



## كيم كارداشيان تتعاون مع دولتشه أند غابانا

طغى على اليوم الرابع من أسبوع الموضة في ميلانو عرض مجموعة "دولتشه أند غابانا" صممت بالتعاون مع كيم كارداشيان. وتهاقت محبو نجمة تلفزيون الواقع بأعداد كبيرة إلى مقر الدار الإيطالية في مركز متروبول في المدينة الواقعة شمال إيطاليا، أسلين في رؤية كارداشيان إشر الحملة الإعلانية الضخمة التي مهدت للحدث والمنشورات الكثيرة حوله عبر الشبكات الاجتماعية. وعرض في خلفية المنصة أثناء الحدث فيلم بالأبيض والأسود لكيم كارداشيان يشعرها الأشقر الهلثيني، وهي تتناول طبقاً من المعكرونة في المطعم. كما تضمن الشريط لقطات بطيئة تظهر النجمة الأميركية وهي تقوم بحركات عادية كمسح فهدما أو تناول قطعة من الخبز. ومشت العارضات على المنصة على وقع موسيقى حماسية لتقديم مجموعة الأزياء بعنوان "تساو كيم" التي اختارت قطعها نجمة تلفزيون الواقع من مجموعات الدار الإيطالية بين 1987 و2007. وتتضمن المجموعة نسخاً مجددة من قطع تاريخية بينها بزات كاملة وهساتين ضيقة وكورسيهات وملابس داخلية شفافة أو من اللاتينيل، إضافة إلى أزياء مريحة وسراويل جينز أو قمصان "كروب توب".

## سلا تقرب الدورة 15 للمهرجان الدولي لفيلم المرأة

تنطلق اليوم الاثنين في المملكة المغربية الدورة الخامسة عشرة للمهرجان الدولي لفيلم المرأة بسلا، بمشاركة نحو 26 فيلماً ضمن أربع مسابقات إضافة إلى أربعة أفلام من السغال "صيف شرف" هذا العام. وتشمل مسابقة الأفلام الروائية الطويلة 10 أفلام من اليابان وإيطاليا ومصر والهند والمغرب وكوسوفو وفرنسا والنرويج وسويسرا وسلوفينيا، فيما تشمل مسابقة الأفلام خمسة أفلام من مصر وليجيا وألمانيا وكينيا وأثيوبيا. وترأس لجنة تحكيم هذه المسابقة المخرجة والنجبة المصرية ماريان خوري ومعها في العضوية الممثلة المغربية فاطم العياشي، والمخرجة والخرجة السويسرية كارولين كوينود، ومارتين ندياي، مديرة مهرجان أفلام المرأة الإفريقية.



## تحذير.. الأظعمة فائقة المعالجة تهدد صحتك العقلية!

وقال بروفيسور إريك هيش، باحث وأستاذ في كلية شميدت للطب بجامعة فلوريدا أتلانتيك، إن "المعالجة الفائقة للطعام تستنزف قيمته الغذائية، وتزيد أيضاً من عدد السعرات الحرارية، حيث تميل الأظعمة فائقة المعالجة إلى أن تكون عالية في السكر المضاف والدهون المشبعة والملح، بينما تكون منخفضة في البروتين والألياف والفيتامينات والمعادن".

ويشرح دكتور بيروكيم أنه "أولاً، من وجهة نظر فسيولوجية، الوقوف أثناء تناول الطعام يمكن أن يتسبب في تجمع الدم في الساقين بسبب الجاذبية، مما يمكن أن يتسبب في انخفاض تدفق الدم إلى الأمعاء، وهو أمر ضروري للحصول على عملية هضم جيدة، وبالتالي فإن الشخص يعاني بعض الغازات وعسر الهضم".

ويشير دكتور بيروكيم في هذا السياق إلى أن التأثيرات المماثلة تنطبق على تحريك الجسم مباشرة بعد تناول الوجبات، ولكنها يمكن أن تعزز عملية الهضم ومن ثم يتم امتصاص غير كاف للعناصر الغذائية.

**غثيان وغازات**  
يوضح دكتور بيروكيم أن تناول الطعام في وضعية الوقوف أيضاً ينطوي على الإصابة بالغثيان بسرعة أكبر، والذي يحدث مع بعض الآثار الجانبية الإضافية، محذراً من أنه كلما زادت سرعة التهام الطعام، زادت احتمالية ابتلاع الشخص للهواء، مما قد يؤدي إلى زيادة الغازات في المعدة، والإصابة بـ "تقلصات في البطن أو شعور بعدم الراحة، حيث تتطلب المعدة مزيداً من الوقت لتفتتت الطعام وهضمه". فإذا كان الشخص يعاني من مشاكل الجهاز الهضمي المذكورة ولا يمكنه أن يجد الراحة من خلال التعديلات الغذائية وحدها، يوصي دكتور بيروكيم بالحرص على تناول الوجبات جالساً ومراقبة ما إذا كانت الأعراض ستخف.

**خطر الإصابة بالخرف**  
أما الاكتشافات الجديدة فتكشف أن استهلاك الأغذية الفائقة المعالجة تؤثر بشكل سلبي على الصحة العقلية، بما يعني أنها تزيد من خطر الإصابة بالخرف. أفادت نتائج دراسة حديثة، نشرت في دورية Neurology، أن فريق باحثين في جامعة تيانجين الصينية توصلوا إلى أن تناول كميات أكبر من الأظعمة فائقة المعالجة كان مرتبطاً بارتفاع خطر الإصابة بالخرف. وتمكن الباحثون أيضاً من تحديد أن استبدال بعض الأظعمة فائقة المعالجة بأظعمة غير مصنعة أو معالجة بالحد الأدنى كان مرتبطاً بانخفاض خطر الإصابة بالخرف.

وأكد الباحثون أن كل زيادة بنسبة 10% في الاستهلاك اليومي للأظعمة فائقة المعالجة ترتبط بزيادة خطر الإصابة بالخرف بنسبة 25%. كما قرروا أن استبدال 10% من الأظعمة فائقة المعالجة بأظعمة غير مصنعة أو معالجة بالحد الأدنى كان مرتبطاً بانخفاض خطر الإصابة بالخرف بنسبة 19%.

**أعراض عقلية ضارة**  
في دراسة نشرت نتائجها الشهر الماضي في دورية Public Health Nutrition، أفاد باحثون أن أولئك الذين يستهلكون كميات أكبر من الأظعمة فائقة المعالجة لديهم أعراض صحة نفسية وعقلية أكثر سلبية.

**زاد استهلاك الأظعمة فائقة المعالجة على مدار العشرين عاماً الماضية عبر كل شريحة من سكان كوكب الأرض تقريباً. إن الأظعمة فائقة المعالجة خالية إلى حد كبير من الأظعمة الكاملة، ويتم إنتاجها صناعياً، وتكون عادة جاهزة للأكل أو للتسخين، وتتضمن مواد صناعية مضافة. تشمل الأمثلة البيتزا المجمدة والوجبات السريعة والحساء المعلب والحلويات والصودا والوجبات الخفيفة المالحة ومعظم حبوب الإفطار، بحسب ما ورد في موقع Psychology Today.**

## احتيال عابر للقارات بين دولتين بكسولات قهوة

يخضع أربعة أشخاص للمحاكمة في فرنسا في نوفمبر بتهمة الاحتيال، بعدما طلبوا بطريقة احتيالية ما يقرب من اثنتي عشرة ألف كسولة قهوة "نسبريسو" لإرسالها إلى ساحل العاج، على ما أعلنت النيابة العامة في منطقة كريتاي بضاحية باريس أمس الأول السبت لوكالة فرانس برس.

فيين يونيو ويوليو 2022، "تقدم عدد من الضحايا بشكوى في قضايا احتيال إثر طلبيات بطريقة احتيالية للقهوة عبر حسابهم الإلكتروني على موقع "نسبريسو".

وتعرفت الشرطة إلى 35 ضحية لهذه العمليات في المجموع. ويشبه في أن المتهمين الأربعة قرصنوا حسابات لعملاء "نسبريسو" وغيروا المعلومات المرتبطة بهم، خصوصاً ما يتعلق بعناوين التوصل. وكان هؤلاء يستلمون الطلبيات ويرسلونها إلى ساحل العاج، وفق النيابة العامة التي فتت إلى أن "الدفع كان يحصل عند استلام القاتورة، ما يعني أن الضرر يلحق بشركة نسبريسو"، بقيمة مقدرة بـ 8600 يورو. واعتمدت الشرطة على البيانات الهاتفية لكشف هوية المشتبه بهم التوئديين بين 1967 و1987، وجميعهم غير معروفين سابقاً لديها.

وأوقف المشتبه بهم الأربعة في منازلهم بضاحية باريس، وسيخضعون للمحاكمة في 24 نوفمبر أمام محكمة الجنائيات في كريتاي.

## تفل القهوة لصنع ورق المرحاض

هل يكون مصير شركة ألمانية مكتوباً في تفل القهوة؟ فمع الارتفاع الهائل في تكاليف الإنتاج، تعول "هاكله" على إعادة تدوير هذه النفايات الغذائية في إنتاج ورق المرحاض لتفادي الإفلاس. وشهدت أعمال شركة "هاكله"، وهي من الشركات المتوسطة والصغيرة تأسست قبل حوالي مئة عام، مساراً متقلباً في الأونة الأخيرة. ففي 2020، استقادت الشركة التي تعتبر من العلامات الألمانية الكبرى لورق الحمام، من تهاقت المستهلكين على إنتاجها في ظل أول حجر منزلي فرض لكافة تفضي وباء كورونا.

لكن في بداية سبتمبر-أيلول، باشرت آليه إعمار بسبب "تضاعف" فاتورة الطاقة، بحسب ما أوضحت كارن يونغ مديرة مبيعاتها. وبالرغم من حجم الصدمة التي لحقت بالشركة وبموظفيها البالغ عددهم حوالي 220 شخصاً، قاومت يونغ الصعوبات رافضة الاستسلام. وإعادة تدوير تفل القهوة لإنتاج ورق الحمام هو آخر ابتكار توصلت إليه الشركة المتمركزة في دوسلدورف بغرب ألمانيا، لخفض تكاليفها وفي الوقت نفسه القيام بمبادرة من أجل البيئة. وأنتج المصنع أولى المفاضل المصنوعة بهذه الطريقة الأسبوع الماضي. والهدف هو الوصول إلى استخدام تفل القهوة بدل "20" إلى "25%" من كمية السيلولوز المستمد من ألياف الخشب، وهي مادة أولية سجلت أسعارها ارتفاعاً حاداً بسبب طلب الصين، أكبر مستهلك لها في العالم.

## قصر بكنفهام ينشر صورة المثوى الأخير للملكة

نشر قصر بكنفهام يوم أمس الأول السبت صورة من مثوى الملكة إليزابيث الأخير في الكنيسة الملكية في وندسور، يظهر فيها حجر يحمل اسمها وأسماء والديها وزوجها الأمير فيليب. الحجر، المصنوع من الرخام البلجيكي الأسود، موضوع في كنيسة الملك جورج السادس التذكارية التي أمرت الملكة إليزابيث عام 1962 بجعلها مدفنًا لوالدها جورج السادس.

ودُفنت الملكة هناك يوم الاثنين بعد جنازة رسمية في كنيسة وستمنستر أبي، وكتب على الحجر بحروف نحاسية "جورج السادس 1895-1952" "إليزابيث 1900-2002" في السطرين العلويين، متبوعاً بنجمة تحض وساماً رفيعاً ثم "إليزابيث الثانية 1926-2022" في السطر السفليين.

ودُفنت أيضاً شقيقة الملكة إليزابيث، الأميرة مارغريت، في الكنيسة الصغيرة بقعة وندسور غربي لندن. وتُوفيت الملكة إليزابيث في الثامن من سبتمبر في قلعة بالمورال، منزلها الصيفي في المرتفعات الاسكتلندية بعد جلوسها على العرش 70 عاماً، وتولى ابنها تشارلز العرش من بعدها.

## لهذا السبب يجب وضع أكياس ماء في الثلاجة

تعتبر أجهزة المطبخ من أكبر مستهلكي الطاقة في المنزل، وخاصة الثلاجة والفرزير. وأوضح أحد الخبراء كيفية توفير استهلاك الطاقة عند تشغيل الثلاجة.

ويقول سام ويليامس "إن طريقة التخزين في الفرزير يمكن أن توفر المال بعدة طرق، لأن إبقاء الفرزير ممتلئة ومضغوطة يقلل من استهلاك الطاقة".

وأضاف ويليامس أن إبقاء الفرزير ممتلئة يمكن أن يجعله يعمل بكفاءة أكبر ويحافظ على انخفاض الفواتير، لذلك من الضروري أن يمتلئ الناس الفرزير، ولا يحتاجون إلى طعام لهذا الغرض".

وأوضح ويليامس "معظم الطاقة التي تستخدمها الفرزير تذهب نحو تبريد الهواء الذي يدخل عند فتح باب الفرزير، لذلك، عندما تكون الفرزير ممتلئة، يكون هناك مساحة أقل لدخول الهواء الأكثر دفئاً، وستساعد العناصر الموجودة بداخله على تبريد أي هواء أكثر دفئاً يتسلل إلى الداخل".

وقال الخبير إن الناس لا يحتاجون بالضرورة إلى شراء طعام إضافي لإبقاء ثلاجتهم ممتلئة ولكن يمكنهم استخدام عناصر أخرى، مثل قوالب الثلج أو الأكياس التي تحتوي على الماء، بحسب صحيفة إكسبريس البريطانية.

وأضاف "إذا لم يكن لديك ما يكفي من الطعام داخل الفرزير لإبقائها ممتلئة، فإن استخدام أشياء مثل أكياس النايلون المملوءة بالماء أو مكعبات الثلج أو حتى أكياس الثلج فقط يمكن أن يساعد في منع دخول الهواء الأكثر دفئاً. فهذه العناصر رخيصة الثمن وفعالة".



## منتجات الألبان تقلل خطر سرطان القولون والمستقيم

قالت دراسة حديثة إن هناك دليلاً محتملاً قوياً على أن منتجات الألبان تقلل خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم، وأن الحليب ومنتجاته تلعب دوراً هاماً إلى جانب الأظعمة الغنية بالألياف والكالسيوم في تجنب الإصابة بهذه النوعية من الأورام.

وأجرى الدراسة الصندوق العالمي لأبحاث السرطان والمعهد الأمريكي لأبحاث السرطان، واعتمدت على مراجعة بيانات 15 دراسة سابقة ضمت بيانات 22 ألف شخص.

وأظهرت النتائج التي نشرها موقع "هوسبيتال نيوز"، وجود علاقة عكسية بين استهلاك الجبن وخطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم، وأن الذين يستهلكون الجبن بكثرة لديهم انخفاض في خطر تطور هذه النوعية من الأورام بنسبة 29%.

ووجدت الدراسة أن تناول 50 غراماً من الألبان يومياً، أو 200 غراماً من منتجات الحليب ومنتجاته يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم بنسبة 7%.

ويعتبر النظام الغذائي الذي يحتوي على نسبة منخفضة من الحليب والكالسيوم، ونسبة عالية من الكحول أو السجائر، مساهم رئيسي في الإصابة بسرطان القولون والمستقيم.

ويعتقد الباحثون أن الكالسيوم وفيتامين "د" والبكتريا الصديقة الموجودة في اللبن (الزبادي) هي العناصر التي تقلل من خطر نمو أورام القولون والمستقيم، وأن الكالسيوم هو العنصر الرئيسي في هذه الوافية.

## خطأ بسيط قد يدمر بطارية آيفون

بحركة بسيطة، قد يرتكب الناس خطأً فادحاً يؤدي إلى إبطاء جهاز "آيفون" وحتى التسبب في مشاكل بعمر البطارية، تتمثل في إغلاق التطبيقات المفتوحة في خلفية الهاتف. يعتقد كثيرون أن إغلاق التطبيقات سيوفر عمر البطارية أو يعزز أداء جهاز "آيفون"، إلا أنه من الأفضل ألا تقوم بإغلاق التطبيقات إذا كنت تريد أن يعمل جهازك بشكل صحيح. يمكن أن يؤدي إغلاق التطبيقات إلى استنزاف وقت أطول للتحميل في المرة المقبلة. وفي هذا الصدد، أوضحت شركة "أبل" الصنعة لايفون، "عندما تظهر التطبيقات المستخدمة مؤخراً، في خلفية الهاتف، فإنها غير مفتوحة "لا تعمل"، لكنها في وضع الاستعداد لمساعدتك على التنقل والقيام بمهام متعددة". وتابعت: "يجب عليك فرض إغلاق أحد التطبيقات فقط في حالة عدم استجابته، وأوضحت صحيفة "السن" البريطانية، أن البعض يعتقدون أن التطبيقات المفتوحة تعمل طوال الوقت، لكن في الواقع فإن جهاز "آيفون" يقوم بتجميدها، لذا فهي لا تستنزف الموارد أثناء قيامك بأشياء أخرى..



## الاحتفاء بالعام العشرين لمعرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية

# مهرجان تراثي حي ينطلق صباح اليوم يتضمن مسابقات للجمال والمزادات وعروض الصقور والخيول والإبل والسلوقي والكلاب البوليسية والرماية التقليدية

وللإضافة لذلك، تُقدّم إسبيلات كبرى عرضاً مميّزاً حول فن الرماية بالقوس والسهم التقليدي والذي يتطلب التمكن من مهارات التناسم والتناسق ما بين العقل والجسد، حيث يتم الوقوف في وضعية سليمة ومناسبة للجسم ومن ثم إطلاق السهم لئيبص الهدف. وفي فعالية مميزة حول "الرماية بالقوس والسهم التقليدي" وفق الطريقة اليابانية، يُشارك الفارس إينوبو كانيكو وهو نائب رئيس مدرسة "تاكيدا" للرماية من على ظهور الخيل.

ويهدف تحقيق تواصل فاعل وحادف مع الحيوان المُضَلّ وتعلّم المزيد عن طرق الرعاية بالحيوانات، تُقدّم كلاود 9 للناية بالحيوانات الأليفة مسابقة تزيين الكلاب والعناية بها، وهي مخصصة للمحترفين فقط وتهدف لإظهار المهارة في العناية بالكلاب. وأيضاً مسابقة تحدي الطاعة حيث يُظهر المتسابقون للحكام كيف يتجاوب كلهم معهم ويتبع أوامرهم، وذلك ضمن ثلاثة مستويات للتحدي. أخيراً، وحول "مهارات البقاء على قيد الحياة في الصحراء"، يُقدّم الخبير المعروف مهدي الأمين مجموعة من النصائح والتعليمات لكل من يحلم برحلة سفاري جديدة ويرغب بعيش تجربة مغامرات الصحراء والطرق الوعرة والحياة البرية، وذلك عبر تعريفهم بالمهارات الأساسية للحصول على الخبرة اللازمة للبقاء على قيد الحياة في الهواء الطلق والصحراء بشكل خاص.

وتُقام الدورة الجديدة من معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية خلال الفترة من 26 سبتمبر لغاية 2 أكتوبر، بتنظيم من نادي صقاري الإمارات، وبراعية رسمية من هيئة البيئة - أبوظبي، الصندوق الدولي للحفاظ على الحبارى، مركز أبوظبي الوطني للمعارض حيث يُقام الحدث، وراعي القطاع شركة كاراتا الدولية، الراعي الفضي شركة "كيو" للقطارات، 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 شرطة أبوظبي ووزارة الداخلية وغرفة تجارة وصناعة أبوظبي ونادي تراث الإمارات، وشريك السفر الرسمي طيران الاتحاد.



تعاونهم معاً كتحريك واحد. كما ويقدم اتحاد الإمارات للفروسية والسياسة ونادي طيبان ورشة عمل حول الخيول والتواصل مع الفرسان الإماراتيين المميزين الحائزين على بطولات في مختلف الفئات، وذلك مشاركة تجارب نجاحاتهم في الموسم الماضي مع زوار المعرض. أما أكاديمية بوزيب فتُقدّم عرضاً تدريباً للشباب الإماراتي على فن التعامل مع الخيول وممارسة العديد من أجمل أنواع وفنون رياضة الفروسية كأحد أبرز عناصر الارتباط بالقيم العربية الأصيلة. وللمرة الأولى، يُقدّم مركز ركوب الجمال الصحراوي العربي، وهو أول مركز مخصص لتعليم ركوب الجمال في المنطقة، عروض سباق الهجن وركوب الجمال والرماية بالقوس والسهم أثناء ركوب الجمال. ويشكّل المركز حلقة وصل بين الطرق التقليدية لركوب الهجن وأفضل الأفكار الحديثة للتأقلم معها. كما يتضمن مختلف جوانب رعاية الحيوان وتعليم ركوبه، والضيافة العربية الأصيلة. وفي معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية فرصة فريدة

تحت رعاية سمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان، ممثل الحاكم في منطقة الظفرة، رئيس نادي صقاري الإمارات، تنطلق صباح اليوم الاثنين فعاليات الدورة الـ 19 من المعرض الدولي للصيد والفروسية "أبوظبي 2022"، بمشاركة ما يزيد عن 900 شركة وعلامة تجارية عبر 58 دولة، ويتنظم من نادي صقاري الإمارات، وذلك خلال الفترة من 26 سبتمبر لغاية 2 أكتوبر. وبنظرة جمهور الحدث، الأضخم من نوعه في الشرق الأوسط وأفريقيا، باقة مميزة من أجمل العروض الحية في ساحة العروض بمعرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية 2022 حيث الاستعراضات الاستثنائية للطيور الجارحة والسلوقي والكلاب البوليسية والخيول والإبل، والعديد من الحيوانات التي لا يُمكن مشاهدتها إلا في المعرض عبر سبعة أيام من المغامرة والمرح والعروض النادرة التي يُمكن للجميع الاستمتاع بها عن قرب، بل والمشاركة بها. وتصدر أنشطة ساحة العروض في "أبوظبي 2022"، فعاليات الاحتفاء بالعام العشرين لمعرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية، إذ ومنذ انطلاقتها الأولى في عام 2003، غدا المعرض رمز تقاؤل للصقارين مُعلنا لهم عن بدء موسم المقاص السنوي، وبات يُعتلّ لهواة الصيد ورحلات التخيم والفروسية والرياضات الأصيلة بشرى خير مع اعتدال المناخ. وفي عامه العشرين، يدعو المعرض زواره للاستمتاع بعروض الخيل الموسيقي الشيق وغيره من العروض المميزة بمشاركة كل من نادي طيبان للفروسية، أكاديمية بوزيب، شرطة أبوظبي، حديقة الحيوانات بالعين، وأكاديمية فاطمة بنت مبارك للرياضة النسائية. وتُقام في ساحة العروض كذلك العديد من الفعاليات الشائقة في مُقدمتها مسابقة جمال السلوقي العربي، ومزادات الخيول العربية، الصقور، والهجن العربية، وذلك بالإضافة لعروض جمال الخيل التي تُقدّمها جمعية الإمارات للخيول العربية. أما شرطة أبوظبي فتُقدّم عروضاً مميزة لوحدة الخيالة والكلاب البوليسية K9 حيث يتم استعراض مهاراتها وقدراتها الفائقة التي تقف وراءها خبرات وكفاءات وطنية مميزة. وذلك فيما تُقدّم حديقة الحيوانات بالعين من جديد العروض الشائقة

## بمشاركة الصقارين اليابانيين وصنّاع سيوف الساموراي

# معرض أبوظبي للصيد يحتفي بخمسين عاماً من علاقات الصداقة بين الإمارات واليابان



مجموعة رائعة من الأدوات، كما أنّ لصقارة اليابانية عدداً من المدارس والأساليب المميزة، والتي تُعرفنا عليها في الكثير من الفعاليات، وكانت مدخلاً لتعمقنا أكثر في التراث الثقافي العريق لليابان. ووجه رئيس اللجنة العليا المنظمة لمعرض أبوظبي للصيد، الدعوة للجالية اليابانية التي يفوق عددها ما يزيد عن 5000 شخص، فضلاً عن آلاف السياح اليابانيين



رحلاتنا إلى اليابان، حفاوة استقبلنا من قبل الصقارين هناك كانت غامرة، ولقماً نجد مثيلاً لها في أماكن أخرى، بدأ ذلك قبل نحو ربع قرن، لكن العلاقات المميزة بين دولتنا وشعبنا بدأت قبل ذلك بكثير، تحديداً منذ نصف قرن. وأوضح معاليه أنّ الصقارة اليابانية، تتحدر من عرق معروف بحضارته وأصالته، وهي لا تخلو من التفرد، حيث تنعكس التقاليد من أدوات

الملكية، وشريك صناعة السيارات "إيه آر بي الإمارات"، وبدعم من شرطة أبوظبي ووزارة الداخلية وغرفة تجارة وصناعة أبوظبي ونادي تراث الإمارات، وشريك السفر الرسمي طيران الاتحاد. واحتفاءً بخمسين عاماً من علاقات الصداقة بين الإمارات واليابان، سوف تُقدّم شركة جودوكو - امبيكس لجمهور المعرض أبرز كائز الثقافة اليابانية، عبر عروض الصقارة، تقاليد فن الشاي الياباني، صناعة أدوات الصيد بالصقور، رسومات فنية للتراثين الياباني والإماراتي، والعديد من العروض الموسيقية والفنية، وسيتواجد في المعرض أيضاً صنّاع سيوف الساموراي بما يجذب عشاق المعرض من مختلف الجنسيات والثقافات. وللأطفال يحضر خصيصاً صنّاع الحلوى لهم بأشكال الصقور والخيول، فضلاً عن فعالية رمي السهام أثناء ركوب الخيل، التي تستقطب جمهور المعرض. وفي فعالية مميزة حول "الرماية بالقوس والسهم التقليدي" وفق الطريقة اليابانية، يُشارك الفارس إينوبو كانيكو وهو نائب رئيس مدرسة تاكيدا للرماية من على ظهور الخيل. وبهذه المناسبة، أكد معالي ماجد علي المنصوري رئيس اللجنة العليا المنظمة الأمين العام لنادي صقاري الإمارات، أنّ الصقارة رياضة لا يُمكن أن

# قطاع «الفنون والحرف اليدوية» في معرض أبوظبي للصيد يستعد لاستقطاب الزوار والسياح

ونحاتين، إضافة لدور عرض فنية، من داخل وخارج الإمارات، دأبوا على تقديم إبداعاتهم بحرفية عالية تُعبّر عن مختلف المدارس الفنية، الواقعية والتجريدية والعصرية، وتتمحور مواضيعها حول البيئات الصحراوية والبحرية، والتراث الأصيل، والصيد، شؤونته وشجونه، وبمختلف أنواعه. ويهدف المعرض من خلال قطاع "الفنون والحرف اليدوية" ضمن 11 قطاعاً غنياً تُشكّل الحدث، إلى تهيئة منصات للفنانين للإبداع والابتكار وعرض تجاربهم، وتوظيف الفنون بما يُعزز من التنوع الثقافي ويّزيد من جمالية البُعد البصري والفني للمعرض وفعالياته. وتُجسّد الأعمال المشاركة جانباً من خبرات الفنانين المصارعين ومدارسهم المختلفة، وتجاربهم الثقافية والفنية الثرية التي تجعل المعرض لوحة فريدة من نوعها تستقطب عُشاق الفن والزوار من مختلف الاهتمامات.

من المبدعين الإماراتيين، أفراداً ومؤسسات، بما يُعتبر فرصة حقيقية للتواصل بينهم وبين الجمهور الذي يشقّق الفنون المرتبطة بالتراث الثقافي. وأكد رئيس اللجنة العليا المنظمة للمعرض معالي ماجد علي المنصوري الأمين العام لنادي صقاري الإمارات، أنّ معرض أبوظبي للصيد لا يقتصر على كونه ملتقى دولياً مُنتجياً أدوات الصيد وأسلحتها والمهتمين بالرحلات البرية والبحرية والمولعين بالصقارة والفروسية، وإنما يستضيف العديد من مشاركات الحرفيين المنسجمة مع جوهر الحدث وضمونه، والتي تُجسّد التاريخ والتراث وحُكمي البيئة القديمة، ومُستمدة من العادات والتقاليد الأصيلة في دولة الإمارات، بما يُساهم في ضمان استدامة الصناعات اليدوية والترويج لها. كما ويستقطب معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية، رسامين وفنانين تشكيليين ومصورين فوتوغرافيين وخطاطين

التي يُقام تحت شعار "استدامة وتراث.. بروح مُتجددة" على أن تكون روح الحرف اليدوية التي تُجسّد التاريخ العريق والتراث الحضري والبيئة القديمة بدولة الإمارات، حاضرة بقوة في فعالياته التي تحتفي بالتراث الثقافي والحضارة الإنسانية من مختلف القارات. وتبرز في قطاع "الفنون والحرف اليدوية" بالمعرض، جماليات التراث الثقافي لدولة الإمارات، وتتميّز جهود التوعية بأهمية صون المهن والحرف التراثية واستدامة الصناعات التقليدية. ويُنتج المعرض لآلاف من الزوار والسياح من مختلف الجنسيات فرصة التعرف على ثقافة دولة الإمارات وموروثها الأصيل من خلال الأنشطة المتنوعة والابتكارية التي يُقدّمها لهم، والتي تعمل على رفع الوعي لديهم حول أهمية الحفاظ على البيئة والحياة البرية إضافة إلى تشجيعهم على ممارسة الرياضات الصديقة للبيئة بنحو مُستدام. ويشكّل قطاع "الفنون والحرف اليدوية" منصة فنية بالغة الأهمية لعرض نتاج نخبة

# منوعات الفكر

23

غالباً ما يُنظر إلى مقاومة المضادات الحيوية على أنها "مشكلة مستقبلية"، لكن البيانات المنشورة حديثاً كشفت أنها تؤثر على الحياة أكثر بكثير مما قد تتخيل. وفي الواقع، تُظهر التقديرات الجديدة أنه في عام ٢٠١٩، كان هناك ٤,٩٥ مليون حالة وفاة مرتبطة بمقاومة البكتيريا لمضادات الميكروبات، ما يجعلها السبب الرئيسي الثالث للوفاة في جميع أنحاء العالم.



مرتبطة بمقاومة البكتيريا لمضادات الميكروبات

## دراسة تكشف: السبب الرئيسي الثالث للوفاة في العالم

الباحثون ناقوس الخطر بأننا الآن نفقد سنوياً المزيد من الأشخاص بسبب مقاومة مضادات الميكروبات أكثر من فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز أو الملاريا. ويقول كريس موراي، خبير الاقتصاد الصحي بجامعة واشنطن، الذي شارك في البحث الجديد: "تُكشف هذه البيانات الجديدة الحجم الحقيقي لمقاومة مضادات الميكروبات في جميع أنحاء العالم، وهي إشارة واضحة إلى أننا يجب أن نتحرك الآن لمكافحة التهديد. توقعت التقديرات السابقة حدوث 10 ملايين حالة وفاة سنوياً بسبب مقاومة مضادات الميكروبات بحلول عام 2050.

لكننا نعلم الآن على وجه اليقين أننا أقرب كثيراً بالفعل إلى هذا الرقم مما كنا نظن. نحن بحاجة إلى الاستفادة من هذه البيانات لاتخاذ إجراء تصحيح المسار ودفع الابتكار إذا أردنا أن نبقى في المقدمة في السباق ضد مقاومة مضادات الميكروبات". وحل الباحثون بيانات 23 نوعاً مختلفاً من البكتيريا (بما في ذلك E. coli و S. pneumoniae و aureus) و88 توليفة من الأدوية الميكروبية من 204 دولة.

وانتهى الأمر بتغطية 471 مليون سجل للعدوى، والتي استخدموها بعد ذلك لإنشاء نماذج إحصائية لتقدير حجم مقاومة مضادات الميكروبات.

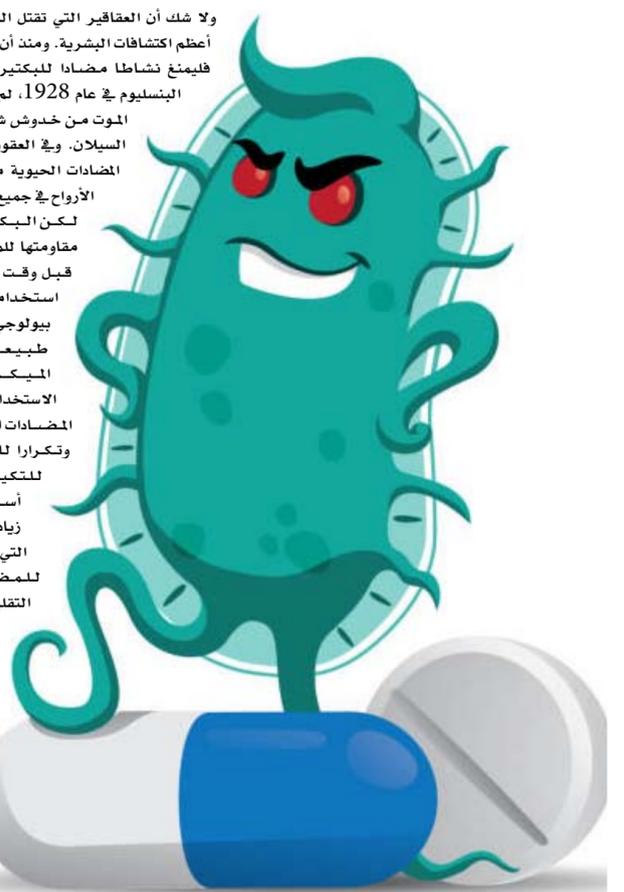
واستكشف الفريق سيناريوهين واقعيين. في البداية، تم استبدال جميع أنواع العدوى المقاومة للأدوية دون أي عدوى، وهو ما أوضحه الفريق بأنه عدد الوفيات المرتبطة بمقاومة مضادات الميكروبات.

وفي السيناريو الثاني، قاموا باستبدال جميع أنواع العدوى المقاومة للأدوية بالعدوى الحساسة للأدوية، ما أدى إلى تقدير الوفيات الناجمة مباشرة عن مقاومة مضادات الميكروبات.

وخلص الفريق إلى أنه في عام 2019، ارتبطت 4.95 مليون حالة وفاة بالعدوى البكتيرية المقاومة للأدوية، منها 1.27 مليون حالة وفاة ناجمة بشكل مباشر عن مقاومة مضادات الميكروبات - وهو عبء ضخم في جميع

ولا شك أن العقاقير التي تقتل البكتيريا هي أحد أعظم اكتشافات البشرية. ومنذ أن اكتشف ألكسندر فليمنغ نشاطاً مضاداً للبكتيريا في الفطريات البنسلينوم في عام 1928، لم نعد نقلق بشأن الموت من خدوش شجيرة الورد أو السلان. وفي العقود التالية، أُنقذت المضادات الحيوية ملايين وملايين الأرواح في جميع أنحاء العالم. لكن البكتيريا تطورت مقاومتها للمضادات الحيوية قبل وقت طويل من بدء استخدامها، لأنها سلاح بيولوجي متطور بشكل طبيعي للحرب بين الميكروبات. ويوفر الاستخدام المستمر لنفس المضادات الحيوية مراراً وتكراراً للبكتيريا فرصة للتكيف معها بشكل أسرع، ما يؤدي إلى زيادة عدد الإصابات التي لم تعد تستجيب للمضادات الحيوية التقليدية.

ولسوء الحظ، كلما زاد عدد الأنواع البكتيرية التي لا تستجيب للمضادات الحيوية، استسلم المزيد من المرضى للعدوى المقاومة - ويقد



مناطق العالم، ولكنه يؤثر بشكل خاص على ذوي الدخل المنخفض والمتوسط. وتشير هذه الحسابات إلى أن السكتة الدماغية وأمراض القلب فقط هي التي تسببت في وفيات أكثر من مقاومة مضادات الميكروبات في ذلك العام. ولاحظ الباحثون، على حد علمهم، أن هذه هي المرة الأولى التي يتم فيها تنفيذ مثل هذا التقدير العالمي على الإطلاق. ونظراً لوجود فجوات في البيانات من بعض أجزاء العالم، وصعوبات خطيرة في إجراء مراقبة مقاومة مضادات الميكروبات، فهناك بعض القيود على نمذجة هذه النماذج. ولكن الاستنتاج واضح: لدينا مشكلة صحية عالمية كبرى. وتتمثل الخطوات اللازمة للتصدي لمقاومة مضادات الميكروبات في تعزيز الوعي العام، وتحسين

المراقبة، وتحسين التشخيص، والاستخدام الرشيد للمضادات الحيوية، والحصول على المياه النظيفة والصرف الصحي.

لكن الإجراءات كانت عرضية وغير متساوية، ما أدى إلى تفاوتات عالمية في مقاومة مضادات الميكروبات، كما أضاف محررو The Lancet في مقال افتتاحي مصاحب للبحث.

ويحث معدو كل من الدراسة الافتتاحية والأصلية القادة على نقل مقاومة مضادات الميكروبات إلى مستوى أعلى في جداول أعمالهم.

وحذروا من أنه بدون اتخاذ إجراءات عاجلة، سنشهد مستويات أعلى من الوفيات التي يمكن الوقاية منها في السنوات القادمة.

ونُشر البحث في مجلة Lancet.



## كيفية استهلاك القهوة يرتبط بتقليل أو زيادة خطر الإصابة بالسكري

تشير العديد من الدراسات إلى أن عدد مرضى السكري يزداد بشكل كبير كل عام، وهو ما يتطلب معرفة العوامل المختلفة التي تزيد أو تقلل من خطر الإصابة بهذه الحالة المزمنة.

ويقول باحثون إن كمية القهوة التي يستهلكها شخص ما يمكن أن تؤدي إلى زيادة خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني، والعكس صحيح.



عرضة للإصابة بمرض السكري بنسبة 17%. وأولئك الذين أضافوا كوباً إضافياً من

والرغم من أن الباحثين لا يعرفون تماماً سبب تأثير القهوة على الجسم، إلا أن إحدى النظريات الموجودة هي أن القهوة يبدو أنها تعزز مستويات السكر في الدم.

وفي حين أن هذا يعني أن القهوة لها تأثير مفيد على الجسم، إلا أن جميع أنواع القهوة ليست متساوية.

ومن المرجح أن يكون للإسبريسو أو الكافيتير فوائد صحية أعلى بكثير من القهوة مع السكر والكريمة المخفوقة والشراب.

ومع ذلك، فقد تم تحديد فائدة صحية أخرى للقهوة، حيث وجدت دراسات سابقة أن القهوة يمكن أن تساعد في تقليل مخاطر الإصابة

بأمراض القلب. وفي الوقت نفسه، هناك عوامل أخرى يمكن أن تؤثر على احتمالية إصابة الشخص بمرض السكري، من ذلك استخدام غسول الفم الذي قد يكون له

ويحدث النوع الثاني من السكري عندما لا ينتج الجسم كمية كافية من الأنسولين، أو عندما لا تتفاعل خلايا الجسم مع الأنسولين

ووفقاً لدراسة من جامعة هارفارد، فإن الأشخاص الذين قللوا من استهلاكهم للقهوة بفنجان واحد يومياً على مدار أربع سنوات كانوا أكثر

- ضغط الدم المرتفع
- الوزن
- التدخين
- سكري الحمل
- متلازمة البيض متعدد الكيسات
- حالات الصحة العقلية
- ومع مرور كل عام، يعمل العلماء على تطوير فهم أفضل لمرض السكري وكيفية علاجه.
- وفي السنوات الأخيرة، وقع اختبار وتطوير علاجات جديدة، بعضها حقق نتائج إيجابية للغاية، وهذا يشمل استخدام الموجات فوق الصوتية وتطوير البنكرياس الاصطناعي.

- تأثير سلبي.
- وأظهرت دراسة من جامعة ألاباما أن أولئك الذين استخدموا هذه المادة مرتين في اليوم كانوا أكثر عرضة بنسبة 50% للإصابة بمرض السكري من النوع الثاني من أولئك الذين لم يستخدموها.
- وعلى الرغم من أن هذا قد يبدو مثيراً للقلق، إلا أن هناك حاجة إلى مزيد من البحث لفهم هذا الرابط بشكل كامل.
- وتقول منظمة السكري في المملكة المتحدة إن عدداً من العوامل يمكن أن تؤثر على مخاطر الأشخاص مثل:
- السن
- الأصل العرقي

- تأثير سلبي.
- وأظهرت دراسة من جامعة ألاباما أن أولئك الذين استخدموا هذه المادة مرتين في اليوم كانوا أكثر عرضة بنسبة 50% للإصابة بمرض السكري من النوع الثاني من أولئك الذين لم يستخدموها.
- وعلى الرغم من أن هذا قد يبدو مثيراً للقلق، إلا أن هناك حاجة إلى مزيد من البحث لفهم هذا الرابط بشكل كامل.
- وتقول منظمة السكري في المملكة المتحدة إن عدداً من العوامل يمكن أن تؤثر على مخاطر الأشخاص مثل:
- السن
- الأصل العرقي



### الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
70197

إعلان منقذ ضد النشر  
محكمة الشارقة الإقتصادية - محكمة التنفيذ المدنية - ١ إقبال فدا حسين غلام حسين كوناوالا ١٠ الضمانات التجارية عدد وادوات الورش (م م د)  
إخطار دفع في القضية رقم 0001348/2021 SHCXCICOM (كفي)

إلى المحكم عليه : 1 - إقبال فدا حسين غلام حسين كوناوالا  
2 - الضمانات التجارية عدد وادوات الورش (م م د)  
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي  
المنفذ اليهيبك العربي المنحد - ش م ع  
في القضية المشار اليها أعلاه  
ويما أن المحكم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ورفع الرسم المحدد لذلك، ويما أن الحكم المطلوب تنفيذة كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 1333568.0  
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوما من تاريخ اعلانك  
/ إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

### دائرة التنمية الاقتصادية حكومة عجمان

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
رقم الرخصة : 102002  
غرفة تجارة وصناعة عجمان - قسم السجل التجاري  
إعلان وحل وتصفية

الاسم التجاري : ايه لتجارة المواد الغذائية - ذ م م  
نعلن للجميع بان الشركة المذكورة اعلاه هي : ايه لتجارة المواد الغذائية ذ م م  
شركة ذات مسؤولية محدودة تأسست في اماره عجمان بموجب قانون الشركات  
الاتحادي رقم (8) لسنة (1984) وتعديلاته مبرخصة في دائرة التنمية  
الاقتصادية وسجلتها بالتنمية الاقتصادية تحت رقم (102002) وقد قرر  
الشركاء حلها وتصفيتها وتعيين السيد.  
مؤسسة النداء لتدقيق الحسابات  
مصفى قانوني للشركة فعلى كل من له أي حق أو اعتراض التقدم به للمصفى  
القانوني المذكورة اعلاه خلال مدة (45) يوما من تاريخ نشر الاعلان وعلى  
العنوان التالي : اماره الشارقة ، هاتف : 065687272 ، ص.ب : 5628

### دائرة التنمية الاقتصادية DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان تصفية شركة  
نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة  
الاسم التجاري: ديستريوتويد لاب لنظم الكمبيوتر ذ.م.م  
عنوان الشركة: مبنى الشيخة لطيفة بنت زايد بن سلطان C6 - جزيرة  
ابوظبي شرق 7  
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 3950456  
التعديل الذي طرأ على الشركة :  
1 - حل وتصفية الشركة  
2- تعيين السادة/الهاملهي وشركاه - محاسبون قانونيون ، كمصفي قانوني  
للشركة بتاريخ: 2022/9/20 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية  
العمومية غير العادية الموثق لدى كاتب العدل بالرقم: 2205038766  
تاريخ التعديل: 2022/09/24  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين  
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
قطاع الشؤون التجارية

### دائرة التنمية الاقتصادية DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان  
تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة / فولدر للمقاولات  
والصيانة العامة رخصة رقم: CN 4047449  
قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
إضافة عثمان الريح ادم محمد احمد ١٠٠٪  
تعديل مدير / إضافة عثمان الريح ادم محمد احمد  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
حذف ابراهيم حسن ابراهيم محمد الشحي  
تعديل شكل قانوني /  
من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية  
الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن  
الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث  
ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

### محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان بالنشر  
في المنازعة رقم 1056/2022/465 نزاع تجاري

المطورة في : التسمية الوبوية للمنازعات رقم 751  
موضوع المنازعة : لائحة نزاع بالزام التنازل ضد بان يودي للمنتازع رقم (مالة وواحد الف  
وسمئة درهم) بالإضافة الى الفوائد القانونية 5% من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد  
التنازل : ماري لتفانولات - ش م ع - عنوانه : الإمارات العربية المتحدة - إمارة دبي - الفصيص الصناعية - مبنى  
ورثة سالم محمد الشمالي - عاني رقم 3680297146  
طالب التنفيذ : 1 - رازا خليل وفرح - صفة : منتزاع ضد  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعي وموضوعها لائحة نزاع بالزام التنازل ضد بان يودي للمنتازع مبلغ  
101.900 درهم (مائة وواحد الف وسمئة درهم) بالإضافة الى الفوائد القانونية 5% من تاريخ المطالبة  
وحتى تمام السداد. قررت المحكمة اصدار قرار منفي للخصومة وفقا لنص المادة 54 من اللائحة التنفيذية لقانون  
الإجراءات المدنية. وقررت بتمتية الحضور بالزام التنازل ضد بان يودي مبلغ 101.900 درهم والبالغة 5% من  
تاريخ المطالبة وحتى السداد التام والترتبه الرسوم والمصاريف وبيع 500 درهم العنايب الحاماة.

رئيس القسم

### محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم 1466/2022/208 تنفيذ مدني

المطورة في : دائرة التنفيذ التاسعة رقم 230  
موضوع التنفيذ : تنفيذ تكليف الصادر في الدعوى رقم 2022/461 مدني جزئي، والحل بالإنستفاف  
رقم 2022/468/ استئناف مدني. بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (555598 درهم) وخمسائة وخمسة  
وخمسون الفا وخمسةائة وثمانية وتسعون درهماً) ، شامل الترسوم والمصاريف وما يستتجد من فائدة  
حتى تاريخ السداد التام  
طالب التنفيذ : بنك الإمارات دبي الوطني - ش م ع - فرع  
عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - الكرامة - برودي - شارع ام هرير - مبنى ام هرير - شقة الخامس - زمرد  
المطلوب اعلانه : 1 - حرش يوحيش بارمارا يوحيش موهن لال بارمارا - صفة : منقذ ضد  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعي الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره  
555598.00 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات  
التنفيذية بحسبك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 15 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
رئيس الشعبة

### دائرة التنمية الاقتصادية DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان  
تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة / وستيرن سويفر باك للمنظفات والمنتجات  
الهلاستكية رخصة رقم: CN 2863446 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة فرووز مون كوناوالدي محمد كوتي ١٠٠٪  
تعديل مدير / إضافة فرووز مون كوناوالدي محمد كوتي  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف سالم قران التوبى مزينه العامري  
تعديل رأس المال / من null إلى ١٠٠٠٠٠  
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م  
تعديل اسم تجاري من / وستيرن سويفر باك للمنظفات والمنتجات الهلاستكية  
WESTERN SUPER PACK FOR DETERGENTS AND PLASTIC PRODUCTS  
إلى / وستيرن سويفر باك للمنظفات والمنتجات الهلاستكية - شركة الشخص الواحد ذ م م  
WESTERN SUPER PACK FOR DETERGENTS AND PLASTIC PRODUCTS - SOLE PROPRIETORSHIP LLC  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية  
خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن  
أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

### دائرة التنمية الاقتصادية DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان  
تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة / مؤسسة خلفان محمد للصيانة  
العامة رخصة رقم: CN 1017073 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة محمد خليفة ميمز خليفة المهيري ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف خلفان محمد راشد محمد التصوري  
تعديل اسم تجاري من / مؤسسة خلفان محمد للصيانة العامة  
KHALFAN MOHAMMED GENERAL MAINTENANCE ESTABLISHMENT  
إلى / كتوالي للصيانة العامة  
KOTWALI GENERAL MAINTENANCE  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية  
الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن الدائرة  
غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل  
الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

### محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم 12410/2022/253 تنفيذ شيكات

المطورة في : دائرة التنفيذ التاسعة رقم 230  
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم ( 402611 ، 402614 ، 402613 ، 402612 ،  
402611 ، 000299 ، 000296) والصادر عن / المنفذ ضدها بقيمة (91200 درهم)  
طالب التنفيذ : طياسكو للمحولات الفنية - ذ م م - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - بورسعيد  
- دبيرة - دبي - شارع ام مكتوم - مبنى المسعود 2 - شقة 702  
- جماهير للمحولات (ش م م) - صفة : منقذ ضد  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعي الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ  
به وقدره 93889 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر  
الاجراءات التنفيذية بحسبك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 15 يوما من تاريخ  
نشر هذا الاعلان.  
رئيس الشعبة

### محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان بالنشر  
في التنفيذ رقم ١٦٩١/٢٠٢٢/٢٠٨ تنفيذ مدني

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
تفاصيل الإعلان بالنشر  
الى المنفذ ضد/ ١- عمر كاتمييل نامبا لاكودان - مجهول محل الاقامة  
يما ان الطالب التنفيذ/موسى لتأجير السيارات - ذ م م  
قد اقام عليك المدعي الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ  
به وقدره (٢٥٨٥١٠٠) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان  
الحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحسبك في حالة عدم الالتزام بالقرار  
المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
رئيس الشعبة

### دائرة التنمية الاقتصادية DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان تصفية شركة  
نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة  
الاسم التجاري: سايبير يونت ميدل ايست اند افريكا لنظم الكمبيوتر ذ.م.م  
عنوان الشركة: جزيرة ابوظبي - شرق 0,7 مبنى الشيخة لطيفة بنت  
زايد بن سلطان  
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 3953322  
التعديل الذي طرأ على الشركة :  
1 - حل وتصفية الشركة  
2- تعيين السادة/الهاملهي وشركاه - محاسبون قانونيون ، كمصفي قانوني  
للشركة بتاريخ: 2022/9/20 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية  
العمومية غير العادية الموثق لدى كاتب العدل بالرقم: 2205038766  
تاريخ التعديل: 2022/09/24  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين  
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
قطاع الشؤون التجارية

### دائرة التنمية الاقتصادية DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان  
تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة / دورابيتي للوجبات  
الخفيفة رخصة رقم: CN 3950879 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
إضافة فاطمة سعيد محمد مسلم المحرمي ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف فرج سالم يحيى سالم المحرمي  
تعديل رأس المال / من null إلى ١٥٠,٠٠٠  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية  
الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن  
الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث  
ستستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

### حكومة دبي محاكم دبي

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان بالنشر  
رقم (2022/150737)

المنتز : كروستال الامارات للصيانة العامة  
المنتز اليهم : باور اند فوولتج للمقاولات ذ.م.م  
بهذا يكلف المنتز المنتز إليه بأداء مبلغ 100.000 درهم (مائة الف  
درهم) خلال مدة اقصاها خمسة أيام من تاريخ هذا الإنذار والا فإنه  
سيضطر المنتز للسير في إجراءات استصدار امر أداء بالمبلغ المذكور مع  
حفظ حقه في مطالبكم بأي مصروفات يتكبدها في سبيل ذلك. هذا  
للعلم ولنفاذ ما جاء بمحتواه.  
الكاتب العدل

### حكومة دبي محاكم دبي

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إخطار عدلي بالنشر  
رقم (2022/150743)

المنتز : مصنع منقوت دراى مكس ذ.م.م - الجنسية الامارات  
بوكانة المحامية / ريماء الجرشي  
المنتز اليه الثاني : كارتيك ساروجنام سوجانام - هندي الجنسية ويحمل بطاقة هوية رقم  
9-1989-2861965-784 بصفته الموقع على الشيكات من حساب المنتز إليها الأوى  
(مجهول محل الاقامة)  
فاننا نندركما بسرعة سداد المدبونية المترصدة بمتكم البالغ قدرها 237.332.00 درهم في  
موعد اقضاء خمسة أيام من تاريخ نشر هذا الإنذار. وفي حال طواف إنهاء المهلة وعدم السداد  
خلالها. فإن المنتز ستضطر الى رفع عريضة أمر أداء ضدكما لإلزامكما على سبيل التضامن  
فيما بينكم بالمبلغ المطلوب به مع الفائدة القانونية بواقع 12% من تاريخ استحقاق كل شيك  
وحتى تمام السداد. فضلا عن الرسوم والمصاريف ومقابل أعنايب الحماماه  
مع كافة حقوق المعطر الأخرى ...  
الكاتب العدل

### دائرة التنمية الاقتصادية DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان  
تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة / ابارنا لتجارة المياه النقية  
رخصة رقم: CN 3819185 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل مدير / إضافة عبيدا الوهاب شيتاري باريكاد يوسف موزا  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة ناصر على غلوم موسى العبيدلي ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف جمعه صالح خلفان سويلم الكاسبي  
تعديل رأس المال / من null إلى ١٥٠٠٠٠  
تعديل عنوان / من أبوظبي أبو ظبي - شارع الظفرة - بناية عوض سعيد سويلم  
التبني إلى ابوظبي العانة شرق 18 - 1601 2 - RCS -1650365  
تعديل اسم تجاري من / ابارنا لتجارة المياه النقية  
AABARNA PURE WATER TRADE  
إلى/ أوزون لخدمات القوى العاملة - شركة الشخص الواحد ذ م م  
OZONE MANPOWER SERVICES SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C  
تعديل نشاط / إضافة خدمات حقول ومشتات النفط والغاز البحرية والبحرية ١٠٠١٨-٩١٠١٨  
تعديل نشاط / حذف تجارة المياه النقية الطبيعية - بالجملة ٢٠٢٥-٤٣٢٠  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية  
خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن  
أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

### دائرة التنمية الاقتصادية DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان  
تعلن دائرة التنمية الإقتصادية بأن / السادة / مؤسسة نجم العرب للمفروشات  
رخصة رقم: CN 1027279 قد تقدموا إلينا بطلب:  
تعديل مدير / إضافة باراميل محمد على  
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة باراميل محمد على ١٠٠٪  
تعديل رأس المال / من null إلى ٥٠٠٠٠  
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م  
تعديل اسم تجاري من / مؤسسة نجم العرب للمفروشات  
ARAB STAR FURNISHINGS ESTABLISHMENT  
إلى / مؤسسة نجم العرب للمفروشات - شركة الشخص الواحد ذ.م.م  
ARAB STAR FURNISHINGS ESTABLISHMENT - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C  
تعديل عنوان / من أبوظبي أبو ظبي - شارع الظفرة - بناية عوض سعيد سويلم  
التبني إلى ابوظبي العانة شرق 18 - 1601 2 - RCS -1650365  
تعديل اسم تجاري من / ابارنا لتجارة المياه النقية  
AABARNA PURE WATER TRADE  
إلى/ أوزون لخدمات القوى العاملة - شركة الشخص الواحد ذ م م  
OZONE MANPOWER SERVICES SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C  
تعديل نشاط / إضافة خدمات حقول ومشتات النفط والغاز البحرية والبحرية ١٠٠١٨-٩١٠١٨  
تعديل نشاط / حذف تجارة المياه النقية الطبيعية - بالجملة ٢٠٢٥-٤٣٢٠  
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية  
خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن  
أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث تستكمل الإجراءات المطلوبة.  
قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

### الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر  
إخطار دفع في القضية رقم 000349/2022 AJCXCIPOR (جزئي)

إلى المحكم عليه : سورماركت ذا بيبست ذ م م ومن يمثلها قانونا  
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي  
المنتز النجم السامع لتجارة المواد الغذائية - في القضية المشار اليها أعلاه.  
ويما أن المحكم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ورفع الرسم المحدد  
لذلك، ويما أن الحكم المطلوب تنفيذة كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف  
11590.٠ لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه  
خلال (15) يوما من تاريخ اعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن  
ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.  
محكمة عجمان الإقتصادية  
محكمة التنفيذ المدنية

### الإمارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان منقذ ضد النشر  
محكمة الشارقة الإقتصادية - محكمة التنفيذ المدنية - عميف محمد  
إخطار دفع في القضية رقم 0004172/2022 SHCXCICPL (امر أداء)

إلى المحكم عليه : عصفوان، عصفوان، ابوبيطي شارع الكترا بالقرب من سويفر ماركيت نور الهاتف  
المتحرك 0566090626 - 0557211222  
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي  
المنفذ اليهيبك العربي المنحد - ش م ع  
في القضية المشار اليها أعلاه  
ويما أن المحكم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ورفع الرسم المحدد لذلك، ويما أن الحكم  
المطلوب تنفيذة كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 21886.0  
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوما من تاريخ اعلانك  
/ إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكلف (ين) بحضور جلسة يوم - الموافق  
- الساعة - أمام المحكمة المذكورة. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحسبك إجراءات  
التنفيذ الجبري المقررة قانونا.  
محكمة التنفيذ المدنية

### محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم 4212/2022/253 تنفيذ شيكات

المطورة في : دائرة التنفيذ التاسعة رقم 230  
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم ( 4212 ، 2022/253 ، 400004 ) والصادر عن  
المنفذ ضده بقيمة (400000 درهم)  
طالب التنفيذ : مهندس عبيد علي مانود  
عنوانه : الإمارات - إمارة الشارقة - مبنى بناية الفهد  
المطلوب اعلانه : 1 - امجد محمد زاهر الرئيس - صفة : منقذ ضد  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعي الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ  
به وقدره 405585 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة.  
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحسبك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور  
خلال 15 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
رئيس الشعبة

### فقدان شهادات أسهم بالاسماء التالية :

١ - عتيق علي سند القبيسي  
رقم الشهادة ADIB1079349 بعدد 2983 سهما  
٢ - الياري عتيق علي سند القبيسي  
رقم الشهادة ADIB1079351 بعدد 2740 سهما  
٣ - عبيد عتيق علي سند القبيسي  
رقم الشهادة ADIB1079352 بعدد 2755 سهما  
٤ - حمد عتيق علي سند القبيسي  
رقم الشهادة ADIB1079353 بعدد 2755 سهما  
٥ - فاطمة عتيق علي سند القبيسي  
رقم الشهادة ADIB1079354 بعدد 2755 سهما  
٦ - عاشقة عتيق علي سند القبيسي  
رقم الشهادة ADIB1079355 بعدد 2740 سهما  
٧ - علي عتيق علي سند القبيسي  
رقم الشهادة ADIB1079356 بعدد 2755 سهما  
الرجاء ممن يجدهم تسليمهم لأقرب فرع من فروع مصرف ابوظبي  
الاسلامي، او الاتصال على تلفون رقم 0504444863 مشكورا

### محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان بالنشر  
في المنازعة رقم 1323/2022/461 نزاع محدد القيمة

المطورة في : التسمية الوبوية للمنازعات رقم 756  
موضوع المنازعة : المطالبة بالزام المدعي عليهم متضامنين مبلغ وقدره (45793.20 درهم) والرسوم والمصاريف  
والعنايب الحاماة والبالغة 12% من تاريخ المطالبة وحتى السداد التام والحكم بالتفاد الجليل بلا كفالة  
التنازل : السند لتأجير السيارات ريفل الركب - ش م ع - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - المجمع التجاري - منطقة  
1 - مكتب رقم 3202 - سيبستار - بجوار بابي الهينو - الطابق 32 - هاتف رقم 042594391 - ورميله : أمل  
خيس درويش محمد البوليوي  
المطلوب اعلانهما : 1 - دار الأصفاء للتجارة - ش م م 2 - مساحين سور سيد ابو حسنا ابو لهاسنا - صفتها :  
منتزاع ضدهما  
موضوع الاعلان : قد اقام عليك المدعي وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليهم متضامنين مبلغ وقدره (45793.20  
درهم) والرسوم والمصاريف والعنايب الحاماة والبالغة 12% من تاريخ المطالبة وحتى السداد التام وضوم الحكم بالتفاد  
للجليل بلا كفالة. وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق 2022/9/29 الساعة 9.00 صباحا في قاعة التناقض من  
بدا عند ثبات مكلف بالبحور أو من يمتلك قانونيا ويملك بتقديم ما لديك من مذكرة أو مستندات للحكمة  
فيها الجلسية بطلان أيام الأفل.

رئيس القسم

### محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٥٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/٢٦  
إعلان بالنشر  
في المنازعة رقم 773/2022/460 نزاع مدني

المطورة في : التسمية الوبوية للمنازعات رقم 763  
موضوع المنازعة : لائحة نزاع الزوام الضمانات صياغة بياض مبلغ وقدره 80.000 درهم لتوضيح عن الحدات الناح  
من السيرة رقم (90116) خصوصي (س 0) وبوتة لدى المدعي المالي الأولى بموجب وثيقة التأمين رقم  
(32213018852) سارية المفعول وفات العنايب  
التنازل : بولو ستارام ومفاديس فليشو كوماز (صفي الضحية)  
عنوانه : الإمارات العربية المتحدة، إمارة الشارقة - الخيرية - شارع الخالد 2 - البرج - مكتب رقم 1211 - بردي  
إلكتروني : INFO@NYKAE، ورميله : ناصر يوسف علي ناصر الحسين  
المطلوب اعلانهما : 1 - شركة الفيدرا الوطنية للتأمين - صفة : منتزاع ضد  
2- اسماعيل نايد سيد - صفة (مكلف)  
موضوع الاعلان : قررت المحكمة اصدار قرار منفي للخصومة وفقا لنص المادة 54 من اللائحة التنفيذية لقانون  
الإجراءات المدنية. وقررت حضوريا لاراي يمتانة للخصومة قضائي. بالزام التنازل ضدهما بالتضامن بان يودي  
للمنتزاع مبلغ 30.000 درهم والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ صدور قرار الفقرار وحتى تمام السداد  
والترتبه الرسوم والمصاريف وخمسائة درهم مقابل أعنايب الحماماه.

رئيس القسم

# منوعات العمل

25

إذا كانت المرأة تعاني من إجهاد مزمن في وقت متأخر من الحمل، فقد يؤثر ذلك على قدرة جنينها على امتصاص الحديد بنسبة تصل إلى 15%، وفقا لدراسة أجراها باحثو جامعة واشنطن ميديسن في سياتل.



على النساء الحوامل مراقبة مستويات التوتر لديهن ومحاولة تقليلها

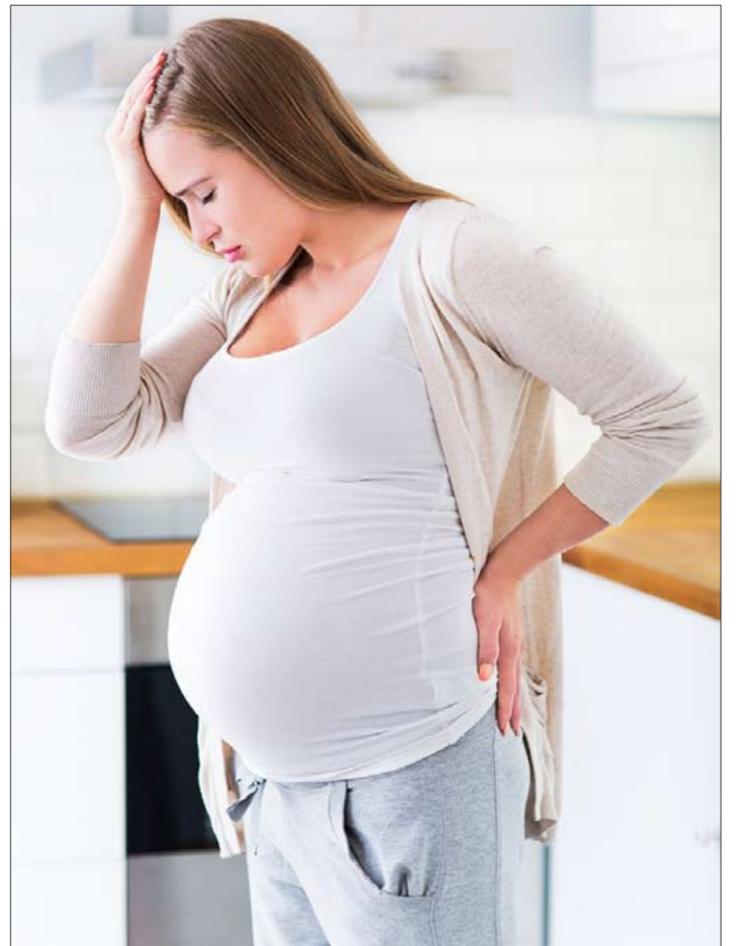
## الإجهاد المزمن أثناء الحمل يؤثر على قدرة الجنين على امتصاص الحديد



الولادة على هذا القدر من الحديد، وهو ما يقارب ضعف الكمية التي تحتاجها المرأة غير الحامل، وذكرت الدراسات سابقا أن ما يصل إلى نصف النساء الحوامل في البلدان المتقدمة يعانين من نقص الحديد، والذي بدوره يمكن أن يؤدي إلى انخفاض الوزن عند الولادة أو التأثير على النمو العصبي للجنين. وقال فراش إنه من المعروف منذ فترة طويلة أن الإجهاد يؤثر على نمو دماغ



وتوسط التأثير سن الأم والحالة الاجتماعية والاقتصادية أو التعليم في كثير من الحالات، لكنه يسلط الضوء على أهمية رعاية صحية أكثر إنصافا أثناء الحمل كوسيلة قوية لتحسين نمو الدماغ قبل الولادة وبعدها. وأضاف أن تناول فيتامينات ما قبل الولادة قد لا يساعد في تعويض العجز. وأوضح فراش أن الأجنة عادة ما تكون قوية ضد التغيرات المعتدلة في الحديد الأمومي. وقال: "ما نلاحظه هنا هو أنه في ظل ظروف إجهاد الأمهات المزمن، يكون الأجنة الذكور أقل قدرة على تنظيم صحتهم من الحديد مقارنة بالأنثى الإناث - ونعلم أن هذا قد يكون له عواقب على نموهم العصبي بعد الولادة". وتبعت الدراسة 164 امرأة حاملات في ألمانيا وقع تحديدهن على أنهن مجهدات أو غير مجهدات. وتمت مقارنة امتصاص الجنين للحديد لدى النساء مع مجموعة ضابطة. وتحتاج المرأة الحامل في المتوسط إلى نحو 30 مغ من عنصر الحديد يوميا لتلبية المتطلبات الجديدة لحجم الدم الإضافي والمشيمة النامية والجنين المتنامي. وتحتوي معظم المكملات الغذائية ما قبل



والدراسة، التي نُشرت في مجلة Scientific Reports، وجد علماء من جامعة واشنطن ميديسن، وجامعة ديوك، وآخرون من جامعات في ألمانيا والأرجنتين، أن متطلبات الحديد في الثلث الثاني والثالث من الحمل لدى النساء الحوامل قد تزداد بنمائية أضعاف، لكن امتصاص الحديد في الأجنة يمكن أن يتضاءل بقدر ما 15% لدى النساء اللواتي يعانين من إجهاد مزمن. وأفاد الفريق أن تأثيرات نقص الحديد تكون أكثر وضوحا في الأجنة الذكور. وبالنظر إلى ذلك، يجب على النساء الحوامل مراقبة مستويات التوتر لديهن ومحاولة تقليل التوتر من خلال تقنيات الاسترخاء. وإذا استمر الإجهاد المزمن، فيمكن الاعتماد على مكملات الحديد ومراقبة مستوى الحديد لدى الأطفال الرضع عند الولادة، كما قال الدكتور مارتن فراش، أحد المؤلفين الرئيسيين والأستاذ المساعد في التوليد وأمراض النساء في كلية الطب بجامعة واشنطن. وقال فراش: "لقد أنشأنا الصلة بين الإجهاد المزمن أثناء الحمل والتوازن الحديدي للوليد.

## دراسة: إطعام الرضع المبكر يقلل من خطر إصابتهم مستقبلا بحساسية الغذاء



السماح للأطفال بتذوق الطعام المنظم في موعد لا يتجاوز سن أربعة أشهر، طالما كانت الكميات صغيرة بما يكفي لعدم التناقص مع الرضاعة الطبيعية. لا يبدو أن المقدمة

أشارت بعض الدراسات إلى أن إطعام الرضع المبكر بالأغذية المسببة للحساسية، مثل الفول السوداني والبيض، قد يقلل من خطر إصابتهم بالحساسية الغذائية مستقبلا.

أسبوعين أو إدخال الغذاء المبكر على الأكرزما التأتبية، والتي تعد عامل خطر لحساسية الطعام في وقت لاحق. تلقت إحدى المجموعات مقدمة غذائية على شكل أجزاء صغيرة منتظمة من زبدة الفول السوداني أو الحليب أو القمح أو البيض المطبوخ من عمر ثلاثة أشهر، تلقت المجموعة الثانية نفس مرطبات البشرة بالإضافة إلى ترطيبها. تم إعطاء الثلث فقط المطريات الجلدية. والرابع لم يتلق أي علاج محدد، تم حث جميع الآباء على اتباع الإرشادات الوطنية لإدخال الغذاء. تم إدخال الفول السوداني أولاً، تبعه بعد أسبوع حليب البقر، ثم عصيدة القمح والبيض، تم توجيه الوالدين للسماح لأطفالهم بتذوق الطعام أربعة أيام على الأقل في الأسبوع جنباً إلى جنب مع تغذيته المنتظمة، تم تشجيعهم على الاستمرار في تقديم الأطعمة الأربعة كجزء من النظام الغذائي المعتاد للطفل بعد سن ستة أشهر.

يوضح الدكتور نورلد: "نحن نتحدث عن كميات صغيرة طفل يمص إصبعه مغطى بزبدة الفول السوداني، على سبيل المثال أو يتذوق من ملعقة صغيرة". حضر أكثر من 80 بالمائة من الأطفال المتابعة حتى سن الثالثة، وعندها تم فحص وجود حساسية تجاه أحد الأطعمة الأربعة، تم تشخيص حساسية الطعام في 44 من الرضع: 32 يعانون من حساسية الفول السوداني، و 12 يعانون من حساسية البيض، و 4 يعانون من حساسية الحليب. تم تشخيص حساسية الطعام في 14 (2.3 بالمائة) من 596 رضيعاً في مجموعة عدم التدخل و 17 (3.0 بالمائة) من 574 رضيعاً في مجموعة التدخل الجدي، وستة (0.9 بالمائة) من 641 رضيعاً في مجموعة التدخل الغذائي، وسبعة (1.2 بالمائة) من 583 رضيعاً في مجموعة التدخل المشتركة. نظرا لأن انتشار الحساسية الأخرى غير الفول السوداني كان منخفضاً في ثلاث سنوات، فإن الدراسة غير قادرة على التأكد من التأثير على مخاطر الحساسية المرتبطة بجميع الأطعمة الفردية. وتقدم وكالة الغذاء الوطنية السويدية بشأن تغذية الرضع

قام باحثون من معهد كارولنسكا، وجامعة أوسلو، ومستشفى جامعة كارولنسكا في ستوكهولم (السويد)، ومستشفى جامعة أوسلو ومستشفى أوستفولد (النرويج)، بفحص خطر الإصابة بحساسية الطعام في سن الثالثة. واكتشف الخبراء أنه يمكن تخفيف الحساسية إذا تم إعطاء الأطفال أجزاء صغيرة منتظمة من الطعام الذي يحتوي على الفول السوداني والحليب والبيض من سن ثلاثة أشهر.

وأظهرت النتائج أن الأطفال الذين تذوقوا بشكل مبكر كان لديهم خطر 1.1% للإصابة برد فعل تحسسي تجاه أحد الأطعمة التي تم إدخالها في سن الثالثة، مقارنة بنسبة 2.6% بين الأطفال الذين لم يتم تقديم الطعام مبكراً لهم، وهذا يعني أن 63 طفلاً بحاجة إلى التعرض للإدخال المبكر للأطعمة المسببة للحساسية لمنع الحساسية الغذائية لدى طفل واحد.





# منوعات الفجر 26

استعرض أمام الوفود أبرز المحطات في تاريخه، وقدم عرضاً تفصيلياً عن AGDA

## الأرشيف والمكتبة الوطنية يشاركون في اجتماعات المؤتمر السنوي للمجلس الدولي للأرشيف في روما

الإلكترونية الرقمية، وبالخرائط التي تظهر جهود الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان - طيب الله ثراه - في بناء العلاقات مع شعوب العالم. واختتم العرض بالإشارة إلى آفاق مستقبل الأرشيف الرقمي للخليج العربي بعد أن تم بناء منصة إلكترونية واسعة المحتوى، وما ستحتله المرحلة الثانية والثالثة من تطوير الموقع، والثقافة الجادة التي يقدمها هذا الموقع لزواره.

وأكد العرض اهتمام الأرشيف والمكتبة الوطنية بكونجرس المجلس الدولي للأرشيف الذي ستستضيفه أبوظبي في أكتوبر عام 2023 مظهراً أهمية الحدث محلياً وعربياً وعالمياً.

للشخصيات التاريخية والقيادات المهمة في جميع دول العالم، ويواصل الأرشيف والمكتبة الوطنية العمل على تطوير الموقع الإلكتروني للخليج العربي على تقنيات متقدمة تساعد في التعرف الضوئي على الحروف والكلمات المفتاحية لكل ملف، ويمكن لزوار شبكة الإنترنت أيضاً كانوا الوصول إلى هذا الموقع عبر الرابط التالي:

<https://www.agda.ae>

وأشار العرض إلى أسباب إنشاء الأرشيف الرقمي للخليج العربي، كبناء جسور ثقافية، وتقريب المسافات، كما تطرق إلى دعم الموقع بالتقنيات الرقمية المتطورة، وبالاعراض

العربي الذي أنشئ على شبكة الإنترنت عام 2019 لعرض المواد التاريخية والثقافية التي تحكي قصة التاريخ الموثق والمثير للاهتمام للخليج العربي، وهو يوفر مواد رقمية باللغتين العربية والإنجليزية تشمل حقبة قرنين من الزمان، وتوثق فيها الأحداث التاريخية، وتراجيم الشخصيات، والمذكرات، والمخطوطات، والصور، والمراسلات الرسمية، وقد شهد الموقع الإلكتروني في مرحلته الثانية إضافة تقنيات متقدمة لقراءة بيانات المواد بجانب الصور، وإضافة خاصية خريطة العالم التي تعتبر مكتملة لعملية البحث، والتي تسهل - عن طريق البحث المرئي - معرفة الوثائق والصور

تأسيسه عام 1968 بتوجيه من المؤسس واليمني الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان - طيب الله ثراه - لكي يدون تاريخ الإمارات التي كانت حينذاك مغفلة على مرحلة من النهضة والتطور والازدهار، ثم تطرق لأهم المراحل التي مر بها بدءاً من نشأته: مكتباً للوثائق والدراسات، إلى مركز الوثائق والدراسات، ثم المركز الوطني لمركز الوثائق والبحوث، ووصولاً للأرشيف الوطني، وفي أواخر عام 2021 وبناء على المرسوم الاتحادي رقم 13 حمل اسمه الحالي "الأرشيف والمكتبة الوطنية".

ثم تحول العرض إلى الأرشيف الرقمي للخليج

الناس بالمعلومات الموثقة عن تاريخ وتراث دولة الإمارات العربية المتحدة ومنطقة الخليج. وقد ركز العرض التقديمي في نشأة الأرشيف الرقمي للخليج العربي كواحدة من التجارب المميزة التي تهتم الأرشيفيين؛ موضحاً كيف استثمرت دولة الإمارات العربية المتحدة ما يحويه أرشيفها الوطني من كنوز أرشيفية ومعرفية يمكنها أن تسهم في تعزيز الثقافة المحلية والانتماء الوطني، وأهمية الأرشيف الرقمي للخليج العربي AGDA وما يقدمه من معلومات أرشيفية.

واستعرض الأرشيف والمكتبة الوطنية أمام الوفود التي التقت في روما - تاريخه منذ

•• أبوظبي-الفجر:

يشارك الأرشيف والمكتبة الوطنية في اجتماعات المؤتمر السنوي التاسع للمجلس الدولي للأرشيف الذي تنعقد دورته الحالية في العاصمة الإيطالية "روما"، وتمثلت أولى المشاركات بعرض تقديمي عن تحضيرات كونجرس المجلس الدولي للأرشيف الذي ستستضيفه أبوظبي في أكتوبر 2023م، وعن رحلة الأرشيف والمكتبة الوطنية، وما يقدمه من خدمات أرشيفية وتوثيقية في دولة الإمارات العربية المتحدة، فضلاً عن دوره في حفظ ذاكرة الوطن وإثرائها، وتزويد الباحثين وعمامة

في يوم الجاليات والأندية الطلابية بجامعة دبي

## تقديم عروض فنية وثقافية واحتفال باليوم الوطني السعودي



هذا اليوم يكرس أسماً معاني التسامح والتعايش بين الجاليات المختلفة على أرض الإمارات التي تحتضن على أرضها 192 جنسية مختلفة، وأن مجتمع الجامعة الذي يضم أكثر من 42 جنسية هو نموذج لهذا التنوع بين الجنسيات، وترسل الجامعة من خلاله رسالة للعالم أن دولة الإمارات أصبحت عاصمة وملتقى لثقافات الشعوب والأعراق والأديان.

ورحب البستاني بسعادة نائب القنصل السعودي في دبي وبالضيوف الذين حضروا افتتاح الفعاليات مشيراً إلى أن يوم الجاليات يتمناه مع رؤية القيادة الرشيدة لجعل دولة الإمارات دولة عالمية تتسم بالتسامح والاحترام المتبادل. وقال إن طلبية الجامعة هم محور العملية التعليمية والترفيهية.

مشيراً إلى أهمية الأنشطة الطلابية وأثرها في صقل شخصية ومهارات ومدارك الطلبة، وأهمية الأندية الطلابية كونها حلقة وصل مهمة جداً بين إدارة الجامعة والمجتمع الطلابي، ودورها في تنفيذ العديد من الأنشطة والفعاليات الثقافية والعلمية والاجتماعية المختلفة. ولفت هيثم المعيني مدير شؤون الطلبة بالإناية إلى أن يوم الجاليات والأندية الطلابية يوفر للطلبة الفرصة لعرض ثقافة وحضارة وتقاليد وعادات بلادهم ويكسر الحواجز بين الشعوب إضافة لأنه يحقق التفاعل بين الطلبة من خلال أنشطة متعددة باعتبارهم قادة المستقبل.

رئيس الجامعة للشؤون الأكاديمية وعدد كبير من أعضاء الهيئتين التدريسية والإدارية والطلبة. وأكد البستاني خلال افتتاح الفعاليات أن احتفال الجامعة بهذا اليوم يتزامن مع احتفال المملكة العربية السعودية الشقيقة باليوم الوطني 92 ويعبر عن العلاقات الوثيقة بين الشعبين، وأن

والأندية الطلابية في الجامعة.

تضمن اليوم استعراض الأندية الطلابية لأنشطتها وتقديم بعض الجوانب المعرفية والثقافية والاجتماعية عن كل بلد إضافة لعدد من العروض الثقافية والفنية والفلكلور الشعبي. حضر الافتتاح الدكتور حسين الأحمد نائب



•• دبي-الفجر:

افتتح سعادة الدكتور عيسى البستاني رئيس جامعة دبي بحضور سعادة خالد الزهراني نائب القنصل السعودي في دبي فعاليات يوم الجاليات والأندية الطلابية الذي تنظمه إدارة شؤون الطلبة بالتعاون مع مجلس اتحاد طلبة الجامعة

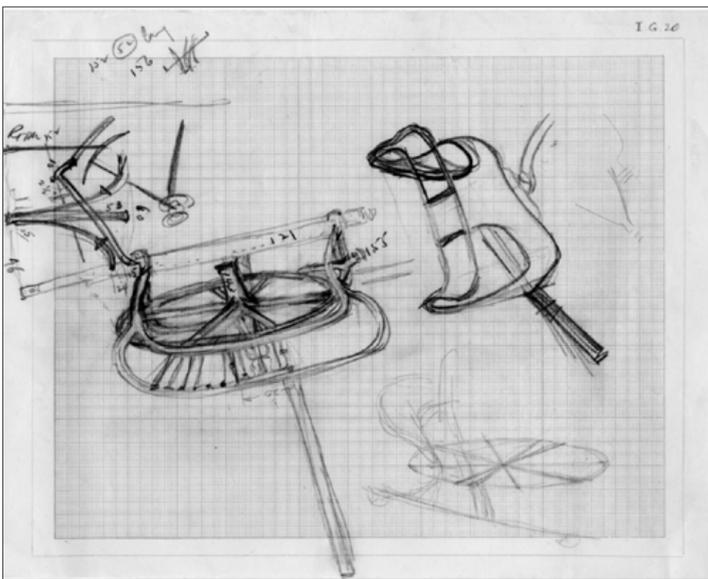
والأندية الطلابية في الجامعة.

تضمن اليوم استعراض الأندية الطلابية لأنشطتها وتقديم بعض الجوانب المعرفية والثقافية والاجتماعية عن كل بلد إضافة لعدد من العروض الثقافية والفنية والفلكلور الشعبي. حضر الافتتاح الدكتور حسين الأحمد نائب



خريطة وشمعة في القبر..

## مذكرات هوارد كارتر عن كنوز توت عنخ آمون



كانت بداية مغامرة علمية مذهلة استمرت حتى ديسمبر 1932، وهي السنوات العشر التي استغرقها تفريغ القبر، بينما توفي كارنارفون في 5 أبريل 1923، دون رؤية محتويات التابوت الحجري ومومياء توت عنخ آمون، والتي لم يتم فحصها حتى 11 نوفمبر 1925، وتصف رسالة من كارتر إلى عالم المصريات آلان جاردنر بعض القطع الأثرية الرمزية حيث قال: عربات وأسرة بأشكال حيوانية غريبة وشخصيات بالحجم الطبيعي للأوصياء.

هنا أيضاً خريطة رسمها كارتر مع الحفريات بين عامي 1917 و 1922، قبل تحديد موقع القبر التي ظلت مخبأة تحت بقايا أكواخ العمال القديمة بالقرب من قبر رمسيس السادس المجاور. تحتوي صفحة من مذكرات كارتر تسجيلاً للحظة العظيمة يخط يده، وهي لحظة فتح المقبرة بما في ذلك إنشاء فتحة في الباب، والشمعة التي تم إدخالها، حتى سأل كارنارفون: "هل يمكنك رؤية أي شيء؟" وكانت الإجابة من هوارد كارتر: "نعم، إنها رائعة".

الوحيد الذي لم يمس، موقع الدفن الملكي المصري في وادي الملوك توت عنخ آمون.

يعرض المعرض أول إشارة مكتوبة لكارتر للاكتشاف في إحدى دفاتر الجيب الخاصة أو "النوتة" التي استخدمها لتسجيل أنشطته خلال الأشهر الثمانية التي قضاها كل عام في مصر والتي قال فيها "تم العثور على الخطوات الأولى للقبر" عبر قلم رصاص نقل حماساً لا يمكن كبحته وهو ما سجله يوم السبت 4 نوفمبر 1922.

يظهر المصريون، بما في ذلك العديد من الأطفال العاملين، في العديد من صور الحفريات دون أن يتم التعرف عليهم، ونادراً ما تم ذكرهم، وتم التقليل من أهمية دورهم في التقارير الرسمية لكن البحث الأرشيفي "يجعل من الممكن استعادة دور المصريين في الحفريات،" و"معالجة الخطأ" وفقاً لصحيفة الباييس الإسبانية. كما يسلط المعرض الضوء على الدور المهم للنساء المشاركات في المشروع، مثل ميني زوجة المصور هاري بيرتون، صاحبة الصور الشهيرة للتقريب، والتي ساعدت زوجها واحتفظت بمذكرات شخصية قيمة، وفي أحد المقاطع، تذكر الإثارة لصاحبة لزيارة القبر وكيف أرسل كارتر حملاً لإحضارها إلى منزلها كما لو أن شخصاً يرسل سيارة أجرة.

من عصر يوم 26 نوفمبر 1922، عندما نظر كارتر وراعيه اللورد كارنارفون إلى القبر لأول مرة، وكسراً ختماً استمر لأكثر من 3000 عام وبدأ التنقيب عن القديم

تحتل مذكرات هوارد كارتر الموجودة في معرض أكسفورد المقام حالياً بمناسبة مرور مائة عام على كشف مقبرة توت عنخ آمون بالكثير من الأحداث لكن أبرزها في الرابعة



منوعات

# الفكر

27

ميشال موناغان تؤدي دور التوأم

## Echoes يتناول تعقيدات الحياة الأسرية

قبل فترة قصيرة، طرحت منصة نتفليكس الأميركية، الموسم الأول من مسلسل Echoes (صدى التوأم). يتألف العمل من سبع حلقات، ضمن إطار درامي تشويقي اجتماعي. تنتقل الأحداث، منذ بداية الحلقة الأولى، بشكل فوضوي، امتثالاً لسياق القصة التي تظهر مختنقة في غموض تفاصيلها، من دون أن يعكّر ذلك دور التفاعل الدرامي بين خيوط الحكاية وشخصياتها.

ذلك الحريق. لاحقاً، سنكتشف أن الشقيقتين اعتادتا تبادل شخصيتهما في كل عام يحل فيه عيد ميلادهما. وهنا كانت العقدة الأكبر. فكلتا الأختين تشاركان حياتيهما وأزواجهما وأشغالهما. إذاً، جينا التي كانت في لوس أنجلوس، كانت هي نفسها ليني، وعندما عادت إلى بلدتها للبحث عن شقيقتها، إنما عادت إلى شخصيتها الحقيقية. شرعت الأختان، منذ كانتا طفلتين، بتبادل الأدوار، وذلك في سبيل حماية إحداهما للأخرى. والأصح أن ليني هي من كانت تصر على هذا التبادل، من أجل حماية شقيقتها من أي ضرر قد يصيبها. وهذه حالة نفسية رافقت ليني منذ طفولتها. أي منذ اللحظة التي شاهدت فيها والدها يقتل والدتها المصابة بالسرطان داخل حوض الاستحمام، من دون أن تعلم أن معاناة الأم والأب من المرض أوصلها إلى مستوى طلبت فيه من زوجها إنهاء عذابها، ولم تكن تعلم أن اختفاء جينا إنما هو خطة وضعتها الأخيرة للتخلص من حياة التوأم، والهروب من شقيقتها وعالمها برفقة عشيقها ديلان جيمس، من أجل بدء حياة جديدة، أقل تعقيداً من تلك الحياة التي قضتها برفقة ليني. يصور العمل تعقيدات الحياة الأسرية، وما يترتب عنها من مشاهد في طفولتنا من آثار نفسية، قد تتطور وتكبر معنا، وتزيد حيواتنا ارتباطاً.



تهدف إلى تسويق الأثر الدرامي، وربطه في مخيلة المشاهد، وتحفيزه على التماهي مع الحكاية والتقاط خيوطها وللمتها. وقد نتقذ أن مساحة التعقيد ستنتسج أكثر بعد ظهور ليني الشقيقة المفقودة، ولا سيما بعد أن أخذت جينا دور ليني، وبالتالي ستعود الأولى مفقودة أمام عائلتها الكبيرة وأسررتها الصغيرة. هذا كله، سيدفعها إلى تقمص الأدوار بين حدث وآخر، وهو الأمر الذي يساهم في رفع حالة التوتر في فعل المشاهد، وحافظ على تكوين النص وتماسكه، من دون الوقوع في أي شطط

تبدأ معالم الحكاية مع اختفاء ليني، شقيقة جينا التوأم، (تؤدي الممثلة ميشال موناغان كلا الدورين). تغادر جيني لوس أنجلوس، لتعود إلى ماونت إيكو في مقاطعة إيستون، حيث مسقط رأسها. من هناك، ستبدأ رحلة جينا في البحث عن شقيقتها المفقودة. خلال الخط العام لسيناريو الأحداث في الحلقات الأولى، سنخترق في تركيبة شائكة ومعقدة، فرضتها دلالات وإشارات مدعومة ضمن مشاهد فلاش باك، ولقطات عابرة لماض وأحداث عاشتها الأختان. مع فصح مجال للتعريف عن علاقة الشخصيات بعضها ببعض، وحجم ارتباطها بالشقيقتين، الأمر الذي سيزيد من حجم الارتباك في فهم مجريات الأمور، من دون أن يفقد العمل إيقاعه التصاعدي. هذا الارتباك كان جلياً حتى على جينا نفسها، التي لم تستطع حل لغز اختفاء شقيقتها، وهو ما دفعها إلى تقمص شخصيتها. لفهم وحل جميع الأغاز العالقة في اختفاء ليني. درجة التشابه بين الشقيقتين إحدى ركائز الحكاية الشائكة التي ستضاعف حالة الارتباك والتشويش بشكل لن يسعف المشاهد على فهم الحكاية، إلا من خلال تكرار مشاهدة العمل مرة أخرى، ليميز بين الشخصيتين وماضيتهما وحاضريهما. وهي نقطة مهمة



بعد شرائها منزل أوبرا وينفري مقابل 14.8 مليون دولار

## تعرف على صاغة ثروة جينيفر أنيستون

لا أحد يستطيع أن ينسى راشيل جرين التي لعبت دورها جينيفر أنيستون في المسلسل الهزلي الأمريكي Friends.

جينيفر أنستون واحدة من أكثر النجوم المحبوبة وقد تصدرت عناوين الصحف مؤخراً لشراء منزل أوبرا وينفري مقابل 14,8 مليون دولار.

دفعت أنستون مبلغاً ضخماً لمنزل أوبرا في بلدة مونتيسيتو الراقية بكاليفورنيا.



تم بناء عقار Montecito في عام 1998 ويضم هذا المنزل الذي تبلغ مساحته 1.03 فدان 4 غرف نوم و3 حمامات. جعلت هذه الأخبار معجبيها يستكشفون المزيد عن صاغة ثروة جينيفر أنيستون. ولدت جينيفر في 11 فبراير 1969 في لوس أنجلوس لأبوين جون أنيستون وآنيسي داو، ولديها شقيقان، وانتقلت عائلتها إلى مدينة نيويورك عندما كانت طفلة. على الرغم من أن والدها كان ممثلاً يوناني المولد، إلا أن أنيستون لم تشجع على مشاهدة التلفزيون، انفصل والدا جينيفر عندما كانت في التاسعة من عمرها فقط. اكتشفت التمثيل عندما كانت تبلغ من العمر 11 عاماً، وسجلت في مدرسة Fiorello H. LaGuardia الثانوية للموسيقى والفنون المسرحية، وانضمت إلى جمعية الدراما. بدأت أنيستون العمل في تمثيل بعض الأدوار وعملت في نفس الوقت بوظائف بدوام جزئي كنادلة ومسوق هاتف. في عام 1988، حصلت على دور ثانوي في فيلم الخيال العلمي Mac and Me. في عام 1990، حصلت على أول دور تلفزيوني، ولكن تم إلغاء العرض في وقت لاحق. استمرت في البطولة في الأفلام والبرامج التلفزيونية وانتظرت دوراً كبيراً، على الرغم من وجود أربعة برامج تلفزيونية غير ناجحة في سيرتها الذاتية، إلا أنها لم تفقد الأمل وخضعت لاختبارات مسلسل Friends. في البداية المنتج أراد أن تقوم جينيفر بتجربة أداء دور مونيك جيلر، ومع ذلك، في وقت لاحق، بدت كورتنى كوكس مثالية لدور مونيك اللطيفة، وتم اختيار جينيفر في دور راشيل جرين. كان هذا هو الوقت الذي انطلقت فيه مسيرتها المهنية حيث أحبها الجميع في العرض، وحقت السلسلة نجاحاً هائلاً. ربما انتهى الأصدقاء منذ 18 عاماً، لكن كانت جينيفر منشغلة في جني الأموال من العرض والعائدات منذ ذلك الحين، فكلما قامت شبكة بإعادة بث المسلسل، يتم دفع مبلغ من المال إلى فريق الممثلين مقابل أدائهم، وهذا المسلسل بالتحديد أعيد

عرضه لمرات كثيرة. بالإضافة إلى Friends، ظهرت جينيفر في العديد من الأفلام والبرامج التلفزيونية بما في ذلك Just go With Bruce Almighty و Horrible و Murder Mystery و It Bosses و Dirt وما إلى ذلك. ووفقاً لموقع pinkvilla تمتلك جينيفر علامة تجارية، فهي واحدة من أبرز المشاهير ولديها الكثير من الزبائن، كانت أول صفقة كبرى لها مع Microsoft، حيث قامت هي وماتيو بيرري، شريكها في فيلم Friends، ببطولة فيديو مدته دقيقة واحدة. لديها العديد من العلامات التجارية المرموقة الأخرى في ملفها الشخصي، وهي تعمل في صناعة التجميل أيضاً. حيث تعمل كرئيسة إبداعية في Vital Proteins، وهي علامة تجارية مكملة للصحة. في سبتمبر 2021، أعلنت رسمياً عن إطلاق علامتها التجارية للعناية بالشعر. وبعد كل هذه الأعمال الفنية والعلامات التجارية يمكن التعرف على قدر ثروة جينيفر عن قرب وفقاً ل pinkvilla تقدر القيمة الصافية لثروة جينيفر أنيستون بحوالي 320 مليون دولار، وبما أنها تجني الكثير من المال سنوياً من صفقات إعادة عرض المسلسل، وأعمالها، والتمثيل، فإن هذا الرقم سيستمر في النمو.

# الغليظ

## بوصة إضافية على محيط الخصر تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب



وأضاف: "نحن نعلم أن الدهون الموجودة حول الأعضاء في البطن نشطة للغاية وتحتوي على الكثير من العوامل الالتهابية التي يمكن أن تسبب أمراض القلب والأوعية الدموية." يعاني اثنان من كل ثلاثة بريطانيين من زيادة الوزن أو السمنة بينما تسبب أمراض القلب والدورة الدموية في ربع إجمالي الوفيات في المملكة المتحدة، مما يؤدي إلى وفاة ما يقرب من 500 شخص يوميا.

وأشارت نتائج الدراسة إلى أن خُصم أولئك الذين لديهم أكبر خصور أكثر عرضة 3.21 مرة للمعاناة من الشخص الذي لديه خصر أخصف. وكان هناك 8669 حالة قصور في القلب لأول مرة على الإطلاق خلال الدراسة، وأسفر الكثير منها عن الوفاة.

خلصت إحدى الدراسات إلى أن الدهون الزائدة في منطقة البطن تمثل تحديرا من زيادة خطر الإصابة بقصور القلب. وقال باحثون من جامعة أكسفورد إن كل بوصة إضافية على الخصر ترفع الخطر بنسبة 11 في المائة وتشكل خطرا أكبر على صحة القلب من الوزن الإجمالي.

ونصح الباحث الرئيسي الدكتور Ayodipupo Oguntade بقياس الشخص لخصره سنويا لمراقبة المخاطر، وقال: "كمية الدهون التي يحملها الأشخاص حول جذوعهم أكثر أهمية في تتبع السمنة في الجسم ومخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية".

وحلل الأكاديميون بيانات عن 430 ألف بريطاني تتراوح أعمارهم بين 40 و 70 عاما تم تعقبهم في المتوسط لمدة 13 عاما، تم ربط كل بوصة إضافية على مقياس الخصر الصحي بزيادة مخاطر الإصابة بأمراض القلب، مثل النوبة القلبية أو السكتة الدماغية أو عدم انتظام ضربات القلب.

## دراسة ضخمة تظهر أن فيتامين (د) يخفف أعراض حالة مققدة وشائعة!

تحتاج أجسامنا إلى الكمية المناسبة من فيتامين (د) لتعمل بشكل طبيعي - جسديا وعقليا - وهناك قدر متزايد من الأدلة التي تربط نقص الفيتامين بالاكنتاب.

والآن، يشير تحليل جديد لـ 41 دراسة سابقة إلى أن تناول مكملات فيتامين (د) يمكن أن يخفف من أعراض الاكنتاب لدى الأشخاص الذين تم تشخيصهم بالفعل بالاكنتاب، ما يفتح خيارا بديلا محتملا للعلاج. وبالإضافة إلى التحكم في مستويات الكالسيوم والفوسفات في الجسم، يُعتقد أن فيتامين (د) يساعد على تنظيم الوظائف المختلفة في الجهاز العصبي المركزي - وتشير الأبحاث السابقة على الحيوانات إلى أنه يمكن أن يساهم في التحكم في التوازنات الكيميائية في الدماغ، والذي قد يفسر الارتباط بين فيتامين (د) والصحة العقلية.

ويقول توماس ميكولا، باحث الدكتوراه والمعد الرئيسي في جامعة شرق فنلندا: "ستشجع هذه النتائج التجارب السريرية الجديدة عالية المستوى في المرضى الذين يعانون من الاكنتاب من أجل لقاء مزيد من الضوء على الدور المحتمل لمكملات فيتامين (د) في علاج الاكنتاب".

وغطى التحليل الجديد ما مجموعه 53235 مشاركا في الدراسة من 41 دراسة، بمن فيهم الأشخاص المصابون بالاكنتاب والذين لا يعانون منه، والأشخاص الذين يتناولون مكملات فيتامين (د) والأشخاص الذين يتناولون الأدوية الوهمية، والأفراد الذين يعانون من مجموعة متنوعة من الحالات الجسدية.

وفي حين تبانت الجرعات المستخدمة، كان مكمل فيتامين (د) النموذجي 100-50 ميكروغرام في اليوم. وفي المشاركين المصابين بالاكنتاب، تبين أن مكملات فيتامين (د) أكثر فعالية من الأدوية الوهمية في تخفيف أعراض الاكنتاب.

وأفاد الباحثون أن مكملات فيتامين (د) تبدو أكثر فاعلية في فترات أقصر (أقل من 12 أسبوعا). ومع ذلك، في الأفراد الأصحاء، كان للأدوية الوهمية تأثيرا أكبر قليلا على أعراض الاكنتاب.

وكتب الباحثون في وقتهم المنشورة: "تشير نتائجنا إلى أن مكملات فيتامين (د) لها آثار مفيدة في كل من الأفراد المصابين باضطراب اكتابي كبير وكذلك في الأشخاص الذين يعانون من أعراض اكتاب أكثر اعتدالا وخطورة سريريا".

ومع الاعتراف الآن بالاكنتاب باعتباره السبب الرئيسي للإعاقة في جميع أنحاء العالم - حيث يؤثر على أكثر من 280 مليون شخص منا كل عام - ومضادات الاكنتاب غير فعالة للجميع، يجب استكشاف المزيد من خيارات العلاج بشكل عاجل.

ومع ذلك، قبل أن نتقدم على أنفسنا، فإن البيانات التي لدينا حتى الآن ليست كافية لإثبات أن انخفاض مستويات فيتامين (د) يسبب الاكنتاب، أو أن المكملات هي علاج فعال. وعلى الرغم من أن هذا التحليل الجديد يظهر ارتباطا، إلا أن البحث السابق لم يكن قاطعا تماما.

وفي حين أن التحليل مثل هذا مفيد في مقارنة النتائج عبر عدد كبير من الأشخاص، فإن الأساليب والعوامل المختلفة في كل دراسة فردية تجعل من الصعب استخلاص استنتاجات عامة - على الرغم من بذل الكثير من العمل لربط المعلومات عبر الدراسات ككل.



الممثلة الأمريكية ليزا آن والتر لدى وصولها لحضور فيلم 'كرة اليزابيث تايلور لإنهاء الإيدز، في ويست هوليفود ببارك، كاليفورنيا - ا ف ب

## قرأت لك

خصائص الزنجبيل المفيدة



أعلنت الدكتورة أوليسا فرولوفا، خبيرة التغذية الروسية، أن للزنجبيل خصائص مهدئة ومضادة للتشنج.

وتشير الأخصائية في حديث لـ Gazeta.Ru، إلى أن الزنجبيل بالإضافة لخصائصه

المهدئة والمضادة للتشنج، يعزز مقاومة الجسم للأمراض. وتقول، "الزنجبيل - مضاد ممتاز للتشنجات، وإذا كان الشخص يعاني من عسر الهضم، فعليه تناول كوب من شاي الزنجبيل، وسوف يشعر فورا بالتحسن ولمدة طويلة".

ووفقا لها، للزنجبيل تأثير مهدئ أيضا، ليس فقط في الجهاز الهضمي. "للزنجبيل تأثير مهدئ في الحلق الناجم عن التواصل الطويل، أو التحدث أمام الجمهور، أو الصراخ العالي تشجعا للفريق الرياضي المفضل في اللعب. كما يخفف الصداع الناتج عن التوتر العصبي ويساعد على إزالة حمض اللاكتيك الزائد من العضلات الذي تراكم فيها نتيجة الإجهاد".

وتنصح الخبيرة باستخدام الزنجبيل في علاج أمراض البرد. "لأن الزنجبيل، يعزز منظومة المناعة ويقضي على الفيروسات والبكتيريا والطفيليات، ويصلح الحمض النووي ويزيد من إنتاج فيتامين B12 في الجسم".

## سؤال وجواب

• لماذا يأخذ مصب بعض الأنهار شكل الدلتا؟

قد يحدث لا تجري بعض الأنهار بخط مستقيم إلى البحر بل تنقسم إلى عدة أنهار صغيرة أو إلى قنوات متعددة تتكون الدلتا من الوحل والطين الذي تجرفه الأنهار الصغيرة والقنوات إلى مصب النهر سميت دلتا لأنها تشبه الحرف اليوناني المعروف دلتا.

• ما هي أصلب مادة في جسم الإنسان؟

المينا بالأسنان  
• كم ضلعا في جسم الإنسان العادي؟  
24 ضلعا

• ما هو مصب النهر؟

مصب النهر هو النقطة التي ينتهي عندها النهر هي حيث يلتقي النهر بالبحر ويصب فيه . يسمى ايضا فم النهر قد يحصل مد وجزر عند مصب النهر مما يجعل مصب النهر موحلا .

## هل تعلم؟

- هل تعلم أن أطول الأنهار في العالم هو نهر النيل و طوله 40157 ميلا يليه نهر الأمازون فنهر المسيسيبي
- هل تعلم أن أكبر محيطات العالم هو المحيط الهادي و مساحته 64 مليون ميلاً و أكبر عمق فيه 36201 قدماً
- هل تعلم أن رمال الصحراء تخفي تحتها خزانات مياه جوفية ضخمة
- هل تعلم أن غصن الزيتون يرمز إلى السلام ، ويكثر شجر الزيتون في بلاد حوض البحر المتوسط ، وأن شجر الزيتون تعمر 200 سنة
- هل تعلم أن الصينيون هم الذين اخترعوا البوصلة ، وقلوها بعد ذلك إلى البحارة العرب ، الذين كانوا يجوبون شمال المحيط الأطلسي وقد قام أهل البندوقية بجلب البوصلة بعد أسفارهم التجارية إلى بلاد المشرق
- هل تعلم أن أول من وضع صورة على العملة هو الإسكندر المقدوني
- هل تعلم أن نابليون بونابرت كان يفضل فراغه في حل الألفاظ
- هل تعلم أن دم جراد البحر عديم اللون ولكن عند تعرضه للأكسجين يتحول إلى اللون الأزرق.
- هل تعلم أن أنثى حيوان المدرع يمكن أن تنجب 4 جراء في وقت واحد وكلها من نفس الجنس.
- هل تعلم أن أطول مسافة طيران تم تسجيلها للجداج هي 13 ثانية.
- هل تعلم أن الطيور تحتاج للجاذبية الأرضية لتتمكن من ابتلاع طعامها.

## قصة جحا والجار الغليظ

كان يسكن بجوار جحا رجل غليظ الظل والقلب وشرس الطباع، ودائم الالتصص على بيت جحا وكانت اذنه حادة السمع لذا كان جحا يقول لزوجته دائما ان هذا الرجل ستدخله اذنه جهنم ولان جحا كاد يخنق من كثرة محاولة خفت صوته وزوجته وكاد ينسى الكلام فقد قرر ان يجعل هذا الجار يتوب عن الالتصص والتنتصص عليهم فاتفق وزوجته على أمر ما.

وقف جحا وزوجته يتكلمان بجانب حائط منزلهما الملاصق للجار وقال لها بصوت هادىء يا زوجتي العنيدة هنا أحسن مكان لوضع قطع الذهب فلن يفكر أي لص في وجود ذهب في الحائط وايضا نستطيع ان ننام مطمئنن حتى نستيقظ للسفر مع بواخر الفجر وان لم ترغبي في ذلك المكان فعلينا ان نخبئه داخل تجويف عمود السرير فايهما تفضلين فقالت دعني افكر وسأخبرك بعد ان استيقظ من النوم .

أخذ الجار يفكر في ذلك الكنز ويستعمل ان يسافر جحا وزوجته.. وعند الفجر خرج جحا من بيته وهو يقول اغلقي الباب جيدا، وجعلا الجار يسمع صوت اغلاق الباب ومشى جحا ودخلت زوجته إلى غرفتها بدون ان يدري الجار ذلك فقد ظن سفرهما معا. اسرع جحا إلى صاحب الشرطة في الوقت الذي جهز فيه الجار نفسه وقام بفتح باب بيت جحا ودخل متلصصا يبحث عن الفتحة في الحائط التي خبأ فيها جحا الذهب وقد قام بفتح أكثر من مكان في الحائط معتمدا على عدم وجود أحد في البيت ولما ياس قال اذن سأجدها في تجويف عمود السرير، ودخل إلى غرفة النوم يتحسس عمود السرير لتظهر له فجأة زوجة جحا بشراستها وتعارك معه عراكا عنيفا لم يرحمه منه غير دخول صاحب الشرطة الذي كان جحا قد ذهب اليه ليبلغه نية جاره من السطو على منزله اليوم وهذا ما تحقق بالفعل القى القبض عليه ليصبحه صاحب الشرطة في رحلة إلى السجن يرتاح فيها جحا من تصرفاته الشرسة.

