منوعات الفجر

الاثنين 2 سبتمبر 2019 م - العـدد 12720

Monday 2 September 2019 - Issue No 12720

ص 22

مصاحبة الآباء والأمهات لأبنائهم في اليوم الأول الدراسي يساهم في التوازن النفسي لدى الطفل

ص 27

هيثم شاكر:

غيابي عن سوق الكاسيت لم يكن متعمداً

الترمس.. فوائد عديدة في معالجة السمنة وخفض مستوى الكوليسترول ص 23

المراسلات: ص.ب :505

email:munawaat@alfajrnews.ae

«لا حشو أسنان بعد اليوم».. الطب الصيني يقدم الحل

مشكلات حشوات الأسنان عديدة ومرهقة نفسيا وماديا، ولكنها على ما يبدو في طريقها إلى أن تصبح شيئا من الماضي، بعد أن نجح علماء في اكتشاف طريقة لإعادة نمو "مينا" الأسنان.

ورغم كون المينا من أصعب الأنسجة في الجسم، فإنه يمكن أن تصبح عرضة للتدهور، وخاصة بواسطة الأحماض من الطعام والشراب، وهو لا يستطيع إصلاح نفسه، مما يجعل الأسنان عرضة للتسوس وفي حاجة إلى الحشوات.

ومؤخرا، اكتشف العلماء في الصين طريقة يمكن من خلالها تكاثر بنية مينا الأسنان المعقدة، وهم يأملون في إعادة نمو المينا دون استخدام الحشوات، كما يأملون في بدء التجارب على الأشخاص في غضون عام إلى عامين.

وقال العلماء إنهم قاموا في نهاية المطاف بتفكيك مشكلة إصلاح مينا الأسنان، وهي مادة عالية المعدن تعمل كحاجز لحماية الأسنان، وتمكنوا مؤخرا من إنتاج مجموعات من فوسفات الكالسيوم، الشبيه بالمينا، للقضاء على المشكلة القديمة أو الأزلية.

ووجد العلماء في الصين أن خلط أيونات الكالسيوم والفوسفات، وهما المعدنان الموجودان في المينا، مع "تراي ميثيل أمين" الكيميائي في محلول كحولي يؤدي إلى نمو المينا بنفس بنية الأسنان.

ويقول فريق البحث إن المواد رخيصة ويمكن تحضيرها على نطاق واسع.

وقال المؤلف المشارك للبحوث من جامعة "تشجيانغ" في الصين الدكتور زاومينج ليو "بعد نقاش مكثف مع أطباء الأسنان، نعتقد أن هذه الطريقة الجديدة يمكن استخدامها على نطاق واسع في المستقبل القريب».

كيف تحافظين على حذائك المفضل؟

تفضل كل امرأة ارتداء حذاء محدداً من ضمن مجموعة الأحذية التي تمتلكها، وترغب بالحفاظ عليه لأطول فترة ممكنة.

تقدم صحيفة "ديلي ميل" نقلاً عن الخبراء مجموعة من النصائح للحفاظ على الأحذية، وطريقة تنظيفها لتدوم أطول فترة ممكنة.

بقع القهوة والعصير: تعد بقع والقهوة والعصير من أكثر البقع شيوعاً. أولاً استخدمي مناشف المطبخ الورقية لامتصاص أكبر قدر ممكن من البقع، ثم املأي الأجزاء الداخلية من حذائك بالصحف للحفاظ على شكله أثناء عملية التجفيف.

تذكري أن تحاولي امتصاص البقع بالمناشف الورقية وليس فركها، لأن الفرك يمكن أن ينشر البقعة لمساحة أكبر.

بعد ذلك حضري محلولاً من الماء مع ملعقة من مسحوق التنظيف وملعقة من الخل، واستخدمي اسفنجة لتنظيف مكان البقعة إلى حين زوالها. وفي النهاية استخدمي قطعة قماشية من الكتان لتجفيف الحذاء بشكل لطيف.

تنظيف الأحذية الجلدية من الأوساخ: امزجي جزءاً من الصابون المعتدل - مثل صابون الوجه أو منظف الملابس الخفيف جداً - مع ثمانية أجزاء من الماء. من الأفضل استخدام المياه المعبأة في زجاجات أو الماء المقطر.

صبي الخليط في زجاجة رذاذ ورشي قليلاً منه على قطعة قماش بيضاء أو اسفنجة نظيفة، ولا ترشي مباشرة على الجلد. ثم امسحي الحذاء بقطعة القماش أو الاسفنجة بلطف لإزالة البقع والأوساخ، وفي النهاية امسحيه بقطعة قماش ناعمة وجافة.

تنظيف باطن الحذاء: اجمعي بين مقادير متساوية من الماء وصودا الخبز، واخلطيهما معاً للحصول على عجينة ناعمة. ثم اغمسي فرشاة أسنان ناعمة في العجينة، واستخدميها لفرك باطن الحذاء برفق، وسوف تساعد جزيئات صودا الخبز على إزالة أية أوساخ برفق دون ترك أي أثر.

يعاني كثير من الناس في وقتنا هذا من مرض ارتفاع ضغط الدم، الذي صار حالة مرضية شائعة بين الناس هذه الأيام، وهو مرض يمكن أن يؤثر على صحة القلب بشكل كبير، الأمر الذي قد يجعل المرء أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

وهناك العديد من العوامل التي يمكن أن تسهم في ارتفاع ضغط الدم، فعلى مدار اليوم، قد يرتكب المرء أخطاء عدة، قد تؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم لديه.

وكما يعرف كثيرون أيضا، فهناك أطعمة ومشروبات، مثل الملح، يمكن أن تعمل على رفع ضغط الدم، لا شك أنه من الضروري الابتعاد عنها أو الحرص في تناولها، بما لا يلحق الأذى والضرر بمرضى ارتفاع ضغط الدم.

ولمنع ارتفاع ضغط الدم يحتاج المرء إلى التحكم في تناول مثل هذه الأطعمة للحفاظ على نظامه الغذائي الصحي والنظيف.

فيما يلي بعض الأطعمة التي ترفع ضغط الدم، وينبغي الحرص في تناولها والتعامل معها.

أغذية ترفع ضغط الدم.. تجنبها أو تناولها بهذه الطريقة

1. السكر

ليس الملح فقط ما يعمل على رفع ضغط الدم، فالسكر أيضا يمكنه رفع ضغط الدم، ومن المعروف أن السكر يدخل في العديد من الأطعمة التي يجب تجنبها.

واستهلاك الكثير من السكر أمر سيء للصحة العامة، فهو قد يؤدي إلى السمنة ومشكلات الأسنان، بالإضافة إلى ارتفاع ضغط الدم.

وكما هو معروف، فإن السكر وارتفاع ضغط الدم مرتبطان بالسمنة، فالأخيرة تعد حالة شائعة تؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم. ويتم إخفاء السكر في العديد من الأطعمة التي يجب أيضا تجنبها.

2. الأطعمة المعلبة

الأطعمة المعلبة غنية بالملح بشكل عام مما يزيد من مستويات ضغط الدم.

لذلك، بدلا من الأطعمة المعلبة، يجب اختيار الأطعمة الطازجة التي ستمنح المرء التغذية المناسبة وكذلك الذوق المثالي.

3. الكافيين

بالنسبة إلى معظم الناس، فإن الكافيين هو أول ما يحتاجونه في الصباح، مع العلم أن الكافيين قد يسبب ارتفاع ضغط الدم، ولذلك فقد يصبح ارتفاع ضغط الدم مشكلة شائعة لهؤلاء.

4. الكحول

لا شك أن تناول الكثير من الكحول يمكن أن يزيد من ضغط الدم، حسب ما أوضحت دراسات عدة.

طرق للسيطرة على ارتفاع ضغط الدم

على أي حال، وكما هو واضح، فإن هذه الأطعمة والمشروبات إذا ما تناولها البعض بحكمة وموضوعية، فإنها قد تكون مفيدة لصحة مريض ضغط الدم المرتفع.

ومع ذلك، فإن هناك بعض الطرق البسيطة والسهلة التي يمكنها أن تعمل على السيطرة على ضغط الدم المرتفع لدى المرء.

- إضافة المزيد من هذه الأطعمة إلى النظام الغذائي الذي يمكنه التحكم في ضغط الدم، مثل الخضراوات الورقية الخضراء والشوفان والثوم والزبادي والشمندر وزيت الزيتون والتوت والبطيخ والكيوي والموز.

- إذا كان المرء يعاني من زيادة الوزن، فلا شك أن هناك ضرورة للتخلص من ذلك الوزن الزائد.

- التمرينات الرياضية اليومية تساهم في منع ارتفاع ضغط الدم، ويكفي لأي فرد أن يؤدي تمرينات بانتظام لمدة 30 دقيقة على الأقل يوميا

- الإقلاع عن التدخين والشرب، وخفض مستويات التوتر، والتقليل من استهلاك الملح تساهم في خفض مستويات ضغط الدم.

أخيرا، على الرغم من هذه النصائح، فإنه لا غنى أبدا عن استشارة الطبيب أو الاختصاصي لمزيد من المعلومات.

ما خطورة انخفاض ضغط الدم؟

يعاني بعض الأشخاص من انخفاض مستوى ضغط الدم، ولكن دون أن يرافق ذلك أعراض مرضية، في حين عند انخفاضه لدى الآخرين يؤثر على حالتهم الصحية وحياتهم.

ووفقا للأطباء، عندما يشخص مستوى ضغط الدم الشرياني 100-70 أو دون ذلك بصورة دائمة، يعتبر منخفضا بصورة مزمنة. ويقسم الأطباء حالات انخفاض ضغط الدم إلى ثلاث مجموعات: المجموعة الأولى- الضغط 100-70؛ المجموعة الثانية-الضغط 90 -60؛ المجموعة الثالثة-الضغط أقل من 70-60 .

عندما يكون بسيطا، لا يثير اهتمام الأطباء. وفقا لهم، هذا أقل خطورة من ارتفاع ضغط الدم. ولكن عندما ينخفض إلى حدود المجموعة الثانية، فإنه لا يشكل خطرا كبيرا على القلب والأوعية الدموية كما في حالة ارتفاعه، خاصة وأن تحسين الحالة الصحية في هذا الوضع ممكن من دون دواء، حيث يكفي تناول مشروبات مقوية وأطعمة وشاي الأعشاب وإجراء نشاط بدني بسيط.

ولكن عندما ينخفض مستوى ضغط الدم بصورة كبيرة، تظهر حينها خطورة مضاعفات عديدة، مثل خلل في الدورة الدموية الدماغية. يقول أحد الخبراء "عندما ينخفض ضغط الدم بدرجة كبيرة تتباطأ حركة الدم، ما يسبب تأخر وصول الكمية اللازمة من الأكسجين والمواد المغذية إلى الدماغ وأعضاء الجسم الأخرى، فيؤدي إلى نوبة قلبية».

يشير الأطباء إلى أن العلامات المميزة لانخفاض ضغط الدم هي الدوخة والغثيان والوهن والنعاس والتهيج والشرود. لذلك عندما ينخفض مستوى ضغط الدم إلى مستوى حرج يجب استدعاء سيارة الإسعاف، لأن هذا قد يسبب فقدان الوعي والغيبوبة.

رونالدو يواجه نيمار في إعلان تلفزيوني «غريب»

يبدو أن المنافسة الثنائية انتقلت من كونها بين البرتغالي كريستيانو رونالدو والأرجنتيني ليونيل ميسي، إلى مواجهة شرسة بين نجم يوفنتوس الإيطالي والبرازيلي نيمار. وهذه المنافسة بين النجمين ليست كروية، بل تتخذ طابعا أكثر عنفا، فهي تارة على حلبة الملاكمة، وأخرى مبارزة بالسيف. على الأقل تحدث هذه المناسبة بين رونالدو ونيمار في التلفزيون، فهما يتنافسان ويتبارزان بالسيف في إعلان تلفزيوني، وهما يرتديان زيا من العصور الوسطى، قبل يتحول السيفان التقليديان إلى ما يشبه أسلحة المبارزة في أفلام حرب النجوم. صور هذا الإعلان لصالح شبكة الهواتف المحمولة البرتغالية "ميو"، وتم بثه على حساب رونالدو على موقع "إنستغرام"، مصحوبا بتعليق: "انظروا إلى ملوك المبارزة».

والإعلان هو الثالث الذي يجمع نجمي كرة القدم البرتغالي والبرازيلي مع شركة "ميو"، بحسب موقع "سبورت بايبل».

ففي وقت سابق من هذا الشهر، تنافس رونالدو ونيمار على حلبة الملاكمة، وفي إصدار آخر من الإعلان، يحاول كلا اللاعبين لعب تنس الطاولة باستخدام عيدان تناول الطعام. الجدير بالذكر أن هذه الإعلانات تمت باقتراح من الجمهور العام، فهم يطلبون رؤية المنافسة بين الجانبين بأشكال غريبة وظروف أغرب. لكن مؤخرا، لعب رونالدو دور البطولة في واحدة من أسوأ الإعلانات على الإطلاق مع "شوبي"، بوابة التجارة الإلكترونية ومقرها سنغافورة.

تعطل المصعد ببابا الفاتيكان

وصل البابا فرنسيس متأخرا عن موعده لإلقاء عظته الأسبوعية في ساحة القديس بطرس أمس الأحد وفسر ذلك بأنه ظل عالقا داخل مصعد لمدة 25 دقيقة قبل أن يحرره رجال الإطفاء.

وعلت الابتسامة وجه البابا وهو يقول في بداية عظته التي تأخرت نحو عشر دقائق "علي أن أطلب عفوكم». وقال البابا إن مشكلة في الكهرباء في الفاتيكان أسفرت عن تعطل المصعد وأنه ظل عالقا داخله إلى أن حرره ضباط مكافحة الحرائق في الفاتيكان.

وخاطب البابا الحاضرين الذين تجمعوا للاستماع إلى عظته في ساحة القديس بطرس "فلنصفق لفرقة الإطفاء».

إصدارات خاصة من ذراع التحكم في «إكس بوكس وان»

أطلقت شركة مايكروسوفت إصدارات خاصة من ذراع التحكم في جهاز الألعاب "إكس بوكس وان" الشهير. وأوضحت الشركة الأمريكية أن أذرع التحكم اللاسلكية الجديدة تحمل الأسماء Night Ops Camo Special Edition و Sport Blue Special Edition، وتتوافق مع جميع أجهزة الألعاب من سلسلة Xbox one.

وأوضحت الشركة أن ذراع Night Ops Camo اللاسلكي أول طراز من سلسلة جديدة لأذرع التحكم، التي تمتاز بطابع كلاسيكي وتزخر بألوان تشمل الأسود والرمادي واللون الذهبي المعدني، إضافةً إلى جسم خفيف الوزن ولوحة D معدنية باللون الذهبي، وسيطرح ذراع التحكم الجديد في الأسواق بدءاً من 8 أكتوبر "تشرين الأول" المقبل بـ 70 دولاراً أمريكياً. ويمتاز ذراع التحكم Sport Blue بتصميم رياضي مستوحى من ثقافة البوب، ويعدُّ ثالث إصدار من السلسلة الرياضية، وعلى غرار الموديلات السابقة، Sport White Special Edition و Sport Red Special Edition، يمتاز الإصدار الجديد بتصميم هندسي.

أساطير عن الحليب دحضها العلماء

هناك العديد من النظريات الشائعة عن الحليب، بيد أنها ليست سوى أساطير وخرافات، تمكن العلماء من دحضها وتفنيدها علميا.

ومن بين النظريات والخرافات التي دحضها العلماء:

الحليب مفيد فقط لجسم الأطفال- يعد الكثير من البالغين في العالم هذا الأمر منطقيا ومؤكدا. ولكن وفقا لإيفا إيودو رئيس قسم علم الأغذية وتكنولوجيا المواد الغذائية بجامعة إستونيا، الحليب وجميع منتجات الألبان ضرورية للإنسان على مدى حياته وتقول: "الانتقاء الطبيعي يفضل الأشخاص الذين يحتفظ جسمهم بالأنزيم الذي يحلل سكر الحليب».

وتضيف الخبيرة، لكي يحافظ الجسم على قدرته في امتصاص الحليب، عليه تناول منتجات الألبان الملائمة. فمثلا من لا يتمكن من تناول الحليب الطازج، عليه تناول منتجات الألبان الحامضية أو منتجات ألبان محتوية على نسبة منخفضة من اللاكتوز.

الحليب مصدر الكوليسترول "الضار" عند تناول كوب حليب كامل الدسم، يحصل الجسم على 14 مليغراما من الكوليسترول. في حين يحتاج الجسم يوميا إلى 350 مليغراما منه. لذلك لا داعي لتصديق ما يشاع أن الحليب "يسد" الأوعية الدموية، لأنها خرافة. يتميز الحليب باحتوائه على مختلف الأحماض الدهنية، خصائص غالبيتها تخفض مستوى الكوليسترول في الدم وتقلل من احتمال الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

ما علاقة علاجات سن الياس والسرطان ؟

أفادت دراسة واسعة النطاق نشرت نتائجها حديثا، بتزايد خطر الإصابة بسرطان الثدي بنسبة ضئيلة عند النساء اللواتي يتّبعن علاجا بالهرمونات للحدّ من آثار انقطاع الطمث.

وتطرقت دراسات سابقة إلى الرابط، لكن المقال الذي نشر في مجلة "ذي لانست" البريطانية يذهب أبعد من ذلك، من خلال تحديد نسب مئوية للخطر المرتبط بكل نوع من العلاجات، فضلا عن الإشارة إلى أن هذا الخطر يبقى قائما بعد 10 سنوات على الأقل من وقف العلاج بالرغم من تراجعه. واستعرض القيمون على هذه الأبحاث 58 دراسة وبائية حول الموضوع شملت أكثر من 100 ألف امرأة في المجموع.

وكانت غالبية تلك الأبحاث دراسات، تظهر رابطا إحصائيا لكنها لا تثبت علاقة سببية بين الإصابة بالسرطان ونوع العلاج المعتمد.

ووفقا للدراسة التي نقلتها "فرانس برس"، فقد خلص الباحثون في دراستهم الجديدة إلى أن كل العلاجات الهرمونية لانقطاع الطمث تؤدي إلى تزايد خطر الإصابة بسرطان الثدي، ما عدا مساحيق الإستروجينات ذات الاستخدام الخارجي. فعلى سبيل المثال، تواجه امرأة تخضع خلال خمس سنوات لعلاج من هذا النوع يشمل تناول الإستروجينات والبروجسترون بانتظام خطرا نسبته 8،3 في المئة للإصابة بسرطان الثدي في خلال السنوات العشرين التي تلي البدء بالعلاج، علما أن هذا الخطر يقدّر بـ 6،3 في المئة عند امرأة في السنّ عينها لا تتبّع أي علاج من هذا القبيل. أما في حال كانت المرأة تتناول الإستروجينات والبروجسترون بشكل متقطع خلال المدّة عينها، فيقدر هذا الخطر عندها بـ 7،7 في المئة وإذا اقتصر العلاج على الإستروجينات، يتراجع الخطر إلى 6،8 في المئة، بحسب الباحثين. ويرتفع الخطر بطبيعة الحال مع إطالة مدة العلاج. كما أن عوامل أخرى من شأنها أن تزيد من احتمال الإصابة بسرطان الثدي تدخل في الحسبان، مثل استهلاك الكحول وزيادة الوزن.

منوعات الفجر
22

شرطة أبوظبي تنفذ مبادرة «العودة للمدارس»

•• العين - الفجر

نفذت شرطة أبو ظبي مبادرة " العودة للمدارس " و تضمنت معرضاً للقرطاسية والمستلزمات الدارسية للطلاب بخصومات مناسبة لأبناء المنتسبين والمتقاعدين ،وتستمر حتى 22 الجاري وذلك في خيمة الفعاليات بأكاديمية سيف بن زايد للعلوم الشرطية والأمنية ،

ونفذت المبادرة إدارة المراسم والعلاقات العامة بقطاع المالية والخدمات في إطار عام التسامح 2019، وانطلاقاً من اهتمامها بترسيخ مبادئ السعادة والإيجابية، والتواصل مع المنتسبين.

ويقدم المعرض قرطاسية ومستلزمات مدرسية ذات جودة عالية وبأسعار مخفضة، إلى جانب هدايا عينية للطلبة من أصحاب الهمم، تشجيعاً للطلاب على الاستعداد لبدء العام الدراسي الجديد .

باقة الإقامة واللعب المجاني للأطفال في جزيرة ياس تستمر حتى نهاية سبتمبر

•• أبوظبي - الفجر

أعلنت جزيرة ياس استمرار عرض باقة الإقامة واللعب المجاني للأطفال حتى 30 من سبتمبر الجاري، حيث يمكن للعائلات الاستمتاع بعطلة رائعة في الجزيرة، والاستفادة من الباقة التي تتضمن الإقامة والدخول المجاني إلى مدن الجزيرة الترفيهية لكل طفل دون سن 12 عاماً يرافق شخصاً بالغاً عند حجزه للإقامة في أحد فنادق الجزيرة أو الفنادق المشاركة في أبوظبي لمدة ليلة واحدة أو أكثر .

وتتيح جزيرة ياس لزوارها وجهة مثالية لقضاء آخر أيام فصل الصيف ، إذ تحتضن الجزيرة مدينتين ترفيهيتين داخليتين وحديقة ألعاب مائية فريدة، إضافة إلى أكبر وجهة تسوّق في أبوظبي، ياس مول، وسبعة فنادق فاخرة، والعديد من المطاعم والمقاهي التي تتيح قضاء أوقات رائعة برفقة العائلة، لتمنح زوارها متنفساً منعشاً ينسيهم حرارة الصيف.

وتمنح باقة الإقامة واللعب المجاني للأطفال فرصة الوصول إلى أكثر من 100 لعبة ومرفق ترفيهي في المدن الترفيهية الثلاثة الموجودة في الجزيرة، وذلك لضمان الاستمتاع بتجارب حافلة بالمرح والمغامرة لجميع أفراد العائلة، وتوفير أجواء صيفية لا مثيل لها، بدءاً من ركوب الأفعوانية الأسرع في العالم في عالم فيراري أبوظبي، وصولاً إلى المغامرات المائية المنعشة في ياس ووترورلد، والرحلات المليئة بالمرح بصحبة شخصيات الأبطال الخارقين والشخصيات الكرتونية في عالم وارنر براذرز أبوظبي.

أمّا بالنسبة للعائلات الراغبة بتمديد إقامتها والاستمتاع بمزيد من التجارب الجديدة في العاصمة الإماراتية، فيمكنهم إضافة تذاكر لزيارة أبرز المعالم الثقافية التي تحتضنها أبوظبي، مثل قصر الوطن، وهو جزء من مجمّع القصر الرئاسي، ومتحف اللوفر أبوظبي.

عالم الطفولة واليوم الأول للدراسة

مصاحبة الآباء والأمهات لأبنائهم في اليوم الأول الدراسي يساهم في التوازن النفسي لدى الطفل

•• العين-الفجر:
تصوير-محمد معين:

المتخصصون في التربية وعلم النفس يجمعون على أن اليوم الدراسي الأول في حياة الطفل يشكل علامة فارقة في مشواره التعليمي، حيث يحرص الكثير من الآباء والأمهات على اصطحاب أطفالهم في اليوم الأول الدراسي رغبة منهم في

تعويد أبنائهم على هذا العالم الجديد بالنسبة إليهم بل يصل الأمر إلى أبعد من ذلك، حيث يصر بعض الأطفال على جلوس آبائهم في المقعد الدراسي نفسه، الذي يجلسون فيه، وهذا الأمر يتطلب تعاون القائمين على المدرسة وأولياء الأمور وربما الأمر يتكرر أكثر من يوم.

وفي إشارة من التربويين وعلماء النفس أكدوا على أن المدرسة تشكل عالما جديدا بالنسبة للطفل ،وبالتالي لابد أن يستوعب هذا العالم الجديد ! الأمر الذي يحتاج إلى تفهم المدرسة وأولياء الأمور ويتعاملون مع هذه الرغبة ببساطة وأريحية مؤكدين على أن الأيام الأولى لاستقبال هؤلاء الأطفال تنعكس عليهم إيجابا أو سلباً طيلة حياتهم الدراسية ،وربما يمتد الأمر إلى ما بعد الدراسة أو التخرج.

التربويين وعلماء النفس يتفهمون هذا الأمر ويعتبرونه أمراً عاديا لكل طفل، ولكن الأمر المستغرب هو لدى أولياء الأمور ،حيث أن الكثيرين منهم لا يعيرون أهمية لهذه الجوانب ،وهو الأمر الذي يحذر منه المتخصصون في التربية وعلم النفس .

حاولت الفجر أن ترصد اليوم الأول في حياة هؤلاء الأطفال ،حيث يؤكد بعض أولياء الأمور إلى أن هذا الأمر يتطلب منهم التحدث مع أطفالهم عن المدرسة وترغيبهم في هذا العالم الجديد، بل والذهاب معهم إلى المدرسة في اليوم الأول ، كما أشار بعض أولياء الأمور إلى أنهم ذهبوا إلى المدرسة التي سوف يلتحق بها أبناؤهم ومعهم أطفالهم للتعرف على العالم الجديد بالنسبة إليهم ، وأشاروا إلى أن مثل هذه الزيارة تزيل حاجز الرهبة والخوف من عالمه الجديد، حتى إذا جاء اليوم الأول للدراسة يكون الطفل أكثر استقراراً من الناحية النفسية .

ومن جانبها أكدت القيادات التدريسية على أن اليوم الأول له دلالة خاصة حيث يستعد جميع المعلمين والمعلمات ، وكذلك المسؤولون عن الإشراف التربوي لهذا اليوم ،ويعلمون تماماً المطلوب منهم، بالنسبة إلى جميع الأطفال حيث يحرص الكثيرون على إدماجهم في شكل مجموعات لممارسة بعض الألعاب والهوايات ، إضافة إلى أن الكثير من أولياء الأمور يشاركون أطفالهم في هذه الألعاب رغبة منهم في توفير المناخ الملائم للاطمئنان .

وقد أكد بعض أولياء الأمور على أن مثل هذه المشاركات تثير لدى الطفل عددا من التساؤلات ،ومنها متى يتم الذهاب إلى المدرسة؟ وهنا تكون الحيل التربوية قد نجحت في توفير المناخ الملائم لأطفال تتجاوز أعمارهم الثلاث سنوات بقليل.

نادي تراث الإمارات يختتم مشاركة نوعية في تعزيز تجربة زوار معرض الصيد والفروسية

•• أبوظبي - الفجر

اختتم نادي تراث الإمارات مشاركة نوعية في تعزيز تجربة الزوار لفعاليات النسخة السابعة عشرة للمعرض الدولي للصيد والفروسية " أبوظبي 2019 " التي نظمها نادي صقاري الإمارات في مركز أبوظبي الوطني للمعارض، وذلك عبر قرية تراثية مصغرة أقامها النادي واكتظت بزوارها من مختلف المستويات والثقافات لتطلعهم بشكل حي على كثير من مكونات الموروث الإماراتي، وتقدم لهم ألوانا من الفعاليات الثقافية والتراثية النوعية ذات الصلة بالصيد وبالفروسية.

وأوضحت فاطمة مسعود المنصوري مدير مركز زايد للدراسات والبحوث التابع للنادي أن مشاركة النادي في دورة هذا العام من المعرض كانت نوعية تستجيب لتوجيهات سمو الشيخ سلطان بن زايد آل نهيان ممثل صاحب السمو رئيس الدولة رئيس النادي بالمشاركة في الاحتفاليات والمناسبات التراثية والثقافية التي تتوافق مع دور ورسالة النادي في الحفاظ على الموروث ونشره وترسيخه، وتنسجم مع حرص سموه الدائم واهتمامه بدعم كافة المبادرات الوطنية ذات الصلة بالتراث، والتي من شأنها تعزيز أهمية الموروث الشعبي وصون الهوية الوطنية والمحافظة عليها، كما تواءمت المشاركة مع المسؤوليات التي أوكلتها إدارة المعرض للنادي في تعزيز تجربة الزوار، نظرا لما بات معهودا عن دور النادي الرائد والداعم للحفاظ على الموروث ونشره وترسيخه، وعن ابتكاراته التي أكسبته تخصصا في تعريف الآخرين بمختلف مفردات التراث. وبينت المنصوري أن الجناح حفل طيلة أيام المعرض بحضور جماهيري كبير، وزيارة عدد من الشيوخ والمسؤولين والزوار من مختلف الفئات والأعمار ومن ثقافات متنوعة، مؤكدة أن الجميع حظي بالتعرف بشكل حي، عبر ما يزيد عن عشرة أركان انتشرت على مساحة القرية، على عدد كبير من مفردات موروثنا ببيئتيه البرية والبحرية، لا سيما الحرف اليدوية التي عرضت صورة واقعية عن الصناعات التقليدية القديمة في الإمارات، مثل الأشغال النسوية اليدوية كالسدو والتلي والخوص، وصناعة الفخار، وغزل شباك الصيد، وصيد اللؤلؤ، وكذلك عرض الأدوات المنزلية التراثية وطرق استخدامها وأغراضها، بجانب الأعشاب الطبية وبيان فوائدها، ونماذج للأزياء والإكسسوارات النسائية مثل "زهبة العروس"، كما حفل الجناح بفعاليات اعتاد النادي على تقديمها في المحافل الكبرى مثل المسابقات التراثية اليومية التي خلقت حراكا خاصا بين زوار المعرض، وعروض فرسان قرية وإسطبلات وأكاديمية بوذيب الذين أبهروا الجمهور بمهاراتهم. كما أشارت المنصوري إلى الدور النوعي الخاص بحضور النادي في مختلف المحافل والممثل بالدراسات والأبحاث التي تمثلها إصدارات مركز زايد للدراسات والبحوث، وقالت: إن ركن الكتب الذي عرضنا عبره عشرات العناوين المختارة من نتاجات المركز، قدم فرصة للزوار ، لا سيما الباحثين والمهتمين، للتعرف على عدد من الدراسات والبحوث والنتاجات الشعرية المتعلقة بالصيد وبالفروسية، وقد حرصنا على تقديم نتاجات جديدة في دورة المعرض، كما أثرت هذا الركن إصدارات مركز سلطان بن زايد الوطنية والثقافية، إضافة إلى الدوريات الشهرية المتخصصة بكل من الإبل والشعر والثقافة و التي يصدرها المركز منذ سنوات، ناهيك عن المحاضرات التي نظمناها لجمهور وزوار المعرض.

«واحة حواء» تنظم احتفالية بعنوان «شكراً أم الإمارات»

•• الفجيرة - الفجر

احتفلت "واحة حواء" التابعة لجمعية الفجيرة الاجتماعية الثقافية بالتعاون مع مركز الفجيرة للمغامرات بـ "يوم المرأة الإماراتية" تحت عنوان "شكراً أم الإمارات"، وذلك في حديقة الفجيرة للمغامرات بحضور صابرين اليماحي مديرة واحة حواء، وسعيد المعمري مدير المركز، وعدد من المسؤولين وممثلي وسائل الإعلام.

ووجهت "واحة حواء" تحية شكر وتقدير وعرفان إلى "أم الإمارات" سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك، رئيس الاتحاد النسائي العام، رئيس المجلس الأعلى للأمومة والطفولة، الرئيس الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية، وهنأتها بهذه المناسبة تقديراً لدور سموها الرائد في دعم المرأة الإماراتية.

وتخلل الاحتفالية، التي حظيت بمشاركة واسعة من أبناء الفجيرة ومتطوعي جمعية سواعد الإمارات، زراعة عدد من شجيرات الغاف تزامناً مع عام التسامح واحتفاءً بشعار يوم المرأة الإماراتية "المرأة رمز للتسامح».

وقال سعادة خالد الظنحاني رئيس جمعية الفجيرة الاجتماعية الثقافية "إن المرأة الإماراتية استطاعت أن تحقق قفزات نوعية في مختلف القطاعات السياسية والاقتصادية والثقافية والاجتماعية، وعززت حضورها في مجالات العمل التطوعي والعطاء المجتمعي والتسامح الإنساني على المستويين المحلي والدولي"، مؤكداً الدور الإيجابي والمميز الذي تقوم به، رائدة العمل الإنساني، سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك، منذ تأسيس الاتحاد، في تمكين المرأة وتعزيز دورها المحوري في غرس قيم التسامح والتعايش والسلام في المجتمع والعالم.

وأشارت صابرين اليماحي مديرة واحة حواء، إلى أن الاحتفال بـ "يوم المرأة الإماراتية" يعد تكريماً وتقديراً لمسيرتها المظفرة بقيادة سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك، رمز العطاء والتسامح، التي تعد قدوة لكل فتاة إماراتية تطمح للوصول إلى أعلى المناصب القيادية داخل كيان الدولة.. مؤكدةً، المكانة المتميزة التي تحظى بها المرأة لدى القيادة الرشيدة كونها عنصراً رئيساً وفاعلاً في بناء ورفعة الدولة.

الترمس النبات البقولي والوجبة المفضلة في الأعياد عند الكثيرين ، تناوله لا يأتي عند البعض من قبيل التسلية بل لأن فوائده كثيرة، وقد بينت العديد من الدراسات، القديمة منها والحديثة تلك الفوائد والتي من أبرزها إنقاص الوزن، حيث تحتوي بذور الترمس على ألياف قابلة للذوبان لها فوائد عديدة في معالجة السمنة وخفض مستوى الكوليسترول، كما أن تناولها يساعد على منع وعلاج الإمساك، مما يعطي الترمس صفة المحسن لصحة الأمعاء والمحافظة عليها.

يحتوي على البروتينات والكربوهيدات والزيوت

الترمس.. فوائد عديدة في معالجة السمنة وخفض مستوى الكوليسترول

يعد الترمس من عائلة البقوليات يرجع الموطن الاصلي للزراعة في دول حوض البحر الابيض المتوسط هناك نوعان من الترمس المر والحلو ،عادة ما يتم تناول الترمس كنوع من التسلية في السفر أو اثناء مشاهدة التلفاز أو على الشاطئ ولكن الجميع يغفل عن الاهمية الكبيرة و الفوائد الصحية الهامة لترمس يحتوي الترمس على نسبة 30% من البروتينات و40% من الكربوهيدات و18% من الزيوت ايضًا يحتوي على مادة الليسيتين المفيدة للأعصاب و الجيده لصحة القلب يحتوي الترمس المر على كمية من القلويات الضارة ولكن يتم التخلص من تلك المواد بنقع الترمس بالماء لمدة اسبوع مع تغير الماء يوميًا للتخلص من السمية بيه بذلك اضافة الترمس للنظام الغذائي له عدد من القيم الغذائية الكثيرة لصحة الجسم والإنسان يحتوي الترمس على كمية كبيرة من العناصر الغذائية المفيدة والفيتامينات والبروتينات و الأليـاف والمعادن المفيدة للجسم و فيتامين ب .

ما هو الترمس :

يحتوي الترمس على الأملاح المعدنية ، وعلى مادة مكونة من الكالسيوم والفوسفور معاً ، كما يعتبر من أغنى الحبوب بالألياف ، وهذا ما يجعله من الأغذية المناسبة لمرضى السكري ، وخاصة أن الألياف تبطئ من امتصاص الجسم للجلوكوز الناتج عن تحلل النشويات والسكريات ، مما يقلل من ارتفاع مستوى السكر في الدم ، ويخفض مستوى الكوليسترول ، ويحمي من الإصابة بسرطان الأمعاء الغليظة .

فوائد تناول الترمس :

للترمس العديد من الفوائد الغذائية منها اهمية للجهاز الهضمي حيث يعمل على تحسين الهضم ويساعد في علاج الامساك ويقضي على الديدان و يساهم في علاج اضطرابات الجهاز الهضمي بشرط عدم الاكثار يعمل على تقليل نسبة الكولسترول بالدم وله العديد من الفوائد الهامة لعضلة القلب ايضًا يساعد في علاج الاعصاب المرتخية ويساهم في تقويتها ويزيد من نشاط المخ ايضًا يساهم في علاج الامراض الجلدية كالصدفية والاكزيما ويعمل على ازالة النمش و يقلل من نمو الشعر و يضيف للوجه النضارة والحيوية اللازمة يستخدم ايضًا كمقشر للبشرة في حالة طحن الترمس المر، ايضًا للترمس فوائد هامة في تطويل الشعر وعلاج التجاعيد ويقي من امراض الامعاء ويقلل من الكولسترول بالدم ويحمي من ترسب الدهون ويرفع من كفاءه الجهاز المناعي ويعالج الالتهابات ويعمل على تنظيم السكر بالدم و مدر للبول و منشط لاعضاء الجسم المتراخية.

فوائد الترمس للتنحيف:

اكد عدد من الابحاث العلمية المرتبطة بالتنحيف وإنقاص الوزن اهمية الترمس لإنقاص الوزن حيث ان الترمس له فوائده في ادار البول بالتالي التخلص من السموم داخل الجسم في صورة سوائل وله مفعول قوي في حرق الدهون ويساهم بشكل فعال في تنظيف الامعاء و يخفض مستوى السكر بالدم ويقوي الاعصاب ايضًا هو غنى بالألياف السليليوزية التي تعمل على تنمية الشعور بالشبع ، تناول من سبع إلى خمسة عشرة حبة من الترمس قبل الافطار والغداء والعشاء بشكل دوري منتظم تساهم في المحافظة على الوزن المثالي بسبب قله تناول الطعام وإحساس بالشبع ومساهمتها في حرق الدهون كما انه يحتوي على عدد من الاملاح المعدنية اللازمة للجسم والكالسيوم والفوسفور لتقوية العظام اثناء الحميات الغذائية ايضًا يساهم الترمس على تقليل مستوى الكولسترول السيئ بالدم المرتبط بزيادة الشحوم الشمعية بالأنسجة والألياف .

ايضًا للترمس المطحون اهمسة قصوى على انقاص الوزن بصورة طبيعة والمساعدة على حرق الدهون يعمل على تطهير الامعاء وتخلص الجسم من الديدان ويساهم في هضم الطعام بصورة جيدة ويزيد من عملية التمثيل الغذائي ويسبب في عرقلة الدهون التي تترسب على جدار الاوعية الدموية يفضل غلي الترمس المر في مقدار كافٍ من الماء وشربه يوميًا على الريق بشكل يومي للتخسيس او تناول الحب يوميًا قبل الوجبات لها نفس النتيجة.

اضرار الترمس:

في حالة الاكثار من التناول يسبب عسر الهضم.بسبب عدم نقع الترمس بشكل جيد قد يسبب التسمم.الغثيان. حساسية خصوصًا لمصابون بأنيميا الفول.

نصائح هامة للرجيم:

ضرورة اتباع نظام غذائي غني بالألياف الغذائية لأنها مناسبة لحدوث الشبع والقضاء على الجوع.

تناول البروتينات والدهون بنسب معقولة.

ممارسة التمارين الرياضية الهوائية مثل ركوب الدرجات الهوائية والمشي والجري او ممارسة الرياضات الحركية كالزومبا.تناول الماء بكميات وفيرة 8 اكواب يوميًا.

عدم تناول حبوب التخسيس لأنها تسبب تلف بالكبد على المدى البعيد.

عدم ترك الغذاء الصحي المحتوي على جميع العناصر الغذائية فالرجيم ليس حرمان بل تنظيم لكيفية تناول الطعام.

البعد عن السكريات والدهون والمأكولات السريعة نهائيًا.

ضرورة تنظيم الذهن والبعد عن القلق والتوتر والضغوط العصبية لأنها تساعد على الاكثار من تناول الطعام.

تناول الاعشاب المساعدة على التخسيس مثل الترمس المر المطحون او حبوب الترمس على الريق.

استبدال الزيت المهدرج بالزيت النباتي كزيت الزيتون او الذرة .

دراسات وابحاث عن الترمس :

– اثبتت الأبحاث الحديثة ان الترمس المر يشبه السبارتئين في تأثيره، أي انه يقوي القلب، ويدر البول، ويقضي على الديدان. ولتنبيه القلب يؤخذ لأكثر من اسبوعين بمقدار حبتين صباحاً ومساء .

ولإدرار البول وخفض مستوى السكر والكولسترول، وطرد الديدان، وتحسين الهضم، وبعث النشاط، يغلى مقدار عشرين جراماً من بذور الترمس في لتر ماء لمدة عشرين دقيقة ويستحلب المغلي لمدة عشرين دقيقة أيضاً، ثم يشرب منه مقدار فنجان قهوة ثلاث مرات في اليوم .

معلومات مفيدة

– اكدت ابحاث علي ان بذور الترمس تحتوي على بروتينات بنسبة 30% وكربوهيدرات بنسبة 40% وألياف غذائية بنسبة 1%، بالإضافة إلى مادة ليثيسين Lecithin وأملاح معدنية. كما تحتوي على قلويدات Alkaloids مسؤولة عن مرارته، وقد تتسبب في حدوث الحساسية؛ لذلك تؤكل بذور الترمس بعد السلق والنقع في الماء لعدة أيام .

وقد تزايد استخدام بذور الترمس الحلو على نطاق واسع في أوروبا خلال السنوات الأخيرة بديلا عن الصويا، كونها أحد الأطعمة المهندسة وراثيا التي تتمتع بسمعة سيئة بين الكثير من المستهلكين، بالإضافة إلى أن بذور الترمس خالية من مادة «الغلوتين» المسببة لتحسس الغلوتين Gluten sensitive enteropathy، كما أثبتت الدراسات الحديثة فائدة بروتين الترمس للإقلال من الكولسترول بالدم .

– أكدت أبحاث علمية أن فوائد الترمس الصحية كثيرة جدا فهو يحتوي على نسبة 30% من البروتين، و34% من الكربوهيدرات بالإضافة إلى ارتفاع نسبة الزيت إلى 18-28% .

ويحتوي الترمس على الأملاح المعدنية وعلى مادة مكونة من الكالسيوم والفوسفور معا، كما يعتبر من أغنى الحبوب بالألياف وهذا ما يجعله من الأغذية المناسبة لمرضى السكري، وخاصة أن الألياف تبطىء من امتصاص الجسم للغلوكوز الناتج عن تحلل النشويات والسكريات ما يقلل من ارتفاع مستوى السكر في الدم ويخفض مستوى الكوليسترول ويحمي من الإصابة بسرطان الأمعاء الغليظة .

ويعتبر الترمس دواء أقرب منه للغذاء فهو مقو جيد للأعصاب، ومنبه للقلب ويحسن عملية الهضم ومضاد لبعض الأمراض الجلدية كالأكزيما المستعصية والصدفية .

ولكن وبالرغم من هذه الفوائد العديدة إلا أن الخبراء حذروا من أن الترمس يحوي على الفلوريدات وهي من المواد السامة التي تسبب الطعم المر للترمس ويمكن التخلص من مرارته بغليه جيدا .

كما يجب عدم الإكثار من تناوله لأنه يولد البلغم ويجب مضغه جيدا وإلا كان صعب الهضم .

تعبئة عربات التسوق بالعروض يعرّضك للبدانة!

أكد باحثون في بريطانيا أن من يحبون تعبئة عربات التسوق بالمنتجات التي تتمتع بعروض خاصة، هم أقرب إلى الوزن الزائد، وربما حتى إلى البدانة.

وعبر باحثون من مؤسسة (أبحاث السرطان) البريطانية عن قلقهم لوجود علاقة بين السمنة والعروض المخفضة على السلع في المتاجر والمحلات.

وأوضح الباحثون أن هذه المنتجات المتوافرة بأسعار قليلة وعروض مميزة تسبب السمنة، مؤكدين أن الوزن الزائد أصبح متهما بالتسبب في 13 نوعا من السرطان على الأقل.

وأوصى الباحثون في نهاية الدراسة بضبط العروض المغرية بشكل قانوني للحفاظ على صحة المواطنين، وأن تبتعد الإعلانات عن إغراء المشترين مثل (قطعتا شوكولاته بسعر واحدة)، أو (كيس ضخم من رقائق البطاطس المقلية بسعر مخفض)، أو (صندوق كامل من المشروبات الغازية بسعر أقل من المعتاد).

وأوضح هؤلاء أن كثيرا من السلع التي تباع بسعر مخفض في المحلات التجارية الكبيرة، تحتوي في أغلب الأحيان على نسبة مرتفعة من الدهون أو السكر أو الملح.

وبالفعل، تبيّن من خلال الدراسة أن قرابة نصف قوالب الشوكولاته وشرائح البطاطس والفشار والوجبات الجاهزة تباع من خلال عروض استثنائية.

وفي تعليقه على الدراسة، قال أخصائي علم نفس التغذية بكلية هامبورغ للعلوم التطبيقية يواخيم فيستنهوفر (لقد أصبحت السلع الغذائية فعلا منخفضة السعر بشكل غير مسبوق، وهو ما يؤدي إلى الإفراط في الاستهلاك).

وأشار فيستنهوفر إلى أنه رغم عدم إمكانية سحب نتيجة الدراسة على بقية الدول الغربية (حيث لا توجد مثلا دراسة مشابهة في ألمانيا، فإنه يُحتمل أن تكون النتائج متشابهة).

ودعا الباحثون من خلال الدراسة إلى ضبط العروض الاستثنائية التي تباع فيها سلع غذائية غير صحية، إلى جانب إعادة النظر في أنواع الشوكولاته والحلويات التي توضع قرب المحصل (الكاشير)، وهي التي يتعمد أصحاب المتاجر إغراء الزبائن بها قبل مغادرتهم المتجر.

وبالفعل أظهرت دراسة بريطانية أخرى العام الماضي أن حجم السلع التي تساهم في زيادة البدانة يقل في المشتريات بنحو الخمس عندما يتم إبعادها من منطقة التحصيل، ووضعها فوق الرفوف العادية.

خسارة الوزن تبدأ من دماغك

نصائح لتغيير تفكيرك بالحمية

قالت بنين شاهين إن خسارة الوزن تبدأ من الدماغ، فإذا كان العقل مقتنعا بالتغيير فسوف ينجح المرء في تحقيق ذلك.

لذا ترى شاهين -خبيرة التغذية لدى أندية (فيتنس فيرست) الشرق الأوسط- أن الخطوة الأولى للبدء باتباع نظام غذائي صحي وخسارة الوزن هي أن يدرب المرء عقله على التفكير بالرشاقة واعتبار أنه يتمتع بجسم رشيق.

كما ينبغي أن يمرّن المرء عقله على التفكير بأنه لا يجبر نفسه على اتباع نظام صحي، بل يحافظ على جسمه بتناول الطعام الصحي.

وأضافت شاهين أنه يجب أن يدرك المرء سبب اتباعه حمية غذائية، وهدفه الأساسي من وراء ذلك، فالأمر مرتبط بطريقة التفكير، لذا ينبغي على المرء أن يفكر في الأمر بطريقة مختلفة:

-1يجب البدء بالتغيير بشكل تدريجي كي يسهل على الجسم تقبّله.

-2 عندما يتبع المرء نظاما غذائيا صحيا فهو يملك الخيار لتحديد ما يتناوله.

-3 على المرء العمل على تحسين نوعية الطعام الذي يتناوله، وأن يمد المرء جسمه بالعناصر التي تحتوي على قيمة غذائية عالية.

-4 الاعتدال في الحمية وتناول الطعام من وقت لآخر وعدم حرمان الجسد من الطعام المفضل.

-5 يجب فهم أن النتائج تظهر على المدى الطويل، وأهم ما سيكسبه المرء هو الحفاظ على صحته.

-6 ينبغي فهم فوائد الحمية ومعرفة سبب الحاجة إليها، وأبرزها حماية الجسم من الكثير من المخاطر الصحية.

-7 على المرء أن يسيطر على نوعية وكمية الطعام، وليس العكس.

-8 المشكلة ليست بالطعام،
بل بالعادات اليومية في تناول الطعام.

-9 لا يجوز تناول كميات كبيرة من الطعام للشعور بالراحة أو للاحتفال في المناسبات، بل ينبغي الحذر مما يعرف بـ(الأكل العاطفي).

حكومة راس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

الاسماء

تعلن دائـرة محاكم رأس الخيمة بـأن المدعو/تهانى محمد حسن يوسف بن عبود ، تقدمت بطلب إضافة مسمى القبيلة (الزعابي) لاسمها ، ليكون اسمها بعد الإضافة / تهاني محمد حسن يوسف بن عبود الزعابي

وان من له مصلحة في الاعتراض ان يتقدم خلال خمسة عشر يوما من تاريخ الاعلان امام قسم الاشهادات في محكمة رأس الخيمة.

قاضي محكمة رأس الخيمة الابتدائية
اياد محمد الإبراهيم الخطايبة

اشعار تصفية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

شركة / بي جرين منطقة حرة ، (رخصة رقم ٣٧٧٩) والكائنة بـ مدينة دبي المنطقة الحرة لمطار دبي ، ص ب ٣٧١١٨٥ ، دبي دولة الامارات العربية المتحدة ، والمرخصة لدى سلطة المنطقة الحرة لمطار دبي ، ترغب هذه الشركة المذكورة في اعلان قرارها للكافة والذى تم اتخاذه بواسطة مجلس الإدارة في إجتماعه الذي عقد بتاريخ ٢٠١٩/٨/٢٩ بشأن اغلاق وحل الشركة.

وفقا لذلك ، تهيب الشركة بأى طرف معنى بالامر ولديه اى مطالبات فى مواجهتها عليه تقديم هذه المطالبات خلال ١٥ يوما من تاريخ هذا الاعلان عن طريق البريد المسجل او الاتصال ب : السيد : يوسف بن خادم لتدقيق الحسابات

ص ب : ١١٦١٦٦ ، دبي ، دولة الامارات العربية المتحدة.

هاتف متحرك : ٥٦٥١١٥٠ - ٠٥٠ ، فاكس : ٢٢٢٣٧٧٣-٠٤

البريد الالكتروني : mahmoudsarhan93@yahoo.com

لن يتم النظر في المطالبات التى ترد بعد انتهاء فترة الاشعار والمحددة ب ١٥ يوما.

حكومة دبي
دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بتعين مصفي

اسم المصفي : الرواد محاسبون قانونيون

العنوان : مكتب A805 ملك المستثمر الأول (ش ذ م م) رقة البطين - دبي هاتف : ٣٣٦٧٠٨٧-٠٤ فاكس : ٣٣٦٧٠٧٨-٠٤ بموجب هذا تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بدبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية نوترماكس هيلث فودز - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ ٢٠١٩/٨/٤ والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ ٢٠١٩/٨/٤ وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (٤٥) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

دائرة التنمية الاقتصادية

حكومة دبي
دائرة التنمية الاقتصادية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

شهادة بالتاشير في السجل التجاري- بانحلال شركة

اسم الشركة : نوترماكس هيلث فودز - ش ذ م م

العنوان : مستودع رقم S19 + S20 ملك مؤسسة دبي العقارية - القوز الصناعية الثالثة الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : ٧٩٣٨٦٠ رقم القيد بالسجل التجاري : ١٣١٢٩٦١ بموجب هذا تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بدبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ ٢٠١٩/٨/٤ والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ ٢٠١٩/٨/٤ وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين الرواد محاسبون قانونيون العنوان : مكتب A805 ملك المستثمر الأول (ش ذ م م) رقة البطين - دبي هاتف : ٣٣٦٧٠٨٧ - ٠٤ فاكس : ٣٣٦٧٠٧٨-٠٤ مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (٤٥) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

دائرة التنمية الاقتصادية

حكومة دبي
محـــاكم دبـي

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان بالنشر
رقم (٢٠١٩/٦٠٥٩)

المنذر : المشكاة العالمية - م م م

المنذر اليه : ١- اورينج للهواتف - ش ذ م م

٢- صابر احمد نزادي - ايراني الجنسية

الموضوع :

ينذر المنذر / المنذر اليه بضرورة سداد مبلغ وقدره (٤٧٤١٢٠) اربعمائة واربعة وسبعون الف ومائة وعشرون درهم ، قيمة الشيكات المحررة مع الفائدة القانونية بواقع ٩٪ سنويا من تاريخ الإستحقاق في ٢٠١٧/٣/٢٦ وحتى تمام السداد ، وذلك خلال مدة خمسة ايام من تاريخ النشر ، وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ كافة الإجراءات القانونية الكفيلة بحفظ حقه وذلك عن طريق اللجوء الى الجهات القضائية ورفع دعوى قضائية ضد المنذر اليه.

الكاتب العدل

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

قسم التنفيذ

اخطار دفع بالنشر في القضية التنفيذية ١٢٣٦ لسنة ٢٠١٩

الى المحكوم عليهم /١- احمد بطي العبدولي

٢-ستايل هوم العقارية ، ٣-دائرة التسجيل العقاري

ليكن معلوما لديكم بان محكمة الشارقة الاتحادية الإبتدائية قد اصدرت بحقكم حكما بالزامكم بدفع مبلغ وقدره (٤٣٥٤٧) درهم ، بالإضافة بالزام المدعي عليهم بنقل ملكية العين المبينة للمدعي - لصالح المحكوم له/ ماجده عبدالرحمن جاسم الحسن

وحيث ان المحكوم له قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم وسجل برقم المشار اليه اعلاه، لذا يتوجب عليكم تنفيذ القرار خلال ١٥ يوما من تاريخ اليوم التالي للنشر. وفي حال تخلفك عن الحضور في الميعاد والتاريخ المحدد فان المحكمة ستباشر النظر القضية في غيابك

رئيس مكتب إدارة التنفيذ
محكمة الشارقة الاتحادية الابتدائية

إعلان إجتمـاع خبـرة

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

في الدعوى رقم 2019/2635 تجاري جزئي

ضد المدعي عليها/ الفيصلية للمقاولات

المقامة من قبل المدعية : شركة الدانوب لمواد البناء

بما أن هناك دعوى مقامة ضدكم امام محاكم دبي ، تحت رقم 2019/2635 تجاري جزئي، وحيث أنه تم ندبنا خبيرا محاسبيا في الدعوى ، فإننا وعملا بأحكام قانون الاثبات رقم 10 لسنة 1992 ندعوكم لحضور اجتماع الخبرة او من يمثلكم قانونا والذي سوف يعقد بمكتبنا على العنوان الموضوع أدناه وذلك يوم الاربعاء الموافق 2019/9/11 ، في تمام الساعة 11.00 ظهرا مع إحضار كافة المستندات المؤيدة لموقفكم في الدعوى.

عود ميثاء ، شارع ام هرير ، بالقرب من جسر ال مكتوم القادم من بردبي باتجاه ديرة ، بناية الفجر ، اسفل البناية هومز ار اس للمفروشات ، خلف البناية نادي النصر الرياضي ، الطابق الثاني مكتب رقم 207.

الخبير المحاسبي
محمد سعيد أحمد الظنحاني

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان حكم بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٥٣٢ تجاري جزئي

الى المحكوم عليه/١- ايه إن سي للمقاولات - ش ذ م م مجهول محل الاقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٧/١٦ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/الغرير للانشاءات خرسانة ش ذ م م بالزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغا وقدره ٩٣,٤٣٤,٧٠ درهم (ثلاثة وتسعون الف واربعمائة واربعة وثلاثون درهما وسبعون فلسا) مضافا اليه فائدة قانونية بسيطة قدرها ٩٪ سنويا ، اعتبارا من تاريخ المطالبة القضائية الحاصل في ٤/٢٠١٩/٢ وحتى تمام السداد ، والزمت المدعي عليها بالمصاريف وخمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضوري قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

حكومة دبي
محـــاكم دبـي

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

انذار عدلي بالنشر
رقم (٢٠١٩/٦٣٢٧)

المنذر : نيلما مانوج كريشنا - هندية الجنسية

المنذر إليهما : ١- اي بيز بارتنير شيب - ش ذ م م

٢- جيسي سارا ايساك - هندي الجنسية

بما ان المنذر ينذر المنذر اليهما بسداد قيمة الشيك والمبين وصفا بالإنذار وقيمتها ٩٨٦٠٠٠ درهم مع الفائدة القانونية بواقع ٩٪ وذلك خلال خمسة ايام من اعلانهم بالنشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات القانونية ضدكم هذا حفظ كافة حقوق المنذر الاخرى.

الكاتب العدل

حكومة دبي
محـــاكم دبـي

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

انذار عدلي بالنشر
رقم (٢٠١٩/٦٣٦٨)

المنذر : ناصر عبدالعزيز احمد البلوشي

المنذر اليه : علي عبدالله علي خان

الموضوع

فان المخطر ينبه على المخطر اليه بموجب هذا الإخطار بسرعة مبلغ وقدره (١٠٠,٠٠٠ درهم) مائة الف درهما في غضون خمسة ايام من تاريخ النشر عملا بأحكام نصوص المواد (٦٢ - ٦٣) من قرار مجلس الوزراء رقم (٥٧) في شأن اللائحة التنفيذية للقانون الإتحادي رقم ١١ لسنة ١٩٩٢ بشأن قانون الإجراءات المدنية وإلا سيضطر المخطر الى اتخاذ كافة الإجراءات القانونية ضدكم لتحصيل قيمة المديونية المترصدة بذمتكم المالية مع حفظ كافة الحقوق الاخرى المنصوص عليها بمقتضى القانون.

الكاتب العدل

حكومة دبي
محـــاكم دبـي

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

انذار عدلي بالنشر
رقم ٢٠١٩/٦٢٤٥

المنذر : مؤسسة ارنكو للعقارات ويمثلها السيد عبدالله احمد الموسى ، يمثله بالتوقيع سعيد سالم عبدالله ، يمني الجنسية ، بموجب توكيل خاص رقم محرر (٢٠١٧/١/٢٨٣٣٢٨) بتاريخ ٢٠١٧/١٢/٢٧ محاكم دبي - العنوان : دبي - الإمارات العربية المتحدة ، ت : ٠٥٥٥٨٨٩٩٧٣

المنذر اليه :ايديل كونسبتس للصناعات - ش ذ م م - وعنوانها : دبي - مجمع دبي للاستثمار بناية ٤ ، رقم الوحدة ١٠١ - الإمارات العربية المتحدة - ت : ٠٥٢٦٦٢٠٣٣٣ - رقم مكاني : ٠٥٢٦٦٢٠٣٣٣

يخطر المنذر / المنذر اليه بضرورة سداد مبلغ (٢٦٣٤٧) درهم ، والمترصد بذمتها من القيمة الايجارية لغاية ٢٠١٩/٨/٤م وما يستجد بالإضافة الى فواتير الماء والكهرباء والإتصالات والضرائب ، وإلا سوف يضطر المنذر لاتخاذ كافة الاجراءات القانونية ضده بما فيها اقامة الدعوى القضائية واستصدار امر الاداء ، مع تحميل المنذر اليه بكافة رسوم ومصاريف التقاضي واتعاب المحاماة ، والمطالبة باخلاء العقار طبقا لنص المادة (١/٢٥) من القانون رقم ٢٦ لسنة ٢٠٠٧ واعتبار العقد منتهيا من تلقاء نفسه.

الكاتب العدل

حكومة دبي
محـــاكم دبـي

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

انذار عدلي بالنشر
الإنذار رقم (٢٠١٩/٣٦٧٢)

مجيد حسن مينائي - المنذر - بوكالة المحامي / احمد الميدور

ضد المنذر اليهم : ١- مدحت لطيف حنا ساويرس

الموضوع

وبموجب هذا الإنذار فان المنذر ينذر المنذر اليهم بضرورة سداد مبلغ وقدره ٤١٧٥٨٥ في موعد اقصاه ٥ ايام من تاريخ الإعلان بالنشر ، وإلا سيضطر المنذر الى اتخاذ الإجراءات القانونية التي تحفظ له حقه واقامة دعاوى قضائية مع تحميل المنذر اليه كافة الرسوم واتعاب المحاماة.

الكاتب العدل

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعادة اعلان بالنشر

في الدعوى ٢٠١٩/١٢٢٩ احوال نفس مسلمين

الى المدعي عليه / ١-محمد مصطفى محمد رضوان مجهول محل الاقامة بما ان المدعي/ امنية اسماعيل اسماعيل جير وردة ويمثله / فاطمة محمد علي حسين المازمي - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بتطليق المدعية طلقة بائنة للضرر واثبات حضانة الصغار - والمطالبة بنفقة عدة ؟ ونفقة متعة - ونفقة صغار بدل ايجار مسكن مضافا اليه مقابل التأسيسي - واجرة حضانة ، مصاريف ورسوم دراسية والرسوم والمصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الأحد الموافق ٢٠١٩/٩/٨ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة رقم (١٠) في مبنى الأحوال الشخصية في منطقة القرهود لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل وفي حالة تخلفك فان الحكم سيكون بمثابة حضوري.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/٨١٩ امر اداء

الى المدعى عليه/ ١- اشرف ميتال للتجارة - ش ذ م م مجهول محل الاقامة بما ان المدعي/ مشاريع ام اتش - ش ذ م م ويمثله / يوسف محمد احمد يوسف الحمادي قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠١٩/٦/٢٣ بالزام المدعى عليها اشرف ميتال للتجارة - ش ذ م م بان تؤدي للمدعية مشاريع ام اتش - ش ذ م م مبلغ ٥٣٥٨٩٤٠٠ درهم (خمسمائة وخمسة وثلاثون الف وثمانمائة واربعة وتسعون درهم) والفائدة القانونية بواقع ٩٪ سنويا من تاريخ المطالبة في ٢٠١٩/٥/١ وحتى السداد التام والرسوم والمصاريف ومبلغ خمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة. ولكم الحق في إستئناف الأمر خلال ١٥ يوم من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان أمر أداء بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/٩٧٢ امر اداء

الى المدعى عليه/ ١- شركة سبارك لتجارة النفط والوقود - ش ذ م م ٢-برابيش كومات كارا بهاسكاران تيكي كولانتيكاندى مجهولي محل الاقامة بما ان المدعي/ جمي جاكوب كونشاكو جتمتام ويمثله / يوسف محمد احمد يوسف الحمادي فقد قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠١٩/٧/١٦ بالزام المدعى عليها شركة سبارك لتجارة النفط والوقود - ش ذ م م و برابيش كومات كارا بهاسكاران تيكي كولانتيكاندى بان يؤديا بالتضامن للمدعي جمي جاكوب كونشاكو جتمتام مبلغ ٦٥٠٠٠ درهم (خمسة وستون الفا درهم) والفائدة القانونية ٩٪ من تاريخ استحقاق كل شيك وحتى السداد التام والرسوم والمصاريف ومبلغ خمسمائة دهم مقابل اتعاب المحاماة. ولكم الحق في إستئناف الأمر خلال ١٥ يوم من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان حكم بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٦٣١ تجاري جزئي

الى المدعي عليه/١- عادل سعيد جمعه سعيد فريح مجهول محل الاقامة بما أن المدعي / مصرف الإمارات الإسلامي - شركة مساهمة عامة ويمثله / فهد احمد علي محمد بن تميم نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٨/٧ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/مصرف الإمارات الإسلامي (شركة مساهمة عامة) بالزام المدعي عليه ان يؤدي الى المصرف المدعي مبلغ مقداره ٤٧١,٢٢٨,٠٠ اربعمائة وواحد وسبعون الف ومائتان وثمانية وعشرون درهم والغرامة التأخيرية بواقع ٩٪ من ٢٠١٩/٦/٢٤ وحتى تمام السداد والزمته بالرسوم والمصاريف ومبلغ خمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضوري قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر

في الدعوى ٢٠١٩/٦١٤٨ عمالي جزئي

الى المدعي عليه / ١- ايه سي بلس لحلول التبريد والتكييف - ذ م م - فرع دبي مجهول محل الاقامة بما ان المدعي / سليم فيليب الياس ويمثله / مسلم حامد مسلم بخيت المحرمي - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بمستحقات عمالية وقدرها (١٨٧٧٦٥ درهم) وتذكرة عودة بمبلغ (٣٠٠٠ درهم) والرسوم والمصاريف ورقم الشكوى (MB194879881AE) وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٩/٨/١٨ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة Ch2.E.22 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر

في الدعوى ٢٠١٩/٣٠٣١ تجاري جزئي

الى المدعي عليه / ١- نيمويل - م د م س مجهول محل الاقامة بما ان المدعي/ عظمت محمود ويمثله / محمود حسين علي احمد - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بحل وتصفية الشركة والرسوم والمصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الاحد الموافق ٢٠١٩/٩/٨ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.12 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل. (علما بان الدعوى تم إحالتها من المحكمة التجارية الكلية الى المحكمة التجارية الجزئية)

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر

في الدعوى ٢٠١٩/٧٥١ تجاري كلي

الى المدعي عليه / ١- باسكال تيبير فرنش بايكري - ش م م ٢-مجموعة المطاعم والمخابز العالمية المحدودة - ش ذ م م مجهولي محل الاقامة بما ان المدعي/ أطلس للضيافة - ش ذ م م ويمثله/منى احمد عبدالعزيز يوسف الصباغ - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بحل وتصفية المدعي عليها الأولى مع الزام المدعي عليهما بالرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٩/٢٣ الساعة ٩,٣٠ ص بالقاعة Ch2.E.22 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر

في الدعوى ٢٠١٩/١٠٤٣ تجاري كلي

الى المدعي عليه / ١-بنيان لصناعة الرخام والبلاط الأسمنتى (ش ذ م م) مجهول محل الاقامة بما ان المدعي/ بنك صادرات ايران (الفرع الرئيسي) قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليهما بالتكافل والتضامن بمبلغ وقدره (٢٠١٢٧٩١,١٥ درهم) والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة التأخيرية الاتفاقية بواقع ١٥٪ من تاريخ الاستحقاق الحاصل في ٢٠١٩/٥/١٣ وحتى السداد التام. وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٩/٩ الساعة ٩,٣٠ ص بالقاعة Ch1.B.8 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٧٩ تنفيذ عقاري

الى المنفذ ضده/١- مهدي رمضان جهانفر مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/تمويل مساهمة خاصة قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بتنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٨/٥٤١ عقاري كلي بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٤٦٧١٥ درهم) ، شاملا للرسوم والمصاريف وبفسخ العقد المبرم بين الطرفين بخصوص الوحدة ٨٠٤ برج المسك بدبي مارينا المؤرخ ١٢ مايو ٢٠٠٨ والغاء اشارة القيد الواردة لصالح المنفذ ضدها في شهادة الملكية وبتقرير حق طالب التنفيذ في حيازة الوحدة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٧٨ تنفيذ عقاري

الى المنفذ ضده/١- ميرزا عويس عمر نصر الله مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/تمويل مساهمة خاصة - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بتنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٨/٤٥٠ عقاري كلي ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١٧٢٩٦٥ درهم) شاملا للرسوم والمصاريف وبفسخ العقد المبرم بين الطرفين المؤرخ ٢٠٠٨/٩/٢٣ بشأن شراء المدعي عليه من المدعية الوحدة العقارية رقم ٣٠٥ في المجمع الفارسي M04 بمدية دبي العالمية بإمارة دبي بصيغة الإجارة المنتهية بالتملك ، وبالزام المدعي عليه بتسليم العقار خاليا من الشواغل وبمخاطبة دائرة الأراضي والأملاك لإلغاء إشارة القيد الواردة في شهادة الملكية لصالح المدعي عليه وجعلها خالصة للمدعية. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان قرار بالتنفيذ

في الدعوى رقم ٢٠١٧/١٧٤١ تنفيذ مدني

الى المنفذ ضده/١- ميلينيوم للحديد والاسلاك - ش ذ م م مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/ شركة تطوير مجمع دبي للإستثمار (ذ م م) قررت محكمة دبي الإبتدائية بتاريخ ٢٠١٩/٨/١٩ اخطاركم لاستلام المنقولات العائدة لكم.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

مذكرة اعلان بالنشر

في الدعوى ٢٠١٩/١٧٦٢ استئناف تجاري

الى المستأنف ضده/ ١-اكرم الله زرين خان زرين (بصفته مدير شركة خلورى اكسبريس للنقل العام) ٢- شركة خلورى اكسبريس للنقل العام (ش ذ م م) مجهولي محل الاقامة بما ان المستأنف /السيد خليل السيد عبدالله الهاشمي بصفته شريك في شركة خلورى اكسبريس للنقل العام (ش ذ م م) ويمثله/عبدالرحمن محمد عبدالرحمن الشرهان النعيمي قد استأنف القرار/ الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٨/٤٧٣٩ تجاري جزئي وحددت لها جلسه يوم الإثنين الموافق ٢٠١٩/٩/٩ الساعة ١٠,٠٠ صباحا بالقاعة رقم ch2.D.16 وعليه يقتضي حضوركم او من يمثلكم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا

رئيس القسم

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22061)

المنذر : بنك أبوظبي الاول (حاليا) بنك أبوظبي الوطني (سابقا)
المنذر إليه : بروتاكيو جي ار فيرير ليكارتي .
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (74،321.74) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (35287/ الفئة 15 /خصوصي/ أبوظبي) من نوع (هوندا سيفيك __ صالون) موديل (2015) اللون (بني) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/ 21644)

المنذر : شركه الحيل أوريكس للتمويل ش.م.خ
المنذر إليها : الشبكه العالميه للنقل البري ش ذ م م.
ينذر المنذر المنذر إليها بسرعة سداد مبلغ وقدرة (104،125.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (10738 / خصوصي/ R / دبي) من نوع (كاتربلر 966 جي __حفارة مع شيول) __ موديل (2002) __ اللون (اصفر) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/21641)

المنذره : شركه الحيل أوريكس للتمويل ش.م.خ
المنذر إليه : الشبكه العالميه للنقل البري ش ذ م م.
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (83،300.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (10741 / خصوصي/ R / دبي) من نوع (F كاتربلر- 950 __حفارة مع شيول) __ موديل (1995) __ اللون (اصفر) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/ 22093)

المنذر : بنك أبوظبي الاول (حاليا) بنك أبوظبي الوطني (سابقا)
المنذر إليه : اقبال علي فرمان علي.
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (46،269.63) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (28557/ الفئة 16 /خصوصي/ أبوظبي) من نوع (هوندا سيفيك __ صالون) موديل (2015) اللون (بني) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22092)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع
المنذر إليه : روشانى موهائلال باسانتواني.
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (42،544.37) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (45493 / خصوصى/16 / أبوظبي) من نوع (نيسان اكس تريل__ استيشن) موديل (2015) __ لون (اخضر) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/ 22062)

المنذر : بنك أبوظبي الاول (حاليا) بنك أبوظبي الوطني (سابقا)
المنذر إليه : رودورا جاسمين روجادو كروسيلو.
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (21،043.47) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (75192/ الفئة G /خصوصي/ دبي) من نوع (هوندا جاز __ صالون) موديل (2014) اللون (اسود) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22060)

المنذر : بنك أبوظبي الاول (حاليا) بنك أبوظبي الوطني (سابقا)
المنذر إليه : رانجيت جوبالا كريشنا باليكار كريشنا باليكار.
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (73،903.59) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (49246/ الفئة 14 /خصوصي/ أبوظبي) من نوع (تويوتا برادو __ استيشن) موديل (2015) اللون (ازرق/غامق) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22063)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع
المنذر إليه : بيجو مانشيرى بارامبيل اشوتان مانشيرى بارامبيل.
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (31،414.63) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (34730 / خصوصى/T / دبي) من نوع (تويوتا كورولا __ صالون) موديل (2016) __ لون (ابيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22058)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع
المنذر إليه : عامر محمد هاشم ريان .
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (125،681.61) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (61491 / خصوصى/17 / ابوظبي) من نوع (فورداكسبيدشن __ استيشن) موديل (2015) __ لون (اسود) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22059)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع
المنذر إليه : عامر سليم محمد القضاه .
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (31،510.47) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (21436 / خصوصى/H / دبي) من نوع (دودج تشارجر __ صالون) موديل (2014) __ لون (ابيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/ 21643)

المنذره : شركه الحيل أوريكس للتمويل ش.م.خ
المنذر إليها : شركة اكتكو للمقاولات العامة ذ م م .
ينذر المنذر المنذر إليها بسرعة سداد مبلغ وقدرة (28،764.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (53957 / خصوصى/7/ ابوظبي) من نوع (بوب كات150 __ شيول) __ موديل (2012) __ اللون (ابيض) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/21642)

المنذره : شركه الحيل أوريكس للتمويل ش.م.خ
المنذر إليه : شركة اكتكو للمقاولات العامة ذ م م .
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (60،557.00) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (25604 / خصوصى/12/ أبوظبي) من نوع (اشوك ليلاند ايجل __ حافلة) __ موديل (2014) __ اللون (ابيض/ازرق) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22065)

المنذر : بنك أبوظبي الاول (حاليا) بنك أبوظبي الوطني (سابقا)
المنذر إليه : محمد وائل محمد مروان محمد الطويل.
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (199،692.45) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (59228/ الفئة 8 /خصوصي/ أبوظبي) من نوع (اودي ايه 8 ال __ صالون) موديل (2016) اللون (فضي) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22055)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع
المنذر إليه : محمد عباس خان طالب حسين.
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (29،814.31) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (94835 / خصوصى/T / دبي) من نوع (فورد موستانج __ كوبيه) موديل (2012) __ لون (ابيض اسود) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/ 22057)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع
المنذر إليه : فيصل نواز خورشيد نواز خان خان.
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (20،200.13) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (49784 / خصوصى/S / دبي) من نوع (كيا بيكانتو __ صالون) موديل (2016) __ لون (اسود) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22056)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع
المنذر إليه : فيراج كريشنا كريشنا لادو نايك نايك.
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (31،962.81) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (23228 / خصوصى/S / دبي) من نوع (ميتسوبيشي لانسر __ صالون) موديل (2015) __ لون (فضي) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان حكم بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٩٧٦ تجاري جزئي

الى المحكوم عليه/١-حسين عادل حسن العارف مجهول محل الاقامة نعلنكم بان المحكمة حكمت بجلستها المنعقدة بتاريخ ٢٠١٩/٧/٤ في الدعوى المذكورة اعلاه لصالح/ مصرف عجمان / ش م ع - بالزام المدعي عليه ان يؤدي الى المصرف المدعي مبلغ مقداره (١٥٣٥٥٠,٧٨ درهم) (مائة وثلاثة وخمسون الفا وخمسمائة وخمسون درهم وسبعة وثمانون فلسا) والزمته بالرسوم والمصاريف ومبلغ خمسمائة درهم مقابل اتعاب المحاماة. حكما بمثابة الحضوري قابلا للاستئناف خلال ثلاثين يوما اعتبارا من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان صدر باسم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد بن سعيد آل مكتوم حاكم دبي وتلى علنا.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٢٠١٩/٢٥٤٥ تجاري جزئي

الى المدعي عليه/١- حسام إبراهيم بشاره ٢- ماتيت امرت كومار سوبر امانيان ماتيت سوبر امانيان ٣- اندوليكها امريت كومار ماتيت ٤-محمد فيصل مرجان - مجهولي محل الاقامة بما ان المدعي/ شركة الرابية التجارية - ش ذ م م ويمثله / رؤيا عبدالله محمد العوضي - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام القضاء بالزام المدعي عليهم بالتضامن والتكافل فيما بينهم بان يؤدوا للمدعية مبلغا وقدره = ٢٠٠,١٢٥ درهم عبارة عن المبالغ المستلمة منها :- بواقع ١٥٦,١٢٥ درهم قيمة المبالغ التي تم استيلاء عليها ومبلغ وقدره = ٤٥,٠٠٠ درهم عبارة عن تعويض الأضرار الى الحقوها بها من خلال ضياع منافعة محققة للمدعية خاصة وانها شركة تجارية وان تلك الاموال لو تم استثمارها لحققت ربح واضرار اخرى ، مع فائدة كامل المبلغ بواقع ٩٪سنويا من تاريخ استلامهم المبالغ بتاريخ ٢٠١٧/٩/٦ وحتى السداد التام ، مع الزامهم ذات الصفة بالرسوم والمصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الإثنين الموافق ٢٠١٩/٩/١٦ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.13 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

رئيس القسم

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22064)

المنذر : بنك أبوظبي الاول (حاليا) بنك أبوظبي الوطني (سابقا)
المنذر إليه : هدي عبد ابو السعود عبدالمطلب .
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (53،853.41) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (38591/ الفئة 7 /خصوصي/ أبوظبي) من نوع (ميتسوبيشي باجيرو __ استيشن) موديل (2013) اللون (فضي) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

إنذار عدلي بالنشر
رقم (2019/22100)

المنذر : بنك أبوظبي التجاري ش.م.ع
المنذر إليه : مينا ممدوح ميلاد يوسف .
ينذر المنذر المنذر إليه بسرعة سداد مبلغ وقدرة (45،985.09) درهم نتيجة الإخلال بسداد الأقساط الشهرية المتعلقة بعقد البيع بالتقسيط وذلك خلال أسبوع من تاريخ النشر وإلا سيضطر المنذر لاتخاذ الإجراءات التنفيذية على السيارة رقم (84638 / خصوصى/N / دبي) من نوع (كيا سورينتو__ استيشن) موديل (2016) __ لون (اسود) والممولة لصالحكم من قبل المنذر مع حفظ كافة حقوق المنذر من أي نوع كانت،،،

الكاتب العدل

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/٣٠٤٨ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضدهم/١- كسارة ونقليات الاوزة الذهبية - ذ م م ٢-الأوزة الذهبية للتجارة - ش ذ م م ٣-هناء حامد ٤-عبدالحميد عبدالمجيد مجهولي محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/ بنك آي دي بي آي المحدودة (فرع مركز دبي المالي العالمي) ويمثله / خليفة عبدالله سعيد عبدالله بن هويدن الكتبي قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (١٧٦٦٧٣٩٩,٣٣) بالتضامن والتكافل الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. ثانيا : بصحة وتثبيت امر الحجز التحفظي رقم ١٢٠ لسنة ٢٠١٨ تجاري والصادر بتاريخ ٢٠١٨/٢/٢٧ لدى الجهات المبينة بالأسباب. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠١٩/٣١٤٦ تنفيذ تجاري

الى المنفذ ضده/١- رينجو هيرانماي ديليب كومار مجهول محل الاقامة بما ان طالب التنفيذ/محمد سقلين ميرزا ويمثله/ مروان محمد احمد نور المازم - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٣٢٩٢٤) 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.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محكمة الاستئناف

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

مذكرة اعلان بالنشر
في الدعوى ٢٠١٩/٩٦ إستئناف تنفيذ عقاري

الى المستأنف ضده/ ١-بريان ليزلي جيفري مجهول محل الاقامة بما ان المستأنف /رنا هارون صديقي ويمثله / حسين علي حسن علي البناي - قد استأنف الحكم الصادر بالدعوى رقم ٢٠١٦/٤٦١ تنفيذ عقاري وحددت لها جلسه يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٩/٩/١١ الساعة ١٧,٣٠ مساءا بالقاعة رقم ch1.B.7 وعليه يقتضي حضوركم او من يمثلكم قانونيا وفي حال تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٢٠ بتاريخ ٢٠١٩/٩/٢

مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر
في الدعوى ٢٠١٩/٢٦٤٩ تجاري جزئي

الى المدعي عليه/١-انو كالاتيل رادهاكريشنان مجهول محل الاقامة بما ان المدعي/ دار التمويل - ش م ع ويمثله/شيخه محمد سيف علي المحرزي قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٤٢,٢٦٤,٨٤ درهم) والرسوم والمصاريف واتعاب المحاماة والفائدة ١٩٪ من تاريخ رفع الدعوى وحتى السداد التام و شمول الحكم بالنفاذ المعجل بلا كفالة. وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٩/١٩ الساعة ٨,٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.14 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يمثلك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل

رئيس القسم

مسرح المجمع الثقافي يفتتح أبوابه 4 سبتمبر

يفتح المسرح الجديد في المجمّع الثقافي أبوابه للجمهور رسمياً يوم 4 سبتمبر لينضم إلى مسرح المدرج الخارجي في المجمّع الثقافي ليتسع لـ 900 مشاهد .

وقال سعادة سيف سعيد غباش، وكيل دائرة الثقافة والسياحة – أبوظبي : "سعداء بالكشف عن هذا البرنامج الممتع الذي يتضمن عروضاً استثنائية لفنانين محليين ودوليين بين أركان المجمّع الثقافي، الذي يُعد منارة ثقافية ترتقي بالوعي المعرفي والثقافي ومنصّة بارزة لتمكين الفنانين". ويكرس المسرح الجديد الرؤية التي أطلقها المجمّع الثقافي منذ تأسيسه في ثمانينات القرن الماضي، والتي تستند على أسس قوية من التبادل الثقافي والحوار الحضاري بين ثقافات العالم، مع الاحتفاء بمختلف أشكال الفنون على تنوع مدارسها الفنية.

من جهتها، قالت ريم فضة، مدير المجمّع الثقافي: "فخورون بتدشين المسرح الجديد وتأكيد دوره كمركز ترفيهي ومعرفي تسوده أجواء المرح والبهجة، وهو يُعد إضافة قيّمة إلى المشهد الثقافي، إذ يقدم مساحات جديدة مخصصة للفنون الاستعراضية، انسجاماً مع هدفنا الأسمى المتمثّل في توسيع نطاق العروض الثقافية في أبوظبي، بما يعزز مكانتها كوجهة ثقافية تتوافر بها كافة عوامل الجذب وترحب بالفنانين والمبدعين من كافة أقطار العالم».

ويواصل المسرح إرث المجمع الثقافي باعتباره وجهة للالتقاء والاستمتاع وتبادل المعارف والأفكار.

وسيكون الجمهور على موعد مع فرصة ذهبية للاستمتاع طوال شهر سبتمبر بمجموعة متنوعة من العروض الكلاسيكية والمعاصرة العربية بين عالمي الموسيقى والرقص، بما يترجم رؤية المجمّع الثقافي التي تجمع بين الفنون المعاصرة والتقليدية في بوتقة واحدة تنصهر فيها الاتجاهات الفنية المختلفة.

12 فيلما تونسيا بمسابقات أيام قرطاج السينمائية

قالت إدارة مهرجان أيام قرطاج السينمائية إن 12 فيلما تونسيا سيتنافسون على جوائز المسابقات المختلفة بدورة هذا العام التي تنطلق شهر أكتوبر تشرين الأول.

وتشارك ثلاثة أفلام ضمن مسابقة الأفلام الروائية الطويلة هي "نورا تحلم" للمخرجة هند بوجمعة و"بيك نعيش" للمخرج مهدي برصاوي و"قيرة" للمخرج الفاضل الجزيري.

وفي مسابقة الأفلام الروائية القصيرة تشارك أربعة أفلام هي "قصة حقيقية" للمخرج أمين لخنش و"ميثاق" للمخرج صبري بوزيد و"هروب" للمخرج يؤاب الدشراوي و"سراب" للمخرجة فاتن الجزيري.

وفي مسابقة الأفلام الوثائقية الطويلة تشارك ثلاثة أفلام هي "الغياب" للمخرجة فاطمة الرياحي و"على العارضة" للمخرج سامي التليلي و"تلفزيون فتح الله" للمخرجة وداد الزغلامي.

وفي مسابقة الأفلام الوثائقية القصيرة يشارك فيلما "أهل الكهف" للمخرج فخري الغزال و"من طين" للمخرج يونس بن سليمان.

وقالت إدارة المهرجان إن لجان المشاهدة اختارت هذه الأفلام من بين 40 فيلما تونسيا تقدموا للمشاركة هذا العام.

وتحمل الدورة التي تقام في الفترة من 26 أكتوبر تشرين الأول إلى الثاني من نوفمبر تشرين الثاني اسم نجيب عياد مدير المهرجان الذي توفي في أغسطس آب الماضي.

وتمثل أيام قرطاج السينمائية التي تأسست قبل أكثر من 50 عاما نافذة للسينما التونسية على السينما العالمية والقارة الأفريقية بشكل خاص، وكانت تقام سابقا كل عامين قبل أن تتحول إلى حدث سنوي.

إعلان أسماء الفائزات بجائزة الشارقة لإبداعات المرأة الخليجية

أعلن المكتب الثقافي والإعلامي بالمجلس الأعلى لشؤون الأسرة بالشارقة عن أسماء الفائزات "بجائزة الشارقة لإبداعات المرأة الخليجية" في دورتها الثانية 2018 – 2019م .

وفازت في حقل الدراسات الأدبية أسماء مقبل الأحمدي من المملكة العربية السعودية وزينب عيسى الياسي من دولة الإمارات العربية المتحدة .. فيما فازت في مجال الرواية الروائية فتحية النمر من دولة الإمارات العربية المتحدة والكاتبة حنان القعود من المملكة العربية السعودية وفي حقل الشعر فازت عزيزة الطائي من سلطنة عُمان وجميلة علوي من مملكة البحرين .

وانطلقت جائزة الشارقة لإبداعات المرأة الخليجية برعاية قرينة صاحب السمو حاكم الشارقة سمو الشيخة جواهر بنت محمدالقاسمي رئيسة المجلس الأعلى لشؤون الأسرة .

وتهدف الجائزة إلى دعم الكاتبة الخليجية بجائزة خاصة بها تقديراً لجهودها في رفد الساحة الأدبية بنصوص ورؤى ثقافية مميزة وكذلك تعزيز دور الأدب الروائي والشعري للمرأة في دول مجلس التعاون في إثراء الأدب الخليجي الحديث واذكاء روح التنافس الإيجابي في الإبداع الأدبي بين ذوي الخبرات والتجارب الأدبية الإبداعية لتحقيق التميز والتفرد.

وشملت حقول الجائزة في الدورة الأولى ثلاثة مجالات فقط هي: الشعر والرواية والدراسات الأدبية وأضيف حقل آخر في الدورة الحالية هو: أدب الطفل وذلك لأهميته في ساحاتنا الأدبية وللجهود البحثية المبذولة على أن تظل الجائزة مفتوحة لإضافة غيرها من الحقول إذا رأت إدارة الجائزة أهمية في ذلك.

وسيتم تكريم الفائزات خلال الشهر الجاري ويواكبه تنظيم ندوة "النقد الأدبي..الحاضر الغائب».

لين الحاج .. فلسطينية تبدع أعمالا فنية مميزة على ورق العنب

حظي ورق العنب، الذي عادة ما يُستخدم كوجبة شهية في المطبخ الفلسطيني، باستخدام جديد بأيدي فنانة فلسطينية شابة ماهرة من أهل غزة.

وتستخدم لين الحاج (21 عاما) ورق العنف المجفف كقماش ترسم عليه لوحاتها الفنية.

ولين تدرس علم النفس في قطاع غزة المحاصر وتمارس الرسم على ورق العنب في وقت فراغها فقط.

والفن هو الطريقة الخاصة التي تعبر بها لين عن عشقها للثقافة المحلية الفلسطينية، وذلك من خلال استخدام أحد رموز هذه الثقافة، الأكثر شعبية، كأساس للوحاتها.

وتقول "أنا حبيت استخدم هذه الورقة اللي هي ناس كثير بيحبوها، ناس بيحبوا انه يأكلوها لشيء أعبر فيه عن الفن اللي أنا، الفن اللي عندي».

وتجمع لين ورق العنب من حديقة منزل أسرتها، وبينما تستخدم بعضه في تحضير وجبة طعام شهية تحتفظ بالأوراق الكبيرة نسبيا للرسم عليها.

وبعد تنظيف الورق تحتفظ به لين لعدة لأيام في كتاب ليبقى مستويا ويجف.

وتستخدم الفنانة الشابة ألوان الأكريليك في الرسم على ورق العنب وتمضي نحو ثلاث ساعات في إنجاز اللوحة الواحدة.وبمجرد إنجاز لوحتها تضعها لين في إطار من تلك الأُطر الخاصة بالصور لحمايتها من التلف.

وعندما عرضت لين، في البداية، لوحاتها على بعض المقربين شجعوها على مواصلة هذا العمل المميز.

وتقول لين الحاج "لما رسمت عليه (ورق العنب) أول مرة فانه الفكرة طرحت الفكرة لناس أو انه حطيت الصورة على مواقع التواصل الاجتماعي، فالفكرة عجبت كثير من الناس، يعني حتى شجعوني اني أكمل فيها، كون أنها فكرة جديدة غير يعني عن باقي الأفكار أو باقي الرسم، فاني حبيت إني أتميز بهذا الموضوع».

وتوضح لين أن قماش لوحاتها المختلف لا يقدم شيئا مغايرا فقط لكنه، في ذات الوقت، أرخص من مواد الرسم الأخرى .

وتعرض لين أعمالها الفنية على صفحاتها على مواقع التواصل الاجتماعي لكنها لا تعرضها للبيع.

وقالت "سابقا كنت أرسم أو الرسم اللي بارسمه أحتفظ فيه لنفسي، انه يكون بس على شكل تفريغ أو هواية، إني أضيع فيها وقت فراغي، أشغل فيها وقت فراغي، بعد هيك صرت حابة إني أورجي هذا الرسم للناس أكثر، فصرت بانشر رسمي على صفحتي على الانستجرام أو فيسبوك، فكثير صار يعني معجبين لرسمي أكثر».

وقالت والدة لين، بينما تحشو ورق عنب بمساعدة ابنتها "هي قدرت تعمل تصور بذهنها بحيث انها تعكس أو انها تسخّر ورق العنب، الشي المحبب لقلب كل فلسطيني زي ما أنا قلت، لشيء ممكن يسعد الروح والعين بشكل عام وبنشر نوع من الطاقة الإيجابية أو نوع من السعادة، خلينا نقول، في المجتمع اللي إحنا بنعيش فيه».

واشتركت الفنانة الشابة حتى الآن في ثلاثة معارض محلية وتأمل أن يتسنى لها المشاركة في معرض دولي يوما ما.

بعد غياب أكثر من ٥ سنوات، يعود الفنان هيثم شاكر إلى سوق الكاسيت من خلال البومه الجديد (معرفة قديمة)، الذي ينافس به في سوق الكاسيت. في هذا الحوار يتحدث شاكر عن البومه الجديد، وسبب الغياب، وغير ذلك من التفاصيل.

اخترت تصوير 3 أغنيات من الألبوم الجديد

هيثم شاكر: غيابي عن سوق الكاسيت لم يكن متعمداً

• ما سبب تأخرك 5 سنوات في العودة إلى سوق الكاسيت؟

- المدة الزمنية طويلة بالفعل، وأدرك ذلك جيداً، لكن غيابي لم يكن متعمداً، فما كنت أسعى إلى تحقيقه هو اختيار أغنيات مميزة يمكن أن تترك بصمة، وأن تحمل اختلافاً في الكلمات والألحان والتوزيع، وهذا الأمر ليس سهلاً على الإطلاق ويحتاج إلى مزيد من الوقت والتأني في الاختيار والبحث، للوصول إلى النتيجة التي تجعلني اشعر بالرضا عنها، وحرصت في اختياراتي على أن يكون الألبوم بعيداً عن التوقعات أو الاختيارات النمطية، لتكون توليفة مختلفة ومتنوعة للجمهور.

• تعاونت في الألبوم مع عدد كبير من الشعراء والملحنين، فهل حرصت على التنوع في الاختيار؟

- الألبوم دائماً ما يكون عملا جماعيا، وحرصت في الاختيار على الاستماع إلى آراء مختلفة، لأن كلا منهم يضيف لي كمطرب، ويجعل لدي قدرة على تقديم (تيمات) مختلفة، وهنا أود أن أشكر جميع من عملوا في الألبوم، بسبب المجهود الكبير الذي بذلوه معي في التحضيرات والعمل يومياً ساعات طويلة.

• عادة ما يكون لطول فترة التحضير مشكلات مرتبطة بإعادة العمل على الأغنيات، كيف تعاملت مع هذا الموقف؟

- بالتأكيد تعرضت للعديد من المواقف، فمثلاً هناك أفكار كنت أعمل عليها، واضطررت إلى إلغائها، لأن زملاء آخرين قاموا بمعالجتها في أعمالهم، وهناك أغنيات عملت عليها أكثر من مرة، بسبب التطور الموجود في الموسيقى، وهذا الأمر بقدر ما كان مجهداً لي ولفريق العمل لكن في الوقت نفسه جعلني أطور الألبوم بشكل كبير، ليكون مواكبا لأحدث ما وصلت إليه الموسيقى، واعتبر هذه المسألة واحدة من التحديات الصعبة.

• هل كان لك شروط معينة في الاختيارات؟

- ليست شروطا لكن هو بحث عما أريده، فالاختيارات بالنسبة إلي خضعت لعملية إحداث توازن بين ما استجد في سوق الكاسيت خلال الفترة الماضية بجانب حرصي على تقديم ما ينتظره الجمهور مني، وهو توازن ليس سهلا على الإطلاق، لأنني حرصت فيه على عدم الانجراف بعيداً في ألوان موسيقية، ربما تكون غريبة عني.

• هل انعكس ذلك على الأغاني التي صورتها؟

- التغيير الحادث في الأغنيات امتد بالتأكيد للفيديو كليب، وقناعاتي الشخصية بأن الفيديو كليب يزيد من نجاح أي البوم غنائي، وهذا لا يعني أن يكون الألبوم أقل من الأغاني من المصورة أو العكس، فكل منهما يكمل الآخر، وسعيت لتقديم أغنيات مصورة لا تتشابه مع الذي قدمه زملائي، وفي نفس الوقت تحمل أفكارا معبرة عما أرغب في ايصاله من خلال الأغنية.

• ماذا عن الأغنيات التي ستصورها من الألبوم؟

- اخترت تصوير 3 أغنيات من الألبوم بالفعل، وكل منها تم التعامل معه بشكل مختلف، خصوصا أنها الوان مختلفة، وأتمنى أن تنال إعجاب الجمهور.

• كيف وجدت انطباعات الجمهور بعد طرح اغنية (متوصنيش) مصورة؟

- اهتم بمعرفة انطباعات الجمهور بنفسي، وأتابع ما يتم كتابته عبر مواقع التواصل الاجتماعي،

وأشعر بسعادة كبيرة، عندما ارى تعليقات اشادة بالعمل وفكرته وغيرها من التفاصيل الموجودة فيه، ومنذ طرح الأغنية وهي تحقق نسب مشاهدة جيدة، والتعليقات في مجملها إيجابية وجعلتني اشعر بسعادة كبيرة لحب الجمهور.

• كيف وجدت تهاني زملائك بالألبوم الجديد؟

- سعدت جداً بها لأنها تهان حقيقية من أصدقاء وزملاء اعتز بهم، فتعليقاتهم أسعدتني،

وحرصت على توجيه الشكر لهم ولجمهورهم، فأهم شيء بالنسبة إلي هو حب الجمهور الذي اعتز به كثيراً، واعتبره اهم ما حصلت عليه من مسيرتي الفنية.

• لماذا لم تكرر تجربة التمثيل بعد (أرض جو)؟

- استمعت بالعمل في (أرض جو) بشدة، وهو من الأعمال الفنية التي تركت بصمة لدي،

وسعدت برد فعل الجمهور، لكن دعنا نتفق أن التمثيل بحاجة إلى تركيز شديد وتفرغ وهو ما لم أستطع تحقيقه في الفترة الماضية، لانشغالي بالعمل في الألبوم، ووضع اللمسات الأخيرة عليه، الأمر الذي اضطرني إلى الاعتذار عن الاعمال التي رشحت لها ومن بينها أعمال قدمت وحققت نجاحا جماهيريا بالفعل.

• تحيط حياتك الخاصة بإطار من السرية، فما السبب؟

- أفضل أن تبقى حياتي الخاصة بعيدة عن الأضواء، لا أحبذ أن أشارك حياتي الخاصة مع الجمهور،

وان تبقى حياتي ملكاً لي، أما نشاطي الفني فأسعى إلى التفاعل باستمرار مع الجمهور من خلال وسائل التواصل الاجتماعي المختلفة، وأعتقد أن الجمهور أصبح يتفهم هذا الأمر الذي يختلف من شخص لآخر.

سيرين عبدالنور في عملين

أعلنت الفنانة سيرين عبدالنور، أنها بصدد التحضير لعودة قوية إلى الغناء، حيث تمضي إجازة الصيف مع العائلة في الخارج، كما نشرت صورة تجمعها بالفنان صلاح الكردي، موضحة أنها تتحضر لعملين خلال الفترة المقبلة؛ الأول مع الكردي، والثاني مع الفنان جاد شويري.

وقالت سيرين: (الأغنية الأولى مع صلاح، وهي جميلة جدا ولونها كلاسيكي. أما الأغنية الثانية، فهي من إنتاج جاد شويري وباللهجة المصرية).

يُشار إلى أن سيرين مقلة في إنتاجاتها كمغنية، وتركز أكثر على التمثيل، وقدمت آخر أدوارها في الجزء الثالث من مسلسل (الهيبة)، كما صورت أخيرا عملا مع مجموعة (MBC) لم يتم الكشف عن مضمونه.

ينتظر عرض (اللي خلف مانمش) و(دفع رباعي)

أحمد بدير يصوّر مسلسل (كتف قانوني)

الفنان المصري أحمد بدير لا يعرف الراحة. فلا يكاد ينتهي من عمل، حتى يبدأ بآخر. ففي الوقت الذي ينتظر فيه عرض فيلميه الجديدين (دفع رباعي) و(اللي خلف مانمش)، يصوّر حالياً مسلسل (كتف قانوني)، ويعد العدة للمشاركة في الجزء الثالث من مسلسل (البيت الكبير).

بدير قال إنه يترقب عرض فيلميه الجديدين ليلمس ردود الأفعال تجاههما، لافتاً إلى أن (دفع رباعي) يجمعه مع الفنانين الشباب أحمد عزمي، ميسرة وإيناس النجار، وهو من تأليف خالد سليمان ومحمد عواد، وإخراج إيهاب عبد اللطيف، فيما يقف أمامه في (اللي خلّ مانمش) كل من أحمد صيام وهالة فاخر، علماً أنه من تأليف أيمن إسماعيل وإخراج أشرف نار.وعلى صعيد التلفزيون، قال بدير (أقوم بالتحضير لتصوير الجزء الثالث من مسلسل (البيت الكبير) مطلع أكتوبر المقبل، وهو عمل ينتمي إلى الدراما الصعيدية، كما أقوم حالياً بتصوير مسلسل (كتف قانوني) إلى جانب أحمد سلامة وسارة سلامة، وأجسّد شخصية (إسماعيل)، وهو رجل الأعمال الذي يتميز بالقسوة والشدة والبخل، وأتمنى دوراً مميزاً للغاية).من جهة أخرى، أعرب بدير عن سعادته بردود الأفعال الإيجابية تجاه مسلسل (حكايتي)، الذي كان يشارك به في السباق الرمضاني الماضي، بالإضافة إلي تجربته المتميزة مع كل من ياسمين صبري وأحمد حاتم وأحمد صلاح حسني، ما جعل العمل ينجح بشكل كبير.

جيني إسبر تتعافى وتعاود نشاطها الفني

أكدت النجمة السورية جيني اسبر أنها بات بوضع صحي جيد جداً بعد تعافيها من العمل الجراحي الذي اجرته مؤخراً . واضافت جيني : " الحمد لله الأمور كلها بخير واستعدت نمط حياتي الطبيعي وأستعد لمتابعة أعمال خلال الفترة الأيام المقبلة" .

وأوضحت جيني انها تستعد للمشاركة في الموسم الثاني من المسلسل الكوميدي الناقد " ببساطة " وهو من تأليف مجموعة من الكتاب و إخراج فراس إبراهيم و إنتاج النجم السوري باسم ياخور بالإضافة إلى حضورها ببطولة الجزء الثاني من مسلسل " الحرملك " للكاتب سليمان عبد العزيز و المخرج تامر اسحاق .

وكانت جيني قد اجرت عمل جراحي قبل فترة تم من خلاله استئصال ليف دموي وورم حميد من البطن .

وعلى الصعيد الفني حضرت جيني في الموسم الماضي ببطولة مسلسل البيئة الشامية " سلاسل ذهب " بالإضافة إلى حضورها ببطولة الجزء الأول من مسلسل " الحرملك " .

منوعات الفجر

5 أسباب تدعوك لتناول الطماطم

أفادت مجلة (فروينديـن) الألمانية أن الطماطم لها العديد من الفوائد الصحية، فإلى جانب الطعم اللذيذ الذي يجعلها من أكثر العناصر الغذائية الداخلة في أطعمتنا، مثل الصوص والحساء والسلطة، فإنها تمد أجسامنا بالعديد من العناصر الغذائية المهمة.

ونقدم لك هنا خمسة أسباب تدعوك لتناول المزيد من الطماطم:

1- منجم: في الطماطم محتوى كبير من الفيتامينات، بحيث تغطي 100 غرام منها حوالي 20% من الاحتياجات اليومية من فيتامين سي، كما توجد في الطماطم الفيتامينات "كي" (K) و"أي" (A) و"بي1 (B1) و"بي2 (B2) و"بي6 (B6)، وكذلك العديد من المعادن مثل البوتاسيوم والحديد والكالسيوم والمغنيسيوم، وتؤثر جميع هذه العناصر بشكل إيجابي على نظام المناعة.

2- صحة العين: مادة الليكوبين لها تأثير جيد أيضا على صحة العين والنظر، كما تحتوي الطماطم على مادة البيتا كاروتين بتأثيرها الإيجابي أيضا على صحة العين.

3- تقوية الخلايا: يلعب الليكوبين أيضا دورا مهما مع الغلوتاثيون في تقوية الأنسجة الخلوية، وتساعد مضادات الأكسدة الموجودة في الطماطم على حماية الجسم من الجذور الحرة.

4- قليل من السعرات: تحتوي الطماطم على نسبة منخفضة جدا من السعرات الحرارية، كما أن أكثر من 90% منها يتكون من الماء، وبالنظر إلى أن 100 غرام من الطماطم يحتوي على 18 سعرا حراريا فقط، لذلك فهي تعد طعاما مناسبا لكل من يرغب في إنقاص وزنه.

5- الحفاظ على صحة القلب: توفر مادة الليكوبين كاروتيويد المسؤولة عن صبغ الطماطم باللون الأحمر، فوائد كبيرة للقلب، كما تساهم في تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، ولها تأثير إيجابي على مستويات الكوليسترول أيضا.

قرأت لك

عصير الكرز

وجدت دراسة حديثة أن تناول عصير الكرز الطبيعى يساعد بشكل كبير في خفض ضغط الدم المرتفع. وقالت الدراسة إن الأشخاص الذين تناولوا 60 ملم من عصير الكرز المركز بعد تخفيفه بالماء وجدوا أن ضغطهم قد انخفض بنسبة سبعة بالمئة في غضون ثلاث ساعات. وكان هذا كافياً لخفض خطر الاصابة بسكتة دماغية بنسبة 38 بالمئة أو مرض القلب بنسبة 23 بالمئة.

وقال الباحثون في جامعة نورثمبريا في مدينة نيوكاسيل البريطانية إن لعصير الكرز تأثير مشابه لتأثير الأدوية المضادة لارتفاع ضغط الدم. وعزا الباحثون ذلك إلى غنى الكرز بالأحماض الفينولية -حامض الكافيك وحامض فانيليتش- وهي من مضادات الأكسدة الطبيعية.

سؤال وجواب

• كم يبلغ حجم الخلية في أوليات الخليه؟

من 0.1 إلى 0.5 ميكرومتر في المتوسط

• نبتة تنموا الى ارتفاع ثمانين سنتمترا اوراقها مسننة والازهار متزاحمة عند العقد والثمرة مسننة المصاريع وتنموا في التربة المالحة فما هي ؟

ارشية الساق البيضاء

• من هو رئيس الوزراء البريطاني الذي وقع اتفاقية بلفاست الشهيرة مع الجيش الجمهوري الايرلندي؟

توني بلير

• من أمراض الحجر الصحي وباء (الحمى الصفراء)، فلماذا يسمى بهذا الاسم ؟

يسبب الحمى الصفراء نوعا من الجراثيم التي يحملها البعوض، وإذا أصيب الإنسان بهذه الجراثيم فإنها تؤثر على كبده فيدمر خلاياه فيصاب الإنسان بالاصفرار ويصبح مثل المصاب باليرقان.

عارضة أزياء تعرض زيا لفيبي بندرغاست جونز خلال أسبوع الموضة في ملبورن. ا ف ب

7 معلومات عن الدموع

نبكي عندما نحزن، وعند الشعور بالألم أو الفرح الغامر، لكن لكل دمعة أسرارها، التي تختلف في الشكل والتركيب تبعا لسببها. فما أنواع الدموع؟ وما مكوناتها؟ ولماذا يكون طعمها مالحا؟

ونقدم لك هنا سبع معلومات عن الدموع:

1- ما مكونات الدمعة؟: المكون الرئيسي للدموع هو الماء، كما تحتوي الدمعة على البروتينات والإنزيمات والمواد التي تحتوي على النيتروجين. أما الملح فيكون نحو 9% من الدمعة، وهذا هو سر طعمها المالح أيضا. لكن هذه التركيبة تختلف باختلاف السبب الذي ذُرفت من أجله هذه الدموع: الحزن أو آلام الحب وما يرافقه من وجع في الفؤاد، أو السعادة.

2- دموع دائمة: لا ينتج جسمنا الدموع عندما نبكي فقط، ولكن بشكل دائم، وإلا لأصاب عيوننا الجفاف المميت، فغالبا يكون الهواء في الغرف التي نقيم فيها جافا جدا. الغدد المنتجة للدموع تضمن إبقاء العين رطبة، كما تحمي الدموع عيوننا من الأجسام الغريبة الصغيرة، وتطردها من العين. أما الجفن فيعمل تماما كما تعمل ممسحة الزجاج الأمامي في السيارة، وإفرازات العين تحتوي على مواد مبيدة لكثير من الجراثيم.

3- دموع بصل أم عاطفة؟: يقول البعض إن الممثلين يذرفون الدموع من خلال وضع بصلة تحت أنوفهم، قبل أن يؤدوا أدوارهم في المشاهد الحزينة للغاية. التفسير العلمي لذلك منطقي إلى حد ما؛ ففي البصلة بُعيد قطعها يطلق أنزيم حمضا أمينيا يحتوي على الكبريت، مما يجعل الدموع تنساب بغزارة، لكن هناك بعض الممثلين الذين ينجحون في ذرف الدموع من دون بصلة أيضا.

4- التغلب على دموع البصل: ومن أجل تجنب ذرف الدموع عند تقطيع البصل، هناك الكثير من النصائح: البعض يضع قناعا أو يقطع البصل تحت الماء أو في اتجاه معاكس لتيار هواء قوي. وللسهولة يمكن أن يُطلب ذلك من شخص يضع العدسات اللاصقة، إذ تعمل العدسات اللاصقة كنوع من الحاجز وتمنع المواد المهيجة من الوصول إلى قرنية العين.

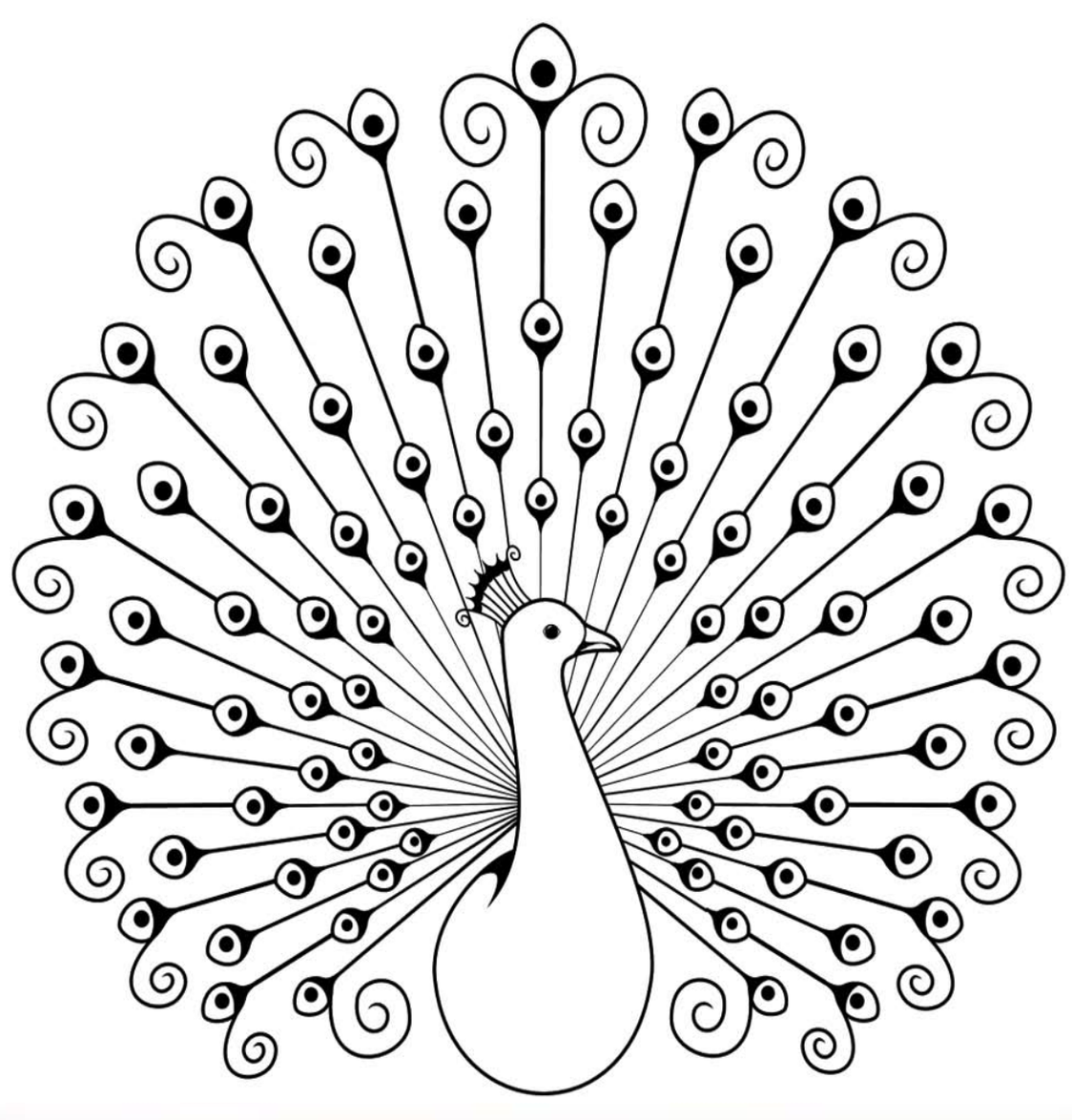
5- دموع لا إرادية: دموع الحزن ومثيلاتها عند الفرح هي الأكثر شهرة بالنسبة لنا، فهناك جزء من الدماغ مسؤول عن العواطف، وهو الجهاز النطاقي المرتبط بالجهاز العصبي اللاإرادي، الذي لا يمكننا التحكم فيه أو توجيهه. وتؤدي العواطف الجياشة إلى تحفيز هذا الجهاز العصبي، الذي ينشط بدوره المكان الذي يولد الدموع.

6- من الأطول بكاء؟: تنشأ الدموع التي نذرفها عند العواطف الجياشة بتحفز المشاعر القوية للجهاز العصبي اللاإرادي. وتحتوي هذه الدموع العاطفية على كمية أكبر من البروتينات بكثير مما تُسمى "الدموع المنعكسة" التي تتشكل استجابة لمنبهات خارجية كالرمل وتقطيع البصل.

ووفقا للمعهد الألماني لطب العيون، فإن ذرف الدموع لدى النساء يدوم نحو ست دقائق، أما عند الرجال فلا يستغرق الأمر سوى دقيقتين إلى أربع دقائق حتى تنتهي مرحلة البكاء.

7- ماذا عن دموع التماسيح؟: الجزء الأكبر من العلماء يرى أن الإنسان هو الكائن الوحيد القادر على البكاء، لكن هل هناك دموع تماسيح فعلا؟ لا تنساب دموع الحيوانات لمشاعر تغالبها. ويعزون سبب هذه الدموع إلى أن للتمساح جفنا ثالثا تتجمع فيه الكثير من الإفرازات، وحين تتراكم بكثرة فلا بد أن تجد طريقها إلى الخارج. لكن الإنسان هو القادر على ذرف دموع التماسيح حين يبكي كذبا، لذا يمكن للدموع أن تكذب أيضا، كما يقول المثل الألماني.

مساحة للتلوين



هل تعلم؟

- هل تعلم أن أكبر عدد حروف في لغة هي حروف اللغة الكمبودية التي يبلغ عدد حروفها 72 حرف.
- هل تعلم أن عصير الفاكهة و حده أو مخلوط يجب تناوله في الحال فالانتظار عليه يعرض فيتاميناته لأكسدة الهواء كما أن بعض الأنواع تفسد بسرعة و في مقدمتها عصير الجزر
- هل تعلم أن أغرب إحصائية عن السمنة أفادت أن مشاهدة التليفزيون الملون تؤدي إلى السمنة المفرطة.
- هل تعلم أن القطط غنية بألبانها و لبنها مغذ و يلائم جميع الثدييات.
- هل تعلم أن جزيرة تايوان أطلق عليها المستكشفون البرتغاليون عام 1580 م اسم (فورموزا) أي الجميلة.
- هل تعلم أن المخلفات الناتجة عن هضم أوراق الشجر التي تأكلها الديدان تعتبر سماداً جيداً للتربة و أن الديدان تستطيع أن تغطي الأرض بطبقة من السماد خلال ثلاثة أشهر من الأوراق التي التهمتها خلال عام تقريباً.
- هل تعلم أن أطول الحشرات عمراً من فصيلة الخنافس تحمل اسم . الخنفساء الرائعة . إذ أن تحولها من طور اليرقة إلى طور العذراء فقط يحتاج إلى 47 سنة كاملة.
- هل تعلم أن أقدم جيش نظامي أوربي هو الحرس السويسري في الفاتيكان إذ يعود تاريخ تأسيسه إلى عام 1400م.

قصة جحا بائع الحظ

اراد جحا ان يتاجر في شيئ جديد لم يتاجر فيه احد.. فعمل تاجرا للحظ .

نعم جلس على قارعة الطريق وقد افترش امامه بعض علب الكارتون التي لفت بعناية علب صغيرة وعلب كبيرة واخذ ينادي عليها بدينار ..علبة بدينار.

فمر عليه مجموعة من الناس وقفوا يتهامسون.. فقال احدهم : علبة صغيرة بدينار وعلبة كبيرة بدينار؟

فقال جحا: نعم.. لذلك فانها تجارة الحظ .

فاقترب احدهم وقال: لك دينار، فاعطني علبة.

فقال له: اختر انت وحظك، فاختار الرجل علبة صغيرة وفتحها فوجد بها قطعة من الحرير تساوي 3 دينار، ففرح لذلك، فاندهش الناس واقتربوا واخذ كل منهم يشتري علبة، وبسرعة انتهت العلب جمعيا.. وقام جحا ومشى تاركا الناس كل منهم يفتح علبته بسرية تامة حتى يفرح بما فيها، وبالطبع هناك من فرح قليلا وهناك من خسر الدينار.. لكن جحا كسب كثيرا.

وعندما اجتمع الجميع وذهبوا ليشكوا جحا إلى القاضي مما فعله جحا نادي القاضي على جحا وسأله: لما فعلت ذلك ..فقال جحا .. عفوا انها تجارة الحظ وانا قلت لهم ليختار كل منكم علبته فهذا حظه وانا لم أضحك عليهم بل قلت لهم ان فيها حظهم.. ضحك القاضي وقال: بالفعل هو لم يجبركم على الشراء ولم يكذب عليكم ولكن حكمنا على جحا بان لا يعمل بائع حظ مرة ثانية .