

منوعات

الفكر

ص 22

مدينة الشيخ خليفة الطبية - عجمان تحصل على
اعتماد المستوى الرابع ضمن مبادرة المستشفيات
الصديقة لسلامة المرضى من منظمة الصحة العالمية

ص 27

كريم عبد العزيز:
7DOGS من أصعب
التجارب البدنية



اضطرابات النوم.. كيف تؤدي
إلى الإصابة بالزهايمر والسكري؟



المراسلات: ص 505
email.munawaat@alfajrnews.ae

الثلاثاء 23 يونيو 2026 م - العدد 14786
Tuesday 23 June 2026 - Issue No 14786

انتحار رجل بعد قتل صديقته وظليها

أكدت شرطة مقاطعة «باك نينه» في شمال فيتنام أن جريمة قتل وانتحار في «فييت ين» واردة، أسفرت عن مقتل أربعة أشخاص، من بينهم طفلان، وإصابة آخر.
وكشف التحقيق الأولي أن الحادث وقع في حي باي بانغ السكني بعد نزاع بين «إن تي إن» (31 عاماً، ونجوين فان توين (36 عاماً، من بلدية باك لونغ في مقاطعة باك نينه. واستخدم توين سكيناً لمهاجمة «إن تي إن» وابنتها «إن إتش بي» (10 أعوام، وابنتها «إن بي بي» (سنة أعوام، قبل أن ينتحر عقب مقتلهم.
كما أصيبت شقيقة «إن تي إن» (11 عاماً، والتي تدعى «إن بي إن» خلال الحادث، ونقلت إلى مستشفى «فييت ين» العام لتلقي العلاج.
وفور تلقي بلاغات من السكان المحليين بشأن الواقعة، انتقل محققون من وكالة التحقيقات التابعة لشرطة المقاطعة على الفور إلى موقع الحادث، وعملوا بالتنسيق مع إدارة الشرطة الجنائية في فييت ين، وفقاً لصحيفة «فيتنام نيوز». ويعمل محققو شرطة المقاطعة، بالتعاون مع الجهات المختصة، لفحص مسرح الجريمة وإجراء فحوصات الطب الشرعي، كما يستمر التحقيق في القضية وفقاً للقانون لمعرفة الدوافع.

تعطمت الطائرة.. قتل قائدتها وراكبة مرافقة

لقي مواطنان فرنسيان مصرعهما بعد تحطم طائرة خاصة صغيرة كانا على متنها مساء أمس الأول الأحد شمال المغرب، وفق ما أوردته «فرانس برس».
وقدمت الطائرة من مدينة «مونبلييه» الفرنسية، وكانت في طريقها إلى مطار «نيط» مليل، قرب الدار البيضاء، على أن تتوقف في مطار «الشريف الإدريسي» بالحسيمة شمال المغرب. لكن الطائرة تحطمت بعيد إقلاعها قرب السياج المحيط بمطار الشريف الإدريسي، وأودى الحادث بحياة قائد الطائرة وسيدة كانت برفقته، وكلاهما يحملان الجنسية الفرنسية.



قد يساهم تناول بعض أنواع شاي الأعشاب قبل النوم في دعم استقرار مستويات السكر في الدم، إلا أن هذا التأثير يظل مرتبطاً بطبيعة المكونات وطريقة التحضير، خصوصاً عند إضافة المحليات.
ويعد شاي البابونج من أكثر المشروبات العشبية شيوعاً في المساء، نظراً لخصائصه المهدئة التي تساعد على تحسين النوم وتخفيف القلق واضطرابات الجهاز الهضمي.

وتشير بعض الدراسات إلى احتمال مساهمته في خفض مستويات السكر في الدم والهيموغلوبين السكري، إضافة إلى دوره المحتمل في تحسين حساسية الأنسولين لدى المصابين بالسكري من النوع الثاني.

كما تناولت أبحاث محدودة تأثير شاي الكركديه على مستويات السكر وضغط الدم والكوليسترول، إلا أن النتائج لا تزال غير حاسمة وتحتاج إلى مزيد من الدراسات لتأكيدتها. وفي السياق نفسه، يُستخدم بلسم الليمون كمشروب مهدئ، وقد أظهرت دراسات أولية أنه قد يساعد في تحسين مؤشرات السكر والكوليسترول وتقليل الالتهابات، غير أن الأدلة العلمية ما زالت غير كافية.

شاي الأعشاب قبل النوم.. كيف يؤثر على مستويات سكر الدم؟

ومشكلات الكبد، وارتفاع ضغط الدم.

ودعم فقدان الوزن، أو تعزيز الاسترخاء والنوم.

شاي الصباح

في الصباح، يفضل شرب الشاي المحتوي على الكافيين مثل الشاي الأخضر والأسود. الشاي الأخضر غني بمضادات الأكسدة مثل البوليفينولات والكاتيكينات التي قد تساعد على تحسين وظائف الدماغ، ودعم فقدان الوزن، وحماية الجسم من بعض أنواع السرطان، وتنظيم مستوى السكر في الدم. إلا أن شربه على معدة فارغة قد يسبب حموضة المعدة، لذا يُنصح بتناوله مع الطعام.

الشاي لأهداف محددة

لتحسين الهضم: شاي الزنجبيل قبل أو أثناء الوجبات.
لفقدان الوزن: الشاي الأخضر على معدة فارغة أو قبل التمارين.
للتنويم: الشاي العشبي الخالي من الكافيين مثل البابونج قبل ساعة من النوم.

كمية الشاي الموصى بها يومياً

في الختام، تشير الدراسات إلى أن شرب كوبين إلى ثلاثة أكواب يومياً يقلل من خطر الوفاة المبكرة وأمراض القلب والسكتة الدماغية والسكري من النوع الثاني. مع ذلك، ينبغي مراجعة الطبيب إذا كنت حاملاً أو تعاني أمراضاً مزمنة أو تتناول أدوية معينة لتحديد النوع والكمية المناسبة لك.

شاي الليل

للاسترخاء قبل النوم، يُنصح بالشاي العشبي الخالي من الكافيين، مثل شاي إكليل الجبل، «روزمارين»، الذي يساعد على تهدئة الجسم وتحسين النوم، كما يظهر بعض الفوائد الطبية في تقليل القلق، والالتهابات،

أما القرفة والزنجبيل والكركم، فهي من المكونات الشائعة في خلطات شاي الأعشاب، وقد ربطت في بعض الدراسات بإمكانية تحسين التحكم في مستويات السكر في الدم، مع التأكيد على الحاجة لمزيد من الأبحاث العلمية.
ويحذر خبراء التغذية من أن التأثير السلبي المحتمل لا يعود إلى الأعشاب نفسها، بل إلى الإضافات مثل السكر والعسل والشربات المحلاة، والتي قد تؤدي إلى رفع مستويات السكر في الدم بشكل ملحوظ.

كما قد تتفاعل بعض الأعشاب مع أدوية السكري، مثل الأنسولين وأدوية خفض السكر، ما قد يزيد خطر انخفاضه بشكل غير متوقع. لذلك يُنصح باستشارة الطبيب قبل إدخال أي نوع جديد في شاي الأعشاب بشكل منتظم.
وتحضير مشروب مسائي مناسب، يُفضل اختيار شاي الأعشاب دون محليات، أو استخدام بدائل مثل حليب اللوز غير المحلى مع القرفة أو الفانيليا، إضافة إلى القهوة منزوعة الكافيين دون سكر.

توقيت شرب الشاي الأمثل لأهدافك الصحية

يعد الشاي من المشروبات الصحية الشائعة التي تختلف فوائدها حسب النوع والوقت الذي تُشرب فيه. ينصح الخبراء بمراجعة توقيت شرب الشاي لتحقيق أقصى استفادة، سواء لتحفيز النشاط، وتحسين الهضم،

كيف تؤثر قلة النوم على الشعور بتقدم العمر؟

كشفت دراسة جديدة أن شعور الشخص، بتقدمه في العمر قد يكون مؤشراً على عدم حصوله على قسط كافٍ من النوم الجيد. وأجرى باحثون من المؤسسة الوطنية للنوم دراسة شملت أكثر من 3100 بالغ، ونشرت نتائجها في مجلة «Sleep». حيث طرح على المشاركين سؤال بسيط: «كم تشعر أن عمرك؟»، ثم قورنت إجاباتهم بمؤشرات جودة النوم وانتظامه ومستوى الأداء خلال النهار.

وأظهرت النتائج أن الأشخاص الذين يشعرون بأنهم أكبر سناً من عمرهم الفعلي كانوا أكثر عرضة للإبلاغ عن الأرق، واضطرابات النوم، والتعب أثناء النهار، مقارنة بمن يشعرون بأنهم أصغر سناً أو قريبن من عمرهم الحقيقي. ووجدت الدراسة أن هذه الفئة أبلغت بشكل متكرر عن تراجع في صحتها البدنية، ما يشير إلى وجود ارتباط بين جودة النوم والشعور الذاتي بالعمر.

وقال المعالج النفسي الأمريكي جوناثان ألبرت، الذي لم يشارك في الدراسة، إن النتائج تتوافق مع ما يلاحظه في ممارسته المهنية، موضحاً أن كثيراً من الأشخاص الذين يشعرون بأنهم أكبر من أعمارهم يعانون في الواقع من الإرهاق الذهني وضعف التركيز وانخفاض مستويات الطاقة نتيجة قلة النوم.

وأضاف أن الحرمان المزمن من النوم قد يجعل متطلبات الحياة اليومية تبدو أكثر صعوبة، ويؤدي مع الوقت إلى شعور يشبه الشبخوخة المبكرة، داعياً إلى مراجعة عادات النوم قبل افتراض أن التعب وانخفاض النشاط يعودان فقط إلى التقدم في العمر. ورغم أهمية النتائج، أشار الباحثون إلى أن الدراسة لا تثبت وجود علاقة سببية مباشرة، لكنها تسلط الضوء على الدور المحتمل للنوم في التأثير على الصحة العامة والشعور بالعمر.

نكات الآباء... ضحك بسيط قد يحمل فوائد صحية غير متوقعة

يؤكد خبراء علم النفس والصحة أن «نكات الآباء» رغم ما قد تثيره من تهديدات عميقة أو ضجر ظاهري بين أفراد الأسرة، تحمل فوائد بيولوجية ونفسية مفاجئة، إذ تملك هذه التوريات البسيطة القدرة على تغيير كيمياء الجسم الداخلية وتخفيف التوتر وتحسين المزاج العام للعائلة، لا سيما الأطفال.

وفي دراسة حديثة نُشرت عبر منصة «ساى آر كايف»، وجد علماء النفس بول جيه سيلفي وميريل أي بورنيت، بعد تحليل آلاف الأمثلة، أن فكاهة الآباء تتميز ببنية فريدة متجدرة بقوة في التورية والتلاعب المباشر بالألفاظ.
وقال الباحثان إن هذا النمط من الفكاهة يتميز بتركيبية واضحة تقوم على معانٍ مزروجة لكلمة واحدة، ما يسهل إدراكه مقارنة بالكوميديا المعقدة التي تتطلب سائفاً أوسع، مشيرين إلى أن الضحك الناتج عن هذه النكات يؤدي إلى تغييرات فسيولوجية في الجسم، حيث يساهم في خفض هرمونات التوتر مثل الكورتيزول والأدرينالين، مقابل زيادة هرمونات السعادة مثل الدوبامين والسيروتونين والإندورفين.

كما أظهرت مراجعة علمية نشرت عام 2023 في مجلة «PLOS One» أن جلسة واحدة من الضحك قد تخفف مستويات الكورتيزول بنسبة تتجاوز 36%، ما يعكس إيجاباً على نشاط الدماغ وقدرته على معالجة الأفكار المعقدة.

ولفتت دراسات أخرى إلى أن فهم التلاعب بالألفاظ يرتبط بقدرات لغوية وإبداعية أعلى، إضافة إلى تعزيز الروابط العاطفية داخل الأسرة، إذ يساهم الضحك المشترك بين الآباء والأبناء في زيادة إفراز هرمون الأوكسيتوسين المسؤول عن تقوية الترابط الاجتماعي.

هل تسبب وسائل النوم مرض السرطان؟

أثارت منشورات متداولة على الإنترنت جدلاً حول ما إذا كان استخدام الوسادة نفسها لفترات طويلة قد يرتبط بالإصابة بالسرطان، بعد ادعاءات ربطت بين تراكم الغبار والجزيئات داخلها ومخاطر صحية خطيرة.

وقال طبيب أورام إن الوسائد بالفعل قد تتراكم عليها الأتربة وخلايا الجلد وجزيئات عالقة في الهواء مع مرور الوقت، ما يجعلها بيئة مناسبة لعث الغبار أو بعض الفطريات، خصوصاً في الأماكن الرطبة أو قليلة التهوية، بحسب صحيفة «إنديان إكسبريس».

لكنه شدد في المقابل على أنه لا توجد أي أدلة علمية تثبت وجود علاقة بين الوسائد والسرطان، موضحاً أن هذا النوع من الادعاءات المنتشر عبر الإنترنت لا يستند إلى أساس طبي. وأضاف أن المشكلات الصحية المحتملة المرتبطة بذلك تكون عادة محدودة، وتتمثل في الحساسية أو تهيج الجهاز التنفسي أو الجلد، مثل زيادة أعراض الربو أو الحساسية لدى بعض الأشخاص. وأشار إلى أن العناية بنظافة الوسائد والفرش تبقى مهمة للحفاظ على الراحة وجودة النوم، لافتاً إلى أن غسل أغطية الوسائد بانتظام واستبدالها من حين لآخر يساعد في تقليل مسببات الحساسية، دون أن يكون لذلك أي ارتباط مثبت بالوقاية من السرطان.

تركيبة الحليب تطورت لتلبية احتياجات نمو الدماغ.. كيف؟

أكد باحثون أن التركيبة الكيميائية للحليب تطورت لتزويد المواليد الجدد بالمواد اللازمة لنمو أدمغتهم، وفقاً لدراسة جديدة أجراها علماء من معهد سكولتك. وجاء في نتائج الدراسة التي شرحتها المؤسسة الروسية للعلوم، أن تركيبة الحليب تتشابه داخل النوع الواحد، لكنها تختلف بين الأنواع، ما يشير إلى أن حليب كل حيوان مُصمم خصيصاً لتلبية احتياجات دماغ صغاره.
وحدد الباحثون علاقات واضحة بين تركيبة الحليب وقشرة الفص الجبهي في الدماغ، المسؤولة عن عمليات التفكير المعقدة والتخطيط والسلوك الاجتماعي، لدى البشر والشمبانزي وقرود المكاك. وبحسب «سيوتيك»، وجدت أقوى علاقة ارتباط

بين تركيبة الحليب والدماغ لدى البشر، ما يشير إلى أن تركيبة حليب الأم تطورت في المقام الأول لتغذية المنطقة الأكثر استهلاكاً للموارد والأكثر أهمية اجتماعياً في دماغ الطفل النامي.
وأكد فليب هويتوفيتش، الباحث الرئيسي في المشروع، الأهمية العملية لهذه النتائج في تحسين تغذية الرضع.
وسلط هويتوفيتش الضوء على ضرورة تحسين تركيبة حليب الأطفال ليحاكي حليب الأم بشكل أفضل، لا سيما فيما يتعلق بالأحماض الدهنية طويلة السلسلة. وفتح هذا الاكتشاف آفاقاً جديدة لتطوير منتجات تغذية الرضع التي تحاكي بشكل أدق التركيبة التطورية المحسنة لحليب الأم لنمو الدماغ.



أكبر ضببية مخدرات في تاريخ أستراليا

أعلنت الشرطة الفيدرالية الأسترالية ضبط 2.7 طن من الكوكايين تقدر قيمتها بنحو 816 مليون دولار أسترالي، في أكبر عملية مصادرة للمخدرات في تاريخ البلاد.

ووفقاً لما أوردته صحيفة «ديلي ميل» البريطانية، عُثر على الشحنة مخبأة داخل حاويات شحن في عفار شبه ريفي بمنطقة لندنديري غرب سيدني، حيث كانت مخزنة في مخابئ تحت الأرض وأرضيات زائفة أعدت خصيصاً لإخفائها.

ولفت السلطات القبض على رجلين يبلغان من العمر 21 و25 عاماً، بعد محاولتهما الفرار من موقع المصادرة، ووجهت إليهما تهمة حيازة كمية تجارية من المخدرات، وهي جريمة قد تصل عقوبتها إلى السجن المؤبد بموجب القانون الأسترالي.

ورفضت المحكمة الإفراج عنهما بكفالة، على أن يمثل مجدداً أمام القضاء في أغسطس المقبل.



بتوجيهات الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان

مركز الشيخ محمد بن خالد الثقافي يعزز القيم المجتمعية عبر مبادرات نوعية لرعاية كبار المواطنين «تحدي الشيخوخة» وترسيخ الهوية

•• العين - الفجر

بتوجيهات الشقيقة الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان، وضمن رسالة مركز الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافي الهادفة إلى ترسيخ القيم الإنسانية وتعزيز الاهتمام بكبار المواطنين المقيمين، نظم المركز سلسلة من الفعاليات الثقافية والتوعوية التي تعكس التزامه برؤية الدولة في هذا المجال.

وفي هذا السياق، استضاف المركز جلسة افتراضية بعنوان «لنحمي كبارنا بحب»، ضمن مبادرة «تحدي الشيخوخة»، قدمها الدكتور أحمد الصواي، حيث تناول خلالها أهمية العناية بكبار المواطنين من منظور إنساني واجتماعي، مسلطاً الضوء على ضرورة مراعاة مشاعرهم، وتعزيز التواصل معهم، وقضاء الوقت النوعي برفقتهم. كما شهدت الجلسة نقاشاً ممتعاً ملحوظاً من الحضور من خلال المداخلات التي أثرت النقاش وأكدت أهمية الموضوع، وفي إطار برنامج الشيخ محمد بن خالد

آل نهيان التطوعي تحت شعار «تطوعك انتماء»، نظم المركز محاضرة حضورية في مدرسة الغلاف للشراكات بعنوان «بصمة أسرة... أثر يدوم»، قدمها الأستاذ سعيد البادي، رئيس فريق «تطوعك انتماء». وركزت المحاضرة على دور الأسرة المحوري في تنشئة جيل واع بأهمية العمل التطوعي، وترسيخ ثقافة العطاء والمسؤولية المجتمعية لدى الطلبة. واختتم المركز فعالياته بمحاضرة افتراضية بعنوان «فنجان قهوة الدار»، ضمن مبادرة «محطات تراثية» - سوائف الدار، التابعة لمبادرة مدرسة القهوة والسنع، قدمها كل من الأستاذ غريب الكعبي والأستاذ سعيد البادي. وتناولت المحاضرة العادات والتقاليد المرتبطة بالقهوة الإماراتية، وأداب الضيافة، وأنواع الدلال، بما يعكس عمق الموروث الثقافي للدولة. وتأتي هذه الفعاليات في إطار حرص مركز الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافي على تقديم برامج نوعية تسهم في تعزيز الهوية الوطنية، وترسيخ القيم الاجتماعية الأصيلة، وبناء مجتمع متماسك يجمع بين الأصالة والحاصرة.



مدينة الشيخ خليفة الطبية - عجمان تحصل على اعتماد المستوى الرابع ضمن مبادرة المستشفيات الصديقة لسلامة المرضى من منظمة الصحة العالمية

•• عجمان - الفجر

حصلت مدينة الشيخ خليفة الطبية - عجمان، المؤسسة الطبية تحت إشراف المكتب الطبي التابعة لمجموعة بيور هيلث، أكبر مجموعة متكاملة للرعاية الصحية في منطقة الشرق الأوسط، على الاعتماد من المستوى الرابع ضمن المبادرة الوطنية للمستشفيات الصديقة لسلامة المرضى التي أطلقتها وزارة الصحة ووقاية المجتمع بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية، وهو أرقى درجات التميز ضمن الإطار العالمي لسلامة المرضى.

ويشكل هذا الإنجاز الاستثنائي نقلة نوعية في مسيرة تطور مدينة الشيخ خليفة الطبية - عجمان، ويأتي ثمرة تقييم شامل أجرته المبادرة لجميع منشآت وعمليات المستشفى. ويعكس المستوى الرابع، وهو الأعلى، الأداء المتميز في مجالات سلامة المرضى والجودة السريرية وحوكمة الرعاية الصحية، كما يسلط الضوء على مواكبة المستشفى لإطار



عمل منظمة الصحة العالمية والالتزام الراخ بأعلى معايير رعاية المرضى. وفي هذا الصدد، قال الدكتور عارف علي عبدالله الشحي، الرئيس التنفيذي للمكتب الطبي في مجموعة بيور هيلث، «يمثل حصول مدينة الشيخ خليفة الطبية - عجمان على



اعتماد من منظمة الصحة العالمية تجسداً ملموساً على التزامنا الراخ بأعلى المعايير العالمية وسلامة المرضى والتميز السريري، كما يعكس هذا الإنجاز الاستثنائي تركيزنا الاستراتيجي الرامي إلى ترسيخ ركائز سلامة المرضى والتميز السريري في سلب

تتماشى مع أرقى المعايير العالمية المعتمدة في مجالات السلامة والجودة. وتأتي مبادرة المستشفيات الصديقة لسلامة المرضى ضمن جهود منظمة الصحة العالمية، وهي مصممة لتقييم المستشفيات وفق معايير صارمة تشمل مجالات القيادة، والممارسات السريرية الآمنة، وحماية حقوق المرضى، والوقاية من العدوى، وإدارة الأدوية، والعمل المتواصل على تحسين مستويات الجودة، وتقديم المبادرة الاعتماد من المستوى الرابع فقط للمستشفيات التي تظهر تميزاً استثنائياً في جميع الأقسام والمجالات. ويسهم هذا الإنجاز في تعزيز مكانة مدينة الشيخ خليفة الطبية - عجمان بوصفها مؤسسة طبية وطنية رائدة في مجالات سلامة المرضى وجودة الرعاية الطبية، كما يؤكد التزامها الراخ بالعمل الدؤوب على تطوير خدماتها، وحرصها على اتباع أعلى المعايير العالمية التي أسهمت في حصول المستشفى على هذا التكريم العالي.

بتقنية التجريف المائي الروبوتية

استئصال تضخم حاد في البروستاتا وصل إلى عشرة أضعاف حجمها الطبيعي

•• دبي - الفجر

في حالة طبية استثنائية تبرز الدور المتنامي للجراحات الروبوتية في دولة الإمارات، استعاد رجل يبلغ من العمر 72 عاماً من سكان دبي وظائفه البولية الطبيعية بنجاح بعد خضوعه لإجراء استئصال البروستاتا بالثقب المائي (Aquablation)، عبر تقنية طفيفة التوغل في مستشفى ميدكير الصفا، مُتجنباً بذلك عملية جراحية مفتوحة كبرى كانت تُعد الخيار التقليدي في مثل هذه الحالات. وكان المريض يعاني لسنوات من انسداد شديد في المسالك البولية نتيجة تضخم البروستاتا إلى حجم بلغ 170 غراماً، أي ما يقارب عشرة أضعاف الحجم الطبيعي، ما اضطره إلى الاعتماد على القسطرة البولية بشكل مستمر. وتُعد هذه الحالات المتقدمة نادرة نسبياً، وعادة ما تستدعي تدخلاً جراحياً مفتوحاً، وهو ما يرتبط بفترات تعافٍ أطول ومضاعفات وأثار جانبية محتملة. وبدلاً من ذلك، اختار فريق جراحة المسالك البولية في مستشفى ميدكير اعتماد تقنية الاستئصال المائي الروبوتي، وهي أحدث التقنيات المتطورة التي تستخدم نفاثاً مائياً عالي الضغط موجهاً بالموجات فوق الصوتية والتحكم الروبوتي لإزالة الأنسجة الزائدة في البروستاتا بدقة متناهية، ما اضطره إلى الاعتماد على القسطرة إجراء شقوق جراحية. وبفضل هذا النهج المبتكر، تمكن المريض من مغادرة المستشفى خلال ثلاثة أيام فقط واستعادة قدرته الطبيعية على التبول من دون الحاجة إلى القسطرة.

ويهدد هذا المرض، قال بلال سويس، الرئيس التنفيذي للعمليات في مستشفى ميدكير الصفا: «يسعدنا إدخال هذه التقنية الروبوتية المتقدمة إلى منظومة خدماتنا الجراحية المتنامية، ما يعزز مكانة ميدكير كأحد أوائل مزودي الرعاية الصحية في الدولة، ومن بين ثلاثه مراكز طبية فقط في الإمارات توفر هذه التقنية المبتكرة. وتكتسب هذه الخطوة أهمية خاصة نظراً إلى أن حالات تضخم البروستاتا بهذا الحجم تستدعي في العادة تدخلاً جراحياً مفتوحاً. وأضاف: «نتيح لنا تقنية الاستئصال المائي تحديد المنطقة المستهدفة وعلاجها بدقة عالية مدعومة بالتقنيات الروبوتية، الأمر الذي يسهم في الحد من الآثار الجانبية أو من دونها». والحالات المعقدة، وخلال بضعة أشهر فقط، أجريتنا 16 عملية ناجحة باستخدام هذه التقنية. ونحرص دائماً على توفير أحدث وأفضل الحلول العلاجية لرضانا بما يضمن تحقيق أفضل النتائج الممكنة مع الحد الأدنى من الآثار الجانبية أو من دونها». ويعد تضخم البروستاتا من الحالات الصحية الشائعة المرتبطة بالتقدم في العمر، والتي يمكن أن تؤثر بشكل كبير في جودة حياة الرجال، إذ تسبب في أعراض مثل ضعف تدفق البول، والحاجة المتكررة إلى استخدام دورة المياه، واضطرابات النوم. ورغم هذه الحالة، لا يزال العديد من الرجال يترددون في طلب العلاج بسبب الوصمة الاجتماعية أو نقص الوعي بطبيعة المرض وخيارات العلاج



ومنذ إطلاق تقنية الاستئصال المائي الروبوتي في ديسمبر 2025، نجح مستشفى ميدكير الصفا في إجراء 16 عملية باستخدام هذه التقنية المتطورة، بما في ذلك حالات معقدة تم خلالها علاج أكثر من مشكلة صحية في جلسة واحدة. ومن بين هذه الحالات، مريض كان يعاني في الوقت ذاته من تضخم البروستاتا ووجود عدة حصوات في المثانة، حيث تمكن الأطباء من معالجة الحالتين معاً خلال الإجراء نفسه، عبر إزالة الحصوات باستخدام تقنية الليزر وعلاج تضخم البروستاتا بتقنية الاستئصال المائي الروبوتي. وقد أظهرت النتائج السريرية تحسناً ملحوظاً لدى المرضى، تمثل في سرعة التعافي، وتحسن وظائف الجهاز البولي، وارتفاع مستوى جودة الحياة مقارنة بالأساليب الجراحية التقليدية. وأضاف بلال سويس: «ما يميز هذه التقنية هو قدرتها على تقديم علاج دقيق ومخصص لكل مريض مع تحقيق نتائج متناسقة وموثوقة. ونحن اليوم نشهد نتائج علاجية كان من الصعب الوصول إليها سابقاً من دون اللجوء إلى الجراحة المفتوحة والتدخلات الجراحية الأكثر تعقيداً». وتسلط هذه الحالة الضوء على التحول المتسارع نحو تبني التقنيات المدعومة بالذكاء الاصطناعي والروبوتات في مجالات الجراحة والتشخيص ضمن مجموعة ميدكير، بما يعزز دقة الإجراءات الطبية ويرتقي بمستويات الرعاية الصحية المقدمة للمرضى.

تؤسس لتعاون مشترك في التعليم التنفيذي والأبحاث العلمية وتطوير الفرص التعليمية للطلبة جامعة السوربون أبوظبي وأوبن إنوفيشن إيه آي توقعان مذكرة تفاهم لتعزيز التعاون في مجالات التعليم والبحث والابتكار في الذكاء الاصطناعي

•• أبوظبي - الفجر

أعلنت جامعة السوربون أبوظبي عن توقيع مذكرة تفاهم مع شركة أوبن إنوفيشن إيه آي، تهدف إلى وضع إطار للتعاون في مجالات التعليم التنفيذي والبحث العلمي وتطوير الفرص التعليمية للطلبة، إلى جانب تعزيز التكامل والتفاعل بين القطاعين الأكاديمي والصناعي في مجال الذكاء الاصطناعي. وجرى توقيع مذكرة التفاهم على هامش فعاليات معرض فيفا تيك 2026 في العاصمة الفرنسية باريس. ومثل غيوم هوس، رئيس الشؤون العامة والرعاية في جامعة السوربون أبوظبي، نيابة عن مديرة الجامعة البروفيسورة ناتالي مارسال-براز، فيما مثل شركة أوبن إنوفيشن إيه آي كل من الدكتور عابد بن عيشوش، المؤسس المشارك والرئيس التنفيذي، والدكتور رشيد بلمسكين، المؤسس المشارك والرئيس التنفيذي للتكنولوجيا.

وتنص المذكرة على التعاون لإطلاق مجموعة من المبادرات المشتركة، تشمل تصميم وتقديم ورش عمل وتطوير برامج تعليمية تنفيذية، واستكشاف فرص تنفيذ مشاريع بحثية ومبادرات أكاديمية مشتركة. كما تتيح الاتفاقية فرصاً لتوفير برامج تدريب عملي للطلبة، وإتاحة الوصول إلى عدد من المنصات التقنية التابعة للشركة لأغراض تعليمية، بما في ذلك منصة OI Chat، ومنصة OICM، ومساعات وحدات معالجة الرسومات. ويعكس هذا التعاون رؤية مشتركة لدى الطرفين لتعزيز الروابط بين البحث الأكاديمي والتطبيقات المهنية، وتهيئة بيئة داعمة لتبادل المعرفة والخبرات وبناء شراكات ذات أثر مستدام. وتعليقاً على هذا الموضوع، قالت البروفيسورة ناتالي مارسال-براز، مديرة جامعة السوربون أبوظبي: «في وقت يواصل فيه الذكاء الاصطناعي إعادة تشكيل أساليب التعلم والعمل والابتكار، تزداد أهمية ترسيخ الاستخدام المسؤول والفعال لهذه التقنيات، وتمثل هذه الاتفاقية مع شركة أوبن إنوفيشن إيه آي امتداداً لالتزام الجامعة بتعزيز التعاون بين الأوساط الأكاديمية



وقطاع الصناعة من خلال تبادل المعرفة، ودعم الأبحاث العلمية، وتطوير برامج تعليمية تنفيذية تستجيب للاحتياجات المتغيرة للسوق. كما تسهم هذه الشراكة في تزويد الطلبة بالمهارات العملية والرؤية الأخلاقية اللازمة للاستفادة من إمكانات الذكاء الاصطناعي، ودعم الابتكار، والمساهمة في خدمة المجتمع. من جانبه، قال الدكتور عابد بن عيشوش، الرئيس التنفيذي والمؤسس المشارك لشركة أوبن إنوفيشن إيه آي: «تحظى تقنية الذكاء الاصطناعي القادرة على إلهامهم متزايد من جميع الدول بوصفه إحدى القدرات ذات الأهمية الاستراتيجية. ولم يعد النجاح مرتبطاً فقط بإمكانية الوصول إلى هذه التقنية، بل بامتلاك الكفاءات القادرة على تطويرها وإدارتها وتطبيقها وفق أعلى معايير المسؤولية. ويجمع هذا التعاون بين التميز الأكاديمي الذي تتمتع به جامعة السوربون أبوظبي والخبرات المتقدمة التي تقدمها أوبن إنوفيشن إيه آي في مجال الذكاء الاصطناعي السحابي، بما يسهم في إعداد جيل جديد من القادة والباحثين والمطورين القادرين على رسم ملامح مستقبل الذكاء الاصطناعي في دولة الإمارات والمنطقة والعالم». وتأتي هذه الاتفاقية في إطار إعلان جامعة السوربون

منوعات الفكر 23

لم يعد النوم مجرد فترة راحة ينهي بها الإنسان يومه، بل أصبح يُنظر إليه اليوم باعتباره واحدة من أهم ركائز الصحة الجسدية والعقلية، إلى جانب الغذاء والنشاط البدني.

فخلال ساعات النوم، لا يتوقف الجسم عن العمل، بل تبدأ سلسلة معقدة من العمليات الحيوية التي تؤثر في الدماغ والقلب والمناعة والتمثيل الغذائي وحتى الصحة النفسية.

وتشير أبحاث حديثة إلى أن اضطرابات النوم أو الحرمان المزمن منه لا ينعكسان فقط على الشعور بالإرهاق خلال النهار، بل قد يرتبطان بزيادة خطر الإصابة بأمراض خطيرة مثل الزهايمر والسكري وأمراض القلب والاكتئاب.



من أهم ركائز الصحة الجسدية والعقلية

اضطرابات النوم.. كيف تؤدي إلى الإصابة بالزهايمر والسكري؟



وتوصي المؤسسات الصحية بأن يحصل البالغون عادة على ما بين 7 و 8 ساعات من النوم يوميًا، مع الحفاظ على مواعيد نوم منتظمة وتقليل التعرض للشاشات والمنبهات قبل النوم.

قد يرتبط بالخمول وضعف النشاط البدني. ويؤكد المختصون أن الأمر لا يتعلق فقط بعدد الساعات، بل بجودة النوم وانتظامه أيضًا.

هل النوم الطويل مفيد دائمًا؟ ورغم أهمية النوم، يحذر خبراء الصحة من الإفراط فيه بصورة مستمرة، إذ قد يكون النوم لفترات طويلة مؤثرًا على مشكلات صحية أو نفسية كامنة، كما

فالنوم الجيد يمنح الدماغ فرصة لمعالجة الضغوط والانفعالات اليومية، بينما يؤدي الحرمان منه إلى زيادة القلق والتوتر وتقلبات المزاج، وقد يرفع خطر الإصابة بالاكتئاب على المدى الطويل. ويشير مختصون إلى أن اضطرابات النوم كثيرًا ما تكون مرتبطة بالحالات النفسية، إذ قد يصبح الأرق سببًا ونتيجة في الوقت نفسه للاضطرابات المزاجية.

كيف يرتبط السهر بالزهايمر؟ "بيتا أميلويد" بروتين ينتجه الدماغ بصورة طبيعية، لكن المشكلة تبدأ عندما يفشل الجسم في التخلص منه بكفاءة، فيتراكم بين الخلايا العصبية مكونًا لويحات تُعد من أبرز العلامات المرتبطة بمرض الزهايمر. ويشير الباحثون إلى أن النوم العميق يساعد الدماغ على التخلص من هذا البروتين، بينما يؤدي النوم المتقطع أو السهر المزمن إلى تقليل كفاءة هذه العملية، ما يسمح بتراكم البروتينات الضارة تدريجيًا. وقد أظهرت دراسات أن الحرمان الشديد من النوم حتى ليلية واحدة قد يرفع مستويات "بيتا أميلويد" مؤقتًا داخل الدماغ، لكن الخطر الأكبر يرتبط باضطرابات النوم المستمرة لسنوات، مثل الأرق المزمن أو انقطاع التنفس أثناء النوم.

كما يعتقد العلماء أن النوع المعروف باسم Aβ42 من بروتين "بيتا أميلويد" يُعد الأكثر خطورة؛ لأنه أكثر قابلية للتجمع داخل الدماغ، وقد يساهم في الالتهابات العصبية وتلف الخلايا المسؤولة عن الذاكرة.

ماذا يحدث للقلب أثناء النوم؟ خلال النوم الطبيعي، ينخفض ضغط الدم ومعدل ضربات القلب، ما يمنح القلب والأوعية الدموية فرصة للراحة وإعادة التوازن.

لكن النوم غير الكافي أو المتقطع قد يؤدي إلى ارتفاع مستويات التوتر والالتهاب داخل الجسم، وهو ما يرتبط بزيادة احتمالات الإصابة بارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والسكتات الدماغية.

كما أن انقطاع التنفس أثناء النوم يُعد من اضطرابات النوم الخطيرة التي قد تؤثر مباشرة في صحة القلب ومستويات

من اضطرابات النوم الخطيرة التي قد تؤثر مباشرة في صحة القلب ومستويات

من اضطرابات النوم الخطيرة التي قد تؤثر مباشرة في صحة القلب ومستويات

من اضطرابات النوم الخطيرة التي قد تؤثر مباشرة في صحة القلب ومستويات



4 أطعمة تدمر الجسم ببطء

4 - العصائر المحلاة: تشير الطببة إلى أنها تحتوي على نسب مرتفعة من الفركتوز، ما قد يساهم في الإصابة بالكبد الدهني والنقرس نتيجة غياب الألياف. وتوصي بتخفيفها بالماء بنسبة 1:2، أو مزجها بعصائر الخضروات، على ألا تتجاوز الكمية 100-150 مل ويفضل تناولها بعد الطعام.

وتختتم الطببة بأن هذه الأطعمة لا تسبب أمراضا بشكل فوري، إلا أن الاستهلاك المنتظم طويل الأمد قد يؤدي إلى مشاكل صحية، مؤكدة أن الحفاظ على صحة الجسم لا يعتمد على "إزالة السموم"، بل على جعل هذه الأطعمة استثناء نادرا في النظام الغذائي.

1 - السكر والحلويات: تُعد، بحسبها، "غذاء" للخلايا السرطانية، حيث يؤدي الإفراط في استهلاك السكر إلى ارتفاع مفاجئ في الأنسولين، والتهابات مزمنة، وتراكم الدهون في الكبد.

وتنصح بتقليل استهلاك السكر إلى 25-30 غراما يوميا (بما في ذلك السكر المخفي)، مع تعزيز تناول البروتين مثل البيض والمكسرات والجبن القريش، لأنه يبطئ امتصاص الغلوكوز.

2 - اللحوم المصنعة: تحتوي على النيتريت والملح والمواد الحافظة التي قد تضر بجدار الأمعاء وترفع خطر الإصابة بسرطان القولون.

وتوصي بتناولها بكميات محدودة لا تتجاوز 50 غراما مرة أو مرتين أسبوعيا، مع الإكثار من الألياف مثل الخضراوات الورقية والملفوف والنخالة.

3 - السمن النباتي والمجتمات الصناعية: لاحتوائها على الدهون المتحولة التي تؤثر سلبا في الأوعية الدموية، ما قد يؤدي إلى تصلب الشرايين ومقاومة الأنسولين.

وتُنصح هذه الأطعمة بالاستبدال قدر الإمكان، أو تقليل أضرارها عبر تناول مضادات الأكسدة مثل الشاي الأخضر أو الأفوكادو.



تشير ناتاليا سليونييايفا، أخصائية أمراض الجهاز الهضمي، إلى أن مقولة "لا نعيش نأكل، بل نأكل نعيش" لا تعكس الصورة الكاملة، موضحة أن بعض الأطعمة قد تساهم تدريجيا في إضعاف الصحة.

ووفقا لها، قد نتناول بعض الأطعمة يوميا دون أن ندرك تأثيرها السلبي التدريجي على الصحة، مشيرة إلى خمسة أنواع من الأطعمة وصفتها بأنها تشكل "خطرا مؤجلا".



حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم SHCFICICOMS2026/0003178 تجاري

إلى المدعي عليه : الفبال زهيد عبداً القادر - مجهول محل الإقامة
أولاً : التصريح ببيع الدعوى المثلة وتحديد أقرب جلسة لنظره وإعلان المدعي عليه. ثانياً : الزام المدعي عليه بأن يؤدي للمدعية مبلغ وقدره 23.426.06 درهم إماراتي (ثلاثة وعشرون ألف واربعمائة وستة وعشرون درهم وستة فلس) بالإضافة إلى الفائدة القانونية بواقع 12% من تاريخ رفع الدعوى وحتى تمام السداد. ثالثاً : شمول الحكم بالنفاذ المحل طبقاً من قيد الكتالغ. رابعاً : الزام المدعي عليه بالرسوم والحسوفات ومقابل انقباح المحاماة. أنت مكلف بالحضور بجلسة 29/6/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 9) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 18/6/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم SHCFICICIVS2024/0003707 مدني

إلى المدعي عليه : محمد زياد بنسام مكتش - مجهول محل الإقامة
وإلى المدعي عليه : هشام عبداً أمين زكي عبدالرحمن مشهور - مجهول محل الإقامة
وإلى المدعي عليه : محمد خالد محمد بنسام ناليسي - مجهول محل الإقامة
وإلى المدعي عليه : محمد محي محمد محمد سليمان - مجهول محل الإقامة
إعلان يتجدد الدعوى من الشطب وتجليها من الوفاء
أنت مكلف بالحضور بجلسة 7/7/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 22/6/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم SHCFICICOMS2026/0003173 تجاري

إلى المدعي عليه : اسامه سعيد بشير علي - مجهول محل الإقامة
أولاً : التصريح ببيع الدعوى المثلة وتحديد أقرب جلسة لنظره وإعلان المدعي عليه ثانياً : الزام المدعي عليه بأن يؤدي للمدعية مبلغ وقدره 23.080.82 درهم إماراتي (ثلاثة وعشرون ألف وثمانون درهم واثان وثمانون فلس) بالإضافة إلى الفائدة القانونية بواقع 12% من تاريخ رفع الدعوى وحتى تمام السداد. ثالثاً : شمول الحكم بالنفاذ المحل طبقاً من قيد الكتالغ. رابعاً : الزام المدعي عليه بالرسوم والحسوفات ومقابل انقباح المحاماة. أنت مكلف بالحضور بجلسة 29/6/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 9) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 18/6/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
رقم الرخصة 124761
غرفة تجارة وصناعة عجمان
قسم السجل التجاري

إعلان وحل وتصفية
الاسم التجاري : فيكس في لتقنية المعلومات - ذ م ش و
تعلن للجمع بين الشركة المذكورة أعلاه في : فيكس في لتقنية المعلومات - ذ م ش و - ذ م م (شركة الشخص الواحد) تأسست في إمارة عجمان بموجب قانون الشركات الاتحادي رقم 8 لسنة 1984 وتعد يلائنه مرمحة في دائرة التنمية الاقتصادية وسجلته بالتنمية الاقتصادية تحت رقم 124761 وقرر الشركاء حلها وتصفيها وتعيين السيد

مصفي قانوني للشركة كل من له أي حق أو اعتراض للنقد من المصفي القانوني المذكورة أعلاه خلال مدة 45 يوماً من تاريخ نشر الإعلان وعلى العنوان التالي :
إمارة عجمان ، هاتف 065790528
ص ب

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : ادراج محاسبون قانونيون
العنوان : مكتب رقم 307 ملك على محمد سعيد بوجسيم - القرمود - هافت : فاكس : بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية إيتاجي للعقارات - ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 18/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : إيتاجي للعقارات - ذ م م
العنوان : مكتب رقم F28B ملك بوابة الخليج للاستثمار (ذ م م) برديبي - الخليج التجاري - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 1105637 رقم القيد بالسجل التجاري : 1814278 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 18/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ادراج محاسبون قانونيون العنوان : مكتب رقم 307 ملك على محمد سعيد بوجسيم - القرمود - هافت : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم SHCFICICOMS2026/0003324 تجاري

إلى المدعي عليه : سعيد محمد سعيد محمد الرشيدي - مجهول محل الإقامة
من المدعي : البنك العربي المتحد - المطاليات ، الحكم بالزام المدعي عليه بأن يؤدي للمدعي مبلغ وقدره 828.497.74 درهم إماراتي (ثمانمائة وثمانية وعشرون ألفاً واربعمائة وستة وتسعون درهماً واربعة وسبعون فلس) والفائدة القانونية بواقع 9% سنوياً من تاريخ الاحتياق بالحدود 29/3/2025 وحتى تمام السداد ، من الرسوم والحسوفات ومقابل انقباح المحاماة. أنت مكلف بالحضور بجلسة 29/6/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 1) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 22/6/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم SHCFICICOMS2026/0003324 تجاري

إلى المدعي عليه : سعيد محمد سعيد محمد الرشيدي - مجهول محل الإقامة
من المدعي : البنك العربي المتحد - المطاليات ، الحكم بالزام المدعي عليه بأن يؤدي للمدعي مبلغ وقدره 828.497.74 درهم إماراتي (ثمانمائة وثمانية وعشرون ألفاً واربعمائة وستة وتسعون درهماً واربعة وسبعون فلس) والفائدة القانونية بواقع 9% سنوياً من تاريخ الاحتياق بالحدود 29/3/2025 وحتى تمام السداد ، من الرسوم والحسوفات ومقابل انقباح المحاماة. أنت مكلف بالحضور بجلسة 29/6/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 1) شخصياً أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقاً بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 22/6/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
إعلان بالنشر
دعوة لحضور اجتماع لجنة الخبرة الحسابية عن بعد
في الدعوى رقم 2026/1115 تجاري كلي - دبي
بمقتضى لحن / محمد أحمد كاجور التعمري / سعيد سعيد محمد علي الزعابي لجنة الخبرة الحسابية المثلة من قبل مقام محكمة دبي الوافرة في الدعوى رقم 2026/1115 تجاري كلي - دبي المرفوعة من المدعي / المصفي / كاتيريو للاستشارات الانبارية - ذ م م - ضد / المدعي عليه الأخرى / مؤسسة أنظمة التبرك الهندسية العالمية للتجارة والمدعي عليها الثانية / تيرك جي بي اس اس للتجارة العامة ش.ذ.م.
فيما قد قررا دعوة السداد / مؤسسة أنظمة التبرك الهندسية العالمية للتجارة بمقتضى المدعي عليه الأولى بالدعوى المذكورة للاجتماع مع لجنة الخبراء يوم الإثنين الموافق 29/06/2026 الساعة الثانية (02:00) ظهراً عبر برنامج التواصل ZOOM من خلال الرابط التالي: <https://us04web.zoom.us/j/73890721925?pwd=cPb85aUzawXsJtadpJjWjjudm0Pto.1>
reem.alnuaimidxb@gmail.com
على الاتصال على هاتف رقم 04/2517720 في عبر البريد الإلكتروني reem.alnuaimidxb@gmail.com
مكتب ذلك لتقديم ما لديهم من مستندات أو دقوع أو مذكرات
عن لجنة الخبراء / الخبير الحسابي
ريم محمد أحمد كاجور التعمري

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
إعلان بالنشر
بموعد اجتماع الخبرة الحسابية الأول
المدعي عليه / باسم صبره - المحترم
رقم الدعوى 2026/1119 تجاري جزئي
وبموجب كتاب مدير إدارة شؤون الخبراء المعين بالتصميم التشاركي كخبير في الدعوى المشار إليها المرفوعة من المدعي / سعيد اسماعيل بلال سالم ضد المدعي عليه باسم صبره...
وجه اليك الدعوة للحضور شخصياً أو بواسطة وكيل قانوني لا جتماع الخبرة الحسابية يوم الخميس الموافق 25/6/2026 الساعة 01:30 ظهراً ، وذلك عبر تطبيق "Zoom"
رابط الاجتماع :
Join Zoom Meeting : <https://us06web.zoom.us/j/86488393610?pwd=ZHNuZS8kFkFjbQ9ldjZSofJun8kkl1MeetingID.1.86488393610.Passcode.202436>
وذلك للإجابة على الدعوى وتقديم ما لديهم من مستندات لثريون في تقديمها، وفي حال تخلفك من الحضور أو عدم إرسال وكيل قانوني عنكم أثناء المهلة المحدد فإن الخبراء سيشار إجراءات الخبرة ويقدم تقريره لمكتبكم من واقع المستندات المتاحة.
الخبير الحسابي المصريح
د. عبد الله علي سيف القنادي

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
محكمة الشارقة الابتدائية
الإمارات لتنفيذ الأحكام
الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر
في التصفية رقم 9698 لسنة 2025 تنفيذ الشيكات المرتجعة
إلى المطلوب إعلانة (الملك ضد) / مويين جون ناياتوان - وعنوانه : غير معلوم
لصالح (طالب التنفيذ) / شركة كونكس المحدودة - ذ.م.م - العنوان / إمارة الشارقة منطقة الخان المنجز بنناية أساس التطبيق الرابع مكتب رقم 401 ص.ب ، 72 الشارقة هاتف 06/5560555
0507503304 - بوكالة الضمانين أحمد الرشيد وراشد الرشيد ومنى الواجد. ود أسماء الرشيد
حيث أنه بتاريخ 11/12/2025 قد صدر قرار محكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات العالدة اليكم وجعلها في قوة السند التنفيذي ، وما أن إلخون له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب تنفيذ السند التنفيذي و دفع الرسم المذكور لذلك ، وما أن البليغ ألتقد لأجله عمال الرسوم والحسوفات ، وبلغت 158.745 درهم. لذلك أنت مكلف تنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانكم، وبم حاله تخلفك من ذلك فإن المحكمة ستستخدم بحقكم إجراءات التنفيذ المقررة قانوناً. وذلك للعلم بما جاء فيه وفي فنادا قولته قانوناً.
الإمارات لتنفيذ الأحكام

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
إشعار تصفية
ميسارا جينرال تريدينج ليمتد شركة منطقة حرة ذات مسؤولية محدودة تأسست وفقاً لقانون تسجيل الشركات في منطقة أبوظبي الحرة 2011 رقم التسجيل 832 رقم رخصة : ADFZ-20598 والكتالغ بمكاتب رقم 424A.407A ، 470A ، 423A مئتي رقم 280 الطويلة، أبوظبي ، دولة الإمارات العربية المتحدة، ترغب هذه الشركة المذكورة في إعلان قرارها والذي تم اتخاذه بواسطة مجلس الإدارة في اجتماعه الرابع عقد 22/6/2026 بشأن إغلاق وحل الشركة ميسارا جينرال تريدينج ليمتد.
وفقا لذلك ، يجب على أي طرف معني لديه دعوى ضد الشركة أو لديه اعتراض على الحل تقديم هذا الاعتراض كتابياً ، لا يزيد عن أربعة عشر (14) يوماً من تاريخ نشر هذا الإشعار إلى ما يلي : لعناية سلطة المنطقة الحرة منطقة أبوظبي الحرة - ص ب : 54477
أبوظبي ، الإمارات العربية المتحدة
البريد : adfz@kezad.ae

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : كوفات لمرجعة الحسابات - ذ م م
العنوان : مكتب رقم 802 ملك فخر الدين نادر داهودولا - برج خليفة - هافت : فاكس : بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية كاتيريو فيوجن بايتس اند مور ش - ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 9/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 9/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : كاتيريو فيوجن بايتس اند مور - ش ذ م م
العنوان : محل رقم 3 ملك عبيد سالم عبيد الشامي - النهضة الثانية - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 893052 رقم القيد بالسجل التجاري : 1500019 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 9/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 9/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين كوفات لمرجعة الحسابات - ذ م م العنوان : مكتب رقم 802 ملك فخر الدين نادر داهودولا - برج خليفة - هافت : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : عالية لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ميسكارا لتجارة العطور - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 22/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 22/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ادراج محاسبون قانونيون العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : ميسكارا لتجارة العطور - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 17R-SH-461 ملك مدينة دبي الصناعية ش ذ م م - سيج شعيب 2 - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة الشخص الواحد (ذ م م) رقم الرخصة : 1164250 رقم القيد بالسجل التجاري : 2798088 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 22/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 22/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عالية لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : عالية لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية شركة التجارة والترانزيت تجارة عدد وادوات الورش شركة الشخص الواحد ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 9/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 9/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عالية لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : شركة التجارة والترانزيت تجارة عدد وادوات الورش شركة الشخص الواحد ذ م م - العنوان : مكتب رقم 44-43 ملك بلدية دبي - برديبي - الفهيدبي - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة الشخص الواحد (ذ م م) ، رقم الرخصة : 1341545 رقم القيد بالسجل التجاري : 2278013 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 9/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 9/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عالية لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : ادراج محاسبون قانونيون
العنوان : مكتب رقم 307 ملك على محمد سعيد بوجسيم - القرمود - هافت : فاكس : بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية سائيتاس لخدمات التنظيف ذ م م ش و وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 18/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ادراج محاسبون قانونيون العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : سائيتاس لخدمات التنظيف ذ م م ش و
العنوان : مكتب رقم 12-0493-11 ملك مدينة دبي الصناعية ش ذ م م - سيج شعيب 2 - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 1522722 رقم القيد بالسجل التجاري : 2639613 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 18/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عالية لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : عالية لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ائستشارات تقنية المعلومات شركة الشخص الواحد ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 19/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 19/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : اطلس ايجل لاستشارات تقنية المعلومات شركة الشخص الواحد ذ م م - العنوان : مكتب رقم D3-39 ملك ارتكو مارين للاستثمار - الهريات - ديرة - مئني - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة الشخص الواحد (ذ م م) ، رقم الرخصة : 1199301 رقم القيد بالسجل التجاري : 2007429 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 19/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 19/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عالية لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : عالية لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ائستشارات تقنية المعلومات شركة الشخص الواحد ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 17/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عالية لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

العدد ١٤٧٨٦ بتاريخ ٢٠٢٦/٦/٢٣
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : بلاك روز جاردن تجارة الاستيراد والتصدير ذ م م
العنوان : مكتب رقم 449-205 ملك مدم محمد عبدا الرحمن البحر - الخبيصي - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة الشخص الواحد (ذ م م) ، رقم الرخصة : 1387042 رقم القيد بالسجل التجاري : 2363646 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/6/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 17/6/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عالية لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم A17-102 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القرمود - الهاتف : 04-2873327 - الفاكس 04-2343599 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

منوعات الفيلم

27



فخور بأننا استطعنا صناعة فيلم عربي ينافس السينما العالمية

كريم عبد العزيز: 7DOGS من أصعب التجارب البدنية

قال الفنان المصري كريم عبد العزيز إن فيلم 7DOGS يعد من أصعب التجارب التي خاضها على المستوى البدني، مؤكداً أن تصوير العمل تطلب مجهوداً ضخماً بسبب طبيعة مشاهد الأكلشن وظروف التصوير في السعودية.

وأوضح كريم عبد العزيز، أن الفيلم كان مرهقاً للغاية، قائلاً: "الفيلم كله صعب وأنا تعبت جداً.. صورنا في السعودية خلال رمضان، وصورنا أيضاً في شهر أغسطس، وسط انفجارات ورمال وطوب وضرب نار، وكان هناك مجهود بدني كبير جداً".



وعاد ليؤكد صعوبة التصوير، مشيراً إلى أن العمل جرى تصويره في ظروف شاقة وسط الانفجارات والرمال والطوب وإطلاق النار، وهو ما تسبب في مجهود بدني كبير لفريق العمل بالكامل. كما أشاد بالمخرجين بلال العربي وعادل فلاح، مؤكداً أنهما منحا الممثلين مساحة كبيرة أثناء البروفات لتقديم اقتراحاتهم وإضافاتهم على الشخصيات والمشاهد، موضحاً أن هذه المساحة الحوارية تُعد من أهم الصفات التي يبحث عنها في أي مخرج. وقال إنه يشعر بالفخر لكونه فناناً مصرياً شارك في هذا العمل العالمي، مؤكداً سعادته بالتعاون مع بلال العربي وعادل فلاح، وكذلك مع مونيكا بيلوتشي ومارتن لورانس.

عن الأكلشن الخاص بالفنان أحمد عز، كما يختلف عن الأكلشن الخاص بالممثلات المشاركات في العمل مثل تارا وساندي. وأضاف أنه يقدم في الفيلم شخصية مجرم "غدار"، لذلك جرى تصميم تدريبات الأكلشن الخاصة به بصورة تختلف عن تدريبات شخصية الضابط، موضحاً أنهم خضعوا لتدريبات على القتال بالعصي والسكاكين والأسلحة النارية، إضافة إلى تنفيذ مشاهد أكلشن تحت الماء وفوقه. ووصف كريم عبد العزيز الفيلم بأنه "فيلم تجاري وأكلشن" في الوقت نفسه، مشيراً إلى أن شخصيته، التي تحمل اسم "غالي"، تنتمي إلى خلفية إنسانية معقدة، إذ نشأ داخل أسرة تضم أباً فاسداً، وعاش في الملاهي، وأصبح مجرماً يسرق، لكنه لا يقتل، مؤكداً أن الفيلم يتضمن أيضاً مشاهد تحمل أبعاداً إنسانية.

انتباهه في طريقة عمل النجوم العالميين المشاركين، مؤكداً أن "الاحترافية" كانت العامل الأبرز، سواء في الالتزام بمواعيد التصوير، أو الطعام، أو النوم، أو التحضيرات اليومية، موضحاً أن كل شيء كان منظماً بالدقيقة والساعة، مضيفاً أن هذا النظام هو ما يميز أي عمل يسعى للوصول إلى مستوى عالمي. وكشف أن فريق العمل خضع لتحضيرات طويلة قبل بدء التصوير، قائلاً إن التدريبات استمرت لمدة ثلاثة أشهر كاملة، مشيراً إلى أن فريق الأكلشن في الفيلم هو نفسه الفريق الذي عمل على سلسلة أفلام John Wick وأكد أن مشاهد الحركة في الفيلم لم تُنفذ بشكل عشوائي، وإنما صُممت بما يتناسب مع طبيعة كل شخصية داخل الأحداث، موضحاً أن الأكلشن الخاص بشخصيته يختلف

وأشار إلى أنه يشعر بالفخر لكونه جزءاً من العمل بعد الانتهاء من تصويره، مضيفاً: "أنا فراحان إني جزء من الفيلم، وفخور بأننا استطعنا صناعة فيلم عربي ينافس السينما العالمية". ووصف كريم عبد العزيز الفيلم بأنه "تجربة عالمية"، سواء على مستوى المخرجين أو النجوم المشاركين، لافتاً إلى أن المستشار تركي آل الشيخ رئيس الهيئة العامة للترفيه بالسعودية، نجح في جمع أسماء عالمية داخل العمل، من بينهم مارتن لورانس، وسلمان خان، ومونيكا بيلوتشي، وجيانكارلو إسبوزيتو. وأضاف أن المشاركة في هذه التجربة تمثل فرصة مهمة لأي فنان مصري، لأنها تمنحه الاحتكاك بصناع سينما عالميين وفرصة للعرض العالمي.

وتحدث كريم عبد العزيز عن أكثر ما لفت



محمود حمدان
إخراج
يوسف السيد
إنتاج
إبراهيم السيد
توزيع
إبراهيم السيد
إخراج
يوسف السيد
إنتاج
إبراهيم السيد
توزيع
إبراهيم السيد
إخراج
يوسف السيد
إنتاج
إبراهيم السيد
توزيع
إبراهيم السيد

مي عمر تعود إلى سينما 2026 بعد غياب عامين بـ «شمشون ودليلة»

تضفي أجواءً من المرح والضحك على أحداث الفيلم، حيث تظهر في دور فتاة ناشأت يتيمه الأب، وعاشت ظروفًا حياتية قاسية دفعتها للعمل في ملهى ليلى شهير يرتاده الأثرياء ورجال الأعمال، كما تستغل دليلا جمالها وجاذبيتها للإيقاع بالأثرياء وسرقتهم أثناء وجودهم داخل الملهى، قبل أن تنقلب الأمور عليها بعدما يتمكن أحد ضحاياها من كشفها محمود حمدان، وسيناريو وحوار أمجد الشرفاوي وشادي محسن، وإخراج رؤوف السيد، وإنتاج أحمد السبكي، ومن المقرر طرحه في دور العرض السينمائي المختلفة يوم 8 يوليو المقبل.

فيلم يضع ساعات في يوم ما أما فيلم، يضع ساعات في يوم ما، فهو من تأليف وسيناريو وحوار محمد صادق، وإخراج عثمان أبو لبن، وإنتاج أحمد السبكي، ويشترك في بطولته كل من: هشام ماجد، وهنا الزاهد، ومي عمر، وأحمد السعدني، ومحمد سلام، ومحمد الشرنوبلي، وأسماء جلال، وهدي المقتي، وخالد أنور، ومايان السيد، إلى جانب عدد آخر من الفنانين.

شمشون ودليلة تدور أحداث فيلم شمشون ودليلة في إطار كوميدي يتخلله العديد من مشاهد الأكلشن، التي تطلب تنفيذها قدرًا كبيرًا من الاحترافية من القائمين على العمل، الذين بذلوا مجهودًا كبيرًا فيه، بحسب تصريحات صناع الفيلم. وتعتمد مي عمر في تقديم الشخصية على العديد من الملمحات الكوميدية التي

تعود الفنانة مي عمر مجددًا إلى شاشة السينما خلال موسم صيف 2026، بعد غياب دام عامين، انشغلت خلالهما بتقديم عدد من الأعمال الدرامية، وذلك من خلال فيلم شمشون ودليلة، الذي يشهد أول بطولة سينمائية مشتركة تجمعها بالفنان أحمد العوضي، بعد آخر ظهور لها في فيلم، يضع ساعات في يوم ما، الذي عرض عام 2024.

تعود الفنانة مي عمر مجددًا إلى شاشة السينما خلال موسم صيف 2026، بعد غياب دام عامين، انشغلت خلالهما بتقديم عدد من الأعمال الدرامية، وذلك من خلال فيلم شمشون ودليلة، الذي يشهد أول بطولة سينمائية مشتركة تجمعها بالفنان أحمد العوضي، بعد آخر ظهور لها في فيلم، يضع ساعات في يوم ما، الذي عرض عام 2024.



الفكر

الجوز البرازيلي.. أكثر المكسرات فائدة للغدة الدرقية



أفادت الدكتورة يوليا سميرنوا أخصائية الطب الوقائي خبيرة التغذية إلى أن الجوز البرازيلي أكثر أنواع المكسرات فائدة لصحة الغدة الدرقية. ووفقا لها، لذلك ينبغي على الراغبين في دعم صحة الغدة الدرقية إدراجه في نظامهم الغذائي. وتقول: «تناول حبتين إلى أربع حبات يوميا منه يكفي لتلبية احتياجات الجسم من السيلينيوم، حيث لا يمتص اليود بدون السيلينيوم. كما يحتوي البيض ومنتجات الألبان على اليود والسيلينيوم».

وتؤكد سميرنوا، أن وظيفة الغدة الدرقية السليمة تتطلب أحماض أوميغا 3 الدهنية، الموجودة في الأسماك الدهنية وزيت بذور الكتان والجوز، وفيتامين D3، المتوفر بكثرة في صفار البيض وكبد سمك القد والأسماك الدهنية، والمغنيسيوم، المتوفر بكثرة في بذور اليقطين والسيانخ والحنطة السوداء والكاكاو. وكذلك الكالسيوم، الموجود في بذور السمسم والجبن الصلب والجبن القريش واللوز. وبالإضافة إلى ذلك يعتبر الزنك وفيتامينات E، A، ومجموعة فيتامينات B ضرورية أيضا لصحة الغدة الدرقية.

دراسة تكشف علاقة بين سنة الميلاد وخطر الإصابة بالسكتة الدماغية

اكتشف علماء من جامعة «روتجرز» الحكومية للبحوث في الولايات المتحدة علاقة مذهلة بين سنة ميلاد الشخص واحتمالية إصابته بالسكتة الدماغية.

تحصد السكتة الدماغية سنويا أرواح ما بين 6 و7 ملايين شخص حول العالم، ما يجعلها من أبرز أسباب الوفاة والإعاقة على مستوى العالم. وفي دراسة حديثة، حلل باحثون بيانات أكثر من 225 ألف حالة سكتة دماغية، ليتوصلوا إلى أن الأشخاص المولودين بين عامي 1965 و1974 يواجهون خطر الإصابة بالسكتة الدماغية بمعدل يزيد بنحو الضعف مقارنة بمن ولدوا بين عامي 1945 و1954. كما أظهرت النتائج أن الفئة الأخيرة سجلت أدنى معدلات الإصابة بالنزيف الدماغي. في المقابل، تبين أن أعلى مستويات الخطر سجلت لدى الأشخاص المولودين قبل عام 1945.

وأوضح الأستاذ في جامعة «روتجرز»، جون ب. كوستيس، رئيس الفريق البحثي الذي أجرى الدراسة، في مجلة «Journal of the American Heart Association»، أن هذه النتائج لا تعود إلى عوامل غامضة أو غير مفسرة، بل يمكن تفسيرها من منظور طبي واضح.

وأشار إلى أن أحد الأسباب الرئيسية يتمثل في أن الأدوية الخافضة للدهون، مثل الستاتينات، إضافة إلى العلاجات الحديثة لارتفاع ضغط الدم، لم تصبح متاحة على نطاق واسع إلا بعد منتصف القرن الماضي، ما أثر على مستويات الوقاية والعلاج بين الأجيال المختلفة. وأضاف أن العالم شهد منذ ستينيات القرن العشرين ارتفاعا ملحوظا في معدلات السمنة والسكري، وهما من أبرز عوامل الخطر المرتبطة بأمراض القلب والأوعية الدموية، التي تعد بدورها من أهم مسببات السكتات الدماغية.

كما لفت إلى تزايد ظاهرة العلاج الذاتي وإهمال بعض المرضى لتوصيات الأطباء والأدوية الموصوفة، إلى جانب الاعتماد المتنامي على المعلومات الطبية غير المؤثقة عبر الإنترنت، وهو ما قد ينعكس سلبا على الصحة العامة ويحد من الاستفادة الكاملة من التقدم الطبي.

ووفقا للدراسة، يبدو أن الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 60 و70 عاما استفادوا بشكل أكبر من التطورات الطبية وإجراءات الوقاية الحديثة، في حين تظل المخاطر مرتفعة لدى من تجاوزوا سن 72 عاما بسبب التقدم في العمر، وكذلك لدى الفئات الأصغر سنا التي تتراوح أعمارها بين 40 و55 عاما نتيجة تزايد عوامل الخطر المرتبطة بنمط الحياة.

يذكر أن السكتة الدماغية تحتل المرتبة الثالثة بين أكثر أسباب الوفاة شيوعا عالميا، كما تعد السبب الأول للإعاقة طويلة الأمد. وتشير التقديرات إلى إصابة نحو 12 مليون شخص بها سنويا، فيما يفقد ما بين 6 و7 ملايين شخص حياتهم نتيجة هذا المرض، ما يعني تسجيل حالة إصابة جديدة تقريبا كل دقيقة ونصف على مستوى العالم.



الممثلة الأمريكية أوليفيا مون لدى حضورها حفل عشاء الفئتين السنوي التاسع عشر لمهرجان شانيل تريبيكا في مطعم تريبيكا جريل في نيويورك. «ا ف ب»

قرأت لك

الأفوكادو



تعد فاكهة الأفوكادو من هبات الطبيعة إلى صحتك وجمالك، فهي غنية بالكثير من الفيتامينات إلى جانب مضادات الأكسدة، كما تساعد في الحماية من الإصابة بأمراض القلب

والسرطان، تحارب العطش وهي مفيدة جدا في خسارة الوزن. كذلك تتمتع نواة الأفوكادو بالمواد المضادة للأكسدة، كما أنها تقلل من حصول الالتهابات في الجسم.

ولمن يعانون من مشاكل في المعدة كالاسهال، عليكم بتناول نواة الأفوكادو كونها فعالة في التخلص من هذه المشكلة. كذلك فإنها مفيدة في منع وتقليل القرحة في المعدة والحد من مشاكل الجهاز الهضمي.

وبما أنها تقلل من حدوث الالتهابات في الجسم، فإنها بالتالي تحارب تشكل أو نشوء الأورام في الجسم، وهي قوية أيضا في محاربة الخلايا المتطفرة في الجسم ما يعني المحافظة على نضارة وشباب الجسم.

ولا يخفى على أحد أن أفضل الماسكات المستخدمة لشد وترطيب البشرة ومحاربة آثار الشيخوخة هي تلك المحتوية على الأفوكادو.

لبذور الأفوكادو فعالية كبيرة في تعزيز مناعة الجسم والوقاية من الإصابة بأمراض العظام، ولبن يرغوبون بالاحتفاظ بمعدل الغلوكوز ثابتا في الدم ننصحكم بتناول نواة الأفوكادو.

يتم نزع النواة من داخل حبة الأفوكادو وطحنها ثم وضعها في كيس بلاستيكي وتكسيرها، ليتم بعدها خلطها في الخلاط واستخدامها كبودرة على الاطباق وفي كافة الوجبات.

سؤال وجواب

• في أي محيط يوجد أكبر عدد من الجزر؟

في المحيط الهادي

• ما المصطلح الطبي الذي يعني فقدان الذاكرة؟

أميبيا

• ما هي أكبر ثلاث محيطات في العالم من حيث الاتساع؟

المحيط الهادي - المحيط الأطلسي - المحيط الهندي

• ما الكوكب الذي يقارب الأرض في الحجم والكتلة؟

الزهرة

• ما أكبر جزيرة بين الجزر التي تشكل اليابان؟

جزيرة هونشو

هل تعلم؟

- أندر نوع من الماس هو الماس الأخضر.
- شركة ماستر كارد كانت تسمى سابقا MasterCharge.
- هناك عدد من الطيور لا يستطيع الطيران بتاتا كالنعامة، والرية (نعامة صغيرة) في جنوب أمريكا، والنيو في استراليا وعدد من الطيور الأخرى. جميعها ثقيلة جدا للطيران فليس هناك من طائر عملاق ويستطيع الطيران.
- والنعامة من الطيور العملاقة. فهي تكون بطول مترين عندما تكون مكتملة النمو وأحيانا بارتفاع 2,5 مترا. وتزن من 70 إلى 130 كغ.
- لكن الطيور التي لا تستطيع الطيران في بعض الحالات تعوض عن هذا بسرعتها الهائلة. فالخبراء يؤكدون بأن النعامة أسرع طائر في الجري. وهي كذلك أسرع من الحصان العربي السريع، فقد تصل سرعتها إلى حوالي 60 كلم في الساعة. وتتجاوز ثقلها حوالي 8,5 أمتار.
- هل تعلم أن أكبر حديقة حيوانات وطنية هي حديقة تسافو الوطنية في كينيا بأفريقيا.. وتتألف من سهول جافة مكشوفة مغطاة بالأعشاب الاستوائية. يأتيها الزائرون من كل أنحاء العالم لمشاهدة الحيوانات البرية المختلفة والطيور وغير ذلك. وهناك لا يمكنك التنقل سيراً على الأقدام خوفاً من الحيوانات المفترسة، بل يمكنك التنقل عبر السيارات الخاصة التابعة للحديقة.

قصة الطفل القزم

حكى انه في قديم الزمان كان يعيش رجل طيب القلب هادئ النفس حلو الكلام يحبه كل من يعرفه لكنه كان فقيرا ووحيدا لم يرزق من زوجته بطفل لكنه كان يحبها فيقي عليها.. وفي احد الايام دعت الزوجة ربها ان يرزقها بطفل حتى لو كان قزما او اقل من القزم لكنه طفل، فهل من مجيب؟ حملت الزوجة وانجبت بعدها طفلا صغيرا بحجم الكف اسماء والده كركور، عاش كركور وبقي على هذا المقاس لا يكبر ابدا لكنه كان يمتاز بخاصية عجيبة وغريبة، فبعد ان اتم العشر سنوات امتنع عن الاستحمام الا عند اول ضوء للفجر، وقال لو وضعتوا الماء على جسدي سأكبر جدا ولا يسعني هذا البيت، فضحكت الام وضحك الاب. فقال كركور: حسنا هيا سيروا خلفي وعند نبع النهر وضعت الام على كركور ملة كنفها ماء وفي الحال انتفض كركور وانتفض ليكبر ويكبر ويصبح بحجم الاب والام اضعاف المرات، ثم قال بصوت جهوري الان هذا سري وسركم.. كتم الاب هذا السر حتى جاء وقت طلب فيه الحاكم من اهالي القرية ان يتركوها ويرحلوا لانه سيجعل منها قصرا عظيما وحدائق غناء فسحبا لابنته الاميرة، فغضب الناس وثاروا، لكنه اطلق عليهم كلابه وحراسه. واول من تأذى من ذلك كان والد كركور.. فقد ضربه احد الحراس فامدى رأسه، ففزعت ام كركور وصرخت، ومن بعيد جاء كركور يجري وعرف ماحدث.. فثار وتطالير الشرر من عينيه، واقسم ان يهد قصير الحاكم على رأسه. فوقف الحراس يضحكون ورفسه أحدهم بقدمه والقى به عند النهر، وبالطبع لم تمر الا لحظات حتى كان كركور ينتفض ويكبر واصبحت قدمه وحدها بحجم ثلاثة رجال، فمد يده وجمع حراس الحاكم ومشى إلى القصر وألقاهم ثم مد كفيه واخذ يضرب القصر حتى هده هدا ودكه دكا وجعله مثل فطيرة، واخذ يرفق التراب والحجارة ويلقي بها بعيدا حتى نظف المكان ثم صرخ وقال: الان لا يوجد حاكم فالحاكم بينكم هو الله، عيشوا في سلام واشكروا الله، ومشى كركور واختفى في الظلام، حتى جف الماء وعاد كما كان كركور الصغير.

