

منوعات

الفكر

الأربعاء 13 مارس 2024 م - العدد 14101
Wednesday 13 March 2024 - Issue No 14101

ص 22

أكاديمية الحلم والسعادة تحصل
على جائزة أفضل برنامج
لتحقيق رفاهية الطلاب

ص 27

سيلين ديون تتحدث عن
مرضها النادر في فيلم وثائقي



الصيام .. يسيطر على نسبة

السكر ويحارب الالتهابات

ص 23



التهالات النقشبندية .. طقس

مصري يجمع بين العذوبة والشجن

تعد ابتهالات الشيخ سيد النقشبندي أحد الملامح المصرية شديدة الخصوصية التي تكسب شهر رمضان حضورا حيميا في الشارع المصري، نظرا لما يتميز به صوته العذب من شجن وحلاوة يشعر بها المستمع وكأنها تتخلل روحه وتنفذ إلى مسام القلب.

وتنوع الابتهاالات ما بين الإذاعة والقنوات الفضائية بشكل مكثف على مدار الشهر الفضيل حتى باتت سمة أصيلة من السمات الرمضانية التي تربت عليها أجيال متعاقبة منذ رحيل الشيخ عن عالمنا في 1976 عن عمر ناهز 56 عاما بسبب نوبة قلبية.

ومن الابتهاالات الشهيرة للنقشبندي "أغيب"، "يارب إن عظمت ذنوبي"، "النفس تشكو"، "رب هب لي هدي"، "أيها الساهر"، "سبحانك يا رب"، "رسولك المختار".

لكن يظل ابتهاال "مولاي" هو درة التاج في تراث الشيخ وأجمل ما أبدعته القرية والوجدان في هذا الفن على الإطلاق، حيث تفتن الشاعر عبد الفتاح مصطفى في نحت كلمات الابتهاال ليأتي معطرا بالأشواق الإيمانية، فيما تجلت عبقرية بليغ حمدي ليضع لحنًا يسير أغوار الروح. ويكتمل الثالوث بصوت المبتهل لينشد من منطقة أجمع الكل أنها من فرط حلاوته تكاد لا تنتمي للأرض.

تقول كلمات الابتهاال الأشهر: "مولاي إني ببابك قد بسطت يدي من لي أود به إلاك يا سندي" "أقوم بالليل والأشجار ساجية" "أدعو وهمس دعائي بالدموع ندي" "بنور وجهك إني عائد وجل" "ومن يعد بك لن يشقى إلى الأبد".

وخلف هذا الابتهاال تكمن قصة لافتة، حيث أراد الرئيس الراحل محمد أنور السادات حين كان رئيسا لمجلس الأمة، أن يجمع بين النقشبندي وبليغ حمدي في عمل واحد، لكن الشيخ استشعر الحرج بسبب طبيعته أحيانًا بلوغه التي كانت توصف بـ "الراقصة" آنذاك، وكحل وسط، اتفق الشيخ مع المؤرخ الفني وجدي الحكيم، الذي كان مفوضا من السادات لتأدية المشروع الفني المرتبط بين عبقريتين في الإنشاء الديني والوحيي، أن يستمع أولا إلى اللحن وإن لم يعجبه يظل محتفظا بـ "الجم" فوق رأسه وإن أعجبه يخلع العمة. ويروي الحكيم أنه حين دخل الاستديو، وجد الشيخ قد خلع العمة والجبّة وانقضت من فرط إعجابه باللحن.

صحة القلب: ممارسة الرياضة تفيد النساء أكثر من الرجال

مما لا شك فيه أن ممارسة الرياضة هي واحدة

من العادات الجيدة التي يجب

اتباعها للحفاظ على صحة

القلب. وقد توصلت نتائج

دراسة حديثة إلى أن النشاط

الرياضي كان أكثر فعالية في

تقليل مخاطر الإصابة بأمراض

القلب والأوعية الدموية لدى

النساء مقارنة بالرجال، فماذا في

التفاصيل؟

أهمية الرياضة للصحة عموماً سواء بالنسبة للصحة العقلية أو الدماغ أو حتى العظام، فإن ممارسة النشاط الرياضي المنتظم له فوائد عديدة للجسم، فإنه يساعد أيضاً في الوقاية من الأمراض المزمنة: مثل مرض السكري أو السرطان أو أمراض القلب والأوعية الدموية، والحفاظ على وزن صحي للجسم، ولكنه يساعد أيضاً على تحسين نوعية النوم. ولهذا السبب توصي الوكالة الوطنية الفرنسية لسلامة الصحة الغذائية والبيئية والمهنية (ANSES) البالغين بممارسة نشاط بدني متوسط إلى عالي الكثافة لمدة 30 دقيقة، على الأقل 5 أيام في الأسبوع، ودون البقاء غير نشطين لمدة يومين متتاليين.

في حين أوصت دراسة أمريكية، نشرت في يوليو 2022، بممارسة ما بين 150 و300 دقيقة من النشاط البدني المعتدل، وما بين 75 و150 دقيقة من النشاط البدني المكثف أسبوعياً للبقاء بصحة جيدة، لكن فوائد الرياضة لا تظهر بنفس المستويات لدى الرجال والنساء. وقد لوحظ ذلك في دراسة أجراها معهد سميت للقلب في سيدارز سينا في الولايات المتحدة، ونشرت في فبراير 2024 في مجلة الكلية الأمريكية لأمراض القلب. قد يكون من المفيد الإطلاع على صحة القلب: تناولتي هذه العناصر الغذائية بانتظام ليبقى قلبك نابضاً

اجعلي الرياضة أولوية لتحتمي قلبك

قام الباحثون بتحليل بيانات من أكثر من 400 ألف بالغ أمريكي حول نشاطهم البدني، وفحصوا النتائج الخاصة بالجنسين على أساس التردد والمدة والشدة ونوع التمرين.

وقالت سوزان تشينج، أحد مؤلفي الدراسة، في بيان: "بالنسبة لجميع البالغين الذين يمارسون نشاطاً

بدنياً منتظماً، كان خطر الوفاة أقل من الأشخاص غير النشطين، كما هو متوقع". ومع ذلك، أوضحت الباحثة في نهاية هذا العمل "من المثير للاهتمام أن نلاحظ أن خطر الوفاة انخفض بنسبة 24% لدى النساء و15% لدى الرجال".

عند نفس مستوى النشاط، نرى في النساء أن خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية ينخفض أكثر من الرجال.

وفيما يتعلق بالنشاط البدني الهوائي المعتدل إلى القوي، مثل المشي السريع أو ركوب الدراجات، لاحظ العلماء أن الرجال حققوا أقصى استفادة للقلب من خلال حوالي 5 ساعات من التمارين أسبوعياً، بينما احتاجت النساء فقط إلى ساعتين ونصف في الأسبوع لتحقيق نفس الفوائد. ستحصل النساء أيضاً على نفس الفوائد التي يحصل عليها الرجال من خلال جلسة واحدة من تمارين تقوية العضلات أسبوعياً، بينما يحتاج الرجال إلى 3 جلسات أسبوعياً.

السكري قد يكون سبباً لألم أسفل الظهر

الباحثون أن قدرة الضغط على ألياف الكولاجين القرصية أصبحت معرضة للخطر، ما تسبب في أن يصبح الكولاجين متصلباً وهشاً ويجعل من الصعب على الكولاجين التعامل مع الضغط كما هو الحال عندما يكون بصحة جيدة.

وتفسر هذه النتيجة سبب معاناة مرضى السكري من النوع 2 من آلام مزمنة في الجسم، بما في ذلك آلام الظهر. واستخدم الباحثون تقنية تجريبية تسمى تشتت الأشعة السينية ذات الزاوية الصغيرة السنكروترونية "SAXS" للبحث عن أي تغيير في سلوك الكولاجين القرصي على مقياس النانو.

أفاد باحثون من جامعة كاليفورنيا أن مرض السكري من النوع 2 يؤثر سلباً على الأقراص الفقرية التي تشكل العمود الفقري (الديسك)، إلى جانب المضاعفات الصحية العديدة التي يرتبط بها. ووفق "مديكال نيوز توداي" سعت الدراسة الجديدة لتبين ما إذا كان السكري يؤثر على الأقراص الفقرية، بعدما وجدت دراسات سابقة أن السكري من النوع 2 يؤثر على العظام من عدة جوانب، بما في ذلك عظام العمود الفقري.

ومن خلال دراسة نماذج حيوانية، وجد

كتاب تلوين من غوغل بمناسبة رمضان

أعلنت شركة غوغل عن إعادة إطلاق كتاب التلوين الرمضاني الرقمي مع بداية الشهر المبارك في عدد كبير من الدول العربية.

يحتوي هذا الكتاب الرقمي على مجموعة متنوعة من الرسومات المستوحاة من الفن الإسلامي، ويمكن للجميع إضافة مساهمة خاصة إليها أو تلوينها كنوع من الأنشطة التأميلية للاسترخاء خلال شهر رمضان.

ويمكن للمستخدمين من خلال تطبيق "الفنون والثقافة" أو الموقع الإلكتروني، اختيار القطعة الفنية المفضلة وتلوينها حسب الذوق الشخصي، ومن ثم مشاركة الرسم مع الأهل والأصدقاء ودعوة الآخرين للاستمتاع بتجربة إبداعية مشتركة.

ويتم تقسيم اللوحة أو الصورة إلى طبقات، ويتم عرض 8 ألوان سائدة في أسفل صفحة التلوين، وعلى عكس كتاب التلوين الكلاسيكي، يضيف هذا الكتاب عناصر العمق والمنظر الموجودة في العمل الفني الأصلي عندما يقوم المستخدم بتلوين منطقة ما.

وسط بيروت يعيد لم شمل اللبنانيين في «سيانة» رمضان

في القرية الرمضانية... أعادت وسط بيروت لم شمل المسلمين اللبنانيون لإحياء «سيانة رمضان»، وهي عادة متوارثة بين الأجيال. عشية الإعلان عن موعد بداية شهر رمضان، اختار عدد كبير من اللبنانيين الاحتفال بهذه العادة الشعبية مع عائلاتهم وأصدقائهم في وسط بيروت التي انطلقت بها الحياة لسنوات، فتوافدوا نحو المدينة الرمضانية بعنوان "بيروت العيد" التي نظمتها شركة "سوليدير" وجمعية "أجيالنا" مع محطة "mtv".

في جولة ميدانية لموقع 24، كان لافتاً مشهد الفرحه والأمل على وجوه المارة، إذ تعتبر الفعالية الأضخم في العاصمة منذ بدء الأزمة الاقتصادية عام 2019 وانهيار قيمة العملة اللبنانية مقابل الدولار.

وخلال الفعالية التي استمدت حتى نهاية عيد الفطر، امتزجت ضحكات الأطفال بأنغام الأناشيد الدينية على امتداد الشوارع المزينة في أسواق بيروت، بينما فاحت رائحة الأطعمة الشهية في المكان مجتذبة العائلات الذين تناولوا العشاء قبل بدء رمضان من المطاعم التي نصبت خيابها على امتداد الطريق.

أعرب عدد كبير من المواطنين الذين استطاع الموقع آراؤهم عن سعادتهم بإحياء سيانة رمضان في لبنان بشكل جديد عما كان متبعاً في الماضي مثل المواطن طارق حمادة 41 عاماً الذي نزل إلى القرية الرمضانية لاستكمال الاحتفال بهذه العادة مع زوجته وطفليه اللذان يبلغان 5 و7 أعوام.

وأشار إلى أنه احتفل ظهراً باليوم الأخير من شعبان مع والديه وأشقائه في منزل العائلة الكبيرة وتناولوا على الغداء مأدبة ضخمة كبيرة شارك بإعدادها زوجات شقيقاته مع والدته.





أطلقه قسم الجينات وعلم الجينوم في كلية الطب والعلوم الصحية

جامعة الإمارات تطلق أول برنامج ماجستير في الإرشاد الوراثي في دولة الإمارات

البرنامج يوفر التوازن بين تقنيات الجينوم المتطورة، ومهارات الاستشارة الوراثية النفسية والاجتماعية والتدريب على الأبحاث

•• العين - الفجر

علوم الجينوم والاستشارة الوراثية والطب الشخصي والدقيق وتلبية الاحتياجات المتزايدة عليها، ما يرتقي بتجربة أفراد المجتمع ويعزز صحتهم وسلامتهم..

ومن جهتها أوضحت الأستاذة الدكتورة فاطمة الجسمي رئيس قسم الجينوم وعلم الوراثة: «يوفر البرنامج التوازن بين تقنيات الجينوم المتطورة، ومهارات الاستشارة الوراثية النفسية والاجتماعية القوية، والتدريب على الأبحاث، خصوصاً أن البرنامج مُصمَّم ليناسب المجتمع الإماراتي متعدد الخلفيات وثقافات، وأن التدريب قابل للتطبيق في البيئة السريرية مختلف مقدَّمي الرعاية الصحية في دولة الإمارات، ويُسهِّم في تحسين رعاية الجينوم من خلال تدريب استشاريين الوراثة الأكفاء».

الاهتمام بمهارات الدعم النفسي، وحماية حقوق المريض، وتطوير مهارات منسبي البرنامج في البحوث الجينية السريرية وخدمة المجتمع..

وأكدت الدكتورة الصغار أن الاستشارة الوراثية، مهنة متنامية ومطلوبة، ليس في علم الوراثة السريرية فحسب، بل في الأوساط الأكاديمية والبحوث الجينومية، وفي مختبرات التشخيص الحديثة، وفي صناعة السياسات المتعلقة بالصحة، وفي الخدمات الوراثية المباشرة للمستهلك.

وقال الدكتور راشد عبيد السويدي، المدير التنفيذي لقطاع القوى العاملة في دائرة الصحة - أبوظبي: «إن إطلاق جامعة الإمارات العربية المتحدة لبرنامج الماجستير في الإرشاد الوراثي يأتي بدعم من دائرة الصحة - أبوظبي، وفي إطار حرصها على مواصلة تعزيز الإمكانيات والكفاءات في

الاستشارة الوراثي الأول من نوعه في دولة الإمارات، وهو برنامج أكاديمي وسريري مدته سنتان، مصمَّم لمن يريدون ممارسة مهنة متخصصة، لتحسين جودة حياة الأفراد وأسْرهم من شخصت لديهم أمراض وراثية أو قد يصابون بها، فهو يُكسب الطلاب المهارات والمعرفة اللازمة لإحداث تأثير إيجابي في جودة حياة المصابين باضطرابات وراثية، مما يقلل من عبء الحالات الوراثية على المجتمع».

وأضافت: «هدفنا من البرنامج، تطوير كفاءة المتخصصين في الإضطرابات الوراثية، فهو يركّز على تعزيز مهارات الاستشارة السريرية في مجالات التقييم الوراثي للأطفال، الفحص قبل الزواج، الفحص قبل الحمل والتشخيص قبل الولادة، والسرطان، وعلم الوراثة للبالغين، إضافة إلى

أطلق قسم الجينات وعلم الجينوم في كلية الطب والعلوم الصحية في جامعة الإمارات العربية المتحدة، أول «برنامج ماجستير في الإرشاد الوراثي» في دولة الإمارات، لتعزيز مخرجات الكلية وطرح تخصصات أكاديمية متقدمة، ورفد المجتمع بخريجي التخصصات الطبية التي تلبي احتياجات المؤسسات الطبية من التخصصات النوعية ودعم الإستشارات الوراثية السريرية.

وقالت الدكتورة منى الصغار، مدير برنامج الاستشارات الوراثية في كلية الطب والعلوم الصحية في جامعة الإمارات: «يعدّ برنامج الماجستير في

دعم الطلاب من أجل اكتشاف ذواتهم وقدراتهم وبناء أحلامهم

أكاديمية الحلم والسعادة تحصل على جائزة أفضل برنامج لتحقيق رفاهية الطلاب

•• العين - الفجر



القيمة كطلاب ملهمين ومعلمين متفانين أثبتت أن بإمكاننا تحقيق الكثير عندما نعمل معاً نحو هدف واحد يتمثل في تحسين جودة الحياة التعليمية والشخصية لكل طالب. ثم أكدت سموها على الاحتفال هو ليس احتفالاً بالفوز بالجائزة، بل بنجاح خطوة أولى في رحلة من العمل الشاق، الإصرار والإبداع. هذه الجائزة تعكس التزامنا بتوفير بيئة تعليمية تحضن السعادة والتطور الشخصي والأكاديمي لكل طالب.

وفي ختام كلمتها دعت الشبيخة شما إلى الاستمرار في هذا الطريق معاً، لتحقيق المزيد من الإنجازات في المستقبل. ووجهت تهنئتها للجميع متمنية المزيد من النجاحات والبطء من أجل مستقبل دولة الإمارات العربية المتحدة. يعطء هذا الفوز إلى وضع أكاديمية الحلم والسعادة معياراً جديداً للتميز في التعليم وهو دعم الطلاب من أجل اكتشاف ذواتهم وقدراتهم وبناء أحلامهم، مؤكدة على التزام دولة الإمارات بتنمية أجيالها القادمة.

تشجع على التفكير النقدي، الإبداع، وتنمية الشخصية، فضلاً عن تعزيز الهوية الوطنية وتشجيع الطلاب على تحقيق أحلامهم.

تأسست أكاديمية الحلم والسعادة بطرح من الشبيخة الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان، إيماناً منها بأهمية تطوير التعليم وتعزيز رفاهية الطلاب حيث أكدت الأكاديمية على أهمية دور الأنشطة التربوية في رفع نسبة حضور الطلاب والتزامهم بالدراسات المدرسي، وكذلك في الحد من المشكلات السلوكية بين الطلاب.

في كلمة وجهتها الشبيخة شما للمجتمع المدرسي بمدرسة محمد بن خالد آل نهيان للأجيال بالعين بمناسبة فوز المدرسة قالت هذا الإنجاز لم يكن ليتحقق لولا الإيمان الذي ترسخ في وعينا بأن جودة حياة المستقبل تبدأ حين يستكشف الطالب ذاته، وينمو وعيه بحاضره وقدراته وبناء أحلامه، وأضافت أن الجهود المخلصة والعمل الدؤوب من قبل القائمين جميعهم على الأكاديمية، ومساهماتهم

في النسخة الأولى من جوائز دائرة التعليم والمعرفة لتكريم المدارس والأفراد والبرامج التعليمية ذات التأثير الإيجابي في منظومة التعليم. حصلت أكاديمية الحلم والسعادة في مدرسة محمد بن خالد آل نهيان للأجيال بالعين على المركز الأول في فئة أفضل برنامج لتحقيق رفاهية الطلبة التي تُمنح تقديرًا للبرنامج أو المبادرة المدرسية الأفضل والأكثر تأثيراً في تحسين صحة الطلبة ورفاهيتهم، ويؤكد فوز مدرسة محمد بن خالد آل نهيان للأجيال بالعين على دورها الريادي في العملية التعليمية وتحقيق أهداف التطوير التربوي.

وقد طُبّق برنامج أكاديمية الحلم والسعادة في مدرسة محمد بن خالد آل نهيان للأجيال الخاصة بالعين وتعد الأكاديمية خطوة مهمة نحو تعزيز جودة الحياة التعليمية داخل المدرسة، وذلك من خلال منهجية التعلم المبتكرة التي

تقنية جديدة لإغلاق ثقب في بطين القلب

جراحة قلب مبتكرة من غير شق الصدر لرضيع بمستشفى القاسمي للنساء والولادة والأطفال

أفضل مستقبلاً، كما أن مرحلة التعالّج في مثل هذا النوع من التقنيات الطبية يساهم في سرعة التعالّج بعد الجراحة، ويقلل مدة مكوث المريض في المستشفى لتلقّى الرعاية.

وأكد الدكتور خالد خلفان بن سبت نائب المدير للشؤون الفنية في مستشفى القاسمي للنساء والولادة والأطفال على كفاءة الفريق الطبي في مركز القلب الذي أنفرد بمثل هذا الإجراء الطبي المتميز، مشيراً إلى أن قيادات مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية قد كرمت فريق الأطباء المشاركين في هذه الحالة نظراً لكون هذا الجراحة تعتبر واحدة من الإجراءات الطبية المتميزة والمبتكرة في مثل هذه الحالات الصعبة للأطفال ولا سيما للأعمار الصغيرة.

وأشاد الدكتور بن سبت، بجهود فريق العمل في مركز القلب، وتعاون كافة

أفضل مستقبلاً، كما أن مرحلة التعالّج في مثل هذا النوع من التقنيات الطبية يساهم في سرعة التعالّج بعد الجراحة، ويقلل مدة مكوث المريض في المستشفى لتلقّى الرعاية.

وأكد الدكتور خالد خلفان بن سبت نائب المدير للشؤون الفنية في مستشفى القاسمي للنساء والولادة والأطفال على كفاءة الفريق الطبي في مركز القلب الذي أنفرد بمثل هذا الإجراء الطبي المتميز، مشيراً إلى أن قيادات مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية قد كرمت فريق الأطباء المشاركين في هذه الحالة نظراً لكون هذا الجراحة تعتبر واحدة من الإجراءات الطبية المتميزة والمبتكرة في مثل هذه الحالات الصعبة للأطفال ولا سيما للأعمار الصغيرة.

وأشاد الدكتور بن سبت، بجهود فريق العمل في مركز القلب، وتعاون كافة



وقام فريق الأطباء بتجنب إجراء الجراحة التقليدية المتمثلة في شق عظمة الصدر، معتمدين على تنفيذ الجراحة من خلال إجراء فتحة صغيرة تحت الذراع الأيمن للطفل، تكون فيها الجراحة مخفية وغير واضحة مستقبلاً، وتمكّن الطفل من ممارسة حياته بشكل

تمكّن الفريق الطبي بمركز القلب في مستشفى القاسمي للنساء والولادة والأطفال التابع لمؤسسة الإمارات للخدمات الصحية، من استقبال طفل رضيع يبلغ من العمر 10 أشهر مصاب بـثقب في بطين القلب، حيث تم تحويله من مستشفى الفجيرة لإجراء عملية جراحية بطريقة غير تقليدية بسبب العديد من المشاكل الصحية الذي نتجت عن وجود الثقب.

وتمكن الأطباء من إجراء جراحة قلب مفتوح ناجحة للطفل، وغلق الثقب باستخدام تقنية جديدة تتمثل في التدخل الجراحي المحدود، حيث تعتبر هذه التقنية بديلة عن التدخل التقليدي القائم على إحداث فتحة في منتصف القفص الصدري.



في نسخته الأولى، خلال حفل أقيم بفندق قصر الإمارات

الإمارات الخاصة بالعين تحصد جائزتين من جوائز دائرة التعليم والمعرفة

•• العين - الفجر



الإمارات الخاصة عن شكره وتقديره لفريق العمل من الهيئة الإدارية والتدريسية على جهودهم خلال الفترة الماضية وعملهم الدؤوب في تطوير الأداء وتعزيز المعايير والأسس التعليمية لدائرة التعليم والمعرفة .

الجدير بالذكر أن مدرسة الإمارات الخاصة شهدت تخريج عشرات الدفعات من الطلاب ، على مدار السنوات السابقة ، وتعني إدارة المدرسة إلى جانب التحصيل العلمي بقسميها الوزاري والبريطاني إلى تعزيز قيم التطوع والهوية الوطنية والاستدامة البيئية ، والمشاركة في المبادرات والمسابقات التي تنظمها الدولة ، كما تهتم أيضاً بالنشاط الفني والموسيقى وكان آخر أعمالها أغنية "الشهم الأمين" والتي قدمها كورال طالبات المدرسة إهداءً لصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس دولة الإمارات بمناسبة عيد ميلاد سموه.

وتسعى إدارة المدرسة برئاسة الدكتور خالد منصور وفريق العمل إلى نشر العديد من المبادرات والمسابقات العلمية والفنية والرياضية ودعوة الجهات الخارجية من المدارس والجامعات للمشاركة مما يعزز قيم المواطنة والتسامح والالتزام بصورة مستمرة .

كرّمت دائرة التعليم والمعرفة في أبوظبي، الفائزين ببرنامج جوائز دائرة التعليم والمعرفة بنسخته الأولى، خلال حفل خاص أقيم بفندق قصر الإمارات احتفت فيه الدائرة بالمبادرات والإنجازات المتميزة للأفراد والمدارس ضمن المنظومة التعليمية في الإمارة.

وكانت الجوائز قد شهدت إقبالاً واسعاً مع استقبال أكثر من 300 طلب مشاركة من المدارس الحكومية والخاصة ومدارس الشراكات التعليمية في الإمارة ضمن 11 فئة شملت جوائز الأفراد والمدارس.

وأشرفت لجنة متخصصة على تقييم المشاركات بناءً على موافاتها للمعايير والمتطلبات المحددة قبل اختيار الفائزين للحصول على مكافآت نقدية تتجاوز قيمتها الإجمالية 3.6 مليون درهم.

وقد حظيت مدرسة الإمارات الخاصة بالعين بالفوز بجائزتين في فئتي الاختبارات المعيارية الموحدة والتطوير بإجمالي مائتين وخمسون ألف درهم درهم للجائزتين .

وفي هذا الصدد أعرب الدكتور خالد منصور مدير مدرسة

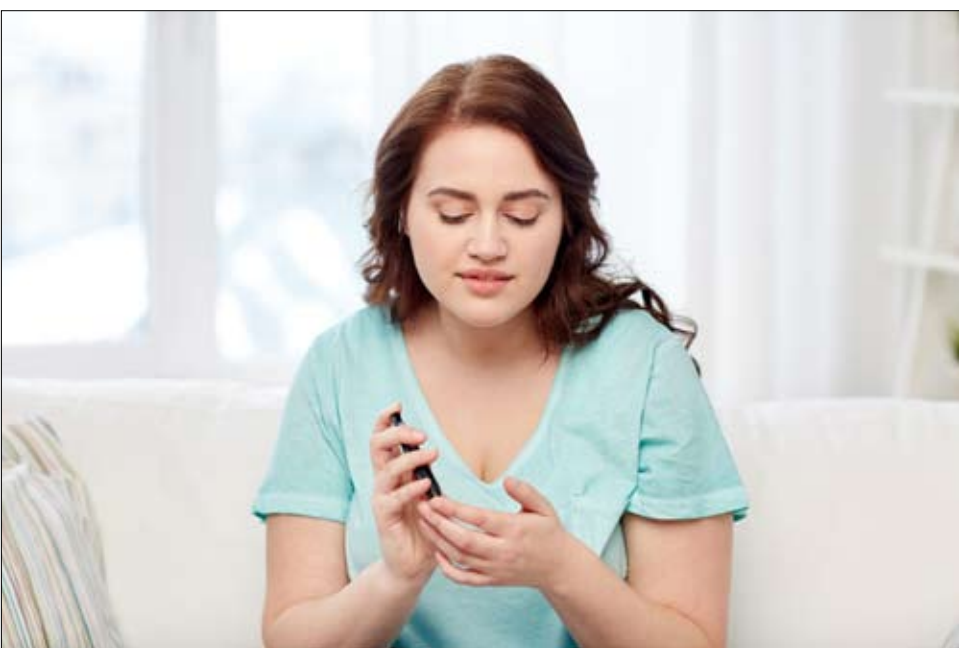
منوعات الفكر 23



يحمل الصيام العديد من الفوائد الصحية للجسم ومع دخول شهر رمضان قد يشعر البعض بالإرهاق من ساعات الصيام الطويلة، إلا أن الخبر السار أن الصيام يوفر الكثير من الصحة لجسمك.

فوائد صحية قد لا تعرفها

الصيام . . يسيطر على نسبة السكر ويحارب الالتهابات



هناك العديد من الدراسات التي تشير إلى أن الصيام يساعد على تحسين مستويات السكر في الدم في الجسم، ويمكن أن يكون مفيداً بشكل خاص للأشخاص الذين تم ربطهم بزيادة خطر الإصابة بمرض السكري. يمكن تحسين أعراض مرض السكري من النوع 2 بمساعدة الصيام المتقطع وتنظيم الزيادة في نسبة السكر في الدم، ويمكن أن يكون الصيام المتقطع أو الصيام البديل فعالاً في الحد من تناول السعرات الحرارية وتقليل حساسية الجسم تجاهها لذلك، يمكن أن يساعد الصيام في نقل الجلوكوز في مجرى الدم بشكل أكثر كفاءة.

هناك العديد من الدراسات التي تشير إلى أن الصيام يساعد على تحسين مستويات السكر في الدم في الجسم، ويمكن أن يكون مفيداً بشكل خاص للأشخاص الذين تم ربطهم بزيادة خطر الإصابة بمرض السكري. يمكن تحسين أعراض مرض السكري من النوع 2 بمساعدة الصيام المتقطع وتنظيم الزيادة في نسبة السكر في الدم، ويمكن أن يكون الصيام المتقطع أو الصيام البديل فعالاً في الحد من تناول السعرات الحرارية وتقليل حساسية الجسم تجاهها لذلك، يمكن أن يساعد الصيام في نقل الجلوكوز في مجرى الدم بشكل أكثر كفاءة.

هل الصوم صحي؟
نعم ، الصيام صحي في الواقع لجسمك وفي الواقع يمكن أن يكون له عدد من الفوائد الصحية إذا حافظت عليه بالطريقة الصحيحة، فيما يلي وفقاً لموقع "onlymyhealth"، بعض الحقائق العلمية التي يجب أن تعرفها عن الصيام.

فوائد الصيام مبنية على العلم
1. يعزز السيطرة على نسبة السكر في الدم عن طريق الحد من مقاومة الأنسولين



3. تعزيز صحة القلب
يمكن أن تسبب أمراض القلب مضاعفات تهدد الحياة وهي أحد الأسباب الرئيسية للوفاة حول العالم، يمثل حوالي 31.5 ٪ من الوفيات العالمية، وبالتالي فإن أي شيء يمكنه خفض هذا المعدل مفيد للغاية للصحة. يقلل الصيام من مخاطر الإصابة بأمراض القلب عن طريق تحسين ضغط الدم والدهون الثلاثية ومستويات الكوليسترول في الجسم، يمكن أن يساعد تبديل نظامك الغذائي وتنفيذ نوع من الصيام في تحسين حالتك الصحية العامة.

4. يعزز وظائف الدماغ
نعلم جميعاً أن الدماغ هو أحد أهم أجزاء الجسم للعمل بشكل جيد، كانت هناك بعض الدراسات التي تشير إلى أن الصيام يمكن أن يكون له تأثير كبير على صحتك المعرفية. أظهر الأشخاص الذين يصومون على فترات منتظمة أو يتبعون روتين الصيام المتقطع تحسناً في عيار الدماغ وبنية الدماغ. يمكن أن يساعد في تطوير الخلايا العصبية وتعزيز الصحة المعرفية، يمكن أن يساعدك أيضاً في علاج الاضطرابات التنكسية العصبية.

5. يساعد في إنقاص الوزن
يمكن أن تعتمد معظم أنواع الصيام في الواقع على فقدان الوزن وتحسين وزن الجسم وفقاً لمؤشر كتلة الجسم، يمكن للصيام أن يحسن تناول السعرات الحرارية ويمكن أن يساعد في إذابة الدهون الزائدة في الجسم من خلال استخدامه في فترة الصيام، يساعد الصيام أيضاً على تعزيز عملية التمثيل الغذائي ويحافظ على النواقل العصبية norepinephrine التي تؤدي إلى فقدان الوزن، صيام يوم كامل يمكن أن يقلل دهون الجسم بنسبة تصل إلى 9٪ ويقلل بشكل ملحوظ من دهون الجسم لأكثر من 12-24 أسبوعاً.

6. يزيد من إفراز هرمون النمو
هرمون النمو الموجود في نوع من البروتين يمثل جانباً أساسياً من الصحة مفيد في الواقع لتحسين التمثيل الغذائي، وفقاً للبحث، هذا هو الهرمون الرئيسي المسؤول عن وزن الجسم وقوة العضلات ويحسن التمثيل الغذائي، يساعد بشكل طبيعي في زيادة مستويات هرمون النمو في الجسم، كما يساعد في الصيام لمدة 24 ساعة بشكل كبير في زيادة معدل إنتاج هرمون النمو بمقدار 5 أضعاف.



كيفية تدريب الأطفال على صيام رمضان والوجبة الصحية لهم

من الفجر حتى الظهر فهذا أمر جيد. واستطردت الدكتورة ضحى محمد، أن الوجبة الصحية للطفل الصائم يجب أن تكون وجبة متكاملة بها بروتين وكربوهيدرات والدهون المشبعة وغير المشبعة خلط بين الزيت والسمن ، مع ضرورة إيجاد وجبة بروتينية أساسية بين الإفطار والسحور، مشددة على ضرورة تناول الفول في سحور الطفل والبيض المسلوق أفضل من البيض المقلى مع تناول كوب زبادى مع ضرورة عدم تناول المواد الغازية والحوادق حتى لا يشعر الطفل بالعطش خاصة فى حالة قدرته على صيام اليوم كاملاً.

كشفت الدكتورة ضحى محمد أستاذ كيمياء التغذية بالمركز القومي للبحوث، عن كيفية تدريب الأطفال على صيام شهر رمضان، خاصة وأنه لم يفرض عليهم الصيام، حيث يجب أن تكون فترة التدريب من 7 إلى 10 سنوات، موضحة أن بدء التدريب قبل هذا السن مجهد بالنسبة للطفل، مشيرة إلى أن التدريب على الصيام يجب أن يبدأ بشكل تدريجي، حيث إن الطفل غير ملزم بصيام اليوم كاملاً، كما أن صيام رمضان هذا العام يتزامن مع الشتاء والربيع وبالتالي يكون الصيام فيه هين ومحجب عكس صيام رمضان فى الصيف للأطفال يكون مرهق ومجهد جداً.

وأضافت أستاذ التغذية فى نشرة طبية، أن التدريب على الصيام يجب أن يبدأ من الفجر وحتى الظهر، مشددة على أن ذلك الأمر مرتبط بالحالة الصحية للطفل، بمعنى لو أن الطفل جسمه ضعيف غير جائز صيام اليوم كاملاً أو رمضان كاملاً، خاصة وأنه فى مرحلة التدريب على الصيام، لأن الهدف الأساسى أن يحب الطفل الصيام فلا يجوز أنه ندفعه للصيام ويشعر الطفل أن ذلك عبء عليه، وعبء على الأسرة، ولو صام الطفل



صيام رمضان . . هل يعد تناول كوب من القهوة على السحور آمناً؟

تناول كوب القهوة من اهم اهداف الصائمين بعد وجبة الافطار، لرغبتهم في الحصول على جرعات الكافيين التي يفتقدها الجسم طوال اليوم، وطبقاً لتقرير نشر في موقع healthline، فإنه لايد من اختيار الوقت المناسب لشرب القهوة، لأن شربها في الوقت الخطأ سيؤثر على جسمك لأن القهوة تحفز افراز المعدة وحمض المعدة، وفي بعض الحالات ستنسب أيضاً الجفاف اثناء ساعات الصيام.

وأكد التقرير، ضرورة تجنب تناول القهوة عقب الإفطار وعند السحور أيضاً، لأن شرب القهوة مباشرة بعد الإفطار يمكن أن يزيد بشكل كبير من حمض المعدة لدى الشخص، كما يعمل كوب القهوة المنشود كمحفز على إدرار للبول إذا تناولناه خلال وجبة السحور في فترة قبل الفجر، مما يسبب الجفاف بسهولة، كما أن هذا الكوب من القهوة سيؤدي الى تعطيل نمط نومك البيولوجي.

وأشار التقرير، الى ضرورة تجنب تناول القهوة في منتصف الليل لأنها ستؤثر على نومك حيث تؤدي في الغالب إلى زيادة احتمالية الأرق، لذا يبقى الخيار الأكثر أماناً هو تناولها في الفترة التي تقع بين بعد الإفطار ومنتصف الليل.

وأوضح التقرير، ان تناول 50-200 ملليجرام من الكافيين لا يؤثر سلباً على جسم الانسان في المطلق، مؤكداً أن القهوة لها بعض الفوائد الصحية فهي تنشط الدورة الدموية كما انها تحتوي على مواد مضادة للاكسدة تعمل على إتلاف الخلايا السرطانية.



فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بانحلال شركة
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب
القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 1015487 رقم القيد بالسجل التجاري : 1699297 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 29/2/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 29/2/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب
القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 04-2973060 فاكس : 04-2973071
ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ال بي دي اي للتجارة - ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 29/2/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 29/2/2024 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

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بانحلال شركة
اسم الشركة : محمد جان لتأجير مواقف السيارات - ش د م
العنوان : مكتب رقم 1B ملك حسين ناصر راشد موجد لوانه - نايف - ديرة - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 935576 رقم القيد بالسجل التجاري : 1545271 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية محمد جان لتأجير مواقف السيارات - ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 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

فجر

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70530
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 0001359/AJCEXCICOMS2023 تجاري
إلى المحكوم عليه : أمين يحيى محبوب محمد
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المتقدم مؤسسة عقارات عجمان (عقار) - في القضية المشار إليها أعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتفنيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي: المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف : 60371.0
لذلك أتمت مكلف بتنفيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك - إعلانك بهذا الإخطار- حالة وحالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحكمك - إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.
محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70670
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بانحلال شركة
اسم الشركة : اوتناريو ستار لتجارة الدراجات النارية شركة الشخص الواحد - ش د م - العنوان : مكتب رقم 2105 ملك جيتسبيت انترناشيونال (ش د م) بر دبي - الخليج التجاري - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ش د م) ، رقم الرخصة : 1163719 رقم القيد بالسجل التجاري : 1933339 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ايه & ام الانصاري لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 2903.1 ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد بن سلطان آل نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس : 04-2955582 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70670
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بتعين مصفي
اسم المصفي : ايه & ام الانصاري لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 1-2903 ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد بن سلطان آل نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس : 04-2955598 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية اوتناريو ستار لتجارة الدراجات النارية شركة الشخص الواحد - ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 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

فجر

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
ادارة الكاتب العدل والتصديقات

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70533
رقم العاملة ٢٠٢3575-020341-MOJAU
إخطار عدلي لوفاء بمبلغ 32500 درهم
المحضر اليه جرد عدد 2 شيف. المحضر بمبلغ 32500 (ثلاثين وثلاثون ألف وخمسمائة) درهم اماراتي فقط حيث انه بتاريخ ٢٨/٠١/٢٠٢٤ تم التوقيع من طريق النيابة العامة على الرقم رقم 0554089192 - بوجينيت ت. 0554089192 المحضر رقم 1/2 أبو عبد الله باجان - الجنسية الهند. العنوان الشارفة - بوجينيت ت. 0554089192 يتم التوقيع من طريق النيابة على الرقم رقم 0554089192 المحضر رقم 1/2 أبو عبد الله باجان - الجنسية الهند. العنوان الشارفة - بوجينيت ت. 0554089192 المحضر رقم 1/2 شيف. المحضر بمبلغ 32500 (ثلاثين وثلاثون ألف وخمسمائة) درهم اماراتي فقط حيث انه بتاريخ ٢٨/٠١/٢٠٢٤ تم التوقيع من طريق النيابة العامة على الرقم رقم 25/10/2016 والمحضر على بنك الامارات الاسلامي شيف. رقم 0000889 بمبلغ 16500 درهم بتاريخ استحقاق 25/10/2016 والمحضر على بنك الامارات الاسلامي شيف. رقم 0000889 بمبلغ 16000 درهم بتاريخ استحقاق 25/09/2016 والمحضر على بنك الامارات الاسلامي لذلك فأننا نخطركم بضرورة سداد مبلغ المحكور خلال خمس ايام من تاريخ اخطاركم والا ستخضع للاجراءات القانونية والطعن من السيد الكاتب العدل التوفيق على هذا الإخطار لمخاطركم بما جاء به.
وهذا إخطار من بنكك
الكاتب العدل

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70659
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بانحلال شركة
اسم الشركة : عالم الأعمال لتقنية المعلومات - ش د م
العنوان : مكتب M004 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى السبيعي - بر دبي - عود ميناء - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ش د م) ، رقم الرخصة : 1182268 رقم القيد بالسجل التجاري : 1971301 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أحمد أبو أحمد مبادئ لراجعة الحسابات - ش د م - العنوان : مكتب 411 عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود ميناء - هاتف : 04-8866575 فاكس : 04-8866575 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70659
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بتعين مصفي
اسم المصفي : أحمد أبو أحمد مبادئ لراجعة الحسابات - ش د م
العنوان : مكتب 411 عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود ميناء - هاتف : 04-8866575 فاكس : 04-8866575 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية عالم الأعمال لتقنية المعلومات - ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 7/3/2024 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

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70640
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بانحلال شركة
اسم الشركة : لامبرت بيتس كير- ش د م
العنوان : مكتب رقم 2F25 ملك داءود أحمد محمد احمد ديرة - هور العنز - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 838357 رقم القيد بالسجل التجاري : 1987683 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 21/2/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 11/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين المركز الدولي للاستشارات وتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 212 مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - بورسعيد - هاتف : 04-2501521 فاكس : 04-2501522 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70640
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بتعين مصفي
اسم المصفي : المركز الدولي للاستشارات وتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 212 مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - بورسعيد - هاتف : 04-2501521 فاكس : 04-2501522 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية لامبرت بيتس كير- ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 11/2/2024 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

فجر

إعلان بالنشر

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70392
الدعوى رقم 2024/379 تجاري - الشارقه
لدى محكمة الشارقة الاتحادية الاتحادية الابتدائية
المرفوعة من المدعي / بنك ابوظبي الاول ش.م.ع
ضد المدعى عليه / فهد بن مسفر بن فهد البوسري
المدعى عليه مدعو للحضور شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد لاجتماع الخبرة الصوتية / المرئية عن بعد المقرر يوم الاثنين بتاريخ 2024/03/18 الساعة 12 ظهراً الاتصال المرئي عن بعد والذي سيعقد في مكتب الخبير الكائن في ابوظبي / شارع حمدان - بناية برج العرب - طابق الميزاين مكتب رقم 95
مصححين معكم كافة المستندات التي ترفعون في تقديمها للخبير.
الخبير الصوري / معن ناظم ال م
للتواصل / موبايل : 0504110038
البريد الالكتروني : maanbraich@yahoo.com

فجر

مذكرة إعلان المدعى عليه بالنشر

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70533
محكمة دبي
محكمة دبي الابتدائية
مذكرة إعلان المدعى عليه بالنشر
في الدعوى رقم 41/2023/1451 عقاري
إلى المدعى عليه السيد/ الجبريل بوزوكارو، مجهول محل الإقامة، بمأ أن المدعى السيد / التوفى هيدن، قد أقام في مواجعتكم الدعوى المذكورة أعلاه، وعليه نعلنكم بأن محكمة دبي الابتدائية قد أصدرت بتاريخ 2024/1/8 الحكم التمهيدي التالي : (حكمت المحكمة وقبل الفصل في الدفع والموضوع ينوب الخبير الحسابي صاحب الدور تكون مهمته) وعليه نعلنكم بضرورة حضور اجتماعات لجنة الخبراء - الخبير المحاسبي / محمد عبدالله محمد عبدالله الصبيحات، والخبير الهندسي/ شكري سليم شريف المعكر المنتدبين في الدعوى، وذلك وفقاً لتفاصيل التالية،
https://us05web.zoom.us/j/83775443386?pwd=jumcuF8hzSU VUtkF7wNEkPAMdnFdG8.1
الخبير / محمد عبدالله محمد عبدالله الصبيحات
خبير محاسبي بمحاكم دبي

فجر

حكومة دبي
محاكم دبي

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70197
أذار عدلي بالنشر
رقم (663/2024)
القنر : السيد / سيف بن محمد بن عبد الله القاضي : إماراتي الجنسية ، يمثله بالوكالة / هاشم ابوالقاسم عبد الغني عبد الغفار ، برقم المحرر (252009/1/2018) - العنوان : دبي البرشاء 1 - بناية سي زنس ستر مكتب رقم 110 - خلف اللؤلؤ هايبر ماركت ومقابل أكاديمية دبي الأمريكية - ت : 044478808
المقرر إليه : سيلوانا جلويليا لتقنية المعلومات رخصة تجارية رقم 965257
بخطر المقرر المندرج إليهما بضرورة دفع كامل متأخرات الإيجار مبلغ وقدره (43.501.03 درهم) في مدة أقصاها أسبوع من تاريخ النشر، والا سيخطر المقرر لإخلاء الإجراء القانونية اللازمة ضد المندرج إليهما عن التزامهما بجميع الصروفات والرسوم القضائية وفوائد التأخير وأتعاب المحاماة وبدل العطل والنضر.

فجر

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
ادارة الكاتب العدل والتصديقات

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70533
رقم العاملة ٢٠٢3641-020341-MOJAU
إخطار عدلي بالوفاء
المحضر : محمد نور لوفاء محمد نور الحق - الجنسية بنغلاديش
العنوان الشارفة : القاضي (بجانب بيت الشرق)، الهاتف التحرك : 0554269777
المحضر إليه : محمد اسماعيل حسين محمد مسلم علم - الجنسية بنغلاديش
العنوان : الشارفة - البريموف (الزرافة لتجارة الهواتف التحرك (د.م.م).
الهاتف التحرك : 0568688589
موضوع الإخطار : إخطار عدلي لوفاء بمبلغ وقدره (58.000) ثمانية وخمسون ألف درهم الواقع - حيث أن المحضر إليه قد جرد لصالح المحضر شيف رقم (000051) بقيمة (58.000) ثمانية وخمسون ألف درهم فقط لا غير والمصوب على بنك رأس الخيمة الوطني والحومر بتاريخ 9/11/2017 حيث أن الشيف لا يقبله رسيد (الحساب مغلق). -حاور المحضر تحصيل قيمة الشيك من المحضر إليه بالطرق الوافية مراراً وتكراراً لكن دون جدوى - بناء على ذلك يعلن المحضر المحضر إليه بضرورة دفع قيمة الشيك في فترة أقصاها خمسة أيام من تاريخ استلامه الإخطار والا سوف يقوم بإخذال الإجراءات القانونية لذلك - وعليه يلتزم المحضر من سعادة الكاتب العدل بالشارفة بإخطاركم بهذا رسمياً.

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بانحلال شركة
اسم الشركة : يارك سمارت فاليت سيرفيز - ش د م
العنوان : مكتب رقم 2304 ملك داءود ابراهيم ريل اسيت مانجمنت ش د م - الثانية الاولى - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 880793 رقم القيد بالسجل التجاري : 1681210 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 8/3/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 8/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية يارك سمارت فاليت سيرفيز - ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 8/3/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 8/3/2024 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

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بانحلال شركة
اسم الشركة : جين جيناي لخدمات الاستقبال والإرشاد ش د م
العنوان : مكتب رقم 14-13 ملك راشد خليفة باهول المهيري - البرشاء 1 - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ش د م) ، رقم الرخصة : 1074368 رقم القيد بالسجل التجاري : 1633786 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 22/2/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 22/2/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية جين جيناي لخدمات الاستقبال والإرشاد ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 22/2/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 22/2/2024 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

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بانحلال شركة
اسم الشركة : السناي لتجارة الهواتف التحرك ولوازمها ش د م - العنوان : مكتب رقم 44-43 ملك بلدية دبي - بر دبي - الفهدي - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 1064153 رقم القيد بالسجل التجاري : 1731218 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 8/3/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 8/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية السناي لتجارة الهواتف التحرك ولوازمها ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 8/3/2024 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 8/3/2024 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

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بانحلال شركة
اسم الشركة : هاما كاييتال للاستثمارات - ش د م
العنوان : مكتب رقم 44-43 ملك بلدية دبي - بر دبي - الفهدي - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ش د م) ، رقم الرخصة : 1000900 رقم القيد بالسجل التجاري : 1633786 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 5/4/2023 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 5/4/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

فجر

حكومة دبي
للاقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٣
70021
شهادة بالتأشير في السجل التجاري- بتعين مصفي
اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بور سعيد - هاتف : 04-2973060 فاكس : 04-2973071 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية هاما كاييتال للاستثمارات - ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 5/4/2023 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 5/4/2023 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٣

70021

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

التنفيذ رقم ١٠٦٨/٢٠٢٤/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المطولة : دائرة التنفيذ الحادية عشر رقم ٢٩٦
موضوع التنفيذ : تقديم الحكم الصادر في رقم ١٠٢٣/٢٩٦ ر.م اداء بسداد المبلغ المتخذ بـ
وقدره (٢١.٨٣٠,٥٠) درهم.
على طالب التنفيذ : يورث سائر لصناعة الاثاث
عنوان الامارات : اماردي - بور سعيد - ديرة - دبي - شارع بورسعيد - مبنى اسكيو يتيمز بارك - شقة
٥١٤٧٨٧٨٠٠١
المطلوب اعلانه : - محمد ناصر حمود آل شافي الهاجري - صفته : مقيم ضده
موضوع المطول : اعلان - ادق امام البعد العلوي التنفيذية المذكورة اعلاه والزام بدفع
المبلغ المتخذ به وقدره (٢١.٨٣٠,٥٠) درهم الى طالب التنفيذ و اخذية المناصفة الى مبلغ رسوم
لخزنية المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحسبكم في حالة عدم الالتزام بالقرار
المذكور خلال (٣ ايام) من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

[illegible]

GOVERNMENT OF DUBAI
دولة الإمارات العربية المتحدة

محاكم دبي الابتدائية

دبي
DUBAI COURTS

70197
العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٠٣/١٢

اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالتشريع

في التنفيذ رقم ٢٠٢٣/٢٥٤/١٦٦١٠ تنفيذ شيكات

المطورة: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧

موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المبرمج رقم (٠٠٠٠٠) والصادر عن الإمارات دبي الوطني بقيمة (٢١٩٤٠٠) والبالغ الإجمالي بالروسوم (٢١٩٤٠٠) لطالب التنفيذ.

مقتضى (٢١٩٤٠٠) اتفاق الاسلامي لتتمويل مساهمة خاصة

عنوانه: الإمارات - امارة دبي - المركز التجاري الأولي - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج السلام - طابق ٢٦ - شيراتون جران - ٥٧٧٣٧٢٥٢٥٠

مقتضى (٢١٩٤٠٠) - على خليل محمود - برمان - صفته: متفقد ضمد

موضوع الاعلان : قد انا علم عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المتدبر به وقرره (٢١٩٤٠٠) درهم على طالب التنفيذ أو خزينة الحكومة ، بالإضافة إلى اداء الرسوم المذكورة وذلك خلال ٧ ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بمقتضى.

رئيس الشعبة

70197

العدد ١٤١٠١ بتاريخ ٢٠٢٤/٢/١٢

اعلان رقمي للتكليف بالوفاة والنشر

في التنفيذ رقم ٢٥٢٤/٢٠٢٣/١٧٤١١ تنفيذ شكايات



المطروحة في: دائرة التنفيذ العامة رقم ١٨٧

موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الدعوى المرفجة رقم (٢٠٢١٢) والصادر عن جيبب بنك اي جي

توزيع بقيمة (٢٥٢٠٢) والمبلغ الاجمالي بالرسوم (٢٥٧١٤) لطالب التنفيذ .

طالب التنفيذ : افاق الاسلاميه لتمويل مساهمة خاصة

عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الاول - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى السلام - شقة ٢٠١٤ - الشيرازي - ٥٧٧٧٢٥٢٠

المطوب: اعلانه - نوال ريمويشو كوركوئا - مسفة: ضمه فضاء

موضوع الاعلان : قد انا علمك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزاعمه بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المقتضى به وقرره (٢٥٧١٤٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم والقررة وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستخذ الاجراءات القانونية بحقكم.

رئيس الشعبة

إعلان رقمي للتكليف بالوفاة بالنشر

في التنفيذ رقم ١٥٧٦٩/٢٠٢٢/٢٥٣ تنفيذ شيكات

المختصة في إدارة التنفيذ الثالثة عشر رقم ٣٠٢

موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرحج رقم (١٠٠٠٠) والصادر وبإقليمي التجاري بقيمة (١٠٠٠٠).

طالب التنفيذ: افاق الاسلامية لتمويل مساهمة خاصة

عنوانه: الإمارات - أماره دبي - شارع التجاري الأولى - دبي - مبنى السلام - شقة ٢٠٤ - الشيراتون - ٥٧٧٦٩٢٥٢٠

المطلوب إعلاؤه: - سبعة ايام محدد منظر الاسلام - صفته: منفذ ضد موضوع الإعلان - قد اقام عليه الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفيذي وسداد المبلغ المندف به (١١٣٣٥) درهم إلى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، بالإضافة إلى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم.

رئيس الشعبة



GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



DUBAI COURTS

[illegible]



منوعات الفكر

26

استهل به نادي حرف فعالياته في شهر القراءة الوطني

الأرشيف والمكتبة الوطنية يثري المعرفة ويوعي بـ (قوانين الطبيعة البشرية)

.. أبوظبي-الضجر:

استهل نادي (حرف) في الأرشيف والمكتبة الوطنية

فعالياته في شهر القراءة الوطني بندوة ناقش فيها محتوى كتاب (قوانين الطبيعة البشرية)، واستهدفت الندوة التي جاءت ضمن سلسلة فعاليات ثقافية إلى إثراء

المعرفة، وهذا ما يتسجم مع الهوية المؤسسية الجديدة للأرشيف والمكتبة الوطنية التي تتطلع إلى تمكين مجتمعات المعرفة وإثرائها. وكشفت الندوة التي أقيمت في قاعة الشيخ محمد بن زايد بمقر الأرشيف والمكتبة الوطنية، وقدمها الأستاذ وليد سيف غيلان نائب مدير نادي حرف أن هذا الكتاب يهدف إلى بيان الأسباب الجذرية لسلوك البشري، مما

غير فهم قارئه لسلوك الناس، وبالتالي تغيير طريقة التعامل معهم إلى الأفضل، وهذا من ضمن اهتمامات الأرشيف والمكتبة الوطنية الذي يريد لقراءة أن تكون بوابة الحضارة والمدخل الأساسي لكل علم من العلوم، بها نطلع على تجارب الأمم السابقة، وعلى المنجز الإنساني الحاضر. وتم اختيار كتاب (قوانين الطبيعة البشرية) - مؤلفه

الأمريكي روبرت غرين- لأنه ثمرة دراسات علمية وليس وجهة نظر فردية، وكل فصل فيه يبدأ بقصة تشرح الدافع (القانون)، ثم يفسر الكتاب أثر هذا القانون علينا وكيفية استئماره والاستفادة منه بطريقة إيجابية، مؤكداً أنه لا يمكن تغيير الطبيعة البشرية وإنما تهذيبها. وركز المشاركون في الندوة على أهمية المهارات التي قال عنها الكتاب: إنها تحتاج إلى ممارسة حتى تصبح عادات،

مركز أبوظبي للغة العربية يُشارك في «معرض لندن الدولي للكتاب 2024»

.. أبوظبي-وام:

النشر والثقافة للتعرف على مستجدات قطاع النشر وتوجهاته.

وقال سعادة الدكتور علي بن تميم، رئيس مركز أبوظبي للغة العربية، إن معارض الكتاب العالمية تشكل منصة فاعلة لفتح آفاق جديدة للحوار والتعاون بين رواد صناعة النشر وقادة الفكر والأعمال على اختلاف توجهاتهم الإبداعية، كما تدعم جهود المركز للمساهمة في تطوير هذه المجالات الثقافية والصناعات الإبداعية المرتبطة بالنشر والكتاب، انطلاقاً من الاستراتيجية الوطنية للصناعات الثقافية والإبداعية للدولة، التي تهدف إلى النهوض بهذا القطاع، وتعزيز حجمه ومساهمته ليصبح في عداد أهم الصناعات الاقتصادية في دولة الإمارات مستقبلاً. وأضاف

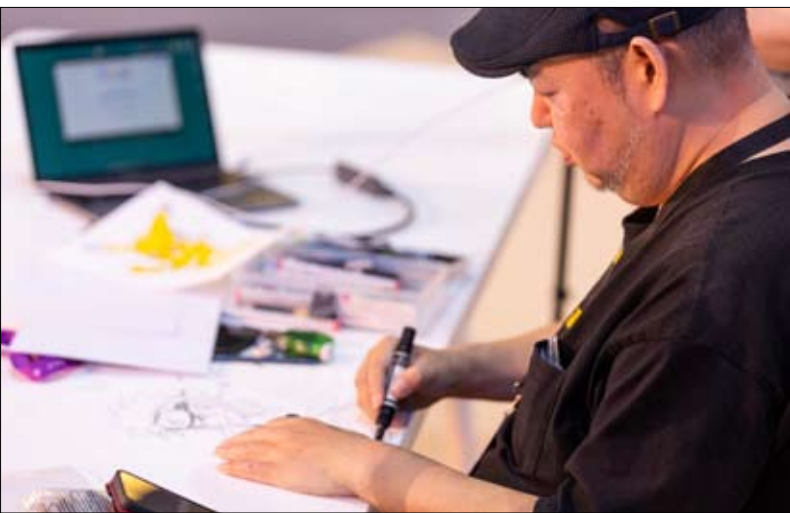
يشارك مركز أبوظبي للغة العربية، في فعاليات «معرض لندن الدولي للكتاب 2024» التي تنطلق اليوم وتستمر حتى 14 مارس الحالي في ألبانيا لندن. ويعدّ معرض لندن من أكبر المعارض العالمية للكتاب التي تفتح المجال أمام الناشرين من كافة الدول لتعزيز حضورهم الدولي ودخول أسواق عالمية جديدة. ويسعى المركز من خلال مشاركته في المعرض للوصول إلى أهم الأسواق الدولية للنشر، وتعزيز أطر التعاون مع الناشرين العالميين، بالإضافة إلى الترويج لمعرض أبوظبي الدولي للكتاب، والمشاريع والفعاليات الثقافية التي ينظمها، والتواصل مع صنّاع القرار في عالم

لغة العربية خلوة ثقافية بعنوان " الترجمة: الأدب والتكنولوجيا"، بالتعاون مع كلية الدراسات الشرقية والأفريقية بجامعة لندن، وبمشاركة ما يقرب من 30 خبيراً وأكاديمياً في مختلف مجالات الترجمة. وتشهد المشاركة توقيع اتفاقية شراء حقوق ترجمة مع متحف التاريخ الطبيعي، وذلك لإطلاق ترجمات عربية لمجموعة من الكتب، ومن بينها "مستكشف الطبيعة: المغامرون الذين سجلوا عجائب العالم الطبيعي" الصادر عن متحف التاريخ الطبيعي. ويعتمد الكتاب في تقديم مادته على الصور واللوحات الملونة الفخمة للنباتات، والحيوانات، والنظر الطبيعية، والناس، وتشمل هذه الكتب أيضاً "رحلات الاستكشاف: احتفاء بصري

وقيادة جهود البحث والتطوير اللغوي ودعم الإبداع، والتأليف، والترجمة، والنشر. وتستعرض الجلسة أيضاً أهم مشاريع المركز مثل: مشروع كلمة للترجمة، ومعارض ومهرجانات الكتاب التي يُنظمها، وفي مقدمتها معرض أبوظبي الدولي للكتاب، فضلاً عن الجوائز والمنح العديدة التي يقدمها المركز لدعم صناعة النشر والصناعات الإبداعية. كما ينظم نادي كلمة للقراءة جلسة مناقشة للكتاب "الفلكي والساحرة"، الذي يُقدّم قصة عالم الفلك الألماني يوهانس كبلر، أحد أشهر علماء الفلك في التاريخ، ومكانته في عصره ودفاعه السلمي عن أمه بعد اتهامها بممارسة السحر، وبالإضافة إلى ذلك، ينظم مركز أبوظبي

أن مشاركة مركز أبوظبي للغة العربية في معرض لندن الدولي تتيح لنا الفرصة للتعريف بمشاريع المركز ومبادراته في خدمة حضور اللغة العربية، وتعزيز دورها في استدامة التواصل الحضاري وتنمية معارف الشعوب بثقافات بعضها البعض. كما يُنظم المركز، بالتزامن مع مشاركته في المعرض جلسة نقاشية بعنوان "مركز أبوظبي للغة العربية: بناء الجسور مع الثقافة العربية"، تُسلط الضوء على المشاريع والمبادرات التي يقدمها مركز أبوظبي للغة العربية، والفرص التي تتيحها لربط الثقافة العربية بالثقافات الأخرى. كما يُبرز الجلسة دور المركز في الإسهام بالنهوض باللغة العربية وتعزيز الاهتمام بتعلمها بين الناطقين وغير الناطقين بها،

مؤتمر الشارقة للرسوم المتحركة يحتفي بعالم «الأنمي» من 1-5 مايو



.. الشارقة-وام :

أعلنت هيئة الشارقة للكتاب أن النسخة الثانية من مؤتمر الشارقة للرسوم المتحركة الحدث الأول من نوعه في المنطقة والذي يحتفي على مدى خمسة أيام بالفن والابتكار في صناعة الرسوم المتحركة وصناعة النشر سيقام من 1 حتى 5 مايو المقبل ويستضيف نخبة من خبراء الرسوم المتحركة والمحترفين وصنّاع المحتوى من جميع أنحاء العالم.

ويتميز المؤتمر ببرنامج غني يقدمه مخرجين ورسامين ينتمون إلى شركات عالمية كبرى مثل ديزني ووارنر براذر وسوني وتشمل الفعاليات ورش عمل متخصصة وجلسات نقاش تفاعلية وعروض أفلام عالمية ومعارض متنوعة تحت إشراف نخبة من الفنانين المحترفين والناشرين على جوائز عالمية ومنهم عدد من أساطير الصناعة الحاصلين على جوائز الأوسكار. ويسعى المؤتمر إلى تبادل المعارف في عالم الرسوم المتحركة بهدف توفير منصة دولية لاستكشاف

أحدث الأفكار والتقنيات وتشجيع التعاون الإبداعي مؤكداً أهمية الرسوم المتحركة كلفة عالية تجمع بين الفن والتكنولوجيا وتعتبر عن التنوع البشري والثقافي. وقالت خولة الجيني المديرية التنفيذية لمؤتمر الشارقة للرسوم المتحركة "نسعى كمختصين في قطاع النشر إلى اكتشاف الفرص لتحقيق الازدهار والاستدامة لهذا القطاع الحيوي والمؤثر في تطوير مختلف الصناعات الإبداعية وتوفير محتوى ثري ومتنوع تعتمد عليه تلك

الصناعات في نموها وزيادة الإقبال عليها فعند الحديث عن صناعة الرسوم المتحركة فإن قطاع النشر هو أهم روافدها وأبرز المجالات التي تلبي احتياجاتها وتطلعاتها". من جانبه قال بيترو بينيتي المدير الفني لمؤتمر الشارقة للرسوم المتحركة "يعكس مؤتمر الشارقة للرسوم المتحركة التنوع الكبير الواسع على مستوى العالم في مدارس الرسوم المتحركة وتقنياتها التي تتطور بشكل متسارع يومياً كما يمثل فرصة للتعرف على أحدث

الاتجاهات والابتكارات في هذا المجال والاستفادة من خبرات الرواد والمختصين في هذا المجال من هنا فإننا نعمل على تقديم برنامج متنوع ومتجدد يلبي توقعات الجمهور ونسعى لتبسيط الضوء على المواهب الواعدة في مجال الرسوم المتحركة وتقديم فرص للتدريب والتطوير المهني للمبتدئين والمحترفين ونتطلع إلى المشاركة واسعة في هذه التجربة الفنية التي تشهد إقبالاً عالمياً خاصة من فئة الشباب الذين يمثلون الجيل القادم من صنّاع الرسوم

المتحركة". وسيبدأ مؤتمر الشارقة للرسوم المتحركة بانطلاقة موسيقية مع حفل أوركسترا فلورنسا بوب الشهيرة معلناً بداية خمسة أيام من الإبداع والحوار يشارك فيها 32 متحدثاً دولياً يقدمون 11 ورشة عمل متخصصة و18 جلسة نقاش تفاعلية إلى جانب دورة تدريبية مكثفة لمدة 4 أيام بالتعاون مع خبراء أكاديمية أردمان حيث يتاح للمشاركين فرصة الغوص في أعماق صناعة الرسوم المتحركة.

انطلاق النسخة الأولى من «مهرجان جامعة الشارقة للفنون والإبداع للأشخاص ذوي الإعاقة»



.. الشارقة-وام:

أطلقت عمادة شؤون الطلاب في جامعة الشارقة، النسخة الأولى من "مهرجان جامعة الشارقة للفنون والإبداع للأشخاص ذوي الإعاقة" تحت شعار "أنا مُبدع"، والذي ينظمه الرسم الفني في العمادة.

يهدف المهرجان للاحتفاء وتبسيط الضوء على المبدعين وأصحاب المواهب من ذوي الإعاقة في المجال الفني والثقافي، لتحقيق مبدأ التكافؤ في الفرص بين الأشخاص من ذوي الإعاقة وأقرانهم من غير المعاقين في ممارسة الأنشطة الفنية والثقافية ودمجهم في الحراك الفني والثقافي في الجامعة. وأكدت الدكتورة أمينة المرزوقي، نائب

مدير جامعة الشارقة لشؤون الطلبة والأفرع، اهتمام الجامعة بتوفير كل السبل لمساعدة هذه الفئة في التحصيل الأكاديمي، ومساعدتهم على التكيف مع الحياة الجامعية، ودعمهم ليكونوا عنصراً فاعلاً فيها. وتضمن المهرجان 100 عمل فني قدمها المتسابقون من 8 مدارس ومراكز حكومية وخاصة تعمل في مجال تطوير

وتأهيل ورعاية الأشخاص من ذوي الإعاقة في الدولة. وتنوعت الأعمال المشاركة بين لوحات فنية بألوان أكريليك ولوحات بالألوان المائية ولوحات وسائل متعددة، ومشغولات يدوية، وصور فوتوغرافية، ولوحات للخط العربي، بجانب تقديم عدد من الفقرات الفنية مثل الغناء والشعر وعزف

الموسيقى. شارك في المهرجان مركز الفن للجميع - فلج، ومركز مسارات للتطوير والتمكين، ومدرسة الوفاء لتنمية القدرات، ومدرسة وروضة الأمل للصمم، ومركز المشاعر الإنسانية لرعاية وإيواء ذوي الاحتياجات الخاصة في دبي، ومركز العين للرعاية والتأهيل، ومركز الشهاب ميناء بنت راشد آل مكتوم لأصحاب الهمم -

حتا، ومركز العين لرعاية وتأهيل المعاقين، ومركز الشارقة للعمل التطوعي، وعلى هامش المهرجان، افتتحت الدكتورة أمينة المرزوقي معرض الكتاب الخيري بالتعاون مع مركز أفق السلام الدولي، والذي قدم مجموعة كبيرة من المراجع العلمية والمجلات الثقافية والكتب الدينية المتنوعة والمصاحف.

الفكر

عمل يضاعف خطر إصابة الرجال بالنوبة القلبية



خلص باحثو جامعة كيبك الكندية إلى أن معاناة المواقف العصبية وقلة الأجور، تضاعف خطر إصابة الرجال بأمراض القلب والأوعية الدموية. وتشير مجلة CCQO إلى أنه وفقا للدراسة ماتيلدا لافين روبيشو المشرفة على الدراسة "بالنظر إلى الوقت الطويل الذي يقضيه الناس في العمل، فإن فهم العلاقة بين ضغوطات العمل وصحة القلب والأوعية الدموية أمر بالغ الأهمية للصحة العامة

ورهاية العاملين". وقد حدد الباحثون عاملين نفسيين واجتماعيين، وهما ضغوط العمل وعدم توازن الجهد المبذول وأجور العمل. ووفقا للباحثين، تتكون ضغوط العمل من ارتضاع مطالب رب العمل وتقليص مدة تنفيذ العمل المطلوب ومسؤوليات عديدة وعدم السماح للعمال بابتداء رأيهم في القرار النهائي. وقلة أجور العمل لا تعبر فقط عن المبالغ المالية، بل وعن عدم وجود تهمين

عادل للعمل أوضمان بقائهم في العمل. وتوصل الباحثون إلى استنتاج يفيد بأن تأثير إجهاد العمل وعدم التقويم العادل لنتائج العمل يؤثر في صحة قلب الرجال بنفس مستوى تأثير السمنة. ولم يكتشف الباحثون وجود علاقة مماثلة بين إجهاد العمل وأمراض القلب والأوعية الدموية لدى النساء.

العشاء المتأخر وعدم تناول الفطور عادة غير صحية

اكتشف علماء جامعة هالمبي في كوريا الجنوبية أن تناول وجبة العشاء في وقت متأخر، وعدم تناول وجبة الفطور يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب. وتشير مجلة Multidisciplinary Digital Publishing Institute إلى أن 16121 شخصا شاركوا في هذه الدراسة، قسمهم الباحثون إلى أربع مجموعات وفقا لنظام النوم والتغذية. أفراد المجموعة الأولى كانوا يرقدون مبكرا ويستيقظون مبكرا ويتناولون وجبة الفطور. أما أفراد المجموعة الثانية كانوا ينامون ويستيقظون مبكرا ولكنهم لم يتناولوا وجبة الفطور دائما. وتميزت عادات المجموعة الثالثة بالتأخر في النوم والاستيقاظ وتناول وجبة الفطور بانتظام. أما أفراد المجموعة الرابعة فكانوا ينامون في وقت متأخر ويستيقظون متأخرين، وغالبا ما كانوا لا يتناولون وجبة الفطور. وكان على المشاركين إبلاغ الباحثين عن وقت تناولهم لوجبة العشاء.

واتضح للباحثين أن عدم تناول وجبة الفطور مع العشاء المتأخر يزيد من خطر الإصابة بمتلازمة التمثيل الغذائي - اختلال عملية الأيض المرتبطة بالسمنة. والأشخاص الذين يعانون من هذه المتلازمة يزداد خطر إصابتهم بأمراض القلب وداء السكري وأمراض المفاصل والسرطان. واكتشف الباحثون أيضا أن تناول وجبة العشاء في وقت متأخر وعدم تناول الفطور، يلحق ضررا كبيرا بصحة الرجال، حيث أن الرجال الذين لديهم هذه العادة يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية أكثر من الإناث.

طبية أعصاب توضح العلاقة بين الأسنان ومرض الزهايمر

وفقا للدراسة ماريا تشيرداك أخصائية طب الأعصاب، يمكن أن تكون البكتيريا المسببة للالتهابات في تجويف الفم التي تصاحبها مشكلات في الأسنان واللثة سبب الإصابة بمرض ألزهايمر. وتشير الطبيبة في اليوم العالمي لنشر المعلومات عن مرض ألزهايمر، الذي يصادف يوم 21 سبتمبر من كل عام، في حديث لصحيفة "إيفيستيا"، إلى أن نتائج الدراسات العلمية الأخيرة أظهرت أن الأشخاص الذين يعانون من التهابات في الأسنان واللثة يزداد احتمال إصابتهم بمرض ألزهايمر. وتقول: " يعتقد العلماء أن الكائنات الحية الدقيقة التي تصيب الأسنان والغشاء المخاطي للفم، سواء بشكل مباشر أو من خلال الاستجابة المناعية للجسم، يمكن أن تنتج بروتين الأميلويد، ما يؤدي إلى تلف خلايا الدماغ والتسبب في هذا المرض ". وتشير الطبيبة، إلى أن دراسات أخرى تؤكد وجود علاقة بين حالة تجويف الفم وتطور أمراض التنكس العصبي. وأن سبب سوء حالة الأسنان واللثة هو العادات السيئة والتغذية غير المتوازنة وعدم تنظيف تجويف الفم بصورة صحيحة، وهذه عوامل الخطر لتطور الخرف. وتنصح الطبيبة كبار السن بصورة خاصة بالاهتمام بصحة تجويف الفم وعلاج الأسنان واستبدال المفقودة بأسنان اصطناعية لأنه بالإضافة إلى العدوى، فإن الأسنان المفقودة يمكن أن تسبب نقص العناصر الغذائية الضرورية لصحة الدماغ، وهو ما يؤثر في حد ذاته سلبا في صحة الجهاز العصبي.



فتاة سورية تبيع حلى «غزل البنات» في اليوم الأول من شهر رمضان المبارك في مدينة الباب شمال سوريا. ا ف ب

قرأت لك

مكسرات الجوز



أفادت دراسة أميركية حديثة بأن تناول أوقية واحدة من مكسرات الجوز يوميا يمكن أن يسهم في إبطاء نمو وانتشار سرطان الثدي. وقام باحثون بكلية الطب في جامعة مارشال ومركز إدوارد الشامل لعلاج السرطان بإجراء الدراسة التي نشرت بدورية بحث التغذية (Nutrition Research) العلمية. ولرصد تأثير مكسرات الجوز في الحد من سرطان الثدي، راقب الفريق مجموعة من الفئران المصابة بالمرض. واكتشف الفريق أن تناول ما يوازي أوقية من مكسرات الجوز يوميا (الأوقية تساوي 28 غراما) لمدة أسبوعين ساهم في كبح نمو وانتشار سرطان الثدي. وبناء على هذه النتائج اختبر الباحثون مكسرات الجوز على مجموعة من السيدات المصابات بسرطان الثدي، في تجربة سريرية أولية، حيث تناولن أوقية من مكسرات الجوز يوميا. واكتشف الباحثون أن كتل سرطان الثدي بدأت بالانخفاض، كما تراجع انتشار الأورام لدى اللائي تناولن الجوز، مقارنة مع أقرانهن ممن لم يتناولن مكسرات الجوز. ووجد الباحثون أيضا أن مكسرات الجوز أحدثت تغيرا كبيرا في التعبير الجيني لسرطانات الثدي مما ساهم في مكافحة الأورام الخبيثة. وقد أدى تناول مكسرات الجوز إلى تباطؤ نمو وانتشار سرطان الثدي لدى الفئران والسيدات المصابات بالمرض، كما أفادت قائد فريق البحث د. إيلين هاردمان.

سؤال وجواب

- بيكاسو رسام مشهور ما هي جنسيته؟. - إسباني.
- مرض يطلق عليه اسم الموت الأسود؟. - الطاعون.
- لون ثانوي مركب ما هو؟. - البنفسج والأخضر.
- لون تكميلي. - اللونين الأسود والأبيض.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الإنترنت كان يسمى في بداية ظهوره (أزيانث) و تعني (شبكة وكالة مشاريع البحوث المتطورة) والتي صممتها وزارة الدفاع الأمريكية.
- هل تعلم أن كعكة الحظ تم اختراعها في سان فرانسيسكو بالولايات المتحدة الأمريكية.
- هل تعلم أن الكولا ينام حوالي 18 ساعة في اليوم.
- أول مطعم برجر كينج تم افتتاحه في فلوريدا بميامي في عام 1954م.
- جميع الحشرات لها 6 أرجل.
- هل تعلم أن الكرواسون اخترع في النمسا.
- الببغاء الرمادي الأفريقي يمكنه أن ينطق أكثر من 200 كلمة.
- هل تعلم أن الزرافة يمكنها تنظيف أذنها بإستعمال لسانها الذي يبلغ طوله حوالي 21 إنش.
- هل تعلم أن الفيل ينام من 4 إلى 5 ساعات في كل 24 ساعة.
- هل تعلم أن أكبر دولة في العالم قاطبة هي جمهورية روسيا الديمقراطية إذ تبلغ مساحتها 17.075.400 كم2.
- هل تعلم أن أطول نهر في العالم هو نهر النيل، وأما أغزر نهر في العالم فهو نهر المسيبي. يليه نهر الأمازون.
- هل تعلم أن أصغر بلد عربي من حيث المساحة هو البحرين فتبلغ مساحته 692 كم2.
- هل تعلم أن نهر العاصي سمي بهذا الإسم لأنه يجري من الجنوب إلى الشمال بعكس معظم الأنهار .
- هل تعلم أن البحر الأحمر سمي بهذا الاسم نظرا لوجود أعشاب وطحالب ملونة بلون أحمر تطفو على سطح مياهه.
- هل تعلم أن يمكنك أن تقود البقر عبر الدرج إلى الأعلى بكل سهولة، ولكن ستعاني عندما تريد إنزالها إلى أسفل الدرج.

قصة

العجوز والطار

ذهبت امرأة عجوز إلى احد الطارين وطلبت منه متصنعة الدلال ان يأتيها بما يرد عليها شبابها، فنظر اليها الطار وقال: ان الطار لا يصلح ما أفسده الدهر.. فقالت: لكن الدهر كثيرا ما يخطئ.. فقال: ان الخطأ فريبا يكون قد ترك وراءه ما يدل على اصل الشيء من مبعثه، وكان يقصد بذلك انها لو كانت في الأصل جميلة فسيبقى اثرا من جمال لكنها عجوز شمطاء دميمة.. فقالت المرأة: ان دراهمي تستطيع ان تصالح ما أفسده الدهر.. فقال: وهل يمتحك الدهر وقتا لتدفعي.. فقالت: نعم انا اعلم ذلك، فالقلب خاليا لا يحمل هما، والعقل فارغا وليس به ما يشغله، والجسد يصلح ليحارب الدنيا ان رأى منها خيرا.. فاقترب الطار الخبيث وقال: حسنا لو كان لي ان اجتمع انا وانت برباط الزوجيه وأصلح ما أفسده الدهر ما تأخرت ولكني فارغ الجيب وخالي الوفاض لكن قلبي مازال شابا وقد سرق الدهر ايامي.. فقالت: حسنا سأدفع ثمن ما سرقه الدهر منك وثمن ما فسده عندي.

تزوج الطار المرأة العجوز وكان يدلثها كثيرا متعمدا ومن فرط السعادة تعب قلبها ولم يمر من الوقت الكثير حتى افسد الدهر حيلتها وهذ حيلها وخطف دقات قلبها ففارقت الدنيا ولم تفرح بعطارها كثيرا لكنه فرح بمالها وتزوج بعروس صغيرة لم يفسد الدهر لديها شيئا.

مساحة للتلوين

