

ص 22

3 مزايدات فريدة من نوعها  
يُنظّمها معرض أبوظبي  
الدولي للصيد والفروسية



ص 27

ديان أبي علام:  
أقدم شخصية جديدة معقدة  
وصعبة جداً في (الاتجاه الخاطئ)



6 علامات تنذر بالخطر يجب  
ألا تتجاهلها أبداً على أظافرك

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

## تطوير علاج غير جراحي للمياه البيضاء في العين

قالت دراسة جديدة إن التجارب الأولى لإدابة البروتين المتراكم داخل عدسة العين الذي يسبب المياه البيضاء، أو الكاتاركت، أظهرت نجاحاً واعداً، وأن العلاج غير الجراحي للمشكلة أصبح قريب المآل.

وحسب موقع "ذا كونفيرسيشن"، ينتج إعتام عدسة العين عن تراكم شظايا بروتين مكسورة داخلها، ويقلل تكثف شظايا هذا البروتين انتقال الضوء إلى شبكية العين، فتكون الرؤية ضبابية.

ويعتبر إعتام عدسة العين أو المياه البيضاء مسؤولاً عن حوالي 43% من الإصابات بالعمى. ولا تزال الجراحة لإزالة العدسة وتعميها باصطناعية العلاج الوحيد المتاح حالياً.

وتجرى حوالي 10 ملايين عملية للكاتاركت كل عام حول العالم.

وحسب الأبحاث الجديدة للبروفيسورة باريلا بيرسونيك، أستاذة وفنانة العميد لقسم الأبحاث والابتكار في جامعة أنجليا روسكين البريطانية، أمكن علاج 26 فأراً مصاباً بإعتام عدسة العين.

ونجحت قطرة الستيرول في إذابة البروتين في 61% من العدسات، حيث تحسن معامل الانكسار، أي مقياس للكثافة البصرية والعنصر الحيوي في جودة الصورة، وبلغ نجاح القطرة في تقليل الضبابية 46%.

## كايلى جينر تكشف عن

### اسم مولودها الجديد

احتفالاً بإطلاقها علامتها التجارية "Kylie Cosmetics Ulta Beauty"، أقامت نجمة تلفزيون الواقع الأميركية كايلى جينر حفلاً ضخماً في مدينة لوس أنجلوس. ومن المعروف أن كايلى جينر كانت قد أنجبت طفلاً مؤخراً وأطلقت عليه اسم "ولف" إلا أنها قامت بتغييره من بعدها فوراً دون الكشف عن الاسم الجديد، إلا أنها ردت خلال الحفل أن تعلقن عن الأمر، ولكن بطريقة غريبة للغاية، حيث اختارت أحد المعجبين من الحضور وقامت بهمس الاسم في أذنه وبتد عليه علامات الدهشة، بينما قامت هي بدندنة أغنية "Rise And Shine" كنوع من التلميح حول الجمهور فهمه.

## العنب الداكن أم الفاتح.. أيهما أكثر فائدة؟ خبيرة تغذية تجيب

لا شك أن للعنب فوائد عديدة ومتنوعة، منها خفض الكوليسترول وضغط الدم، والحفاظ على صحة الدماغ وغيرها.

في هذا السياق كشفت خبيرة التغذية الروسية، نوريا ديانوفا، أن العنب الداكن يحتوي على مواد مفيدة أكثر مقارنة بالعنب الأخضر.

وأشارت في مقابلة مع وسائل إعلام محلية، إلى أن العنب الداكن اللون يحتوي على نسبة عالية من مضادات الأكسدة والفلافونويد، التي تحمي الجسم من العواقب السلبية الناجمة عن سوء التغذية.

فيما أوضحت أن تناول العنب لا يساعد على علاج مختلف الأمراض المزمنة، بيد أنه قادر على دعم الحالة الصحية للجسم، لافتة إلى أن أنواع العنب الداكنة تحتوي على نسبة عالية من مضادات الأكسدة، التي تساعد على إطالة شبابية الجسم وتبضع عمليات الالتهاب.



الأعماق وفقاً لقياسات بواسطة مؤشر شانون، وهو أداة شائعة الاستخدام لقياس تنوع الأنواع. ومن بين البكتيريا المفيدة التي زادت هي "أكرمانسيا"، وهي بكتيريا ذات أهمية كبيرة لتأثيرها المفيد على استقلاب الغلوكوز والدهون، وكذلك على سلامة بطانة الأمعاء.

### الأحماض الصفراوية

كما لوحظ انخفاض في نسبة الكوليسترول في الدم، بما يشمل 6.1% من الكوليسترول الكلي ونسبة 5.9% للكوليسترول الضار (البروتين الدهني منخفض الكثافة) LDL.

كما تبين انخفاض الأحماض الصفراوية، أحماض الستيريرويد المرتبطة بعملية التمثيل الغذائي للكوليسترول، بنسبة 40.9%.

ووفقاً لفريق الباحثين، تشير النتائج إلى دور جديد واعد للعنب في صحة الأمعاء وتعزيز فوائد العنب على صحة القلب.

### ضغط الدم

كما سبق أن كشفت دراسة، أجراها باحثون من ألمانيا وأيرلندا الشمالية، أن نوعاً آخر من المواد الكيميائية النباتية يسمى الفلافونويد، وهو من العناصر الغذائية الوفيرة في الفواكه والخضروات والشاي والأطعمة النباتية الأخرى، له تأثير إيجابي على مستويات ضغط الدم.

ويتم تسكير مركبات الفلافونويد بواسطة مجتمع تريليوني قوي من الكائنات الحية الدقيقة في أمعاء الإنسان، والمعروفة باسم الجراثيم.

### خفض الكوليسترول

كما أدى تناول العنب إلى انخفاض كبير في مستويات الكوليسترول، وهي مادة شبيهة بالدهون في دم الإنسان يمكن أن تؤدي إلى سد الشرايين والإصابة بأمراض القلب.

وتوصل الباحثون إلى أن تناول العنب يقلل من مستويات الأحماض الصفراوية، والتي تلعب دوراً أساسياً في استقلاب أو معالجة الكوليسترول.

### مضادات أكسدة

ومن المعروف منذ فترة طويلة أن العنب والفواكه الأخرى مثل التفاح تحتوي على مضادات أكسدة تسمى البوليفينول، وهي عبارة عن مركبات عضوية موجودة بشكل طبيعي في النباتات تحافظ على الأوعية الدموية صحية ومرنة وبالتالي تضمن دورة دموية جيدة.

ويمكن أيضاً أن تقلل مادة البوليفينول، وغيرها من "الواد الكيميائية النباتية"، على التحكم في مستويات السكر في الدم ومستويات ضغط الدم وتقليل الالتهاب المزمن، وهو عامل خطر آخر لأمراض القلب.

### فوائد صحية للقلب

وقال الباحث الرئيسي في الدراسة الجديدة، بروفيسور تشاوبينغ لي، اختصاصي التغذية وأستاذ الطب بجامعة كاليفورنيا في لوس أنجلوس: "تعمق هذه الدراسة معرفتنا وتوسع نطاق الفوائد الصحية للعنب، وتبرز فوائده الصحية للقلب من خلال خفض نسبة الكوليسترول في الدم". وأشار الباحثون في نتائج الدراسة إلى أنه بعد أربعة أسابيع من استهلاك العنب، كانت هناك زيادة في تنوع ميكروبيوم

### تناوله مع بذوره

كذلك أضافت أنه "بفضل احتواء العنب على مادة البوليفينول، يخفض مستوى الكوليسترول ويقلل خطر تراكم لويحات الكوليسترول. لذلك يمكن اعتبار العنب وسيلة جيدة للوقاية من تصلب الشرايين".

وأردفت ديانوفا أنه في بعض الأحيان يمكن تناول العنب مع بذوره، حيث بعد مضغها جيداً يحصل الجسم على مواد مغذية مفيدة أكثر، لكنها شددت على أن من يعاني من مرض السكري ومرض الكبد الدهني تجنب تناول العنب.

في حين ختمت قائلة إن "المشكلة تكمن في أن العنب يحتوي على نسبة عالية من الفركتوز، لذلك لا ينصح بتناول أكثر من 100 غرام في المرة الواحدة، ويفضل تناول العنب كوجبة خفيفة. كما يمكن تناوله مع المكسرات أو جبن القريش، ما يمنح ارتفاع مستوى السكر في الدم بصورة حادة".

### حيات لذيدة تمنع الثوبيات القلبية

توصلت دراسة جديدة إلى أن تناول العنب يقلل من مستويات الكوليسترول في الدم مما قد يساعد في منع الثوبيات القلبية والسكتات الدماغية، وفقاً لما نشرته صحيفة "ديلي ميل" Daily Mail البريطانية نقلاً عن دورية "نيوتريشن Nutrients".

وأعطى باحثون في "جامعة كاليفورنيا" للمشاركين 46 غراماً يومياً من مسحوق العنب الكامل، أي ما يعادل حصتين من غيب المائدة، واكتشفوا أن تناول العنب زاد بشكل كبير من تنوع البكتيريا في الأمعاء، والتي تعتبر ضرورية لنظام المناعة القوي.

## لماذا يشارك الناس المنشورات على وسائل التواصل؟

حلل باحثان من جامعة بنسلفانيا سلوك أكثر من 3 آلاف شخص لمعرفة الجوانب النفسية في مشاركة "معلومات" على الإنترنت. وكانت الإجابة واضحة، يشاركون المعلومات التي يشعرون أنها ذات مغزى لهم أو لمن يعرفونهم.

وأظهرت نتائج البحث أن الناس يهتمون أكثر بالمعلومات التي يرون أنها مرتبطة بأنفسهم، لأن مشاركة المعلومات تعمل على تنشيط مراكز المكافأة العصبية في الدماغ، وعندما تتواصل مع آخرين تأخذ في اعتبارنا ما يفكر فيه الغير أو يريد سماعه، وهي ميزة تسمى "الملاءمة الاجتماعية".

وأجرى الدراسة الباحثان دانييل كوزمي وإيميلي فالك، ونشرت النتائج على موقع "ميديكال إكسبريس"، وتضمنت التجربة تعرض المشاركين لمنشورات عن الصحة، وتغيير المناخ، والتصويت في الانتخابات، وطلب منهم تصنيف احتمال مشاركة كل رسالة ومدى ملاءمة كل منها.

ووجد البحث أنه بعض النظر عن الموضوع أو وسيط الرسالة، عبر المشاركين عن سبب ارتباط الرسالة بهم أو بالذين يعرفونهم، وكانوا أكثر عرضة لمشاركتها من مجرد التفكير في الموضوع.

واستخدم الباحثان أجهزة تصوير الدماغ بالرنين المغناطيسي لفهم تشكيل مناطق معينة من المخ تصورات عن الذات والأهمية الاجتماعية، ويأمل الفريق أن تسمح نتائج الدراسة للذين يرغبون في تغيير اجتماعي، الأدوات الفعالة اللازمة لذلك.



## أدوية الكولسترول قد توفر وقاية مناعية للنساء

كشفت دراسة جديدة عن أن الأدوية الخافضة للكولسترول والدهون توفر وظيفة مناعية وقائية للإناث، وأن النساء اللاتي تناولن دواء "ستاتين" أقل عرضة بنسبة 75% للإصابة بالأجسام المضادة للنواة ANA من اللاتي لم تتناولنه. وكانت دراسات سابقة قد أشارت إلى وجود علاقة ارتباط بين ارتفاع مستوى الدهون في الدم وبين وظائف المناعة.

لكن وفقاً للدراسة التي نشرتها مجلة "فرونتيرز إن ميديسين"، لم تجد البروفيسورة كاترين أندرسن من جامعة كونينكتكت أن ارتفاع مستوى الدهون يمكن أن يحفز خلايا المناعة، ولا يوجد ارتباط قوي بين مستوى الدهون في الدم والأجسام المضادة للنواة ANA.

ووجدت أندرسن أن استخدام دواء "ستاتين" الخافض للكولسترول كان له تأثير مناعي مفيد للنساء، ولكن ليس للرجال. وقالت أندرسن: "إن هذا الاكتشاف هام لأنه تاريخياً استخدمت تجارب الأدوية مشاركين ذكور في الغالب، ولأن النساء لديهن ردود فعل سلبية أكثر من ستاتين، وفي كثير من الأحيان، قد لا يكون التزامهن بالدواء قوياً لأنهن يتعرضن لمزيد من الآثار الجانبية".

## الشورت الجينز.. نجم موضة صيف 2022

يمثل الشورت الجينز نجم الموضة النسائية هذا الصيف ليمنح المرأة إطلالة أنيقة مفعمة بالأنوثة.

وأوضحت مجلة "Elle" المعنية بالموضة والجمال أن الشورت الجينز يتكسى بلون أزرق داكن، ويأتي بقصص واسعة وطويلة بعض الشيء.

وتتأق بعض الموديلات بطيئة، في حين تتألق موديلات أخرى بطبعة مونوجرام.

ويمتاز الشورت الجينز بتنوع إمكانيات تنسيقه؛ حيث يمكن تنسيقه مع تالك توب وصنادل مسطح أو توب كاشف للبطن وحذاء رياضي. وإطلالة أكثر أناقة يمكن تنسيق الشورت مع قميص جينز بنفس اللون.

كما يمكن ارتداء الشورت الجينز في أواخر الصيف وبداية الخريف مع بلوفر خفيف.



# منوعات الفكر

22

للابل، والصقور، وللخيول..

## 3 مزايدات فريدة من نوعها يُنظمها معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية

•• أبوظبي- الفجر

المشاركة في المزايدات الفريدة من نوعها خلال معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية 2022، للابل والصقور وللخيول، فرصة ثمينة للتعرف عن قرب على بعض من أهم ركائز التراث الإماراتي والعربي والتقاليد الأصيلة، وذلك في إطار فعاليات الحدث الأضخم من نوعه في الشرق الأوسط وأفريقيا، والذي يُنظمه نادي صقاري الإمارات خلال الفترة من 26 سبتمبر ولغاية 2 أكتوبر. ويتميز المعرض بقوة شرائية عالية وتحقيق مبيعات كبيرة للعارضين في القطاعات الـ 11، وللمشاركين في المزايدات، وذلك بالإضافة لدوره المهم في تعزيز التراث الثقافي والحفاظ عليه.

مزايدات الهجن العربية

تواصل المجموعة العلمية المتقدمة مشاركتها في المعرض هذا العام، حيث تعرض مجموعة من التقنيات والمنتجات والابتكارات العلمية المتقدمة، كما وتُنظم مزايدات شيقاً للابل، كفعالية مميزة يتم من خلالها عرض صفار الأبل من الذكور والإناث المحددة من أفضل السلالات، والتي تمتلك القدرة لتصبح مُنافسة قوية في سباقات الهجن، حيث يتنافس المزايدون من ملاك الهجن من جميع أنحاء العالم، على اقتنائها. وسباقات الهجن العربية شعبية

العالم، وتعدّ الفروسية إحدى أقدم وأجمل الرياضات التي عرفها الإنسان، وهي قطاع أساسي ومحوري منذ تأسيس معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية في العام 2003، بما يُمثل ترجمة لجهود صون الرياضات التراثية والتقاليد العريقة، وتعريف شعوب العالم بأهمية الخيول العربية الأصيلة. كما تُنظم جمعية الإمارات للخيول العربية خلال فعاليات المعرض، عدّة محاضرات تثقيفية في منصّة قطاع الفروسية، وذلك حول خدمات التسجيل في الجمعية، نظام التغذية للأفراس، شروط تسجيل الخيل العربية، وخصائص الخيل العربية الصحراوية.

وتقام الدورة الجديدة من معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية الـ (19)، بتنظيم من نادي صقاري الإمارات، وبرعاية رسمية من هيئة البيئة-أبوظبي، الصندوق الدولي للحفاظ على الحباري، مركز أبوظبي الوطني للمعارض حيث يُقام الحدث، وراعي قطاع "أسلحة الصيد" شركة كاداكال الدولية، الراعي الفضي شركة "كيو" للغارات، وشركاء تعزيز تجربة الزوار كل من أكاديمية فاطمة بنت مبارك للرياضة النسائية، شركة بولاريس للمعدات الرياضية المتخصصة، ومجموعة العربية الفاخرة، وراعي الفعاليات كل من شركة "سمارت ديزاين" وشركة "الخيمة الملكية" وشريك صناعة السيارات "إيه آر بي الإمارات"، وبدعم من غرفة تجارة وصناعة أبوظبي ونادي تراث الإمارات.

أخرى. ويتضمن مزايدات الصقور في دورة (أبوظبي 2022) 7 فئات متنوعة للإنتاج المحلي والدولي، هي: حر خالص، بيور جبر خالص، بيور قروموشة، شاهين، جبر شاهين، جبر تيجر، وجبر وكري. كما يسمى مزايدات الصقور إلى إبراز الدور العلمي الرائد للإمارات في بحوث إكثار الطيور، والحفاظ على الطيور البرية، تشجيع إنتاج صقور ذات مواصفات عالية وبأسعار مناسبة للصقارين. إتاحة الفرصة لجميع الجنسيات لاقتناء صقور ذات جودة عالية وأداء مميز في الصيد والمنافسات، وتشجيع رواد الأعمال على الاستثمار في مجال إكثار الصقور في الأسر.

مزايدات الخيول العربية

من جهتها، تشارك جمعية الإمارات للخيول العربية في معرض أبوظبي للصيد سنوياً، حيث تُعتبر شريكاً رئيساً وفاعلاً في فعاليات هذا القطاع المهم، وتشمل مشاركتها هذا العام بالتعاون مع نادي صقاري الإمارات تنظيم "مزايدات معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية 2022 للخيول العربية- سباقات السرعة"، حيث سيتم عرض من 20 إلى 30 خيل تقريباً ليجري المزايدة عليها من قبل مربي وملاك الخيل العربية والمهتمين باقتناء خيل من نخبة خيول سباقات السرعة (flat race). ولعبت الخيول دوراً مهماً عبر تاريخ البشرية في جميع أنحاء

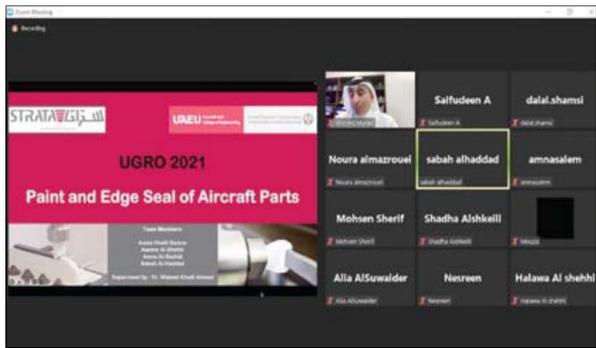
شخص آخر، حيث تحتفظ المجموعة بنسخة من هذه البيانات في سجلاتها تصديقاً على وثيقة المالك. واتجهت المجموعة منذ العام 1993 إلى توثيق جميع الموالييد وتثبيت شرائح إلكترونية بجسمها مخزنة عليها كافة المعلومات لكل مولود وتاريخ الميلاد وأصول الأب والأم، ليتم بعدها عرض الموالييد في السباقات ومتابعتها، إلى أن جاءت فكرة المزايدات في العام 2005، وتطورت عاماً بعد عام.

مزايدات الصقور

وهذا العام يُطلق المعرض أيضاً نسخة مميزة من مزايدات الصقور التنافسي، إحدى أكثر الفعاليات جذباً للجمهور، حيث وجّهت إدارة المعرض الدعوة لكافة أصحاب مزارع ومراكز إكثار الصقور في الأسر والعاملين في تجارتها في مختلف دول العالم، للمشاركة عبر تقديم أفضل وأجود إنتاجها في (أبوظبي 2022). ويهدف المزايدات لدعم وتشجيع إنتاج أجود الصقور المكافحة في الأسر، وتعزيز دور معرض أبوظبي للصيد في صناعة مزارع الصقور والصيد المستدام. ويُمكن لجميع الزوار المشاركة والقيام بالمزايدة للحصول على صقور تم إكثارها في الأسر، قادرة على إثبات مقدرتها العالية في الصيد وتمييزها في البطولات الكبرى، حيث يتزامن موعد المزايدات والمعرض مع بدء موسم الفحص من جهة، وانطلاق موسم بطولات الصيد بالصقور من جهة

واسعة في دولة الإمارات لما فيها من إحياء للتراث الأصيل، وإثارة وتشويق، وتُعتبر إحدى الهوايات والرياضات المتوارثة منذ القدم. يُذكر أن انطلاق أول مزايدات الهجن نظمتها المجموعة بشكل رسمي كان ضمن دورة العام 2005 من معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية، ومنذ ذلك الحين وتعمل المجموعة على تنظيم المزايدات بشكل سنوي ضمن المعرض وخارجه. وجميع الإبل المشاركة في هذه المزايدات من إنتاج "المجموعة العلمية المتقدمة"، عن طريق عمليات زرع الأجنة من سلالات قوية وموثقة أباً عن جد، ومنها سلالات جبار وطباري وشاهين. وما يُميز كل إبل عن الآخر هو الأصل ونتائج الأب والأم، بمعنى أن تكون جذور الأب والأم معلومة ومعروفة، وكذلك إنجازاتهم في ميادين السباق، وهو ما يُحدد سعرها بشكل رئيس.

وكانت بداية إنتاج المجموعة في العام 1990، وتوجهت بالغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان "طيب الله ثراه"، ومنذ ذلك الحين تم الحفاظ بشكل كبير على هذه السلالات من الأندثار، وإكثار السلالات المتميزة التي حققت نتائج كبيرة في سباقات الهجن، حيث تنتج المجموعة سنوياً ما يُقارب 250 رأساً من الإبل. وتزود المجموعة المشترين وملاك الإبل التي تنتجها بوثيقة رسمية عبارة عن هوية للإبل مسجل عليها كافة بيانات الأب والأم تصديق المالك عندما يود البيع أو نقل الملكية



تزامناً مع يوم المرأة الإماراتية

## جامعة الإمارات تنظم منتدى أبحاث المرأة الثاني

•• العين - الفجر

نظم مكتب النائب المشارك للبحث العلمي بجامعة الإمارات العربية المتحدة "منتدى أبحاث المرأة الإماراتية" في دورته الثانية، والذي يأتي تزامناً مع احتفالات الدولة بيوم المرأة الإماراتية. وفي كلمته الترحيبية أشار الأستاذ الدكتور أحمد علي مراد -النائب المشارك للبحث العلمي- بأن يوم المرأة



والبيئي للمياه الجوفية في دولة الإمارات، وفي الورقة الثانية من المنتدى، قدمت الطالبة نورة جوعان المرزوقي ورقة بعنوان: "إعادة تدوير مخلفات الطابعات ثلاثية الأبعاد مع تربة السيلكا المحلية للحفاظ على البيئة"، وجاءت الورقة الرابعة في منتدى أبحاث المرأة بعنوان "طلاء أجزاء الطائرات" شارك فيها كل من الطالبة: أمينة الراشدي، وأمينة الشحي، وأسماء خليل، وصباح الحداد.

14430 اقتباس والذي يؤكد على جودة المخرجات البحثية للباحثات. وتقدم جامعة الإمارات من خلال مكتب النائب المشارك للبحث العلمي العديد من منح التمويل البحثية وذلك لتمكين الباحثات من المساهمة بفعالية في نماء وتطور الدولة. واستعرضت الدكتورة دلال الشامي مدير المركز الوطني للمياه والطاقة ورقة بحثية بعنوان: "تطبيقات الإشعاع الطبيعي للتقييم الهيدروجيولوجي

المتدريسيين المواطنين بـ 47.3% والذي يؤكد اهتمام الجامعة الإماراتية لتصبح عضو هيئة تدريس يسهم في تحقيق التنمية والنماء. كما وحصلت 17 باحثة إماراتية، من أعضاء هيئة التدريس والطلبة الإماراتيين على براءات اختراع. وأوضح الدكتور أحمد مراد بأن منتدى جامعة الإمارات لأبحاث المرأة في دورته الثانية يستعرض الإنجازات البحثية للباحثات الإماراتيات، حيث شارك في

الإماراتية والذي يصادف 28 أغسطس من كل عام هو يوم من الأيام الخالدة في تاريخ الإمارات، وجامعة الإمارات تولى الاهتمام الكبير بالمشكلات التي تساعد المرأة الإماراتية بأن تكون عنصراً فعالاً في المجتمع من خلال تعليم عالي الجودة وبيئة بحثية تساعد على الابتكار، حيث تبلغ نسبة المرأة الإماراتية من مجموع أعضاء هيئة التدريس الإناث بـ 28.9%. بينما تقدر نسبة الإماراتيات من مجموع أعضاء هيئة

## «الرخ» تنظم ملتقى المرأة الإماراتية.. الريادة والتمكين

•• الفجيرة - الفجر

وما حصده من نجاحات وما تركته من بصمات كانت وستظل محط إعجاب وتقدير ليس فقط من الوسط المحلي، بل حتى على الصعيد العالمي، فالمرأة الإماراتية أينما حلت كانت مؤثرة وملهمة وواعدة وطموحة وجديرة بالتقدير والثناء.. من جهتها، ألقى عدراء غازي فيصل كلمة الافتتاح حيث قالت: "إن هذه المناسبة التاريخية التي نحتفل بها اليوم تملأ قلوبنا بالفخر والإعزاز بالنجاحات والإنجازات التي حققتها المرأة الإماراتية.. فانت نور وضياء النهضة المباركة للإمارات.. سعادتك غابتنا ورحاؤك محور اهتمامنا.. استمري في تطهير نجاح تلو الآخر في مختلف المجالات.. نحن نؤمن بك ونندعمك ونستقل بجانبك لتحلقي في آفاق التفوق والريادة". وأوضحت المهندسة عزة بنت سليمان أن اختيار شعار يوم المرأة الإماراتية "واقع ملهم.. مستقبل مستدام" هو انعكاس لفلسفة دور المرأة في مجتمعاتنا الإماراتية، مشيرة إلى أن دولة الإمارات تفتخر بقيادةنا الحكيم التي جعلت الريادة أسلوب حياة للجميع وأوجدت بيئة ممكنة للمرأة كشريك فاعل استراتيجي في مختلف مناحي الحياة، فالريادة طبع في بنات زايد والتمكين هو حق كفلته لهم قيادتنا فانتقلنا اليوم لنعيش لحظات تمكين المجتمع عن طريق المرأة وليس العكس. وقالت الدكتورة شفاء النقبي: "إن يوم المرأة الإماراتية مناسبة وطنية مهمة ومميزة للاحتفاء بالإنجازات والنجاحات التي حققتها المرأة الإماراتية ومساهماتها المتميزة في النهضة الحضارية والمسيرة التنموية المستدامة للدولة. مضافة: "نستذكر في هذا اليوم بكل حب وامتنان وإجلال الولد المؤسس الشيخ زايد رحمه الله باني النهضة والداعم الأكبر لتمكين المرأة الإماراتية في جميع المجالات منذ تأسيس الدولة.

نظمت مؤسسة "الرخ" الإماراتية بالتعاون مع الجائزة العربية للمرأة المهمة، مساء أمس الأول الأحد، عبر تطبيق "زوم"، الملتقى الافتراضي للمرأة الإماراتية.. الريادة والتمكين" احتفالاً بيوم المرأة الإماراتية، بحضور الخبير التقني خالد الظنحاني رئيس مؤسسة الرخ، رئيس اللجنة المنظمة للجائزة، وعدد من الشخصيات النسائية الإماراتية والعربية. شارك في الملتقى المهندسة عزة بنت سليمان عضو سابق في المجلس الوطني الاتحادي، رئيسة مجلس أمناء الجائزة العربية للمرأة المهمة، والدكتورة شفاء النقبي عميد مشارك في أكاديمية ريدان بأبوظبي، والدكتورة إيمان غصين رئيسة المجلس الإنمائي للمرأة والأعمال في لبنان، والشاعرة ساجدة الموسوي عضو لجنة تحكيم الجائزة، وعدراء غازي فيصل مديرة مؤسسة الرخ، وأدارت الحوار الإعلامية ضياء العوايشة عضو مجلس أمناء الجائزة. وقال خالد الظنحاني: "تعد المرأة الإماراتية نموذجاً متأقلاً للثلاثية الجيدة، وقد بلغت هذه المكانة الرائدة بفضل طموحها وحبها لوطنها وقدرتها على العطاء والبذل، وكذلك بفضل التمكين الذي حظيت به من القيادة الرشيدة للدولة، ومن سمو الشخبة فاطمة بنت مبارك "أم الإمارات"، فهي منبع للقوة والتألق والكفاءة، فقد أثبتت جدارتها على المستوى المحلي والعربي والدولي". وأسهمت الإعلامية ضياء العوايشة الملتقى بهتنة المرأة الإماراتية على إنجازاتها وحضورها المطاء في مختلف الميادين فاقلة: "يوم المرأة الإماراتية عنوان اعتزاز رسمي وشعبي بما حققتته المرأة الإماراتية من إنجازات

## برعاية سالم بن ركاض العامري

## 800 حقيبة مدرسية من «شكراً لعطائك» ترسم السعادة على وجوه الأطفال

الشركاء والمتطوعين وفريق العمل في تهيئة جميع أسباب النجاح للمبادرة، والحرص على استمرار تميزها ونجاحها. كما أشارت إلى التعاون الإيجابي مع الجمعيات الخيرية وهي منار الإيمان الخيرية، ومؤسسة تراحم الخيرية لتوزيع الحقائب إلى مستحقيها، وقالت إن مثل هذه المبادرات نابعة من مبادئ راسخة تكرر الالتزام المجتمعي في كل ما يعزز التعاون بين جميع أفرادها، لتوفير الظروف اللائمة أمام الأسر المتعنتة لمساعدة أبنائهم الطلاب على الاستعداد الجيد للعام الدراسي الجديد بالهمة والنشاط حتى تكون المحصلة جيدة مواصلة مشاور التفوق الدراسي.

من جهته امتدح سيف الرحمن أمير رئيس مجلس إدارة فريق شكراً لعطائك الدور المتعاظم لوزارة التغيير المناخي والبيئة وجميع متطوعي الوزارة على مشاركتهم المتميزة في المبادرة، والمساهمة الكبيرة في تقديم الحقائب المدرسية، كما ثمن مبادرة أسرة يوسف المرزوقي. بدوره توجهت الأستاذة فاطمة محمد الحمادي عضو مؤسس بالفريق ونائبة رئيس لجنة الطفل والمرأة في فريق شكراً لعطائك بالشكر والتقدير إلى أسرة الفريق لدعمهم فكرة أسرة يوسف حسن المرزوقي في طرح المبادرة التي شهدت مشاركة كبيرة، وذلك من خلال التميز اللافت في جهود

تحت رعاية الشيخ الدكتور سالم بن ركاض العامري، اختتم فريق شكراً لعطائك التطوعي، النسخة الرابعة من مبادرة "حقيبتنا المدرسية عون لهم"، في مؤسسة دبي لخدمات الإسعاف لتوزيع 800 حقيبة مدرسية على مستحقيها من الأسر المتعنتة، وذلك بالتعاون مع مؤسسة تراحم الخيرية، والشركاء فريق مبدعي الإمارات التطوعي، مؤسسة منار الإيمان الخيرية ونادي الدم التقني الرياضي. تهدف المبادرة التي قدمت فكرتها أسرة يوسف المرزوقي إلى تعزيز روح التكافل بين أفراد المجتمع، وإسعاد الأطفال قبيل بدء العام الدراسي الجديد، بما يساهم في رسم السعادة على وجوههم، وتمكينهم من جميع المخطبات التي تعزز حضورهم المشرف في المدارس وتهيئة الأجواء الإيجابية التي تقرس في نفوسهم الشغف بالتعلم.



ووصف الشيخ الدكتور سالم بن ركاض العامري المبادرة بأنها تمكس قيم التراحم والتعاقد والتعاون بين أفراد المجتمع في جميع المبادرات التي تؤكد الغرس الجميل في النفوس، وذلك بالحرص على كل ما يرسم السعادة على وجوه الأفراد والمساهمة مع الأسر المتعنتة في توفير الاحتياجات الضرورية في الجوانب التعليمية لأبنائهم. وامتدح الشيخ الدكتور العامري الجهود التي بذلت من القائمين على الأمر، والحرص على جميع المعطيات التي تمهد الطريق لنجاحها انطلاقاً من الثوابت التي كانت سبباً في ترسيخ قيمة المبادرات المجتمعية خاصة أن هذه المبادرة نالت أفضل جائزة الشارقة للعمل التطوعي، كما أنها ضمن للتنمية الاجتماعية في رأس الخيمة، بجانب استدامة الفكرة للسنة الرابعة على التوالي.

# منوعات الغذاء

23

عندما يبدأ مظهر الأظافر في التغيير، فقد يكون ذلك بمثابة علامة منذرة صحية يجب الانتباه إليها. ورغم أن الأظافر جزء ضئيل نسبياً من الجسم، لكنها في الحقيقة كنز دفين من المعلومات، يمكن أن تؤدي إلى التشخيص من نقص الفيتامينات إلى الأمراض الجلدية والأمراض المزمنة، حتى السرطان.



رغم أنها جزء ضئيل نسبياً من الجسم، لكنها كنز دفين من المعلومات

## 6 علامات تنذر بالخطر يجب ألا تتجاهلها أبداً على أظافر



لكن سرطان الرئة مسؤول عن نحو 80% إلى 90% من حالات تعجر الأصابع. وتصبح قاعدة الظفر ناعمة، والجلد بجوار فراش الظفر لأمعا قبل أن تبدأ الأظافر في الانحناء أكثر من المعتاد. وقد تكون أطراف الأصابع أكبر من المعتاد. ويوجد اختبار سهل لمعرفة ما إذا كان لديك تعجر الأصابع بالخطوات التالية:

- ضع أظافر أصبعي السبابة معاً، ظهرًا لظهر.
- ابحث عن مساحة صغيرة على شكل الماس بين بشرتك، حيث يأتي الضوء.
- إذا لم يكن هناك مساحة، وكان فراش الأظافر متلامساً، فهذه علامة على تعجر الأصابع.

**تنقر-تأكل-خدوش**  
تحدث الخدوش في الأظافر من حجم دبوس الإبرة إلى طرف قلم التلوين. ووفقاً لعيادة كليفلاند، قد يكون هناك تنقر في الأظافر أو التآكل أو الخدوش إذا أصيب شخص ما بالصدفية، وهي حالة جلدية مزمنة.

والعلامات الرئيسية للحالة هي الجلد المتقشر والحرقش على أجزاء من الجسم مثل المرفقين والركبتين وفروة الرأس.

**الحروف-التنوعات**

تعرف "خطوط بو" بأنها تنوعات أو أخاديد عميقة تمتد على عرض الظفر، قد تبدو مثل التلال في صفيحة الظفر. ويمكن أن تكون هذه الخطوط ببساطة نتيجة قضم أظافر أو الحصول على طلاء أظافر سيئ أو إصابة إصبعك في الباب.

ولكن إذا كانت لديك هذه الخطوط عبر أكثر من ظفر، فإن موقع Healthline ينص على أن "السبب على الأرجح هو مرض جهازى" مثل مشاكل الكلى أو الغدة الدرقية. وتشمل العدوى التي تسبب أخاديد في الأظافر الحمى الشديدة، أو كوفيد، أو الحصبة، أو الالتهاب الرئوي - ولكن من المحتمل أن تكون على دراية بالأعراض الأخرى قبل أن تلاحظ تغيرات في الأظافر.

وفي بعض الأحيان، يصاب الأشخاص الذين لا يتناولون ما يكفي من البروتين أو الزنك في نظامهم الغذائي بخطوط بو.

ولكن قد يكون هذا مجرد عرض جانبي لحالة تعامل معها شخص ما لفترة طويلة، مثل الأكزيما أو الصدفية.

**الخط**

يعد الخط الموجود في الظفر من أخطر علامات التحذير الصحية.

ويمكن أن يشير ظهوره إلى سرطان الجلد تحت الأظافر. ويمكن أن يؤثر على أصابع اليدين والقدمين ويصعب تحديده وعلاجه مبكراً.

وقد يعتقد الناس خطأ أنهم أصيبوا بكدمات في الظفر فقط، أو حتى لا يلاحظوا أي تغيير على الإطلاق.

ويمكن أن يحتوي الظفر خطأ أسود أو بنياً، منفصلاً عن فراش الظفر، أو ينزف، أو يكون رقيقاً أو متصدعاً، أو به كدمة لا تزول بالرغم من نمو الظفر.

قد يصبح الجلد المحيط بالظفر داكناً أيضاً، ما قد يشير إلى سرطان الجلد، وهو أخطر أنواع سرطان الجلد، وعادة ما يكون نتيجة التعرض للأشعة فوق البنفسجية (أشعة الشمس أو أسرة التسمير).

لكن، في معظم الأحيان، لا داعي للقلق بشأن الخط الداكن، الذي يُطلق عليه أيضاً اسم الميلانيشيا.

**التعجر**

يمكن أن يكون تعجر الأظافر أو الأصابع نتيجة للعديد من الحالات، مثل التليف الكيسي، وأمراض القلب، وداء كرون، وأنواع أخرى من السرطان - أو وراثياً.

**اصفرار**

قد يكون اصفرار الأظافر ببساطة نتيجة لارتداء طلاء الأظافر لفترة طويلة.

ولكن من الضروري البحث عن التغييرات الأخرى حول الظفر، فقد يكون تغير اللون في الظفر علامة تحذير مبكرة لمرض الغدة الدرقية.

وتؤدي الغدة الدرقية، وهي غدة تقع داخل الرقبة، إلى إنتاج عدد من الهرمونات اللازمة لاختلاف جوانب الصحة.

وعندما تكون غير نشطة، فإنها تسبب التعب، والحساسية من البرد، والإمساك، وجفاف الجلد وزيادة الوزن.

وعندما يكون النشاط مفرطاً، قد يعاني الشخص من فقدان الوزن والقلق وصعوبة النوم والتعب والحساسية للحرارة.

وتقول الجمعية الأمريكية للأمراض الجلدية إن مشاكل الغدة الدرقية يمكن أن تسبب ظهور الأظافر سمكية وجافة وهشة أو ناعمة ولا معة ومتفتتة.

وتشير التقارير إلى أن "أطراف الأصابع المتورمة والأظافر المنحنية والجلد السميك فوق الظفر غالباً ما تكون علامات على مرض الغدة الدرقية".

وقد تسبب الصدفية في تغير لون الجلد الموجود أسفل الظفر - من الأصفر إلى الوردي أو البني - ما يتسبب في ظهور بقع من اللون على الظفر.

المناعة والدورة الدموية لدى الشخص، وهو ما يحدث غالباً عند مرضى السكري. والمصابون بداء السكري أكثر عرضة للإصابة بعدوى فطرية تسمى الفطار الظفري، عادة في أظافر القدم.

**أصفر وسميك**

تعد الأظافر الصفراء والسميكة علامة على مرض السكري طويل الأمد، ولكن من المحتمل أن تظهر في وقت مبكر من المرض، وتزداد البكتيريا والفطريات عندما يضعف جهاز



## الفلفل الحار طعم يحرق اللسان وفوائد مذهلة للجسم

أثارت تحديات تناول الفلفل الحار على "تيك توك" الكثير من التساؤلات حول الأذى الذي قد يتسبب به تناول الطعام والصلصات الحارة، فهل يتسبب الفلفل الحار بأذى حقيقي للجسم؟. يقترح أحد خبراء التغذية من مستشفيات جامعة كليفلاند ميديكال سنتر في أوهايو أنه قد يحرق الفلفل الحار اللسان ويؤدي إلى بعض الضيق المعدي المعوي أثناء انتقاله عبر القناة الهضمية، إلا أنه يمكن أن يساعد في الواقع على تحسين الصحة مدى الحياة.

وفقاً لميتالونيس، أظهرت الأبحاث أن أولئك الذين تناولوا طعاماً حاراً ست مرات في الأسبوع كان لديهم خطر أقل للوفاة المبكرة مقارنة بالأشخاص الذين تناولوا طعاماً حاراً أقل من مرة واحدة في الأسبوع. وشملت الفوائد خفض الكوليسترول، وانخفاض فرصة الإصابة بأمراض القلب، وتحسين صحة المعدة والأمعاء، وحتى فقدان الوزن، لكن بينما وجدت هذه الدراسات ارتباطاً، إلا أنها لم تثبت علاقة السبب والنتيجة.

يعتبر الكابسيسين أيضاً مكوناً رئيسياً في عدد من أدوية تخفيف الآلام المستخدمة لعلاج الأمراض من التهاب المفاصل إلى الألم العضلي الليفي إلى الصداع. وبحسب ميتالونيس، والخبر السار هو أنه بالنسبة لمعظم الأشخاص الأصحاء، وحتى أولئك الذين يشاركون في التحديات الشديدة التي تنطوي على استهلاك الفلفل الحار لتسجيل الأرقام القياسية، فإن تناول الأطعمة الغنية بالتوابل لا يشكل أي مخاطر جسيمة أو دائمة على صحتك ولا يتطلب عادة علاجاً طبياً.

مستشفيات الجامعة، جينا ميتالونيس: "لكن الكابسيسين لا يحرق في الواقع، بدلاً من ذلك، فإنه يخدع عقلك ليحمله أن تغير درجة الحرارة قد حدث مما أدى إلى الإحساس بالحرارة والألم". وأضافت: "إنها مجرد محاولة لجسمك للتهدئة والتخلص من الأعراض التي تسببها التوابل التي لا تنسى، مثل سيلان الأنف والتعرق والعينين الدامعة وحتى سيلان اللعاب".

وجدت الدراسة أنه أثناء تناول الطعام الحار، ترتفع درجة حرارة الجسم في الواقع في محاولة لتبريد الجسم. عادة ما يفضل الكابسيسين عن مستقبلات الألم في الفم بعد حوالي 20 دقيقة، ولكن بعد ذلك تبدأ مجموعة جديدة كاملة من الأعراض بمجرد أن يبدأ في الانتقال عبر الجهاز الهضمي،

يمكن أن يسبب إحساساً بالحرق في الصدر، والفواق، وتورم الحلق، والغثيان، والقيء، وحركات الأمعاء المؤلمة وحتى الإسهال. لكن الخبراء يعتقدون أن الصراع على المدى القصير قد يستحق العناء على المدى الطويل.

والكابسيسين المكون الموجود في الفلفل والذي يسبب تلك الحرارة المميزة، هو مركب كيميائي شبيه بالزيت يرتبط بمستقبلات الألم على اللسان وفي جميع أنحاء الجهاز الهضمي، إنه مادة الكابسيسين التي تجعل عقلك تشعر وكأنك تحترق عندما تقضم فلفل هالابينو. أوضحت أخصائية التغذية في







**الغفج**

**حكومة دبي للإقتصاد والسياحة**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70021

**شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي**

اسم المصفي : احمد الجوسني محاسبون ومراجعون قانونيون شركة الشخص الواحد ش.م.ذ.م، العنوان : مكتب رقم 805 ملك يوسف محمد رسول محمد -بردي - برج خليفة - حافت، فاكس:044341111-044341112

بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ليد لاند فريت اند لويسستكس ش.م.ذ.م وذلك بموجب قرار محكمة دبي بتاريخ 2022/8/24 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2021/6/21 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبة الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان

المسؤول المخول

**الغفج**

**حكومة دبي للإقتصاد والسياحة**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70533

**شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلل شركة**

اسم الشركة : ليد لاند فريت اند لويسستكس ش.م.ذ.م، العنوان : مكتب رقم 0501 ملك الصفر لادارة العقارات ش.م.ذ.م - المركز التجاري الاول، الشكل القانوني شركة ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 653622 رقم الفيد بالسجل التجاري ، رقم 1075878 ، هذا تعين دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلل الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/8/24 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2016/2/21 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين احمد الجوسني محاسبون ومراجعون قانونيون شركة الشخص الواحد ش.م.ذ.م ، العنوان : مكتب رقم 805 ملك يوسف محمد رسول محمد -بردي - برج خليفة - حافت، فاكس: 044341111-044341112 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان

المسؤول المخول

**الغفج**

**محاكم دبي**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70197

**اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٧١٩/٢٠٢٢/٢١١ تنفيذ عقاري**

المنظورة في: دائرة التنفيذ الرابعة رقم ١٨٦  
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر بتاريخ ٢٠٢٢/٠١/٢١ في الدعوى رقم ٢٠٢٢/٠١/٢١ - أ على عرضة تمهين بسداد المبلغ المقتضى به والبالغ قدره (١٠٠,٧٢٥) درهم عشرة آلاف وسبعمائة وخمسة وخمسون درهماً وشاملاً للرسوم والمحاريف .  
طالب التنفيذ : رياض عبد المجيد محمود الكبيان - بصفته الشخصية وبصفته ممثلي الكبيان مشاركون للحمامة والاستشارات القانونية - واخرون  
عنوانه: امانة دبي - منطقة الخليج التجاري - شارع المستقبل - برج بيزنس - بجانب برج دبي واي امينات - مقابل فندق JW ماريتيم - ماركي - الطابق رقم ٢٩ - مكتب رقم ٢٩٠٦  
الطوبى اعلانه : ١- نوبهاش داموديراسار - صفته : مستخدم  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتدفع به وقرده (١٠٧٢٥) درهم إلى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**الغفج**

**محاكم دبي**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70021

**اعلان بيع عقار بالنشر في التنفيذ رقم 12/2017/204 تنفيذ شرعي**

رقم التنفيذ: 2022\_138082  
رقم الإجراء: 224800  
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 2015/1784 حول شق مسطح وتعدل باستلاف رقم 2016/515-496/2016 استلاف اموال شخصية ومواريث المصفي الاصيل بالنشر في الدعوى رقم (30774) ومعه شامل الرسوم والمحاريف مع الالتزام بسداد الضريبة في تاريخ الاستئناف  
طالب التنفيذ: ايما مزيهو - عنوانه: امانة دبي - شارع الشيخ زايد - منطقة الخليج التجاري طريق الامارات شرق كورال فور الطابق 2002 - ويملئه: خالد محمد سعيد بوجيم  
المطوبى اعلانه: كريمة فلسطين ثابت، صفاة: مستخدم  
موضوع الاعلان : قد تم بيع عقار بالتملك في تاريخ 2018/05/05 الى السيد ابراهيم النخعي العادل بالتنازل عن المصفي المحال سجي سيع العادل الوصيعة اوصافه اتمه لدى الجهة التي اقيمت عليها البيع (شركة الامارات لتصريات وعلى شقها http://www.emiratereaction.ae) وعلى راضي الشراء اتمام تأمين لا يقل عن 20% من التمن الامتسا قبل دخول المزاد وفق من لديه اعتراض على البيع التقدم باضرارته مبرزاً بما يبهر من مستندات قبل الصلة الصفة البيع وبه التوازيه بحدده 301 من قانون الاجراءات المدنية وعلى من يعترض انذار اتمام التمن والصاريف خلال ايام التمن الالية لجلسة اول وقت تحصيل قيد دعوى من دون ان يبرهن ان زيده على التمن خلال الايام المحررة لتاريخ الرسوم والا يبرهن ان لا يقل عن عده الزيادة من عن التمن على ان يبرهن ان يبرهن التمن المبرهن والصرافات خزينة المحكمة وما بين ايام الاستئناف الخاصة به من عدمه - للتحقق من قيمة العقار رقم 198 سحاه اقيمة 59,04 متر مربع - مكتب رقم 8 - اسم المصفي سنجون 1 - رقم الوحدة 103 - قيمة الوحدة 10561367 درهم وعلى بيع عقار مسطاه - ملاحقات 1- يدفع المبلغ فيها.

**الغفج**

**الامارات العربية المتحدة وزارة العدل**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70392

**إعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم SHCFICIPOR2022/0000581 تجاري جزئي**

الى المدعي عليه: ستيل فورت ش.م.ج - هندي الجنسية ، كبران مانفات ديفكاران - هندي الجنسية ، جيمي جوسيف بالترا فارغيس بابي - هندي الجنسية

تتعلق بان الادعاء بنك العمري ش.م.ج

قد اقام الدعوى المذكورة اعلاه للمطالبة وصدور الحكم الاتي الحكم حكمت المحكمة بمخابية الحضورى بالزام المدعي عليه بالتضامن فيما بينهم بان يؤدوا للبنك المدعي مبلغ (18٧,٤٥٧,٤٦) درهم مائة وسبع وثمانون الفا واربعمائة وسبعة وخمسون درهما وستاربعون فيسا والفائدة القانونية بواقع ٥% سنويا من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام السداد على أصل الدين والقدر بمبلغ (١١٥,٧٢٤,١٢) درهم وعلى الات تجاوز الفائدة المبلغ القضي به والزامهم بالرسوم والمحاريف و ٥٠٠ درهم مقابل انجاب الحمامة المحكمة الابتدائية المدنية

**الغفج**

**الامارات العربية المتحدة وزارة العدل**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70392

**إعلان منفذ ضده بالنشر محكمة الشارقة الاتحادية - اعلان منفذ ضده بالنشر**

إخطار دفع رقم 0005320/2022 SHCXCIBOUNCE2022/0005320 الشيكات الترجمة إلى المدعي عليه : شاجاهان شاكارا عبدالله حاجي

حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ مالك عبداللطيف مناع - الجنسية سوري ، في القضية المشار اليها اعلاه، وبما ان المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الدعوى المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذة كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف ١١٠٥٠٠٠ يودا لذلك اتمت مكتب تنفيذة ما جاء في السنه التنفيذي المدعي المشار اليه اعلاه خلال (١٥) يوما من تاريخ اعلانك باعلانك بهذا الاخطار ، وفي حالة تخلفك عن ذلك فان المحكمة ستتخذ بحقك اجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

**الغفج**

**الامارات العربية المتحدة وزارة العدل**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70533

**إعلان مدعي عليه بالنشر لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية**

الدعوى رقم 0002578/2022/JCFCIREA2022 (جزئي)

إلى المدعي عليه : فؤاد فيلوي - مجهول محل الإقامة

أتمت مكتب بالحضور جلسة 2022/9/7 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 6) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.

2022/8/29 حرر بتاريخ

مكتب الخدمات القضائية  
إيمان أحمد العوضي

**الغفج**

**الامارات العربية المتحدة وزارة العدل**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70533

**رقم العمالة MOJAU\_2022-0085290**

**تنازل /بيع - اعلان**

حيث ان السيد:سالم راشد ربيع بوخطامين السويدي - اماراتي الجنسية يملك الرخصة التجارية (ربوع الزديد للخطاطة) رخصة تجارية والتي تأسست بالشارقة بموجب رخصة رقم:531088 حيث ان السيد:سالم راشد ربيع بوخطامين السويدي - اماراتي الجنسية يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته في الرخصة التجارية (ربوع الزديد للخطاطة) البالغة 100% إلى السيد: لاجو رايدكر شتان ياديني شان راخان رايدكر شتان - هندي الجنسية - تنازل صاحب الرخصة لآخر - تغيير الشكل القانوني من مؤسسة فردية إلى وكيل خدمات. وعمابندس المادة (14)قرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 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 أي اعتراض على ذلك عليه التايح السبل القانونية حيال ذلك .

الكاتب العدل

**الغفج**

**محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70392

**اعلان بالناشر في المنازعة رقم: ٤١١/٢٠٢٢/٣١٢ تعيين خبرة**

المنظورة في: الدائرة القضائية الثالثة رقم ٧٥٢

موضوع المنازعة : المطالبة بنسب خبير متخصص مع الزام المدعي عليه بالرسوم والمحاريف والاعاب المتعلق بمسائل الحكم بالنفاذ الملج بل كامله .

عنوانه: الامارات - امانة عجمان - التعمية - شارع خليفة بن زايد - مبنى سكاي تاور - شقة ٣٠٤

ويملئه نوال سالم سعيد سالم باطوبوع

المطوبى اعلانه : ١- الوادي الاضهر للعقارات ذ.م.ج - شركة الوادي الاضهر اى ال ام المساهمة للانضمام للصناعة والتجارة - صفتهما : متنازعهما  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بنسب خبير متخصص مع الزام المدعي عليه بالرسوم والمحاريف والاعاب الحماة وشؤون الحكم بالنفاذ الملج بلا كامله - وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/٨/٢١ الساعة:١٠:٠٠ صباحا بقاعة التفاضل عن بعد لذا فالتكف بالحضور أو من يمثلك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للحكمه قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم

**الغفج**

**محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70392

**اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٤١٠/٢٠٢٢/٢٠٧ تنفيذ تجاري**

المنظورة في: دائرة التنفيذ الثانية رقم ١٨٤

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢١/٢٩٢ تجاري مصارف جزئي ، بسداد المبلغ المتدفع به وقرده (١٨٥,١٦٥,٢٦) درهم شامل الرسوم والصاريف .  
طالب التنفيذ : مصرف الهلال ش.م.ج  
عنوانه: الامارات - امانة الشارقة - الخان - الشارقة  
المطوبى اعلانه : ١- شعاع احمد سعيد المطروشي - صفته : مستخدم  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتدفع به وقرده (١٨٥١٦٥٢٦) درهم إلى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**الغفج**

**محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70197

**اعلان محضر حجز بالنشر في التنفيذ رقم ٢٢٨/٢٠٢٢/٢١١ تنفيذ عقاري**

المنظورة في: دائرة التنفيذ الرابعة رقم ١٨٦

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢١/٨١١ عقاري جزئي ، بسداد المبلغ المتدفع به وقرده (٢٢٦,٩١) درهم شامل الرسوم والمحاريف .  
طالب التنفيذ : الزايبا المقابرية منطقة حرم ذ.م.ج  
عنوانه: الامارات - امانة دبي - بردي - ابراج بحيرات العمير/ ابراج مزاليا بزنس افينو - برج ١٨٨ - مقابل كلاسرا ا الطابق ٤٤ - رقم مكاني: ١٢٨٤٧٣٧٦٥  
المطوبى اعلانه : ١- اباد فقري حاج بركي ٢- فقري اسماعيل حاج بركي - صفتهما : مستخدمهما  
موضوع الاعلان : فلتمك بناه تم الحجز على اموالك الخاصة وفي عبارة عن منطقة وادي الصفا وقرده (١٠٢,٢٩١) اسم المبنى مزاليا ١١ - رقم البني ١ - رقم البنيدي ٦٤٢-٦٧١ - رقم الارض 1٤٢٢ وياه للميلع الطالب به في النفا اعلاه وذلك للعلم بما جاء وفقاً ومفوهه قانونا .

رئيس الشعبة

**الغفج**

**محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70197

**اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٣٦٨/٢٠٢٢/٢٠٧ تنفيذ تجاري**

المنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٨٤

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢١/٤٨٥٢ اراء، بسداد المبلغ المتدفع به وقرده (٢٢٠,٩١) درهم شامل الرسوم والمحاريف .  
طالب التنفيذ : شركة الدانوب لتجارة مواد البناء ذ.م.ج - فرع  
عنوانه: الامارات - امانة دبي - ديرة - دبي - شارع دبي ياس - مبنى توين تاور - شقة طابق ٢١٠٤-٢١ بجوار فندق دادسون بلو - ويملئه: معصومة حسن ناصر الصاع  
المطوبى اعلانه : ١- الفيش الوطنية للملابات ش.م.ج - صفته : مستخدم  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتدفع به وقرده (٢٢٠,٩١) درهم إلى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**الغفج**

**محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70392

**اعلان بالنشر في المنازعة رقم: ٤١١/٢٠٢٢/٣١٢ تعيين خبرة**

المنظورة في: الدائرة القضائية الثالثة رقم ٧٥٢

موضوع المنازعة : المطالبة بنسب خبير متخصص مع الزام المدعي عليه بالرسوم والمحاريف والاعاب المتعلق بمسائل الحكم بالنفاذ الملج بلا كامله .

عنوانه: الامارات - امانة دبي - بورسعيد - ديرة - مبنى سكاي تاور - شقة ٣٠٤

ويملئه ريمه عيبدالله ناصر العويس الشافعي

المطوبى اعلانه : ١- اويس للتحقق القضائية - ديرة - صفته : مدعي عليه  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقرده (٢٧١,٢٤,٧٧) درهم والرسوم والمحاريف والاعاب الحماة الفائدة ٥% من تاريخ الاستئناف وحتى السداد التام - وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/٨/٢١ الساعة:١٠:٠٠ صباحا بقاعة التفاضل عن بعد لذا فالتكف بالحضور أو من يمثلك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للحكمه قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم

**الغفج**

**محاكم دبي محكمة التنفيذ**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70021

**اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٠٧/٢٠٢٢/١٥٠٤ تنفيذ تجاري**

تفاصيل الاعلان بالنشر

الى المنفذ ضدته ١- ابراهيم علي كلنتر - مجهول محل الإقامة

بما ان الطالب التنفيذ/ اميكس (الشرق الاوسط) ش.م.ج (م) الامارات (حاليا) شركة امريكان اكسپرس (الشرق الاوسط) ش.م.ج (سابقا)

ويملئه: محمد عيسى سلطان السويدي

قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتدفع به وقرده (٥١٧١٤,٢٧) درهم إلى 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

**الغفج**

**محاكم دبي محكمة التنفيذ**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70021

**اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٠٧/٢٠٢٢/٢٤٠ تنفيذ تجاري**

تفاصيل الاعلان بالنشر

الى المنفذ ضدته ١- الاقاهونيجال مونيكال لويس توني - مجهول محل الإقامة

بما ان الطالب التنفيذ/ اميكس (الشرق الاوسط) ش.م.ج (م) الامارات (حاليا) شركة امريكان اكسپرس (الشرق الاوسط) ش.م.ج (سابقا)

ويملئه: محمد عيسى سلطان السويدي

قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتدفع به وقرده (٤٥٠٤,٦١) درهم إلى 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

**الغفج**

**محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70392

**اعلان بالنشر في المنازعة رقم: ٤١١/٢٠٢٢/٣١٢ نزاع محدد القيمة**

المنظورة في: الدائرة القضائية الثالثة رقم ٧٥٢

موضوع المنازعة : المطالبة بمبلغ (٤٩,٣٨٣,٤٤) .

المنزاع: دولر الشرق الاوسط لتأجير السيارات - شركة الشخص الواحد ذ.م.ج

عنوانه: الامارات - امانة دبي - الكرامة - بردي - دبي - شارع الكرامة - مبنى ارتكو - شقة الثانية - شريفتي تأجير السيارات

المطوبى اعلانه : ١- اوبكس للخدمات الفنية ش.م.ج - صفته : متنازع ضده  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بمبلغ (٤٩,٣٨٣,٤٤) - وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠٢٢/٨/٣١ الساعة:١٠:٠٠ صباحا بقاعة التفاضل عن بعد لذا فالتكف بالحضور أو من يمثلك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للحكمه قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم

**الغفج**

**الامارات العربية المتحدة وزارة العدل - الشؤون الفنية والتعاون الدولي**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70533

**إعلان مدعي بالوفاء برقم المحرر 2022/0080738**

المحطرة: سمات للسفريات ذ.م.ج والرخصة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة برقم 19804 العنوان: الشارقة - ام الطرفة- شارع ابراهيم محمد المدغ- شقة رقم 106 طابق رقم 1 ملك السمود، 9521999576-0504644100 بوكالة: امير مدين مدين فاني مدين

المحطر اليه: عبيدالفار بالخال - الجنسية: الهند

عنوانه: الشارقة - الرورقة - ام الطرفة (بالقرب من كم ام لتجارة) ت 0558328678-065676516

موضوع الاخطار: اخطار عدلي لوفاء بمبلغ وقرده 50.000 خسون ألف درهم

الواقع: حيث ان المحطر اليه قد حذر لصالح المحطر شيك رقم (00003) بقيمة (50.000) خسون ألف درهم فقط لا غير المسحوب على بنك المشرق والحمد بتاريخ 2022/07/14 حيث ان الشيك تم اعادته لاعلاق الحاسب

حاول المحطر تحصيل قيمة الشيك من المحطر اليه بالطرق الودية مرارا وتكراراً لكن دون جدوى بناء على ذلك يعلن المحطر المحطر اليه بالضرورة دفع قيمة الشيك في فترة الصفا خمسة ايام من تاريخ استلامه للاخطار ولا سوف يقدم بانخاذ الاجراءات القانونية لذلك.

وعليه يتنسى المحطر من مساعدة كاتب العدل بالشارقة الاخطاركم بهذا رسمياً

الكاتب العدل

**الغفج**

**الامارات العربية المتحدة وزارة العدل**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70392

**إعلان مدعي بالوفاء**

في الدعوى رقم A/JCFCIPOR2022/0002335 تجاري جزئي

الى المدعي عليه: تلك الجينجيز ذ.م.ج

تحيطكم علما بأنه بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٢٥ م قد حكمت عليكم هذه المحكمة في الدعوى المذكورة بالرقم اعلاه المدعي: طائر النورس (اتش في ايه سي) للصناعة ش.م.ذ.م.م

بالتالي: قررت المحكمة الزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ (٧٥٥٩٥,٠١) درهم والقائدة القانونية بواقع ٥% من تاريخ المطالبة بالحاصل في ٢٠٢٢/٦/١٣ وحتى تمام السداد والزامها بالرسوم والصاريف وخمسائة درهم مقابل انجاب الحمامة ورهضت ماعدا ذلك من طلبات - حكماً قابلاً للاستئناف خلال ٣٠ يوماً اعتباراً من اليوم التالي لاستلامكم هذا التبليغ .

الحكمة الابتدائية المدنية

**الغفج**

**الامارات العربية المتحدة وزارة العدل**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70533

**إعلان مدعي بالوفاء لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية**

الدعوى رقم 0005437/2022 SHCFICIREA2022 (جزئي)

إلى المدعي عليه : طارق محمد احمد بختيت - مجهول محل الإقامة

بناء على طلب المدعية: بانجكت لتأجير السيارات قد رفعت الدعوى المذكورة اعلاه مطالبة بكم - الزام المدعي عليه بدفع مبلغ 1799 درهم والفائدة القانونية بواقع 12% من تاريخ قيد الدعوى - الزام المدعي عليه بدفع الرسوم والصروفات - اعلان المدعي عليه بجلسة ولاحقة الادعاء - شمول الحكم بالنفاذ الملج طبقاً لاحكام المادة 299 الفقرة 5 من قانون الاجراءات المدنية.

اتم مكتب بالحضور جلسة 2022/8/31 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 2) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 2022/8/29

مكتب الخدمات القضائية  
محمد حسين امين الللا

**الغفج**

**محاكم دبي محكمة التنفيذ**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70392

**اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٧٧١/٢٠٢٢/٢٥٢**

تفاصيل الاعلان بالنشر

الى المنفذ ضدته ١- محمد عبيداحمد سعيد محمد

مجهول محل الإقامة

بما ان الطالب التنفيذ/ خالد هاشم محمد محمد عبيدالمطلب

بتاريخ: ٢٠٢٢/٨/٢٩ قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتدفع به وقرده (٤٥٠,٧٤) درهم إلى 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

**الغفج**

**حكومة دبي للإقتصاد والسياحة**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70021

**شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي**

اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات - بتعين مصفي

العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة حميد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - حافت، فاكس: 042973060-042973071

بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية اضعاء المدينة لتجارة ش.م.ذ.م. وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/8/24 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/8/24 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبة الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان

المسؤول المخول

**الغفج**

**حكومة دبي للإقتصاد والسياحة**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70021

**شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلل شركة**

اسم الشركة : اضعاء المدينة لتجارة ش.م.ذ.م

العنوان : محل رقم 6-5 ملك عليا عبيد حميد سيور - ديرة الوطن ، الشكل القانوني شركة ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 551465 رقم الفيد بالسجل التجاري ، 61549 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلل الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/8/24 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/8/24 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين اتش ايه ام لتدقيق الحسابات ، العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة حميد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - حافت، فاكس: 042973060-042973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان

المسؤول المخول

**الغفج**

**الامارات العربية المتحدة وزارة العدل - الشؤون الفنية والتعاون الدولي**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70533

**إخطار عدلي بالوفاء برقم المحرر 2021/0071698**

المحطّر، طاهر رسول عبدالمجود - بانكستي الجنسية ويحمل بطاقة هوية رقم 784198585132685 العنوان: الشارقة- النمام، حاتف، 0511774852

المحطّر اليها الثاني: سعيده عبيد ربيع اسماعيل - اماراتية الجنسية

العنوان: الشارقة- الفران: بالقرب من مطار الشارقة حاتف رقم، 0544000541

موضوع الاخطار: اخطار دفع قيمة الشيك وقيمة التحويل الاتي

الواقع: حيث ان المحطّر اليها الاولى قد حذرت لصالح المحطّر شيك رقم (000086) بقيمة (10.000) درهم (عشرة الاف درهم فقط لا غير) مسحوب على (بنك الاتحاد الوطني) مستحق الدفع بتاريخ 2021/09/01 حيث ان الشيك تم استرجاعه بسبب تعديل على الشيك بدون توقيع سليم عليه

حاول المحطّر تحصيل قيمة الشيك من المحطّر اليه بالطرق الودية مرارا وتكراراً لكن دون جدوى بناء على ذلك يعلن المحطّر المحطّر اليه بالضرورة دفع قيمة الشيك في فترة الصفا خمسة ايام من تاريخ استلامه للاخطار ولا سوف يقوم بانخاذ الاجراءات القانونية لذلك وعليه يتنسى المحطّر من مساعدة كاتب العدل بالشارقة الاخطاركم بهذا رسمياً

الكاتب العدل

**الغفج**

**الامارات العربية المتحدة وزارة العدل - الشؤون الفنية والتعاون الدولي**

العقد ١٣٦٣٣ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٢٠ 70533

**إخطار عدلي بالوفاء برقم المحرر 2022/0080214**

المحطّر، سمات للسفريات ذ.م.ج والرخصة من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة - شقة رقم 106 طابق رقم 1 ملك السمود 9521999576-0504644100 بوكالة: امير مدين مدين فاني مدين

المحطّر اليه الاول: زمير للسياحة ذ.م.ج العنوان: دبي - التعمية - بناية الشريف - الطابق الاول - مكتب رقم 8، ت: 043977813-0551083253

المحطّر اليه الاول: مياس على دهقان الجنسية: جمهورية ايران الاسلامية العنوان: دبي - التعمية - بناية الشريف - الطابق الاول - مكتب رقم 8، ت: 043977813-0551083253

موضوع الاخطار: اخطار عدلي لوفاء بمبلغ وقرده 50.000 خسون ألف درهم

الواقع: حيث ان المحطّر اليه قد حذر لصالح المحطّر شيك رقم (001905) بقيمة (50.000) خسون ألف درهم فقط لا غير المسحوب على بنك المشرق والحمد بتاريخ 2022/06/07 حيث ان الشيك تم اعادته لاعلاق الحاسب. حاول المحطّر تحصيل قيمة الشيك من المحطّر اليه بالطرق الودية مرارا وتكراراً لكن دون جدوى بناء على ذلك يعلن المحطّر المحطّر اليه بالضرورة دفع قيمة الشيك في فترة الصفا خمسة ايام من تاريخ استلامه للاخطار ولا سوف يقوم بانخاذ الاجراءات القانونية لذلك.

وعليه يتنسى المحطّر من مساعدة كاتب العدل بالشارقة الاخطاركم بهذا رسمياً

الكاتب العدل

•• المشاركة-الفجر:

بمناسبة يوم المرأة الإماراتية، احتفت "هيئة الشارقة للكتاب" بتجارب الكاتبات والمبدعات الإماراتيات، حيث أضاءت على مشروعهن الإبداعي، ومسيرتهن في الكتابة، على حساباتها الرسمية على مواقع التواصل الاجتماعي، لتقدم للأجيال الجديدة نماذج من المبدعات الإماراتيات، وتكشف حضورهن وحجم مشاركتهن في استكمال مسيرة النهضة الثقافية التي شهدتها الدولة خلال خمسين عاماً من تأسيس الاتحاد إلى اليوم.

ووجهت الهيئة من خلال مقابلات مصورة مع ثلاث كاتبات إماراتيات، رسالة إلى جمهورها على مواقع التواصل الاجتماعي، أكدت فيها أن نهضة البلدان تبدأ من الاستثمار في المعرفة وبناء أجيال من القراء، يدركون مسؤوليتهم تجاه بلدانهم، حيث استضافت المقابلات كلاً من الروائية إيمان اليوسف، والقاصة صالحه عبيد، والإعلامية والكاتبة صفية الشحي، للحديث عن رؤيتهن للقراءة، وعلاقتهم بالكتب، وما يطمحن لتحقيقه في الكتابة.



استعرضت تجارب معاصرة لكاتبات من الأدب الإماراتي

## «الشارقة للكتاب» تحتفي بالمرأة شريكاً في صناعة المشهد الثقافي الإماراتي

حجر أساس لأحداث قصصية، مشيرة إلى أن فن الكتابة للطفل ساعدها على ممارسة أمومتها بشكل أفضل، فقد عززت المواقف التي تكتب عنها في نفس أبنائها المسؤولية لابتكار الحلول للتحديات التي تواجههم. وحول الظروف التي تفضل فيها الكتابة، لفتت صافية إلى أنها لا تعتمد على طقوس معينة للدخول في عالم الكتابة، بل تجدها تكتب في أشد أوقات الضغط والأعباء الحياتية، وتمارس الكتابة في أي مكان وأي زمان.



وتحدثت الكاتبات خلال استضافة الهيئة لهن، عن المرأة الإماراتية، وما تمثله من رمزية في الأدب، والفن، وعن أثر ما حققته في الكتابة والتأليف على مسيرة النهضة الثقافية والإبداعية في الدولة منذ تأسيس الاتحاد إلى اليوم.

شجرة الغاف

تري إيمان اليوسف أن المرأة تشبه إلى حد كبير شجرة الغاف، فهي



مصدر الإلهام

من جهتها، قالت صالحه عبيد: "إن المرأة الإماراتية أشبه ما تكون بالبحر، الذي يراقب كل ما يحدث على الشاطئ، وحتى وقت ليس بالبعيد، كان البحر في الإمارات هو مصدر كل التحولات التي تحدث على الضفة، من خير وشر وطمانينة وقلق، لذلك فإني أرى أن المرأة الإماراتية تشبه هذا العالم الثائر في أحيان والساكن في أحيان، والذي يلهم الضفة ويقدم لها الكثير". وحول حضور المرأة في كتاباتها، أكدت صالحه أنها لا تكتفي بأن تصور المرأة في كتابتها بشكل تقليدي، بل تعمل على عكس تأثيرها في القصة، وجعل دورها محورياً في أحداث التغيير. وفي معرض حديثها عن المقارنة بين طموحات المرأة الإماراتية ما بين الماضي والحاضر، لفتت صالحه إلى أن طموحات الإنسان تتبدل باستمرار، وتواكب تطورات العالم، والحرية التي أتاحت للمرأة الإماراتية والتي تحملها مسؤولية أن تذهب إلى مناطق مختلفة في التعبير.

حجر الأساس

أما صفية الشحي، فأكدت أنها تستلهم قصص الأطفال التي تكتبها من مواقف حياتية يمر بها أبنائها، فهي تلهمها أفكاراً يمكن أن تشكل

### برنامج أمير الشعراء

بدأ برنامج أمير الشعراء في عام 2007 وهو برنامج تلفزيوني في الشعر العربي الفصيح تنظمه لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية في أبو ظبي وأطلق على البرنامج أمير الشعراء نسبة للشاعر المصري الكبير والمعروف أحمد شوقي، والبرنامج يُعرض كل عامين مرة على خشبة مسرح شاطئ الراحة بأبوظبي، حيث يتبارى الشعراء بجزالة شعرهم الفصيح أمام لجنة التحكيم



وتصويت الجماهير في جو من التنافس الشريف للحصول على بؤدة البرنامج في ختام المسابقة. تستقبل لجنة التحكيم العديد من الطلبات المشاركة من كافة دول الوطن العربي ومن دول لا تتحدث اللغة العربية أيضاً مثل الدول الأفريقية كالسنگال ونيجيريا وغيرها من الدول، حيث تقوم لجنة

التحكيم بفرز المتسابقين من خلال المقابلات الشخصية لكل شاعر على حدة وصولاً لقائمة العشرين شاعراً الذين سيشاركون في حلقات البرنامج التلفزيوني على مسرح شاطئ الراحة. فيهدف البرنامج إلى الارتقاء بالشعر العربي الفصيح والاهتمام باللغة العربية وتكريسها في نفوس الشباب العربي وتعزيز دور الشعراء ورعاية مواهبهم الشعرية والترويج لهم من خلال البرنامج. في زمن نحن في أمس الحاجة إلى الحفاظ على لغتنا العربية، وعليه تبنت دولة الإمارات العديد من المبادرات للحفاظ على لغتنا العربية مثل مركز اللغة العربية وتحدي القراءة وبرنامج أمير الشعراء وغيرها الكثير إلا أن الفئة المستهدفة في هذا الإطار هم فئة الأطفال لأن هذا الجيل ويحكم التكنولوجيا الحديثة أصبح يميل للغة الإنجليزية وهذا جيد أن نرى أطفالنا يتحدثون اللغة الإنجليزية ولكن أن يكون بالتوازي مع لغتنا العربية، فكم من قصائد أشرت في نفوسنا منذ الصغر ونحن في مقاعد الدراسة وأحبنا اللغة العربية من خلالها مثل قصائد المتنبي وطرفة بن العبد وعنترة بن شداد، فلم لا يكون لدينا برنامج أمير الشعراء للأطفال وهو برنامج للشعر العربي الفصيح ولكن يستهدف فئة الأطفال وإن لم يكن الطفل هو من يكتب القصيدة فبمجرد أن يقوم الطفل بإلقاء قصيدة باللغة العربية الفصحى وبالشكل الصحيح فقد وصل البرنامج إلى هدفه ومغزاه.

سعيد الزعابي

استغرقت ثلاثة أشهر..

## ترميم مقصورة آمون رع المعبود الأشهر في مصر القديمة



ورب الحروب كذلك متخذاً بذلك هيئة المعبود «منتو» معبود مدينة أرمنت، والذي أخذ منه «أمون»، كل صفاته الحربية، وأمه العبودة «نوت»، ربة السماء، وكان يتم تصويره أحياناً برأس كبش. ويضيف سلامة، بأنه كان يوجد للمعبود آمون رع، مقر عبادة مشهور على جزيرة أسوان التي تم الكشف بها عن جبانته للكباش كانت تحتوي على عدد كبير من الكباش المحنطة، أحدهما معروض بمتحف النوبة، كما أن طريق الكباش الذي يصل بين معبدي الكرنك والأقصر ما هو إلا تقديس من المصري القديم لهذا المعبود.

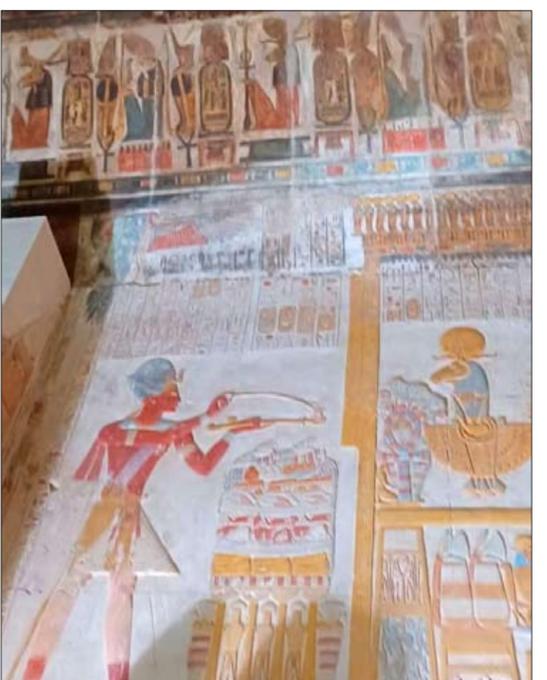
ويعرف معبد سيتي بـ معبد أبيدوس العظيم، حيث كانت تمثل أبيدوس التابعة لحافظة سوهاج في الوقت الحاضر، أهمية كبرى لدى قدماء المصريين، وقد بناه الملك المصري سيتي الأول، وأكمل بناءه نجده رمسيس الثاني. ومن جانبه، أوضح محمد عبد البديع رئيس الإدارة المركزية لآثار مصر العليا، في بيان وزارة السياحة والآثار، إن مقصورة الإله آمون رع هي إحدى المقاصير السبعة الموجودة بمعبد سيتي الأول بأبيدوس وهي مقصورة خصصت لعبادة الإله آمون رع ويوجد في نهاية المقصورة باب وهمي من الناحية الغربية، وتحمل جدران المقصورة عدد من المناظر تمثل رحلة الزورق المقدس للعالم الآخر وبعض الطقوس الدينية وتقديم القرابين للإله آمون رع.

وأضافة سعدى ذكي مدير عام ترميم آثار مصر العليا، أن أعمال ترميم مقصورة الإله آمون رع استغرقت نحو ثلاثة أشهر وشملت إزالة الاتساخات والسناج والتنظيف الميكانيكي وباستخدام فرش مختلفة لإزالة التربة ثم تبعها التنظيف الكيميائي لإزالة طبقات السناج من على سقف المقصورة ثم أعمال استكمال الأجزاء المقفولة من الجدران والسقف وتقوية الألوان ثم المرحلة النهائية وهي مرحلة العزل.

منتج السياحة الثقافية الوافدة إلى مصر، مضيفاً أنه من المقرر ترميم جميع مقاصير المعبد تبعاً، حيث تم البدء مؤخراً في ترميم مقصورة الإله رع حور أختي. ويعتبر المعبود آمون رع، والذي تشر "بوابة الأهرام"، معلومات عنه، هو المعبود الرئيسي لمصر القديمة في معظم الفترات التاريخية، وهو سيد الآلهة عند المصريين القدماء وخالق الأرض والسماء، وكانت كلمة آمون



بمعبد سيتي الأول بأبيدوس بمحافظة سوهاج، بصعيد مصر، وأوضح الدكتور مصطفى وزيري الأمين العام للمجلس الأعلى للآثار أن أعمال الترميم التي يشهدها معبد سيتي الأول في الفترة الحالية وغيره من المعابد والمواقع الأثرية بمختلف أنحاء الجمهورية تأتي في إطار خطة وزارة السياحة والآثار لتطوير المواقع الأثرية بما يعمل على جذب الزائرين من المصريين والسائحين وتشجيع



## منوعات

# الفكر

27

تشارك الممثلة ديان أبي علام في مسلسل (الاتجاه الخاطئ) إلى جانب الممثل تامر نجم، وهو أول عمل يلعبان فيه دور البطولة، كما انتهت من تصوير فيلمين سينمائيين على أن يتم عرض أحدهما على منصة (نتفليكس).

أبي علام تحدثت عن جديدها الفني في هذا الحوار:

تشارك في مسلسل (الاتجاه الخاطئ)

## ديان أبي علام: أقدم شخصية جديدة معقدة وصعبة جداً

- (الاتجاه الخاطئ)، وهو مسلسل طويل يتألف من 100 حلقة. المسلسل من كتابة زينة عبدالرازق وإخراج إيلي معلوف وإنتاج شركة (فينيكس) ويشارك فيه عدد كبير من أهم الممثلين اللبنانيين بينهم فادي إبراهيم وسعد حمدان وأسعد رشدان، وتصويره سيستغرق وقتاً طويلاً. في (الاتجاه الخاطئ) أقدم شخصية جديدة لم ألبها سابقاً، وهي شخصية معقدة وصعبة جداً وليست سهلة على الإطلاق، هذا بالإضافة إلى الفيلم الذي سيُعرض قريباً على (نتفليكس).

كما أنني اهتمت بجميعة (حركة السلام الدائم) التي تعنى بحقوق الإنسان وحل النزاعات بالطرق السلمية. وقد أسس والدي هذه الجمعية خلال الحرب الأهلية في لبنان، وهو بدأ كناد، وعندما انضم إليه الكثير من اللبنانيين لأنهم ملوا من الحرب تم تحويله إلى جمعية وهو حيز له مقعداً في الأمم المتحدة، وأنا أركز نشاطي كثيراً على هذه الجمعية لأنني أعتبر أن حقوق الإنسان هي من الأمور السامية.

فنانة تنجح لا بد وأن لديها القومات اللازمة التي تساعدها على النجاح.

- على خطى أي من هذه الأسماء تفضلين السير؟
- لا يوجد اسم معين، بل أحب أن أأخذ شيئاً من كل ممثلة.
- وكيف تصفين هذه الخلطة التي تجمع بين هذه الأسماء؟
- كل ممثلة لديها ما يميزها عن الأخرى ولا توجد واحدة منهن تشبه الأخرى. مثلاً، أحترم جداً تجربة نادين نجيم وأصرارها على تطوير نفسها وتجربتها وقدرتها على التقدم، وسيرين عبدالنور تجيد اختيار أدوارها وما يناسبها وهي عرفت كيف تفرغ اسمها بقوة على الساحة الفنية وهي تؤثر بنا عندما مشاهدتها وتتعاطف معها.
- أما نادين الراسي، فهي رائعة كممثلة وتملك قدرات كبيرة جداً وإحساسها عال جداً، وهيئة وهي أكثر من رائعة وهي (ديفا) حقيقية.
- ما مشاريعك للفترة المقبلة؟

- ستشاركين في مسلسل (الاتجاه الخاطئ) كما انتهيت من تصوير فيلمين سينمائيين، كيف تتحدثين عن هاتين التجربتين؟
- بالفعل سأطرح في مسلسل (الاتجاه الخاطئ)، وهو قيد التصوير، كما شاركت في عمليتين سينمائيين، الأول بعنوان (كذبة كبيرة) للمخرج نديم مهنا وكنا انتهينا من تصويره العام الماضي، ولكنه لم يُعرض حتى الآن، ودوري فيه جميل جداً، ويشارك فيه فؤاد يمين وهبة نور وغيرهما.
- كما انتهيت قبل فترة وجيزة من تصوير فيلمي الثاني وهو من إنتاج شركة بلجيكية ومن إخراج مهدي قنديل، وهذا الفيلم سيُعرض قريباً على منصة (نتفليكس) وهو من بطولتي وتشارك في الفيلم كارول عبود وبرتاديت حديب وسعد حمدان وغيرهم، وقصته مشوقة وتحكي عن الطريقة التي تعمل بها شركات الإنتاج اللبنانية.
- تقصدين عن الحوسبات التي تتحكم بعمل شركات الإنتاج؟
- قصة هذا الفيلم يتم تناولها للمرة الأولى في عمل فني في العالم العربي، وتحكي ما يجري في كواليس شركات الإنتاج وأتوقع أن يؤثر هذا العمل الكثير من الجدل.
- هل يمكن القول إن شركات الإنتاج تظلم بعض الممثلين؟
- لا أشعر بأن هناك ظلماً يلحق بالممثل، لأن كل شيء يعود إلى جهده واجتهاده وقدرته على بناء علاقات في الوسط. لا أؤمن بشيء اسمه ظلم مطلق ليمارس في حق أي ممثل، خصوصاً أنه توجد في لبنان شركات إنتاج عدة وعلى الفنان أن يعرف كيف ينتهز الفرص لأنه لا بد وأن تصله الفرصة المناسبة، إذا ليس من هذه الشركة فمن تلك.
- كل شيء يرتبط بالممثل وبشخصيته والطريقة التي يشتغل فيها على نفسه وقدرته على بناء علاقات جيدة، هذا بالإضافة إلى الموهبة.
- في رأيك، من هي الممثلة الأولى في لبنان؟
- توجد أكثر من ممثلة، أحب نادين نجيم كثيراً وسيرين عبدالنور ونادين الراسي، وهيئة وهي بارعة جداً في التمثيل. كل فنانة قدمت عملاً ناجحاً اعتبرها الأولى، وكل



## هند صبري الأكثر ظهوراً في قائمة نجومات الأفلام الأعلى إيرادات عبر تاريخ السينما المصرية

عبرت النجمة هند صبري عن سعادتها بالنجاح الكبير الذي يحققه فيلمها كيرة والجن والذي يواصل حصده الإيرادات وتجاوز حتى الآن حاجز الـ ١٠٦ ملايين جنيه، ويجمعها بالنجوم كريم عبد العزيز وأحمد عز ويخرجه مروان حامد في تعاونهما الرابع بعد عمارة يعقوبيان وإبراهيم الابيض والفيل الأزرق 2 ويكتبه احمد مراد في تعاونهما الثاني كسينارست بعد الفيل الأزرق 2. هند صبرت عن سعادتها بالعمل خصوصاً أنه يعيد السينما المصرية لعصر البطولات الجماعية الكبرى والإنتاجات الضخمة وتحقيقه كل هذه الإيرادات مؤكدة أن الجمهور المصري والعربي واع جداً ويحب السينما، فالفيلم ويرغم أنه ثلاث ساعات إلا أنه حقق كل هذا النجاح الكبير.

كما عبّرت عن سعادتها بكونها موجودة بثلاثة أفلام هامة وكبيرة وستعيش طويلاً في تاريخ السينما المصرية والعربية.

هند تلعب في الفيلم دور دولت فهمي، وبهذا تصبح هند صبري الأكثر تواجداً في قائمة العشرة أفلام الأكثر تحقيقاً في الإيرادات في تاريخ السينما المصرية بأفلامها كيرة والجن، والفيل الأزرق 2 والذي تجاوز الـ 114 مليون جنيه مصري وفيلم المر والدي الذي اقترب من تحقيق 80 مليون جنيه.

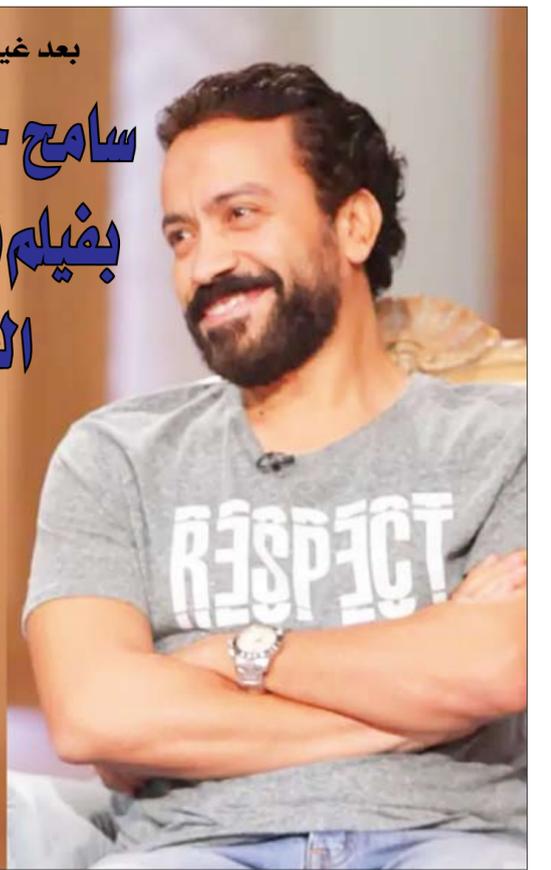


بعد غياب عن السينما

## سامح حسين يعود بفيلم (اللعب مع العيال)

يعود الكوميديان سامح حسين لشاشات السينما بعد غياب دام ثلاث سنوات، بفيلم "اللعب مع العيال". نشر سامح حسين صورة له احتفالاً ببداية التصوير حيث كتب على صفحته الشخصية على موقع التواصل الاجتماعي فيس بوك: "قريباً إن شاء الله، اللعيب مع العيال".

وكانت آخر أعمال الفنان سامح حسين هو فيلم "عيش حياتك" عام 2019، وشاركته البطولة ساندى. "اللعب مع العيال" يناقش مشاكل الآباء والأبناء في الحياة، إخراج هاني حمدي، ويشارك في بطولة الفيلم الطفل منذر والطفل يوسف صلاح.



# الفكر

## دراسة: الاستحمام بالماء البارد يسهم في إنقاص الوزن

خلصت دراسة جديدة إلى أن الاستحمام بالماء البارد يمكن أن يساعد من يعانون السمنة المفرطة على إنقاص أوزانهم. ووجدت الدراسة أن الاستحمام في درجة حرارة 4 درجات مئوية يساهم في تحفيز الجسم للدهون بسرعة أكبر وانقاص الوزن. وأجرى الباحثون تجربة على الفئران، حيث تم تعريضهم إلى نظام غذائي غربي عالي الدهون، وبعد فترة زمنية تعرضت بعض الفئران ذات الوزن الزائد



## عادة خطيرة يمكن أن تؤدي إلى العمى الدائم!

من الغلوكونا إلى التنكس البقعي المرتبط بالعمر، هناك الكثير من أمراض العيون التي قد تحرمك من نعمة البصر. والأسوأ من ذلك، يحذر أحد الخبراء من أن ممارسة معينة قد تشكل خطراً كبيراً على الرؤية من خلال زيادة مخاطر الإصابة بهذه الحالات. وأوضحت سوجاتا بول، رئيسة قسم الخدمات المهنية السريرية وأخصائية بصريات العدسات اللاصقة في Lenstore، الآثار "التي غالباً ما تنسى" للتدخين على العينين. وهذا الضرر لا يشمل فقط السجائر التقليدية، بل يمكن أيضاً للسجائر الإلكترونية أن تكون ضارة، لذا فإن فكرة التخلي عن الأولى وتعويضها بالثانية لن يحمي عينيك. وأضافت بول: "تدخين التبغ معروف وثبت أن له العديد من الآثار السلبية على الجسم، بما في ذلك البصر. ومن منظور قصير المدى، يمكن أن يتسبب دخان التبغ أيضاً في متلازمة جفاف العين، ما يؤدي إلى تهيج العين وألها". وعندما يتعلق الأمر بالمخاطر طويلة المدى، وهنا يأتي دور "فقدان البصر الدائم". وأضاف الخبير: "يمكن أن يزيد التدخين من خطر الإصابة بأمراض العين الخطيرة التي قد تؤدي في بعض الحالات إلى فقدان البصر الدائم، بما في ذلك الضمور البقعي المرتبط بالعمر، وإعتام عدسة العين والمياه الزرقاء". والدخان الإلكتروني ليس أفضل لأنه يسبب الإجهاد التأكسدي للعينين. وتابعت بول: "يحدث الإجهاد التأكسدي عندما يكون هناك خلل في مستويات الأكسجين لديك، ومثل أي مكان آخر في الجسم، يمكن أن يكون للضغط الإضافي آثار سلبية على الصحة. وبمرور الوقت، سيزيد التدخين الإلكتروني من خطر الإصابة بإعتام عدسة العين، والتنكس البقعي وحتى الغلوكونا". وأشارت: "الغلوكونا تخفض البصر ويمكن أن تؤدي إلى العمى الدائم إذا تركت دون علاج".



المخرجة الفرنسية بايا قاسمي خلال حضورها تصوير فيلم YOUSSEF SALEM A DU SUCCES خلال مهرجان الفيلم الفرنكوفوني الأنغولي، غرب فرنسا - اف ب

## قرأت لك

### أكل الثوم في الصباح

بعد الثوم من أكثر الأطعمة الغنية بالفيتامينات والتي تحافظ على صحة الإنسان، كما يساعد على عمل الجهاز الهضمي والدورة الدموية بشكل أفضل. 1 - يحافظ على مستوى الدهون في الجسم: أن تناول الثوم الخام في الصباح، قد يخفف من الدم الطبيعي، مما يساعد على استقرار ضغط الدم والكوليسترول في الجسم. 2 - مصدر للمضادات الحيوية: الثوم الخام هو أحد المضادات الحيوية الطبيعية الأكثر فاعلية، وترتفع هذه الفائدة إذا كان الثوم يستهلك على معدة فارغة. 3 - فوائد الهضم وفقدان الوزن: إن تناول الثوم الخام الصباح يحفز الهضم والشهية، وبالإضافة إلى ذلك يساعد على فقدان الوزن الفعال. 4 - يقلل من ارتفاع ضغط الدم: إن احتواء الثوم على مركبات الكبريت مثل الأليسين، ثنائي كبريتيد الديليل، ثلاثي كلوريد ثنائي الأليل، يمكن أن يساعد في تنظيم مستويات ضغط الدم. 5 - التخلص من السموم: يساعد مركب السلفيدريل في الثوم على إزالة المواد السامة من الجسم، لذلك إذا كنت قد تناولت شيئاً دسماً الليلة الماضية، فمن الأفضل أن تبدأ اليوم التالي بتناول الثوم.

## سؤال جواب

- في أي الأماكن تنتقل من نهار إلى نهار آخر؟ هناك أماكن محدودة في عالمنا الأرضي إذا اجتزنا خطأ وهما تنتقل من اليوم إلى الآخر ترى هذا الخط مرسوم على الخرائط ويسمى خط التوقيت الدولي وهو يقطع المحيط الهادي من الشمال إلى الجنوب يتقدم القسم الواقع شرقي هذا الخط بأربع وعشرين سنة عن القسم الواقع إلى الغرب منه إذا قطعت هذا الخط بواسطة سفينة أو طائرة فإنك قد تكسب نهار أو تخسر نهاراً بحسب الاتجاه الذي تسلك.
- ماذا تعني كلمة الخان؟ -الحاكم؟
- ما المقصود بالدرهل في اللغة العربية؟ - العلم الذي يرفع في الحرب.
- من صاحب ملحمة الفردوس؟ - ملنون.

### ما هي الغلوكونا؟

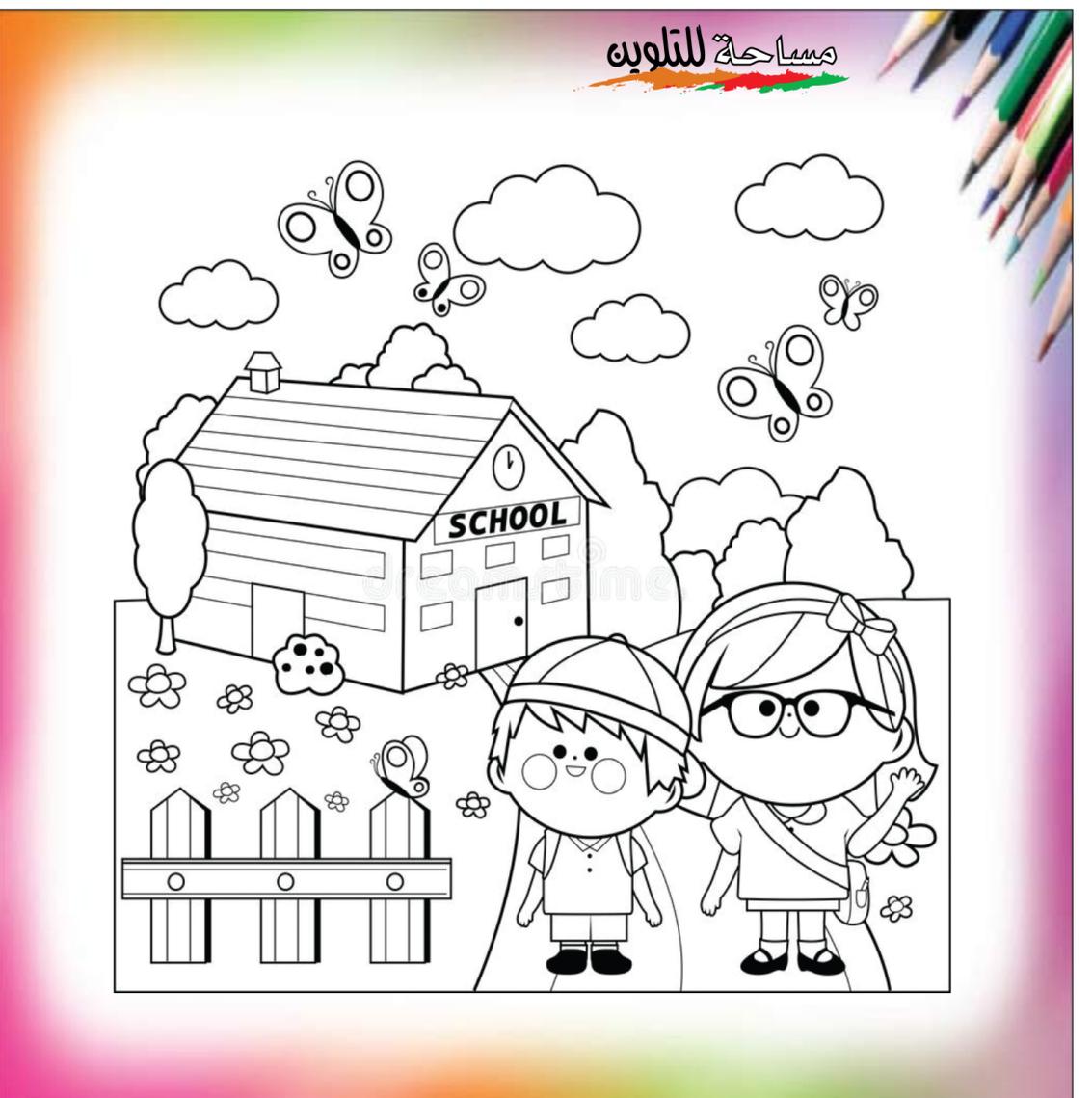
وفقاً لهيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS)، الغلوكونا هي حالة العين التي يتلف فيها العصب البصري، الذي يربط العين بالدماغ. والأسوأ من ذلك، يمكن أن تؤدي حالة العين هذه إلى فقدان البصر إذا لم يتم التقاطها مبكراً. ول سوء الحظ، تتميز الغلوكونا بنقص العلامات التحذيرية، ما يجعل من الصعب اكتشافها. وتميل الحالة إلى التطور ببطء على مدار سنوات عديدة. ومع ذلك، هناك بعض الأعراض التي قد يعاني منها مرضى الغلوكونا مثل الألم الشديد في العين، والتقيؤ والغثيان، واحمرار العين، وصداع الرأس، ورؤية الحلقات حول الأضواء أو رؤية مشوشة. ومن الضروري زيارة أخصائي العيون إذا كنت تواجه أي مشاكل في الرؤية. وأضافت بول: "إذا بدأت في ملاحظة تغيرات في بصرك مثل البقع الضبابية في رؤيتك المركزية، والحاجة إلى مزيد من الضوء للقراءة وبدء ظهور الخطوط المستقيمة متوجة، فعادة ما يكون فحص العين هو الطريقة الأكثر فعالية لاكتشاف أي أمراض تصيب العين مبكراً".

## هل تعلم؟

- هل تعلم أن نقص فيتامين ب الموجود في الخمائر واللبن والبيض واللحم والأجاص والفول والحنطة غير المصنعة والحبوب كالفاصولياء واللوبيا والبطاطا يؤخر النمو ويشوه ويسبب تهيجات واضطرابات في الأعصاب وامساكاً حاداً
- هل تعلم أن فيتامين ج 2 حيوي ولا غنى عنه للجسم ويساهم في الكلس وتنظيم الدورة الدموية ونقصه يؤدي إلى مرض الاسقربوط والنزلات الصدرية على أنواعها
- هل تعلم أن بعض حالات الروماتيزم وروماتيزم المفاصل يعالج بمكبات الثلج وتلقى نجاح كبير
- هل تعلم أن الماء يكون حوالي 90 بالمائة من وزن الجسم
- هل تعلم أن معدّل خفقات القلب يصل إلى 72 خفقة في الدقيقة أو 432 خفقة في الساعة أو 37843200 في السنة
- هل تعلم أن حجم القلب يختلف من شخص إلى آخر وكذلك أبعاده . أما وزنه المتوسط فهو 325غم بالنسبة للرجال أما متوسط وزنه عند النساء فهو 245غم ولكن يتفاوت مع حجم الجسم ووزنه
- هل تعلم أن الفواكه كافة وبالأخص الحمضيات والطماطم -البندورة- تحوي كمية كبيرة من فيتامين ج ويفضل أكل الخضروات الحاوية على الفيتامين طازجة فلانها بالفيتامين

## قصة حكم الاعدام

حدث في ذات يوم ان قتل احد الاشخاص الاغنياء فأقمت الشرطة القبض على احد الرجال العاملين عنده واقدمته بقتله وحكمت عليه بالموت بالسيف ولان الشاب المسكين لم يستطع ان يثبت براءته فقد استسلم لامر الله، وفي يوم تنفيذ حكم الاعدام بهذا الشاب اتى الناس من كل انحاء المدينة لمشاهدة تنفيذ الحكم فيه بقطع رقبته بيد السيف، وجاء السيف بالشاب ثم اركن رقبته على قطعة الخشب التي تدخل فيها رقاب المحكوم عليهم وانتصب في استعداد لتنفيذ الحكم حين جاءت خنفساء طائرة ووقفت على رقبة الشاب فازاح السيف وسيفه والتقط الخنفساء ووضعها على راحة يده حتى طارت فهو لا يريد قتلها لانهم في هذه المدينة يعتبرون قتل الخنفساء نذير شوم خاصة وانها حشرة بريئة، استعد السيف مرة اخرى لقطع رقبة الشاب وهنا وعندما رفع سيفه جاءت الخنفساء مرة ثانية لتحمل على رقبة الشاب المسكين الذي ينتظر الموت فتوقف السيف ليلتقط الخنفساء ويضعها على راحة يده لتطير، ثم تاهب مرة ثالثة لقطع رقبة الشاب وقد بدأ الناس بالهمهمة واصدار الاصوات استجابا لما يحدث وفي هذه المرة وعندما هم بقطع رقبة الشاب جاءت الخنفساء للمرة الثالثة ولم تكن وحدها بل مع اثنتين وحطتا على رقبة الشاب فاستعجب السيف واخذ في التقاطهم ووضعهم على راحة يده ليساعدهم على الطيران وبعد ان انهي مهمته وهم بتطبيق القانون برز من يصرخ ويقول توقف فاذا ملكهم الحبوب الذي كان يقف منتكرا بين افراد الشعب وقال: احسست مما حدث ببرائة هذا الشاب فكونا وثاقه واذهبوا بحثنا عن القاتل الحقيقي.. ولم تمر الايام حتى قبضت الشرطة على الفاعل الحقيقي ومنذ يومها والخنفساء هي نذير الخير وشعار هذه المدينة.



## مساحة للتلوين