

ص 22

50 سفير أمان يساهمون  
في نقل المعارف الشرطة  
لزملائهم ومجتمعهم



ص 27

هل يبشّر ألبوم بيونسيه  
الجديد بنهاية العالم؟



التدخين .. لماذا يسبب  
التبغ الإدمان؟

ص 23

المراسلات: ص.ب 505

email:munawaat@alfajrnews.ae

## صورة مذهلة لجزرة بوضوح غير مسبوق

نشرت وكالة الفضاء الأمريكية "ناسا" صورة نادرة ومذهلة لجزرة تبعد 500 مليون سنة ضوئية هي جزرة عجلة العربية التي تظهر حلقاتها بوضوح لم يسبق له مثيل بفضل تلسكوب جيمس ويب الفضائي الجديد. ويعتقد علماء الفلك أن مجرة عجلة العربية كانت في الأساس مجرة حلزونية، كمجرة درب التبانة التي تضم الأرض، لكن حدثاً كبيراً أعطاهم شكلها، وهو الاصطدام بمجرة أخرى أصغر (لا تظهر في الصورة). وأدى ذلك إلى تشكيل حلقتين انطلاقاً من النقطة الرئيسية للاصطدام، على طريقة التوججات الدائرية التي يُحدثها إلقاء حصاة في الماء، ومن هنا أطلقت عليها هذه التسمية. ولوحظ أن الحلقة الأولى الأكثر انحناءً شديدة السطوع، في حين أن الثانية، أي الخارجية، أخذت في التوسع منذ 440 مليون سنة. وأثناء تمددها، تصطدم الحلقة بالغاز المحيط، مما يؤدي إلى تكوّن النجوم. وسبق أن رُصدت هذه المجرة بواسطة تلسكوب هابل الفضائي، لكن قدرات الأشعة تحت الحمراء لجيمس ويب كشفت عن تفاصيل جديدة لم تكن ظاهرة قبل اليوم، إذ تتيح الرؤية عبر كمية غبار كبيرة.

## جاستن بيبير على المسرح من جديد

عاد جاستن بيبير إلى المسرح مجدداً يوم الأحد الماضي. وأشعل الأجواء في مهرجان لوكا الصيفي في إيطاليا وذلك يوم الأحد في 31 يوليو الماضي. وكان بيبير قد أجّل جولته الأمريكية مطلع الشهر الماضي بسبب تشخيص إصابته بمتلازمة رامزي هانت، وقد سبق ونشر جاستن بيبير فيديو على صفحته على موقع التواصل الاجتماعي فاجأ فيه الجميع، حيث كشف عن إصابته بمتلازمة "رامزي هانت" أدت إلى شلل في النصف الأيمن من وجهه، وتؤثر هذه المتلازمة على العصب الوجهي بالقرب من أذني المصاب. تفاعل الجمهور مع الخبر بشكل كبير وعبروا عن فرحتهم لعودة بيبير

ما يقدر بـ10% فقط من بين جميع سكان العالم، يعتمدون على استخدام يدهم اليسرى، وهم يواجهون تحديات معينة في العالم الذي تم تصميمه إلى حد كبير، من جانب من يعتمدون على استخدام يدهم اليمنى، ومن أجلهم أيضاً. وفي حال كنت أبا أو كنتِ أما لطفل أعسر، فقد تكون هناك بعض المخاوف التي تساورك.

وفيما يلي إجابات لعدد من

الأسئلة المرتبطة بذلك:

## الطفل الأعسر .. أخطاء يرتكبها الآباء تؤثر على سلوكه

عليهم الحديث في هذا الشأن أمام الطفل "حتى لا تؤثر على سلوكه"، بحسب ما تنصح به المعالجة النفسية يوانا باربرا ساتلر، التي أسست أول مركز استشاري في ألمانيا للأشخاص الأعسر، وذلك في عام 1985. وتقول ساتلر إن استخدام الطفل ليد معينة في حمل قلم رصاص أو ملعقة على سبيل المثال، ليس بالضرورة أن يكون دليلاً على شيء معين، وذلك لأن "الأطفال غالباً ما يتكيفون بدون وعي مع بيئتهم اليمنى". ويقوم بعض الصغار ممن يعتمدون على يدهم اليسرى، بتدريج أنفسهم على استخدام يدهم اليمنى دون أن يدركوا. ويتعين على الآباء الانتباه بقدر أكبر لأفعال أبنائهم التي تحدث بصورة تلقائية، مثل إشارتهم على أشياء ما، أو على خدش بأنوفهم مثلاً. كما لا يجب أن يتم وضع الملعقة على يمين الطبق أثناء تناولهم الطعام، ولكن يمكن وضعها عند منتصف الطبق حتى يتمكنوا من الإمساك بها بصورة تلقائية بيدهم المفضلة. وفي حال لم تتمكن من تحديد ما إذا كان ابنك يعتمد على يده اليمنى أو اليسرى، توصي ساتلر بأن يخضع الطفل لاختبار فني لتحديد ذلك قبل أن يبدأ الطفل الذهاب إلى المدرسة.

ما الذي يجعل الشخص أعسر؟ لم يتم حتى الآن توضيح الأصل في اعتماد المرء على استخدام يد واحدة أكثر من الأخرى، أي ميله إلى استخدام يد واحدة بصورة طبيعية أكثر من الأخرى، عند القيام بأنشطة مثل الكتابة أو رمي الكرة مثلاً، بشكل كامل. إنه مثال لما يُعرف بـ "الجانبية"، حيث يتحكم نصف المخ الأيمن في الجانب الأيسر من الجسم والعكس صحيح. وربما تسبب عدة عوامل في أن تصبح اليد اليسرى للمرء هي المسيطرة. ومن المرجح أن يكون الطفل الذي لديه أب وأم أو كليهما ممن يعتمدون على يدهم اليسرى، هو نفسه طفل "أعسر"، وهو الأمر الذي يشير إلى وجود عنصر وراثي في الأمر. وتواصل باحثون في "جامعة الرور بمدينة بوخوم" في ألمانيا إلى أن استخدام المرء ليد معينة يحدث أثناء تكوين حبله الشوكي. وفي وقت مبكر من فترة حمل الأم في جنينها، وتحديدًا في الأسبوع الثالث عشر، تظهر الأجنة بالفعل تفضيلاً لخص صياغ الإبهام الأيمن أو الأيسر.

كيف يمكن للوالدين أن يعرفوا أي يد يعتمد عليها طفلها؟ وما الذي يجب أن يتذكراه دائماً؟ يظهر اعتماد الطفل على يد بعينها في وقت مبكر من العمر لدى بعض الأطفال، بينما يظل ذلك غير واضح لدى حالات أخرى لفترة طويلة من الوقت. يجب أن ينتبه الوالدان إلى يد طفلهم المسيطرة، ولكن لا يجب

تصميم منتجات لمن يعتمدون على يدهم اليمنى هناك اتجاه سائد حول العالم للميل لمن يعتمدون على استخدام يدهم اليمنى. وقد تم تصميم جميع أدوات المطبخ والعدادات والآلات، بحيث يتمكن أصحاب اليد اليمنى من استخدامها بسهولة. لذلك، فإن من

كيف يمكن للوالدين أن يعرفوا أي يد يعتمد عليها طفلها؟ وما الذي يجب أن يتذكراه دائماً؟ يظهر اعتماد الطفل على يد بعينها في وقت مبكر من العمر لدى بعض الأطفال، بينما يظل ذلك غير واضح لدى حالات أخرى لفترة طويلة من الوقت. يجب أن ينتبه الوالدان إلى يد طفلهم المسيطرة، ولكن لا يجب

## الأطعمة فائقة التصنيع تزيد خطر الإصابة بالتدهور المعرفي

خلصت دراسة جديدة إلى أن تناول ما يزيد على 20 في المئة من إجمالي الحرارية اليومية من الأطعمة فائقة المعالجة يضع الشخص على طريق الإصابة بالتدهور المعرفي. وتعرف جميعاً أن الأطعمة الفائقة المعالجة، التي لا تحتاج أي جهد لإعدادها تمهيداً لأكلها، تسهل حياتنا وتختصر علينا وقتاً كثيراً. وتضم الأطعمة الفائقة المعالجة الوجبات المعدة مسبقاً مثل الحساء والبيتزا المجمدة والمشروبات الغازية والسكوت وغيرها. وتعرف الأطعمة الفائقة التصنيع على أنها مركبات صناعية من المواد الغذائية التي تحتوي على السكر والدهون والنشا والبروتينات والعزولة، وتحتوي على مواد النكهة والمستحلبات ومصبغات الألوان. لكن هذه الأطعمة ليست جيدة لصحتنا، بحسب دراسة جديدة نقلت تفاصيلها شبكة "سي إن إن" الأمريكية، الأربعاء. وكانت دراسات سابقة أشارت إلى دور هذه الأطعمة في زيادة خطر الإصابة بالسلطنة وأمراض القلب والسكري، وحتى تقصير العمر. والآن، خلصت دراسة حديثة إلى أن الإفراط في تناول الأطعمة الفائقة المعالجة يساهم في التدهور المعرفي بشكل عام، بما في ذلك مناطق في الدماغ المسؤولة عن المهام التنفيذية. وكانت دراسات سابقة أشارت إلى دور هذه الأطعمة في زيادة خطر الإصابة بالسلطنة وأمراض القلب والسكري، وحتى تقصير العمر. والآن، خلصت دراسة حديثة إلى أن الإفراط في تناول الأطعمة الفائقة المعالجة يساهم في التدهور المعرفي بشكل عام، بما في ذلك مناطق في الدماغ المسؤولة عن المهام التنفيذية. وكانت دراسات سابقة أشارت إلى دور هذه الأطعمة في زيادة خطر الإصابة بالسلطنة وأمراض القلب والسكري، وحتى تقصير العمر. والآن، خلصت دراسة حديثة إلى أن الإفراط في تناول الأطعمة الفائقة المعالجة يساهم في التدهور المعرفي بشكل عام، بما في ذلك مناطق في الدماغ المسؤولة عن المهام التنفيذية.

## في هذه الحالة .. تساقط الشعر يستدعي استشارة الطبيب

قالت بوابة الجمال "هاوت دي" إن تساقط الشعر بعد جزء من دورة نموه الطبيعية، مشيرة إلى أنه يستدعي استشارة الطبيب في حال فقدان أكثر من 100 خصلة يومياً على مدار فترة طويلة. وأوضحت البوابة الألمانية أن تساقط الشعر قد يشير حينئذ إلى الإصابة بأحد الأمراض مثل سوء التغذية كتنقص الحديد أو أحد أمراض الغدة الدرقية أو متلازمة تكيس المبايض لدى النساء. كما قد يكون تساقط الشعر أضراراً جانبياً لبعض الأدوية مثل مضادات الاكتئاب وحاصرات بيتا وأدوية ارتفاع الكوليسترول وأدوية السرطان. ويتم علاج تساقط الشعر تبعاً لسبب، الذي يقوم الطبيب بتشخيصه، علماً بأنه يمكن تحفيز نمو الشعر من خلال التغذية الصحية الغنية بالمعادن والفيتامينات، لا سيما فيتامين H المعروف أيضاً باسم "البيوتين"، والذي تتمثل مصادره الغذائية في صفار البيض وكبد البقر ورفانق الشوفان والجوز والحبوب الكاملة.

## أعلى الأفلام الأمريكية في ورطة كبيرة

قررت شركة أمريكية سحب فيلم رغم أنه كلف عشرات الملايين من الدولارات، واعتبر من بين الأفلام الأكثر كلفة في تاريخ السينما الأمريكية، بعدما نال نتائج سلبية في الاختبارات الأولية. وبحسب ما ذكرت شبكة "سكاي نيوز" البريطانية أمس الأربعاء فإن شركة وارنر برذرز قررت عدم المضي قدماً في عرض فيلم "بات غيريل" (البنت الطوطاة)، الذي يتمحور حول بطلة خارقة. وجاءت هذه الخطوة رغم أن تكلفة الفيلم الإنتاجية تصل إلى قرابة 100 مليون دولار بحسب بعض التقديرات، مما يجعله واحداً من أكثر الأفلام كلفة في تاريخ السينما الأمريكية. وأتى قرار سحب الفيلم في مرحلة ما بعد الإنتاج. وكان من المقرر أن يظهر الفيلم على خدمة البث (HBO Max) في خريف العام الجاري، بينما كانت تحدثت تقارير في أبريل الماضي عن أن الشركة المنتجة تريد عرض في دور السينما.

## الحروق الشمسية تصيب الشفاة أيضاً

أفادت مجلة المعنية بالصحة والجمال Brigitte بأن الحروق الشمسية تصيب الشفاة أيضاً، معللة ذلك بأن الشفاة تعد حساسة ونحيفة بفضل افتقارها للدهون، فضلاً عن أنها لا تحتوي على مادة "الميلانين" المسؤولة عن السُمرة. وأوضحت المجلة أن الحروق الشمسية تصيب الشفاة عند التعرض لأشعة الشمس المباشرة لفترة طويلة دون حماية، مشيرة إلى أن أعراض الإصابة بحروق شمسية تتمثل في احمرار وجفاف وتورم الشفاة والشعور بوخز بها وظهور بثور بها، علماً بأن هذه الأعراض تظهر بعد مرور 24 إلى 36 ساعة من التعرض المفرط لأشعة الشمس. ويمكن مواجهة الحروق الشمسية البسيطة من خلال بعض الوصفات المنزلية البسيطة مثل ماسك العسل أو ماسك اللبن الخشتر أو قطع الخيار الثلج أو كيس الشاي الأسود المثلج، مع شرب السوائل بكثرة. وإذا كانت الحروق الشمسية شديدة، فيمكن حينئذ تناول المسكنات، التي تحتوي على حمض أسيتيل الساليسيليك أو الإيبوبروفين. أما إذا كان هناك ألم وحمى، فيجب حينئذ استشارة الطبيب لمنع حدوث ندبات محتملة. ومن المهم أيضاً العناية بالشفاة بواسطة مستحضرات عناية تحتوي على مواد مرطبة مثل البانثينول أو اليوريا، في حين ينبغي الابتعاد عن مستحضرات العناية الغنية بالدهون، نظراً لأن الدهون تسد المسام وتؤدي إلى زيادة التكسد الحراري، كما ينبغي أيضاً الابتعاد عن مستحضرات العناية المحتوية على زيوت معدنية.

## دراسة أمريكية: فيتامين D3 مهم للعظام .. ولكن

يُوصى على نطاق واسع بتناول مكملات فيتامين D لتتمتع بصحة عظام جيدة، ولكن لا تتوافر بيانات علمية متسقة حول ما إذا كانت تمنع الكسور، بحسب ما نشرته دورية نيو إنغلاند الطبية. فقد أجرى علماء من مستشفى بريغهام والنساء، ثاني أكبر مستشفى تعليمي في كلية الطب بجامعة هارفارد، بالتعاون مع باحثين من جامعات كاليفورنيا وكلية الطب بجامعة كريتون في الولايات المتحدة، دراسة ثانوية، تأتي في إطار مشروع بحثي شامل يشار إليه اختصاراً بـ VITAL، لاختبار مدى تأثير فيتامين D وأوميغا-3، وما إذا كانت مكملات فيتامين D3 تؤدي إلى تقليل خطر الإصابة بالكسور مقارنة بالعلاج الوهمي. شملت التجربة اختبار ما إذا كانت جرعات من فيتامين D3 التكميلي تصل إلى حوالي 2000 وحدة دولية في اليوم -أو 1 غرام يومياً من كبسولات أوميغا-3، تمنع الإصابة بكسور العظام أو تمنح وقاية من السرطان وأمراض القلب والأوعية الدموية لدى الرجال 50 من العمر أو أكبر والنساء اللواتي تبلغن من العمر 55 عاماً أو أكبر. لم يتم اختيار المشاركين في الدراسة على أساس نقص فيتامين D أو انخفاض كتلة العظام أو هشاشة العظام. كما أبلغ المشاركون في الدراسة البالغ عددهم 25871 شخصاً، من بينهم 50.6% نساء، عن التعرض لإصابات بكسور عظام بسبب حوادث في الاستبيانات السنوية إلى جانب مراجعة سجلاتهم الطبية المركزية، لتحديد ما إذا كانت الكسور كلية أو كسور غير فقرية أو في الفخذين.



## نقل 112 امرأة إلى المشفى إثر تسرب غاز

نُقلت 112 امرأة هندية على الأقل إلى المستشفى بعد تسرب غاز في مصنع للألبسة في جنوب الهند، على ما ذكرت الشرطة الأربعاء. عانت العاملات من الغثيان والقيء في مصنع في منطقة أتشوتابورام بولاية أندرا براديش الجنوبية في ليل الثلاثاء إلى الأربعاء. وذكرت الشرطة لوكالة فرانس برس أن "وضع النسوة مستقر، ولم تسجل أي حالة وفاة، وتم فتح تحقيق في الحادث". وقعت حادثة مماثلة في حزيران-يونيو، في نفس المنطقة حيث فقدت 200 امرأة وعيها بعد تسرب غاز، بحسب قناة "إن دي تي في". في عام 2020، لقي خمسة أشخاص على الأقل حتفهم وتم نقل المئات إلى المستشفى بعد تسرب غاز في مصنع كيماويات في فيسالياكاتام، وهي مدينة ساحلية صناعية في الولاية نضسها. في 1984، تسرب 40 طناً من الغاز من مصنع المبيدات الحشرية في بوبال (وسط) ما أسفر عن مقتل 3500 شخص غالبية من المقيمين في مدن صفيح في محيط المنشأة. في أحد أسوأ الحوادث الصناعية في التاريخ.

## طالبت بعقد شراكات تنعكس بالأثر الإيجابي على العملية التعليمية والثقافية في دولة الإمارات شما بنت محمد تزور جامعة أكسفورد بالملكة المتحدة ضمن لقاءاتها في القارة الأوروبية



•• لندن - الفجر

زارت الشيخة د. شما بنت محمد بن خالد آل نهيان رئيس مجلس إدارة مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافية والتعليمية والشيخة حمدة بنت سعيد بن حمدان آل نهيان والشيخة روضة بنت نهيان بن زايد آل نهيان جامعة أكسفورد بالملكة المتحدة، والتي تحتل الصدارة في ترتيب الجامعات العالمية طبقاً لتصنيف التاييمز للجامعات عام 2022 وذلك ضمن لقاءاتها في القارة الأوروبية والتي تسعى فيها للتعرف على آليات العمل والتعليم داخل أعرق الجامعات العالمية، وعقد شراكات تنعكس على العملية التعليمية والثقافية في دولة الإمارات بالأثر الإيجابي من منطلق إيمانها بأن التبادل الثقافي والمعرفي والتفاعل الإيجابي بين الثقافات والذي يستند على الوعي بقيم التسامح والتعايش، يبدأ أولاً من الحوار المباشر والفكري ما بين المؤسسات التعليمية والثقافية بين المجتمعات.

وسمها: ( الإنسانية هي القيمة الأكبر؛ والتي تُعد الأرضية الرئيسية المشتركة بيننا ). وزارت الشيخة شما ( متحف جامعة أكسفورد للتاريخ الطبيعي) الذي يضم مجموعة ذات أهمية دولية لعينات التاريخ الطبيعي والحفريات، في مثال منهل للهندسة المعمارية الجديدة، فهو موطن لبرنامج نشط للبحث والتدريس والأحداث التي تركز على علوم البيئة الطبيعية. كما زارت متحف (أشمولي Ashmolean) وهو متحف الفنون والآثار بجامعة أكسفورد والذي تأسس عام 1683، ويعد أول متحف عام في بريطانيا، وموطن لنصف مليون عام من تاريخ البشرية والإبداع، من المومياء المصرية القديمة إلى الفن الحديث.

وعبرت الشيخة شما عن يقينها بأن الاتكاء على الشركات التي تجمع مختلف الثقافات الإنسانية، هو المنطلق الأهم والأساس القوي الذي يمكن أن نبني عليه تكامل ثقافي إنساني، يضم فيه كافة المجتمعات الإنسانية، وقد يساعد هذا على تجنب الكثير من الصراعات حول العالم، والذي يأتي بعضها نتيجة هذا التباين الثقافي بين المجموعات المتصارعة، كما طرحت سموها مبادرة (بعقد منتدى فكري) يعتمد على عقد لقاءات حوارية بين طلاب جامعة أكسفورد وطلاب الجامعات الإماراتية لتقريب المفاهيم بين الثقافات، وتقوية أواصر التبادل الفكري، من أجل تحقيق الثقافة الإنسانية التي تحمل السلام لكل إنسان على وجه الأرض دون تمييز، حيث قالت

وهنا أشارت الشيخة د. شما إلى دور التعاون بين المؤسسات العلمية والبحثية في إثراء حركة العلم والمعرفة حول العالم والمساهمة في تحقيق مستوى متقدم من التطور العلمي بين جميع دول العالم، مشيرة لبدء شراكة وتعاون بين الجامعة ومؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان التعليمية والثقافية بهدف تنفيذ البرامج المتميزة للجامعة بالإمارات. ثم توجهت الشيخة شما إلى زيارة مكتبة الجامعة الرئيسية والتي تُعد ثاني أكبر مكتبة في بريطانيا بعد المكتبة البريطانية الوطنية، واصطحبها في جولتها داخل المكتبة (ريتشارد أوفندين مدير مكتبة بودليان) وتعرفت على تاريخ المكتبة العريق الذي يرجع لأكثر من 400 عام، كما أهدت المكتبة مجموعة من الكتب

وكان في استقبالهن السيدة (كارولين رايس) وبدأت الزيارة بتقديم عرض تعريفي عن الجامعة، وما تقدمه من خدمات عملية وبحثية ذات تاريخ عميق في خدمة العلم والبشرية في كافة المجالات، وقد فاق عدد من حاز على جائزة نوبل في العلوم المختلفة في جامعة أكسفورد والمتسبين إليها على ما يزيد عن 55 عالماً، كما تناول العرض التعريفي بالبرامج المميزة التي تقدمها الجامعة ومنها: البرنامج الصيفي الذي تم تأسيسه قبل أكثر من 20 عاماً والذي يتم من خلال الشراكات والتعاون مع الجامعات والمؤسسات العلمية والتعليمية والثقافية حول العالم.



### الاحتفال بتخريجهم للسنة السادسة عشرة؛

### تخريج الدفعة السادسة عشرة لمركز

### وحضانة بساتين في نادي سيدات الشارقة

•• الشارقة - الفجر

احتفل مركز وحضانة بساتين التابع لنادي سيدات الشارقة بتخريج الدفعة السادسة عشرة لأطفال الحضانة، في حفل تم خلاله تقديم شهادات 19 طفلاً بمناسبة ختام الفصل الدراسي للعام 2022. ويحرص نادي سيدات الشارقة على إقامة هذا الحفل السنوي بمشاركة الأهالي فرحتهم بتخرج أطفالهم من الحضانة والاستعداد لمرحلة جديدة من التعليم. وتمنت خولة السركال، مدير عام نادي سيدات الشارقة الجهود الكبيرة وإتمام قرينة صاحب السمو حاكم الشارقة، سمو الشيخة جواهر بنت محمد القاسمي، رئيسة نادي سيدات الشارقة، ودعمها المتواصل لتحقيق رؤية مركز وحضانة بساتين إذ تحرص إمارة الشارقة في رعايتها واحتضانها للأجيال الجديدة، ما جعل منها واحدة من المدن الصديقة للأطفال والباحثين على مستوى العالم.

وعبرت السركال عن سعادتها بتخريج الدفعة السادسة عشر من الأطفال مؤكدة حرص المركز على توفير أعلى مستويات الخدمة والرعاية والاهتمام لجميع الأطفال سعياً منا للحفاظ على الجودة العالية من المعايير، والبرنامج الحضانة منذ تأسيسها بأهمية الدور الذي تلعبه المربيات والمعلمات في تنمية وتطوير قدرات ومهارات الطفل من النواحي الاجتماعية والفكرية والجسدية.

وذكرت "نحن في مركز وحضانة بساتين نقوم بتطبيق أفضل معايير الجودة والممارسات لرعاية الأطفال واتباع كافة الإجراءات القانونية المتبعة بتعيين معلمات ومربيات ذوي الشهادات المعتمدة دولياً وأكثرهم خبرة، كما تعتمد مناهج مرحلة التعليم المبكرة لتطوير مهارات الأطفال في بيئة تعليمية آمنة محفزة وصديقة للطفل من خلال التعلم عن طريق اللعب والاستكشاف وذلك وفقاً للإجراءات الاحترافية، مُمَنَّة جهود القائمين على المركز ودورهم الفعال في مركز وحضانة بساتين". وصاحب الحفل عرض تقديمي اشتمل على عدد من الفقرات والأنشطة التي نظّمها مركز وحضانة بساتين على مدار الأعوام الماضية من مناسبات وطنية ودينية وأنشطة رياضية وترفيهية، واختتم الحفل بتوزيع شهادات التخرج والهدايا على الطلاب. الجدير بالذكر أن مركز وحضانة بساتين أحد المراكز التي تتولى العناية بالطفل قبل دخوله مرحلة الروضة ويتم تعليمه عدداً من المهارات السلوكية، كما يتم تعليمه اللغة العربية ومبادئ الرياضيات وقراءة القرآن الكريم، ويعدّ المركز خلية للإبداع والمكان المفضل للمصغار لتحفيز خيالهم وإطلاق إبداعاتهم، من خلال تشجيعهم على استكشاف محيطهم في بيئة آمنة وصديقة تحت إشراف خبراء ومتخصصين.

## المعهد الوطني للتخصصات الصحية يمنح البورد الإماراتي لإدارة الخدمات العلاجية الخارجية

الأسرة، و25 في برامج طب الأسنان، و10 في تدريب الأسنان، وفي سبتمبر المقبل 29 متدرب سوف ينضمون لبرنامج الإقامة".

وفي معرض حديثها عن أهمية حصول "صحة" على هذا الاعتماد، صرّحت الدكتورة نورة الغيثي، المدير التنفيذي بالإنابة للخدمات العلاجية الخارجية، قائلة: "لطالما كان تطوير القدرات المهنية لموظفينا من أولوياتنا الأساسية في "صحة"، وهذا الاعتماد الذي حصلنا عليه مؤخراً خير دليل على التزام قيادتنا الرشيدة بأعلى المعايير الدولية عند تنفيذ مختلف البرامج التعليمية. ووصفتنا برنامج الإقامة الأقدم في دولة الإمارات، أشعر بفخر كبير حيال استمرارنا في الخدمات العلاجية الخارجية بالارتقاء بجودة خدماتنا والحفاظ على أعلى المعايير وتعزيز مستوى خدمات التعليم التي نقدمها، ويأتي هذا الاعتماد المرموق تأكيداً على مكانة الخدمات العلاجية الخارجية كمعهد رائد للتعليم الطبي، تتوفر فيه كافة المتطلبات لتقديم خدمات تدريب عالية الجودة إلى أخصائيي الرعاية الصحية في مختلف أنحاء دولة الإمارات".



العلاجية الخارجية من أقدم برامج الإقامة في دولة الإمارات العربية المتحدة، حيث أنه بدأ في عام 1994. وتخرج منه حتى الآن 164 متدرب. وحالياً، تم تسجيل 95 متدرباً، 60 متدرب في طب

وقائية ذات جودة عالية. وهذا الإنجاز هو نتيجته لجهود الفرق الطبية العاملة في الإدارة المتوافقة مع أعلى معايير الرعاية الصحية العالمية. ويعتبر برنامج الإقامة في الخدمات

منشآت "صحة"، تعتبر بوابة الدخول إلى الخدمات الصحية في أبوظبي، ويتمثل أهم أهدافها الاستراتيجية الرئيسية في تسهيل وصول جميع أفراد مجتمع الإمارات لخدمات علاجية عامة وتخصصية

•• العين - الفجر

قام الدكتور محمد الحوقاني، الأمين العام للمعهد الوطني للتخصصات الصحية، بتسليم شهادة الاعتماد المؤسسي للبورد الإماراتي إلى الخدمات العلاجية الخارجية، وذلك بعد استيفاء معايير الاعتماد المؤسسي للبورد الإماراتي. وذلك بحضور الدكتور غانم الحساني مدير إدارة التعليم بمجموعة "صحة" والدكتورة نوره خميس الغيثي، المدير التنفيذي بالإنابة للخدمات علاجية الخارجية، الدكتور عمر نصيب الجابري، المدير الطبي التنفيذي والدكتورة لطيفة محمد الكبيسي، مدير الإدارة الطبية. وأشار الدكتور محمد الحوقاني إلى أن حصول الخدمات العلاجية الخارجية على الاعتماد المؤسسي يُشكّل إنجازاً كبيراً يأتي تماشياً مع رؤية دولة الإمارات في تحسين جودة الخدمات العلاجية والتدريب والتأهيل للأطباء وفق أعلى معايير التقييم، وتقديم أفضل الخدمات التشخيصية والعلاجية للمرضى وذلك كإحدى استراتيجياتها عالية المستوى في تقديم الرعاية الصحية، خاصة وأن الخدمات العلاجية الخارجية، إحدى

### شرطة دبي عززت دورهم عبر برنامج سواعد الأمان

## 50 سفير أمان يساهمون في نقل المعارف الشرطية لزملائهم ومجتمعهم



سفراء الأمان، وإطلاعهم على القوانين التي تُعنى بالطفولة وتكفل حقوقهم، وهو ما يساهم في تنمية شخصياتهم. الجدير ذكره أن برنامج سفراء الأمان

المجتمع وخاصة فئة الأطفال، والعمل على تثقيفهم بالدور الشرطي. وبينت أن البرنامج عمل خلال دفعته الماضيتين على توظيف الطلبة للقيام بالمهام الوظيفية في شرطة دبي، وتأهيلهم ليكونوا سفراء في مدارسهم وأسرهم ومجتمعهم، مشيرة إلى أن البرنامج يهدف إلى تطوير مهارات الطلبة المشاركين عبر تكليفهم بمهام عمل في مختلف الإدارات العامة ومراكز الشرطة، ومنها مركزي شرطة الرائدة والقصاص، إلى جانب مركز شرطة الخيالة. ولفتت البلوشي إلى أن البرنامج منذ إنطلاقه، حظي بدعم من مختلف الشركاء الاستراتيجيين للقيادة العامة لشرطة دبي المعنيين بالطفولة، لدوره المهم في تعزيز الوعي وتنمية مهارات

لحقوق الإنسان على دورها في دعم الطفل والمرأة، إلى جانب التعرف على القوانين ذات الصلة بالطفولة وحقوقهم في المجتمع والأسرة. وفي أكاديمية شرطة دبي، شارك سفراء الأمان في العروض العسكرية، كما شاركوا في 9 محاضرات توعوية في عالم مدش استناد منها 1200 شخص. وحول البرنامج "سواعد الأمان"، أوضحت فاطمة البلوشي، رئيس مجلس سفراء القرار، شارك سفراء الأمان المنطلق قبل عامين بتوجيهات من معالي الفريق عبد الله خليفة المري، ومتابعة وإشراف من معالي مدير الإدارة العامة لحقوق الإنسان، في إطار حرص القيادة العامة لشرطة دبي على تعزيز التواصل مع مختلف شرائح

منصّة الابتكار، وقدموا 10 اقتراحات، وساعدوا في متابعة وتنظيم 16 زيارات علمية. وفي مركز الاتصال 901، شارك سفراء الأمان المختصين في الرد على 2150 مكالمة، وفي إدارة الإعلام الأمني شاركوا في إعداد 20 مقالاً صحفياً وتفتيت 24 مقابلة لجلة خالد، إلى جانب المشاركة في تنفيذ مشاريع إنتاج إذاعي وتلفزيوني. وفي مركز استشراف المستقبل ودعم اتخاذ القرار، شارك سفراء الأمان المختصين في إعداد 16 مادة توعوية، واستمعوا في إدارة الطب الشرعي لشرح تعليمي حول موضوع "الإنسان والطب الشرعي". وفي إدارة التوعية الأمنية، شارك الطلبة في إعداد 8 رسائل توعوية، فيما اطلعوا على إدارة حماية المرأة والطفل في الإدارة العامة

من المهام الشرطية التخصصية في مختلف الحقول العلمية. وساهم سفراء الأمان ضمن عملهم في الإدارة العامة للذكاء الاصطناعي مع المختصين والتقنيين في تجهيز 20 حاسب آلي جديد، وإعادة تجهيز 24 حاسباً، إلى جانب الاطلاع في الإدارة العامة للتحريات والمباحث الجنائية على آليات تلقي مختلف أنواع البلاغات. ونفذ سفراء الأمان 126 زيارة ميدانية لمراكز الشرطة الذكية "SPS" بهدف التعرف على الخدمات التي تقدمها إلى أفراد الجمهور على مدار الساعة ودون أي تدخل بشري، إلى جانب عملهم بمختبر الابتكار في شرطة دبي عبر مساعدتهم الموظفين في تقديم شرح 40 زائراً حول

•• دبي - الفجر:

تمكن برنامج "سواعد الأمان" الذي أطلقته القيادة العامة لشرطة دبي بتوجيهات من معالي الفريق عبد الله خليفة المري، القائد العام لشرطة دبي، من تخريج 50 طالباً وطالبة خلال العامين الماضيين، ليكونوا "سفراء أمان" في مجتمعهم، عبر تثقيفهم بطبيعة عمل ومهام الشرطة لنقلها وتعريف زملائهم في المدارس والمجتمع بها. واستطاع برنامج "سواعد الأمان" الذي يُعنى بتوظيف الطلبة للقيام بالمهام الوظيفية في شرطة دبي، وتأهيلهم من أجل بناء جيل متسلح بالعلم والمعرفة والوعي، من تمكينهم من تنفيذ العديد



# منوعات الفكر

23

تؤكد الدراسات أن التدخين قد يؤدي إلى الإدمان عليه كإدمان الهيروين والكوكايين، فيما السؤال: ما الذي يجعل المدخن يتوق للسيجارة؟  
اتضح أن الإجابة تتعلق بالتبغ الذي يغير طريقة عمل أدمغتنا، مما يجعلنا نريد المزيد منه، وفقا لإدارة الغذاء والدواء الأمريكية.



دماغ المدخن يحتاج إلى النيكوتين ليعمل بشكل جيد

## التدخين . . لماذا يسبب التبغ الإدمان؟

عن التدخين، لأن التعرض للنيكوتين يمكن أن يعطل نمو الدماغ، وفقا لإدارة الغذاء والدواء. ومن السهل على المدخنين الصغار أن يتورطوا. وأظهرت دراسات تصوير الدماغ أنه بينما تتضخ أنظمة المكافأة في الدماغ ميكرا، فإن مركز التحكم في قشرة الفص الجبهي ينضج ببطء، وفقا لتقرير صدر عام 2012 نُشر في الأصل في Cold Spring Harbour Perspectives in Medicine "بالمقارنة مع البالغين، يكون المراهقون عموما أكثر تحفيزا بالمكافآت، وهم أقل كرها للمخاطر، ويتأثرون بسهولة أكثر بأقرانهم".

لكن هل بعض الناس أكثر عرضة للإدمان من غيرهم؟ وهل يواجه الجميع صعوبات مماثلة عندما يتعلق الأمر بالإقلاع عن التدخين، أو هل يجد البعض أنه من السهل نسبيا الابتعاد عن التدخين؟ قال ليدجيروود: "لا أعتقد أن الناس محصنون ضد الإدمان، قد يكون بعض الناس أكثر عرضة للإدمان من غيرهم، ومن المؤكد أنه يبدو أن التعرض للمواد المسببة للإدمان في سن مبكرة يعرض المرء لخطر أكبر للإصابة بالإدمان".

وتم تطوير اختبار Fagerström للاعتماد على النيكوتين عام 1978 من قبل عالم النفس السويدي Karl-Olov Fagerström، وهو استبيان يستخدم لتحديد مستوى اعتماد الفرد على النيكوتين المرتبط بتدخين السجائر من الاختبار بالدم من التكرارات منذ تقديمه، لكنه لا يزال قيد الاستخدام حتى يومنا هذا، ولا يزال أحد الطرق الرئيسية لتقييم الإدمان.

تتضمن الأسئلة في الاختبار السؤال عن الوقت الذي يدخن فيه الفرد سيجارته الأولى في اليوم، وكم عدد السجائر التي يدخنها كل يوم، وما إذا كان سيدخن حتى لو كان مريضا لدرجة تجعله مقيدا في سريره. أوضح ليدجيروود أنه عندما يسجل شخص ما درجات عالية بشكل خاص في هذا الاختبار، فمن المحتمل أن يكون ذلك بسبب أكثر من مجرد رغبة الجسم في تلقي ضربات متكررة من النيكوتين. قال ليدجيروود: "بالنسبة للعديد من المدخنين، هناك عوامل قوية تساهم في تدخينهم، غالبا ما ينشأ هؤلاء الأفراد في منازل يدخن فيها الآباء، وقد تم تصميم السلوك لهم. وأردف: "لا تزال السجائر متاحة بسهولة في العديد من الأماكن، وعلى الرغم من وجود قيود على الأماكن التي يمكن للأشخاص التدخين فيها، إلا أنه لا يزال هناك العديد من الفرص للأشخاص للتدخين في الأماكن العامة، ولا يزال هناك أيضا العديد من صور التدخين في الثقافة الشعبية قد يسهم ذلك في الشعور بأن التدخين

بمجرد دخول المخ، يرتبط النيكوتين بالمستقبلات التي تطلق الدوبامين الكيميائي "السعيد" في الدماغ وينشطها، مما يجعل الناس يشعرون بالرضا، ونتيجة لذلك سرعان ما اعتبرت أدمغة المدخنين النيكوتين مادة "تبعث على الشعور بالرضا"، وسوف تتوق إليها في السجائر بين السجائر. يزيد التدخين المزمن من عدد مستقبلات النيكوتين في الدماغ، وهو ما يفسر سبب امتلاك المدخنين المدمنين لهذه المستقبلات بمليارات أكثر من غير المدخنين، سيما ذكرت مايو كلينيك.

وقال ليدجيروود: "إذا كان شخص ما يدخن بانتظام لأشهر وستوات، فإن دماغه سوف يعتاد على النيكوتين لدرجة أنه في النهاية، يحتاج إلى النيكوتين ليعمل بشكل جيد، خلال الفترات التي لا يدخن فيها الشخص الدم، قد يعاني من أعراض الانسحاب الجسدي حتى يتمكن دماغه من التكيف مع غياب النيكوتين.

تشمل هذه الأعراض عدم القدرة على التركيز والأرق والانتاب وقلّة الشهية".

وأضاف ليدجيروود: "إن هذا من بين عوامل أخرى يفسر سبب معاناة الكثير من المدخنين للتخلي عن هذه

العادة، أضف إلى هذا التأثير الفسيولوجي أن السجائر قانونية، ومتوفرة في أي محطة وقود أو متجر زاوية، ولا يزال من الممكن تدخينها في العديد من المواقع المختلفة، يصبح من الصعب للغاية على أي شخص يرغب في الإقلاع عن التدخين القيام بذلك".

قد يجد الأشخاص الذين بدأوا في استخدام منتجات التبغ وهم أطفال أو مراهقون صعوبة خاصة في الإقلاع عن التدخين. وأضاف ليدجيروود: "إن هذا من بين عوامل أخرى يفسر سبب معاناة الكثير من المدخنين للتخلي عن هذه

قال رئيس قسم الطب النفسي في قسم الطب النفسي في جامعة تورنتو برنارد لو فول: "يُعرف الإدمان في المقام الأول على أنه فقدان السيطرة على استخدام مادة ما والاستمرار في استخدامها بالرغم من العواقب". وأضاف لو فول: "بمجرد تطوير إدمان مادة ما، سيحس الناس بالرغبة الشديدة / أو الانسحاب عند عدم استخدامه لفترة زمنية معينة، التبغ يسبب الإدمان لأنه يحتوي على النيكوتين، وهو مادة ذات تأثير نفسي مع إمكانية إدمان عالية".

وبحسب موقع لايف ساينس أوضح لو فول أن المادة ذات التأثير النفسي هي المادة التي تؤثر على كيفية عمل الدماغ، ووفقا للمعهد الوطني للسرطان (NCI)، "تسبب تغيرات في المزاج أو الإدراك أو الأفكار أو المشاعر أو السلوك، وتشمل الأمثلة الأخرى للمواد ذات التأثير النفسي LSD والكحول والكافيين.

قال عالم النفس الإكلينيكي في قسم أبحاث تعاطي المواد المخدرة في جامعة واين ستيت في ديترويت ديفيد ليدجيروود: "يسبب النيكوتين الإدمان بشكل خاص عند تدخينه أو دخوله إلى الرئتين لأن ظهور التأثيرات الشبيهة بالمنشط يحدث بسرعة كبيرة من خلال هذا المسار للإدمان".

في حين أن "الضربة" الأولية المتمثلة في الاستمتاع بتدخين سيجارة يتم الشعور بها على الفور تقريبا، فإنها تختفي أيضا بسرعة والتي، وفقا ليدجيروود، تدفع المدخنين إلى استهلاك منتجات التبغ بشكل متكرر في محاولة لتحقيق نفس التجربة المنشطة. ووفقا لمايو كلينيك عندما يتم استهلاك التبغ، ترتفع مستويات النيكوتين في مجرى الدم وتدخل إلى الدماغ،



للإدمان على المخدرات بالعوامل الوراثية". وعلى الرغم من المخاطر العديدة المرتبطة بالتدخين، وعلى الرغم من أنه يُعتقد أنه يساهم في وفاة 8 ملايين شخص في جميع أنحاء العالم كل عام، بما في ذلك 1.2 مليون يموتون من التعرض للتدخين غير المباشر، لا يزال التبغ متاحا على نطاق واسع ويمكن الوصول إليها بسهولة.

ووفقا لمايو كلينيك في حين أن الإدمان يحدث بسرعة، فإن الفوائد الصحية كذلك بمجرد الإقلاع عن التدخين، في غضون 20 دقيقة من تدخين سيجارة، ينخفض معدل ضربات القلب في غضون 12 ساعة، تعود مستويات غاز أول أكسيد الكربون إلى طبيعتها في الدم، في غضون ثلاثة أشهر، تتحسن وظائف الرئة والدورة الدموية وبعد عام، ينخفض خطر الإصابة بنوبة قلبية بمقدار النصف.



## سبع عادات صحية يمكن للالتزام بها درء خطر الإصابة بسكتة دماغية



زعمت أبحاث جديدة أن سبع عادات صحية يمكن أن تقلل لدرجة النصف تعرض الناس لسكتة دماغية تهدد حياتهم. ويقول الباحثون من جامعة تكساس في هيوستن، إن الالتزام بهذه العادات الصحية قد يقلل من خطر الإصابة بسكتة دماغية بمقدار النصف تقريبا. وتشمل هذه العادات السبع الإقلاع عن التدخين، وممارسة النشاط البدني، والحفاظ على نظام غذائي جيد، وفقدان الوزن، والحفاظ على ضغط دم طبيعي، والسيطرة على الكوليسترول وخفض نسبة السكر في الدم.

ويوضح الباحثون أن الحفاظ على نظام غذائي جيد وممارسة الرياضة بانتظام يمكن أن يوازن أي خطر وراثي. وتابع الخبراء 11500 من البالغين في الولايات المتحدة، تتراوح أعمارهم بين 45 و 64 عاما، ما يقارب 30 عاما، حيث شاهدوا كيف أثر أسلوب حياتهم على خطر الإصابة بالسكتة الدماغية. ويُطلق على هذه العادات التي ابتكرتها جمعية القلب الأمريكية، اسم "Life's Simple 7". ومن المعروف أن العمر وارتفاع ضغط الدم والتدخين والسمنة ونمط الحياة غير المستقر ومرض السكري تزيد من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية. ويتمثل عامل الخطر الأكبر في التاريخ العائلي للحالة.

وأشار الباحثون إلى أن هذه الممارسات أضافت ما يقارب ست سنوات أخرى من الحياة الخالية من السكتات الدماغية. وشهدت المجموعة الأكثر صحة أقل عدد من حالات السكتة الدماغية (6%) بينما كانت النسبة الأكبر في أولئك الذين اتبعوا العادات الأقل (57%). وقالت البروفيسورة ميريام فورنغ عالمة الوراثة بجامعة تكساس في هيوستن، التي قادت الدراسة: "أكدت دراستنا أن تعديل عوامل الخطر المتعلقة بنمط الحياة يمكن أن يوازن الخطر الجيني للإصابة بالسكتة الدماغية".

الأدوية التي يتناولونها، في حين تم قياس نسبة السكر في الدم بناء على ما إذا كانوا يعانون من مرض السكري. وتم تسجيل حالة التدخين، ومؤشرات كتلة الجسم ووزن الجسم، وتم تخمين النظام الغذائي من خلال استبيان لتناول الفاكهة والخضروات، وقياس النشاط البدني بالدقائق في الأسبوع. وكان المشاركون الأكثر عرضة للمخاطر الوراثية وأساءوا صحة القلب هم الأكثر عرضة للإصابة بسكتة دماغية على مدى حياتهم، بنحو 25%. لكن بالنسبة لأولئك الذين التزموا ببرنامج Life's Simple 7، فقد انخفض الخطر لديهم بنسبة 30% إلى 43%. كما يظهر التحليل.

وتم إعطاء جميع المشاركين "درجة خطر الإصابة بالسكتة الدماغية متعددة الجينات"، بناء على اختبارات الدم التي حددت الطفرات المندرة المرتبطة بالأحداث الميئة. وقيم هذا مدى احتمالية تعرضهم لسكتة دماغية خلال حياتهم، بناء على الحمض النووي الخاص بهم فقط. كما فحص الباحثون سجلاتهم الطبية لمعرفة مدى اتباعهم لعادات نمط الحياة السبع. وسجلوا انخفاض مستوى الكوليسترول بناء على ما إذا كانوا يتناولون الأدوية التي تخفض الدهون، مثل العقاقير الخفضة للكوليسترول، ومقدار الجرعات، وقاس الفريق ضغط الدم للمشاركين من خلال

تتضمن الأسئلة في الاختبار السؤال عن الوقت الذي يدخن فيه الفرد سيجارته الأولى في اليوم، وكم عدد السجائر التي يدخنها كل يوم، وما إذا كان سيدخن حتى لو كان مريضا لدرجة تجعله مقيدا في سريره. أوضح ليدجيروود أنه عندما يسجل شخص ما درجات عالية بشكل خاص في هذا الاختبار، فمن المحتمل أن يكون ذلك بسبب أكثر من مجرد رغبة الجسم في تلقي ضربات متكررة من النيكوتين. قال ليدجيروود: "بالنسبة للعديد من المدخنين، هناك عوامل قوية تساهم في تدخينهم، غالبا ما ينشأ هؤلاء الأفراد في منازل يدخن فيها الآباء، وقد تم تصميم السلوك لهم. وأردف: "لا تزال السجائر متاحة بسهولة في العديد من الأماكن، وعلى الرغم من وجود قيود على الأماكن التي يمكن للأشخاص التدخين فيها، إلا أنه لا يزال هناك العديد من الفرص للأشخاص للتدخين في الأماكن العامة، ولا يزال هناك أيضا العديد من صور التدخين في الثقافة الشعبية قد يسهم ذلك في الشعور بأن التدخين

ويوضح الباحثون أن الحفاظ على نظام غذائي جيد وممارسة الرياضة بانتظام يمكن أن يوازن أي خطر وراثي. وتابع الخبراء 11500 من البالغين في الولايات المتحدة، تتراوح أعمارهم بين 45 و 64 عاما، ما يقارب 30 عاما، حيث شاهدوا كيف أثر أسلوب حياتهم على خطر الإصابة بالسكتة الدماغية. ويُطلق على هذه العادات التي ابتكرتها جمعية القلب الأمريكية، اسم "Life's Simple 7". ومن المعروف أن العمر وارتفاع ضغط الدم والتدخين والسمنة ونمط الحياة غير المستقر ومرض السكري تزيد من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية. ويتمثل عامل الخطر الأكبر في التاريخ العائلي للحالة.

ويوضح الباحثون أن الحفاظ على نظام غذائي جيد وممارسة الرياضة بانتظام يمكن أن يوازن أي خطر وراثي. وتابع الخبراء 11500 من البالغين في الولايات المتحدة، تتراوح أعمارهم بين 45 و 64 عاما، ما يقارب 30 عاما، حيث شاهدوا كيف أثر أسلوب حياتهم على خطر الإصابة بالسكتة الدماغية. ويُطلق على هذه العادات التي ابتكرتها جمعية القلب الأمريكية، اسم "Life's Simple 7". ومن المعروف أن العمر وارتفاع ضغط الدم والتدخين والسمنة ونمط الحياة غير المستقر ومرض السكري تزيد من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية. ويتمثل عامل الخطر الأكبر في التاريخ العائلي للحالة.



**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان منفذ ضده بالنشر  
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - مناف مادموس هانان  
إخطار دفع في القضية رقم SHCXCIBOUNCE2022/0004053 والشيكات المرتجعة إلى المحكوم عليه : مناف مادموس هانان  
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورته عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ:ورثة عوض احمد الجزائري - الجنسية مصري ، في القضية المشار اليها اعلاه، وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف ١٩٥٠٠ لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (١٥) يوما من تاريخ اعلانك/إعلانكم بهذا الاخطار ، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستتحذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان منفذ ضده بالنشر  
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - فيرديك أودنجا  
إخطار دفع في القضية رقم 0003748/SHCXCIBOUNCE2022 والشيكات المرتجعة إلى المحكوم عليه : فيرديك أودنجا  
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورته عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ: مصرف الشارقة الاسلامي ، في القضية المشار اليها اعلاه، وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف ٧٣٩٠ لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (١٥) يوما من تاريخ اعلانك/إعلانكم بهذا الاخطار ، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستتحذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان منفذ ضده بالنشر  
محكمة أم القيوين الاتحادية  
إخطار دفع في القضية رقم 0000122/UAQCXCIBOUNCE2022 والشيكات المرتجعة إلى المنفذ ضده : راشد عبدالرحمن محمد أكبر البلوشي  
العنوان: يعن بالنشر  
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورته عنه ضدك لصالح المنفذ: مصرف الشارقة الاسلامي ، في القضية المشار اليها اعلاه، وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي ٢٣٤٣١٣٠٠ رهم بالإضافة الى الرسوم والمصاريف لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (١٥) يوما من تاريخ اعلانك/إعلانكم بهذا الاخطار ، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستتحذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**  
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
رقم العاملة MOJAU\_2022- 0077732  
تنازل / وبيع  
ليكن معلوما للجميع بان السيدة: شيجي براجيت افانجيكاتيل كريشناثوني ، ترغب في البيع والتنازل عن كامل حصتها البالغة 50% وذلك الى للسيدة/واحدة نيلامبيلي راجان راجان نيلامبيلي ابو كوتان - الجنسية الهند ، وذلك في الرخصة المهنية بوكيل خدمات السمة (صالون القصة المالية للحلاقة) المرخصة برقم 772399 الصادرة من دائرة التنمية الاقتصادية بحكومة الشارقة.  
وعملابض المالة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شان الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكور لاتباع الاجراءات القانونية.

الكاتب العدل

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان مدعي عليه بالنشر  
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية في الدعوى رقم SHFCICIPOR2022/0002302 تجاري (جزئي)  
إلى المدعي عليه : مصبح مائع جمعة الفويس السويدي  
مجهول محل الإقامة  
الحكم بالزام المدعي عليها بالتضامن والتضام والتكافل فيما بينهما بان يؤدي للمدعية مبلغ وقدره (98.010.14) عمانية وتسعون الفا وعشرة دراهم واربعه عشر فلسا ، والفائدة القانونية بواقع 9 % من تاريخ المطالبة القضائية وحتى تمام السداد - الزام المدعي عليها بالرسوم والمصاريف ومقابل تعاب المحاماة.  
لذا انت مكلف بالحضور بجلسة 2022/8/16 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 10) شخصيا او بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه - بوضف مدعي عليه. حرر بتاريخ 2022/8/2

مكتب الخدمات القضائية  
عائشة عبدالله آل علي

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**  
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
رقم العاملة MOJAU\_2022- 0080283  
تنازل / بيع  
يرجى العلم انه سيقوم الكاتبات العدل العام بالتصديق على تنازل عن الرخصة بين الأطراف المذكورة.  
من الطرف الأول : اسماعيل عبدكريم صالح عبدالكريم المنصورى - الجنسية الامارات بكامل حصصه 100%  
إلى الطرف الثاني : احمد خميس راشد ابوسهم النقبى - الجنسية الامارات بالاسم التجاري (بقالة الحوامي) نشاط الرخصة (بقالة) والمرخص من دائرة التنمية الاقتصادية في خورفكان - الشارقة رخصة تجاري برقم 141396 الصادرة بتاريخ 1991/6/9 في دائرة التنمية الاقتصادية في خورفكان تنازل صاحب الرخصة لآخر وعليه سيقوم الكاتبات العدل العام بالتصديق على التنازل بعد انقضاء 14 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان منفذ ضده بالنشر  
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - مونايزا لصناعة الاثاث ذ.م.م.  
إخطار دفع في القضية رقم 0004014/SHCXCIREA2022 مدني جزئي  
إلى المحكوم عليه : مونايزا لصناعة الاثاث ذ.م.  
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورته عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ: محمد احمد محمد الشريف ، الجنسية أردني ، في القضية المشار اليها اعلاه، وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف ٥٢٠٤ لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (١٥) يوما من تاريخ اعلانك/إعلانكم بهذا الاخطار ، وفي حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستتحذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**  
إدارة الكاتبات العدل والتصديقات

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
رقم العاملة MOJAU\_2022- 0080408  
تنازل / وبيع  
ليكن معلوما للجميع بان السيد: سالم سعيد ثاني جمعة خوان ، الجنسية الامارات يرغب في البيع والتنازل عن كامل حصته والبالغة 100% وذلك الى السيد: محمد كل نظر محمد الجنسية افغانستان في الرخصة (بقالة النضال) والتي تأسست بامارة الشارقة بموجب رخصة رقم 522100 صادرة من دائرة التنمية الاقتصادية.  
تعديلات اخرى: تنازل صاحب الرخصة لآخر ، تغيير الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى وكيل خدمات  
وعملابض المالة (14) فقرة (5) من احكام القانون الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شان الكاتبات العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا الاعلان فمن لديه اي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتبات العدل المذكور لاتباع الاجراءات القانونية.

الكاتب العدل

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي  
اسم المصفي : ائتش ايه ام لتدقيق الحسابات  
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - هاتف : 042973060 فاكس : 042973071  
بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتنصيف كاتلوس بروفايلز لتجارة مواد الميكروس ش.م.م. وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/7/27 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/7/27 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبته الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة  
اسم الشركة : كاتلوس بروفايلز لتجارة مواد الميكروس ش.م.م.  
العنوان : مكتب رقم BC10 ملك الامارات ريت المحدودة - مجمع دبي للاستثمار الاول - بر دبي الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد ذ.م.م. رقم الرخصة : 967020 رقم الفيد بالسجل التجاري : 1586388 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة اعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/7/27 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/7/27 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ائتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - هاتف : 042973060 فاكس : 042973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي  
اسم المصفي : ائتش ايه ام لتدقيق الحسابات  
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - هاتف : 042973060 فاكس : 042973071  
بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتنصيف لوتجوير ابي اور جلاس للتجارة ش.م.م. وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/7/12 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/7/12 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبته الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة  
اسم الشركة : لوتجوير ابي اور جلاس لتجارة ش.م.م.  
العنوان : مكتب طابق ميزانين ملك سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم - الكرامة استامدة B الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة 816295 رقم الفيد بالسجل التجاري : 1368115 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة اعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/7/12 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/7/12 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ائتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - هاتف : 042973060 فاكس : 042973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم ٥٠٠١/٢٠٢٢/٢٥٢ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣٠  
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرتجع رقم (٥٠٠١٢) والصادر عن محمد عدوي حسن طلب بقيمة (٢٥٠٠٠) مع الزام المدف ضده بالرسوم والمصاريف وتعاب المحاماة.  
طالب التنفيذ : التسبير العالمية لتجارة العامة ش.م.م.  
عنوانه: الإمارات - امارة دبي - المرقبات - ديرة - دبي - شارع شارع بوكر الصديق - مبنى مركز البحوث التجاري - شقة ٤٠٨  
إلى محمد عدوي حسن طلب - صفته : منفذ ضده  
موضوع الاعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٥٠٢٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان مدعي عليه بالنشر  
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية في الدعوى رقم SHFCICIPOR2022/0002302 تجاري (جزئي)  
إلى المدعي عليه : معمل حوثات هيل زعفران مؤسسة فردية  
مجهول محل الإقامة  
الحكم بالزام المدعي عليها بالتضامن والتضام والتكافل فيما بينهما بان يؤدي للمدعية مبلغ وقدره (98.010.14) عمانية وتسعون الفا وعشرة دراهم واربعه عشر فلسا ، والفائدة القانونية بواقع 9 % من تاريخ المطالبة القضائية وحتى تمام السداد - الزام المدعي عليها بالرسوم والمصاريف ومقابل تعاب المحاماة.  
لذا انت مكلف بالحضور بجلسة 2022/8/16 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 10) شخصيا او بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رقمها اعلاه - بوضف مدعي عليه. حرر بتاريخ 2022/8/2

مكتب الخدمات القضائية  
عائشة عبدالله آل علي

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي  
اسم المصفي : ائتش ايه ام لتدقيق الحسابات  
العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - هاتف : 042973060 فاكس : 042973071  
بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتنصيف سويرماركت يعنى ش.م.م. وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/7/26 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/7/13 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبته الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة  
اسم الشركة : سويرماركت يعنى ش.م.م.  
العنوان : محل 7 ملك مؤسسة الاوقاف وشؤون النصر - محيصة الثالثة الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 883048 رقم الفيد بالسجل التجاري : 1489166 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة اعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2022/7/26 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2022/7/13 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ائتش ايه ام لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب - ديرة - بورسعيد - هاتف : 042973060 فاكس : 042973071 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم ٤٢٤٥/٢٠٢٢/٢٥٢ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣٠  
موضوع التنفيذ : نزول الشيكين رقمي (٥٠٠٤٧ و ٥٠٠٤٨) والحسوبيين على بنك راس الخيمة بالصيغة التنفيذية ومنع المنفذ ضده من السفر والتعميم على كافة منافذ الدولة .  
طالب التنفيذ : التسبير العالمية لتجارة العامة ش.م.م.  
عنوانه: الإمارات - امارة دبي - المرقبات - ديرة - دبي - شارع شارع بوكر الصديق - مبنى مركز البحوث التجاري - شقة ٤٠٨  
إلى ياسر هاشم سعد شاكر - صفته : منفذ ضده  
موضوع الاعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٣١٥٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم ٤٨٤١/٢٠٢٢/٢٥٢ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣٠  
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرتجع رقم (٧٠٠٠٤) والصادر عن ام بي ابي سارك ستار لتجارة العامة ش.م.م. والواقع من كلا من هشام حسين عطية عبود ميسره بركات عبدالقادر بركات مجتمعين وضيعة (٥٠٠٠٠).  
طالب التنفيذ : التسبير العالمية لتجارة العامة ش.م.م.  
عنوانه: الإمارات - امارة دبي - المرقبات - ديرة - دبي - شارع شارع بوكر الصديق - مبنى مركز البحوث التجاري - شقة ٤٠٨  
إلى ميسره بركات عبدالقادر بركات - ام بي ابي سارك لتجارة العامة ش.م.م. - هشام حسين عطية عبود - صفته: منفذ ضدهم  
موضوع الاعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٥٠٠٠٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم ٦٤٠٦/٢٠٢٢/٢٥٢ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣٠  
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرتجع رقم (١٠٠٠٢٢) والصادر عن نبيل علي محمد ارشد ذ.م.م. وموقع من وليد عثمان عطية الله محمد بقيمة (١٠٢٥٤) درهم .  
طالب التنفيذ : التسبير العالمية لتجارة العامة ش.م.م.  
عنوانه: الإمارات - امارة دبي - المرقبات - ديرة - دبي - شارع شارع بوكر الصديق - مبنى مركز البحوث التجاري - شقة ٤٠٨  
إلى نبيل علي محمد ارشد - صفته : منفذ ضده  
موضوع الاعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٧٧٠٠٨) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم ٥٠٠١/٢٠٢٢/٢٥٢ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣٠  
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرتجع رقم (٥٠٠١٢) والصادر عن ميراج للمياه المدنية ذ.م.م. وموقع من وليد عثمان عطية الله محمد بقيمة (١٠٢٥٤) درهم .  
طالب التنفيذ : التسبير العالمية لتجارة العامة ش.م.م.  
عنوانه: الإمارات - امارة دبي - المرقبات - ديرة - دبي - شارع شارع بوكر الصديق - مبنى مركز البحوث التجاري - شقة ٤٠٨  
إلى ميراج للمياه المدنية ذ.م.م. - صفته : منفذ ضدها  
موضوع الاعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٢٣١٥٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم ٤٤٩٩/٢٠٢٢/٢٥٢ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣٠  
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرتجع رقم (٥٠١١٢) والصادر عن عثمان به محمد ناصر بقيمة (٥٢٥٠) مسحوبا على بنك ابوظبي الاسلامي مع الزامه بالرسوم والمصاريف .  
طالب التنفيذ : التسبير العالمية لتجارة العامة ش.م.م.  
عنوانه: الإمارات - امارة دبي - المرقبات - ديرة - دبي - شارع شارع بوكر الصديق - مبنى مركز البحوث التجاري - شقة ٤٠٨  
إلى عثمان به محمد احمد ناصر - صفته : منفذ ضده  
موضوع الاعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٥١٠٤١) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
مذكرة اعلان بالنشر (استئناف)  
في الاستئناف رقم: ١٢٢٥/٢٠٢٢/٢١٥ استئناف عمالي  
المنظورة في: دائرة الاستئناف العمالية الرابعة رقم ٢٠٦  
موضوع الاستئناف : استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم: ٢٠٢١/٨/٤٤ عمالي جزئي والرسوم والمصاريف والالتزام  
المتأنف: يوسف فلانك موزك بولس ابراهيم  
عنوانه: الإمارات - امارة الشارقة  
ويمثله: فهيد سلطان محمد بهارون آل علي  
إلى: الشركة القطرية للحرساة الجاهزة ش.م.م. - صفته: متأنف ضده  
موضوع الاعلان : قد استأنف القرار الحكم الصادر بالدعوى رقم: ٢٠٢١/٨/٤٤ عمالي جزئي. وحدث لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠٢٢/٨/١٧ الساعة ١٠٠٠ ببقاعة القاضي عن بعد وعليه يقتضى حضوركم او من يملككم قانونا وفي حالة تخلفكم سترسخ محاكمكم غيابيا.

رئيس القسم

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم ٥٧٢٢/٢٠٢٢/٢١١ تنفيذ عمالي المنظورة في: دائرة التنفيذ الرابعة رقم ١٨١  
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٤٥٢/٢٠٢٠ تجاري جزئي والبال استئناف رقم ٢٠٢١/٣٧٧ عمالي تجاري ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٥٠٧٤٤) درهم شامل للرسوم والمصاريف  
طالب التنفيذ : رستم صادق فاني  
عنوانه: الإمارات - امارة الشارقة - الحجاز - الشارقة - شارع الحان - مبنى البرج الاول - شقة ١٢٠٠٢٠٢ - تباية تحصيل  
المطلوب اعلانهم : ١ - شركة أمانيات بروبريتز ناين ليتمت - الطائفة في جزر العذراء البريطانية ويمثلها داخل الدولة المدعي عليها ٢ - أمانيات بروبريتز ناين ليتمت ش.م.م. ٣ - باه بروبريتز ناين ليتمت - صفته: منفذ ضدهم  
موضوع الاعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٤٧٤٥٠٠٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

**الإمارات العربية المتحدة**  
**وزارة العدل**

العدد ١٣٦١١ بتاريخ ٢٠٢٢/٨/٤  
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر  
في التنفيذ رقم ٤٤٩٩/٢٠٢٢/٢٥٢ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ التاسعة رقم ٢٣٠  
موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرتجع رقم (٥٠١١٢) والصادر عن عثمان به محمد ناصر بقيمة (٥٢٥٠) مسحوبا على بنك ابوظبي الاسلامي مع الزامه بالرسوم والمصاريف .  
طالب التنفيذ : التسبير العالمية لتجارة العامة ش.م.م.  
عنوانه: الإمارات - امارة دبي - المرقبات - ديرة - دبي - شارع شارع بوكر الصديق - مبنى مركز البحوث التجاري - شقة ٤٠٨  
إلى عثمان به محمد احمد ناصر - صفته : منفذ ضده  
موضوع الاعلان : قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (٥١٠٤١) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة ، وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة



## الجامعة القاسمية تصدر العدد السابع من مجلة «منارة القاسمية»

•• الشارقة - الفجر:

أصدرت الجامعة القاسمية عددها السابع من مجلتها الثقافية المتنوعة (منارة القاسمية) لترصد أبرز مراحل تطور الجامعة وما نفذته من برامج وفعاليات طيلة عام دراسي، علاوة على إبراز أعمال الطلبة وإنجازات الخريجين من مختلف الكليات. وضمت المجلة عناوين عدة بأقلام أعضاء الهيئة التدريسية بالجامعة. وتمثل المجلة الثقافية «منارة القاسمية» نافذة إعلامية مطبوعة وإلكترونية ترصد فيها أبرز أنشطة الجامعة، وما تشهده من تطورات أكاديمية، وتصدر بشكل دوري.



فيما ضم العدد في صفحة بأقلامهم مقالاً للأستاذ الدكتور عبد الكريم عثمان علي القائم بأعمال عميد كلية القرآن الكريم بعنوان «من هدايات القرآن الكريم في التفكير السليم»، وموضوع الحج ملتقى الحضارات ومجمع

بموضوع حمل عنوان (استلهام الحضارة العربية على أرض الشارقة)، كما تطرق العدد إلى افتتاح مبنى كلية الاتصال وما يضمه من استوديوهات تلفزيونية وإذاعية ومختبرات رقمية مجهزة بأحدث التقنيات من شأنها إفاضة الدارسين في تخصصات الإعلام بالجامعة. ولم يغفل العدد بيان كافة مشاركات الجامعة في الأحداث والمناسبات المختلفة التي من بينها مشاركتها للمرة الأولى في معرض الشارقة الدولي للكتاب واجتماعات المجلس الاستشارية في الجامعة وتوقيع العديد من مذكرات التفاهم مع العديد من المؤسسات الدولية والمحلية وتكريم الفائزين بجائزة بحوث الاقتصاد الإسلامي وتخرج طلبة الببلوم المهني المعتمد في الصيرفة الإسلامية. كما اشرف العدد بإضافة تغطية خاصة للمؤتمرات الدولية التي نظمتها الجامعة لأول مرة منذ تأسيسها ومنها إطلاق المؤتمر الدولي الأول للجامعة بعنوان (رقمنة المخطوطات الأصلية) بالإضافة إلى انعقاد المؤتمر الدولي الواقع المعاصر وأثره على العلوم الشرعية بالتعاون بين الجمعية القاسمية وجامعة الوصل. وسلط العدد الضوء على تميز تجربة الجامعة القاسمية في تعليم اللغة العربية لغير الناطقين بها ودور مركز اللغات في تأهيل الطلبة غير العرب وإكسابهم المهارات الأساسية للعربية استماعاً وتحديثاً وقرأة وكتابة.

### الأسبوع الثقافي الافتراضي

## متاحف رأس الخيمة تكشف أسرار الحضارات الإنسانية

هذا الملتقى الذي جمع نخبة من الأكاديميين والمهتمين افتراضياً، مما ساهم في تبادل الخبرات والآراء بين أهل الاختصاص. من جانبها اضافت أمل ابراهيم النعيمي مدير مكتب الاتصال المؤسسي في الدائرة، ان هذا النوع من الأنشطة يعزز العلاقات والشراكات مع الأفراد والمؤسسات التي تخدم قطاع الآثار والمتاحف على مستوى الوطن العربي، ويفتح آفاقاً جديدة للتعاون، وأن الدائرة ستعمل على تفعيل الأسبوع الثقافي الافتراضي بشكل دوري وتحت مواضيع ثقافية متنوعة ومشوقة مما يسهم في نقل المعرفة واستمالة أكبر شريحة ممكنة من الجمهور.

والتوثيق وإدارة المجموعات الأثرية في المتحف المصري بالقاهرة، حيث حضر الأسبوع افتراضياً عدد من المهتمين والباحثين والخصمين من مختلف أنحاء الوطن العربي. وصرح سعادة أحمد عبيد الطنجي مدير عام دائرة الآثار والمتاحف برأس الخيمة أن الأسبوع الثقافي الافتراضي للدائرة عبارة عن لمحات ثقافية أطلعت الجمهور على أبرز الحضارات التي ظهرت في الوطن العربي، ونقلتهم في رحلة افتراضية عبر الزمن ليتوغلوا في خضم هذه الحضارات ويكتشفوا أسرار و خفايا الحضارات الإنسانية. وأضاف الطنجي قائلاً «سعيدين باستضافتنا لعدد من المختصين ضمن

النبطية وآثار البتراء»، كما قدمت الدكتورة لمياء الفارسي باحثة في علوم التراث اختصاص الآثار والمتاحف في المعهد الوطني للتراث بتونس محاضرة بعنوان «الحضارة القرطاجية وتأسيس قرطاج ودورها في البحر الأبيض المتوسط»، وألقت الدكتورة رشا عبدالوهاب الجمعة أستاذ مساعد دكتور في كلية الآداب قسم الآثار في جامعة سامراء العراقية محاضرة بعنوان «الحضارة الآشورية وازدهارها في امبراطورية مترامية الأطراف» وتم اختتام أنشطة الأسبوع الثقافي الافتراضي بمحاضرة تحمل عنوان «الحضارة الفرعونية» قدمتها الدكتورة مروة عبدالرازق مدير التسجيل

رأس الخيمة : الفجر نظمت دائرة الآثار والمتاحف برأس الخيمة أسبوعها الثقافي الافتراضي في موسمه الأول تحت عنوان «الحضارات الإنسانية» والذي جمع تحت مظلة عدد من الحضارات الإنسانية العريقة قدمها عدد من المختصين في علم الحضارات من مختلف دول الوطن العربي، حيث ابتدأ الأسبوع الثقافي بمحاضرة قدمها الأستاذ الدكتور زياد مهدي السلامين عميد كلية البتراء للسياحة والآثار في جامعة الحسين بن طلال بعنوان «الحضارة

### يعقد في مكتبات دبا الحصن وخورفكان ولباء ووادي الحلو

## «الشارقة للكتاب» تجمع الأطفال واليا فعين في برنامج تعريفي ترفيهي بعنوان «قائد المستقبل»



على الإبداع في ورش العمل وطرح الأسئلة والمشاركة في النقاشات وبناء الشخصية القيادية الناجحة.

يتناسب مع الإمكانيات والمواهب التي يبدع فيها الطفل أو الناشئ. وحول مستوى الإقبال على المشاركة في البرنامج، أكد فاضل حسين بوصيم، مدير مكتب هيئة الشارقة للكتاب في المنطقة الشرقية، أن تزامن تنظيم «هيئة الشارقة للكتاب» لبرنامج «قائد المستقبل» مع العطلة الصيفية أتاح الفرصة للطلاب من مراحل دراسية مختلفة للمشاركة فيه، والتوافد على المكتبات العامة بالمنطقة الشرقية، مشيراً إلى أن مضمون البرنامج التدريبي لقي استحسان أولياء الأمور الذين وجدوا فيه فسحة معرفية وترفيهية لأبنائهم، وفي الوقت نفسه أتاح تدريبهم على اكتساب مهارات جديدة يكتشفون من خلالها قدراتهم ومواهبهم في التعلم واستثمار إجازة الصيف، من خلال المشاركة مع زملائهم في فعاليات برنامج «قائد المستقبل» والتنافس

العامة ومكتبة خورفكان العامة. ويشتمل البرنامج الذي يقدمه المدرب حمد إغذاني تدريب المشاركين على إتقان مهارات بناء روتين يومي يحقق الاستفادة من الوقت بهدف إضافة إنجازات جديدة في حياة الشخص، وكيفية تعزيز الثقة بالنفس، وإتقان مهارة التخطيط والانضباط في تنفيذ الخطط، وإتقان مهارة حل المشاكل واتخاذ القرار المناسب في المواقف المختلفة، بالإضافة إلى إتقان مهارة البحث والتعلم الذاتي. وترتكز ورش العمل على تحفيز الأطفال واليا فعين على استكشاف فرص تطوير المهارات الذاتية في التفكير وتعزيز قنهم بالقدرات والمواهب التي يمتلكونها، وكيفية الاستفادة من المهارات الشخصية وتحويلها إلى دوافع للتميز، ووضع خطط لتحقيق الأهداف الشخصية بالأسلوب الأمثل الذي

الشارقة-الفجر: تزامناً مع العطلة الصيفية، تجمع «هيئة الشارقة للكتاب» الأطفال واليا فعين في المنطقة الشرقية على سلسلة من الورش الترفيهية والحاضرات العرفية، حيث تنظم برنامج «قائد المستقبل» الذي يستهدف تعزيز المهارات الفكرية والنفسية لدى المشاركين، من خلال التدريب على كيفية اكتساب العادات الإيجابية للأشخاص الناجحين وإضافتها إلى حياتهم اليومية. وتتواصل فعاليات البرنامج في مكتبة كلباء العامة خلال الفترة من الأول وحتى الرابع من أغسطس، وفي مكتبة وادي الحلو العامة من الثامن حتى الحادي عشر من أغسطس، في حين استكمل البرنامج فعالياته خلال شهر يوليو في كل من مكتبة دبا الحصن



منوعات

# الغلاف

27



## نيكول كيدمان وكيث أوربان يخططان لاستقبال طفل ثالث

يبدو أن الثنائي نيكول كيدمان وكيث أوربان لا يمانعان من إجاب طفل ثالث جديد، ينضم لأسرتهم التي تكونت منذ زواجهما من 16 عاما بالتحديد، وذلك حسب تقرير نشره موقع heatworld مؤخراً حول الثنائي وأكد أنهما وبناء على مصادر مقربة لهما يخططان من أجل إجاب طفل ثالث خلال الفترة المقبلة، وأكد التقرير أن الثنائي ويرغم تجاوزهما الـ 50 من العمر، إذ يبلغ كيث 54 عاما في حين تبلغ نيكول 52 عاما. بيد أن الخيار الأفضل لأسرتهم حاليا هو استقبال طفل جديد. وكانت احتفلات الممثلة العالمية نيكول كيدمان بعيد ميلادها الشهر الماضي، إلا أن موقع الديلي ميل تطرق إلى أمر آخر بعيداً عن تلك المناسبة، وهو ممثل في إقدامها على شراء شقة جديدة بعقار تمتلك فيه أربعة شقق أخرى، وتحديداً في "سيدني" إذ باتت بذلك تمتلك فيه خمسة شقق. وأضاف التقرير أن سعر أحدث شقة اشترتها نيكول كيدمان التي تبلغ من العمر 55 عاماً يصل إلى 1.35 مليون دولار، وذلك بسبب حرصها على توسيع محفظتها العقارية بصورة أكبر مثلما يحصل مع الكثير من المشاهير.

إذا كانت  
بيونسيه تحب  
الخيول كثيراً،  
فلأنها ببساطة  
ولدت في  
تكساس



### ألهمت أتباع نظريات المؤامرة

## هل يبشر ألبوم بيونسيه الجديد بنهاية العالم؟

•• الفجر - خيرة الشيباني - عن سليت اف ار  
ما إن صدر الألبوم السابع لبيونسيه، النهضة، حتى تدفق الكثير من الحبر. وليس فقط من جانب عشاق الموسيقى والأشخاص المتيمين بثقافة البوب. فمن جانب أتباع نظريات المؤامرة، سالت النظريات مدارا دون انقطاع؛ مع هذا التأليف الجديد، تعلن المطربة ببساطة عن أن نهاية العالم أقرب مما يمكن أن نتوقعه. منذ سنوات، سمعنا هنا وهناك أن بيونسيه هي جزء من المتتورين، ذاك المجتمع السري الذي سيحكم العالم دون علمنا. لكن هذه المرة، كما توضح مجلة وايرد، تذهب الأمور إلى أبعد من ذلك. بدأ كل شيء مع الصورة المرئية للألبوم، والتي تظهر المطربة تركب جوادا فضياً، في ملابس عارية نسبياً. في غلاف مجلة فوغ في نسختها البريطانية، يمكن أيضاً الإعجاب بنسخة أخرى من الفارسة بيونسيه، هذه المرة مع جواد أحمر.

البقية تكفلت بها نيوزويك التي تروي: "في يوليو 2020، ركبت بيونسيه حصاناً أبيض في فيلم 'الأسود هو الملك'، وفي أغسطس 2022 ظهرت مع حصان أسود في 'هاربر بازار'. عدوا بعناية: هذا يجعل المجموع أربعة خيول، والذين كانوا من أذكى أو أكثر العقول بارانويا - اختاروا جانبكم - سرعان ما ربطوا المسألة بفرسان نهاية العالم الأزرق، الذين يرمزون إلى الغزو والمجاعة والحرب والموت، ويشير إقحامهم إلى النهاية الوشيكة لعالمنا.

#### أبواب جهنم

من الواضح أن الأمور لا تتوقف عند هذا الحد: على موقع يوتيوب، تتهاطل النظريات حول نهاية العالم وفق بيونسيه، مدعومة بعدد لا يحصى من الرموز التي يتم تفسيرها حتى تشعر بالعطش الشديد. تستشهد مجلة وايرد بمثال فيديو مدته حوالي أربعين دقيقة، والذي يمكن ترجمة عنوانه من اللغة الإنجليزية إلى "بيونسيه تفتح أبواب الشيطان في يوليو"، بكل رصانة. وحتى لو أصبح شهر يوليو وراءنا الآن، فمن الأفضل أن نخاف على أي حال؛ ربما يكون فتح البوابة الشهيرة قد تأخر قليلاً.

بالنسبة للمؤلفة نيتي شويدي، المتخصصة في بيونسيه، من بين موضوعات أخرى، فإن حقبة بيونسيه المفترضة لنهاية العالم، هي استمرار منطقي لفترة انتمائها المزعوم للمتتورين. "إنها جيدة جداً فيما تفعله، ولديها الكثير من التأثير والقوة، وكل ما تفعله رائع جداً... لا يستوعب عدد كبير من الناس كيف لشخص أن يصوب بدقة شديدة مع كل لقطة، ونحن للتبويض عن الاحتمال، نحتاج إلى أن نرى صورتنا في الآخرين، ونقول لأنفسنا هذا مستحيل، لا بد أن يكون هناك بعض السحر أو المتتورين".

عن الخيول، طرح موقع حياة الفروسية مؤخراً السؤال بطريقة أكثر جدية: كيف نفسر هذا التاريخ الطويل بين بيونسيه وهذه الحيوانات؟ يعود منبر الفروسية إلى مارس 2004، عندما قدمت المطربة، التي كانت في بداية مسيرتها الفنية الفردية، عرضاً في هيوستن، مسقط رأسها، حيث يقام أحد أكبر عروض مسابقات رعاة البقر في العالم.

قد يخيب الجواب منظري المؤامرة: إذا كانت بيونسيه تحب الخيول كثيراً، فهذا مرده، ببساطة، أنها ولدت في تكساس.

## ليوناردو دي كابريو يجتمع مع سكورسيزي للمرة السادسة بمسيرته الفنية

تعاقد الممثل ليوناردو دي كابريو على بطولة عمل جديد يتعاون فيه مع المخرج مارتن سكورسيزي للمرة السادسة في تاريخهما ومسيرتهما الفنية الذي اعتاد الجمهور على التمتع بأعمال تجمعهما خلال سنوات، استطاع فيها النجمان تكوين ثنائي بارز وناجح في سماء السينما العالمية. موقع The Hollywood Reporter بدوره أشار لأن العمل سيكون مفاجأة سارة لكافة المترقبين للعمل السادس الذي يجمعهما. نظراً لكونه مأخوذ عن رواية تتطرق حول قصة السفينة البريطانية Wager، والتي تعرضت لتحطم في جزيرة قبالة سواحل أمريكا الجنوبية، وخلال الأحداث يرصد العمل كفاح القبطان وطاقم السفينة للبقاء على قيد الحياة، حيث يخوضون عدداً من المغامرات المثيرة أثناء محاولاتهم في النجاة بحياتهم. هذا وشهد نجم هوليوود ليوناردو دي كابريو قبل أيام وهو يستمتع بالخداء في إيطاليا خلال رحلته في أوروبا بغرض التزه والاستمتاع بوقته بعد فترة من الضغوط عاشها خلال الفترة الماضية بسبب ارتباطه بالعديد من المشاريع السينمائية.

## ستيفن نايت: اوشكت على الانتهاء من فيلم مستوحى من سلسلة Peaky Blinders

أكد الكاتب ستيفن نايت، مؤلف سلسلة Peaky Blinders، أنه أوشك على الانتهاء من كتابة فيلم جديد مستوحى من السلسلة، حيث صرح نايت: "لقد أوشكت على الانتهاء من كتابة فيلم جديد مستوحى من سلسلة Peaky Blinders، وسنقوم بتصويره بمجرد الانتهاء من الاستعدادات الأولية". وأضاف نايت: "سنصور الفيلم الجديد بالاستوديوهات في حي ديجيت، ببرمنجهام، مكان تصوير المسلسل الأصلي، لذا فالأمر يشبه عودة أعضاء عصابة Peaky Blinders من جديد". ووفقاً للتقرير الذي نشر على موقع سنل عن احتمالية وجود بعض من أبطال السلسلة الأصلية في الفيلم الجديد، وأجاب نايت: "بالطبع، وأنامل أن تكون بعض الوجوه الجديدة مفاجئة، وأتمنى أن يتم التصوير في خلال 18 شهراً". اختتم الموسم السادس والأخير من Peaky Blinders في أبريل الماضي، كما كشف الممثل العالمي جو كول أحد أبطال مسلسل Peaky Blinders، عن شعوره بعد مشاهدة الموسم السادس من العمل، حيث لعب كول دور جون شيلبي شقيق تومي شيلبي في المسلسل لمدة ثلاث مواسم، قبل مغادرته في عام 2017. ووفقاً للتقرير الذي نشر على موقع "nme"، صرح كول قائلاً: "لم أشعر بالندم مع خروجي من سلسلة Peaky Blinders بعد ثلاث مواسم فقط، بل شعرت أنني أعطيت هذه الشخصية كل ما يمكن". وأكمل كول حديثه قائلاً: "اعتاد متابعي المسلسل أن يأتوا إلي ويقولون 'أنت ذلك الرجل القوي من Peaky Blinders'، وكنت أشعر بالسعادة، ولكن مع الوقت بدأت أشعر بالملل بسبب وصفه بالشخص القوي والشرير".



# العلكة

## هل ممكن ابتلاع اللبان؟



أوضح الطبيب الروسي سيرغي فيالوف أخصائي أمراض الجهاز الهضمي والكبد، ما الذي يحصل عند ابتلاع اللبان (العلكة). ويشير الأخصائي في حديث لراديو "سبوتنيك"، إلى أن الكبار ينصحون الصغار دائما بعدم ابتلاع العلكة لأنها لا تهضم وقد تشكل خطورة على الجسم. ولكن الأخصائي لا يتفق مع هذا التحذير، لأن منتجي العلكة يأخذون هذه المسألة بنظر الاعتبار. ويقول، "يمكن ابتلاع العلكة، ولكن لا ينصح بذلك، لأنها لم تنتج لهذا الغرض. وبالإضافة إلى ذلك جميع منتجي العلكة أخذوا خطر ابتلاع العلكة بالاعتبار. أي يجب ألا تلحق العلكة أي ضرر بصحة الإنسان في حال ابتلاعها". ويضيف، لا يمكن أن تسد العلكة الأمعاء أو تلتصق

## لماذا يسبب السكر الإدمان مثل الكوكايين؟

يشير خبراء التغذية إلى أن معظم الأشخاص يتناولون في اليوم ضعف الكمية الموصى بها من السكر والحلويات التي قد تسبب الإدمان مثل الكوكايين.

ويقول مدرب إدمان الطعام، الدكتور بونمي أبوانا، إنه لا ينبغي إضافة السكريات إلى أكثر من 5% من نظامنا الغذائي، وهذا يعني أن البالغين يجب ألا يستهلكوا أكثر من 30 غراما يوميا، ويجب ألا يتجاوز استهلاك الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 7 و10 سنوات 24 غراما والأطفال من 4 إلى 6 أعوام، 19 غراما.

ويؤدي تناولنا للسكر إلى زيادة الإصابة بمرض السكري من النوع 2 والكبد الدهني وأمراض القلب وتسوس الأسنان وارتفاع ضغط الدم وزيادة الكوليسترول، ويمكن أن يكون وراء وباء السمنة أيضا.

وقال الدكتور بونمي أبوانا، لصحيفة صن: "إنني أساعد الأشخاص الذين يعانون من الإدمان على الطعام وأرى العديد من المدمنين على السكر، ليس لدي شك في أن السكر يسبب الإدمان وهناك دراسات تثبت ذلك".

وأضاف أبوانا: "السكر المكرر والأدوية تحفز الدوبامين والمواد الكيميائية الأخرى التي تحفز المتعة في الدماغ، يعطي السكر والكوكايين دفعة مماثلة من الدوبامين، لهذا السبب لدينا مشكلة السمنة. يريد الناس التوقف، لكنهم يجدون صعوبة لأنهم مدمنون".

وأردف أبوانا: "حتى لو توقفت لفترة قصيرة، فإن مسار الإدمان لا يزال ساريا ويعودون إلى السكر، عندما يشعر المصابون بالتوتر أو الوحدة، فإنهم يبحثون عن شيء حلو".

وبحسب الأخصائي يعيد الدماغ الأسلاك لإنشاء مسارات بحيث يصبح السكر ألية التأقلم الوحيد، بمجرد أن يتشكل هذا الإدمان، يكون من الصعب التخلص منه دون تعليم واستراتيجيات ودعم بسبب الزيادة الهائلة في الدوبامين التي يسببها في الجسم، عندما تنخفض المستويات، تبدأ الرغبة الشديدة في تناول الطعام ويحتاج المدمنون إلى المزيد من السكر ليشتروا بالسعادة.

وأضاف أبوانا: "يمكن أن يؤثر إدمان السكر على العمل والعلاقات والصحة العقلية، لكن ليس كل السكر متساويا، السكر الطبيعي في الفاكهة (الفركتوز) والحليب (اللاكتوز) لا يحسب من المدخول اليومي".

وقالت أخصائية التغذية أماندا أورسيل: "بهذه الأشياء، يجس السكر في خلية داخل الطعام، إنها ترفع مستويات السكر في الدم بشكل أبطأ بكثير ولكنها تقدم أيضا الألياف والمعادن ومئات من المغذيات النباتية الفاتحة التي لها فوائد لا توصف، لكن هناك سكريات في العسل الطبيعي وعصائر الفاكهة غير المحلاة والعصائر، على سبيل المثال، لا تختلف عن سكر المائدة لأن جميع المغذيات الدقيقة تتم إزالتها أثناء المعالجة".

وختمت أورسيل: "نصحتي هي التمسك بحلوى واحدة في اليوم مثل عصير الفاكهة أو الحبوب أو الحلوى، أي غير هذا سوف تبدأ بتجاوز حدودك والاتجاه نحو الإدمان".



فيل أبيض حديث الولادة يزن حوالي 80 كيلوجراماً ويبلغ طوله 70 سم تقريبا في ولاية راخين في ميانمار. ا ف ب

## قرأت لك

فوائد الفراولة



تلك الفاكهة بالغة الأنافة والنخامة والجمال التي لا تكاد تظهر في السوق حتى تختفي. أهم ما يميزها غناها بالسكر والأملاح المعدنية وخاصة الكالسيوم والفوسفور والحديد ويوجد البروتين في حبيباتها الصغيرة، وتحتوي على حامض الساليسيلات الطبيعي.

- توصف لمرضى النقرس وآفات الكبد.
- تفيد في أمراض اللثة.
- للفراولة خاصية تخفيف كميات حامض البول.
- تعتبر مهدئا للأعصاب ومسكنا للألام.

## سؤال وجواب

### ما حجم القوة الناتجة عن عضلة فك الإنسان؟

تستطيع عضلة الفك أن تغلق الفم بقوة تعادل 55 رطلا على القواطع و200 رطل على الضرس و قد تبلغ القوة البدولة على الضرس 268 رطلا

### كم مرة تطرف (ترمش) العين؟

تطرف عين الانسان حوالي مرة كل خمس ثواني . وإذا حسينا ان الانسان يكون مستيقظا 16 ساعة في اليوم فيكون المعدل حوالي 11500 مرة في اليوم أو 4.2 مليون مرة في السنة

### ما عدد شعر رأس الإنسان؟

يبلغ عدد شعر رأس الانسان العادي حوالي 100000 ، اما الاشخاص ذوى الشعر الاحمر ، فيبلغ عدد شعر رؤوسهم 90000 ، و يبلغ عدد شعر الأشخاص ذوى الشعر الاشقر 140000 ، أما السمر فيتراوح عدد شعر رؤوسهم بين 90000 و140000 و تستقط من 50 إلى 100 شعرة يوميا من رأس كل إنسان

## هل تعلم؟

- هل تعلم أن أكبر حديقة حيوانات وطنية هي حديقة تسافو الوطنية في كينيا بأفريقيا. فهي أكبر بقيل من مساحة فلسطين. 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 سيرا على الأقدام خوفا من الحيوانات المفترسة، بل يمكنك التنقل عبر السيارات الخاصة التابعة للحديقة.
- الإحساس بقوة الجاذبية الأرضية في الجو هو أكثر مما عند الوقوف على الأرض. ذلك لأن الهواء يعطي دفعا قليلا لوزن المخلوق. الطيور الصغيرة فقط قادرة على الطيران برفرفة أجنحتها. أما الطائر الكبير العملاق لا يستطيع الطيران لأنه لا يملك مثل تلك العضلات التي تساعد الجناحين في الرفرفة.
- هناك عدد من الطيور لا يستطيع الطيران بتاتا كالنعامة، والرية (نعامة صغيرة) في جنوب أمريكا. والأيمو في استراليا وعدد من الطيور الأخرى. جميعها ثقيلة جدا للطيران فليس هناك من طائر عملاق ويستطيع الطيران.

## قصة القافلة واللصوص

كانت القافلة تسير في الصحراء وعلى رأسها رئيسها ورجاله .. كانت القافلة تضم فتاة من أغنياء المدينة ومعها والدها التاجر الثري وتجارته الكبيرة وماله وكمية كبيرة من الذهب والمجوهرات .. طوال الطريق لاحظت الفتاة أن رئيس القافلة كان يتحدث مع رجاله فردا فردا وكأنه يتفق معهم على شيئا ما فراقبها ذلك، وقلق راحتها فأثرت لوالدها بما يجول في خاطرها وشارطها بأنها لنكفهم كتموا ذلك، وقال لها والدها اننا مازلتنا في العمار وان ارادوا ان يفعلوا شئ فلن يفعلوا ذلك قبل الوصول إلى وسط الصحراء وارى اثمهم يريدون البضاعة والذهب والمجوهرات واموالي ايضا وهو يعرف تمام المعرفة ان الذهب والمجوهرات والأموال كلها فوق ظهر الجمل الذي يمشي بجواره ويمسك بزمامه اما البضائع فهي لا تهمني سكت الفتاة وقالت لتأمر القافلة بالراحة يا ابي قول لهم اني تعب . توقفت القافلة في احدى الأماكن المستظلة وطلب التاجر ان يذهب الرجال ليأمنوا ويتأوب اثنين منهم الحراسة على ان يعودوا للمسير فجرا، ولما ذهب الحراس والخدم في النوم نزل التاجر وجلس يفتقرش الأرض لياكل ويشرب ومعه ابنته وانضم له بناء على طلبه الحارسين فلما اكلا وشربا لطشهما الشراب ففعلت اعينهم فقامت الفتاه مستسلة واخرجت الاموال والذهب والمجوهرات من الأكياس المحملة فوق ظهر الجمل وعبأت مكانها بعض الحجارة الصغيرة والثياب واعادت كل شئ إلى طبيعته ثم عادت إلى هودجها لتضع كل ما تملكه بين فرشتها اما والدها فقد استطاع ان يخين معه سلاحا يدافع به عن نفسه ثم عاد معا إلى نومهما وكان لم يكن في الأمر شئ، في الصباح واصلت القافلة المسير وعندما بدأوا الدخول لعمق الصحراء غافل رئيس القافلة ورجاله والتاجر وهرب بالجمال المحملة بكل ما يحلم به ولم يترك لهم غير الجمل الذي يحمل الفتاة وابيها لأن التاجر وخدمه يعرفون الطريق جيدا، فقد استطاع ان يسرع بمن معه إلى مدينته ويعود سالما ويكتفيه انه لم يقتل ولم يصاب بأذى، اما رئيس القافلة ورجاله فقد هاموا على وجوههم ثلاثة ايام حتى وصلوا إلى مكانا يختبئون فيه ثم جلسوا يستريحون ويحملون بالثراء الفاحش الذي سيعيشون فيه ووسط الشواء والضحك والشراب سهروا ليلاهم ثم قام رئيسهم وامسك بزمام الجمل واناخه ثم أعلن بين رجاله الان ستروا بأعينكم ما لم تروا مثله قبلا وجوهرات وذهب واموال ستجعلنا العمر كله اغنياء .. اغنياء .. اغنياء ساعده رجاله وانزلوا الأكياس من فوق ظهر الجمل وافترشوا قطعة كبيرة من القماش وافرغوا محتويات الأكياس فوقها فما وجدوا غير قطع حجارة وثياب، لا اموال، لا ذهب، لا مجوهرات فظن انه اخطأ في الجمل وجاء بغيره وبغيره ولم يكن نصيبه أحسن مما قبله، ظن رجاله انه خدعهم لكنه القسم انه لم يفعل .. من سيصدقهم مجرمون مثله، عدة طلعات كانت كفيلا بالقضاء عليه ولم ينتبهوا انه الوحيد الذي يعرف الطريق فلم يجوبوا الصحراء قبلا واحتدم بينهم الشجار والعراك وارتفعت الحناجر بالصياح ثم الخناجر بالقطع والضرب وسقط من سقط قتيلاً وهام الباقي في الصحراء حتى سقطوا طعاما للطيور الجارحة

