

شرطة أبوظبي تشارك  
بمهرجان الحرف والصناعات  
التقليدية بالقطارة



شيري عادل :  
أقدم النثر المبرر دراميا  
كذلك الاكشن



عالجوا التهاب الحلق الشديد  
بمضادات الالتهاب الطبيعية

## هل تساعد الماريغوانا مرضى السرطان؟ العلم يجيب

استخدمت شعوب عدة منذ القدم الماريغوانا كعشب مفيد في علاج عدد من الأمراض، وتمكن العلماء مؤخرا من تحديد مكونات نشطة بيولوجيا لهذه النبتة، أثبتت الأبحاث دورها المهم في علاج أمراض معاصرة، من بينها السرطان.

لكن بسبب عدم قانونية تداول الماريغوانا في جميع دول العالم تقريبا، بقيت هذه النبتة بعيدا عن الأبحاث الطبية وتطبيقاتها العلاجية، قبل أن تدخل في تكوين عدد من الأدوية، لا سيما في الولايات المتحدة.

وهناك أدوية كيميائية تستخدم في علاج مرض السرطان تعتمد على مركبات مأخوذة من الماريغوانا، بعد أن تمت الموافقة عليها في الولايات المتحدة لاستخدامها من قبل مرضى السرطان.

ومن بين هذه الأدوية "الدرونابينول"، وهي كبسولة تحتوي على مادة هيدروكورتونول، وقد تمت الموافقة عليها من قبل إدارة الغذاء والدواء الأمريكية لعلاج الغثيان وفقدان الشهية والوزن الناجم عن العلاج الكيماوي.

كما يستخدم في الولايات المتحدة دواء "تابلين"، وهو عبارة عن ماريغوانا صناعية تعمل على علاج الغثيان والقيء، وهما من الأعراض الجانبية لعلاج الكيماوي.

ويساعد دواء يطلق عليه اسم "نابيكسيمولز"، ويعتمد على مكونات من الماريغوانا، في التخفيف من آلام أمراض أخرى، وهو عبارة عن بخاخ يتم تناوله عبر الفم.

وتتوفر أدوية الماريغوانا حاليا في كندا وأجزاء من أوروبا وتستخدم لعلاج الألم الناجم عن السرطان وتشنجات العضلات المرتبطة بالتصلب.

وتلعب الماريغوانا دورا مشابها لأدوية مسكنات الألم للأشخاص الذين يعانون من آلام السرطان، كما يخفف من الاعتلال العصبي الناتج عن تلف الأعصاب الناجمة عن العلاج الكيماوي.

وأثبتت بعض الدراسات أن الماريغوانا تلعب دورا فعالا في تبطين نمو بعض الأورام السرطانية، وفي بعض الحالات تعمل على وقفها.



## زيادة الإصابة بأمراض المعدة والأمعاء مع قدوم الصيف

لعشر دقائق معرضا للشمس دون مشاكل، لو استخدم واق للحرق ذو عامل وقاية 30، يمكنه مضاعفة هذه المدة ثلاثين مرة، أي أن يمكنه البقاء 300 دقيقة معرضاً لأشعة الشمس دون التعرض لحروق. ومن يستخدم واق ذو عامل وقاية 20 يضاعف المدة عشرين مرة، أي تصبح 200.

وبالرغم من ذلك ينصح الخبراء بتكرار الدهان قبل انقضاء هذه المدة، والسبب الرئيسي لذلك هو أنه في معظم الأوقات تستخدم طبقات رقيقة جدا، أقل من المختيرة، والتي يقاس على أساسها عامل الوقاية، ويجب تكرار الدهان بعد الاستحمام والسباحة في المياه، حتى عند استخدام المستحضرات المعلن عن كونها "قائمة في المياه".

ورغم ذلك ينصح الخبراء بعدم التعرض لفترات طويلة لأشعة الشمس، ويوضح كميات كبيرة من الكريمات لحماية الجلد. أما في حال الإصابة بحروق، فيجب الإسراع باتخاذ "الإسعافات الأولية"، وعلى رأسها شرب الكثير من السوائل، فاحتراق الجلد يسبب المزيد من الحرق، وهو ما يجب تعويضه. أيضاً الاستحمام بمياه فاترة، دون صابون أو مستحضرات كيميائية يساعد في تخفيف ألم الحروق. وحسب ما جاء في موقع إذاعة دي إي الألمانية، فمن العلاجات التقليدية للحروق هو استخدام اللبنه والتي ترطب البشرة.

والغذاء بالبكتيريا وارتفاع درجات الحرارة قد يكون له فوائد في طريقة حفظ وأمن المواد الغذائية. مثال على ذلك هو استخدام طرق حفظ صحيحة للمواد الغذائية في هذه الفترات التي ترتفع فيها درجات الحرارة، حسب ما نقل عنه موقع قناة "أن تي فاو" الألمانية.

وكيف تتجنب حروق الشمس؟ يحذر الخبراء من الاستهانة بحروق الشمس، موضحين أن مخاطر التعرض للشمس لفترات طويلة، قد تصل إلى الإصابة بسرطان الجلد. خبراء يقدمون نصائح لكيفية تجنب هذه المخاطر وكيفية استخدام واقيات وكريمات وما يجب عمله حال حدوث إصابات. يقبل كثيرون على الشواطئ خلال فصل الصيف، أو حتى بالاستلقاء تحت أشعة الشمس في الحدائق. لكن التعرض لأشعة الشمس لفترات طويلة لا يسرع من عملية شيخوخة الجلد فقط، لكنه قد يؤدي في أسوأ الأحوال أيضاً للإصابة بسرطان الجلد. ومن لا يستخدم وسائل الحماية المناسبة للجلد، يعرض جلده لضرر مستمر. لذلك فالحماية الجيدة من أشعة الشمس هي أمر لا غنى عنه، والأمر الحاسم بالنسبة لتأثير الكريمات المختلفة هو عامل الوقاية الشمسي SPF، فهو المؤشر على الفترة الزمنية التي يمكن للشخص أن يبقى خلالها معرضاً للشمس بعد دهن الكريم دون الإصابة بحروق. مثلاً، الشخص ذو البشرة الفاتحة يمكنه البقاء

وقام باحثون من جامعة هانوفر الألمانية بدراسة أعداد بكتيريا "العطيفة" وعصيات "سلمونيلا"، وهما المسببان الأكبر لأمراض الإسهال. وخلال الدراسة قارن البروفيسور غونتر كلاين، مدير مؤسسة كفاءة وأمن المنتجات الغذائية في المعهد العالي للطب البيطري في هانوفر، بيانات اللطص مع بيانات مؤسسة روبرت كوخ وبيانات المعهد العالي للطب البيطري في هانوفر. وركزت الدراسة على أعداد الأمراض في الفترة ما بين عامي 2001 و 2004 في مدينتي ميونخ وبرلين وثلاث مناطق مختارة في ولاية بادن فورتمبيرغ، حيث تم دراسة بيانات 212 أسبوعا. وأظهرت النتائج أن ارتفاع درجات الحرارة يزيد من معدلات الإصابة ببكتيريا "العطيفة" وعصيات "سلمونيلا". وذكر الباحثون أن عدد الإصابات يرتفع غالبا مع بدء موسم الشواء. وقد نشرت نتائج الدراسة في الدورية العلمية "ساينتيفيك ريبورتس"، حسب ما ذكر موقع "آرته ستايتونغ" الألماني.

وتستطيع بكتيريا "العطيفة" أن تعيش أيضا في درجات حرارة منخفضة أو في الثلجة، وهذا ما يزيد من خطورتها، ويمكنها الانتقال والتكاثر عبر منتجات الحيوانات، مثل البيض والحليب واللحم. ونصح المشرفون على الدراسة بحفظ المواد الغذائية في الثلجة، وكذلك حفظ المواد الغذائية بصورة جيدة لمنعها من الإصابة بـ "سلمونيلا".

وذكر البروفيسور كلاين أن "العلاقة بين إصابة المواد

## تقدير للطلاب.. هذا ما تفعله مشروبات الطاقة بالجسم

وبحسب دراسة أجريت في كوريا الجنوبية، فإن 50.6 في المئة من تلاميذ الثانوية العامة الذين تناولوا مشروبات الطاقة، يؤكدون أنهم عانوا من مضاعفات جانبية مثل الأرق واضطراب دقات القلب. وشملت الدراسة التي أجراها الباحث في جامعة كامبونج، أوه يون جونج، 245 طالبا في مرحلة الثانوية العامة، وأكد 79.5 في المئة من المستجوبين أنهم استهلكوا مشروبات الطاقة.

ويحرص بعض الطلبة على تناول مشروبات الطاقة، للتخلص من التعب الناجم عن التركيز في الحصص الدراسية، لاسيما أن النظام الدراسي في البلد الآسيوي يقتضي حضور ساعات طويلة داخل الفصل. وأظهرت النتائج أن الإناث يتأثرن صحيا بشكل أكبر، من جراء تناول مشروبات الطاقة، وفق ما نقلت صحيفة "شوسن إلبو". ويعزو الباحث في جامعة غاشون، سيو هي سان، هذه الاضطرابات الصحية إلى عدم اكتمال نمو الدماغ لدى الأشخاص اليافعين، كما أن الوزن يكون أخف مقارنة بالأشخاص البالغين.

ويوضح الأكاديمي الكوري الجنوبي، أن هذا الأمر يجعل جسم اليافع يتأثر بشكل أكبر، حينما يتلقى مادة الكافيين الموجودة بكثافة في مشروب الطاقة، ثم يصبح أكثر عرضة لأن يدمن عليها. وأضاف الباحث أن هذا المشروب يعمل على إراحة التلميذ، لمدة قصيرة، لكنه سرعان ما يعود إلى إصابته بالإرهاق، وهو ما يعني أن البحث عن الطاقة في "الميووات" الشهيرة ليس حلا. وتحظر بعض الولايات الأمريكية، بيع مشروبات الطاقة لمن تقل أعمارهم عن 18 سنة، لكن المنتج متاح أمام كافة الأعمار في كوريا الجنوبية.

## هل ترفع الضوضاء ضغط الدم؟

اقتُرحت نتائج أبحاث جديدة وجود علاقة بين التعرض المستمر للضوضاء وبين زيادة خطر ارتفاع ضغط الدم. وتعتبر الضوضاء من مخاطر العمل الأكثر انتشارا حول العالم، فهناك 600 مليون شخص حول العالم يتعرضون لمستويات عالية من الضوضاء في بيئة عملهم. وبحسب نتائج الدراسة التي نشرتها مجلة "بلوس وان" الطبية، تؤدي الضوضاء المتوسطة في بيئة العمل إلى زيادة خطر ارتفاع ضغط الدم بنسبة 34 بالمئة، بينما تؤدي الضوضاء الشديدة إلى زيادة هذه المخاطر بنسبة 281 بالمئة، وينطبق ذلك على الجنسين.

وكانت دراسات سابقة قد أثبتت عدم وجود علاقة بين ارتفاع مستوى الضوضاء في بيئة العمل وبين فقدان السمع، لكن تم رصد علاقة بين هذه الضوضاء وبين زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب وسوء الهضم. واعتمدت أبحاث الدراسة الجديدة على البيانات الصحية لأكثر من 21 ألف عامل في مدينة شينغيدو الصينية، وغطت البيانات المعلومات الصحية للمشاركين خلال 40 عاما.

## القرع العسلي.. طبق أساسي على مائدة الشتاء

قال المركز الألماني للتوعية الصحية إن القرع العسلي ينبغي أن يكون طبقاً أساسياً على مائدة الشتاء لفوائده الصحية الجمة، حيث إنه يقي من السرطان ويساعد على التمتع بالرشاقة ويعمل على تحسين المزاج.

وأوضح المركز أن القرع العسلي يعد كنزاً من الفيتامينات والمعادن، حيث إنه يزخر بالكالسيوم والبوتاسيوم والحديد والفسفور والنحاس والزنك وفيتامينات B، كما أنه غني بمادة البيتا كاروتين (فيتامين A)، التي تمتاز بتأثير مضاد للأكسدة، ومن ثم فهي تعمل على تقوية جهاز المناعة وتقي من الإصابة بالسرطان.

ويعد القرع العسلي أيضاً منقح الرشاقة، حيث إنه غني بالألياف الغذائية، التي تساعد على الشعور بالشبع وتعمل على ضبط مستوى السكر بالدم، كما أنه قليل السعرات الحرارية بفضل محتواه المائي العالي.

وبالإضافة إلى ذلك، يشتمل القرع العسلي على الحمض الأميني "تريبتوفان"، الذي يساعد على إفراز هرمون السعادة "سيروتونين"، ما يعمل على تحسين الحالة المزاجية.

## البصل الأحمر أم الأبيض.. أيهما أفضل؟

تتنوع ألوان البصل، فمنه ما هو أحمر أو أصفر أو أبيض أو حتى أخضر، فهل هذا التنوع في الألوان يعكس طبيعة مختلفة في القيمة الغذائية لها؟ تقارن في هذا التقرير بين نوعين شائعين من البصل، هما الأحمر من الداخل والخارج، والأصفر ذو القشرة الذهبية، لكنه من الداخل يكون أبيض اللون، وكذلك البصل الأميركي الأبيض من الداخل والخارج. ويساعد البصل الأحمر في مكافحة الجراثيم والالتهابات، كما تعمل الزيوت فيه على الحد من شدة السعال والشفاء من نزلات البرد.

ويخفف هذا النوع من البصل الحساسية التي تصيب الجسم، لاحتوائه على مادة تساعد في تنبيه عمل الهرمونات المنشطة للحساسية التي يرافقها الحكة وسيلان الأنف. كما يحافظ على صحة القلب والأوعية والشرايين.

ويعمل البصل الأحمر على خفض كمية الكوليسترول في الدم، كما يمنع تجلط الدم وتصلب الشرايين، ويساهم في منع تكون الخلايا السرطانية، ويديم جهاز المناعة. أما البصل الأبيض فيعتبر مطهرا مهما لفم من البكتيريا والجراثيم، كما يعالج مشكلات الجهاز التنفسي، مثل التهابات الرئتين والأنف والحلق وكذلك القصبية الهوائية.

ويعمل البصل الأبيض على التخفيف من شدة أعراض الربو، ويعالج حالات الرشح ويساعد في الشفاء من السعال والتخلص من البلغم الصاحب لها.

ويلعب البصل الأبيض دورا في الخصوبة لدى الرجال، وذلك من خلال العمل على تنشيط الدورة الدموية، فضلا عن أنه يساعد في الحفاظ على خلايا الجسم من التلف. ويحتوي البصل، أي كان لونه، على معادن عدة وفيتامينات مختلفة مهمة لجسم الإنسان، ويعد من الخضراوات ذات السعرات الحرارية المنخفضة.

## فوائد مذهلة لتناول قشر الموز

غالبا ما يتم التخلص من قشر ثمرة الموز، في حين يحتوي على مجموعة من الفيتامينات الإضافية

والمعادن المفيدة. قشر الموز ليس قابلا للأكل فقط، بل هو غني بعدد من العناصر الغذائية الأساسية، بما في ذلك البوتاسيوم والألياف الغذائية والدهون غير المشبعة والأحماض الأمينية الأساسية، وفقا لموقع "هيلث لاين".

ويحتوي قشر الموز على ألياف تنظم عمليات الهضم، وتثبت مستويات السكر في الدم، وتقدم صحة القلب. ويعمل البوتاسيوم على ضبط معدلات ضغط الدم، والحماية ضد هشاشة العظام، ويقلص من خطر الإصابة بحصوات الكلى.

ويحتل الموز المرتبة الرابعة في صفوف المحاصيل الغذائية في العالم، بعد الأرز والقمح والذرة، وهو غذاء أساسي وسلعة تصديرية في الوقت ذاته. وتعد الهند أكبر مصدر للموز في العالم تليها الصين ثم الفلبين.



## النوم العميق يخلص الدماغ من السموم

تشير دراسة جديدة أجريت في جامعة بوسطن الأمريكية، إلى أن المراحل العميقة من النوم قد تمنح الدماغ فرصة للتخلص من المواد السامة المحتملة. وجد الباحثون أنه خلال النوم العميق، يبدو أن نشاط الخلايا العصبية الطبيعية يفسح المجال لسائل العمود الفقري الدماغى لينتقل داخل وخارج المخ بشكل إيقاعي، وهي عملية يُعتقد أنها تساعد على التخلص من نواتج الأيض. وقالت الباحثة لورا لويس، من جامعة بوسطن، إن هذه النفايات والسموم تشمل بيتا أميلويد، وهو بروتين يتجمع بشكل غير طبيعي في أدمغة المسنين بدءا من الخرف. وأكدت على أن الهدف النهائي لأبحاث من هذا القبيل هو فهم سبب ارتباط نوعية النوم الضعيفة بمخاطر أعلى للحالات المزمنة المختلفة، مثل الخرف وأمراض القلب والاكتئاب. وقد اكتشف الباحثون أن السائل النخاعي الدماغى، يساعد على مسح النواتج الثانوية الأيضية من الدماغ، بحيث لا تتراكم هناك. وتتم هذه العملية أثناء النوم العميق.



# منوعات الفكر

22

## إصدارات جديدة لنادي تراث الإمارات بمعرض الشارقة للكتاب

المعرض منذ اليوم الأول للمعرض، ونالت إعجاب المهتمين نظراً لما تحويه من تنوع ثري وبنائها التي تروى على المثة، وترتكز على مختلف ميادين التراث والتاريخ والثقافة العربية بعامة والإماراتية بخاصة، بما يلي حاجات الباحثين والدارسين والمنقذين ومحبي التراث والشعر النبوي، وبما يدعم الثقافة التراثية ويرفدها بالعديد من الإصدارات.

وكتاب الدكتور إبراهيم ملحم "الفلكلور في مجتمع الإمارات"، وذلك بحضور فاطمة مسعود المنصوري مديرة المركز وعدد من المثقفين والمهتمين والزوار من الدين اعتادوا على جديد المركز في مختلف مشاركاته في معارض الكتب وغيرها من الأنشطة والفعاليات الثقافية والتراثية. وكانت إصدارات المركز المروضة في الجناح المشارك قد جذبت مختلف اهتمام زوار

بمثلا، فيما تزداد وتيرة حراك الزائرين للجناح من مختلف الشرائح والأعمار، وبمختلف اهتمامات أصحابها، من باحثين ومنقذين وإعلاميين، على مدى أيام المعرض المستمرة بمركز أكسبو الشارقة حتى التاسع من نوفمبر الجاري. فقد حفل ركن التوقيعات في المعرض مساء أمس الأول الجمعة بتوقيع كل من كتاب الباحث فهد علي العمري "المختار من الأشعار"،

•• أبوظبي - الفجر

شهد جناح نادي تراث الإمارات المشارك في فعاليات الدورة الـ 38 من معرض الشارقة الدولي للكتاب نشاطاً نوعياً خلال الأيام المتبقية من المعرض، إذ تم توقيع الإصدارات الجديدة التي اعتاد مركز زايد للدراسات والبحوث التابع للنادي لإجراء دورات المعرض



## رعاية أحداث شرطة أبوظبي توعي بسرطان الثدي

•• أبوظبي - الفجر

نظمت إدارة رعاية الأحداث بمديرية المؤسسات العقابية والإصلاحية بقطاع أمن المجتمع في شرطة أبوظبي ورشة عمل بعنوان "التوعية بمخاطر سرطان الثدي".

وأكد العقيد الدكتور، على سعيد مصبح المنصوري مدير إدارة رعاية الأحداث أهمية الاهتمام وتقديم الدعم اللازم من خلال تعزيز ثقافة التوعية بخطورة المرض والتحفيز على الكشف المبكر وعلاجه لافتاً إلى أن شرطة أبوظبي تضع ضمن أولوياتها توفير الرعاية والوقاية للموظفات من خلال نشر التوعية السليمة حول مخاطر هذا المرض. وقدم قسم التأهيل والإصلاح في الإدارة بالتنسيق مع مدينة الشيخ خليفة الطبية ورشة توعية لكافة النزليات من حاضنات وقاصرات وموظفات الإدارة للتوعية من سرطان الثدي وطرق الوقاية وكيفية اكتشافه المبكر.



مشيدة برؤية الأمل والإنسانية والمستقبل محمد بن راشد

## الجمعية الخليجية للإعاقة تشارك في أكسبو أصحاب الهمم بدبي

•• دبي - الفجر

أعلن المكتب التنفيذي للجمعية الخليجية للإعاقة عن مشاركته والأمانة العامة للجمعية في الدورة الثالثة من "أكسبو أصحاب الهمم الدولي" الذي ينظم تحت رعاية سمو الشيخ أحمد بن سعيد آل مكتوم رئيس هيئة دبي للطيران الرئيس الأعلى لمجموعة طيران الإمارات في الفترة من 5 إلى 7 نوفمبر المقبل في مركز دبي الدولي للمؤتمرات والمعارض.

وتعد الجمعية شريكاً داعماً للمعرض الأكبر من نوعه في منطقة الشرق الأوسط وإفريقيا من حيث المساحة وعدد المشاركين ويمثل منصة عالمية يتم من خلالها تقديم باقة متكاملة من الحلول الذكية التي تسهل حياة أصحاب الهمم وتسهم في دعمهم في المجتمع. وحول مشاركة الجمعية في "أكسبو أصحاب الهمم الدولي"، قال المهندس صلاح عبدالله الموسى رئيس مجلس إدارة الجمعية الخليجية للإعاقة ومقرها الرئيسي في البحرين: "في إطار المسؤولية المجتمعية للهيئة نلتزم بتلبية احتياجات جميع فئات المجتمع لا سيما أصحاب الهمم انسجاماً مع السياسات الخليجية الوطنية لتمكين أصحاب الهمم التي أطلقتها قيادة المنطقة بهدف إيجاد مجتمع دامج خال من الحواجز يضمن التمكين والحياة الكريمة لأصحاب الهمم وأسره. وتأتي مشاركة الجمعية لأكسبو أصحاب الهمم الدولي ضمن جهودها في دمج وتمكين أصحاب الهمم وإتاحة الفرصة لإطلاق طاقاتهم وثبات قدراتهم فضلاً عن إيجاد مسارات عمل جديدة تسهل إخراجهم بصورة إيجابية في محيطهم الاجتماعي كأفراد قادرين على الإنتاج والإبداع. وأكد رئيس الجمعية الخليجية للإعاقة أن المعرض يعب دوراً فاعلاً في تحقيق رؤية حكومتنا الرشيدة، جعل الإمارات دولة صديقة لأصحاب الهمم، وتحقيق رؤية سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي لإمارة دبي، جعل دبي مدينة صديقة لهذه الشريحة العزيزة من مجتمعنا مع حلول العام 2020.

مشيراً إلى أن المعرض يهدف إلى جعل الإمارات ودبي، أكبر مركز لتزويد التكنولوجيا والعداات والحلول الذكية الخاصة بأصحاب الهمم، إلى أسواق المنطقة واستقطاب المصنعين الدوليين لفتح مكاتب ومراكز تمثيلية لهم في الدولة، وإن الحدث سيساهم بقوة في تمهيد الطريق أمام تعاون أكبر بين مختلف الجهات الحكومية والخاصة ومراكز أصحاب الهمم في الإمارات ودول العالم، من أجل توفير أفضل الخدمات والخيارات والحلول الذكية، لهذه الشريحة العزيزة من مجتمعنا الكبير. ويوفر المعرض الذي يعد الأول والأكبر من نوعه في الشرق الأوسط وشبه القارة الهندية وإفريقيا، منصة متخصصة لعرض الخدمات والخطط المستقبلية للهيئات والمؤسسات الحكومية في الإمارات لتمكين أصحاب الهمم، البالغ عددهم نحو مليار نسمة حول العالم حسب تقرير منظمة الصحة العالمية بينهم 50 مليوناً يعيشون في منطقة الشرق الأوسط. ويتوافق المعرض مع رؤية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، التي تهدف إلى بناء الأمل، وبناء الحياة، وبناء المستقبل، وجعل الناس جميعاً مشاركين سعداء، فيما يستند توجيهه من الهدف الذي وضعه سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي، الرامي إلى جعل دبي أفضل مدينة في العالم لأصحاب الهمم.

وسوف يجلب هذا المعرض أحدث ما توصل إليه العالم على صعيد الروبوتات والمنتجات التكنولوجية المساعدة، التي يمكن أن تقود الأشخاص من أصحاب الهمم لحياة أفضل وأكثر استقلالية. كما سيحلب المعرض خبراء دوليين في حقل الإعاقة لاستضافة جلسات تفاعلية تتناول حقوق أصحاب الهمم وتعالج قضاياهم وتمكينهم في لعب دورهم في بناء مجتمعاتهم وتشكيل حياتهم الخاصة وفق أفضل الظروف المعيشية.

## شرطة أبوظبي تشارك بمهرجان الحرف والصناعات التقليدية بالقطارة



وشاركت إدارة مكافحة المخدرات بالعين من خلال حافلة بادر بجهود التوعية لزوار المهرجان حول أضرار ومخاطر الإدمان وأهمية حماية أبنائهم من أفة المخدرات وتوزيع كتيبات توعية عليهم. وقامت إدارة الدفاع المدني في العين بدور فعال في تأمين المهرجان تفادياً لحالات الطوارئ أو حوادث حريق كما قام رجال الدفاع المدني بتوعية الجمهور حول تركيب أجهزة إنذار حرائق في منازلهم. وكثفت الشرطة السياحية جهودها في تعريف الزوار من مقيمين وسياح حول خدمات شرطة أبوظبي وأهم القوانين في دولة الإمارات وعرضت المؤسسة الإصلاحية والعقابية في جناحها في المعرض منتجات النزلاء وإبداعاتهم.

•• العين - الفجر

تشارك شرطة أبوظبي في فعاليات مهرجان الحرف والصناعات التقليدية في النسخة السادسة والذي تنظمه دائرة السياحة والثقافة أبوظبي في منطقة العين وذلك في سوق القطارة. وعملت شرطة أبوظبي على تأمين سلامة زوار المهرجان وانسيابية الحركة المرورية من خلال تواجد الدوريات الأمنية والمرورية من إدارة المرور والدوريات بالعين التي أسهمت بشكل كبير في تنظيم حركة السير والمرور وتقديم التوعية للزوار حول أهمية التقيد بالتعليمات والأنظمة المرورية.

## جمارك أبوظبي تعقد دورة اتفاقيات التجارة الحرة وقواعد المنشأ



دول مجلس التعاون الخليجي ودول رابطة الاقفا ( سوسرا ، آيسلندا ، النرويج ، وليختنشتاين ) . وفي ختام الدورة تم تخريج المشاركين وتوزيع شهادات التقدير عليهم ، والذين أشادوا من جانبهم بالدورة المتميزة ، مؤكداً الاستفادة الكبيرة منها في حياتهم الشخصية والعملية مستقبلاً ، ومشيرين إلى دور الإدارة العامة لجمارك أبوظبي في دعم شركائها في كافة المجالات

لاقتصاد دولة الإمارات العربية المتحدة ، ودورها في تشجيع الصادرات الوطنية ، وتوضيح أوجه التشابه والاختلاف بين شهادات المنشأ التفضيلية وغير التفضيلية ، بالإضافة إلى تسليط الضوء على أهم اتفاقيات التجارة الحرة مثل اتفاقيات التجارة الحرة الخليجية والعربية ، واتفاقيات التجارة الحرة بين دول مجلسالتعاون الخليجي وسنغافورة ، وكذلك اتفاقيات التجارة الحرة بين

شركائها الاستراتيجيين وقد استمرت الدورة بمقر معهد جمارك أبوظبي لمدة 3 أيام ، وحضرها نحو 10 موظفين من شركات القطاع الخاص ، وقدمها المحاضر يوسف غريبات من قسم الاتفاقيات الدولية والملكية الفكرية ، حيث تناول خلالها بالشرح والتدريب . عدة محاور حول الاتفاقيات الدولية وقواعد المنشأ ، تمثلت في أهمية اتفاقيات التجارة الحرة بالنسبة

•• أبوظبي - الفجر

نظمت الإدارة العامة لجمارك أبوظبي دورة تدريبية متميزة تحت عنوان " الاتفاقيات الدولية للتجارة الحرة وقواعد المنشأ " ، وذلك لموظفي شركاء الجمارك من القطاع الخاص وشركات التخليص ، وذلك ضمن استراتيجيات الإدارة العامة للجمارك في توفير كافة عوامل الدعم والتعاون المشترك مع

## ورشة تعريفية لنظام مكتب شؤون حقوق الإنسان بشرطة أبوظبي

•• أبوظبي - الفجر

وقدمت النقيب جميعة البماحي مدير مكتب شؤون حقوق الإنسان شرحاً وافياً حول آلية تغذية النظام بالمعلومات المطلوبة للسنوات المقبلة بناء على خطة العمل للتقارير الدورية في مجال حقوق الإنسان بوزارة الداخلية. وقامت بالرد على استفسارات الحضور و أثنى على جهودهم وتعاونهم في تحقيق أهداف شرطة أبوظبي ورؤيتها في مجال حقوق الإنسان وتفيذ بنود الاتفاقيات والبروتوكولات والمواثيق الدولية لحقوق الإنسان .

نفذت شرطة أبوظبي ورشة عمل تعريفية عن النظام الإلكتروني لمكتب حقوق الإنسان بقطاع شؤون القيادة. وحضر الورشة العميد عبدالوهاب الحوسني المشرف على مكتب شؤون حقوق الإنسان وشكر المسئفين من جميع الوحدات التنظيمية المعنية بحقوق الإنسان على تعاونهم واهتمامهم في إبراز نتائج القطاعات في مجال حقوق الإنسان.



# منوعات العقل

23



**التهاب الحلق شائع جداً في هذه الفترة من العام. والالتهاب عموماً هو عملية دفاعية طبيعية ضد أي اعتداء. ويتميز الالتهاب بالخصائص الثلاثة التالية: الإحمرار والألم والحرارة. ولكن في حالات معينة يحدث الالتهاب ولكن يكون مستتراً ويضعف الجسم، ويصبح عرضة إلى العديد من الأمراض. والسبب؛ اما الإجهاد والتوتر، أو تناول الوجبات السريعة الخالية من الفوائد الغذائية، والتلوث، وغيرها من الأسباب الأخرى.**

6 أطعمة يجب عدم إهمالها

## عالجوا التهاب الحلق الشديد بمضادات الالتهاب الطبيعية



عرضة للإصابة بأمراض السرطان. وتأتي فوائد الكركم من المكون الرئيسي له وهو الكركمين، من المركبات الصبغية التي تعد من مضادات الأكسدة ومضادات الالتهابات، والكمية التي يُصح بتناولها من أجل الاستفادة من فوائد الكركم، هي نصف ملعقة صغيرة في اليوم مخففة في زيت أو حليب الكاكو. نصيحة اختصاصي التغذية: إذا تم أخذه بمفرده، فإن الكركمين الموجود في الكركم سيء الاستيعاب من قبل الجسم. ولكي تعزز امتصاصه يجب استهلاكه مع البيبرين الموجود في الفلفل الأسود أو الجنجروال الموجود في الزنجبيل. وهذا الأخير - الجنجروال أفضل إذا كانت الأمعاء ضعيفة.

**التوفو:** يساعد على الهضم ونباتي التوفو لا يحتوي مباشرة على مركبات مضادة للالتهابات، ولكنه مثير للاهتمام من أجل تقليل استهلاك اللحوم، والتي هي تسبب الحموضة وتعزز الالتهابات. نحن نعرف اليوم أنه يجب زيادة الجزء النباتي من البروتينات لتبقى بصحة جيدة، والتوفو مناسب لهذا الغرض؛ فهو غني بالبروتينات من النوعية الجيدة وقليل الدهون وسهل الهضم، وهو كذلك مصدر مهم للمعادن.

نصيحة اختصاصي التغذية: من أجل الاستغناء عن اللحوم، يمكن تبديلها بالتوفو الأكثر إثارة للاهتمام من شرائح اللحم النباتية المصنعة بدرجة كبيرة. كما أن البقوليات الجافة والحبوب الكاملة بديل رائع كذلك عن اللحوم من أجل الحصول على البروتينات النباتية.

**البلوبيري - التوت الأزرق - مركز بالفوائد:** هذه الحبات الصغيرة من التوت الأزرق غنية جداً بمركب الأنثوسيانين، وهو مركب صبغي يعطي التوت لونه الجميل الأزرق الداكن، وهو بمضادات الأكسدة ومضادات الالتهابات. كما يحتوي كذلك على الفلافونويدات التي تحسن دورة الأوردة وتعزز أكسجة الخلايا. وأيضاً يجب ألا ننسى محتواه من الفيتامين "سي" المحفز والمضاد للأكسدة أيضاً.

نصيحة اختصاصي التغذية: يجب الاستفادة من هذا الفصل لاستهلاك التوت الأزرق - البلوبيري - والفاكهة الأخرى حمراء اللون مثل الكرز والتوت الأسود وغيرها من فاكهة الصيف المثيرة للاهتمام؛ يمكن إضافتها إلى السلطة وإلى اللبن الرائب وإلى السمودي... أما بقية العام فيمكن اختيار الأنواع المجمدة والتي تحافظ على فوائدها هذه جيداً.

العظام، فسوف يكون ذلك مصدراً رائعاً للكالسيوم. بالإضافة إلى ذلك يحتوي السردين على الفيتامين "دي" الذي يعزز امتصاص الكالسيوم، وعند شراء السردين يفضل النوع الملب مع زيت الزيتون، وليس مع دوار الشمس (والذي يحتوي على الأوميغا 6 المؤيدة للالتهابات). نصيحة اختصاصي التغذية: أصبح بأكل السمك الدهني من مرة إلى مرتين أسبوعياً، ويفضل السمك الصغير (مثل السردين والرنجة والأنشوجة) فهي أقل تلوّناً من السمك الكبير.

**الشاي الأخضر: مضاد أكسدة فائق القوة** هذا الشاي غير المخمر غني بمضادات الأكسدة والكاثينينات الشهيرة (مركب EGCG، وهو

المركب الرئيسي في الشاي الأخضر) والذي هو موضوع عدد لا يحصى من الدراسات العلمية. والشاي الأخضر حليف للسيطرة على الوزن، لأنه يحارب الجذور الحرة ويحمي الخلايا من الالتهابات، ويفضل اختيار الشاي الأخضر العضوي لتجنب بقايا المبيدات الحشرية. ويشتهر الشاي الأخضر الياباني بأنه أكثر غنى بمضادات الأكسدة.

للاستفادة الكاملة من فوائد الشاي الأخضر، أنصح بشرب ثلاثة أكواب يومياً. ولكن يفضل شربها خارج أوقات الوجبات، لأن الشاي الأخضر يقلل امتصاص الحديد، وقليل 16 ساعة بالنسبة للأشخاص الحساسين للكافيين.

**الكركم: التوابل السحرية** هذه التوابل الهندية هي موضع العديد من الأبحاث منذ أن عرفنا أن الهندوس الذين يستهلكونها كل يوم، أقل

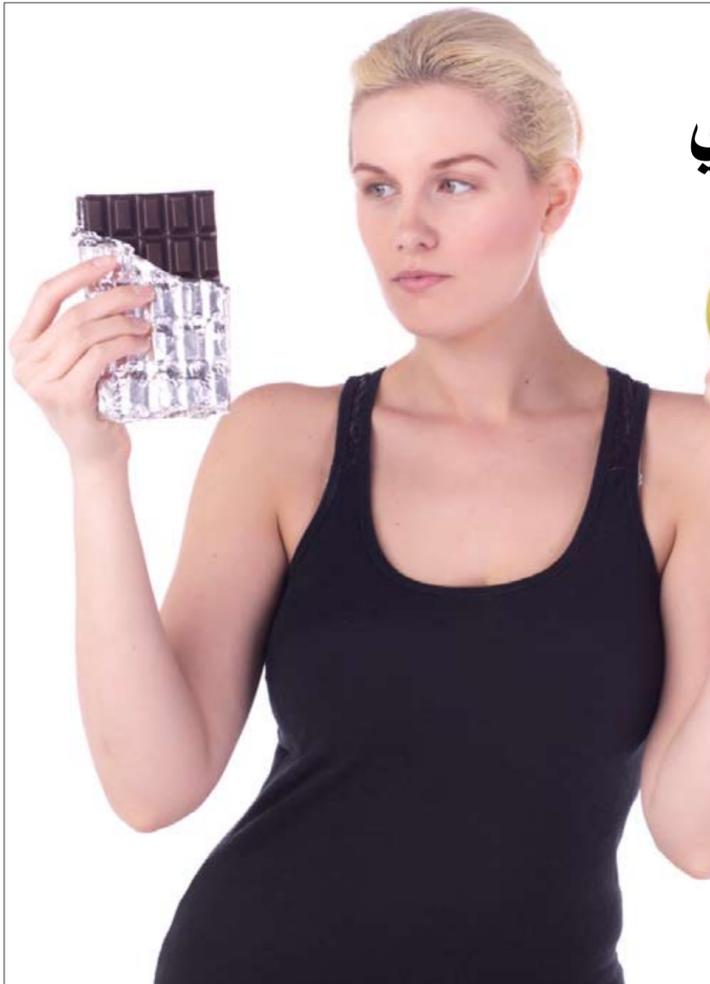
في ما يلي 6 أطعمة يجب عدم إهمالها لـ علاج التهاب الحلق الشديد والالتهابات الأخرى في الجسم؛ يحتوي هذا الزيت على الأوميغا 3 مع كمية من الأوميغا 6. ويحتوي كذلك على كمية جيدة من الفيتامين "إي" E ومضادات الأكسدة. وملقحة واحدة كبيرة تعطينا حوالي نصف حاجة الجسم من الأوميغا 3، وثلاث حاجتنا من الفيتامين "إي" E. كما يتميز بأنه شائع وبسعر معقول. نصيحة اختصاصي التغذية: أنصح بتناول من ملعقة إلى ملعقتين كبيرتين من زيت السلمج مع كل وجبة، والمزيج المثالي هو: زيت غني بالأوميغا 3 (إما زيت السلمج أو الكتان أو المكسرات) مع التوابل وملقحة من زيت الزيتون عند الطهو.

**السردين، ملك الأوميغا 3** السردين غني بالأوميغا 3 (وخصوصاً نوعي الأوميغا 3 EPA وDHA)، وبالأمحماض الدهنية النادرة ذات الخصائص المضادة للالتهابات، ويكفي تناول سكتين من السردين لتغطي حاجتنا اليومية من الأوميغا 3. وإذا تم أكل السردين مع



على عكس ما توصل إليه تقرير سابق

## تناول الشوكولاتة الداكنة لن يؤدي لتحسن البصر!



عليها ضومر العضلات. وأشار الباحثون إلى أن مركبات الفلافونويد الموجودة في الشوكولاتة الداكنة تساهم أيضاً في توسيع الشرايين على ما يبدو.

**الفلافانول** وللتأكد من ذلك أجرى شيدليتز وزملاؤه دراسة على 22 متطوعاً من الأصحاء أعمارهم بين 20 و62 عاماً لا يعانون من أي مشكلات في البصر. وتم الاختيار من بينهم على نحو عشوائي لتناول نحو 20 غراماً من الشوكولاتة الداكنة تحتوي على 400 ملليغرام من الفلافانول، وهو من مشتقات الفلافونويد أو 7.5 غرامات من الشوكولاتة بالحليب فيها نحو خمسة ملليغرامات من الفلافانول.

وفحص الأطباء عيون المتطوعين قبل تناول الشوكولاتة وبعدما بساعتين، وكان فريق البحث يركز على مؤشرات على أن الشوكولاتة تسببت في توسيع

المنشور في دورية الجمعية الطبية الأميركية لطب العيون "نظراً لأن هذه الدراسة الصغيرة لا تستبعد احتمال وجود فوائد فإن هناك حاجة لمزيد من الدراسات على نطاق أكبر لإثبات أو نفي الفوائد في الأمد الطويل بصورة مؤكدة". وسبب الاعتقاد أن الشوكولاتة الداكنة قد تحسن الرؤية هو أنها غنية بمركبات الفلافونويد وهي من مضادات الأكسدة. وكشفت الدراسات أن تناول المواد الغنية بمضادات الأكسدة قد يقلل احتمالات التعرض لمشاكل البصر المتعلقة بالسن التي يطلق



في نياً غير سار لعشاق الشوكولاتة، كشف باحثون أن تناول الشوكولاتة الداكنة لن يؤدي لتحسن البصر، وذلك على عكس ما توصل إليه تقرير سابق. وكان التقرير السابق يشير إلى أن عناصر معينة في البصر تحسنت في غضون ساعتين من تناول الشوكولاتة، لكن الدراسة الجديدة لا تكشف عن أي تغييرات في الرؤية أو تدفق الدم إلى العين بعد تناول نحو 200 غرام من الشوكولاتة الداكنة.

وأجريت الدراسات على مجموعة صغيرة من المتطوعين. وقال الدكتور جيوكوب شيدليتز من جامعة لودفيج-ماكسيميليانز في ميونيخ والذي قاد فريق البحث إنه في ظل التوصل لنتيجتين متضادتين بعد إجراء تجربة صغيرة الصنف النطاق "فإن هناك حاجة لمزيد من البحث". وكتب شيدليتز في التقرير

**دائرة التنمية الاقتصادية**  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ايكي للاعمال الحديدية والمعدنية رخصة رقم: CN 1100300  
قد تقدموا الينا بطلب تعديل الشركاء تنازل وبيع  
اضافة سلطان بن سيف بن علي العمري ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
حذف عبدالعزيز عبدالله سليمان سيف الخبيبي  
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة قطاع الشؤون التجارية (أبوظبي)

**دائرة التنمية الاقتصادية**  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/بلو نيل للاعمال الكهربائية رخصة رقم: CN 2147211 قد تقدموا الينا بطلب تعديل وكيل خدمات/اضافة سرحان قائد سيف الحمودي  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
اضافة صبري مصطفى حسن محمد ١٠٠٪  
تعديل الشركاء تنازل وبيع  
حذف سرحان قائد سيف الحمودي  
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة قطاع الشؤون التجارية (العين)

**دائرة التنمية الاقتصادية**  
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/فونكس لتجارة السكراب رخصة رقم: CN 2534967 قد تقدموا الينا بطلب تعديل الشركاء تنازل وبيع  
اضافة جاويد احمد بيتا في صحبت علي خان ١٠٠٪  
تعديل وكيل خدمات/اضافة ثامر عاضه سفر محمد البقمي تعديل الشركاء تنازل وبيع  
حذف ثامر عاضه سفر محمد البقمي  
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اربعة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة قطاع الشؤون التجارية (ع)

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
وزارة الاقتصاد  
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٣ نوفمبر ٢٠١٩ العدد ١٢٧٧٢

يعلن قسم العلامات التجارية عن تقديم الوكيل / المالك بوتيفا هوسبيتاليتي شركة وصف شركة أبوفوس الشرق الأوسط ذ.م.ج بطلب لتسجيل العلامة التجارية:  
المودعة تحت رقم: ٣١٥٨٨ بتاريخ: ٢٠١٩/٧/٢١  
تاريخ ايداع الأولوية: / ٢٠٢٠  
باسم: أبوفوس الشرق الأوسط ذ.م.ج.  
وعنوانه: ص.ب ٢٤٠٩، عجمان، الإمارات العربية المتحدة.  
وذلك لتمييز البضائع / الخدمات / المنتجات،  
كيميائيات صناعية في الفئة ٠١  
الواقعة بالفئة: ٠١  
وصف العلامة: عبارة عن الكلمات اللاتينية Rainbow Middle East كتبت في سطرين بشكل مميز باللون الأسود حيث كتب الحرف O على شكل دائرة صغيرة باللون البنفسجي ويتخلل الكلمة Rainbow رسومات دوائر صغيرة بعدة ألوان ويفصلها خط ابيض في وسطها كما هو موضح بالشكل المرفق.  
الاشتراطات:  
فعلى من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لنقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل للنشر المشراري، وذلك خلال ٣٠ يوماً من هذا الاعلان  
إدارة العلامات التجارية

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
وزارة الاقتصاد  
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٣ نوفمبر ٢٠١٩ العدد ١٢٧٧٢

يعلن قسم العلامات التجارية عن تقديم الوكيل / المالك بوتيفا هوسبيتاليتي شركة وصف شركة التهاويل للتجارة العامة والتوكيلات التجارية المحدودة. بطلب لتسجيل العلامة التجارية:  
المودعة تحت رقم: ٣١٧٧١ بتاريخ: ٢٠١٩/٩/٢٣  
تاريخ ايداع الأولوية: / ٢٠٢٠  
باسم: شركة التهاويل للتجارة العامة والتوكيلات التجارية المحدودة.  
وعنوانه: بغداد، جمهورية العراق.  
وذلك لتمييز البضائع / الخدمات / المنتجات،  
التبغ وأوات المخبز، سجائر.  
الواقعة بالفئة: ٢٤  
وصف العلامة: عبارة عن شكل مميز لعبة مستطيلة ثلاثية الأبعاد باللونين الأبيض والأخضر وبها من الأعلى شريط مزخرف باللون البني الفاتح حيث كتبت على الوجه الأمامي للعبة كلمة "الباهرة" وأسفله منطوقها اللغوي باللاتينية كلمة "AL BAKHARA" بشكل مميز باللون البني الفاتح وأسفله رسم مجموعة من الفواكه المشككة وذلك باللون الأزرق وكتب أيضاً داخل الشريط المزخرف كلمة "الباهرة" وبليها من اليسار منطوقها اللغوي باللاتينية كلمة "ALBAKHARA" بحجم صغير باللون البني كما هو موضح بالشكل المرفق.  
الاشتراطات:  
فعلى من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لنقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل للنشر المشراري، وذلك خلال ٣٠ يوماً من هذا الاعلان  
إدارة العلامات التجارية

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
وزارة الاقتصاد  
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٣ نوفمبر ٢٠١٩ العدد ١٢٧٧٢

يعلن قسم العلامات التجارية عن تقديم الوكيل / المالك بوتيفا هوسبيتاليتي شركة وصف شركة حمد سالتن شوكت علي. بطلب لتسجيل العلامة التجارية:  
المودعة تحت رقم: ٣١٧٧١ بتاريخ: ٢٠١٩/٨/٢٤  
تاريخ ايداع الأولوية: / ٢٠٢٠  
باسم: سالتن شوكت علي.  
وعنوانه: ص.ب ٥٠٨٢٥، دبي، الإمارات العربية المتحدة.  
وذلك لتمييز البضائع / الخدمات / المنتجات،  
خدمات الطعام والشراب، خدمات توفير الأطعمة والمشروبات، خدمات الكافتريات والطعام في الفئة ٤٣  
الواقعة بالفئة: ٤٣  
وصف العلامة: عبارة عن الكلمات اللاتينية Copper Kettle Restaurant كتبت في ثلاثة أسطر بشكل مميز باللونين البني والذهبي وبليها من اليمين رسم كأس باللون الذهبي ويخرج منه بخار باللون الرمادي كما هو موضح بالشكل المرفق.  
الاشتراطات:  
فعلى من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لنقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل للنشر المشراري، وذلك خلال ٣٠ يوماً من هذا الاعلان  
إدارة العلامات التجارية

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
وزارة الاقتصاد  
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٣ نوفمبر ٢٠١٩ العدد ١٢٧٧٢

يعلن قسم العلامات التجارية عن تقديم الوكيل / المالك بوتيفا هوسبيتاليتي شركة وصف شركة أبوفوس الشرق الأوسط ذ.م.ج بطلب لتسجيل العلامة التجارية:  
المودعة تحت رقم: ٣١٤٧١ بتاريخ: ٢٠١٩/٧/٢٣  
تاريخ ايداع الأولوية: / ٢٠٢٠  
باسم: أبوفوس الشرق الأوسط ذ.م.ج.  
وعنوانه: ص.ب ٢٤٠٩، عجمان، الإمارات العربية المتحدة.  
وذلك لتمييز البضائع / الخدمات / المنتجات،  
أصباغ، صبغات، ملاونات (مانات) في الفئة ٢  
الواقعة بالفئة: ٢  
وصف العلامة: عبارة عن الكلمة اللاتينية WHITE وبليها من اليسار رسم هندسي مميز لثلاث فترات الدمن كتبت بشكل مميز باللون الأبيض على خلفية مستطيلة الشكل باللون الأخضر كما هو موضح بالشكل المرفق.  
الاشتراطات:  
فعلى من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لنقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل للنشر المشراري، وذلك خلال ٣٠ يوماً من هذا الاعلان  
إدارة العلامات التجارية

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
وزارة الاقتصاد  
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٣ نوفمبر ٢٠١٩ العدد ١٢٧٧٢

### نموذج إعلان النشر

تعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك: كريك لوكتيرز  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية: schmierol  
المودعة بالرقم: 314575 بتاريخ: 2019/07/28  
بيانات الأولوية:  
باسم: كريك لوكتيرز  
الموطن: المنطقة الحرة في الحمرة  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالفئة: 4  
زيوت التشحيم  
صورة العلامة:  
وصف العلامة: Schmierol  
الاشتراطات:  
فعلى من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لنقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30 يوماً من تاريخ إصدار هذا الاعلان

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
وزارة الاقتصاد  
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٣ نوفمبر ٢٠١٩ العدد ١٢٧٧٢

### نموذج إعلان النشر

تعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك: كريك لوكتيرز  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية: SCUDO  
المودعة بالرقم: 314994 بتاريخ: 2019/08/04  
بيانات الأولوية:  
باسم: كريك لوكتيرز  
الموطن: المنطقة الحرة في الحمرة  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالفئة: 4  
زيوت التشحيم  
وصف العلامة: كلمة SCUDO بلغة الإيطالية  
الاشتراطات:  
فعلى من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لنقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30 يوماً من تاريخ إصدار هذا الاعلان

**دولة الإمارات العربية المتحدة**  
وزارة الاقتصاد  
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٣ نوفمبر ٢٠١٩ العدد ١٢٧٧٢

### نموذج إعلان النشر

تعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك: كريك لوكتيرز ش.م.ج  
طلب لتسجيل بيانات العلامة التجارية: BRIT LUBE  
المودعة بالرقم: 310442 بتاريخ: 2019/04/30  
صورة العلامة:  
باسم: كريك لوكتيرز ش.م.ج  
الموطن: المنطقة الحرة في الحمرة  
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالفئة: 4  
لوبريكنتس  
وصف العلامة: عبارة BRIT LUBE بحروف لاتينية كما بالشكل  
الاشتراطات:  
فعلى من لديه اعتراض على ذلك التقدم به مكتوباً لنقسم العلامات التجارية في وزارة الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل، وذلك خلال 30 يوماً من تاريخ إصدار هذا الاعلان

**محاكم دبي**  
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### إعلان أمر أداء بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٤٠٧ امر اداء  
الى المدعى عليه / ١- يامسرف الكترو ميكانيكية - ش.م.ج - مجهول محل الإقامة بما ان المدعى/شركة تصنيع المعادن الفنية - ذ.م.م ويمثله / صاحبة خليفة لاجح خليفة البسطي قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٣٠ أولاً : بانفاذ العقد التجاري المبرم بين الطرفين ، ثانياً : بالزام المدعى عليها يامسرف الكترو ميكانيكية - ش.م.ج بان تؤدي للمدعية شركة تصنيع المعادن الفنية - ذ.م.م مبلغ وقدره ٢٢٤٥٩٠ (مئتان وأربعة وستون الفا وخمسمائة وتسعون درهماً) والفائدة القانونية ٩٪ سنوياً من تاريخ الإستحقاق في ٢٠١٨/١٠/١٠ وحتى تمام السداد والرسوم والصورفات ومبلغ خمسمائة درهم مقابل تعاقب المحاماة، ولكم الحق في إستئناف الأمر خلال ١٥ يوم من اليوم التالي لنشر هذا الاعلان.  
رئيس القسم

**محاكم دبي**  
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/١٥٠٩ تجاري كلي  
الى المدعى عليه / ١- فادي نبيل ندم مجهول محل الإقامة بما ان المدعيان / ١- نبيل عبدالهادي ندم ٢- شادي نبيل ندم قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بحل وتصفية الشركة والرسوم والمصاريف ومقابل اتعاب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الأحد الموافق ٢٠١٩/١١/١٧ الساعة ٩،٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.15 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل  
رئيس القسم

**حكومة دبي**  
محاكم دبي

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### انذار عدلي بالنشر

رقم (٢٠١٩/٧٩١٦)  
المنذر: عبدالجبار محبوب رحمت الله  
المنذر اليه: سلمه سالم البطني - مجهول محل الإقامة  
فإن المنذر ينذر المنذر اليه:  
١- بسداد القيمة الاجبارية المتأخرة في موعد غايته ثلاثون من تاريخه والا سيضطر المنذر من اتخاذ كافة الإجراءات القانونية قبله مع الزام التعويضات والتضمينات وكافة المصاريف التي يتكبدها المنذر  
بضرورة الالتزام بسداد رسوم الكهرباء والمياه ورسوم الخدمة فضلا عن اي رسم مستحق للجهات الرسمية والحكومية الناتجة عن الانتفاع بالعين المؤجرة.  
الكاتب العدل

**حكومة دبي**  
محاكم دبي

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### انذار عدلي بالنشر

رقم (٢٠١٩/٥٧٥٩)  
المنذر: عبدالجبار محبوب رحمت الله  
المنذر اليه: سيلبريتي للتجهيزات الطبية - ش.م.ج مجهول محل الإقامة  
فإن المنذر ينذر المنذر اليه:  
١- بسداد القيمة الاجبارية المتأخرة في موعد غايته ثلاثون من تاريخه والا سيضطر المنذر من اتخاذ كافة الإجراءات القانونية قبله مع الزامه بالتعويضات والتضمينات وكافة المصاريف التي يتكبدها المنذر ، ٢- بضرورة الالتزام بسداد رسوم المياه والكهرباء ورسوم الخدمة فضلا عن اي رسم مستحق للجهات الرسمية والحكومية الناتجة عن الانتفاع بالعين المؤجرة.  
الكاتب العدل

**محاكم دبي**  
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٩٣٦ تجاري جزئي  
الى المدعى عليه / ١- هوسبيتاليتي كوزنيتس منطقة حرة - ذ.م.ج - ٢- زياد احمد طارق قدورة مجهولي محل الإقامة بما ان المدعى / محمد شرف الدين ويمثله/حكمت محمود فياض قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بحل وتصفية مع الزام المدعى عليها بالرسوم والمصاريف و تعاقب المحاماة. وحددت لها جلسة يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٩/١١/٦ الساعة ٨،٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.13 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل (علماً بأن تم إحالة الدعوى من المحكمة التجارية الكلية الى المحكمة التجارية الجزئية).  
رئيس القسم

**محاكم دبي**  
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/٢٢١٢ تنفيذ مدني  
الى المنفذ/ ١- مصطفى سليمان شكريان مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/الريف لخدمات الإشراف الإداري لجمعيات الملاك - ش.م.ج ويمثله/حكمت محمود فياض - قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٣٦٠٢٢٢,٣٢) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فإن المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال ١٥ يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.  
رئيس الشعبة

**محاكم دبي**  
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر

في الدعوى رقم ٢٠١٩/٤١٠٢ تجاري جزئي  
الى المدعى عليه / ١- جوفيريا زون للاستشارات الادارية مجهول محل الإقامة بما ان المدعى/مؤسسة سيوت اون للمقاولات ويمثله / موسى عيسى موسى العامري - قد أقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعى عليه بمبلغ وقدره (٩٠٠٢٢) درهم) والرسوم والمصاريف و تعاقب المحاماة والفائدة ١٢٪ من تاريخ تسجيل الدعوى وحتى السداد التام وشمول الحكم بالنفاذ المعجل بلا كسالة. وحددت لها جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/١١/١٢ الساعة ٨،٣٠ ص بالقاعة Ch1.C.13 لذا فأنت مكلف بالحضور أو من يملك قانونياً وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل  
رئيس القسم

**محاكم دبي**  
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### اعلان قرار بالنفذ

في الدعوى رقم ٢٠١٨/٢٠٥ بيع عقار مرهون  
الى المنفذ/ ١- فاير ستار ديماوند م.ج مجهول محل الإقامة بما ان طالب التنفيذ/بنك أبوظبي الأول - ش.م.ج قررت محكمة دبي الابتدائية بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٢٨ اخطاركم باستلام المنقولات الكائنة في العقارات التالية (نوع العقار : شقة سكنية - المنطقة : الثانية الخاصة - رقم الأرض : ٩٥٧ - المساحة : ١٦٠,٩٩ متر مربع - رقم البني : ٢ - اسم البني : الشراع - رقم الوحدة : ٢٢٠٢) (نوع العقار : شقة سكنية - المنطقة : برج خليفة - رقم الأرض : ٢٤٧ - المساحة : ٤١,٢٦ متر مربع - رقم البني : ١ - اسم البني : برج النجوم - رقم الوحدة : ٢٢٠٢ - ٢٢١٠) خلال ١٥ يوم من تاريخ الاعلان وإلا سيتم توريد قيمة المنقولات من قبل المزايدين الراسي عليه وشراء المنقولات وذلك للعلم بما جاء فيه ونفاذ مفعوله قانوناً.  
رئيس الشعبة

العدد 12773 بتاريخ 2019/11/03

### تعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/الإمارات لخدمات الملكية الفكرية بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

## EMTEC

المودعة بالرقم : 134991  
باسم : ش. ديكسون جروب هولدينج. وعنوانه : 79 أفينو لويس روش، 92230 جينيفيليريس، فرنسا والمسجلة تحت رقم : (134991) بتاريخ: 2013/02/13  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: 2019/10/21 وحتى تاريخ 2029/12/21.

**حكومة دبي**  
محاكم دبي

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### انذار عدلي بالنشر

رقم (٢٠١٩/٧٩١٧)  
المنذر: سحر كامران كامران غني  
المنذر اليه: للبغرو للتجارة - مجهول محل الإقامة  
فإن المنذر ينذر المنذر اليه:  
بسداد القيمة الاجبارية المتأخرة في موعد غايته ثلاثون من تاريخه والا سيضطر المنذر من اتخاذ كافة الإجراءات القانونية قبله مع الزام التعويضات والتضمينات وكافة المصاريف التي يتكبدها المنذر  
بضرورة الالتزام بسداد رسوم الكهرباء والمياه ورسوم الخدمة فضلا عن اي رسم مستحق للجهات الرسمية والحكومية الناتجة عن الانتفاع بالعين المؤجرة.  
الكاتب العدل

العدد 12773 بتاريخ 2019/11/03

### تعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/الإمارات لخدمات الملكية الفكرية بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

## ISAS

المودعة بالرقم : 136724  
باسم : ش. المدرسة الدولية للفنون والعلوم وعنوانه : دبي، الإمارات العربية المتحدة والمسجلة تحت رقم : (133395)  
بتاريخ: 2011/03/03  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: 2019/12/10 وحتى تاريخ 2029/12/10.

**حكومة دبي**  
محاكم دبي

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### انذار عدلي بالنشر

رقم (٢٠١٩/٧٩١٧)  
المنذر: كولومبيا لتجارة السيارات المستعملة - ش.م.ج  
المنذر اليه: حسام احمد عبيد البوعوف  
مجهول محل الإقامة  
فإن المنذر ينذر المنذر اليه : بضرورة سداد مبلغا وقدره ١١٢٥٠٠ درهم فقط مائة واثنان عشر الفا وخمسمائة درهم/إماراتي قيمة الشيك المرتجع المبرين أعلاه وذلك خلال خمسة أيام على الأقل والا ستضطر المنذرة الى اتخاذ كافة الإجراءات القانونية ضد المنذر اليه بما فيها استصدار امرا بآداء في حالة الامتناع عن الوفاء.  
الكاتب العدل

العدد 12773 بتاريخ 2019/11/03

### تعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/الإمارات لخدمات الملكية الفكرية بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:

## ISAS

المودعة بالرقم : 136725  
باسم : ش. المدرسة الدولية للفنون والعلوم وعنوانه : دبي، الإمارات العربية المتحدة والمسجلة تحت رقم : (133394)  
بتاريخ: 2011/03/03  
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ انتهاء الحماية في: 2019/12/10 وحتى تاريخ 2029/12/10.

**حكومة دبي**  
محاكم دبي

العدد ١٢٧٧٢ بتاريخ ٢٠١٩/١١/٢

### انذار عدلي بالنشر

رقم (٢٠١٩/٧٩١٧)  
المنذر: كولومبيا لتجارة السيارات المستعملة - ش.م.ج  
المنذر اليه: حسام احمد عبيد البوعوف  
مجهول محل الإقامة  
فإن المنذر ينذر المنذر اليه : بضرورة سداد مبلغا وقدره ١١٢٥٠٠ درهم فقط مائة واثنان عشر الفا وخمسمائة درهم/إماراتي قيمة الشيك المرتجع المبرين أعلاه وذلك خلال خمسة أيام على الأقل والا ستضطر المنذرة الى اتخاذ كافة الإجراءات القانونية ضد المنذر اليه بما فيها استصدار امرا بآداء في حالة الامتناع عن الوفاء.  
الكاتب العدل





# منوعات الفكر 26

الإصدار الجديد للكاتبة الإماراتية دبي بالهول

## «كلمات» تستضيف قصة «أم الهيلان» في «الشارقة الدولي للكتاب 38»



وأضافت: «في كل قصة أقوم بعملية بحث في إرثنا القصصي سواء من حكايا الأجداد أو حتى الكتب التي وثقت هذه الحكايا مثل إصدارات الباحث الإماراتي الدكتور عبدالعزيز المسلم». وتابعت: «حاولت من خلال مجموعتي القصصية، تقديم رسائل وقيم إنسانية تلامس الأطفال وتدعوهم إلى عدم الحكم على الآخرين حسب شكلهم أو لونه، فحولت هذه الشخصيات من شخصيات شريرة إلى شخصيات قادرة على إحداث التأثير الإيجابي، مشيرة إلى أن قصصها تحت الأطفال على قيم التسامح والمحبة والعطاء. فمثلا قدمت شخصية أم الهيلان بقلب جديد يدعو الأطفال إلى تقبل الآخر وأن يحبو لغيرهم ما يحبونه لأنفسهم».

وتتميز القصص المستوحاة من التراث الشعبي بقدرتها على الوصول إلى كل القراء على اختلاف جنسياتهم؛ فهي تستدعي عوالم الطفولة المشتركة بين الشعوب والمتمثلة في حكايات الجن والشخصيات الأسطورية. وبهذه المناسبة قالت الكاتبة بالهول: «كتابي الجديد هو الإصدار الخامس لسلسلة من القصص المستوحاة من الفلكلور والتراث الإماراتي، يحمل كل منها قصة شخصيات خيالية كان يسردها لنا الأجداد، حُفرت في ذاكرتنا المحلية». ولفتت بالهول إلى أن هذه القصص نادرا ما يتم توثيقها، ولذلك ترى من الضرورة البحث عنها وتقديمها بشكل جديد، يحافظ على إرثها من جهة، وينقلها إلى كافة الأطفال العرب في العالم من جهة أخرى.

•• الشارقة-الفسج:

بأسلوب معاصر ينسجم مع مخيلة الأطفال ومداركهم الفكرية والمعرفية. قدمت الكاتبة الإماراتية دبي بالهول كتابها الجديد «أم الهيلان»، الصادر عن دار «كلمات» الإماراتية المتخصصة في نشر كتب الأطفال واليا فعين باللغة العربية والتابعة لـ «مجموعة كلمات»، خلال مشاركتها بفعاليات معرض الشارقة الدولي للكتاب بدورته الـ 38. ووقعت الكاتبة دبي بالهول كتابها مساء الجمعة، في جناح المجموعة، حيث شهد إقبالاً مميزاً من زوار المعرض الذين أسعدتهم فكرة الكتاب لأنها تحاكي ذكريات الكبار، وتدعش الصغار، وتدعوهم للتعريف بالتراث الإماراتي عبر القصة.

مشى بين آلاف الحضور وسحروهم بأشعاره

## الجح ضيفا على «الشارقة الدولي للكتاب» للمرة الثالثة؛ وأنا خارج مصر لا أراها إلا «أم الدنيا»

2019، لهذا الحدث الاستثنائي، ومشيئاً بالتنوع المذهل لفعاليات المعرض، ومتوقفاً نجاحاً لا يمكن مضاهاته. وذكر الحضور بأنه يحل ضيفاً على المعرض للمرة الثالثة، حيث كان ضيفاً سابقاً في الدورة التاسعة والعشرين عام 2010، والدورة الواحدة والثلاثين عام 2012. وشار إلى أن الشاعر المصري من مواليد عام 1978، وله أكثر من 55 قصيدة معظمها بالعامية المصرية. وأصدر ديوانه الأول والذي سماه «الديوان الأول» في معرض القاهرة الدولي للكتاب عام 2017. ومن الألقاب التي اشتهر بها الجح، لقب «هويس الشعر العربي». يعتبر الجح رائداً في مجال كتابة «القصيدة المضفرة» التي تجمع بين مقاطع من شعر الفصحى ومقاطع من شعر العامية، ويعتبر أيضاً من الرواد في مجال تنظيم الحفلات الشعرية وتقديمها بشكل مختلف وجذاب وإدخال الموسيقى مع الشعر مع الإيقاع الحركي على المسرح، وحصل الشاعر على العديد من الجوائز، من أهمها المركز الثاني في مسابقة أمير الشعراء بأبوظبي عام 2011، وجائزة أحسن شاعر عامية شاب، من اتحاد الكتاب المصري عام 2008.

قراءة أي قصيدة عن الوضع الداخلي في مصر، وهو خارج مصر. وأكد أنه إن أراد ذكر مصر وهو ليس متواجداً على أرضها، فلن يصفها إلا بـ «أم الدنيا»، أما لو كان في بلاده فإنه سينتقدها كما يشاء. مبيناً أن هذا كان موقفه دائماً، حتى في الدورات السابقة لمعرض الشارقة الدولي للكتاب، فحسب الحضور إلى عام 2010، حين حدث الموقف نفسه. وشارك الحضور الجح، في لقاء قصائد، وطالبوا قصائد معينة منه، ليستجيب لهم الشاعر ويقرأ على مسامعهم، قصائد مثل «أبوة بغير»، و«التأشيرة»، و«إلى قبة الشام-دمشق»، و«تيدودورا»، و«قصيدته الأكثر شهرة طبعاً» مصلتس العشاء، والتي قذفها بأداء عاطفي أثر بشدة في الحضور، وهي قصيدة مهاداة إلى والدته الراحلة، ومكوّنة من خمسة مشاهد، يروي في كل مشهد منها، محطات مختلفة من طفولته ومراهقته وشبابه، و«ذكريات انتصارات العرب في معارك ضد عدوهم، ولحظات مؤثرة مع والدته».

•• الشارقة-الفسج: تحولت جلسة حوارية مع الشاعر المصري، هشام الجح، إلى أمسية شعرية، على نحو غير تقليدي، حيث نزل الجح عن المنصة إلى الحاضرين ومشى بينهم ليلقي عليهم أشعاره ويحييهم ويمزحهم، مبدياً استعداده لإلقاء التحية على كل واحد من المتواجدين في قاعة الاحتفالات في مركز إكسبو الشارقة، حيث تقام فعاليات الدورة الثامنة والثلاثين من معرض الشارقة الدولي للكتاب، مؤكداً أن أي حوار بين الشاعر والجمهور يجب كسرهما. وتفاعل زوار المعرض الذين حضروا الجلسة التي أدارتها الشاعرة الإماراتية شيخة المطيري، مع الجح الذي قدم قصائد الشجونة بالعاطفة والشاعر والحنين إلى الماضي، والتي تتناول موضوعات مثل وحدة صف العرب وأحوالهم اليوم والتحديات التي تواجههم والمساواة بينهم جميعاً ونبذ التفرقة والعنف. وحين طلب منه أحد الحضور إلقاء إحدى قصائده التي تنتقد الوضع الداخلي المصري، رفض الشاعر إلقاء أي قصيدة من هذا النوع، مُشدداً على أنه يرفض قطعاً



ضمن فعاليات الطفل

## صغار «الشارقة الدولي للكتاب» يتعرفون على أساسيات فن الكوميكس



واستهدفت الورشة الأطفال واليا فعين، لإطلاق العنان لخيالاتهم، حيث نجحوا في ابتكار ورسم شخصيات الكوميكس، بمساعدة الكتاب المصور الذي قدمه لبنيت ليتيح لهم تعلم الخطوات المتبعة لرسم الشخصيات وفقاً لأدوارها التي يريدونها الأطفال في القصة. وأوضح الفنان لبنيت أن هدف الورشة هو إطلاع المشاركين على أسهل الطرق لاختيار رسوماتهم الخاصة، من خلال التعرف على سبل تحديد أبعاد ورق الرسم، والقياسات الصحيحة قبل الشروع برسم الشخصية، إلى جانب ترتيب الأفكار لتوظيف الرسومات في كتاب مصور. ولفت الفنان إلى أنه يستفيد كثيراً من الأفكار التي يطرحها المشاركون في أغلب الورش التي يقدمها، باعتبارها أفكار نوعية، تزيد من إلهامه، لافتاً إلى أهمية الكوميكس ودوره في إثراء المشهد

•• الشارقة-الفسج:

أخذ معرض الشارقة الدولي للكتاب بدورته الـ 38، التي انطلقت في 30 أكتوبر وتستمر حتى 9 نوفمبر الجاري، زواره الصغار إلى عوالم فن الكوميكس، حيث نظم ورشة عمل تفاعلية قدمها الفنان ماريك لبنيت، بهدف تعليم الأطفال على أسس ومبادئ هذا الفن. واطلع لبنيت المشاركين على أسلوب رسم الكوميكس، من خلال قصة مصورة قدمها ليتعرفوا على الخطوات الرئيسية، التي تتضمن الفكرة، وقياسات الرسم، والتلوين أو التخيير، والظلال، وصولاً إلى تحويلها لشخصية مصورة في قصة.

خلال ورشة تفاعلية بعنوان «عالم الأحافير»

## صغار «الشارقة الدولي للكتاب» يبحثون عن الديناصورات

بطريقة نظرية إلى التطبيق العملي خلال حفل أري مصطنع طمرت فيه مجموعة من هياكل الديناصورات، بإيجادها ومن ثم تجميعها مرة أخرى.



•• الشارقة-الفسج:

عاش صغار معرض الشارقة الدولي للكتاب بدورته الـ 38 أجواء رحلة لاكتشاف عالم الديناصورات ما قبل التاريخ، خلال ورشة تفاعلية أقيمت بعنوان «عالم الأحافير»، قدمتها شركة تو أي دي، ضمن فعاليات الطفل، التي ينظمها المعرض حتى 9 نوفمبر الجاري في اكسبو الشارقة. وجذبت الورشة انتباه الصغار، وأثارت حماسهم في عملية التنقيب عن الديناصورات عبر اكتشاف عظام تعود إلى العصر الذي عاشت الديناصورات فيه على الأرض قبل ملايين السنين، واكتشاف التقنيات والأدوات التي يستخدمها العلماء للتنقيب عن آثارهم. وتعلم الصغار بطريقة سهلة وبمبسطة، ماهية عالم الأحافير وكيفية القيام بعمليات البحث عن الآثار، وتعرفوا على تقنيات التنقيب بشكل مبسط يمزج بين التعلم والمتعة، وكيفية القيام بمسح لمنطقة معينة ومن ثم اطلعو على الأدوات التي يستعملها الباحثون في عمليات الحفر والتنقيب. وانتقل الأطفال في الورشة من تعلمهم تقنية التنقيب



منوعات

العمل

27

أكدت الفنانة المصرية شيري عادل أنها تقدم الأدوار التي تحمل رسالة إلى المجتمع، وتعتبر عن نماذج موجودة بالفعل وتعيش بيننا، لافتة إلى أنها تجسد أدوار الشر المبررة درامياً، كما كشفت أنها تتلمذت على يدي الفنان القدير يحيى الفخراني، الذي تعتبره رائد المدرسة الواقعية في التمثيل. على هامش مشاركتها في مهرجان الشارقة السينمائي الدولي للأطفال والشباب، الذي أقيم قبل فترة، تحدثت شيري عن جديدها الفني، وكشفت عن انشغالها بقراءة عدد من النصوص لاختيار المناسب منها لشهر رمضان المقبل، فضلاً عن توقيع عقد فيلم سينمائي يناقش قضية مهمة في المجتمع. وتوقفنا مع النجمة المصرية الشابة عند علاقتها بمواقع التواصل الاجتماعي وموضوعات أخرى كان لها رأي فيها... وهنا التفاصيل:



الفخراني رائد المدرسة الواقعية في التمثيل

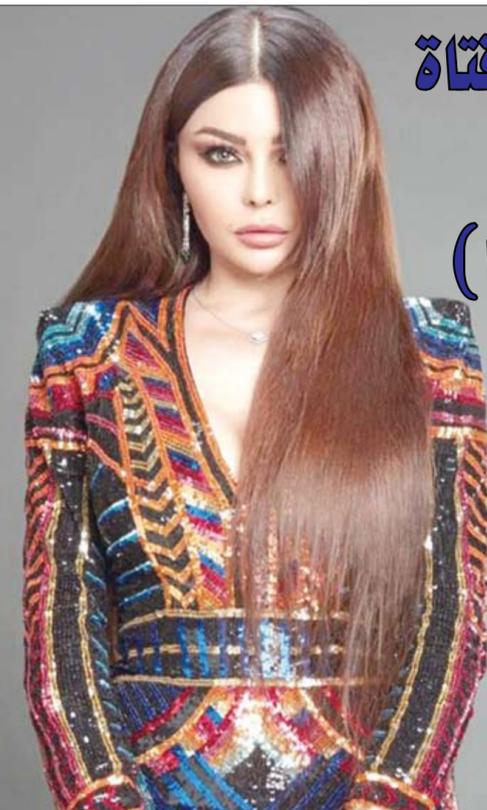
## شيري عادل : اقدم الشر المبرر درامياً كذلك الاكشن



- كيف وجدت مشاركتك في مهرجان الشارقة السينمائي الدولي للأطفال والشباب؟  
- بداية، أتوجه بالشكر إلى مديرة المهرجان الشارقة جواهر بنت عبدالله القاسمي، على الجهد المبذول في هذا الحدث الثقافي الاستثنائي، والذي أتاح لنا جميع التعرف على تجارب أجيال جديدة تتميز بالوعي وسعة الأفق، ولديهم رؤية وطموح. وهذا ما لست من خلال الأفلام التي عرضت على مدار أيام المهرجان، فضلاً عن شغفي الكبير بكل ما له علاقة بالأطفال. سواء الأعمال الفنية أو الأنشطة الاجتماعية، لأنهم ببساطة انعكاس لما سيكون عليه مستقبلنا بعد سنوات من الآن، كما أنني بدأت مشواري الفني في سن صغيرة، لذلك أرى نفسي فيهم.
- ماذا عن جديدها الفني في الفترة المقبلة؟  
- مشغولة بقراءة أحد النصوص، ولكنني لم أتخذ أي قرار بشأنه بعد، ومن المتوقع أن يعرض العمل خارج موسم رمضان، وسوف أحسم أمري بخصوص المشاركة فيه من عدمه خلال الفترة المقبلة، فضلاً عن فيلم سينمائي تعاقدت عليه بالفعل، وهو عمل مميز وسيكون مفاجأة، لاسيما أنه يحمل رسالة إنسانية مهمة في المقام الأول، وله علاقة بالمرأة، ولكن لا أستطيع التصريح عن أي تفاصيل في الوقت الراهن.
- لتتوقف عند موسم رمضان؟  
- هناك عدد من العروض التي أدرسها، ولكن لم أتخذ قراراً حاسماً إلى الآن، الأمر يحتاج إلى وقت وتأنٍ ودراسة للنص والشخصية المرشحة لها قبل أن أخوض أي تجربة.
- في رأيك إلى أي مدى يهتم الفن بخدمة القضايا الاجتماعية والإنسانية؟  
- على المستوى الشخصي، أرى ذلك في كل عمل أشارك فيه، وبكل شخصية أجسدها، ولا يكاد يخلو مسلسل أو فيلم من تناول قضية اجتماعية أو إنسانية، في كل دور أقدم شخصية معينة من واقع المجتمع بمشكلاتها ومشاعرها والمواقف التي تتعرض لها. لا أقدم دوراً إلا إذا كانت له رسالة ويعبر عن نموذج فعلي في المجتمع، وأحرص دائماً على أن تمر الشخصية بتغيرات عدة درامياً.
- كيف هي علاقتك مع وسائل التواصل الاجتماعي خصوصاً أنها أصبحت نافذة كبيرة على العالم؟  
- علاقتي مع مواقع التواصل جيدة، إذ أشارك الجمهور من خلال حساباتي الموثقة، عبر مختلف المنصات، رحلاتي العملية وجديدي الفني والعروض التي أشاهدها في المهرجانات الفنية المختلفة، وأصارع القول: لا أجد إزعاجاً، خصوصاً أنني في الوسط الفني منذ الصغر واعتدت التواصل مع الجمهور وأصبحت قريبة منهم، لذلك لا جد عقبات.
- هل تفضل عليك ملامحك نمطاً محدداً من الأدوار؟  
- كان ذلك خلال مرحلة سابقة، ولكنني قدمت أيضاً عدداً من الأدوار المختلفة أو الشريرة، مثل دوري في "لعبة إبليس"، غير أنني حريصة ألا تكون الشخصية شريرة في المطلق، ومن دون سبب، وفي رأيي أن الإنسان جبل على الخير، ومن ثم قد تتبدل حياته وتغير طابعه وفق الظروف التي يمر بها، لذلك إذا لم أجد أن الظروف كانت السبب في تغيير مساره في الحياة ليصبح شريراً لا أقبل بالشخصية. يمكنك القول إنني أقدم الشر المبرر درامياً.
- وماذا عن أدوار الأكشن؟  
- إذا ما وجدت عملاً مكتوباً بطريقة جيدة ومقنعة فلا أمانع المشاركة فيه شرط الواقعية، وأن يكون هناك مبرر درامي أيضاً.
- كانت لك تجربة مميزة في "بنات سويفر مان"؟  
- العمل كان كوميدياً خفيفاً ترك أثراً طيباً عند الجمهور وحقق نجاحاً كبيراً.
- الشخصية الأقرب  
• ما الشخصية الأقرب إلى قلبك؟  
- ليست شخصية واحدة، وإنما مجموعة من الأدوار التي جسدتها ومازالت عالقة في أذهان الجمهور، وقريبة من قلبي، مثل مشاركتي في "الملك فاروق" و"حسن ومرقص" و"أمير البحار" و"بلبل حيران" و"شيخ العرب همام" و"ملكة في المنفى" و"يتربى في عزو".
- وما الدور القريب من شخصيتك الحقيقية؟  
- ولا أي دور جسدهت يعبر عن شخصيتي الواقعية، وأعتبر ذلك تحدياً كبيراً أن يتمرد الإنسان على نفسه ويغير جلده ليقنع الجمهور بشخصية أخرى.
- ما هي الشخصية التي تتمنين تقديمها؟  
- الفتاة البدوية، أحب تلك النوعية من الأعمال وأتطلع يوماً لتجسيد هذا الدور.
- ماذا يعني لك التعاون مع الفنان القدير يحيى الفخراني؟  
- تعلمت منه التمثيل، لأنه أستاذي الأول الذي وقفت أمامه وكنت أشاهد كيف يتعامل مع النص وكيف يدون ملاحظاته وطريقة أدائه أمام الكاميرا، حيث يشعر من يقف أمامه أنه يتعامل مع شخصية أخرى، وأن الفخراني لا يمثل وأن الدور الذي يؤديه هو حقيقته، وهنا قمة الإبداع، أعتبره رائد المدرسة الواقعية في التمثيل.
- هل اتفقت على المشاركة في الجزء الجديد من مسلسل "السهم المارقة"؟  
- المشروع قائم، ولكن لم يحسم موعد تنفيذه بعد.

## هيفاء وهبي .. فتاة شعبية في (أشباح أوروبا)

وسط تغيرات متلاحقة لاسم الفيلم، وعلى طريقة مسلسليها (مريم) و(الحرباية)، تجسد اليبانية هيفاء وهبي دور الفتاة الشعبية، ودوري شقيقتين (نوام) في فيلمها الجديد الذي يحمل اسماً جديداً. الشركة المنتجة استقرت على اسم الفيلم (أشباح أوروبا)، بعد أن كان يحمل اسم (عقد الخواجة) في السابق، وتم تغييره إلى (حجر الإسكندر). هيفاء وهبي، قالت إنها تنتظر في هذا الفيلم تجربة قوية، حيث أنها أعادتها إلى السينما بعد 5 سنوات بعد فيلمها السابق (حلاوة روح)، متمنية أن ينال الفيلم إعجاب الجمهور والنقاد. مصادر في الشركة المنتجة، قالت إن الأحداث تدور في إطار (أكشن) والتصوير سيكون بين مصر ودول خارجية، لم يتم الاستقرار على اختيارها بعد، ولكن تجري ترتيبات في هذا الاتجاه. ويشترك في بطولة الفيلم إلى جانب هيفاء وأحمد الفيشاوي، كل من السوري معتمد النهار وأروى جودة. والعمل قصة كريم فاروق وسناريو وحوار أمين جمال ومحمد أبو السعد وشريف يسري، فيما يتولى الإخراج الشاب محمد حماقي في أولى تجاربه الإخراجية، وهو مخرج وليس المطرب محمد حماقي.



## نهي عابدين سعيدة بردود الأفعال الإيجابية تجاه (شبر منه)

أعربت الفنانة المصرية نهى عابدين عن سعادتها بردود الأفعال الإيجابية تجاه مسلسل (شبر منه)، الذي يعرض حالياً عبر فضائية (دي ام سي) المصرية، لافتة إلى أن الحلقات المقبلة سوف تشهد الكثير من المفاجآت. وأضافت: (أقوم بتجسيد دور الزوجة الثانية للفنان مراد مكرم، وتدور الأحداث في إطار اجتماعي على مدار 50 حلقة، والعمل من تأليف شريف بدر الدين وإخراج تامر رفعت، واختياري لهذا الدور أتى نظراً لقوة السيناريو)، متمنية أن يلقي المسلسل ودورها قبولاً جمهورياً. وأشارت إلى أنها تستكمل حالياً تصوير مسلسل (روحين في زكية)، إلى جانب كل من حمدي المرغني وصلاح عبدالله وأوس، ويتم عرضه خلال الفترة المقبلة، وهو من تأليف لؤي السيد وإخراج محمد مصطفى، لافتة إلى أنها تقوم بتجسيد دور مختلف للغاية خلال الأحداث. في جانب آخر، عبرت الفنانة عن سعادتها بنجاح فيلم (الكنز - 2) الذي يعرض حالياً في دور العرض السينمائي، بالإضافة إلى تجربتها المتميزة إلى جانب محمد رمضان.



## حكمة

الشكاوي ماتفيد اللي ظروفه : ونيا !!  
كان ماالله كاتب إنها تستقيم ... أتركها  
لاسلمت من الفتن وألا صدوف الدنيا !!  
فد أنت في نعمه كثير الناس : ماتملكها

عامر المازني

## عام - زايد



عام  
زايد

وإن تبسم أوضحن ذبك الثنايا  
والمعنى عنق خشف/ن م الهايا  
والحدود ابروق مزن في السمايا  
ما خلع مثله وبس/ن في البرايا  
لندي حبه أنالذ الظمايا  
يعل يفرح بالسعد هو والهنايا

كنهن در وحصايي امنقينه  
والبيدائل فوق ردفه يكسينه  
يبرقن وسط الدجى وينورنه  
جل يللي صوره ومكملنه  
مبعدات وردهن ما يلحقنه  
لو يوزيني أنا مب لايمنه

الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان ( طيب الله ثراه )



## البيت متوم

لو تخوض البحر ما واحد تخلف  
منايا شيخ في وجه المعادي  
ودنا لا راحت الروح انتسلف  
الف روح و كلها تضدا بلادي  
مبارك المنطوري

(نبض)

الحمد لله ..... (ع) الشدايد والمحن  
فيها عرفت الشهم ... وعرفت الردي  
صدق المعاني ..... عن زمانني روحن  
ومن حزن يومي صرت خايف من غدي  
كم اكشفن بعض المواقف وافضحن  
ناس في ريب الذل تمشي وتعدي  
طهر الحنايا ..... بالبشايير صبحن  
وسود النوايا ..... مالها فجر ندي  
ضلوع صدري حين بالحق افصحن  
خذ نبض قلبي واستمع لي يا ولدي  
لا تبتمس ... لوجوه ما يوم استحن  
ولا تحترم من (ع) المكارم يعتدي  
وان كثرة الاقوال جرب وامتنحن  
ولا تتبع الانزال ... منهم تنعدي  
وصاحب على الراحات ما جر اللحن  
لا تغزني به ... يوم ليك سرمدني  
عينه على جيبك .. وكفه بالصحن  
والحقد يغلي بين صدره ويحدي  
ايام عمري .. حين صدن وجرحن  
ما شفت من يوقف بجنبي وسندي  
انا سنييني ..... علمني و اشرحن  
حكمه ذهب مكتوبه ابجرف ابجدي  
اجبت اذا عسر الليالي ... طيحن  
وخلك رجل لك عزم من فوق الجدي  
يا من كفوفك ..... بالمواضع لوحن  
ارجع وخذ ايديك تشبك في يدي  
طالع عيوني لك من الشوق انضحن  
ودمع الوله لو ينتهي بك ببندي  
(عتيق خلفان الكعبي)

## الحنين ..!



الصحاحه وانا اللي ما عرفت الحنين  
اذكر ان فيه قلب ابيض على مفرقين  
بمه وقلبك الطاهر وحلم السنين  
ونظرة عيونك الحلوة ابي تفرحين  
ربي اللي عطاك اخواني الفالحنين  
مو مهمم العواطف والغرام الدفين  
أنت اللي لاضقت وشتت قلتي : تزين  
ادري انك رغم ماقلت قلبك حزين  
بتنك العاقله ماهي على ماتبين  
بمه واللي حرمني منك اربع سنين  
ماي اتزوج وينعاد حزني الدفين  
ماي اضعف وضعفي مستمر ومهمين  
ودي اعيش باقي العمر بيدك الين  
لين هالوقت واقفاية ظهرك الرزين  
ضعف قلبي ولو عقلي ثقيل ورصين  
ورغم هاللي حصل أحس عندي يقين

وش ابي بالحنين وذكرياتني سفر  
من يمينه خضار ومن يساره قفر  
اني لاشفت وجهك يعتريني قهر  
أنت عيونك اجمل من سواد السهر  
واحد متهم يشد فيه الظهر  
وكل واحد من اخواني فعوله مهر  
وقلت طيب الين دعاك جاني مطر  
وبعيونك دموع وودها تنهمر  
لو عكس وجهها بالليل نور القمر  
اني اخاف واتراعد بطاري السفر  
الحزن ذاك خلّى داخلي منشطر  
مابه اشين من القاسي ليا انكسر  
ينمسح داخلي فراقنا من عمر  
قاسيه ما قدرت استوعب انه ظهر  
ثابته والسخيغه تحسب انه كبر  
بان مستقبل ايامي براد وزهر

مرام القحطاني  
@\_yafe3h



## شعر قرام! -- Sh3r-gram!

طاح الحطب والتهب جرحه ، حتى الوجع طاح من عيني .  
أحتاج أبكي من الضربة .. حرام ، غيرك يبكييني .

زين البلاهشي



## كلنا خليفة

وحدة وطن والشعب شايد  
وحكامنا نخبة شريفة  
فينا الولوال والحب زايد  
لك دار زايد ثم خليفة  
رمز الوطن هو خيرقايد  
والشعب من حوله حليضة  
الشاعر علي سعيد المنطوري

## ريتويت



Following

جمعة بن نايم الكعبي  
@JBNPoems

شاعر إماراتي

45 Following 163.2K Followers

Followed by سعيد بن غماض, حمدان, and 20 others you follow

دامني عايش على قيد .. الحياة

كل درب يطرب النفس .. أتبعه

\*\*\*\*\*



Following

خلف الضيف  
@KhalafALdheaf

انا شاعر عاشقين اتفارقوا !

405 Following 238.4K Followers

Followed by حميد بن صرّوخ الدرعي, and 57 others you follow

الدمع يكتب كشيبيير أشياء ما تقرا

احيان احس البكا يربت على كتوبي

والجرح لا جا من الغالين ما يبري

كل ما يخونون فيك ، جروحهم تويي !

للتواصل: E-mail: xhms@hotmail.com

@HaFajer