

أجيال تقرأ في حب الوطن،
فعالية معرفية ووطنية في
مكتبة أجيال المستقبل



"الشیطان يرتدي برادا" ..
عودة ميريل ستریب وأن
هاثاواي بعد 20 عاماً



المكملات الغذائية .. تعذيرات متكررة من الإفراط
في تناولها أو استخدامها دون حاجة حقيقية

هل يهدد غسول الفم صحة قلبك؟

انتشرت مؤخراً مقاطع فيديو على وسائل التواصل الاجتماعي تزعم أن غسول الفم قد يرفع ضغط الدم ويهدم صحة القلب عن طريق قتل البكتيريا "الصدقية" في الفم، فما هي الحقيقة العلمية وراء هذه الادعاءات؟ يعيش في أفواهنا نظام بيئي معقد من البكتيريا يساعد على وظائف حيوية، فيضع هذه البكتيريا تحول "النترات" الموجودة في الخضروات الورقية إلى "نترات". وعندما ينبعث النترات، يحوله الجسم إلى أكسيد النيتريك، وهو غاز ضروري لتوسيع الأوعية الدموية وتنظيم ضغط الدم ودعم وظائف العضلات والدماغ. وأظهرت دراسات صغيرة أن استخدام أنواع معينة من غسول الفم القوي يمكن أن يعطل هذه العملية، بحسب ما جاء في موقع "ساينس آرت"، لكن النقطة التي تتجاهلها فيديوهات "المؤثرين" هي نوع المادة الفعالة؛ فمعظم الأبحاث التي ربطت بين الغسول وارتفاع ضغط الدم استخدمت مادة "الكلوهوركسيدين" "Chlorhexidine". الكلوهوركسيدين هو مطهر قوي جداً لا يُصرف عادة إلا بوصفة طبية أو لحالات محددة، مثل أمراض اللثة الشديدة أو بعد العمليات الجراحية، وهو فعال للغاية في قتل البكتيريا، بما في ذلك النافعة للقلب. وفي المقابل، وجدت الدراسات أن أنواع غسول الفم اليومية الخفيفة المتاحة في المتاجر أقل تأثيراً بكثير على هذه البكتيريا، ولا يسبب غالباً ارتفاعاً في ضغط الدم.

ليه بلا نوم .. طريق سريع نحو التهاب واهتداء السكر

حذرت اختصاصية العلاج الفيزيائي والصحة التكاملية، آنا نادال، من أن قلة النوم لا تميز مروراً عابراً على الجسم، بل تدفعه ليصبح "آلة لصناعة التهاب". في إشارة إلى التأثيرات العميقة التي يخلفها السهر في الصحة العامة. وبحسب اختصاصيين، فإن البالغين الذين لا يحصلون على ساعات النوم الموصى بها أو يعانون من تدني جودته، يعانون من الانعكاسات السلبية لنمط حياتهم هذا على التركيز والذاكرة والحالة المزاجية، ما يؤدي بهم إلى العصبية والإرهاق الزمّن. وتوضح آنا نادال، أن النوم يلعب دوراً حاسماً في تنظيم الأيض والشهية وتكوين الجسم، حتى لدى من يلتزمون بحميات غذائية وبرامج رياضية صارمة. فخلال الليل، يفكر الجسم هرمونات بنائية مسؤولة عن ترميم الأنسجة وبناء العضلات. وعند اختلال النوم، تعطل هذه العمليات، ما يرفع مستويات التهاب الجسم تموضض نقص الطاقة سريعاً، ما يهدد الاضطرابات الأيضية. ومن أبرز التأثيرات المباشرة ليلية سيئة، بحسب نادال، اضطراب إشارات الجوع والشبع؛ إذ يزداد الإقبال على السكريات، وتقول: "بعد ليلة بلا نوم، تستشعر رغبة أكبر في تناول الأطعمة الحلوة"، إذ يحاول الجسم تعويض نقص الطاقة سريعاً، ما يدخل الشخص في حلقة مفرغة، تعب، مزيد من السكر والكافيين، ثم نوم أسوأ. كما تحذر من الإفراط في المنبهات، وعلى رأسها القهوة، التي يلجأ إليها كثيرون لمقاومة الإرهاق. فالإفراط منها ينشط الجهاز العصبي ويرفع معدل ضربات القلب، ما يعيق الدخول في نوم عميق.

تكاليف الذكاء الاصطناعي تتجاوز رواتب الموظفين

تتضخم ميزانيات تكنولوجيا المعلومات بشكل ملحوظ، مع إضاق بعض الشركات مبالغ طائلة على تقنيات الذكاء الاصطناعي قد تتجاوز في بعض الحالات تكاليف رواتب موظفيها. وكشف نائب رئيس قسم التعلم العميق التطبيقي في شركة إنفيديا، برايان كاتانزارو، أنه "بالنسبة لتريتي، تتجاوز تكلفة الحوسبة بكثير تكلفة رواتب الموظفين"، بحسب موقع "أكسبون"، ووفقاً لـ "ذا فورورميشن"، فقد استنفد كبير مسؤولي التكنولوجيا في شركة "أوبر" ميزانية الذكاء الاصطناعي المخصصة لعام 2026 بالكامل بسبب التكاليف الرمزية. وأضاف الموقع أن الرئيس التنفيذي لشركة سوان إيه أي، عاموس بار-جوزيف، تشارك بفاتورته الضخمة، في منشور تم تداوله على نطاق واسع، قائلاً: "نحن نبنى أول شركة ذاتية التشغيل - تتوسع بالذكاء، لا يبعد الموظفين". من جهتها، قالت شركة "غارتنر" إنه من المتوقع أن يصل الإنفاق العالمي على تكنولوجيا المعلومات إلى 6.31 تريليون دولار في عام 2026، بزيادة قدرها 13.5% عن عام 2025. ويعود هذا الارتفاع إلى "الزخم المتواصل" في البنية التحتية للذكاء الاصطناعي، والبرمجيات، والخدمات السحابية، والذي يشمل كل شيء بدءاً من تطوير الذكاء الاصطناعي وصولاً إلى تكلفة اشتراكاته.

كشفت تقارير غذائية حديثة أن زيادة استهلاك الخضراوات الورقية قد تلعب دوراً مهماً في دعم صحة القلب والمساعدة في خفض ضغط الدم، ضمن أنماط غذائية مثل نظام DASH المعروف بتأثيره الإيجابي على ضغط الدم.



ماذا يحدث لضغط الدم عند زيادة تناول الخضراوات الورقية؟

كما تُعد هذه الخضراوات مصدراً مهماً للبيوتاسيوم، الذي يساعد على موازنة مستويات الصوديوم في الجسم، ويدعم ارتخاء الأوعية الدموية، وهو ما يرتبط بانخفاض ضغط الدم. كذلك تحتوي على المغنيسيوم، وهو معدن أساسي يسهم في تنظيم ضربات القلب وتحسين مرونة الأوعية الدموية. إلى جانب ذلك، تلعب الألياف الغذائية الموجودة في الخضراوات الورقية دوراً غير مباشر في دعم صحة القلب، إذ تتحول في الأمعاء إلى مركبات تساعد على تقليل الالتهابات، وهو عامل يرتبط بانخفاض ضغط الدم. وتشير بعض الدراسات إلى أن زيادة تناول الألياف قد يسهم في خفض الضغط الانقباضي والانقباضي بشكل ملحوظ. وبحسب مختصين، فإن إدخال كميات أكبر من الخضراوات الورقية إلى النظام الغذائي اليومي يُعد خياراً صحياً لعظم الأشخاص، إذ إنها منخفضة السعرات وغنية بالعناصر الغذائية، ما يجعلها عنصراً أساسياً في الأنظمة الغذائية المتوازنة، مع ضرورة الانتباه للحالات الصحية الخاصة مثل استخدام مبيعات الدم أو وجود حساسية غذائية.

نظام غذائي فعال أظهرت دراسات حديثة أن اتباع نظام غذائي منخفض الصوديوم يمكن أن يسهم بشكل كبير في خفض ضغط الدم والحد من خطر الإصابة بأمراض القلب. وتُعد السمنة، والسكري، وارتفاع الكوليسترول، والتوتر المزمن، وارتفاع ضغط الدم من أبرز العوامل التي تزيد احتمالية الإصابة بأمراض القلب في مختلف مراحل العمر. ويُشير الخبراء إلى أن الكثير من هذه العوامل يمكن التخفيف من تأثيرها أو حتى الوقاية منها، لا سيما من خلال تقليل استهلاك الملح في النظام الغذائي اليومي. يُعد نظام "التنج" الغذائي لوقت ارتفاع ضغط الدم "أو ما يُعرف بـ "DASH"، من أبرز الأنظمة التي تركز على تقليل استهلاك الأطعمة الغنية بالصوديوم، إلى جانب تعزيز تناول المكونات الغنية بالعناصر الغذائية المفيدة؛ ما يسهم في خفض ضغط الدم وتحسين مستويات الكوليسترول. وتؤكد هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية "NHS" أن الإفراط في تناول الملح يرتبط ارتباطاً وثيقاً بزيادة خطر الإصابة بالتهوية والسكتات الدماغية، خاصة مع انتشار الأطعمة المصنعة، واللوجبات السريعة، والمنتجات الجاهزة التي غالباً ما تحتوي على كميات كبيرة من الملح. ويُصحح البالغون بعدم استهلاك أكثر من 6 غرامات من الملح يومياً، أي ما يعادل ملعقة صغيرة، بما في ذلك الملح الموجود في الأطعمة الجاهزة. وأظهرت دراسة نشرت في مجلة "نيو إنجلاند الطبية"، وشملت 412 مشاركاً، أن من التزاموا بنظام DASH الغذائي سجلوا انخفاضاً واضحاً في ضغط الدم، مقارنة بمن اتبعوا نمطاً غذائياً تقليدياً. وبحسب صحيفة "ميرور" البريطانية، أشارت الدراسة إلى أن التأثيرات الإيجابية تعتمد على مدى استمرارية الالتزام بهذا النظام على المدى الطويل. ويركز نظام DASH الغذائي على تناول أطعمة منخفضة الصوديوم وغنية بالعناصر الغذائية، مثل: المكسرات الفاصوليا البذور الأسماك الدواجن قليلة الدهون الخضراوات الورقية منتجات الألبان قليلة الدسم

ورغم فوائد الصحة، قد لا يكون النظام مناسباً للجميع، لذا يُصح باستشارة الطبيب أو أخصائي التغذية قبل إجراء تغييرات جذرية في النظام الغذائي. شرب عصير الرمان وكشفت دراسة علمية جديدة أن شرب كوب واحد من عصير الرمان، يومياً، يمكن أن يساهم في تقليل انسداد الشرايين وتحسين صحة القلب، بفضل احتوائه على مضادات أكسدة قوية تعمل على حماية الأوعية الدموية، وتحسين تدفق الدم. والدراسة التي نُشرت في مجلة "التغذية السريرية"، تابعت حالات عدد من المرضى على مدى عام كامل، وتبين أن من تناولوا عصير الرمان، يومياً، انخفض لديهم سُمك جدران الشرايين بنسبة تصل إلى 30% مقارنة بمن لم يشربوا العصير. ويحتوي عصير الرمان على مضادات أكسدة طبيعية مثل الفينول والآنثوسيانين، والتي تقلل من الضرر الناتج عن الجذور الحرة، وتمنع أكسدة الكوليسترول الضار "LDL" الذي يُعتبر أحد العوامل الرئيسية في تراكم الدهون داخل الشرايين. وركزت الدراسة على مرضى يعانون من تضيق الشريان السباتي، وهو أحد الشرايين الغذائية للدماغ. وأظهرت النتائج أن الانتظام في شرب عصير الرمان أدى إلى تحسن كبير في تدفق الدم، وتقليل خطر الانسدادات. وأظهرت نتائج الدراسة، أن عصير الرمان ساهم في خفض ضغط الدم الانقباضي بنسبة تقارب 12% بعد عام من تناوله، ما يُقلل من الضغط الواقع على القلب والشرايين، ويسهم في الوقاية من التغيرات القلبية والسكتات الدماغية. وفي دراسة أخرى، تبين أن شرب 240 مل من عصير الرمان يومياً على مدى 3 أشهر ساعد مرضى القلب الناتج عن تضيق الشرايين، وهي الحالة التي يقل فيها تدفق الدم إلى عضلة القلب عند التعرض للإجهاد.

ويُعد عصير الرمان الأنظمة الدفاعية في الجسم عبر زيادة نشاط إنزيمات مضادة للأكسدة مثل باراوكسوناز، التي تحمي الكوليسترول من الأكسدة. كما يرفع من القدرة الكلية لمضادات الأكسدة في الدم، ويُقلل من نشاط إنزيم يُعرف بـ "الأنجيوتنسين المحول"، المسؤول عن تضيق الأوعية الدموية، ما يساعد في خفض ضغط الدم، وتحسين تدفق الدم. يفتح مجالاً بحثياً جديداً في طب الألم. كشفت دراسة أجراها باحثون من جامعة كولورادو بولدر الأمريكية ونشرت في دورية "Journal of Neuroscience" المتخصصة في طب الأعصاب أن هذه الدائرة العصبية الخفية لا تقتصر على توليد الإحساس بعدم الارتياح، بل تلعب دوراً محورياً في تقرير ما إذا كان الألم سيصبح مزمناً. ووجد الباحثون أن تفعيل المسار العصبي داخل القشرة الجذرية في الدماغ يمنع تطور الألم المزمن، كما أوقف الإحساس بالألم في حالات مرضية صاحبها آلام مستمرة. وقالت الباحثة ليندا واكنز، المتخصصة في طب الأعصاب السلوكي، إن الدراسة استخدمت أساليب حديثة لتحديد هذه الدائرة التي تتحكم في الألم وترسل إشارات إلى الحبل الشوكي لتفعيل الإحساس المستمر بالأوجاع.

أول علاج جيني يغير مصير مرضى فقر الدم المنجلي

في إنجاز علمي يُعد من أبرز اختراقات الطب الحديث، تُوج العالمان سوي لاي ثين من المعهد الوطني الأمريكي للقلب والرئة والدم "NHLBI"، وستيوارت أوركين من جامعة هارفارد بجائزة "الاختراق في علوم الحياة" البالغة 3 ملايين دولار، تقديراً لأبحاثهما التي مهدت الطريق لأول علاج جيني فعال لاضطرابات الدم الوراثية باستخدام تقنية كريسبر لتحرير الجينات.

الجائزة جاءت تويجاً لمسار علمي طويل قاد إلى تطوير علاج جيني يُعرف باسم "كاسيفي"، والذي يمثل أول محاولة ناجحة لعلاج وظيفي لأمراض معقدة مثل فقر الدم المنجلي والثلاسيميا بيتا، بحسب "لايف ساينس". هذا العلاج لا يقتني بتخفيف الأعراض، بل يعالج جذور المرض عبر تعديل جيني دقيق، يعيد للجسم قدرته على إنتاج نوع من الهيموغلوبين كان نشطاً في مرحلة الطفولة المبكرة.

تُمنح جائزة الإنجازات الرائدة في علوم الحياة منذ عام 2013 تقديراً للإنجازات في علوم الحياة. القصة بدأت بسؤال علمي بسيط: "لماذا يعاني بعض المرضى من أعراض أخف من غيرهم؟"، قاد هذا التساؤل الباحثة سوي لاي ثين إلى اكتشاف دور جين يُعرف باسم "BCL11A"، يعمل كمثبط لإنتاج "الهيموغلوبين الجنيني" مع التقدم في العمر. وبالتعاون مع أبحاث ستوارت أوركين، تم التوصل إلى أن تعطيل هذا الجين يمكن أن يعيد تشغيل إنتاج هذا النوع من الهيموغلوبين، ما يخفف بشكل جذري من تأثير الأمراض.

النساء الحوامل أكثر عرضة للدغ البعوض

كشفت تقارير علمية وطبية عن حقيقة جذب النساء الحوامل للبعوض بنسبة تصل إلى ضعف ما تجذبه النساء غير الحوامل. أرجع العلماء هذا الانجذاب المتزايد إلى ثلاثة عوامل بيولوجية رئيسية تحدث خلال فترة الحمل: ارتفاع درجة حرارة الجسم؛ غالباً ما تكون درجة حرارة أجسام الحوامل أعلى من المعتاد، وهو ما يعمل كإشارة جذب قوية للبعوض الذي يمتلك مجسات حرارية دقيقة. زيادة انبعاث ثاني أكسيد الكربون؛ نتيجة لارتفاع معدل التمثيل الغذائي، تطلق الحوامل كمية أكبر من ثاني أكسيد الكربون "زيادة تقدر بنحو 21%"، وهو الغاز الأساسي الذي يستخدمه البعوض لتحديد ضحاياه من مسافات بعيدة. إفرازات الجلد المتغيرة؛ يفرض جلد المرأة الحامل مركبات كيميائية متغيرة ومواد عطرية بتركيزات أعلى، ما يجعل رائحة جسدها أكثر جذابية لأنواع معينة من البعوض. ولا تقتصر المشكلة على الإزعاج أو الحكّة، بل تمتد إلى مخاطر صحية جسيمة، فالتعرض المتزايد للدغ يزيد احتمالية الإصابة بأمراض خطيرة، مثل: الملاريا وفيروس زيكا. وبحسب الخبراء، يمكن أن تؤدي هذه الإصابات إلى مضاعفات خطيرة تشمل الولادة المبكرة، وانخفاض وزن الجنين عند الولادة، أو حتى حدوث حالات الإجهاض. في النهاية، الحماية من البعوض ليست مجرد رفاهية خلال فترة الحمل، بل هي خطوة وقائية ضرورية لضمان سلامة الأم والجنين.

اكتشاف مسار عصبي جديد قد ينهي معاناة الملايين مع الآلام المزمنة

أشارت دراسات إحصائية إلى أن الأوجاع المزمنة أثرت على نحو واحد من كل أربعة بالغين، فيما أفاد واحد من كل عشرة أشخاص بأنها عاقت نمط حياتهم اليومي. وفي هذا السياق، استطاع فريق بحثي في الولايات المتحدة رصد دائرة عصبية في الدماغ لم يجر الالتفات إليها سابقاً، وربما تكون هي المسؤولة عن تحديد ما إذا كان الشعور بالألم يتراجع مع الوقت أو يتحول إلى أوجاع مزمنة. ونجح الباحثون عبر التدخل في هذا المسار العصبي لدى حيوانات تجارب في تعطيل منظومة الألم المزمن، مما



عاصفة ثلجية عاتية تضرب موسكو

ضربت عاصفة ثلجية عاتية موسكو أمس الاثنين في وقت غير معتاد في منتصف الربيع، وأدت إلى إلغاء رحلات جوية واقتلاع أشجار، بحسب مراسلي وكالة فرانس برس، وسط دعوات من السلطات إلى توخي الحذر. وأعلن المركز الروسي للإرصاد الجوية حال الإنذار البرتقالي في العاصمة، على أن يستمر حتى صباح الثلاثاء. وأدت العاصفة إلى اضطراب في مطارات موسكو طاول عشرات الرحلات التي ألغيت أو أُجّلت، بحسب ما نقلت وسائل إعلام روسية. وتسبب ثقل الثلوج في تحطيم أشجار خصوصاً في وسط المدينة، ما ألحق أضراراً بسيارات وأغلق أرصفة، بحسب مراسلي وكالة فرانس برس. وفي ضواحي العاصمة، تراكمت الثلوج وطمرت السيارات، وأعلنت سلطات موسكو عبر تطبيق تلغرام أنها تتوقع تدهوراً إضافياً في الأحوال الجوية خلال اليوم، مع "تساقط كثيف للثلوج ورياح تصل سرعتها إلى 23 متراً في الثانية 83" كيلومتراً في الساعة". ودعت السلطات السكان إلى توخي الحذر.



برعاية وحضور الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان

أجيال تقرأ في حب الوطن، فعالية معرفية ووطنية في مكتبة أجيال المستقبل



الدور الريادي الذي تضطلع به مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان على الإسهام الفاعل في مسيرة التنمية المستدامة لدولة الإمارات العربية المتحدة.

وتعبيراتهم الصادقة عن حب الوطن، كما أنصتت إلى قصصهم الوطنية التي عبروا من خلالها عن اعتزازهم بقيادتهم الرشيدة، وفخرهم بصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، مستحضرين ما تمثله قيادته من إلهام وطني، ودعم دائم لأبناء الإمارات. كما شملت الجولة زيارة قاعة ريشة وفنان، حيث اطلعت السيدة شما على أفكارهم ومشاعرهم من خلال الفن، مؤكدة أهمية رعاية المواهب منذ الصغر، وتوفير البيئة التي تساعد الأطفال على اكتشاف ذواتهم وتنمية قدراتهم الإبداعية. وأكدت السيدة الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان، في تصريح لها، أن القراءة ليست نشاطاً مرفقياً فحسب، بل هي أساس في بناء شخصية الطفل، وتعزيز، وعيه بذاته ووطنه وقيمه. وأضافت أنها سعيدة بهذه الإضافة النوعية التي حرصنا عليها في مكتبة أجيال المستقبل، لأننا نؤمن بأن المكتبة ليست مكاناً للكتب فقط، بل فضاء لتكوين الإنسان، وتنمية خياله، وتعميق ارتباطه بهويته ووطنه. وقالت إن الطفل الذي يقرأ اليوم، هو مواطن أكثر وعياً وغداً، وأكثر قدرة على فهم دوره في خدمة مجتمعه ووطنه؛ ومن هنا نحرص على أن تكون القراءة تجربة محببة، وأن يشعر أبناؤنا بأن الكتاب صديق يفتح أمامهم أبواب المعرفة، ويقربهم من تاريخنا وقيمتنا وقيادتنا الرشيدة. وأضافت السيدة شما أن دور الأسرة يمثل الركيزة الأولى في بناء الطفل القارئ، مشيدة بجهود الأمهات وحرصهن على متابعة أبنائهن وتشجيعهم، مؤكدة أن عرس عادة القراءة يبدأ من البيت، ثم تكامل مع المدرسة والمكتبة والمؤسسات الثقافية. وتأتي فعالية أجيال تقرأ في حب الوطن تأكيداً على

العين - الفجر

برعاية وحضور السيدة الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان رئيس مجلس إدارة مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافية والتعليمية، نظمت مكتبة أجيال المستقبل بجمعية محمد بن خالد آل نهيان لأجيال المستقبل فعالية ثقافية ووطنية بعنوان أجيال تقرأ في حب الوطن، في أجواء معرفية جمعت بين القراءة والهوية والانتماء، ورسخت حضور الكتاب بوصفه مساحة لبناء الوعي وتعميق محبة الوطن في نفوس الناشئة. وشهدت الفعالية حضوراً لافتاً من الأسر والأطفال، حيث تنوعت فقراتها بين الأنشطة الثقافية والترفيهية، بما عكس رؤية متكاملة تسعى إلى جعل القراءة تجربة ممتعة وقريبة من وجدان الطفل. وتضمن البرنامج تكريم المنجزين في برنامج الشيخ محمد بن خالد آل نهيان القرائي. كما اشتملت الفعالية على مسابقات ثقافية وترفيهية، وعروض متنوعة، وفقرات تفاعلية للأطفال، إلى جانب حضور الشخصيات الكرتونية، وأنشطة الرسم على الوجوه، وتوزيع الهدايا، في أجواء أسرية اتسمت بالفرح والتفاعل الإيجابي. وفي سياق الفعالية، قامت السيدة الدكتورة شما بنت محمد بن خالد آل نهيان بجولة ميدانية في مكتبة أجيال المستقبل، افتتحت خلالها القاعات الجديدة التي تمثل إضافة نوعية للمكتبة، وهي قاعة برامج المعرفة، قاعة تاج المعرفة وقاعة إمارات المعرفة، واطلعت سموها على ما تضمه من محتويات وبرامج وموارد معرفية موجهة لمختلف الفئات العمرية. وحرصت السيدة شما خلال الجولة على التفاعل المباشر مع الأطفال والأعضاء، فشاركتهم جلسات القراءة، واستمعت إلى تساؤلاتهم

لتوفير أعلى مستويات الجودة في الرعاية الصحية

«عيادات صحة» التابعة لـ«بيورهيلث» تفتتح عياداتها المجتمعية في جزيرة السعديات

أفراد المجتمع، بما يضمن توفير أعلى مستويات الجودة في الرعاية الصحية وترسيخ مكانة أبوظبي كأحد الجهات الرائدة والأكثر كفاءة عالمياً في مجال الرعاية الصحية. وقالت الدكتورة خديجة المرادسة، الرئيس التنفيذي لـ«بيورهيلث»، «تؤدي «عيادات صحة» دوراً محورياً في تعزيز منظومة الرعاية الصحية في أبوظبي، من خلال تقديم خدمات متكاملة وشخصية عالية الجودة داخل المجتمعات السكنية، بما يتيح للمستشفيات الكبرى التركيز على الحالات المعقدة والعلاجات المتقدمة. ويعد افتتاح «عيادات صحة - السعديات» خطوة مهمة في توسيع نطاق الوصول إلى رعاية صحية محورها المريض، بدعم الوقاية، والتدخل المبكر، وتعزيز الصحة والرعاية على المدى الطويل في الإمارة. وقد صُممت العيادة بما يراعي احتياجات المجتمع الذي تخدمه، حيث تجمع بين نخبة من الكفاءات الطبية المتمرس، وخدمات تخصصية متكاملة، ومسارات رعاية مخصصة، لتقديم تجربة صحية سلسة وعالية الجودة، أقرب إلى أفراد المجتمع وفي متناولهم». ويأتي افتتاح «عيادات صحة - السعديات»، ضمن استراتيجية التوسع الشاملة لـ«بيورهيلث» في أبوظبي، والتي تشمل عيادة مزعجة في أبوظبي والعين. وإلى جانب علاج الأمراض، تلتزم العيادة الجديدة بإلهام وإرشاد المجتمع نحو اعتماد أسلوب صحي استباقي من خلال برامج الوقاية والعافية، والفعوات المجتمعية، ومبادرات التوعية والمشاركة.

مع تكمن المستشفيات الكبرى من التركيز على الحالات المعقدة والمتقدمة. وصممت العيادة الجديدة والمنظورة وفق نموذج مبتكر يُمكنها من تلبية مختلف الاحتياجات الصحية للمقيمين في جزيرة السعديات وزوارها، حيث تفتح أبوابها طيلة أيام الأسبوع من الساعة 10 صباحاً إلى 6 مساءً وتقدم مجموعة واسعة من التخصصات، تشمل طب الأسرة، وطب الأطفال، وطب الأمراض الجلدية، وخدمات التشخيص، وصحة النساء، والعلاج الطبيعي، وغيرها. وتجمع العيادة بين الخبرات الطبية الموثوقة لـ«بيورهيلث» صحة، وتجربة رعاية صحية راقية تتمحور حول المريض، مع تركيز كبير على الراحة، وسهولة الوصول، والكفاءة في مختلف مراحل رحلة التعامل. ومن التسجيل الرقمي إلى خدمات الإرشاد المخصصة للمرضى، وصُممت المنشأة لضمان انسيابية الحركة، وحماية الخصوصية، وتوفير بيئة مريحة، مدعومة بالإضاءة الطبيعية والتصاميم الداخلية الراقية التي تتسجم مع الطابع الهادئ لجزيرة السعديات. ويعمل في «عيادات صحة» حالياً أكثر من 800 طبيب ضمن 35 عيادة موزعة في أبوظبي والعين. وإلى جانب علاج الأمراض، تلتزم العيادة الجديدة بإلهام وإرشاد المجتمع نحو اعتماد أسلوب صحي استباقي من خلال برامج الوقاية والعافية، والفعوات المجتمعية، ومبادرات التوعية والمشاركة.



مرحلة الحياة من خلال تقديم رعاية شخصية وشاملة تحت سقف واحد لكافة الفئات العمرية، فيما نواصل في دائرة الصحة - أبوظبي تمكين شركائنا في القطاع الصحي من توسيع نطاق خدماتهم والاقتراب أكثر من

أبوظبي - الفجر

افتتحت «عيادات صحة» التابعة لمجموعة «بيورهيلث»، وواحدة من أكبر مَقَدَمِي خدمات الرعاية الصحية الأولية والتخصصية في دولة الإمارات، العيادة المجتمعية في جزيرة السعديات، في خطوة تتسجم مع التزامها بإرساء معايير جديدة للرعاية الصحية التي تركز على المرضى وتعزز نهج الوقاية ويسهل الوصول إليها في أبوظبي. وحضر الافتتاح عدد من الشخصيات القيادية في قطاع الرعاية الصحية في أبوظبي، من بينهم سعادة الدكتورة نورة خميس الغيثي، وكيل دائرة الصحة - أبوظبي؛ وسعادة الدكتور راشد السويدي، المدير العام لمركز أبوظبي للصحة العامة، وشايسينا أصف، الرئيس التنفيذي لمجموعة «بيورهيلث»؛ وراشد القبيسي، الرئيس التنفيذي للعمليات في «بيورهيلث»؛ وسعيد الكويطي، الرئيس التنفيذي لشركة «صحة»؛ والدكتورة خديجة المرادسة، الرئيس التنفيذي لـ«بيورهيلث»، إلى جانب عدد من كبار المسؤولين وقادة القطاع الصحي. وقالت سعادة الدكتورة فائزة الياضي، المدير التنفيذي لقطاع جودة الرعاية الصحية في دائرة الصحة - أبوظبي: «نهئنا عيادات صحة بمناسبة افتتاح عياداتها الجديدة في جزيرة السعديات، والتي تعكس التزام إمارة أبوظبي بالاستثمار في الرعاية الصحية الأولية بوصفها حجر

شملت مجالات علمية محكمة، ومؤتمرات دولية

جامعة العين ترسخ حضورها البحثي بنشر أكثر من 5,000 ورقة بحثية معتمدة في «سكوبس»

مؤسسات أكاديمية وبحثية عالمية مرموقة، إلى جانب تنظيم واستضافة مؤتمرات علمية دولية متخصصة، إضافة إلى توسيع الشراكات البحثية من خلال اتفاقيات وبرامج دولية، بما يسهم في تعزيز التبادل الأكاديمي وتطوير العمل البحثي. وينسجم هذا التقدم مع توجهات دولة الإمارات نحو بناء اقتصاد قائم على المعرفة والابتكار، ويحقق رؤية جامعة العين 2028 التي تضع البحث العلمي في مقدمة أولوياتها، حيث تواصل الجامعة تطوير بنيتها البحثية من خلال دعم المشاريع متعددة التخصصات، وربط نتائج الأبحاث بالتطبيقات العملية، إلى جانب إنشاء مختبرات متقدمة في مجالات حيوية مثل الذكاء الاصطناعي، المياه والطاقة والاستدامة، والعلوم الصيدلانية، وجودة التعليم، والصناعة التكنولوجية الوطنية. كما يعكس هذا الإنجاز، المتحقق خلال فترة زمنية وجيزة منذ تأسيس الجامعة، تطور منظومة البحث العلمي فيها القائمة على الجودة والتعاون الدولي وإنتاج المعرفة ذات الأثر، وهو ما يتجلى في حضورها المتنامي على الساحة الأكاديمية العالمية، بما في ذلك إدراج عدد من أعضاء هيئة التدريس ضمن قائمة أفضل 2% من العلماء الأكثر استشهاداً على مستوى العالم، وفق تصنيفات صادرة عن جامعة ستانفورد. ويؤكد هذا التقدم البحثي التزام جامعة العين بتريسيخ اقتصاد معرفي مستدام، من خلال ربط البحث العلمي باحتياجات المجتمع، وتعزيز الابتكار كركيزة أساسية للتنمية.

العين - الفجر

حققت جامعة العين تقدماً لافتاً في مسيرتها البحثية، بعد أن تجاوز عدد أبحاثها المنشورة في قاعدة بيانات «سكوبس» 5,000 بحثاً علمياً، شملت مجالات علمية محكمة، ومؤتمرات دولية، وفضولاً في كتب متخصصة، في دلالة واضحة على النمو المستمر في إنتاجها العلمي وتعزيز حضورها الأكاديمي على المستويين المحلي والدولي. ويعد هذا الإنجاز التزام الجامعة بتوجيه البحث العلمي نحو القضايا العالمية، حيث ارتفعت من 3,082 ورقة بحثية من إجمالي الإنتاج العلمي بأهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة، مع تركيز واضح على مجالات حيوية تشمل الصحة، وجودة التعليم، والصناعة والابتكار، والبنية التحتية، والنمو الاقتصادي، وبناء الشراكات، مسجلة ما يقارب 80,837 استشهاداً علمياً، بما يعكس اتساع الأثر المعرفي والتطبيقي لهذه الأبحاث. وفي سياق تعزيز جودة المخرجات البحثية، أظهرت الإشارات أن 79.4% من إجمالي الأبحاث نشرت في مجلات مصنفة ضمن الفئتين الأولى والثانية Q1 وQ2، ما يعكس تركيز الجامعة على جودة النشر العلمي في القنوات العلمية عالية التأثير، بالتوازي مع تبنيتها نهجاً بحثياً متعمداً التخصصات يتماشى مع توجهاتها الاستراتيجية. كما شكل التعاون الدولي جزءاً أساسياً من هذا التقدم، إذ تم إنجاز نحو 70% من الأبحاث بالتعاون مع

في المؤتمر والمعرض الزراعي الإماراتي

بلدية مدينة العين استعرضت مشروع «الوكيل الافتراضي» لتعزيز كفاءة مراجعة المخططات

المراجعة قبل وبعد تطبيق النظام، إلى جانب نماذج لتقارير ذكية ولوحات مؤشرات تشغيلية تُبرز الأثر الفعلي للمشروع على جودة وسرعة الإنجاز، بما يعزز تجربة الزوار ويجسد التحول الذكي في العمل البلدي. ويأتي هذا المشروع ضمن سلسلة من المبادرات التي تنفذها بلدية مدينة العين لتعزيز الابتكار المؤسسي، وترسيخ استخدام التقنيات الحديثة في تطوير الخدمات، بما يدعم تحقيق الاستدامة ورفع جودة الحياة في المدينة. واختتمت فعاليات المؤتمر والمعرض الزراعي الإماراتي 2026 وسط حضور واسع من المختصين والمهتمين بالقطاع الزراعي، حيث شكّل الحدث منصة رائدة لتبادل المعرفة واستعراض أحدث التقنيات والحلول المتكاملة الداعمة للاستدامة الزراعية. وفي هذا السياق، شهدت منصة بلدية مدينة العين إقبالا لافتاً من الزوار، إذ حظيت مشاريعها المروضة ومبادراتها الابتكارية بتفاعل كبير وإشادة واسعة، ما يعكس نجاحها في إبراز تجاربها الرائدة وتعزيز دورها في دعم التحول الرقمي والابتكار في العمل البلدي.



المخرجات. وأضافته الأحبابي، يعتمد المشروع على منهجية متكاملة تبدأ بإعداد دليل موحد لمراجعة المخططات، ثم تحويله إلى نموذج رقمي قابل للمعالجة، وصولاً إلى تشغيل وكيل افتراضي يقوم بتحليل البيانات ورصد الملاحظات وتصنيفها، مع الحفاظ على الدور المحوري للمراجع الفني في اتخاذ القرار. وأكدت المهندسة حصة الاحبابي مدير المشروع، أن المشروع يأتي استجابة لعدد من التحديات التشغيلية، أبرزها تفاوت سرعة الإنجاز، وتباين صياغة الملاحظات، وتشعب عناصر المخططات، إضافة إلى محدودية أدوات القياس والتحليل، ما استدعى تطوير حل ذكي يحقق الاتساق ويرفع جودة

العين - الفجر

منوعات الغذاء

23

يشهد سوق المكملات الغذائية اهتماما متزايدا مع وعود بتحسين الصحة والطاقة، لكنه أصبح مربكا للمبتدئين بين الفائدة والدعاية التسويقية. ويعرض خبراء تغذية وأخصائيو صحة تحذيرات متكررة من الإفراط في تناول المكملات أو استخدامها دون حاجة حقيقية، مؤكداً أن هذه المنتجات ليست بديلا عن النظام الغذائي المتوازن ونمط الحياة الصحي.



بين الفائدة والدعاية التسويقية

المكملات الغذائية . . تحذيرات متكررة من الإفراط في تناولها أو استخدامها دون حاجة حقيقية



استخدامها دون ضرورة قد يكون غير مفيد أو حتى ضار في بعض الحالات. لذلك يُنصح دائما باستشارة مختص صحي قبل البدء بتناول أي مكمل. وتشدّد إيلا مان على أن جودة المنتج لا تقل أهمية عن نوعه، موضحة أن الاختلاف بين مكمل وآخر قد يكون كبيرا من حيث تركيز المكونات وفعاليتها، حتى لو بدا المنتج متشابها في الشكل. كما تحذر من الانسياق وراء الإعلانات أو الترنندات، لأن ذلك لا يعكس بالضرورة القيمة الغذائية الحقيقية. وتلفت إلى أن المكملات يجب أن تُستخدم لدعم نمط حياة صحي، وليس كبديل عنه، فالنظام الغذائي المتوازن والنوم الجيد وشرب الماء وإدارة التوتر، تظل الأساس في الحفاظ على الصحة. وفيما يتعلق بالأخطاء الشائعة، تشير أخصائية التغذية كاري روكستون إلى أن أحد أبرزها هو الاعتماد على توصيات المؤثرين دون مراعاة الاحتياجات الفردية. وتوضح أن احتياجات الجسم تختلف حسب العمر والحالة الصحية، فمثلا يحتاج كبار السن إلى دعم إضافي لبعض الفيتامينات، بينما تحتاج الشابات إلى الحديد وحضض الفوليك، وقد يستفيد الأطفال من فيتامينات أساسية مثل A (سي) و (د). كما يحتاج النباتيون غالبا إلى فيتامين B12 واليود والزنك وفيتامين (د)، ما يجعل الاستشارة المتخصصة خطوة مهمة لاختيار المكمل المناسب. ويحذر الخبراء أيضا من تناول عدة مكملات في الوقت نفسه دون وعي، إذ قد يؤدي ذلك إلى زيادة غير آمنة في بعض العناصر مثل فيتامين A أو الحديد، خاصة إذا تكرر وجودها في أكثر من منتج. وتوضح إيلا مان أن بعض المكملات قد تتداخل في الامتصاص، مثل الكالسيوم الذي قد يقلل امتصاص الحديد، أو الأعشاب المضادة للميكروبات التي قد تؤثر على فعالية البروبيوتيك، لذلك يُفضل فصلها في أوقات مختلفة من اليوم. كما يشير الخبراء إلى أن بعض العناصر تُمتص بشكل أفضل في ظروف معينة، فمثلا تُمتص الفيتامينات الذائبة في الدهون مع وجبات تحتوي على دهون صحية، بينما يُفضل تناول الحديد مع فيتامين (سي) لتحسين امتصاصه. وفي المحصلة، يجمع المتخصصون على أن المكملات الغذائية قد تكون مفيدة عند استخدامها بوعي ووفق الحاجة، لكنها لا تفني عن أساسيات الصحة اليومية، ولا ينبغي التعامل معها كحل سريع أو بديل لنمط حياة صحي متكامل.

وتوضح أخصائية التغذية المعتمدة، إيلا كورمان، أن الإقبال المتزايد على المكملات يعكس وعيا صحيا متناميا لدى الناس، لكنه في المقابل أدى إلى انتشار واسع لمنتجات يصعب التحقق من فائدتها أو جودتها. وتقول إن كثيرين يبحثون عن دعم إضافي للصحة والناعة والطاقة، إلا أن كثرة الخيارات تجعل اتخاذ القرار الصحيح أمرا معقدا. وتضيف أن المكملات الغذائية، كما يشير اسمها، تهدف إلى "تكمل" النظام الغذائي وتعويض نقص محتمل في بعض العناصر الغذائية، وتتوفر غالبا على شكل أقراص أو كبسولات أو مساحيق. ومن أكثر المكملات شيوعا فيتامين (د)، الذي يساعد في دعم المناعة وصحة العضلات والدماغ، خاصة في فصول الشتاء قليلة التعرض للشمس. كما يُستخدم فيتامين (سي) لدعم صحة الجلد وحماية الخلايا، بينما يعد فيتامين B12 ضروريا، خصوصا للنباتيين، لدوره في إنتاج خلايا الدم الحمراء ودعم الجهاز العصبي. ويُستخدم زيت السمك الغني بأوميغا 3 لدعم صحة القلب والدماغ، في حين يُقبل كثيرين على المغنيسيوم للمساعدة في الاسترخاء وتحسين النوم. كما ازدادت شعبية البروبيوتيك لدوره المحتمل في دعم صحة الجهاز الهضمي، إضافة إلى الفيتامينات المتعددة التي تجمع عدة عناصر غذائية مثل الكالسيوم والزنك. ورغم هذه الفوائد المحتملة، يؤكد الخبراء أن فعالية المكملات تعتمد على حاجة الجسم إليها أصلا، مشيرين إلى أن

بالإضافة للنشاط البدني

سر غذائي بسيط لحماية القلب مع التقدم في العمر

يحافظ القلب على صحته مع التقدم في العمر باتباع نمط حياة صحي، يشمل التغذية السليمة والنشاط البدني، إذ تؤكد أبحاث علمية أن الشيخوخة بحد ذاتها عامل خطر رئيسي لأمراض القلب.



الارتباط بالكوليسترول الضار والأحماض الصفراوية في الجهاز الهضمي، ما يساعد على التخلص منها عبر الجسم، ويؤدي في النهاية إلى خفض مستوى LDL في الدم. كما يساعد الشوفان على تقليل أكسدة الكوليسترول الضار بفضل احتوائه على مضادات أكسدة طبيعية تعرف بالبوليفينولات، وهو ما يساهم في تقليل تراكم اللويحات داخل الشرايين وحماية القلب على المدى الطويل. ومع الاستمرار في تناول الشوفان دون إضافة سكريات، يمكن أن ينخفض مستوى الكوليسترول الضار تدريجيا، ما يحسن من مرونة الشرايين ويقلل من خطر انسدادها. أما إضافة السكر والدهون المشبعة مثل الزبدة أو زيت جوز الهند فقد تقلل من هذه الفوائد. ويؤكد الأطباء أن طريقة تحضير الشوفان مهمة بقدر فائدته، إذ يُفضل تناوله مع إضافات صحية مثل التوت والجوز، وتجنب المحليات والدهون غير الصحية، للحصول على أفضل تأثير في خفض الكوليسترول. وتشير الإحصاءات إلى أن كبار السن هم الأكثر عرضة لأمراض القلب والسكتات الدماغية، حيث ترتفع معدلات الإصابة بشكل واضح بعد سن 65 عاما. بينما تتزايد تدريجيا مع التقدم في العمر ويخلص الخبراء إلى أن التغييرات البسيطة في النظام الغذائي، مثل تناول الشوفان بانتظام ضمن نظام متوازن، يمكن أن تساهم في تعزيز صحة القلب والوقاية من أمراضه على المدى الطويل، دون الحاجة إلى تغييرات جذرية في نمط الحياة.

والأوعية الدموية (ASCVD). ويؤكد الخبراء أن النظام الغذائي من أهم العوامل المؤثرة في مستويات الكوليسترول، خاصة الكربوهيدرات، فليست كل الكربوهيدرات متساوية؛ إذ إن الكربوهيدرات البسيطة والمكررة مثل السكر الأبيض والخبز الأبيض والمشروبات المحلاة قد ترفع الكوليسترول الضار وتؤثر سلبا في صحة القلب، بينما تساهم الكربوهيدرات المعقدة في تحسينها. وتشمل الكربوهيدرات المفيدة: الحبوب الكاملة والبقوليات مثل العدس والحمص والفاصوليا، إضافة إلى البطاطا الحلوة والتوت. وتتميز هذه الأطعمة بأنها تهمض ببطء، ما يساعد على تنظيم سكر الدم وتقليل التأثيرات السلبية على الجسم. ويعد الشوفان من أبرز الأطعمة المفيدة لصحة القلب، لاحتوائه على الألياف القابلة للذوبان، وخاصة بيتا غلوكان. وتعمل هذه الألياف على

وتوضح الدراسات أن مستوى الكوليسترول في الدم يلعب دورا محوريا في صحة القلب، إذ يمكن أن يؤدي ارتفاع الكوليسترول الضار (LDL) وانخفاض الكوليسترول الجيد (HDL) إلى زيادة احتمالات الإصابة بأمراض القلب. ويعد الكوليسترول مادة دهنية يحتاجها الجسم لبناء الخلايا وإنتاج الهرمونات، لكنه يصبح ضارا عندما يتراكم في الشرايين.

ومع مرور الوقت، قد تتراكم هذه الدهون على شكل لويحات داخل الأوعية الدموية، ما يسبب تضيقها ويزيد من خطر الإصابة بالنوبات القلبية أو السكتات الدماغية، وهي حالة تُعرف بتصلب الشرايين وأمراض القلب.



ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: بقاله بلو لايت - ذ.م.م - ش.ش.و. رخصة رقم: CN 2361609 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل اسم تجاري من/ بقاله بلو لايت - ذ.م.م - ش.ش.و.

BLUE LIGHT BAQALA - L.L.C - S.P.C

إلى/ بقاله سوبر لين - ذ.م.م - ش.ش.و.

SUPERLINE BAQALA - L.L.C - S.P.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: جريل ماسترز كافيه رخصة رقم: CN 5969718 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل اسم تجاري من/ جريل ماسترز كافيه

GRILL MASTERS CAFE

إلى/ كيان كافيه

KIAN CAFE

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: شندش لاعمال البلاستر رخصة رقم: CN 1050720 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل اسم تجاري من/ شندش لاعمال البلاستر

SUNSHADE PLASTER WORKS

إلى/ ورشة شندش لاعمال الالمنيوم و اللحام

SUNSHADE ALUMINIUM AND - WELDING WORKSHOP

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: عربان للهواتف المتحركة - ذ.م.م. رخصة رقم: CN 6301471 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ إضافة محمد زرين باندبيكاندات محمد اشرف باندبيكاندات 30% تعديل نسب الشركاء/ جابر جاسم سيف الجلاف المهيري من 25% إلى 8% تعديل نسب الشركاء/ انور عبدالسلام عبدالسلام من 25% إلى 8% تعديل نسب الشركاء/ محمد فواز عباس بوليتشارافيتيل عباس من 50% إلى 19% تعديل اسم تجاري من/ عربان للهواتف المتحركة - ذ.م.م.

ARBAN MOBILE - L.L.C

إلى/ جوكير بلس للهواتف المتحركة - ذ.م.م

GO CARE PLUS MOBILE PHONES - L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة

الاسم التجاري: ترايدكس جروب للتجارة العامة ذ.م.م

عنوان الشركة: رخصة فورية

رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 5172374

التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2- تعيين السادة/الرؤية محاسبون قانونيون ، كمصفي قانوني لشركة بتاريخ 2026/04/27 ، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم : 2699029248 - تاريخ التعديل: 2026/04/27

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م

الاسم التجاري: بوسلة سوليشنز لإدارة الاعمال التسويقية - شركة الشخص الواحد ذ.م.م

عنوان الشركة: جزيرة أبوظبي - شرق 0.6 - مبنى امته بطي احمد

رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4135749

التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2- تعيين السادة/ميرال عبدالحييب لتدقيق الحسابات والاستشارات الادارية ، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/27 ، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم : 16133/94-PN9401/26 ، - تاريخ التعديل: 2026/04/27

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة

الاسم التجاري: الوايه العالمية للاستثمار العقاري ذ.م.م

عنوان الشركة: مصنع الصناعية م 6 - ق 78 - محل رقم 18 - بناية/علي عبدالله الشيخ

رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 1069578

التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2- تعيين السادة/الرؤية محاسبون قانونيون ، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/8 ، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم : 2699024431 - تاريخ التعديل: 2026/04/27

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م

الاسم التجاري: نانة للخضروات والفواكه - ذ.م.م - ش.ش.و.

عنوان الشركة: المرقا - 0 - مبنى شركة أبوظبي للمواقي م.ع

رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 2970362

التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2- تعيين السادة/اكتيف دايريكيتوري للتدقيق - شركة الشخص الواحد ذ.م.م ، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/24 ، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم : 2699028757 - تاريخ التعديل: 2026/04/27

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م

الاسم التجاري: فابون العلوم الحيادية في الشرق الأوسط - ذ.م.م - ش.ش.و.

عنوان الشركة: مصنع - مصنع 0.7 - مبنى حكومة أبوظبي

رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 5128354

التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2- تعيين السادة/ELEVATE FIRST ACCOUNTING & AUDITING - BRANCH OF ABU DHABI - LLC ، كمصفي قانوني للشركة ، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم : PEBS/FEB/3941/2026 - تاريخ التعديل: 2026/04/27

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة

الاسم التجاري: كاتنتري فارم للداجن ذ.م.م

عنوان الشركة: مصنع - مصنع 0.40 - مبنى التصوري تري بي للانداعات

رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 5875740

التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2- تعيين السادة/اكتيف دايريكيتوري للتدقيق - شركة الشخص الواحد ذ.م.م ، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/27 ، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم : 2699028964 - تاريخ التعديل: 2026/04/27

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: صالون سارنتي للسيدات رخصة رقم: CN 5304392 قد تقدموا إلينا بطلب:

إلغاء رخصة

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أسبوع من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م

الاسم التجاري: جرين جيت الزراعية - ذ.م.م - ش.ش.و.

عنوان الشركة: المنطقة الصناعية - العراس 11 - الحادي عشر مبنى حمد سعيد محمد سعيد الكتيبي

رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 5820369

التعديل الذي طرأ على الشركة:

- 1 - حل وتصفية الشركة
- 2- تعيين السادة/اكتيف دايريكيتوري للتدقيق - شركة الشخص الواحد ذ.م.م ، كمصفي قانوني للشركة بتاريخ 2026/04/23 ، وبناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية الموقف لدى كاتب العدل بالرقم : 2699028483 - تاريخ التعديل: 2026/04/27

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: ايجل سكاى للسفر والطباعة - ذ.م.م - ش.ش.و. رخصة رقم: CN 5895239 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل اسم تجاري من/ ايجل سكاى للسفر والطباعة - ذ.م.م - ش.ش.و.

EAGLE SKY FOR TRAVEL AND TYPING - L.L.C - S.P.C

إلى/ ايجل سكاى للسفر - ذ.م.م - ش.ش.و.

EAGLE SKY TRAVEL - L.L.C - S.P.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: الوطنية للسفر - ذ.م.م رخصة رقم: CN 2240040 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل رأس المال إلى 100000

تعديل شكل قانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.م

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ إضافة ابوبكر مانالينايميل 100%

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف السيد سالم راشد سالم محمد الدرهمي

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف السيد ابوبكر مانالينايميل

تعديل اسم تجاري من/ الوطنية للسفر - ذ.م.م

NATIONAL TRAVEL L.L.C

إلى/ الوطنية للسفر - ذ.م.م - ش.ش.و.

NATIONAL TRAVEL - L.L.C - S.P.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: العصر الراقي للمقاولات و الصيانة العامة رخصة رقم: CN 1097082 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل رأس المال إلى 200000

تعديل شكل قانوني من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.م

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ إضافة ممتز محمد احمد الحياري 100%

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف خليل ابراهيم عيسى عبدالله المدهمش

تعديل اسم تجاري من/ العصر الراقي للمقاولات و الصيانة العامة

AL ASSER ALRAQI CONTRACTING AND GENERAL MAINTENANCE

إلى/ العصر الراقي للمقاولات و الصيانة العامة - ذ.م.م - ش.ش.و.

AL ASSER ALRAQI CONTRACTING AND GENERAL MAINTENANCE - L.L.C - S.P.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: هيوستن لخدمات الدعم الفني - ذ.م.م. رخصة رقم: CN 6082355 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل شكل قانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.م

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ إضافة مترو للوكالات التجارية - شركة الشخص الواحد ذ.م.م Metro Commercial Agencies. Sole Proprietorship L.L.C

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف سعيد مبارك مسلم عتميت العامري

تعديل اسم تجاري من/ هيوستن لخدمات الدعم الفني - ذ.م.م

HOUSTON TECHNICAL SUPPORT SERVICES - L.L.C

إلى/ هيوستن لخدمات الدعم الفني - ذ.م.م - ش.ش.و.

HOUSTON TECHNICAL - SUPPORT SERVICES - L.L.C - S.P.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

فقدان جواز سفر

فقد المدعو / عادل خلف محمد عسران ، مصري الجنسية - جواز سفره رقم (A30718075) من يجده عليه الاتصال بتليفون رقم 0555383052

فقدان جواز سفر

فقد المدعو / سامي نايبكي سامي نايبكي ، هندي الجنسية - جواز سفره رقم (V2885625) من يجده عليه الاتصال بتليفون رقم 0565382443

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان بتشر قائمة الدائنين

إعلان بتشر قائمة الدائنين الخاصة بشركة / معلم ومقهى اوتيسوتو - ش.م.م بناه على قرار محكمة دبي الابتدائية المؤرخة في 1989م رقم 2025 إستئناف تجاري والصادر بتاريخ 2025/10/22 ، والذي قضى بمنطقه بتشر قائمة الدائنين على النحو المقرر قانونا، فإننا نعرض فيما يلي قائمة الدائنين الخاصة بشركة / معلم ومقهى اوتيسوتو - ش.م.م

م	إسم الدائن	مبلغ الدين المعتمد
1	بنك المصرف	3,742,768.00
2	شركة مراد ابن بطرمة	1,061,859.83
3	البنك كيه كتربرابريس ذ.م.م	33,309.19
4	سوبرماركت هوان فوجيا (ش.م.م)	20,291.08
5	بروزر جاز	16,842.00
6	محمد سليم لخدمات توصيل الطلقات ذ.م.م	12,900.00
7	الشرق الأوسط فرعي ذ.م.م	12,300.78
8	سنه تيكست جنرال ترافينغ ليه ذ.م.م	11,301.60
9	كوتري هي اترناتيونل	7,878.52
10	كوتري كورنر لخدمات التنظيف ذ.م.م	2,688.00
11	رفارر العمالية لتجارة العمالة ش.م.م	1,947.90
12	راس الغابري لخدمات ش.م.م	1,765.00
13	الفيصل للتقنيات ذ.م.م	1,036.70
الإجمالي		4,926,888.60

مع الأخذ في الإعتبار أنه يحق للدائن وكل دائر ورده ورده رسمه في قائمة الدائنين أن يطلب من المحكمة الإفردة على المطالبات المدرجة بالجدول وذلك خلال 7 أيام عمل من تاريخ نشر القائمة في الصحف.

مكتب الخبير الحسابي / اسامة مالك
المختبر / اسامة احمد مالك
خبير حسابي لدى محاكم دبي - قيد رقم (145)
حساب قانوني / قيد رقم (961)

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: زيم للعطور - ذ.م.م - ش.ش.و. رخصة رقم: CN 5213574 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل شكل قانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م إلى شركة ذات مسؤولية محدودة

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ إضافة محمد شافي بالاكال سيد علوي بالاكال 50%

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ إضافة منير مايالكال محمد مايالكال 50%

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف منير مايالكال محمد مايالكال

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف محمد عارف شيخ محمد فاروق شيخ

تعديل اسم تجاري من/ زيم للعطور - ذ.م.م - ش.ش.و.

ZEEM PERFUME - L.L.C - O.P.C

إلى/ زيم للعطور - ذ.م.م

ZEEM PERFUME - L.L.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

ADRA.
سلطة أبوظبي للتسجيل
Abu Dhabi Registration Authority

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان

تعن سلطة أبوظبي للتسجيل بأن / السادة: فروتكس للمقاولات العامة - ذ.م.م. رخصة رقم: CN 6234027 قد تقدموا إلينا بطلب:

تعديل شكل قانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة إلى شركة الشخص الواحد ذ.م.م

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ إضافة محمد عارف شيخ محمد فاروق شيخ 100%

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف مسعود رانا عبدالرحيم

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف محمد سومون ادريش مياه

تعديل الشركاء تنازل وبيع/ حذف محمد عارف شيخ محمد فاروق شيخ

تعديل اسم تجاري من/ فروتكس للمقاولات العامة - ذ.م.م

FROTEX GENERAL CONTRACTING L.L.C

إلى/ فروتكس للمقاولات العامة - ذ.م.م - ش.ش.و.

FROTEX GENERAL - CONTRACTING - L.L.C - S.P.C

فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة سلطة أبوظبي للتسجيل خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن السلطة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

سلطة أبوظبي للتسجيل

حكومة الشارقة دائرة القضاء

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مستأنف ضده بالنشر

في الاستئناف رقم 0000325/ADACAPCIADM2025، إداري إلى المستأنف ضده: علي عبدالله غانم أحمد العلي، الإمارات العربية المتحدة / الجنسية تعلمكم بأن المستأنف خدمة شركة الشخص الواحد ذ م م قد أقام الاستئناف المذكور أعلاه، لذا يجب عليكم الحضور أمام محكمة أبوظبي الإتحادية الإستئنافية، يوم الثلاثاء الموافق 5/5/2026 الساعة 9.30 لتقديم ما لديكم من دفاع ومستندات، وفي حالة عدم حضوركم أو إرسال وكيل معتمد ينوب عنكم فإن المحكمة ستباشر الإجراءات القانونية في غيابكم.

حذر بتاريخ 22/4/2026 م.

محكمة أبوظبي الإتحادية الإستئنافية
المحكمة الإستئنافية المدنية

حكومة الشارقة دائرة القضاء

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى رقم 0001360/SHCFICICIVS2026 مدني إلى المدعي عليه: محمد عبدالله معمم السري - مجهول محل الإقامة الإعلان المدعى عليه المثالي نشرًا

بإتمام المدعي عليه بالتضامن والتضامن بان يؤدّي المدعى مبلغ وقدره 80.000.000 درهم (ثمانون مليون درهمًا) تعويضًا عن الأضرار المادية والأبدية التي لحقت به مع الفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ الإستحقاق في 7/3/2013 م وحتى السداد التام وتحملها الرسوم والصاريف ومقابل تعاقب الحاماة. في جميع الأحوال - القضاء بالطبقات أعلاه - وتحمل المدعى عليهما بالرسوم والصاريف ومقابل تعاقب الحاماة. انت مكلف بالحضور بجلسته 5/5/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 15) خصصًا أو بواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوضف مدعى عليه.

حذر بتاريخ 27/4/2026 م.

مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة دائرة القضاء

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى رقم 0002026/SHCFICICIVS2026 تجاري إلى المدعي عليه: اويس بشرات بشرات حسين - مجهول محل الإقامة تعلمكم ان المدعى: شركة مجموعة الإمارات للاصلاات أقام الدعوى المذكورة أعلاه ويطلب فيها بالاتي: 1. التصريح بتسجيل الدعوى وإعلان المدعي عليه بصورة من لاحتها ومرافقتها. 2. الزام المدعي عليه بسداد مبلغ وقدره (21.326.06) مبلغ واحد وعشرون الفا وثلاثمائة وستة وعشرون درهما وستة فلس مع الفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ رفع الدعوى وحتى السداد التام. 3. الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل تعاقب الحاماة. انت مكلف بالحضور بجلسته 5/5/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 15) خصصًا أو بواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوضف مدعى عليه.

حذر بتاريخ 23/4/2026 م.

مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة دائرة القضاء

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى رقم 0002033/SHCFICICIVS2026 تجاري إلى المدعي عليه: مفضل سيف عبد العزيز عبدالله - مجهول محل الإقامة تعلمكم ان المدعى: شركة مجموعة الإمارات للاصلاات أقام الدعوى المذكورة أعلاه ويطلب فيها بالاتي: 1. التصريح بتسجيل الدعوى وإعلان المدعي عليه بصورة من لاحتها ومرافقتها. 2. الزام المدعي عليه بسداد مبلغ وقدره (19.634.40) مبلغ تسعة عشر الف وستمائة وأربعة وثلاثون درهم واربعمون فلس مع الفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ رفع الدعوى وحتى السداد التام. 3. الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل تعاقب الحاماة. انت مكلف بالحضور بجلسته 6/5/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 15) خصصًا أو بواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوضف مدعى عليه.

حذر بتاريخ 23/4/2026 م.

مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة دائرة القضاء

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى رقم 0002030/SHCFICICIVS2026 تجاري إلى المدعي عليه: زين حسام القوصي - مجهول محل الإقامة 1. التصريح بتسجيل الدعوى وإعلان المدعي عليه بصورة من لاحتها ومرافقتها. 2. الزام المدعي عليه بسداد مبلغ وقدره (24.575.84) مبلغ واحد وعشرون الفا وخمسةمائة وخمسة وسبعون درهما واربعة وثمانون فلصا مع الفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ رفع الدعوى وحتى السداد التام. 3. الزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف ومقابل تعاقب الحاماة. انت مكلف بالحضور بجلسته 29/4/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 9) خصصًا أو بواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوضف مدعى عليه.

حذر بتاريخ 22/4/2026 م.

مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة دائرة القضاء

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مستأنف ضده بالنشر

محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - حسين علي محسن باغستاني إخطار دفع في القضية رقم 0002182/SHCXCIBOUNCE2025 الشيكات المرتجعة إلى المحكوم عليه: حسين علي محسن باغستاني العنوان: الشارقة رقم 972 هاتف 971505256454 البريد: HUSSAINMUHSINI18809@GMAIL.COM حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرقق صوره عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك الإمارات دبي الوطني - ش م ع - في القضية المشار اليها اعلاه وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي: مجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 216.297.00 لذلك انت مكلف بتفنيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانهك / إعلانهك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكلف (ين) بحضور جلسة يوم - الموافق - الساعة - أمام المحكمة المذكورة، وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستنتد إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة دائرة القضاء

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مستأنف ضده بالنشر

محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية شركة نور الهدى لتجارة الأدوات الحديدية ذ م م قواد جوهر بن نجر علي إخطار دفع في القضية رقم 0007013/SHCXCICOMS2024 تجاري إلى المحكوم عليه: 1. شركة نور الهدى لتجارة الأدوات الحديدية ذ م م 2. قواد جوهر بن نجر علي حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرقق صوره عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / شركة مصانع الأصبغ الوطنية المحدودة - في القضية المشار اليها اعلاه 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 والصاريف 83270.0 درهم. لذلك انت مكلف بتفنيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانهك / إعلانهك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستنتد بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة الشارقة دائرة القضاء

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - شريف جابر محمد محمد إخطار دفع في القضية رقم 0000861/SHCXCIBOUNCE2026 الشيكات المرتجعة إلى المحكوم عليه: شريف جابر محمد محمد - العنوان: إمارة الشارقة - منطقة الخان - مبنى الخليج بلازا - شقة رقم (103) موبايل رقم 0566678051

حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرقق صوره عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك الإمارات دبي الوطني - ش م ع - في القضية المشار اليها اعلاه 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 والصاريف 93288.0 درهم. لذلك انت مكلف بتفنيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانهك / إعلانهك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستنتد بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة Economy and Tourism

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة: سوبرنوفها لتجارة قطع الخشب - ش ذ م م العنوان: مكتب رقم 102 ملك عادل سالم سعيد عثمان الواحدى - ديرة - المر - الشكل القانوني: شركة ذات مسؤولية محدودة الشخص الواحد (ذ م م)، رقم الرخصة 1050407 رقم القيد بالسجل التجاري: 1757232 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 10/4/2026 والموفق لدى كاتب العدل محكم دبي بتاريخ 10/4/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عالية لتدقيق الحسابات العنوان: مكتب رقم 102-1711 ملك محمد بن الزبير - ديرة - الفهود - الهاتف: 04-2873327 الفاكس 04-2343599 - مصطلحاً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة Economy and Tourism

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: عالية تدقيق الحسابات العنوان: مكتب رقم 102-1711 ملك محمد بن الزبير - ديرة - الفهود - الهاتف: 04-2873327 الفاكس 04-2343599 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية سوبرنوفها لتجارة قطع الغيار - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 10/4/2026 والموفق لدى كاتب العدل محكم دبي بتاريخ 10/4/2026 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 (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة الشارقة دائرة القضاء

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مستأنف ضده بالنشر

محكمة الشارقة - محكمة التنفيذ المدنية - فتحى محمد ابو الفوتوح محمد إخطار دفع في القضية رقم 0000866/SHCXCIBOUNCE2026 الشيكات المرتجعة إلى المحكوم عليه: فتحى محمد ابو الفوتوح محمد - العنوان: إمارة الشارقة - منطقة مويج مبنى (A3) شقة رقم (301) موبايل رقم 0556475645

حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرقق صوره عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ / بنك الإمارات دبي الوطني - ش م ع - في القضية المشار اليها اعلاه 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 والصاريف 40798

لذلك انت مكلف بتفنيذ ما جاء به السند التنفيذي المشار اليه اعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانهك / إعلانهك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستنتد بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

إشعار تصفية

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

شركة / الأكت بروكست منطقة حرة ذ.م.م. (رخصة رقم: 106518) والتكاتف ب مدينة دبي للتاترنت، ص.ب 73000، دبي، دولة الإمارات العربية المتحدة، والمرخصة لدى سلطة دبي للتاترنت، ترغب هذه الشركة المذكورة في إعلان قرارها لتكاتف والذي تم إعداده بواسطة مجلس الإدارة في اجتماعها الذي عقد بتاريخ 12 February 2026 بشأن إغلاق رحل الشركة. وفقاً لذلك، تهب الشركة بأ طرف معني بالأمر ولدي أي مطالبات في مواجهتها عليه تقديم هذه المطالبات خلال 45 يوماً من تاريخ هذا الإعلان عن طريق البريد المسجل أو الاتصال ب: السيد / لوكي توماس ورد

إسم الشركة: الأكت بروكست منطقة حرة ذ.م.م. ص.ب 73000 دبي، دولة الإمارات العربية المتحدة هاتف رقم: 971585873908 البريد الإلكتروني: luke.thomas.ward@gmail.com

لن يتم النشر في المطالبات التي ترد بعد انتهاء فترة الإشعار والمحددة ب 45 يوماً.

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة Economy and Tourism

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة: أمان مفرز نقل البضائع بالشاحنات الثقيلة - ذ م م العنوان: AL HABABI BUILDING OFFICE - الشكل القانوني: ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة: 1462436 رقم القيد بالسجل التجاري: 2513037 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 19/2/2026 والموفق لدى كاتب العدل محكم دبي بتاريخ 19/2/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين عالية لتدقيق الحسابات العنوان: مكتب رقم 102-1711 ملك محمد بن الزبير - ديرة - الفهود - الهاتف: 04-2873327 الفاكس 04-2343599 - مصطلحاً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة Economy and Tourism

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: عالية تدقيق الحسابات العنوان: مكتب رقم 102-1711 ملك محمد بن الزبير - ديرة - الفهود - الهاتف: 04-2873327 الفاكس 04-2343599 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية أمان مفرز لنقل البضائع بالشاحنات الثقيلة - ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 19/2/2026 والموفق لدى كاتب العدل محكم دبي بتاريخ 19/2/2026 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 (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

دولة الإمارات العربية المتحدة حكومة عجمان

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

مركز فض المنازعات الإيجارية

باسم صاحب السمو الشيخ حميد بن راشد النعيمي / حاكم عجمان بالجلسة العلنية المقامة في 16/4/2026 في الدعوى رقم 2025/7097 برئاسة المستشار / أحمد محمد إبراهيم الشلقيني وأمانة سر: صالح أحمد فتاح المدعي: غياض محمد أكبر المدعى عليه: عبدالله خالد عبدالله القاسمي - صلاح بن مراد بن محمد حضر وكيل المدعي وحضر وكيل المدعى عليه الأول وأودع براءة الذمة من الكهرباء والفاتح وقرر انه لا يوجد خدمة للفرص المحمي له يحضر المدعى عليه الثاني وورد التحري بدون بعد ذكر عنوان مفصل وتم الاتصال على الرقم الوارد بالتحري وتمت الوصول اليه واللجنة اعتبرت ان العين تعد مسلمة فعلياً بتاريخ اليوم المقرر، لجلسة 14/5/2026 لإعلان المدعى عليه الثاني نشرًا.

أمين السر / القاضي

حكومة الشارقة دائرة القضاء

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى رقم 0002122/SHCFICICIVS2026 تجاري إلى المدعي عليه: كريستين فضيلين سلسيتي فونين - مجهول محل الإقامة أولاً: التصريح بقبض المدعى وتحديد اهرب دعوى بخضوعها للحصوم ثانياً: الزام المدعي عليها بان تؤدي للمدعية مبلغ وقدره 31.687.26 (واحد وثلاثين الف وتسعمائة وسبعة وثمانين درهم وستة وعشرين فلس) بالإضافة للفائدة القانونية 9% من تاريخ المطالبة وحتى السداد التام مع شمول الحكم بالتفاد المجل بلا كفالة. ثالثاً: الزام المدعي عليها بالرسوم والصاريف ومقابل تعاقب الحاماة. انت مكلف بالحضور بجلسته 6/5/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 9) خصصًا أو بواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوضف مدعى عليه. حذر بتاريخ 27/4/2026 م.

مكتب الخدمات القضائية

الإمارات لتنفيذ الأحكام Emirates Judgment Enforcement

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

محكمة الشارقة الإبتدائية الإمارات تنفيذ الأحكام الموضوع: إعلان بالحجز التنفيذي على العقار بالنشر في القضية رقم 7145 لسنة 2022 تنفيذ تجاري

إلى أطرافه (المدعى) : جليم محمد رضا محمد بن الزفير - زوجته - رقم الملف 146/680 درجة 1341/167 رتبته 341/أ رتبته 399 رتبته 909 رتبته 631

صالح طلب التنفيذ المشار اليه اعلاه وقد قديع طلب لوجه وقدره (57176329) درهم وذلك لتعلم بما جاء به بقية لعملة قانونا

الإمارات لتنفيذ الأحكام

الإمارات العربية المتحدة محكمة عجمان الإبتدائية

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى محكمة عجمان الإبتدائية مراكز الوساطة والتوفيق الإبتدائية في الدعوى رقم 0000760/AJCMCEICIVS2026 مدني إلى: أبو الفرجه حسين - مجهول محل الإقامة: إمامة /عجمان/صغير صبر فريخ ش م ع المنطقة الحرة ويعلن على عنوان وكيله القانوني الحامية / فوزية محمد حسين عليه رقم الملف 1106/عجمان/صغير صبر فريخ ش م ع تاريخ الدعوى التجارية دبي - الإمارات العربية المتحدة رقم 261828923

تعليم بأن متابعي / ائتمه حسن علي صالح العناني بصفتها الشخصية وبصفتها الممثل القانوني لشركة فوروك للاستشارات - العنوان /إمارة عجمان/ أبو الفرجه / فوزية علي الطاهر صبر فريخ ش م ع موبايل 971523571010 /بريد الإلكتروني info@aryami.ae / بولي صبر الطاهر صبر فريخ ش م ع موبايل 971523571010 /بريد الإلكتروني info@aryami.ae / بولي صبر الطاهر صبر فريخ ش م ع موبايل 971523571010 /بريد الإلكتروني info@aryami.ae

قد أقم الدعوى المذكورة أعلاه للمطالبة بـ: يتلخص المصين من عذلة المحكمة الوافرة الحكم لها بالاتي: 1. بإتزام المدعى عليه بالتضامن والتضامن بان يؤدّي المدعى مبلغ وقدره 3.500.000 درهم (ثلاثة ملايين وخمسةمائة الف درهم) مع فوائد القانونية لها المبلغ والبالغ قيمتها 95% من تاريخ المطالبة القضائية حتى تمام السداد. 2. مع الأتزام بالتضامن والتضامن بالرسوم والصاريف ومقابل تعاقب الحاماة.

لذا يتوجب عليكم الحضور أمام الدائرة مراكز الوساطة والتوفيق الرامية بحكمه محكمة عجمان الإبتدائية صباح يوم الموافق 30/4/2026 الساعة 9.30 لتقديم ما لديكم من دفاع ومستندات، وفي حالة عدم حضوركم أو إرسال وكيل معتمد ينوب عنكم فإن المحكمة ستباشر إجراءات القانونية في غيابكم

مكتب الخدمات القضائية

الإمارات العربية المتحدة محكمة عجمان الإبتدائية

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى محكمة عجمان الإبتدائية مراكز الوساطة والتوفيق الإبتدائية في الدعوى رقم 0000760/AJCMCEICIVS2026 مدني إلى: رينا أمينا بيروني - مجهول محل الإقامة: إمارة عجمان شركة صيفير تريدينج ش م ع المنطقة الحرة - رقم مكاني 261828923 وتعلن على عنوان وكيلها القانوني الحامية / فوجية سالم النوبى الكائن في دبي شارع الشيخ زايد أبراج عوارض الطابق الثالث مكتب رقم 303 هاتف رقم 043522144

تعليم بأن متابعي / ائتمه حسن علي صالح العناني بصفتها الشخصية وبصفتها الممثل القانوني لشركة فوروك للاستشارات - العنوان /إمارة عجمان/ أبو الفرجه / فوزية علي الطاهر صبر فريخ ش م ع موبايل 971523571010 /بريد الإلكتروني info@aryami.ae / بولي صبر الطاهر صبر فريخ ش م ع موبايل 971523571010 /بريد الإلكتروني info@aryami.ae

قد أقم الدعوى المذكورة أعلاه للمطالبة بـ: يتلخص المصين من عذلة المحكمة الوافرة الحكم لها بالاتي: 1. بإتزام المدعى عليه بالتضامن والتضامن بان يؤدّي المدعى مبلغ وقدره 3.500.000 درهم (ثلاثة ملايين وخمسةمائة الف درهم) مع فوائد القانونية لها المبلغ والبالغ قيمتها 95% من تاريخ المطالبة القضائية حتى تمام السداد. 2. مع الأتزام بالتضامن والتضامن بالرسوم والصاريف ومقابل تعاقب الحاماة.

لذا يتوجب عليكم الحضور أمام الدائرة مراكز الوساطة والتوفيق الرامية بحكمه محكمة عجمان الإبتدائية صباح يوم الموافق 30/4/2026 الساعة 9.30 لتقديم ما لديكم من دفاع ومستندات، وفي حالة عدم حضوركم أو إرسال وكيل معتمد ينوب عنكم فإن المحكمة ستباشر إجراءات القانونية في غيابكم

مكتب الخدمات القضائية

فقدان جواز سفر
فقد المدعو / جنيد احمد احمد جول ، باكستاني الجنسية - جواز سفره رقم (FJ1172942) من يجده عليه الاتصال بتليفون رقم 0541748033

فقدان جواز سفر
فقد المدعو / عبدالرحمان اد حيا ، مغربي الجنسية - جواز سفره رقم (E H 1 4 2 8 1 8 6) من يجده عليه الاتصال بتليفون رقم 0541717366

فقدان جواز سفر
فقد المدعو / جيشلال ثوتايكال اونى ثوتايكال ، هندي الجنسية - جواز سفره رقم (W4330612) من يجده عليه الاتصال بتليفون رقم 0509345433

الإمارات العربية المتحدة محكمة عجمان الإبتدائية

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الإبتدائية - المحكمة الإبتدائية المدنية في الدعوى رقم 0000360/AJCAPCICIVS2026 مدني إلى المدعي عليه: ر حجاب غريب الله الامام فضل الله مجهول محل الإقامة

انت مكلف بالحضور بجلسته 9/4/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة عجمان الإبتدائية المحكمة الإبتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى - الإستئناف 3) خصصًا أو بواسطة وكيل معتمد، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفقها اعلاه - بوضف مدعى عليه.

حذر بتاريخ 27/4/2026 م.

مكتب الخدمات القضائية

الإمارات العربية المتحدة محكمة عجمان الإبتدائية

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة: افنوووي للإدارة التسويقية العنوان: مكتب رقم 2F/65 ملك محمد عبيد محمد البديور - ديرة - الشكل القانوني: شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م م)، رقم الرخصة: 1187125 رقم القيد بالسجل التجاري: 1981487 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية افنوووي للإدارة التسويقية وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 16/3/2026 والموفق لدى كاتب العدل محكم دبي بتاريخ 16/3/2026 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 (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

الإمارات العربية المتحدة محكمة عجمان الإبتدائية

العدد ١٤٧٤٣ بتاريخ ٢٠٢٦/٤/٢٨

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

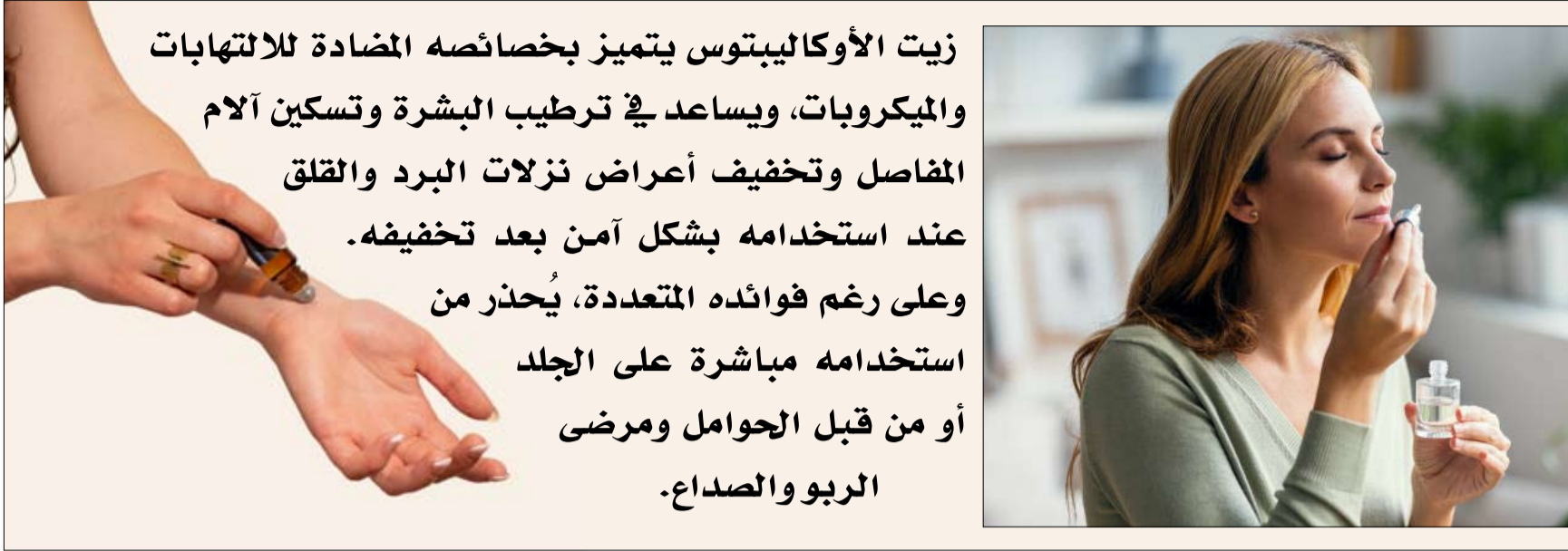
اسم المصفي: يوسف بن خادم تدقيق الحسابات العنوان: مكتب رقم P2A-F04 ملك مدينة دبي الصناعية - بر دبي - سبخ شعيب 3 - هاتف: 04-2223773 فاكس: 04-2223773 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية افنوووي للإدارة التسويقية وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 16/3/2026 والموفق لدى كاتب العدل محكم دبي بتاريخ 16/3/2026 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 (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

إعلاناتكم في
الغد
يرجى الاتصال على هاتف: 024488300 - فاكس: 024489891
email.advt@alfajrnews.ae

منوعات العلاج

26



زيت الأوكالبتوس يتميز بخصائصه المضادة للالتهابات والميكروبات، ويساعد في ترطيب البشرة وتسكين آلام المفاصل وتخفيف أعراض نزلات البرد والقلق عند استخدامه بشكل آمن بعد تخفيفه. وعلى رغم فوائده المتعددة، يُحذر من استخدامه مباشرة على الجلد أو من قبل الحوامل ومرضى الربو والصداع.



استخدمت منذ آلاف السنين في أستراليا

"أوكالبتوس" .. عشبة مهدئة ترطب البشرة الجافة وتخفف آلام المفاصل



وفقاً للخبراء، لا تقتصر فوائد شجرة الـ "أوكالبتوس" على حيوانات الكوالا فقط، فهذه العشبة الأسترالية يمكن أن تساعد في ترطيب البشرة الجافة وتسكين آلام المفاصل. وعلى رغم أن أوراق شجرة الـ "أوكالبتوس" سامة إذا تناولها الإنسان لكنها تنتج زيتاً عطرياً قوياً يمكن استخدامه بأمان على الجسم عند مزجه مع المرطبات أو الزيوت النباتية. وغالباً ما يستخدم هذا الزيت في العلاج بالروائح العطرية (الأروماتيرابي)، إذ تقول علامة العناية بالبشرة "كيلز" Kiehl's إنه قد يساعد في تقوية الحاجز الخارجي للبشرة والحفاظ على رطوبتها. وتقول الدكتورة ميليسا يونغ من مستشفى "كليفلاند كلينيك" إن "هذه الزيوت العطرية هي مستخلصات نباتية مركزة، ويمكن استخدامها بطرق مختلفة، من الاستنشاق إلى الاستخدام في التدليك أو وضعها في حوض الاستحمام".

وقد استخدم الـ "أوكالبتوس" طبياً وفي الطقوس الاحتفالية من قبل الشعوب الأصلية الأبورجينية ويؤكد باحثون مصريون وكوريون جنوبيون أنها



ما علاقة تناول اللحوم بصحة النساء النفسية؟

كشفت دراسة إيرانية أن النظام الغذائي الغني باللحوم والبروتين الحيواني قد يكون مرتبطاً بارتفاع خطر الإصابة بالاكتئاب والقلق والتوتر لدى النساء.

قام الباحثون خلال الدراسة بتحليل بيانات 489 امرأة من إيران، وقارنوا خلالها بين استهلاك البروتين الحيواني والنباتي، وقيمو كيفية ارتباط هذه المغذيات بأعراض الاضطرابات النفسية والعاطفية، ولتحقيق ذلك، استعملت المشاركات استبيانات حول عاداتهن الغذائية بالإضافة إلى مقياس DASS-21 القياسي، الذي يساعد في الكشف عن علامات الاكتئاب والقلق والتوتر. وأظهرت النتائج أن النساء اللواتي لديهن أعلى استهلاك للبروتين الحيواني كن أكثر عرضة بشكل ملحوظ للإبلاغ عن أعراض الحالات الثلاث.

بالنسبة للمشاركات في المجموعة الأعلى استهلاكاً للبروتين الحيواني، كانت احتمالية ظهور أعراض الاكتئاب أعلى بمقدار 2.6 مرة، والقلق بمقدار 1.8 مرة، والتوتر بمقدار 3.7 مرة، مقارنة بالنساء اللواتي استهلكن كميات أقل منه، وفي المقابل، لم يظهر البروتين النباتي أي ارتباط ذي دلالة إحصائية بأي من الحالات النفسية المدروسة.

ويشير الباحثون إلى أن هذه الدراسة لا تثبت وجود علاقة سببية مباشرة، إلا أنها تشير إلى الدور المحتمل لصدور البروتين في الصحة النفسية، ووفقاً لرايهم، قد تتأثر هذه العلاقة بالاختلافات في تكوين الأحماض الأمينية، والدهون الصحية لها، والطبيعة العامة للنظام الغذائي.

تخضع لرقابة "إدارة الغذاء والدواء الأميركية". وشهدت على أنه "ينبغي للنساء الحوامل والأشخاص المصابين بالربو، وأولئك الذين يعانون من الصداع النصفي، تجنبها".

لكن وبالنسبة إلى معظم المستخدمين فإنه يمكن لزيت الـ "أوكالبتوس" أن يساعد في تهدئة التوتر وتعزيز الاسترخاء عند استخدامه بصورة صحيحة، وفقاً لـ "كليفلاند كلينيك".

وقد وجد باحثون كوريون جنوبيون عام 2014 أن زيت الـ "أوكالبتوس" يسهم في خفض مستويات القلق، ويكفي لإحداث هذا التأثير إضافة بضع قطرات إلى وعاء من الماء الساخن أو إلى جهاز ناشر الروائح (Diffuser).

وقالت الطبيبة المتخصصة في الطب الطبيعي بمركز "بريو-ميديكال" لعلاج السرطان المتكامل في سكوتسديل بولاية أريزونا الأميركية، مجلة "بريفينشن" Prevention، ميراندا لابانت، "يستخدم كثير من الناس الزيت في أجهزة التعطير لخلق بيئة مهدئة خلال مواسم البرد والإنفلونزا".

ساعدت أشخاصاً يعانون التهاب المفاصل. خبراء علم الأدوية في مصر والعراق كانوا قد ذكروا في يناير (كانون الثاني) أن "نشاط زيت الـ أوكالبتوس" المضاد للميكروبات يسهم في الوقاية من العدوى، فيما تساعد خصائصه المضادة للالتهاب والمسكنة في تقليل التورم والآلام المرتبطة بالجرع".

ويعتبر الزيت مفيداً وبخاصة في موسم نزلات البرد والإنفلونزا، إذ يساعد في محاربة العدوى وتخفيف الاحتقان المزجج، فرائحه الخشبية القوية تخفف انسداد الأنف وتساعد في التنفس بسهولة.

ويمكن للزيت أيضاً أن يساعد في الوقاية من تقرحات البرد المزججة، وكل ما يتطلبه الأمر هو بضع قطرات منه مع ملعقة صغيرة من زيت نباتي لتخفيفه. وأوضحت يونغ أنه "ينبغي عدم وضع معظم الزيوت العطرية مباشرة على الجلد إلا بعد مزجها مع زيت آخر لتخفيفه، لأن ذلك قد يسبب طفحاً جلدياً أو حرقاً أو ردود فعل تحسسية"، وأشارت إلى أن هذه الزيوت لا

في أستراليا على مدى آلاف الأعوام، وهو يتمتع بخصائص مضادة للالتهابات، ويؤكد باحثون مصريون وكوريون جنوبيون أنها



هل يؤثر تناول الحليب سلباً على جمال بشرتك؟ وما البدائل المتاحة؟

رغم أن الحليب يُعد جزءاً أساسياً من النظام الغذائي اليومي لدى الكثيرات، فإن مجلة "إيلي" المتخصصة في الجمال تحذر من أن الإفراط في تناوله قد ينعكس سلباً على صحة البشرة ومظهرها، بسبب المواد الهرمونية الموجودة فيه وتأثيرها المباشر في الجلد.

هرمونية طليقة مصدرها مكونات الحليب الطبيعي. كيف تحمين بشرتك من الحليب؟ لا تدعو المجلة إلى الامتناع التام عن الحليب، بل إلى استهلاك أكثر وعياً وتعديل بعض العادات الغذائية وروتين العناية بالبشرة. وهذه أبرز النصائح: -تقليل كمية الحليب واستبداله ببدائل نباتية؛ إذا لاحظت ظهور مشكلات جلدية بعد تناول الحليب، جرّبي بدائل مثل حليب اللوز، وحليب الشوفان، وحليب الصويا، وهي خيارات لطيفة على البشرة وغنية بالفيتامينات والبروتين. دعم صحة الأمعاء بالبروبيوتيك؛ توازن بكتيريا الأمعاء ينعكس مباشرة على صفاء البشرة. لذلك يُنصح بتناول الزبادي النباتي المدعم، ومكملات البروبيوتيك، والأطعمة المخمرة مثل المخللات الصحية والكيمتشي. اتبع نظام غذائي مضاد للالتهاب؛ أكثر من الخضروات الورقية، والفواكه الغنية بفيتامين "سي"، والمكسرات، وزيت الزيتون، والشاي الأخضر، فجميعها تساعد على تهدئة الالتهابات وتحسين نضارة البشرة. تعديل روتين العناية؛ استخدم غسولاً لطيفاً غير كوميدوجيني للبشرة الحساسة أو المعرضة لحب الشباب، واختاري مرطبات خالية من الزيوت الثقيلة، وضعي سيروم يحتوي على النياسيناميد أو حمض الساليسيليك، كما ينصح بتجنب المنتجات التي تزيد إفراز الزهم.

إعلان

الحليب ليس عدواً للبشرة، لكن الإفراط في استهلاكه قد يترك بصمته السلبية على وجوه كثيرات. وإذا بدأت تلاحظين بثورا متكررة أو انتفاخاً أسفل العينين، فقد يكون من المفيد إعادة النظر في الكوب الأبيض اليومي. وتماماً كما هو الحال في كل شيء؛ التوازن أول خطوة نحو بشرة صحية وموهجة.

علامات على استهلاك الحليب بكثرة ترى "إيلي" أن هناك مؤشرات مبكرة يمكن ملاحظتها على الوجه، وغالباً ما ترتبط بزيادة استهلاك الحليب ومنتجاته، ومنها: -تورم الجفون عند الاستيقاظ. -انتفاخ واضح أسفل العينين. -هالات داكنة مزمنة. -بثور صغيرة حول الذقن أو القم. -مظهر باهت وغير متوازن للبشرة. -غالباً ما ترتبط هذه العلامات -وفق الخبراء- باضطرابات

تشير المجلة المتخصصة في الجمال إلى أن الحليب، وخاصة الحليب البقري، يحتوي على أندروجينات وعوامل نمو تحفز نشاط الغدد الدهنية في البشرة. ومع زيادة إفراز الزهم، تصبح المسام أكثر عرضة للانسداد، مما يمهد لظهور البثور، والرؤوس السوداء، والالتهابات الجلدية، وحب الشباب، خصوصاً لدى صاحبات البشرة الدهنية أو المختلطة. كما أن عدم حمل اللاكوز لدى بعض الأشخاص قد يؤدي إلى ردود فعل التهابية داخل الجسم، تُترجم مباشرة على شكل احمرار أو تهيج أو بثور.



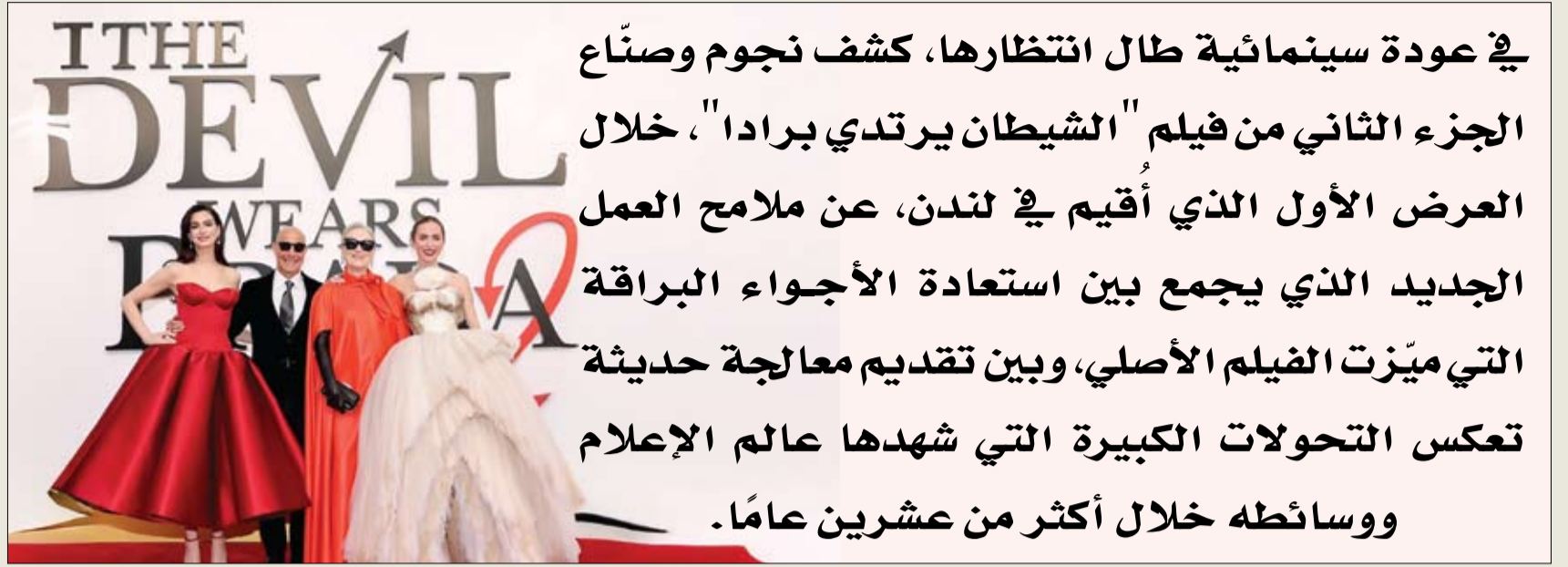
منوعات

الفكر

27



قديم بعد سنوات من الغياب. وشهد الفيلم أيضًا عودة عدد من الشخصيات المحببة، من بينها نايجل كيبينج، السذراع اليميني المخلص ليراندا بريستلي، والذي يواصل دوره في دعمها داخل عالم الأزياء إلى جانب إيميلي تشارلتون، التي كانت تعمل كمساعدة مرهقة من ضغط العمل في الجزء الأول، لكنها تشهد في هذا الجزء تطورًا ملحوظًا حيث تتولى منصبًا رفيعًا في عالم الموضة. ومن المقرر أن يبدأ عرض الفيلم في دور السينما بمختلف أنحاء العالم اعتبارًا من 29 أبريل.



في عودة سينمائية طال انتظارها، كشف نجوم وصنّاع الجزء الثاني من فيلم "الشیطان يرتدي برادا"، خلال العرض الأول الذي أقيم في لندن، عن ملامح العمل الجديد الذي يجمع بين استعادة الأجواء البراقة التي ميّزت الفيلم الأصلي، وبين تقديم معالجة حديثة تعكس التحولات الكبيرة التي شهدتها عالم الإعلام ووسائطه خلال أكثر من عشرين عامًا.

بمشاركة عدد من أبرز صنّاع العمل الأول

"الشیطان يرتدي برادا 2" . . عودة ميريل ستريب وأن هاثاواي بعد 20 عامًا

العرض الأول، أعربت ميريل ستريب عن رؤيتها للعمل، مشيرة إلى أنه لا يقتصر على تقديم البريق والأناقة فقط، بل يتناول أيضًا حالة الغموض والتعبير التي يشهدها العالم حاليًا، وأوضحت أن الفيلم يعكس التحولات التي طرأت على مختلف المجالات، الرقمية ووسائل التواصل الحديثة، وهو ما يشكّل محورًا رئيسيًا في تطور أحداث الفيلم. وخلال

الذي يأتي هذا اللقاء في سياق مختلف تمامًا عن السابق، إذ تواجه مجلة "رانواي" تحديات حقيقية في ظل التغيرات التي فرضها العصر الرقمي، وتراجع تأثير المطبوعات الورقية أمام المنصات الرقمية ووسائل التواصل الحديثة، وهو ما يشكّل محورًا رئيسيًا في تطور أحداث الفيلم. وخلال

شخصية أندريا ساكس، التي كانت قد ابتعدت عن عالم الموضة واتجهت إلى العمل في مجال الصحافة الاستقصائية، لتلتقي مجددًا برئيسة السابقة ميراندا بريستلي، رئيسة تحرير مجلة "رانواي"، المعروفة بشخصيتها القوية ونفوذها في عالم

النجمة أن هاثاواي وميريل ستريب إلى أدوارهما الشهيرة، الأمر الذي يضيف على العمل طابعًا خاصًا، خاصة في ظل الشعبية الكبيرة التي حققتها الشخصيات التي قدمتها في الجزء الأول. وتدور أحداث الجزء الجديد بعد مرور ما يقرب من عقدين على القصة الأصلية، حيث تعود

ويأتي هذا الجزء بمشاركة عدد من أبرز صنّاع العمل الأول، حيث يعود المخرج ديفيد فرانكل لتولي إخراج الفيلم، إلى جانب كاتبة السيناريو آين بروش ماكينا، وهو ما يمنح العمل استمرارية فنية واضحة ويعزز ارتباطه بالجزء الأصلي الذي حقق نجاحًا واسعًا عند عرضه. كما يشهد الفيلم عودة

ولأحداث. وعلى خلاف الجزء الأول، الذي استند إلى رواية للكاتبة لورين وايزبرجر، يعتمد الجزء الثاني على قصة أصلية جديدة، وهو ما أضاف قدرًا كبيرًا من التحدي أمام فريق الكتابة، وقد أوضحت آين بروش ماكينا أن العمل على هذا الجزء جاء مصحوبًا بضغط كبير، لكنها سعت إلى التعامل مع الشخصيات وكأنها تعيد اكتشافها من جديد، في تجربة أشبه بقاء صديق

الذي استند إلى رواية للكاتبة لورين وايزبرجر، يعتمد الجزء الثاني على قصة أصلية جديدة، وهو ما أضاف قدرًا كبيرًا من التحدي أمام فريق الكتابة، وقد أوضحت آين بروش ماكينا أن العمل على هذا الجزء جاء مصحوبًا بضغط كبير، لكنها سعت إلى التعامل مع الشخصيات وكأنها تعيد اكتشافها من جديد، في تجربة أشبه بقاء صديق

الذي استند إلى رواية للكاتبة لورين وايزبرجر، يعتمد الجزء الثاني على قصة أصلية جديدة، وهو ما أضاف قدرًا كبيرًا من التحدي أمام فريق الكتابة، وقد أوضحت آين بروش ماكينا أن العمل على هذا الجزء جاء مصحوبًا بضغط كبير، لكنها سعت إلى التعامل مع الشخصيات وكأنها تعيد اكتشافها من جديد، في تجربة أشبه بقاء صديق

الذي استند إلى رواية للكاتبة لورين وايزبرجر، يعتمد الجزء الثاني على قصة أصلية جديدة، وهو ما أضاف قدرًا كبيرًا من التحدي أمام فريق الكتابة، وقد أوضحت آين بروش ماكينا أن العمل على هذا الجزء جاء مصحوبًا بضغط كبير، لكنها سعت إلى التعامل مع الشخصيات وكأنها تعيد اكتشافها من جديد، في تجربة أشبه بقاء صديق

الذي استند إلى رواية للكاتبة لورين وايزبرجر، يعتمد الجزء الثاني على قصة أصلية جديدة، وهو ما أضاف قدرًا كبيرًا من التحدي أمام فريق الكتابة، وقد أوضحت آين بروش ماكينا أن العمل على هذا الجزء جاء مصحوبًا بضغط كبير، لكنها سعت إلى التعامل مع الشخصيات وكأنها تعيد اكتشافها من جديد، في تجربة أشبه بقاء صديق

بمشاركة نجوم جدد . . انطلاق إنتاج الجزء الثاني من "سوبرمان: رجل الغد"

إضافة إلى كونها شخصية تحمل بُعدًا عاطفيًا قد يجعلها حبيبة محتملة له، كما يضم طاقم التمثيل عددًا من النجوم، من بينهم ريتشل بروسناهان في دور "لويس لين"، وسكايلر جيسونو بدور "جيمي أولسن"، وسارة سامبايو في دور "إيف تيشماخر"، إلى جانب إيزابيلا ميرسيد (هوكجيرل)، وناثان فيليون (جاي جاردنر)، وإيدي جاتيجي (مستر تيريفيك)، وآرون بيرر (جون ستوارت/جرين لانتيرن)، ومثل فيلم "سوبرمان" إعادة إطلاق لعالم دي سي السينمائي التابع لشركة وارنر براذرز، الصيف الماضي، حيث حقق نجاحًا كبيرًا بإيرادات تجاوزت 600 مليون دولار عالميًا، ليصبح الفيلم الأعلى تحقيقًا للإيرادات ضمن فئة أفلام الأبطال الخارقين في ذلك العام.



أعلن المخرج والكاتب جيمس جان، انطلاق إنتاج الجزء الثاني من الفيلم المقتبس عن القصص المصورة "سوبرمان: رجل الغد"، من خلال مشاركة صورة حصرية من موقع التصوير، وأظهرت الصورة عناصر جديدة، من بينها شطرنج وشارة سجن "فان كول" الخاصة بالسجين "أ. لوثر"، المعروف باسم الشرير ليكس لوثر، إلى جانب كيس من زقاق البطاطس. في إشارة أثارت تفاعل المتابعين وفتحت باب التكهنات حول أحداث الفيلم. ويعود الممثل ديفيد كورنيسويت لتجسيد شخصية "الرجل الفولاذي" في العمل، الذي يتولى جيمس جان تأليفه وإخراجه، وتدور أحداث الجزء الجديد حول اضطراب سوبرمان إلى التعاون مع خصمه التقليدي ليكس لوثر، الذي يؤدي دوره نيكولاس هولت، من أجل مواجهة أكثره قسوة من السابق ويعد الشرير فائق الذكاء "برينياك"، الذي يجسده لارس إيدينجر.

وشهد الفيلم انضمام الممثلة أدريا أرجونا إلى فريق العمل، إذ تؤدي دور "ماكسيما"، ملكة فضائية عرفت في القصص المصورة كخصم لسوبرمان، إضافة إلى كونها شخصية تحمل بُعدًا عاطفيًا قد يجعلها حبيبة محتملة له، كما يضم طاقم التمثيل عددًا من النجوم، من بينهم ريتشل بروسناهان في دور "لويس لين"، وسكايلر جيسونو بدور "جيمي أولسن"، وسارة سامبايو في دور "إيف تيشماخر"، إلى جانب إيزابيلا ميرسيد (هوكجيرل)، وناثان فيليون (جاي جاردنر)، وإيدي جاتيجي (مستر تيريفيك)، وآرون بيرر (جون ستوارت/جرين لانتيرن)، ومثل فيلم "سوبرمان" إعادة إطلاق لعالم دي سي السينمائي التابع لشركة وارنر براذرز، الصيف الماضي، حيث حقق نجاحًا كبيرًا بإيرادات تجاوزت 600 مليون دولار عالميًا، ليصبح الفيلم الأعلى تحقيقًا للإيرادات ضمن فئة أفلام الأبطال الخارقين في ذلك العام.



Running Point الموسم الثاني . . صراع على السلطة في عالم رياضي يهيمن عليه الرجال



تعود المنافسة العائلية إلى الواجهة بقوة في الموسم الثاني من مسلسل "رانينج بوينت"، بتصاعد حدة الصراع بين شقيقين داخل فريق كرة سلة تملكه عائلتهما، في إطار يجمع بين الكوميديا والدراما الرياضية. وتجسد كيت هدسون شخصية إيلا جوردون، التي تجد نفسها أمام تحديات متزايدة للحفاظ على موقعها القيادي، خاصة مع عودة شقيقها الأكبر "كام"، الذي يؤدي دوره جاستن ثيرو، ما يهدد نفوذها داخل الفريق. وقالت "هدسون" في تصريحات لـ "رويتزر إن" المخاطر أصبحت أكبر بكثير بالنسبة لـ "إيلا"، خصوصًا مع عودة شقيقها إلى المشهد، في إشارة إلى تصاعد التوتر الدرامي في الأحداث الجديدة. المسلسل، الذي شاركت في تأليفه ميندي كالينج، يستلهم جانبًا من قصة جيني بس، مالكة فريق لوس أنجلوس ليكرز، التي أصبحت في عام 2020 أول امرأة تقود فريقًا في دوري كرة السلة الأمريكي للمحترفين إلى الفوز بالبطولة. وأوضحت كالينج "أن العمل لا يهدف إلى تقديم سيرة ذاتية مباشرة، بل يستوحى من التجربة الواقعية لإبراز تعقيدات العمل العائلي، مشيرة إلى أن العلاقة بين الشقيقين تقوم على منافسة مستمرة" لتل التقدير والاحترام. السنادات إلى جانب الصراع العائلي، يسلط الموسم الجديد الضوء على التحديات التي

الفكر

الخوف من العيادات الطبية.. أسباب نفسية خفية لدى البالغين

نفسه إلى المستشفى، حيث يتعرض لضغط نفسي كبير نتيجة الانفصال عن والدته والخضوع لإجراءات طبية لا يفهمها، خاصة إذا حدث ذلك قبل اكتساب اللغة، أي قبل عمر السنة".

وأشارت إلى أن "السيناريو الثالث يتعلق بكبت المشاعر، إذ يتعلم الطفل إخفاء بعض الانفعالات المرتبطة بالخوف وربطها بأشياء أخرى لاحقاً. وعند البلوغ، قد يصعب الاعتراف بالخوف من الطبيب أسهل من مواجهة المشاعر الحقيقية، ما يرسخ لديه ارتباطاً ثابتاً بين الطبيب والخطر".

ونبهت إلى أن هذا الخوف قد يرتبط لدى البعض أيضاً بالخوف من الموت، إذ يخشى الشخص أن يتلقى تشخيصاً يهدد حياته.

الطفولة، وهناك عدة سيناريوهات تفسر ذلك".

وأضافت: "يرتبط السيناريو الأول بتعرض الطفل لشاعر قوية صادرة عن أحد المقربين، وغالباً ما تكون الأم. فإذا كانت تعاني من التوتر أو الانهيار العاطفي أو البكاء، كما في حالة مرض أحد أفراد العائلة، فإن ذاكرة الطفل لا تسجل حالتها فقط، بل تسجل أيضاً البيئة المحيطة بالكامل، مثل الأشخاص والمناطق البيضاء والروائح والجو العام. وتبقى هذه الصور راسخة في ذهنه، بحيث يمكن لأي محفز مشابه لاحقاً أن يثير التعلق، حتى لو نُسي الحدث الأصلي. وقد يصل الشخص إلى مرحلة البلوغ دون أن يدرك سبب خوفه من العيادات أو الأطباء".

وتابعت: "أما السيناريو الثاني، فيرتبط بدخول الطفل

ذكرت أخصائية علم النفس الروسي ليليا غلادكيخ عدة أسباب تدفع بعض البالغين إلى الخوف من الأطباء وتجنب زيارة العيادات الطبية.

وقالت الأخصائية: "لا يتشكل الخوف من الأطباء والعيادات بالضرورة نتيجة تجربة سلبية مباشرة، بل قد ينشأ بسبب ضغوط مسبقة ومشاعر مكبوتة خلال مرحلة



علاج مبتكر لاضطراب النوم

المسبب للشخير المزعج

طور باحثون من جامعة كاليفورنيا في سان دييغو غرسة طبية جديدة قد تُحدث تحولاً في علاج انقطاع النفس الانسدادي النومي.

ويعاني مرضى هذا الاضطراب من توقف متكرر في التنفس أثناء النوم نتيجة ارتخاء عضلات الحلق والحنك، ما يؤدي إلى انسداد مجرى الهواء، ويظهر ذلك في صورة شخير شديد واستيقاظ مفاجئ بسبب الاختناق. ومع مرور الوقت، قد يسبب هذا الاضطراب إجهاداً كبيراً للقلب وارتفاعاً في ضغط الدم وزيادة خطر الإصابة بأمراض خطيرة مثل السكتات الدماغية والنوبات القلبية.

وتعتمد العلاجات التقليدية على جهاز ضغط مجرى الهواء الإيجابي المستمر (CPAP)، وهو قناع يضخ الهواء للحفاظ على مجرى التنفس مفتوحاً، لكن كثيراً من المرضى يجدون صعوبة في تحمله.

وفي هذا السياق، قدم الباحثون غرسة جديدة تُعرف باسم تحفيز العصب تحت اللسان التقريب (pHGNS)، وهي جهاز صغير يُزرع تحت الجلد في أعلى الصدر، ويتصل بسلك رفيع يصل إلى عصب في الرقبة مسؤول عن حركة اللسان. وعند تشغيله قبل النوم، يرسل الجهاز نبضات كهربائية خفيفة تُحفز عضلات اللسان ومجرى الهواء، ما يساعد على إبقائه مفتوحاً أثناء النوم ويمنع انسداده.

ويعمل الجهاز ببطارية قابلة للشحن ويعادل في حجمه تقريباً جهاز تنظيم ضربات القلب، كما يتميز بسهولة تركيبه مقارنة بالإصدارات السابقة.

وفي تجربة سريرية شملت 104 بالغين يعانون من انقطاع النفس الانسدادي المتوسط، قُسم المشاركون إلى مجموعتين: مجموعة تلقت العلاج الفعال بعد شهر من الزراعة، وأخرى بقيت أجهزتها غير مفعلة لمدة سبعة أشهر.

وأظهرت النتائج تحسناً واضحاً لدى المجموعة التي تلقت العلاج، حيث انخفضت نوبات توقف التنفس لدى أكثر من 58% من المرضى، وتحسّن مستوى تشبع الأكسجين والنعاس النهاري بشكل ملحوظ، مع انخفاض درجات التعب من مستويات مرضية إلى طبيعية لدى عدد كبير منهم.

كما تراجع متوسط نوبات انقطاع التنفس من حالة شديدة إلى خفيفة خلال فترة الدراسة، دون تسجيل مضاعفات خطيرة، وكانت الآثار الجانبية محدودة وخفيفة، مثل ألم موضع الزرع أو صداع مؤقت أو انزعاج بسيط في اللسان لدى نسبة صغيرة من المرضى.

وبعد تشغيل الجهاز لدى المجموعة الضابطة لاحقاً، تحسنت نتائجها أيضاً، ما عزز فعالية التقنية بشكل عام.

وخلص الباحثون إلى أن هذه الغرسة تمثل خياراً واعداً وآمناً للمرضى غير القادرين على استخدام جهاز CPAP، لكنهم أكدوا الحاجة إلى دراسات أطول لتقييم تأثيرها على المدى البعيد، خاصة فيما يتعلق بالوقاية من المضاعفات الخطيرة مثل أمراض القلب والسكتات الدماغية.



الممثلة الأمريكية توري سبيلينغ لدى حضورها العرض الأول لفيلم «مايكال»، في مسرح دولبي في هوليوود. ا ف ب

قرأت لك

القربيط



- 1 - قاتل للسرطان: يحتوي القربيط على مادة sulforaphane وهو مركب الكبريت الذي ثبت أنه يقتل الخلايا الجذعية السرطانية، وبالتالي يعمل على تباطؤ نمو الورم.
- 2 - يعزز صحة القلب: تعتبر مادة sulforaphane الموجودة في القربيط وغيرها من الخضراوات من المواد التي تعمل على تحسين ضغط الدم وتعزيز صحة الكلى.
- 3 - يقتل الالتهابات: يعمل القربيط على تقليل الالتهاب في الجسم، وهي حالة مرتبطة بالسرطان وأمراض أخرى.
- 4 - يعزز صحة الدماغ: القربيط هو مصدر جيد من مادة (الكولين)، وفيتامين (ب) والمعروفين بدورهما في نمو الدماغ، إذ أنه يساعد على تنشيط وظيفة الإدراك، وتحسين التعلم والذاكرة.
- 5 - يعمل على إزالة السموم من الجسم: القربيط يعزز قدرة الجسم على إزالة السموم بطرق متعددة، ويحتوي على مضادات الأكسدة التي تعرف باسم (الجلوكوسينولات) وتعمل على إزالة السموم من الجسم.

سؤال وجواب

- يُعتبر العود من الآلات الموسيقية الوترية.. فكم يبلغ عدد أوتاره؟
5 أوتار.
- من هو مؤلف مسرحية عُطيل؟
ويليام شكسبير.
- ما النهر الذي سمي بنهر العواصم؟ ولماذا سمي بذلك؟
نهر العواصم هو نهر الدانوب. وسمي بذلك لأنه يمر بعدة عواصم أوروبية وهي "فيينا، بودابست، بلغراد".
- ما هو المعنى المقصود بالشعر الشعبي؟
الشعر الشعبي هو الشعر المكتوب باللغة العامية لكل بلد.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الغاز في طبيعته غاز لا رائحة له ، ولكن تضاف إليه هذه الرائحة لدى تصفيته وتخزينه من أجل عامل الأمان والحماية للالتباه إليه
- هل تعلم أن كثافة كوكب زحل قليلة جدا بحيث انك لو جعلت هذا الكوكب يسقط في بحر وسيع لطفا على سطحه
- هل تعلم أن قلم الرصاص مصنوع من الجرافيت
- هل تعلم أن زجاجة الحليب تفقد ما يعادل ثلثي محتواها من فيتامين "ب" إذا ما وضعت حوالي ساعتين في ضوء النهار
- هل تعلم أن المكسيك، هي أولى الدول التي عرفت الشيكولاتة.
- هل تعلم أن الإنسان لا يتمكن من نسيان الألم النفسي، مهما مر عليه من سنين.
- هل تعلم أن كوب واحد من المياه الغازية يجعل الكلى تفصل نفسها 36 مرة.
- هل تعلم أن أول من استخدم ساعة اليد، هو جندي بريطاني في الحرب العالمية الأولى.
- هل تعلم أن جامعة الملك فؤاد الأول بمصر، كانت أول نموذج لإرساء التعليم العالي.
- هل تعلم أنك تحتاج إلى 200000 ذرة هيدروجين لتغطية نقطة (.)
- هل تعلم أن هاواي أصبحت إحدى الولايات المتحدة الأمريكية سنة 1900م.
- هل تعلم أن الماء البارد هو أخف من الماء الساخن

قصة جحا الحكيم

قرر جحا ان يكون حكيما عليما وقاضيا فاصلا وجلاذا ايضا لذلك اخذت زوجته على عاتقها ان تساعده وان تجعل صيته يلف ويدير في البلاد في من شرقها لغربها... وما ادراكم من هي زوجة جحا انها ام لسانين وصاحبة العقلين التي تتكلم وتفكر بعقل امرأتين، لذلك تخرج منذ الصباح الباكر إلى نبع الماء بنفسها لتحضره مع صديقاتها تنتظر وترى وتحفظ... وايضا في مجال النساء تسمع وتحكي، اما عن سطح بيتها فحدث ولا حرج فان عينها تأتيان بالبعيد وأذنيها لتلتقطان الكلمات الطائفة عبر النوافذ، كما ان لها رقية مثل الفنار يدور في كل اتجاه يلتقط من هنا وهناك كل ما يفيد.

كانت تحكي لجحا كل صغيرة وكبيرة وهو يحفظ ويصم.. يمنح لها آذانه ورأسه لتحشها ثم يحدثها ثم يخرج ليجلس في المجلس في المسجد مسبحته بين يديه ولكن عقله يعمل ويعمل حتى حانت له فرصة سريعة عندما جاء الحاج اسماعيل ليسلم عليه فقال جحا وهو ينظر اليه متفكرا أرى احدهم في البيت ينتظرك اسرع فأنت على سفر ثم خفض نظره وتظاهر بالتسبيح، فخرج الحاج اسماعيل ليقول للناس سبحان الله بالفعل ان هناك من ينتظرني ونحن على سفر، ثم جاء له رجلا يدعى علي فسلم عليه وجلس.. نظر اليه جحا ثم قال آه-آه قم من هنا يا علي فأنت تخفي في بيتك شيئا لا حق لك فيه، فقام علي وصرخ حسنا لا تغضب يا مولانا جحا سعيد الديك إلى صاحبه واذ طار مرة أخرى وجاء عندي سأعيده أقسم أن أعيده لكن لا تغضب مني يا مولاي جحا.

منذ ذلك اليوم مولانا جحا لا يكف عن الكلام والاكتشافات والتنبؤات والفضل في ذلك يرجع لوكالة الانبأه الخاصة به وهي أم لسانين التي تضع أذناها على الابواب وترسل عيونها في كل مكان ولا تصرفهما قبل ان يعودوا بالاخبار.

