منوعات الفجر

الاثنين 31 يوليو 2023 م - العـدد 13910

Monday 31 July 2023 - Issue No 13910

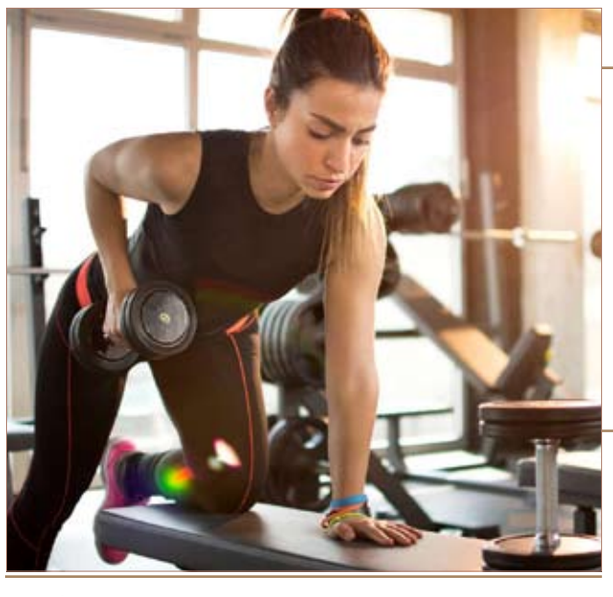
ص 22

صيف نادي مليحه يعزز الهوية الوطنية لـ333 مشاركا بسبع فعاليات مبتكرة

ص 27

...Ghosted

امرأة تمتلك كل مواصفات الأبطال الخارقين



تمارين معينة تجعلك تحصل على النتائج المرغوبة نفسها ولكن في وقت أقل !

ص 23

المراسلات: ص.ب :505

email:munawaat@alfajrnews.ae

الطريقة المثلى لحل مشكلة الشعر التالف

إن الشعر يتعرض للكثير من عوامل الإجهاد مثل الأشعة فوق البنفسجية والصبغ واستعمال مجفف الشعر، مما يتسبب في تقصف الشعر وتلفه وفقدانه للمعانه وورنقه.

وقالت بوابة الجمال "هاوت.دي" الألمانية إنه يمكن علاج الشعر التالف بواسطة شامبو الإصلاح (Repair Shampoo)، حيث إنه يعمل على تقوية بنية الشعر، من خلال إمداده بالعناصر المغذية، كما أنه يعمل على ترطيب الشعر ويمنحه ملمساً ناعماً كالحرير، بالإضافة إلى أنه يُعيد للشعر لمعانه الجذاب.

ويرجع الفضل في ذلك إلى احتواء شامبو الإصلاح على مواد فعالة مفيدة لصحة وجمال الشعر مثل البيوتين والكيراتين والألو فيرا وزيت الأرجان وزبدة الشيا والجلسرين وبروتين الحرير وبروتين الأرز وخلاصة زهرة اللوتس.

وأكدت "هاوت.دي" على أهمية استخدام شامبو يخلو من السيليكون والبارابين والكبريتات.

طريقة نانوية لزراعة أنسجة العين

اكتشف علماء في جامعة أنجليا روسكين طريقة لاستخدام تقنية النانو لإنشاء "سقالة" ثلاثية الأبعاد لتنمية الخلايا من شبكية العين، ما يمهد الطريق لطرق جديدة محتملة لعلاج سبب شائع للعمى.

وبحسب الدكتورة باربرا بيرسيونيك المشرفة على البحث، يمكن أن تحدث هذه الطريقة ثورة في علاج الضمور البقعي المرتبط بالعمر، وهي المرة الأولى التي تُستخدم فيها هذه التقنية لإنشاء "سقالة" يمكن أن تنمو عليها الخلايا.

ووفق "ساينس دايلي" يتوقع أن يتزايد الضمور البقعي في السنوات المقبلة، مع تزايد شيخوخة السكان، وتشير التقارير إلى أن 77 مليون شخص في أوروبا وحدها، سيكون لديهم هذه المشكلة بحلول عام 2050.

وأظهرت التجارب أنه عندما يتم معالجة السقالة بستيرويد يسمى فلوسينولون أسيتونيد، والذي يحمي من الالتهاب، يبدو أن مرونة الخلايا تزداد، ما يعزز نمو خلايا العين.

النظام البيئي مهدد في اليونان بفعل الحرائق

أتت الحرائق، خصوصا في أتيكا في منطقة أثينا، وفي جزر رودس وكورفو وإيفيا السياحية، على "حوالي 50 ألف هكتار" وفق كونتوس الذي أشار إلى أن هذا "أسوأ شهر تموز-يوليو" منذ 13 عاما. حذّر خبراء من أن النظام البيئي في اليونان "مهدد" بعدما أتت حرائق على 50 ألف هكتار في تموز- يوليو، وهي "الأسوأ" التي تسّجل في هذا الشهر على الإطلاق منذ أكثر من عقد.

وقال المهندس الزراعي في مرصد أثينا خارالامبوس كونتوس لوكالة "فرانس برس": "كان الشتاء جافا ولم تكن أمطار الربيع كافية للحفاظ على رطوبة" الجذور.

بدوره، قال نيكوس بوكاريس رئيس الاتحاد اليوناني للغابات، إن اليونان شهدت فترة طويلة من الحرّ والرياح القوية والجفاف، وكلها "ظروف مناخية قصوى تؤجج الحرائق" كما هي الحال في أماكن أخرى في محيط البحر الأبيض المتوسط.

وأتت الحرائق، خصوصا في أتيكا في منطقة أثينا، وفي جزر رودس وكورفو وإيفيا السياحية، على "حوالي 50 ألف هكتار" وفق كونتوس الذي أشار إلى أن هذا "أسوأ شهر تموز-يوليو" منذ 13 عاما.

وقال وزير الحماية المدنية فاسيليس كيكيلياس أول أول أمس الجمعة إنه تم تسجيل حوالي 660 حريقا، أخمدت غالبيتها بسرعة، خلال عشرة أيام بمعدل 50 إلى 70 حريقا في اليوم.

تشهد اليونان حرائق غابات كل عام، وغالبا ما تكون مميتة، كما حدث عام 2007 في بيلوبونيز وإيفيا (84 قتيلا) وعام 2018 في ماتي، وهو منتجع ساحلي قرب أثينا (103 قتلى).

أمراض القلب عند النساء.. أعراض من الضروري التنبّه إليها

بعض العلامات قد تشي بوجود مشكلة في القلب والأوعية الدموية، لذلك يجب أخذها على محمل الجدّ لتجنّب الوصول إلى مضاعفات خطيرة مثل قصور القلب أو السكتة الدماغية أو مشاكل الرؤية.

فما هي هذه العلامات؟

أمراض القلب والأوعية الدموية هي السبب الرئيسي للوفاة بين النساء من جميع الأعمار. ومع ذلك، بصرف النظر عن ألم الصدر، تظل علامات مشكلة القلب غير معروفة. في الآونة الأخيرة، نبّه الدكتور أميت بخاي، طبيب القلب البريطاني إلى أن ألأعراض يمكن أن "تزداد سوءاً في كثير من الأحيان". ووفقاً له، فإنَّ مراعاة "العلامات التحذيرية" يمكن أن تساعد في تجنّب المضاعفات.

أسباب الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية

إن زيادة دخول النساء إلى المستشفى بسبب النوبات القلبية، هو موضوع مثير للقلق. والسبب هو أن النساء الآن أكثر تعرضاً لعوامل الخطر، مثل: "التدخين، الجمع بين موانع الحمل التي تحتوي على الإستروجين والبروجستيرون، وانخفاض النشاط البدني ونمط الحياة المستقر، وكذلك زيادة انتشار السمنة ومرض السكري من النوع 2"، بحسب قوائم وزارة الصحة الفرنسية، على صفحتها المخصصة لأمراض القلب والأوعية الدموية. بالإضافة إلى ذلك، فالنساء بشكل عام أقل مراقبة ويتم تشخيصهن بشكل أقل. ومن هنا تأتي أهمية الوعي بعلامات التحذير، خاصة عند النساء، حيث تكون أقل تحديداً بالنسبة لهن.

أعراض أمراض القلب والأوعية الدموية

عشر علامات تحذيرية يجب التنبه إليها جيداً وعدم تجاهلها، وبالتأكيد استشارة الطبيب، وهي:

- ألم الصدر: يعد الألم المفاجئ والشديد الذي "يضغط" على الصدر ويمتد إلى الذراعين أو الفك علامة على الإصابة بنوبة قلبية لدى كل من الرجال والنساء. إنها علامة على ضرورة التصرف على وجه السرعة.
- تورم الساقين: يمكن أن يكون التورم غير الطبيعي في الساقين (الوذمة) أحد مظاهر أمراض القلب بما في ذلك قصور القلب.
- الدوخة: إن المعاناة من الدوخة عند الاستيقاظ بسرعة أو عند بذل جهد يجب أن تكون في حالة تأهب أيضاً.
- التعب بشكل غير عادي: في حالة التعب غير المعتاد في الأنشطة اليومية، تحدثي إلى طبيبك.
- ألم في الذراع: إن وجود ألم أو ثقل في الذراع (خاصة في الجانب الأيسر) عند رفعه على سبيل المثال علامة لا ينبغي إغفالها.
- الخفقان: إذا شعرت أن قلبك لا ينبض بشكل صحيح، فأنت بحاجة إلى زيارة الطبيب على الفور.
- صعوبات في الأنشطة اليومية: يمكن أن تكون مواجهة مشكلة في القرفصاء أو الانحناء للأمام من أعراض أمراض القلب والأوعية الدموية.
- التعرق أثناء المجهود الخفيف: التعرق المفرط عندما لا تبذلين الكثير من الجهد يجب أن يعطيك فكرة بأن يمكن أن يكون عارضاً من أعراض أمراض القلب.
- ضيق التنفس المتكرر: قد يعني ضيق التنفس بعد صعود السلالم أن قلبك يصرخ طلباً للمساعدة.
- صعوبة الاستيقاظ والتعب عند الاستيقاظ: يوحي بأن قلبك يعاني من الألم.
- غثيان وألم في الصدر يجب أن يدفعك الشعوربالغثيان المصحوب بألم في الصدر إلى استشارة الطبيب.
- شعور بالضيق: إذا كنت تشعرين بضيق في صدرك، فقد تكونين مصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. ربما تودين التعرف على أسباب الشعور بالضيق.

جرّبي هذا الاختبار لصحة القلب

قومي باختبار صحة قلبك، لمعرفة ما إذا كان سليماً وفقاً للدكتور أميت بخاي؛ إن الشخص البالغ "السليم"، وليست لديه أمراض معروفة، يجب أن يكون قادراً على:

- صعود طابقين بسرعة؛
- حبس الأنفاسك لمدة 20 ثانية؛
- الاستيقاظ فجأة دون الشعور بالدوار؛
- أداء القرفصاء دون صعوبة.

أسباب ضربات القلب السريعة

يمكن أن تسبب عوامل متعددة بخفقان القلب. يرتبط بعضها بعادات استهلاك بعض المنتجات، أو ظروف الحياة، أو المشكلات العاطفية أو حتى تناول بعض الأدوية. يرتبط البعض الآخر بمشاكل في القلب أو أمراض أو أعراض معينة.

- أثناء الحمل، يرتفع معدل ضربات قلب المرأة الحامل وتشعر بالخفقان في بعض الأحيان. ترتبط هذه الضربات بالتغييرات الهرمونية، ولكن أيضاً بحجم الدم الذي يزداد عند النساء طوال فترة الحمل.
- يظهر الخفقان أيضًا بعد تمرين بدني مكثف أو بسبب قلة النوم.
- أخيراً، يمكن أن يكون سببها استهلاك:
  - كمية كبيرة من القهوة والشاي ومشروبات الطاقة غيرها.
  - التدخين وتناول النيكوتين.
  - المهدئات.
  - الاضطرابات العاطفية والنفسية.

مناورة غير مسبوقة لإعادة قمر اصطناعي إلى الأرض

عاد القمر الاصطناعي الأوروبي "أيولوس" إلى الأرض "بنجاح" بعدما أنهى مهمته الفضائية في المدار، في إطار مناورة غير مسبوقة ترمي إلى خفض مخاطر سقوط مخلفات الأقمار الاصطناعية على سطح الأرض، على ما أعلنت وكالة الفضاء الأوروبية السبت.

واخترق هذا القمر الاصطناعي المخصص لمراقبة الأرض والذي أُطلق عام 2018 لمراقبة الرياح، الغلاف الجوي بطريقة خاضعة للرقابة بعد مناورات لأيام عدة رمت إلى خفض مداره. وهبط "أيولوس" الذي يزيد وزنه قليلاً عن الطن الواحد وكان يعمل على ارتفاع 320 كلم، تدريجياً إلى ارتفاع 120 كلم، ثم اخترق الغلاف الجوي حيث تحطم ليل الجمعة إلى السبت. وفي حديث إلى وكالة فرانس برس، قال المهندس المسؤول عن الحطام الفضائي في وكالة الفضاء الأوروبية بنيامين باستيدا ان "أيولوس نجح في دخول المسار الذي كنا نحدده فوق القارة القطبية الجنوبية حيث يقطن أقل عدد من السكان في العالم".

وتعدّ المناورات المُساعدة الخاضعة للرقابة في الغلاف الجوي شائعة على الأقمار الاصطناعية الحديثة، فعندما تقترب هذه الأقمار إلى نهاية عملها تُبعَد عن مدارها ويجري توجيهها نحو منطقة محددة جداً على الأرض هي نقطة نيمو في جنوب المحيط الهادئ. لكن "أيولوس" صُمم في أواخر تسعينات القرن الفائت و"لم يكن لديه قوى دفع كافية" حتى يتم التحكم بصورة تامة بعملية سقوطه واستهداف النقطة المحددة، على قول المهندس. وعلى ارتفاع 120 كلم، لم يتم التحكم بشكل كامل بعملية هبوط القمر، وكان خطر أن يتسبب حطامه، وتحديداً ما لا يحترق في الغلاف الجوي، بأضرار على الأرض. ومع أنّ هذا الخطر محدود، رغبت وكالة الفضاء الأوروبية في خفضه "قدر الإمكان" من أجل "إظهار التزامها بالمهام المحايدة لناحية الحطام"، وهو الهدف الذي حددته الوكالة للعام 2030.

وأشار باستيدا إلى أنّ أجهزة الرادار لم تتمكن من اكتشاف ما إذا كانت كمية من حطام "أيولوس" دخلت الغلاف الجوي. ولفت إلى أنّ القمر ولو لم يُبعَد عن مداره لكان سقط بشكل طبيعي في غضون شهرين أو ثلاثة أشهر بطريقة لا يمكن السيطرة عليها.

منصة إكس تعيد حساب كانييه وست

أعادت منصة إكس للتواصل الاجتماعي، تويتر سابقا، حساب الفنان يي، المعروف سابقا باسم كانييه وست، بعد تعليقه لقرابة ثمانية أشهر بسبب انتهاك مغني الراب لقواعد المنصة التي تحظر التحريض على العنف.

ويُظهر حساب يي الآن أن آخر منشور له يعود لتاريخ الأول من ديسمبر كانون الأول، أي قبل يوم من تعليق حسابه على منصة إكس.

وذكرت صحيفة وول ستريت جورنال السبت نقلا عن المنصة أن يي لن يكون مؤهلا لتحقيق دخل من حسابه على إكس ولن تظهر الإعلانات بجوار منشوراته. وجرى تعليق حساب يي في ديسمبر كانون الأول، بعد شهرين فقط من إعادته، بعد أن تبين أن أحد منشوراته السابقة ظهر به رمز الصليب المعقوف داخل نجمة داود.

وقال التقرير نقلا عن مصدر مطلع إن إكس أعادت حساب يي بعد أن تلقت المنصة تأكيدات بأنه لن يستخدمها في نشر لغة خطاب معادية للسامية أو تتسبب في ضرر.

القراءة والألغاز تبطئ تدهور الذاكرة

أفادت نتائج بحثية بأن المستويات العالية من الأنشطة المعرفية كالقراءة وحل ألغاز الكلمات المتقاطعة والشطرنج وكتابة الرسائل، يمكن أن تؤخر الخرف، بينما تساهم الأنشطة السلبية كمشاهدة التلفزيون في تطوره.

وبحسب "مديكال نيوز توداي"، تحقق الباحثون في كيفية تأثير المهارات المعرفية في مرحلة الطفولة، والتحصيل التعليمي، والأنشطة الترفيهية على الاحتياطي المعرفي.

وتابع فريق البحث من جامعة كوليج بلندن بيانات 1184 شخصاً في بريطانيا منذ الطفولة حتى سن 69 عاماً، وخضع المشاركون لاختبار معرفي بحد أقصى 100 درجة.

ووجد الباحثون أن الحاصلين على درجة البكالوريوس أو أعلى يميلون إلى تسجيل 1.22 نقطة في المتوسط، أكثر ممن ليس لديهم تعليم رسمي.

وأن الذين شاركوا في 6 أنشطة ترفيهية أو أكثر، مثل فصول التعليم والعمل التطوعي والأنشطة الاجتماعية، سجلوا في المتوسط 1.53 نقطة إضافية، مقارنة بمن شاركوا في 4 فقط من هذه الأنشطة.

وفي الوقت نفسه، حصل من لديهم وظيفة مهنية أو متوسطة على 1.5 نقطة أو أكثر في المتوسط ممن لديهم وظائف تتطلب مهارات جزئية أو لا تتطلب مهارات.

بنغلادش.. مركز الصيد الجائر للنمور

ما زالت بنغلادش مركزاً للصيد الجائر لنمور مهددة بالانقراض على الرغم من تأكيدات الحكومة نجاح حملة قمع ضد مجموعات متورطة في هذه التجارة، وفق دراسة .

وتعد غابات المانغروف في سونداربانس الممتدة بين الهند وبنغلادش، موطناً لأحد أكبر تجمعات نمور البنغال في العالم.

ويشتري المهرّبون جلودها وعظامها ولحمها كجزء من تجارة غير قانونية واسعة النطاق للحيوانات البرية تقدر قيمتها بحوالي20 مليار دولار على مستوى العالم كل عام.

وأفادت دراسة أجرتها مجموعة "بانثيرا" لحماية النمور والأكاديمية الصينية للعلوم، أنه تم تصدير أجزاء النمور التي اصطيدت في سونداربانس إلى 15 دولة على رأسها الهند والصين.

ووجدت المجموعات التي تنشط في سونداربانس في الصيد الجائر للنمور تجارة مربحة قبل الحملة التي أطلقتها الحكومة في 2016.

وقُتل 117 من هذه المجموعات على الأقل بالرصاص وأوقف مئات آخرون، وفق أرقام رسمية، فيما استسلم كثر كجزء من عفو حكومي.

لكن بحث "بانثيرا" الذي نشرته مجلة "كونسرفيشن ساينس أند براكتس"، أظهر أن الفراغ الذي أحدثته الحملة ملأته أكثر من 30 منظمة متخصصة في الصيد الجائر للنمور وصيادون انتهازيون.

وأضافت الدراسة أن التجار يعملون عبر شركات الخدمات اللوجستية التابعة لهم وفي بعض الحالات يخفون نشاطاتهم تحت شكل تراخيص للتجارة القانونية في الحياة البرية.

بحضور ممثلين من وزارة تنمية المجتمع

الحاي خير الكويتي رئيسا لجمعية العين للفنون الشعبية والتراث

•• العين - الفجر

عقدت جمعية العين للفنون الشعبية والتراث في مقرها بالعين إجتماع الجمعية العمومية العادية لعام 2023 بحضور أعضاء الجمعية، وممثلين من وزارة تنمية المجتمع و دائرة تنمية المجتمع - أبوظبي

حيث تم مناقشة التقرير المالي والاداري والخطة السنوية والمصادقة على محضر الاجتماع السابق وعرض الميزانية التقديرية

بحضور فاطمة المنصوري من وزارة تنمية المجتمع ومحمد البلوشي و عبدالله أمين ومحمد العامري

دائرة تنمية المجتمع- أبوظبي

بدأ الاجتماع بكلمة الحاي خير الكويتي - رئيس مجلس إدارة الجمعية طلب فيها الوقوف دقيقة صمت حداد على أرواح كل من

المرحوم سبران عبيد القبيسي (رئيس جمعية أبوظبي للفنون الشعبية)

والمرحوم راشد جمعة الشامسي(نائب رئيس جمعية العين للفنون الشعبية والتراث)

بعدها تم استعراض تقرير اعمال مجلس الادارة والتقرير المالي ، وإنتخاب مجلس الإدارة ومناقشة أنشطة ومبادرات الجمعية لعام 2023 ، وغيرها من البنود المطروحه في جدول الأعمال

و في الاجتماع تم إنتخاب مجلس إدارة جديد بالتزكية وتقديم الشكر لمجلس الإدارة السابق اضافة لممثلي وزارة تنمية المجتمع المجتمع أبوظبي ،وكذلك الى أعضاء الجمعية العمومية ودائرة التنمية

وفي أول اجتماع لمجلس الإدارة الجديد تم توزيع المنصاب ليكون الحاي خير الكويتي- رئيسا للمجلس

وفيصل حميد العلوي نائب للرئيس- ومحمد راشد الشامسي – مديرا للجمعية ومنصور سالم البادي – أمينا للسر

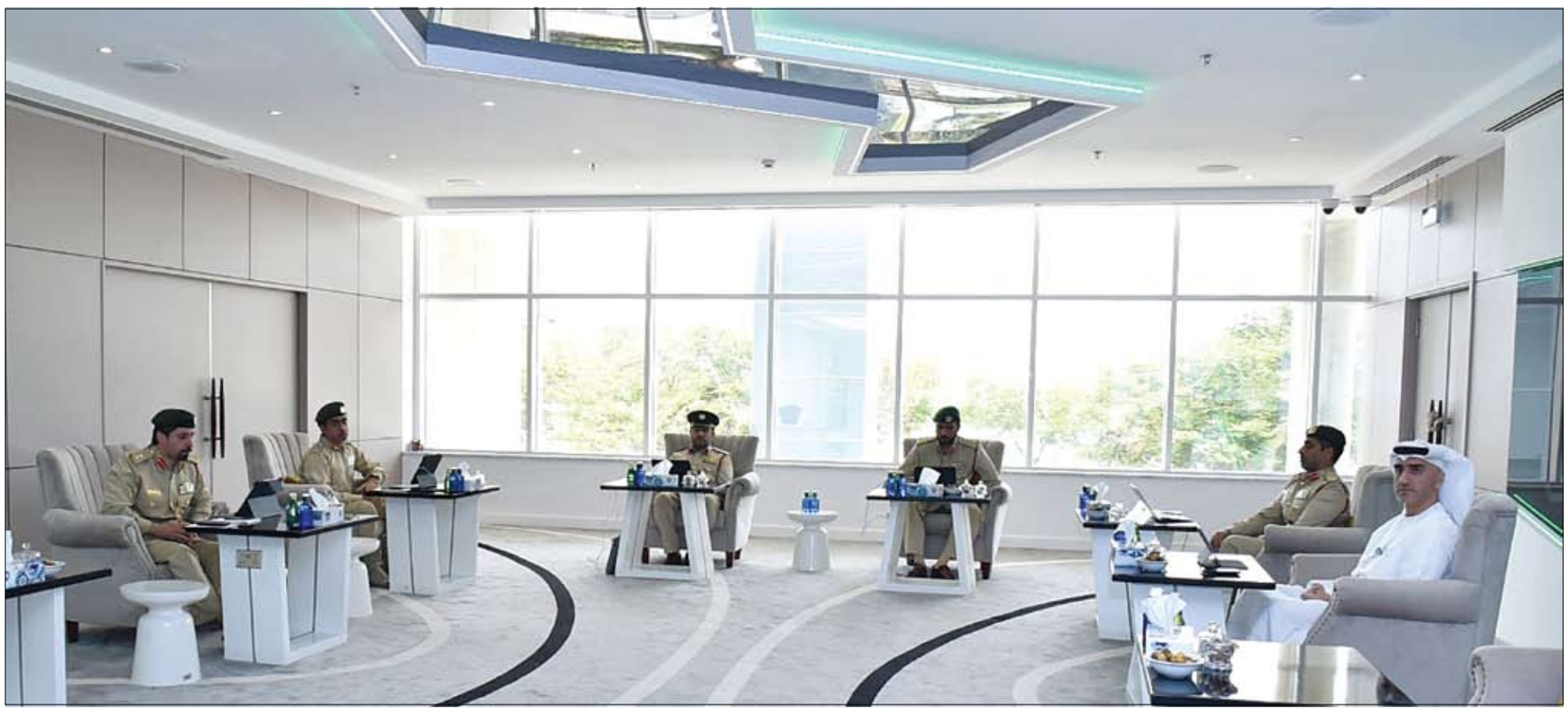
ومنصور الشامسي – أمين الصندوق وعضوية كل من عادل علي المنعي وعبدالعزيز سالم الزيدي

وتم اعتماد مقترح الفريق الاستشاري للجمعية ، وفريق مشاهير التواصل الإجتماعي بتسويق العمل التطوعي وتعريف المجتمع بأهداف الجمعية حيث تم اعتماد كل من حمد سعيد الشامسي ومحمد جمعة الكويتي وسيف حران الظاهري أعضاء لهذا الفريق .

كما تم اعتماد الفريق الاستشاري المكون من :

أحمد محمد فاروق "مستشار قانوني للاستثمار " والدكتور حارب حمد الكويتي (مستشار قانوني) والدكتور : صبري حسن عطية " مستشار مالي " و الحظ مصبح الكويتي " مستشار الثقافة والتراث ".

لجنة المقابلات الشخصية للمُتقدمين للالتحاق بأكاديمية شرطة دبي تعلن انتهاء مقابلاتها



•• دبي-الفجر:

أعلنت "لجنة المقابلات الشخصية للطلبة الراغبين في الالتحاق بأكاديمية شرطة دبي ضمن دورة مرشحي الضباط الدفعة 35، ودورة المرشحات الثامنة للعنصر النسائي"، انتهاء إجراء المقابلات الشخصية والمباشرة مع الطلبة والتي استمرت على مدار أكثر من أسبوعين.

وأكد سعادة اللواء الدكتور صالح عبدالله مراد، مدير الإدارة العامة للموارد البشرية في شرطة دبي، رئيس لجنة المقابلات الشخصية، أن اللجنة استكملت كافة المقابلات مع الطلبة الراغبين بالالتحاق في أكاديمية شرطة دبي من خلال المقابلات الشخصية والمباشرة التي نظمتها في نادي ضباط شرطة دبي.

بدوره، أشار المقدم حمد بن دعفوس المنصوري، مدير إدارة الاختيار والتوظيف في الإدارة العامة للموارد البشرية في شرطة دبي إلى أن اللجنة قابلت كافة المتقدمين للالتحاق بأكاديمية شرطة دبي ممن تنطبق عليهم الشروط الواجب توافرها للالتحاق بدورة المرشحين والمتمثلة في: أن يكون المُلتحق من مواطني دولة الإمارات العربية المتحدة، وأن يكون حاصلاً على شهادة الثانوية العامة بتقدير لا يقل عن 75% وألا يكون قد مضى على حصوله على الشهادة أكثر من عامين، وأن يكون حسن السيرة والسلوك، ولم يسبق له- لها الحكم عليه-ها بعقوبة سالبة للحرية في جناية، أو بأية عقوبة في جريمة مخلة بالشرف أو الأمانة، وألا يقل العمر عن ثمانية عشر عاماً، ولا يزيد على واحد وعشرين عاماً، وألا يقل الطول عن (165) سم للذكور، و(155) سم للإناث، ويتناسب مع وزنه، واجتياز برنامج الخدمة الوطنية والاحتياطية، وأن يكون الطالب حاصلاً في اختبار الإمارات القياسي – للغة الإنجليزية (Emsat Achieve) على 1100 أو ما يعادلها من شهادة TOFEL بمعدل 500 درجة، أو شهادة ILETS بمعدل 5 درجات. كما أكد المقدم حمد بن دعفوس المنصوري، أن كافة المتقدمين خضعوا إلى "اختبارات ذكية".

وختم المقدم المنصوري أن شرطة دبي وفرت لكافة المتقدمين للالتحاق بأكاديمية شرطة دبي فرصة للإطلاع على خدماتها عبر "منصة الموارد البشرية في شرطة دبي"، لتعريفهم بخدمات وامتيازات شرطة دبي لموظفيها ومنها خدمة كفو، وخدمة الإسكان، وبطاقة إسعاد، ومدارس حماية، والدبلومات التخصصية، وصندوق التكافل والتأمين الصحي وغيرها، إلى جانب تعريف الطلبة بمنصة التطوع في شرطة دبي وكيفية الالتحاق بها وأهدافها.

صيف نادي مليحه يعزز الهوية الوطنية لـ 333 مشاركا بسبع فعاليات مبتكرة

•• الشارقة -الفجر:

عزز صيف نادي مليحه من أهدافه لغرس الهوية الوطنية في نفوس المشاركين الذين بلغت أعدادهم 333 منتسبا لفعالياته الصيفية، التي ينظمها حاليا في مقره ليطرح بأسلوب شائق ومبتكر سبع فعاليات عكست أهدافه الوطنية المنشودة من جملة تطلعاته.

الابتكار في مجال تنمية حب الوطن والانتماء لترابه والسمع والطاعة لقيادته، والتعرف على عادات وتقاليد الماضي، والتطلع نحو دفع عجلة البناء والتقدم ، كان عنوان الفعاليات السبعة التي جرى طرحها طيلة الأسبوع الثالث من النشاط الصيفي لصيف نادي مليحه والذي حمل عنوان "الهوية الوطنية".

تضمن الاسبوع مجموعة مبتكرة من الأنشطة التي تكاملت مع أهداف الأسبوع بجانب التوجه نحو تعريف المشاركين بتاريخ وثقافة دولة الإمارات العربية المتحدة.

وتنوعت الأنشطة التي تم جرى تقديمها خلال الأسبوع الثالث أسبوع "الهوية الوطنية" وشملت رحلة إلى مربى الشارقة للحيوانات المائية، بجان بتنظيم زيارة مهمة نحو استكشاف مستقبل الإمارات في الرحلة التي تم تنظيمها إلى متحف المستقبل. كما وشمل الأسبوع على تنظيم ورش في السنع والعادات الإماراتية، تعلم المشاركون عن السنع والعادات الإماراتية من خلال ورش عمل مختلفة. كما تعلموا كيفية صنع الملابس التقليدية الإماراتية، وكيفية إعداد الطعام الإماراتي، وكيفية العزف على الآلات الموسيقية الإماراتية، بجانب ورش أخرى تناولت التفكير الإيجابي.

تلك الورش كانت مساحة مهمة لتنمية حب الوطن من خلال تحديد أوليات الوطن واحتياجاته في الحاضر والمستقبل.

وتضمن الأسبوع ورشة ركوب الهجن وبداية السباق، والتي كانت فرصة لتعريف المشاركين برياضة ركوب الهجن كونها أحد الرياضات الوطنية والمتوارثة، وتعلموا كيفية التحكم في الهجن، وتعلموا أهمية الرياضات التقليدية الإماراتية. وتميز برنامج الهوية الوطنية اكساب المشاركين الاستفادة من المواد المتاحة وتحويلها إلى أدوات تخدم المجتمع بمشاركتهم في ورش إعادة تدوير، تعلم المشاركون عن أهمية إعادة التدوير من خلال ورش عمل مختلفة. كما تعلموا كيفية إعادة تدوير المواد المختلفة، وكيفية صنع منتجات جديدة من المواد المعاد تدويرها والتي تهدف إلى خدمة الوطن.

عندما يتعلق الأمر بالتمرين الرياضي، فإن النهج القادر على تحقيق النتائج نفسها بجهد أقل يبدو أفضل من أن يكون صحيحا.
ولكن هذا ما اكتشفه الباحثون في تحليل تقنيات التمرين والتغييرات اللاحقة في قوة العضلات وحجمها.

تمارين معينة تجعلك تحصل على النتائج المرغوبة نفسها ولكن في وقت أقل!

ونظرت الدراسة الجديدة في ثلاثة أنواع مختلفة من تمارين ثني الدمبل (أداة الوزن): اللامتراكز (خفض الأوزان، وإطالة العضلات)، والمتحد المركز (رفع الأثقال، وتقصير العضلات)، والمتحد المركز ولامتراكز معا (رفع الأوزان بالتناوب ثم خفضها في التمرين نفسه).

وفي حين أن كل هذه التمارين حسنت قوة (الرفع) المتحدة المركز، فإن التمارين اللامتراكزة والمتحدة المركز فقط حسنت القوة اللامتراكزة (الخفض) والقوة المتساوية (الساكنة). وعلاوة على ذلك، كانت التحسينات في المجموعة التي تمارس تمارين الرفع والخفض تقريبا مماثلة لتلك الموجودة في المجموعة التي تمارس تمارين التخفيض فقط.

ويقول عالم الرياضة كين نوساكا من جامعة إديث كوان في أستراليا: "تُظهر هذه الدراسة الأخيرة أنه يمكننا أن نكون أكثر كفاءة في الوقت الذي نقضيه في ممارسة الرياضة وما زلنا نرى نتائج مهمة من خلال التركيز على تقلص العضلات اللامتراكز. وفي حالة تمرين الدمبل، قد يعتقد الكثير من الناس أن عملية الرفع توفر فائدة أكبر، أو على الأقل بعض الفوائد، لكننا وجدنا أن تقلصات العضلات المتحدة المركز ساهمت قليلا في تأثيرات التدريب".

وبعبارة أخرى، فإن حركات العضلات اللامركزية تحقق نفس نتائج التمارين المتحدة المركز، على الرغم من أن التقنية تستغرق نصف الوقت. كما سجلت التدريبات اللامركزية أعلى الدرجات من حيث سماكة العضلات.

واستندت النتائج إلى أربع مجموعات من الأشخاص: 14 شخصا يقومون بتمارين متحدة المركز، و14 شخصا يقومون بتمارين لامتراكزة، و14 شخصا يقومون بتمارين متحدة المركز ولامتراكزة، ومجموعة تحكم مكونة من 11 شخصا لا يمارسون أي تمارين. تم تنفيذ التمارين الروتينية مرتين في الأسبوع لمدة خمسة أسابيع، مع 3 مجموعات من 10 تكرارات في كل مرة.

وبناء على النتائج، يقترح الباحثون استخدام اليدين لرفع الأثقال إلى موضعها قبل التبديل إلى يد واحدة لأداء حركات لامتراكزة (خفض) في تمارين مثل تمارين العضلة ذات الرأسين والتمديدات العلوية. ويقول معدو الدراسة إن نفس المبادئ يجب أن تمتد أيضا إلى تمارين الساق.

ويقول نوساكا: "نحن نعلم بالفعل أن الانقباض العضلي اللامتراكز الواحد يوميا يمكن أن يزيد من قوة العضلات إذا تم إجراؤه خمسة أيام في الأسبوع - حتى لو كان 3 ثوان فقط في اليوم - لكن تقلص العضلات المتحدة المركز أو المتساوية القياس لا يوفر مثل هذا التأثير".

ويقول نوساكا إن التدريبات البسيطة اللامركزية بدون الدمبل يجب أن تثبت فعاليتها أيضا. يمكن أن تشمل إنزال نفسك ببطء على كرسي أو وضع يديك على الحائط أمامك والانحناء عليه ببطء مع ثني ذراعيك.

ووفقا للباحثين، من المحتمل أن توفر التمارين اللامركزية مزيدا من التحفيز للألياف العضلية مقابل نفس الجهد أو حتى أقل من ذلك، وهو ما يفسر النتائج هنا، ولكن هناك حاجة إلى مزيد من البحث للتأكد من ذلك.

وتم إشراك البالغين فقط مع الحد الأدنى من الخبرة في التدريب على الوزن في الدراسة، لذلك يمكن أن تبحث الدراسات المستقبلية فيما إذا كانت نفس الفوائد تنطبق على الفئات العمرية الأخرى الأكبر سنا والأفراد النشطين بالفعل، وكذلك مجموعات العضلات المختلفة.

وتقول الرسالة العامة إن التمرين يمكن أن يحدث خرقا حتى لو كان محدودا من حيث التكرار والتقنية والوقت؛ لست مضطرا لقضاء ساعات في صالة الألعاب الرياضية كل أسبوع لتقوية العضلات وتحسين اللياقة البدنية.

ويقول نوساكا: "إن فهم فوائد التدريب الذي يركز على اللامتراكز يمكن أن يسمح للأشخاص بقضاء وقتهم في ممارسة الرياضة بشكل أكثر كفاءة. ومع قدر قليل من التمارين اليومية اللازمة لرؤية النتائج، ليس بالضرورة أن يذهب الناس إلى صالة الألعاب الرياضية - يمكنهم دمج التمارين الغريبة في روتينهم اليومي".

نُشر البحث في المجلة الأوروبية لعلم وظائف الأعضاء التطبيقي.

العلماء يلجأون إلى العسل بحثا عن حل لكبرى المخاطر المهددة للصحة العالمية

تحدث مقاومة مضادات الحيوية عندما تطور الميكروبات آليات تحميها من التأثيرات المضادة لها، وهو ما يوصف بأنه أكبر المخاطر المهددة للصحة العالمية اليوم.

وقد توفي أكثر من 1.2 مليون شخص حول العالم في عام 2019 نتيجة للعدوى البكتيرية المقاومة لمضادات الحيوية، وفقا لمجلة "لانسيت" الطبية.

وتهدد مقاومة البكتيريا لمضادات الحيوية المتزايدة بالعودة إلى "مرحلة ما قبل مضادات الحيوية"، ما يشكل تهديدا كبيرا للصحة والأمن العالميين.

ومع استمرار انتشار العدوى المقاومة لمضادات الحيوية، وتزايد القلق المحيط بها، يعمل العلماء على اكتشاف بدائل للأدوية المضادة للميكروبات، وقد يكون العسل هدفا مثاليا لتحقيق ذلك.

ويدرس العلماء الخصائص العلاجية الطبيعية للعسل كونه يحتوي على مركبات مضادة للميكروبات.

واستخدم لعدة قرون كعلاج طبيعي لمكافحة عدة أنواع من الأمراض وعلاج الجروح.

ويكمن التحدي في العثور على هذه المركبات وعزلها بحيث يمكن أن تؤدي إلى علاجات جديدة للتعامل مع المشاكل الصحية.

وفي حديثه إلى شبكة "بي بي سي"، قال البروفيسور ليس بيلي من كلية الصيدلة بجامعة كارديف، إن أبحاث الجامعة في العسل هي محاولة للعودة إلى العلاجات التقليدية "لمعرفة ما إذا كان بإمكاننا التعلم من أسلافنا".

ويتطلع العلماء في كارديف لمعرفة ما إذا كان للعسل دور يلعبه.

ووفقا لجامعة كارديف: "يمتلك العسل خصائص علاجية ناتجة عن مجموعة من العوامل، بما في ذلك المحتوى العالي من السكر، وانخفاض درجة الحموضة، وبيروكسيد الهيدروجين، والببتيدات المشتقة من النحل. ويحتوي العسل أيضا على مواد كيميائية نباتية مضادة للميكروبات والتي تمثل مصدرا غنيا لأدلة تطوير الأدوية لعلاج الالتهابات الميكروبية".

ويحاول العلماء في جامعة كارديف العثور على المركبات المضادة للميكروبات وعزلها عن طريق استخدام العسل "كأداة لاكتشاف الأدوية"، من خلال معرفة ما إذا كان النحل يرعى نباتا يحتوي على مضادات للحيوية. وبمجرد اكتشاف النبات، يمكنهم بعد ذلك النظر في مركباته.

وقالت الدكتورة جينيفر هوكينز: "كانت خطتنا هي توظيف النحل كمحققين خاصين وإرسالهم إلى الخارج لمقابلة كل نبات مزهر في البلاد. وخلال كل زيارة، يقوم هؤلاء المحققون بجمع مادة الطب الشرعي على شكل رحيق يحتوي على مواد كيميائية نباتية، بعضها قد يكون مضادا للبكتيريا، وحبوب اللقاح التي تحمل بصمة الحمض النووي للنبات".

وفي الوقت الحالي، يدرس العلماء عن كثب الهندباء، لأنها تحتوي على مركبات "تقتل البكتيريا والفيروسات"، وفقا للبروفيسور بيلي.

وأضاف: "نحن بحاجة إلى القيام بشيء مبتكر، وإلا فإننا نواجه سيناريو العودة إلى مرحلة ما قبل مضادات الحيوية".

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : بروكلي لتجارة المواد الغذائية رخصة رقم: CN 2661777 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل الشركاء تنازل وبيع

حذف عمر سالم ناصر العويس الشامسي

تعديل الشركاء تنازل وبيع

اضافة شروق طالب عباس 100%

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائـرة التنمية الاقتصادية بان السـادة/ لوكشوريوس لتجارة الساعات الاصلية

رخصة رقم: CN 4024322 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)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : هدد للعناية بالسيارات رخصة رقم: CN 3852149 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل الشركاء تنازل وبيع

حذف زايد محمد علي حسين السعدي

تعديل الشركاء تنازل وبيع

اضافة سلطان يوسف احمد حسن الحمادي 100%

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م

الاسم التجاري: اديلا للصيانة العامة - شركة الشخص الواحد ذ.م.م

عنوان الشركة: المنطقة الصناعية - العراس 9 التاسع مبنى سرور كلفوت سرور

رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4536591

التعديل الذي طرأ على الشركة :

1 - حل وتصفية الشركة

2 - تعيين الساده/اتش اي بي حسام البكري محاسبون قانونيون - شركة الشخص الواحد ذ.م.م ، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ: 2023/7/4 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموثق لدى كاتب العدل بالرقم: 2324001642 تاريخ التعديل: 2023/07/29

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)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة

الاسم التجاري: شركة ستريبيت لادارة المطاعم ذ.م.م

عنوان الشركة: المصفح م 0.2 وحدة شركة العين للعقارات ذ.م.م واخرين

رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 2314622

التعديل الذي طرأ على الشركة :

1 - حل وتصفية الشركة

2 - تعيين الساده/الهاملي وشركاه - محاسبون قانونيون ، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ: 2023/7/25 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموثق لدى كاتب العدل بالرقم: 0011271023 تاريخ التعديل: 2023/07/29

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)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائـرة التنمية الاقتصادية بان السـادة/بقالة النجاح

رخصة رقم: CN 1097973 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)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائـرة التنمية الاقتصادية بان السـادة/فوكس سوفت لخدمات التسويق عبر الانترنت

رخصة رقم: CN 4528594 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)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائـرة التنمية الاقتصادية بان السـادة/تارجيت للدعايه والاعلان

رخصة رقم: CN 4265331 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)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : فيرست سنترو للعقارات والصيانة العامه رخصة رقم: CN 2407248 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل رأس المال الى 1000

تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة ذات مسؤولية محدودة

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف مبارك سعيد محمد الحديلى المنصوري

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة سيد حسن امبشي كويا تانغال كويا ثانغالاكات 49%

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة مبارك سعيد محمد الحديلي المنصوري 51%

تعديل اسم تجاري من/فيرست سنترو للعقارات والصيانة العامه

FIRST CENTRO REAL ESTATE AND GENERAL MAINTENANCE

الى/ فيرست سنترو للعقارات والصيانة العامه ذ.م.م

FIRST CENTRO REAL ESTATE AND GENERAL MAINTENANCE L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : سوبرماركت شويترام

رخصة رقم: CN 1103230 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل رأس المال من 200000 الى 2000000

تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة ذات مسؤولية محدودة

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف واشديف لالشاند بامنانى

تعديل الشركاء تنازل وبيع/صالح محمد رمضان الرفيع من وكيل خدمات الى شريك

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة ليخراج تاكورداس باجارانى 49%

تعديل نسب الشركاء/ صالح محمد رمضان الرفيع من 0% الى 51%

تعديل اسم تجاري من/سوبرماركت شويترام

CHOITHRAM SUPERMARKET

الى/ سوبر ماركت شويترام ذ.م.م

CHOITHRAM SUPERMARKET L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : شركة باغيت للضيافة - شركة الشخص الواحد ذ م م رخصة رقم: CN 4236095 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف المستقبل للاستثمار المحدودة

future investment LTD

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة عاصم عامر المر 100%

تعديل اسم تجاري من/شركة باغيت للضيافة - شركة الشخص الواحد ذ م م

BAGUETTE HOSPITALITY - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C

الى/ شركة باغيت للضيافة - شركة الشخص الواحد ذ م م

BAGUTTE HOSPITALITY - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة

الاسم التجاري: حضانة ليتل ليدر ذ.م.م

عنوان الشركة: الخبيصي الزعفران 12 الثاني عشر مبنى - السيد شايع محمد حمود سليم

رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 2839448

التعديل الذي طرأ على الشركة :

1 - حل وتصفية الشركة

2 - تعيين الساده/اتش اي بي حسام البكري محاسبون قانونيون - شركة الشخص الواحد ذ.م.م ، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ: 2023/7/12 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموثق لدى كاتب العدل بالرقم: 2350014049 تاريخ التعديل: 2023/07/29

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)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : مركز كير فيرست الطبي - شركة الشخص الواحد ذ م م

رخصة رقم: CN 1551066 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل اسم تجاري من/مركز كير فيرست الطبي - شركة الشخص الواحد ذ م م

CARE FIRST MEDICAL CENTER .SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C

الى/ مركز سكن هاوس الطبي - شركة الشخص الواحد ذ م م

SKIN HOUSE MEDICAL CENTER - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : كابريلاس بارتنرس للمقاولات العامة

رخصة رقم: CN 4684333 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ م م

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف احمد جمعه راشد جمعه سالم

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة ارمينو جي ار اندريس كابريلاس 100%

تعديل اسم تجاري من/كابريلاس بارتنرس للمقاولات العامة

CABRILLAS PARTNERS GENERALCONTRACTING

الى/ كابريلاس للمقاولات العامة - شركة الشخص الواحد ذ م م

CABRILLAS GENERAL CONTRACTING - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : اميرتس بيلدنغ لادارة المنشأت

رخصة رقم: CN 2861744 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل رأس المال الى 150000

تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة ذات مسؤولية محدودة

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف عنود سالم سعيد سالم المظاوى

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة فاطمه سعيد محمد عبدالله السويدي 1%

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة فيروز محمد فهيم الدين محمد 99%

تعديل اسم تجاري من/اميرتس بيلدنغ لادارة المنشأت

EMIRATES BUILDING FACILITY MANAGEMENT

الى/ اميرتس بيلدنغ لادارة المنشأت ذ.م.م

EMIRATES BUILDING FACILITY MANAGEMENT L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : يويو كوفى شوب

رخصة رقم: CN 2800945 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل رأس المال الى 10000

تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م

تعديل اسم تجاري من/يويو كوفى شوب

YOYO COFFEE SHOP

الى/ كافتيريا مو مو مو - شركة الشخص الواحد ذ م م

MOO MOO MOO CAFETERIA SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : اي ام سي سباكه المعادن

رخصة رقم: IN 2004180 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة ذات مسؤولية محدودة

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف محمد عوض بدر جعفر الكثيري

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة محمد عوض بدر جعفر الكثيري 51%

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة اوميش كارونالايام شيلابان بيلاى 49%

تعديل اسم تجاري من/اي ام سي سباكه المعادن

EMC METAL CASTING

الى/ اي ام سي سباكه المعادن ذ.م.م

EMC METAL CASTING L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إلغاء اعلان سابق

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بخصوص الرخصة رقم: CN 4303574 بالاسم التجاري مطعم شاندغا - شركة الشخص الواحد ذ.م.م - بالغاء طلب تعديل الرخصة واعادة الوضع كما كان عليه سابقا.

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أسبوع من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : الشركة الإماراتية العالمية الصيانة العامة ذ.م.م رخصة رقم: CN 1286863 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل رأس المال الى 100000

تعديل الشكل القانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف احمد سعيد احمد جاسم الرميثي

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف شادي علي قاضي

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف عرفان ياسين الافيونى

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة ايه عوني محمد اسماعيل 100%

تعديل اسم تجاري من/الشركة الإماراتية العالمية الصيانة العامة ذ.م.م

EMIRATES INTERNATIONAL GENERAL MAINTENANCE L.L.C

الى/ الشركة الإماراتية العالمية الصيانة العامة - شركة الشخص الواحد ذ م م

EMIRATES INTERNATIONAL GENERAL MAINTENANCE - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائـرة الـتـنـمـيـة الاقـتـصـاديـة
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١

إعـــــلان

تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة : الطاووس هوم للعقارات ذ.م.م

رخصة رقم: CN 2645139 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل رأس المال الى 150000

تعديل الشكل القانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف احمد بنبلا عبدالحافظ حسن معوض

تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف ناصر عبداللطيف درويش عبداللطيف الخوري

تعديل الشركاء تنازل وبيع/اضافة احمد بنيلا عبدالحافظ حسن معوض 100%

تعديل اسم تجاري من/الطاووس هوم للعقارات ذ.م.م

ALTAWOS HOME REAL ESTATE L.L.C

الى/ الطاووس هوم للعقارات - شركة الشخص الواحد ذ م م

ALTAWOS HOME REAL ESTATE SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70640

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الإتحادية - المحكمة الإبتدائية المدنية الاتحادية

في الدعوى رقم 0002485/ AJCFICICOMS2023 **تجاري**

إلى المدعي عليه : اسلام وفائي السيد سعيد

مجهول محل الإقامة

انت مكلف بالحضور بجلسة 15/8/2023 **أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الإتحادية المحكمة الإبتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم** 5) **شخصيا او 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 رقمها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.**

حرر بتاريخ 26/7/2023 م.

مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70197

مذكرة إعلان حكم بالنشر

صادرة من محكمة الشارقة الإتحادية - المحكمة الإبتدائية المدنية

في الدعوى رقم 0002989/ SHCFICICOMS2023 **تجاري**

إلى : المحكوم عليه / حازم اسماعيل محمد العدل - العنوان : 9793810

نحيطكم علما بانه بتاريخ 18/7/2023 **قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرقم أعلاه لصالح / دار التمويل - ش م ع - بالتالي :**

نص الحكم - فلهذه الأسباب : حكمت المحكمة بالزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعية مبلغا وقدره 39,047.18 **درهم (تسعة وثلاثون الف وسبعة واربعون درهم وثمانية عشر فلس) مع الفائدة بواقع** 5% **سنويا على ذلك المبلغ من تاريخ رفع الدعوى وحتى السداد التام على الا يتعدى اصل المبلغ المقضى به والزمت المدعي عليه المصاريف والف درهم مقابل اتعاب المحاماة ورفضت النفاذ المعجل.**

المحكمة الابتدائية المدنية

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70649

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

اسم المصفي : عمران موسى لمراجعة الحسابات

العنوان : مكتب رقم 123 **ملك ناصر احمد لوتاه - بردبي - ام هرير -هاتف :** 3962410-04 **فاكس :** 3962415-04 **بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ملتي هايتس لصيانة المباني - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ** 25/7/2023 **والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ** 25/7/2023 **وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال** (45) **يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان**

المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70649

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة

اسم الشركة : ملتي هايتس لصيانة المباني - ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 209 ملك عبدالرزاق علي الزرعوني - القصيص الصناعية 2 - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 739794 رقم القيد بالسجل التجاري : 1184476 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 25/7/2023 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 25/7/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين **عمران موسى لمراجعة الحسابات** العنوان : مكتب رقم 123 ملك ناصر احمد لوتاه - بردبي - ام هرير -هاتف : 3962410-04 فاكس : 3962415-04 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70197

اعلان قرار بالتنفيذ

في التنفيذ رقم 7789/2021/209 **تنفيذ عمالي**

المنظورة في : دائرة التنفيذ العمالي الثانية رقم 302

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى العمالية رقم 1861/2021 **عمالي جزئي، والمعدل بالإستئناف رقم** 1233/2021 **استئناف عمالي، بسدد المبلغ المنفذ به وقدره (مائة واثني عشرة الفا واربعمائة وخمسة وستون درهما) لصالح العامل ، ومبلغ (**3000 **درهم) تذكرة عودة لموطنه والزام المنفذ ضده بالرسوم والمصاريف.**

طالب التنفيذ : عبدالوهاب هاشم عبدالوهاب ادريس - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - البرشاء الثالثة - بردبي - دبي - شارع ارجان - مبنى غلا قاردن - شقة الأول 108 - 0565200072

المطلوب إعلانه : 1- **انوفا للتجارة العامة ذ م م - صفته : منفذ ضده**

موضوع الإعلان : قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ 26/7/2023 **اخطاركم لاستلام المنقولات الكائنة في العقار (الوحدات العقارية - المنطقة : الخليج التجاري - رقم الارض** 30 **- رقم المبنى :** 1- **اسم المبنى : سوبها سفاير - ارقام الوحدات :** 1007 **و** 1006 **و** 1008) **في مدة اقصاها خمسة عشر يوم من تاريخ الإعلان. وفي حالة انقضاء مدة الخمسة عشر يوما ولم يتقدم المنفذ ضده للاستلام سيتم إيداع مبلغ التقييم من قبل المزايد واستلام العقار.**

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70408

اعلان حكم بالنشر

في الدعوى 2555/2023/42 **تجاري**

المنظورة في : الدائرة الإبتدائية التجارية الخامسة رقم 15

موضوع الدعوى : الزام المدعي عليها بان يؤدي للمدعي مبلغ وقدره بمبلغ 37,000 **دولار امريكي ما يعادل مبلغ** 135,790 **درهم، و** 9% **كفائدة قانونية من تاريخ الاستحقاق والزامه بالرسوم والمصاريف.**

المدعي : أنا ماريا جيانجراسو (مهن حرة فردية) - عنوانه : سيتي ووك بناية رقم 3A **، شقة رقم** 503، **دبي، الإمارات العربية المتحدة ، مكاني رقم** 2516488811 - 0504069299

ويمثله : نوف عبدالله أحمد العبدالله

المطلوب إعلانه : 1- **ليفيل شوز (فرع من شركة المشاريع المتضامنة (ذ م م) - صفته : مدعي عليه**

موضوع الإعلان : نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ 19/7/2023 **في الدعوى المذكورة أعلاه لصالح /** PARTY_NAME& **بقررت المحكمة بمثابة الحضوري في مادة تجارية منهية للخصومة. بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ وقدره** 135,790 **درهم ، والفائدة القانونية بواقع** 5% **من تاريخ قيد الدعوى وحتى السداد التام ، والزمتها الرسوم والمصاريف ومبلغ** 300 **درهم مقابل اتعاب محاماة. حكما بمثابة الحضوري قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.**

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70197

اعلان حكم بالنشر

في الدعوى 1166/2023/42 **تجاري**

المنظورة في : الدائرة الجزئية التجارية التاسعة رقم 146

موضوع الدعوى : المطالبة بالزام المدعي عليها بمبلغ وقدره (26250 **درهم) والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة** 12% **سنويا اعتبارا من تاريخ الاستحقاق الحاصل في** 11/10/2021 **وحتى السداد التام.**

المدعي : اتموسفير كريشينز - عنوانه : عنوانها المختار : إمارة دبي - دبي مركز سلطان للاعمال مكتب رقم 321 **الطابق الثالث - هاتف متحرك رقم** 0561273353 **- مكاني** 2966091928 **بريد إلكتروني :** 0561273353 - info@haklegal.com **- ويمثله : هند حميد علي غدير الكتبي**

المطلوب إعلانه : 1- **ون كومينوكيشن اند ماركتينغ غروب منطقة حرة ذ م م فرع ابوظبي** 1 **- صفته : مدعي عليه**

موضوع الإعلان : نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ 22/6/2023 **في الدعوى المذكورة أعلاه لصالح / بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغا وقدره** 26,250 **درهم، والفائدة القانونية بواقع** 5% **سنويا، اعتبارا من تاريخ المطالبة القضائية الحاصل في** 10/3/2023 **وحتى تمام السداد ، والزمت المدعي عليها بالرسوم والمصاريف جميعا، ومبلغ الف درهم مقابلا لاتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضوري قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.**

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70197

اعلان حكم بالنشر

في الدعوى 1169/2023/40 **مدني**

المنظورة في : الدائرة الإبتدائية المدنية الثانية رقم 22

موضوع الدعوى : المطالبة بالزام المدعي عليه بان يؤدي الى الشركة المدعية مبلغ وقدره 9329.85 **درهم والفائدة القانونية بواقع** 5% **من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد التام والزام المدعي عليه بالمصاريف والرسوم القضائية.**

المدعي : اوتو اسيست لتأجير السيارات

عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - دبي - الكرامة - بردبي - دبي - شارع الشيخ خليفة بن زايد - مبنى المحيربي - شقة الأرضي رقم 7 **- بجوار محطة مترو بنك ابوظبي التجاري مخرج رقم** 1 **-** 0555444663

المطلوب إعلانه : 1- **وليد محمد حامد شمس الدين الفوه - صفته : مدعي عليه**

موضوع الإعلان : نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ 18/5/2023 **في الدعوى المذكورة أعلاه لصالح / اوتو اسيست لتأجير السيارات بحكمت المحكمة : بمثابة حضوري : بالزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبلغ وقدره تسعة الاف وثلاثة مائة وتسعة وعشرون درهما وخمس وثمانون فلسا والفوائد القانونية بواقع** 5% **سنويا من تاريخ المطالبة القضائية الحاصل في** 9/2/2023 **وحتى تمام السداد ، والزمته بالمصروفات. حكما بمثابة الحضوري قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.**

رئيس القسم

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70197

اعلان بالنشر

1314/2023/305 استئناف تجاري

مذكرة إعلان بالنشر (إستئناف)

تفاصيل الإعلان بالنشر

الى المستأنف ضده / 1- **نوف بنت عبدالله بن نحيطر العنزى**

مجهول محل الاقامة

بما ان المستأنف / توب ديتينايشنز ش م ح ويمثلها راجا فهيم محمد مختار خان. قد استأنف القرار/الحكم الصادر بالدعوى رقم 2023/2050 **تجاري. وحددت لها جلسه يوم الاربعاء الموافق** 16/8/2023 **الساعة** 10.00 **صباحا بقاعة التقاضي عن بعد وعليه يقتضي حضوركم او من يمثلكم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا.**

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70197

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم 3988/2023/207 **تنفيذ تجاري**

المنظورة في : دائرة التنفيذ الثامنة رقم 229

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 1380/2022 **تجاري جزئي، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (**299745.25 **درهم) شاملا للرسوم والمصاريف.**

طالب التنفيذ : هين أن كو. كونسلتينغ ليمتد - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - ديرة - شارع المطار - بناية السركال - مكتب 102-103-0503943903

المطلوب إعلانه : 1- **سيغالاين إس أيه م د م س - صفته : منفذ ضده**

موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره 295805.25 **درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.**

وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 **أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.**

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70021

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم 4214/2023/207 **تنفيذ تجاري**

المنظورة في : دائرة التنفيذ الحادية عشر رقم 296

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم تجاري جزئي 1766/2022 **بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (**13320 **درهم) شاملا للرسوم والمصاريف.**

طالب التنفيذ : سيميك كوموديتيز إنترناشيونال بي تي إي ليمتد

عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - منطقة الخليج التجاري - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى بنى برج فيرمونت الإداري - 0509292705

المطلوب إعلانه : 1 **- سيميك كوموديتيز - م د م س - صفته : منفذ ضده**

موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره 13320 **درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال** 7 **أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.**

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70197

اعلان صحيفة طعن بالنشر

في الطعن رقم 1111/2023/445 **طعن تجاري**

المنظورة في : الدائرة التجارية الاولى - تمييز رقم 546

موضوع الطعن : الطعن على الحكم الصادر بتاريخ 14/6/2023 **في الاستئنافين ارقام** 2655-2745 **لسنة** 2022 **استئناف تجاري.**

الطاعن : دينار للصرافة - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - منطقة الخليج التجاري - دبي - شارع الاعمال - مبنى اوبروي تاور - شقة العاشر 1022 - 0529089841

ويمثله : سرحان حسن محمد حسن المعيني

المطلوب إعلانه : 1- **اوتبردينج فان دي هاندل للتجارة العامة ش م م ويمثلها مديرها سيمور سليمان بشخصه كشريك وبصفته مدير للخصم المدخل - صفته : مطعون ضده**

موضوع الإعلان : نعلنكم بنسخة من صحيفة الطعن المقدمة من الطاعن ولكم الحق في تقديم مذكرة بالدفاع خلال خمسة عشر يوما من تاريخ تبليغكم للاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70591

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم 2755/2023/207 **تنفيذ تجاري**

المنظورة في : دائرة التنفيذ الثالثة رقم 185

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 1627/2022 **تجاري جزئي، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (**187,804.26 **درهم) شاملا للرسوم والمصاريف.**

طالب التنفيذ : سرفيو (ش ذ م م) - عنوانه : إمارة دبي - الخليج التجاري - شارع برج خليفة - برايم تاور - الطابق العاشر - هاتف رقم 04/3352200 **فاكس رقم** 04/3342200 **رقم مكاني /** 2583686879 - 0562407880 **ويمثله / عبدالله محمد حاجي علي العوضي**

المطلوب إعلانه : 1- **مهيكي لخدمات إدارة المنشآت ش ذ م م - صفته : منفذ ضده**

موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالإضافة الى مبلغ رسوم لخزينة المحكمة.

وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 0 **أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.**

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70608

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم 1292/2023/208 **تنفيذ مدني**

المنظورة في : دائرة التنفيذ السابعة رقم 228

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 329/2023 **مدني، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (**325,735 **درهم) شاملا للرسوم والمصاريف.**

طالب التنفيذ : ازهري سلامة عبدالوهاب عشريه

عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - القرهود - ديرة - دبي - شارع القرهود - مبنى اركيدا - شقة الطابق الثالث 306 **- مقابل شركة الطائر للسفريات -** 0523953371

المطلوب إعلانه : 1- **امجد عبدالكريم بشير الجندى - صفته : منفذ ضده**

موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره 325735 **درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.**

وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 **أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.**

رئيس الشعبة

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70392

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى محكمة عجمان الإتحادية المحكمة الإبتدائية الشرعية الإتحادية

في الدعوى رقم 0000219/ AJCFISHPAF2023 **الأحوال الشخصية**

الى : مصطفى رضا مصطفى النعماني - مجهول محل الإقامة : دبي ديرة سنتر الحمرين يعمل في شركة برافوا للسياحة ت : 0559326755 - 0559326687

نعلمكم بأن المدعي (ة) / علياء عبدالغني محمود عبداللطيف - العنوان / محل الإقامة : عجمان الحميدة 1 **خلف المرور بناية الرمس** 2 **ت** 0555791781 **رقم الهاتف** 555791781

قد أقام الدعوى المذكورة أعلاه للمطالبة بـ : المدعية / علياء عبدالغني محمود عبداللطيف - مصرية الجنسية العنوان : عجمان - الحميدة 1 **- خلف المرور - بناية الرمس** 2 **ت :** 0555791781

المدعي عليه / مصطفى رضا مصطفى النعماني - مصري الجنسية - العنوان : دبي - ديرة - سنتر الحمرين - يعمل في شركة برافوا للسياحة - ت : 0559326755 - 0559326687

لذا يتوجب عليكم الحضور أمام الدائرة دائرة الأحوال الشخصية الخامسة محكمة عجمان الإتحادية صباح يوم ..... الموافق 15/8/2023 **الساعة** 9.00 **لتقديم ما لديكم من دفاع ومستندات ، وفي حالة عدم حضوركم أو إرسال وكيل معتمد ينوب عنكم فإن المحكمة ستباشر الإجراءات القانونية في غيابكم.**

حرر بتاريخ / 2021/2/17 م.

مكتب الخدمات القضائية

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70197

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

1572/2023/207 تنفيذ تجاري

تفاصيل الإعلان بالنشر

الى المنفذ ضده/1- **احمد علي مرسى حسن**

مجهول محل الاقامة

بما ان الطالب التنفيذ/عبدالقادر منصور عبدالقادر المنصور قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (190715) **درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال** 7 **أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.**

رئيس الشعبة

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70640

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

اسم المصفي : احمد محفوظ محاسبون قانونيون ومدققوا حسابات

العنوان : مكتب 303 **ملك الشيخ مانع راشد مانع ال مكتوم - رقة البطين - هاتف :** 2272828-04 **فاكس :** 2274080-04 **بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية غولدن كراون لتجارة قطع غيار السيارات - ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ** 19/6/2023 **والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ** 19/6/2023 **وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال** (45) **يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان**

المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70640

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة

اسم الشركة : غولدن كراون لتجارة قطع غيار السيارات - ذ م م

العنوان : مكتب رقم 43-44 **ملك بلدية دبي - بردبي - الفهيدي - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة :** 1152196 **رقم القيد بالسجل التجاري :** 1909875 **بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ** 19/6/2023 **والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ** 19/6/2023 **وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين احمد محفوظ محاسبون قانونيون ومدققوا حسابات العنوان : مكتب** 303 **ملك الشيخ مانع راشد مانع ال مكتوم - رقة البطين - هاتف :** 2272828-04 **فاكس :** 2274080-04 **مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال** (45) **يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان**

المسؤول المخول

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70591

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - منى عبدالسلام سالم الدرمكي

إخطار دفع في القضية رقم 0004489/ SHCEXCICIVS2023 **مدني**

إلى المحكوم عليه : منى عبدالسلام سالم الدرمكي

حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ الحضارات لتأجير السيارات

في القضية المشار اليها أعلاه

وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،

وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :

المجموع الكلي شاملا الرسوم والمصاريف 15431.0 **درهم**

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

محكمة التنفيذ المدنية

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70392

اعلان بالنشر

في الدعوى رقم 2991/2023/42 **تجاري**

المنظورة في : دائرة إدارة الدعوى الخامسة رقم 404

موضوع الدعوى : أولا : قيد الدعوى وتحديد اقرب جلسة لنظرها وإعلان المدعي عليها بلائحة الدعوى، وضم ملف النزاع رقم 2128 **لسنة** 2023 **نزاع محدد القيمة. ثانيا : الزام المدعي عليهما بالتضامن والمتضامم فيما بينهما بان يؤديا للمدعية مبلغ** 332,362.20 **درهم (ثلاثمائة واثنان وثلاثون الف وثلاثمائة واثنان وستون درهم وعشرون فلسا) بالإضافة الى الفائدة التأخيرية بواقع** 9% **من تاريخ الاستحقاق في** 15/1/2019 **وحتى السداد التام. ثالثا : الزام المدعي عليهما بالرسوم والمصاريف ومقابل اتعاب المحاماة.**

المدعى : طباسكو للمقاولات الفنية - ذ م م - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - بورسعيد - ديرة - دبي - شارع ال مكتوم - مبنى برج المسعود 2 **- شقة** 702 **-** 0505690005 **- ويمثله : محمد علي سعيد حميد الخييلي**

المطلوب إعلانه : 1- **جزيرة اميرتس بور كوربريشن ذ م م - صفته : مدعى عليه**

موضوع الإعلان : قد أقام عليك الدعوى، وموضوعها أولا : قيد الدعوى وتحديد اقرب جلسة لنظرها وإعلان المدعي عليها بلائحة الدعوى، وضم ملف النزاع رقم 2128 **لسنة** 2023 **نزاع محدد القيمة. ثانيا : الزام المدعي عليهما بالتضامن والمتضامم فيما بينهما بان يؤديا للمدعية مبلغ** 332,362.20 **درهم (ثلاثمائة واثنان وثلاثون الف وثلاثمائة واثنان وستون درهم وعشرون فلسا) بالإضافة الى الفائدة التأخيرية بواقع** 9% **من تاريخ الاستحقاق في** 15/1/2019 **وحتى السداد التام. ثالثا : الزام المدعي عليهما بالرسوم والمصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق** 3/8/2023 **الساعة** 9.00 **صباحا في قاعة التقاضي عن بعد لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.**

رئيس الشعبة

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70591

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - منى عبدالسلام سالم الدرمكي

إخطار دفع في القضية رقم 0004489/ SHCEXCICIVS2023 **مدني**

إلى المحكوم عليه : منى عبدالسلام سالم الدرمكي

حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ الحضارات لتأجير السيارات

في القضية المشار اليها أعلاه

وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،

وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :

المجموع الكلي شاملا الرسوم والمصاريف 15431.0 **درهم**

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

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70640

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

اسم المصفي : احمد محفوظ محاسبون قانونيون ومدققوا حسابات

العنوان : مكتب 303 **ملك الشيخ مانع راشد مانع ال مكتوم - رقة البطين - هاتف :** 2272828-04 **فاكس :** 2274080-04 **بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية غلام مصطفى لصناعة الاكياس البلاستيكية شركة الشخص الواحد ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ** 15/6/2023 **والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ** 15/6/2023 **وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال** (45) **يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان**

المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70640

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة

اسم الشركة : غلام مصطفى لصناعة الاكياس البلاستيكية شركة الشخص الواحد ذ م م العنوان : (Address) **الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة الشخص الواحد (ذ م م) ، رقم الرخصة :** 957859 **رقم القيد بالسجل التجاري :** 1572698 **بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ** 15/6/2023 **والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ** 15/6/2023 **وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين احمد محفوظ محاسبون قانونيون ومدققوا حسابات العنوان : مكتب** 303 **ملك الشيخ مانع راشد مانع ال مكتوم - رقة البطين - هاتف :** 2272828-04 **فاكس :** 2274080-04 **مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال** (45) **يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان**

المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70640

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

اسم المصفي : احمد محفوظ محاسبون قانونيون ومدققوا حسابات

العنوان : مكتب 303 **ملك الشيخ مانع راشد مانع ال مكتوم - رقة البطين - هاتف :** 2272828-04 **فاكس :** 2274080-04 **بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية باباً مجوهرات للتجارة ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ** 5/7/2023 **والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ** 5/7/2023 **وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال** (45) **يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان**

المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة

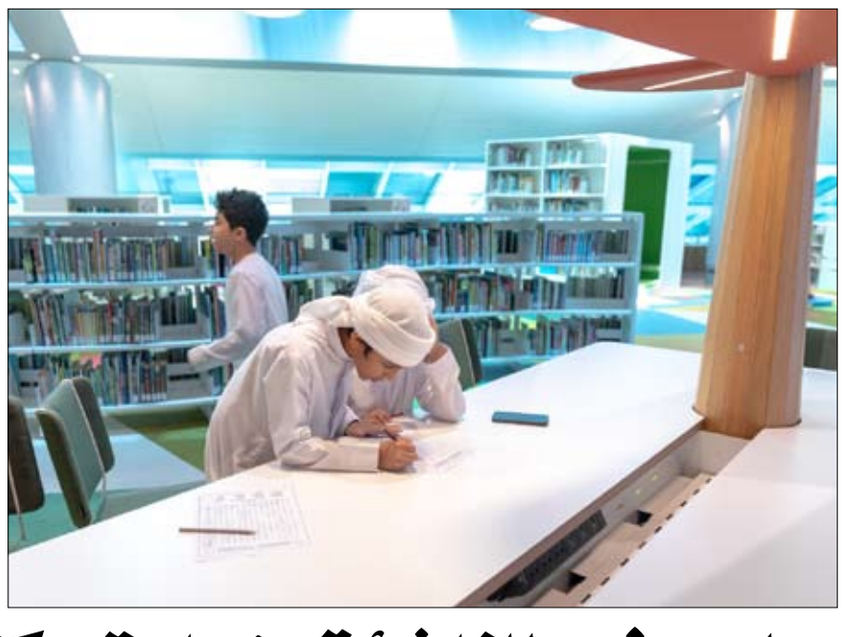
العدد ١٣٩١٠ بتاريخ ٢٠٢٣/٧/٣١ 70640

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة

اسم الشركة : باباً مجوهرات للتجارة ش ذ م م

العنوان : (Address) JEWEL PLAZA **الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة :** 1084380 **رقم القيد بالسجل التجاري :** 1769684 **بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ** 5/7/2023 **والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ** 5/7/2023 **وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين احمد محفوظ محاسبون قانونيون ومدققوا حسابات العنوان : مكتب** 303 **ملك الشيخ مانع راشد مانع ال مكتوم - رقة البطين - هاتف :** 2272828-04 **فاكس :** 2274080-04 **مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال** (45) **يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان**

المسؤول المخول



ختام المعسكر الصيفي للناشئة بزيارة مكتبة محمد بن راشد

•• دبي -د.محمود علياء

اختتم "المعسكر الثقافي الصيفي للناشئة" الذي تنظمه ندوة الثقافة والعلوم للناشئة من الجنسين (ذكورا وإناثا) من سن 8 سنوات حتى 15 سنة، بزيارة لمكتبة محمد بن راشد والتي لاقت ترحيباً كبيراً من منتسبي الدورة وأسرهم.

واستقبل فريق العمل في المكتبة مشاركي الدورة بكل ترحاب وود، وطافوا معاً في جولة تعريفية بالمكتبة وما تقدمه وتمثله من قيمة معرفية، وقسم المنتسبين حسب أعمارهم وبحسب القاعات المخصصة لكل فئة عمرية والتي تذخر بكل صنوف المعرفة التي تناسب مختلف الفئات العمرية، وكان منتسبي المعسكر في حالة من الدهشة وشغف المعرفة حتى أن بعضهم طلب المكوث في المكتبة حتى موعد الإغلاق، وذكر البعض الآخر أن هذه الزيارة الأولى للمكتبة والتي فتحت أمامهم آفاق زيارات قادمة دائمة ومتكررة.

وبعد الزيارة نظم حفل الختام وكرم بلال البدور رئيس مجلس إدارة الندوة المشاركين والمشرفين والقائمين على الدورة وذكر البدور أن عنصر الشباب والناشئة هم جيل المستقبل ويقع عليهم الاعتماد، وأن الندوة منذ نشأتها تسعى لرعاية الشباب وخير دليل أن هناك الكثير من خريجي دورات ومعسكرات الندوة والنادي العلمي يتبوؤون في الوقت الحاضر العديد من المناصب الرفيعة والقيادية، وهذا ليس بمستغرب لأن التأسيس الصحيح هو الذي ينتج فكراً صحيحاً وقادة يتم الاعتماد عليهم.

وأكد البدور أن صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم حفظه الله يولي الشباب كل رعايته ويركز على أهمية رعايتهم ودعمهم باعتبارهم عماد المستقبل، وقد انتهجت الندوة هذا النهج تيمناً بفكر القيادة الرشيدة.

وأضاف البدور أن المعسكر الذي نظم في الندوة كأول تجربة لمعسكر ثقافي فتح آفاق وأعطى دليل على رغبة الناشئة والشباب وشغفهم بمثل هذه المعسكرات التي تنمي الإبداع والفكر، وأشاد بدور وحرص أولياء الأمور على استمرار أبنائهم في برامج المعسكر وفعالياته وحثهم لأبنائهم على الاستمرار في تنمية مهاراتهم.

ونوه البدور أن للفن أهمية في تهذيب النفس والفن ثقافة والثقافة روح وإبداع تسهم في ارتقاء ورقي الإنسان والأمم. وأشار أن الإقبال على هذه الدورة سيفتح آفاقاً للدورات القادمة لتحتوي مجالات أكثر وتضم برامج وأنشطة أكثر تنوعاً.

تقدم 14 ورشة عمل مبتكرة في مكتبات دبي العامة أغسطس المقبل

مدارس الحياة تستكشف كنوز السفر المخفية

•• دبي-الفجر:

بيئة تثقيفية وترفيهية فريدة توفرها هيئة الثقافة والفنون في دبي "دبي للثقافة" لكافة فئات المجتمع، عبر جلسات مشروعها "مدارس الحياة" الذي يقدم لرواد مكتبات دبي العامة خلال أغسطس المقبل برنامجاً ثرياً بالتجارب الاستثنائية التي تمكنهم من استكشاف إيجابيات السفر وكنوزه المخفية، وتطوير مهاراتهم واكتشاف مواهبهم وتوسيع معارفهم المختلفة.

وضمن برنامج "مدارس الحياة" سيتمكن رواد مكتبة الصفا للفنون والتصميم من اكتشاف جماليات وتاريخ وعجائب الهندسة المعمارية التي تمتاز بها الأهرامات في مصر، عبر ورشة "الكشف عن عجائب مصر القديمة: الأهرامات"، وسيتعرفون على أهمية السفر وتأثيراته الإيجابية على حياتهم، وسيطلقون العنان لمهاراتهم الإبداعية في التصميم، وذلك عبر سلسلة من ورش العمل التفاعلية ومن بينها "تصميم طوابع بريد خاصة" التي تكشف لهم طرق عمل بريد الإمارات في تصميم وإصدار الطوابع، كما سيكتسبون مهارات تصميم أغلفة فريدة لجوازات سفرهم الخاصة وتذاكر وجهات أحلامهم، وكذلك بناء معالم تاريخية أو ثقافية باستخدام مواد متنوعة. وتضيء "مدارس الحياة" خلال هذه الفترة على فنون الأدب وتقنيات السرد وابتكار القصص الخيالية، عبر ورشة "اكتب قصة مغامراتك الخاصة" التي ستثري شغف المشاركين بالمغامرة وتحفزهم على استكشاف العالم، فيما سيتعلمون عبر ورشة "منحوتات تذكارية" أسرار فن النحت وتشكيل الطين، ما يمكنهم من الحصول على فرص استثنائية لصنع منحوتات تجسد ذكرياتهم.

في المقابل، تستضيف مكتبة المنخول العامة خلال أغسطس المقبل 5 ورش عمل ملهمة، تتيح خلالها لروادها فرصة تصور شكل إمارة دبي ضمن ظروف جوية غير اعتيادية عبر الرسم والألوان، ليتعرفوا خلال ورشة "رمز الأعلام" على تفاصيل علم الدولة وألوانه وما تشير إليه من معان مختلفة، ويتمكنوا من ابتكار أعلامهم الخاصة باستخدام تصاميم وألوان مختلفة. وضمن ورشة "أشكال مستقبلية: متحف المستقبل" ستكتشف العائلات المشاركة عجائب الهندسة المعمارية لمتحف المستقبل، كما سيتدربون على طرق تصميم ملصقات خاصة لتزيين حقائب السفر، بالإضافة إلى تقنيات انشاء مذكرات السفر الخاصة بهم لتوثيق مغامراتهم وذكرياتهم. أما رواد مكتبة الطوار العامة، فسيذهبون في رحلة خاصة لاكتشاف تاريخ "تاج محل" في الهند وما يتضمنه من عجائب وجماليات، بينما سيعمل زوار مكتبة حتا العامة على صنع أغلفة وأختام خاصة لجوازات السفر، قادرة على التعبير عن ذكرياتهم وتجاربهم الاستثنائية.

يذكر أن كافة جلسات "مدارس الحياة" التثقيفية التي تستمر حتى مارس 2024 تقام تحت إشراف نخبة من المتحدثين والخبراء وأصحاب التجارب المميزة، وهذه الجلسات تعكس حرص "دبي للثقافة" على توفير بيئة إبداعية مبتكرة في "مكتبات دبي العامة"، تحقيقاً لرؤية دبي الهادفة إلى ترسيخ مكانتها مركزاً عالمياً للثقافة، حاضنة للإبداع، ملتقى للمواهب.

فان جوخ وبول جوجان.. رسامان عاشا فقيرين ولوحاتهما حققت ملايين الدولارات بعد وفاتهما

عانى الكثير من الرسامين في الغرب خلال حياتهم من ظروف صعبة وفقر مدقع فلم يتسن لبعضهم بيع اللوحات ولم يتمكن بعضهم الآخر من إعالة أسرته، والغريب أن هؤلاء الفنانين حققت لوحاتهم بعد مماتهم الملايين وبات ورثتهم من المليونيرات.

فان جوخ

فنسنت فان جوخ.. رسام وفنان هولندي، رحل عن عالمنا في 29 يوليو لعام 1890، وينتمي إلى مدرسة ما بعد الانطباعية في الرسم.

عاش فنسنت فان جوخ حياة مضطربة، وكانت مليئة بالمصاعب والمشاكل النفسية، ولد في 30 مارس لعام 1853 بجروت زندرت بهولندا، تعلم الفرنسية والألمانية والإنجليزية بجانب لغته الأم الهولندية.

قام فان جوخ بزيارة لندن في 1873 حيث أعجب بالثقافة الإنجليزية وأصبح من محبي كتابات تشارلز ديكنز وجورج إليوت.

خلال حياته المضطربة، رسم فان جوخ حوالي 900 لوحة في أقل من عشر سنوات، باع لوحة واحدة فقط خلال حياته ولم يشتهر إلا بعد موته، وتعتبر لوحة «الليلة المشعة» The Starry Night واحدة من أشهر لوحاته التي رسمها خلال إقامته في مقاطعة سان ريمي، كما عُرف على أقواله المُستَفَادَة من تجارب حياته، منها «أشعر أنه لا يوجد شيء أكثر فنية من حب الناس» و«إنني أحلم بالرسم، بعد ذلك أقوم برسم أحلامي».

الأيام الأخيرة فى حياة فان جوخ

خرج فان جوخ في صباح 27 يوليو 1890 ليرسم كالمعتاد ولكن هذه المرة كان يحمل مسدسًا، وأطلق النار على صدره، ولكن الرصاصة لم تقتله، وعُثر عليه ينزف، ونقل إلى مستشفى قريب وأرسل أطباؤه إلى ثيو، الذي وصل ليجد شقيقه جالسًا في السرير يدخن الغليون، أمضى الشقيقان اليومين التاليين بالحديث معًا، ثم طلب فان غوخ من ثيو أن يأخذه إلى المنزل، وتوفي فنسنت فان جوخ بين ذراعي أخيه في 29 يوليو 1890، وكان عمره 37 عامًا.

توفي ثيو، الذي كان يعاني من مرض الزهري، بعد ستة أشهر من موت أخيه ودفن في أوتريخت، ولكن في عام 1914 قامت زوجته جوانا، التي كانت مؤيدة لأعمال فان جوخ، بنقل ضريح ثيو إلى مقبرة أوفير ليدفن بجوار فنسنت.

عانى فان جوخ كثيرا فى حياته فكان يكافح ضد الفقر ومرضه العقلى وهواجسه التى طحنت عقله ومزقت فؤاده فاندفع نحو التشكيل خصوصا بعدما نصحه الدكتور جاشيه باتباع الفن وسيلة علاجية تساعده على التعافى من أمراضه الداخلية.

ولم يبع فان جوخ سوى لوحة واحدة فى حياة هى لوحة الكرم الأحمر غير أن لوحاته بيعت فى القرن العشرين مقابل ملايين الدولارات فى المزادات العالمية.

بول جوجان

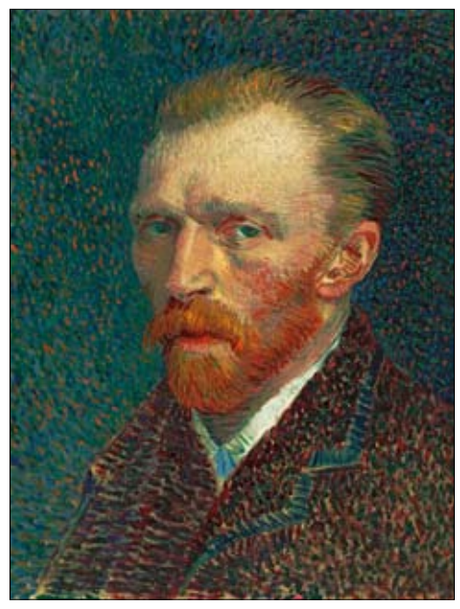
اهتم بول جوجان، بالرسم منذ طفولته وبدأ بزيارة المعارض باستمرار وكون صداقة مع الرسام كاميل بيسارو الذي عرفه على عدد من الرسامين ومع تقدمه في الرسم أستأجر مرسما وبدأ يعرض لوحاته الانطباعية في المعارض من سنة 1881 و1882 وقضى صيفين متتاليين يرسم مع بيسارو وأحيانا مع بول سيزان.

فاجأ جوجان عائلته في سن الخامس والثلاثين من عمره بترك عمله والتفرغ للرسم وفي خلال عام واحد أصبح مفلسا تماما فباع منزل الأسرة، وعادت زوجته إلى الدنمارك وعاد هو معها لتجد ما يكفي لإطعام عائلتها كانت زوجته ترى مغامرته غير مبررة وأنانية منه فانفصل عن زوجته وعاد وحيدا إلى باريس بعد أن فقد اثنين من ابنائه.

بسبب غلاء المعيشة والضغوط اضطر جوجان سنة 1886 الانتقال إلى كولوني ثم بعد ذلك بسنة قرر الانتقال إلى باناما في أمريكا الجنوبية واشتغل كعامل في إحدى القطاعات ثم انتقل إلى مارتينيك وقضى بعض الوقت ثم اضطر إلى العودة إلى كولوني مفلسا مريضا.

قرر جوجان سنة 1888 الذهاب إلى آرل بجنوب فرنسا وهو لايزال مفلسا ليلتقي بالرسام فان جوخ، قام بتمويلهما شقيق فان جوخ «ثيو» تاجر اللوحات، وكان جوجان يطهوا الطعام ويساعد جوخ في رسوماته لكن الصديقين كانا متعارضين فى الرأى بالرغم من أن كل منهما تعلم من الآخر وانتجا في تلك الفترة أعظم لوحاتهما.

بعد وفاته فى مايو من عام 1903 فى بولينزيا الفرنسية حققت لوحات جوجان شهرة عالمية وبيعت بملايين الدولارات، ومنها بالطبع لوحته الأشهر متى تتزوجين التى بيعت مقابل 300 مليون دولار.



«الدكتور جاشيه» أغلى لوحات فان جوخ

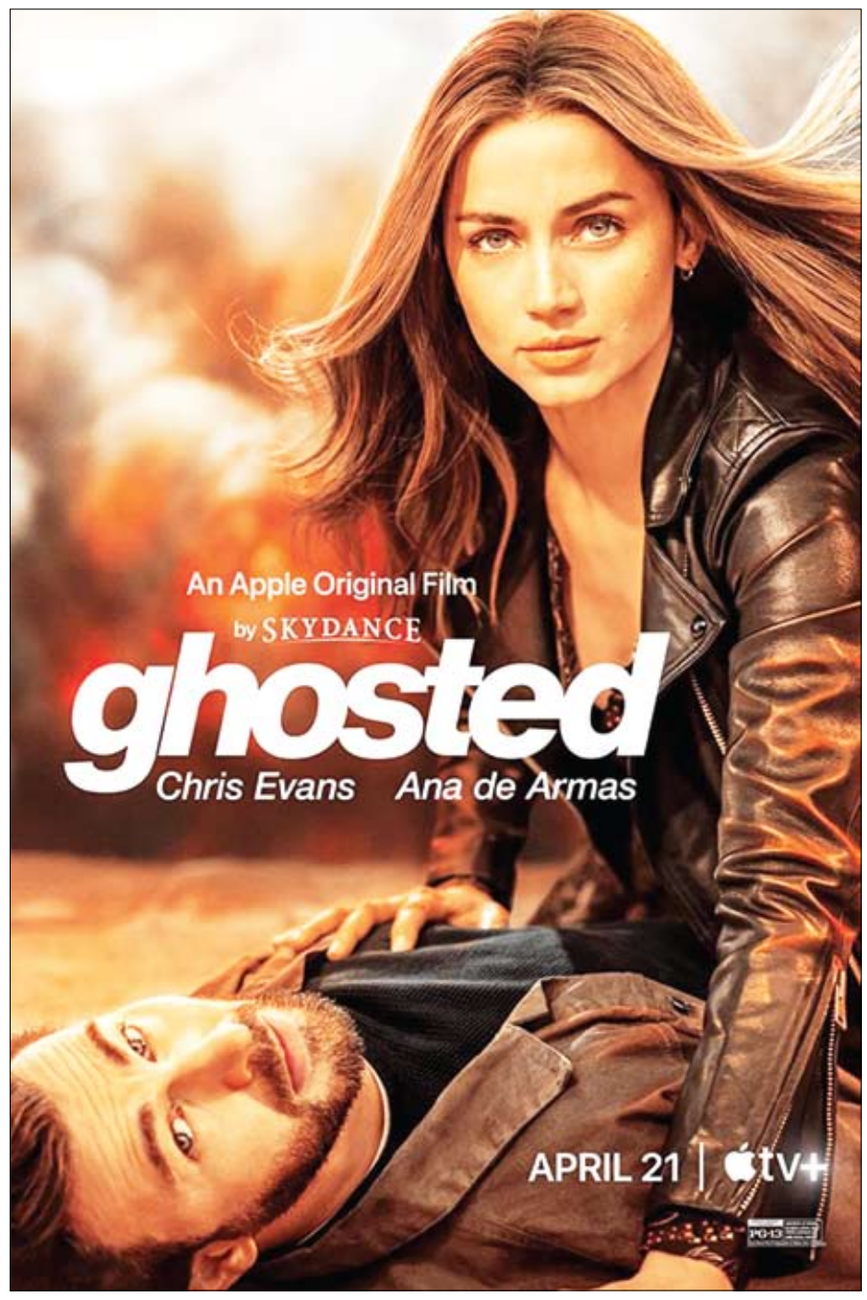
تعد لوحة «الدكتور جاشيه» لفان جوخ أغلى لوحاته فقد بيع هذا البورتريه مقابل 82 مليون دولار أي ما يعادل حوالى 161 مليون دولار وفقا للأسعار هذه الأيام، وقد بدأت قصة هذه اللوحة بلقاء فان جوخ فى أيامه الأخيرة بالطبيب جاشيه فى فرنسا، حيث نصحه الأخير بالانكباب على الرسم فانقطع عن العالم ورأي فى الفن التشكيلى مخرجًا وحيدًا مما عاناه من آلام فرسم 74 لوحه فى أيامه الأخيرة منها بورتريه الطبيب جاشيه.

التقيا في قرية أوفير سور دى أويس حيث أقام فينسنت فان جوخ في غرفة علوية فوق Café de la Mairie لمدة 70 يومًا في عام 1890 قبل رحيله في 29 يوليو وكان فان جوخ في رحلة لحياة لسانت ريميه الفرنسية حيث سعى إلى مكان يسوده الهدوء وهناك دعاه الطبيب لتناول الغداء وأصبح لبعض الوقت مستشارًا روحيًا موثوقًا به وقد حث الدكتور جاشيه فان جوخ على استئناف الرسم لأنه من خلال فنه سيجد طرقًا للتخلص من أعبائه.

في المركز العاطفي من كل ذلك، يجسد البورتريه الدكتور جاشيه نفسه بقبضة سند لها رأسه يحدق فينا باهتمام بنظرة وصفها فان جوخ بأنها حزينة « التعبير فيه شيء من الكآبة».

طرح فان جوخ قدرًا كبيرًا من تلك الطريقة الخاصة للغاية للتعبير عن الوجود البشري وقد أوضح مرارًا وتكرارًا أن إحدى مهامه كرسام هي إنشاء أعمال يمكن اعتبارها تجسيدًا للفن الحديث.

ماذا يعني حقا هذا؟ بالنسبة لفان جوخ اللوحة الحديثة هي التي يكون فيها التمثيل المحاكي ذو أهمية ثانوية، إنها صورة تتخطى الحدود الرسمية وتستفيد من تباينات الألوان القوية من أجل زيادة تأثيرها إنها لوحة يمكن رؤيتها وترى فيها وتكشف عن روح رسامها، إنها لوحة ذات حضور طيفي دائم للأجيال القادمة، إذ يمكن اعتبار لوحة الدكتور جاشيه تمثيلًا عالميًا للكآبة.



بعد أسبوع من عرضه الأول، حقق فيلم Ghosted أعلى نسبة مشاهدة على منصة آبل تي في. ويوماً بعد يوم، راحت أرقام المشاهدات تتزايد سريعاً بفعل الترويج الهائل للفيلم. حملة وانتشار تركا مجالاً للتساؤل عن مدى استحقاقه هذا التداول الجماهيري الكبير. حبكة الفيلم مصممة لجذب أكبر عدد من المشاهدين. المزيج الرومانسي الكوميدي الجاسوسي يستند إلى أجناس فيلمية عدة.

من بطولة آنا دي آرماس

Ghosted... امرأة تمتلك كل مواصفات الأبطال الخارقين

يبدأ الفيلم بقصة حب بين كول (كريس إيفانس) وسيدي (آنا دي آرماس). في الدقائق الأولى، يُخيّل للمشاهد الذي لا يملك فكرة مسبقة عن الفيلم أنه أمام عمل يتصل بشكل هزلي بأجواء سينما المخرج البريطاني ريتشارد لينكلاتر صاحب ثلاثية Before الشهيرة، لكن سرعان ما يسلك العمل منعطفاً مباغتاً نحو الحركة والأكشن، حين نكتشف أن سيدي هي عميلة سرية في وكالة الاستخبارات المركزية، تلاحق مجرماً خطيراً يدعى ليفيك (أدريان برودي). يُزجّ كول بعالم سيدي الخطير، ويتحول الإيقاع الشاعري الذي يوحي لنا بأن بطليه يصارعان الوحدة عبر الحب، إلى آخر سريع.

تخيّم على العمل نفحة من الكوميديا المستهلكة، لها دور في توحيد المناخ العام للفيلم والسيطرة على إيقاعه. يتعرض البطلان معاً إلى مطبّات كثيرة، ولكن المشاهد بحكم خبرته بهذا النوع من الأفلام لا يخشى عليهما، كونه على يقين أن الشر لن يلحق بهما؛ فتمكن صياغة المقولة المرجوّة من الفيلم في أن الحب سينتصر على الشر لا محالة. مقولة الفيلم التي يكثر طرحها في أعمال تحاكي عالم هوليوود لم تقدم جديداً في المعالجة التي شاهدناها في Ghosted، فخلط الأجناس وتقديم عمل من خلال نجوم جذابين، لا يكفيان لصناعة فيلم جيد.

يتوغل العمل رويداً رويداً في عالم المغامرة والحركة. ينتقل البطلان بين نيويورك ولندن وباكستان وبحر العرب. يخوضان في هذه البلدان معارك شتى بأسلحتهم المتطورة. يتتبعهما المشاهد كأنه أمام شريط ممل من ألعاب الفيديو، إذ لا مكان للقانون، ولا حدود أمام الأميركي الذي يشهر أسلحته في أي بقعة من الأرض، من دون الخوف من المساءلة. يعرض الفيلم في فضائه السينمائي شخصيات مضادة من جنسيات مختلفة، منها الفرنسي والكوري والباكستاني، لتقابلهم سيدي، إذ يوجهها هدفٌ سام، يتمثل باستعادة سلاح مدمّر استولت عليه عصابة خطيرة، ودرء الخطر الذي يهدد البشرية. يمثل الأميركي هنا، كعادة هذه الأفلام القيم النبيلة، ويعمل جاهداً على تحقيقها مهما كلف الأمر، وحتى لو اضطر إلى أن يعرض نفسه لأشد المخاطر.

بعد سنوات من هيمنة الرجل على شخصية البطل الخارق، يقدم الفيلم امرأة تمتلك كل مواصفات الأبطال الخارقين. تحيد عواطفها عن عملها، وقادرة على حماية الرجل الذي تحب، حتى لو كان هذا الرجل هو كريس إيفانس الذي عرفه محبو "مارفل" بشخصية "كابتن أميركا" الشهيرة. هكذا، يتيح الفيلم حديثاً حول الأدوار الجندرية وديناميكيات العلاقة بين الرجل والمرأة، في محاولة لتحطيم الصورة النمطية التي يمتلك فيها الرجل القوة البدنية، بينما تُظهر المرأة رقة أكبر. يعرض العمل شخصية نَسائية لديها من القوة والحنكة ما يمكنها من مواجهة جيش من الرجال، بينما يبدو أن الرجل عاد ليشبه أبطال هوليوود الكلاسيكيين؛ ذكر أبيض قوي البنية مندفع وأخرق بعض الشيء. على الرغم من ذلك، تبقى البطلة فائقة الأنوثة والجمال، تجمع الصرامة والجاذبية والبرود العاطفي في بعض الأحيان.

يبرز هذا الأمر تقاطعات أكبر مع شخصية ميشيل يوه في العمل الحائز على أوسكار أفضل فيلم لعام 2023: Everything Everywhere All at Once. كما يتقاطع زوج يوه في هذا الأخير مع كول في كونهما رجلين يطلبان الاهتمام والعاطفة، في ظل علاقة تجمعهما مع امرأتين قويتين قادرتين على المجابهة والقتال. العمل بمجمله يتكئ على أفلام سابقة، ما يُظهر استسهالاً كبيراً في إعادة طرح أفكار باتت مكررة.

توحي الحكاية، بما فيها من سطحية وافتقار إلى الأصالة، بأنها كتبت بالاستعانة ببرامج الذكاء الاصطناعي، ما قد يثير استغراباً كون أربعة كتّاب سيناريو اشتركوا في تأليفه. قدم المخرج الأميركي ديكستر فلاتشر العمل باستخدام تقنيات لا تترك أثراً يذكر. وعلى الرغم من تنويعه بين التقطيع المونتاجي السريع والبطيء، واستعراضه المبرر لحركات الكاميرا، ولا سيما البانورامية التي تألفها أعين مشاهدي أفلام الأكشن، إلا أن هذا العمل يصعب على المشاهد ملاحظة تقنية جديدة فيه. يُضاف إلى ذلك تركيب أغنيات راقصة شهيرة لا تتناسب مع مشاهد العنف التي يعج الفيلم فيها، فالعناصر التقنية باتت مفككة، توحي بأن فلاتشر قدمها بالاستعانة بقوالب جاهزة.

جيمى فوكس يصف رحلة مرضه بأنها كانت تشبه الذهاب إلى الجحيم والعودة منه

حرص النجم العالمى جيمى فوكس على طمأنة محبيه للمرة الأولى بعد دخوله المستشفى فى أبريل الماضى بسبب مضاعفات طبية غير معروفة، وتم نقله فى البداية إلى مستشفى فى أتلانتا، حيث كان يصور فيلمًا.

نشر فوكس فيديو قصير له عبر حسابه على "إنستجرام"، وصف من خلاله رحله مرضة بأنها كانت تشبة الذهاب إلى الجحيم والعودة منه، مضيفا أنه كان يعتقد بأنه لن يخرج منها أبدا.

وقال فوكس في مقطع الفيديو الذى نشره إنستجرام: "أنا أعلم أن الكثير من الناس كانوا ينتظرون أو يريدون سماع التحديثات، لكن لأكون صادقًا معكم، لم أرغب في أن تروني بهذه الحال".

وأضاف: "أريدكم أن تروني وأنا أضحك، أمضي وقتًا ممتعًا، أو أحتفل أو أقوم بمزحة أو أقوم بفيلم أو برنامج تلفزيوني، لم أكن أريدك تروني وأنا موصل بأنابيب وتحاولون معرفة ما إذا كنت سأجتاز تلك المحنة أم لا".

وسبق أن تلقى "فوكس" العلاج بمركز إعادة التأهيل فى شيكاغو متخصص في رعاية المرضى الذين يعانون من إعاقات جسدية أو إصابات في الدماغ أو العمود الفقرى، ويشار إلى أن "فوكس" كان قد حصل على جائزة الأوسكار عن تجسيده شخصية الموسيقى الأمريكى الشهير "راى تشارلز" فى فيلم "راي" عام 2004.

دانيال رادكليف.. كيف أصابته لعنة سلسلة هارى بوتر؟

احتفل النجم دانيال رادكليف يوم الـ 23 من يوليو الجاري بعيد ميلاده الـ 34 وسط احتفاء من جانب محبيه وعشاقه على مستوى العالم الذين استمتعوا معه فى سلسلة أفلام هارى بوتر الذى لعب بطولتها وحققت نجاحًا كبيرًا مما جعله يتمتع بشعبية عريضة على مستوي العالم منذ ذلك الحين.

الشهرة الذى استمتع بها دانيال رادكليف لم تكن ذو تأثير إيجابى فحسب وإنما عاش بسببها فى كابوس ربما لم يتخيله البعض وكاد يقضى عليه مثلما قضى على آخرين نالوا من الشهرة قسطاً كبيراً منذ الطفولة كما حدث معه حتى تمكن من التخلص من آثارها السلبية بطريقة غريبة نسلط الضوء عليها خلال السطور التالية.

حكي دانيال رادكليف أثناء ظهوره فى أحد البرامج فى السابق بأنه عانى الأمرين بسبب دوره فى سلسلة هارى بوتر الشهيرة مما جعله لا يتمكن من ممارسة حياته الطبيعية لارتباطه فى ذهن الناس بتلك الشخصية التى ظلت عالقة فى أذهان محبيه، وبالتالى كي ينسى الشهرة ويعيش كما يحلو له فقد أقدم أواخر سن المراهقة على إدمان الخمور بشراهة حتى يتسنى له المشى فى الشارع دون أن يشعر بوجود أناس يراقبون كل تصرفاته.

منوعات الفجر

وجبة إفطار لن ترغب بعدها بتناول الطعام حتى الغداء

كشفت الدكتورة يكاتيرينا ماتيسكينا خبيرة التغذية الروسية مكونات وجبة الإفطار التي بعد تناولها لا يرغب الشخص بتناول الطعام حتى الغداء.

وتشير الخبيرة إلى أن الدهون هي من مكونات وجبة الفطور التي تجعل الشخص يشعر بالشبع فترة طويلة، ولن يحتاج الشخص إلى تناول وجبات خفيفة حتى الغداء.

وتقول: "يحتاج الشخص في الصباح إلى طاقة لكي يستيقظ، والكربوهيدرات المعقدة مثل العصائد تساعد على ذلك. ولكن الكربوهيدرات لا تخلق شعورا بالشبع لأنها تعالج بسرعة. أما الدهون فتخلق هذا الشعور. وهذه الدهون يمكن أن تكون دهون نباتية غير مشبعة - أفوكادو، مكسرات، بذور. قد تكون هناك دهون مشبعة من أصل حيواني- بيض. من الأفضل أن تتكون وجبة الإفطار من عناصر مختلفة. وأفضل خيار هو عصيدة الدخن مع البيض المسلوق وجبن البارميزان. ويمكن إضافة المكسرات والأفوكادو إلى العصيدة، ما يساعد على عدم الشعور بالجوع قبل الغداء". وتضيف: ""بالطبع، محتوى السعرات الحرارية في النظام الغذائي اليومي مختلف من شخص إلى آخر، فمثلا تستهلك المرأة التي تهتم بتغذيتها في المتوسط 1600-1700 سعرة حرارية. أي بمكنها الحصول على هذه السعرات من استخدام حوالي 70 غراما من الحبوب الجافة في وجبة الفطور و100 غرام من الأفوكادو و20-30 غراما من المكسرات أو الفواكه المجففة".

وتشير الخبيرة، إلى أن على بعض الأشخاص التقليل من نسبة الدهون في نظامهم الغذائي.

وتقول: "بصورة عامة يجب أن يستهلك الشخص حوالي 1 غرام من الدهون لكل كيلوغرام من وزنه.

قرأت لك

جوز الهند

كشفت دراسة حديثة، أن الأحماض الدهنية في زيت جوز الهند لها خاصية طاردة للحشرات التي تحمل الأمراض المعدية مثل البعوض والقراد والذباب وبق الفراش.

وبحسب ما ذكرت وكالة "سبوتنيك" في نسختها الإسبانية فإن الدراسة أثبتت احتواء جوز الهند على المشتقات الدهنية المعروفة باسم DEET والتي تعد أكثر فاعلية للمكون الأكثر شيوعًا في المواد الطاردة للحشرات.

وقالت الدراسة: إن في الآونة الأخيرة يوجد في الأسواق بعض المبيدات الحشرية ذات تركيبات كيميائية، والتي تسبب مكوناتها قلقًا متزايدًا للخبراء في مجال الصحة العامة؛ حيث يمكن أن يكون لها آثار جانبية على صحة الإنسان.

وأوضحت الدراسة أن خليط الأحماض الدهنية المشتقة من زيت جوز الهند والذي يحتوي على مواد مثل (حمض اللوريك والكابريك)، يعطي قوة لطرد الحشرات الماصة للدماء التي تنقل الأمراض الخطيرة للإنسان والحيوانات الأليفة.

وأكد فريق الباحثين بقيادة "جونوي تشو"، أن مكونات زيت جوز الهند، تخيف الذباب والبق والحشرات الأخرى وتظل فعالة لمدة تصل إلى أسبوعين.

صغير الليمور يأكل فاكهة بطيخ مثلجة في حديقة حيوان روما حيث تلمس درجات الحرارة 40 درجة مئوية. (ا ف ب)

لماذا لا ينبغي استخدام مجفف الأيدي مطلقا؟!

تحتوي مجففات الأيدي على سر صغير قذر - تمتص الآلات البكتيريا من الهواء وترشها على الأيدي المغسولة حديثا.

وقد تم الكشف عن الميكروبات غير المرئية بواسطة مستخدمة "تيك توك" @the_lab_life1، التي أخذت عينات من مجففات في مركز تسوق ودار سينما وفي عملها على أطباق بتري منفصلة.

وبعد فحص العينات، اكتشفت جميع الكائنات الحية الثلاثة المحتوية على لزج، فقاعات - باستثناء الطبق المجفف بالهواء. والسبب ليس أن الآلات مليئة بالبكتيريا، ولكن مجففات الأيدي تدفع البخاخات البكتيرية من الحمام إلى يديك.

وبينما لم يكشف عالم المختبر عن البكتيريا التي تم التقاطها، أظهرت الأبحاث السابقة أن بكتيريا الإشريكية القولونية والتهاب الكبد والبراز تكمن في الحمامات العامة.

وحصل المقطع على أكثر من مليوني إعجاب وأكثر من 12000 تعليق من المستخدمين الذين أصيبوا بالرعب من النتائج.

ولم تكشف العالمة عن نوع البكتيريا التي عثرت عليها، لكن الأبحاث السابقة وجدت أن الأنفلونزا، والمكورات العقدية، والمكورات العنقودية الذهبية المقاومة للميثيسيلين (MRSA)، والسالمونيلا تعيش في الحمامات العامة. وقامت دراسة في عام 2015 بالتحقيق في الميكروبات الموجودة في الحمامات العامة ووجدت آثارا وراثية لأكثر من 77000 نوع مختلف من البكتيريا والفيروسات في هذه الأماكن.

وعند استخدام مجفف أيد قوي، يتم رفع تلك البكتيريا عن الأسطح ورشها على يديك. ونظرا لقدرة مجففات الأيدي على نقل الجراثيم، فمن المحتمل أن تنشر المطثية العسيرة، وفقا للعلماء، ما يسبب الإسهال المائي الذي يمكن أن يؤدي إلى الجفاف الشديد. ويحث الخبراء الناس على استخدام المناشف الورقية لتجفيف أيديهم.

ووجدت دراسة أجرتها جامعة وستمنستر في عام 2015 أن مجففات الهواء النفاثة تسبب أكبر انتشار للميكروبات في الهواء - وهي التي تم تصميمها أصلا لتكون أكثر صحية. وهكذا يعد التلوث المتقاطع في الحمامات العامة مصدر قلق مشروع للصحة العامة.

سؤال وجواب

- **ما المقصود بالواقعية في الأدب؟**
  - مذهب يعمل على تمثيل الأشياء في أقرب صورة لها وتنبذ العاطفة.
- **ماذا تعني كلمة سيبويه؟**
  - رائحة التفاح
- **ماذا يعني اسم خوله؟**
  - الظبية السريعة
- **ما المقصود بالرومانتيكية في الأدب؟**
  - حركة أدبية تعتمد على الخيال والعاطفة وحب الطبيعة.

مساحة للتلوين

هل تعلم؟

- الكاتشب كان يُستخدم في القرن الثامن عشر كدواء
- الذين يتحدثون الإنجليزية في الصين أكثر من سكان الولايات المتحدة الأمريكية
- حاسة التذوق لدى الفراشات في قدميها
- الفيلة هي الحيوانات الوحيدة التي لا تستطيع القفز
- حجم عينيك الآن هو نفس حجمها عند ولادتك ، فالعيون لا تنمو بعكس الأنف والأذن
- تسقط النملة دائما على جانبها الايمن عندما تتسمم
- عين النعامة اكبر من دماغها
- تزيد السنة الشمسية عن السنة القمرية عشرة أيام
- يمكن للحلزون ان ينام لمدة ثلاث سنوات
- للقطط اكثر من مئة صوت بينما للكلاب حوالي العشرة
- جميع الدببة القطبية عسراء(تستخدم اليد اليسرى)
- ترمش النساء تقريبا ضعف الرجل
- النقود ليست مصنوعة من الورق .. وإنما من القطن
- الكرسي الكهربائي اخترعه طبيب أسنان

قصة الرجل الكسول

كان هناك رجل كسول يجلس في الميناء يشاهد الصيادين وهم يعملون بجد واجتهاد وبعد انتهائهم مروا عليه في طريقهم إلى بيع اسماكهم فمشى وراءهم وعند السوق وقف ينتظر ان يبيعوا مالديهم ليسألهم مايقتات به .. فمر على احدهم وطلب المساعدة فنظر اليه الصياد وقال: اراك يا هذا بصحة جيدة أليس كذلك؟!

فقال نعم والحمد الله .

فقال الصياد: حسنا وانا ايضا احمد الله رغم اني مريض لكني الحمد الله اعول عيالي ..

هل لديك اولاد؟ فقال الرجل الكسول: نعم. فسأله الصياد ألا تستحي من الناس- استحي من خالقك.

كانت كلماته كأنها سكين ذبحت الرجل الكسول فاستحى وفر من المكان واقسم الا يعود اليه.

في الطريق اراد ان يمد يده إلى الناس لكنه تذكر كلام الرجل فاستحى بحق.. فمشى حتى وقف امام دكان كبير ونظر فيه فناداه من داخله صاحبه وقال ماذا تريد؟.. فسكت، فقال صاحب الدكان: حسنا عندي عمل لك فانت قوي، ادخل.. ومنذ تلك اللحظة اصبح الرجل الكسول يعمل طوال النهار ويحمل ويفرغ وينظف ويرص ويقطع ويغلف... حتى ينتهي اليوم فيعود إلى بيته بمبلغ زهيد يفرح به كثيرا فهو يكفيه هو واولاده كما انه من تعبه وعرقه.

واستمر هكذا يعمل ويعطي زوجته لتطعمه وتطعم اولاده حتى فاجأته بمبلغ بسيط ادخرته لتشتري به بعض الانواع من البقالة ليتاجر بها، ولم يمض وقت طويل حتى اصبح صاحب تجارة بسيطة تدر عليه ربحا جيدا وكلما زاد ربحه تذكر الصياد المريض فمر على الميناء ذات يوم ووجده فناداه وقال له: جئت لك بهدية، انها من حر مالي، فلولا كلامك ما اصبحت على ما اصبحت عليه الان، وجلس ليقص عليه قصته التي اصبحا من بعدها اعز صديقين.