

منوعات الغذاء

ص 22

زكي نسيبة يكرم الفائزين
بجائزة الرئيس الأعلى
للفنون في جامعة الإمارات

ص 27

سردي بصري أجمل وأهم من كل
كلام ولقطة وتفصيل
(Des Teufels Bad): التصوير



"المرض X" .. ما هو وماذا يشعر

ص 23 الخبراء بالقلق من انتشاره؟



الثلاثاء 23 إبريل 2024 م - العدد 14132
Tuesday 23 April 2024 - Issue No 14132

المراسلات: ص 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

فيلم «سيفيل وور» يواصل تصدر شباك التذاكر

واصل فيلم سيفيل وور، Civil War الذي تتناول حيكته الروائية المتخيلة انهيار النظام العام في الولايات المتحدة، تصدر شباك التذاكر في أميركا الشمالية خلال عطلة نهاية الأسبوع، بحسب تقديرات أعلنتها الأحد شركة «إكزيبتر ريلينز» المتخصصة.

وحقق الفيلم، وهو من بطولة كيرستن دانست وجيسي بليمونز وفاغنر مورا، 11 مليون دولار في الولايات المتحدة وكندا، بحسب المصدر نفسه.

وتؤدي دانست دور مصورة صحفية خلال حرب أهلية بين الأميركيين.

وجاء «سيفيل» في المرتبة الثانية محققا 10 ملايين دولار. وفي هذا الفيلم، يخطف مجرمون فتاة قبل أن يتكشفا أنها من مصاصي الدماء، وأنها ستجعلهم يدفون ثمن خطفها.

وكانت المرتبة الثالثة من نصيب فيلم «غودزيلا X كونغ: ذي نيو إمباير» بمداخيل بلغت 9,5 ملايين دولار.

أما في المرتبة الرابعة فجاء فيلم «ذي مينستري أوف اجنتنتلمي» وورفير» مع عائدات 9 ملايين دولار. ويتناول فيلم الحركة الذي أخرجه راي ريتشي، وتولى أدوار البطولة فيه كل من هنري كافييل وإيزا غونزاليس وهنري غولدينغ، قصة تجنيد جنود تلقوا تدريباً عالياً لحاربة القوات الألمانية خلال الحرب العالمية الثانية.

البنطال يكتسي بالساتان والحرير في الصيف

يكتسي البنطال المصنوع من الساتان أو الحرير بيمتاز بطابع أنثوي رقيق، كما أنه يمتاز بملمس خفيف ولطيف ليوفر للسائقين تهبوية جيدة في ظل ارتفاع درجات الحرارة. وبالإضافة إلى ذلك، يمتاز البنطال المصنوع من الساتان أو الحرير بسلح عاكس للضوء، ما يمنحه بريقاً ينطق بالفخامة والأبهة.

8 أسرار صحية في عصير الأناناس ...

إنقاص الوزن وحرق الدهون

تأتي نصيحة تناول كميات كافية من السوائل والمياه على رأس قائمة النصائح الصحية بشكل عام وللصائمين في رمضان على وجه الخصوص. وتعد العصائر الطبيعية ثاني أفضل اختيار صحي من بين المشروبات.

ويحسب ما نشره موقع DNA India، فإن عصير الأناناس يمكن أن يكون خياراً مثالياً من حيث فوائده الصحية بالإضافة إلى ميزة إنقاص الوزن، شريطة أن يتم الاستعانة بمشورة طبية للأشخاص الذين يعانون من أي أمراض مزمنة:

1. سرعات حرارية منخفضة بالمقارنة مع العديد من المشروبات الأخرى، يحتوي عصير الأناناس على سرعات حرارية قليلة نسبياً، مما يجعله خياراً جيداً لأي شخص يحاول خفض السرعات الحرارية والتحكم في وزنه.
2. نسبة عالية من الألياف يمكن أن تساعد في تعزيز عملية التمثيل الغذائي، مما يقلل من الشعور بالجوع وتشجيع الشعور بالامتلاء، مما قد يؤدي إلى انخفاض استهلاك السرعات الحرارية وتقليل الوزن.
3. الترطيب بعد الحفاظ على كمية كافية من الماء أمراً ضرورياً للتغلب على الشعور بالظما ولتفقدان الوزن، وحيث إن المحتوى المائي في عصير الأناناس يعد عالياً فإنه يمكن أن يساعد في الترطيب العام.
4. فيتامين C يساعد محتوى عصير الأناناس من فيتامين C على تصنيع مادة كارنيتين، التي تساعد الجسم على حرق الدهون للحصول على طاقة.
5. الأنزيمات الهاضمة إن البروميلين، وهو مزيج من الأنزيمات الهاضمة الموجودة في الأناناس، يمكن أن يسهل امتصاص العناصر الغذائية بشكل أفضل ويساعد في عملية الهضم، مما قد يدعم فقدان الوزن.
6. تأثيرات مضادة للالتهابات يحتوي البروميلين، وهو مركب موجود في عصير الأناناس، على خصائص مضادة للالتهابات تساعد في تقليل الالتهابات الجسدية، ومن خلال علاج الالتهابات المزمنة المرتبطة بالسمنة، والتي يمكن أن تعزز فقدان الوزن.
7. تعزيز عملية التمثيل الغذائي وفقاً لبعض الأبحاث، فإن المواد الكيميائية برومليين وفيتامين C الموجودة في عصير الأناناس بمستويات عالية التركيز يمكن أن تساعد في تعزيز حرق السرعات الحرارية وزيادة التمثيل الغذائي، وكلاهما يمكن أن يساعد في فقدان الوزن.
8. مدر طبيعي للبول يمكن أن تساعد الصفات الطبيعية المدرة للبول في عصير الأناناس على تقليل الانتفاخ واحتباس الماء، مما قد يؤدي إلى انخفاض الوزن خلال فترة وجيزة.

... 5 عصائر طبيعية تمنع انسداد القلب والجلطات تعد انسدادات القلب والجلطات الدموية من المخاوف الصحية الخطيرة، التي يمكن أن تؤدي إلى حالات تهدد الحياة، إلا أن إحدى طرق الوقاية من هذه المشكلات هي تضمين بعض العصائر الصحية في النظام الغذائي. وتشمل القائمة خمسة أنواع من العصائر الطبيعية التي تعد مفيدة بشكل عام لكنها لا تشكل بأي حال من الأحوال حالة ترطيب جيدة.

القهوة العربية سبقت ظهور العرب

كشفت دراسة وراثية علمية فريدة، تتبع نشأة نبات القهوة، أن الصنف العربي منها، والذي يعد الأشهر والأكثر استخداماً عالمياً، قد سبق ظهور العرب أنفسهم في الجزيرة العربية، رغم كونهم أول من أعدها للشرب. وتقول الدراسة التي اعتمدت باحثوها على جينات النباتات، أن عمر القهوة العربية المعروفة عالمياً باسم «أرابيكا» يقدر بنحو 600 ألف سنة، أي أنها أقدم من ظهور العرب الأولين في حقبة الأجداد قحطان أو عدنان أو النبي إسماعيل عليه الصلاة والسلام التي لا تتجاوز عدة آلاف من السنين قبل الميلاد. وخلصت الدراسة إلى أن القهوة العربية نشأت عبر التهجين الطبيعي لنوعين آخرين من القهوة منذ نحو 600 ألف سنة في منطقة غابات جبلية في جنوب غرب إثيوبيا. ومنذ ذلك الحين، تعرضت تلك النبتة الهجينة لتقلبات كبيرة على مدار الآلاف من السنين، إذ ازدهرت خلال الفترات النافذة والرطبة، بينما عانت خلال الفترات الجافة. وقال فيكتور ألبيرت، وهو عالم أحياء في جامعة «يوفالو»، وقد شارك في سير الدراسة، إن ظهور القهوة العربية سبق أي تدخل بشري. وفي حين نشأت نباتات الين البرية في إثيوبيا كما تقول الدراسة، فإن الاعتقاد السائد، هو أن تميمها واعدادها عبر العلي، حدا للمرة الأولى في اليمن منذ 1400 سنة، قبل أن تنتشر إلى أماكن أخرى مجاورة، بينها الهند، وتهمين القهوة العربية، أو «أرابيكا كوفي» على نحو 60 و70 في المئة من سوق القهوة العالمي، رغم زراعتها لم تعد تقتصر على الدول العربية، فيما تحتل أصناف أخرى أكثر مرارة، مثل قهوة «الريوستا» مرتبة ثانية. وخلصت الدراسة إلى أن عوامل المناخ، لا سيما تقلبات الرطوبة والجفاف، تسببت في خسائر كبيرة لم ينج منها سوى عدد قليل من النباتات المتشابهة وراثياً، فيما اكتشف الباحثون تركيبة صنف عربي واحد مقاوم لصدأ الأوراق الذي يتسبب بخسائر كبيرة للمزارعين، وجذب هذا الأضواء إلى أجزاء من شفرته الوراثية التي يمكن أن تساعد في حماية النبات.

ما توقيت وكمية الماء المناسبة للصائم؟

قد يختلف تأثير الصيام من شخص لآخر، اعتماداً على الظروف والحالة الصحية الفردية للشخص، والفئة العمرية التي ينتمي إليها. ومن المهم جداً للأشخاص ذوي الظروف الخاصة استشارة الطبيب، وخاصة مرضى السكري والحوامل اللاتي يرغبن في الصيام. أما بالنسبة لاستهلاك الماء، فتشعر خبيرة التغذية رنا الهندي أن مقدار الماء يمكن أن يختلف أيضاً حسب الشخص. وتوضح "يجب على معظم الناس تناول 8 أكواب من الماء خلال ساعات الإفطار. وينبغي استهلاكها طوال الفترة بين الإفطار والسحور، وليس دفعة واحدة،". وتقتترح الهندي تناول "كوبين عند الإفطار، وكوبين عند السحور، والنوم، ونظراً لأن حاجة الجسم للماء تختلف حسب ظروف الطقس، يُنصح بمراقبة لون البول، والاستماع إلى الجسم، حيث يجب أن يكون لون البول فاتحاً لضمان حالة ترطيب جيدة.

نقل المني الفرنسي كينجي جبراك إلى المستشفى بعد إصابته بطلق ناري

أصيب المني الفرنسي الشهير كينجي جبراك بجروح خطيرة جراء طلق ناري في صدره، ما استدعى نقله إلى مستشفى في مدينة بورجو (جنوب غرب)، على ما أفاد مصدر مقرب من الملف. وأعلم المني البالغ 27 عاماً عناصر الطوارئ أنه اشتري السلاح، وهو من نوع كولد 45، من سوق للسلاح الرخيصة والمستعملة وأصاب نفسه خلال استخدامه، على ما أفاد مصدر مقرب من الموضوع وكالة فرانس برس. ولم يستبعد المحققون الذين لم يستجوبوه بعد، أي فرضية، بحسب مصدر مقرب من التحقيقات. وفي حديث إلى وكالة فرانس برس، قال إميليو (60 سنة) الذي قدم نفسه على أنه عم المني، إن ما حدث ليس مسألة "تصفية حسابات بل مجرد حادثة". وأضاف "كنا نعرف بسلام على الفيتار (في الليلة الفائتة)، وقد يحصل أي حادث في أي وقت".



منوعات الفكر 22

زكي نسيبة يكرم الفائزين بجائزة الرئيس الأعلى للفنون في جامعة الإمارات

•• العين-الفجر:

شهدت جامعة الإمارات العربية المتحدة حفل توزيع جائزة الرئيس الأعلى للفنون بنسختها الأولى لعام 2024-2023، بحضور معالي زكي أنور نسيبة - المستشار الثقافي لصاحب السمو رئيس الدولة، الرئيس الأعلى للجامعة، وقيادات الجامعة والفائزين في الجائزة، وعدد من الطلبة. وأكد معالي زكي أنور نسيبة على الدعم الكبير الذي تقدمه القيادة الرشيدة للفنون والثقافة، مشدداً على الدور الذي تلعبه الجامعات في صقل الشخصية الفنية والثقافية للطلاب، مما يساهم في إعداد جيل واع ومبدع. وتحدث معاليه عن الأهمية البالغة للفن ودوره في تعزيز الثقافة والإبداع بين أروقة الجامعة وفي المجتمع ككل. وأشار إلى أن الفائزين قد جسدوا من خلال أعمالهم الفنية القيمة الحقيقية للإبداع، وقدموا مساهمات استثنائية ترقى بالساحة الثقافية في الدولة.

واختتم معاليه الكلمة بتوجيه الشكر للجنة التحكيم والمنظمين لدورهم في إنجاح الحفل، وعبر عن تطلعه لرؤية مزيد من الإنجازات الفنية الرائعة والمهمة في المستقبل. وأشار إلى أن جامعة الإمارات العربية المتحدة ستستمر في كونها منارة للثقافة والإبداع، وتبرز من مكانة الدولة على الصعيد العالمي كمنصة عالمية للتواصل الإبداعي وملتقى للأفكار الفنية.

ومن جهتها قالت الدكتورة موزة الطنجي رئيس لجنة جائزة الرئيس الأعلى للفنون "هناك معايير عامة مشتركة بين الفئات الست للجائزة وتشمل مدى صلة المشاركة بموضوع الجائزة، والإبداع، والأصالة، والمهارات التقنية، والمهوم أو فكرة العمل بالإضافة إلى وجود معايير إضافية تخص كل فئة على حدى، وأضافت الطنجي "جائزة الرئيس الأعلى للفنون تعتبر واحدة من الجوائز الفنية الرائدة، وتختلف معايير الفوز



المدحاني مناصفة، ومن الموظفين فاز راتيش فالابيل. وتعد جائزة الرئيس الأعلى للفنون مبادرة أطلقها معالي زكي أنور نسيبة تهدف إلى دعم وتشجيع الإبداع الفني ضمن الجامعة والارتقاء بالشهد الثقافي في الدولة. كما تهدف الجائزة إلى تنمية البيئة الثقافية والفنية وتعزيز روح الابتكار بين الطلبة وأعضاء الهيئة التدريسية والعاملين بالجامعة. حيث جاءت النسخة الأولى لتغطي عدد من مجالات الفنون: الموسيقى، والرسم، والأدب، والاتصال المرئي، والمسرح والسينما، والنحت والتصميم والحرف والهندسة المعمارية، لتعكس الأعمال المشاركة موضوع الاستدامة.

وقد فاز بفئة المسرح والسينما: في فئة الطلاب: علياء النعيمي، وعن فئة الموظفين راتيش فالابيل، أما في فئة الأدب ففازت الطالبة شما الظاهري، ومن الموظفين ياسر سعيد دحي، ومن أعضاء هيئة التدريس د. سميرة أحمد، ومنحت جوائز فئة الاتصال المرئي لطلبة بشرى الطالب، ومن الموظفين نورة الشامسي، ومن أعضاء هيئة التدريس ايوانيس كوتنوس. كما فازت الطالبة طيف الهاجري في فئة النحت والتصميم والحرف والهندسة المعمارية، ومن الموظفين ياسمين الهادي، ومن أعضاء هيئة التدريس ستايسي كالكوفسكي، وفي فئة الرسم فازت الطالبتان نجود المنهائي، ومينة

الثقافات والخلفيات الفنية، وتجسيد مجموعة متنوعة من القضايا والمواضيع، وتضمن الحفل عرض فيديو عن الأعمال المشاركة في الجائزة، وقصيدة وطنية للشاعر الإماراتي علي الخوار، وفقرة موسيقية من الروائع الشعرية للشيخ زايد بن سلطان آل نهيان -رحمه الله-، للعازفة شرين تهامي وفرقتها، وانتهى بتكريم لجنة السابقة والتي تضمنت محكمين خارجيين منهم سعادة الدكتور علي بن تميم رئيس مركز أبوظبي للغة العربية، والفنان التشكيلي محمد الأستاذ، وتكريم الفائزين في الجائزة والبالغ عددهم 13 فائزاً.

بها باختلاف التصنيفات الفنية التي تُمنح فيها. فقد تميزت الأعمال الفائزة بجائزة الرئيس الأعلى للفنون في دورتها الأولى 2024-2023 بالإبداع والتميز الفني، والرؤية الفريدة واستخدام التقنيات المبتكرة والرسالة القوية التي تحملها، كما تميزت الأعمال بجودة فنية عالية في دقة التنفيذ والتفاصيل سواء كان ذلك في الأعمال الفنية البصرية، مثل اللوحات والمجسمات، أو في الأعمال الأدبية، مثل القصص والقصائد، وكذلك قدرتها على التأثير والإلهام للجمهور من خلال إثارة العواطف ودعم قضايا اجتماعية مهمة تتعلق بموضوع الاستدامة. بالإضافة إلى ذلك، تميزت الأعمال الفائزة بتمثيلها وتعبيرها عن تنوع



اعتماد دولي لمدة 5 سنوات؛

الجلس الأسترالي لطب الأسنان يمنح الاعتماد الدولي لبرنامج بكالوريوس جراحة الأسنان في جامعة الشارقة

•• المشاركة-الفجر:

في إنجاز جديد يضاف إلى سجل إنجازات جامعة الشارقة في رحلتها نحو التميز وتعزيز مكانتها على المستوى الإقليمي والدولي، اعتمد المجلس الأسترالي لطب الأسنان برنامج بكالوريوس جراحة الأسنان في جامعة الشارقة اعتماداً دولياً لمدة خمس سنوات، وذلك عقب زيارة وفد المجلس الأسترالي لطب الأسنان للكلية بحضور مفوضية الاعتماد الأكاديمي في دولة الإمارات العربية المتحدة، ويعد برنامج بكالوريوس جراحة الأسنان في جامعة الشارقة أحد البرامج القليلة في الدولة التي تحصل على هذا الاعتماد. وتعبيراً على هذا الإنجاز، أكد الأستاذ الدكتور حميد محول النعيمي، مدير جامعة الشارقة، أن هذا الإنجاز يأتي تنفيذاً لرؤية سمو الشيخ سلطان بن أحمد القاسمي نائب حاكم الشارقة، رئيس جامعة الشارقة، والتي تقضي بالعمل على تعزيز مكانة الجامعة إقليمياً وعالمياً، من خلال اتباع استراتيجيات شاملة للارتقاء بالمنظومة التعليمية في الجامعة. وأكد مدير الجامعة أن الاعتمادات الأكاديمية الدولية تحظى بأهمية قصوى في الجامعة نظراً لدورها في ضمان وتأكيد تميز البرامج التي تطرحها الكليات المختلفة، وجذب الطلبة وأعضاء الهيئة الأكاديمية المتميزين، إلى جانب تعزيز عملية تطوير المناهج



سبتمبر المقبل. كما تطرح الكلية حالياً برنامج ماجستير في خمس تخصصات، وهي التقييم، والجراحة، ومعالجة اللثة، ومعالجة الجذور، والتعويضات السنينة، وستطرح الكلية برنامج ماجستير في طب أسنان الأطفال بعد الحصول على المهنة في دولة الإمارات العربية المتحدة.

بناء مهاراتهم الشخصية والمهنية. ومن الجدير بالذكر أن كلية طب الأسنان في جامعة الشارقة حازت على الاعتماد المبدئي من وزارة التربية والتعليم لبرنامج الدكتوراه في طب الأسنان، وستبدأ الدراسة في شهر

التعليمي في طب الأسنان وتلبية المعايير المهنية العالية، وهذا الاعتماد أيضاً يعد بمثابة شهادة على الجودة المتميزة التي يقدمها البرنامج لتدريب أطباء الأسنان الخريجين، ويعزز مكانة البرنامج في إعداد أطباء أسنان متميزين من خلال

الدراسية بصفة مستمرة، وكذلك تؤكد هذه الاعتمادات حرص الكليات على تزويد الطلبة بالمهارات العملية والعلمية لتمهيد طريقهم سواء في الحياة العملية بعد التخرج أو في مجال الدراسات العليا والبحث العلمي. من جانبه صرح الأستاذ الدكتور أحمد حمدان، عميد كلية طب الأسنان قائلا: "إن برنامج بكالوريوس جراحة الأسنان في جامعة الشارقة يتميز بجودة المخرجات التعليمية التي يتم بناؤها طبقاً للممارسة العملية الإكلينيكية في مختلف تخصصات طب الأسنان، كما ويشرف على تدريب الطلبة نخبة من الأطباء والباحثين في كل مجالات طب الأسنان ويأحدث التقنيات والأجهزة الطبية في مختبرات وعيادات الكلية ومستشفى الأسنان الجامعي."

منوعات العقل

23



العلماء لا يعرفون حتى الآن نوع الفيروس الذي قد يسبب الوباء التالي "المرض X" .. ما هو ولماذا يشعر الخبراء بالقلق من انتشاره؟

ما تزال السلطات الصحية في جميع أنحاء العالم تتعلم من دروس جائحة "كوفيد-19"، وتحاول تحديد أفضل طريقة لمنع حدوث وباء جديد.

وبدأ العديد من الباحثين في الإشارة إلى العامل التالي الذي يسبب مرضا جماعيا حول العالم باسم "المرض X". ويحدد بيان صادر عن منظمة الصحة العالمية في عام 2022 المصطلح بهذه الطريقة: "يستخدم المرض X للإشارة إلى عامل ممرض غير معروف يمكن أن يسبب وباء دوليا خطيرا".



الاجتماعي وفقا للخبراء، بتعظيم التردد بشأن اللقاحات والتأثير على مدى استعداد طوارئ الصحة العامة بعد 4 سنوات من تفشي "كوفيد-19".

ويستغل أصحاب النفوذ اليميني في الولايات المتحدة المعلومات المضللة لبيع عقاقير طبية تحتوي على ما يسميه خبراء الصحة "علاجا غير مثبت" لفيروس كورونا.

وقال تيموثي كولفيلد، من جامعة ألبيرتا في كندا لوكالة AFP، إن "مروجي المعلومات المضللة يحاولون استغلال نظرية المؤامرة لبيع المنتجات، وغالبا ما يكون هذا مصدر دخلهم الأساسي، فيدون الترويج للخوف عديم الأدلة حول اللقاحات والمؤامرات الحكومية، لن يحققوا سوى دخلا ضئيلا أو معدوما".

وادعى أليكس جونز، مؤسس موقع InfoWars الذي حقق الملايين عبر نشر نظريات المؤامرة حول عمليات إطلاق النار الجماعية و"كوفيد-19"، كذبا على مواقع التواصل الاجتماعي أن هناك خطة عالمية لنشر المرض X باعتباره "سلاح قتل للإبادة الجماعية".

وادعى طبيب القلب الأمريكي بيتر ماكولو، المعروف بنشر معلومات مضللة عن "كوفيد-19"، أن المرض X "قد يجري تطويره في مختبر بيولوجي". ونشر مزاعمه على الموقع الإلكتروني The Wellness Company، شركة توريد المكملات الغذائية ومقرها الولايات المتحدة

حيث يشغل منصب كبير المسؤولين العلميين. ويقدم الموقع "مجموعة أدوات الطوارئ الطبية" بحوالي 300 دولار لحث الناس على "الاستعداد" للمرض X.

كما روج موقع Gateway Pundit اليميني المعروف بنظريات المؤامرة، للأدوات الطبية في رسالة دعائية بعنوان "المرض X... هل يخطط دعاة العولمة لجائحة أخرى؟".

وقالت جينيفر رايش، عالمة الاجتماع في جامعة كولورادو دنفر، إن نظريات المؤامرة مبنية على التردد المتزايد بشأن اللقاحات منذ "كوفيد-19"، والذي من المرجح أن يكون له آثار "بعيدة المدى" على الصحة العامة. وقال تشونهو تشي، أستاذ الصحة العالمية في جامعة ولاية أوريغون: "يمكن أن تؤدي المعلومات المضللة أيضا إلى قيام بعض الناس باتخاذ إجراءات غير فعالة أو حتى ضارة أثناء الوباء".

الجدير بالذكر أن نظريات المؤامرة انطلقت بعد عقد المنتدى الاقتصادي العالمي للجنة التحضير للمرض X في يناير، مع التركيز على جائحة محتملة في المستقبل.

وموت جماعي في المستقبل، مثلما فعل "كوفيد-19" عندما ظهر لأول مرة.

وأضاف: "يقدر معظم الناس الآن أن هناك احتمالا لوقوع جائحة أخرى، ولكن ليس هناك الكثير مما يمكنهم فعله حيال ذلك". ومع ذلك، قد يكون من مصلحة الفرد محاولة تحسين صحته حتى يكون مستعدا قدر الإمكان عندما يضرب الوباء التالي، من خلال ممارسة الرياضة والحفاظ على وزن صحي والتخلص من أي عادات نمطية تجعلك أكثر عرضة للإصابة بالأمراض، مثل التدخين.

بالإضافة إلى ذلك، يجب على الناس مراقبة الأخبار والاستماع إلى النصائح المقدمة من السلطات الصحية ذات

وتسهل المعلومات المضللة سريعة الانتشار، التي تؤكد مخاطر تراجع مراقبة المحتوى على مواقع التواصل الاجتماعي.

أصحاب نظرية المؤامرة يستغلون "المرض X" لتحقيق الأرباح

لكن بالنظر إلى ما شهدته العالم في عامي 2020 و2021 قبل توزيع اللقاحات ضد "كوفيد" على نطاق واسع، فمن الأهمية بمكان أن نظل متيقظين للأمراض المثيرة للقلق التي تظهر.

وقال روسو: "عندما نواجه أزمة، فإننا نوجه الموارد والطاقة والاهتمام إليها. وبعد ذلك تبدأ تلك الأزمة في الانحسار. نقول إننا سنأكد من عدم تكرار هذا الأمر مرة أخرى، ولكن بعد ذلك، حتما، نتخلى عن حذرنا تماما".

وللحد من الضرر الذي قد يسببه المرض X، يتعين على المسؤولين وصناع السياسات الاستمرار في التركيز على منع الوباء التالي. وقال الدكتور روسو: "يحتاج المرء إلى مواصلة البحث والتمويل الطبي الحيوي والحفاظ على استمرار ذلك فيما يتعلق ببيولوجيا ما نسميه بالعوامل النمذجية".

وقال إن هذه العوامل النمذجية هي أي عوامل يتوقع العلماء أنها يمكن أن تسبب مرضا

وتقييم نوعية نومهم بمقياس من الصفر إلى 21، حيث تشير الدرجات العليا إلى النوم السيء، وتبين أن

وطلب الباحثون من المشاركين ملء استمارة عن مدة نومهم، موعد الذهاب إلى الفراش وموعود الاستيقاظ

239 (45.6 بالمئة) من المشاركين يعانون من سوء النوم.

وبالإضافة إلى ذلك خضع المشاركون إلى اختبارات أخرى للذاكرة والتفكير. كما قاس الباحثون فترات الاستيقاظ القصيرة المتكررة في أثناء النوم، مع الأخذ في الاعتبار كلا من النسبة المئوية للوقت الذي يقضيه الشخص في الحركة ونسبة الوقت الذي يقضيه دون أن يتحرك لمدة دقيقة واحدة أو أقل في أثناء النوم.

ويجمع هذه الأرقام وجد الباحثون أن متوسط تجزئة النوم لدى المشاركين كان 19 بالمئة. أي أن المتطوعين "تقلبوا واستداروا" خمس وقت نومهم.

وبعد تعديل النتائج لتتوافق مع البيانات الديموغرافية والتعليم والتدخين ومؤشر كتلة الجسم والاكنتاب والنشاط البدني وارتفاع مستوى ضغط الدم وداء السكري، اتضح أن الأشخاص الذين لديهم أعلى معدلات تجزئة النوم هم أكثر عرضة بمرتين من أي شخص آخر لضعف الأداء المعرفي. وأن الأشخاص

الذين يستيقظون بشكل متكرر (ربما بسبب التوتر في العمل أو الضوضاء والنوم في مكان غير مريح) يعانون من تراكم الأميلويد في الدماغ - البروتينات الضارة التي يتم التخلص منها أثناء النوم. ونتيجة لذلك، فإن سوء نوعية النوم في منتصف العمر (30-40 سنة) يمكن أن يؤدي مستقبلا إلى ضعف الوظائف المعرفية.

ووفقا للباحثين، جودة النوم هي المهمة للصحة المعرفية وليس مدته، وإذا كان الشخص يستيقظ ليلا بسبب التوتر أو لأنه يعاني من انقطاع التنفس في أثناء النوم، فعليه معالجة هذه المشكلات.

وإلا فإنها ستدمر مهاراته في التفكير والذاكرة في المستقبل.

وبالنسبة لأولئك الذين يجدون صعوبة في النوم ويستيقظون باستمرار،

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.



دراسة تكشف العواقب الخطيرة للنوم المضطرب

يعلم الجميع بأهمية وفائدة النوم الجيد للصحة والجسم، وهذا ما يشعر به كل إنسان، حيث عند عدم أخذ قسط كاف من النوم ليلا يشعر الشخص بالخمول والتعب طوال نهار اليوم التالي.

وتشير مجلة Neurology إلى أن نتائج دراسة جديدة شارك فيها 526 متطوعا متوسط أعمارهم 40 سنة كان لدى كل منهم "ساعة ذكية" تستجيب لحركاته، استمرت 11 عاما، أظهرت أن عواقب اضطراب النوم هي أكبر من هذا بكثير.



الذين يستيقظون بشكل متكرر (ربما بسبب التوتر في العمل أو الضوضاء والنوم في مكان غير مريح) يعانون من تراكم الأميلويد في الدماغ - البروتينات الضارة التي يتم التخلص منها أثناء النوم. ونتيجة لذلك، فإن سوء نوعية النوم في منتصف العمر (30-40 سنة) يمكن أن يؤدي مستقبلا إلى ضعف الوظائف المعرفية.

ووفقا للباحثين، جودة النوم هي المهمة للصحة المعرفية وليس مدته، وإذا كان الشخص يستيقظ ليلا بسبب التوتر أو لأنه يعاني من انقطاع التنفس في أثناء النوم، فعليه معالجة هذه المشكلات.

وإلا فإنها ستدمر مهاراته في التفكير والذاكرة في المستقبل.

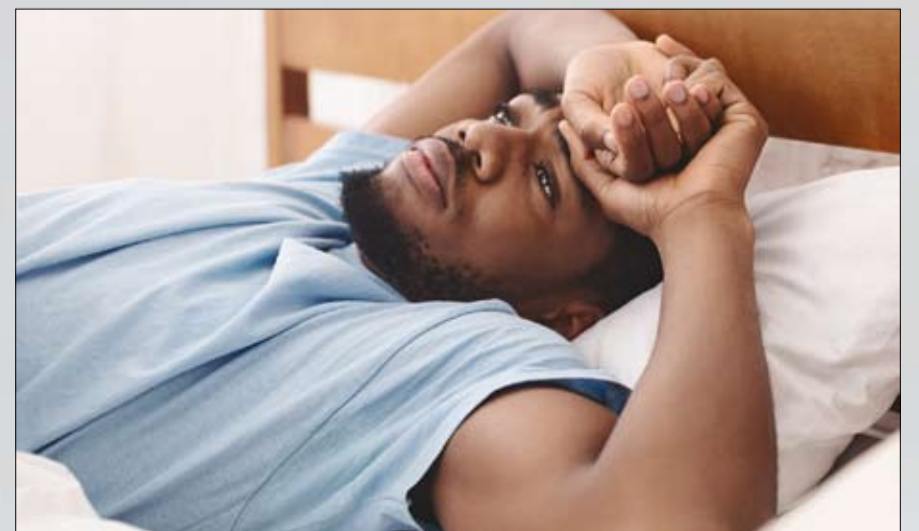
وبالنسبة لأولئك الذين يجدون صعوبة في النوم ويستيقظون باستمرار،

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.

فربما تكون هذه إحدى العلامات التي تشير إلى حاجتهم إلى المزيد من البروتين.



محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان بالنشر

٢٨٦/٢٠٢٤/٤٢ تجاري

تفاصيل الإعلان بالنشر
إلى المدعي عليه: ١ - بقالة سويس ماربت - مجهول محل الإقامة
بما أن المدعي: شركة كوكا كولا الأهلية لمشروبات د.م.م.
ويمتلكه: جاسم محمد عبدالعزيز محمد ماجد السويدي
قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدني وعليهما بالتضامن والتضامن بأن يؤدي للمدعية مبلغ وقدره (٩١,٤٨١,٩٧) أربعة وتسعون الفا واربعمائة وواحد وثمانون درهما وسبعة وستين فلسا قيمة تزويد وتسليم المنتجات الغذائية المسلمة الى المدعي عليهم مع الفائدة القانونية بواقع ١٩ % من تاريخ تسجيل الدعوى وحتى السداد التام الزام المدعي عليهم بالرسوم والصاريف ومقابل الاعباء المحاماة مع شمول الحكم بالنفقات المحمل بلا كفالة.
وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٤/٤/٢٣ الساعة ١٠:٠٠ صباحا في قاعة التقاضي عن بعد لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مدركات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الاقل.

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

٢٥٢٢/٢٠٢٣/٢١٨٧٢ تنفيذ شيكات

تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المتخذ ضده: ١- برهان شيخ ياسين شيخ
مجهول محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/بنك رأس الخيمة الوطني ش.م.ع - فرع دبي
قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ماورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٤٥٣٠٧,٥) الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

٢٥٢٢/٢٠٢٣/٢١٥٥٢ تنفيذ شيكات

تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المتخذ ضده: ١- بيجو شاندا توكوزهي مانيل توماس
مجهول محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/بنك رأس الخيمة الوطني ش.م.ع - فرع دبي
قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ماورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٥٦٣٨١,٥) الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

٢٥٢٢/٢٠٢٣/٢١١٠٤ تنفيذ شيكات

تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المتخذ ضده: ١- تيجو جون مانيو
مجهول محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/بنك رأس الخيمة الوطني ش.م.ع - فرع دبي
قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ماورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٤٩٨١١,٥) الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

٢٥٢٢/٢٠٢٣/٢١٠٤٩ تنفيذ شيكات

تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المتخذ ضده: ١- فيشون فيجاياباياكومار جوفيندان فيجاياباياكومار
مجهول محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/بنك رأس الخيمة الوطني ش.م.ع - فرع دبي
قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ماورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٨٢٨٢٩,٥) الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

٢٥٢٢/٢٠٢٣/٢٠٧٩٨ تنفيذ شيكات

تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المتخذ ضده: ١- سوتايان ستالين سونايان
مجهول محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/بنك رأس الخيمة الوطني ش.م.ع - فرع دبي
قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ماورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٨٠٠٤,٥) الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

٢٠٨/٢٠٢٤/٢١١ تنفيذ عقاري

المتطورة، في دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٨٢
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٨٢٢ لسنة ٢٠٢٣ عقاري، والمؤيد بالاستئناف رقم ٢٦ لسنة ٢٠٢٤ استئناف عقاري، بسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٢٢٧,٢١٢,٥) درهم شامل للرسوم والصاريف ومقابل الاعباء المحاماة .
طالب التنفيذ: نيكيتا كامبشيف
عنوانه: الامارات - امارة دبي - الفروهد - ديرة - دبي - مبنى بناية البراء - شقة الطابق الثاني - مكتب رقم ٢٠٥ - ١١٧٩٦ - ٥٤٤٠٠٠٠٠
المتطلب إعلانه: ١- سبارا اوجوستو بلاكو برياس - صفته: متخذ ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٢٢٧٢١٢,٥) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

١٦٢٠/٢٠٢٤/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المتطورة، في دائرة التنفيذ الرابعة رقم ١٨٢
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٣/٤٢٢٠ تجاري، بسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٢٤٨٥,٠١) درهم شامل للرسوم والصاريف .
طالب التنفيذ: شركة الدانوب لتجارة مواد البناء د.م.م واخرون
عنوانه: الامارات - امارة الشارقة - المزمر - الشارقة - شارع الاتحاد - مبنى سيتي غيت - شقة ١٧٠٢- ٥٠٥١٩٣١٢
المتطلب إعلانه: ١ - خطاب برقي الحساب - صفته: متخذ ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٢٤٨٥,٠١) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

١٦٦٢/٢٠٢٤/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المتطورة، في دائرة التنفيذ الرابعة رقم ١٨٢
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٣/٢١٩٨ تجاري جزئي، بسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٤٣٤٥٣,٣٣) درهم شامل للرسوم والصاريف .
طالب التنفيذ: الشرق الاوسط للتوريدات البيطرية د.م.م
عنوانه: الامارات - امارة دبي - بر دبي - دبي - منطقة الخوانيج - متسود رقم ٢ - بجوار محصمة قروتي ٢ - رقم مكاني: ٥٩٦٠٠٩١٧٠ - ٥٤٦٠٥٨٥٥٧
المتطلب إعلانه: ١- فير الوادي لتجارة معدات الزراعة ش.م.م - صفته: متخذ ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٤٣٤٥٣,٣٣) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

١٤٠٤/٢٠٢٤/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المتطورة، في دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٨٥
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٣/١٦٧٧ تجاري، بسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٦١٨٥٥,٥) درهم شامل للرسوم والصاريف .
طالب التنفيذ: ساريح عقوي
عنوانه: الامارات - امارة دبي - بورسعيد - ديرة - دبي - شارع الطائر - مبنى بناية السركال - شقة مكتب رقم ١٠٢ - ١٠٣ - ٥٠١٢٣٣٣٢٢
المتطلب إعلانه: ١- ساب الكهروميكانيكية د.م.م - صفته: متخذ ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٦١٨٥٥,٥) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

١٧٥٨/٢٠٢٤/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المتطورة، في دائرة التنفيذ الحادية عشر رقم ٢٦٦
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٢٤٢/٢٠٢٣ استئناف تجاري، بسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٢٦٦٢٤) درهم شامل للرسوم والصاريف .
طالب التنفيذ: ابراهيم عبدالقادر اسعد
عنوانه: الامارات - امارة دبي - المركز التجاري الثانية - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج السلام ٢ - شقة ١١٠ - ٥٠٢٥٣٥٣٣
المتطلب إعلانه: ١- تاريخ للأعمال الفنية - صفته: متخذ ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٢٦٦٢٤) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لحكم بمثابة الحضورى

٢٨٢٧/٢٠٢٣/٤٢٢ تجاري

المتطورة، في دائرة التنفيذ التجارية الرابعة رقم ١٤
موضوع الدعوى: الزام المدعي عليه بأن يؤدي الى المدعية مبلغ (١٥٧,٢٤٨) درهم امرائتي مائة وسبعة وخمسون وستمائة وثمانية واربعون درهم - والفائدة القانونية بواقع ١٩ سنويا من تاريخ الاستحقاق وحتى تمام السداد بشمول الحكم بانقضاء المجلد طبقا من شرط الكفالة وفي جميع الأحوال الزام المدعي عليها بالرسوم والصاريف ومقابل اعباء المحاماة
المدعي: شركة ستيرينج ادفانزوري د.م.م - فرع دبي
عنوانه: الامارات - امارة دبي - الفروهد - ديرة - دبي - مبنى بناية البراء - ٥٤٤٠١٧٨٦٦
المتطلب إعلانهما: ١- فاقانا د.م.م - فرع دبي
٢- يوبيرد ويسوريس آل تي دي - صفتها: مدعى عليها
موضوع الإعلان: قررت محكمة دبي الابتدائية اعلان حكم بالحكم الصادر بتاريخ: ٢٠٢٤/٤/١٥ بمثابة الحضورى للإطلاع على تفاصيل الحكم لايد من استخدام خدمات محكم دبي الالكتروني والذكية .

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان حكم بالنشر

٢٩٥١/٢٠٢٣/٤٠ مدني

تفاصيل الإعلان بالنشر
إلى محكوم عليه: ١- محمد مجدي عبدالغنى حامد - مجهول محل الإقامة
بما ان محكوم له: ١- عبدالعزيز محمود عبدالعزيز عبدالعزيز
نعلمكم بان المحكمة حكمت بحسبها المتقدمة بتاريخ ٢٠٢٣/١١/٢٩ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح المدعي قررت المحكمة بمثابة الحضورى بالزام المدعي عليه بأن يؤدي للمدعي مبلغ وقدره (ثلاثين الف درهم) امرائتي والنفقات القانونية بواقع ٥ % سنويا من تاريخ المطالبة القضائية الحاصل في ٢٠٢٣/٩/٢١ وحتى تمام السداد والزمنته بالصفوفات . حكما بمثابة الحضورى 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 دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لحكم بمثابة الحضورى

١٢٢٨/٢٠٢٣/٤١ عقاري

تفاصيل الإعلان بالنشر
إلى: ١ - محمد الباقير بن محمد بن عبد الله الجفري
مجهول محل الإقامة
بما ان: داماك كريستنت للعقارات ش.م.م.
قررت محاكم دبي الابتدائية اعلان حكم بالحكم بالصادر بتاريخ: ٢٠٢٤/٤/١٦ بمثابة الحضورى للإطلاع على تفاصيل الحكم لايد من استخدام خدمات محاكم دبي الالكتروني والذكية .

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لحكم بمثابة الحضورى

٢١٢/٢٠٢٤/٤١ عقاري

تفاصيل الإعلان بالنشر
إلى: ١ - محمد عبدالسلام م اى سبحان
مجهول محل الإقامة
بما ان: داماك كريستنت للعقارات ش.م.م.
قررت محاكم دبي الابتدائية اعلان حكم بالحكم بالصادر بتاريخ: ٢٠٢٤/٤/١٧ بمثابة الحضورى للإطلاع على تفاصيل الحكم لايد من استخدام خدمات محاكم دبي الالكتروني والذكية .

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لحكم بمثابة الحضورى

٥٢١/٢٠٢٣/٤١ عقاري

تفاصيل الإعلان بالنشر
إلى: ١ - خورام شهزاد جونزال
مجهول محل الإقامة
بما ان: داماك كريستنت للعقارات ش.م.م.
قررت محاكم دبي الابتدائية اعلان حكم بالحكم بالصادر بتاريخ: ٢٠٢٤/٤/١٦ بمثابة الحضورى للإطلاع على تفاصيل الحكم لايد من استخدام خدمات محاكم دبي الالكتروني والذكية .

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لحكم بمثابة الحضورى

١٨٢/٢٠٢٤/٤١ عقاري

تفاصيل الإعلان بالنشر
إلى: ١ - محمد عبدالسلام م اى سبحان
مجهول محل الإقامة
بما ان: شركة نماء للتطوير العقاري ش.م.م.
قررت محاكم دبي الابتدائية اعلان حكم بالحكم بالصادر بتاريخ: ٢٠٢٤/٤/١٧ بمثابة الحضورى للإطلاع على تفاصيل الحكم لايد من استخدام خدمات محاكم دبي الالكتروني والذكية .

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان قرار بالتنفيذ

١١٢/٢٠٢٠/٢٥٠٠ بقرع عقار مروهون

المتطورة، في دائرة التنفيذ الثانية رقم ١٨٢
موضوع الدعوى: طلب التمتع بمال مروهون عبارة عن: ١- العطار - فيلا رقم RM Mira II.V.298 ٢- أرض رقم 397- المنطقة البلايس ١ - دبي - عمار - فيلا رقم RM Mira II.V.299 ٣- أرض رقم 397 - منطقة البلايس ١ - دبي .
طالب التنفيذ: بنك الجزيرة الوطني - فرع دبي
عنوانه: الامارات - امارة دبي - بري دبي - شارع خالد بن الوليد - مبنى بنك الجزيرة الوطني - ص.ب. ٢٧٩٩ - هاتف: ٤٢٧٧٩٣٠٠
فاكس: ٤٢٧٩٦١٠٠ - البريد الالكتروني: nbn@.ac - Abdullah.Abdulkarim@nbn.ae - رقم مكاني: ١٩٠٨٨٣٢٨٨
٥٧١٩٧٧٧٠٠ - ويملكه: علي اسماعيل ابراهيم الجبرين د.م.م
٢- مشاريع العقارية ش.م.ع - حيا كوترا عبد العزيز - ٣- مستشفيات للتجارة الدولية د.م.م - ٤- عيد العقار محمد يوسف - مسقطم - مدعى عليهم
موضوع الإعلان: نعلمكم بان تم الحجز على أموالكم الخاصة وفي غير من فيلا - المنطقة البلايس ١ - رقم الأرض 397 - رقم البلايس 1 - منطقة البلايس 1 - رقم الأرض 397 - رقم البلايس 397 - رقم الأرض 397 - رقم الأرض 397 - 4,000,000) درهم خلال عشر يوما من تاريخ التبليغ في ملف التنفيذ اعلانا ولا يوج العمل بالرقن بطريق الأزيادة وفقا لنص الفددة 295 من قانون الاجراءات المدنية مع مراعاة احتساب مدة التكليف بالسداد مع مضي مدة السبعة ايام من علمكم بالحجز.

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لقرار مسيب بالنشر

١٩٠٥/٢٠٢٤/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المتطورة، في دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٨٥
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٢٠١/٨٢٢ تجاري كسب، بسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٢٦٩,٢٢٤,٢٥٧,١٦) درهم شامل للرسوم والصاريف .
طالب التنفيذ: بنك اوفيني الأول ش.م.ع (بنك الخليج الأول سابقا)
عنوانه: امارة دبي - الثانية الاولى - منطقة نيكوم - بجوار محطة مترو مدينة دبي للاثرائت - برج الشعلة ١ - مكتب ١٠٧٠ - رقم مكاني: ١٥٨٧٧٧٠٧٩ - هاتف متحرك: ٥٥١٠٥٢٠٨ - ٥٥١٠٥٢٠٨
رقم: ٩٧١٥٣١٤٨٧ - ٥٥١٠٥٢٠٨
المتطلب إعلانهم: ١- شركة سفون كوربوريشن - بكوريا ٢- شركة سفونان ايز زد اي شركة منطقة حرة - ذات مسؤولية محدودة ٣- سانجون كوربوريشن - فرع دبي - شركة سفونان للتسمية الصناعية المحدودة - مسقطم: متخذ ضده
موضوع الإعلان: قررت محاكم دبي الابتدائية اعلانكم بالقرار المسيب الصادر بتاريخ: ٢٠٢٤/٤/١٧ للإطلاع على تفاصيل القرار لايد من استخدام خدمات محكم دبي الالكتروني والذكية .

رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة الاستئناف

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

مذكرة اعلان بالنشر (استئناف)

٥٤٦/٢٠٢٤/٢٠٥ استئناف تجاري

المتطورة، في دائرة الاستئناف التجارية الرابعة رقم ٢٠١
موضوع الاستئناف: الاول اقول الاستئناف فعال للتبرير في الجهاد القانوني - ثانياً في الموضوع - الغاء الحكم المستأنف فيما هتني به على النحو الوارد بمنطوقه المذكور باعلاه والقضاء مجددا بالزام المستأنف ضده بسداد مبلغ وقدره (١٩٦,٠٠٠) ريال فطري مائة وتسعون الفاً وستة وثمانون ريالاً فطرياً - او ما يعادله بالدرهم الاماراتي مبلغ وقدره (١٩٦,٢٢٤,٢١٦) درهم امرائتي مائة واربعة وتسعون الفاً وستمائة وتسعون درهم وستون فلس - قيمة مبلغ الشيك رقم ٢٤٠٠٠ المسحوب على بنك دخان الفطري الصادر من حساب المستأنف ضده الشخصي لصالح المستأنف ضده بالرسوم والصفوات ومقابل اعباء المحاماة من درجتي التقاضي.
عنوانه: الامارات - ديرة - دبي - منطقة الخليج التجاري - دبي - شارع الامارات - مبنى أناتارا - شقة ١٠٠٢ - ٥٢٩٠٨٤٤١
المتطلب إعلانه: ١- فابري النديرو كاشيا - صفته: مستأنف ضده
موضوع الإعلان: قد استأنف/الحكم الصادر بالدعوى رقم: ٢٠٢٤/٤/٢٥، وحدث لها جلسة يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٤/٤/١٠ الساعة ١٠:٠٠ صباحاً بالتمتع بالتقاضي عن بعد، وعليه يتقدم مستأنفكم او من يملك قانونياً وفي حالة تطهركم سحري محاكمكم كاشيا.

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان أمر أداء بالنشر

٢٩٤/٢٠٢٤/٦٠ أمر أداء

المتطورة، في دائرة التنفيذ التجارية رقم ٢٠٢
موضوع الدعوى: طلب أمر أداء مبلغ (٥,٥٥٠,٠٠٠) درهم مرمسة ملاين ولثمانمائة وخمسون الف درهم والفائدة القانونية من تاريخ الاستحقاق ١٩ % حتى تسداد التام والرسوم والصاريف ومقابل الاعباء المحاماة .
المدعي: عزت الله امير الناصي
عنوانه: ومحل الاختار مكتب الحماني/مسيرة سبورفا القلائث بالامارات العربية المتحدة - امارة دبي - البرشاء هايش - شارع حصة - بناية أي زايز تاور - الطابق ١٩ - مكتب رقم ١٨٤٢ - مقابل المستشفى السعودي الاتاني - ٤٤٧١٩٧٨٧
ويملكه: مسيرة عبدالله بن قرظاش
المتطلب إعلانه: ١- محمد بن عواد جلال عتيقش - صفته: مدعى عليه
عنوانه: امارة دبي - بومبي - شارع الشيخ زايد - بناية ٥ اشر مويل الطابق ١٨ - غرفة رقم ١٨٠١ - ١٨٠٢ - ٥١٦٢٣٣٠٠٠ - Peyton.ab.31379@yahoo.com - مكاني: ٥١٦٢٣٣٠٠٠
موضوع الإعلان: قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ: ٢٠٢٤/٤/٢٣ الزام المطلوب ضده بأن يؤدي للمطالب مبلغ وقدره (٥,٥٥٠,٠٠٠) درهم خمسة ملايين ولثمانمائة وخمسون الف درهم والفائدة القانونية بواقع ١٩ % من تاريخ الاستحقاق الحاصل في ٢٠٢٤/٧/٢٣ وحتى السداد التام والرسوم والصاريف ومبلغ ا درهم مقابل الاعباء المحاماة . وتم الحق في التظلم من الامر او استئنافه بحسب الاجوال وفق الاحكام الواردة في المادة ١١٧ من قانون الاجراءات المدنية .

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي بالنشر بقيد دعوى

٧١/٢٠٢٤/٤٥٨٦ مدعى عقاري

المتطورة، في دائرة العقارية الثانية - رقم ٢٩٦
موضوع العطن: قبول التفضي شكل وموضوعا ونقض الحكم المطعون فيه اخطائه في محكمة الاستئناف لاصدار حكمها على ضوء ما تقرره محكمة التفضي والزام المدعى عليه بالرسوم والصاريف واداء النفقات المحاماة مع شمول الحكم بالنفقات المحمل بلا كفالة.
عنوانه: الامارات - دبي بيزنس ابي مرساي درايف شارع جيرة بلج بلانس بروج - Aspect tower - الطابق ٥ مكتب ٥٠ - مكاني: ٥٤٧٥٨٣٢٢ - ٥٤٧٥٨٣٢٢
المتطلب إعلانه: ١- كل صمد بتاكل - صفته: مدعى عليه
موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى وموضوعها قبول التفضي شكل وموضوعا ونقض الحكم المطعون فيه اخطائه في محكمة الاستئناف لاصدار حكمها على ضوء ما تقرره محكمة التفضي والزام المدعى عليه بالرسوم والصاريف واداء النفقات المحاماة مع شمول الحكم بالنفقات المحمل بلا كفالة.
وقدره (٨٥٠,٠٠٠) درهم خمسة ملايين ولثمانمائة وخمسون الف درهم والفائدة القانونية بواقع ١٩ % من تاريخ التفضي الحاصل في ٢٠٢٤/٤/١٩ الموافق الساعة ١٠:٠٠ من بعد والتم يمكن الوصول اليها من خلال موقع محكم دبي الالكتروني والخدمات العامة - جداول جلسات القضايا لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مدركات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الاقل.

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان بالنشر

١٧٨١/٢٠٢٤/٤٢٢ تجاري

المتطورة، في دائرة إدارة التامة رقم ٤١٦
موضوع الدعوى: المطالبة بالزام المدني عليه بسداد مبلغ وقدره (٣٢٠٠٠) درهم وثلاثة وعشرون الف درهم والثلاثة القانونية بواقع ١٩ % من تاريخ المطالبة القضائية وحتى الحضورى والصاريف والاعباء المحاماة ضم صف الفرض رقم ١٩١٧-٢٠٢٤ .
المدعي: رحمت خان ايل ايل
عنوانه: الامارات - امارة دبي - ديرة - شارع زين ناس - مبنى نوين لوتوز - شقة ٢١٠٤ - ٥٠١٢٥٤٨٥٠٠
المتطلب إعلانه: ١- كل صمد بتاكل - صفته: مدعى عليه
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدني عليه بسداد مبلغ وقدره (٣٢٠٠٠) درهم وثلاثة وعشرون الف درهم والثلاثة القانونية بواقع ١٩ % من تاريخ المطالبة القضائية وحتى السداد التام مع الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف والاعباء المحاماة ضم صف الفرض رقم ١٩١٧-٢٠٢٤ .
وحدثت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٤/٤/١٩ الساعة ١٠:٠٠ من فاعة التقاضي عن بعد لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مدركات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الاقل.

رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٤١٣٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٤/٢٣

إعلان رقمي لتكليف بالوفاء بالنشر

٥٩٨٢/٢٠٢٤/٢٥٢ تنفيذ شيكات

المتطورة، في دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧
موضوع التنفيذ: تنفيذ بقية الشيك المرجح رقم (٥٥٢٢٠) والصادر عن بنك اتش اس بي الشرق الأوسط المحدود بقيمة (٤٦٧,٨٧٠,٠٠٠) درهم امرائتي وترصد له قيمة المتخذ ضده إجمالي مع الرسوم وقدره (٤٦٧,٨٧٠,٠

منوعات

الفكر

27

أحد الأوصاف الممنوحة لـ "حمام الشيطان (Des Teufels Bad)"، للنمساويين فيرونكا فرانتز وسفيرن فيالا، يقول إنه "فيلم رعب ودراما"، وأنه إنتاج نمساوي - ألماني مشترك (ويكيبيديا الإنكليزية). مشاهدته تلغي صفة رعب لمصلحة دراما، رغم أن مشاهد عدة فيه تعكس مناخاً يُثير رعباً، بالمعنى السينمائي التقليدي العادي (ربما)، المتعارف عليه، لكن الرعب غير متمكن من إحكام سيطرته، مع أن تصويراً لحالات مختلفة تُثير شيئاً من رعب (لعله قرف وغضب وقهر، أكثر منه رعباً) إزاء عنفٍ كامنٍ في نفسٍ وروحٍ بشريين، قبل خروجه إلى العلن، بكل ما فيه من وحشية ودموية.

فائز بجائزة "الدبّ الفضي لأفضل مساهمة فنية"

(Des Teufels Bad): التصوير سردٌ بصريٌّ أجمل وأهم من كل كلامٍ ولقطةٍ وتفصيل



ضاغطة، بعض نساؤها (الأم مثلاً، ووالدة وولف تحديداً) مساهمٌ فعليٌّ ومباشرٌ في تشيئه (العنف، سوء الحياة، إلخ). طغيان الحكاية لن يحول دون تنبئه إلى جماليات فنٍ وتقنيات. تصوير الطبيعة والجماعة لن يمنع تصوير فردٍ وانتهياراته وخراجه واهترائه. تصوير الفرد يتجاوز الحرفية المهنية إلى إبداع، يركز على مفردات علمي النفس والاجتماع، والفكر والتاريخ أيضاً. فالتصوير يخترق موانع، ويعتمد الرمادي، غالباً (وليل) يسيطر على كل شيء وكل أحد، مع نور خفيف منبثق من شمعة ما، أحياناً، وينتشر أحوال ذات بشرية، مخبأة في زوايا عدة منها. فالتصوير سردٌ بصريٌّ أجمل وأهم من كل كلامٍ ولقطةٍ وتفصيل، وهذا كافٍ، رغم تفاصيل جمّة تصنع فيلماً، يتوغل في نفسٍ وروحٍ، أولاً وأساساً.

جريمة قتل، فتقدم بقطع رأسها. المرأة نفسها تصبح "شاهداً" على واقع، يتمثل (الشاهد) بـ "مزار" يتضمّن جسدها جالساً على كرسي، ورأسها المقطوعة واقعة على الأرض قريبا، وتفاصيل عنيفة أخرى حاصلة فيها. تعثر أغنس على الـ "مزار"، مصادفةً ربما (إيحاء سينمائي رائع)، فتعثر، في الوقت نفسه، على خلاصها المتأخر وقتاً غير كثير، من دون أن توحى بذلك (إيحاء سينمائي رائع، أيضاً). مُصاب أغنس متملّ بججز رفض زوجها وولف (دافيد شايد) مضاجعتها. هذا أول مُصاب تشعر به. بل هذا تأسيس فعلي لخراب، تكتشفه أغنس تدريجياً. والعجز أكثر طغياناً من الرفض، فالرفض ربما يكون غطاءً لعجز الرجل في مجتمع ذكوري خانق، يصنع انفصالاً، ويُعزّي فرداً، ويكشف سوء حياة في بيئة

مداخل عدة مُعبدة في معابنة "حمام الشيطان"، الفائز بجائزة "الدبّ الفضي لأفضل مساهمة فنية"، ينالها مارتن غيشلاغ، مدير التصوير، في المسابقة الرسمية للدرجة 74 (15. 25 فبراير/شباط 2024) لـ "مهرجان برلين السينمائي (برليناله)". مداخل يُمكن استخدامها، أو استخدام أحدها على الأقل، لولوج عالم مليء بالعنف والقسوة والتسلط والبطش، وأن يظهر هذا كله مباشرة أحياناً، ومُبطناً أحياناً أخرى. والمبطن جوهر سينمائي، درامياً وفتنياً وجمالياً، يُهدد، أو بالأحرى يحتاج لاحقاً إلى المباشر، ليكتمل المشهد. مشهد العرس يجمع أناساً، سيكونون هم. هنّ أنفسهم في مشهد الإعدام (الخاتمة). التحول من فرح عرس بين حبيبين إلى نشوة، تقترب من الرعشة، في اللاحق على إعدام أغنس (أنيا بلاغ)، ويدّ فضل هذا الإعدام، مخيفٌ لشدة وحشيته الواقعية، وجماليته السينمائية، ودلالاته الخبّاءة فيه: الوحش كامنٌ في الفرد والجماعة، والأخيرة سببٌ أصيل في تغذية العنف في الفرد. احتساء الخمر في

نجاح جديد لكيليان مورفي بفيلمه Oppenheimer



بينها ثلاثية Dark Knight، بأهمية الحصول على الجائزة على أرض وطنه. بعد أن تسلم جائزته من نجمة Killers Of The Flower والتي ترشحت لجائزة أفضل ممثلة دولية، ليلي جلاستون. تم ترشيح أندرو سكوت من All Of Us Strangers وباري كيوجان من Saltburn، إلى جانب مورفي. كما تم ترشيح نجم جيمس بوند السابق بيرس برونسان لجائزة The Last Rifleman. حصل Oppenheimer أيضاً على تقدير في فئة أفضل ممثل مساعد، حيث تم ترشيح كينيث براناه لأدائه كعالم فيزياء نيلز بور. خسر براناه في النهاية أمام بول ميسكال، الذي فاز بالجائزة عن فيلم All Of Us Strangers. وفي الفئات الدولية، حصل Oppenheimer على جائزة أخرى لأفضل فيلم، كما حصل بول جياماتي على جائزة أفضل ممثل عالمي عن دوره في فيلم The Holdovers للمخرج أنكسندر باين. غابت جلاستون عن جائزة أفضل ممثلة دولية، حيث حصلت إيما ستون على جائزة عن أدائها في فيلم Poor Things للمخرج يورجوس لانتيموس، بعد أن حصلت بالفعل على جوائز الممثلة الرئيسية في حفل توزيع جوائز الأوسكار والبافتا والجولدن جلوب هذا الموسم.



حصل النجم العالمي كيليان مورفي على جائزة أخرى عن أدائه في Oppenheimer، حيث حاز الممثل مؤخراً على جائزة أفضل ممثل رئيسي في حفل توزيع جوائز أكاديمية السينما والتلفزيون الأيرلندية عن تجسيده لشخصية عالم الفيزياء النظرية ج. روبرت أوبنهايمر في فيلم السيرة الذاتية الشهير للمخرج العالمي كريستوفر نولان. يأتي ذلك بعد قائمة رائعة من الانتصارات التي حققها الممثل في موسم الجوائز هذا، حيث تم تكريمه في جوائز الأوسكار والبافتا وجولدن جلوب وSAG. وأقر الممثل الأيرلندي، الذي تعاون مع نولان في ستة أفلام، من

الفكر

كيف تحافظ على صحة الكلى؟



أفاد الدكتور ديميتري دورونتشوك أخصائي أمراض الجهاز البولي، أن بعض الأطعمة تقلل من خطر تكون الحصى وتحافظ على صحة الكلى. ووفقاً له، من المهم قبل كل شيء شرب كمية كافية من الماء في اليوم. لأن الماء ينظف المسالك البولية ويخفض تركيز السموم التي تخرج من الجسم مع البول. كما يساعد على تحقيق هذه العملية التفاح والبطيخ والأناناس، مشيراً إلى أن جسم الإنسان يحتاج إلى 30 مل من السوائل لكل كيلوغرام من وزنه. ويشير الطبيب، إلى أن فيتامين A وفيتامين B6 تخفض تركيز الأوكزالات في الدم، ما يقلل من خطر تكون حصى في المسالك البولية. كما أن الكربوهيدرات المعقدة مثل الحنطة

لماذا تضعف الرؤية بعد الأربعين وما العمل؟

تبدأ الرؤية كقاعدة عامة بالتضعف بعد بلوغ الشخص الأربعين من العمر حتى إذا كانت مثالية قبل ذلك. فما العمل؟ ويوضح أطباء العيون مدى خطورة ضعف الرؤية وكيف يمكن مكافحتها.

1 - طول النظر الشيخوخي

تتوسع عدسة العين تدريجياً مع التقدم في العمر وتفقد مرونتها، مع أن الآلية المسببة للتغيرات في تقوسها والعضلات المرتبطة بها تعمل بصورة طبيعية. بيد أن العدسة نفسها تصبح كثيفة جداً لدرجة أن الشخص لا يرى الأشياء القريبة. وينصح الأطباء لتصحيح طول النظر الناتج عن الشيخوخة، بإرتداء النظارات. ويمكن أيضاً استبدال العدسة بعدسة صناعية بعملية جراحية، حيث توفر العدسة متعددة البؤر رؤية طبيعية على أي مسافة.

2 - الضمور البقعي المرتبط بالعمر

مرض شائع يرتبط بتغيرات تحصل في المنطقة الوسطى من شبكية العين (البقعة)، التي تحتوي على العديد من المستقبلات الضوئية. وعند الضمور البقعي للشبكية، تضعف الدورة الدموية، ما يتسبب في معاناة المستقبلات الضوئية. ونتيجة لذلك، تظهر بقعة سوداء في وسط المجال البصري، وأول أعراض هذا المرض هو تشوه صورة الأشياء.

3 - إعتام عدسة العين

يعتبر إعتام عدسة العين حالة حتمية لشيخوخة العدسة. لأن حجمها يزداد باستمرار، وبحلول سن الأربعين، تفقد العدسة مرونتها، وفي سن الستين، تبدأ في فقدان الشفافية. يشعر الشخص في المراحل الأولى من إعتام عدسة العين، بوجود حجاب أمام عينيه، والذباب الأسود. ويمكن التخلص من هذه المشكلة بالخضوع لعملية جراحية لاستبدال العدسة الطبيعية بعدسة اصطناعية شفافة.

4 - الغلوكوما (الزرق)

هو مرض عصبي يؤدي إلى العمى الكامل. ينجم هذا المرض عن عدم انتقال الصورة عبر ألياف العصب البصري، ما يؤدي إلى تضيق المجال البصري. ويعتبر ارتفاع الضغط داخل العين أحد أعراض الغلوكوما. وتسمح استشارة طبيب العيون بصورة دورية ومراقبة مستوى الضغط داخل العين بتشخيص المرض مبكراً وعلاجه باستخدام الأدوية وقطرات خاصة وعملية باستخدام أشعة الليزر وفي الحالات الحرجة الخضوع لعملية جراحية لإبطاء تطور المرض والحفاظ على الرؤية لسنوات طويلة.



الممثلة الأمريكية ألكسندرا شيب والممثلة البريطانية ناعومي واتس وابنتها كاي تحضر عرض أزياء ديور لما قبل الخريف في متحف بروكلين في نيويورك. (ا ف ب)

قرأت لك

البروكلي



يعتبر البروكلي معينا لا ينضب من الفيتامينات والعناصر الغذائية المهمة لصحة الانسان إلا أن آية حمايته للشرابين لم تكن معلوم تفاصيلها حتى الآن الى أن توصل فريق من العلماء البريطانيين إلى تفسير وكشف النقاب عن هذه الآلية.

فقد توصل فريق من العلماء بالكلية الملكية إلى دلائل علمية جديدة تشير إلى أحتواء البروكلي وعدد من الخضراوات الورقية على مركبات كيميائية تعمل على تعزيز ورفع كفاءة الآليات الدفاعية الطبيعية في الجسم لحماية الشرايين ووقايتها من الجلطات المسببة للازمات القلبية. وكشفت الأبحاث الأولية التي أجريت على فئران التجارب أن المركب الكيميائي الطبيعي "سولفورافين" المتواجد في البروكلي لديه القدرة على إشارة وتعزيز عمل البروتينات الواقية والمدافعة عن الشرايين لوقايتها من الاصابة بالجلطات الخطيرة. تأتي هذه الدراسة لتفسر بالدليل القاطع فوائد الخضراوات خاصة البروكلي لصحة الانسان ولتدعم الصيحات المطالبة بضرورة زيادة الاستهلاك من الخضراوات المفيدة لصحة القلب.

سؤال وجواب

• لماذا تبدو لنا السماء زرقاء اللون؟

اثناء النهار يتسلل ضوء الشمس ليصل الى عيوننا لا تتحرك الشمس جميعها بخط مستقيم اللون الأبيض هو في الحقيقة جميع الألوان (الوان قوس قزح) ممتزجة ينتشر اللون الأزرق في كافة أرجاء الفضاء ليصل إلينا من مختلف زوايا الكون ولهذا تبدو لنا السماء زرقاء.

• ما هو البرق الخلب؟

لا يبدو البرق الخلب على شكل خط متعرج يخترق السماء كالبرق العادي إنه ومضه مفاجئة تعم الفضاء لا يختلف في تكوينه عن البرق العادي إنه بكل بساطة برق نراه يخترق الغيوم البرق الخلب غير مصحوب بعمط

• ما وزن الهواء؟

يرتفع الهواء فوق قمامتنا مائة ميل تقريبا وعلى الرغم من كونه يبدو لنا عديم الوزن فإنه يضغط على الأرض ككل الأجسام الصلبة إنه بوزن 10 طن طول على كل ياردة مربعة من الأرض

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الطفل الطبيعي يبدأ في تركيز عينيه على الأشياء المتحركة وتحريك أطرافه في الأسبوع السادس من العمر، وفي الفترة ذاتها يستجيب للأصوات المفاجئة
- هل تعلم أن صداع الشقيقة يصيب الأطفال أيضا ولكن بنسب أقل مما يصيب الكبار
- هل تعلم أن الجسم البشري يتكون من 206 قطعة عظم
- هل تعلم أن الزرافة لطول رقبتها فهي لا تنام في اليوم الواحد إلا تسع دقائق و ليست على مرة واحدة إنما على ثلاث مراحل كل مرة ثلاث دقائق
- هل تعلم أن شرايين الجسم البشري يبلغ طولها 600000 كم
- هل تعلم أن الحوت يستطيع البقاء ساعة تحت المياه بدون تنفس
- هل تعلم أن الحوت الأزرق هو أكبر حيوان على الكرة الأرضية
- هل تعلم أن الحيتان الزرقاء تستطيع التخاطب بواسطة غنائها على مسافة 850 كم
- هل تعلم أن نافورة الماء التي تدفع من رأس الحوت فوق جمجمته يصل ارتفاعها أحيانا إلى 9 أمتار
- هل تعلم أن وزن الفيل يصل إلى 5 أطنان ومع ذلك تصل سرعته إلى 40 كم / الساعة
- هل تعلم أن المشوار الذي يقطعه الدم في مجراه كل يوم يبلغ 168 مليون ميل

قصة الطيور الملونة

غضب الطبيعة على الغابة الجميلة لان الاشجاركانت ترفض ان يقف عليها الغراب والطيور ترفض ان تصادق الغراب حتى النهر رفض ان يشرب منه الغراب فبكى الغراب كثيرا وقال ما ذنبي ان يكون لوني اسود وشكلي ليس جميلا ما ذنبي وبكى كثيرا وعاش حزينا وحيدا لكن احدا لم يعره اي اهتمام.. دعت امه ان يصبح الجميع مثله بلون اسود حتى يشفيه الله مما هو فيه من حزن وفي الصباح استيقظت الطيور لتجد نفسها فقدت الوانها الجميلة واصبحت سوداء فقط ووجدت الاشجار نفسها عاجزة عن الحركة وتجمدت واصبحت كالحجارة توقف مياه النهر عن الجريان وصارت مثل الزجاج فاندش الجميع وصرخت احدى الاشجار وقالت ماذا حدث فقالت العجوز انه غضب الطبيعة لقد اغضبتموها والان لقد صارت جميع الطيور سوداء والمياه مثل الزجاج لا يستطيع احد ان يشربها ولا تستطيع الاشجار ان ترفض من يقف عليها فاحس الجميع بئد منهم وقالوا صحيح كنا نعرف الغراب بلونه فكان مميزا وعصفور الكناري لونه اخضر وطاقر الحناء بطوقه والحمام اصبح كله اسود فابن المطوقة والرمادية الحنون والعصافير كلها اختلطت..كم نحن اسفون ليت النهر يجري فنحن عطشى سنموت كم نحن اسفون، ولا نستطيع الحركة فمن سيجرك الهواء ياليتنا ما اغضبنا الطبيعة وبات كل شئ يبكي ندما فمسحت دموعهم قلب الطبيعة وقالت لقد سامحتكم لقد سامحتكم ومنذ ذلك الوقت والجميع اصداقاء حتى الغراب.

مساحة للتلوين

