إكسبو 2020 دبي ينظم مهرجان الطعام النباتي بالتعاون مع فيغانواري ودبي فيغان دايز

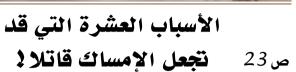
ص 27

ص 22

إلسا زغيب: تعلَّمتُ من عابد فهد واستفدت من خبرته الطويلة كممثل







المراسلات: ص.ب 505: email:munawaat@alfajrnews.ae

تعطيل هذه الميزات يزيد

من عمر بطارية أي فون

عملت أبل على تحسين عمر

البطارية في هواتف آي فون

13، وذلك حتى بعد الأخذ بعين

الاعتبار معدل التحديث البالغ

120 هرتز واتصال 5 جي يے

وبغض النظر عن طراز هاتف آي

فون الذي تمتلكه، يمكنك تحسين

عمر البطارية على الجهاز باتباع

مجموعة بسيطة من التوجيهات

التي تم نشرها بواسطة مستخدم

وأوضىحت صحيضة نيويورك

بوست أن التطبيقات يمكن أن

تستهلك بعضًا من عمر بطارية

جهاز آي فون حتى إذا كنت لا

تستخدم هذه التطبيقات المحددة

وأفضل طريقة لمنع التطبيقات

التي تعمل في الخلفية من

تيك توك يدعى كاداما.

جميع الطرازات الأربعة.

الثلاثاء 4 يناير 2022 م - العدد 13433 Tuesday 4 January 2022 - Issue No 13433

طعمة للحصول على أسنان قوية

عندما يتعلق الأمر بالحفاظ على صحة اللثة والأسنان، فكل هذا يتوقف على ما تأكله على مدار اليوم. لا يساعد الطعام الجيد على إصلاح جسمك فحسب، بل يساعد أيضًا في الحفاظ على صحة اللثة

فيما يلي أهم الأطعمة التي تساعد على الحفاظ على صحة الأسنان، وفق ما أوردت صحيفة تايمز أوف إنديا:

الاستهلاك المتكرر للمياه: لا يساعد شرب الماء في الحفاظ على صحة الجلد فحسب، بل يساعد أيضًا في غسل الأسنان من السكريات والأحماض. عندما تأكل شيئًا ما، تعلق العديد من جزيئات الطعام بين أسنانك، مما يؤدي إلى تلف مينا الأسنان. أثناء شرب الماء، تتساقط هذه الجزيئات عن أسنانك ولثتك.

المياه ومنتجات الألبان: في حين أن الماء يساعد في غسل السكريات والأحماض عن الأسنان، تحتوي منتجات الألبان من ناحية أخرى على معادن مثل هيدروكسيباتيت التي تقوي مينا الأسنان. يعد تناول الحليب من أفضل الطرق للحصول على أسنان صحية، حيث يحتوي على الكالسيوم الذي يعد عنصرًا غذائيًا أساسيًا للأسنان. الأطعمة الغنية بالألياف: تعزز الخضروات الورقية وغيرها من الأطعمة الغنية بالألياف الهضم الجيد ومستويات الكوليسترول الصحية، كما أنها تصنع العجائب لأسنانك. تعد الخضروات الورقية الخضراء المختلفة مثل أوراق السبانخ والخس واللفت والجرجير من الأطعمة الفائقة التي تساعد على تقوية مينا الأسنان.

مصففة شعر تشرح الطريقة الصحيحة لغسله

كشفت مصففة شعر على موقع التواصل الاجتماعي تيك توك الطريقة الصحيحة لغسل الشعر والحفاظ على نظافته وتألقه. ويعتقد البعض أن الأمر بسيط ولا يحتاج سوى إلى وضع الشامبو على شعرك للحصول على الرغوة قبل شطفه بالماء، لكن خبيرة شعر تقول إن هناك ما هو حاجة لأكثر من ذلك.

ونشرت مستخدمة تيك توك @ amy.does.some.hair مقطع فيديو حصل على آلاف المشاهدات بعد عرض تقنيتها لضمان نظافة خصل الشعر، وحصد مقطع الفيديو الخاص بها مئات التعليقات من المشاهدين المذهولين منذ مشاركتها الفيديو على تيك توك. وتشرح مصففة الشعر "بللي شعرك بشكل جيد، ووزعي الشامبو على يديك قبل توزيعه بالتساوي على فروة رأسك. وبمجرد أن يتم توزيع الشامبو بشكل جيد، وباستخدام أصابعك، دلكي الشامبو على فروة رأسك بالكامل، ولا تفوتي خط شعرك أو مؤخرة رأسك" وبمجرد شطف شعرك، يجب عليك تكرار العملية، ولكن هذه المرة ركزي على فروة الرأس ومرري رغوة الصابون على الأطراف برفق. وبمجرد شطف شعرك مرة أخرى، ضعي البلسم على أطراف شعرك، وتجنبي الجذور، واتركيها لمدة دقيقة أو دقيقتين.

لا تترك هاتفك يشحن على السرير وأنت نائم

كشفت صور مرعبة ما يمكن أن يحدث إذا تركت هاتفك يشحن على

ويمكن أن يكون النوم أثناء توصيل هاتفك بالشاحن ووضعه على السرير أو تحت الوسادة أمراً خطيراً للغاية، حيث تظهر الصور التي تناقلتها مواقع التواصل الاجتماعي كبل شحن هاتف آي فون محترقاً فوق ملاءة السرير.

وتكشف الصور التي تمت مشاركتها على صفحة Facebook CPR Kids ما يمكن أن يحدث إذا لم تقم برفع هاتفك عن السرير ووضعه على سطح مستو بعيدًا عن المواد القابلة للاشتعال. ويمكن أن تكون المراتب وأغطية الأسرة عرضة للاشتعال بدرجة كبيرة، ويمكن أن تسخن الهواتف وأجهزة الشحن بسرعة إذا تركت دون رقابة لفترة طويلة من الزمن، بحسب صحيفة ذا صن

ويقول المنشور "هل تلقى أطفالك جهازاً لوحياً أو هاتفاً محمولاً كهدية في عيد الميلاد؟ تأكد من عدم شحن الأجهزة الإلكترونية مطلقًا في السرير، وعلم أطفالك اتباع إرشادات الشركات المصنعة".

يحث خبراء الصحة والتغذية بشكل مستمر على تناول الاطعمة الغنية بأحماض أوميغا 3 مرتين في الأسبوع على الأكثر، لما لها من فوائد متعددة على أعضاء الجسم. دراسية جديدة حول سمك السلمون عززت من هذه التوصية. هناك العديد من الأسباب التي تجعلك تفكر في إضافة سمك السلمون إلى وجباتك الغذائية، إذ توفر هذه السمكة دفعة صحية من فيتامينات (ب6) و (د)، وهي تتناسب تمامًا مع النظام الغذائي الأكثر صحة في العالم. ومؤخراً، ذكر باحثون أن أحماض أوميغا 3 الدهنية ، الموجودة في الأسماك الدهنية مثل السلمون، قد تلعب دورًا حيويًا في مكافحة تصلب الشرايين، وهي الحالة التي يحدث فيها تراكم لترسيبات داخل جدران الشرايين.

تناول السلمون قد يساعد في مكافحة هذا المرض الخطير (

وفي الدراسة التي نُشرت في دورية التحقيقات السريرية The Journal of Clinical Investigation، وجد الباحثون أن أحماض أوميغا 3 الدهنية تشكل جزيئات تنشط مستقبلات يمكن أن تكون مهمة لوقف عملية الالتهاب ومقاومة المرض.

وقال الدكتور هيلدور أرناردوتير، المؤلف الرئيسي للدراسة: "يمكن أن تساعد أحماض أوميغا 3 الدهنية في الحماية من تصلب الشرايين بعدة وسائل، لا سيما عن طريق تقليل الالتهاب، وهو عامل رئيسي في الإصابة بمرض تصلب الشرايين"، بحسب ما نشر موقع (ايت

ومع ذلك، حذرت الدراسة من تناول هذا النوع من الأسماك بشكل زائد عن الحد الطبيعي حتى لا تسبب ضررا عكسيا بدلا من العمل على تقليل مخاطر الاصابة

وتؤكد الكثير من الدراسات ارتباط الخصائص المضادة للالتهابات لهذه الأحماض الدهنية بمجموعة واسعة من الفوائد الصحية الأخرى، بما في ذلك الحفاظ على الصحة العامة للجسم والنشاط العقلي والتقليل من آلام المفاصل وهي مفيدة لصحة القلب والعين وإنتاج

الهرمونات ودعم وظائف المناعة ودعم القلب والرئة. وأحماض أوميغا 3 الدهنية هي فئة من الدهون المتعددة غير المشبعة، ويمنحك سمك السلمون ما يقرب من 2.2 جرام (2198 ملليغرام) من هذه الأحماض. وهي الكمية التي تحتاجها في يوم واحد.

وتقول سامانثا كاسيتي خبيرة التغذية والصحة العامة إن ليس كل أحماض اوميغا مفيدة للجسم، فالأطعمة المصنّعة والموجودة على الأرفف في معظم متاجر البقالة مصنوعة من زيوت منخفضة الجودة، مثل زيت القرطم أو زيت فول الصويا، وهي غنية بأحماض أوميغا 6 الدهنية بدلاً من أوميغا 3.

وقالت: "عندما تكون أحماض الأوميغا غير متوازنة بهذه الطريقة، فقد تؤدي إلى حدوث التهاب مزمن منخفض الدرجة مرتبط بالعديد من المشكلات الصحية، بما في ذلك حالات التهاب المناعة الذاتية مثل التهاب المفاصل الروماتويدي وأمراض القلب واضطرابات المزاج".

وتوصي كاسيتي بتناول الأسماك الدهنية مرتين في الأسبوع إلى جانب تناول الأفوكادو وزيت بذور الكتان وزيت الزيتون في معظم أيام الأسبوع.

فوائد صحية جديدة لـ(أوميغا 3)

يبدو أن قائمة فوائد زيت السمك وفيتامين (د) تطول يوماً عن يوم. دراسة أمريكية حديثة تشير إلى أن تناول الزيت الغنى (بأوميغا 3) له فوائد صحية إضافية لم تكن معروفة من قبل، فيما يُقلل فيتامين (د) مخاطر الوفاة بهذا المرض.

خلصت دراسة أمريكية كبيرة، لمعرفة الفوائد الصحية الكملات فيتامين (د) وزيت السمك، إلى أن تناول الزيت الغني (بأوميغا3-) يمكن أن يقلل بشدة من خطر الأزمات القلبية، كما بدا أن فوائد فيتامين (د) تتركز

في تقليل مخاطر الوفاة بمرض السرطان. لكن فيتامين (د) وزيت السمك لم يقللا احتمالات الإصابة بنوبة أو الإصابة بالسرطان في حد ذاتها. وأظهرت الدراسة أن معدل الإصابة بأزمة قلبية لدى من

تناولوا زيت السمك كان أقل بنسبة 28 بالمئة، مقارنة بمن تناولوا عقاقير وهمية وقلت المخاطر بنسبة 77 بالمئة وسط الأمريكيين من أصل أفريقي. لكن كبيرة باحثى الدراسة قالت إن تلك النسبة الكبيرة بحاجة إلى

وأضافت الدكتورة جوآن مانسون، رئيسة قسم الطب الوقائي في مستشفى (بريغام آند ويمن) في بوسطن، إن معدل الوفاة بسبب السرطان بين من تناولوا فيتامين (د) كان أقل بنسبة 25 بالمئة. وأضافت أن ذلك قد يرجع إلى أن هذا الفيتامين: "ربما يؤثر على البنية الحيوية للورم مما يقلل احتمالات انتشاره لمناطق أخرى في

وتابعت: "لذلك قد نشهد انخفاضا في معدل الوفاة بالسرطان، ولكنه ليس انخفاضا في التشخيص الأولي بالإصابة به إذ يتطلب ذلك دراسة أطول... وإذا كنا نتحدث عن الوقاية من الإصابة بالسرطان فالأمر قد يتطلب تناول العلاج لفترة تزيد عن العقد".

ونشرت الدراسة الجديدة على الإنترنت في دورية (نيو إنغلاند جورنال أوف مديسين). وكانت معظم الأبحاث السابقة قد ركزت على متطوعين معرضين بالفعل بشدة لخطر الإصابة بأزمة قلبية أو جلطة أو سرطان.

استهلاك بطارية آي فون هي الانتقال إلى الإعدادات> عام>

تحديث تطبيق الخلفية وإيقاف تشغيل الميزة. بعد ذلك، انتقل إلى الإعدادات> البطارية> صحة البطارية > تبديل على شحن البطارية المحسن. ويقول كاداما إنه بعد اتباع هذه التوجيهات، ستستمر بطاريتك الآن لفترة أطول بكثير. وبينما يتحسن عمر البطارية،

لن يتم تحديث التطبيقات في الخلفية عندما يكون لديك إعداد تحديث التطبيقات في الخلفية قيد إيقاف التشغيل. وهذا يعني أن التحديثات التي تجريها تطبيقاتك عادةً في الخلفية، لن يتم تطبيقها حتى تفتح التطبيق المناسب وتحديثات التطبيق.

أفعى بقبعة سانتا كلوز

تداول رواد مواقع التواصل الاجتماعي مقطع فيديو لأفعى بيضاء صغيرة ترتدي قبعة سانتا كلوز" وهي شخصية خيالية مرتبطة بأعياد الميلاد. ويظهر المقطع المتداول الذي سجل في ولاية أريزونا الأمريكية الأفعى وهي تتحرك بحرية بالقبعة بجانب شجرة عيد الميلاد في المنزل، قبل أن تقف على يد

مالكها وتحدق بالكاميرا وهو

منظر أثار عاطفة الكثير من رواد

مواقع التواصل الاجتماعي.

تيك توك التطبيق الأكثر انتشاراً في العالم

أظهر تقرير اقتصادي أن تطبيق التواصل الاجتماعي الصيني تيك توك كان التطبيق الأكثر شعبية في العالم خلال 2021. وبحسب تقرير شركة آبتوبيا المتخصصة في متابعة سوق التطبيقات، فإن تطبيق تيك توك احتل المركز الأول في قائمة التطبيقات الأكثر تنزيلا على أجهزة المستخدمين خلال العام الماضي. وتقوم شركة آبتوبيا بتجميع وتحليل بيانات نشاط المستخدمين على متاجر التطبيقات الإلكترونية لمعرفة المجالات الأسرع نمواً والتطبيقات التي تحقق أكبر عدد من مرات التنزيل. ومن خلال تحليل بيانات متجري آب ستور وغوغل بلاي، حـددت الشركة أكـثر 10 تطبيقات شعبية في الولايات المتحدة والعالم حيث جاء تطبيق تيك توك المملوك لشركة بايت دانس الصينية في المركز الأول سواء على مستوى الولايات المتحدة أو على مستوى العالم. ويحسب قائمة أبتوبيا العالمية، احتل تطبيق تيك توك المركز الأول وتم تنزيله 656 مليون مرة خلال العام الماضي.

خبراء: الكوابيس قد تكون نتيجة درجة حرارة غرفة النوم المرتفعة

يعزو معظمنا الأحلام السيئة إلى التوتر والقلق، لكن يبدو أن هناك سبب آخر غير معروف لدى الكثيرين. يقول خبراء النوم إن درجة حرارة غرفة النوم يمكن أن تلعب دورًا في

تعطيل النوم وبالتالي إثارة الكوابيس. يبدو أن 18 درجة مئوية هي درجة الحرارة المثلى لنوم هانئ ليلاً، إذا كانت درجة الحرارة أعلى، فقد يواجه المرء مشاكل أثناء النوم.

وبحسب الرئيس السابق لجمعية النوم البريطانية ، الدكتور نيل ستانلي، لكي نحصل على ليلة نوم جيدة ، نحتاج إلى فقدان حوالي درجة مئوية من درجة حرارة الجسم الداخلية ، والتى تكون عند 1حوالي 37 درجة مئوية. عادة ما نفقد ذلك من خلال الرأس الذي

ولكن إذا كنت تنام في غرفة دافئة جدًا ، فلن تتمكن درجة حرارة جسمك الأساسية من فقدان تلك الحرارة وسيتأثر نومك. يتراوح نطاق درجة الحرارة الموصى به لغرفة النوم بين 16 درجة مئوية و 18 درجة مئوية، ويضيف الدكتور نيل أن هذا يمكن أن يساعد أيضًا في التخفيف من حالات مثل الشخير وتوقف التنفس



يحارب الأزمة الاقتصادية بالرصاص والفحم

الاقتصادية التي ضربت لبنان، وحاول كل على طريقته التأقلم مع الأزمة للحفاظ قدر الإمكان على الرمق الأخير، بانتظار الآتي الذي لا يبدو مشرقا للأسف حتى حينه.

ومن بين هؤلاء الفنان بسام كمال، الذي تركت السنوات أثرها على ملامح وجهه، حيث أفنى ربيع العمر في مهنته الأساسية عاملا في الديكور المنزلي والزخرفة الداخلية، لكن عمله تراجع بعد الأزمة الاقتصادية التي ضربت فيما ضربت قطاع البناء والديكور.

والرجل الستيني رب أسرة تقع على عاتقه مسؤوليات كبيرة، لذلك عاد إلى دفاتره القديمة عندما كان رساما في مدرسته، يهوى نقش وجوه رفاقه ورفيقاته بالقلم الرصاص المتوافر حينها، ورسم المناظر الطبيعية في بيروت، فعاد إلى هوايته القديمة ووقف منذ سنوات يرسم وجوه السياح والمارة بشكل سريع، أمام صخرة الروشة الشهيرة على شاطئ العاصمة،

بحثا عن لقمة عيش. لكن الوضع الاقتصادي وانتشار فيروس كورونا وتراجع حركة السياحة، جعلته يغير المكان ويفتش عن آخر "استراتيجي" يحظى ببعض الزبائن المتوقعين، ويكون قريبا من منزله في أحد أحياء بيروت المركزية، فاختار فسحة تحت جسر الكولا الذي يحوي محطات انطلاق حافلات الركاب من بيروت وإليها، حيث يكون الركاب بانتظار حافلاتهم التي تقلهم إلى قراهم ومناطقهم خارج العاصمة في نهاية يوم عمل شاق، ليستغل وقت انتظارهم فيرسمهم بقلم الرصاص أو الفحم، وقد يقوم عند الطلب برسم ال"بورتريه" بالألوان لكن بسعر مختلف.









رواد الموسيقى في إكسبو 2020 دبي

•• دبي إكسبو – الفجر رسالةً إكسبو – محمد جاهين محمد معين الدين

استمتع عشاق موسيقى السول، والبوب، والتويست، والروكابيلي السوينغ، بأداء فني لافت لفرقة "جروب أند سوينج" المجرية، التي قدمت عرضاً خاصاً لزوار إكسبو 2020 دبي في ساحة الوصل اتسم بالإتقان والحيوية على مدار ساعة كاملة. وقد أضفت الفرقة، المكونة من 10 فنانين، أجواءً من

آلة السيكسفون من وحي موسم الأعياد. وتشتهر الفرقة بكونها تقدم طابعا موسيقيا يتوافق مع جميع الأعمار والأذواق. وتعتبر "جروب اند سوينج أحد أهم الضرق الموسيقية في المجر، وقد حازت منذ تأسيسها على مكانة بارزة في المشهد الموسيقي المجري، كما نجحت بحصد جوائز موسيقية عدة لتفرض نفسها بقوة على الساحة الفنية.

المتعة والبهجة بموسيقاها المميزة والأداء الفني الراقي

للمغنين فالفرقة، الذين نجحوا بجذب الجمهور طوال

زمن العرض، الذي اختتم بعزف لأحد الموسيقيين على





الأول من نوعه في الشرق الأوسط

إكسبو 2020 دبي ينظم مهرجان الطعام النباتي بالتعاون مع فيغانواري ودبي فيغان دايز

ترك بابا بورتيز "بصمته الخاصة" على أسلوب الطهي

الجامايكي، مضيفاً سكوتش بونيه ونكهات ومكونات أخرى

هولي كاروت مطعم نباتي في المملكة المتحدة يقدم لضيوفه

أطباق مستلهمة من المطبخ الآسيوي بلمسة عالمية، مستخدماً

مكونات طبيعية فقط، يركز المطعم على استخدام المنتجات

الموسمية ذات المصادر الأخلاقية، والمعدة بطريقة واعية. يهتم

هولي كاروت بما تستهلكه، ويفخر بتقديم الأطباق الخالية

يتوجه أول مقهى نباتي بالكامل في قطر صوب معرض إكسبو 2020 ليقدم لزواره أفكاره الواعية وسط أجواء هادئة.

اكتسب مقهى إيفرغرين أورغانيكس سمعة طيبة بفضل خبز

توست الأفوكادو، والبرغر الشهي والعصائر والحبوب المغذية

يقع مقر ميلك في الدوحة، وهو متجر للشوكولاتة والآيس

كريم النباتي 100%، ويقدم بدائل صحية وطبيعية

بالكامل، مع الآيس كريم والشوكولاتة المصنوعة يدوياً

والخالية من المواد الحافظة والإضافات والمثبتات والمُحليات

يعد مطعم فيفيد زواره بمأكولات شهية ومشبعة مليئة

بالنكهات من خلال مجموعة من الأطباق المغذية والنباتية

- والمطعم من بنات أفكار الشيف الشهير ماثيو كيني،

الشغوف بالحياة الصحية والذي يشارك بدوره في حماية

من الغلوتين والسكر والمواد الحافظة.

إيضرغرين أورغانيكس

والعصائر المبردة المضغوطة.

وفول الصويا والغلوتين.

فيغيد لصاحبه ماثيو كيني

لتحسين أطباقه.





اليابان تعرض أجمل فنونها الراقصة ضمن احتفاليتها باليوم الوطني في إكسبو 2020

قدمت فرقة يابانية لمحات من التقاليد العريقة لهذا البلد الآسيوي ضمن عرض راقص مليء بالأناقة والرقى، وفن الأداء الحركي، والموسيقى، على هامش إقامة إكسبو 2020 دبي حفل اليوم الوطني لليابان الذى يعقد ضمن الاحتفالات بالأيام الوطنية للدول المشاركة. وكان مقررا أن يقام العرض الفني الراقص، الذي صمم خصيصا لهذا الاحتفال، خلال الشهر الماضي في موقع إكسبو 2020 دبى، لكن تم إلغاؤه بسبب قيود السفر التي فرضت في طوكيو بسبب جائحة كوفيد19-. و"نيهونبويو" رقصة جاذبة تعتمد على فن الرقص الصامت، وفن الأداء الحركي الأصيل الذي تشتهر فيه اليابان عبر العصور، ويتعرف

المشاهد من خلاله على تقاليد يابانية تعود لقرون خلت، وحياة شعبية مليئة بالرقي والقصص بعيداً عن الكلام والسرد التقليدي.

العرض الراقص الذي يحمل اسم (التنوع في اليابان ميا) قدم من خلال مقطع فيديو، وتولى إخراجه وتصميمه وبطولته هاناياجي جوراكو. ويبدأ العرض قصة رشيقة تؤديها بعض الراقصات يرتدين الزي التقليدي الياباني (الكيمونو) وبيد كل منهن مروحة يدوية ومحارم تقليدية. وفي الجزء الثاني من الرقصة، يؤدي رجل رقصة مليئة بالطاقة بكل قوة وحيوية، وكأنه أسد شجاع، قبل أن تنضم إليه أربع راقصات، فيما تضيف الموسيقي التقليدية المستخدمة مع العرض، ومنها شاميسين وفوي وتايكو وأوستوزومي وكوستوزومي، لمسة يابانية أصيلة للعرض.

عرض فقاعات رائع في إكسبو 2020 دبي مع الإسباني ديفيد فيغا

استمتع زوار إكسبو 2020 دبي بعرض رائع للفقاعات العملاقة قدمه الفنان الإسباني ديفيد فيغا، وهو صاحب خبرة تمتد لأكثر من 15 عاما في مجال العروض المسرحية وحامل لقب في موسوعة غينيس لأطول سلسلة فقاعات في

أمتع فيغا وشركاؤه في العرض، كارمن غارسيا وخوانضران دورادو، زوّار إكسبو 2020 دبي بعرض ساحر، قام فيه بتشكيل الفقاعات بطريقة احترافية وبديعة.

الخامس من يناير، أمام الجناح الأسبباني، من الساعة 30:30

عاصي الحلاني في إكسبو 2020 دبي والياسري أنجز التعاقد والتحضيرات

بات الفنان اللبناني عاصي الحلاني جاهزاً لاستقبال الجمهور العربي والعالمي في حفله المقبل في مسرح اليوبيل ب"إكسبو 2020 دبي"، بعد أن انتهى من وضع اللمسات الأخيرة مع المنتج والمخرج صلاح الياسري رئيس مجلس إدارة الياسري



مع الجمهور الأردني، ليؤكد موعده المقبل في "إكسبو 2020 دبى" وتنوعه في الأغنيات التي سيقدمها من أغنياته اللبنانية والخليجية والعربية التي لقيت نجاحات كبيرة في كل مكان.

يقام العرض، الذي يحمل اسم الفقاعة المستحيلة"، على مدار أربعة أيام بداية من أول أمس الأحـد، الثاني من يناير، وحتى

مسياء وحتى السياعة 06:30 تأجيل حفل الفنان

•• دبي- الفجر

نظرا لظروف غير متوقعة، قرر إكسىبو 2020 دبى تأجيل الحضل الموسيقي للفنان الهندي سوكويندر سينغ الذي كان من المقرر إقامته على منصة اليوبيل في الحدث الدولي.

سوكويندر سينغ

وسسيُعلَن عن موعد جديد لإقامة الحفل في وقت لاحق، فيما ينصح النزوار بمراجعة الموقع

الإلكتروني لإكسبو 2020 أو تطبيق إكسبو 2020 دبي للاطلاع على آخر المستجدات عن برامج الحدث الدولي وفعالياته.

يستضيف إكسبو 2020 دبي، منتصف الشهر الجاري، مهرجان الطعام النباتي الأول من نوعه في الشرق الأوسط، حيث يقدم لزواره نكهات من شتى أنحاء العالم مع تجربة طِهِي مختلفة كلياً، وذلك بالتعاون مع منظمة "فيغانواري"، و"دبي فيغان دايز".

ويُقام مهرجان الطعام النباتي في حديقة المهرجان في إكسبو 2020، ويمتد طيلة ثلاث عطلات نهاية الأسبوع (أيام الجمعة، والسبت، والأحد) من 14 حتى 30 يناير. ويجمع مهرجان الطعام أفضل المأكولات النباتية التي تقدمها المنطقة، ما يمنح الزائرين الفرصة لتذوق الوجبات النباتية المغذية على أنغام الموسيقي التي يعزفها كوكبة متنوعة من منسقى الأغاني الـ "دي جي".

ويتمكن الزوار أيضاً من الاستمتاع بتجربة استكشاف السوق البيئي المليء بمنافذ بيع المنتجات المستدامة، بالإضافة إلى وجود منتج صحي نباتي وعضوي، ووسائل ترفيهية أخرى، وحوارات مع الطهاة، ما يجعل مهرجان الطعام النباتي في إكسبو 2020 دبى يوماً خارجياً غامراً بالمرح والمعلومات للأصدقاء والعائلات على حد سواء.

وتشمل العلامات التجارية العالمية للمأكولات والمشروبات المشاركة في مهرجان الطعام النباتي ما يلي:

تشاك تشيك - برغر نباتي

يجمع مطعم تشاك تشيك المستوحى من فكرة أمريكانا 1950 بين الإبداء الشبابي لوجبات العشاء الكلاسيكية والحاجة الحديثة لكوكب أكثر مراعاة للبيئة. يقدم الطعم فرصة للاستمتاع بتناول برغر الجبن الكلاسيكي، أو برغر الدجاج المقلي على الطريقة الجنوبية، أو النقانق الكلاسيكية أو البطاطا المقلية المحشوة.

إربينغهام هاوس

يسجل المطعم النباتي البريطاني حضوره الأول في دبي عبر بوابة إكسبو 2020، مقدماً للزوار مجموعة من المأكولات منها أطباق التاكو، والباو النباتي، وشطائر البرغر والسلاطات. أسّس المطعم على يد لويس بليك، وهو رجل أعمال نباتى شغوف بمشاركة المأكولات والمشروبات الصحية واللذيذة ذات المذاق الشهى، وفي نفس الوقت صديقة للبيئة. جوهر مطعم إربينغهام هاوس هو الاحتفال بتناول طعام مُنتج بشكل أخلاقي، مع الترويج لفكرة أن الشخص النباتي يمكن أن يكون مرحاً في نفس الوقت، لأنه شعور رائع أن يكون الإنسان جزءاً من مسيرة المضي نحو عالم أكثر لطفاً واستدامة.

يستعد مطعم فيغان دو كو، الذي أسّس في لندن وله فروع في جميع أنحاء المملكة المتحدة، ليظهر للعالم كيف يمكن أن تكون البيتزا النباتية لذيذة وشهيّة، مع مجموعة من الأطباق المبتكرة والبسيطة المصممة لمساعدة الناس على حب المأكولات

فلوزي كوكيز

يقدم مطعم فلوزي كوكيز، الذي أسّس على يد الشيف كيمبيرلى لين، "الكوكيز المحشوة" المميزة بخمس نكهات ونكهة سادسة تتغير حسب الموسم. يتخذ المطعم من المملكة المتحدة مقراً له، ولديه فرعان في إكسبو 2020 دبى، يقدم من خلالهما لزار إكسبو 2020 الكوكيز الطازجة التي تجعلهم يرغبون في المزيد.

بابا بورتيز

يقدم بابا بورتيز، الذي أسسه مقدم البرامج التليفزيونية لين ريدمان، الفطائر الجامايكية الشهية المقشرة، التي يعود أصلها إلى فطيرة الكورنيش البريطانية سهلة التحضير.

يركز بوتاني لاب، وهو منتجع صحي عضوي ونباتي بالكامل، ومقره في قطر، على تعزيز جمال البشرة باستخدام العلاجات غير الجراحية، التي تتضمن تقنيات تدليك الوجه لرفعه

نوت جاست فور فيغانز

يُنصَب نوت جاست فور فيغانز في يومي 29 و30 يناير في حديقة المهرجان؛ وهو أكبر متجربيع مؤقت في المنطقة، حيث يعرض ما يزيد على 60 علامة تجارية محلية أخلاقية، ويبيع جميع المستلزمات بما في ذلك الأزياء والمجوهرات والإكسيسيوارات والأغراض الضاخرة المصنوعة يدويا والمستلزمات اليومية.

تشارك المطاعم الواقعة في أنحاء موقع إكسبو 2020 دبي في فيغانواري (يناير النباتي)، حيث يُدلُل متناولي الطعام بفرص الاختيار من أصناف صالة الكيبولان لمدة 10 أيام بمشاركة المطاعم المؤقتة والطاهي غلوري كابي، ومطعم أدريضت برغر بار الذي يقدم البرغر النباتي لشهر يناير، بالإضافة إلى خيارات الأصناف النباتية المتاحة في مطاعم كوتير وذا لوكال اوسى غريل ومطعم مانجروف الفلبيني، وملبورن لين، وسكاي ماركت وإكس واي إس تي.

فيغانواري هي مؤسسة غير ربحية تشجع الناس من جميع أنحاء العالم على أن يصبحوا نباتيين بدء من شهر يناير إلى ما بعده، وأثناء حملة 2021، تعهد أكثر من 500 ألف شخص بتجربة اتباع نظام غذائي نباتي، بالإضافة إلى إطلاق حوالي 825 منتجا وخيارا لأصناف أطعمة نباتية جديدة في جميع أنحاء العالم.

تتاح المشاركة في فيغانواري بالمجان، ويتمكن كل من يُسجل على الموقع الإلكتروني Veganuary.com من تلقى جميع اللوازم والنصائح الضروروية لاتباع أسلوب حياة نباتي سهل وممتع. فيما تقام فعاليات دبي فيغان دايز، التي تهدف إلى الجمع بين مجتمع النباتيين دولة الإمارات.



محة وتفذية

يعتبر الإمساك مشكلة شائعة، لكن معظم الناس لا يدركون أنها يمكن أن تكون قاتلة.وتحدث موقع "إكسبريس" مع الدكتورة ديبورا لي، من صيدلية دكتور فوكس على الإنترنت، لمعرفة الأسباب العشرة التي تجعل الإمساك قاتلا.وقالت لي: "لاحظت العديد من الدراسات الطبية الكبيرة الأن وجود صلة بين الإمساك -الذي يُعرّف بأنه أقل من ثلاث عمليات تفريغ للأمعاء في الأسبوع - وزيادة خطر الوفاة بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية والنوبات القلبية والسكتات الدماغية".





ارتبطت زيادة معدل الوفيات بزيادة استخدام المسهلات

الأسباب العشرة التي قد تجعل الإمساك قاتلالا

وتتحدث النتائج عن نفسها، مع الكثير من الدراسات التي تشير إلى وجود صلة محتملة بين الإمساك ونوعية الحياة القصيرة أو المنخفضة.

وفي عام 2019، اشتملت دراسة رصدية ضخمة على 3359653 من قدامي المحاربين الأمريكيين، من بينهم 7.1%) شخصت إصابتهم بالإمساك.

وأوضحت لي: "حسب الباحثون أن الأشخاص الذين يعانون من الإمساك لديهم معدل وفيات من جميع الأسباب أعلى بنسبة %12، من أولئك الذين لم يصابوا بالإمساك. وكان لدى المجموعة المصابة بالإمساك خطر متزايد بنسبة 11% للإصابة بأمراض القلب التاجية، و19% من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية الإقفارية. وارتبطت زيادة معدل الوفيات أيضا بزيادة استخدام

وأظهرت الدراسات السابقة التي تبحث في الصلة المحتملة بين الإمساك والوفيات نتائج متضاربة، لكن الدراسة المذكورة أعلاه شملت أكثر من 3.5 مليون مشارك، ويُعتقد أنها أكبر دراسة حتى الآن.

- الأسباب العشرة التي تجعل الإمساك قاتلا: تشوهات ميكروبيوم الأمعاء

هناك أدلة متزايدة على وجود تفاعل بين ميكروبيوتا الأمعاء والحالات الطبية المزمنة مثل متلازمة التمثيل الغذائي وأمراض القلب التاجية.

وقالت لي: "الإمساك قد يعزز تصلب الشرايين، بسبب الالتهاب المزمن الذي ينشأ نتيجة لتغير التمثيل الغذائي للأمعاء ووجود السموم البكتيرية".

ارتضاع مستويات السيروتونين



لوحظ زيادة في إنتاج السيروتونين لدى المصابين بالإمساك وفي الأشخاص الذين يستخدمون بعض الملينات. وقالت لي: "السيروتونين مضيق للأوعية ويمكن أن يحفز إنتاج جلطات الدم. ويُعتقد أنه يلعب دورا في عملية تصلب الشرايين - وضع لويحات دهنية في جدران الشرايين".

وقالت لي: "لوحظ وجود خلل وظيفي في ANS في

المرضى الذين يعانون من أمراض مزمنة مثل السكري والاكتئاب، كما ربط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية".

قد يحدث الجفاف بسبب الاستخدام المفرط للملينات. وبالإضافة إلى ذلك، غالبا ما يُطلب من مرضى القلب الحد من تناول السوائل، وهذا يمكن أن يسبب انخفاضا طفيفا في ضغط الدم.

الجفاف وحبس النفس

الاجهاد لإخراج البراز

الإمساك يسبب الإجهاد

انحشار البراز

متزايدة ويمكن أن يرفع ضغط الدم.

كبار السن مرتبطة بانحشار البراز.

بعض أدوية القلب يمكن أن تسبب الإمساك

الإمساك قد يؤثر على الجهاز العصبي اللاإرادي

وهو المسار العصبي الاإرادي الذي نعتمد عليه، على سبيل المثال، لتحفيز حركة الأمعاء اللازمة لضمان مرور مفرزات الهضم عبر الجهاز الهضمي.

يؤدي إلى الانهيار - ما يسمى بإغماء التغوط - بمعنى "الإغماء" في المرحاض".

- كيفية إدارة الإمساك

ضربات القلب".

وإضعاف وظيفة الأمعاء.

ضعيفة نسبيا مع الدم".

عدم ممارسة الرياضة

يجب أن يؤخذ الإمساك على محمل الجد، كما أن ترسيخ عادة منتظمة للأمعاء أمر ضروري للصحة المثلى. وقالت لي: "لماذا لا تفكر في عادة أمعائك الآن، وترى ما وأوضحت لي: "عندما يجهدون لمحاولة إخراج البراز الصلب، فإن هذا الإجراء المقترن بآثار الجفاف يمكن أن

يمكنك القيام به لتحسينها - والبقاء بصحة جيدة؟". لدى عموم السكان، يعتبر تناول السوائل بشكل جيد، واتباع نظام غذائي صحى غني بالألياف، وممارسة الرياضة البدنية بانتظام أمرا حيويا لعودة الأمعاء الصحية.

تسبب الأدوية المستخدمة لعلاج ارتفاع ضغط الدم، مثل

حاصرات قنوات الكالسيوم، أيضا ارتخاء العضلات الملساء

المرضى الذين يعانون من قصور في الجانب الأيمن من

القلب قد يصابون بأمعاء متضخمة منتفخة مع انخفاض

وأضافت لي: "عندما يحدث هذا، فإن الأمعاء نفسها تكون

قالت لي إن من المعروف أن قلة ممارسة الرياضة مرتبطة

سكتة دماغية سيقتصر على الفراش، وهو أمر غير مفيد

لوظيفة الأمعاء. ويميل ضغط الدم إلى الارتفاع فورا بعد

فتح الأمعاء، ويمكن أن يؤدي ذلك إلى تفاقم أي حالة قلبية

موجودة مسبقا، ما يؤدي إلى فشل القلب أو عدم انتظام

قصور القلب يقلل من وظائف الأمعاء

وينصح البالغون بشرب 1.5-2 لتر من الماء، إلى جانب 20-35 غراما من الألياف يوميا، من أجل وظيفة

وتأكد من حصولك على 150 دقيقة الموصى بها من التمارين متوسطة الشدة أسبوعيا. ويعد اتباع نظام غذائي صحي أمرا حيويا أيضا، لذلك تنصح لي بالأمور التالية:

• تناول الكثير من الفاكهة والخضروات الطازجة التي تحتوي على مستويات عالية من مضادات الأكسدة، وغالبا على كميات كبيرة من الألياف.

• تناول الكثير من الحبوب الكاملة (الموجودة في حبوب الإفطار غير المكررة، والخبر البني والأرز البني والمعكرونة البنية. تناول الكثير من البقوليات مثل العدس والفاصوليا والحمص).

• زد من تناول الأطعمة الممتازة لوظيفة الأمعاء الجيدة، وأوضىحت: "المريض المصاب بنوبة قلبية مفاجئة أو مثل التين والبرقوق وفاكهة الكيوي والتوت والتفاح والكمثرى (اترك القشرة)، والمكسرات والبذور.

• تجنب الأطعمة المصنعة، والتي غالبا ما تحتوي على نسبة عالية من الدهون والسكر والملح. • جرب طهي الطعام من الصفر باستخدام مكونات

• لا تشرب المشروبات الغازية والمحلاة.

• جرب البروبيوتيك (هذه الأطعمة التي تحتوي على ووجد أنها مفيدة للأشخاص الذين يعانون من تغير في وظيفة الأمعاء، على سبيل المثال، أولئك الذين يعانون من

• تناول الأطعمة المليئة بالبروبيوتيك مثل مخلل الملفوف والزبادي الحي.

متلازمة القولون العصبي).







العدوى الشائعة في الحوامل قد ترتبط بمخاطر اللوكيميا لدى الأطفال توصلت دراسة جديدة إلى أن التهابات الأمهات الشائعة أثناء الحمل، مثل التهابات المسالك البولية والجهاز

التنفسي، مرتبطة بإصابة الطفل بسرطان الدم.

لكن الزيادة في المخاطر الإجمالية كانت صغيرة نظرا لندرة الإصابة بسرطان الدم (اللوكيميا) لدى الأطفال.



فإن الزيادة في المخاطر الكلية كانت الأطفال بمرور الوقت، كانت مفقودة صغيرة نظرا لندرة إصابة الأطفال بهذا حتى هذا البحث". أو أى سرطان آخر في الطفولة، وقامت دراسية مركز I4C يحدث بشكل متكرر في International Data الأطفال الذين أبلغت Coordinating Centre أمهاتهم عن إصابات بتحليل البيانات من أستراليا والدنمارك وإسرائيل والنرويج والمملكة وتوصلت الدراسة، المتحدة والولايات المتحدة. ووقع تجنيد التي قادها معهد أكثر من 300 ألف طفل للدراسة للمعهد: مردوخ لأبحاث على مدى 60 عاما بين الخمسينيات

> أكسفورد، إلى مركز I4C، البروفيسور تيري دواير، أنه في حين إن النتائج كانت مطمئنة للآباء.

أن التهابات وأوضيح: "وجدت دراسيات سابقة المسالك البولية صلة بين التهابات الأمهات وسرطان والجهاز التنفسي الدم لدى الأطفال، ولكن الأدلة من نادرا".

أكبر فرصة للعثور على سبب يمكن الوقاية منه لسرطان الأطفال. وقالت ميليسا ويك، الأستاذة في معهد مردوخ لأبحاث الأطفال والمديرة العلمية الشروع البحث GenV، التابع "هذه هي أكبر دراسية مستقبلية الأطفال وحتى العقد الأول من القرن الحادي مجمعة للعوامل التي قد تزيد من خطر

الإصابة بسرطان الدم لدى الأطفال وجامعة وقال كبير مؤلفي الدراسة ومدير حتى الآن. فقط من خلال النظر إلى البيانات من مثل هذه المجموعة الكبيرة تمكن الباحثون من الاستنتاج بثقة أنه في حين أن سرطان الدم هو أكثر أنواع سرطان الأطفال شيوعا، إلا أنه لا يزال

وأشار البروفيسور دواير إلى أن المشاريع

المبتكرة مثل دراسة 14C يمكن أن توفر



محاكم دبي محاكم دبى الابتدائية

في التنفيذ رقم ٢٥٦/٢٠٢١/٢١١ تنفيذ عقاري

*ۿ*ڰٯؘڗؙۮؘڮ۬ؽ

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤ 70530 اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

تنظورة في: دائرة التنفيذ الرابعة رقم ١٨٦ وضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٧٤٧ لسنة ٢٠٢٠ بسداد المبلغ المنفذ به وقدره ٣٢٧٨٥) درهم شاملا للرسوم والمصاريف.

لالب التنفيذ: مؤسسة عقارات عجمان (عقار) بديناية نقطة الإعمال الميزانين مكتب رقم ٩ سنوانه: امارة دبي - شارع المطار منطقة بورس النف: ۱۹۲۹ ۱۹۷۲ - برید الالکتروني: EXECUTION1@OMALC.AE

> يمثله / عبدالله مروان عبدالله احمد بخيت المطروشي طلوب إعلانه: ١- ليبرتي ايكوشو اركو - صفته: منفذ ضده

وضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدر ه٣٢٧٨) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذيا هَكُم فِي حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.



محاکم دبی محاكم دبي الابتدائية

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٧١٠/٢٠٢١/٢١١ تنفيذ عقاري لنظورة في: دائرة التنفيذ الثامنة رقم ٢٢٩

وضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢/٦٦٧ عقاري جزئي ، بسداد المبلغ المنفذ با قدره (٧٠١٨٣٠) درهم شاملا للرسوم والمصاريف لالب التنفيذ: المؤسسة العامة للعقارات الاستثمارية

منوانه:امارة دبي - شارع المطار منطقة بورسعيد بناية نقطة الاعمال الميزانين مكتب رقم ٩ اتف: ۱۹۱۷:۱۹۱۷-۱۰۰ - برید الالکتروني: EXECUTION1@OMALC.AE عانى: IBAN: AE090500000000020106942 _ هاتف: ۷۷۷۰ه۲۹۶۰ عانى: ۱BAN مانى: ۱۳۸۲ه ۱۹۸۶ مانت

وضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدرا عقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

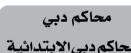


العدد ۱۳٤٣٣ بتاريخ ۲۰۲۲/۱/٤

يمثله: عبدالله مروان عبدالله احمد بخيت المطروشي

(٧٠١٨٣٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية



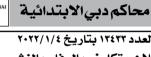


*ۿ*ڰۄۼؖڗؙۮؘڮؽ

70530 اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٧٢٥/٢٠٢١/٢١١ تنفيذ عقاري

التف: ١٤٦٤٣٩٤٧ - بريد الالكتروني: EXECUTION1@OMALC.AE

طلوب إعلانهما: ١- عمران مالك ٢- مالك خان ميان - صفته: منفذ ضدهما



العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

وضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 24ه/201 ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٤١٩,٢٠٩)

خوانه:امارة دبي - شارع المطار منطقة بورسعيد بناية نقطة الاعمال الميزانين مكتب رقم ٩

. عانی: IBAN: AE090500000000000000044 - ماتف: ۱۳۸۲۸ مانی: ۱۳۸۲۸ مانف: ۱۳۸۲۸ مانف: ۱۳۸۸۸ مانف: ۱۳۸۸۸ مانک

وضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره ٤١٩٢٠٩,٠٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذيا مقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.



العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤ اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

وضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٩/٤٠٦٢ تجاري جزئي ، بسداد المبلغ لنفذ به وقدره (۱٤٠,٦٥٨,٤٨) درهم شاملا للرسوم والمصاريف.

سوانه:ا**لا**مارات - امارة دبي - ديرة - شارع بورسعيد - مبنى بنك دبي التجاري - بجوار ديره

لطلوب إعلانه: ١- مريم على خيري عبدالله بوعشوان - صفته: منفذ ضده



شر هذا الأعلان.

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

إدارة الكاتب العدل والتصديقات العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

رقم المعاملة MOJAU_2022-0041145 تنازل/ بيع

والتنازل عن كامل حصته البالغة 100% وذلك الى السيد/ سعيد على سعيد حميا لخييلي، الجنسية: الامارات، بالرخصة المسماه (ركن القصر الذهبي لتجارة الملابس لجاهزة) تأسست بأمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (611427) الصادرة من دائرة

وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة (5)في شان الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على لاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتب العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية

محكمة دبى الابتدائية

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤ اعلان حكم بالنشر

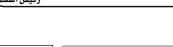
وضوع الدعوى : مطالبة بفسخ الاتفاقية واخلاء المأجور وتسليمه خاليا من كافة الشواغل والالتزامات وسداد مبل جمالي قدره (٢,١٢٤,٣٨٣,٢٤) درهم والفائدة القانونية عنه بواقع ٩٪ من تاريخ رفع الدعوي وحتى السداد التام وابطا<mark>ل</mark> ي رهون او حقوق على المأجور والرسوم والمصاريف والاتعاب . لدعي: شركة تطوير مجمع دبي للاستثمارات - ذات مسئولية محدودة . سوانه:الامارات العربية المتحدة - امارة دبي - منطقة جبل علي - مجمع دبي للاستثمار الاول - بناية دبي للاستثمار لطابق الثالث - هاتف: ١٨٨ ا ١٨٨٠ - فاكس: ٤٠٨ ١٠٠٧ - هاتف متحرك: ٢٦٦٤٤ ٢٦٦٤ - ص.ب: ١١٤٨٥

في الدعوى رقم: ١٨٠ /٧٣٧/ عقاري جزئي

محاکم دبی

لطلوب إعلانه: ١- شركة تشامرز للهندسة ذ.م.م - صفته: مدعى عليه . وضوع الإعلان : نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ:٢٠٢١/٨/٢٥ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح سركة تطوير مجمع دبي للاستثمارات - ذات مسئولية محدودة بفسخ وانهاء اتفاقية الايجار المؤرخة ٢٠٠٨/٣/١١ المبرما ين المدعية والمدعى عليها الاولى واخلاء المدعى عليها الاولى من المأجور وتسليمه للمدعية خال من الشواغل والالتزامان بالزام المدعي عليها الاولى بان يؤدي للمدعية مبلغ مقداره (٢,١٢٤,٣٨٣,٢٤) درهم والفائدة عن المبلغ المحكوم به بواقع ٪ من تاريخ المطالبة القضائية وحتى السداد التام والزمتها بالرسوم والمصاريف وخمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة كما بمثابة الحضوري قابلا للاستثناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسو

ب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.



محاكم دبى الابتدائية العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤ اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

المنظورة في: دائرة التنفيذ الثامنة رقم ٢٢٩ موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢١/٢٠٠٣ تجاري جزئي، بسداد المبلغ لمنفذ به وقدره (۲۰۷۰ ۷۰۸۷) درهم شاملا للرسوم والمصاريف. طالب التنفيذ: بنك دبي التجاري ش.م.ع - عنوانه: الامارات - امارة دبي - بورسعيد - ديره

بي - شارع بورسعيد - مبني نفس بناية البنك - بجوار ديره سيتي سنتر يمثله / اسامة حسن عثمان دبلوك لطلوب إعلانه : ١- رادي سكوتو - صفته: منفذ ضده

موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ ه وقدره (٢٠٧٠٥٧,٨٧) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ

محاكم دبي

محاكم دبى الابتدائية

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٣٩/٢٠٢٠ ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره

عنوانه: امارة دبي - شارع المطار منطقة بورسعيد بناية نقطة الاعمال الميزانين مكتب رقم ٩

موضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ

به وقدره (٤٠٥١٨٦) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر

الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

وضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢١/٥٥٥ امر اداء ، بسداد المبلغ المنفذ

عنوانه: الامارات - امارة دبي - ديرة - شارع بورسعيد - مبنى بنك دبي التجاري - بجوار ديره

موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ

ه وقدره (١٠٦٥٥٦,٢١) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة، وعليه فان المحكمة ستباشر

الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ

في التنفيذ رقم ٨٤٨٠/٢٠٢١/٢٠٧ تنفيذ تجاري

هاتف: ۱۹۶۲۹۴۷ - بريد الالكتروني: EXECUTION1@OMALC.AE

المطلوب إعلانه: ١- عديم علي كاشف - صفته: منفذ ضده

المنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٨٥

لمنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٨٥

طالب التنفيذ: بنك دبي التجاري ش.م.ع

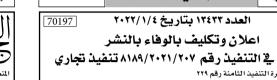
سيتى سنتر - ويمثله: يسلم صالح احمد السعدى

به وقدره (۱۰۹٬۵۵۹٬۲۱) درهم شاملا للرسوم والمصاريف.

المطلوب إعلانه : ١- عبدالله خليفه بالعبيده - صفته: منفذ ضده

٤٠٥,١٨٦) درهم شاملا للرسوم والمصاريف. طالب التنفيذ: المؤسسة العامة للعقارات الاستثمارية

في التنفيذ رقم ٧٣٤/٢٠٢١/٢١١ تنفيذ عقاري



لمنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٨٥ موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢١/١٠٩١ تجاري جزئي، بسداد المبلغ لمنفذ به وقدره (٤٤٦١٣٩,٢٣) درهم شاملا للرسوم والمصاريف.

محاكم دبي

محاكم دبىالابتدائية

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٨٢٢/٢٠٢١ تجاري جزئي ، بسداد

عنوانه: الامارات - امارة دبي - القرهود - ديره - دبي - شارع مراكش - مبنى مبنى مجموعة

موضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ

لمنفذ به وقدره (٢٧٩٨٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة، وعليه فان المحكمة

متباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15)

محاکم دبی

محاكم دبى الابتدائية

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

ی التنفید رقم ۹۹۱۹/۲۰۲۱/۲۰۷ تنفید تجاری

لمطلوب إعلانه: ١- مقاولات بناء الهندسة المتقدمة ش.ذ.م.م - صفته: منفذ ضده

المنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٨٥

يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

لمبلغ المنفذ به وقدره (۲۷۹۸۰) درهم شاملا للرسوم والمصاريف.

طالب التنفيذ : العربية للمصاعد والانظمة المتحركة ش.ذ.م.م

في التنفيذ رقم ١٠٠٣٦/٢٠٢١/٢٠٧ تنفيذ تجاري

طالب التنفيذ: بنك دبي التجاري ش.م.ع عنوانه:الامارات - امارة دبي - بورسعيد - ديره - دبي - شارع بورسعيد - مبني نفس بناية

لمطلوب إعلانه: ١- عادل حميد شودهري شودهري عبدالحميد عصمت - صفته: موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٤٤٦١٣٩,٢٣) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ

محاکم دبی

محاكم دبى الابتدائية

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٠/٢٠٠ عقاري جزئي ، بسداد المبلغ

عنوانه: امارة دبي - شارع المطار منطقة بورسعيد بناية نقطة الاعمال الميزانين مكتب رقم ٩

موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفد

به وقدره (٨٢٤٨٨٦) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر

. الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ

محاکم دبی

محاكم دبى الابتدائية

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ١/١/١/١

اعلان محضر حجز بالنشر

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٧٣/٢٠٢١ تجاري كلي ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره

طالب التنفيذ : هاري راي للخدمات الفنية ش.ذ.م.م ويمثلها قانونا مديرها هاري ناراين راي شاندر

عنوانه:الامارات - امارة دبي - عود ميثا - بردبي - مدينة دبي الطبية - بناية مكاتب عود ميثاء - مقابل

في التنفيذ رقم ٤٩١٠/٢٠٢١/٢٠٧ تنفيذ تجاري

هاتف: ۴۹۱۷،۷۰۱ - برید الالکتروني: EXECUTION1@OMALC.AE

لمنظورة في: دائرة التنفيذ الثامنة رقم ٢٢٩

لمنفذ به وقدره (٨٢٤,٨٨٦) درهم شاملا للرسوم والمصاريف.

طالب التنفيذ : المؤسسة العامة للعقارات الاستثمارية

المطلوب إعلائه: ١- عمر قريشي - صفته: منفذ ضده

(١٠,٥٠٦,٣٢٩,٧) درهم شاملا للرسوم والمصاريف.

في التنفيذ رقم ٧١٢/٢٠٢١/٢١١ تنفيذ عقاري

مُكُومَ^مُّةُ ذَكِيَ

70530

70197

*ڡؙ*ڰۄڝؘٚڗۘۮؘڰ<u>ٙ</u>

70197



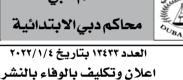
العدد ۱۳٤۳۳ بتاريخ ۲۰۲۲/۱/٤ اعلان حكم بالنشر في الدعوى ١٩٥٤/٢٠٢١/١٦ تجاري جزئي

ما ان محكوم له : مصرف الامارات الاسلامي - شركة مساهمة عامة

صرف الامارات الاسلامي - شركة مساهمة عامة الزام المدعى عليه بان يؤدي للمدعى مبلغ وقدره ٨,٥٥,٨١) درهم مائة وسبعة وثمانون الف وستمائة وخمسة وخمسون درهم وواحد وثمانون

عما بمثابة الحضوري قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا وعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلي علنا.

محاكم دبي



في التنفيذ رقم ٦١٣/٢٠٢١/٢١١ تنفيذ عقاري

طالب التنفيذ: المؤسسة العامة للعقارات الاستثمارية عنوانه: امارة دبي – شارع المطار منطقة بورسعيد بناية نقطة الاعمال الميزانين مكتب رقم ٩ هاتف: ۱۹۲۹۹۷ EXECUTION1@OMALC.AE بريد الالكتروني:

لمطلوب إعلانه: ١- اتونيا هيلدا فنلايو اليبيوسو - صفته: منفذ ضده موضوع الإعلان: قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ لاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ

70530



محاكم دبي محاكم دبى الابتدائية

70197 یا التنفید رقم ۳۱٤٣/۲۰۲۰/۲۰۷ تنفید نجاری

طالب التنفيذ: بنك دبي التجاري ش.م.ع

وضوع الإعلان : نعلنكم بانه تم الحجز على اموالكم الخاصة وهي عبارة عن العقار الكائن منطقة الطوار الاولى - رقم الارض ٣٥١ - مساحه العقار ٧٢٤,٦٤ م م - وفاء للمبلغ المطالب به قدره (١٤٠٦٥٨,٤٨) درهم في الملف اعلاه وذلك للعلم بما جاء ونفاذ مفعوله قانونا.

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

صادرة من محكمة الشارقة الإنحادية ، المحكمة الإبتدائية المدنية ية الدعوى SHCFICIREA2021 / 0009153 مدني (جزئي) لى المحكوم عليه شركة فيصل الشمري لمقاولات البناء

ويمثلها: فيصل أحمد الشيخ نصار، حيطكم علما بأنه بتاريخ 2021/12/22 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى لمذكورة بالرقم أعلاه لصالح حمد بدر على محمد الحوسني ، بالتالي:

رِخمسون ألف درهم "ومبلغ 5000" خمسة آلاف درهم" تعويض مادي وإلزام المدعى عليه بالرسوم والمصاريف.

الحكمة الابتدائية المدنية



مذكرة إعلان حكم بالنشر

فررت المحكمة : بمثابة الحضوري : إلزام المدعى عليه بإن يؤدي للمدعى مبلغ "مائتان

حكما قابلا للاستئناف خلال المدة القانونية



انذار عدلي بالنشر رقم (2022/8)

> بوكالة الحقوق الدوليه محامون ومستشارون قانونيون لمنذر إليه : تيمور محمد يسلم مبارك المشجري

موجب هذا التكليف يهيب المنذر بالمنذر إلية بسرعة سداد المبلغ المترصد بذمتكم والبالغ فدره –/310،000 درهم (ثلاثمائة وعشرة آلاف درهم) ، بالإضافة الى المفائدة لقانونية بواقع 12% من تاريخ الاستحقاق الحاصل في 2018/6/5 وحتى السداد لتام وذلك لصالح المنذر مع تضمينكم العطل والضرر والرسوم والمصاريف. وذلك في **وعد أقصاه 7 ايام من تاريخ الاعلان بالجريدة الرسميه وإلا فإننا سنكون مضطرين** لاتخاذ كافة الإجراءات القانونية اللازمة حيالكم لاسترداد كافة حقوق المنذر..

رقم (2021/10242) لمنذرة : سنتميتر كيوب للعقارات.

4584 درهم مفصل كالاتي : مبلغ وقدرة 3020 درهم قيمه اعمال الصيانه بالمر على عريضه رقم 3022 درهم

مبلغ وقدرة 1070 درهم رسوم ومصاريف الأمر على عريضه رقم 2021/5022 يِّ حال عدم السداد خلال المدد المحدده فانه يحق للمنذرة اتخاذ كافة الاجراءات القانونية لتسجيل أمر الاداء لدي مركز فض المنازعات الايجارية

70555

70197

ليكن معلوما للجميع بأن / محمد يوسف جابر ال علي، الجنسية : الامارات، في البيع لتنمية الاقتصادية بالشارقه. تعديلات اخرى: لا يوجد



70197

انذار عدلي بالنشر

مبلغوقدرة 494درهم قيمه ايجار 2 ايام حسب تقرير الامر على عريضه رقم 2021/5022



عليه مراجعة مكتب الكاتب العدل المذكورة لاتباع الاجراءات القانونية

انذار عدلي بالنشر رقم (2021/10241)

فإن المنذرة تكلف المنذر اليهم بالوفاء بسرعه سداد الدين المتر صد بذمتهم مبلغ وقدره 10822 درهم وذلك خلال خمسه ايام من تاريخ الاستلام مفصل كالاتي: مبلغ وقدرة 8600 درهم قيمه اعمال الصيانه بالامر على عريضه رقم 8600 مبلغ وقدرة 1152 درهم قيمه ايجار 6 ايام حسب تقرير الامر على عريضه رقم

مبلغ وقدرة 1070 درهم رسوم ومصاريف الأمر على عريضه رقم 1070وفي حال عدم السداد خلال المدد المحدده فانه يحق للمنذرة اتخاذ كافة الاجراءات القانونية لتسجيل أمر الاداء لدي مركز فض المنازعات الايجارية

لطلوب إعلانه: ١- شركة العارف للمقاولات ذ.م.م - صفته: منفذ ضده موضوع الإعلان: قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ: ٢٠٢/١٢/٢٩ اخطاركم بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١٠٥٠٦٣٢٩,٧٠) درهم خلال ١٥ يوم من تاريخ التبليغ والا بيع الاسهم العائده لكم والمسجله في سوق بوظبي المالي - والعائدة لكم بطريق المزايدة وفقا لمقتضيات نص المادة ١٥٢ من قانون الاجراءات المدنية.

الامارات العربية المتحدة

وزارة العدل إدارة الكاتب العدل والتصديقات 70555 العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤ رقم العاملة MOJAU_2022- 0041143

ليكن معلوما للجميع بأن/محمد همايون كبير بن محمد اسماعيل ، الجنسية بنغلاديش، في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة %100 وذلك الى السيد/محمد فاروق احمد سغير، الجنسية: بنغلاديش ، بالرخصة المسماه (السهم الابيض لتجارة الاقمشة) تأسست بأمارة الشارقة بموجب رخصة رقم (775133) الصادرة دائرة

تنازل/بيع

التنمية الاقتصادية بالشارقه. تعديلات أخرى: لا يوجد وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة (5)في شان الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك

حكما غير قابلا للاستئناف

حكومة دبي

لتسجيل أمر الاداء لدي مركز فض المنازعات الايجارية.

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤ انذار عدلي بالنشر

لمندر إليهم: 1- جيشان خان فياض الدين خان - (مجهول محل الأقامة) فإن المنذرة تكلف المنذر اليهم بالوفاء بسرعه سداد الدين المترصد بذمتهم مبلغ وقدرة 4184 رهم وذلك خلال خمسه ايام من تاريخ الاستلام مفصل كالاتي:

رقم (2021/10243)

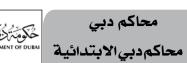
مبلغ وقدرة 2620 درهم قيمه اعمال الصيانه بالامر على عريضه رقم 2021/5020 مبلغ وقدرة 494 درهم قيمه ايجار 2 ايام حسب تقرير الامر على عريضه رقم 2021/5020 مبلغ وقدرة 1070 درهم رسوم ومصاريف الأمر على عريضه رقم 2021/5020 وفي حال عدم السداد خلال المدد المحدده فانه يحق للمنذرة اتخاذ كافة الاجراءات القانونية

الكاتب العدل



70197





العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤ اعلان بالنشر ۳۸۲۳/۲۰۲۱/٤٦٠ نزاع مدني

تفاصيل الإعلان بالنشر لى المتنازع ضده: ١- محمد مصطفى - مجهول محل الإقامة

ما ان المدعى : موسى لتأجير السيارات ذ.م.م قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المتنازع ضده بمبلغ وقدره (٢٩,١٥٥) درهم والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة ١٢٪ من ٢٠٢١/١/٢٩

رحتى السداد التام وشمول الحكم بالنفاذ المعجل بلا كفالة. وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠٢٢/١/٢٠ الساعة ٩٩:٠٠ صباحا بقاعة لتقاضي عن بعد لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما

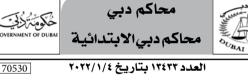
لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.





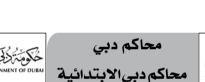
لى محكوم عليه ١- عبدالصمد محمد عبدالله الهنيامي الفلاسي - مجهول محل الإقامة

لمنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠٢١/٦/٢٢ في المدعوى المذكورة اعلاه لصالح/



لمنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٨٥ موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٩٣/٢٠٢٠ عقاري جزئي ، بسداد المبلغ نفذ به وقدره (٤١٤٢٧٣) درهم شاملا للرسوم والمصاريف.

به وقدره (٤١٤٢٧٣,٠٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر



اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٧٠٨/٢٠٢١/٢١١ تنفيذ عقاري موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٠/٢٤٥ عقاري جزئي ، بسداد المبلخ المنفذ به

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

قدره (٧٩٤,٠٧٣) درهم شاملا للرسوم والمصاريف. طالب التنفيذ : المؤسسة العامة للعقارات الاستثمارية خوانه: امارة دبي - شارع المطار منطقة بورسعيد بناية نقطة الاعمال الميزانين مكتب رقم ٩ التف: ۱۹۱۷:۱۹۱۷ - برید الالکترونی: EXECUTION1@OMALC.AE كاني: ٣٢٤٤٥٩٤٨٢٦ - ويمثله: عبدالله مروان عبدالله احمد بخيت المطروشي

طلوب إعلانه: ١- حازم الاميري - صفته: منفذ ضده وضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره ٧٩٤٠٧٣,٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية حقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

مذكرة إعلان حكم بالنشر صادرة من محكمة الشارقة الإتحادية ، المحكمة الإبتدائية المدنية ية الدعوى SHCFICIREA2021 / 0008241 مدني (جزئي) لى المحكوم عليه عنايت الله محمد علي خان - العنوان : 9403800

حيطكم علما بانه بتاريخ 2021/12/26 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى

المذكورة بالرقم أعلاه لصالح / اجرة الشارقة (ذمم) ، بالتالي :

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

حكمت المحكمة بمثابة الحضوري : بالزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعية مبلغ وقدره 04 واثنان واربعون الف وسبعمائة وخمسة و اربعون درهما و 42745.04فلس) مع الفائدة بواقع 5% من تاريخ المطالبة القضائية وحتى السداد التام على الا تزيد الفائدة على اصل المبلغ المقضى به ، وبالرسوم والمصاريف

المحكمة الابتدائية المدنية

70197



المنذر إليهم : 1 - محمد عرفان محمد بخش (مجهول محل الأقامة) المنذر إليهم: 1 - جمال الدين محمد يوسف (مجهول محل الأقامة) فإن المنذرة تكلف المنذر اليهم بالوفاء بسرعه سداد الدين المترصد بذمتهم مبلغ وقدرة



GOVERNMENT OF DUBAI

DUBAI COURTS Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433

In the execution No: 211/2021/712- real estate execution Considered at: 8th execution department No. 229 Subject of execution: executing the judgment issued in the case No. 200/2020 -partial real estate, by paying the amount executed amounted to AED 824.886, including the

Execution Applicant : Real Estate Investment Public Est.

Dubai Court of First Instance

Notification by Publication

Execution Applicant. Neal Estate Investment rubile Est.
Address: Emirate of Dubail Airport St Port Saeed areal Business Point Building
Mezzanine Office No. 9 Tel: 0504643947 | Email: Execution1@omalc.ael Makkani Represented by : Abdulla Marwan Abdulla Ahmed Bakeet AL Matroo

Notifiee: 1-Umar Qureshi, his capacity: Defendant

Subject of Notification: has filed the above mentioned execution case against you by obliging you to pay the amount executed amounting to (AED 824886.00) to the execution applicant or court's treasury.

execution apprication could seasony.

Accordingly, the court will proceed the execution procedures against you if you failed to be abided by the said judgment within 15 days from the date of publishing this

Prepared by/Halima Mohammed Al Balooshi

70530

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70530 Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433 Dubai Court of First Instance

Notification by Publication
In the execution No.: 211/2021/734-real estate execution
Considered at: 3rd execution department No. 185

Subject of execution: executing the judgment issued in the case No. 239/2020 partial real estate, by paying the amount executed amounted to AED 405186 including the Execution Applicant: Real Estate Investment General Est

Address: Emirate of Dubai| Airport St | Port Saeed areal Business Point Building Mezzanine Office No. 9 Tel: 0504643947 | Email: Execution1 @omalc.ael Makkani:

Represented by : Abdulla Marwan Abdulla Ahmed Bakeet AL Matroosh Notifiee :1-Adeem Ali Kashif, his capacity: Defendant Subject of Notification: has filed the above mentioned execution case against you by

obliging you to pay the amount executed amounting to (AED 405186) to the execution

applicant or court's treasury.

Accordingly, the court will proceed the execution procedures against you if you failed to be abided by the said judgment within 15 days from the date of publishing this

Prepared by/ Iman Abdullah Al-Manhoush

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70530 Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433 Dubai Court of First Instance

Notification by Publication
In the execution No.: 211/2021/708- real estate execution
Considered at: 6th execution department No. 227

Subject of execution: executing the judgment issued in the case No. 245/2020 partial real estate, by paying the amount executed amounted to AED 794073 including the

Execution Applicant: Real Estate Investment General Est. Address: Emirate of Dubai | Airport St | Port Saeed areal Business Point Building Mezzanine Office No. 9 Tel: 0504643947 | Email: Execution1@omalc.ae Makkani

3244594826 Represented by: Abdulla Marwan Abdulla Ahmed Bakeet AL Matr

Notifiee: 1- Hazim Al-Amiri, his capacity: Defendant Subject of Notification: has filed the above mentioned execution case against you by

obliging you to pay the amount executed amounting to (AED 794073) to the execution applicant or court's treasury.

Accordingly, the court will proceed the execution procedures against you if you failed to be abided by the said judgment within 15 days from the date of publishing this Prepared by/Munira Abdel Rahim El helou

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70530 Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433

Dubai Court of First Instance

Notification by Publication
In the execution No.: 211/2021/725-real estate execution Considered at: 4th execution department No. 186 Subject of execution: executing the judgment issued in the case No. 564/2020 partial real estate, by paying the amount executed amounted to AED 419209 including the

Reseaution Applicant : Real Estate Investment General Est.
Address : Emirate of Dubai | Airport St | Port Saeed areal Business Point Building
Mezzanine Office No. 9 Tel: 0504643947 | Email: Execution1@omalc.ae Makkani: 3244594826) Iban AE090500000000020106942 Tel:042595777

Represented by: Abdulla Marwan Abdulla Ahmed Bakeet AL Mat Notifiee: 1-Imran Malik, his capacity: Defendant

Subject of Notification: has filed the above mentioned execution case against you by obliging you to pay the amount executed amounting to (AED 419209) to the execution applicant or court's treasury. Accordingly, the court will proceed the execution procedures against you if you failed to be abided by the said judgment within 15 days from the date of publishing this notification.

Prepared by/ Amal Abdullah Mohammad

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70530 Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433

Dubai Court of First Instance Notification by Publication In the execution No.: 211/2021/613-real estate execution

Considered at: 3rd execution department No. 185
Subject of execution: executing the judgment issued in the case No. 293/2020 partial real estate, by paying the amount executed amounted to AED 414273 including the

fees and expenses.

Execution Applicant : Aquar Corporation

Address : Emirate of Dubail Airport St | Port Saced areal Business Point Building Mezzanine Office No. 9 Tel: 0504643947 | Email:Execution1@omalc.ae Makkan

Represented by: Abdulla Marwan Abdulla Ahmed Bakeet AL Matroosh

Notifiee: 1-Otunba Hilda Funlayo Babatunde, his capacity: Defendant Subject of Notification: has filed the abovementioned execution case a by obliging you to pay the amount executed amounting to (AED 414273.00) to the

Accordingly, the court will proceed the execution procedures against you if you failed to be abided by the said judgment within 15 days from the date of publishing this

Prepared by/ Amns Ahmed Falankaz

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70530

Dubai Court of First Instance

Notification by Publication
In the execution No :211/2021/710- real estate execution

Considered at: 8th execution department No. 229
Subject of execution: executing the judgment issued in the case No. 667/2020 partial real estate, by paying the amount executed amounted to AED 701830 including the

Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433

Tees and expenses.

Execution Applicant: Real Estate Investment General Est. Address :Emirate of Dubail Port Saeed areal Business Point Building | Mezzaning

Office No. 9 Tel: 0504643947 | Email: Execution1@omalc.ael Makkani: 3244594826 Iban AE09050000000020106942, Tel:042595777 Represented by : Abdulla Marwan Abdulla Ahmed Bakeet AL Matroosh

Notifice: 1-Zaid A. Hussain, his capacity: Defendant
Subject of Notification: has filed the abovementioned execution case against you by obliging you to pay the amount executed amounting to (AED 701830) to the execution

applicant or court's treasury.

Accordingly, the court will proceed the execution procedures against you if you failed to be abided by the said judgment within 15 days from the date of publishing this

Prepared by/Iman Abdullah Al-Manhoush

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70530 Date 4/ 1/ 2022 Issue No: 13433 Dubai Court of First Instance

In the execution No. :211/2021/656 - real estate execution Considered at: 4th execution department No. 186 Subject of execution: executing the judgment by paying the amount executed amounted to AED 32785, including the fees and

expenses.

Execution Applicant : Aquar Properties_Ajman. Address: Emirate of Dubail Airport St Port Saeed areal Business Point Building Mezzanine Office No. 9 Tel: 0504643947 | Email: Execution1@omalc.ael Makkani 3244594826 IBAN AE09050000000020106942

Represented by: Abdulla Marwan Abdulla Ahmed Bakeet Al Matroosh Notifiee :1- Liberty Aycocho Arceo: Defendant

Subject of Notification: has filed the abovementioned execut obliging you to pay the amount executed amounting to (AED 32785) to the execution

applicant or court's treasury.

Accordingly, the court will proceed the execution procedures against you if you failed to be abided by the said judgment within 15 days from the date of publishing this

Prepared by/Iman Abdullah Al-Manhoush

DUBAI COURTS

70392 Date 4/ 1/ 2022 Issue No: 13433

GOVERNMENT OF DUBAI

Court of Appeal Notification by Publication (Appeal)

Appeal No. 305/2021/3324- Commercial Considered by : 3rd Commercial Appeal Circuit No. 87 Appeal Subject: Appeal against the Judgment issued in Case No. 3798/2020, Commercial Partial, including charges, expenses and fees for both court degrees.

Appellant : LGFMCG TRADING L.L.C Address: United Arab Emirates - Emirate of Dubai - Al Qusais Industrial 5 - Street 34 - Building owned by Mohammed Jumaa Saed Al Naboodah - Office No. F 18

Represented by : Walaa Jaber Nasser Saleh Al Rahma Notified Party: CREME DE LA CRÈME (L.L.C) - Capacity: Appellee

Notification Subject: kindly be informed that the above stated Appellant has appealed against the Judgment issued in Case No. 3798/2020, Commercial Partial. The Appeal is scheduled for consideration in the session held on Monday corresponding to 14/02/2022, at 09:00 AM at the remote litigation hall.

THEREFORE, you «the Appellee» pr your legal reprenstative are hereby required to appear before the Court, otherwise, you will be tried in absentia. Prepared by: Asma Hussain Al Ali

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70392 Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433

> Dubai Courts of First Instance Notification of Payment by Publication In lawsuit No. 10025/2021/207-Civil execution Second Executive Circuit No. 184

Case Subject: executive of decision issued in lawsuit No.7648/2020 payment order to pay an amount of (DH 42221817). The Claimant: Nabil Ibrahim Abdulaziz Ali

Address : Emirate of Dubai - Deira - AlMaktoum Road - Rigga Al Buteen Plaza Building - Flat No.705

Represented by: Rashid Saif Said Saif Alzabady The Defendant: 1- Sherkhan Farnoud Muhammad Capacity as: Defendant

2-Farida Farnoud Mrs. Sherkhan Farnoud Capacity as: Defendan Notification Subject: The above-mentioned executive lawsuit has been field against you and obligated you to pay the executed amount of DH 42221817 to the claimant or the court treasury Accordingly, the court will initiate executive procedures against you in the case of non-compliance with the aforementioned decision within 15 days from the date of

notification of Publication Shaima Ibrahim Al-Muaini

United Arab Emirates Ministry of Justice

70392 Date 4/ 1/ 2022 Issue No: 13433 Case No. AJCAPCICOM2020/0000791 / Commercial (Plenary) Notification by Publication Appellee : Mohammad Hossein Mehdi Krimian Zadeh

No. 27 - Office No. 2703 - Tel. +971 50 6590195 Makkani No. 1253374230 Kindly be informed that the Appellant, Mahdy Baqery Refsnjany (in his personal capacity and in his capacity as a partner and Manager of Hill Gate Commercial Brokerage LLC), the Appellant, Hill Gate Commercial Brokerage LLC (represented by its Manager, Mahdy Baqery Refsnjany) has appealed the Judgment issued on --/--/20 regarding the First Instance Case No. AJCAPCICOM2020/0000791 by the Civil Court of Appeal Commercial

Therefore, you or your representative shall attend before Ajman Federal Court, Court House on corresponding to 1 March 2022, at 10:30 AM to submit your evidences and arguments.

If you fail to be present or send a legal representative on time, then the Court will consider the Case in your absence

Judicial Services Office Nora Ahmed Al Mandou

United Arab Emirates Ministry of Justice

70522 Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433 **Public notice Memo**

Issued by the Federal Court of Sharjah, the Federal Civil Court of First Instance in Case No. SHCFICIREA2021/0002593 civil (partial) To the defendant:

Muhammad Saqlain Abdul, Address: 9255846

We inform you that on 26/12/2021, this court ruled against you in the above-mentioned case in favor of Sharjah Taxi (L.L.C), as follows: The judgement

The court ruled: Obligate the defendant to pay an amount of 10095.58 dirhams (Ten thousand ninety-five dirhams and fifty-eight fils). Paying them advertising expenses for publication. Refusing more than this.

Judgment not subject to appeal

Judge / Hussam Jaafar Mohamad Al Sayed Federal Court of Sharjah Federal Civil Court of First Instance

United Arab Emirates Ministry of Justice

70522 Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433 Public notice Memo Issued by the Federal Court of Sharjah, the Federal Civil Court of First Instance in Case No. SHCFICIREA2021/0007800 civil (partial) To the defendant:

Nabeel Hanif Muhammad Hanif Khan, Address: 9394873 We inform you that on 26/12/2021, this court ruled against you in the above-mentioned case in favor of Sharjah Taxi (L.L.C), as follows:

The judgement The court ruled in my presence:

Obligate the defendant to pay an amount of 10392.32 dirhams (Ten thousand three hundred ninety-two dirhams and thirty-two fils), and the legal interest at 5% from the date of the judicial claim until the date of full payment, provided that the interest does not exceed the original amount due, and to pay fees and expenses.

Judgment not subject to appeal Judge / Najim Naqila Federal Court of Sharjah Federal Civil Court of First Instance

United Arab Emirates Ministry of Justice

70522

Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433 Public notice Memo Issued by the Federal Court of Sharjah, the Federal Civil Court of First Instance

in Case No. SHCFICIREA2021/0007164 civil (partial) To the defendar Harikrishna Kumal Shrijana, Address: 9382535

We inform you that on 30/11/2021, this court ruled against you in the above-mentioned case in favor of Sharjah Taxi (L.L.C), as follows: The judgemen The court ruled in my presence: Obligate the defendant to pay an amount of 32446.08 dirhams (Thirty-two thousa four hundred forty-six dirhams and eight fils), and the legal interest at 4% from the

date of the judicial claim until the date of full payment, provided that the interest does

not exceed the original amount due, and expenses along with five hundred dirham against attorney fees. Judgment not subject to appeal Judge / Ahmad Jamal Uddin Ahmad Montasser

Federal Court of Shariah Federal Civil Court of First Instance

United Arab Emirates Ministry of Justice

70522 Date 4/ 1/ 2022 Issue No: 13433

Public notice Memo Issued by the Federal Court of Sharjah, the Federal Civil Court of First Instance in Case No. SHCFICIREA2021/0008593 civil (partial)

To the defendant Amir Shahzad Noor Shah, Address: 9407824 We inform you that on 23/12/2021, this court ruled against you in the above-mentioned

case in favor of Sharjah Taxi (L.L.C), as follows: The judgement The court ruled in my presence: Obligate the defendant to pay an amount of 14286.09 dirhams (Fourteen thousand two hundred eighty-six dirhams and nine fils), and the legal interest at 5% from the date

of the judicial claim until the date of full payment, provided that the interest does not

exceed the original amount due, and to pay fees and expenses. Judgment not subject to appeal Judge / Ahmad Jamal Uddin Ahmad Montasser

Federal Court of Sharjah Federal Civil Court of First Instance

United Arab Emirates Ministry of Justice

70522

Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433 Defendant's notification by publication Case Management Office of Sharjah Court,

the Federal Civil Court of First Instance in Case No. SHCFICIREA2021/0008310- Civil (Partial) To the defendant: Hammad Abdullah Shahid Mehmood

Unknown Place of residence: Sharjah Al Azra area Sheikh Salem Bin Sultan Al Qasimi Street Sharjah, Drivers Housing Building of Sharjah Taxi You are assigned to attend the hearing 17/01/2022 in front of the Case Management Office of Sharjah Court of First Instance Civil Court - Office No (Case Manager Office No. 3) in person or authorized agent/ attorney, and to submit a plea (rejoinder) to the case, accompanied by all the documents, within a period not exceeding ten days from the date of publication, in order to hear

and examine the case mentioned above, as a you are the defendant

Judicial Services Office Niood Taleb Al Amery

United Arab Emirates

Public notice Memo Issued by the Federal Court of Sharjah,

in Case No. SHCFICIREA2021/0008241 civil (partial) To the defendant: nad Ali Khan, Address: 9403800 Inayatullah Muh

We inform you that on 26/12/2021, this court ruled against you in the above mentioned case in favor of Sharjah Taxi (L.L.C), as follows: The judgement

Judgment not subject to appeal

Federal Court of Shariah Federal Civil Court of First Instance

United Arab Emirates Ministry of Justice

70522

70472

Date 4/ 1/ 2022 Issue No: 13433 **Public notice Memo** Issued by the Federal Court of Sharjah. the Federal Civil Court of First Instance in Case No. SHCFICIREA2021/0007408 civil (partial)

To the defendant Samuel Adedapo Adekunle, Address: 9386360

We inform you that on 28/11/2021, this court ruled against you in the above mentioned case in favor of Sharjah Taxi (L.L.C), as follows: The judgement The court ruled in my presence:

Obligate the defendant to pay an amount of 12022.88 dirhams (Twelve Thousand and twenty-two dirhams and eighty-eight fils), and the legal interest at 5% from the date of the judicial claim until the date of full payment, provided that the interest does not exceed the original amount due, and to pay fees and expenses.

Judgment not subject to appeal Judge / Najim Nagila Federal Court of Sharjah Federal Civil Court of First Instance

محاكم دبي محكمة الاستئناف

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤

مذكرة اعلان بالنشر (إستئناف) ي الاستئناف رقم:٣٣٢٤/٢٠٢١/٣٠٥ استئناف تجاري لمنظورة في: دائرة الاستئناف التجارية الثالثة رقم ٨٧

موضوع الاستئناف : إستئناف الحكم في الدعوى رقـم:٣٧٩٨/٢٠٢٠ تجاري جزئي ، والرسوم والمصاريف والاتعاب عن درجتي التقاضي.

المستأنف: ال جي اف سي جي للتجارة ش.ذ.م.م عنوانه:الامارات - امارة دبي - القصيص الصناعية الخامسة - شارع ٣٤ - مبنى ملك محمد جمعه سيعد النابوده - مكتب رقم اف ١٨ - ويمثله: ولاء جابر ناصر صالح أل رحمه المطلوب إعلانه: ١- كريم دي لا كريم ش.ذ.م.م - صفته: مستأنف ضده

موضوع الإعلان: قد أستأنف القرار/الحكم الصادر بالدعوى رقم: ٣٧٩٨/٢٠٢٠ تجاري جزئي وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٢/٢/١٤ الساعة ٥٩,٠٠ ص بقاعة التقاضي عن بعد وعليه يقتضى حضوركم او من يمثلكم قانونيا وفي حالة تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا.

United Arab Emirates Ministry of Justice

70522 Date 4/ 1/ 2022 Issue No: 13433 Public notice Mem

Issued by the Federal Court of Sharjah, the Federal Civil Court of First Instance in Case No. SHCFICIREA2021/0008317 civil (partial) To the defenda

Arsalan Umar Khan Muhammad Umar, Address: 9404910 We inform you that on 16/12/2021, this court ruled against you in the above-m case in favor of Sharjah Taxi (L.L.C), as follows: The judgement

Obligate the defendant to pay an amount of 18131.75 dirhams (eighteen Thousand one

hundred and thirty one dirhams and seventy-five fils), and the legal interest at 5% from

the date of the judicial claim until the date of full payment, provided that the interest does not exceed the original amount due, and to pay fees and expenses. Judgment not subject to appeal Judge / Najim Naqila

Federal Civil Court of First Instance

The court ruled in my presence:

Federal Court of Shariah

United Arab Emirates Ministry of Justice

70522 Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433

Public notice Memo Issued by the Federal Court of Sharjah the Federal Civil Court of First Instance in Case No. SHCFICIREA2021/0008250 civil (partial)

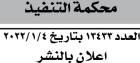
Ahmed Yerima Sani, Address: 9403843 We inform you that on 26/12/2021, this court ruled against you in the above-mentioned case in favor of Sharjah Taxi (L.L.C), as follows:

exceed the original amount due, and to pay fees and expenses.

The judgement The court ruled in my presence Obligate the defendant to pay an amount of 16606.60 dirhams (sixteen Thousand six hundred and six dirhams and sixty fils), and the legal interest at 5% from the date of the judicial claim until the date of full payment, provided that the interest does no

Judgment not subject to appeal Judge / Najim Naqila Federal Court of Shariah Federal Civil Court of First Instance

محاكم دبي



۲۲۳۰/۲۰۲۰/۲۰۸ تنفید مدنی إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

الى المنفذ ضده/١- منذر خليفه سلطان سالم الخجلان - مجهول محل الاقامة

قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (١٨١٦٩,٧٥) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة

وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

Ministry of Justice 70522

Date 4/ 1/ 2022 Issue No : 13433

the Federal Civil Court of First Instance

The court ruled in my presence: Obligate the defendant to pay an amount of 42745.04 dirhams (forty two Thousand seven hundred and forty five dirhams and four fils), and the legal interest at 5% from the date of the judicial claim until the date of full payment, provided that the

interest does not exceed the original amount due, and to pay fees and expenses. Judge / Najim Naqila

United Arab Emirates Ministry of Justice

70392 Date 4/1/2022 Issue No: 13433 Notification by publication of Judgment Memo

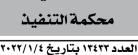
To: The defendant: Sadji Hamou, Address: 9338396 We inform you that on 11/18/2021, this court ruled against you in the above-mentione lawsuit in favor of Hamdan Mohamed Butti Al-Abdouli, as following The court decided in the presence of the first defendant and as the presence of the

Issued by Sharjah Federal Court, Civil Court of First Instance In lawsuit No. SHCFICIREA2021/0006194 civil partial

second defendant / to obligate the two defendants jointly to pay the plaintiff an amount of DHs 415,000 dirhams (four hundred and fifteen thousand dirhams) and to obligate them jointly and severally with interest at the rate of 5% annually from the date of the lawsuit on 10/08/2021 until the full Payment is provided that the original debt is not exceeded and obligated them jointly with expenses and charges and an amount of five hundred dirhams for attorney fees. Judgment subject to appeal within the legal period

Hussam Jaafar Muhammad Al-Sayed Sharjah Federal Court Civil Court of First Instance





اعلان بالنشر ۱۰۰۷۱/۲۰۲۱/۲۰۷ تنفید تجاري

نفاصيل الإعلان بالنشر لى المنفذ ضده/١- كميل حنا زهره ٢- سيدر ديزرت للصناعات الخشبية ش.ذ.م.

بما ان الطالب التنفيذ/شركة الدانوب لمواد البناء ذ.م.م - فرع دبي قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره

وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار

70197

the judge

علان وتكليف بالوفاء بالنشر

(١٠٤٦٢٤٠,٤٠) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة

المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.



70392

محاكم دبىالابتدائية

محاکم دبی

العدد ١٣٤٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/١/٤ اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر یا التنفید رقم ۱۰۰۲۵/۲۰۲۱/۲۰۷ تنفید تجاری

موضوع التنفيذ : تنفيذ القرار الصادر في الدعوى رقم ٧٦٤٨/٢٠٢١ امر اداء ، بسداد المبلغ طالب التنفيذ : نبيل ابراهيم عبدالعزيز على عنوانه: امارة دبي - ديرة - شارع ال مكتوم - مبنى رقة البطين بلازا شقة ٥٠٥

لمنظورة في: دائرة التنفيذ الثانية رقم ١٨٤

ويمثله:راشد سيف سعيد سيف الزبادي

المطلوب إعلانهما: ١- شيرخان فرنود محمد مراد ٢- فريده فرنود زوجه شير خان فرنود. موضوع الإعلان : قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ

به وقدره (٤٢٢٢١٨١٧) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ

To the defendar



70197

بما ان الطالب التنفيذ/احمد محمد شعبان عبدالسلام الصغير



كتبتها سموها في عشرة محاور للمرأة والأسرة بأكملها

جواهر بنت محمد القاسمي تصدر كتابها الأول «رسائل جوهرية» كتاب يوجه رسائل للمجتمع بفئاته البشرية وبرامجه الخدمية

وكلها أفكار وطروحات تهم الأسبرة والإنسان الإماراتي بشكل عام، وتهدف إلى زرع قيمة الإنسان في نفسه وأهميته في تقدم المجتمع من خلال اكتشاف قدراته الذاتية والعمل على تنميتها سعياً للمساهمة في التنمية المجتمعية وإثبات الذات، والتأكيد على أن الإنسان الإماراتي مهما كانت رفاهيته كبيرة إلا أنه قادر على الفعل

ومعروف عن سمو الشيخة جواهر، أنها صاحبة رؤيا وقدرة على القيادة والتأثير، ومن أكثر الشخصيات إلهاماً في العالم العربي، لأن سموها تدعم قضايا تخص تُقدم المرأة، كما أن سموها تسعى لتعريف الآخر بكل المضردات التراثية

دولة الروبوت

بسام عبد السميع

نقرأ لسموها "أمر ضروري جداً، وهو موضوع الساعة، وأفضل طريقة لتعريف الآخر بنا هو تعريفه بتراثنا الثقافي، ولا فائدة من حدوث صدام بين الحضارات، بل الأفضل هو إيجاد حوار متوازن». الكتاب يتضمن محاور لبعض النماذج من

الإماراتية، ففي فصل الثقافة وأجنحة الفنون

الرسائل على اختلاف المحاور التي تعبر عنها والذي يعد قيمة معرفية وثقافية وتوعوية في المكتبة الإماراتية والعربية. فكل جزء من هذه الرسائل التي كتبتها وقدمتها سمو الشيخة جواهر بنت محمد القاسمي يقدم قيمة وخدمة عظيمة لكل فئة من البشر، ويجعل من الأسرة

الذي توليه سموها لهذا الكيان المهم في بناء المجتمعات". فالمحور الأول وهو «الأسرة وحلم الاستقرار» هو محور استراتيجي بينت فيه سموّ الشيخة جواهرأن بناء الأسرة المستقرة يبدأ قبل الزواج في اختيار الزوجة الصالحة واختيار الزوج الصالح، فنقرأ «يجب أن يعرف كل فرد مسؤوليته تجاه أسرته، فلا يكون سبباً للتوتر والقلق فيها، بل يكون سبباً للفرح والسعادة والشعور بالأمان، أريد أن أقول اتقوا الله في أسركم».

محوراً لكل ما جاء فيه، نظراً للاهتمام الخاص

أما في المحور الثاني فتناول العطاء والتطوع، فيما المحاور الأخرى تذهب نحو مناهج الحياة، الإمارات وطني، صحتنا، المؤسسات وتحديات

العمل، الثقافة وغيرها حيث عن أن سموّها وجهت بأن يتم تحويل الكتاب بعد ذلك إلى كتيبات تحمل الرسائل الخاصة الموجهة لكل فئة لساعدتها على التركيز فيما يخصها من رسائل، وستكون البداية مع الرسائل الموجهة للأجيال الصغيرة والتي تحمل عنوان: «إلى أبنائي وبناتي

وتكمن أهمية الكتاب كونه يحتوي على الكثير من الرسائل التي كتبتها سموّها في عشرة محاور للمرأة والأسبرة بأكملها، كما يحتوي الكتاب على الكثير من العبارات والمعاني الموجهة لفرق العمل، وأهمية غرس قيم ومبادئ العمل القائمة على الحب والاحترام والعطاء.

كما يحث الكتاب الشباب على السعي للعمل والنجاح، وتجزم أن الرابح هو من يحسن اختيار الميدان الذي يتسابق فيه، ثم يؤهل نفسه بالعلم سعياً للنجاح، فنقرأ في فصل «إلى أبنائي وبناتي مع التحية": "نحن في سباق، والرابح فينا من يحسن اختيار الميدان الذي يتسابق فيه، ثم يؤهل نفسه بكل الوسائل التي تعدنا جيداً لأن نكون منافسين أقوياء؛ بل ومحققين تفوقنا في

• • الشارقة – د.محمود علياء

الأن في المكتبات، كتاب رسائل جوهرية، لقرينة صاحب السمو

حاكم الشارقة، سمو الشيخة جواهر بنت محمد القاسمي،

رئيسة المجلس الأعلى لشؤون الأسرة بالشارقة، والصادر عن

منشورات القاسمي، وبالتعاون مع المكتب الثقافي والإعلامي

بالمجلس الأعلى للأسرة بالشارقة ، ويتضمن مقدمة، وعشرة

فصول، منها: مناهج الحياة، الإمارات وطني، صحتنا، المؤسسات

وتحديات العمل، الثقافة وأجنحة الفنون، الأسرة وحلم

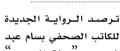
الاستقرار، سلام يا إنسان، إلى أبنائي وبناتي مع التحية.

الميدان، فهل اخترت الميدان جيداً». حيث لم يفت الكاتبة سموّ الشيخة جواهر دور المرأة في المجتمع، فأكدت في فصل عنوانه «المرأة الحضور الأهم»: «المرأة رفيقة في البناء وتحقيق المكتسبات، ورسم خطط التنمية والنهضة

والمشاركة في تنفيذها بكل ما أوتيت من إبداع واستعداد وفكر».ولأهمية الإنسان في السعي لساعدة الآخرين تهيب سموّها في عنوان «سلام يا إنسان، وهو فصل هدفه نبذ العنف والإحساس بالآخر، نطالع لسموها «إنني أهيب بكل صاحب قلب يتسع لاحتواء المنكوبين، أن يقدم ما تجود به نفسه، تحقيقاً للتكاتف والتعاضد، وإن العمل الجماعي يبارك الله سبحانه وتعالى فيه. ذلك أن يد الله مع الجماعة»، كل ذلك ينطلق من إنسانية سموّها بما تقدمه من مساعدات في تخفيف المعاناة عن العديد من الفئات التي تواجه ظروفاً صعبة مثل المرضى الذين يعانون أمراضاً مزمنة، والنساء المستضعفات.

في رواية جديدة للصحفي بسام عبد السميع

الميلاد في المريخ «دولة الروبوت » ترصد



•• القاهرة-الفجر:

السميع "دولة الروبوت" الصيادرة أمس، الرحلات المكوكية المباشرة لحضور أول احتفال بأعياد الميلاد على سطح المريخ وذلك ليلة الأول من يناير 2030 بمشاركة الرئيس الأمريكي وامبراطور اليابان ورؤساء روسيا والصين ودول أوربية وعربية ورجال أعمال وعدد من مشاهير السبوشيال ميديا والفن والرياضة وبإشراف وتنظيم حكومة دولة الروبوت.

وتنقل وسائل الإعلام ومحطات البث الفضائي وقنوات التواصل الاجتماعي احتفالات أعياد الميلاد لكل سكان الأرضعير الهواتث لتعيشى السكسرة

الأرضسية لحظة تاريخية بالاتصبال بالمريخ وكأن الكوكب كله ذهب

وما بين النبوءة والمعلومة، وما بين التاريخ والحقيقة.. تحمل رواية "دولة الروبوت" إرهاصيات تلوح في الأفق لجائحة تكنولوجية تعيد الإنسان إلى الأرض بعدما ذهب إلى المريخ، كما تقتحم الرواية تفاصيل التجربة الاقتصادية في اليابانية، والصراع الأمريكي الصيني وعلاقة المافيا بأجهزة المخابرات ودورها في تنفيذ مهام يطلق عليها مصطلح "أمن

تتناول "دولة الروبوت" قصة كبسولة الحياة مرة أخرى، ومصرع رئيس أكبر شركة تكنولوجيا في العالم خلال اجتماعات دافوس وانقضاء جائحة كوفيد-19 في عام 2024، وذلك بعد الانتهاء من مشروع دولة الروبوت العضو الجديد بالأمم المتحدة والواقعة جغرافيا في آسيا، منطقة الفوضى الخلاقة القادمة.وتبرز الرواية تطور الروبوتات عبر الذكاء الاصطناعي وتحولها لشريك لدى غالبية الأسر حول العالم وحدوث ملايين الحالات من الزواج بين الإنسان والروبوت وعملية التصادم وارتفاع حالات الطلاق بين الإنسيان والآلة لتتطور الأحداث معلنة صراعاً جديداً بين

الإنسان والروبوت. وتتصاعد الأحداث وصولاً إلى أكتوبر 2029 - مرحلة عمق ومضمون الرواية -حيث يتم الإعلان عن الموافقة بانضمام دولة الروبوت إلى الأمم المتحدة ومجلس الأمن الدولي وحصولها على حق الفيتو، ومسؤولية الروبوتات عن تنظيم أول

احتفال لأعياد الميلاد من كوكب المريخ. بعد مرور الأيام الأولى لعام 2030 قررت حكومة دولة الروبوتات منع الإنسان من التواجد على سطح المريخ وكذلك قطع العلاقة مع الإنسان واعتبار كل حالات الزواج التي تمت بين الروبوت والإنسان كانت مرتبطة بالتواجد على الأرض ولم يعد لها شرعية التواجد في المريخ مع بعض الاستثناءات لعدد من مسؤولي

دولة الروبوت. صباح الأخير من عام 2030، تعلن الروبوتات عبر رسائل صوتية ومرئية عن انتهاء عصر الإنسان مع المريخ ورغبتها في الحياة بمفردها في المريخ.

وتشير الرواية إلى سيطرة الذهول على شركات البرمجة نتيجة خروج الروبوتات عن السيطرة وحدوث تطور ذاتي جعل الروبوتات تعلن الحرب على البشرية المريخ وأن هذه الحرب يمكن وقفها شريطة عودة الإنسان إلى الأرض، كما تؤدي برامج خبيثة إلى انفجار الهواتف في مختلف أنحاء الأرضى وإصابة نحو 4 مليارات نسمة منهم 100 مليون شخص لقوا حتفهم.وبحسب الرواية ، تولى المخترعون قيادة الجيوش بقرار من أمريكا للتعامل مع الفيروس التكنولوجي الندى أدى إلى تحور الروبوت وإحداثه حالة من الفزع والرعب تجتاح سكان الأرض عبر وسائل البث التي طالبت الجميع بتفكيك الروبوتات المنزلية على الفور وتدميرها بسرعة وذلك بعد أن

بلغت نسبة الروبوتات 20٪ من سكان

أعلنت الروبوتات العاملة في الحزب الحاكم بدولة الروبوت إنقاذ أزواجهن وزوجاتهن من البشر ومغادرة الحياة على الأرض، لتبدأ قصة صراع ذكاء اصطناعي بين الروبوتات، ويتصدى كل روبوت لحماية زوجته وكل روبوته لحماية زوجها في مشهد يجلس الإنسان فيه منتظراً الحماية من الآلة ضد الآلة. وتكشف الرواية عن سلاح جديد يستطيع

الأرض وأصبح كل منزل به روبوت، فيما

يبث إشارات تؤدى إلى التدمير الذاتي لكافة الروبوتات خلال دقائق، وتطالب من الدول الراغبة في الحياة شراء هذا السلاح الذي زرعته في الفضاء خلال مشروع توقف السفرية سنوات كورونا. وتدور أحداث "دولة الروبوت" خلال

القضاء على الروبوتات عبر برنامج تقنى

الفترة الزمنية من 1919 وحتى 2031، ومن الإسكندرية إلى القاهرة وسويسرا والصين واليابان وأمريكا والمريخ. ويختتم الكاتب روايته بعبارة كتبها بعض الناجين من فيضان الموت تقول: من يصدق أن كل التكنولوجيا تتوارى كما توارت حضارات الأمم السابقة؟.. من يصدق حدوث بداية جديدة لحياة البشر على الأرض؟.

يذكر أن الكاتب الصحفى بسام عبد السميع ترأس تحرير بعض الإصدارات الصحفية في مصر مطلع القرن الحالى ومنها: "المصير"، "حديث الأمة" مصر اليوم"، كما حقق رقماً قياسياً في إصدار الكتب عام 2020 بتأليف

11 كتاباً تنوعت بين السير الذاتية



والأعمال الفكرية والدينية والرواية والمجموعة القصصية منها: رسالة النيل إلى السيسي، الحج الاستثنائي، مسافر في زمن المنع، صرخة 2020، شفرة المؤامرة على مصر، رحلتي مع النووي، القاسمي.. سلطان مدينة الخبز الفكرى، استعادة الندات، مقولات ابن عبد السميع، اعتقال الموتى، الحكايات العشر لعام 2020، فيما أصدر في سبتمبر من العام الماضى "عبور المستقبل "Expo 2020".

حاز بسام عبد السميع جائزة الإبداع الصحفى عام 2006، جائزة الصحافة العربية عام 2017 والعديد من التكريمات، كما أنه عضو نقابة الصحفيين المصرية، جمعية الصحفيين الإماراتية، اتحاد الصحفيين العرب، الاتحاد العالمي للصحفيين،

واتحاد كتاب مصر.

أطلقه المهرجان الدولي للتصوير «إكسبوجر» في مسرح المجاز

«معرض x» . . فضاء مفتوح للصوّر الفوتوغرافية ومساحة للتواصل مع

•• الشارقة–الفجر:

في مسرح المجاز، الفضاء الذي يجمع الفن، والمعرفة، ويتيح التواصل الحي مع المبدعين والفنانين، يقدّم

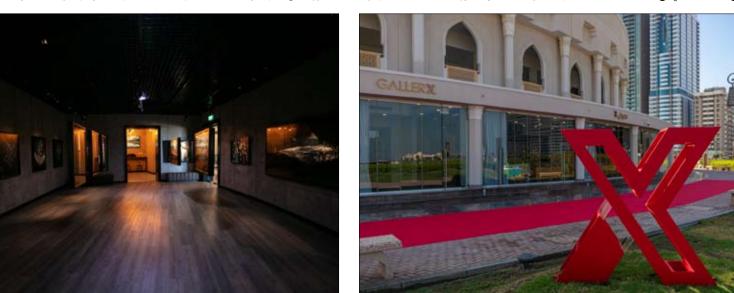
المهرجان الدولي للتصوير (إكسبوجر)، تجربة إبداعية متكاملة للجمهور، حيث كشف مؤخراً عن إطلاق معرض دائم للصور الفوتوغرافية يحمل عنوان "معرض X»، ويستضيف كل شهر مجموعة

ويتيح المهرجان، الذي ينظمه المكتب الإعلامي لحكومة الشارقة، الفرصة أمام هواة ومحترفي التصوير من الكبار والصغار لاكتساب مهارات

جديدة في فن التصوير وتقنياته، إذ ينظم "معرض X» ورشيا دوريّة طوال العام يقدمها مصورون محترفون من مختلف أنحاء العالم، كما يتيح المجال أمام الجمهور لقضاء أوقات ممتعة في مقهى

للقراءة تضم مختارات من الكتب ومجموعة نادرة من المجلات.وفي أولى عروضه الشهرية، استضاف ُمعرض X» مجموعة من أعمال المصوّر الإيطالي

لامب، مقدما نماذج ملهمة وتجارب كبيرة في فن التصوير الفوتوغرافي، وينتظر متابعو المعرض في الشهر المقبل، أعمال مصورين جدد.













تارا عماده سعيدة بالعمل مع رامز جلال في (نصي العلو)

أكدت الفنانة تارا عماد، أنها وقعت على بطولة فيلم (نصي الحلو)، وتشارك فيه البطولة الفنان رامز جلال، وهو العمل الذي يعيده للسينما بعد فيلمه الأخير "أحمد نوتردام". وقالت تارا، في تصريحات خاصة لـ(الدستور)، إنها سعيدة بالمشاركة في

عمل سينمائى مع رامز، موكدة أن العمل سيكون مزيجًا بين الكوميديا والرومانسية، حيث تدور أحداثه حول قصة اجتماعية مليئة بالمفاجآت. وتابعت "تارا" أن العمل سيدخل مرحلة التصوير قريبًا، استعدادًا لعرضه خلال الموسم المقبل، ومن المرجح عرضه بموسم عيد الفطر القادم. ويعرض لتارا عماد مسلسل "ستات بيت المعادي"، وهو مسلسل مأخوذ من فورمات أجنبي ويعرض في 12 حلقة على إحدى المنصات الرقمية، وتدور أحداثه في إطار من الإثارة والتشويق، حيث تنقسم قصة المسلسل إلى 3 قصص وكل قصة تدور حول "جريمة قتل" في أزمنة مختلفة، ولكل قصة خط درامي مختلف وأبطال مختلفين.

ويشارك في بطولة المسلسل أحمد وفيق، وكندة علوش، وإنجي المقدم، وصبري فواز، وإخراج محمد سلامة. الممثلات يحرصن على الظهور بأجمل طلة ممكنة مهما تُطُلُبُ الدور.

أنهما على قيد الحياة؟

- لم تسمح الظروف بذلك، ولكنني ما

لبثت أن التقيت بالوسوف بعد الانتهاء من

هو اتصل بي وهنّأني على دوري في مسلسل

والظهور بالحجاب يمكن أن يزيد المثلة جمالا وهناك وجوه يناسبها الحجاب تماماً، عدا عن أن الدور تَطَلُّبَ مني أن أكون محجّبة لإظهار

حقيقة، وهذه كانت الصعوبة التي واجهتها أثناء تقديم

وقال: "كنت أسعي جاهدًا أن أعمل في مسلسل إلا أنا،

وكنت من المتابعين الجيدين للموسم الأول والموسم

الثاني والمسلسل سيظل مؤثرًا في وجدان الناس لفترة

كبيرة وخاصة أنه يقدم فكرة حلوة وحكاية ممتعة، إضافة إلى أن أمين جمال طلبت منه أن أعمل في

حكاية من الحكايات التي يقدمها، وقام بترشيحي للأستاذ أحمد حسن، وهو التعاون الثاني بيني وبين

الثنائي بعد مسلسل الحرير المخملي".

كريم مغاورى: سعدت بردود الفعل حول (طعم الدنيا)

- لن أرتبط بأي عمل للفترة المقبلة، لأنني

أمضيت فترة طويلة في التصوير خلال الأشهر

الماضية، ولذا قررتُ أن أنال قسطاً من الراحة وأن

أكون إلى جانب الأولاد كي أعود لاحقاً إلى العمل

عبر الفنان الشاب كريم مغاوري عن سعادته بالنجاح الذي حققه من خلال ردود الفعل بمسلسل "إلا أنا" حكاية "طعم الدنيا"، والتي قامت ببطولتها الفنانة إيمان العاصي، وعدد كبير من النجوم الشباب، وحقق المسلسل نجاحًا كبيرًا في عشر حلقات هي فترة عرضه.

وأكد مغاوري، أن شخصية عمر استقبلت تعاطفًا كبيرًا

وأشار مغاوري قائلًا: "أحببت بالفعل أن أكون ضمن كتيبة الممثلين كانت أدوار شر أو كويدي وغيرها". من الجمهور وخاصة التعليق المتكرر أنها قدمت ببساطة الذين قدموا حكايات مسلسل إلا أنا، والحمدلله وفقني الله في التواجد بأحد الحكايات وهي حكاية طعم وتلقائية دون افتعال زائد، وشعروا أن الشخصية موجودة

الدنيا، بينما الفرحة الأكبر بالنسبة لي هو عندما تلقيت ردود أفعال حول شخصية عمر التي قدمتها في الحكاية، فهو الأخ الأصغر للفنان محمد علي رزق، وهو شاب مندفع جداً وينحاز الي الحق، و

لكن اندفاعه ذلك يضعه في كثير من المشكلات والتعقيدات والتي يتم تفكيكها في نهاية الحكاية، بالإضافة الي أن الشخصية كان بها ملمح رومانسي كبير، بيني وبين

الفناة شيريهان الشاذلي، ومع المخرج احمد حسن فهذه هي المرة الثاني التي أقدم فيها نوعية الادوار الرومسانية ولكن في طعم الدنيا كان الأمر مختلف، وهو دور لم أقدمه من قبل، خاصة أن أغلب الأدوار التي قمت بتقديمها من قبل

وتابع كريم مغاوري قائلًا: "فكرة العمل نفسه فكرة مهمة جدا لأنه يسلط الضوء على قضايا المرأة أو قضايا تخص المجتمع ككل، لأننا التغيير كثيرًا في أفكارنا وفي بعض الأمور، وهذا هو الاتجاه العام للدولة من أجل أن نعيش بطريقة مختلفة عن الفترات السابقة وأن نكون نفكر بشكل جديد دون تفرقة ونتقبل الآخر

على اختلافه سواء رجل أو امرأة". واختتم كريم مغاوري قائلًا: "أيد أن أتوجه بالشكر للمخرج أحمد حسن والمؤلف أمين جمال بعد التعاون معهم للمرة الثانية، كانت

وأود أن أوجه الشكر لشركة أروما لدعمها الكامل للنجوم الشباب على رأسهم الأستاذ تامر مرتضى والأستاذ مصطفى العوضي المشرف العام

تجربة مختلفة ومهمة، على الإنتاج".

ما هي أخطر فترة في السنة للإصابة بكوفيد؟

قال يفغيني تيماكوف كبير الأطباء في المركز الطبي "ليدر ميديسن"، إن الخريف هو أسوأ وقت "للقاء" مع فيروس كورونا المستجد. وذكر في مقابلة مع محطة إذاعة "سبوتنيك"، أن القفزة في عدد الإصابات بكوفيد في روسيا، تزامنت مع نمو عدد المرضى بالإنفلونزا والتهابات الجهاز التنفسي الأخرى، وهو أمر تقليدي في الخريف. وأضاف تيماكوف: "تنتشر في الخريف عدوى البرد الفيروسية بالإضافة إلى فيروس كورونا، وأعراض هذين المرضين متشابهة ولها مسار مشترك". وأكد الطبيب، أن هذا الوضع خطير بشكل خاص بالنسبة للأشخاص الذين لم يمروا بالتطعيم باللقاح ضد كوفيد. وقال تيماكوف: "إذا كنا نتحدث عن الوقت الأفضل لمواجهة جرعة جدية من كوفيد، فهو عندما يمتلك المرء مناعة ضد هذا المرض بفضل

التطعيم باللقاح أو بعد الشفاء منه". وأشار الطبيب، إلى أن الكثير من الناس "التقوا" فعلا بعدوى فيروس كورونا، ولكن في ظروف نمو عدد الإصابات، هناك خطر الحصول على 'جرعة" مفرطة من الفيروسات المثيرة لكوفيد. ويعتقد الطبيب، أن "اللقاء الأول بين كوفيد وعدد كبير من البشر، حصل بالفعل، ولكن السؤال يكمن في مدى العبء الفيروسي الذي تلقاه كل شخص منهم". وشدد الطبيب، على أن التطعيم ليس فقط يحمي من زيادة العبء الفيروسي عند الاحتكاك مع شخص مصاب بـ SARS-CoV-2



المشروبات الغازية

أفادت دراسة طبية حديثة أجريت في جامعة (جون هوبكنز) الأمريكية أن تناول قدر كبير من المشسروبات السغازية يضسر بالكلى، ويتسبب في تعريضها للإصابة بأمراض خطيرة، من بينها القصور الكلوى المزمن.

وأضبافت الدراسة التى تناولتها تقارير

صحفية منشورة أن المشروبات الغازية غير الكحولية والتي تنتشر بنكهات وروائح متنوعة في الأسواق، تتسبب في الكثير من الأضرار الصحية للإنسان، كما أنها تتسبب في تطور حالات المصابين بأمراض الكلي. وتابعت الدراسة الفحوص الطبية الخاصة بأكثر من 3 آلاف مواطن أمريكي على مدار 15 سنة، لتجد أن تناول المشروبات الغازية تسبب في إصابة 6% منهم بأمراض كلى مزمنة، ليجد الباحثون أن تلك الأنواع من المشروبات تقف كعامل رئيسي في إصابتهم بتلك الأمراض. وأضافت الدراسة أن 61% من أفراد العينة أصيبوا بالقصور الكلوى $\,$

المزمن، والذي نتج عن فرط تناول المشوربات الغازية، كما لفتت الدراسة إلى الأضرار المتعلقة بالمسنة وزيادة الوزن والتي ترتبط بشكل وثيق بنفس



- ما المقصود بالعنفقه؟
- الشعر أسفل الشفه وفوق الذقن.
- كم يبلغ العدد من الرهط؟
- . من 10 إلى 30 فرد • على أي شيء أطلق العرب اسم الفرصاد؟
- من هو الأديب العربي الذي نال جائزة نوبل

ساحة لللوب

- للآداب عام 1988م؟
 - نجيب محفوظ.



طائر النورس يستمتع برقاقة ساخنة في الملعب خلال اليوم الثالث من أول مباراة في لعبة الكريكيت بين نيوزيلندا وبنغلاديش في Bay Oval في نيوزيلندا - ١ ف ب

اكتشاف تأثير غير متوقع لبديل السكر

اكتشف خبراء التغذية الأمريكيون أن السكرالوز- وهو سكر صناعي، يزيد الشهية والرغبة بتناول الطعام، قد يؤدي إلى نفي تأثير الأطعمة والمشروبات التي ينصح بتناولها لتقليل الوزن.

وتشير مجلة JAMA Network Open، إلى أن الشركات المنتجة لأطعمة الحمية، تستخدم بدائل السكر بكثرة. فمثلا تستخدم المواد المحلية غير المغذية (NNS) كمواد خالية من السعرات الحرارية لإشباع رغبة أكثر من 40 بالمئة من الأمريكيين البالغين بتناول الحلويات. ولكن لا يوجد حتى الآن رأي موحد بين العلماء وخبراء التغذية عن تأثير (NNS) في الشهية واستقلاب الغلوكوز وكتلة الجسم.

وأجرى علماء كلية الطب بجامعة جنوب كاليفورنيا دراسة واسعة لتحديد تأثير بدائل السكر في نشاط الدماغ والشهية لدى فئات مختلفة من

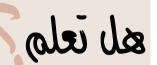
وتقول الدكتورة كاثلين بيج، "يوجد اختلاف في الموقف من فوائد بدائل السكر. ومع ذلك يستخدمها الكثيرون لفقدان الوزن. ولكن في الوقت الذي تشير بعض الدراسات إلى أن هذه البدائل مفيدة، تفيد دراسات أخرى بأنها تسبب زيادة الوزن وتطور النوع الثاني من مرض السكري ومشكلات في عملية التمثيل الغذائي. ونحن درسنا فئات مختلفة من السكان، من اجل معرفة سبب اختلاف نتائج الدراسات".

وقد خضع لهذه الدراسة 74 متطوعا، قسموا إلى ثلاث مجموعات، (كل مجموعة تضم عددا متساويا من الرجال والنساء ذوي وزن اعتيادي ووزن زائد وبدناء)، وخلال ثلاث جلسات تناول أفراد المجموعة الأولى 300 ملليغرام من مشروب محلى بالسكر الاعتيادي. وأفراد المجموعة الثانية، تناولوا نفس المشروب ولكنه محلى بالسكرالوز، الذي يعتبر أقل ضررا، وكان مشروب أفراد المجموعة الثالثة الماء العادي.

وقاس الباحثون خلال ساعتين بعد تناول المشروب ثلاثة مؤشرات: تنشيط مناطق الدماغ، المسؤولة عن الشهية والرغبة في تناول الطعام؛ مستوى الغلوكوز والأنسولين والهرمونات الأيضية في الدم؛ وكمية الطعام التي تناولها المتطوع بعد كل جلسة.

وأظهرت النتائج أن نشاط مناطق الدماغ المسؤولة عن الشهية والرغبة بتناول الطعام لدى أفراد المجموعة الثانية كان أعلى مما لدى أفراد المجموعة الأولى الذين تناولوا مشروبا محلى بالسكر الاعتيادي. كما ظهرأن مستوى الهرمونات التي ترسل إشارات الشبع لدى أفراد المجموعة الثانية كان أقل مما لدى أفراد المجموعتين الأولى والثالثة، لذلك كانوا ، كل جلسة يتناولون كمية طعام أكبر

واستنتج الباحثون من هذه النتائج، أن بدائل السكر الصناعية، وخاصة السكرالوز، تزيد الشهية والرغبة في تناول الطعام، وتسبب الشعور بالجوع ، خاصة عند النساء والأشخاص الذين يعانون من السمنة المفرطة.



أن الصينيون هم الذين إخترعوا البوصلة ، ونقلوها بعد ذلك إلى البحارة العرب ، الذين كانوا يجوبون شمال المحيط الأطلسي وقد قام أهل البندوقية بجلب البوصلة بعد أسفارهم التجارية إلى بلاد المشرق.

أن الحوت الأزرق هو أكبر حيوان على الكرة الأرضية . . أن ضوء الشمس يصل إلى الأرض في ٨ دقائق.

أن تونس هي أكبر دولة من حيث إنتاج الزيتون.

أن نابليون بونابرت كان يقضى وقت فراغه في حل الألغاز.

أن أول من وضع صورة على العملة هو الإسكندر المقدوني.

أن المشوار الذي يقطعه الدم في مجراه كل يوم يبلغ ١٦٨ مليون ميل.

أن القلب يخفق في اليوم أكثر من ١٠٣ خفقة.

. أن أكبر لؤلؤة في العالم هي التي عثر عليها صيادو اللؤلؤ أمام سواحل كاليفورنيا عام ١٩٦٠ ، وتزن ٣٤٩,٥ قيراط ، وقد عرضت للبيع ، وإشتراها ثري يوناني بمبلغ ٣ مليون دولار .



گُمیگ الفلاح المسعین

عثر فلاح في ارضه على زجاجة قديمة لم يستطع ان يحدد ما بداخلها ولكن لان شكلها جميل قرر ان ينظفها ويحتفظ بها في بيته، وعندما انتهى من تنظيفها وجاء دور تنظيف الغطاء انخلع الغطاء ودوى صوت فرقعة عالية جعلت الفلاح المسكين يرتجف ويندفع لخلف الشجرة ويختبئ وهو ينظر لذلك الدخان المتصاعد من الزجاجة، وعندما انقشع الدخان ظهر مارد ضخم مهيب تقدم للامام ووقف امام الفلاح وقال اشكرك على صنيعك سأرتاح خارج الزجاجة ثلاثة اشهر فقط وعليك ان تطلب مني في كل شهر امنية واحدة فقط، تمالك الفلاح نفسه وعرف ما حدث وقال حسنا ايها المارد عليك ان تمنحني قطعة ارض زراعية كبيرة شاسعة مخضرة مثمرة بالفواكه والخضروات وتكون ملكا لي العمر كله.. وفي الحال كان عنده مطلبه .. مر شهر والفلاح سعيد ومعه اسرته ينعمون بالخير الذي وهبهم الله اياه، وفي الشهر الثاني جاء المارد ليسأل الفلاح امنيته الثانية فقال امنحني بيتا جميلا وفيه مزرعة للطيور الداجنة، وفي الحال تحقق مطلبه وعاش الفلاح في بيته سعيدا يربي طيوره وتعاونه زوجته واولاده ويسهر على ارضه وكأنه يسهر على عائلته وفي تلك الفترة اخذت زوجة الفلاح واولاده يفكرون في المطلب الثالث فمنهم من يقول ذهب او اموال كثيرة او ملابس جديدة او احلام كثيرة راودتهم حتى جاء موعد الشهر الثالث فجاء المارد للفلاح وسأله عن مطلبه فقال لا اطلب اكثر من ان يمتعني الله وزوجتي واولادي بالصحة والعافية لأستطيع ان اخدم الارض واخدم البيت بمن فيه من طيور وبشر وان احج لبيت الله من اموالي التي سأكسبها من تعبي وان يقدرني الله ان اقدم لكل من يريد المساعدة بدون ان يحس به احد وانا اشكرك ايها المارد الطيب جازاك الله كل خير، فقال المارد لم يشكرني احد من قبل والناس جميعها كانت تطلب الثلاث طلبات وتريد اكثر ولم اراحدا يطلب الصحة والعافية ولكن انه طلب مقبول من عند الله لو اراد ذلك فأنت تستحق كل خير وان شاء الرحمن نراك في بيت الله، وانصرف المارد كما جاء في فرقعة عالية، ولما ذهب الفلاح لبيته سأله اولاده ماذا طلبت فنظر اليهم وقال الصحة والعافية والقدرة على ان اعيش لاراكم رجالا وعرائس وافرح بكم وبأحفادي وان ازور بيت الله .. نظر اليه الاولاد وخجلوا من انفسهم ومن ضيق تفكيرهم وقال اكبرهم نعم يا ابي متعك الله بالصحة والعافية هي من تأتي بما لم يأت به المارد .. نظر لاخوته فهلل الجميع وتكاتفوا على والده يمطروه قبلاتهم وهم يقولون كفانا بستانا جميلا وبيتا يضمنا وابا يحبنا .