

حضانة الأطفال بشرطة
أبوظبي تستقبل المتحقين
الجدد بالأنشطة التفاعلية



"ساكيشن" و"سكويد"
غايم" يحصدان أبرز
جوائز "إيمي" التلفزيونية



دراسة تكشف تداعيات الحزن
الناتج عن موت شخص عزيز

ملكة بريطانيا ورؤساء
أمريكا.. قصص طريفة
من ترومان إلى بايدن

كان آخر رئيس أمريكي التقى به
إليزابيث الثانية، ملكة بريطانيا
الراحلة، هو جو بايدن الذي
احتسى معها الشاي في قلعة
وندسور في يونيو 2021، حين
تجاذبا أطراف الحديث عن
الرئيسين الروسي فلاديمير
بوتن والصيني شي جين بينغ.
وقال بايدن للصحفيين في وقت
لاحق ووجهه يتهلل سرورا: "لقد
ذكرتني بالذات، ولا أعتقد أن
ذلك سيمثل إهانة لها"، وفق
رويترز.

التقت الملكة إليزابيث إجمالا بـ
13 من آخر أربعة عشر رئيسا
للولايات المتحدة، وكان ليندون
جونسون الوحيد الذي لم تقابله.
واستهلت لقاءاتها بالرؤساء
الأميركيين بهاري ترومان عام
1951 عندما كانت لا تزال
أميرة.

وكان هدفها من اللقاء معهم
هو الحفاظ على علاقات قوية
مع الولايات المتحدة، واضعة في
حساباتها كيف كان ذلك التحالف
مهما في الحرب العالمية الثانية.

وقالت في عشاء رسمي أقامه
الرئيس جورج بوش الابن على
شرفها في البيت الأبيض عام
2007 "الإدارات في بلدك
والحكومات في بلدي ربما تأتي
وتذهب. لكن سيظل هناك حوار
دائم بيننا وسيستمر كل طرف
إلى الآخر، وربما نختلف من وقت
آخر لكن سنظل متحدین على
الدوام".

أجرت الملكة محادثات مطولة مع
رونالد ريغان، منها جانب على
ظهر الخيل، وتناولت الإنشيلادا
في مزرعته بكاليفورنيا.
وشاهدت مباراة بيسبول لفريق
بايتمور أوريولز مع جورج بوش
الأب، وأرسلت إلى دوايت أيزنهاور
وصفة مخبوزات تناولها في قلعة
بالخورال سال لها لعابه.
غير أن الأمور لم تمض بسلاسة
دائما. فعندما لم يخض أحد
المكروهون خلال كلمتها عام
1991 بالحديقة الجنوبية
للبيت الأبيض خلال رئاسة
بوش الأب، توارى وجهها خلف
المكروهون وأصبحت تصريحاتها
تعرف "بخطاب القبة الناطقة".
وقالت لاحقا في خطاب أمام جلسة
مشتركة لمجلسي الكونغرس
الأمريكي: "أمل حقا أن تروني
اليوم من أمانكم".

المراة وحل النزاعات.. تقليد راسخ عند الأورومو

تعتبر أرومو إحدى أكبر القوميات المهمة من حيث عدد السكان في
إثيوبيا.. وتمثل المراة في هذه القومية عنصرا منتجا ومساهما في الحياة
الاجتماعية والاقتصادية، إذ تعمل في الزراعة والرعي بجانب الرجل
للمشاركة في توفير متطلبات الحياة فضلا عن دورها الثقلي المحافظ
على الهوية.

ويعد شعب أرومو أكبر مجموعة عرقية مهيمنة في إثيوبيا لامتلأها
مساحات كبيرة من الأراضي، ولكونها تمثل ثلث سكان البلاد ..
لغة الأورومو المنسوبة إلى الكوشية تأتي في المرتبة الثالثة بين اللغات
التي يتم التحدث بها على نطاق واسع في إفريقيا بعد اللغتين السواحيلية
والهوسا.

ولدى الأرومو الذين يعملون تقليديا في الزراعة والرعي وهو نظام
اجتماعي يحكم حياتهم خاصة في الشؤون المتعلقة بالمراة.
ويقول ياسو لينا مسؤول الثقافة والسياحة بإقليم أروميا الإثيوبي لدينا
نظام محكم نستخدمه في حل النزاعات خاصة تلك القضايا الاجتماعية
التي تحافظ على حقوق المراة في الزواج والطلاق.

ويضيف المسؤول في تصريحات لسكاى نيوز عربية: "تعمل في مساواة
المراة والرجل في الحقوق ولكن المراة لديها القدرة في ترتيب شؤون المنزل
وتعزيز دور الأسرة وغيرها من الأمور التي تحكمها أعراف تحافظ على
مجتمعاتنا".

ولكون المراة تمثل عنصرا مهما، فإنها تدير العمليات الزراعية التي كثيرا
ما تشهد نزاعات، مما يجعل المراة تضطر أحيانا لاستخدام عصاة تسلمها
من والدها يوم زفافها لعمل المصالحات في نزاعات المزارع، أو تلك الناشئة
عن الخلاف حول حدود الأراضي.

3 أطعمة للإفطار..

مفتاح سحري لصحة القلب

رغم أن أمراض القلب تعد أحد الأسباب الرئيسية للوفاة
في جميع أنحاء العالم، إلا أن هناك عوامل بسيطة يمكن
اتباعها بسهولة للمساعدة في الوقاية من هذه الحالات
الطبية الطارئة.

وأكد أحد الخبراء على أهمية اتباع نظام
غذائي صحي عندما يتعلق الأمر بمراقبة
مؤشراتنا، وفقا لصحيفة "ديلي
إكسبريس" البريطانية.

وقال دينيس كيتان العالم المؤسس في
"سيغنيست دايفنوستيكس" إن
أفضل طريقة لتقليل المخاطر

هي اتباع نظام غذائي صحي
ومتوازن وممارسة التمارين
البدنية بانتظام، بالإضافة
إلى تجنب هذه العادات:

تناول الأطعمة الدهنية غير
الصحية التي تحتوي على نسبة
عالية من الكوليسترول، سيؤدي
إلى تراكم المزيد من اللويحات
الدهنية في الشرايين ما يزيد من خطر
الإصابة بنوبة قلبية.



حيث يسبب التدخين تصلب الشرايين ويرفع ضغط الدم
ويزيد من فرص الإصابة بنوبة قلبية.
وتابع كيتان: "بالمثل، يمكن أن يؤدي الإفراط في الشرب
إلى زيادة ضغط الدم وزيادة مخاطر الإصابة".
ويُعد مرض القلب التاجي أحد أكثر أنواع أمراض
القلب والأوعية الدموية شيوعا، ويحدث عندما تضيق
الشرايين بسبب تراكم المواد الدهنية على طول جدرانها.
وإذا لم يتم علاج ذلك، يمكن أن يكون له تأثير مدمر
على الجسم.
وتتمثل الأعراض الرئيسية لمرض القلب التاجي:
ألم في الصدر (ذبحة صدرية)
ضيق في التنفس
ألم في جميع أنحاء الجسم
شعور بالإغماء
الشعور بالغثثان

أكبر بكثير من الرجال) من خلال المساعدة في انتقال
العناصر الغذائية إلى الخلايا. وبالتالي، فهو مفتاح
لصحة القلب والعضلات.
وأضاف كيتان: "من أجل زيادة تناول البوتاسيوم، يجب
على النساء تناول الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم مثل
الأفوكادو والزبادي والموز".
كما شجع على ممارسة الرياضة وتجنب عادات معينة
كطريقة لتقليل المخاطر، قائلا: "النشاط وممارسة
التمارين الرياضية بانتظام سيخفضان ضغط الدم عن
طريق الحفاظ على قلبك وأوعيتك الدموية في حالة
جيدة". ويمكن أن تساعد ممارسة التمارين الرياضية
بانتظام أيضا على إنقاص الوزن، ما يساعد على خفض
ضغط الدم.
وهناك طريقة أخرى لتقليل خطر الإصابة بأمراض
القلب وهي تجنب الإفراط في شرب الخمر والتدخين،

يجب على الأشخاص تقليل تناولهم للدهون المشبعة
والتركيز على النشاط، وخفض ضغط الدم والحفاظ
على القلب والأوعية الدموية في حالة جيدة.
وأظهرت الأبحاث التي أجرتها مؤسسة القلب البريطانية
أن النساء أكثر عرضة بنسبة 50 بالمئة لتلقى التشخيص
الأولي الخطأ للأزمة القلبية أكثر من الرجل.

توصية مهمة

أوصى كيتان على وجه التحديد باتباع نظام غذائي غني
بالبوتاسيوم للنساء لتقليل المخاطر.
كشفت عن 3 أطعمة شهيرة للأفوكادو غنية بالبوتاسيوم،
وهي الأفوكادو والزبادي والموز.
وقال: "أظهرت الدراسات الحديثة أيضا أن المراة تستفيد
حصريا من الوجبات الغنية بالبوتاسيوم.
ويساعد البوتاسيوم في الحفاظ على صحة القلب (للسنة

عقار جديد للسمنة يوفر وقاية ضد السكري

أظهر بحث جديد أن خطر الإصابة بالسكري من النوع 2 انخفض
بأكثر من النصف عن طريق الحقن الأسبوعي بعقار جديد للسمنة
يسمى سيماغلو تيد، والذي تمت الموافقة عليه مؤخرا في الولايات
المتحدة وبريطانيا كعلاج للسمنة.

ومن المقرر أن تناقش نتائج البحث في الاجتماع السنوي للجمعية
الأوروبية لدراسة مرض السكري (EASD) المنعقد في استوكهولم
يوم 19 سبتمبر -أيلول الحالي.
وأجريت الأبحاث في جامعة ألاباما، واستندت الموافقة الطبية على
العلاج إلى نتائج تجارب سريرية أظهرت أنه يقلل الوزن بأكثر
من 15% في المتوسط، عند استخدامه ضمن برنامج نمط حياة
صحي.

وقال الدكتور تيموثي غاربي المشرف على البحث: "هذا القدر من
فقدان الوزن كاف لعلاج أو منع مجموعة واسعة من مضاعفات
السمنة التي تضر بالصحة ونوعية الحياة، كما أنها تغير قواعد
اللعبة في طب البداية". وأضاف غاربي: "يقلل سيماغلو تيد من خطر
الإصابة بالسكري في المستقبل بنسبة تزيد عن 60% لدى مرضى
السمنة، وهذا الرقم متشابه سواء كان المريض يعاني من مقدمات
السكري، أو لديه مستويات سكر طبيعية".

الذكاء الاصطناعي يساعد على التنبؤ بالربو

يؤدي استخدامنا للإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي مثل
فيسبوك وغوغل ويوتيوب إلى تزويد خوارزميات تعلم الآلة ببيانات
شخصية عن حياتنا وعاداتنا، ما يحسن من قدرتها على التنبؤ
بسلوكنا.

ويختار الذكاء الاصطناعي اليوم الإعلانات المناسبة لنا، ويحسن من
قدرة التعرف على الوجوه من خلال صور نشرها، فضلا عن برامج
المساعدة الشخصية مثل "أليكسا" و"سيري".
من جهة أخرى، يستطيع الذكاء الاصطناعي أن يحدث ثورة في عالم
الطب والرعاية الصحية، من خلال التنبؤ بالأمراض وتشخيصها،
وتجري أبحاث عديدة اليوم للتنبؤ بأعراض الربو عند الأطفال.
وقالت الدكتورة ريتشلفونج، المتخصصة بأمراض الصدر والربو
في أستراليا، عبر مقال نشرته في موقع "ميديكال ريبليك"، إن
"تعليم الآلة يسمح لنا باكتساب المعلومات دون برمجة الحاسوب
مسبقا"، مضيفة أن "قدرات الذكاء الاصطناعي تطورت بفعل
ارتفاع سرعات الحوسبة والمعالجة وسعات التخزين، ودخوله مجال
الصناعة والبنوك، وأن الكميات الضخمة من البيانات الطبية
المسجلة في السجلات الإلكترونية، تسمح بتطوير خوارزميات طبية
غير مسبقة في المستقبل".

خطر مرتبط بالمحليات الصناعية

وجد باحثون من جامعة السوربون في فرنسا، أن المحليات الصناعية
لا يمكن اعتبارها بديلا آمنا للسكر، حيث أن استخدامها بكثرة
مرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب بنسبة 9 بالمئة.
كما وجد الباحثون أن استهلاك المحليات الصناعية مرتبط بزيادة
خطر الإصابة بالظروف التي تؤثر على تدفق الدم إلى الدماغ بنسبة
20 بالمئة تقريبا.

وفحصت الدراسة تناول المشاركين للمحليات من جميع المصادر
الغذائية بما في ذلك المشروبات ومحليات المائدة ومنتجات الألبان،
قبل مقارنتها بخطر الإصابة بأمراض القلب أو الدورة الدموية.
واستخدم الباحثون أكثر من 100000 بالغ من فرنسا للدراسة
التي نشرت في المجلة الطبية البريطانية.

كان متوسط عمر المشاركين 42 عاما وأربعة من كل خمسة كانوا
من الإناث.
وخلال فترة متابعة متوسطها تسع سنوات، تم تسجيل 1502 حالة
قلبية وعائية من قبل المشاركين، شملت النوبات القلبية والسكتات
الدماغية والذبحة الصدرية.

التمارين المنتظمة تغير كيمياء عضلات المريض بالسكري

كشفت باحثون في السويد دور مادتي السيروتونين والإكسبرين في نمو العضلات،
وتقليل الالتهابات التي يسببها الإجهاد، وبالتالي المساعدة في ضبط مستوى الغلوكوز
في الدم.

للوصول إلى هذه النتائج طلب فريق البحث من مجموعة من الرجال المصابين
بالسكري ومجموعة أخرى غير مصابة، من نفس الوزن والطول ممارسة تمارين
رياضية، وأخذت عينات منهم لفحصها.
ووجد فريق البحث في معهد كارولنسكا أن السيروتونين جزئيا ينتجها جهاز
المناعة استجابة للإجهاد، وتبين أنها تؤثر على طريقة تفاعل بها خلايا العضلات
والهيكل العظمي، مع التمارين الرياضية.

وقالت البروفيسور جولين زيرات المشرفة على الدراسة: "من المرجح أن ينخفض
تنشيط جهاز المناعة إذا تكررت التمارين خلال التدريب المنتظم".
ووفقا لموقع "ساينس أدفانسس"، يعني ذلك أن ممارسة التمارين بانتظام، لفترة
طويلة، تقلل الإجهاد والجزئيات الكيميائية التي تنتج عنه، ما يسمح لعضلات
الجسم الهيكلية بالتحكم في مستوى الغلوكوز في الدم على نحو أفضل.



الإعدام لسيدة وعشيقها لاشتر اكهما في قتل الزوج

قضت محكمة مصرية، بالإعدام شقا
على سيدة وعشيقها بتهمة قتل زوجها
غرب محافظة الإسماعيلية.

وأصدرت الحكم الدائرة الثانية في
محكمة جنايات الإسماعيلية برئاسة
المستشار محمد نصر الدين، بحق كل
من "أسماء.ا.س"، وعشيقها منصور
ج.ع.

وتعود أحداث الواقعة عندما تلقت
مديرية أمن الإسماعيلية إخطاراً
يفيد بعثور أهالي قرية البيضاية
بمركز القنطرة غرب على جثة شخص
يدعى سليمان محمد علي، في منتصف
الستينيات من العمر، وعليه آثار
إصابات في الرأس.

وكشفت تحقيقات فريق البحث
الجنائي أن الزوجة "أسماء.ا.س"
وعشيقها منصور ج.ع " وراء ارتكاب
الواقعة لوجود علاقة عاطفية بينهما،
وحين القبض عليهما اعترفا بارتكاب
الجريمة من أجل تهينة الجو لهما
وهدمها لبيتزوجا.

منوعات الفكر

23

وجدت دراسة جديدة أن مرضى قصور القلب الذين يعانون من الحزن بعد فقدان أحد أفراد الأسرة المقربين معرضون بشكل متزايد لخطر الوفاة. وأشارت الدراسة، التي نشرت مؤخرا في مجلة JACC: Heart Failure، أن المرضى في حالة حداد، خاصة خلال الأسبوع الأول بعد وفاة أحد أفراد الأسرة، يكونون أكثر عرضة للوفاة.



دراسة تكشف تداعيات الحزن الناتج عن موت شخص عزيز



وأشاروا إلى إن النتائج قد تُعمم فقط على البلدان ذات السياقات الاجتماعية والثقافية والعوامل المتعلقة بالصحة المشابهة للسويد. في الدراسات المستقبلية، يأملون في تقييم ما إذا كانت مصادر الإجهاد الأقل شدة قد تساهم أيضا في سوء تشخيص قصور القلب.

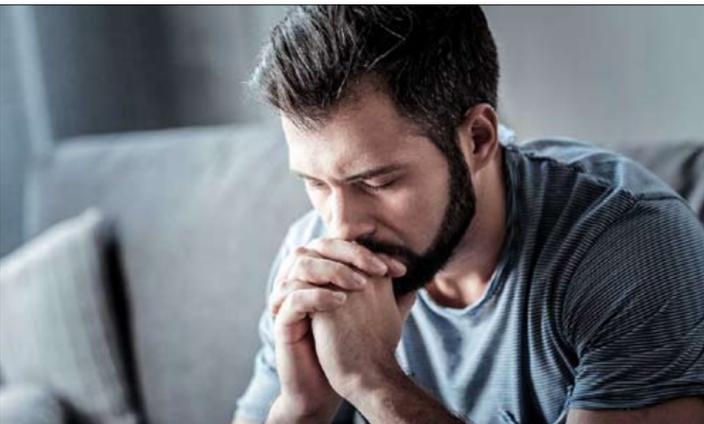
خاصة في الفترة التي أعقبت الفقد بفترة وجيزة". واستنادا إلى بعض قيود الدراسة، قال الباحثون إنهم لا يستطيعون القضاء على الآثار المربكة للعوامل الوراثية أو العوامل الاجتماعية والاقتصادية غير المقاسة أو نمط الحياة أو العوامل المتعلقة بالصحة المشتركة بين أفراد الأسرة.



ويقولون إن خطر الوفاة من قصور القلب بعد فقدان أي فرد من أفراد الأسرة كان أعلى خلال الأسبوع الأول من الفجعة، مع زيادة خطر بنسبة 78%. ووجدت الدراسة أن هذا كان ينطبق بشكل خاص على حالة وفاة طفل أو شريك. كما أنه كان أعلى في حالة خسارة شخصين (خطر متزايد بنسبة 35%)، مقابل خسارة واحد فقط (خطر متزايد بنسبة 28%).

ووجد الباحثون ارتباطا بين الفجعة وزيادة مخاطر الوفاة بـ 10%، أو الزوج / الشريك (خطر متزايد بنسبة 20%)، أو الحفيد (خطر متزايد بنسبة 5%)، أو الأخ (زادت المخاطر بنسبة 13%)، ولكن ليس بعد وفاة أحد الوالدين.

ويقول الباحثون، بمن فيهم باحثون من معهد كارولنسكا في السويد، إن الحزن على فقدان أحد أفراد الأسرة المقربين يمكن أن يزيد من مستويات التوتر، ما يساهم في ضعف تشخيص قصور القلب (HF). وأثبتت الأبحاث السابقة أن الاكتئاب والقلق وانخفاض الدعم الاجتماعي مرتبط بسوء التشخيص لدى مرضى قصور القلب، حيث أكدت العديد من الدراسات السابقة أيضا العلاقة بين الإجهاد العاطفي الحاد واعتلال عضلة القلب - اعتلال تاكوتسوبو القلبي - المعروف أيضا باسم "متلازمة القلب المنكسر". وفي الدراسة الجديدة، نظر العلماء إلى نحو 500 مريض من سجل قصور القلب السويدي بين عامي 2000 و2018، و / أو المرضى الذين لديهم تشخيص أولي لمرض قصور القلب من سجل المرضى السويدي خلال الفترة من 1987 إلى 2018. وحصل الباحثون أيضا على بيانات عن تاريخ وسبب وفاة أفراد الأسرة من سجل أسباب الوفاة. وعند تقييم البيانات، وجدوا أن 58949 مشاركا في الدراسة عانوا من الفجعة خلال 3.7 سنوات من المتابعة. وقيمت الدراسة أيضا ما إذا كانت العلاقة بالمتوفى، أو سبب الوفاة، أو الوقت المتبقي منذ أن أشرت الوفاة على خطر الموت بـ قصور القلب.



وأوضح مؤلف الدراسة المشارك، هو تشان، "إن اكتشافنا أن الفجعة كانت مرتبطة بالوفيات في مرضى قصور القلب تساهم في توسيع الأدبيات المتعلقة بدور الإجهاد في تشخيص مرض قصور القلب وتوافق مع الدراسات التي تشير إلى الارتباطات بين الفجعة وزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية الحادة". ويشتهر الباحثون في أن الفجعة تنشيط المحور الوطاني - النخاعي - الكظري (HPA)، وهو نظام عصبي صماوي مهم ينظم الإجهاد والاستجابة العاطفية. وقد يؤدي أيضا إلى حدوث تفاعل في نظام الرينين-أنجيوتنسين-الألدوستيرون (RAAS) والجهاز العصبي الودي، وهي السمات الرئيسية لاستجابة الغدد الصم العصبية في قصور القلب، حسب الباحثين. وقالت كريستينا لازلو، مؤلفة أخرى للدراسة، "قد تدعو نتائج الدراسة إلى زيادة الاهتمام من أفراد الأسرة والأصدقاء والمهنيين المعنيين بمرضى قصور القلب،



عليك إجراء بعض التغييرات البسيطة على اختياراتك الغذائية

أفضل أربع بهارات «للتخفيف» من أعراض ارتفاع نسبة السكر في الدم

يمكن لمقايضات النظام الغذائي لمرض السكري أن تساعد في تقليل خطر الإصابة بأعراض ارتفاع نسبة السكر في الدم. ومرض السكري هو حالة طبية شائعة يمكن أن تؤدي إلى ارتفاع مستويات السكر في الدم بشكل كبير. لكن إجراء بعض التغييرات البسيطة على اختياراتك الغذائية قد يكون أسهل طريقة لتقليل خطر الإصابة بأعراض مرض السكري غير المرغوب فيها.



تفكر في إضافتها إلى نظامك الغذائي لتقليل خطر ارتفاع نسبة السكر في الدم.

الزنجبيل
يمكن أن يساعد الزنجبيل في تحقيق التوازن بين مستويات السكر في الدم لدى مرضى السكري. وكشف باحثون أنه يقلل مقاومة الإنسولين لدى المصابين ببدء السكري من النوع الثاني. ولكن هناك حاجة إلى مزيد من البحث لتأكيد الرابط، ولهذا السبب يجب عليك التحدث إلى الطبيب قبل إضافة الزنجبيل إلى نظامك الغذائي الخاص بمرض السكري.

القرفة
يُزعم أن القرفة تخفض مستويات السكر في الدم لعدد من السنوات. وقال الموقع الطبي إن القرفة تعمل من خلال تحسين مستويات حساسية الإنسولين لدى المرضى، مع تعزيز الهضم. ويمكنك رش القرفة على وجبتك، أو محاولة

الجيمنيما
الجيمنيما هو نوع من الأعشاب يُترجم حرفيا إلى "مدمر السكر". وقال الموقع الطبي إن الجيميما تعمل بطريقة مشابهة للحلبة، وتحفز البنكرياس ليقوم بإنتاج كميات أكبر من الإنسولين لدى مرضى السكري.

ويشار إلى أن الجسم يحتاج إلى الإنسولين لتحويل السكر في الدم إلى طاقة، وروية بعض المرضى لا ينتجون ما يكفي من الإنسولين، أو أن أجسامهم لا تتفاعل بنفس الطريقة مع الإنسولين. يمكن أن يؤدي ذلك إلى ارتفاع نسبة السكر في الدم. وقال موقع "ميديكال نيوز توداي" الطبي: "تشمل العلاجات استراتيجيات نمط الحياة وأحيانا الأدوية، ولكن قد تساعد بعض العلاجات التكميلية، مثل الأعشاب والمكملات. ولا يمكن للأعشاب والمكملات أن تعالج مرض السكري ولا يمكن أن تكون علاجا منفردا. لكن البعض، إلى جانب العلاج التقليدي، قد يخفف من أعراض مرض السكري ويقلل من خطر حدوث مضاعفات". وهذه هي التوابل الأربعة التي يجب أن



محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان بالنشر في المنازعة رقم: ٢٠٢٢/٩/١٤ نزاع محدد القيمة

المختارة في: التسوية الودية للمنازعات التابعة للسلطة رقم ٧٩
موضوع المنازعة: المطالبة بإزالة التنازع ضد المصانف والتزام بسداد مبلغ (١٦,٠٠٠) ستة عشر ألف درهم إماراتي مع الفائدة القانونية بواقع ٩٪ من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد التام .
المنازعة أرض العمارة لتجارة الملابس الجاهزة ويمثلها السيدة/ شيمة صالح محمد صالح بموجب الوكالة المحررة برقم: ١١٠٧٤٤/٢٠٢١
عنوانه: الإمارات - إمارة دبي - القصب الصناعية الرابعة - دبي - شارع دمشق - بجوار مركز كنداري لتعليم قيادة السيارات - ويمثله: يونس محمد عبدالله حسن الوائلي
المطوب إعلانة: ١ - محمد اختر رحيم بخشي - صفته: متنازع ضده
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بإزالة التنازع ضد المصانف والتزام بسداد مبلغ (١٦,٠٠٠) ستة عشر ألف درهم إماراتي مع الفائدة القانونية بواقع ٩٪ من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد التام. وحدت لها جلسة يوم الخميس الموافق: ٢٠٢٢/٩/٢٢ الساعة: ٩:٠٠ صباحاً باماعة التقاضي عن بعد لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٤٤٤٩/٢٠٢٢/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المختارة في: دائرة التنفيذ التابعة رقم ٢٢٩
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم: ٥٠٥/٢٠٢١ تجاري مصارف جزئي، بسداد المبلغ المتقد به وقدره (٥,١٤٣,٩٧٠,٣) درهم شامل الرسوم والمصاريف.
طالب التنفيذ: بنك الحجيرة الوطني - فرع دبي
عنوانه: إمارة الشارقة - الخان - مكتب برسنيح للمحاماة والاستشارات القانونية - مركز الغانم للاعمال - الطابق السادس - مكتب ٦٠٦ - هاتف: ٥٢٨٢٩٤٥ - فاكس: ٥٢٨٩٩٢٢
المطوب إعلانة: ١ - فيرغال بهارات بوروونام للتشاور ٢ - مجمرات فيرغال ش.م.م - بهارات باروونام ٤ - ورشة مبراج لصياغة الذهب - ٥ - سارلا بهارات بوروونام للتشاور - مفتاح - منفذ ضد م موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره (٥,١٤٣,٩٧٠,٣) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٥٢٤٧/٢٠٢٢/٢٠٧ تنفيذ تجاري

تفاصيل الإعلان بالنشر
الى المتخذ ضد/م - ١- محمد عبدالرؤوف كامل محمد ٢- القطب لمقاولات البناء ش.م.م - م. مجهولي محل الإقامة
ش.م.م - م. مجهولي محل الإقامة
بما ان الطالب التنفيذ/دائيل اوريكنتشو
قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره (٢٤٥٣١٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة.
وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٢٤/٢٠٢٢/٢٠٧ تنفيذ تجاري

المختارة في: دائرة التنفيذ الثالثة رقم ١٨٥
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم: ٢٧٠٤/٢٠٢١ تجاري جزئي ، بسداد المبلغ المتقد به وقدره (٢٣١٥٨٤٠) درهم شامل الرسوم والمصاريف.
طالب التنفيذ: ريفتر للصايب والطلاء - مؤسسة فردية
عنوانه: الإمارات - إمارة ابوظبي - الصنف ٦٦ - ق ٨٥ مستودع السيد ناصر صالح والحريين بوكالة الحماية/إيمان الرفاعي - ويمثله: إيمان بوش محمد اسماعيل الرفاعي
المطوب إعلانة: ١- التميمي للتصميم الداخلي ش.م.م - ٢- تميمي لتصانة لوازم التصميم الداخلي ش.م.م - صفتها: منفذ ضد م
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره (٢٣١٥٨٤٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان بالنشر في المنازعة رقم: ١١٧٢/٢٠١٨/٢٠ تجاري كلي

إلى المدعي عليه: ١ - مؤسسة آساس توك للتجارة - مجهول محل الإقامة
بما ان المدعي: ال ان اكس للتجارة العامة م.م
ويمثله: محمد سلمان حسن الصابري
قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بحالة الدعوى للتحقيق والزام المدعي عليها بمبلغ وقدره (١,١٧٧,٣٣٨) درهم والفائدة بواقع ١٢٪ من تاريخ الاستحقاق وحتى السداد التام والتعويض بمبلغ وقدره (١٠٠,٠٠٠) درهم وفائدته ١٢٪ من تاريخ الحكم وحتى السداد والرسوم والمصاريف والتابع.
وحدت لها جلسة يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٢/٩/٢٨ الساعة ١٢:٠٠ مساءً في قاعة التقاضي عن بعد لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٤٩٨/٢٠٢٢/٢٥٢ تنفيذ شيكات

المختارة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣٠
موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (١٤٥٧٩) بقيمة (١٢,٣٥٦,٢٧) درهم المسحوب على بنك الإمارات دبي الوطني والشيك المرجع رقم: ١١٤٩٦٦ بقيمة ١٢,٣٥٦,٢٧ درهم المسحوب على بنك الإمارات دبي الوطني.
طالب التنفيذ: زعيل لتاجير السيارات - شركة ذات مسؤولية محدودة
عنوانه: الإمارات - إمارة دبي - البريمي - دبي - شارع الكرامة - مبنى ارتكو - شقة الثالث - دوار لتأجير السيارات
المطوب إعلانة: ١- ريجينال كولين كوكس - صفته: منفذ ضد م
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره (٢٧٨٢,٥٤) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان بالنشر في التنفيذ رقم ٣٨٢٠٢٠/٢١١ تنفيذ عقاري

موضوع التنفيذ: تنفيذ القرار الصادر من اتحاد الملاك ، بسداد المبلغ المتقد به وقدره (٢٥٠,٢٢٩) درهم شامل الرسوم والمصاريف
بقيمة (٥٢٩,٩٢٠) درهم.
طالب الاعلان: الاتحاد العقارية ش.م.م - صفته بالقضية: طالب التنفيذ
المطوب اعلاه: ١- نجوم السماء للعقارات ش.م.م - م - صفته بالقضية: منفذ ضد م
مجهول محل الإقامة
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره (٢٥٠,٢٢٩) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٨٢٧١/٢٠٢٢/٢٥٢ تنفيذ شيكات

المختارة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣٠
موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٤) والصادر عن بنك ابوظبي التجاري بقيمة (٥٢٩,٩٢٠) درهم.
طالب التنفيذ: بنك الحجيرة الوطني - فرع دبي
عنوانه: إمارة الشارقة - الخان - مكتب برسنيح للمحاماة والاستشارات القانونية - مركز الغانم للاعمال - الطابق السادس - مكتب ٦٠٦ - هاتف: ٥٢٨٢٩٤٥ - فاكس: ٥٢٨٩٩٢٢
المطوب إعلانة: ١ - محمد مطهر بهاني محمد مطهر بنوري ٢ - فلاير لإدارة المشتأ ش.م.م - صفتها: منفذ ضد م
موضوع الإعلان: قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المتقد به وقدره (٥٢٩٤٣) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحكمك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان بالنشر في المنازعة رقم: ١٢٠٥/٢٠٢٢/١٠٠ احوال نفس مسلمين

تفاصيل الإعلان بالنشر
إلى المدعي عليه: ١ - محمود محمد محمد فهمي - مجهول محل الإقامة
بما ان المدعي: روضة فريد جابر حامد
قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالطلاق للضرر ونفقة عدة ونفقة متعة ونفقة زوجية لسنة سابقة على اقامة الدعوى ونفقة البيت بيرلا ومؤخر الصداق ومسكن شرعي وتأنيته وقيمة فواتير الكهرباء والمياه والغاز والانترنت وتقرير الحضانة وأجرة حاضنة وأجرة خادمة والرسوم والمصاريف والتابع والحماة.
وحدت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٢/٩/١٩ الساعة ٠٨:٣٠ صباحاً في قاعة التقاضي عن بعد في مبنى الاحوال الشخصية في منطقة الفروه لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي محكمة الاستئناف

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

مذكرة اعلان بالنشر (استئناف) في الاستئناف رقم: ١٨٩١/٢٠٢٢/٢٠٥ استئناف تجاري

المختارة في: دائرة الاستئناف التجارية الخامسة رقم ٢٦٥
موضوع الاستئناف: استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم: ٢٠٢٢/٤١٠٠ تجاري كلي والرسوم والمصاريف والتابع.
المتنازع: مبنون سراد هيران نامبير
عنوانه: إمارة دبي - ديرة القرمود - بناية بوهليله الطابق الثاني مكتب ٢٠١ - مكاني رقم: ٣١٧٥٨٥٢٦٤ - الميسيل - haljaberadvocates@gmail.com
هاتف: ٥٥٠٨٥٠٤٥٠ - ويمثله: سيف سالم سيف الجابري
المطوب إعلانة: ١- البرياني بيلدز م.م - صفته: مستأنف ضد م
موضوع الإعلان: قد أسأنتف/الحكم الصادر بالدعوى رقم: ٢٠٢٢/٤١٠٠ تجاري كلي. وحدت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠٢٢/٩/١٥ الساعة ١٠:٠٠ مساءً في قاعة التقاضي عن بعد، وعليه يقتضى حضوركم أو من يملك قانونياً وفي حالة تخلفكم ستجري محاكمكم غيابياً.
رئيس القسم

محاكم دبي محكمة التنفيذ

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ١٥١٨/٢٠٢٢/٢٠٨ تنفيذ مدني

تفاصيل الإعلان بالنشر
إلى المدعي عليه: ١ - فريد مجيدي - مجهول محل الإقامة
بما ان المدعي: اف اف ام للوساطة العقارية ش.م.م - ويمثله: حمدان عبدالله صبيح سيف الكعبي
قد أقام عليك الدعوى وموضوعها تنفيذ الدين المدعي بالضمان بما يلي ١- التصريح بشيد الدعوى وتحديد القرب جلسة نظرهما واعلان المدعي عليها ٢- التزام المديني بالتزام والتضامن فيما بينهما بان يؤدي للمدعي مبلغ وقدره (٩٥,٠٠٠) درهم خمسة وتسعون الف درهم وهي نسبة ٢٠٪ المتصور عليها في عقد البيع في حال عدم انمام الصفة وهي عبارة عن الرسوم الادارية والمهنية كما هو موضح بعقد البيع وقائه التأخيرية بواقع ١٢٪ سنوياً من تاريخ الاستحقاق وهو ٢٠٢١/٥/٢٠ وحتى السداد التام وشمول الحكم بالنفاذ الملجل بلا كاتلة ٣- اتمام المدعي عليها بالرسوم والمصاريف القضائية والتابع الاحماة.
وحدت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠٢٢/٩/١٥ الساعة ٠٨:٣٠ صباحاً في قاعة التقاضي عن بعد لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.
رئيس القسم

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان بالنشر في التنفيذ رقم ٦٢٢/٢٠٢٢/١٨ عقاري جزئي

تفاصيل الإعلان بالنشر
إلى المدعي عليه: ١ - فريد مجيدي - مجهول محل الإقامة
بما ان المدعي: اف اف ام للوساطة العقارية ش.م.م - ويمثله: حمدان عبدالله صبيح سيف الكعبي
قد أقام عليك الدعوى وموضوعها تنفيذ الدين المدعي بالضمان بما يلي ١- التصريح بشيد الدعوى وتحديد القرب جلسة نظرهما واعلان المدعي عليها ٢- التزام المديني بالتزام والتضامن فيما بينهما بان يؤدي للمدعي مبلغ وقدره (٩٥,٠٠٠) درهم خمسة وتسعون الف درهم وهي نسبة ٢٠٪ المتصور عليها في عقد البيع في حال عدم انمام الصفة وهي عبارة عن الرسوم الادارية والمهنية كما هو موضح بعقد البيع وقائه التأخيرية بواقع ١٢٪ سنوياً من تاريخ الاستحقاق وهو ٢٠٢١/٥/٢٠ وحتى السداد التام وشمول الحكم بالنفاذ الملجل بلا كاتلة ٣- اتمام المدعي عليها بالرسوم والمصاريف القضائية والتابع الاحماة.
وحدت لها جلسة يوم الخميس الموافق ٢٠٢٢/٩/١٥ الساعة ٠٨:٣٠ صباحاً في قاعة التقاضي عن بعد لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.
رئيس القسم

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل إدارة الكاتب العدل والتصديقات

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

تنازل وبيع - اعلان بالنشر

ليكن معلوما للجميع بان السيد/ شريف عبده محمد العيسوي - الجنسية مصر يرغب في البيع والتنازل عن 70% من كامل حصته البالغة 100% وذلك الى السيد/ عبده الكريم حمود المعروف بـحمو - الجنسية لبنان - ليكن معلوما للجميع بان السيد، شريف عبده محمد العيسوي - الجنسية مصر يرغب في البيع والتنازل عن 30% من كامل حصته البالغة 100% وذلك الى السيد/ زكي عبدالكريم حمود المعروف بـحمو - الجنسية لبنان في الرخصة المسماة (صضيفة سما الديرة) تأسست بامارة الشارقة بموجب رخصة رقم: 551301 الصادره من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة - بتعديلات اخرى لا يوجد .
وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه اتباع الاجراءات القانونية .

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل إدارة الكاتب العدل والتصديقات

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

تنازل وبيع - اعلان بالنشر

ليكن معلوما للجميع بان السيد/ محمد شيبلى مولا محمد نور الاسلام - الجنسية بنغلاديش - يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 100% في الرخصة المسماة (بقالة البندورة - 1) الصادره من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة برخصة تجارية رقم: 608512 السيد/ عبدالله ال باكر الفور حسين - الجنسية بنغلاديش - بتعديلات اخرى تغير الاسم التجاري من بقالة البندورة - فرع 1 - الى بقالة المنارة الحمراء وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه اتباع الاجراءات القانونية .

حكومة دبي محاكم دبي محكمة دبي

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

اعلان عدلي بالنشر رقم (150623/2022)

المنذر: سمير محمد ابراهيم الصادق - جزر القمر الجنسية
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى العمالية رقم: ٤٢٧٢/٢٠٢١ عمالي جزئي ، بسداد المبالغ المتقد بها وقدرها (١٤٤٦١,٠٢) درهم شامل الرسوم والمصاريف ورسوم التنفيذ.
طالب التنفيذ: بنك وراش الخيمة الوطني ش.م.م ابوظبي - فرع
عنوانه: الإمارات - إمارة دبي - منطقة الخيمة الوطني - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى سنجل بزنس - شقة ٢٨ - ٢٨٠١ - الإمارات للعقارات بوكالة المحامي/عبدالعزيز الهنائي - AE63026000101464251201
المطوب إعلانة: ١- احمد هاشم احمد هاشم العليشمي - صفته: منفذ ضد م
موضوع الإعلان: فلنكمم بان تم الحجز على اموالكم الخاصة وبه عيابة عن الاسم المسجلة في سوق دبي المالي - وقاه للمبلغ المطلوب به في الملف اعلاه وذلك للعلم بما جاء ونفاذ مفعوله قانوناً.
رئيس الشعبة

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

اعلان قرار بالتنفيذ في التنفيذ رقم ٢٨٦٤/٢٠٢٢/٢٠٩ تنفيذ عمالي

المختارة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى العمالية رقم: ٤٢٧٢/٢٠٢١ عمالي جزئي ، بسداد المبالغ المتقد بها وقدرها (١٤٤٦١,٠٢) درهم شامل الرسوم والمصاريف ورسوم التنفيذ.
طالب التنفيذ: بنك وراش الخيمة الوطني ش.م.م ابوظبي - فرع
عنوانه: الإمارات - إمارة دبي - منطقة الخيمة الوطني - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى سنجل بزنس - شقة ٢٨ - ٢٨٠١ - الإمارات للعقارات بوكالة المحامي/عبدالعزيز الهنائي - AE63026000101464251201
المطوب إعلانة: ١- احمد هاشم احمد هاشم العليشمي - صفته: منفذ ضد م
موضوع الإعلان: فلنكمم بان تم الحجز على اموالكم الخاصة وبه عيابة عن الاسم المسجلة في سوق دبي المالي - وقاه للمبلغ المطلوب به في الملف اعلاه وذلك للعلم بما جاء ونفاذ مفعوله قانوناً.
رئيس الشعبة

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم SHCFICIREA2022/0003551 مدني (جزئي)

إلى المدعي عليه: سعيد علي خادم المهيري - مجهول محل الإقامة .
بناء على طلب المدعية: البيادر لتأجير السيارات مؤسسة فردية لملكها راشد سعيد محمد حمدان الدرهمي.
انت مكلف بالحضور بجلسته 2022/9/20 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 3) شخصياً او بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر بتصحيح شكل الدعوى من المدعية وذلك باضافة اسم مالك المدعية ليصبح (البيادر لتأجير السيارات مؤسسة فردية لملكها راشد سعيد محمد حمدان الدرهمي) وفقاً للرخصة التجارية، وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - يوسف مدعي عليه. حرر بتاريخ 2022/9/6
مكتب الخدمات القضائية
تجود طالب العامري

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان بالنشر في الدعوى رقم: 2022/2414 تجاري جزئي محكمة عجمان الاتقادية الابتدائية

الى المدعي عليه: محمد طاهر بابكر حنيكمعلما ان تم تاتارينا خبيراً قارقيا هندسيا في القضية اعلاه والمرفوعة ضدكم من مؤسسة عقارات عجمان (عقار) ويمثلها السيد غالب جابر ، وعليه فانتكم مكلفين او من يملككم قانونا لحضوراجتماع الخبرة المقرر يوم الثلاثاء الموافق: 2022/9/20 في تمام الساعة الواحدة ظهرا عن طريق تطبيق زووم Zoom ID-831 171 50235.Password-1234
يرجى الحضور بالوعد والمكان المحدد واحضار المستندات الوبائة لتدفاعكم بالدعوى علما بانكم في حال تخلفكم فان الحضور فان الخبرة ستباشر اعمالها وفقاً للصلاحيات الخولة لها قانوناً - للاستفسار الاتصال ب: 0507190170.
الحكم والخبير دكتور مهندس عبدالله خميس العقاد

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

تنازل وبيع - اعلان بالنشر

ليكن معلوما للجميع بان السيد/ محمد منصور عالم نجم الدين - الجنسية بنغلاديش يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغة 20% وذلك الى السيد/ محمد شاه جهان نور الحق - الجنسية بنغلاديش ليصبح المالك بنسبة 100% في الرخصة المسماة (ورشة محمد شاه لتصليح المركبات) تأسست بامارة الشارقة بموجب رخصة رقم 616303 الصادره من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة - بتعديلات اخرى
وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه اتباع الاجراءات القانونية .

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

تنازل وبيع - اعلان بالنشر

ليكن معلوما للجميع بان السيد/ اسعد عفيف بو مغنيليه - الجنسية لبنان يرغب في البيع والتنازل عن 10% من كامل حصته البالغة 25% وذلك الى السيد/ مجيد نديم عبده - الجنسية لبنان ويرغب في البيع والتنازل عن 15% من كامل حصته البالغة 25% وذلك الى السيد/ خلدون وسام الدف - الجنسية لبنان في الرخصة المسماة (ركن الاختيار الامتل لصيانة السيارات) تأسست بامارة الشارقة بموجب رخصة رقم 799010 الصادره من دائرة التنمية الاقتصادية بالشارقة - بتعديلات اخرى
وعملابنص المادة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه اتباع الاجراءات القانونية .

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان منقذ ضده بالنشر في المنازعة رقم: SHCFICICPL2022/0003324 مدني (جزئي)

إلى المدعي عليه: عيسى احمد الفيلان
العنوان: إمارة الشارقة منطقة المرقبات - شارع العروبة كافيتريا دنيا الشام - هاتف متحرك: ٥٠٤٨٢٧٥٦١
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورته عندك ضده لصالح المدعي المنقذ: شواغ كندال طاهر - الجنسية سوري ، في القضية المشار اليها اعلاه، وبما أن الحكم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور ووقع الرسم المحدد لذلك، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي: المجموع الكلي اية اعلا خلال (١٥) يوماً من تاريخ اعلان/اعلامك بهذا الاخطار، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستخذ اجراءات تنفيذ الجبري المقررة قانوناً.
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم SHCFICICPL2021/0002075 أمر أداء

الى المدعي عليه: احمد سالم الحمودي - اماراتي الجنسية
تعلمكم بان المدعي: محمد ناهض ساق الله ، فلسطين / الجنسية - قد اقام الدعوى المذكورة اعلاه للمطالبة نامر بالزام المدعي عليه ان يؤدي للمدعي مبلغاً وقدره (٣٠٠٠) درهم والزمته بالفائدة القانونية بمقدار ٥% سنوياً اعتباراً من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام السداد والزمته بالمصروفات - حرر بتاريخ: ٥/١٣/٢٠٢١ .
الحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان مدعي عليه بالنشر في الدعوى رقم SHCFICICPL2021/0003750 أمر أداء

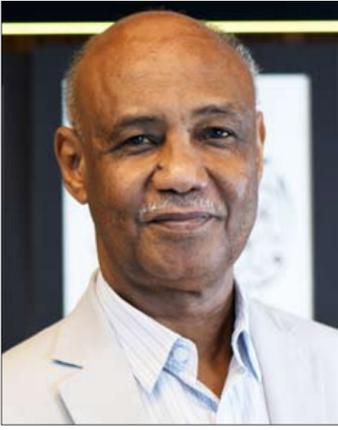
الى المدعي عليه: فراس عبدالسلام خليل عياد أردني الجنسية
تعلمكم بان المدعي: محمد ناهض ساق الله ، فلسطين / الجنسية - قد اقام الدعوى المذكورة اعلاه للمطالبة الحكم انه بتاريخ: ٢٠٢١/٥/٢٠ نامر بالزام المدعي عليه ان يؤدي للمدعي مبلغاً وقدره (٤٠٠٠) درهم والزمته بالفائدة القانونية بواقع ٥% سنوياً اعتباراً من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام السداد والزمته بالمصروفات - حرر بتاريخ: ٥/١٣/٢٠٢١ .
الحكمة الابتدائية المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٣٦٤٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٤

إعلان حكم في الدعوى رقم SHCFICIREA2022/0005147 مدني (جزئي)

إلى المدعي عليه: جاويد عيسى سولاني - الجنسية هندي
العنوان: الإمارات العربية المتحدة - إمارة الشارقة - منطقة الشرق - هاتف: 0507468912 - 0528421858 - 0557150283
بالدعوى المشار اليها اعلاه المرفوعة من المدعي: توب جبر لتأجير السيارات ليقفك انه قد صدر ضدكم الحكم الجين اتمام ولك الحق في الاستئناف على هذا الحكم امام محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية خلال 30 يوماً ابتداء من اليوم الذي يلي تاريخ تبليغك بهذا الاعلان وفي حالة عدم تقديم ما يفيد استئناف الحكم الصادر خلال المدة المذكورة فان الحكم سيصبح قطعياً بحكمك وستتخذ الاجراءات القانونية لتنفيذه - الحكم: حكمت المحكمة بمعالجة الحضور والزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعية مبلغ اجمالي وقدره (13.862) درهم ثلاثة عشر الفا وثمانمائة واثنان وستون درهماً - بالاضافة للفائدة القانونية على المبلغ القضبي به بواقع 5% سنوياً وذلك من تاريخ ايداعه وحتى السداد التام على الا تتجاوز اصل الدين مع الرسوم والمصاريف وخمسةائة درهم مقابل اتمام الحماة
الحكمة الابتدائية المدنية



تنظم مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية محاضرة فنية بعنوان "أضواء على رحلة الخط العربي بالإمارات في نصف قرن"، يحاضر فيها كل من الخطاط خالد الجلاف رئيس جمعية الإمارات لفن الخط العربي، والخطاط تاج السر حسن أحد أبرز الخطاطين المخضرمين في الإمارات، حيث يطوفان على عالم الخط ومفرداته وما يتصل به من فنون.



في مؤسسة العويس الثقافية يوم الاثنين المقبل

خالد الجلاف وتاج السر حسن يحاضران عن الخط العربي في الإمارات

الفنون الجميلة والتطبيقية من جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا في الخرطوم 1977. وعضو جمعية الإمارات للفنون التشكيلية. وقد نالت أعماله العديد من الجوائز العربية والعالمية، منها الجائزة الأولى للمسابقة الدولية الثالثة لفن الخط العربي في تركيا عام 1995، والجائزة الأولى للخط في المعرض السنوي الرابع عشر لجمعية الإمارات للفنون التشكيلية عام 1994، والجائزة الأولى للخط في بنينايا لشارقة الدولي للفنون التشكيلية عام 1995، وغيرها.

أبوظبي الأولى. كما يعد الخطاط تاج السر حسن واحداً ممن أبدعوا في الثلاث الجلي، والديواني، ويعتمد على جمال الخط العربي في لوحاته، حيث تخلو أعماله غالباً من الزخارف، وتميل بين الكلاسيكية والجمع بينها وبين الحداثة أحياناً. وهو خطاط وفنان تشكيلي سوداني تتجاوز خبرته الفنية والمهنية 45 عاماً كخطاط ومصمم جرافيكي، حاصل على درجة ماجستير الكلية المركزية للفنون والتصميم في لندن عام 1983، ودبلوم كلية

بواسطة خطاطين محترفين، إن وصل إلى بصمته الخاصة في أعماله. وفي بداية تسعينيات القرن الماضي أسس خالد الجلاف مجلة الخطاط، بمشاركة مجموعة من عشاق الفن، وترأس جمعية الإمارات للخط العربي والزخرفة الإسلامية، وهو عضو في عدد من اللجان والجمعيات والنقابات المتخصصة، ويقدم وينظم ورشات ومحاضرات فنية في الإمارات وحول العالم، وقدم حلقات تلفزيونية تعريفية بفن الخط العربي في برنامج "برواز" - قناة سما دبي، وبرنامج "أبوظبي تقرأ" - قناة

يذكر أن الخطاط خالد الجلاف قدم أنواعاً مختلفة من الخط مثل الكوفي القبريواني والتيسابوري والحديث، والفاطمي والاندلسي، واختار خصوصاً ذات دلالات ومعاني مؤثرة في وجدانه، حيث فتن بالفنون التشكيلية منذ الصغر، وازداد تعلقه بها بعدما تعرف على الفنان الإماراتي الكبير عبد القادر الرئيس، في أواخر سبعينيات القرن الماضي والذي أرشده إلى تعلم الخط العربي. وكانت الصحف والمجلات معلمه الأول لفن الخط، حيث بدأ بتقليد خطوط العناوين الرئيسية والتي تكتب

الاهتمام الذي توليه مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية للفنون العربية والأصيلة وتفتح الباب للمواهب التي تتجاوز في الخبرات والتوجهات والرؤى لتكون في أضواء ورد واحدة تتعددها روحها كما تتعدد ألوانها، وتتضافر جهودها لتقدم صورة أنصع لدولة حضارية الروح والمعاليم تتقدم في مسارات الأمم. وستطبع مؤسسة العويس كتاباً خاصاً عن الملتقى يحتوي على سير وصور وأعمال جميع المشاركين في هذا الحدث الكبير.

تقام المحاضرة الساعة الثامنة مساءً يوم الاثنين 19 سبتمبر الجاري 2022. في قاعة المحاضرات بمؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية، وذلك على هامش "ملتقى العويس للخط العربي" الذي تنطلق فعالياته في نفس التاريخ ويشارك فيه 63 خطاطاً يمثلون ألواناً من تجليات الخط العربي، وتتمازج فيه تجارب الرواد مع المخضرمين مع الشباب في تناغم عذب يعكس قيمة هذا الفن العريق والأصيل. ويأتي هذا الحدث الفني الكبير استكمالاً لدائرة



أربع أوراق بحثية أثرية تكشف رؤى جديدة من ماضي أبوظبي

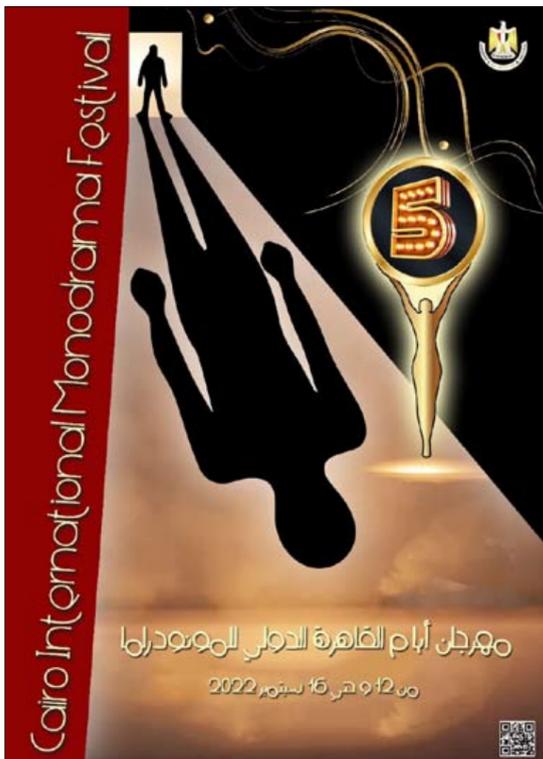
الثقافة والسياحة - أبوظبي في جزيرة غاغا الواقعة في أقصى غرب إمارة أبوظبي. تم تحديد موقعين غير معروفين من قبل من العصر الحجري الحديث في الجزيرة، أحدهما يضم مجموعة من الغرف المبنية بالحجارة، والآخر يضم قطعاً حجرية أثرية. تشمل الاكتشافات من كلا الموقعين رؤوس السهام والشظايا والأوعية الجرسية والأدوات الحجرية الأخرى. يشير الفحص بالكربون المشع للمواقع إلى أن الجزيرة تم استيطانها عام 6500 قبل الميلاد، أي قبل أية عمارة محلية معروفة أخرى في المنطقة بكثير. الورقة البحثية الثانية بعنوان "العصر الحجري الحديث في جزيرة الجبيل: أفران الجير الحديثة واستخدام الموارد البحرية للأعمال الحرفية"، سلطت الضوء على شكل من أشكال الإنتاج الحرفي الذي لم يتم تناوله إلا في ما ندر. التدخل الأثري الذي قامت به مؤسسة إيفيها إينترناشونال للدراسات في جزيرة الجبيل بأبوظبي مبني على المسوحات السابقة التي أجرتها دائرة الثقافة والسياحة، والتي حذت ملامح الاستيطان الحضري

الثقافة والسياحة - أبوظبي في جزيرة غاغا الواقعة في أقصى غرب إمارة أبوظبي. تم تحديد موقعين غير معروفين من قبل من العصر الحجري الحديث في الجزيرة، أحدهما يضم مجموعة من الغرف المبنية بالحجارة، والآخر يضم قطعاً حجرية أثرية. تشمل الاكتشافات من كلا الموقعين رؤوس السهام والشظايا والأوعية الجرسية والأدوات الحجرية الأخرى. يشير الفحص بالكربون المشع للمواقع إلى أن الجزيرة تم استيطانها عام 6500 قبل الميلاد، أي قبل أية عمارة محلية معروفة أخرى في المنطقة بكثير. الورقة البحثية الثانية بعنوان "العصر الحجري الحديث في جزيرة الجبيل: أفران الجير الحديثة واستخدام الموارد البحرية للأعمال الحرفية"، سلطت الضوء على شكل من أشكال الإنتاج الحرفي الذي لم يتم تناوله إلا في ما ندر. التدخل الأثري الذي قامت به مؤسسة إيفيها إينترناشونال للدراسات في جزيرة الجبيل بأبوظبي مبني على المسوحات السابقة التي أجرتها دائرة الثقافة والسياحة، والتي حذت ملامح الاستيطان الحضري

شارك دائرة الثقافة والسياحة - أبوظبي مؤخراً في الحلقة الدراسية الخامسة والخمسين للدراسات العربية، حيث قدمت أربع أوراق بحثية جديدة تناول بالتفصيل الأنشطة الأثرية والاكتشافات التي قام بها خبراء الدائرة والشركاء، والتي كشفت عن رؤى جديدة للحياة القديمة في أبوظبي والمنطقة. الندوة التي نظمتها الرابطة الدولية لدراسات الجزيرة العربية، والتي عقدت في الفترة من 5 إلى 7 أغسطس 2022 في جامعة هومبولت في برلين، هي الملتقى الدولي السنوي الوحيد لتقديم أحدث البحوث الأكاديمية حول التراث الثقافي والطبيعي الخاص بالجزيرة العربية. عرضت الورقة الأولى "ضوء جديد على الساحل الخصيب من العصر الحجري الحديث: الحضريات الأخيرة في جزيرة غاغا وظهور العمارة المحلية في الجزيرة العربية القديمة"، بالتفصيل لتناول المسوحات والحفريات التي أجرتها دائرة



دورة جديدة من أيام القاهرة للمونودراما مهداة لاسم الراحل خالد صالح



أطلق مهرجان أيام القاهرة الدولي للمونودراما دورته الخامسة مساءً الاثنين وأهداها لاسم الممثل المصري الراحل خالد صالح "1964-2014". وشمل برنامج الافتتاح الذي أقيم بالمرح الصغير لدار الأوبرا فقرة موسيقية قدمتها فرقة أكوردنيلا أعقبها تكريم خاص لاسم لصاحب الدورة تسلمه ابنته الممثل أحمد خالد صالح. كما كرم المهرجان المخرج المسرحي المصري خالد جلال والمخرج الأثاني مانتاس جيرت والممثلة المصرية لقاء الخميسي واسم الممثلة العمانية الراحلة شمعة محمد واسم المخرج المسرحي المصري الراحل محمود الأنفي. وعقب مراسم الافتتاح مباشرة بدأت عروض المهرجان بالعرض الروماني (إديث بياف) تمثيل وإخراج دينيس إياي ثم العرض المصري (ميتا) لصالح مراد وأخيرا العرض الأرذني (ديك) تأليف وتمثيل وإخراج إيباد الريموني. وتشارك في المسابقة الرسمية للمهرجان هذا العام عروض من الولايات المتحدة والسعودية وكوسوفو والعراق وألمانيا والسودان ورومانيا كما يشمل برنامج "عروض مونودراما الشاشة" مشاركات من أوكرانيا وسريلانكا وهولندا والسعودية والمغرب. ويشمل البرنامج الممتد حتى 16 سبتمبر أيلول ثلاث ورش فنية في التمثيل، والارتجال وتكوين الفرق، والإضاءة كما ينظم المهرجان مسابقة لتأليف النصوص. وتقام عروض المهرجان التي تعتمد على الأداء الفردي للممثل بمركز الهناجر للفنون ومسرح روابط فيما ستعقد ندوة للمكرميين غدا الأربعاء في الثانية عشرة ظهرا بالمجلس الأعلى للثقافة.



منوعات

الفكر

27

تقاسم إنتاجان كبيران الاثنين جوائز "إيمي" التلفزيونية، إذ حصل "ساكسيشن" من "إتش بي أو" على جائزة أفضل مسلسل درامي، في حين دخل الكوري "سكويد غايم" - لعبة الحبار تاريخ المسابقة بنيله مجموعة مكافآت أبرزها تلك المخصصة لأفضل ممثل، إذ مُنحت لبطله لي جونج جاي.

وقال مبتكر "ساكسيشن" جيسي ارسترونغ في كلمة ألقاها عقب تسلمه الجائزة انه "أسبوع مهم" للأسر الملكية الحاكمة، في إشارة إلى تزامن فوز مسلسله الذي يحمل عنوان معناه "الخلافة" مع وفاة الملكة إليزابيث الثانية وتولي نجلها تشارلز العرش خلفاً لها. وقال مازحاً "من الواضح أن وصولنا (إلى العرش) حصل على أصوات أكثر بقليل مما حصل عليه الأمير تشارلز".

احتفال توزيع جوائز "إيمي" أقيم للمرة الأولى منذ الجائحة حضورياً

"ساكسيشن" و"سكويد غايم" يحصدان أبرز جوائز "إيمي" التلفزيونية



وفاز "ساكسيشن" الذي سبق أن حصل على الجائزة الأبرز عام 2020 بثلاث جوائز أخرى من بينها أفضل سيناريو وأفضل دور مساعد (ماتيو ماكنايدين)، وهو يتناول قصة عائلة قوية تمزقها الخلافات والنزاعات الهادفة إلى السيطرة على إمبراطورية إعلامية (تشبه إلى حد كبير إمبراطورية الملياردير روبرت مردوخ). وتقاسم المسلسل الأمريكي رغم ترشيحاته الخمسة والعشرين أبرز الجوائز مع المسلسل الكوري الجنوبي "سكويد غايم" الذي تحول ظاهرة واعتبر نقداً لاذعاً لتجاوزات النظام الرأسمالي، إذ يصور شخصيات متآبئة من فئات مهمشة في كوريا الجنوبية يشاركون في ألعاب تقليدية للأطفال بهدف الفوز بمبلغ مالي ضخم. وحصد مسلسل "تنغليكس" الذي حقق نجاحاً جماهيرياً كبيراً ست جوائز، وفتح صفحة جديدة في تاريخ جوائز "إيمي" الموازية لتلفزيونياً للأوسكار في السينما، بفضل نيله جائزة أفضل ممثل في مسلسل درامي لبطله لي جونج جاي، ما جعله أول فائز بهذه الجائزة عن عمل بلغة غير الإنكليزية. وكرز "سكويد غايم" بهذا الإنجاز النجاح المتزايد للسينما الكورية الجنوبية بعدما سبقه فيلم "باراسايت" للمخرج بونغ جون هو إلى انتزاع جائزة أوسكار أفضل فيلم عام 2020. وقال هوانغ دونغ هيوك بعد نيله جائزة أفضل إخراج عن "لعبة الحبار" "لا أعتقد أنني كتبت صفحة من التاريخ بنفسى، بل أتم من فتح الأبواب لـ "سكويد غايم". لقد صنعنا التاريخ معاً وأمل حقاً في ألا يكون "سكويد غايم" آخر مسلسل كوري في جوائز إيمي". وفي فئة المسلسلات الدرامية، حصلت زندايا على جائزة أفضل ممثلة عن دورها كمراهقة مدمنة على المخدرات في "يوفوريا"، كما في 2020. وكررت "تيد لاسو" من إنتاج "أبل تي في" الإنجاز الذي حققه العام الفائت بفوزه بجائزة أفضل مسلسل كوميدي. أما جيسون سوديكيس الذي يؤدي دور مدرب كرة قدم أميركية تُسند إليه مهمة غير متوقعة داخل فريق إنكليزي لكرة القدم، فنال أيضاً جائزة أفضل ممثل



الفكر

علامة يمكن ملاحظتها في الأذن قد تنبأ بالنوبة القلبية



وتشير بعض الدراسات إلى أن هذا التجمع يرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب. ومع ذلك، في حين أن "علامة فرانك" مرتبطة بأمراض القلب، فإنها لا تعني بالضرورة أن المصاب بها يعاني من مرض في القلب. ونتيجة لذلك، لا توجد إجابة نهائية حول هذا الموضوع. ومع ذلك، فإن إحدى النظريات تقول إن علامة فرانك مرتبطة بفقدان الإيلاستين والألياف المرنة. وهذه عملية تلتف الأوعية الدموية لدى المصابين بأمراض القلب التاجية. وفي هذه الأثناء، تشير آخر الأنباء إلى أن العلماء على وشك علاج أمراض القلب الوراثية. ويعتقد العلماء أنهم على بعد سنوات فقط من تطوير علاجات يمكن أن تعالج أشكالاً من أمراض القلب الوراثية التي تعرض 260 ألف شخص لخطر الموت المفاجئ كل عام. وفي انتظار ذلك، يمكن اعتماد بعض التوصيات لتقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب. وهناك ثلاث ركائز أساسية للحد من مخاطر الإصابة بأمراض القلب والحفاظ على الصحة العامة، والتي تتمثل في اتباع نظام غذائي متوازن مع ممارسة الرياضة بانتظام وعادات نمط الحياة الإيجابية. ويمكن أن تتحد هذه العوامل الثلاثة معاً لمساعدة شخص ما في الحفاظ على صحة القلب والأوعية الدموية بشكل عام.

تعد النوبات القلبية واحدة من أخطر أشكال أمراض القلب، ويمكن في بعض الأحيان التنبؤ بها من خلال علامات يمكن أن تظهر في مختلف أماكن الجسم. وتحدث نوبات القلب عندما يتوقف تدفق الدم إلى القلب فجأة، لكن الأعراض قد تتضمن الأذنين، وهي حالة تعرف باسم "علامة فرانك"، نسبة إلى الطبيب الأمريكي الذي لاحظها لأول مرة، الدكتور ساندر فرانك. واكتشف الدكتور فرانك هذه الظاهرة لأول مرة عندما لاحظها في المرضى الذين يعانون من آلام في الصدر وانسداد في الشرايين التاجية. وتعرف "علامة فرانك" بأنها تجعد شحمة الأذن القطري، والذي يمتد إلى أسفل شحمة الأذن.

توصيات حول تأثير نسبة الخصر إلى الطول على صحة الذكور والإناث

أوصت دراسة أجرتها كلية Bayes Business School وثمانية سنوات، بضرورة الحفاظ على نسبة محيط الخصر إلى نصف طول الشخص لضمان حياة صحية. ونصت الدراسة الصادرة مؤخراً عن المعهد الوطني للتميز في الرعاية الصحية NICE على أن خسر الشخص البالغ يجب أن يكون أقل من نصف طوله لتقليل المخاطر الصحية، بما في ذلك مرض السكري من النوع 2 وأمراض القلب. وأوضحت أنه في حين أن قياس مؤشر كتلة الجسم (BMI) مفيد، إلا أنه لا يأخذ في الاعتبار الوزن الزائد حول البطن والذي يُطلق عليه علمياً "السمنة المركزية".

وتأتي هذه التوصيات الجديدة بعد أن دعا باحثون في Bayes Business School و Ashwell Associates إلى قياس محيط الخصر مقسوماً على الطول ليحل محل مؤشر كتلة الجسم في فحص الصحة العامة الأولية.

ووجد البروفيسور بن ريكازين، والبروفيسور ليس مايبهو والدكتورة مارغريت أشويل في عام 2014، استناداً إلى 20 عاماً من السجلات الطبية، أن أولئك الذين يسمعون ببوصة إضافية للتراكم حول الخصر معرضون لخطر اعتلال الصحة، في حين قد تؤدي السمنة إلى الموت المبكر.

ووجدت الدراسة أن ما يصل إلى 20 عاماً من حياة الرجال يمكن أن تضع سبب الفشل في الحفاظ على محيط الخصر لديك، أما النساء فيخسرن نحو 10 سنوات من أعمارهن.

وتشير أحدث التقديرات الخاصة بإنجلترا إلى أن 28% من البالغين يعانون من السمنة و36% يعانون من زيادة الوزن وهي مشكلة تكلف هيئة الخدمات الصحية الوطنية أكثر من 6 مليارات جنيه إسترليني، وأثناء وباء كورونا كان هناك ارتفاع كبير في عدد الأطفال الذين يعانون من السمنة المفرطة في إنجلترا، حيث يعاني 25% من الأطفال في الصف السادس من السمنة بنهاية المرحلة الابتدائية، وفقاً لبيانات NHS الأخيرة.

وقال أستاذ العلوم الاكتوارية في بايز البروفيسور ريكازين: "في حين أن هذا التوجيه الجديد مرحب به، فمن المهم أيضاً أن نحدد سنوات الحياة التي يمكن أن يخسرها الناس بسبب السمنة، مع مراعاة نسبة الخصر إلى الطول والعمر والجنس.

وأظهرت نتائج الدراسة التي أجريت عام 2014 أنه يمكن فقدان ما يصل إلى 20 عاماً من العمر من خلال عدم الحفاظ على محيط خصر مستدام.

وقال ريكازين: "إنه من الإيجابي أن النتائج التي توصلنا إليها يتم التوصية بها الآن من قبل NICE، فمن المهم أن يحدد التقرير النهائي عدد سنوات الحياة التي يمكن أن يفقدها الناس بسبب عدم الحفاظ على الخصر".



بيغاف كوكاتو يبحث عن طعام في سلة قمامة بالقرب من مطاعم في مدينة ولونجونج الساحلية في نيو ساوث ويلز بأستراليا. (أ ف ب)

قرأت لك

الشاي الأخضر



كشفت دراسة حديثة أن شرب الشاي الأخضر يمكن أن يساعد في تقليل السمنة وكذلك الالتهابات في الأمعاء. وأظهرت النتائج، التي نشرت في مجلة الكيمياء الحيوية الغذائية، أن الفئران التي تغذي على نظام غذائي غني بالدهون تستكمل مع الشاي الأخضر اكتسبت وزناً أقل بنحو 20% كانت مقاومتها للأوسوليين أقل من الفئران التي تغذت على نظام غذائي مماثل بدون الشاي.

وكانت الفئران التي تغذي على نظام غذائي يحتوي على مستخلص الشاي الأخضر بنسبة 2% تتمتع بصحة أمعاء محسنة، بما في ذلك الميكروبات المفيدة في الأمعاء ونشأة أقل في جدار الأمعاء، وهي حالة تسمى (الأمعاء المتسربة)، أكثر من تلك التي تناولت نظاماً غذائياً بدون تسريب، وتعد الأمعاء المتسربة مشكلة في الإنسان تساهم في انتشار التهاب منخفض الدرجة.

وقال الباحث الرئيسي ريتشارد برونو، الأستاذ بجامعة ولاية (أوهايو) : توفر الدراسة دليلاً على أن الشاي الأخضر يشجع نمو بكتيريا الأمعاء الجيدة، وهذا يؤدي إلى سلسلة من الفوائد التي تقلل بشكل كبير من خطر السمنة.

وأضاف أن الشاي الأخضر يحمي أيضاً من حركة السموم الداخلية - المكون البكتيري السام - من أحشائهم وفي مجرى الدم، كما يرتبط شرب الشاي الأخضر بانخفاض خطر الإصابة بأمراض السرطان والقلب والكبد.

سؤال وجواب

- ماذا يطلق على مجموعة الخيل؟
- رعييل
- ماذا يطلق على مجموعة الخيالة؟
- كوكبه
- من صاحب رواية الحرب والسلام.
- تولستوي
- ما هو الميزان الصري الذي ترد إليه الكلمات؟
- الفاء والعين واللام (فعل)

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الفواكه كافة وبالأخص الحمضيات والطماطم -البندورة- تحوي كمية كبيرة من فيتامين ج ويفضل أكل الخضروات الحاوية على الفيتامين طازجة لغناها بالفيتامين
- هل تعلم أن نقص فيتامين ب الموجود في الخمائر واللين والبيض واللحم والأجاص والفول والحنطة غير المصنّعة والحبوب كالفاصولياء واللوبياء والبطاطا يؤخر النمو ويشوّه ويسبب تهيجات واضطرابات في الأعصاب وامساكاً حاداً
- هل تعلم أن فيتامين ج حيوي ولا غنى عنه للجسم ويساهم في الكلس وتنظيم الدورة الدموية وتقصه يؤدي إلى مرض الاسقربوط والنزلات الصدرية على أنواعها
- هل تعلم أن فيتامين أ الموجود في زيت السمك وزيت كبد الحوت وصفار البيض والزبدة والقشدة والخضروات الصفراء طويلة الأوراق والجزر والكمثرى لازم لنمو الطفل وتقصه يعوق عملية النمو والافراط في تناوله يسبب ضغطاً متزايداً في الدماغ ودوار وصداغ وتساقط الشعر ويشقق الجلد والشفاه ويغير في تكوين العظام ويؤلم المفاصل
- هل تعلم أن الماء يكون حوالي 90 بالمائة من وزن الجسم
- هل تعلم أن معدل خفقات القلب يصل الى 72 خفقة في الدقيقة أو 432 خفقة في الساعة أو 37843200 في السنة
- هل تعلم أن حجم القلب يختلف من شخص الى آخر وكذلك أبعاده . أما وزنه المتوسط فهو 325غم بالنسبة للرجال أما متوسط وزنه عند النساء فهو 245غم ولكن يتفاوت مع حجم الجسم ووزنه

قصة ضابط المباحث

خلعت فرفرة أساورها ونامت.. وفي الصباح لم تجد الأساور في مكانها.. فتفتت بيتها، فلم تجدها فقالت: ابلغ الشرطة.. دخلت مكتب ضابط المباحث، فوجدت الضابط قفا يلبس ملابس الضابط.. فقالت: ياخبر!! جئت ليأكلني!! وخرجت تجري.. لكن القط عرف سبب خوفها، فناداها: تعالي لاتخافي مني.. أنا هنا في خدمة الشعب.. أطمانت ورجعت تقول له: سرق بيتي.. ضاعت أساوري.. خرج الضابط ومساعد مع فرفرة.. خرج ليعاين البيت، ويعرف كيف حدثت السرقة.. وكان يفكر وهو يمضي معها في الطريق وصلوا إلى حديقة البيت.. ونظر المساعد إلى الأرض وصاح قائلاً.. كان هنا ثعبان!! لا بد أن يكون هو اللص الخبيث.. مشى الثلاثة وراء طريق الثعبان حتى وصلوا إلى جحر، فقال المساعد: هنا اختفى اللص، وأخفى المسروقات.. وأمسك مجرفة وراح يحفر الجحر، واستعد الضابط لقتل الثعبان بالمسدس.. اما فرفرة فقالت: الثعبان يأكلني.. ووقفت بعيداً حفر المساعد حفر، حتى قلب الجحر لكنه لم يجد الثعبان ولم يجد الاساور.. فقال الضابط: نبحت في مكان آخر.. وطلع الثلاثة إلى حجرة النوم، ونظر الضابط في كل مكان فيها، ثم سأل فرفرة قائلاً: أين وضعت الاساور بعد خلفها؟ فأشارت إلى الشباك وقالت: هنا، هنا وضعتها كما تعودت ان اضعها كل ليلة.. نظرت الضابط من الشباك وضحك.. ونزل الثلاثة يجرون، وقال الضابط لمساعد: تسلق هذه الشجرة وانظر في عش الغراب الذي عليها.. وجد المساعد الاساور في العش، فأمسكها بيده وصاح: وجدتها.. وجدتها.. فقال الضابط لفرفرة: لا تتركي الشباك مفتوحاً عند النوم!!

مساحة للتلوين

