

منوعات الفكر

الخميس 15 أكتوبر 2026 م - العدد 14883

Thursday 15 October 2026 - Issue No 14883

ماذا تأكل بعد خلع ضرس العقل لتجنب المضاعفات؟

يُعد الانزعاج والتورم البسيط بعد جراحة خلع ضروس العقل أمراً شائعاً ومؤقتاً، إلا أن الالتزام بنظام غذائي مناسب يُعتبر النقطة الفاصلة لضمان التعافي السريع وتجنب المضاعفات، مثل الإصابة بـ "السنخ الجاف" الناتج عن تزعزع التجلط الدموي في موقع الجرح.

ووفقاً للتوصيات الطبية الصادرة عن موقع mibluedaily الصحي، يمكن للمريض البدء في تناول الطعام فور انتهاء الجراحة بمجرد استعادة الشهية، شريطة الاعتماد الكامل على الأطعمة اللينة خلال أول ثلاثة إلى خمسة أيام.

وتشمل الأطعمة الموصى بها: البطاطا المهروسة، اللبن الزبادي، الشوفان، البيض المخفوق، الحساء الدافئ، عصائر الفواكه المهروسة، والشوربات.

كما يمكن التنويع بوجبات مغذية ولينة مثل الأرز المهروس، التوفو المطهو على البخار، وأطباق العسل.

وفي المقابل، يُشدد الأطباء على ضرورة تجنب الأطعمة الصلبة والقرمشة كالمكسرات، الفشار، والبسكويت، بالإضافة إلى الأطعمة الحارة والمنشطة أو الحمضيات التي قد تؤدي إلى تهيج اللثة. كما يُنصح بالابتعاد عن الأطعمة ذات الحبيبات الصغيرة مثل الكينوا والسمنس لمنع انحنسارها في مكان الجرح. ومن أهم التوجيهات الطبية حظر استخدام الشفاطات (المصاصات) عند شرب العصائر أو المشروبات، حيث إن عملية الشفط تؤدي للضغط وتزعزع الخثرة الدموية المحفزة لشفاء النسيج.

دواء تجريبي يحمي من أضرار الجلوتين لمرضى «الداء البطني»

أظهرت نتائج تجربة صغيرة في مرحلة مبكرة لدواء تصنعه شركة "فيرست تراكس بايوفايرمايوتيكس" أن دوره لم يقتصر بحسب على تخفيف الأعراض الناتجة عن التعرض للجلوتين لدى مرضى الداء البطني المعروف باسم "سيلياك"، بل تعدى ذلك ليصبح أول دواء تثبت قدرته على الحماية من الأضرار المعوية التي يسببها الجلوتين.

وتم تشخيص إصابة المشاركين في الدراسة، التي شملت 32 مريضاً، بالداء البطني قبل عام على الأقل، وكانوا يتبعون نظاماً غذائياً خالياً من الجلوتين، لكن الخزعات أظهرت أنهم ما زالوا يعانون من مشاكل طفيفة في أمعائهم.

وأشار الباحثون إلى أن التعرض حتى لأدنى قدر من الجلوتين قد يتسبب في تلف الأمعاء وأعراض الوهن على الرغم من الالتزام العام بنظام غذائي خال من الجلوتين.

وتلقى المرضى ثلاث حقنات تحت الجلد من عقار "إيه.إن.بي.033" من تصنيع شركة فيرست تراكس أو من دواء وهمي.

أعطيت الحقنة الأولى في بداية التجربة والأخريان في الأسبوعين الثاني والرابع. وتلا ذلك فترة أسبوعين من الاستهلاك اليومي لستة جرامات من الجلوتين، أو ما يعادل تقريباً شريحتين من الخبز.

وذكرت الشركة أن المرضى الذين تلقوا الدواء تمتعوا بوقاية واضحة من تلف الأمعاء مقارنة بمن تلقوا الدواء الوهمي.

وعلاوة على ذلك، وجد الباحثون أن العقار إيه.إن.بي.033 منع تفاقم الأعراض طيلة فترة التعرض للجلوتين، في حين عانى المرضى في مجموعة الدواء الوهمي من زيادة ملحوظة في الأعراض.

ص 22

الأرشيف والمكتبة الوطنية يحتفي باليوم العالمي للبريد بمحاضرة ومعرض يوثق تاريخ البريد والطوابع في الإمارات

ص 27

ميشال حوراني: «حب على ورق» أتاح لي تقديم شخصيتين متناقضتين

أفضل تمارين حرق الدهون للمبتدئين بالمنزل: رفع اللياقة وزيادة استهلاك الطاقة

هل تحتاجين إلى الذهاب إلى النادي الرياضي حتى تبديني بخسارة الدهون؟ ليس بالضرورة. يمكن للمبتدئ أن يبدأ من المنزل بمجموعة بسيطة من التمارين التي تعتمد على وزن الجسم، ولا تحتاج إلى أجهزة أو معدات مكلفة. لكن قبل اختيار التمرين، من المهم تصحيح فكرة شائعة: لا يوجد تمرين يحرق دهون البطن وحدها أو الفخذين وحدهما. عندما يخسر الجسم الدهون، فإن توزيع فقدان الدهون يختلف من شخص إلى آخر ويتأثر بعوامل عديدة، بينما تساعد الرياضة على زيادة استهلاك الطاقة، تحسين اللياقة، ودعم الحفاظ على الكتلة العضلية كما تؤكد اختصاصية التغذية دانة عراجي.

يمكنك الانتقال تدريجياً إلى القرفصاء من دون كرسي، لذا نحب هذا التمرين للمبتدئين؟ لأنه يدرّب الحركة الأساسية للجلوس والوقوف، ويشغل عضلات الجزء السفلي من الجسم بطريقة بسيطة. كما أنه يسمح لك بالتحكم في مدى الحركة وسرعة التمرين.

صعود الدرج أو خطوة الـ Step-Up
إذا كان لديك درج آمن أو منصة منخفضة وثابتة، يمكنك استخدامه في تمرين بسيط يرفع معدل ضربات القلب ويشغل عضلات الساقين.
طريقة الأداء: قفي أمام درجة ثابتة، ضعي قدمًا واحدة عليها. ادفعي بجسمك للأعلى، اصعدي بالقدم الثانية، انزلي بتحكم. بدلي القدم التي تبدأ الحركة.
ابدئي لمدة قصيرة، مثل: 30–60 ثانية. ثم خذي راحة وكرري التمرين.
الأمان أولاً: تأكدي من أن الدرجة: ثابتة. غير زلقة. ليست مرتفعة جدًا.
تسمح لك بالحركة بأمان.

إذا كنت تعانيين من مشاكل في الركبة أو التوازن، اختاري تمريناً آخر أو استشري مختصاً قبل استخدام الدرج كتمرين.
تمرين Mountain Climbers للمبتدئين
هذا التمرين أكثر تحدياً قليلاً، لذلك لا أنصح بالبدء بالنسخة السريعة التي تراها في الفيديوهاات الرياضية. يمكن تعديل الحركة لتناسب المبتدئ.
النسخة البسيطة: بدل القفز وتحريك الساقين بسرعة، ابدئي من وضعية مرتفعة مع اليدين على سطح ثابت، مثل طاولة قوية أو طرف مرتفع وآمن. ثم ضعي قدمًا للأمام. أعيديها للخلف. بدلي القدمين ببطء.
حافظي على الجذع ثابتاً قدر الإمكان.

ابدئي بـ: 20–30 ثانية. ثم استريحي. ومع تحسن اللياقة يمكنك زيادة السرعة تدريجياً.
لماذا هذا التمرين مفيد؟ لأنه يجمع بين حركة الجزء السفلي والجزء العلوي من الجسم ويزيد التحدي القلبي التنفسي. لكن لا داعي لتنفيذه بسرعة كبيرة. السرعة ليست الهدف؛ التحكم في الحركة هو الأهم.

كيف تحوّلين هذه التمارين إلى تمرين منزلي كامل؟
يمكنك تنفيذها كدائرة بسيطة:
الجولة الأولى: مشي في المكان؛ 2 دقيقة ثم 10 Squats تكرارات ثم الجلوس والوقوف من الكرسي 10 تكرارات ثم 30 Step-Ups ثانية ثم Mountain Climbers المعدلة 20 ثانية. بعدها خذي راحة لمدة دقيقة أو دقيقتين. كرري الدائرة مرتين في البداية. ومع تحسن اللياقة، يمكنك الانتقال إلى ثلاث جولات.

كم مرة في الأسبوع؟
إذا كنت مبتدئة تماماً، فلا تحتاجين إلى ممارسة التمارين بقوة كل يوم.
يمكنك البدء بـ: 3 أيام أسبوعياً. ثم زيادة النشاط تدريجياً وفق قدرتك. وفي الأيام الأخرى، يمكنك الاعتماد على المشي والحركة اليومية، المهم ألا تنتقلي من عدم ممارسة الرياضة إلى تمرين شديد كل يوم. الجسم يحتاج إلى وقت حتى يتكيف.



ارتجاع المريء.. 6 نصائح بسيطة للسيطرة على الأعراض بشكل طبيعي

المراسلات: ص.ب 505- email:munawaat@alfajrnews.ae

الأردن يستعيد قطعة أثرية نادرة من أستراليا

استعاد الأردن قطعة أثرية نادرة من أستراليا، يعود تاريخها إلى نحو 12 ألف عام قبل الميلاد، بعد بقائها في المعرض الوطني الأسترالي منذ ثمانينيات القرن الماضي، تعود بذلك إلى موطنها الأصلي ضمن جهود التعاون بين البلدين لحماية التراث الثقافي.

وتسلم وزير الخارجية الأردني خليل الصفدي القطعة، خلال مراسم أقيمت في المعرض الوطني الأسترالي، بالالتزام مع زيارة الدولة التي يجريها العاهل الأردني الملك عبدالله الثاني إلى أستراليا.

وتُعد القطعة جزءاً من لوح حجري منقوش، تصفه وزارة الخارجية الأردنية بأنه أقدم منحوتة كبيرة الحجم معروفة في العالم. ويحتفظ الأردن بالجزأين الآخرين من اللوح في متحف الأردن بالعاصمة عمّان ومتحف دار السرايا في إربد.

واكتشفت القطعة عام 1983 في موقع وادي الحمة خلال أعمال

تنقيب نفذتها بعثة مشتركة من جامعة سيدني وكلية ووترس.

وانتقلت إلى أستراليا عام 1985 بموجب ترتيبات اتفق عليها البلدان في ذلك الوقت.

مقتل مدرّس ياطلاق نار داخل مدرسة

قُتل مدرّس بالرصاصة في مدرسة بولاية وحاكا المكسيكية بحسب ما قال مدعون محليون، وتأتي هذه الحادثة بعد أيام من هجوم منفصل استهدف مدرسة أخرى في شمال المكسيك حيث لقي موظف فيها حتفه وأصيب ثلاثة أشخاص آخرين. وأفادت وسائل إعلام محلية بأن حالة من الذعر سادت بين تلاميذ مدرسة إعدادية في بلدة سان بлас أتيهما خلال الحادثة التي وقعت الثلاثاء. وذكر المدعون في بيان أنهم فتحوا تحقيقا لتحديد هوية مرتكبي الهجوم الذي أصيب فيه المدرّس بطلقات نارية وتوفي لاحقا في المستشفى. وفي وقت سابق من هذا الشهر، استخدم شقيقان يبلغان 18 عاما سكاكين في هجوم على مدرستهما السابقة في مدينة تورويون "شمال" ما أسفر عن مقتل أحد الموظفين. وتعالني المكسيك انتشار الجريمة وتنامت العنف المرتبط بالمخدرات، إلا أن الهجمات على المدارس تعد أمرا نادرا.

بالصدفة .. كشف أثري كبير في مصر

أسفرت أعمال حفائر الإنقاذ التي نفذتها بعثة أثرية مصرية تابعة للمجلس الأعلى للآثار في قرية بهبيت الحجارة بمحافظة الغربية عن اكتشاف بالغ الأهمية، تمثل في بقايا تمثالين ملكيين ضخمين، أحدهما ينسب إلى الملك رمسيس الثاني، إلى جانب كتلة من الجرانيت الوردي منقوشة بألقابه الملكية.

وكانت نقطة البداية عندما صادف أحد أهالي القرية، أثناء تأديته عملا في قطعة أرض يملكها مقابل منزله، كتلة حجرية تحمل نقوشاً، فلم يتردد في إبلاغ التنقيش الأثري المختص، الذي تحرك سريعا إلى الموقع وقام بمعاينة أولية أنهت إلى تأكيد الطابع الأثري للكتلة.

وقالت وزارة السياحة والآثار، في بيان، إنه بعد أن استوفت منطقة تنقيش آثار "بهبيت الحجارة" الإجراءات القانونية المطلوبة وحررت محاضر إثبات الواقعة، شُكلت لجنة أثرية وفريق عمل متخصص من المجلس الأعلى للآثار للشروع في حفائر الإنقاذ، التي أثمرت عن العثور على بقايا التمثالين والكتلة الجرانيتية.

وفي تعليقه على هذا الكشف، أعرب شريف فتحي، وزير السياحة والآثار المصري، عن تقديره لهذا الإنجاز الأثري، واصفا إياه بأنه إضافة نوعية للاكتشافات التي تشهدها مصر، ومساهمة في إثراء المعرفة بتاريخ منطقة بهبيت الحجارة ومكانتها الأثرية والحضارية، بحسب بيان لوزارة السياحة نشرته وسائل الإعلام المصرية الرسمية.

بذور الشيا بالحليب أم الماء .. أيهما أفضل للهضم؟

الدّهنية منها، مقارنة بالبدور غير المنقوعة؛ ما قد يحسّن الاستفادة من بعض عناصرها الغذائية. كما يمكن استخدام بذور الشيا المنقوعة في الماء ضمن الوجبات والمخبوزات، وقد يساعد هلام الشيا على إبطاء امتصاص بعض الأطعمة، وبالتالي الحد من الارتفاع السريع في سكر الدم. أما نقع بذور الشيا في الحليب، فيحوّلها إلى وجبة أكثر كثافة من الناحية الغذائية، إذ يضيف الحليب البروتين والدهون والكالسيوم و"فيتامين د"، إلى جانب سرعات حرارية إضافية. كما يساعد الجمع بين البروتين والدهون والألياف على تعزيز الشعور بالشبع لفترة أطول. وبذلك، لا توجد إجابة واحدة تناسب الجميع؛ فإذا كان الهدف هو تناول خيار خفيف على الجهاز الهضمي وأقل في السعرات، فقد يكون الماء مناسباً. أما لمن يبحث عن وجبة أكثر إشباعاً وغنية بالعناصر الغذائية، فيمكن اختيار الحليب.

تُعد بذور الشيا من الأطعمة الغنية بالألياف والبروتين والدهون الصحية، ويُفضل نقعها قبل تناولها، إذ تمتص كميات كبيرة من السوائل وتتحول إلى قوام هلامي قد يسهل عملية الهضم. ويُعد الماء خياراً مناسباً خصوصاً للأشخاص الذين يعانون حساسية الجهاز الهضمي، إذ يساعد نقع البذور على تكوين هلام غني بالألياف القابلة للذوبان، التي تبطئ عملية الهضم وتزيد كتلة البراز؛ ما قد يساعد في تخفيف الإمساك. وأظهرت دراسة أن نقع بذور الشيا في الماء لمدة 24 ساعة ساعد على تسهيل استخلاص الأحماض



جوجل تطلق نموذج الذكاء الاصطناعي "جيميني 4 أرجون"

أطلقت شركة جوجل التابعة لألفابت أمس الأربعاء نموذج الذكاء الاصطناعي الرائد "جيميني 4 أرجون" للمطورين والشركاء في جميع أنحاء العالم، سعياً منها لاستعادة مكانتها في مواجهة منافستها أوبن إيه.أي وأنثروبيك بعد تأخير وتغييرات في القيادة بمختبر "ديب مايند" التابع لها على مدى أشهر. وقالت جوجل إن النموذج يتشوق في "العمل المتعمق" على المهام المعقدة الخطوات في مجالات البرمجة والمالية والقانون والأمن الإلكتروني والعلوم. وتبدأ أسعار واجهة برمجة التطبيقات عند الإطلاق من دولارين لكل مليون رمز للمدخلات و10 دولارات لكل مليون رمز للمخرجات، على أن تتضاعف الأسعار بعد 30 نوفمبر تشرين الثاني. ويأتي هذا الإطلاق في أعقاب فترة صعبة واجهت مساعي جوجل في مجال الذكاء الاصطناعي. فقد أعلنت الشركة في سبتمبر أيلول أنها لم تعد تخطط لإطلاق النموذج "جيميني 3.5 برو"، الذي كان الرئيس التنفيذي سوندار پيتشاي ذكر في بادئ الأمر أنه سيصدر في يونيو حزيران.



منوعات الفكر 22

بالتعاون مع مجموعة بريد الإمارات وجمعية الإمارات لهواة الطوابع

الأرشيف والمكتبة الوطنية يحتفي باليوم العالمي للبريد بمحاضرة ومعرض يوثق تاريخ البريد والطوابع في الإمارات



•• أبو ظبي-الفجر:

نظم الأرشيف والمكتبة الوطنية بمقره، بالتعاون مع مجموعة بريد الإمارات وجمعية الإمارات لهواة الطوابع، معرضاً للطوابع والمقتنيات البريدية بمناسبة اليوم العالمي للبريد، استعرض فيه محطات بارزة من تاريخ الخدمات البريدية في دولة الإمارات وتطورها، من خلال مجموعة من الوثائق التاريخية والطوابع والمقتنيات البريدية، بمشاركة هواة جمع الطوابع والباحثين والمهتمين بتاريخ البريد.

استهل حفل الافتتاح بكلمة لسعادة الدكتور عبد الله ماجد آل علي، مدير

عام الأرشيف والمكتبة الوطنية، أكد فيها أن البريد والطوابع البريدية يمثلان جزءاً من التراث الوثائقي والذاكرة الوطنية، بما يحملانه من شواهد توثق الأحداث والمناسبات الوطنية، وتبرز المعالم والشخصيات، وترصد التحولات التاريخية والثقافية التي شهدتها الدولة.

وأوضح أن الطوابع البريدية تجاوزت وظيفتها التقليدية لتغدو سجلاً بصرياً يوثق تاريخ الدول وهويتها وإنجازاتها، مشدداً على حرص الأرشيف والمكتبة الوطنية على حفظ هذا الإرث وإتاحته للباحثين والمهتمين، بما يعزز الوعي بتاريخ الوطن ويصل الأجيال بماضيه.

من جانبه، أعرب السيد عبد الله الخوري، رئيس جمعية الإمارات

لهواة الطوابع، عن شكره للأرشيف والمكتبة الوطنية على إتاحة الفرصة لعرض الطوابع والمقتنيات البريدية.

مشيراً إلى أن الطابع البريدي لم يعد مجرد وسيلة لتحديد تصرفة الإرسال، بل أصبح سفيراً لثقافة الإمارات وذاكرتها الوطنية، وأداة للتعريف بتاريخها وإنجازاتها.

وشهدت الفعالية محاضرة بعنوان "تطور الخدمات البريدية في الإمارات.. من 1909 إلى 1972"، قدمها الباحث في تاريخ البريد الأستاذ عبد العزيز النعيمي، تناول فيها نشأة الخدمات البريدية وتطورها في الدولة، وبدايات مكاتب البريد، ومراحل انتقال إدارتها، إلى

جانب تطور إصدار الطوابع البريدية في إمارات الدولة.

كما شملت العروض أدوات ومقتنيات استخدمت في العمل البريدي، من بينها الآلات والأوزان والكتابة، وشعار البريد في ثمانينيات القرن الماضي، وصناديق بريد يعود أعمارها إلى بدايات القرن العشرين، بما أتاح للزوار وهواة جمع الطوابع التعرف إلى جوانب من تاريخ البريد وتطور خدماته في الإمارات.

ويأتي تنظيم معرض الطوابع والمقتنيات البريدية في إطار جهود الأرشيف والمكتبة الوطنية لصون التراث الوثائقي وإبراز قيمته التاريخية والمعرفية، وتعزيز إتاحته للمجتمع والأجيال المقبلة.

من خلال البرامج والأنشطة التوعوية والتراثية

«اجتماعية الشارقة» تعزز الوعي بالتراث والبيئة البحرية في مهرجان صير بونعير 2026

•• الشارقة-الفجر

تشارك دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، في فعاليات مهرجان صير بونعير 2026، المقام على شاطئ الحيرة في الشارقة خلال الفترة من 7 إلى 18 أكتوبر الجاري، من خلال تقديم برامج توعوية ومجتمعية تركز على تعزيز الوعي بأهمية المحافظة على التراث الإماراتي والبيئة البحرية، وترسيخ المعرفة لدى الأجيال الجديدة بأهمية المحافظة على الموارد الطبيعية لضمان استدامتها.

وتتضمن مشاركة الدائرة مجموعة من الورش والأنشطة التفاعلية الموجهة للأطفال وأسرهم، إلى جانب برنامج معرفي يقدمه كبار السن من "أخصاصي السنع الإماراتي" يستعرضون خلاله جوانب من التراث الإماراتي المرتبط



بالبحر والبيئة البحرية، وما يمثلته من مكون أصيل في حياة المجتمع قديماً، باعتباره مصدراً رئيسياً للغذاء والتجارة والعمل.

ويقدم كبار السن نماذج من خبراتهم ومعارفهم حول المهن والحرف البحرية، ومن بينها الفوص على اللؤلؤ وصيد الأسماك وتجفيفها، مستعرضين الأدوات والأساليب التي استخدمها الأجداد، وما ارتبط بهذه المهن من مهارات وعادات وممارسات اجتماعية، بما يساهم في نقل الموروث المعرفي إلى الأجيال الجديدة بطريقة تفاعلية.

كما تقدم الدائرة ورشاً توعوية مبسطة للأطفال حول البيئة البحرية، تتناول أهمية الشواطئ والموارد البحرية وسبل المحافظة عليها، وتعريفهم بالفوائد التي توفرها البيئة البحرية للمجتمع، ودور المعرفة والوعي في

حماية الموارد الطبيعية واستدامتها.

التفاعل مع المجتمع

وقالت سعاد الشامسي، مدير إدارة التثقيف الاجتماعي بالادائرة، إن مشاركة الدائرة في مهرجان صير بونعير تأتي انطلاقاً من حرصها على الحضور والتفاعل مع المجتمع في مختلف الضعاليات والمناسبات الوطنية والمجتمعية، والاستفادة منها في إيصال رسائلها التوعوية إلى مختلف فئات الجمهور. وأوضحت أن المهرجان يمثل فرصة لتعريف الأطفال والأجيال الجديدة بجانب من الموروث الإماراتي البحري، وربطهم بحياة الأباء والأجداد وما تركوه من خبرات ومعارف ارتبطت بالبحر والبيئة البحرية، مشيرة إلى أن مشاركة كبار السن في تقديم

هذه المعارف تضفي بعداً تفاعلياً يساهم في تعزيز التواصل بين الأجيال وترسيخ الاعتزاز بالهوية الوطنية. وأضافت الشامسي، نحرص من خلال هذه المشاركة على أن نقدم المعرفة للأطفال بطريقة مبسطة وقريبة منهم، تجمع بين التعلم والتجربة، وتعزفهم بأهمية البحر في حياة الأباء والأجداد، وبضرورة المحافظة على البيئة البحرية لضمان استدامة مواردها، بما يعزز لديهم المسؤولية تجاه وطنهم وبيئتهم ومجتمعهم. وتدعو دائرة الخدمات الاجتماعية أفراد المجتمع إلى زيارة جناحها في مهرجان صير بونعير 2026، والتعرف على البرامج والأنشطة التوعوية والتراثية التي تقدمها، والمشاركة في الورش المخصصة للأطفال، والاستفادة من التجارب والمعارف التي يقدمها كبار السن.

ضمن مؤتمر دولي وعرض أكثر من 100 بحث علمي

جامعة الشارقة تبحث توظيف الذكاء الاصطناعي لتسريع اكتشاف المواد المتقدمة وتطوير تطبيقاتها

•• الشارقة-الفجر:

انطلقت في جامعة الشارقة فعاليات مؤتمر الشارقة الدولي للمواد المتقدمة 2026 بنسخته الثانية، والذي تنظمه كلية العلوم على مدار يومين، بمشاركة نخبة من العلماء والباحثين والأكاديميين والمتخصصين من الجامعات والمؤسسات البحثية والصناعية داخل دولة الإمارات وخارجها، من خلال عرض أكثر من 100 بحث علمي، ضمن سلسلة من ورش العمل والجلسات البحثية والعلمية الموازية التي تناقش حلول مبتكرة ومستدامة في مجالات الطاقة والمياه والصحة والتكنولوجيا، والفرص التي يوفرها الذكاء الاصطناعي والحوسبة المتقدمة لتسريع اكتشاف المواد المتقدمة وفهم خصائصها وتطوير تطبيقاتها.

وفهم خصائصها بما يمكن من توليد طاقة أنظف، وتوفير مياه أكثر أماناً، وتحسين الرعاية الصحية، والاستخدام الأكثر مسؤولية للموارد، مشيراً إلى ما تحمله هذه الأبحاث من أهمية لاقتصاد المعرفة في دولة الإمارات، ولما ينطويه ذلك من ترابط بين البحث الأساسي والتطوير التقني والتطبيق العملي.

وأضاف أن الجامعة تنظر إلى المؤتمرات الدولية بوصفها استثماراً استراتيجياً في مجتمعها البحثي، وأن المؤتمر ينسجم مع توجهاتها القائمة على التميز البحثي، والتعاون الدولي، والابتكار، والأثر المجتمعي، وهي محاور مركزية في رسالتها. وأشار إلى أن التبادل العلمي المباشر يتيح للباحثين مناقشة الفرضيات، ومقارنة النهجيات، وبناء الثقة التي تقوم عليها الشراكات الدائمة، لافتاً إلى أن الذكاء الاصطناعي والنمذجة الحاسوبية والأساليب التجريبية المتقدمة تفتح مسارات جديدة لاكتشاف وتسريع تحويل المواد الواعدة إلى حلول عملية.

من جانبه، قام الأستاذ الدكتور نوار ثابت، عميد كلية العلوم وقائم بأعمال نائب مدير الجامعة للشؤون الأكاديمية ورئيس اللجنة العلمية، بتقديم عرض تقديمي حول دور المواد المتقدمة

في التطور العلمي والتكنولوجي وكيف نشأت المواد من العصر الحجري إلى عصر السيليكون. ومن جانبها قدمت الأستاذة الدكتورة أولغا فولكوفا، من كلية الفيزياء بجامعة موسكو الحكومية في روسيا، عرض تقديمي في مجال المواد الجديدة والمتقدمة ودور تصميم المواد وتحسين خصائصها في تطوير التقنيات الحديثة.

وتخللت فعاليات المؤتمر مراسم تكريم المتحدثين وراحة المؤتمر، إلى جانب الإعلان عن الفائزين بجائزة وإيلي للتميز الأكاديمي.

وتتضمن مشاركة الدائرة مجموعة من الجلسات العلمية والنقاشية التي تناولت موضوعات متخصصة في مجال المواد المتقدمة، منها التقنيات المتقدمة لدراسة المواد وتوصيفها، والمواد المستخدمة في معالجة المياه وتحليلتها، والمواد المصممة هندسياً على المستوى النانوي وتطبيقاتها، وحسابات المواد والنمذجة الحاسوبية، وتقنيات تخزين الطاقة، والمستشعرات الحيوية، والمواد الذكية. كما تضمن برنامج المؤتمر تنظيم ورش عمل متخصصة حول تقنيات التحليل المتقدمة، وعرض للمصناعات العلمية أتاح للباحثين استعراض نتائج أبحاثهم وتبادل الخبرات والأفكار، بما يعزز فرص



قبة الشارقة الفلكية في مجمع الشارقة للفضاء والفلك التابع للجامعة، والتعرف على مرافق المجمع وإمكاناته العلمية والبحثية.

مختبرات مركز أبحاث المواد المتقدمة، حيث اطلع خلالها المشاركون على التقنيات الحديثة والإمكانات البحثية بالجامعة، كما تم زيارة

التعاون العلمي وبناء شراكات بحثية محلية ودولية وتطوير المشاريع البحثية المشتركة. وعلى هامش المؤتمر، تم تنظيم زيارة إلى

منوعات الفكر 23



لا يقتصر تأثير انسداد الأنف على صعوبة التنفس، بل قد يمتد إلى تغيير نبرة الصوت وجعله مكتومًا أو أقل وضوحًا من المعتاد، وتظهر هذه المشكلة غالبًا أثناء نزلات البرد ونوبات الحساسية والتهاب الجيوب الأنفية، وقد تتحسن مع زوال الاحتقان، وفقًا لتقرير موقع "Onlymyhealth".

تظهر غالبًا أثناء نزلات البرد ونوبات الحساسية

لماذا يسبب انسداد الأنف بحكة في الصوت؟



لتقييم الطبيب، بينما قد تحتاج حالات السلائل الأنفية أو انحراف الحاجز الأنفي أو تضخم اللحمية إلى تدخل طبي.



المحي. شرب كميات كافية من السوائل للحفاظ على ترطيب الحلق. ترطيب الهواء عند جفافه. النوم مع رفع الرأس قليلًا إذا ساعد ذلك على تخفيف الاحتقان. تجنب التدخين والدخان ومسببات الحساسية المعروفة. إراحة الصوت وتجنب الصراخ والتحدث لفترات طويلة عند إجهاد الحلق. كما يُنصح بتجنب الهمس عند الشعور بإجهاد الصوت، لأنه قد يزيد الضغط على الجهاز الصوتي بدلًا من إراحته.

العلاج المناسب لانسداد الأنف
يعتمد العلاج على السبب، فقد تستدعي حساسية الأنف استخدام مضادات الهيستامين أو بخاخات الكورتيكوستيرويدات الأنفية وفقًا

الأطفال. - التعرض للدخان والتلوث والهواء الجاف. ويختلف تأثير هذه الأسباب بحسب طبيعة الحالة وشدة الانسداد ومدته.

تأثير انسداد الأنف على الأحبال الصوتية
قد يؤثر انسداد الأنف بصورة غير مباشرة على الأحبال الصوتية، فقد يؤدي التنفس المستمر من الفم إلى جفاف الحلق وتهيجه، ما قد يسبب بحكة الصوت، كما يمكن أن يصاحب الاحتقان التقيط الأنفي الخلفي، وهو انتقال المخاط إلى الجزء الخلفي من الحلق، إلى جانب العوامل من إجهاد الصوت، خاصة لدى المعلمين والفنيين والمتحدثين وغيرهم من الأشخاص الذين يعتمدون على أصواتهم لفترات طويلة.

متى يجب زيارة طبيب الأنف والأذن والحنجرة؟
رغم أن تغير الصوت المصاحب لنزلات البرد غالبًا ما يتحسن مع زوال الاحتقان، فإن استمرار الأعراض يستدعي زيارة الطبيب، خاصة في الحالات التالية: - استمرار انسداد الأنف أو تغير الصوت لأكثر من أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع. - استمرار بحكة الصوت بعد التعالج من نزلة البرد. - انسداد إحدى فتحتي الأنف بصورة مستمرة. - الشعور بألم في الوجه أو خروج إفرازات أنفية سمكية. - تراجع حاسة الشم. - تكرار نزيف الأنف أو ظهور رائحة كريهة من الإفرازات. - معاناة الطفل من الشخير المرتفع أو التنفس المستمر من الفم أو الصوت المكتوم. ويحتاج الانسداد المستمر، خاصة إذا كان في جانب واحد، إلى تقييم طبي لتحديد السبب واستبعاد المشكلات التي تتطلب علاجًا متخصصًا.

طرق استعادة نبرة صوتك بشكل طبيعي
يمكن تخفيف الاحتقان المؤقت باتباع مجموعة من الإجراءات البسيطة، أبرزها: - استخدام بخاخات المحلول الملحي أو غسول الأنف

حالة مختلفة قد ترتبط بمشكلات مثل شق الحنك أو ضعف وظيفة الحنك الرخو، ولا تنتج عادةً عن انسداد الأنف وحده.

أسباب انسداد الأنف وتغير الصوت
توجد عدة أسباب قد تؤدي إلى احتقان الأنف وتغير نبرة الصوت، من أبرزها: - نزلات البرد والإنفلونزا. - التهاب الأنف التحسسي. - التهاب الجيوب الأنفية. - انحراف الحاجز الأنفي. - السلائل الأنفية، المعروفة بالزوائد اللحمية. - تضخم اللحمية لدى



لماذا يؤثر انسداد الأنف على الصوت؟
وفقًا لأطباء الأنف والأذن والحنجرة فإن الصوت لا يعتمد على الأحبال الصوتية وحدها، بل تشارك في تشكيله تجاويف الحلق والقم والأنف، التي تمنحه خصائصه المميزة من خلال عملية تُعرف باسم "الرنين الصوتي"، فعندما تنسد الممرات الأنفية بسبب تراكم المخاط أو تورم الأغشية المخاطية، يتغير مسار انتقال الصوت، ما قد يجعله مكتومًا أو خافتًا، حتى مع سلامة الأحبال الصوتية. وعلى عكس الاعتقاد الشائع، فإن انسداد الأنف يجعل الصوت عادةً أقل رنينًا من الناحية الأنفية، وليس أكثر أنفية، وهي حالة تُعرف طبيًا باسم "نقص الخنة"، ويحدث ذلك بسبب انخفاض مرور الهواء عبر الأنف أثناء الكلام، ما يؤثر في نطق بعض الأصوات، مثل الميم والنون، ويجعل الكلمات تبدو مختلفة عن المعتاد. أما زيادة الرنين الأنفي، المعروفة باسم "فرط الخنة"، فهي

يؤثر على جودة الحياة

ارتجاع المريء . 6 نصائح بسيطة للسيطرة على الأعراض بشكل طبيعي

يعاني كثيرون من ارتجاع المريء وما يصاحبه من حرقة وأعراض مزعجة، لكن بعض التغييرات البسيطة في عادات تناول الطعام والنوم والنشاط اليومي قد تساعد في تقليل الأعراض والسيطرة عليها، وفقًا لتقرير موقع "Ndtv".



تربط بظهور الأعراض بعد تناولها. 4 - تحسين وضعية النوم قد تكون وضعية النوم عاملاً مهماً لدى الأشخاص الذين يعانون من ارتجاع المريء ليلاً، ويمكن أن يساعد رفع الجزء العلوي من الجسم أثناء النوم على تقليل تعرض المريء لحمض المعدة، خاصة لدى الأشخاص الذين تزداد لديهم الأعراض في الليل، وتشير الأدلة إلى فائدة رفع رأس السرير بنحو 6 إلى 8 بوصات، بدلاً من الاعتماد على زيادة عدد الوسائد فقط، حيث أن رفع الجزء العلوي من السرير يوفر ميلًا أكثر ثباتًا للجسم.

5 - تجنب تناول الطعام قبل النوم مباشرة قد يؤدي تناول الوجبات في وقت قريب من موعد النوم إلى زيادة أعراض الارتجاع لدى بعض الأشخاص، خاصة عند الاستلقاء بعد تناول الطعام، لذلك، يُنصح بترك فترة تتراوح بين ساعتين وثلاث ساعات تقريبًا بين آخر وجبة وموعد النوم، خاصة إذا كانت أعراض الارتجاع تظهر ليلاً.

6 - النوم على الجانب الأيسر قد تساعد وضعية النوم على الجانب الأيسر في تقليل تعرض المريء لحمض المعدة مقارنة ببعض وضعيات النوم الأخرى، وتشير الدراسات إلى أن النوم على الجانب الأيسر قد يساعد في تقليل مدة

الموجود في المريء، ولكن يُفضل تجنب العلكة بنكهة النعناع لدى الأشخاص الذين يلاحظون أنها تزيد الأعراض لديهم، فقد يؤدي النعناع لدى بعض الأشخاص إلى تفاقم الارتجاع.

2 - المشي بعد تناول الطعام قد يكون المشي الخفيف بعد الوجبات، وخاصة بعد العشاء، عادة بسيطة تساعد على تقليل أعراض الارتجاع لدى بعض الأشخاص، ويمكن تجربة المشي لمدة نحو 10 دقائق بعد تناول الطعام بدلًا من الاستلقاء أو الجلوس لفترات طويلة، مع مراعاة أن الاستجابة تختلف من شخص لآخر.

3 - الانتباه إلى السكر والكربوهيدرات المكررة يركز كثير من الأشخاص على الأطعمة الحارة باعتبارها السبب الرئيسي للارتجاع، إلا أن المحفزات تختلف بين الأفراد، وقد يساعد تقليل السكريات والكربوهيدرات المكررة ضمن نظام غذائي متوازن بعض الأشخاص على التحكم في الأعراض، مع ضرورة ملاحظة الأطعمة التي تزيد الارتجاع لدى كل شخص على حدة، ولا يعني ذلك أن جميع الأطعمة الحارة تسبب الارتجاع، وإنما يجب تجنب الأطعمة التي

6 طرق للمساعدة في السيطرة على ارتجاع المريء: 1 - مضغ العلكة الخالية من السكر بعد الوجبات قد يساعد مضغ العلكة الخالية من السكر بعد تناول الطعام على زيادة معدل البلع، وهو ما قد يساهم في التخلص من الحمض الموجود في المريء، ولكن يُفضل تجنب العلكة بنكهة النعناع لدى الأشخاص الذين يلاحظون أنها تزيد الأعراض لديهم، فقد يؤدي النعناع لدى بعض الأشخاص إلى تفاقم الارتجاع.

3 - الانتباه إلى السكر والكربوهيدرات المكررة يركز كثير من الأشخاص على الأطعمة الحارة باعتبارها السبب الرئيسي للارتجاع، إلا أن المحفزات تختلف بين الأفراد، وقد يساعد تقليل السكريات والكربوهيدرات المكررة ضمن نظام غذائي متوازن بعض الأشخاص على التحكم في الأعراض، مع ضرورة ملاحظة الأطعمة التي تزيد الارتجاع لدى كل شخص على حدة، ولا يعني ذلك أن جميع الأطعمة الحارة تسبب الارتجاع، وإنما يجب تجنب الأطعمة التي

ويحدث ارتجاع المريء عندما تعود محتويات المعدة بما فيها الحمض إلى المريء، وهو الأنبوب الذي يصل الفم بالمعدة، وقد يؤدي ذلك إلى الشعور بحرقة في الصدر، أو طعم حمضي في الفم، أو أعراض أخرى تختلف حدتها من شخص إلى آخر، وعندما تتكرر الأعراض أو تستمر لفترات طويلة، فقد تؤثر في جودة الحياة، كما أن الارتجاع المزمن قد يؤدي إلى مضاعفات في المريء، ما يجعل التقييم الطبي مهمًا في الحالات المتكررة أو الشديدة.



الف

العدد ١٤٨٨٢ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الإستئنافية المدنية
في الدعوى رقم 0001189/SHCAPCICOMS2026 تجاري
الى المدعى عليه : راجب سوريش
مجهول محل الإقامة
تت مكلف بالحضور بجلسة 15/10/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة الشارقة المحكمة الإستئنافية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير
لدعوى رقم 335) شخصيا او بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة
جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة الاستندات ، وذلك للنظر في الدعوى
لمذكور رقمها اعلاه - بوصفك مدعى عليه.
حرر بتاريخ 07/10/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

الف

العدد ١٤٨٨٢ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الابتدائية
في الدعوى رقم 806/000186/SHCFICICOM52025 التجاري

المدعى عليه / استيرك اسماعيل ، الجنسية : هندي
يحكمكم علما بأنه بتاريخ 21/4/2024 قد فُتحت عليكم هذه المحكمة في الدعوى
بالرقم أعلاه لصالح / شركة مجموعة الإمارات للإتصالات (مجموعة اتصالات) ش
ع - ب ، بالتالي : نص الحكم المحكمة بمقابلة المدعى : بالازم المدعى عليه /
ستيرك اسماعيل بأداء لمصلحة / شركة مجموعة الإمارات للإتصالات (مجموعة
اتصالات) - ش ع - ب إجمالي قدره (20.924 درهم) مشروط بالوفاء والتسليم
وأربعة وعشرون درهم ، وفائدة قانونية بنواقع ٥% من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام
للسداد وعلى التجاوز أصل المبلغ القضيه به، والزمان بالصاري ومائتي درهم مقابل
تغاب الحاماة . ورفض شمول الحكم بالنقد العجل.

الحكمة الابتدائية المدنية

الف

العدد ١٤٨٨٢ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: محمد الحمادي لتدقيق ومراجعة الحسابات - ذ م م

بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية برايم اكسيكتيف لتأجير السيارات - ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 09/10/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 09/10/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، معصلاً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

الف

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ١٥/١٠/٢٠٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : نديم و اومند راجعة الحسابات

العنوان : مكتب 510 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى السبيعي - الرفاعة - هاتف : 3258361 - فاكس : 04-3258362

في بابي باه قد تم تعيين المصفي المذكور اعلاه لتصفية سلسلتين لاستشارات الامن الالكتروني شركة الشخص الواحد ذ م ذ م بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 29/9/2026 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 29/9/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبته الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق البتوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول الخوّل

الف

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: ان بي ان لمراجعة الحسابات ش ذ م م

العنوان: مكتب رقم 404 مجمع مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م -
بروسيد - هاتف: فاكس: بموجب موك تعلق الاقتصاد والساحة في ش ذ م م

بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور اعلاه لتصفية صلفف جلولاي - ش ذ م م
وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 06/10/2026 والموافق لدى كاتب
العدل محاكم دبي بتاريخ 06/10/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو
مطالبة بالتقدم إلى المصفي المعين في مكتبه التاكن بدبي على العنوان المذكور
اعلاه، مصطلحاً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45)
يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول الخول

الف

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: ان بي ان لمراجعة الحسابات ش ذ م م

العنوان: مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف: فاكس: بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياسة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية قشب إدارة المشاريع ش ذ م م ش س وتلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 06/10/2026 الموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 06/10/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق البنوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول





حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

السياحة

العدد ١٤٨٨٢ بتاريخ ١٥/١٠/٢٠٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإتحاد شركة

اسم الشركة : جونسو ستار لإنشاء البنية التحتية لتقنية المعلومات ذ م ش و -
العنوان : Owned by JOON SUK KIM, Burj Khalifa, Bur Duabi -
Office 3001 – **الطابق القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ**
م)، رقم الرخصة : 1238286 رقم قيد السجل التجاري : 635849 موجد بها
(تم) فادحة الاقتصاد والسياحة في دولة الإمارات في السجل التجاري لديها بإتحاد
الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 12/0/2026 والموثق لدى
كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 12/10/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة
التقدم إلى القاضي المعين للمحاسبة والتدقيق مصطحباً معه كافة المستندات
والأوراق الوثائقية وذلك خلال (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول






الحكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

الغرفة
التجارية

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ١٥/١٠/٢٠٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : اكسل للمحاسبة والتدقيق

بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور

أعلاه تصنيفه جوازو ستر لانشاء البنية التحتية لتقنية المعلومات

م م ش و وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 12/10/2026

والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 12/10/2026 وعلى من

لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي

على العنوان المذكور أعلاه، مصطلحاً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية

وذلك خلال (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

[illegible]

الحكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الجمهورية
الإقتصاد والسياسة
Economy and Tourism

العلم

العدد ١٤٨٨٢ بتاريخ ١٥/١٠/٢٠٢١

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإنحلال شركة

اسم الشركة: انكستاتيس للعقارات - ش.ذ.م

المنوان: مكتب رقم B-27 مكتب جوبو ابراهيم دومينيك ابراهيم - الخليج التجاري -

النسخت المتأشروني: ١٥/٠٩/٢٠٢١ رقم الرخصة: 1107433 رقم المقيّد

بالسجل التجاري: 2723210 بموجب هذا تعلن لافتر الإقتصاد والسياسة في

أنه قد تم التأشير في السجل التجاري لتبنيه بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك

بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 15/9/2021 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي

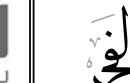
بتاريخ 15/9/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين

أي أن المراجعة الحسابات ش.ذ.م المنوان: مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان

للاستثمار ش.ذ.م - بورسعيد - هاتف: فاكس: متصلياً معه كافة المستندات والأوراق

التبويّة وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ١٥/١٠/٢٠٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : ان بي ان لمراجعة الحسابات ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م -
بورسعيد - هافس : فاكس : بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في
دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصنيفه انكشافاتس والتعريفات
ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 15/9/2026 والموافق
لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 15/9/2026 وعلى من لديه أي
اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على
العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية
وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول الخويل

حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الجمهورية
الإقتصاد والساحة
Economy and Tourism

البحر

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/١٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإنحلال شركة

اسم الشركة: سوبرمير لتجارة الاغذية شركة الشخص الواحد ذ م م
العنوان: مكتب رقم 503 ملك مدينة وورثفروت القارية 1 ش د م - الكويت - الشنكل
القانوني: شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م) - رقم الرخصة: 1311161
رقم المقيّد بالسجل التجاري: 2224570 بموجب هذا نعلن فدرارة الإقتصاد
والساحة في بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديّها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه،
وبذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 3/8/2026 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي
وتاريخ 3/8/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المضيّ أمين أي يبي
أن المراجعة الحسابات ش ذ م م العنوان: مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار
ش ذ م م - روسيد - هاتف: فاكس: مصطفى مكيه كافة المستندات والأوراق الشبوية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول





حكومة دبي
 GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة
 Economy and Tourism

وزارة العدل
 Ministry of Justice

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ١٥/١٠/٢٠٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: أن بي ان لمراجعة الحسابات ش ذ م م
 العنوان: مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م -
 روسعيد - هافت - فاكس : بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه
 قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية سوبريم للتجارة الأغذية شركة
 الشخص الواحد ش ذ م م بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 3/8/2026
 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 3/8/2026 وعلى من لديه
 أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على
 العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
 خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول الخوّل






حكومة دبي
 GOVERNMENT OF DUBAI

الاقتصاد والسياحة
 Economy and Tourism

العجل
 EJLAT

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : اثش ايه ام تدقيق الحسابات
 العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب -
 دبيرة - بور سعيد - هاتف : 047293060 فاكس : 047293071 بموجب
 تاريخ 2026/01/10
 هذا إعلان اقتصادي والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية
 اكلايتلست سلاتر لولول تكنولوجيوليا للخدمات - ش ذ م و وذلك بموجب قرار
 محاكم دبي بتاريخ 2026/01/10 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ
 2026/01/10 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في
 مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق
 الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الجمهورية العربية السورية
Economy and Tourism

الجمهورية العربية السورية

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : ماجيسيف لتجارة الالكترونيات - ش ذ م م
العنوان : محل رقم 30 شارع عبد الرحمن عبد الرحيم أحمد العطار - الكرامة - الشك الفاضلي :
شركة ذات مسؤولية محدودة (شخص الواحد) - رقم الرخصة : 953438، رقم القيد
بالسجل التجاري : 1719939 بموجب هذا نعلن دائرية الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه
قد تم التأشير في السجل التجاري بإحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار
محكم في بتاريخ 29/9/2026 والموافق لدى مكتب العدل محكم في بتاريخ 3/9/2026
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى الضفي المحين عالية التدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم A17-102 محل محمد من الزبير - ديرة - الفهود - الهاتف :
04-2873327 فاكس : 04-2343599 مصححاً منه كافة المستندات والأوراق التوثيقية
وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول الخو

 **حكومة دبي**
GOVERNMENT OF DUBAI



دبي
للإقتصاد والسياحة
Economy and Tourism



العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ١٥/١٠/٢٠٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : عالية لتدقيق الحسابات

العنوان : مكتب رقم 102- A17 ملك محمد بن الزبير - ديرة - القهوه - الهافت

24-2833327 الفاكس 04-2343599 بموجب هذا تعلن الإقتصاد

والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ما جسييف التجارة

الائتمرونيات/ ش د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 29/2/2026

والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 3/9/2026 وعلى من لديه أي

اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه التائن بدبي على العنوان

المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45)

يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



اقتصاد والسياحة
Economy and Tourism



السياحة

العدد ١٤٨٨٢ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/١٥

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة: سيسيس بيلاتيس لخدمات التدريب الرياضي - ش ذ م ه
 العنوان: مكتب رقم 1208 ملك حسن سامع طابع لعنفي البازار - بر دبي - الخليج التجاري
 الشكل القانوني: شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ.م.ه.) رقم الرخصة:
 1430029 رقم القيد بالسجل التجاري: 2749422 بموجب بند تعلن إفادة الاقتصاد
 والسياحة في بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإحلال الشركة المذكورة أعلاه
 وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 08/10/2026 والوقوف لدى كاتب العدل محاكم
 دبي بتاريخ 08/10/2026 وعلى نمو لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى القاضي المصني
 الغيت - بورسعيد - بيرة - هاتف : 44-2288982 فاكس : مصطفيحة بمه كافة المستندات
 والأوراق القانونية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

الأسس الخو





حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

اقتصاد وسياحة
Economy and Tourism

السياحة

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ١٥/١٠/٢٠٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : السعودي لتدقيق الحسابات - ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 703 ملك محمد سعيد خلف الغيث - بورسعيد - ديرة - هاتف

2288982-04 فاكس : بموجب هذا تعلن الإقتصاد والإحصاء في دبي - بأنه

قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية سيهيس بيليتايس لإخدمات التدريب

الرياضية - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ

08/10/2026 والوقت لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 08/10/2026 وعلى من لديه أي

اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان

المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45)

يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



الإمارات لتفويض الأحكام
Emirates Judgment Enforcement



العدل
Ministry of Justice

العدد ١٤٨٨٤ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

محكمة الشارقة الابتدائية

الإمارات لتفويض الأحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالشر

في القضية رقم (9393 لسنة 2025 تنفيذ الشيكات التجارية)

إلى أطول علاقة (تصفه) : (أمي ناصر المصري - وعوانة : غير معلوم لصالح (طالب التنفيذ) : نوبورودي أوبا أوبينا - ش ذ م م

١٦٠٠١ / الإمارات : إمارة دبي : المركز التجاري الأولي بين شارع الشيخ زايد بين برج موسى ٢ شقة ٦٠٠٢
بقره هاتم 0544412234

حيث أنه بتاريخ 3/12/2025 قد صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات العالدة اليكم وجعلها في قوة السند التنفيذي وبما أن الحكوم له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب تنفيذ السند التنفيذي، ورفع الرسم الجدد ذلك، وبما أن مبلغ المئذ لأجله شامل الرسوم والصاري 111.292 درهم، وذلك أن السند تنفيذي ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه من (7) أيام من تاريخ إصداركم، وبما حالة لخلفك ذلك فإن الحكوم استخضع بحقكم إجراءات التنفيذ المقررة قانوناً، وذلك لتعلم بما جاء به وفقاً لشموه قانوناً.

الإمارات لتفويض الأحكام



حكومة الشارقة

دائرة القضاء



العدد ١٤٨٨٤ بتاريخ ١٥/١٠/٢٠٢٦

إعلان مدعي عليه بالتشر

لدى مكتب إدارة محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدوى رقم 0006082 SHCFICICIVS2026 مدني

إلى المدعي عليه ، أحمد محمد فضل كبير - مجهول محل الإقامة
إعلان المدعي عليه نشر باللغة العربية والانجليزية
سبعة واربعون الف وخمسةمئة درهم والفاصلة 50% من تاريخ المطالبة وحتى السداد
اتام والرسوم والضروفات والالتايب.

انما تملك بالحضور بجلسة 20/10/2026 أمام مكتب إدارة الدوى محكمة الشارقة
الحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدوى رقم 10) خصصا او بواسطة
وكيل معتمد ، وتقدمم مذكرة جوابية على الدوى مرقاها بها كافة المستندات وذلك خلال مدة
لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدوى رقمه اعلاه - يوصفك
مدعي عليه.

حور بتاريخ ١٥/10/2026 م.

مكتب الخدمات القضائية

دعوه لحضور

اجتماع الخبرة عن طريق النشر

العدد ١٤٨٨٢ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

بالدعوة رقم 2026/962 تجاري بسيط - أبوظبي

إلى السيد / احمد محمد محمد حمدان السبيعي عليه بـ الدعوة رقم 2026/962 - تجاري - م رب
ط ا ت ا أبوظبي - رقم الهاتف 0545370407 - العنوان المملكة الأردنية الهاشمية - بطاقة
إمزاكية 784199471730616

أسكنكم آمني / جيهان محمد حافظ تعينت خبيرا مسائيا بالدعوة اعلان لقاعة من الرعية مؤسسة
العلم الوطنية للخدمات التعليمية لدعم تحقيق المهمة المحددة بالحملة التثويري الصادر بـ
06/10/2026 - اعدواكم اجتماع الخبرة الاول حاد عدد ومو الجمعية القادم اوافق
16/10/2026 الساعة 11 صباحاً - اجتماع مرلي من بعد .

لذا يرجى تقديم بوابكم على الدعوة على مستندات اخرى للخبير وفي حال عدم حضوركم او تواصلكم
ستباشر الخبرة مهمتها واصدار التقرير وتقديمه للمحكمة - لذا يرجى التواصل معنا على هاتف وواتس
0501198418 - 0502054008

بريد إلكتروني Alkabijihana@gmail.com

حتى يتم اعلان رابطا الحضور لكم للاجتماع المرئي - نتفضوا على الاحترام

من الخبرة / جيهان محمد حافظ

[illegible][illegible][illegible]



المملكة العربية
السعودية
MINISTRY OF JUSTICE
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محاكم دبي
DUBAI COURTS

70748

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/١٥

اعلان رقمي للتكليف بالوفاة بالنشر

في التنفيذ رقم ١٧٩٧٠/٢٠٢٣/٢٥٢

الفتح

موضوع التنفيذ: المطالبة بتقضية الشيك المرفوع رقم ٤٧٩

والضامن عن بنك دبي الإسلامي بعملة (٢٥.٤١٥) درهم شامل الرسوم.

طالب التنفيذ: بنك دبي الإسلامي (بشركة مساهمة عامة)

مطالبه: ١٤٨٨٣ درهم - تبريرة - ١٧٩٧٠/٢٠٢٣/٢٥٢ - رقم مكاني ٣١٩٥٨٤٣٧ - ٣١٩٥٨٤٣٧ - ٥٠٤١٣٢٩٩١

الطلب: إعلان - تبريرة - فورسسيا بايجوس - صفته: مستفيد -

موضوع الإعلان: أن قد تم تقديم الدعوى التنفيذية المذكورة لإفلاء وإلزامهم بتنفيذ ما ورد بالسنكس التنفيذ.

وساد الخلد لخدمته وبقراره (٢٥٣١٤) درهم إلى طالب التنفيذ وأخرية المحكمة - بالإضافة إلى سداد التضييع.

المقررده خلال ١٥ أيام من تاريخ نشر الإعلان وأن كان متمسكاً بالتنفيذ مستنداً إلى إجراءات العقابونية بحكمه.

لسداد الخلد لخدمته به يتم انعقاد في الحضور أي مبالغ إلى الحساب الخاص بالنقد التنفيذ المائل

AET70260751208000271674

DC-VAC-ACCOUNT : 253-2026-17970-000271674

Emirates NBD - خدمة الإمارات بنك الوصفي

د. ن.س. الشعبية

[illegible][illegible][illegible]



المملكة العربية
السعودية
الوزارة
القانونية

محكمة دبي

التوسيات الودية



دبي
دبي
DUBAI COURTS

70021

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/١٥

اعلان بالثبوت

في المنازعة رقم: ٢٠٢٣/٥٢/٧٢٠١٢٢ نزاع مدني - صغير

الغفر

المختارة، ب/، الشهود الودية المنازعات التالتة وشهود رقم ٤٦٢

موضوع المنازعة : التزام المدعي على ان يدفع للدمعية مبلغ (١٠٠٠٠) درهم عشرة الاف درهم والقائدة

رقم ١٥ في تاريخ رفع الدعوى وحتى التمسك بالاداء بالاضافة الى الرسوم والمحاصيف واعتاب الجماعه

التمتاز: شركة الاتحاد للتأمين (مساهمة عامة)

عنوانه: الاوراق - الامارة دبي - حرميد - ديرة دبي - شارع بوغويعد - مبنى بيزنس بوينت - مكتب رقم ١٠١

١٥٠٠٠٠ بولائة بولائة وشماركون: ٠٨٦٨٤٨٢٠٠

الطويل: الاطلاق - محمد اصحاب افاض احمد - صفته : تمثياز ضد

١٥٠٠٠٠ بولائة بولائة : قد ادنا عليه المدعي وموضوع التزام المدعي عليه بان يدفع للدمعية مبلغ (١٠٠٠٠) درهم عشرة الاف درهم والقائدة بولائة ١٥ في تاريخ رفع الدعوى وحتى التمسك بالاداء بالاضافة الى الرسوم والمحاصيف واعتاب الجماعه

١٥٠٠٠٠ بولائة بولائة : وحدها لها حليمة بود التلتة الموافق ٢٠٢٣/١٠/٢٠ الساعة: ٩:٠٠ صباحا

بمقتضى التراضي عن بعد ادنا فلتك بامحور أو من مكتبك بالاداء وعليك بتقديمه ما لديك من

مذكرات أو مستندات للمحكمة لي الجلسة بولائة أيام لي الاقل.

د. عبد الله التميمي

د. عبد الله التميمي

د. عبد الله التميمي

 مملكة العربية السعودية Ministry of Justice Kingdom of Saudi Arabia	محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية	 DUBAI COURTS
[70197]	العدد ٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/١٥ اعلان للنشر في الدعوى رقم: ٩٧٦٦/٢٠٢٣ تجاري كلي	الفخ

[illegible]



مملكة
السعودية
Ministry of Justice
Kingdom of Saudi Arabia

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محاكم
دبي
DUBAI COURTS

70681

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

إعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر

٢٢٦٥٧/٢٠٢٦/٢٥٣ تنفيذ شيكات

تفاصيل الإعلان بالنشر

ال١/- ووشان كوما راجو كيوالدام ساميهوانى

مجهول محل الإقامة

بما ان/بنك رأس الخيمة الوطني ش.م.ع - فرع دبي

قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ماورد بالسند

التنفيذي وسداد ا/بليغ المنفذ به وقدره (٢٢٦١٤٩,٥) الى طالب التنفيذ او خزينة

الحكمة بالاضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال 7 أيام من تاريخ نشر

الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستخذن الاجراءات الوافية بحكمه .

د. نسور الشعبة

الفجر



دولة الكويت
الوزارة
القضاء

محاكم دبي

التسويات الودية



محكمة دبي
DUBAI COURTS

70197

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

اعلان بالثشر

٢٠٢٦/١٠/٢٣ ناز تجاري - صغير

١٤٨٨٣

تفاصيل الاعلان بالنشر

إلى المتنازع ضده: ١- ليلا معيني - مجهول محل الإقامة
بعان أن المتنازع: ديفاسيرز ديفيررايشون كونسالتنسي د.م.س.

قد أقام عليك الدعوى وموضوعها أو الزام المتنازع ضدهما بصاد المبلغ المستحق المخصوص عليه بتاتافية التداعي (١٠٠٠ درهم امراثي مع القاضد القانونية بواقع ١٢٪ من تاريخ الاستحقاق ول وحتى تمام السداد - ثانيا: الزام المتنازع ضدهما بالرسوم والمصاريف ومقابل اعقاب المحاماة .

حدثت لها جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٦/١٠/١٩ الساعة ٩:٠٠ صباحا في قاعة التناضي عن بعد لما فأتت مكتب بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات أو مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة أيام على الأقل.

د نيسم

 السلطة الفلسطينية Ministry of Justice	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	 DUBAI COURTS
70683	العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥ إعلان بالشهر في الدعوى رقم: ٢٧٤/٢٠٢٦/١١ مدني جزئي	



الوزارة
الدولة
العدل
الكويت

محاكم دبي

المحاكم دبي الابتدائية



المحاكم
دبي
DUBAI COURTS

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

اعلان رقمي لحكم بمثابة الحضور بالثشر

في الدعوى رقم: ١٣٦٥/٢٠٢٦/٣ عقاري كلي

70392

١٧

المطالبة: الباترة العتيبة الكلبية الثانية رقم ٩٧

موضوع المحال: لائحة دعوى للمطالبة بتسديد عقد البيع المبرم ٢٠٢٦/٢/٢٧ بالاعتراض محل الدعوى

بسم المحال الذي عليها زاتماثلتها بالتسديد مع الزاها بسداد مبلغ العربون والبالغ قدره مائتان وخمسة واربعون ألف درهم لا غير - محل الشكك رقم (٠٠٠٠٠٠) النوع لدى الوسيط العقاري ومبلغ خسومات الدهرم كتمويش عن الاضرار التي تلحق بالمدعي مع المائدة القانونية بواقع ٥٠ ٪ من تاريخ ايداع صلاحية العقد الحاصل في تاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥ وحتى تمام السداد

المضي: اصل مقرر

عنوانه: الامارات - اسارة دبي - دبي - شارع زرقه البطيطن - مبنى داماس - شقة ٧٠٢ - ٥٥٣٣٨٩٧

المطوب: اعلانه - ١٧ رينا جرداهم فيجاي كومان - صفة: مدعي عليه

القرور اعلان - قرور محكمة دبي الابتدائية اعلانه كالمحك الصادر بتاريخ: ٢٠٢٦/١٠/١٥ بمناطة الحضورى للاطلاع على تفاصيل الحكم لايد من استخدام خدمات محاكم دبي الالكترونية والدكية

رئيس القسم



محاكم دبي



محاكم دبي الابتدائية

70748

العدد ١٤٨٨٣ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/١٥

اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالشر

في التفتيز رقم ٢٥٢٤٨/٢٠٢٦/٢٥٣ تنفيذ شيكات

المطروقة: ١، دائرة التفتيز التاسعة عشر رقم ٩٧

موصون التفتيز: المطالبة بقيمة الشيك المرفوع رقم (١٧٧٧٧٧٧٧) والصادر عن بنك دبي الاسلامي بقيمة (١١٧,٤٧٤) درهم شامل الرسوم.

طالب التفتيز: بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)

عائلته ازمارة ادمي - ابرو - يوسف - محمد ابراهيم مصطفى علي قبيشبة - مستف - مستف - مستف

موصود الاعلان: ١- محمد ابراهيم مصطفى علي الدعوي التفتيزية المذكورة اعلاه والزامهم بالتفتيز ما وورد بالاسند التفتيزي

وسعد البليغ الملتف بد وقدره (١١٧,٤٧٤) درهم على بنك التفتيز او خزينة المحكمة - بالاضافة الى سداد الرسوم

المفروقة وذلك لان: ١- أيام من تاريخ نشر الاعلان ولا ٢- ان محكمة التفتيز مستنفذ الاجراءات القانونية بحكمهم.

لسداد الملتف بدع قيمه بتم احوالي الى مبالغ الى الحساب الخاص بالاحكام بمبلغ التفتيز

ACE9026075120800297578

DC-VAC-ACCA30001: 253-2026-25348-000297578

Emirates NBD - بنك الإمارات دبي الوطني

الخبر

منوعات

الفكر

27

في تجربة جديدة تجمع بين الرومانسية والكوميديا،
يطل الفنان اللبناني ميشال حوراني في مسلسل
"حب على ورق" بشخصية "جمال"، التي استطاعت
أن تلفت انتباه الجمهور منذ ظهورها، بما تحمله من
مشاعر صادقة وحنان ورومانسية تنتمي إلى زمن
الحب القديم.



أحرص على عدم تكرار نفسي، وأسعى دائماً إلى التنوع

ميشال حوراني: «حب على ورق» أتاح لي تقديم شخصيتين متناقضتين



ميشال حوراني أن التحديات لم تكن مرتبطة بالمشاهد أو بالأداء، وإنما كانت في الغالب لوجستية، خاصة بسبب اختلاف الظروف المخاضية في أثناء التصوير.

وأكد أن طبيعة العمل نفسها لم تفرض عليه صعوبات استثنائية من الناحية الفنية، وأن التحدي الأكبر ارتبط بظروف التصوير والتنقل والأجواء المحيطة بالعمل.

النسخة التركية

وعن مدى استغافته بالنسخة التركية الأصلية، أوضح الفنان اللبناني أنه لا يتابع عادة المسلسلات التركية، لكنه عندما عُرض عليه العمل حرص على الاطلاع على بعض الحلقات للتعرف إلى أجواء القصة والشخصيات، لكنه أشار إلى أن عدم وجود شخصية "جمال" في النسخة التركية جعله يتعامل معها باعتبارها شخصية جديدة بالكامل دون وجود مرجعية أداء مباشرة يمكن العودة إليها.

وعن خطواته الفنية المقبلة، كشف أنه يقرأ حالياً نص مسلسل جديد مكون من 10 حلقات، وأنه لم يحسم مشاركته في دراما رمضان المقبلة حتى الآن.

وأوضح أنه مشغل خلال الفترة الحالية بعدد من النشاطات الثقافية والمسرحية والسينمائية، مشيراً إلى أن المشهد الثقافي في لبنان لا يزال يشهد حركة مهمة رغم الظروف الصعبة والأزمات المتلاحقة التي تمر بها البلاد. وأكد حرصه على المشاركة في هذه الأنشطة، معتبراً أن الحركة الثقافية والفنية في لبنان مستمرة، وأن الفنانين يواصلون العمل والإبداع رغم التحديات الكبيرة التي تواجه البلاد.

إيجابية للغاية، لافتاً إلى مدى تعلق الجمهور بالشخصيات وتفاعله معها، خاصة شخصية جمال.

وأوضح أن الكثير من التعليقات التي تصله عبر مواقع التواصل الاجتماعي تعكس إعجاب الجمهور بالشخصية وبالثنائية التي جمعه بالفنانة ديمة الجندى، مشيراً إلى أن المشاهدين وجدوا في "جمال" نموذجاً للرجل الرومانسي، الذي يحمل مشاعر صادقة ويؤمن بالحب والوفاء.

وأضاف أن الجمهور يتفاعل مع الأحداث والشخصيات بدرجة كبيرة، حتى إن بعض المشاهدين يتابعون الحلقات وكأن ما يحدث أمامهم قصة حقيقية.

كيمياء خاصة

وأعرب ميشال حوراني عن سعادته بتجربة العمل في "حب على ورق"، واصفاً أجواء التصوير بأنها كانت ممتعة وإيجابية، مشيراً إلى أن العمل جمعه بشكل مكثف بالفنانة ديمة الجندى، ويقول: "اللافت بالنسبة لي هو نجاح الكيمياء الفنية بيننا، رغم أنني لم أكن أعرفها من قبل، الانسجام بيننا تطور خلال العمل وظهر بشكل واضح على الشاشة".

كما أشاد بأجواء الكواليس وبالتعاون مع باقي فريق العمل، ومن بينهم هيا مرعشلي وأنس طيارة، واصفاً إياهما بالإيجابيين والمميزين، رغم أن مشاهدعهما كانت محدودة.

صعوبات التصوير

وعن الصعوبات التي واجهته خلال التصوير، أوضح

نفسه يمثل بالنسبة لي فرصة مهمة كممثل، لأنني أحرص على عدم تكرار نفسي، وأسعى دائماً إلى التنوع وتقديم نماذج وشخصيات مختلفة للجمهور اللبناني والعربي، فكانت فرصة بالنسبة لي، لأنني أبحث دائماً عن مساحات جديدة".

إضافة جديدة

وكشف الفنان اللبناني أن شخصية "جمال" غير موجودة في النسخة التركية الأصلية من العمل، موضحاً أن الخلل الدرامي الذي يجمع "جمال" بشخصية "هالة"، التي تجسدها الفنانة السورية ديمة الجندى، يمثل إضافة جديدة إلى النسخة العربية.

ويضيف: "الشخصية والعلاقة التي جمعه بهالة تم ابتكارهما ضمن المعالجة العربية للعمل، ما منح الشخصية مساحة خاصة، بعيداً عن المقارنة مع شخصية سابقة أو محاولة محاكاة أداء موجود في النسخة التركية، وهذه الخصوصية كانت من الأمور التي ساعدتني على بناء الشخصية بطريقتي الخاصة، حتى في حال وجود مرجعية سابقة لأي شخصية، فإنني أفضل أن أُنحها رؤيتي الخاصة وأبعادها المختلفة، بعيداً عن التقليد".

ملامح الشخصية

وعن ملامح الشخصية، وصف حوراني شخصية "جمال"، بأنه رجل ناضج، لكنه يحتفظ بداخله بجانب من البراءة والرومانسية الكلاسيكية، بجانب وفائه الكبير للحب الأول.

ويقول: "الشخصية تجمع العديد من الصفات الإنسانية الحبية، فهو شخص رقيق وطيب وحنون ومساند ولبق، ويحمل قدراً كبيراً من الوفاء والصدق في مشاعره"، مشيراً إلى وجود أوجه تشابه بينه و"جمال" خصوصاً في نظرتهم إلى الحب، موضحاً أن هناك تقارباً بينهما في الإيمان بالحب الراقى، بجانب الحنية والعاطفة والصدق والرازة والجدية والطيبة.

وعن ردود فعل الجمهور تجاه المسلسل، قال إنه كان يتوقع نجاح العمل، خاصة بعد النجاح الذي حققته تجارب الدراما العربية المعربة، خلال السنوات الماضية، مستشهداً بتجربة مسلسل "ستيلتو" وما حققته من انتشار ونجاح عربي.

وأكد أن ردود الفعل على "حب على ورق" كانت

حب قديم يعود إلى الحياة

يؤكد ميشال حوراني لموقع "القاهرة الإخبارية"، أن أكثر ما جذبته إلى شخصية "جمال" خطها الدرامي الرومانسي الذي يقوم على فكرة عودة الحب القديم إلى الحياة، موضحاً أن الدور جاء في توقيت مناسب بالنسبة له، بعدما قدم خلال موسم رمضان شخصية مختلفة تماماً من حيث الملامح والأبعاد الدرامية.

ويقول: "تقديم شخصيتين متناقضتين خلال العام



كندة علوش: الأمومة جزء كبير من حياتي



أعربت الفنانة السورية كندة علوش عن سعادتها بتجربتها الأخيرة في مسلسل «50/50»، والذي انطلق عرضه أخيراً على إحدى المنصات، وينتمي إلى دراما الـ15 حلقة.

وأضافت، أن «العمل مع النجوم الشباب ممتع، حيث يضيفون على أجواء التصوير السعادة والمرح».

وأوضحت علوش «أجسد شخصية (رائيا)، وهي سيدة تتمتع بخفة دم ولديزة وحنونة، لكنها في الوقت ذاته متسلطة وتحمل في داخلها مزيجاً من الحزن والبهجة. لذلك، تفاصيلها وتناقض صفاتها حمسائي لتجسيدها».

وحول وجود تشابه بينها وبين شخصية «رائيا»، نفت ذلك قائلة «في الحياة أنا أم حنونة والأمومة جزء أساسي من حياتي، لكن لا أتشابه مع تسلط شخصية (رائيا) في تعاملها مع الآخرين، كما أن طريقة تفكيرها وتعاملها مع الأمور لا تعجبني، ولو وضعت في نفس مكانها لن أتصرف بنفس تصرفاتها مع المحيطين بها».

وأشادت الفنانة السورية بالتعامل مع المخرج أحمد عبدالوهاب وطريقة إدارته للعمل وتميز تفكيره، وعبرت عن سعادتها بتكرار التعاون مع المنتجة سالي والي بعد تعاونهما السابق في مسلسل «بيت المعادي».

ويشارك في بطولة مسلسل «50/50»، إلى جانب علوش، كل من انتصار، وهبة عبدالعزيز، ومجموعة من الشباب منهم ياسمين العبد، معتز هشام، وحمزة دياب، إلى جانب عدد من ضيوف الشرف منهم عمرو يوسف، أحمد فهمي، شياء سيف، وحاتم صلاح.

والعمل من تأليف عمرو أبوزيد وأحمد هاشم، وإخراج أحمد عبدالوهاب.

كريم فهمي يخوض سباق موسم رمضان 2027 بمسلسل جديد



تعاهد الفنان كريم فهمي رسمياً مع شركة سينرجي لتقديم مسلسل جديد ضمن موسم دراما رمضان 2027، وذلك برعاية المنتج تامر مرسي.

ومن المقرر أن يتكون العمل من 15 حلقة، فيما لم يتم الإعلان حتى الآن عن اسم المؤلف أو المخرج، على أن يتم الكشف عن تفاصيل فريق العمل خلال الأيام المقبلة.

ويأتي المسلسل ضمن الأعمال المنتظر مشاركتها في الموسم الرمضاني المقبل، مع استمرار التحضيرات واختيار باقي عناصر العمل تمهيداً لبدء التصوير.

ونضم مؤخراً الفنان كريم فهمي إلى فيلم «القبل ع الدرفيل»، كضيف شرف، ليشترك شقيقه الفنان أحمد فهمي في العمل السينمائي الجديد، في ظهور يجمع الشقيقين على الشاشة ضمن أحداث الفيلم.

ويواصل صناع «القبل ع الدرفيل» تصوير مشاهد العمل، الذي يجمع أحمد فهمي وأسماء جلال في أول تعاون سينمائي بينهما، إلى جانب حاتم صلاح وبيومي فؤاد ورحاب الجمل وإيمي طلعت زكريا ومحمد طعيمة وعدد من ضيوف الشرف.

الوحدة والعزلة الاجتماعية قد تسرقان سنوات من الحياة الصحية

أن الوحدة والعزلة الاجتماعية يمكن أن تؤثرا بصورة كبيرة في متوسط العمر المتوقع الخالي من الأمراض، سواء الجسدية أو النفسية. كما بحثت الدراسة في دور نمط الحياة الصحي، مثل ممارسة الرياضة واتباع نظام غذائي صحي والحصول على نوم كاف وعدم التدخين. وأظهرت النتائج أن هذه العادات ساهمت في تقليل فقدان السنوات الصحية المرتبط بالعزلة الاجتماعية، لكنها لم تقلل بصورة كبيرة من المخاطر المرتبطة بالشعور بالوحدة. ويرى الباحثون أن ذلك يشير إلى الحاجة إلى تدخلات مختلفة للتعامل مع العزلة الاجتماعية والوحدة. ويعتزم الفريق في أبحاث لاحقة دراسة مجموعات سكانية مختلفة، وأجراء تجارب سريرية لفهم العلاقة السببية بين هذه العوامل والصحة بصورة أدق.

أكبر، إذ بلغت نحو 3.7 سنوات لدى النساء و5.8 سنوات لدى الرجال. واستخدم الباحثون سن الخمسين نقطة مرجعية لقياس عدد السنوات الخالية من الأمراض، وشملت الدراسة سبعة أمراض مزمنة رئيسية، هي السكري وأمراض القلب وأمراض الرئة والخرف والسرطان والاكتئاب والقلق. ويوضح الباحثون أن الوحدة والعزلة الاجتماعية ليستا مفهوما واحدا؛ فالعزلة الاجتماعية تشير إلى مستوى ارتباط الشخص وتواصله مع الآخرين، بينما تعكس الوحدة شعورا شخصيا بعدم الرضا عن العلاقات الاجتماعية، حتى لو كان الشخص محاطا بالآخرين. وقال المعد الرئيسي للدراسة، لو تشي، إن النتائج تؤكد

تكشف دراسة أمريكية أن الوحدة والعزلة الاجتماعية قد لا تؤثران فقط في الحالة النفسية وجودة الحياة، بل قد ترتبطان أيضا بخسارة سنوات من الحياة الخالية من الأمراض. وأجرى باحثون من كلية سيليا سكوت ويذرهيدي للطلب العام والاستوائي في جامعة تولين دراسة نشرت في مجلة Nature Communications. وحلّلوا خلالها بيانات 277489 شخصا بالغًا تتراوح أعمارهم بين 40 و69 عاما. ووجد الباحثون أن النساء اللواتي عانين الوحدة والعزلة الاجتماعية معا خسرن نحو 2.4 سنة من الحياة الخالية من الأمراض الجسدية، مقابل 1.7 سنة لدى الرجال. وكانت الخسائر المرتبطة بالصحة النفسية



قرأت لك

الكمون .. كنز غذائي



أصبحت بذور الكمون الغنية بالعناصر الغذائية محط اهتمام الباحثين لما تحتويه من مركبات تعزز الصحة العامة. ويعتقد أن التأثيرات الصحية الإيجابية للكمون تعود إلى مركبات الفلافونويد، التي تعمل كمضادات أكسدة قوية تساعد على تحييد الجذور الحرة الضارة التي تسبب تلف الخلايا. ووفقا لموقع WebMD الطبي، فإن هذه العملية قد تساهم في تقليل مخاطر الإصابة بأمراض خطيرة مثل السرطان وأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم. وفي دراسة نشرت في مجلة Frontiers in Oncology، كشف الباحثون أن مستخلصات الكمون أظهرت تأثيرات إيجابية على خلايا مصابة بسرطان العظام، حيث ساعدت في شفائها. وأوضحت الدراسة أن هذه النتائج تفتح الباب أمام إمكانية استخدام الكمون كوسيلة مساعدة في علاج السرطان مستقبلا. كما أشارت أبحاث أخرى إلى دور الكمون في الحد من مخاطر الإصابة بسرطانات الكبد والمعدة والأمعاء. وذكر الباحثون أن هذه الفوائد ظهرت بشكل رئيسي في دراسات أجريت على الحيوانات، مع الحاجة إلى مزيد من الأبحاث لتأكيد هذه النتائج على البشر. وأثبت الكمون فعاليته في خفض مستويات الكوليسترول "الضار" (LDL)، الذي يعد من عوامل الخطر الرئيسية لأمراض القلب والسكتة الدماغية، حيث أظهرت دراسة نشرت في المجلة الدولية للعلوم الصحية، أن تناول مستخلص الكمون 3 مرات يوميا لمدة 45 يوما أدى إلى انخفاض كبير في مستويات الكوليسترول الضار.

سؤال وجواب

• أي القارات أكثر ارتفاعا؟

- القارة المتجمدة الجنوبية

• من المعروف أن الأعصاب المخية عددها 12 عصب

فما هو ترتيب عصب السمع؟

- العصب الثامن

• استخلص الهندود الأحمر من شجر كروم الأدغال

مادة يسكبونها في مياه الأنهار فتتشل حركة الأسماك

ثم تطفو على السطح ما اسم هذه المادة ؟

- تامبو

• قال واصفا جحا في إحدى كتبه لو ان جحا تفرغ

في حياته لصناعة النوادر التي نسبت اليه مات

قبل ان تنفذ روايتها او ينتهي هو من ابداعها

- عباس محمود العقاد

أطعمة شائعة الاستهلاك قد تزيد خطر الإصابة بالخرف

كشفت مراجعة علمية حديثة عن وجود صلة بين استهلاك الأطعمة الفائقة المعالجة وارتفاع احتمالية الإصابة بالخرف وتراجع الوظائف الإدراكية. وأشارت المراجعة إلى أن اللحوم المصنعة قد تكون من أبرز الأطعمة المرتبطة بهذا الخطر، من دون أن تثبت أن تناولها يسبب الخرف بشكل مباشر. وفي هذا السياق، قام باحثون من 26 مؤسسة بتحليل أكثر من 170 دراسة شملت أكثر من 500 ألف شخص، لبحث العلاقة بين النظام الغذائي وصحة الدماغ والتدهور المعرفي. وقد توصلوا إلى أن الأفراد الذين يستهلكون كميات أكبر من الأطعمة الفائقة المعالجة أكثر عرضة للإصابة بالخرف. وظهرت هذه العلاقة بشكل أوضح فيما يتعلق باللحوم المصنعة، حيث ارتبطت كل زيادة يومية بمقدار 25 غراما في استهلاكها بارتفاع خطر الإصابة بالخرف بنسبة تراوحت بين 44 و52%. وتعالد هذه الكمية تقريبا شريحتين من لحم الديك الرومي المصنّع، أو نحو نصف قطعة من النقانق. من جهته، قال الدكتور أوبين كارمايكل، معد الدراسة ومدير قسم التصوير الطبي الحيوي في مركز بينينغتون للأبحاث الطبية الحيوية بجامعة ولاية لويزيانا، إن بعض البيانات تشير القلق بشأن تأثير الأغذية الفائقة المعالجة في الدماغ، لكن لا تزال هناك أسئلة كثيرة حول طبيعة هذه العلاقة وتأثيرها في الصحة الإدراكية على المدى الطويل. وتشمل الأغذية الفائقة المعالجة منتجات تحتوي عادة على كميات كبيرة من الدهون أو السكر أو الملح، إضافة إلى مواد حافظة ومكونات أخرى تستخدم خلال عمليات التصنيع. ومن بينها بعض الوجبات الجاهزة والمشروبات السكرية والوجبات الخفيفة، إلى جانب اللحوم المصنعة مثل اللحوم الباردة والنقانق.

وأشارت المراجعة إلى نتائج دراسة أجريت على أكثر من 10 آلاف بالغ في البرازيل، ووجدت أن الأشخاص الذين حصلوا على أكثر من 20% من سعراتهم الحرارية اليومية من الأغذية الفائقة المعالجة عانوا تراجعا أسرع في الذاكرة ومهارات التفكير خلال ثماني سنوات. لكن هذا التأثير لم يظهر لدى الأشخاص الذين التزموا بدرجة أكبر بنظام "MIND" الغذائي، الذي يركز على الخضروات الورقية والتوت والمكسرات والأسماك والبقوليات. وفي تحليل آخر اعتمد على بيانات من "البنك الحيوي" في المملكة المتحدة، أظهرت النمذجة الرياضية أن استبدال 10% من السعرات الحرارية القادمة من الأغذية الفائقة المعالجة بأطعمة غير مصنعة ارتبط بانخفاض خطر الإصابة بالخرف بنسبة 19%.

ويرجح الباحثون أن بعض المواد المستخدمة في تصنيع اللحوم، مثل النترات، قد تساهم في حدوث التهابات أو تغيرات في الأوعية الدموية، لكنهم أكدوا أن الدراسة لا تثبت أن هذه المواد هي السبب المباشر في تضرر الدماغ. كما يصعب الفصل بين تأثير المواد الحافظة وعمليات التصنيع وبين تأثير الدهون والسكر والملح الموجودة في هذه المنتجات.

وأكد الباحثون أن نتائج المراجعة تظهر وجود ارتباط، وليس سببية مباشرة، داعين إلى إجراء مزيد من الدراسات لفهم هذه العلاقة. وخلصوا إلى أن الحد من تناول الأغذية الفائقة المعالجة قد يكون خطوة مفيدة ضمن نظام غذائي صحي، لكنه لا يعد حتى الآن وسيلة مثبتة للوقاية من الخرف.



الممثلة البريطانية ميا غوث خلال عرض مجموعة «كريستيان ديور» للأزياء النسائية ضمن أسبوع الموضة في باريس. ا ف ب

هل تعلم؟

- هل تعلم أن قلب الجمبري يقع في رأسه.
- هل تعلم أن الدب القطبي لون فراءه أبيض بينما جلده لونه أسود.
- هل تعلم أن فرس النهر والخيول من سلالات متقاربة.
- هل تعلم أن الماعز لها لهجة يفهم كل منهما الآخر.
- هل تعلم أن في أذن القططة يوجد 32 عضلة.
- الكبد يسمى بأعضاء عديدة في عضو واحد لكثرة وظائفه وهل تعلم أن كبد الكثير من الحيوانات يستعمل كعلاج فعال لنقر الدم الخبيث.
- هل تعلم أن الكبد عند الأشخاص المدمنين على الكحول يكون أسمن أو أضخم من كبد الأشخاص الغير مدمنين لأن الكبد يُسَمّن بالمسكرات فيصبح مأوى للشحوم وبالتالي يتشَمّع الكبد وهناك أسباب أخرى لتشَمّع الكبد ولكن الإدمان في مقدمتها.
- هل تعلم أن الرجال الذين تخطّوا سن الثلاثين أو الأربعين أكثر تعرّضا للقرحة من غيرهم
- هل تعلم أن كوكب زحل هو أكثر كوكب يوجد له أقمار طبيعية في المجموعة الشمسية ويبلغ عددها 82 قمر .

قصة السباق المنتظر

في ساحة الجامعة وضعت ورقة بيضاء كبيرة تحمل خبراً لسباق عدو جائزته كبيرة ..كانت الجائزة مطمع للكثير منهم فهب كل الرياضيون للأشتراك في سباق العدو المنتظر . كانت المسافة طويلة وواظب الكثيرين على التدريب الا ان احدهم وهو تومي فكر كثيراً ، وهو يتدرب نعم لكن من يضمن له انه سيفوز .. جلس في بيته يفكر حين دخل شقيقه التوام ليأسأله عما يشغل تفكيره وعندما سمع قصته رد عليه بخبت ربما لن تستطيع ان تكسب لكننا معاً نستطيع ذلك .. هي خدمة بسيطة ولكن مفيدة فما رأيك ان نشارك معاً ولكن بأسمك انت تومي انت تجري معهم وننشق على مكان يتقابل فيه لأكمل انا السباق، تليس ملابس واحدة ونحمل نفس الرقم، وكما ترى لن نستطيع احد ان يشك في شئ ابدا فانا وانت صورة واحدة لشخصين .. ربما هي فكرة مجنونه لكنهما قاما معاً بتنفيذها فالسباق سيمر على اماكن كثيرة ملتوية ووعرة ويمكنهم تنفيذ خطتهم.

يوم السباق، اتفقا ودسا الخطة معاً وقاما بفحص الطريق وكل زاوية سيمر عليها المتسابقون، وامام المرآة وقفا معاً ..انهما متطابقان تماما، تومي اخذ موقعه بين المتسابقين اما روبرت فقد ذهب بسيارته إلى حيث من المنتظر ان يتقابلا فيتبادل الأثنين مكانهما. .. وبدأ السباق واسرع تومي ببذل كل ما في وسعه جرى بكل قوته وهلل الجميع من حوله، جرى وجرى يسرعه حتى يصل إلى المكان الذي سيقابل فيه روبرت ليحل محله، لكنه لم يعرف ان روبرت قد انقلبت سيارته واصيب ولا احد يدري به . ظل روبرت في حالة اغماء شديدة والوقت يمر به وهو لا يدري اما تومي فقد ركض بكل قوته ووصل إلى المكان ولم يجد شقيقه فظن انه خدعه فأكمل السباق بكل قوة ويكل غيظا ايضا وكلما جرى القسم بينه وبين نفسه ان يلتقه درسا لن ينساه .. مع وصوله لخط النهاية صفق الجميع له ووقف ليحمل جائزته وهو في قمة سعادته ..اما روبرت فقد وعى لنفسه وافاق ليري ان الدنيا قد اظلمت حوله جلس ليتذكر ما حدث ثم تمالك نفسه وعاد للبيت مشخنا بالجراح وهناك عرفت الأسرة ما حدث وقال الأب: ربما فعل الله ذلك لتعرف مدى قدرتك على اجتياز مثل هذا السباق.. حمد تومي الله على نجاة شقيقه وعلى نبيله الجائزة وقال ربما لو تدخل روبرت في الأمر ما استطاع ان يكمل السباق ورب ضارة نافعه.

