

منوعات الفكر

ص 22

فتح باب المشاركة في مسابقة
النخلة في عيون العالم
بدورتها الرابعة عشرة 2023

ص 27

نبيلة عبيد:
برنامجي لن يتطرق
لتفاصيل حياتي الشخصية



نظام البحر الأبيض المتوسط الغذائي يخفف

خطر الإصابة بمقدمات تسمم الحمل



المراسلات: ص 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

الأثنين 4 يوليو 2022 م - العدد 13586
Monday 4 July 2022 - Issue No 13586

متحجرة تحل لغز النظام الغذائي

د «الباندا»

أتاح اكتشاف متحجرات لأحد أسلاف الباندا في الصين للباحثين حل لغز المحيط بـ "الإبهام السادس" الذي يمكن هذا الحيوان من حمل عيدان الخيزران، أبرز مكونات نظامها الغذائي.

واكتشفت هذه المتحجرات التي تعود إلى نحو ستة ملايين عام في مقاطعة يونان بجنوب غرب الصين، ومن بينها عظمة رسغ تسمى العظمة السميكية الشعاعية.

وأشار الباحثون في العدد الأخير من مجلة "ساينتيфик ريبورتس" إلى أنه أقدم دليل على وجود "الإصبع السادسة" لدى الباندا العملاقة، مما يتيح لها إمسك عيدان الخيزران السميكة وكسرها.

وتعود هذه الأحفورة إلى سلف منقرض للباندا يسمى إيلوراكوتوس عاش في الصين قبل ستة ملايين إلى ثمانية ملايين سنة.

وقال المسؤول عن علم الأحافير التقاربية بمنحفا مقاطعة لوس أنجلوس للتاريخ الطبيعي وانغ شياو مينغ إن "الباندا العملاقة حالة نادرة لحيوان لاحم... تحول العظمة توفر إجابات عن عدد من الأسئلة التي ظلت لمدة طويلة من دون إجابات، ومنها كيفية وتوقيت تطور هذه الإصبع الإضافية غير الموجودة لدى الدببة الأخرى.

ومنذ ملايين السنين، استعاضت حيوانات الباندا عن النظام الغذائي الغني بالبروتين الذي كان يأكله أسلافها بأشجار الخيزران التي تفتقر إلى المغذيات والمتوافرة على مدار العام في جنوب الصين.



إن تسليط الضوء على الأخطاء البسيطة والشائعة التي يقع فيها بعض الأزواج يمكن أن تساعد على التوعية وبالتالي تحسين العلاقات بشريك العمر. بحسب ما ذكره اختصاصي العلاقات الاجتماعية والأسرية ستيفن إنغ في مقال نشره موقع "Psychology Today"، إن العناية بالعلاقات الأسرية وحمايتها يتطلب إدراك عدد من الأخطاء الشائعة والتي تعد بسيطة للغاية من أجل تجنبها لضمان قضاء أوقات ممتعة وعيش حياة سعيدة.

كيف تدمر علاقتك بشريك حياتك في 4 خطوات فقط؟!

وعلى ذمة موقع "تيبس أند تريكس" Tips & Tricks، يوجد ثلاثة أنواع لشكل اليبدين هم A و B و C، كما يلي:

A- البنصر أطول من السبابة يكون أصحاب أصابع البنصر الأطول من السبابة من الرجال الوسميين. إنهم ساهرون ويمكنهم التوافق مع الجميع. ولكنهم يكونون أكثر عدوانية واندفاعاً للمخاطرة، ويعني ذلك أيضاً أن هذا النوع من الأشخاص غالباً ما يربح أموالاً أكثر من باقي أصحاب أشكال الأصابع الأخرى.

B- البنصر أقصر من السبابة يتمتع الرجال أصحاب الأيدي ذات البنصر الأقصر من السبابة بثقة عالية للغاية بالنفس إلى حد أنهم يمكن أن يكونوا نرجسين قليلاً. لا يتأثرون بالوحدة بل ربما يفضلون البقاء بمفردهم في كثير من الأحيان ولا يحبون أن يتم إزعاجهم. وفيما يتعلق بالعلاقات الاجتماعية، فإنهم أقل ثقة لأنهم ليسوا من يتخذ الخطوة الأولى ويأخذ زمام المبادرة للتعرف وتبادل الأحاديث مع الآخرين.

C- البنصر والسبابة بنفس الطول يميل أصحاب هذا الشكل من الأيدي إلى التوازن في كل شيء تقريباً. ويكونون عادة وسطاء جيدين ومخلصين ومحبين للغاية. إنهم هادئون ويبدو أن كل أمورهم تسير بسلاسة وينظام دقيق.

1. عدم الواقعية في التطلعات يرتكب بعض الأزواج خطأ شائعاً بالمبالغة في التطلعات والتوقعات ويرغبون طوال الوقت في أن يكون الطرف الآخر الأفضل في كل شيء، على سبيل المثال، أكثر لياقة ولباقة وعقلانية وروحانية وعاطفية. ينصح إنغ بأنه ينبغي على هؤلاء إما (أ) الاعتراف بأنهم اختاروا الشخص الخطأ كشريك حياة أو (ب) التعامل بواقعية مع الزوج وتعلم كيفية حبه على ما هو عليه، والتأقلم مع المتاح والمستطاع.

2. نسخة طبق الأصل يقع بعض الأزواج في خطأ بسيط ولكنه محوري وهو عدم الشعور بالرضا والقبول مالم يكن لدى شريك الحياة نسخة طبق الأصل من العواطف والأراء والطموحات والنبول السياسية أو الرياضية. إن الحصول على زوج أو زوجة متطابقة يمكن أن يكون أبعد ما يكون عن الحقيقة. يجب أن يعي الأزواج أنهما بصدد علاقة اندماج مما يعني محاولة إيجاد مجالات تكميلية غير متداخلة أو متطابقة للثقة والقدرة والاهتمام.

3. السعي للكمال ينشد بعض الأزواج الكمال في تصرفاتهم وسلوكيات شريك الحياة في حين أن استمرار السعي للكمال يؤدي إلى الشعور بالضغوط ومزيد من اللعب مما يؤدي إلى اضطراب أو الإحباط وفشل العلاقات. ينصح الخبراء بأنه لا غشاضة في أن يكون لدى الشخص وكذلك لشريكة حياته بعض العيوب غير الجوهرية وأن يشعر كل منهما الآخر بأنه يجبه ويتقبله كما هو عليه دون

4. عدم السماح وتخريب الصداقات الخارجية من الشائع إلى حد ما أن يطلق الأزواج على بعضهم البعض "أفضل صديق" في الحياة. وعلى الرغم من أنه من الرائع أن يكون الزوج هو أفضل صديق للزوجة، لكن من المهم أيضاً تشجيع صداقاتها بزميلاتها وجاراتها وقريباتها. إن الشعور بالغيرة من أن يكون للزوج أو الزوجة أصدقاء آخرين هي هزيمة ذاتية، لأن الأشخاص الذين يتمتعون بعلاقات صداقة متينة وموثوقة يكونون أكثر سعادة وتكيفاً وانخراطاً في جوانب أخرى من حياتهم.

عش ودع غيرك يعيش إذا كان هدف المرء هو تكوين أسرة سعيدة تقوم علاقاتها على أسس متينة من الحب والاحترام والتفاهم، فعليه أن يبيّن الظروف والبيئة التي تشعر فيها شريك حياته بالأمان والأطمئنان والاستقرار ليجرد أنها تعامل على طبيعتها في إطار طبيعي وموضوعي أساسه تقبل الآخر على ما هو عليه.

اعرف شخصيتك من شكل أصابع يديك! من الممتع اكتشاف حقائق جديدة، من بينها أن شكل أصابع اليبدين يمكن أن يكشف الكثير عن السمات الشخصية. ويمكن السر بشكل أساسي في أصبعي البنصر والسبابة، وهذا ينطبق بشكل خاص على الرجال لأن طول هذه الأصابع يشير إلى مستوى هرمون التستوستيرون لدى الرجال.

رب ضارة نافعة... الجائحة تخدم فن الديوراما

استفاد فنان عصامي من نيويورك من حالة العزل التي اقتضتها جائحة كوفيد19- لصناعة مجموعة متنوعة من المجسمات المصغرة التي تصور مشاهد من شوارع حي بروكلين ضمن أماكن حضرية أخرى، وهو فن يعرف باسم "الديوراما".

وعمل آرون ويستون كينارد لعقود في كلية بارنارد في مانهاتن، وعلى مدار نحو أربع سنوات، عمل على الارتقاء بشفقة بالفن حتى بات ماهراً في صناعة نماذج إبداعية واقعية من الشوارع. وفن الديوراما هو نموذج مصغر شهد يتم تجسيده باستخدام مجسمات ثلاثية الأبعاد في إطار عمل فني مترابط، وحول كينارد منزله لمتحف صغير لأعماله. ولدى بدئه في عمل جديد، يعزل كينارد نفسه لعدة أيام ليحفظ على طلاء مكونات مثل الطوب، كما تتطلب أعماله الاستعانة بتقنيات وأدوات مختلفة من الطباعة ثلاثية الأبعاد إلى رشايات الدهان. وعندما بدأت الجائحة، لم يعد كينارد مضطراً للتفتل من طرف من المدينة لآخر للعمل، مما منحه مزيداً من الوقت للتعلم في مشروعه الفني.

وقال في مقابلة في منزله ببروكلين "لقد كنا في حالة إغلاق نسبي أو شبه كامل منذ ما يقرب من ثلاث سنوات، وخلال ذلك الوقت كان على اتخاذ قرار...هل سأقضي الوقت جالساً على الأريكة لأشاهد التلفزيون واحتسي المشروبات حتى ينتهي هذا الأمر أم أتجه للإبداع؟" ولم يلق كينارد أي تدريب فني رسمي بخلاف عدد قليل من الفصول الدراسية في بارنارد والمركز الدولي للتصوير الفوتوغرافي ومقره نيويورك.

فيتامينات ومعادن

ضد تساقط الشعر

قال المركز الاتحادي للتغذية إن بعض الفيتامينات والمعادن تساعد على نمو الشعر وتحميه من التساقط. وأوضح المركز أن فيتامين A يقوي الشعر ويمنحه ملمساً ناعماً، مشيراً إلى أن من مصادره الغذائية الكرنب، والسيباخ، والجزر، واللفت الحلو، والبطاطا، والقرع العسلي. ويعمل فيتامين B7 المعروف أيضاً باسم فيتامين H أو "البيوتين" على علاج الشعر الخفيف، والمتقصف والبهات، ويحميه من التساقط. وتمثل مصادره الغذائية في الجوز، ورفائق الشوفان، وفسار البيض، وفول الصويا، والقطر. ويتمتع الحديد بأهمية كبيرة في نمو الشعر، وأهم مصادره الغذائية اللحوم الحمراء، والخضروات الخضراء الورقية مثل السبانخ والكرنب. ويعزز الزنك أيضاً نمو الشعر، وأهم مصادره الغذائية، المكسرات، والقمبري، والبيض، وبنذور القرع العسلي. أما النحاس فيقوي بنية الشعر، ومن مصادره الغذائية منتجات الحبوب الكاملة، وبنذور دوار الشمس، والمكسرات، والبقوليات، خاصة الحمص.



بيار كاردان تغفل بمبادرة مؤسسها

تحفل دار بيار كاردان بمؤسسها الراحل الشهير الذي تصادف أمس الأول السبت ذكرى ميلاده المئة، مع عرض في قصره في البندقية، وسط رغبتها في إعادة إطلاق إمبراطورية تعتمد على جملة من تصاريح الامتياز.

واستضاف قصر "بالاتزو كابرغادين" المملوك لدار بيار كاردان، عرضاً استعدياً لأزيائه الاستشرافية، ولجموعة جديدة أنجزتها استوديوهاته وتتميز بطابعها الصديق للبيئة. ولم يكن المصمم الشهير الذي تويء نهاية سنة 2020 عن 98 عاماً، يجب أن "يحتفل بعيد ميلاده". لكنه كان بلا شك ليحتمس للاحتفال بعامه المئة، على ما يروي قريبه والمدير العام للشركة المسؤولة عن إدارة أعماله رودريغو بازيليكاتي كاردان لوكالة فرانس برس. ويغيب المشاهير عن هذا العرض، لكن 120 من بين المدعوين البالغ عددهم 300 هم من أصحاب تراخيص الإنتاج لعلامة "بيار كاردان" التجارية في مختلف أنحاء العالم.



المشاركة، ولجنة تحكيم دولية متخصصة في تحكيم التصانيد الشعرية المشاركة، وأن آخر موعد لاستلام الصور هو 31 ديسمبر- كانون الأول 2022. حصرياً من خلال الموقع الإلكتروني الثاني "https://www.datepalmphoto.com". وآخر موعد لاستلام التصانيد الشعرية هو 31 ديسمبر- كانون الأول 2022. حصرياً من خلال الموقع الإلكتروني الثاني "https://www.datepalmpoetry.com". في حين سوف يتم إعلان أسماء الفائزين بالمسابقات خلال شهر فبراير 2023.

تنظيمها جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي برعاية نهيان بن مبارك

فتح باب المشاركة في مسابقة النخلة في عيون العالم بدورتها الرابعة عشرة 2023

- المشاركة بمسابقة النخلة بألسنة بالشعراء بدورتها السابعة 2023
- باب المشاركة في المسابقتين مفتوح للجميع لغاية 31 - 12 - 2022



•• أبو ظبي- الفجر

تحت رعاية معالي الشيخ نهيان مبارك آل نهيان وزير التسامح والتعايش رئيس مجلس أمناء جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي، أعلنت الأمانة العامة للجائزة عن فتح باب المشاركة في المسابقة الدولية لتصوير شجرة نخيل التمر بعنوان "النخلة في عيون العالم" في دورتها الرابعة عشرة 2023. حيث دعت الفنانين محبي التصوير الضوئي هواة ومحترفين من كافة أنحاء العالم، للمساهمة في هذه المسابقة الدولية تقديراً منا للنخلة وتعزيزاً لدور عدسة المصور في إغناء ذاكرة الوطن وإحياء تراثه البيئي. بالإضافة إلى فتح باب المشاركة في المسابقة الدولية "النخلة بألسنة الشعراء" في دورتها السابعة 2023. كما دعت كافة الأدباء والشعراء والشاعرات من كافة الدول العربية، للمساهمة في هذه المسابقة الدولية، تقديراً للنخلة بهدف توظيف الشعر العربي بشقيه "النبطي والضحك" كوسيلة

مهمة في تنمية وعي الجمهور لأهمية شجرة نخيل التمر من الناحية التراثية والزراعية والغذائية والاقتصادية، وتعزيزاً لدور الشعر في إغناء ذاكرة الوطن وإحياء تراثه الزراعي. جاء ذلك في تصريح صحفي أدلى به الدكتور عبد الوهاب زايد أمين عام جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي مؤكداً على النجاح الكبير الذي حققته المسابقات في دوراتها الماضية من خلال الزيادة الواضحة في عدد المشاركين من مختلف دول العالم ونوعية الصور والتصانيد المشاركة. وأضاف بأن هاتين المسابقتين تأتيان ضمن توجيهات معالي الشيخ نهيان مبارك آل نهيان وزير التسامح والتعايش رئيس مجلس أمناء جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي في تعزيز علاقة الإنسان بشجرة نخيل التمر ودعمه اللامحدود



يقام لأول مرة ويستمر حتى 15 يوليو 2022

هيئة تطوير معايير العمل تفتتح بنجاح مهرجان عيد الأضحى العمالي بحديقة الصجعة العمالية

- برامج ثقافية وتوعوية وفحوصات طبية مجانية تشمل الأسنان والعيون
- برامج ترفيهية وبيازار العيد وهدايا العيد لأكثر من 5,000 شخص

المتعلقة بالعيد. وأكد بأن الهيئة ماضية في إقامة الفعاليات والأنشطة العمالية بالتنسيق مع الجهات الحكومية المختصة وكذلك مع القطاع الخاص، وبالتحديد المؤسسات المشغلة للعمال بهدف تقوية العلاقات في بيئة العمل بالشارقة. ويشعل المهرجان، الذي يقام بالتعاون مع المؤسسات الحكومية والجمعية الهندي بالشارقة، الفحوص الطبية المجانية للعمال بما في ذلك العيون والأسنان، بمشاركة العديد من العيادات الراغبة في الخدمة المجتمعية بهدف الحفاظ على صحة مجتمع العمل ومكافحة الأمراض المعدية، والتدخين. وستعقد خلال المهرجان المحاضرات التوعوية والجلسات التحفيزية والاستشارات القانونية لتعزيز الروح المعنوية والاجتماعية للعمال. وستصاعد البرنامج الفنية والموسيقية والترفيهية حتى تصل ذروتها في أيام عيد الأضحى المبارك لتشمل فرقاً بولودية وبجنابية وبنغالية وإفريقية وعربية.



مختلف الجنسيات من خلال جمعهم سوياً في مكان واحد يتبادلون فيه عاداتهم وتقاليدهم وتلك

•• الشارقة - الفجر

افتتحت هيئة تطوير معايير العمل بالشارقة بنجاح كبير مهرجان عيد الأضحى العمالي في الحديقة العمالية بمنطقة الصجعة الصناعية بالشارقة، وشهد افتتاح المهرجان الذي يقام تحت اسم "العيد مع العمال" ويستمر حتى 15 يوليو 2022، إقبالاً كبيراً من العمال. حضر حفل الافتتاح مسؤولو هيئة تطوير معايير العمل وممثلو الهيئات الحكومية في الشارقة المشاركة وأعضاء الجمعية الهندي في الشارقة. ويشمل المهرجان برامج ثقافية وفحوصات طبية مجانية وبرامج توعوية وفنية وترفيهية وبيازار العيد، الذي يشمل طعام الشوارع وهدايا العيد على أكثر من 5,000 عامل. وقال سعادة سالم يوسف القصير رئيس هيئة تطوير معايير العمل بالشارقة، "نحن فخورون بالاستجابة الكبيرة التي شهدتها افتتاح المهرجان والذي يقام

منوعات

الفجر

22

إطلاق العدد الأول من صحيفة جمعية الإمارات للمحامين والقانونيين

إبراهيم الحوسني: نستهدف التوعية وثقافة القانون في المجتمع

أصدرت جمعية الإمارات للمحامين والقانونيين العدد الأول من صحيفتها الدورية، والتي تعنى بالتجارب والسياسات والتشريعات والموضوعات ذات العلاقة بالمحامين وإبراز دورهم المجتمعي، بجانب المقالات التحقيقية والتوعوية الرامية لنشر الثقافة القانونية بين أفراد المجتمع، لتكريس وترسيخ الدور الذي تضطلع به الجمعية في استدامة الوعي، بما يتماشى مع رؤية مجلس الإدارة في تحقيق المستهدفات الوطنية. وأكد المحامي إبراهيم الحوسني، رئيس المركز الإعلامي للجمعية أن الإعلام يشكل دوراً محورياً في عمل الجمعية، ويشكل رؤية إيجابية في تعزيز التوعية المجتمعية في شتى المجالات، بما يتماشى مع استراتيجيتها الناصعة لكل ما يحقق المنجزات الوطنية، انطلاقاً من البرامج التي تعتمدها في الجمعية لإعلاء القيم التي تستهدف أفضل الممارسات في المجالات القانونية. وتوجه الحوسني بالشكر والتقدير والامتنان إلى رئيس وأعضاء مجلس الإدارة، على دعم الجهود الرامية لجودة المخرجات الخاصة بالصحيفة، والنهوض بها، ودعم تنوعها الذي يمثل هدفاً يعزز جودة المحتوى الإعلامي الذي يصب في مصلحة الأهداف التي تنطلق منها الجمعية نحو مجتمع متفاعل مع جميع المبادرات التي تحافظ على القيم والموروثات والهوية الوطنية، كما امتدح جهود فريق العمل في المركز الإعلامي في الإعداد والإخراج والترتيب لإصدار العدد الأول، الأمر الذي يشكل دافعاً لاستمرار الصحيفة مستقبلاً. وأضاف الحوسني بقوله: "نتشارك الرؤى والأفكار مع الأشخاص المرتبطين بالعمل القانوني، ونرحب بكل ما يعزز الأهداف التي نسعى لنشرها عبر الصحيفة، والمشاركات الكتابية، والمساهمات القانونية، وفي نهاية الأمر المهم بالنسبة لنا أن نتضمن جميعاً إعلاء الثقافة القانونية بالتعاون مع الشركاء في المؤسسات والجهات الوطنية، لأجل مجتمع متجاوب مع التطور المعرفي، وستكون الصحيفة متاحة في المواقع المستهدفة".



جمعية الإمارات للسرطان فرع رأس الخيمة تنظم حفلاً نحن معكم يدا بيد

•• رأس الخيمة- الفجر

نظمت جمعية الإمارات للسرطان فرع رأس الخيمة، بالتعاون مع مركز روك مول والوللو هايبر ماركت، وشركة سباركيس وشركة غواشي للفعاليات، وافنتي لتنظيم المناسبات حفلاً متنوعاً بعنوان: "نحن معكم يدا بيد"، بحضور سعادة محمد خميس الكعبي مدير عام الجمعية ومهتر محمد بن صراري مسؤولة فرع رأس الخيمة، وعدد من المدعوين والمتطوعين، ومدارس "أذن" و"النجاح" وأخت، ومشاركة أهالي وعدد كبير من الأطفال. وتضمنت المبادرة حفل متنوع تخللته فقرات تراثية وبرامج تعليمية وتوزيع هدايا على الأطفال ومسابقات وألعاب بدمينة سباركيس، وورشه في الأبرو، وشخصيات كرتونية ورسم على الوجوه، إضافة إلى فقرة الاسعافات الأولية وفحوصات السكري وضغط الدم واستشارات طبية مع الدكتور عزان السعدي. كما تم توزيع أوشحة قماش على الحضور مقدمة من السيد علي أحمد حنون تحمل صورة صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة "حفظه الله" وشعار الجمعية. وفي اختتام الحفل تم تكريم الرعاة والمساهمين وتقديم الشكر والتقدير لهم.



الأول من نوعه في المنطقة ويتضمن 365 سيناريو يحاكي الواقع

أكاديمية شرطة دبي تطلق تجربة الميدان الافتراضي للعمليات

خمس الشامسي، أن مبادرة الميدان الافتراضي لعمليات الشرطة، تهدف إلى تدريب رجال الشرطة والفرق التخصصية على عمليات الشرطة بطريقة افتراضية ذكية لأكثر من (365) سيناريو يحاكي الواقع العملي من خلال تقنية (VR) والذكاء الاصطناعي. ومن جهته، أكد المقدم الدكتور عمر الظريف على أهمية هذه المبادرة في استشراف طرق التدريب بأساليب مبتكرة، وتوظيف تقنيات التدريب الافتراضي لرفع كفاءة منتسبي القوة، وتمكينهم من المساهمة الفاعلة في تحقيق الأمن والاستقرار في المجتمع. وبدوره، أكد النقيب عبد الله الشامسي، أن استخدام تقنيات التدريب الافتراضي ونظم الذكاء الاصطناعي، توفر بيئة آمنة لتدريب الكوادر الشرطية والأمنية، إلى جانب تعلم مهارات حديثة، إضافة لتعزيز اليئية التدريبية، لما تتميز به من حيث المرونة ودقة التدريب وإجراء الاختبارات وسهولة التقييم، والتغذية الراجعة.

التدريب التقليدي إلى التدريب الذكي ضمن بيئة افتراضية تحاكي الواقع العملي، وتمكن المدرب والمتدرب من التفاعل بعيداً عن العوقات التي تواجه الأساليب العادية. ومن جانبه، أوضح العقيد سلطان علي كواد من الضباط المرشحين على درجة عالية من الكفاءة والجاهزية، والاستعداد لصنع المستقبل الذي تطمح إليه القيادة الرشيدة، من خلال توظيف أحدث التقنيات ونظم الذكاء الاصطناعي في تحسين جودة التدريب، والانتقال من

•• دبي- الفجر

القائد العام لشؤون الأكاديمية والتدريب، للارتقاء بمنظومة التعليم والتدريب، لتحقيق الأهداف الاستراتيجية لشرطة دبي في مجال الابتكار في القدرات المؤسسية، وتطوير رأس المال البشري بأحدث الأساليب والتقنيات، لتخريج القائد العام لشؤون الأكاديمية والتدريب، للارتقاء بمنظومة التعليم والتدريب، لتحقيق الأهداف الاستراتيجية لشرطة دبي في مجال الابتكار في القدرات المؤسسية، وتطوير رأس المال البشري بأحدث الأساليب والتقنيات، لتخريج



منوعات الفكر

23

تشير التقارير الطبية إلى أن الخرف، وهو مصطلح عام للأعراض المرتبطة بتدهور الدماغ، سيشهد

تسارعا في عدد الإصابات خلال العقود القادمة.

ورغم هذا التهديد، إلا أن الخبر الساريكمن في أنه لا يزال

من الممكن تخفيف تأثيره، وهذا بسبب وجود طرق مثبتة

لتعديل خطر الإصابة بالخرف.

وتسلط الأبحاث الجارية الضوء على الدور الذي يلعبه

النظام الغذائي في التسبب في تدهور الدماغ.



الزبدة وزيت النخيل ومنتجات الألبان واللحوم

أطعمة ترتبط بـ "تدهور مهارات التفكير" مع التقدم بالعمر



من الدهون المشبعة في دماغهم هم أكثر عرضة للإصابة بالخرف، بما في ذلك مرض ألزهايمر، النوع الأكثر شيوعا. ويبحث فريق من العلماء عن 45 نوعا مختلفا من جزيئات الدهون التي يمكن أن تنتشر في دم 1252 فردا مستنا، 498 منهم أصيبوا بالخرف في غضون خمس سنوات من بداية الدراسة. وباستخدام عينات الدم التي تم جمعها من التجربة، وجد هؤلاء العلماء أن الأشخاص الذين لديهم مستويات أعلى من الدهون المشبعة في دماغهم كانوا أكثر عرضة لفقدان الإدراك والإصابة بمرض ألزهايمر من الذين لديهم مستويات أعلى من حمض اللينوليك، وهو أحماض أوميغا 6 الدهنية المتعددة غير المشبعة والتي توجد في العديد من الزيوت النباتية.

توصيات الإرشادات الصحية :

- يجب ألا يأكل الرجل العادي الذي يبلغ من العمر 19 إلى 64 عاما أكثر من 30غ من الدهون المشبعة يوميا - يجب ألا تأكل المرأة المتوسطة التي يتراوح عمرها بين 19 و64 عاما أكثر من 20غ من الدهون المشبعة يوميا. - يوصى أيضا بأن يقلل الأشخاص من تناولهم للدهون بشكل عام واستبدال الدهون المشبعة ببعض الدهون غير المشبعة، بما في ذلك دهون أوميغا 3. وهناك نصائح عملية تساعد على التقليل من الدهون المشبعة على وجه التحديد. ووفقا لهيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS)، يمكن أن تساعد ملصقات التغذية الموجودة على الجزء الأمامي والخلفي من العبوة في تقليل الدهون المشبعة.

وفقا للدكتورة ميشيل لوتشيانو من جامعة إدنبرة، يجب أن تتعامل بسهولة مع الدهون غير المشبعة إذا كنت ترغب في الحفاظ على دماغك في حالة جيدة. وترتبط الدهون المشبعة، التي عادة ما تكون صلبة في درجة حرارة الغرفة، بنتائج سيئة لأمراض القلب والأوعية الدموية، وما يضر القلب يضر بالدماغ دائما. ووضحت الدكتورة لوسيانا، التي أشارت إلى بعض أسوأ الأطعمة الضارة، مثل الزبدة وزيت النخيل ومنتجات الألبان واللحوم، كيف يمكن للدهون المشبعة أن تقوض صحة الدماغ.

وفي حديثها إلى Age UK، قالت الطبيبة إن تناول الدهون المشبعة "مرتبط بتدهور مهارات التفكير لدى كبار السن".

ما تقوله الأدلة
في دراسة نُشرت العام الماضي في المجلة الأمريكية The American Journal of Human Nutrition، وجد الباحثون أن الأفراد الذين لديهم مستويات أعلى



من الدهون المشبعة في دماغهم هم أكثر عرضة للإصابة بالخرف، بما في ذلك مرض ألزهايمر، النوع الأكثر شيوعا. ويبحث فريق من العلماء عن 45 نوعا مختلفا من جزيئات الدهون التي يمكن أن تنتشر في دم 1252 فردا مستنا، 498 منهم أصيبوا بالخرف في غضون خمس سنوات من بداية الدراسة. وباستخدام عينات الدم التي تم جمعها من التجربة، وجد هؤلاء العلماء أن الأشخاص الذين لديهم مستويات أعلى من الدهون المشبعة في دماغهم كانوا أكثر عرضة لفقدان الإدراك والإصابة بمرض ألزهايمر من الذين لديهم مستويات أعلى من حمض اللينوليك، وهو أحماض أوميغا 6 الدهنية المتعددة غير المشبعة والتي توجد في العديد من الزيوت النباتية.

وفقا للدكتورة ميشيل لوتشيانو من جامعة إدنبرة، يجب أن تتعامل بسهولة مع الدهون غير المشبعة إذا كنت ترغب في الحفاظ على دماغك في حالة جيدة. وترتبط الدهون المشبعة، التي عادة ما تكون صلبة في درجة حرارة الغرفة، بنتائج سيئة لأمراض القلب والأوعية الدموية، وما يضر القلب يضر بالدماغ دائما. ووضحت الدكتورة لوسيانا، التي أشارت إلى بعض أسوأ الأطعمة الضارة، مثل الزبدة وزيت النخيل ومنتجات الألبان واللحوم، كيف يمكن للدهون المشبعة أن تقوض صحة الدماغ.

في دراسة نُشرت العام الماضي في المجلة الأمريكية The American Journal of Human Nutrition، وجد الباحثون أن الأفراد الذين لديهم مستويات أعلى



ما هي أفضل أنواع الشوكولاتة لمرضى السكري؟

مرض السكري هو حالة مزمنة تأتي على ثلاث أنواع أساسية هي النوع الأول والنوع الثاني وسكري الحمل.

ويحدث مرض السكري من النوع الأول عندما لا يستطيع الجسم إنتاج الأنسولين. ويتم تشخيص مرض السكري من النوع الثاني عندما لا ينتج الجسم كمية كافية من الأنسولين أو عندما لا يعمل الأنسولين المنتج بشكل صحيح، بينما يحدث سكري الحمل أثناء الحمل.

ويتساءل الكثيرون من مرضى السكري ما إذا كان بإمكانهم الاستمتاع بقطعة من الشوكولاتة، وهل أن الشوكولاتة الخاصة بمرضى السكري بديل آمن.

نسبة السكر في الدم.

أفضل الوجبات الخفيفة لمرضى السكري

إذا قررت أنك لا تزال ترغب في تناول الحلوى، ولتلك لا تريد مخاطر تناول الكثير من الشوكولاتة، فمادام يمكنك أن تأكل؟

وتوصي جمعية السكري في المملكة المتحدة بحضنة من البذور، مثل بذور اليقطين أو بذور عباد الشمس. وتشمل البدائل الأخرى الجزر والكرفس أو الحمص أو الزبادي غير المحلى أو المكسرات غير المملحة.

وقال الخبراء في هارفارد هيلث إن مرضى السكري يحتاجون إلى إيلاء اهتمام خاص لاستهلاكهم من الكربوهيدرات، حيث أن الكربوهيدرات المكررة، على سبيل المثال، من المحتمل أن تسبب طفرات السكر.

وتشمل أمثلة الكربوهيدرات المكررة الخبز الأبيض والأرز الأبيض والمعجنات.

وفي الوقت نفسه، توفر الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة مزيدا من التغذية ويتم هضمها ببطء في الجسم.

ويعني الهضم البطيء أنه سيكون هناك ارتفاع معتدل في

الشوكولاتة العادية.

وأضافت المنظمة الخيرية "لا يزال بإمكاننا رفع مستويات السكر في الدم وغالبا ما تكون أعلى من الشوكولاتة العادية".

ما هي أفضل شوكولاتة لمرضى السكري؟

وفقا للجمعية، فإن "الشوكولاتة الداكنة عالية الجودة" التي تحتوي على 70% على الأقل من الكاكاو هي "الأفضل".

وللمساعدة في منعك من التهام الشوكولاتة - بغض النظر عن نسبة الكاكاو - من المفيد تحديد الكمية التي ستأكلها.

هل السكر الزائد يسبب مرض السكري؟

قال اختصاصي التغذية دوغلاس توينسفور: "مرض السكري حالة معقدة، لذلك لا يمكننا القول ببساطة إن سببها هو تناول السكر".

ومع ذلك، يُنصح الأشخاص المعرضون لخطر الإصابة بمرض السكري باتباع نظام غذائي صحي منخفض الدهون المشبعة والسكر والملح.

وهذا ينطبق أيضا على الأشخاص الذين يعانون بالفعل من ارتفاع نسبة السكر في الدم.

كمية السكر المسموح بها يجب أن تكون أقل من 30غ، وبالتالي، من خلال تناول قطعة شوكولاتة كاملة، فإنك ستتجاوز الحد الأقصى لكمية السكر التي يجب أن تستهلكها.

ماذا عن الشوكولاتة الخاصة بمرضى السكري؟

لا تنصح منظمة السكري في المملكة المتحدة (Diabetes UK) بشوكولاتة "السكري"، التي تحتوي على نسبة عالية من الدهون والسكريات الحرارية مثل

وتوضيح خيرية رائدة لمرض السكري في المملكة المتحدة أنه "يمكنك تناول الشوكولاتة لمرضى السكري، ولكن الاعتدال وانخفاض تواتر تناولها هو المفتاح. إن تناول كل الكمية دفعة واحدة هو أمر محظور. تؤثر الشوكولاتة على مستويات السكر في الدم، لأنها تحتوي على نسبة عالية من السكر والدهون المشبعة. وعلاوة على ذلك، فإن تناول الكثير من الشوكولاتة سيؤدي إلى زيادة الوزن بشكل غير مقصود".

وعلى هذا النحو، ستكون إدارة الكوليسترول وضغط الدم وسكر الدم أكثر صعوبة.

وأشار موقع السكري في المملكة المتحدة إلى أن "الشوكولاتة تحتوي في المتوسط على 50 سكر لكل 100غ".

وأضافت المنظمة الخيرية أن



دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ لوفوس للخدمات الرياضية رخصة رقم: CN 2661303
قد تقدموا إلينا بطلب الغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ كلتش لخدمات السيارات رخصة رقم: CN 2451174
قد تقدموا إلينا بطلب الغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ مؤسسة العهد الجديد للصيانة العامة رخصة رقم: CN 3682370
قد تقدموا إلينا بطلب الغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
DUBAI COURTS

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

اعلان بالنشر

في المنازعة رقم 409/2022/461 نزاع محدد القيمة

المنظورة في: التسمية الوبيرة للمنازعات الاربعة عشر رقم 760
موضوع المنازعة: يتلخص النزاع من المركز الوافر (1) التصريح بهذ الدعوى وتحديد الحرب جلسة ممكنة لتطرحها واعلان التنازل وعلان التنازل عندها (2) الحكم بالنزاع عنده بان تودي للمنازل مبلغ وقدره (14036 درهم) اربعة عشر الف وستة وثلاثون درهماً، (3) الزام التنازل عنده بالرسوم والصاريف ومقابل العاهل الاحكام، والتمركز الوافر والإحترام والتقدير، حوس تأجير السيارات - عنوانه: العنوان - نويول - بتاية ابو سيف للاعمال - مكتب رقم 5 الدور الأرضي خلف رقم 042526600 - 0509455661 - رقم مكاله 3401296807 المطلوب: اعلانه، سهريل بن الهادي البشري - صلته متنازل عنده
موضوع الإعلان: قد اقام عليك الدعوى وموضوعها يتلخص النزاع من المركز الوافر (1) التصريح بهذ الدعوى وحسب الحرب جلسة ممكنة لتطرحها وعلان التنازل عندها (2) الحكم بالنزاع عنده بان تودي للمنازل مبلغ وقدره (14036 درهم) اربعة عشر الف وستة وثلاثون درهماً، (3) الزام التنازل عنده بالرسوم والصاريف ومقابل العاهل الاحكام، والتمركز الوافر والإحترام والتقدير، وحسب لكها حصة يوم الخميس الموافق 2022/7/28 الساعة 9.00 صباحا في قاعة التقاضي عن بعد فالتكثف بالحدسور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس الشعبة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: مطعم وكافيه 555 رخصة رقم: CN 3883298
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع
إضافة محمد راشد حمد راشد النعيمي ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف طارق ابراهيم عبيد الغاز النعيمي
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: دور اليقين للخضار والفواكه رخصة رقم: CN 1246751
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع
إضافة سالم جمعه خميس سحويه الظاهري ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف طارق ابراهيم عبيد الغاز النعيمي
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: دريسلان للملابس الجاهزة رخصة رقم: CN 2467542
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع
إضافة احمد جمعه راشد جمعه سالم ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف عامر عمر بخيت سعيد العامري
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
DUBAI COURTS

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

اعلان بالنشر

في المنازعة رقم 1422/2022/461 نزاع محدد القيمة

المنظورة في: التسمية الوبيرة للمنازعات الاربعة عشر رقم 763
موضوع المنازعة: التصريح ببيع النزاع وتحديد الحرب جلسة ممكنة لتطرح النزاع، والزام المدعي عليه بان يودي للمدعية قيمة الفواتير موضوع المطالبة بمبلغ إجمالي وقدره (25.134.24 درهم) (خمس وعشرون الفا ومائة واربعة وثلاثون درهم واربعة وعشرون فلسا) والزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل العاهل الاحكام، التنازل، شركة مجموعة الإمارات للاتصالات (مجموعة اتصالات) ش.م.ع - عنوانه: شارع حمدان بن محمد - مبنى مبنى اتصالات - بجانب ماركس سينتر ويهنته، عيادته علي محمد بن حاتم البوشي
الطوب: اعلانه، 1 - محمد فاسم امام بختي - صفته: متنازل عنده
موضوع الإعلان: قد اقام عليك الدعوى وموضوعها التصريح ببيع النزاع وتحديد الحرب جلسة ممكنة لتطرح النزاع، والزام المدعي عليه بان يودي للمدعية قيمة الفواتير موضوع المطالبة بمبلغ إجمالي وقدره (25.134.24 درهم) (خمس وعشرون الفا ومائة واربعة وثلاثون درهم واربعة وعشرون فلسا) والزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل العاهل الاحكام، وحسب لكها حصة يوم الاثنين الموافق 2022/7/18 الساعة 9.00 صباحا في قاعة التقاضي عن بعد فالتكثف بالحدسور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس الشعبة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: مركز سادو لتجميل السيدات رخصة رقم: CN 2968375
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة صودكات اكمل كيزي موختيدينوفا ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف مشعل راشد سعيد عبدالله الحساني
تعديل رأس المال / من null إلى ٥٠٠٠٠
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من/ مركز سادو لتجميل السيدات
SADOO LADIES BEAUTY CENTER
إلى/ مركز سادو لتجميل السيدات - شركة الشخص الواحد ذ م م
SADOO LADIES BEAUTY CENTER - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: وال جرين لواد البناء ذ.م.م. رخصة رقم: CN 3947896
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع / محمدا سماويل محمد علي من شريك إلى مالك تعديل نسب الشركاء / محمدا سماويل محمد علي من ٤٩٪ إلى ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف سهيل مطر سهيل مانع الرميثي
تعديل شكل قانوني / من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من/ وال جرين لواد البناء ذ.م.م.
WALL GREEN BUILDING MATERIALS L.L.C
إلى/ وال جرين لواد البناء - شركة الشخص الواحد ذ م م
WALL GREEN BUILDING MATERIALS - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال سبعة أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ إس أو إس كافيه رخصة رقم: CN 3677492
قد تقدموا إلينا بطلب الغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
DUBAI COURTS

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

اعلان بالنشر

في المنازعة رقم 1085/2022/461 نزاع محدد القيمة

المنظورة في: التسمية الوبيرة للمنازعات الاربعة عشر رقم 763
موضوع المنازعة: التصريح ببيع النزاع وتحديد الحرب جلسة ممكنة. الزام المدعي عليه بان يودي للمدعية قيمة الفواتير موضوع المطالبة بمبلغ إجمالي وقدره (16.673.50 درهم) (سنة عشر الفا وستة مائة وثلاثة وسبعون درهم وستة عشر فلسا) الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل العاهل الاحكام، التنازل، شركة مجموعة الإمارات للاتصالات (مجموعة اتصالات) ش.م.ع - عنوانه: شارع حمدان بن محمد - مبنى مبنى اتصالات - بجانب ماركس سينتر ويهنته، عيادته علي محمد بن حاتم البوشي
الطوب: اعلانه، 1 - الله باصيايا غلام رسول - صفته: متنازل عنده
موضوع الإعلان: قد اقام عليك الدعوى وموضوعها التصريح ببيع النزاع وتحديد الحرب جلسة ممكنة. الزام المدعي عليه بان يودي للمدعية قيمة الفواتير موضوع المطالبة بمبلغ إجمالي وقدره (16.673.50 درهم) (سنة عشر الفا وستة مائة وثلاثة وسبعون درهم وستة عشر فلسا) الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل العاهل الاحكام، وحسب لكها حصة يوم الاثنين الموافق 2022/7/18 الساعة 9.00 صباحا في قاعة التقاضي عن بعد فالتكثف بالحدسور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات ومستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس الشعبة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: روز فالي لواد البناء ذ.م.م. رخصة رقم: CN 1907208
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع / محمد اسماعيل محمد علي من شريك إلى مالك تعديل نسب الشركاء / محمد اسماعيل محمد علي من ٤٩٪ إلى ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف محمد عبدالله مبارك سالم الساعدي
تعديل شكل قانوني / من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من/ روز فالي لواد البناء ذ.م.م.
ROSE VALLEY BUILDING MATERIALS L.L.C
إلى/ روز فالي لواد البناء - شركة الشخص الواحد ذ م م
ROSE VALLEY BUILDING MATERIALS - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال سبعة أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: صيدلية باب الطب ذ.م.م. رخصة رقم: CN 2388821
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة ضياء الرحمن ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف محمد اشرف رحمت علي
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف محمد عبدالله مبارك سالم الساعدي
تعديل شكل قانوني / من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من/ صيدلية باب الطب ذ.م.م.
BAB AL TEB PHARMACY L.L.C
إلى/ صيدلية باب الطب - شركة الشخص الواحد ذ م م
BAB AL TEB PHARMACY - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال سبعة أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: ديزاينو للمقاولات والصيانة العامة رخصة رقم: CN 2744019
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع
إضافة ماجد راشد محمد عزيز المنصوري ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف نهييل محمد خلفان المنصوري
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
DUBAI COURTS

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

مذكرة إعلان بالنشر (استئناف)

في الاستئناف رقم 1245/2022/305 استئناف تجاري

المنظورة في: دائرة الاستئناف التجارية الاربعة رقم 201
موضوع الدعوى: استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم 3845/2021 تجاري جزئي والرسوم والصاريف والاعتاب.
مستأنف: شركة ريتش هانس لتجارة العطور ومستحضرات التجميل (ش.م.م) عنوانه: عنوانها / دبي ابرومل - مكتب 1251A مركز اصالح رويال ديموند ص ب 89289 المطلوب: اعلانه، 1 - باريس غالييري ش ذ م م - صفته: مستأنف عنده
قد استأنف القرار / الحكم الصادر بالدعوى رقم 3845/2021 تجاري جزئي وحدث لها جلسته يوم الاربعاء الموافق 2022/8/3 الساعة 10.00 صباحا بقاعة التقاضي عن بعد وعليك بتقديم حضوركم او من يملك قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا.

رئيس الشعبة

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: وايد لينك للهواتف المتحركة رخصة رقم: CN 1365505
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة حسين صالح سالم الصلحي الحامد ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف محمد سهيل عبضه طنلاف المناهي
تعديل اسم تجاري من/ وايد لينك للهواتف المتحركة
WIDELINK MOBILE PHONE
إلى/ زملا للمبوسات والهواتف المتحركة
RAMLA GARMENTS AND MOBILES
تعديل نشاط / إضافة بيع الملابس الرجالية الجاهزة - بالتجزئة ٤٧٧١١١
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: سومون كافيتريا رخصة رقم: CN 4022582
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة علي خالد محمد غانم ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف ناديا عثمان اسعد شريح
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من/ سومون كافيتريا
SAUMON CAFETERIA
إلى/ سومون كافيتريا - شركة الشخص الواحد ذ م م
SAUMON CAFETERIA - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

محاكم دبي
محكمة التفتيش
DUBAI COURTS

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم 1922/2022/253 تنفيذ شيكات

المنظورة في: الدارة التنفيذ التاسعة رقم 230
موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المحرر من المتخذ عنده لصالح طالب التنفيذ رقم (100062) والحسوبة علي بنك دبي الاسلامي بمبلغ (18129 درهم) (ثمانية عشر الف ومائة وتسعة وعشرون درهم) مضاف اليها رسوم التنفيذ.
طالب التنفيذ: مؤسسة الانتشار لاعمال اللواد العازلة - عنوانه: الإمارات - إمارة الشارقة - الجبل - الشارقة - شارع خلف شارع الملك فيصل - مبنى ملك عبدالعزيز محمد ماجد العلال - شقة شقة رقم 1 المطلوب: اعلانه، 1 - وايد الدسوقي بدر الاحم - صفته: متخذ عنده
موضوع الإعلان: قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتخذ به وقدره 19007 درهم الي طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالإضافة الي رسوم لخزينة المحكمة. وعليك فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحسبك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 15 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

دولة الامارات العربية المتحدة - وزارة العدل
محكمة ام القيوين الاتحادية الابتدائية
مكتب إدارة الدعوى

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان بالنشر بالفرنسية والإنجليزية

في الدعوى الاستئنافية رقم (2022/72) مدني أم القيوين

إلى / السهم للصناعات البلاستيكية - ذ م م
تعلمكم بأن الاستئناف المقدم من / رامي رضا نظير خليل سعيد ضد المستأنف ضدها / السهم للصناعات البلاستيكية - ذ م م - بشأن الشكاوى رقم UAQCFCIBANK/0000204 (مدني) قد تقررا حالة الاستئناف لمحكمة أم القيوين الاتحادية الاستئنافية امام المحكمة. 10.00 صباحا بغير محكمته أم القيوين الاتحادية الاستئنافية امام المحكمة. لذا فأنتم مكلّفون بالحضور أو أبناد من يملككم ما لديكم وفي حال غيابكم فإن المحكمة ستباشر نظر الاستئناف وفقا لاحكام القانون. 2022/6/27 صدر بتوقيفي يوم

رئيس مكتب إدارة الدعوى
عمر ماجد راشد ماجد

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: وايد لينك للهواتف المتحركة رخصة رقم: CN 1365505
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة حسين صالح سالم الصلحي الحامد ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف محمد سهيل عبضه طنلاف المناهي
تعديل اسم تجاري من/ وايد لينك للهواتف المتحركة
WIDELINK MOBILE PHONE
إلى/ زملا للمبوسات والهواتف المتحركة
RAMLA GARMENTS AND MOBILES
تعديل نشاط / إضافة بيع الملابس الرجالية الجاهزة - بالتجزئة ٤٧٧١١١
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة: سومون كافيتريا رخصة رقم: CN 4022582
قد تقدموا إلينا بطلب: تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة علي خالد محمد غانم ١٠٠٪
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف ناديا عثمان اسعد شريح
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من/ سومون كافيتريا
SAUMON CAFETERIA
إلى/ سومون كافيتريا - شركة الشخص الواحد ذ م م
SAUMON CAFETERIA - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

محاكم دبي
محكمة التفتيش
DUBAI COURTS

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم 1922/2022/253 تنفيذ شيكات

المنظورة في: الدارة التنفيذ التاسعة رقم 230
موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المحرر من المتخذ عنده لصالح طالب التنفيذ رقم (100062) والحسوبة علي بنك دبي الاسلامي بمبلغ (18129 درهم) (ثمانية عشر الف ومائة وتسعة وعشرون درهم) مضاف اليها رسوم التنفيذ.
طالب التنفيذ: مؤسسة الانتشار لاعمال اللواد العازلة - عنوانه: الإمارات - إمارة الشارقة - الجبل - الشارقة - شارع خلف شارع الملك فيصل - مبنى ملك عبدالعزيز محمد ماجد العلال - شقة شقة رقم 1 المطلوب: اعلانه، 1 - وايد الدسوقي بدر الاحم - صفته: متخذ عنده
موضوع الإعلان: قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتخذ به وقدره 19007 درهم الي طالب التنفيذ او خزينة المحكمة بالإضافة الي رسوم لخزينة المحكمة. وعليك فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحسبك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 15 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة الكاتب العدل والتصديقات

العدد ١٣٥٨٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٤

رقم المعاملة 0074864-MOJAU_2022- تنازل / بيع

إعلان
حيث ان السيد/ محمد احمد عبيد - إماراتي الجنسية - يملك الرخصة التجارية (الوساقي لغايات ميانة العطل) رخصة تجارية والتي تأسست بإمارة بوجوب رخصة رقم (724914) حيث ان السيد/ محمد احمد عبيد - إماراتي الجنسية يرغب في البيع التنازل عن كامل حصته في الرخصة التجارية (السواقي لغايات ميانة العطل) البالغة (١٠%) إلى السيدة/ فاطمة محمد صالح الدهماني - إماراتية الجنسية - تنازل صاحب الرخصة لآخر، وعلينا صراحة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فيمن لديه أي اعتراض على ذلك عليه اتباع السبل القانونية حيال ذلك.

الكاتب العدل

منوعات الفكر

25

أظهر بحث جديد نشر في مجلة جمعية القلب الأمريكية أن اتباع نظام غذائي على طراز البحر الأبيض المتوسط أثناء الحمل يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بمقدمات الارتعاج أو ما يعرف بتسمم الحمل.

وتحدث حالة الارتعاج أثناء الحمل، وتتميز بارتفاع شديد في ضغط الدم وتلف في الكبد أو الكلى، وهي سبب رئيسي للمضاعفات والوفاة للأم والجنين.

ويزيد تسمم الحمل من خطر إصابة المرأة بأمراض القلب، مثل ارتفاع ضغط الدم أو النوبة القلبية أو السكتة الدماغية أو قصور القلب، وأكثر من الضعف في وقت لاحق من الحياة.

نظام البحر الأبيض المتوسط الغذائي يخفف خطر الإصابة بمقدمات تسمم الحمل



وأضافت مينهاس: "هذا أمر رائع لأن هناك عددا قليلا جدا من التدخلات أثناء الحمل التي ثبت أنها تنتج أي فائدة ذات مغزى، ويجب التعامل مع العلاجات الطبية أثناء الحمل بحذر لضمان أن الفوائد تفوق المخاطر المحتملة على الأم والجنين".

وأشارت مينهاس إلى أنه يجب تشجيع النساء على اتباع أسلوب حياة صحي، بما في ذلك اتباع نظام غذائي مغذي وممارسة الرياضة بانتظام، في جميع مراحل الحياة، وتناول الأطعمة الصحية بانتظام، بما في ذلك الخضار والفواكه والبقوليات، مواد هامة بشكل خاص للنساء أثناء الحمل وأكدت مينهاس أن صحة النساء أثناء الحمل تؤثر على صحة القلب والأوعية الدموية في المستقبل ويؤثر أيضا على صحة أطفالهن.

بالنساء غير المصابات بهذه الشروط. وكان خطر الإصابة بمقدمات الارتعاج أقل بنسبة 20% بين النساء اللاتي اتبعن نظاما غذائيا على طراز البحر الأبيض المتوسط أثناء الحمل.

أما النساء ذوات البشرة السمراء اللاتي حصلن على أقل درجات النظام الغذائي على غرار البحر الأبيض المتوسط أكثر عرضة للإصابة بمقدمات الارتعاج (78%) مقارنة بجميع النساء الأخريات غير السمر اللاتي كن أكثر التزاما بالنظام الغذائي المتوسطي.

وقالت مينهاس: "لقد فوجئنا بأن النساء اللاتي تناولن الأطعمة بشكل متكرر في النظام الغذائي على طراز البحر الأبيض المتوسط كن أقل عرضة للإصابة بمقدمات الارتعاج، مع تعرض النساء السمرات الأكبر انخفاض في المخاطر،

وإثباتا في الغالب من المناطق الحضرية ومنخفضي الدخل، وكان ما يقرب من نصف المشاركين من النساء ذوات البشرة السمراء (47%)، وحوالي الربع من النساء اللاتينيات (28%) والباقي من النساء البيض، وفقا للمعلومات المبلغ عنها ذاتيا في استبيان ما بعد الولادة.

أنشأ الباحثون نظاما غذائيا على طراز البحر الأبيض المتوسط بناء على ردود المشاركين على مقابلات واستبيانات تكرر الطعام، التي أجريت في غضون ثلاثة أيام من الولادة.

وأشارت نتائج الدراسة إلى إصابة 10% من المشاركين في الدراسة بمقدمات الارتعاج، كانت النساء المصابات بأي شكل من أشكال مرض السكري قبل الحمل والسمنة قبل الحمل أكثر عرضة للإصابة بمقدمات الارتعاج مقارنة

بالمقارنة مع النساء اللاتي كن غير مصابات بالسكري قبل الحمل والسمنة قبل الحمل. وتم تجنيدهم من مركز بوسطن الطبي، الذي يخدم في الغالب سكانا عرقيا

وتتعرض النساء المصابات بمقدمات الارتعاج لخطر أكبر للولادة المبكرة (الولادة قبل الأسبوع 37 من الحمل) أو ولادة أطفال منخفضي الوزن، كما أن الأطفال المولودين لأمهات مصابات بمقدمات الارتعاج معرضون أيضا لخطر الإصابة بارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب.

وقال باحثو الدراسة إن النساء السوداوات أكثر عرضة للإصابة بمقدمات الارتعاج، ومع ذلك فإن الأبحاث حول العلاجات المحتملة للنساء المعرضات لمخاطر عالية محدودة.

وحقق الباحثون في الارتباط المحتمل لنظام غذائي على طراز البحر الأبيض المتوسط بين مجموعة كبيرة من النساء المتنوعات عرقيا واللاتي لديهن مخاطر عالية للإصابة بمقدمات الارتعاج.



وضعية نوم محددة قد تؤدي إلى تجنب "التجاعيد"!

يمكن أن يعاني الكثير من الناس من أجل النوم طوال الليل والعتور على أوضاع مريحة. ومع ذلك، هناك بعض الأوضاع التي قد تكون أفضل من غيرها.

وفي الواقع، تقول مؤسسة Sleep Foundation إن الاستلقاء على الظهر هو ثاني أكثر أوضاع النوم شيوعا، وعندما تكون مستلقيا على ظهرك، فمن السهل الحفاظ على محاذاة عمودك الفقري وتوزيع وزن جسمك بالتساوي.

ما يمنح أي ألام محتملة في الرقبة، وتضيف: "تستفيد بشرتك أيضا من وضع النوم على الظهر. فلا توجد وسادة أو مرتبة تضغط على وجهك وتساهم في ظهور التجاعيد".

وتوضح أيضا: "النوم على الظهر يمكن أن يخفف أيضا من احتقان الأنف أو الحساسية، طالما أنك تدعم نفسك في وضع مستقيم".

ويمكن أن تشمل الأوضاع الجيدة الأخرى النوم على جانبك، والتي قد تقدم العديد من الفوائد.

إنه يعزز محاذاة العمود الفقري بشكل صحي وهو وضع النوم الأقل احتمالية للتسبب في ألام الظهر، خاصة عند دعمه بالوسائد. ويضيف أن "النوم على الجانب قد يقلل أيضا من حرقة المعدة والشخير، ما يجعله مكانا أفضل للنوم للأشخاص الذين يعانون من توقف التنفس

أثناء النوم أو الارتعاج الحمضي".

وحددت راشيل سالاس، الأستاذة المساعدة في علم الأعصاب بجامعة جونز هوبكنز ميديسن، أفضل أوضاع النوم من موقع المنظمة على الإنترنت. وقالت إن وضعية النوم بالنسبة للشباب الأصحاء أقل أهمية، ولكن كلما تقدمت في العمر وواجهت مشاكل طبية أكثر، يمكن أن تصبح وضعية النوم إيجابية أو سلبية.

ويقول الموقع الإلكتروني: "بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من آلام الرقبة، فإن النوم والوجه لأعلى يمكن أن يجعل الألم أسوأ في بعض الأحيان. لكن الكثير من الناس يجدون أن نوم الظهر مفيد في تخفيف آلام أسفل الظهر. وإذا كنت تعاني من ألم في عمودك الفقري، فجزب أوضاعا ووسائد مختلفة للعتور على ما يناسبك".

وتضيف: "انقطاع النفس الانسدادي النومي يتسبب في انهيار المسالك الهوائية أثناء النوم، ما يؤدي إلى توقف التنفس. وغالبا ما يترافق مع الشخير. ويمكن أن يساعد وضعك على جانبك أو معدتك في إبقاء مجرى الهواء مفتوحا لتقليل الشخير وتخفيف انقطاع النفس الخفيف".

وتنص مؤسسة Sleep Foundation على أن: "التكيف مع وضع نوم جديد يستغرق وقتا، ولكنه ممكن. كن صبورا مع نفسك واستخدم الوسائد للمساعدة في تدريب جسمك على الوضع الجديد".



الأمهات البدنيات أكثر عرضة لإنجاب أطفال مصابين بالربو!



ولم تجد الدراسة أي صلة بين وزن الأمهات واكزيما الطفولة عندما نظر الباحثون أيضا في هذا.

لكن التحليل، الذي أجري على النساء اللاتي تم تجنيدهن لدراسة يابانية على مستوى البلاد بين عامي 2011 و2014، يدعم الأدلة السابقة على أن الربو أكثر شيوعا بين الأطفال المولودين لأمهات بدنيات.

اقترحت دراسة أن النساء اللاتي يعانين من زيادة الوزن قبل الحمل أكثر عرضة لإنجاب أطفال مصابين بالربو. ووجد باحثون يابانيون أن الأمهات اللاتي كن يعانين من السمنة قبل الحمل، كن أكثر عرضة بنسبة 28% لإنجاب طفل مصاب بالربو قبل سن الثالثة.

وكانت النساء اللاتي يعانين من زيادة الوزن أكثر عرضة بنسبة 17% لإنجاب طفل صغير مصاب بالربو مقارنة بالنساء ذوات الوزن الصحي.

واقترح بعض الخبراء أن هذا قد يكون لأن النساء ذوات الوزن الزائد ينتجن المزيد من هرمون يسمى الليبتين، ما قد يجعل مجرى الهواء لجنينهن أكثر حساسية.

وقال العد المشارك الدكتور إيميكو نوجوتشي، من جامعة تسوكوبا: "هذه النتائج مهمة لأن الربو غالبا ما يكون حالة تستمر مدى الحياة ويمكن أن تعطل الحياة اليومية". ونشرت الدراسة، التي شملت أكثر من 67000 امرأة، في مجلة الحساسية والمناعة السريرية. وأخذ وزن المرأة قبل الحمل من السجلات الطبية أو الاستبيانات. وبينما كان لدى ثلاثة أرباعهن مؤشر كتلة جسم طبيعي (BMI)، كان حوالي 7% يعانين من زيادة الوزن قبل الحمل، وحوالي 2% يعانين من السمنة المفرطة. ومن بين الأطفال، أصيب 11% بالربو قبل سن الثالثة. وعثر على ارتفاع مخاطر الإصابة بالربو لدى أطفال الأمهات البدنيات، مقارنة بأطفال الأمهات الأصحاء، حتى بعد أخذ العوامل المهمة الأخرى في الاعتبار. ومع ذلك، يشير الباحثون إلى أن الدراسة أجريت في اليابان، حيث تعد زيادة الوزن أقل شيوعا بكثير مما هي عليه في المملكة المتحدة.

ووجد الباحثون أيضا أن حساسية الأطفال من حليب الأبقار والبيض كانت أقل شيوعا لدى الأطفال الصغار والأطفال المولودين لأمهات بدنيات، بسبب ذلك غير واضح.

ووجد الباحثون أيضا أن حساسية الأطفال من حليب الأبقار والبيض كانت أقل شيوعا لدى الأطفال الصغار والأطفال المولودين لأمهات بدنيات، بسبب ذلك غير واضح.



تدعوكم مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية
إلى محاضرة

القدود الحلبية... تاريخ وفن

إعداد وتقديم: أ. عبد القادر بدور
بمشاركة الفنان نائل حزواني
والفرقة الموسيقية

8.00 مساءً | يوم الأثنين 04 يوليو 2022 | مبنى مؤسسة العويس الثقافية - شارع الرقة - دبي

www.alowais.com - www.alowaisbooks.com

دبي - د.محمود علياء

تنظم مؤسسة سلطان بن علي العويس محاضرة ثقافية موسيقية بعنوان القدود الحلبية "تاريخ وفن" للباحث الموسيقي عبد القادر بدور بمشاركة الفنان وائل حزواني والفرقة الموسيقية وذلك في الساعة الثامنة من مساء يوم الاثنين 4 يوليو الجاري في مسرح مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية بشارع الرقة بدبي.

منوعات

الفجر

26

محاضرة موسيقية وأمسية غنائية عن القدود الحلبية في مؤسسة العويس الثقافية

وحلب حيث اشتهر بمدينة حلب. في نهاية القرن التاسع عشر وبداية القرن العشرين اُضيف الحلبيون إلى تراثهم الموسيقي أغنيات شاعرة، وأساليب غناء تطورت وعرفت من ضمن ألوان الغناء العربي مثل القدود والموشحات والموال والطقطوقة التي تطورت بعد ذلك على يد سيد درويش وأحمد صبري ومحمد القصبجي ورياض السنابلي وداود حسني وزكريا أحمد، ويعتبر الشيخ عمر البطش - 1885 - 1950 م من

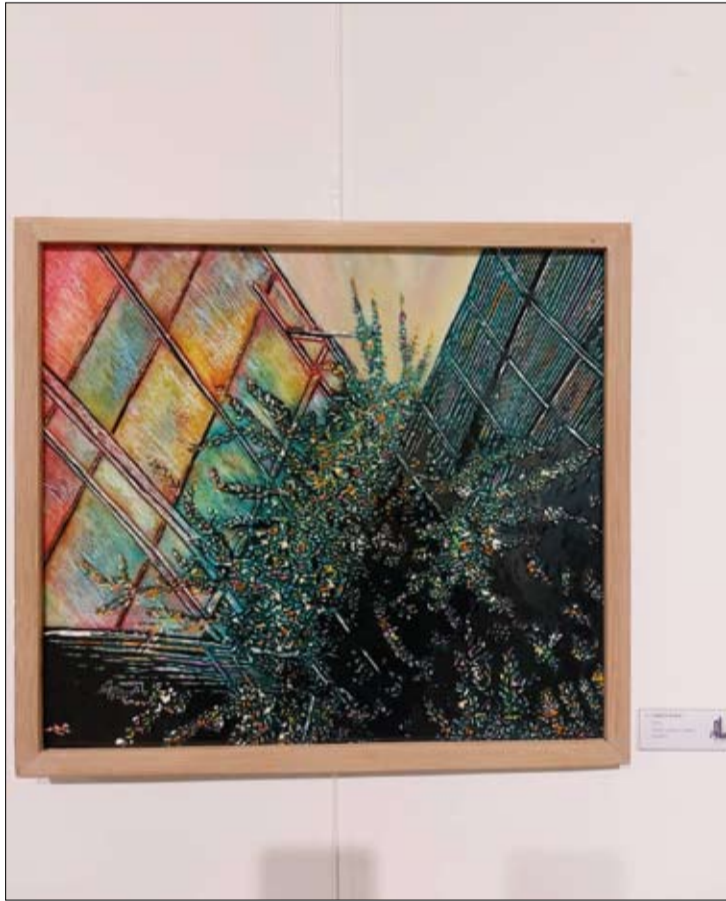
يذكر أن القدود الحلبية من الفنون الموسيقية السورية الأصيلة، وهي منظومات غنائية أنشئت على أعرابىض وألحان دينية أو مدنية، بمعنى أنها بُنيت على قد، أي على قدر أغنية شائعة، إذ تستفيد من شيوعتها لتتحقق حضورها، ومن هنا جاء اسم القد. وتم إدراج هذا الفن ضمن القائمة التمثيلية للتراث الثقافي غير المادي للبشرية من قبل اليونسكو في ديسمبر 2021. وهو فن غنائي نشأ في الأندلس، ثم انتقل إلى بلاد الشام خصوصاً في حمص

تنقسم الأمسية إلى جانب نظري وآخر تطبيقي، حيث سيقدم الباحث بدور تمهيداً عن الموسيقى وتاريخها وخاصة الموسيقى السريانية والترتيلات التي كانت سائدة في المنطقة، ثم يتحدث عن القدود الحلبية وسبب التسمية، بعدما يعرف بالمقامات الموسيقية الشرقية، وستقوم الفرقة بعزف نماذج تطبيقية تتوافق مع ما سيذهب إليه المحاضر، وسيؤدي المطرب نائل حزواني أغنيات من التراث الأصلي لمدينة حلب العريقة.

تحت هودجها، يذكر أن مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية قد أذبت على تقديم الفنون التراثية الأصيلة ونظمت العشرات من الأنشطة الموسيقية لفنانين مشهورين واحتضنت العديد من الفعاليات العربية والعالمية التي لقيت استحسان الجمهور.

أهم من لحن الموشحات وكان من منسدي الزوايا الهلالية في حلب وقد اجتمع وتعلم على يديه مشاهير المطربين والمحنين والموسيقيين مثل صبري مدلل وعبد القادر الحجار وبهجت حسان وصبري الحريري ومن التلاميذ بعد ذلك محمد خيرى جليلاتي وعبد الرحمن عطية. من القدود الحلبية الشهيرة: "يا مال الشام، قدك الميا،

ياسمين حسن: الطبيعة مصدر أساسي في لوحات معرضي الجديد بالسعودية



العامة لقصور الثقافة عن بينالي بورسعيد القومي الثامن بمتحف النصر للفن الحديث ومكتبة مبارك العامة ببورسعيد مارس 2009، جائزة التصوير الضوئي في معرض الطلائع الخمسين "جمعية محبي الفنون الجميلة" مايو 2010. وحصلت على جائزة فاطمة رفعت في التصوير في معرض الطلائع الحادي والخمسين "جمعية محبي الفنون الجميلة" عام 2011، وجائزة شرفية بصالون فنانين إقليم القاهرة الكبرى 2016.

غادة الأحمدي، علياء الهلال، عبير الخليفة، سلطان السويدي، غادة الأحمد، نوف الكليب، عبدالله البارقي، ريم الدريهم، محمد آل شايح، غدير أحمد، إيمان حبشي، عبدالله البارقي وخالد العتيبي.

يذكر أن ياسمين حسن تشارك في الحركة التشكيلية منذ أكثر من عشر سنوات، قدمت خلالها عدة معارض تشكيلية وحازت على العديد من التكريات والجوائز ومنها: جائزة ورشة مهرجان الإبداع التشكيلي الثاني، وجائزة صالون الشباب التاسع عشر، وجائزة الهيئة

التي عنونها بـ "عقول ناضجة" رأيت الورد في قلب الطبيعة وكأنها فصوص من الخ التي تتضح بجمال من أحضان الطبيعة ومن ثم لا أنكر دور الطبيعة وتأثير الكبير على مخيلتي الفنية خلال العمل وهو ما تجلى في لوحاتي.

أما عن التقنيات التي استخدمتها لتنفيذ هذه الأعمال فتقول: "أستخدم خامات متعددة وكل خط في لوحاتي مرسوم بلمس بارز، كما أستخدم عجائن وأحبار وألوان زيت وأكريليك.

يشير إلى أن المعرض يشارك فيه الفنانون السعوديون أحمد البار، منال فهد، غدي حسن،

تشارك الفنانة التشكيلية المصرية ياسمين حسن بثماني لوحات متباينة الحجم والتقنيات في معرض جماعي بجاليري ضاوي بمدينة الخبر السعودية حالياً وسط مجموعة من الفنانين السعوديين.

حول هذه التجربة، قالت ياسمين حسن بأن الطبيعة كانت مصدراً أساسياً استلهمت منه فكرة اللوحات التي تشارك بها في معرض السعودية الراهن، كما ترى أنها المصدر الرئيسي لكل شيء إيجابي في الحياة.

وتتابع: في إحدى لوحاتي المكونة من جزئين



ياسمين عطية محور "التحديات والفرص التي تواجه النشر الرقمي"، وتناول طارق توما محور "النشر الرقمي للطفل"، في حين ألقى وائل كيوان الضوء على "النشر الرقمي في الشرق".

أما في الجلسة الثالثة التي جاءت تحت عنوان "النشر الرقمي وأدواره المتعددة، بإدارة الناشر الإماراتي جمال



«دبي للثقافة» تناقش دور الرقمنة في المجال الأدبي في «ملتقى النشر الرقمي»

مستوى الإمارة، وأول فعالية تعقد في مكتبة محمد بن راشد التي تمثل واجهة دبي الثقافية وتتميز بتطبيقها أحدث التقنيات الرقمية وبمختبر التحويل الرقمي فيها، محتضنة أكثر من 4 ملايين كتاب تخدم الكبار والصغار والباحثين والمطلعين.

ونوه الحبسي إلى أن الملتقى يهدف إلى توفير منصة للحوار البناء بين الخبراء والمختصين في مجال النشر الرقمي من خلال حلقات نقاشية تطمح لأن تسهم في زيادة الوعي بأهمية النشر الإلكتروني والأمن وأدواته المتعددة.

وتشجيع الكتاب والناشرين للاتجاه إلى الرقمنة والمعرفة الرقمية لنشر المعرفة والأدب بأشكال توابك العصر ومتطلباته.

الآداب بالإنابة في «دبي للثقافة»، في كلمته الافتتاحية للمؤتمر على أهمية الدور الذي يلعبه النشر الرقمي في المجال الأدبي، قائلاً: في ظل التطور التكنولوجي المتسارع الذي يشهده عالمنا اليوم، أصبح النشر الرقمي حلقة أساسية في عالم الثقافة ونشر المعرفة، ويلعب دوراً مهماً في تمكين الكتاب من نشر إنتاجاتهم الأدبية واتاحتها أمام الجمهور على نطاق واسع، مشيراً أيضاً إلى المساهمة الكبيرة للنشر الرقمي في تعزيز حب القراءة والمعرفة بين مختلف شرائح المجتمع، وخاصة الأجيال الناشئة، بفضل الوسائل الجاذبة التي يتيحها لجعل القراءة أكثر تشويقاً وسهولة.

وأبح الحبسي إلى أن الملتقى يُعَدُّ الأول من نوعه على

دبي- الفجر:

نظمت هيئة الثقافة والفنون في دبي «دبي للثقافة» ملتقى النشر الرقمي في مكتبة محمد بن راشد بحضور الدكتور سعيد مبارك بن خرياش، المدير التنفيذي لقطاع الفنون والآداب في دبي للثقافة، وبمشاركة نخبة من الخبراء والمختصين في النشر الرقمي لمناقشة أحدث التطورات والأدوات التي تساهم في النهوض بهذا الحقل عبر التكنولوجيا والابتكار، وذلك بما يواكب توجه الإمارة نحو اقتصاد المعرفة لتعزيز النمو المستدام.

وخلال الملتقى، أكد السيد محمد الحبسي، مدير إدارة

وتلبي تطلمات القراء في وقتنا الراهن وفي المستقبل، مضيفاً أن هذا الملتقى يشكل جزءاً من جهود الهيئة في تحفيز جميع المعنيين بالشأن الثقافي للمشاركة الفاعلة في تعزيز الصناعات الثقافية والإبداعية في الإمارة، وترسيخ مكانتها كمركز ثقافي عالمي مبتكر وعاصمة للاقتصاد الإبداعي.

وتضمن برنامج الملتقى ثلاث جلسات حوارية، الأولى منها باللغة الإنجليزية تحت عنوان «رقمنة في عالم المستقبل، بإدارة الكاتبة الإماراتية إيمان اليوسف، وتناولت محوري «النشر الرقمي بين المستقبل والتسويق والتحديات، الذي ناقشته الناشئة إيمان الشيبه، و«الرقمنة وتأثيرها على محتوى الأطفال، الذي تحدث عنه الدكتور نبيه عبدالمجيد.

وفي الجلسة الثانية التي حملت عنوان «النشر الرقمي بين التأثير والتأثر، بإدارة الكاتبة الإماراتية سلمى احفيتي، ناقش عيسى الحمادي محور «الابتكارات الإلكترونية ودورها في صناعة المحتوى واستهلاكه»، بينما تناولت



منوعات

الفكر

27

تخوض تجربة جديدة في الإذاعة المصرية من خلال برنامج (مع نبيلة)

نبيلة عبيد: برنامجي لن يتطرق لتفاصيل حياتي الشخصية

واحدة من أهم النجمات في تاريخ السينما المصرية، استطاعت خلال مشوارها الفني أن تقدم عددا من الأعمال الفنية الهامة التي جمعت فيها بين الجودة الفنية والنجاح الجماهيري، تتنافس بتلك الأعمال علي شباك التذاكر والمهرجانات المصرية الدولية، إنها نجمة مصر الأولى نبيلة عبيد، التي تخوض تجربة جديدة في الإذاعة المصرية تسرد من خلال تفاصيل مشوارها الفني الحافل بالنجاحات والشخص الهامة في كافة الفروع الفنية والأدبية.



• في البداية.. كيف جاءت فكرة تقديم برنامج إذاعي تسرد فيه تفاصيل مشاركتك الفني ؟
- تقديم عمل للإذاعة المصرية مطروح منذ 3 سنوات، فقد كانت هناك مفاوضات معى لتقديم عمل درامي ولكن نتيجة لانتشار فيروس كورونا تم التأجيل، وتطورت الفكرة حتى تم الاستقرار على سرد رحلتي مع عالم الفن منذ الطفولة وحتى الآن في برنامج إذاعي يمتد إذاعته لأسابيع فقد، وجدت انها فرصة مناسبة لأسرد أشياء لم تدع من قبل بدءا من الطفولة، وكيف كانت مشاعري حينها والامنيات التي تمنيت تحقيقها.
• معنى ذلك أن البرنامج لن يتناول الحياة الخاصة؟
- برنامج مع نبيلة عبيد لن يتطرق الي تفاصيل الحياة الخاصة مثل الزواج وغيرها ، وانما سأسترجع ذكرياتي مع المراحل الدراسية المختلفة ، وسأكتشف عن لقائي مع المخرج الكبير عاطف سالم ودياتي الحقيقية في مجال التمثيل وتعاوني مع عمر الشريف ، بالإضافة الي سفري الي لبنان والتغير والتطور الفني الذي حدث لي بعد ذلك، وكيف تغيرت حياتي بسبب احسان عبد القدوس ، فهناك عشرات الحكايات والمصاعب التي واجهتني في مشواري تستحق ان يعرفها الجمهور .
• وهل انتهيت من تسجيل الحلقات كاملة ؟

• بدأت التسجيل خلال الأيام الماضية ومن المقرر ان تستمر في اللقاءات لفترات أخرى ، حيث تم التسجيل في منزلي برفقة المخرج محمد ترك ومقدم البرنامج، فلا أقوم بتسجيل حلقة بحلقة ، ولكن نعقد لقاء نتحدث فيه ثم نتوقف ونستكمل في يوم آخر ، وهم من المقرر ان يقوموا بتقسيمه على حلقات تداع أسبوعيا.
• ولكن هل سيعيق التسجيل من المنزل التواصل مع الجمهور مباشرة خلال الحلقة ؟
- من المرجح ان يقوم المخرج الفترة القادمة بإدخال نظام المداخلات الهاتفية لاستمع الي الجمهور وي طرح الأسئلة التي يرغب مني في الإجابة عليها .
• لماذا فضلت الراديو تحديدا عن الوسائل الإعلامية الأخرى ؟
- أنا من الشخصيات التي تقدر الإذاعة، وأري ان مازال لها جمهور ضخم يستمع اليها، لذا فقد فضلت الراديو في الوقت الراهن، فاختياري للإذاعة المصرية المملوكة للدولة لكي أطل منها على الجمهور كان لإيواني الشديد بانها صوت الأمة، فقد تربيتا عليها جميعا .
• ولكن في العائد المادي قد يكون أعلى في المحطات الفضائية اليس كذلك؟
- فيما يخص الماديات طفيلة مشواري الفني لا أنظر لها في المقام الأول، فالأهم بالنسبة لي هو الاتقان، وهو ما أجده في الإذاعة المصرية، ولدي ثقة في المخرج محمد ترك.
• الحلقة الأولى من البرنامج سيكون لها طابع خاصة ... هل هذا الأمر صحيح ؟
- بالفعل فالحلقة الأولى من برنامج (مع نبيلة) سيتم إهداؤها للفنان الراحل سمير صبري ، فقد قررنا اهداء الحلقة الي صديقي العزيز الفنان سمير صبري، وسوف أتحدث عنه وعن الذكريات التي جمعتني به ، فالراحل كان شخص صبور وتحمل المرض، وقد كان يحرص على تسجيل حلقات برنامجة الإذاعي رغم تعب .



تامر نبيل: مروان حامد رشحتني لفيلم (كيرة والجن)

المستوى الإنساني والفني. فيلم "كيرة والجن" مستوحى من رواية "1919"، للمؤلف أحمد مراد الذي كتب السيناريو والحوار، وإخراج مروان حامد، وبطولة كريم عبد العزيز، أحمد عز، هند صبري وسيد رجب، مع أحمد مالك، على قاسم، رزان جمال، هدى المقتى، محمد عبد العظيم، عارفة عبد الرسول، تامر نبيل، بالإضافة إلى مجموعة من ضيوف الشرف سيتم الإعلان عنهم تباعاً، فضلاً عن تواجد بعض الممثلين الأجانب.

وتأثير هذا على الشخصية. وأكد تامر نبيل أنه في أغلب الأدوار التي قدمها الفترة الأخيرة سواء في مسلسل ليه لا أو مسلسل إلا أنا أو مسلسل شقة 6 أو مسلسل خللي بالك من زيزي أو مسلسل قبيل أو مسلسل الاختيار، كان سعيدا بهذه الخطوات. عن كواليس التعاون مع فريق العمل أكد تامر نبيل أن كواليس العمل كانت تجمعهم مع الفنان أحمد عز والفنانة هند صبري وبعض المشاهد مع الفنان أحمد عز وأن الكواليس كانت ممتعة جدا على

كشف الفنان تامر نبيل عن كواليس انضمامه لفيلم كيرة والجن وعن استعداداته للدور والمقرر طرحه في دور السينما ابتداء من غد الخميس 30 يونيو.
قال تامر نبيل: المخرج مروان حامد هو من رشحتني لفيلم كيرة والجن وهذا ليس التعاون الأول ولكن هذه المرة لها طابع وميزة خاصة. وعن تحضيره للدور أكد تامر نبيل أن الصعوبة كانت في الفترة الزمنية نفسها الخاصة بالفيلم، وطبيعة الفترة والناس



المخرج عمرو سلامة: تحميل الفن مسؤولية إصلاح المجتمع عبء كبير



فسر المخرج عمرو سلامة أسباب إيمانه بمصطلح السينما التنظيمية في بداية حياته الفنية، متوفا ارتباطه بخطاب ديني ساذج يضع مظاهر معينة وكأنها العنوان الصحيح، لكن المفهوم تغير له فيما بعد، فالسينما التنظيمية تعني العمل الدعوي وعدم الاستسهال في صناعة ما أقدمه وأن أكون صادقا فيما أقدمه وما أريد أن أقوله.
وتابع خلال لقائه في برنامج "كلمة أخيرة" الذي تقدمه الإعلامية ليس الحديدي على شاشة "ON":
مصطلح السينما التنظيمية كان سطحيا جدا في عام 2008 كنا متأثرين بما يقدم في العالم وقتها من أفلام لكن الاهتمام بالقضايا المحلية كان أساسا في تغير الفكرة وفقا لجملة نجيب محفوظ، إذا أردت أن تصل للعالمية فعلا، فكن محليا بقدر ما تستطيع."
وتابع: "الناس المتواجدين حولنا قصصهم أهم وهي من تصل بنا إلى العالمية."
وردا على تساؤل الإعلامية ليس الحديدي حول انتشار الجرائم في المجتمع مثل نحر فتاة على أبواب الجامعة أو أم تقتل أطفالها وحول ما إذا كان مطلوباً من السينما أن تكون حذرة فيما تقدمه وأن لا تقدم بطلا غير حقيقيا ولا تروج لعنف قال: "أعتقد بصراحة بحة أن السينما سيكون حملا ضخما عليها أن يتم تحميلها المسؤولية كاملة: لأنها مسؤولية مجتمع ككل وبالتالي مطالبة السينما وحدها بالقيام بهذا الدور سيكون أكبر من حجمها بكثير وهذا ليس دورها الأساسي، حيث إن دورها أن تحكي قصصا للكاتب التي يريد قولها ولو كان صادقا سينجح في تغيير المجتمع لكن فكرة غلاء اليوم الكامل على السينما لن يكون دقيقا.
استكمل: عندما أجد أزيغول لي أنا يعلم أولادي بالفيلم ده ؟ ده تفكير خاطيء لأن المفروض فيه مدرسة ومؤسسات أخرى منوط بها تربية الأطفال وتنشأتهم،والسينما تؤثر، لكن في النهاية ليس مطلوباً منها إصلاح المجتمع ، ولا يجوز أن يتحول صانع السينما لمصلح اجتماعي، لأن هذا سيهدر طاقته وقته.

الفكر

الألم في أربع مناطق من الجسم قد يدل على مرض السرطان المحتمل!

الخطر. ولا يعرف الأطباء الأسباب الدقيقة للسرطان. ولكن هناك عوامل خطر يمكن أن تزيد من فرصتك في تطويره. ووفقا لـ Macmillan Cancer Support، يمكن منع حوالي حالة واحدة من كل ثلاث حالات من السرطان، فلا تجاهله - تحدث إلى طبيبك، وفقا لـ NHS. ويشكل عام، يقول الجسم الصحي إن الأعراض التي تستمر لمدة ثلاثة أسابيع أو أكثر هي علامة حمراء يجب فحصها. وكل شخص لديه مخاطر معينة للإصابة بالسرطان. ويمكن في العمر أكبر عامل خطر للإصابة بالسرطان.

وتشمل العلامات العامة للسرطان ما يلي:

- التعرق الليلي الشديد.
- فقدان الوزن غير المبرر.
- تورم غير عادي في أي مكان.
- إعياء.

وإذا كان هناك شيء لا يبدو على ما يرام، أو إذا كنت تعتقد أنك مصاب بالسرطان، فلا تجاهله - تحدث إلى طبيبك، وفقا لـ NHS. ويشكل عام، يقول الجسم الصحي إن الأعراض التي تستمر لمدة ثلاثة أسابيع أو أكثر هي علامة حمراء يجب فحصها. وكل شخص لديه مخاطر معينة للإصابة بالسرطان. ويمكن في العمر أكبر عامل خطر للإصابة بالسرطان.

يعتبر التعامل مع العلامات التحذيرية للسرطان بمجرد ظهورها أمرا حيويا لتحسين نتائج البقاء على قيد الحياة. ووفقا للمعهد الوطني للسرطان (NCI)، يمكن أن يشير الألم في أربع مناطق من الجسم إلى المرض المميت. وعلى سبيل المثال، يمكن أن يشير الألم عند التبول أو الألم بعد الأكل إلى مرض مميت، كما تحذر المعاهد الوطنية للصحة. وفيما يتعلق بالأخير، فإن هذا الألم عادة ما يوصف بأنه "حرق في المعدة أو عسر هضم لا يزول". ويضيف أن الألم البطن أو الضم يمكن أن تشير أيضا إلى السرطان.



مركب مخدر في الفطر السحري يفتح عقول الأشخاص المصابين بالاكتئاب!

اقترحت دراسة جديدة أن المركب المخدر الموجود في الفطر السحري يساعد على فتح أدمغة الأشخاص المكتئبين ومنعهم من الوقوع في نمط تفكير سلبي. وقال الباحثون إن السيلوسيبين - الموجود في الفطر - يجعل الدماغ أكثر مرونة، ويعمل بشكل مختلف عن مضادات الاكتئاب العادية، حتى بعد أسابيع من الاستخدام. وليست هذه هي المرة الأولى التي يُقترح فيها الدواء كوسيلة لعلاج الاكتئاب، لكن معدي الدراسة الأخيرة يعتقدون أن النتائج التي توصلوا إليها تشير إلى أنه يمكن أن يكون نهجا بديلا حقيقيا للعلاجات. وقالوا إن أنماط نشاط الدماغ في حالة الاكتئاب يمكن أن تصبح جامدة ومقيدة، ويمكن أن يساعد السيلوسيبين الدماغ على الخروج من الروتين بطريقة لا تستطيع العلاجات التقليدية القيام بها. ومع ذلك، حذر الخبراء في إمبريال كوليدج لندن من أن المرضى المصابين بالاكتئاب يجب ألا يحاولوا العلاج الذاتي باستخدام السيلوسيبين. وقال البروفيسور ديفيد نات، رئيس مركز إمبريال لأبحاث التخدير: "هذه النتائج مهمة لأننا وجدنا لأول مرة أن السيلوسيبين يعمل بشكل مختلف عن مضادات الاكتئاب التقليدية - ما يجعل الدماغ أكثر مرونة وسلاسة، وأقل ترسخا في التفكير السلبي. وهذا يدعم تنبؤاتنا الأولية ويؤكد أن السيلوسيبين يمكن أن يكون نهجا بديلا حقيقيا لعلاجات الاكتئاب". وقال كبير معدي الورقة البحثية، البروفيسور روبن كارهارت هاريس، الرئيس السابق لمركز إمبريال لأبحاث التخدير، ومقره الآن في جامعة كاليفورنيا، سان فرانسيسكو: "إن التأثير الملحوظ مع السيلوسيبين ثابت عبر دراستين، تعلقان بتحسين الأشخاص. ولم تتم رؤيته مع مضادات الاكتئاب التقليدية. وفي دراسات سابقة، رأينا تأثيرا مشابها في الدماغ عندما تم فحص الأشخاص أثناء تناولهم مخدرا، لكننا هنا نراه بعد أسابيع من علاج الاكتئاب، ما يشير إلى انتقال تأثير الدواء الحاد". وتستند النتائج الجديدة إلى تحليل فحوصات الدماغ لحوالي 60 شخصا يتلقون علاجا للاكتئاب، بقيادة مركز إمبريال كوليدج لندن لأبحاث التخدير. ويعتقد الفريق الذي يقف وراء الدراسة أنه ربما يكون فكك كيفية عمل السيلوسيبين على الدماغ، وكشفت النتائج، المأخوذة من دراستين مشتركين، أن الأشخاص الذين استجابوا للعلاج بمساعدة السيلوسيبين أظهروا زيادة في اتصال الدماغ ليس فقط أثناء العلاج، ولكن حتى ثلاثة أسابيع بعد ذلك. وارتبط تأثير الانفتاح هذا مع الأشخاص الذين أبلغوا عن تحسن في اكتئابهم. ووفقا للباحثين، لم تلاحظ تغييرات مماثلة في اتصال الدماغ لدى أولئك الذين عولجوا بمضاد اكتئاب تقليدي - escitalopram - ما يشير إلى أن المخدر يعمل بشكل مختلف في علاج الاكتئاب. وقالوا إن النتائج هي تقدم واعد في العلاج بالسيلوسيبين، مع تكرار الآثار عبر دراستين. ولكن الباحثين يحذرون من أنه في حين أن النتائج مشجعة، يجب ألا يحاول المرضى المصابون بالاكتئاب العلاج الذاتي باستخدام السيلوسيبين، لأن تناول الفطر السحري أو السيلوسيبين في حالة عدم وجود ظروف تجريبية قد لا تكون له نتيجة إيجابية. ونشرت الدراسة في مجلة Nature Medicine.



اثنان من البومة الجبلية النادرة المحمية في قفص قبل تلقي فحص طبي، في حديقة ترفيهية ورحلات سفاري في مقاطعة هسنيشو بتايوان. ا ف ب

قرأت لك

فوائد الخيار



فوائد الخيار عديدة حيث يعتبر الخيار نوعا من الخضروات المحببة للجميع ولا يمكن الاستغناء عنه حيث أنه لايد من وجوده في أغلب أنواع السلطات والمخللات. يتميز الخيار بأنه سهل الهضم جلو المذاق رطب يبرد الجسم وينعشه يقلل الشعور بالعطش، غالبا ما يتواجد دائما على مائدة الإفطار والعشاء. يحتوي على الألياف ومعادن وحديد وكالسيوم وفيتامينات وبوتاسيوم وكل هذا مهم وضروي لصحة الإنسان. يعمل على تعديل حموضة المعدة . يقي الجسم من الجفاف والإمساك. يحسن عملية الهضم لاحتوائه على الألياف. يهدئ الأعصاب ويزيل التوتر . يحتوي على نسبة عالية من الماء فيعتبر مدر قوي للبول . يقي من البرد والرشح والأنفلونزا لأنه غني بفيتامين C. يعطي الشعور بالشبع فهو مفيد لإصحاب الرجيم والدايت. مفيد للبشرة لاحتوائه على مضادات الأكسدة . يعمل على تقليل وتأخير ظهور التجاعيد. يرطب الجسم ويقلل الشعور بالعطش خاصة في أيام الصيف. يستخدم في عمل السكات للبشرة الدهنية . يستخدم في علاج حب الشباب. قشر الخيار له دور فعال في مقاومة مرض السرطان . يقلل من التهاب المفاصل والنقرس.

سؤال جواب

- أين توجد حاسة الشم لدى الطيور؟
- لا وجود لها
- ما مدة حمل الأبقار ؟
- 9 أشهر
- من هو منشئ البوذية ؟
- سدهارتا
- كم بطين في قلب السمكة ؟
- بطين واحد
- ما أقدم النقود المتداولة الآن ؟
- الجنيه الإسترليني

هل تعلم؟

- هل تعلم أن أقسى العناصر على وجه الأرض هو الأناس.
- هل تعلم أن النملة تستطيع أن تحمل 50 ضعف وزنها.
- هل تعلم أن كمية الحديد في دم الإنسان تساوي حجم مسمار.
- هل تعلم أن البحوث الطبية أثبتت أن النساء يتفوقن على الرجال في حاسة الشم.
- هل تعلم أن أضخم كتل من الذهب الخام تم العثور عليها في أستراليا والبرازيل.
- هل تعلم أن الرازي من أوائل الذين أشاروا إلى الجراحة التجميلية كفرع من فروع الجراحة.
- هل تعلم أن أول من أشاروا إلى تفتيت الحصى في المثانة هم الأطباء العرب.
- هل تعلم أن محب الظلمة من الحيوانات ثلاثة : اليوم و الخفاش و الخلد.
- هل تعلم أن هناك فار يسمى باسم (فار بكساس) يقتل الزواحف السامة تلقائياً بمجرد اقترابها منه.
- هل تعلم أنه تم تحديد خط الطول جرينتش عام 1884م.
- هل تعلم أن المدة التي احتل فيها الصليبيون القدس هي 88 سنة.
- هل تعلم أن كمية الخبز الذي يلقى في سلة المهملات سنوياً من الفرنسيين هو 400 ألف طن.
- هل تعلم الكلب يستطيع أن يسمع دقات الساعة وهو على بعد 40 قدم.

قصة الكذاب

كان علي يدعي العرصة بكل شيء، فلو رأى فتاة جميلة تمشي في الطريق يدعي انه يعرفها ولو لح سيارة أيقية بجوار عمله يدعي انها لاحد اصداقائه.. اما اذا اشهر فتان حديث فيقول انه ما زال صديقا له او قريبا لعائلته .. هو دائما هكذا يجب ان يلتفت النظر اليه ويدعي امتلاك ما ليس له والكتب في كل صغيرة وكبيرة. دخل ذات يوم إلى النادي بعد غياب طويل فوجد نفرا من اصحابه وقد جمعوا يتحدثون عن حادثة سيارة تسببت في هدم جزء من سور النادي وقتيل وعربية قد انقلبت فالقى عليهم التحية وهو مقطب الجبين فسأله احدهم اين كنت يا علي؟ لم نرك منذ فترة طويلة؟ فقال بسرعة وبدون تفكير .. كنت في حالة حزن شديد وانا في حالة غضب منكم لم يكلف احدهم نفسه بان يسأل عني او يعزيني .. فاستعجب الجميع وسكتوا .. لكنه اكمل حديثه وكأنه يخاف ان ينسى منه شيئا وقال: مات ابن عمي في حادثة سيارة شنيعة اصطدمت بسيارته وقلبتها وهشمتها ومات المسكين داخلها مطحونا وكأنه قطعة لحم في سندويش.. المسكين كان في عز شبابه وعلى وشك اتمام زواجه .. كنا نستعد لعرسه.. فتأسف جميع من سمع بذلك وقال احد الاصدقاء: كيف لنا ان نعرف كل ذلك ونحن لم نرك الا الان؟ فقال علي: لقد كانت الحادثة هنا منذ ايام وقد تسبب الحادث في هدم جزء من سور النادي رأيته الان وتذكرت ابن عمي فحزنت جدا. فاخذ الجميع ينظرون إلى بعضهم ثم انطلقوا في ضحكات هستيرية شديدة دمعت لها عيونهم وهو يقف وسطهم لا يعلم لماذا يضحكون.. لكن احدهم قال ساخرا: لا داعي للضحك يا جماعة فكل واحد ادري بعائلته! وضح الجميع من الضحك مرة اخرى. فنهزم وقال: انتم تضحكون وانا في حزن.. فاخترق الحشد احد الواقفين ليقول الحادثة كانت بين سيارة نقل كبيرة اصطدمت بعربية كان يجرها حمار شرد بها من صاحبه فانقلبت (الكارو) ومات الحمار وهشمت السيارة النقل حائط النادي... وبذلك يكون الحمار هو ابن عمك الذي مات في عز شبابه قبل ان يتزوج!.

