415 بموجب هذا لعن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية باترون تجارة قطع غيار الآلات والمعدات الثقيلة ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 20/7/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 20/7/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبته 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
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٢ بتاريخ ٢٠٢٣/٨/٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : باترون تجارة قطع غيار الآلات والمعدات الثقيلة ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 1603 ملك بنك الإمارات دبي الوطني (ش ع) دبيرة - البطين - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م) - رقم الرخصة : 839828 رقم القيد بالسجل التجاري : 1872588 بموجب هذا لعن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 20/7/2023 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 20/7/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عمران موسى لراعيه الحسابات العنوان : مكتب رقم 123 ملك ناصر احمد لوتاه - برديي - ام هرير - هاتف : 04-3962410 فاكس : 04-3962415 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



ضمن المبادرات التي أطلقها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، والتي تديرها مؤسسة مكتبة محمد بن راشد آل مكتوم، تدعو جائزة محمد بن راشد للغة العربية الأفراد وفرق العمل والمؤسسات والمعنيين الراغبين بالمشاركة في دروتها السابعة - إلى التسجيل في موعد أقصاه ١٥ أغسطس ٢٠٢٣.

جائزة محمد بن راشد للغة العربية تخصص أكثر من 2.8 ملايين درهم جوائز للدورة السابعة

وخصصت جائزة محمد بن راشد للغة العربية، في إطار رؤيتها واستراتيجيتها لتعزيز حضور اللغة العربية وإثرائها، نحو مبلغ 2.8 ملايين درهم إماراتي (750 ألف دولار أمريكي)، توزع بواقع 257 ألف درهم إماراتي (70 ألف دولار) عن كل فئة من فئات الجائزة، التي تندرج تحت محاور التعليم، والثقافة (التكنولوجيا)، والإعلام والتواصل، والسياسة اللغوية والتخطيط والتدريب، والثقافة والفكر ومجتمع المعرفة.

وقال سعادة بلال البدر الأمين العام للجائزة، إن جائزة محمد بن راشد للغة العربية تحمل رسالة عظيمة ودوراً مهماً في نهضة لغتنا العربية، كما تجسد التزامنا بالحفاظ على هذا الكنز الثقافي للمبدعين من الكتاب والأدباء والمؤسسات والمعنيين باللغة العربية على المساهمة في تقديم أفضل إبداعاتهم وإسهاماتهم اللغوية، مما يعزز دور اللغة

العربية في وسائل الإعلام الإلكتروني وقنوات التواصل الاجتماعي، وأفضل مبادرة لخدمة اللغة العربية في وسائل الإعلام، وأفضل مبادرة في السياسة اللغوية والتخطيط، وأفضل مشروع تعريب أو ترجمة، وأفضل عمل فني أو فني أو فكري لخدمة اللغة العربية، وأفضل مبادرة لتعزيز ثقافة القراءة وصنع مجتمع المعرفة.

ويمنح للراغبين في معرفة المزيد عن جائزة محمد بن راشد للغة العربية أو للراغبين في التسجيل زيارة الرابط التالي في موعد أقصاه 15 أغسطس 2023: <https://arabicaward.ae>

حقائق وأرقام

وحققت الدورات السابقة لجائزة محمد بن راشد للغة العربية نجاحاً لافتاً ومشاركة واسعة من العديد من

والمختصين إلى المشاركة بأفكارهم المستقبلية للعمل سوياً على تعزيز حضور اللغة العربية.

فئات وشروط التقديم

ويشترط للمشاركة في الجائزة ألا تكون المبادرات والمشاريع المقدمة قد سبق اعتمادها كمشاريع جامعية أو حصل صاحبها على درجة علمية، وألا يكون المتقدم قد شارك بأكثر من عمل واحد في نفس فئة الجائزة.

وتتضمن فئات الجائزة: أفضل مبادرة لتعليم اللغة العربية وتعلمها في التعليم المبكر، وأفضل مبادرة لتعليم اللغة العربية في التعليم المدرسي (من الصف الأول إلى الصف الثاني عشر)، وأفضل مبادرة لتعليم اللغة العربية للناطقين بغيرها، وأفضل تطبيق ذكي للغة العربية ونشرها، وأفضل مبادرة لمعالجة اللغة العربية تقنياً، وأفضل عمل باللغة

في الثقافة والعلوم والفنون، مضافاً، أن الجائزة تُعد أرفع جائزة تقديرية لجهود العاملين في ميدان اللغة العربية، أفراداً ومؤسسات، وتعتبر عن تكريس اللغة العربية كركن رئيسي في رؤية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد للمستقبل، للارتقاء باللغة العربية وتشجيع المبادرات التي تسهم في تطويرها تعلماً وتعليمياً وتخطيطاً وفكراً واستخداماً. وأكد سعادته الحرص على تعزيز حضور اللغة العربية كلفة حية تتجدد وتتطور بمواكبة التغيرات العصرية، وإبراز المبادرات الناجحة وتكريمها في فئات الجائزة المختلفة لتمكين العاملين في ميدان اللغة العربية من الاستفادة منها، إلى جانب نشر الوعي بأهمية المبادرات الشخصية والمؤسسية الساعية إلى تطوير اللغة العربية، بما يعكس مكانة دولة الإمارات وموقعها كمرکز للاعتماد على اللغة العربية. داعياً المهتمين باللغة العربية والباحثين

والتربية والمعرفة ضمن برامج مصممة خصيصاً لتستدعي انتباه المشاركين وتعزز تفاعلهم بها. يضمن أن يحقق المخيم الصيفي أهدافه .. مشيرة إلى أن التركيز على وصفات الطعام من مختلف الثقافات هو أحد الموضوعات الثرية التي يمكن للمشاركين التهامي معها وخاصة أن دولة الإمارات في ساحة للتلاقح الحضاري والتفاعل الثقافي. وتعكس وصفات الطعام والأطباق روح الثقافات وهويتها إذ تحمل في خصلاتها عبق الشعوب وتقاليدها، وهذا ما حرصت "مكتبة" على الاستفادة منه في توظيف منهجيات التعليم التفاعلي، حيث تنظم خلال مخيمها الصيفي "نكهات من حول العالم" مجموعة من الجلسات القرآنية التفاعلية حول حضارات العالم المختلفة لسرد قصص الشعوب الفولكلورية والحكايات عن الوصفات المختلفة وطريقة ابتكارها وارتباطها بالمرور الثقافي، مثل التعرف على عادات تحضير الشاي وتقديمه حول العالم وما يمثله لهذه الشعوب باختلافاتها، ومن ثم انتقاء أبرز

مكتبة . . وجهة تثقيفية وتعليمية للأطفال خلال عطلة الصيف

وتمت "مكتبة" في برنامج مخيمها الصيفي فعاليات تطور قدرات الأطفال القرآنية وتمني حس المعرفة والاستكشاف لديهم، مثل فعالية "رأنا وهويتنا" و"أستطيع القراءة" و"المكتشف الصغير"، وورش "عاداتنا الصحية" وورش خاصة من الحروف العربية وتاريخها وأيضاً عن المسرح. وفي ورشة "لقاء مع المؤلف" سلتقى الأطفال مع الكتاب والمؤلفين الذين سيرفونهم بشكل أكبر على شخصيات قصصهم ورحلتهم في عالم الكتابة.

ولتنمية مواهب الأطفال الفنية والحرفية جانب كبير من فعاليات برنامج المخيم الصيفي، حيث تنظم "مكتبة" عدة ورش حرفية. جدير بالذكر أن المخيم الصيفي بدأ 16 يوليو الماضي ويستمر حتى 18 أغسطس الجاري، ويمكن للأطفال واليافعين من عمر 6 سنوات وحتى 18 سنة التسجيل به من خلال الاتصال بأفروع المكتبات التابعة لـ "مكتبة" على امتداد إمارة أبوظبي.

الجواكاهولي من المكسيك، والسوشي والمانشا من اليابان، وشاي ما بعد الظهر وفطيرة التفاح من المملكة المتحدة، والسابليه المحشي بالمربي من فرنسا، ويسكوت رقائق الشكولاته الشهي من الولايات المتحدة الأمريكية، وطبق الحمص التقليدي من لبنان، ومن ثقافة إيطاليا، سيدع المشاركون طبق الجنوتشي بالبسطا، كما سيتعلمون طريقة تحضير البيتزا الطاهية الشابة شيخة العامري، وقالت فاطمة التميمي: "حرصنا أن يكون للثقافة والتراث الوطني الإماراتي حضور فاعل ضمن فعاليات المخيم الصيفي، حيث سيبرح الأطفال في موروث دولة الإمارات الثقافي بما يتضمنه من حكايات شعبية وفلكلورية شيقة، في الوقت الذي يعدون به طبق التقيعات التقليدي مع دبس التمر وطبق الشريد والفواله. نريد لكل طفل مشارك في مخيم "مكتبة" الصيفي أن يكون فخوراً بهويته الإماراتية ومعترّاً بتراثه الوطني، وأن يكون في الوقت ذاته منفتحاً على الثقافات من حوله بما يعكس الشخصية والقيم الإماراتية الأصيلة."



مواهب الطهي لدى الأطفال ويعزز معرفتهم حول حضارات العالم. ومع كل طبق يعده رواد المخيم الصيفي، ستقدم الجلسة القرآنية جرعة هامة من المعرفة حول الثقافة المرتبطة به، مثل

التربية والمعرفة ضمن برامج مصممة خصيصاً لتستدعي انتباه المشاركين وتعزز تفاعلهم بها. يضمن أن يحقق المخيم الصيفي أهدافه .. مشيرة إلى أن التركيز على وصفات الطعام من مختلف الثقافات هو أحد الموضوعات الثرية التي يمكن للمشاركين التهامي معها وخاصة أن دولة الإمارات في ساحة للتلاقح الحضاري والتفاعل الثقافي. وتعكس وصفات الطعام والأطباق روح الثقافات وهويتها إذ تحمل في خصلاتها عبق الشعوب وتقاليدها، وهذا ما حرصت "مكتبة" على الاستفادة منه في توظيف منهجيات التعليم التفاعلي، حيث تنظم خلال مخيمها الصيفي "نكهات من حول العالم" مجموعة من الجلسات القرآنية التفاعلية حول حضارات العالم المختلفة لسرد قصص الشعوب الفولكلورية والحكايات عن الوصفات المختلفة وطريقة ابتكارها وارتباطها بالمرور الثقافي، مثل التعرف على عادات تحضير الشاي وتقديمه حول العالم وما يمثله لهذه الشعوب باختلافاتها، ومن ثم انتقاء أبرز

مركز أبوظبي للغة العربية يُصدر كتاب «مجمع الابتكار: المدن والتقنية والاقتصاد الجديد»

مستمرين مغامرين ومولعين بالتقنية ومسؤولي التطوير الاقتصادي، موضحة كيفية تشكل المنظومة الشاملة وإعادة تشكيل المدينة من الألف إلى الياء.

يُذكر أن شارون زوكين، من مواليد عام 1946، وهي أستاذة فخريّة في علم الاجتماع في كنيّة بروكلين ومركز الدراسات العليا في جامعة مدينة نيويورك.

وتتناول أعمال زوكين أحوال المدن وتطورها وأسباب هذا التطور، كما تركز على الثقافة وسوق العقارات لا سيما في مدينة نيويورك، وتشرف زوكين الآن على رسائل الدكتوراه وتقوم أحياناً بتدريس بعض المقررات في الجامعة وتضم مؤلفاتها «ديترويت الصامدة»، و«مدن عالمية»، و«نقطة شراء»، و«ثقافة المدن»، و«العيش في السقيفة»، وما بعد

قصيرة .. ويصف المسارات المهنية المؤسسي للشركات الناشئة في نيويورك والمستثمرين المغامرين، كما يقتني أثر التحول الذي شهدته الواجهة البحرية لحي بروكلين من أرض صناعية مهجورة إلى شريط ساحلي مخصص للابتكار. ويبيّن الكتاب العلاقة بين مسابقات الهاكاثون وتأسيس الشركات الناشئة والمسرات، وكيف تسهم الشركات الكبيرة في نيويورك في تأسيس الشركات الناشئة وفي تمويلها ومن ثم في توظيف الشباب من المختصين بعلوم البرمجة.

ومن خلال الكتاب، تبيّن خبيرة تخطيط المدن شارون زوكين للقراء كيفية تشكيل الاقتصاد الحضري الجديد عبر رواية غنية وكاشفة لصعود قطاع التقنية في مدينة نيويورك. وتستقي المؤلفة مادة الكتاب من مقابلات شخصية مع

ويتناول كل فصل من الكتاب مساحة إنتاج تُسنّ فيها الأعراف الاقتصادية والمبادئ الثقافية وتوضع في مكانها الصحيح بشكل جذاب. فيتطوّر مجمع الابتكار بأكمله من خلال هذه المساحات، بما في ذلك بناء المباني والمناطق والمدينة بأكملها من حيث الحجم والشكل والمعنى. وقد لا يكون القارئ على دراية بالأماكن التي يستعرضها الكتاب، لكن من المهم التعرف عليها لأنها تخلق رواية مكانية وخيالية واجتماعية تشكل الطريقة التي يرى بها بناء مجمع الابتكار العالم.

يبدأ كتاب «مجمع الابتكار» باستكشاف الثقافة الثانوية لسباقات الهاكاثون، التي يتعاون من خلالها المبرمجون لتطوير البرامج بطرق غير تقليدية خلال مدة زمنية

أصدر مركز أبوظبي للغة العربية، التابع لدائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي، الترجمة العربية لكتاب «مجمع الابتكار: المدن والتقنية والاقتصاد الجديد» للكاتب لشارون زوكين، الذي نقله إلى العربية الدكتور محمد زياد يحي كبة، وذلك ضمن مشروع «كلمة» للترجمة التابع للمركز.

يُسلط الكتاب الضوء على عالم البرمجة وابتكار الأنظمة والتطبيقات، كما يتناول علماء الاجتماع وخبراء الأعمال ممن يدرسون الابتكار على الشبكات الاجتماعية غير الرسمية بين المنظمات التي تؤدي في النهاية إلى تصميم منتجات وأفكار قابلة للتسويق، مع الإضاءة على الدور الحاسم للمواهب التقنية التي ترغب في العيش والعمل في المدن.

باللغتين العربية والإنجليزية، وبعض اللغات الأخرى، وما تنتجه من دراسات في الفن الفان والبحث في مختلف الأساليب والتقنيات والمواضيع التي يعرضها، واطلعوا على ما يتيحه كذلك في مجال دراسة تطور الأعمال الفنية التي ساهمت في صياغة التوجهات وأثرت على



«طلاب الجامعة القاسمية» يتعرفون على الإبداعات الفنية والمعرضات في زيارتهم إلى متحف الشارقة للفنون وما به من جمال وفن



، والتي جاءت في إطار مجموعة الأهداف التي تخطها الجامعة، لاطلاع الطلاب على المواقع التي تثرى نواحي الجمال الفني في مواهبهم، وتمكنهم من الاطلاع كذلك على مجموعة ثرية من تلك الأعمال خلال زيارة المتاحف المتخصصة كما في هذا المتحف .

الممارسات الفنية في البلدان العربية لأكثر من قرن من الزمن. وأكدت أحلام بن جرش مساعد مدير الجامعة لشؤون الطالبات بالجامعة القاسمية المشرف العام على المعسكر الصيفي على أهمية هذه الزيارة لمتحف الشارقة للفنون

باللغتين العربية والإنجليزية، وبعض اللغات الأخرى، وما تنتجه من دراسات في الفن الفان والبحث في مختلف الأساليب والتقنيات والمواضيع التي يعرضها، واطلعوا على ما يتيحه كذلك في مجال دراسة تطور الأعمال الفنية التي ساهمت في صياغة التوجهات وأثرت على

.. الشارقة - الفجر

تعرف طلاب الجامعة القاسمية على مختلف الإبداعات الفنية والمقتنيات والمعرضات، خلال زيارتهم إلى متحف الشارقة للفنون ومكتبة الفن التشكيلية، والتي جاءت في إطار فعاليات المعسكر الصيفي، والذي تنظمه عمادة شؤون الطلبة بالجامعة القاسمية تحت شعار (صيفنا سعادة).

الزيارة أتاحت للطلاب التفاعل بشكل لافت، مع كافة الفنون المعروضة، والاطلاع عليها، والوقوف على جمالياتها، فضلاً عن التعرف على فلسفة استخدام بعض الألوان بعينها في تلك الجماليات المعروضة، كالأزرق وبعض الألوان المائية، والتي تعبر عن فنون عربية ومحلية، وأتاحت فضاعات رحبة مفتوحة على الجمال والفن والإبداع للطلاب، كفاية من غايات تنظيم المعسكر الصيفي.

وتنقل الطلاب في أرجاء المتحف وبين طوابقه الثلاثة، التي تضم الأروقة المخصصة لعرض أكثر من 500 قطعة من الإبداعات الفنية والمعرضات والمقتنيات، والتي تعبر عن مختلف الأساليب التعبيرية من فنون تثرى الخيال والذائقة الفنية.

وعم التنقل في أرجاء المتحف، زار الطلاب مكتبة الفنون التشكيلية التي تحتوي على أكثر من 4 آلاف مؤلف



باسكال مشعلاني: لا أغني سوى في المهرجانات وفي الأماكن التي تليق بي وباسمي الفني

طرحت الفنانة باسكال مشعلاني أخيراً أغنية جديدة بعنوان (أدمتلك) بأجواء صيفية وهي تستعد خلال الفترة المقبلة لإحياء مجموعة من الحفلات والمهرجانات داخل لبنان وخارجه.

مشعلاني تحدثت خلال هذا الحوار عن جديدها ومشاريعها:

• ما رأيك بالإنتقادات التي تعرّضت لها أغنيتك الأخيرة (أدمتلك)؟
- لا أكثر أنني حزنت كثيراً في البداية، ولكن يُعرف عني أنني أتدلع أحياناً عند لفظ بعض الكلمات، ولكن هذه الإنتقادات جعلت الأغنية تتصدر الترتد على مواقع التواصل الاجتماعي. أنا معروفة في المجال منذ 30 عاماً ولا يمكن أن أتعمد السوء ولم أفعل ذلك طوال مسيرتي الفنية. الأغنية من كلمات وائل الأشقر والحنان وتوزيع ملحم أبو شديد وإخراج زياد خسوري وهي أغنية فرحة تناسب فصل الصيف.

• كيف لمست أجواء الصيف في لبنان هذه السنة على مستوى الحفلات والمهرجانات التي بدأت بشكل مبكر؟
- هذا الصيف رائع جداً لأن الحياة عادت الى لبنان ومعها المهرجانات التي التي تقام في مختلف القرى اللبنانية. وفي موسم الأعياد تنشط الحركة الفنية وخصوصاً

أن المغتربين يعودون إلى لبنان ويحرصون على قضاء فصل الصيف فيه لأنهم لن يجدوا بلداً أجمل منه، هذا عدا عن الجمهور العراقي الذي يتواجد بأعداد كبيرة كما الجمهور المصري والعربي والأجنبي.

• ما أبرز الحفلات التي ستحييها خلال الصيف؟
- هناك مجموعة حفلات بينها عرس في تركيا وبعدها أسافر إلى الأردن وفي لبنان نحن بصدد الإتفاق على مهرجاني بالإضافة إلى حفل في تونس أواخر أغسطس.

• لا شك أنك تحرصين على أن تكوني من بين نجومات الصف الأول خصوصاً وأنت تعمدن إلى طرح أغنيات جديدة بين فترة وأخرى، ولكن لماذا أنت بعيدة عن الحفلات الكبيرة التي يحييها بعض النجوم الحدديين الذين تكرر أسمائهم من حفل إلى آخر؟

- هذا الأمر عادي جداً. وفي الحفلات يتم التركيز على أسماء معينة يجري التعامل معها وتنتقل من حفلة إلى أخرى. وهذا لا يعني أن الفنان الذي يحيي الحفلات هو الفنان المطلوب والذي لا يحيي حفلات ليس مطلوباً، لأنه يتم التعامل مع فنانين محددين لا داعي لذكر أسمائهم، في حين يُفترض أن يكون هناك تنوع في الأسماء. ولكنني أعتبر أن هذا الأمر عادي جداً والمهم أن يستمتع الجمهور بالحفلات، وأنا كغني كفتانة أن أحيي حفلة واحدة في لبنان.

• هل تشعرين بأن مكانتك الفنية اليوم هي نفسها كما كانت قبل 10 أعوام أم أن الزواج والعائلة يدفعانك لأن تكوني أكثر إنتاجية في نشاطاتك الفنية وحفلاتك؟

- أنا لا أغني سوى في المهرجانات وفي الأماكن التي تليق بي وباسمي الفني الذي أصبح عمره 30 عاماً كما بتاريخه الفني الذي يضم 18 ألبوماً و150 أغنية. ولذلك أنا حريصة جداً على عدم التواجد في كل الأماكن وفي كل البرامج لأنني

أرى أن ذلك لا يليق بي والناس لا يرضون بذلك، بل أختار كل ما يمكن أن يليق باسمي وتاريخي سواء على مستوى الحفلات أو الإطلاقات التلفزيونية، ولكنني موجودة بقوة على الساحة الفنية وأعمالي (تكسر الدنيا).

أغنية (أدمتلك) حققت نجاحاً كبيراً وقبّلها أكثر من أغنية. وأنا لا يمكنني أن أمزح من هذه الناحية بل يفترض بي أن أكون حريصة ومتأنية ودقيقة. ولا يمكن أن أقرن تجربتي كفتانة في الوسط منذ 30 عاماً بتجربة فنان جديد يظهر بشكل

دائم على الشاشة. حتى الدعوات لإحياء حفلات الافتتاح التي تصليها لا ألبى منها إلا القليل، ولكنني موجودة بقوة وارتبطت بالكثير من الحفلات للفترة المقبلة بينها حفلات في دبي

منوعات الفكر

27

وجولة فنية في أميركا بالإضافة إلى حفلات أخرى في مصر. هل أنت مُحاربة؟
- كلا ولماذا أكون مُحاربة وكيف أكون مُحاربة؟
• عادة الفنانون يحاربون بعضهم، وبعض الفنانين يهجم الاستحواد على أكبر عدد ممكن من الحفلات والمهرجانات؟
- عندما كنت أحيي حفلات في السعودية قبل 15 عاماً لم يكن أحد غيري من الفنانين يحيي حفلات فيها. لسّ الفنانة الوحيدة التي لم تحيي حفلاً في السعودية في الفترة الأخيرة بل يوجد كثيرون مثلي. كل شيء حلو في وقته، وربما أحيي حفلاً فيها خلال الفترة المقبلة، وخصوصاً أنه يتم التعامل بشكل راق مع كل الفنانين ويضعون الفنان في مكانه المناسب والذي يليق به.

هل تظنين أن شركة (روتانا) تحصر تعاملها مع أسماء معينة؟
- علاقتي جيدة بـ سالم الهندي وربما أحيي حفلات في الفترة المقبلة. منذ عام ونصف عام، وأنا أطرّح أغنية جديدة كل ثلاثة أشهر، وهذا أخطأ له وما أريده، وكلها أغنيات ناجحة. وأعود وأكرر أن كل شيء حلو في وقته.



هاجر أحمد بطلة فيلم "بلموندو" أمام حسن الرداد وتبدأ تصوير دورها

تقدم الفنانة هاجر أحمد دور البطولة النسائية في فيلم "بلموندو" أمام الفنان حسن الرداد، حيث بدأت تصوير مشاهدها مؤخراً تحت قيادة المخرج ياسر سامي الذي تتعاون مع هاجر أحمد للمرة الثالثة بعد مسلسلي "سر الصعيد" للنجم محمد رمضان، و"النهاية" مع النجم يوسف الشريف فيلم "بلموندو" بطولة حسن الرداد، هاجر أحمد، محمود حافظ، إنجي وجدان، سماء إبراهيم، محمد محمود، مصطفى أبو سريع وآخرون، والعمل من تأليف حازم وبني ومحمد وبني، وإخراج ياسر سامي، وتدور الأحداث في إطار اجتماعي كوميدي لايت حيث يناقش معاناة الشباب بعد الزواج ورغبتهم مرة أخرى في العودة لحياة العزوبية.

وفى سياق آخر قاربت هاجر أحمد على الانتهاء من مشاهدتها في فيلم "أهل الكهف" حيث يبتقى وإخراج عمرو صلاح.



نوال الزغبى تعود للغناء بالخليجي في أغنية "فخامة معاليك"



تعود النجمة اللبنانية نوال الزغبى للغناء باللهجة الخليجية خلال أغنية جديدة بعنوان "فخامة معاليك" تستعد لطلوعها في موسم الصيف، ومن المقرر أن تصور نوال الأغنية على طريقة الفيديو كليب مع المخرج اللبناني فادي حداد الذي يعمل على إعداد ستوري بورد مختلف وجديد يتناسب مع أجواء الأغنية. أغنية "فخامة معاليك" كلمات خالد فرناس وألحان ياسر نور وتوزيع وميكس هاني ربيع وماستر ماهر صلاح وتقديمها نوال الزغبى بستايل غنائي جديد باللهجة الخليجية من حيث اللحن والتوزيع الموسيقي.

وطرحت نوال الزغبى آخر أعمالها الغنائية بعنوان "ريتو" في شهر مايو الماضي، وهي من كلمات مازن ضاهر، ألحان فضل سليمان، توزيع عمر صباغ، إخراج فادي حداد وتقول كلماتها: إنت بغرامك هالقلب صايب

دايب عليك وأخ شو دايب
لو يجمعو قلوب الدني بايدي
غيرك ما برضى أي بدل غايب
حدك أنا بذي العمر كفي
إنت بكفي والذنب بكفي
زايد جمالك وبحياتي صار
ساحر غليني بلعبة الخفة
ريتو ما يبلى هالحلا ريتو
إنت اللي حب كبير حبيبتو
إنت حبيبي وبالقلب موجود
إسمك حبيبي عا ذوقني نقيتو
بعلمي أنا اللي وعنا إنا
إنو ما أوقع بالعشق نا
لاقي حبيب بهالذنب لكن
وقعت وعقلي ما حدا سما
بتعرف ب إنو عيونتي بتحكك
كل ما شافوك بصير بتلك
بتعرف بايني صرت مغرومي
بشكلك وروحك يا حلو وقلبك
ريتو ما يبلى هالحلا ريتو
إنت اللي حب كبير حبيبتو
إنت حبيبي وبالقلب موجود
إسمك حبيبي عا ذوقني نقيتو

تأثير الضحك على صحة الإنسان

أعلن كبير الأطباء النفسيين موسكو غيورغي كوستيوك أن ساعة من الضحك يمكن أن تساعد في حرق ما يصل إلى 350 سعرة حرارية، حيث أن الضحك ينشط حوالي 80 عضلة في جسم الإنسان. وتحدث كوستيوك لوكالة "نوفوستي": "ينشط الضحك نحو 80 عضلة. وتحرق ساعة كاملة من الضحك حوالي 350 سعرة حرارية". وأضاف أن الضحك يؤدي إلى تغير نوع التنفس وزيادة استقلاب الأوكسجين في المخ والأعضاء والأنسجة واختفاء الازدحام في الرئتين. وتدل الدراسات الطبية الدولية على أن الأشخاص المتفائلين أقل عرضة للإصابة بالأمراض الفيروسية. ويهتم هؤلاء الأشخاص أكثر بصحتهم ويتبعون أسلوب حياة نشط ويتخلون عن العادات السيئة، مما يجعلهم أكثر مقاومة للأمراض المختلفة. وتابع: "تابعت المرضى المتعافين من الإصابات والعمليات الجراحية، ولاحظت شخصياً أن إعادة تأهيل الأشخاص ذوي التفكير الإيجابي تجري أسرع بكثير ويتحملون الألم بسهولة أكبر من المتشائمين. وأوضح أنه يتم في جسم المتفائلين إفراز السيروتونين وهو هرمون الضحك الذي يعد مسكناً طبيعياً للكورتيزول وهو هرمون الإجهاد القادر على زيادة الأتم وإشارة تطور الأمراض.



الفكر

علامات السعال التي قد تدل على ورم سرطان الرئة!

تتشكل الخلايا غير الطبيعية داخل الرئتين إلى ورم سرطاني، ما قد يؤدي إلى ظهور أعراض خارجية. وقد لا يدرك الناس أنهم يعانون بالفعل من سرطان الرئة لأن الأعراض يمكن أن تنتقل مع حالات أخرى. خذ على سبيل المثال السعال الذي يمكن أن يكون نتيجة نزلات البرد أو الإنفلونزا أو الربو. يمكن أن يكون السعال أيضاً علامة على الإصابة بسرطان الرئة، ولكن فقط إذا تم التحقق من معايير محددة. ووفقاً لـ NHS، يجب فحص السعال المستمر - الذي لا يختفي بعد ثلاثة أسابيع - من قبل الطبيب، لأنه قد يشير إلى سرطان الرئة. ويحذر الجسم الصحي من أنه "لا توجد عادة علامات أو أعراض لسرطان الرئة في المراحل المبكرة". ومع ذلك، إذا كنت تعاني من سعال طويل الأمد "يزداد سوءاً"، فقد يكون ذلك أيضاً علامة على مرض قاتل. إذا كان هناك دم عند السعال، فيجب إبلاغ مقدم الرعاية الصحية الخاص بك في أقرب وقت ممكن. وهناك مؤشر آخر محتمل لسرطان الرئة، هو وجود وجع أو ألم عند السعال. ويمكن أن تشمل الأعراض الأخرى لسرطان الرئة التهابات الصدر المتكررة، وضيق التنفس المستمر، والتعب، وفقدان الشهية، أو فقدان الوزن غير المبرر. كما أن إحدى العلامات الأقل شيوعاً لسرطان الرئة هي "تعب الأصابع"، والتي تحدث عندما يكون هناك تغيير في مظهر أصابعك، مثل أن تصبح مقوسة، أو تصبح أطراف الأصابع أكبر. وقد يؤدي سرطان الرئة أيضاً إلى:

- صعوبة في البلع.
- صفير.
- صوت أجن.
- تورم في الوجه أو الرقبة.
- ألم مستمر في الصدر أو الكتف.



صورة جوية تظهر مزارع الأسماك في جزيرة بوريوس اليونانية. ا ف ب

قرأت لك

البرتقال



البرتقال أحد أهم الفواكه المفيدة والصحية، فهذه الفاكهة الغنية التي تحتوي على كم هائل من الفيتامينات والعناصر، وبخاصة فيتامين سي معزز المناعة والمضوي لدفاعات الجسم ضد العدوى والمرض. وهذه أبرز 11 فائدة للبرتقال التي تجعله أهم أنواع الفاكهة الشتوية التي لا غنى عنها. ويجانب العناصر والفيتامينات التي يحتويها البرتقال، والألياف الغذائية المهمة، ما يعزز من فوائده التي من بينها:

- الشعور بالشبع سريعاً بعد تناوله
- خفض نسب الكوليسترول في الدم
- مقاومة السرطانات المتعددة كالكولون والرئة
- يعزز فكرة نقصان الوزن لسرعته الحرارية المنخفضة
- يفيد في صحة العظام وتقوية المفاصل
- يعزز من صحة العينين والرؤية
- تعزيز صحة الجلد والبشرة
- يقوى المناعة والوقاية من نزلات البرد
- الوقاية من تصلب الشرايين
- الوقاية من قرحة المعدة

سؤال وجواب

- ما هي أقوى عضلة في جسم الإنسان؟
- هي عضلة الفك
- أين يوجد المسجد العمري الكبير؟
- في بيروت
- ما هي الدولة الأوروبية التي ليس لديها جيش؟
- سويسرا
- متى تم تشكيل جامعة الدول العربية؟
- في عام 1945
- من هو أول رئيس وزراء لبناني، أغتيل في الأردن؟
- رياض بك الصلح

هل تعلم؟

- البعوضة لها أسنان ، وعدد أسنانها 47 سنة ولالأرنب 28 سنناً ، وللليل 32 ، وللجمل 34 ، وللكلب 42 سنناً
- المشتري أكبر الكواكب الشمسية ، قطره 88 ألفاً و700 ميل . . ولو افترضنا أن عداه يجري بسرعة 6 أميال في الساعة ، فإنه سيحتاج إلى خمس سنوات ليقيم بدورة كاملة حوله .
- الدبناصور " ستيجوسوروس " الذي كان يزن 80 ألف رطل، كان لديه دماغان، أحدهما في رأسه والآخر في ذيله
- من الغريب والمدهش أن الصرصور، بعد احتكاكه بالإنسان، يسارع إلى مخبئه لتنظيف نفسه .
- تضع أنثى الأخطبوط 60 ألف بيضة.. ثم تلزم مخبأها ولا تغادره حتى تموت جوعاً .
- أطول الحشرات عمراً... من فصيلة الخنافس تحمل اسم الخنفساء الرائعة. إذ أن تحولها من طور اليرقة إلى طور العذراء فقط يحتاج إلى 47 سنة كاملة.
- في عام 1705 وصل قرد على متن زورق صغير إلى شاطئ وست هارتبول بإنجلترا.. قضت محكمة عسكرية بإعدامه شنقاً ، بتهمة التجسس لحساب فرنسا .
- أكبر بيضة في العالم الآن هي بيضة النعامة، وزنها 2 كيلوجرام تقريباً، وسمك قشرتها فيبلغ 1.5 ميليمتر تقريباً، ويمكن لشخص وزنه 126,98 كيلوجرام أن يقف عليها دون أن تتحطم .

قصة سلوى العسولة

خرجت سلوى من بيتها وهي غاضبة فهي تريد النوم ولكن ماما تريد لها أن تذهب إلى المدرسة لذلك غضبت وأخذت ترغي وتزبد وهي في الطريق وتقول كل يوم مدرسة ليتها تقع وتختفي.. وهذه الشمس الحارقة ليتنا ما نراها، وهذا الطريق الطويل كل يوم امشيه ليته لم يكن موجوداً وهذه الكتب الثقيلة.. وهذا الهواء الذي يضايقني وتلك الزحمة ناس هنا وناس هناك.. أتمنى أن يختفي كل ذلك..

لم يطل.. الأمر فقد اظلمت الدنيا سريعاً لأن الشمس اختفت وعندما وصلت المدرسة لم تجدها فقد اختفت واختفت معها أيضاً حقيبتها المدرسية وأصبح الهواء ثقيلاً لا هواء ولا تستطيع أن تتنفس جيداً ثم اختفى الطريق!.

أه أين الطريق وكيف سأعود إلى بيتنا؟ أين الناس أين ذهبوا؟.. كل شيء تغير فجأة لا شمس لا هواء لا مدرسة، والطريق اختفى حتى المنازل ذهبت، كل شيء ذهب فوفقت مكانها لا تستطيع الحركة ثم بكت بشدة وأخذت تصرخ وتقول أريد أُمي فسمعت من يقول لا يمكن أن تأتي فلا يوجد طريق تمشي عليه ولا هواء للتنفس منه والظلام حالك فالشمس غاضبة ذهبت ولن تعود والناس اختفت لأن الجو أصبح بارداً جداً بدون الشمس، والقمر عرف ما حدث فاختمت مثل الشمس ولن يخرج لنا والآن ربما سنموت كلنا لا هواء ولا شمس ولا قمر ولا أي شيء فصرخت وصرخت بقوة وهي تقول يا إلهي كم أنا أسفة أنا أسفة بحق أنا المخطئة ليتني ما تعينت هذه الأمانتي الطائشة المرعبة لمن الله كسلي ولساني الذي ينطق بالخطأ وعقلي الصغير الذي يتمنى الأشياء السلبية ليتني ما نطقت ليتني ما نطقت، وركعت على ركبتيها وسط الطريق تبكي عندما فأحست بأصواتاً وأضواء بدأت تظهر فنظرت فإذا الشمس تشرق من جديد والهواء يداعب ضفيريته وأصوات الناس تملو والخطوات تكثر والطريق ظهر مزدحماً ومن بعيد وفتت مدرستها في انتظارها وحقيبتها بجوارها فأخذتها مسرعة وهي تقفز قفزاً في طريقها إلى المدرسة في قمة السعادة ومن يومها لم ينطق لسانها بخطأ أو يتمنى قلبها شيئاً سينا لكنها أيضاً لم تحكي لماما.

مساحة للتلوين

