

المنطقة الثقافية في السعديات تطلق بطاقة المتاحف لتجربة متكاملة واستكشاف ثلاثة متاحف عالية

رشا مهدي: الجانب الإنساني كان العامل الأهم في «اللون الأزرق»

«كوليبيكتين» ..
بكتيريا معوية
قد ترتبط
بسرطان
القولون



«تربة الغابات» قد
تقلل الإصابة بالربو
لدى الأطفال

في خطوة قد تبدو غير تقليدية، كشفت دراسة حديثة أن إدخال كميات من «تربة الغابات» إلى داخل المنازل قد يسهم في تعزيز صحة الأطفال، خصوصاً فيما يتعلق بتقليل احتمالات الإصابة بالربو والحساسية، لا سيما في البيئات الحضرية.

وبحسب الدراسة، قام باحثون فنلنديون بجمع تربة من عمق غابات مغطاة بالثلوج، ثم معالجتها وغربلتها للحفاظ على الكائنات الدقيقة الموجودة فيها، قبل دمجها داخل سجاد منزلي، بحيث يتم إطلاق هذه الميكروبات في الهواء مع الاستخدام اليومي.

وتم تطبيق التجربة على ستة منازل في شرق فنلندا، حيث تم وضع «سجاد مدمج بتربة الغابات» عند الدخول في خمسة منها، بينما ترك المنزل السادس كمتحكم للمقارنة، بهدف دراسة تأثير ذلك على «الميكروبيوم» داخل المنزل، أي مجموعة الكائنات الدقيقة غير المرئية مثل البكتيريا والفطريات.

وأظهرت النتائج أن وضع هذا النوع من السجاد أسهم في تغيير تركيبة الهواء داخل المنازل، مع زيادة واضحة في البكتيريا المرتبطة بالبيئة الطبيعية، خاصة في الأسابيع الأولى من التجربة، وبشكل أكثر وضوحاً في مستويات التنفس لدى الأطفال.

وقال الباحثون إن هذا التأثير يعود إلى أن الأطفال، خاصة في البيئات الحضرية، يتعرضون بشكل أقل لتنوع الميكروبات مقارنة بالأطفال في المناطق الريفية، ما قد يؤثر على تطور جهازهم المناعي ويرتبط بارتفاع معدلات الحساسية والربو.

كما بينت الدراسة أن حركة الأقدام على السجاد تساعد في إطلاق جزيئات دقيقة من التربة إلى الهواء، ما يعزز تنوع الميكروبات داخل المنزل، إلا أن هذا التأثير يتراجع بعد نحو أربعة أسابيع، ما يشير إلى الحاجة إلى تجديد التربة بشكل دوري.

كيف تحمي نفسك من ارتفاع سكر الدم؟

ارتفاع سكر الدم هو حالة قد تصيب أي شخص، سواء مرضى السكري أو حتى الأصحاء، وبشكل عام مستويات السكر هي المسؤولة عن طاقة الجسم، ويجب دائماً الانتباه إليها لتبقى في النطاق الطبيعي؛ حتى لا يتعرض الشخص للخطر. ويُعد ارتفاع سكر الدم من الحالات التي تُصنف بالخطيرة؛ لأنها لا تجعل الشخص عرضة للسكري بوصفه مرضاً مزمنًا، بينما هذا الارتفاع إذا استمر أو تكرر؛ فهو يعرض القلب والكلى للخطر. يمكن لأي شخص أن يحمي نفسه من ارتفاع سكر الدم، من خلال بعض الخطوات التي أكدها العلم، وذلك قبل الإصابة بالسكري كحالة مزمنة.



الأولية، مثل التبغ والدوخة والعمش، بينما تكرر الحالة قد يعرضك للتالي:

أمراض القلب والأوعية الدموية
يزيد الارتفاع المستمر في سكر للدم من خطر الإصابة بنبويات قلبية أو سكتات دماغية نتيجة تضرر الشرايين.

اعتلال الشبكية
يؤثر السكر الزائد في الأوعية الدموية الدقيقة في العين، ما قد يؤدي إلى ضعف الرؤية أو فقدانها إذا لم يتم تدارك الأمر.

صحة الكلى
تعمل الكلى بجهد مضاعف لتصريف السكر الزائد؛ ما قد يؤدي مع الوقت إلى تراجع وظائفها وصولاً إلى الفشل الكلوي.

تلف الأعصاب
خاصة في الأطراف، حيث يسبب شعوراً بالتنميل أو الألم، ويقلل من قدرة الجسم على الالتئام الجروح، ما يزيد من مخاطر الالتهابات الجلدية.

كيف تراقب صحتك؟
أكد الخبراء أنه يمكن حماية الجسم من مخاطر ارتفاع سكر الدم من خلال النصائح السابقة، وبالإضافة إلى ذلك يجب أن تعرف أن الوفاية تبدأ بالمعرفة، وهنا ينصح الخبراء بضرورة إجراء فحوصات دورية لسنوي السكر التراكمي، بمعدل مرة واحدة سنوياً على الأقل، لمن هم فوق سن معينة أو من لديهم عوامل خطورة، كما أن الانتباه للأعراض الأولية مثل العطش المفرط، التعب غير المبرر، أو زغلة العين، يساعد في تدارك الارتفاع قبل تحوله إلى حالة مزمنة.

العلاقة بين الرياضة وارتفاع سكر الدم يبدو أن هناك علاقة مباشرة؛ فحسب الخبراء فإن ممارسة أي نشاط بدني يُعد أداة قوية ومؤثرة في التحكم في سكر الدم، عندما تمارس الرياضة، تستخدم عضلاتك الجلوكوز للحصول على الطاقة؛ ما يقلل مستوياته في الدم بشكل مباشر. وينصح الخبراء بممارسة الرياضات التالية:

التمارين الهوائية؛ مثل المشي السريع، السباحة، أو ركوب الدراجات لمدة 150 دقيقة أسبوعياً. تمارين المقاومة؛ تساعد زيادة الكتلة العضلية في تحسين عملية التمثيل الغذائي للجلوكوز، حيث تعمل العضلات كمخازن طبيعية للسكر الزائد.

عوامل أخرى تسبب ارتفاع سكر الدم إلى جانب الغذاء والرياضة، هناك عوامل تلعب دوراً بارزاً في مستويات السكر، مثل:

التطريب المستمر
شرب الماء بكثرة يساعد الكلى على طرد السكر الزائد عبر البول. كما أن الجفاف يؤدي إلى زيادة تركيز السكر في مجرى الدم؛ ما يرفع القراءات بشكل وهمي وخطير في آن واحد. اقرئي أيضاً: طرق فائقة للتخلص من إدمان السكر تجنباً للسممة وخطر السكري

الحد من الضغوط النفسية
عند التوتر، يفرز الجسم هرمونات مثل الكورتيزول والجلوكاجون، وهي هرمونات مصممة لرفع سكر الدم لتزويد الجسم بالطاقة اللازمة لرد الفعل؛ لذا، فإن ممارسة تقنيات الاسترخاء تعتبر ضرورة طبية وليست رفاهية.

النوم
تؤدي قلة النوم إلى اضطراب الهرمونات المسؤولة عن الشهية وتوازن السكر؛ ما يزيد من مقاومة الأنسولين في اليوم التالي.

مخاطر ارتفاع سكر الدم
لا يقتصر خطر ارتفاع سكر الدم الزمن على المضاعفات

ما سكر الدم؟
قبل التطرق لسبل الوقاية من ارتفاع سكر الدم، يجب أن نعرف آلية عمله في الجسم. سكر الدم، أو الجلوكوز كما يُطلق عليه علمياً، وحسب Cleveland Clinic، يُعد المصدر الرئيسي للطاقة التي تحتاجها خلايا الجسم، والمصدر الرئيسي له هي الكربوهيدرات التي تتناولها.

عندما تتناول الكربوهيدرات فإن هرمون الأنسولين، الذي يفرزه البنكرياس، يقوم بالسماح للجلوكوز بالدخول إلى الخلايا، وهنا يحدث الارتفاع عندما يفتر الجسم للأنسولين الكافي أو عندما لا يستطيع استخدامه بفاعلية.

كيفية الوقاية من ارتفاع سكر الدم؟
قدم CDC دليلاً كاملاً للوقاية من ارتفاع سكر الدم، الذي أكد في صدارته الحديث أهمية التغذية بوصفها وسيلة أولية لحماية الجسم من هذه الحالة، والثاني أبرز النصائح.

تناول حصص مناسبة من الكربوهيدرات
لا يتعلق الأمر بمنع الكربوهيدرات تماماً، بل باختيار النوعية والكمية. ينصح بالتركيز على الكربوهيدرات المعقدة، ذات المؤشر الجلايسيمي المنخفض؛ لأن الجسم يقوم بهضمها ببطء، ما يؤدي إلى ارتفاع تدريجي ومستقر في سكر الدم.

منع الدقيق الأبيض والسكر
تشير الدراسات إلى أن الكربوهيدرات المكررة، التي تشمل مثلاً الخبز الأبيض، المعجنات، والحلويات، تسبب ارتفاعاً مفاجئاً في مستويات السكر؛ لذلك ينصح الخبراء باستبدال الحبوب الكاملة بها مثل الشوفان، الكينوا، والقمح الكامل يعزز من حساسية الأنسولين.

الاهتمام بالألياف الغذائية
تلعب الألياف، خاصة الموجودة في الخضروات الورقية والبقوليات، دوراً حيوياً في إبطاء امتصاص السكر والدهون؛ ما يساعد في الحفاظ على استقرار القراءات طوال اليوم.

بإخات التنظيف قد تضر الرئتين أكثر من ابتلاعها

كشفت دراسة علمية حديثة عن مخاطر محتملة لاستخدام منتجات التنظيف المنزلية، محذرة من أن استنشاق الجزيئات الناتجة عنها قد يسبب أضراراً خطيرة في الرئتين، قد تكون أشد من تأثيرها عند ابتلاعها عن طريق الخطأ. وأشارت الدراسة وفقاً لـ «الديلي ميل» إلى مركب كيميائي يُعرف باسم الأمونيوم الرباعي (QAC)، وهو مكون شائع في مئات بإخات المطهرات المنتشرة في الأسواق، مثل منتجات Clorox و Lysol. حيث يُستخدم منذ عقود في عمليات التعقيم والتنظيف. ورغم معرفة العلماء منذ سنوات بأن هذه المادة قد تكون سامة عند تناولها، فإن أبحاثاً حديثة بدأت تكشف جانباً أكثر خطورة، يتمثل في تأثيرها عند استنشاقها، خاصة أثناء رشها في الأماكن المغلقة. وقال الباحث الرئيسي في الدراسة، الدكتور جينو كورتوباسي، إن النتائج أظهرت أن التعرض لهذه المركبات عبر الاستنشاق تسبب في زيادة الأضرار والوفيات بنحو 100 ضعف مقارنة بالتعرض عبر الابتلاع، وهو ما وصفه بالمشاغب والمقلق. وأضاف أن هذه النتائج تدفع لإعادة النظر في استخدام هذه المنتجات بشكل واسع، خاصة في ظل انتشار البإخات المعتمدة على هذه المركبات في البيئات المنزلية. وتشير أبحاث سابقة إلى أن نسبة كبيرة من الأشخاص، تصل إلى نحو 80% لديهم آثار من مركبات الأمونيوم الرباعي في مجرى الدم، ما يعكس مدى انتشار التعرض لهذه المواد.

السفر في العطلة، يعزز صحة القلب ويخفض التوتر

كشفت دراسة حديثة أن قضاء العطلات، لا يقتصر على الترفيه فقط، بل قد يحمل فوائد صحية مهمة، أبرزها تحسين صحة القلب وتقليل مستويات التوتر. وأجرى باحثون في Texas A&M University دراسة أظهرت أن السفر يسهم في تعزيز صحة القلب وزيادة الإنتاجية، إلى جانب تأثيره الإيجابي على الحالة النفسية، مع الإشارة إلى أن الرحلات الأطول قد تحقق فوائد أكبر. واعتمدت الدراسة وفقاً لـ «الديلي ميل» على تجربة شملت 20 طابئاً، حيث تم إرسالهم في رحلة بحرية مزودة بساعات ذكية لمراقبة مؤشرات صحة القلب، أبرزها ضغط الدم. وأظهرت النتائج انخفاضاً ملحوظاً في ضغط الدم بمجرد بدء الرحلة، مع استمرار التحسن كلما طالت مدة السفر، ما يعزز فرضية أن العطلات الطويلة أكثر تأثيراً من القصيرة. ورغم الاعتقاد السائد بأن الاسترخاء هو العامل الرئيس، أوضح الباحثون أن التحسن يعود أيضاً إلى عنصر «الإثارة» الناتج عن خوض تجارب جديدة، وليس الراحة فقط. وقال الدكتور جيمس بيترليك، الباحث في الجامعة، إن السفر يشبه إلى حد ما التدريب الرياضي، حيث يتعرض الجسم لجرعات من النشاط والتجربة، تتبعها فترات من الراحة، وهو ما يساهم في تقوية القلب وتحسين استجابته. وأشار إلى أن القلب يتفاعل مع التجارب الجديدة، ثم يستفيد من فترات الراحة أثناء السفر، ما يجعل الإجازات عاملاً مساعداً في تعزيز صحة القلب. وتعد مشكلة ارتفاع ضغط الدم من أبرز التحديات الصحية عالمياً، حيث تؤثر على نحو 14 مليون بالغ، وترتبط بمضاعفات خطيرة مثل النوبات القلبية والسكتات الدماغية.

دراسة: فيروس يسبب الأسماك ينتقل إلى عيون البشر

أكدت دراسة أجراها فريق من الباحثين الصينيين، أن فيروس «نودا العقدي» الذي يصيب أسماك المياه المالحة والعدية قادر على الانتقال إلى البشر والتسبب بمرض خطير في العين. وقالت الدراسة التي نُشرت في مجلة «نيشور مايكروبيولوجي» العلمية: «تم مؤخراً تحديد مرض يصيب العين لدى البشر يسمى ارتفاع ضغط العين المستمر المصحوب بالتهاب العينية الأمامي الفيروسي (POH-VAU)، إلا أن سببه ظل غير واضح. وقد ربطت دراسة حديثة هذا المرض بفيروس «نودا العقدي» (CMNV) من أصل مائي». ورصد العلماء خلال الدراسة عدوى فيروس «نودا العقدي» في عيون 70 مريضاً مصاباً بمرض ارتفاع ضغط العين المستمر المصحوب بالتهاب العينية الأمامي الفيروسي. وبحسب الدراسة «أظهرت التجارب أن فيروس «نودا العقدي» قادر على التسبب في ارتفاع ضغط العين وتلف أنسجة العين لدى القران، كما أنه قادر على إصابة خلايا الثدييات».

دراسة: الهجرة قد تزيد خطر الإصابة بأمراض القلب

كشفت دراسة حديثة أن الهجرة تسهم تدريجياً في إعادة تشكيل عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب لدى المهاجرين. ونقل موقع «ميديكال إكسبريس» العلمي عن جامعة نورث كارولينا أن نمط الحياة بعد الانتقال يؤدي دوراً حاسماً في هذا التحول الصحي. واعتمدت الدراسة على تحليل بيانات أكثر من 13 ألف شخص، ضمن مقارنة شملت 4 فئات: أمريكيون من أصل مكسيكي، ومهاجرون مكسيكيون في الولايات المتحدة، وأشخاص عادوا إلى المكسيك، إلى جانب غير المهاجرين داخل البلاد.

وأظهرت النتائج أن المهاجرين المكسيكيين في الولايات المتحدة كانوا أكثر عرضة لزيادة الوزن وارتفاع نسبة الخصر إلى الورك مقارنة بغير المهاجرين في المكسيك، وهو مؤشر يرتبط بارتفاع مخاطر الإصابة بأمراض القلب.

في المقابل، سجلت هذه الفئة معدلات أقل للإصابة بارتفاع ضغط الدم، ما يعكس صورة صحية مركبة لا يمكن وصفها بالسلبية المطلقة. وبيّنت الدراسة أيضاً أن المهاجرين يطورون مع مرور الوقت أنماطاً صحية تقترب من تلك السائدة بين الأمريكيين من أصل مكسيكي المولودين في الولايات المتحدة. ومن اللافت أن الأفراد الذين عادوا إلى المكسيك أظهروا مؤشرات صحية مشابهة لغير المهاجرين، ما يعزز فرضية أن البيئة ونمط الحياة يلعبان دوراً مباشراً في تشكيل مخاطر أمراض القلب.

لتعزيز امتصاص «فيتامين د» .. أفضل طريقة لتناول البيض

الوجبة يساعد الجسم على امتصاص الفيتامين بكفاءة أعلى.

وبيّنت أن الدهون تُحفّر إفراز العصارة الصفراوية والإنزيمات الهاضمة، ما يُسهّل انتقال فيتامين د إلى مجرى الدم. لذلك يُنصح بتناول البيض مع مصادر الدهون الصحية مثل زيت الزيتون، أو الأفوكادو، أو المكسرات والبذور، إضافة إلى الأسماك الدهنية كالسلمون والسردين، ومنتجات الألبان.

وفيما يتعلق بطرق التحضير، أشارت الأخصائية إلى أن طهي البيض، سواء بالسلق أو القلي أو الخفق، لا يؤثر بشكل كبير على محتواه من «فيتامين د». ومع ذلك، فإن إضافة كمية معتدلة من الدهون الصحية أثناء الطهي، مثل استخدام زيت الزيتون، قد تُحسن امتصاص الفيتامين. وأكدت أن جودة النظام الغذائي بشكل عام تظل العامل الأهم، إذ إن تناول أطعمة غنية بـ «فيتامين د» على مدار اليوم، إلى جانب الدهون الصحية، يُعد أكثر تأثيراً من التركيز على طريقة تحضير طعام واحد فقط.

كشفت أخصائية تغذية أن طريقة تناول البيض قد تلعب دوراً مهماً في تعزيز استفادة الجسم من «فيتامين د» الذي يُعد من العناصر الغذائية الأساسية لصحة العظام والمناعة، ويتميز بكونه من الفيتامينات القابلة للذوبان في الدهون.

وأوضحت أن البيض من المصادر الطبيعية القليلة لـ «فيتامين د»، إلا أن امتصاصه يتحسن بشكل ملحوظ عند تناوله مع دهون صحية. فعلى الرغم من احتواء صفار البيض على نسبة من الدهون، فإن إضافة دهون مفيدة إلى



رواد فضاء «أرتيس 2» يصلون إلى نطاق جاذبية القمر

أعلنت وكالة الفضاء الأمريكية «ناسا»، أمس الاثنين أن رواد الفضاء الأربعة المشاركين في مهمة «أرتيس 2» وصلوا إلى نطاق جاذبية القمر، أي إلى النقطة التي تصبح فيها جاذبية القمر أقوى تأثيراً على كسولة الفضاء «أوريون» من جاذبية الأرض. ويعد الطاقم - المكون من رواد الفضاء الأمريكيين فيكتور جولفر وكريستينا كوش وريد وايزمان، إضافة إلى رائد الفضاء الكندي جيريمي هانسن - حالياً أول أشخاص يسافرون إلى القمر منذ أكثر من 50 عاماً. وتعد هذه هي الرحلة الفضائية الثانية لكل من جولفر وكوش ووايزمان، فيما تمثل الأولى لهانسن. وتعتبر كوش أول امرأة تشارك في مهمة قمرية لناسا، بينما جولفر هو أول شخص أسود البشرة، وهانسن أول كندي، وانطلق رواد الفضاء الأربعة، مساء الأربعاء الماضي، على متن الكبسولة «أوريون»، باستخدام صاروخ نظام الإطلاق الفضائي، من ميناء كيب كانافيرال الفضائي في ولاية فلوريدا الأمريكية.



جناح الإمارات في «إكسبو 2025 أوساكا» يهدي مظلة الخشبية لمتنزه أطفال في محافظة توتوري اليابانية

سفيرنا لدى اليابان والمفوض العام لجناح إكسبو 2025 يشاركون في تدشين المظلة الخشبية، كرمز للصدقة بين الإمارات واليابان



محافظة توتوري مع نظيراتها في صحاري دولة الإمارات، إذ تشكّلت بفعل حركة الرياح عبر الزمن، لتغدو سمةً مميزةً في الهوية الجغرافية لكل منهما.

وخلال «إكسبو 2025 أوساكا»، استقبل جناح دولة الإمارات أكثر من 5 ملايين زائر إجمالي، مقدّماً تجربة غامرة متعددة الحواس للجمهور من مختلف أنحاء العالم، استلهمت من شعاره «من الأرض إلى الأثير»، وجسدت العلاقة المتجدّرة بين تراث الدولة وشعبها وتطلعاتها نحو المستقبل.

وجاء في اللوحة التعريفية المبنّية إلى جانب المظلة ما يلي: «صُمّمت هذه المظلة الخشبية لجناح دولة الإمارات في إكسبو 2025 أوساكا - كانساي، لتجسد حواراً ملهماً بين التراث الإماراتي والحرفية اليابانية، احتفاءً بالتقدير المشترك للطبيعة والمجتمع، وبعد أن استقبلت الزوّار عند مدخل جناح الدولة خلال المعرض، تم إهداؤها إلى سكان محافظة توتوري، حيث تواصل أداء دورها في توفير الظل وتشكيل مساحة للتلاقي، لتغدو رمزاً راسخاً للصدقة المتجدّرة بين اليابان ودولة الإمارات العربية المتحدة».

والعلاقات الراضية بين دولة الإمارات العربية المتحدة واليابان».

وصُمّمت المظلة الخشبية كجزء من تجربة الدخول إلى جناح دولة الإمارات، حيث شكّلت فضاءً انتقاليًا رغب بالزوّار عند وصولهم من موقع إكسبو. ويستحضر هيكلها «الحلقة الكبرى» في «إكسبو 2025 أوساكا» وذلك من خلال توظيف خشب الأرز، الذي يرمز إلى اليابان وهويتها المعمارية. كما تتزيّن أقمشة التظليل بنقوش مستوحاة من «الخصب»، الحرفة الإماراتية التقليدية نسج سعف النخيل، في تجسيد متنغم لتلاقي الثقافتين ضمن إطار واحد.

وأتاح هذا التداخل بين المواد والتقاليد تقديم حوار بصري ملهم للزوّار، جمع بين البراعة الحرفية اليابانية والتراث الثقافي الإماراتي، بما يعكس الفلسفة التصميمية الأوسع التي طوّرتها مجموعة «من الأرض إلى الأثير» للتصميم. وفي إطار بيئة مستوحاة من غابات «ساتوياما» الطبيعية، شكّلت المظلة الخشبية جزءاً من سردية أشمل تستكشف العلاقات المتداخلة بين الإنسان والطبيعة والحرفة.

ويتجلى هذا الترابط أيضاً في المناظر الطبيعية التي تميّز كلاً من دولة الإمارات ومحافظة توتوري حيث تتشابه خصائص الكتبان الرملية في



والتجارب التفاعلية المهمة. وقد شكّلت «المظلة الخشبية» نقطة استقبال محورية للزوّار عند دخولهم إلى الجناح، حيث منحتهم لحظة للتأمل والاستعداد قبل الانطلاق في رحلتهم لزيارة الجناح.

وأضاف سعادته: «يسهم تركيب المظلة الخشبية في محافظة توتوري في تعزيز دورها كفضاء مجتمعي نابض بالحياة، ونأمل أن تظل، بعد إهدائها إلى أهالي المحافظة، مساحة تجمع بين أفراد المجتمع وتُعزّز تفاعلهم، بما يدعم تواصل إرث جناح دولة الإمارات ويُعمّق أثره في وجدان المجتمع الياباني».

وبدوره، قال سعادة شينجي هيروي، حاكم محافظة توتوري: «يشكّل احتضان المظلة الخشبية لجناح دولة الإمارات في محافظة توتوري مصدر اعتزاز لنا. فقد ترك الجناح خلال مشاركته في «إكسبو 2025 أوساكا» انطباعاً قوياً لدى الزوّار، بفضل تصميمه المتقن وحفاوة الاستقبال التي حظي بها ضيوفه».

وتابع قائلاً: «يتيح وجود المظلة الخشبية في متنزه كودومو نو كوني تواصل إرث هذه المشاركة في اليابان، ونأمل أن تتحوّل المظلة إلى مساحة تجمع الأطفال والعائلات، بما يجسد روح التبادل الثقلي وروابط الصداقة

•• اليابان- الفجر

في خطوة تعكس عمق الصداقة والعلاقات الراضية بين دولة الإمارات العربية المتحدة واليابان، أعلن جناح دولة الإمارات في إكسبو 2025 كانساي عن إهداء مظلة الخشبية، وتركيبها في أحد متنزهات الأطفال بمحافظة توتوري اليابانية، لتواصل دورها كمساحة للتلاقي المجتمعي، تجمع تحت ظلها الأطفال والزوّار.

وقد شكّلت المظلة جزءاً بارزاً من مدخل جناح دولة الإمارات خلال مشاركته في معرض «إكسبو 2025 أوساكا»، حيث وفّرت مساحة مظلة رحيّت بملايين الزوّار. ويمثّل نقلها إلى المتنزه الترفيهي المخصص للأطفال «كودومو نو كوني» في محافظة توتوري، امتداداً لدورها المجتمعي ضمن بيئة جديدة نابضة بالحياة.

وبهذه المناسبة، قال سعادة شهاب أحمد الفهيم، سفير دولة الإمارات العربية المتحدة لدى اليابان والمفوض العام لجناح الدولة في «إكسبو 2025 أوساكا»: «صُمّمت جناح دولة الإمارات منذ البداية ليشكل فضاءً لتلقي فيه الثقافات عبر لغة التصميم المبتكر والحوار الإنساني البناء



المنطقة الثقافية في السعديات تطلق «بطاقة المتاحف» لتجربة متكاملة واستكشاف ثلاثة متاحف عالمية

العالم. يجمع متحف اللوفر أبوظبي، أول متحف عالمي في العالم العربي، بين الأعمال الفنية والقطع الأثرية من مختلف الحضارات وعبر العصور، مسلطاً الضوء على الروابط بين الثقافات من العصور القديمة وحتى العصر الحديث، فيما يأخذ متحف التاريخ الطبيعي أبوظبي زواره في رحلة تمتد عبر 13,8 مليار سنة، من نشأة الكون إلى تنوع أشكال الحياة على كوكب الأرض، مع تركيز خاص على تاريخ منطقة شبه الجزيرة العربية.

أما متحف زايد الوطني، فيروي قصة دولة الإمارات وشعبها، بدءاً من أقدم المستوطنات البشرية في شبه الجزيرة العربية وصولاً إلى قيام دولة

المنطقة الثقافية في السعديات تطلق «بطاقة المتاحف» لتجربة متكاملة واستكشاف ثلاثة متاحف عالمية

من المرونة للزوّار. كما تتيح البطاقة الدخول المجاني للأطفال دون سن 18 عاماً، مما يجعلها خياراً مثالياً للعائلات الراحبة في قضاء يوم أو عطلة نهاية أسبوع تحفّى بالثقافة.

وتتوفر البطاقة للشراء عبر الإنترنت، وفي الأكشاك المخصصة الموجودة في متاحف المنطقة الثقافية في السعديات.

تمثّل بطاقة المتاحف المرة الأولى التي تُجمع فيها هذه المؤسسات الثلاث ضمن عرض موحد، في خطوة تعكس النمو المتسارع الذي تشهده المنطقة الثقافية في السعديات باعتبارها واحدة من أبرز الوجهات الثقافية في

•• أبوظبي- الفجر

أطلقت المنطقة الثقافية في السعديات «بطاقة المتاحف»، وهي تذكرة جديدة مرنة تتيح للزوّار فرصة استكشاف متاحفها الثلاث معاً، تشمل متحف اللوفر أبوظبي، ومتحف التاريخ الطبيعي أبوظبي، ومتحف زايد الوطني.

يبدأ سعر بطاقة المتاحف من 120 درهماً، تتيح زيارة متحفين اثنين، مع خيار زيارة المتاحف الثلاثة مقابل 170 درهماً، وكلا التذكريتين صالحين للاستخدام لمدة 30 يوماً من تاريخ دخول أولى المتاحف، بما يوفر مزيداً



مجلة «كتاب» تتناول مبادرة بدور القاسمي لتوثيق عملات عربية إسلامية

والقراءة، من بينها حوارات مع كل من الشاعرة السنغالية سيلفي كاندي، والروائي التونسي الحبيب الساسي، والكاتب والباحث الإماراتي علي العبدان، والروائي والمترجم التونسي أبو بكر العيادي. كما اشتمل العدد على مقالات ودراسات عن أدب كل من الروائي التشيكي إيفان كليما، والكاتب الأميركي جاك لندن، والشاعر الروماني رولف ياكوبسن، والشاعر العراقي عبد الوهاب البياتي، والروائية المغربية الإسبانية نجاة الهاشمي، والشاعرة والديبلوماسية البلغارية بلانغا ديميتروفا، فضلاً عن مراجعات لكتب أدباء من فرنسا، فلسطين، الأردن، سوريا، وكولومبيا، إلى جانب أخبار عن إصدارات جديدة.

وفي زاويته «رقيم»، كتب مدير تحرير مجلة «كتاب»، علي العبدان، مقالاً بعنوان «الذكاء الاصطناعي.. الميراث والقطع»، طرح فيه أسئلة عديدة عن الإنسان في زمن التقنيات الحديثة، وتحدّث عن الفيلسوف الفرنسي إريك سادان المتخصص في نقد الارتهاق للألة، عبر كتبه المتعددة، ومنها كتاب «صحراء ذواتنا... المنعطف الفكري»، والذي حدّث فيه من «استقالة الإنسان» لصحة الألة.

وأوضح سعادة أحمد بن ركاض العامري أنّ من بين القطع النقدية دينار عربي يعود إلى العام الهجري 771، الذي يوافق العام الميلادي 696، يؤرّخ لبداية سك أول عملة عربية خالصة ومستقلة، على يد الخليفة الأموي عبد الملك بن مروان، مشيراً إلى أنّ المبادرة تهدف إلى تسليط الضوء على إرث الحضارة العربية ودورها في التاريخ وأثرها وإسهاماتها في تاريخ البشرية، قائلاً إنّ «كل عملة تبوح للحاضر بالتاريخ المسكوك».

وتضمن العدد الـ 90 من مجلة «كتاب» التي تصدر شهرياً عن هيئة الشارقة للكتاب، موضوعات مرتبطة بالتأليف والنشر

•• الشارقة- الفجر

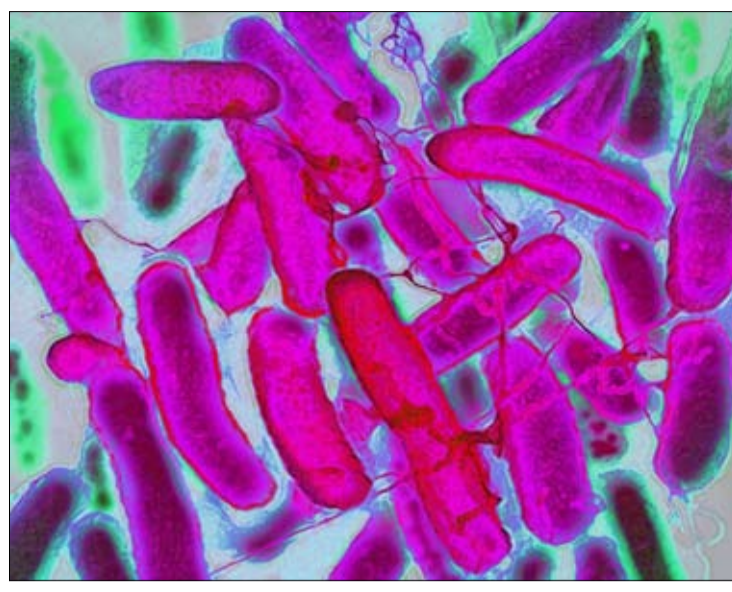
إسلامي من الذهب، أنّ هذه المبادرة تأتي بدعم من هيئة الشارقة للكتاب، وبالتعاون مع المعهد الثقافي العربي في جامعة القلب المقدس الكاثوليكية في ميلانو، للتعريف بإرث الحضارة العربية.

وفي افتتاحية العدد «أول الكلام»، كتب الرئيس التنفيذي لهيئة الشارقة للكتاب، سعادة أحمد بن ركاض العامري، مقالاً بعنوان «التاريخ المسكوك»، تناول فيه أهمية مبادرة توثيق العملات العربية، قائلاً: «بناء على توجيهات صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى، تناولت مجلة «كتاب» في عددها الجديد لشهر أبريل- نيسان الجاري، في افتتاحية العدد وفي تقرير صحفي، المبادرة التي أطلقتها سمو الشيخة بدور بنت سلطان القاسمي، رئيسة مجلس إدارة هيئة الشارقة للكتاب، لتوثيق ودراسة مجموعة نادرة من المسكوكات تضم 1103 قطع من العملات العربية الإسلامية محفوظة في متحف قلعة سفورزيسكو في مدينة ميلانو الإيطالية.

وذكرت المجلة التي نشرت على غلافها صورة لدينار عربي

منوعات الغذاء

23



تشهد معدلات الإصابة بسرطان القولون والمستقيم ارتفاعاً لافتاً بين البالغين الأصغر سناً في الولايات المتحدة، ويرجح خبراء أن تكون صحة الأمعاء أحد العوامل الكامنة وراء ذلك.

وتوصل باحثون في كاليفورنيا إلى وجود صلة محتملة بين مادة سامة في الأمعاء تُعرف باسم "كوليباكتين" وارتفاع حالات السرطان لدى الأشخاص دون سن الـ ٥٠.

الألياف والماء والرياضة لحماية الأمعاء منها

«كوليباكتين» .. بكتيريا معوية قد ترتبط بسرطان القولون

مخاطية أرق، مما أتاح لكمية أكبر من الكوليباكتين الوصول إلى خلايا القولون.

في المقابل، أدى تناول الألياف إلى خفض مستويات الإشريكية القولونية وتقليل تلف الحمض النووي. وقال الباحث في مرحلة بعد الدكتوراه بوبيش تاكور: "نحاول الآن معرفة أية مصادر الألياف أكثر فائدة، وأيها أقل فائدة".

وليس علاج العدوى الفيروسية مثل نزلات البرد والإنفلونزا وكثير من التهابات الأذن والجيوب الأنفية.

أما بالنسبة إلى البالغين، فالنصيحة متقاربة إلى حد كبير. فمجرد تناول حصة واحدة من الأطعمة الغنية بالبروبيوتيك مثل الزبادي والمخللات ومخلل الملفوف وخبز العجين المخمر قد يساعد في رفع مستويات البكتيريا النافعة في الأمعاء، والحد من البكتيريا الضارة عبر إنتاج الأحماض، وفقاً لمستشفى الأطفال في فيلادلفيا. كذلك تساعد هذه الأطعمة في مقاومة الالتهابات الضارة التي تقف وراء أمراض مزمنة مثل السرطان.

وأضافه كميات وفيرة من الألياف التي تساعد في مكافحة الالتهاب إلى النظام الغذائي اليومي أمر مفيد أيضاً. فالأطعمة الغنية بالألياف مثل

الطفل الحلو والموز والشوفان والهيلون، تعمل عمل البروبيوتيك، أي الغذاء الذي يغذي البكتيريا النافعة في الأمعاء. ومن الممكن أن تساعد الألياف

في الوقاية من طيف من البكتيريا الضارة، بما في ذلك الإشريكية القولونية، وفقاً لباحثين في جامعة "كامبريدج" البريطانية.

ووفقاً لـ "مركز لوبوك لأمراض الجهاز الهضمي" في تكساس، فإن الحصول على ثلاثة إلى خمسة غرامات فقط من البروبيوتيك يومياً ثبتت

فائدته لصحة الأمعاء. وفي السياق نفسه، فإن الحفاظ على ترطيب الجسم والبقاء نشطاً

يساعدان في الوقاية من الإمساك، ويتركان أيضاً أثراً إيجابياً في ميكروبيوم الأمعاء، بحسب "هارفارد هيلث".

وأظهرت دراسة أجريت في إسبانيا عام 2017 أن الأشخاص الذين يتبعون نمط حياة قليل الحركة

يملكون عدداً أقل من أنواع البكتيريا المرتبطة بتحسين الصحة. لكن 150 دقيقة من التمارين المعتدلة أسبوعياً، وهي المدة الموصى بها اتحادياً

في الولايات المتحدة، تكفي لإحداث أثر إيجابي في صحة الأمعاء، وفقاً لبحث أسترالي نشر عام 2023.

وتشير "جامعة هارفارد" إلى أن شرب الماء يساعد في إنتاج الطبقة المخاطية التي تحمي الجهاز الهضمي، وتوصي "مايو كلينك" بأن تشرب نساء

نحو 11.5 كوباً، سعة كل منها ثمانى أونصات، يومياً، مقابل 15.5 كوباً للرجال.

وأظهرت دراسة أجرتها "جامعة تورنتو" العام الماضي أن الفئران التي اتبعت أنظمة غذائية منخفضة الكربوهيدرات كانت لديها طبقات

الميكروبيوم بجامعة فلوريدا، قال سابقاً لإذاعة "إن بي آر" إن نحو 20 إلى 30 في المئة من البالغين

يحملون سلالات من الإشريكية القولونية قادرة على إنتاج الكوليباكتين. لكن ليس كل من يحمل

هذه السلالات يصاب بسرطان القولون والمستقيم، كما أن السرطان المرتبط بالكوليباكتين أقل شيوعاً

في أفريقيا وآسيا منه في الولايات المتحدة وأوروبا الغربية.

ولا يزال الباحثون يجهلون السبب الدقيق لذلك، غير أن جوبين قال إن "بعض سلالات الإشريكية القولونية المنتجة للكوليباكتين تتأثر بالنظام

الغذائي والالتهابات والأدوية". ورجح أن تكون طريقة الولادة والرضاعة الطبيعية واستخدام المضادات الحيوية وتناول الأطفال

أطعمة فائقة المعالجة، كلها عوامل محتملة. وأضاف: "من المعروف أن هذه العوامل كلها تؤثر

بقوة في الميكروبيوم، وهناك بعض الأدلة على أنها قد تؤثر في هذه البكتيريا (المنتجة للكوليباكتين)، لكننا بحاجة إلى دراسة كل عامل منها بعناية".

وأشار باحثون في جامعة كاليفورنيا في سان دييغو إلى أن كثيراً من أنواع السرطان قد ينشأ

عن تعرضات ميكروبية أو بيئية تسبق تشخيص الإصابة بسرطان القولون والمستقيم بوقت طويل.

وقال ألكسندروف: "من الممكن ألا يقتصر الأمر على ما يحدث في مرحلة البلوغ، بل من المحتمل أن

يتأثر السرطان بأحداث تقع في مراحل مبكرة من الحياة، وربما حتى خلال الأعمار الأولى".

وبالنسبة إلى الرضع، تُعد صحة الأمعاء أمراً أساسياً لسلامة الجهاز العصبي والمناعي

والهضمي. وتُعد الأسابيع والأشهر الأولى من الحياة "حاسمة"، وفقاً لمؤسسة "تشيلدرز هيلث

كير أسوشيتس" في شيكاغو. ويمكن للوالدين دعم صحة أمعاء أطفالهم من

خلال الرضاعة الطبيعية، وتقديم أطعمة غنية بالبكتيريا المفيدة، واستخدام حليب مدمم

ببروبيوتيك يساعد في توازن الأمعاء، وتوفير اللامسة الجلدية المباشرة للرضع، فحليب الأم

غني بالبكتيريا النافعة، كما أن البكتيريا الموجودة على الجلد يمكن أن تنتقل إلى الرضع، مما يساعد

في بناء أمعاء صحية. ومن المهم أيضاً تجنب إعطاء الرضع مضادات

حيوية غير ضرورية. ووفقاً لمؤسسة "ستانفورد ميديسن": "يمكن

للمضادات الحيوية أن تقضي على التهاب أذن حاد وتعالج التهاب الحلق العقدي، لكنها قد تقتل أيضاً

بكتيريا الأمعاء النافعة في الوقت نفسه. لذلك لا ينبغي استخدام هذه الأدوية إلا عند الضرورة،

الجينية وثيقة الارتباط بسرطانات القولون والمستقيم لدى البالغين الأصغر سناً".

ووفقاً لجمعية السرطان الأميركية، من المتوقع تسجيل أكثر من 158 ألف إصابة جديدة بسرطان القولون والمستقيم و55 ألف وفاة هذا العام. لكن

الخبراء يقولون إن هناك خطوات يمكن أن تساعد في الوقاية من الكوليباكتين الضار.

ويُعد فهم كيفية تأثير الكوليباكتين في الأمعاء خطوة أساسية في المواجهة، إذ تعيش في أمعاء الإنسان تريليونات من البكتيريا. وفي عمر ستة

أشهر تكون الإشريكية القولونية شائعة جداً، لكن هذا يتغير مع التقدم في العمر.

وكان كريستيان جوبين، الباحث في شؤون

وتنتج الكوليباكتين أنواع ضارة من بكتيريا الأمعاء، من بينها الإشريكية القولونية، وهي من

أكثر مسببات الأمراض المنقولة بالغذاء شيوعاً. ويمكن لهذا السم أن يلحق أذى بخلايا القولون،

بما يؤدي إلى الإصابة بسرطان القولون والمستقيم الذي يُعد اليوم ثاني أكثر أسباب الوفاة بالسرطان

شيوعاً في الولايات المتحدة. وقال لودميل ألكسندروف، الأستاذ في جامعة

كاليفورنيا في سان دييغو وعضو مركز موريس للسرطان التابع لها، ضمن بيان: "ليس كل عامل

بيئي أو سلوك ندرسه يترك بصمة في جينومنا، لكننا وجدنا أن الكوليباكتين من بين العوامل

القادرة على ذلك. وفي هذه الحالة، تبدو بصمته



دراسة تكشف كيف يستجيب الجسم لفترات الصيام الطويلة

كشفت دراسة حديثة أن الصيام لفترات طويلة يؤدي إلى تغيرات جزيئية كبيرة ومنظمة في أعضاء متعددة بالجسم، ما يسלט الضوء على فوائد صحية تتجاوز مجرد فقدان الوزن. وأجرى الباحثون من معهد أبحاث الرعاية الصحية الدقيقة بجامعة كوين ماري في لندن (PHURI) والمدرسة النرويجية لعلوم الرياضة دراسة لاستكشاف الفوائد الصحية المحتملة للصيام، مع التركيز على الآليات الجزيئية الكامنة وراء هذه الفوائد.

الذين يعانون من مشاكل صحية. وتأمل أن تساعد هذه النتائج في تطوير علاجات بديلة يمكن للمرضى اتباعها.



أيام من الصيام، ما يشير إلى استجابة كاملة للجسم للحرمان من السرعات الحرارية. بشكل عام، تغيرت ثلث البروتينات التي تم قياسها بشكل كبير خلال الصيام في جميع الأعضاء الرئيسية. وكانت هذه التغيرات متسقة بين المتطوعين، ولكنها أظهرت علامات مميزة للصيام تتجاوز فقدان الوزن، مثل التغيرات في البروتينات التي تشكل الهيكل الداعم للخلايا العصبية في الدماغ.

وقالت الدكتورة كلوديا لانغبرغ، مديرة معهد أبحاث الرعاية الصحية الدقيقة بجامعة كوين ماري: "الأول مرة، نستطيع أن نرى ما يحدث على المستوى الجزيئي في جميع أنحاء الجسم أثناء الصيام، والصيام، عند ممارسته بأمان، هو تدخل فعال لفقدان الوزن. وتدعي الحميات الشائعة التي تتضمن الصيام، مثل الصيام المتقطع، أن لها فوائد صحية تتجاوز فقدان الوزن. وتقدم نتائجنا دليلاً على هذه الفوائد، ولكنها كانت مرئية فقط بعد ثلاثة أيام من الحرمان الكامل من السرعات الحرارية، أي في وقت لاحق مما كنا نعتقد سابقاً". وأضاف الدكتور مايك بيتنر، رئيس قسم البيانات الصحية في المعهد والمشارك في قيادة مجموعة الطب الحاسوبي في معهد برلين للصحة: "نوفر نتائجنا أساساً لفهم سبب

المتطوعين يومياً لتسجيل التغيرات في مستويات 3000 بروتين في دمائهم قبل الصيام وأثناءه وبعده. ومن خلال تحديد البروتينات المشاركة في استجابة الجسم، تمكن الباحثون من التنبؤ بالنتائج الصحية المحتملة للصيام الطويل باستخدام المعلومات الجينية من دراسات واسعة النطاق.

وكما هو متوقع، لاحظ الباحثون تحول الجسم من استخدام الجلوكوز إلى استخدام الدهون المخزنة خلال اليومين أو الثلاثة أيام الأولى من الصيام. وفقد المتطوعون في المتوسط 5.7 كغ من كتلة الدهون والعضلات. وبعد ثلاثة أيام من تناول الطعام بعد الصيام، استعاد المتطوعون كتلة العضلات المفقودة تقريباً بالكامل، بينما استمر فقدان الدهون. وللمرة الأولى، لاحظ الباحثون حدوث تغيرات مميزة في مستويات البروتينات بعد نحو ثلاثة

الحديثة، التي تسمح للباحثين بقياس آلاف البروتينات في الدم، فرصة لدراسة التغيرات الجزيئية للصيام بتفصيل دقيق. وتابع الباحثون 12 متطوعاً أصحاء شاركوا في صيام لمدة سبعة أيام يعتمد على الماء فقط، وتم مراقبة



وقد توصلت الدراسة إلى نتائج تعتبر أساساً لأبحاث مستقبلية يمكن أن تؤدي إلى تطوير علاجات تعتمد على فهم الآليات الجزيئية للصيام.

وخلال الصيام، يغير الجسم مصدر الطاقة الذي يعتمد عليه، حيث يتحول من استخدام السرعات الحرارية المستهلكة إلى استخدام الدهون المخزنة في الجسم. ومع ذلك، لا يعرف سوى القليل عن كيفية استجابة الجسم لفترات الصيام الطويلة وتأثيراتها الصحية، سواء كانت إيجابية أو سلبية.

وقد وفرت التقنيات

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية
إخطار دفع في القضية رقم 0000036/2025 SHXCXCIBOUNCE
إلى المحكوم عليه : هند منير بركات
العنوان : إمارة الشارقة التعاون برج ماجيستك شقة رقم 105 هاتف : 0506565785
HEND_BARAKAT2000@YAHOO.COM
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ / بنك الإمارات دبي الوطني - ش م ع
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن
الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والضرائب : 43290.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحقك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية
شركة الجودة الدولية المحدودة ش م ح - هيئة المنطقة الحرة بالبحرمة
إخطار دفع في القضية رقم 00007838/2025 SHXCXCIBOUNCE
إلى المحكوم عليه : شركة الجودة الدولية المحدودة ش م ح - هيئة المنطقة الحرة بالبحرمة
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ / بريستيجس ايرود خدمات الشارح - م م م
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن
الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والضرائب : 347850.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحقك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان منفذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - مارفيل بالدوين
إخطار دفع في القضية رقم 0000522/2026 SHXCXCIBOUNCE
إلى المحكوم عليه : مارفيل بالدوين - العنوان : الإمارات العربية المتحدة الشارقة المنطقة القاسمية
شارع الرولة بناية العمير رقم 907 هاتف رقم 971503647859
marvel.baldwin@gmail.com
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ / بنك دبي الإسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن
الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والضرائب : 251.599.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحقك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 0006606/2025 SHCFICICVS مدني
إلى : المحكوم عليه / سلطان صقر مطر صقر العمري - العنوان : 10514533
تحيطكم علما بأنه بتاريخ قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرغم أعلاه
لصالح / اسماء عبده كامل فراج - بالتالي : حكمت المحكمة بمتابعة الحضور ؛
بإلزام المدعي عليه بأن يؤدي المدعية مبلغا وقدره 13300 درهم (ثلاثة عشرة ألف
وثلاثمائة درهم) وإلزامه بإفادته قانونية سنوية بواقع 5% من تاريخ المطالبة
القضائية الحاصل في 2025/10/30 وحتى تمام السداد على الا تجاوز اصل المبلغ
المحكوم به والزمته بالمصاريف والرسوم ورفض ما عدا ذلك من طلبات. حكما قابلا
للاستئناف خلال المدة القانونية اعتبارا من اليوم التالي لنشره.
الحكمة الابتدائية المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 0001571/2026 SHCFICICVS تجاري
إلى المدعي عليه : غلام عباس بير بختي - مجهول محل الإقامة
إعلان بالنشر بالغة العربية والانجليزية
الزام المدعي عليه بأن يؤدي للمدعية مبلغ وقدره 34.983.08 درهم (اربعة وثلاثين ألف
وسعمائة وثلاثة وخمسين درهم وثمانية فلس) بالإضافة للنفقة القانونية 9% من تاريخ
المطالبة وحتى السداد التام مع شمول الحكم بالنفاذ المجل بلا كفالة. الزام المدعي عليه بالرسوم
والضرائب ومقابل انطب الحاماة. انت مكلف بالحضور بجلسته 13/4/2026 أمام مكتب إدارة
الدعوى محكمة الشارقة 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 رفقها
اعلاه - بوصفك مدعي عليه. حرر بتاريخ 6/4/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 0001204/2026 AJCXCIBOUNCE
إلى المحكوم عليه : فيعاس شيكارا فيريندر شيكارا
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك دبي الإسلامي (شركة مساهمة عامة)
في القضية المشار اليها أعلاه.
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والضرائب : 10950.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحقك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 0000521/2026 AJCXCIBOUNCE
إلى المحكوم عليه : دون للمياه العذبة - رضوان بن طاهر موغال طاهر ذيب موغال
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك الإمارات دبي الوطني - ش م ع - في القضية المشار اليها أعلاه.
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 والضرائب : 41772.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحقك
إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان في القضية التنفيذية بالنشر
إخطار دفع في القضية رقم 0000950/2026 AJCXCIBOUNCE
إلى المحكوم عليه : نافي مول جيوج جيوج
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك الإمارات دبي الوطني - ش م ع - في القضية المشار اليها أعلاه.
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 والضرائب : 41038.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن
المحكمة ستستخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.
محكمة عجمان الاتحادية
محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 0003997/2025 AJCFICICVS مدني
إلى المدعي عليه : عبدالقادر علي حسين احمد - مجهول محل الإقامة
الإعلان باللغتين العربية والانجليزية
انت مكلف بالحضور بجلسته 7/4/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة
عجمان الاتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير
الدعوى 2 - دائرة اليوم الواحد) 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 رفقها
اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 6/3/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الاستئنافية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الاستئنافية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 0000285/2026 AJCAPCICVS مدني
إلى المدعي عليه : محمود حسين محمود جبر
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسته 15/4/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الاستئنافية المدنية - مكتب رقم (مكتب
مدير الدعوى - الاستئناف 3) 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 رفقها
اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 6/4/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الاستئنافية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الاتحادية - المحكمة الاستئنافية المدنية الاتحادية
في الدعوى رقم 0000289/2026 AJCAPCICVS مدني
إلى المدعي عليه : ماجد محمد احمد الهروجي
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسته 15/4/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى
محكمة عجمان الاتحادية المحكمة الاستئنافية المدنية - مكتب رقم (مكتب
مدير الدعوى - الاستئناف 3) 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 رفقها
اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 6/4/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 0000697/2026 SHCFICICOMS تجاري
إلى المدعي عليه : بترو جولوبال - م م م
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسته 9/4/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة
الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم
15) 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 رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 2/4/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : أون لمراجعة الحسابات ش م ش و
العنوان : مكتب رقم 305 ملك ماجد محمد امين محمد صديق الكاظم
- هور العنز شرق - هاتف : فاكس : بموجب هذا تعلن الإقتصاد
والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور اعلاه لتصفية بلكارافان
الدعوى 2 - دائرة اليوم الواحد) 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 رفقها
اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 6/3/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : بلكارافان لتنفيذ مهرجانات الفنون ش م م
العنوان : مكتب رقم 1005-111 ملك ابراهيم مارتون للاستثمار ش م م - المرقبات -
الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة. رقم الرخصة : 1328296 رقم القيد بالسجل
التجاري : 2255993 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم
التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار
محاكم دبي بتاريخ 2/4/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/4/2026
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أون لمراجعة الحسابات ذ
م م ش و العنوان : مكتب رقم 305 ملك ماجد محمد امين محمد صديق الكاظم -
هور العنز شرق - هاتف : فاكس : مصطحبا مع كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك
خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : أحمد أبو أحمد مبادئ لمراجعة الحسابات ش م م
العنوان : مكتب رقم 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود ميناء
الاولى - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م).
رقم الرخصة : 1530337 رقم القيد بالسجل التجاري : 2655761 بموجب هذا
تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها
بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2/4/2026
والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/4/2026 وعلى من لديه أي اعتراض
أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أحمد أبو أحمد مبادئ لمراجعة الحسابات ش
م م ش و العنوان : مكتب رقم 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود ميناء -
الهاتف : 04-8866575 فاكس : 04-8866575 مصطحبا مع كافة المستندات
والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : زينيت لخدمات متابعة المعاملات - ش م م
العنوان : مكتب رقم 210 301 ملك عبدالرحمن حسن محمد الرستماني البرشاء
الاولى - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م).
رقم الرخصة : 1530337 رقم القيد بالسجل التجاري : 2655761 بموجب هذا
تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها
بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2/4/2026
والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/4/2026 وعلى من لديه أي اعتراض
أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أحمد أبو أحمد مبادئ لمراجعة الحسابات ش
م م ش و العنوان : مكتب رقم 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - بر دبي - عود ميناء -
الهاتف : 04-8866575 فاكس : 04-8866575 مصطحبا مع كافة المستندات
والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : عالية لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 039-1705 ملك بنك الفجيرة الوطني ش م ع - الخليج
التجاري - 04-2873327 الفاكس 04-2343599 بموجب هذا تعلن
الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور اعلاه لتصفية
مركز أكبس للأعمال - ش م م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ
18/2/2026 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/2/2026
وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه
بديهي على العنوان المذكور أعلاه ، مصطحبا مع كافة المستندات والأوراق الثبوتية
وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : مركز أكبس للأعمال - ش م م
العنوان : مكتب رقم p01-p06-p07 ورقم مكتب P02-P03-P04-P05 ملك
انترناشونال بروبريتيز - برج خليفة - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة. رقم
الرخصة : 775449 رقم القيد بالسجل التجاري : 1269043 بموجب هذا تعلن
دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال
الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 18/2/2026 والموثق
لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 18/2/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو
مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عالية لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم
039-1705 ملك بنك الفجيرة الوطني ش م ع - الخليج التجاري - 04-2873327
الفاكس 04-2343599 مصطحبا مع كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال
(45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي
اسم المصفي : يسري وشركاه للاستشارات وتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 703 ملك يسري عادل امين - بر دبي - الخليج التجاري
والثاني (والخمس المدخل / فيجيا كوماز جاجديش كوماز) بالتضامن والتضامن بان يودوا
تم تعيين المصفي المذكور اعلاه لتصفية ديوس لبيوت العطلات ش م م وذلك
بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 13/1/2026 والموثق لدى كاتب العدل
محاكم دبي بتاريخ 13/1/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة
التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بديهي على العنوان المذكور أعلاه ،
مصطحبا مع كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً
من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

الامارات العربية المتحدة
محكمة عجمان الاتحادية الابتدائية

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة
اسم الشركة : ديوس لبيوت العطلات ش م م
العنوان : مكتب رقم 1405 ملك عبدالله احمد عبدالله الموسى - بر دبي - الصفوح
الثانية ، الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م). رقم
الرخصة : 1165975 رقم القيد بالسجل التجاري : 1938404 بموجب هذا تعلن
دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال
الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 13/1/2026 والموثق
لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 13/1/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو
مطالبة التقدم إلى المصفي المعين يسري وشركاه للاستشارات وتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 703 ملك يسري عادل امين - بر دبي - الخليج التجاري - هاتف
: فاكس : مصطحبا مع كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً
من تاريخ نشر هذا الإعلان
المسؤول المخول

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان مدعى عليه بالنشر
لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 0000686/2026 SHCFICICOMS تجاري
إلى المدعي عليه : هند منير بركات
مجهول محل الإقامة
انت مكلف بالحضور بجلسته 13/4/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة
الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 15)
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 رفقها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.
حرر بتاريخ 6/4/2026 م.
مكتب الخدمات القضائية

الامارات العربية المتحدة
وزارة العدل
إدارة شؤون الخبراء القنين

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
ندب خبير الحاسبه عموما
في القضية رقم 0003762/2025 AJCFICILABS عمالي
بالإشارة إلى الحكم الصادر - عن محكمة عجمان الاتحادية / المحكمة الابتدائية المدنية - بتاريخ
2026/3/24 في القضية المذكورة أعلاه والتمتعيين ندب خبير الحاسبه عموما
تحيطكم علما انه قد قرر ندب خبير التالي بلاء المأمورية
الاسم : محمد عبدالحسن السيد هادي الهادي عامر
التخصص : الحاسبه عموما
اللقب : الفتحة الثالثة
رقم الهاتف : 971524379029
البريد الإلكتروني : mohamedsma2018@gmail.com
إدارة شؤون الخبراء القنين
مكتب ندب الخبراء

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 0000529/2025 SHCFICICVS مدني
إلى : المحكوم عليه / بون فويج للهجرة م م م - العنوان : 10493245
فيجاي كوماز جاجديش كوماز - العنوان : 10602982
حسين محمد رشيد - العنوان : 10493246
تحيطكم علما بأنه بتاريخ قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرغم أعلاه لصالح / عبدالله
حسين محمود أسمر ، بالتالي : حكمت المحكمة بمتابعة الحضور ؛ الزام الدص عليها الأول
والثاني (والخمس المدخل / فيجيا كوماز جاجديش كوماز) بالتضامن والتضامن بان يودوا
للمدعي مبلغ وقدره 26.6505 دولار امريكي اوما يعادله بالدرهم الإماراتي مبلغ 98.000
درهم (تمانية وتسعون الف درهم إماراتي) وإلزامه بإفادته قانونية سنوية عن هذا المبلغ بواقع 5%
من تاريخ المطالبة القضائية الحاصل في 29/9/2025 وحتى تمام السداد شريطة الا تجاوز اصل
المبلغ المحض به والزمته بالمصاريف والرسوم. حكما قابلا للاستئناف خلال المدة القانونية اعتبارا
من اليوم التالي لنشره.

الحكمة الابتدائية المدنية

حكومة الشارقة
دائرة القضاء

العدد ١٤٧٢٥ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٧
إعلان بالنشر
شركة / NBN لتدقيق الحسابات (ذ م م) دبي ، دولة الإمارات العربية ، ترغب هذه الشركة
المذكورة في إعلان قرارها لتكافة
بتعيين المصفي للشركة
الاسم العربي / أوكا تانك دي دبليو سي - ش م م - رخصة رقم 13494
وفقا لذلك ، تهب الشركة أي طرف معني بالأمر ولديه أي مطالبات في مواجهتها على تقديم
هذه المطالبات خلال (14) يوماً من تاريخ هذا الإعلان عن طريق البريد المسجل أو الاتصال بـ ،
إسم الشركة : اوركا تانك دي دبليو سي ، بالانجليزية : ORCA. TANK.DWC. -L.L.C.
تاريخ : 1/4/2026
دولة الإمارات العربية المتحدة
بيبي ، هاتف رقم : 971562236775
البريد الإلكتروني : naser@nbnauditing.ae
ن يتم النظر في المطالبات التي ترد بعد إبعاده لفترة الإضراب المحددة بـ 45 يوماً.

منوعات

الفعل

27

عادت الفنانة المصرية رشا مهدي، في موسم دراما رمضان الماضي، بشخصية جديدة تحمل تحدياً خاصاً، لتثبت قدرتها على اختيار الأدوار الصعبة من خلال شخصية "شيرين"، التي تجسدها ضمن أحداث مسلسل "اللون الأزرق"، الذي يتطرق إلى قضية طيف التوحد، بسرد واقعي. ردود الفعل الإيجابية عن المسلسل بشكل عام، وحول شخصية شيرين بشكل خاص أسعدت رشا مهدي، التي قالت إن الدور كان من أكثر الشخصيات التي أثارت اهتمامها خلال مسيرتها الفنية.

رشا مهدي: الجانب الإنساني كان العامل الأهم في «اللون الأزرق»



الرمضاني فقالت: "من بين الأعمال التي لفتت انتباهي هذا العام مسلسل "أصحاب الأرض"، سواء من حيث الصورة أو التمثيل، فقد أبدع الفنان إيدان نصار في تقديم دوره بشكل رائع، كما أن رؤية المخرج كانت مميزة وقدمت العمل بصورة متكاملة وقوية، وكنت أشعر بسعادة كبيرة وأنا أتابعه، خصوصاً مع هذا المزيج المتناغم بين التمثيل والإخراج، الذي يعكس مجهوداً واضحاً ويجعل التجربة ممتعة بحق".

الفنانة المصرية أشارت أيضاً إلى أجواء التصوير، مؤكدة أن روح التعاون بين فريق العمل جعلتهم يشعرون وكأنهم عائلة واحدة، ما انعكس على الأداء وصدقته على الشاشة، كما أعربت عن إعجابها بأداء زملائها في العمل، من بينهم جوماننا مراد وأحمد رزق، واصفة أجواء التصوير بالمرحة والداعمة، التي سمحت لها بالفokus الكامل في شخصية شيرين.

منافسة ممتعة
وحول المنافسة القوية التي شهدتها الموسم الرمضاني الفائت، قالت رشا مهدي: "أحب موسم رمضان، فهو بالنسبة لي وقت مميز يجمع بين أجواء المنافسة الفنية والمتعة في متابعة المسلسلات، ومنذ سنوات طويلة، يحتل هذا الموسم مكانة خاصة لدى المشاهدين، إذ تتنوع الأعمال وتشتد المنافسة بشكل ممتع يجعل لكل عمل طابعه الخاص، كما أنه الوقت الذي أجد فيه فرصة للانغماس في الدراما والاستمتاع بأفضل ما يقدم على الشاشة. أما عن الأعمال التي شاهدتها في الموسم



صفات إنسانية

أضافت، أن شيرين شخصية تحمل صفات إنسانية للغاية، وتحب أن تساعد كل من حولها حتى وهي في ظروف صعبة أو مريضة، تحاول أن تظهر قوية. ولفتت رشا مهدي إلى أن التحدي الأكبر بالنسبة لها كان في نقل الصراع النفسي الداخلي للشخصية، إذ تخطت شيرين بين الخوف من المستقبل والقلق على من تحب، وبين محاولتها المستمرة لإظهار القوة والبهجة، حتى أبسط المشاهد، كانت صعبة جداً، لأن مشاعر شيرين ثقيلة ومعقدة، وكل حركة تحتاج إلى إحساس حقيقي. وأوضحت "رشا"، أن الجانب الإنساني في المسلسل كان العامل الأهم، خصوصاً أن العمل يُعالج قضية حساسة مثل اضطراب طيف التوحد بطريقة صادقة وواقعية، بعيداً عن المبالغة، ما جعله قريباً من حياة كثير من الأسر. وأضافت: "طبيعة الدور أيضاً ساعدتني في تجسيد شخصية حقيقية من لحم ودم، لديها إحساس وتشعر بالخوف والقلق، لكنها أيضاً قادرة على أن تدعم وتحب دون أن تطلب شيئاً لنفسها، ولعل هذا أصعب ما واجهني في هذه الشخصية إظهار شيرين بشكل طبيعي للمشاهد، بحيث يشعر الجمهور بصدق مشاعرها الداخلية دون أي تصنع، وهو التحدي الذي جعل هذا الدور تجربة لا تنسى. وتابعت: "العمل يعكس الضغوط النفسية والمهنية التي تواجه الشخصيات، ويسلط الضوء على الأحلام والهواجس التي تراقبهم، لتقديم صورة واقعية عن التعامل مع المجتمع والتحديات اليومية".

فريق واحد

وأشادت رشا بمخرج العمل سعد الهنداوي، الذي أكدت أنه يهتم بأدق التفاصيل لكل مشهد، ويعمل على رسم شخصية شيرين بشكل متكامل. وأضافت: "حينما قرأت الدور كانت لدي أسئلة عديدة، لكن حينما تحدثت مع المخرج وفهمت رؤيته، أحببت الشخصية أكثر، ورسمنا سوياً الطريق الذي ستسير فيه شيرين".

عمر هلال: «أضعف خلقه» يمثل تجربة مختلفة على مستوى الطرح الدرامي

الظروف الحياتية والمعيشية الصعبة للتحلي عن مبادئه. أشار هلال إلى أن أحداث الفيلم تعود إلى نحو عشرين عاماً وتحديداً عام 2007، لكنه يعكس قضايا لا تزال ممتدة حتى الوقت الراهن.

واقعة قرأها من حديقة الحيوان بالجيزة، تتعلق باختفاء أو نفوق بعض الحيوانات، وهو ما شكّل مدخلا لبناء معالجة درامية ذات طابع إنساني، حيث إن بطل العمل يجسد دور عالم حيوانات بحديقة الحيوان وتضطره

محاولة للحفاظ على مستوى معيشتهم. شدد المخرج المصري على أن "أضعف خلقه" ينتمي في المقام الأول إلى الأعمال الدرامية، لكنه يتضمن بعض المواقف الكوميديا الخفيفة والكوميديا السوداء، بما يحقق توازناً دون الإخلال بطبيعة العمل.

كشف "هلال" أن أحمد حلمي كان من أبرز الأسماء التي وضعها في اعتباره أثناء كتابة السيناريو، رغم إدراكه لصعوبة التعاقد معه، قبل أن تبدأ المفاوضات بدعم من جهة الإنتاج، مشيراً إلى أنه كان من الاختيارات الأولى، ولكنه لم يكن يصدق أن يوافق على المشاركة في الفيلم. أشار إلى أن اختيار هند صبري جاء بدافع فني، موضعاً أنها تحمست للنص وقدمت إضافة واضحة ومؤثرة، رغم أن مساحة دورها ليست الأكبر داخل الأحداث حيث تجسد دور زوجة البطل.

أعلن عمر هلال انتهاء تصوير الفيلم بالكامل، مؤكداً دخوله حالياً مرحلة المونتاج، مع خطة مبدئية لطرحه في دور العرض نهاية العام الجاري. أوضح هلال أن فكرة الفيلم مستوحاة من

أحمد حلمي والفنانة التونسية هند صبري، مؤكداً أن العمل يمثل تجربة مختلفة على مستوى الطرح الدرامي، إذ يتعد عن النوع الكوميدي التقليدي، ويقدم معالجة إنسانية درامية عميقة لضغوط الحياة وتأثيرها على القيم والمبادئ وكيف تغير من سلوك الشخص. أكد المخرج عمر هلال، في تصريحات لوقع "القاهرة الإخبارية"، أن الفيلم يمثل التعاون الأهم والأكثر متعة في مسيرته مع أحمد حلمي رغم أنهما سبق أن تعاونوا سوياً في الكثير من الإعلانات، مشيراً إلى أن الأخير قدم أداءً درامياً فاق توقعاته، خاصة في ظل ابتعاده النسبي عن هذا اللون خلال السنوات الماضية.

قصة الفيلم

أوضح هلال أن أحداث العمل تدور حول رجل ينتمي للطبقة المتوسطة، ويواجه ضغوطاً مادية وعائلية متراكمة، تدفعه تدريجياً للتحلي عن مبادئه في

كشف المخرج المصري عمر هلال، كواليس وتفصيلات فيلمه الجديد "أضعف خلقه"، الذي يجمعه بالنجم المصري



الفكر

سبب خفي لإعتام عدسة العين



أظهرت دراسة طبية حديثة أن ارتفاع مستويات الالتهاب المزمنة في الجسم قد يتسبب بإعتام عدسة العين أو cataract. خلال الأبحاث حلل العلماء بيانات طبية لأكثر من 8 آلاف شخص، حصلوا عليها من دراسة NHANES الواسعة النطاق، وأجروا تقيماً لمؤشرات خاصة تعكس مستوى الالتهاب في الجسم والحالة الغذائية، وشاركوا هذه النتائج ببيانات ترتبط بإعتام عدسة العين للمشاركين. واتضح للباحثين أنه كلما ارتفعت مؤشرات الالتهابات الجهازية المزمنة في الجسم، ارتفع معها احتمال إصابة الشخص بإعتام عدسة العين، وقد استمر هذا الارتباط

بغض النظر عن عوامل مثل العمر، الجنس، التدخين، ومرض السكري. وأشار الباحثون إلى أن الالتهابات الجهازية هي عمليات التهابية طويلة الأمد، وغالباً ما تكون غير ملحوظة أو لا تظهر لها أعراض واضحة، لكنها تتسبب بتلف بعض الأنسجة في الجسم تدريجياً، وقد يصل تأثيرها إلى عدسة العين، مما يساهم في تعتميتها، كما أن اختلال توازن العناصر الغذائية في الجسم، قد يلعب دوراً مهماً في هذا الأمر. وأكد مؤلفو الدراسة أن النتائج التي توصلوا إليها، تبين أن السيطرة على الالتهابات في الجسم واعتماد نظام غذائي صحي ومتوازن، يساعدان على الوقاية من خطر إعتام عدسة العين.

مسكن ألم أفيوني جديد دون إدمان

أعاد علماء فتح أبحاث حول فئة من المسكنات الأفيونية توقفت دراستها منذ الخمسينيات، واكتشفوا نسخة جديدة قد تكون مسكناً قويا للألم

ولكنها أكثر أماناً بكثير للاستخدام طويل الأمد. وكانت الأبحاث حول مركبات "النيترازينات"، وهي مركبات أفيونية اصطناعية، قد توقفت في خمسينيات القرن الماضي بسبب "فعاليتها الشديدة وخطر الجرعة الزائدة". لكن فريقاً من العلماء في المعاهد الوطنية للصحة (NIH) قرر إعادة دراسة هذه المركبات، فتوصل إلى مادة أفيونية جديدة أطلق عليها اسم "DFNZ".

وما يميز هذه المادة أنها قد توفر بديلاً آمناً للمسكنات التقليدية مثل المورفين والأوكسيكودون والكوديين والفتنانيل، حيث تمنح نفس قوة تخفيف الألم ولكن دون خطر الإدمان الخطير أو أعراض الانسحاب المؤلمة، بل إنها قد تستخدم كعلاج لإدمان المواد الأفيونية نفسها، حيث أثبتت فعاليتها المشابهة للميثادون ولكن دون تأثيره السلبي على الجهاز التنفسي.

وأجرى العلماء تجارب على الفئران، فوجدوا أن DFNZ تسببت في "زيادة معتدلة ومستدامة في الأكسجين في الدماغ"، بدلاً من التسبب في بطء وتثبيط التنفس كما تفعل المسكنات التقليدية.

كما لاحظوا أن "التهيج" كان العارض الوحيد من بين 14 عرضاً كلاسيكياً للانسحاب الذي ظهر على الفئران المعالجة بهذا الدواء. والأكثر إثارة للتساؤل، أن إعطاء عدة جرعات من DFNZ لم يؤدي إلى الاعتماد الجسدي أو أعراض الانسحاب على الإطلاق.

ولاختبار مدى قوة تأثير الدواء، درب العلماء الفئران على الضغط على رافعة كلما أرادت جرعة إضافية، وقامت الفئران بضغط الرافعة للحصول على DFNZ. ما يعني أن الدواء له تأثير مكافئ يشعرها بالمتعة. لكن المفاجأة كانت عندما استبدل الباحثون الدواء بمحلول ملحي: توقفت الفئران فوراً عن الضغط على الرافعة. وهذا السلوك يختلف تماماً عن المواد الأفيونية التقليدية مثل الهيروين والمورفين والفتنانيل، التي تجعل الحيوانات تستمر في طلب الجرعة حتى بعد إزالة الدواء، ما يعكس طبيعتها القهرية الشديدة.

جدير بالذكر أن المسكنات المتاحة حالياً للمرضى تضوي على قائمة طويلة من الآثار الجانبية، أبرزها تثبيط التنفس، والإمساك، وزيادة تحمل الجسم للدواء، والاعتماد الجسدي، وأعراض الانسحاب، والإدمان. ولهذا السبب، يرى الباحثون أن تطوير بدائل فعالة هو الحل الأفضل للسيطرة على هذا الوباء.



الممثلة الأمريكية سيارا برافو لدى حضورها العرض الأول لفيلم «أنت تواعد نرجسياً»، في ويست هوليوود. ا ف ب

قرأت لك

عصير البرتقال



بينت نتائج دراسة أن تناول كأس من عصير البرتقال يوميا يساعد في تحسين الذاكرة. واشترك في الدراسة التي أجراها علماء من جامعة ريدينغ البريطانية 24 امرأة و13 رجلاً، أعمارهم بين 60-81 سنة.

بينت نتائج الدراسة أن المواد الكيميائية الموجودة في عصير البرتقال تحسن الدورة الدموية وتحمي الخلايا العصبية من عمليات الأكسدة الناتجة عن الاجهاد، وتساعد الخلايا في إرسال الإشارات.

وحسب رأي الخبراء، تؤثر مركبات الفلافونويد، الموجودة في البرتقال، إيجابياً في الذاكرة، حيث كما يبدو تنشط طرق الإشارات في منطقة "الحصين" بالدماغ.

الأشخاص الذين اشتركوا في هذه الدراسة كانوا بصحة جيدة، وطلب منهم الباحثون تناول نصف لتر من عصير البرتقال يوميا لمدة 8 أسابيع. قيم الباحثون ذاكرة جميع المشتركين قبل وبعد انتهاء الأسبوع الثامن، وتبين أنها تحسنت بنسبة 8%، لذلك ينصح العلماء المسنين بتناول عصير البرتقال يوميا وبصورة منتظمة.

سؤال وجواب

من صاحب أول هرم مدرج

هو المهندس المصري القديم ايمحوتب وقد بنى هرم سقارة المدرج في عهد الملك زوسر والمكون من 6 مصطبات، بعده يأتي هرم ميدوم المدرج وقد بني في عهد سنفرو

ما هي الطاقة الخضراء

يمكن استخراج الوقود من بعض النباتات مثل فضلات قصب السكر التي تستخرج منها البرازيل وقود يمزج بالبنتزين ويملا به خزانات الوقود وايضا الشمندر السكري، كما ان هناك مزارع تملأ أحواض كبيرة بفضلات المزرعات وتصنع منها غاز يستعمل في التدفئة وتلك هي الطاقة الخضراء

ماذا تعرف عن سقوط مملكة الساسان ؟

مملكة الساسان هي ما يطلق على مملكة الفرس وكان ذلك عندما التحم المسلمين والفرس في معركة القادسية بقيادة سعد بن ابي وقاص وقائد الفرس رستم وقد استطاع المسلمون القضاء على الفرس (مملكة الساسان) في هذه المعركة

هل تعلم؟

- خلايا الدم الحمراء يتم إنتاجها داخل العظام.
- هل تعلم أن لسان الإنسان يحتوي على 12000 حليلة ذوقية، فأما وسط اللسان فهو لا يميز أي مذاق. وأما جانبي اللسان فيميزان الطعم الحامض، وأما آخر اللسان فيميز الطعم المر.
- هل تعلم أن جسم الإنسان يحتوي على 6 لترات دم.
- هل تعلم أن الغدة التي تفرز مادة الأنستولين هي غدة البنكرياس، ومعلوم أن في الجسم عدة غدد أهمها: الغدة النخامية، والغدة الدرقية، والغدة الكظرية. ولكل منها وظائف عدة مثلاً: معدل النمو والحجم النهائي للجسم وتوزيع الشعر والوزن الإجمالي وغيرها...
- هل تعلم أن آخر حاسة يفقد الإنسان قبل موته هي حاسة السمع، وليست حاسة اللمس كما يظن العديد.
- هل تعلم أن عدد فصائل الدم في الجنس البشري هي أربعة: A، B، AB، O والفصيلة الوحيدة من هؤلاء الأربعة التي تقبل الدم من أي فصيلة أخرى هي فصيلة AB.
- هل تعلم أن رقيقة الإنسان تحتوي على سبع فقرات، وان عدد عظام القدم هو 32 عظمة، وأن الإنسان عندما يضحك يحرك 16 عضلة.
- I بوصة من جلدك تحتوي على 625 غدة عرقية.
- درجة حرارة الجسم الطبيعية هي 37 درجة مئوية. أو 99 درجة فهرنهايت.

قصة كلب العائلة

انتقلت احدي العائلات من سكنها لسكن آخر عبارة عن بيت من طابقين اخذت العائلة النصف العلوي وكانت صاحبة البيت في الطابق السفلي وكان مع تلك العائلة كلب ضخم كثير الحركة، يخافه من يراه .. لذلك عندما رآته صاحبة البيت طلبت من السكان الجدد التخلص منه لانها لا تحب وجود الكلاب في بيتها فطلب منها رب العائلة فترة من الوقت لتدبير مكان له ريثما يأتي ابنه من سفره ويتسلمه . ارتبطت العائلة بصداقة خفيفة مع صاحبة البيت ورغم ذلك كانت تدخل وتخرج من عندهم بدون ان تقترب من الكلب لانها بطبيعتها لا تحب الكلاب .. في يوم من الايام وبعد ان انتصف ليل صيف حار استيقظ رب العائلة على حركة من كلبه .. ذهاباً وأياباً في البيت كأنه اشم شيئاً ما وكان يادي القلق فهذا رب العائلة من قلقه بالمسح على رأسه ورغم ذلك اخذ يصدر اصواتاً خفيفة وكأنه يتوجس شراً وفجأة انتبه رب العائلة على اصوات صراخ ضعيف يصدر من الدور الأسفل من عند صاحبة البيت ولأنه يعرف انها تسكن وحدها قلق وذهب ليخبر زوجته ولكن كلبه لم ينتظر ان يخبره احد شيئاً فقد رفع قوائمه ليقتفز على الشباك ومنه لسقف غرفة صغيرة في الحديقة ثم استدار ليقتفز داخل شرفة صاحبة البيت التي كانت مفتوحة بسبب ارتفاع الحرارة في ذلك الوقت مما مهد الطريق لاحد اللصوص للدخول ومحاولة سرقة البيت.. كانت صاحبة البيت ضخمة الجسد مما مكنتها للدخول في محاولة جريئة للتخلص من اللص الذي كان يكتم فيها وكان يحاول ان يطبق على رقبتها لخنقها في الوقت الذي هجم فيه الكلب عليه من الخلف بكل قوة فأوقع الاثنان أرضاً صاحبة البيت واللس ولكنه اسرع وجثم فوق جسد اللص وهو يرمجر وقد بانت أسنانه الحادة وتوتره الذي جعله يبدو شرساً بل مرعباً مما اوقع الخوف والرعب في نفس اللص فاستسلم نوماً على الأرض بدون حراك بدلا من تقطيعه ارباً ارباً بأسنانه ذلك الكلب، هنا انتصبت صاحبة البيت وقد هدأت قليلاً في الوقت الذي اخذ رب العائلة يطرق بيديه على الباب فذهبت مسرعه وفتحت الباب طالبة منه الاتصال بالشرطة لوجود لص لديها، عندها نظر اليها وقال حسناً اين هو قالت داخل غرفة نومي .. دخل رب العائلة مسرعاً فوجد المسكين وقد استسلم على الأرض وكلبه الشجاع مرتاحاً راحة تامة فوق جسد اللص فأسرع بطلب الشرطة وهو يضحك ويقول ربما الشرطة تكون ارحم عليه مما هو فيه الان . ومنذ هذا الحادث والكلب يعيش في البيت معزراً مكرماً بل مدللاً من صاحبة البيت التي منحتها غرفة الحديقة الخالية تقديراً له.

