

منوعات الفكر

ص 22

11 أستاذًا من جامعة أبوظبي ضمن قائمة

أفضل 2% من الباحثين في مجالات المعرفة

الأكاديمية والعلمية على الصعيد العالمي

ص 27

إسعاد يونس:

"تيتازوزو" قريبة جداً

من شخصيتي



6 نصائح لتخفيف

آلام أسفل الظهر!



ص 23

المراسلات، ص: 505

email:munawaat@alfajrnews.ae

الخميس 26 سبتمبر 2024 م - العدد 14262

Thursday 26 September 2024 - Issue No 14262

ما أسباب العرق البارد؟

قللت بوابة "غيزوندبيديا.دي" الألمانية، إن العرق البارد، هو نوبة تعرق مفاجئ يرتبط بشعور قوي بالبرودة. وأضافت البوابة أن أسباب عدة، منها البسيط ومنه الخطير، وأوضح أن البسيط منها يتمثل في التوتر النفسي، على سبيل المثال بسبب الخوف من الامتحانات أو الطيران أو المرتفعات أو رهبة المسرح، والعرق البارد أيضاً من أعراض دوار البحر، أو دوار السفر، كما أنه من الأعراض الشائعة بين النساء عند انقطاع الطمث. ولكن العرق البارد قد يشير أيضاً إلى مشاكل صحية خطيرة، مثل مشاكل الدورة الدموية المصحوبة بالدوار، وانخفاض ضغط الدم، والغثيان، الالتهابات الفيروسية مثل الأنفلونزا، أو الصدمات التحسسية. ومن المشاكل أيضاً، الصدمة الناتجة عن الإجهاد البدني الشديد، على سبيل المثال بسبب فشل الدورة الدموية الحاد، أو بسبب الصدمة العقلية الشديدة. وقد يكون أيضاً بسبب نوبة قلبية مرتبطة بضيق الصدر، أو بنقص مستوى السكر، في الدم لدى مرضى السكري، أو الوذمة الرئوية التي عادة ما تكون مرتبطة بقصور القلب. وتمثل أغلب هذه الحالات حالات طارئة تتطلب تدخل طبيب الطوارئ. كما يمكن أن يكون العرق البارد أيضاً علامة تحذير عند الأطفال، فإذا كان مصحوباً بسعال شديد، فقد يندثر بالإصابة بما يعرف "بالخناق الرئوي"، الذي يرفع خطر إصابة الطفل بضيق التنفس، الأمر الذي يستلزم استشارة الطبيب على وجه السرعة.

فيروز تتضامن مع لبنان

أعلنت الفنانة اللبنانية "فيروز" تضامنها مع بلدها لبنان الذي يتعرض لغارات إسرائيلية ضمن عملية عسكرية إسرائيلية واسعة أطلق عليها "سهام الشمال". ونشرت فيروز عبر حسابها في "كس" مقطع البداية لأغنية "بحبك يا لبنان" وهي من تأليف وألحان الأخوين رحباني، والتي أطلقتها عام 1976 في معرض دمشق الدولي". وعملت بكلمات من الأغنية، "بحبك يا لبنان يا وطني بحبك، بشمالك بجنوبك بسهلك بحبك". وأتبعنها في منشور آخر بكلمات ومقطع فيديو من أداؤها لأغنية "وطني" التي أصدرتها عام 1969، وهي من تأليف وألحان الأخوين رحباني، وكتبت: "إنت القوي، إنت الغني... وإنت الذي يا وطني".



فوائد الفجل الأبيض للنساء ستصدمك

مستويات السكر في الدم بشكل أفضل. والفجل يساهم في زيادة إمداد الدم بالأكسجين الطازج في حالة اليرقان أو أزمة الكبد أو التهاب الكبد. الخرف ومن الزهايمر الأكثر شيوعاً.

صحة الدماغ

خلصت دراسة أجريت على النساء المسنات إلى أن استهلاك الخضروات الصليبية بوتيرة مستمرة يُبطئ من حالات التدهور المعرفي، وبالتالي يمكن للفجل الوقاية من الخرف ومن الزهايمر الأكثر شيوعاً.

الوقاية من السرطان

يحتوي الفجل على مضادات الأكسدة المختلفة المفيدة في الوقاية من السرطان، مثل الإيزوثيوسيانات، الأنثوسيانين، الكيمبفيرول والبيروكسيدين. أظهر العديد من الدراسات أن الاستهلاك المنتظم لخضروات العائلة الصليبية "الفجل والكرفس والبروكلي والملفوف والقرنبيط.. يمكن أن يمنع بعض أنواع السرطان، مثل سرطان الرئة والبيض والكلى" بالنسبة للنساء.

حيث أظهرت المركبات النشطة الموجودة في الفجل الأبيض "الإيزوثيوسيانات" خصائص مضادة للطفرات في المختبر، والتي قد تكون لها دور في الوقاية من السرطان. باختصار الفجل صحي للغاية وقليل السعرات الحرارية، وغني بالألياف، يحارب الأمراض المزمنة من أمراض القلب والأوعية إلى السكري والسرطان وغيرها. فلا تتردد في إدخاله ضمن نظامك الغذائي الصحي للاستفادة من خصائصه الصحية.

خلايا الدم الحمراء، ويعمل على محاربة فقر الدم. ويعتبر الفجل منجماً حقيقياً لمعادن مهمة للصحة مثل البوتاسيوم والكالسيوم والمغنيسيوم والحديد والكبريت.. التي تعتبر أساسية لمختلف وظائف الجسم مثل الجهاز العصبي العضلات وغير ذلك.

صحة القلب

يحتوي الفجل على مضادات الأكسدة من فيتامين C، بروفيتامين A، السيلينيوم، الزنك، وغيرها. والفجل الأحمر هو مصدر جيد أيضاً للأنثوسيانين. تساعد هذه الفلافونويدات، التي تعطي الفجل لونه الأحمر، في الحفاظ على شكل القلب. وبات من المعلوم أن مضادات الأكسدة تحافظ على القلب والأوعية الدموية عن طريق المساعدة في تقليل نسبة الكوليسترول والهوموستتين، وهي مادة تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

صحة الكبد

يزيد الفجل من إفراز وسيلان الصفراء، الأمر الذي يحفز التخلص الجيد من الدهون والسموم. كما أنه يسهل تجديد خلايا الكبد، مما يجعل الفجل مزيلاً طبيعياً للسموم من نظام الكبد.

ربما يهمك الإطلاع على ريجيم الديتوكس لإزالة السموم من الجسم

الفجل مفيد لصحة الجهاز الهضمي

الفجل، كمعظم الخضروات الأخرى، غني بالألياف، مما يساعد الجهاز الهضمي على العمل بشكل جيد وإدارة

منافع الفجل الصحية للنساء والرجال للفجل الأبيض والأحمر وغيرهما من الألوان فوائد صحية لا تحصى. إليك أبرزها:

مضاد قوي للأكسدة

يحتوي الفجل على مجموعة من مضادات الأكسدة التي يمكن أن تقلل من نسبة الكوليسترول والدهون الثلاثية والجلوكوز في الدم، وتحمي الجسم أيضاً من أكسدة الدهون في الدم. ولقد تم إثبات ذلك على الحيوانات. وأكد العديد من الدراسات الوبائية أن تناول كميات كبيرة من الخضار والفواكه يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية وبعض أنواع السرطان وغيرها من الأمراض المزمنة. ويمكن أن يسهم وجود مضادات الأكسدة في دور كبير في هذه الوقاية.

محتوى غني بالفيتامين سي

الفجل غني بالفيتامين سي C والمعادن أيضاً. هو نبات جذري يعتبر مصدراً ممتازاً لفيتامين سي C والمواد الغذائية. يمكن أن يساعد هذا الفيتامين، إلى جانب الزنك والفوسفور، على حماية الصحة الجلدية من خلال ترطيب الجلد، ومحاربة حب الشباب والبثور ا لمزمنة.

هذا ويعمل الفيتامين C على تحفيز جهاز المناعة، ويساعد على تنظيم عملية التمثيل الغذائي، ويساعد على تحويل الدهون إلى طاقة.

تمتلك نسبة 100 جرام من الفجل ما بين 6 و20 ملغ من فيتامين C، وهي نسبة 10 - 25% من الكمية الموصى بها في اليوم. وهذا الفيتامين، الذي يعزز تكوين

لماذا يتخذ الدماغ أفضل القرارات بعد النوم؟

هل يساعد النوم الجيد ليلاً على رؤية ما وراء الأشياء وإصدار أحكام متوازنة؟ هذا ما توكده دراسة جديدة من جامعة ديوك، بل إنها تدعو إلى النوم كأداة قبل إصدار القرارات. وفي هذه الدراسة تسأل الباحثون أيهما أفضل: الانطباع الأول الجيد أم الملاحظة العميقة؟ ووفق "ستادي فايندر"، أجرى الباحثون تجربة افتراضية، قام فيها المشاركون بالبحث في الصناديق الرقمية المليئة بالأشياء المنزلية ذات القيمة المتفاوتة. وكان كل صندوق يحتوي على القيمة الإجمالية للسلع نفسها، دون علم صاندي الصفقات. ولم تكن المشكلة سوى أن توزيع العناصر ذات القيمة العالية، كالجواهر، مخفية بين الخردة بطريقة تختلف من صندوق إلى آخر. وعندما طلب من المشاركين تقييم الصناديق فور انتهاء المهمة، فضل المشاركون الصناديق التي تحتوي على عناصر قيمة في الجزء الأعلى، وبالغوا في تقدير قيمتها بنحو 10% واستمر "تأثير الأسبقية" هذا حتى عندما عدل الباحثون عوامل مختلفة، مثل ما إذا كان المشاركون قد اختاروا الصناديق بنشاط أو نظروا إليها بشكل سلبي. ولاحظت آلي سينكلير الباحثة الرئيسية "لقد وجدنا أن الناس متحيزون بشدة بسبب الانطباعات الأولى".

التحول بعد النوم

وعندما سئل المشاركون عن تفضيلاتهم بعد تأخير يوم واحد، تغيرت القصة بشكل كبير. كانت الصناديق على قدم المساواة، بغض النظر عما إذا كانت هذه الكنوز تظهر في البداية أو المنتصف أو نهاية التسلسل. وتشرح سينكلير "لقد اتخذوا خيارات أكثر عقلانية، وفضلوا بالتساوي الصناديق التي تحتوي على مجموعات من العناصر القيمة في البداية أو المنتصف أو النهاية". ويشير هذا التحول إلى أن الدماغ يعالج ويعزز ذكريات التجارب الجزئية بشكل مختلف بمرور الوقت، ما قد يؤدي إلى اتخاذ قرارات أكثر توازناً.

عالم الأعمال

كما أشارت النتائج إلى أن آثار هذا البحث تمتد إلى ما هو أبعد من التجربة الافتراضية، وخاصة عالم الأعمال، حيث غالباً ما تسود الانطباعات الأولى.

وحتى في مجال التوظيف، فقد يتفق المرشح للوظيفة الذي يبدأ بقوة على المقابسين المؤهلين بالقدر نفسه في الذاكرة الفورية للمحاور الذي يختير قدرات المرشحين.

ومع ذلك، إذا نام هذا المحاور قبل اتخاذ القرار، فقد يطور وجهة نظر أكثر دقة، مع مراعاة اللحظات البارزة من جميع أنحاء كل مقابلة.

التدخين الإلكتروني يؤثر على التحصيل الدراسي

كشفت دراسة علمية أجريت في الإكوادور أن طلاب الجامعات الذين يدخنون السجائر الإلكترونية، يسجلون نتائج متدنية في اختبارات الوظائف الإدراكية وقياس مستويات التحصيل الدراسي. وبحسب الدراسة التي أجريت في جامعتين بالإكوادور، وعرضت نتائجها خلال الاجتماع السنوي لجمعية طب الأعصاب في الولايات المتحدة، وجد الباحثون صلة بين تدخين السجائر الإلكترونية وتدني الوظائف الإدراكية بين الطلاب.

واختبر الباحثون مئات الطلبة الذين ينحدرون من أصول لاتينية، ومن بينهم 64 يدخنون سجائر إلكترونية و31 يدخنون سجائر تقليدية، أما البقية فليسوا من المدخنين على الإطلاق.

وتبين من الاختبارات أن الطلاب الذين يدخنون السجائر الإلكترونية فقط، سجلوا 24 نقطة في المتوسط مع تسجيل حد أدنى يبلغ 16 نقطة، علماً بأن أي قراءة أقل من 25 نقطة تعكس الإصابة

بتراجع في الوظائف الإدراكية.

وحقق الأشخاص الذين يجمعون بين السجائر الإلكترونية والتقليدية أسوأ نتائج حيث سجلوا 24 نقطة في المتوسط، مع تسجيل حد أدنى يبلغ 8 نقاط.

وجاءت نتائج الطلاب غير المدخنين في النطاق الطبيعي لمثل هذه النوعية من الاختبارات.

تعرف على أبرز الطرق

لمواجهة الصداع

قال طبيب الأعصاب الألماني فرانك إيربرجوت إنه يمكن مواجهة الصداع بواسطة بعض التدابير البسيطة، مثل تدليك الجبهة

والصدغين بزيت النعناع، مع مراعاة تطبيقه بمعدل 3 مرات بفواصل زمني يبلغ 15 دقيقة.

وأضاف إيربرجوت أنه يمكن مواجهة الصداع أيضاً من خلال أخذ دش بارد أو وضع كمادة باردة على الرقبة.

وفي حالة الصداع الشديد، يمكن أيضاً اللجوء إلى مسكنات الألم مثل الباراسيتامول والإيبوبروفين، مع مراعاة عدم تناولها لمدة تزيد عن 15 يوماً في الشهر، ولا ستحدث نتيجة عكسية ويصاب المرء بما يعرف "بالصداع الناجم عن الإفراط في تناول الأدوية"، حيث تتسبب المسكنات نفسها في

الإصابة بالصداع أكثر جاذبي للإفراط في تناولها.

ويمكن أيضاً تناول المستحضرات المشتركة، والتي تجمع بين إحدى المواد الفعالة المسكنة للألم والكافيين، حيث تتمتع بمفعول أقوى من المسكنات العادية، مع مراعاة عدم تناولها لمدة تزيد عن 10 أيام في الشهر، لتجنب الإصابة بالصداع الناجم عن الإفراط في تناول الأدوية.

وينبغي استشارة الطبيب إذا كان اللجوء إلى مسكنات الألم مثل الباراسيتامول والإيبوبروفين، مع مراعاة عدم تناولها لمدة تزيد عن 15 يوماً في الشهر، ولا ستحدث نتيجة عكسية ويصاب المرء بما يعرف "بالصداع الناجم عن الإفراط في تناول الأدوية"، حيث تتسبب المسكنات نفسها في

الذكاء الاصطناعي يكشف

رسومات قديمة في بيرو

عثر علماء الآثار على مئات الرسومات القديمة في صحراء بيرو بفضل استخدام الذكاء الاصطناعي. وتعد خطوط نازكا، التي تعود إلى 2000 عام مضت، رسومات لنباتات وحيوانات، يمكن رؤيتها فقط من السماء. وقد تم إعلانها ضمن مواقع التراث العالمي لليونسكو في عام 1994. وقد قام العلماء بتدريب نموذج ذكاء اصطناعي على قراءة الصور الجوية للوقوع، وتعد الرسومات أو الجيوغليش، التي تم اكتشافها مؤخراً أصغر وأقدم من خطوط النازكا والرسومات الأخرى التي تم العثور عليها حتى الآن. وقد تم العثور على 303 رسومات لأشكال بشر وحيوانات باستخدام الذكاء الاصطناعي، ويعد ذلك أمضى الباحثون أكثر من 2600 ساعة لفحص الصور يدوياً والقيام بعمليات تفتيش ميداني في المواقع. وقال الباحث كارستن لامبيرس لدورية نيو ساينتست: "تحليل بيانات الاستشعار عن بعد بناء على الذكاء الاصطناعي، تعد خطوة كبيرة للأمام نظراً لأن الخريطة الكاملة للرسومات في منطقة النازكا ما زالت غير متاحة".

مخاطر سماعات الأذن..

طرق الاستخدام الآمن

حذر علماء من أن سماعات الأذن اللاسلكية قد تؤدي إلى فقدان السمع بسبب مستويات الضوضاء الصارخة التي تُنقل مباشرة إلى قناة الأذن. وفقاً لتقرير نشرته إيف سيمونز في صحيفة "ديلي ميل"، تعتبر سماعات الرأس التي توضع فوق الأذن أكثر أماناً، لأنها تحجب الضوضاء الخلفية بشكل فعال، مما يقلل من ضرورة رفع مستوى الصوت. تشير توجيهات الاتحاد الأوروبي ومنظمة الصحة العالمية إلى أن المستوى الآمن للضوضاء من سماعات الرأس هو 100 ديسيبل، وهو ما يعادل صوت صفارة سيارة الإسعاف.

لكن الدكتور سام كوت، الحاضر في علم السمع بجامعة مانشستر، حذر من أن بعض سماعات الأذن قد تصل مستوياتها إلى 120 ديسيبل، مما يعادل صوت المشار الكهربائي أو طائرة نفاثة عند الإقلاع.

وتعتبر مدة التعرض أيضاً عاملاً مهماً، ففي بيئة تبلغ ضوضاءها 85 ديسيبل، يجب ألا يتجاوز وقت التعرض الآمن ثماني ساعات، ومع كل زيادة قدرها 3 ديسيبل، يتقلص الوقت الآمن إلى النصف.

وحذر فريق من العلماء من أن مليار شخص تتراوح أعمارهم بين 12 و34 عاماً معرضون لخطر فقدان السمع بسبب استخدام سماعات الرأس في بيئات موسيقية صاخبة.

يوصي الخبراء باتباع قاعدة 60/60" عند استخدام سماعات الأذن، وهي استخدام السماعات لمدة تصل إلى 60 دقيقة يومياً مع ضبط مستوى الصوت على 60 بالمئة فقط.





باحثون من جامعة الإمارات يحصلون على براءة اختراع لنظام هوائي مبتكر للتحكم المتقدم في الإشعاع

هذه التكنولوجيا هو استخدامها مواد ذات مقاومة قابلة للتحويل للتحكم الدقيق في نقل الإشعاع. من خلال تطبيق جهد تيار مستمر على طبقات الأقطاب الكهربائية الموصلة، كما يمكن للنظام التبديل بين حالات المقاومة العالية والمنخفضة، مما يتيح نقل الإشعاع في اتجاهين متعاكسين بشكل متزامن أو انتقائي. هذا النهج المبتكر يوفر تحكماً متطوراً في اتجاه وشدة الإشارة، مما يمهد الطريق لأنظمة اتصالات أكثر كفاءة وقابلية للتكيف.

تبديل اتجاه وشدة نقل الإشعاع من خلال استخدام مواد مقاومة قابلة للتحويل والتي من شأنها فتح آفاقاً جديدة في مجالات التطور الرقمي والاتصالات، خاصة في البيئات التي قد تكون فيها الأنظمة الهوائية التقليدية محدودة. ومن جهته أشار الدكتور عبد الحليم جلاد إلى أن هذا المشروع يتضمن هوائين موجّهين في اتجاهين متعاكسين وطرق للتحكم في نقل الإشعاع عبر هيكل هوائي متعدد الطبقات، كل منهما موجه في اتجاه معاكس. وأضاف " ما يميز

الهندسة، وأوضح الدكتور محمود الأحمد أن فكرة المشروع تؤكد على التزامنا كأعضاء هيئة تدريس وباحثين في الجامعة على المساهمة بأبحاث رائدة لدفع عجلة الابتكار التكنولوجي، لما توفره الجامعة لنا من بيئة محفزة وداعمة للإبداع، وأشار " يمتلك هذا المشروع الحاصل على براءة اختراع من مكتب الولايات المتحدة لبراءات الاختراع والعلامات التجارية دلائل كبيرة على مختلف التطبيقات التي تتطلب إدارة دقيقة لإشعاع الهوائيات، والقدرة على

حصل باحثون من جامعة الإمارات العربية المتحدة على براءة اختراع لابتكارهم نظاماً هوائياً متطوراً للتحكم الدقيق في نقل الإشعاع، حيث تم تطوير هذا المشروع الرائد الذي يمثل خطوة كبيرة إلى الأمام في مجال تكنولوجيا الاتصالات، من قبل الدكتور محمود فتحي الأحمد والدكتور عبد الحليم جلاد من قسم الهندسة الكهربائية والاتصالات في كلية

•• العين - الفجر

11 أستاذاً من جامعة أبوظبي ضمن قائمة أفضل 2 % من الباحثين في مجالات المعرفة الأكاديمية والعلمية على الصعيد العالمي

بيانات منصة سكوبس، كما حصلت أبحاثه على أكثر من 5700 اقتباساً، وهو ما يعكس التأثير الكبير لأبحاثه على المجتمع العلمي. وأخيراً، تم إدراج الدكتور حاتم أبو شمالة، الأستاذ المشارك في الصحة البيئية والسلامة، ضمن أفضل 2% من العلماء الأكثر استشهاداً بأبحاثهم في جامعة ستانفورد، عن عمله البحثي في المواد المستدامة، مع التركيز على البوليمرات القائمة على المواد الحيوية والنانوية، حيث أسهمت أبحاثه في تطوير مواد صديقة للبيئة، وبالتالي معالجة التحديات البيئية والصناعية والتكنولوجية.



المالية لأبحاثها البارزة في مجال المالية، والدكتور أسامة أحمد محمد، أستاذ الهندسة المدنية ورئيس قسم الهندسة المعمارية والتصميم، في قائمة الباحثين الذين حققوا إنجازات كبيرة على مدار مسيرتهم المهنية لمساهمتهم البارزة في مجالات سواد والبناء والتشييد، والاستراتيجيات والتقنيات الداعمة. وأدرجت الدكتور الزائرة معصومة مير رشيد، ضمن القائمة تقديراً لعملها في الهندسة الإنشائية والبناء والتشييد، والدكتور محمد غزال، مدير معهد الأبحاث للدكاء الاصطناعي والتقنيات الناشئة، ونائب عميد كلية الهندسة، لأبحاثه في تكنولوجيا المعلومات والاتصالات، والدكاء الاصطناعي، ومعالجة الصور، والطب النووي، والتصوير الطبي. كما يحفل سجل الدكتور غزال بمساهمات في الدراسات البحثية والتي وصل عددها إلى 310 منشوراً ضمن قاعدة

على مستوى العالم من حيث الأهمية أو التأثير في هذه المجالات. كما حظيت الدكتور فوزية جابين، أستاذة الإدارة، بهذا التكريم تقديراً لأبحاثها في فئة الأعمال والإدارة، إلى جانب الدكتور معصم العوايدة، الأستاذ المساعد في علوم الحاسوب وتكنولوجيا المعلومات، لعمله على تطبيقات التشفير التي تستخدم نظرية الفوضى لتحسين الأمان، وأمن الوسائط المتعددة، والبلوك تشين، والأمن السيبراني، وأمن الطائرات بدون طيار، وأمن إنترنت الأشياء، وكشف التهديدات، وأمن الذكاء الاصطناعي التوليدي، وعلم التشفير. وتم تكريم الدكتور فيليب مولينو، الأستاذ الزائر المميز، في قائمة الباحثين الذين حققوا إنجازات كبيرة على مدار مسيرتهم المهنية، عن أبحاثه في فهم الأعمال والأسواق، والدكتور نجلاء الليلي، أستاذة

أدرجت جامعة ستانفورد العالمية 11 أستاذاً من جامعة أبوظبي ضمن قائمة أفضل 2% من العلماء الذين يحظون بأعلى نسبة من الاستشادات المرجعية لعام 2024، إنجازاً جديد يسد التزام جامعة أبوظبي الثابت بتعزيز البحث ودعم الابتكار. تسلمت جامعة ستانفورد، من خلال القائمة السنوية التي تنشرها "إلزييفر" Elsevier، وهي شركة نشر أكاديمية هولندية متخصصة في المحتوى العلمي والتقني والطبي، الضوء على إسهامات أعضاء هيئة التدريس في جامعة أبوظبي في مجالات المعرفة الأكاديمية والعلمية على الصعيد العالمي. ويعكس هذا التقدير التأثير المتزايد لمخرجات الجامعة البحثية، ويعزز مكانتها الريادية في مجال البحث الأكاديمي على المستوى الإقليمي والعالمي.

•• أبوظبي- الفجر

حظيت هذه الكوكبة من الاساتذة في جامعة أبوظبي بهذا التكريم تقديراً لإسهاماتهم البارزة في العديد من التخصصات ضمن قطاع الهندسة، بمن فيهم الدكتور شوزا أشرف شوري، الأستاذ المشارك في هندسة الأمن السيبراني، تقديراً لجهوده في قائمة الباحثين الذين حققوا إنجازات كبيرة على مدار مسيرتهم المهنية حيث صنف ضمن قائمة أفضل 2% من الباحثين على مدار مسيرتهم المهنية، والدكتور نعمان خالد، أستاذ التغذية، تقديراً لأبحاثه في علوم الغذاء وعلوم التغذية والصحة العامة، والدكتور هيثم نوباني أستاذ المالية، تقديراً لمساهمته في بحوث التمويل المستدام وإدارة المخاطر واستخدام التحليل لاتخاذ القرارات. كما أدى الإنتاج البحثي الغزير للبروفيسور نوباني وعمله المؤثر في مجالات التمويل الأخضر والمسؤولية الاجتماعية للشركات والتنمية المالية إلى تصنيفه ضمن أفضل 2% من العلماء

منوعات الفكر 22



ضمن الاجتماع السنوي لمبادرة كلينتون العالمية 2024

الإمارات تعلن عن إطلاق النسخة الثالثة من "تحتي

تكنولوجيا الغذاء" العالي بجائزة مالية قيمتها 2 مليون دولار

•• أبوظبي- الفجر

أطلقت دولة الإمارات العربية المتحدة النسخة الثالثة من مسابقة تحدي تكنولوجيا الغذاء العالمي خلال الاجتماع السنوي لمبادرة كلينتون العالمية، والذي انعقد في مدينة نيويورك بالترزامن مع اجتماعات الجمعية العامة للأمم المتحدة، سبواجه العالم تحدي إطعام حوالي 2 مليار شخص إضافي بحلول عام 2050. وفي ظل تزايد تحديات الأمن الغذائي عالمياً، يأتي تحدي تكنولوجيا الغذاء ليليزر الحلول التقنية الرائدة التي تسهم في تحويل أنظمة الغذاء لمواجهة المخاطر التي تهدد الأمن الغذائي، خصوصاً في البيئات الأكثر تحدياً. ويقدم تحدي تكنولوجيا الغذاء في نسخته الثالثة أكبر جائزة نقدية في تاريخ المسابقة، والتي ينظمها كل من تمكين ومكتب الشؤون الدولية في ديوان الرئاسة بدولة الإمارات، بالشراكة مع مؤسسة بيل وميليندا جيتس، ومبادرة كلينتون العالمية، وكل من مبادرة الإمارات الوطنية للحد من فقد وهدر الطعام "نعمّة"، و"سلال" (الشركة الرائدة في مجال التكنولوجيا الزراعية في دولة الإمارات العربية المتحدة).

ويوسع تحدي تكنولوجيا الغذاء نطاق اهتمامه هذا العام ليشمل ثلاثة مجالات رئيسية: الغذاء والمياه، الغذاء والطاقة، وفقدان وهدر الغذاء. وسيُتوج التحدي أربع شركات ناشئة تحصل على جائزة نقدية بقيمة إجمالية تبلغ 2 مليون دولار، إلى جانب دعم طرح الحلول الفائزة في السوق والوصول إلى شبكة واسعة من الشركاء، لتتطوّر هذه الشركات الأربع في مشاريع وشراكات جديدة لتطوير وتوسيع حلولها التقنية الرائدة، بداية في دولة الإمارات كمصنعة إطلاق تمكن هذه الشركات بعد ذلك من توسيع نطاق حلولها في الأسواق الأكثر احتياجاً في دول الجنوب العالمي، والمساهمة في تعزيز الأمن الغذائي العالمي. وتجدر الإشارة إلى أن دولة الإمارات تواجه تحديات بيئية حالية من المرجح أن تصبح شائعة في العديد من الدول الأخرى مستقبلاً، نظراً لمناخها الصحراوي الجاف، ونُدرة الأراضي الزراعية، وقلة موارد المياه العذبة. ولهذا، فإن تطوير تقنيات مبتكرة في دولة الإمارات لتوفير الغذاء في ظل تزايد السكان، والموارد المحدودة، والظروف المناخية الصعبة، يوفر حلاً لا يمكن تطبيقها على نطاق عالمي. وأطلق النسخة الثالثة من تحدي تكنولوجيا الغذاء العالمي الريسنان المشاركون للتحدي، وهما معالي مريم المهيري، رئيس مكتب الشؤون الدولية في ديوان الرئاسة بدولة الإمارات العربية المتحدة، وريما القريب، رئيس مجلس إدارة شركة "تمكين"، كما انضم التحدي في نسخته الثالثة لجهود مبادرة كلينتون العالمية نحو "الالتزام بالعمل".

وفي هذا السياق، صرحت معالي مريم المهيري، رئيس مكتب الشؤون الدولية في ديوان الرئاسة والرئيس المشارك لتحدي تكنولوجيا الغذاء: "بعد إعلان التاريخي في مؤتمر الأطراف (كوب 28) حول الزراعة المستدامة، وأنظمة الغذاء المرنة، والعمل المناخي، والإعلان عن الشراكة بين دولة الإمارات ومؤسسة غيتس بشأن الابتكار الزراعي، بات واضحاً أن أنظمة الإنتاج الغذائي تلعب دوراً محورياً في أزمة المناخ العالمية، لذا، أصبحت الحاجة ملحة لاتخاذ خطوات جريئة تقوم على الابتكار والتفكير التحويلي لإعادة تشكيل منظومة الغذاء، خاصة مع تزايد الطلب على الغذاء، والمياه، والطاقة". وأضافت معاليها: "من خلال تحدي تكنولوجيا الغذاء العالمي، نهدف إلى تعزيز تضافر الجهود العالمية ومشاركة جميع الدول في طرح الأفكار وتطوير استراتيجيات لدعم قضية حيوية كالأمن الغذائي". ومن جانبها، قالت ريماء القريب، رئيس مجلس إدارة شركة تمكين والرئيس المشارك لتحدي تكنولوجيا الغذاء: "بعد الابتكار محورا أساسيا في رؤية ونهج دولة الإمارات، فقد أدركنا أن تسريع وتيرة التقدم يتطلب دمج الأفكار الرائدة مع شركات فعالة واستثمارات ذكية المستويين المحلي والدولي. ومن هذا المنطلق، يعمل تحدي تكنولوجيا الغذاء على تجسيد هذا التوجه من خلال انتقاء المبتكرين الواعدين وربطهم بشبكة واسعة من الشركاء الاستراتيجيين، إذ تقدم لهم الموارد والدعم اللازم لتوسيع نطاق حلولهم وتسريع جهودهم نحو المساهمة في تحقيق الأهداف العالمية للأمن الغذائي". وأضاف روجر فورجيس، رئيس النمو العالمي والفرص في مؤسسة بيل وميليندا جيتس: "تشكل تداعيات نقص الغذاء وانعدام الأمن الغذائي أولوية قصوى لمؤسسة جيتس، حيث أشار تقريرنا السنوي الأخير إلى أن سوء تغذية الأطفال هو من بين أسوأ الأزمات الصحية العالمية. ومع تقاوم أزمة الغذاء والأمن الغذائي عالمياً، واستمرار تغير المناخ في التأثير سلباً على إنتاج المحاصيل وتربية الماشية، أصبح من الضروري دعم الحلول التكنولوجية المبتكرة التي تسهم في استقرار النظم الغذائية. نحن فخورون بالتعاون مع تحدي تكنولوجيا الغذاء، ودعم جهودهم في تعزيز الابتكار والتفكير التحويلي في التكنولوجيا الزراعية، لضمان مستقبل غذائي آمن للجميع". يشار إلى أن تحدي تكنولوجيا الغذاء يحظى بدعم من المزيد من الجهات التي تسعى لتمكين منظومة تكنولوجيا الغذاء، بما في ذلك حاضنات الأعمال ومسروعات مشاريع الشركات الناشئة في دولة الإمارات مثل مجتمع الشركات الناشئة في الإمارات "Hub71"، مركز الشارقة لريادة الأعمال "شراع"، ومنصة "ستارت إيه دي" لدعم ريادة الأعمال، بالإضافة إلى المركز الدولي للزراعة اللحية، وتحالف الثروة الخضراء في أفريقيا (AGRA)، ومكتب التميمي وشركاء. ومن الجدير بالذكر أن المسابقة استقطبت في نسختها الأولى أكثر من 1,100 طلب للمشاركة من قبل الشركات الناشئة من 98 دولة، إذ استعرض المتنافسون عدة حلول مبتكرة، كان أبرزها تقديم تقنيات جديدة لتطوير البروتين النباتي سلبلي الكربون ووسائل لتقليل هدر الطعام باستخدام التعرف على الصور بالذكاء الاصطناعي، إلى جانب طرق الحفاظ على البنية الخلوية للطعام أثناء التجفيف الفائق.

وقد واصل الفائزون في النسخ السابقة تحقيق نجاحات بارزة، حيث تمكنوا من جمع تمويل إضافي وإطلاق مشاريع مشتركة. ومن أبرز الأمثلة على ذلك شركة "أيريس" (التي كانت تعرف سابقاً باسم مزارع البحر الأحمر)، والتي نجحت في جمع تمويل يتجاوز 34 مليون دولار منذ فوزها بالمسابقة، وتطبيق تقنياتها المتقدمة في مزارع "سلال" بأبوظبي.

في افتتاح أعمال المؤتمر العالمي العربي للمسؤولية المجتمعية

تكريم كوكبة من الشخصيات المهمة في مجال المسؤولية المجتمعية من بينهم د. عائشة الجابري

الدكتورة رندا رزق للمجلس العربي للمسؤولية المجتمعية باعتباره شخصية استثنائية في القطاع المتمرد. وقد شارك في المؤتمر معالي الدكتور الوزير عمرو عزت سلامة أمين عام اتحاد الجامعات العربية والرئيس الشرعي للمؤتمر، والوزير المفوض ندي العجيزي مدير إدارة التنمية المستدامة والتعاون الدولي بجامعة الدول العربية، والأستاذة سحر الجبوري رئيسة مكتب ممثل وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأدنى "الأونروا" بالقيادة، والأستاذ الدكتور سمير النجدي رئيس القدس المفتوحة في مصر، والأستاذة نادين جميل المنسق الوطني لبرنامج الأمم المتحدة للمتطوعين، والأستاذ الدكتور حسن اللقيس رئيس الجامعة الإسلامية في لبنان، والدكتورة نعيمة القصير من الشبكة العربية للمسؤولية المجتمعية للجامعات، والدكتور يوسف ذياب من الجائزة العربية للمسؤولية المجتمعية للجامعات، والدكتور محمد عزام أمين عام المجلس العربي للمسؤولية المجتمعية، وقد أدارت الجلسة الافتتاحية الدكتورة راندا رزق الأمين العام للمجلس العربي للمسؤولية المجتمعية.



والأستاذ ناصر بن نجل بن سعد الدوسري والأستاذ خالد عبدالله القحطاني، والدكتور الراحل محمد بن ناصر بن وزن القحطاني واستلم درع التكريم لجنه معجب بن محمد بن وزن. بدورها الدكتورة عائشة الجابري قدمت درع وشهادة شرفية عليا إلى الأمين العام

وخلال المؤتمر تم تكريم كوكبة من الشخصيات المهمة في مجال المسؤولية المجتمعية وهم:الدكتورة عائشة صالح الجابري والأستاذة نوير بنت نجل بن سعد الدوسري، وسعادة المحافظ الأستاذ محمد بن سعيد بن جزوا، سفير الاتحاد المسؤولي للعمل الاجتماعي التطوعي،

المجتمعية على النهج الذي بدأته مع زوجها الراحل الدكتور محمد ناصر بن وزن القحطاني، حيث كانت لهم مبادرات مضنية في مجالات الأنشطة الانسانية والتطوعية والنوايا الحسنة، وقد فاضت روحه الى خالقها على أرض مصر الطبية.

شاركت الدكتورة عائشة صالح الجابري عضو اللجنة الاستشارية العربية العليا بالمجلس العربي للمسؤولية المجتمعية وسفيرة السلام والاستدامة والمسؤولية الاجتماعية والنوايا الحسنة للعمل الخيري والإنساني لقارة أفريقيا في افتتاح أعمال المؤتمر العالمي العربي للمسؤولية المجتمعية والتنمية المستدامة للجامعات العربية الذي عقد مؤخراً في مقر جامعة الدول العربية بالقاهرة، بالتعاون مع إدارة التنمية المستدامة والتعاون الدولي بجامعة الدول العربية وتحت رعاية اتحاد الجامعات العربية. وأكدت الدكتورة عائشة الجابري في كلمتها خلال المؤتمر على أهمية الارتقاء بالمسؤولية المجتمعية لتحقيق الأثر الإيجابي في المجتمع من خلال البرامج التربوية التي تعمل على تعزيز القيم الأخلاقية لدى عقول وسلوكيات الأجيال القادمة من خلال الوالدين والمؤسسات التعليمية. وأضافت، إن المسؤولية المجتمعية تقترض علينا أن نربي الأبناء على التربية السليمة والصحيحة لخدمة المجتمع وغرس المثل الأخلاقية الراقية فيهم ليكونوا جيل ذات هوية مميزة لأوطانهم. ولفتت د.الجابري إلى أنها تكمل مسيرة العمل الخيري مع أسرته في المسؤولية

منوعات

الفكر

23

تعتبر مشاكل وآلام أسفل الظهر أحد الأسباب الرئيسية لغياب رفاهية الاستمتاع بالحياة لدى معظم الأشخاص حول العالم. وفي حوالي ٩٠% من الحالات، يتم تصنيف آلام الظهر على أنها "غير محددة"، ما يعني أنه لا يمكن أن تُعزى إلى حالة كامنة مثل التهاب المفاصل أو تلف الأنسجة الأخرى أو الكسر أو ضغط الأعصاب أو الورم.



أحد الأسباب الرئيسية لغياب رفاهية الاستمتاع بالحياة

6 نصائح لتخفيف آلام أسفل الظهر!

ويقول جراح العمود الفقري والعظام، كين هانزراج: "رأيت كيف تمنع آلام الظهر مرضاي من الانخراط الكامل في حياتهم اليومية. يمكن أن يكون الشعور بالقيود محبطا للغاية. وقد يكون من الصعب التركيز على أي شيء آخر غير الألم، ما يؤدي إلى تفاقم المعاناة". إذن، كيف يمكن تخفيف آلام أسفل الظهر، ومحاولة ضمان عدم تكرارها؟

- تجنب الخمول

يقول هانزراج: "على المستوى البدني، يؤدي الخمول لفترات طويلة إلى زيادة آلام الظهر، لأن العمود الفقري يصبح متيبسا وضعيفا. وتحفز الحركة البدنية والتمارين الرياضية عملية الشفاء لمعظم مشاكل الظهر". مضيفا: "بدلا من الراحة في الفراش والخمول، غالبا ما توفر التمارين الرياضية التدريجية أفضل حل طويل الأمد لعلاج آلام الظهر، وتقليل الألم ومنع المشاكل المستقبلية. إن ممارسة الرياضة ترفع من معنوياتك أيضا، من خلال تحفيز إنتاج الإندورفين، وهي المواد الكيميائية التي تمنحك شعورا بالسعادة، والتي تخفف الألم وتقلل من التوتر".

ومع ذلك، ينبغي مقدم

استشارة

رياضية.

- التغلب على الخوف من الحركة

يصاب العديد من الأشخاص الذين يعانون من آلام الظهر برهاب الحركة (الخوف من الحركة والنشاط البدني الذي قد يؤدي إلى تفاقم الآلامهم). ويقول هانزراج: "يخشى بعض الأشخاص تفاقم حالتهم، ويدفعهم خوفهم إلى بناء حواجز ذهنية أمام النشاط البدني. كما يشكون في قدرتهم على النشاط، ويخشون أن تؤدي الحركة المضرة إلى إصابة ظهرهم بشكل أكبر وتكثيف معاناتهم". ووجدت دراسة أجراها باحثون أستراليون أن العلاج الوظيفي المعرفي ساعد المصابين بالآلام الظهر في التغلب على خوفهم من الحركة، حيث عانوا من آلام أقل نتيجة لذلك. ويمكن لخبراء العلاج الطبيعي مساعدة المرضى على فهم أن آلامهم ليست علامة على تلف خطير، ثم إعادة بناء ثقتهم في تحريك ظهرهم دون الإفراط في حمايته.

- إعادة تدريب عقلك

أظهرت الأبحاث أن "إعادة معالجة الألم"، وهو علاج نفسي ناشئ يهدف إلى مساعدة المرضى على تغيير وجهة نظرهم بشأن آلامهم المزمنة ورؤيتها على أنها أقل تهديدا، يمكن أن يكون أداة فعالة على فهم أن الألم الطويل الأمد الذي يعانون منه قد يأتي من شبكات دماغية متغيرة مرتبطة بمعالجة الألم، والتي لم يتم "إيقاف تشغيلها" منذ حدوث إجهاد الظهر أو الإصابة، على الرغم من شفاء

المشكلة الأصلية.

وتتمثل الفكرة في التفكير بالألم باعتباره أمنا وليس تهديدا، بحيث يمكن للمرضى تغيير شبكات الدماغ التي تعزز الألم، وإيقافها.

- المشي

يمكن أن يكون المشي البسيط مفيدا للعمود الفقري. The Lancet، أن المشي من 3 إلى 5 مرات في الأسبوع لمدة 130 دقيقة في المتوسط، ساعد في تقليل تكرار آلام أسفل الظهر لدى المشاركين.

- السباحة

توفر التمارين المائية مقاومة ثابتة دون تأثير، ويمكن أن تبني قوة الجذع والعضلات الأخرى وتساعد في استعادة الاستقرار للظهر، دون وضع ضغط غير ضروري على العمود الفقري.

- الإقلاع عن التدخين

يقول هانزراج: "يعمل النيكوتين على تقييد تدفق الدم إلى الأقراص الموجودة في العمود الفقري، والتي تعمل على تخفيف آلام الفقرات، ما قد يعزز تنكس

الرعاية الصحية الخاص بك قبل البدء في أي برنامج تمارين

الإسعافات الأولية للمصاب بجلطة دماغية

تعتبر الجلطة الدماغية (احتشاء الدماغ) أحد الأسباب الرئيسية للإعاقة والوفيات بين الأشخاص البالغين في جميع أنحاء العالم.

وعيه ويسقط، أو يجب وضعه على مقعد أو على ممر المشاة إذا كان في الشارع. ثم بعد أن يبدأ يجب معرفة ما إذا كان يتناول أدوية لمكافحة عدم انتظام ضربات القلب، وهل يمكنه تناول الدواء لاستعادة إيقاع القلب. ويجب الاستمرار في التحدث مع المصاب لمعرفة الأعراض التي يشعر بها، التي قد تشير إلى وجود مشكلة في الدماغ. لأننا لا نعلم سبب ضعفه. فقد يكون مصابا بداء السكري ولم يتناول الدواء (الأنسولين) أو على العكس، أخذ جرعة كبيرة ما أدى إلى انخفاض حاد في مستوى الغلوكوز في دمه. ويجب نقل كل هذه المعلومات إلى الأطباء، لكي يبلغوها إلى قسم الطوارئ

ويشير الدكتور بافل خوروشيف أخصائي طب الأعصاب، إلى أن الشخص غالبا ما لا يكون مستعدا للجلطة الدماغية، لأنها تحدث بصورة فجائية دائما في البيت، في الشارع، في العمل، أو أثناء التدريبات الرياضية. لذلك من المهم جدا التعرف على كيفية تقديم المساعدة الأولية للمصاب، من أجل الحفاظ على حياته.

ووفقا له، إذا حدث وأن أصيب أحدهم بالجلطة الدماغية في الشارع أو العمل أو في البيت، يجب قبل كل شيء استدعاء سيارة الإسعاف لنقله إلى المستشفى.

وبعد ذلك يجب وضعه على الأرض لأنه قد يفقد



لماذا لا يحقق الجميع الفائدة

المرجوة من الرياضة لفقدان الوزن؟

يمكن أن تلعب التمارين الرياضية دورا حاسما في إنقاص الوزن، ولكن الغرابة تكمن في فقدان بعض الأشخاص للوزن الزائد بسهولة أكثر من غيرهم.

تسلط دراسة جديدة الضوء على الاختلافات الدقيقة في فئة جزيء يشارك في عملية التجثيل الغذائي، ما قد يساعد في تفسير السبب. ويشارك الجزيء المعني (وهو عبارة عن بروتين) في تحليل الكربوهيدرات والدهون، ويسمى PGC-1α. واكتشف فريق من خبراء اليابان أن متغيرات متعددة من PGC-1α. أهمها PGC-1α و PGC-1β. يمكن أن تحدث فرقا في ممارسة الرياضة وخسارة الوزن. وأجرى فريق البحث اختبارات على الفئران و10 من البشر الذكور، شملت أجهزة المشي ودراجات التمرين، ثم أخذ عينات صغيرة من الأنسجة لمعرفة ما كان يحدث من حيث استقلاب العضلات وحرق الدهون واستهلاك الأكسجين. ووجد عالم الطب الحيوي بجامعة Kobe، كازوهيرو نومورا وفريقه، أنه إذا زادت أجسام الفئران المختبر من التغيير عن متغيري PGC-1α و PGC-1β. استجابة للتمرين، فإنها ترسل إشارة إلى بقية الجسم لزيادة إنتاج الطاقة. وتبين أن غياب PGC-1α و PGC-1β لدى الفئران أدى إلى إصابتها بالسمنة وزيادة

نسبة الأنسولين في دمها. وبالنسبة للاختبار البشري، وجد الباحثون أن مستويات PGC-1α و PGC-1β تعززت عن طريق ممارسة الرياضة، ما أدى بدوره إلى تحفيز عملية التمثيل الغذائي في الجسم بكفاءة أكبر. ويقول عالم الغدد الصماء، أوغاوا واتارو، من جامعة Kobe في اليابان: "إن الفرضية القائلة بأن الجينات الموجودة في العضلات الهيكلية تحدد قابلية الإصابة بالسمنة كانت صحيحة". وتقدم النتائج فكرة هامة عن سبب عدم تماثل نسبة ممارسة الرياضة إلى فقدان الوزن لدى الجميع. وإذا كان من الممكن إدارة نشاط PGC-1α و PGC-1β بشكل مصطنع في المستقبل، فمن الممكن تطوير مجموعة



الجمهورية العربية السورية
لِلْاِقْتِصَادِ وَالسَّاعَةِ
Economy and Tourism

حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

العقد ١٤٦٢٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإنحلال شركة

اسم الشركة: دي ايه اكس لتجارة قطع غيار السيارات - ش ذ م م
العنوان: مكتب من 3101 الى 3110 ملك حمد سهيل عويضة الجبيلي - الفصوح
التأشيرة: وذلك القانوني، وذلك بعد مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (م.ذ.م)، رقم
الخصخصة: 1202872، رقم القيد بالسجل التجاري: 2015143 بموجب هذا إعلان
ثائرة الإقتصاد والسياحة في دي بأنه تم في التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال
الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/9/2024 ورقم
أدب كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 17/9/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو
مطالبة التقدم إلى المحضي إتيان ميثاق تنفيذي 04-2500781 مع صاحبها مع كافة المستندات والأوراق
308 ملك الشيخ جمعة بن أحمد بن جمعة آل مكتوم - دبيرة - القرموه - هاتف
04-2500781 فاكس: 04-2500782
الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

أسسول المخول

الحكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



اقتصاد وسياحة
Economy and Tourism



العقد ١٤٦٢٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : ايه & ام الانصاري تدقيق الحسابات

العنوان : مكتب رقم 1- 29033 ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد بن سلطان آل نهيان

المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955588 فاكس : 04-2955598

موجود منذ تعين (الإنشاء والسياسة) في بانه دبي قديم تعيين المصفي المذكر أعلاه

لتصفيه مارتس كينغدوم المفروشات - م د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي

بتاريخ 2/9/2024 والموافق لدى المكتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/9/2024

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

بديبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية

وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول الخو



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

السياحة
Economy and Tourism

العقد ١٤٣٦٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مضي

اسم المضي: **أبي محاسب قانوني**

التاريخ: **٢٠٢٥-٢٠٢٣ رقم 205-٢٠٢٤** ملك محمد عبد الرحمن البحر - ديرة

الخصيصي: **هاتف: 04-4252890 فاكس: بموجب بانه تعلن الاقتصاد**

والسياحة و دبي بانه قد تم تعيين المضي المذكور أعلاه لتصفية تي سي تي

للاستثمار - ش ذ م ذ وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ **23/9/2024**

والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ **23/9/2024** وعلى من لديه أي

اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المضي المعين في مكتبه التالكاني بدبي على العنوان

المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول






حكومة دبي
 GOVERNMENT OF DUBAI

اقتصاد والسياحة
 Economy and Tourism

السياحة

العدد ١٤٦٢٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة: تي سي تي للاستثمار - ش ذ م م
 العنوان: مكتب رقم 36.0 ملك صندوق دبي للدمج المالي - الثالثة - دبي - الشكل القانوني
 شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (م.م) رقم الرخصة: 928685 رقم القيد
 بالسجل التجاري: 1681446 بموجب دنا تملن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم
 التأشير في السجل التجاري لتعديل بإحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم
 دبي بتاريخ 23/9/2024، والواقع لدى كاتب العتاد محاكم دبي بتاريخ 23/9/2024، على
 من لديه أي اعتراض أو مطالبة بالتقدم إلى المضي المعين أي محاسب قانوني التناون:
 مكتب رقم 205.203 ملك حمد محمد عبد الرحمن البحر - ديرة - الخبيسي - هاتف:
 04-4252890 فاكس: مضمحلج معه كافة المستندات والأوراق الشبوتية وذلك خلال
 (45) يوماً من تاريخ نشر الإعلان

المسؤول المخول





حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

التعليم
Education

العدد ١٤٣٢٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : ميثاق لتتقيق الحسابات

العنوان : مكتب رقم 308 ملك الشيخ جمعة بن احمد بن جمعة ال مكتوم - ديرة

الضمان : هاتف : 04-2500781 فاكس : 04-2500782 بموجب

هذا لتعين الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه

لتصفيه تارديس للقرارات - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ

24/9/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 12/9/2024

وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدّم إلى المصفي المعين في مكتبه

الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق

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

المسؤول المخول



اقتصاد

**للاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism**



العدد ١٤٣٦٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : تداريس القنارات - ش ذ م

العنوان : مكتب رقم 453.305 خالد عبد الرحيم شعبان - القرمود - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ م)، رقم الرخصة : 1190545 رقم الفيد بالسجل التجاري : 2225506 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بقرار محاكم دبي بتاريخ 24/9/٢٠٢٤ والموثق أن كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 12/9/٢٠٢٤ وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المحضي ميثاق التديق

308 ملك الشئج جمعة بن أحمد بن جمعة ال مكتوم - ديرة - القرمود - هاتف : 04-2500781 فاكس : 04-2500782 مصطلحيه مع كافة المستندات والأوراق الثبوتية وحالات (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المؤهل






الحكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

اقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

الوزارة

العدد ٤٢٦٢/٩٢٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مضي

اسم المضي: اتش ايه ام لتطبيق الحسابات

العنوان: مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب

ديرة - بور سعيد - هاتف: 2973060/01 فاكس: 2973071-04 بموجب

هذا نعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين مضي المضي المذكور أعلاه لتصنيف

دي اى ار ستار لنقل الركاب بالاعتماد المؤجرة - ش د م وذلك بموجب

قرار محاكم دبي بتاريخ 24/9/2024 والموثق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ

24/9/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المضي المعين

في مكتبته الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات

والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول


حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإنحلال شركة

اسم الشركة : في اي آر ستار لنقل الركاب بالاحلات المؤجرة - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 15/400 ملك مدريس لتطوير (ش ذ م م) - البرشاء الأولى -
بر دبي - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الخصة : 811147 رقم
القييد بالسجل التجاري : 1355702 / موجب هذا تعين دائرة الاقتصاد والسياحة
في بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإحلال الشركة المذكورة أعلاه ،
وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/9/2024 الموافق في هذا كتاب العدل الخاص
في بتاريخ 24/9/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المحضر
المين اثنى ايه ام لتدقيق الحسابات : العبدات : العنوان : مكتب رقم 914 ملك مؤسسة مدريس
بن راشد له مدعى مشاريع الشباب - بر دبي - رقم سعيد - هاتف : 04-297360 فاكس
04-2973071 - مضطحين معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال
(45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول






حكومة دبي
 GOVERNMENT OF DUBAI

الاقتصاد والسياحة
 Economy and Tourism

العدد ١٤٣٧٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : السويدي لتدقيق الحسابات - ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 704 ملك محمد سعيد خلف الفيت - بورسعيد - ديرة - هاتف 04-2288988 فاكس :

بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي
 بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصنيفه سائد سيته لتأشير السيارات
 - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 21/9/2024 والموثق لدى
 كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 21/9/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو
 مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه،
 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ
 نشر هذا الإعلان

المسؤول الخو

الجمهورية العربية السورية
لِلْاِقْتِصَادِ وَالسَّيَاحَةِ
Economy and Tourism

حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

العقد ٤٢٦٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإنحلال شركة

اسم الشركة : ساند سيتي لتجاري السيارات - ش د م

العنوان : مكتب رقم SF04 ملك محمد سعد عبد الله الشريف - الضفائية - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ش د م)، رقم الرخصة : 1245718 رقم الفيد بالسجل التجاري : 2099667 موبج هذا تعلن وفاة الاقتصاد والسباحة في بلد يأنه تم التأكيد في السجل التجاري لدبيها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموافقة قرار محاكم دبي بتاريخ 21/9/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 21/9/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى القاضي المصري التوفيق لتطبيق الحسيادات - ش د م

العنوان : مكتب رقم 704 ملك محمد سعيد خلف الفيت - بوسعيد - ديرة - هاتف : 04-2288982 - فاكس : 04-2288982

خلال (45) يوماً من تاريخ نشره هذا الإعلان

السؤول المخول



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism

الجمهورية العربية السورية

العقد ٤٢٦٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين ماضي

اسم المضي : جي اس اس انترنشنال لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 161 ملك خالد سيف الله محمد الخوري - ديرة - المطينة -
هاتف : 050-2317381 فاكس : موجب داخل الاقتصاد والسياحة في
ديرة - المطينة -
في بأنه قد تم تعيين المضي المذكور أعلاه لتصنيفه فيدرام جلوبايل لتجارة
السلع والمعامله ذ م ذ وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2/5/2023
والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/5/2023 وعلى من لديه أي
اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المضي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان
المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال
(45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول


حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

السياحة والتجارة
Economy and Tourism

العدد ١٤٢٢٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : **مديرمان طولان تجارة السلع بالجملة ذ م م**

العنوان : **مكتب رقم 412 ملك عطوفة طارق محمد طارق - بر دبي - الخليج التجاري**

الشكل القانوني : **ذ م م** - ملك عطوفة طارق محمد طارق - الشخص الواحد (ذ م م)، رقم

الخصصة : **٩49386 رقم السجل التجاري** : 1786954 بموجب هذا

تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها

بإحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2/5/2023

والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/5/2023 وعلى من لديه أي اعتراض

أو مطالبة بالتقدم إلى المصفي المين جي اس اس لترشونال لتطبيق الحسيات

العنوان : **مكتب رقم 161 ملك خالد سيف الله محمد الخوري - قرية - أبوظبي - حاف**

7381- 050.2317 فاكس : مصحفيها مع كافة المستندات والأوراق البتولية والتوثيق

خلال (45) يوماً من تاريخ نشره هذا الإعلان

المسؤول المخول

الحكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

الجمهورية العربية السورية
Economy and Tourism

الغرفة التجارية السورية

العقد ١٤٦٢٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي: اتش ايه ام اتدليق الحسابات

العنوان: مكتب رقم 914 ملك مؤسسة محمد بن راشد لدعم مشاريع الشباب -

ديرة - بور سعيد - هاتف: 04-2973071 فاكس: 04-2973071 بموجب

هذا نعلن الاقتصاد والسباحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه تصفية

اذا سييسون للتأجير السيارات م د م م بموجب قرار المحاكم دبي بتاريخ

23/9/2024 والوقوف لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 23/9/2024

وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي العين في مكتبه الكائن

بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية

وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول الخويل

 **الدولة الفلسطينية**
GOVERNMENT OF PALESTINE
Economy and Tourism

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

العقد ١٤٢٦٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

اسم الشركة : اني سيون للتأجير السيارات - ذ م
المعنوان : مكتب رقم M20-1 لدى محمد سعيد حارب - بوسعيد - الشكل القانوني
: ذات مسؤولية محدودة ، رقم الخرج : 1272519 رقم القيد بالسجل التجاري
: 2062652 بموجب هذا تعلن إدارة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم
التأشير في السجل التجاري لتجاري 23/9/2024 لدى محمد سعيد حارب - بوسعيد - وذلك بموجب
قرار محاكم دبي بتاريخ 23/9/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المحضر المعين
اتش أيه إن للتدقيق الحسابات المعنوان : مكتب رقم 914 مكة مؤسسة مد
من راشد لدعم مشاريع الشباب - بدرة - بوسعيد - هاتف : 04-2973600 فاكس
: 04-2973071 مصطحبا معه كافة المستندات والأوراق الشبونية وذلك خلال
(45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول




حكومة دبي
 GOVERNMENT OF DUBAI

الاقتصاد والسياحة
 Economy and Tourism

العدد ٤٢٦٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين ماضي
 اسم المصنف: أحمد محفوظ محاسبون قانونيون ومدققو حسابات
 العنوان: مكتب 303 ملك الشيخ ماضي راشد مانع آل مكتوم - رفقة البطي - هاتف
 24-2272828 / فاكس: 24-2272808
 بموجب هذا تعلن الاقتصاد
 والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصنف المذكور أعلاه لتصفية ون سوشي
 تقريب لتأجير السيارات - 3 م د م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ
 24/7/2024 والوفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/7/2024
 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصنف المعين في مكتبه الكائن
 بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية
 وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



الاقتصاد والسياحة
Economy and Tourism



العدل
Justice

العدد ١٤٦٢٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإحلال شركة

اسم الشركة : ون سوشي تريبي تايجر السيرات - ش ذ م م

النوع : مكتب M8.315 ملكر رجفيل للاستثمار - ش ذ م م - مرسى دبي - بر دبي -

الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (ذ.م.م) - رقم الرخصة

1125684 : رقم القيد بالسجل التجاري : 1856925 موجب هذا إعلان

الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه تم التأشير في السجل التجاري لإدخال

الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 24/7/2024 والوقوع

لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 24/7/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو

مطالبة التقدم إلى المصفي احمد محفوظ محاسبون قانونيون ومدققو

حسابات النوان : مكتب 303 مكتب الشيخ ميان مانع آل مكتوم - رقة الفيل

م هاتف : 04-2272828 فاكس : 04-2274080 - مصلحيها كافة كافه المستندات

والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

الأسسول الخول



العقد ١٤٢٦٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بإنحلال شركة

اسم الشركة : ست باور إنترناشيونال للشحن واللوجستية ذ م م
 العنوان : مكتب رقم 706 ملك رافت عدنان رافت مشهتي - ديرة - القصيص الصناعية
 الخاصة - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 1094239 رقم
 القيد بالسجل التجاري : 1857123- بموجب هذا تعلن وزارة الاقتصاد والسياحة
 في بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ،
 وذلك بموجب قرار محاكم في بتاريخ 17/8/2024 والوقوف على كتاب العدل الصادر
 في بتاريخ 17/8/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المحضي
 المين أحمد محضوف محاسبون قانونيون ومدققوا حسابات العنوان : مكتب
 303 ملك الشيخ مانع راشد مانع آل مكتوم - ديرة البطين - هاتف : 42-2272828
 فاكس : 42-2274080 مصطباً معه كافة المستندات والأوراق البتونية وذلك
 خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

السلوالمخول



حكومة راس الخيمة
دائرة المحاكم



محكمة راس الخيمة
Ras Al Khaimah Courts

العدد ١٤٦٦/٩/٣١ بتايخ ٢٠٢٤

2023/12 تنفيذ تركات

إعلان عن بيع عقارات بالذمة والرقم

عن طريق شركة الإمارات للمزادات - عن طريق النشر بجريديتين رسميتين

الإمارات - رأس الخيمة - جزيرة المرجان - باب البحر - شقة 17

FAYROUZ Ground 17 تنفيذ بالذمة والرقم

تدعى محكمة رأس الخيمة الابتدائية - دائرة التنفيذ عن بيع عقار عبارة عن ستوديو سكني والعائد ملكيته إلى الورثة السيد/ حسن بولس وصاحبه 518.00 درهم مربع ومربع واحد وتعمل وتيقة المكتبة العامة (2014/09/225) رقم بولس القسيمة المستحق 660203000) و رقم محطط (2014/43649) رقم 2014/43649) بتأمر 335.000.00 درهم، بناء على قرار قضائي بالتنفيذ في القسيمة التنفيذية رقم 2023/12 تنفيذ بتاريخ 2024/9/30 عن طريق شركة الإمارات للمزادات وذلك في تمام طاعة المراسمة مسما ، علما بأن قيمة التأمين 20% تدفع نقدا.

على من يملك بالامتلاك أو الاطلاع الدخول على الموقع الإلكتروني لشركة الإمارات للمزادات www.emiratesauction.ae ، ومن يرغب بالإنضار عرض عليه مراجعة دائرة التنفيذ أثناء السداد الرسمي وحتى ختمه الدائرة المذكورة.

مأمور التنفيذ



محكمة راس الخيمة
Ras Al Khaimah Courts

محكمة راس الخيمة
Ras Al Khaimah Courts

العدد ١٤٣٦٢ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦

إعلان حكم بالنشر

رقم الدعوى (٢٠٢٤/٦٨) ابتدائي تجاري

70496

بناء على طلب المدعي / بتلك راس الخيمة الوطني
الدعوى عليه: نون راشد الحنفية القضائية ش.ذ.م.م
يرجى الإحاطة بأن الحكم بتاريخ 2024-07-08 بحسب مقتضى الحكم
أولاً: بالدعوى الاسمية رفضها والزمت المدعى بالمصاريف وعقيل ألعاب الحاماد.
ثانياً : بقبول الدعوى القضائية شكلاً وبالحقوق والزام المدعى عليه الأول قبلها - المدعى اساليا - والمدعى
عليه الثاني - المدعى اساليا - بالتضامن بما بينهما بأن يؤدما بموجبه تضاملاً مبلغ
533667.77 درهم. والعوائد القانونية عليه ذلك كله تاريخ ١9 سبتمبر من تاريخ الدعوى المتقابلة
12/2/2024 وحتى تمام السداد ، ورفضت مصادك من طلبات ، وأزمتها بالمصاريف وعقيل ألعاب
الحاماد. حكماً لا يلائم لا استئنافاً خلال ثلاثون يوماً ابتداءً من اليوم التالي للإعلان ، وبإيفاضها هذا الجعاد
طوعاً ضمن الحكم المشار إليه في الحكم سوف تتخذ الإجراءات اللازمة لتفسيخه.

إدري سعادة المتاعيلين
مريم محمد أحمد محمد

 **الإمارات العربية المتحدة**
وزارة العدل
ادارة الكاتب العدل والتصديقات

العدد ١٤٣٦٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٩/٢٦
إخطار عدلي بالقائه الوكالة
رقم MOJAU_2024-0259425 العاملة

إخطار عدلي بالقائه وكالة
المحضر: حسن نواز محمد نواز شوهري باستاني الجنسية
وأصل هوية الباشا رقم (78419777359494) رقم القلم: 0547552888. بريد الكتروني: Hasanakhan@msn.com.

ضد/ (المحضر/ الباشا) عدلي جرايد اكرم باستاني الجنسية، ويحمل هوية إسرائيلية رقم 0566261548، رقم التحضر، 9857171686272
ببريد الكتروني saad.akram@svt.com.pk

الشرح: أظهر لكم بموجب بياض في الغيت الوثيقة رقم MOJAU_2024_0258645 الصادرة بتاريخ 2024/9/5 المنوطة من قبلي تم عليه نابع جميع السلطات والصلاحيات الممنوحة لكم بموجبها تكون عليه ولا يجوز التعامل بهذه الوثيقة تاريخ لسلوك اللات، لذلك، أرجو إعلامكم بأننا قد قمنا بإلغاء الوثيقة، ولا يجوز التعامل بهذه الوثيقة رقم MOJAU_2024_0258645 الصادر بتاريخ 2024/9/5 تاريخه من إخطار عدلي وأن جميع الصلاحيات والسلطات والأوامر والحقائق الترتيبية عليها قد فقدت جميعها القانونية اعتباراً من تاريخ استلامكم هذا الإخطار تعتبر الوثيقة لا قيمة.

الكاتب العدل

[illegible]

منوعات

الفكر

27



كشفت الفنانة إسعاد يونس، تفاصيل الشخصية التي تجسدها داخل مسلسلها الجديد "تيتا زوزو"، الذي انطلق عرضه منذ ايام، موضحة أنها تؤدي دور "اعتزاز" الأم والجدة الفعالة في حياة أبنائها وأحفادها، من خلال علاقتها المختلفة مع كل شخص في عائلتها.

المسلسل يتناول أهمية فهم أفكار الجيل الجديد

إسعاد يونس: "تيتا زوزو" قريبة جداً من شخصيتي

الجزأين السابقين، دفع صنّاع العمل لتقديم جزء جديد، والذي سيشهد بالطبع تطوراً كبيراً على مستوى الموضوعات وظهور شخصيات جديدة"، لافتة إلى أن "المخرج خالد الحلفاوي يصنع حالة فنية شديدة التميز في هذا العمل". المسلسل بطولة دينا الشربيني، وشريف سلامة، وأحمد كمال، وتيم عيّد، وتأليف رنا أبو الريش ويسر طاهر، وإخراج خالد الحلفاوي. وعن نشاطها الفني كمنتجة، قالت "أجهز في الشركة العربية حالياً لمجموعة من الأفلام الجديدة، والتي لا زالت في مرحلة التحضير، لكن عموماً هناك 3 أفلام من المقرر تنفيذها قريباً، وهي مشاريع سينمائية ضخمة ومتنوعة". لافتة إلى رغبتها في إنتاج مسلسلات تلفزيونية خلال الفترة المقبلة، لكن الأمر لم يحسم بعد. وعن الجديد الذي سقدمه في برنامجها "صاحبة السعادة" خلال الفترة المقبلة، أكدت أن "البرنامج مستمر في تناول الموضوعات القريبة من الناس وتهمهم، فضلاً عن تقديم الشباب الموهوب والمبدع في مختلف المجالات".

2025، بالجزء الثالث من مسلسل "كامل العدد"، إذ ستبدأ تصوير أولى مشاهداتها خلال الأسابيع القليلة المقبلة.

وأكدت أن "النجاح الكبير الذي حققه المسلسل خلال

بقولها: "مخرجة دقيقة جداً في عملها، وتهتم بأدق التفاصيل، واختيارتها لكل الفنانين كانت موفقة، واثقة من إمكانياتها".

"كامل العدد 3" وتطرقت إسعاد يونس، خلال الحوار إلى مشاركتها في موسم دراما رمضان

التي يتناولها العمل، كونها قضايا عصرية وموجودة في حياتنا، ونحذر من خطورتها وتأثيرها". وعن أصعب ما واجهته في المسلسل، قالت إن: "فترات التصوير الطويلة، أرهقتني بشكل كبير، لكن تجاوزت هذه المتاعب سريعاً، لحماسي الشديد للعمل". ولفتت إلى تعاونها الفني الأول مع المخرجة شيرين عادل، واصفة إياها

وأوضحت إسعاد، أن التفاعل مع عائلتها من خلال القضايا المتنوعة التي يتناولها المسلسل، المرتبطة بالواقع والقضايا المعاصرة، خاصة المشاكل المتعلقة بأشكال التطور الجديد في التكنولوجيا والدكاء الاصطناعي وغيرها، لافتة إلى أن العمل يتناول أيضاً أهمية فهم أفكار الجيل الجديد. ورأت أن "الشخصية التي أجسدها في المسلسل، قريبة جداً من شخصيتي، وتشبهني بشكل كبير، لذلك لم تحتاج مني وقتاً طويلاً خلال فترة التحضير، وبالتالي لم أواجه أي صعوبات في تلك التجربة". وتابعت "كنت أشعر طوال الوقت أنه لا يوجد أي اختلاف بين شخصيتي و(زوزو) في تعاملها مع المواقف والمشكلات التي تمر بها، وقدرتها على التصدي لأي أزمة".

ويشارك في بطولة المسلسل بجانب إسعاد يونس، كل من صلاح عبد الله، وإسلام إبراهيم، وندى موسى، ومحمد كيلاي، وإيناس كامل، وحمنة العليبي، والعمل تأليف محمد عبد العزيز، وإخراج شيرين عادل.

وتدور الأحداث في إطار اجتماعي كوميدي، على مدار 30 حلقة، حول شخصية "اعتزاز عبد المقصود" الشهيرة بـ "زوزو"، وعائلتها الكبيرة المكونة من 4 أبناء و7 أحفاد، وعلاقتها المختلفة معهم، وكيفية مواجهتها للمشاكل التي يتعرض لها أبنائها وأحفادها.

"صاحبة السعادة"

وقالت إسعاد يونس، إن فكرة مسلسل "تيتا زوزو"، نبتت من خلال برنامجها الشهير "صاحبة السعادة"، موضحة أن "أحمد فايق رئيس التحرير اقترح علياً الفكرة، ثم طرحها على مُعد البرنامج محمد عبد العزيز الذي عمل بدوره على السيناريو والحوار". وأكدت أن أكثر ما جذبها في المسلسل، اعتماده على فكرة العائلة وتناوله المشاعر المختلفة التي تجمع بين أفرادها، وكيفية مواجهة الأزمات التي يتعرض لها أي شخص، مشددة على "أهمية المشاكل

هند صبري: ترجمت كل المشاكل اللي قابلتني في مسلسل "البحث عن علا"

2009، واشترت قصة قصيرة والغلاف بتاعها أخضر مكتوب عليه "عابزة أتجوز"، أشتريتها وعلى ما وصلنا الساحل كنت خلصتها، وطول الطريق وأنا بضحك بصوت عالي، وجوزي وهو سابق يقول في إيه وأقوله مش محقولة، لغيت مكتوب اسم المؤلفة غادة عبد العال، ومكتش عارفة هوصلها إزاي، وكان المنتج طارق الجنايني ساعتها اتفقنا نعمل مسلسل سوا، فكلّمته قولتلها، وبدأت الرحلة من هنا. والمسلسل ده منجش في وقتها بسبب طريقة تصويره اللي ناس كتير اتريقّت عليه وقالوا عليها شخصية أوفر في وقتها، دلوقتي الناس بتنام عليه".

وأكدت هند صبري قائلة: "الشغل على البحث عن علا متعب أكيد لأن أنا بلبس كذا كاب في المسلسل هنا، سواء الإشراف على الكتابة أو أني منتجة منفذة بالإضافة لأنني ممثلة كمان في المسلسل فده صعبوته وحلاوته في نفس الوقت، لأن أنا دايماً ورايا حاجات، من التصوير للمونتاج لاختيار الموسيقى مع خالد كمار، وكمان بنختار أغاني لأن الموسم الثاني في أغاني زى الموسم الأول، لازم تبقى ليها بصمتها".

كشفت النجمة هند صبري في تصريحات لـ "اليوم السابع" عن دورها في الجزء الثاني من مسلسلها البحث عن علا الذي طرح على منصة نيٹفلكس، وسيتكون العمل من 6 حلقات ستطرح دفعة واحدة على المنصة. وصرحت هند صبري قائلة: "أنا مشرفة على كتابة الموسم الثاني من البحث عن علا، لأن أنا دايماً بحس أن علا جزء مني، أنا عارفة تفاصيلها كويس، وعارفة بتفكر إزاي وهتصرف إزاي دايماً، وهي أقرب شخصية ليا من كل اللي قدّمتهم، أنا بقالي ستين ونص تقريباً عابشة مع علا".

وتابعت هند صبري قائلة: "علا مشتتة زى، وغالباً كلنا مشتتات، وعشان كده كان في الكتابة عندي شوية محاور مكنتش عابزة منعالجهمش في البحث عن علا سواء الموسم الأول أو الثاني، والحمد لله في الأول ده حصل وإن شاء في الثاني لما تشوفوه ده حصل. والحقيقة أنا ك هند تعبت من التشيت، ف الحمد لله أني عندي مكان أترجم فيه إحساسى وعلا هي الترجمة بتاعتني كل ستين أخط مشاكل في موسم جديد منها".

وأشارت هند صبري قائلة: "أنا فاكدة كويس كنت مسافرة الساحل سنة

أيتن عامر: فيلم «عنب» كوميدي وخفيف ولا وقت لدي للتيك توك والسوشيال ميديا

قالت الفنانة أيتن عامر إن فيلم عنب الذي يتم عرضه لأول مرة في دور السينما المصرية، يدور في إطار كوميدي خفيف، والهدف منه تقديم التمتة والتسلية للجمهور، مؤكدة أن الفيلم الكوميدي من أصعب أنواع الدراما فليس من السهل على الإطلاق رسم الضحكة على وجه المشاهد، مشيرة إلى أن فريق العمل تعاون من أجل تقديم الفيلم بهذه الصورة للجمهور، خاصة أن كواليس الفيلم عبرت عن روح الحب والتعاون بين جميع أبطال العمل. وأوضحت أيتن عامر، على هامش العرض الخاص لفيلم "عنب"، أن مشاركة النجم إسلام إبراهيم بطولة الفيلم، إضافة قوية، خاصة أنها لم تكن المرة الأولى التي جمعتها معه عمل فني مشترك، مشيدة بمشاركة كل من نور قدري ومحمود البني وتوني ماهر، في بطولة الفيلم، الذي لقي ردود فعل جيدة عند عرضه بعدد من الدول العربية. وحول أعمالها الفنية القادمة، أكدت أنها تستعد لعرض فيلم "الجنينة"، ومسلسل "بدون مقابل"، مؤكدة أنها ستشارك النجم محمد رجب بطولة مسلسلها القادم، وعن مشروعها الغنائي أوضحت أنها تمنح الغناء وقتاً أكبر وتسعى لتحقيق خطوات فنية في المجال الغنائي، من خلال التدريبات المستمرة واختيار الألحان والكلمات المناسبة، مؤكدة: "ابتعدت عن التيك توك بقالي شهور عشان بركز في شغلي، ومعنديش وقت أضيعه". وشارك بالعرض الخاص كل من الفنان توني ماهر وعدد من ضيوف شرف الفيلم، والمخرج أحمد نور والمنتجة رشا الطنحاني. ويشارك في بطولة الفيلم أيضاً كل من خالد عيش، محمد حسني، أحمد سالم، علي عفت علوي الحسيني.





تحذير للنباتيين .. عناصر غذائية هامة قد تفقدها أجسامهم

وتعكر المزاج". وينصح دوبرلي النباتيين بضرورة تناول مجموعة متنوعة من البروتينات النباتية في نظامهم الغذائي، بما في ذلك البقوليات والتوفو والأرز البني والكيثوا والمكسرات، لدعم احتياجاتهم الغذائية. ويوضح قائلا: "يلعب البروتين دورا كبيرا في عملية التمثيل الغذائي ووظيفة المناعة ونمو العضلات. ويساعد تناول الأطعمة النباتية الغنية بالبروتين بانتظام على تلبية هذه الاحتياجات".

الأطعمة النباتية المتنوعة توازن ميكروبيوم الأمعاء، ما يشجع على إنتاج النواقل العصبية مثل السيروتونين، هرمون "الشعور بالرضا"، والذي يمكن أن يحسن مزاجك". ويضيف: "ومع ذلك، يجب أن يكون الأشخاص الذين يتبعون نظاما غذائيا نباتيا على دراية بنقص المغذيات المحتمل، مثل فيتامين B12 والحديد والزنك، حيث تساعد أيضا على الحفاظ على صحة الأمعاء ومنع مشاكل مثل ضبابية الدماغ

تحمل الأنظمة الغذائية النباتية الكثير من الفوائد الرائعة للجسم، ولكنها قد تسبب نقصا في عناصر غذائية ضرورية، ينبغي الدراية بها. وقال خبير التغذية كريس دوبرلي: "إن النظام الغذائي النباتي الغني بمضادات الأكسدة وحمض الفوليك والمغنيسيوم، يدعم ميكروبيوم الأمعاء الصحي، وهذا بدوره يمكنه أن يحسن صحة الأمعاء بشكل عام والرفاهية العقلية عن طريق تقليل الإجهاد التأكسدي والالتهابات. وتعرّز

منوعات

الفكر

قرأت لك

التفاح



يحتوي المائة غرام من التفاح على 85 ٪ من وزنها ماء - 12 ٪ سكر و90 وحدة من فيتامين i - 40 وحدة من فيتامين ب1 - 20 وحدة من فيتامين سي - 4 غرامات من الالياف والكثير من الاملاح المعدنية مثل البوتاسيوم والكالسيوم والفوسفور والحديد - يوجد في التفاح مادة تسمى (البكتين) التي تساعد على التخلص من الحموضة والغازات بالعدة وكذلك يحد من ارتفاع الكوليسترول في الدم ويوقف ارتفاعه كما انه يساعد على استقرارا في سكر الدم.

يعالج التفاح الامساك والاسهال وذلك لقدرته على تنظيم عملية الهضم بالعدة والامعاء حموضة المعدة ويساعد على تقطيت حصى المرارة. للوقاية من الاصابة بتصلب الشرايين يؤكل تفاحتين في اليوم. ومن فوائد التفاح انه يزيل حمض البول وينشط الكبد ويهدئ السعال ويزيل الشعور بالتعب.

سؤال وجواب

• بِمَ يُلقَب كوكب بلوتو؟

الكوكب القزم.

• بماذا يُسمى صغير الحمام؟

الجحش.

• بِمَ يُسمى صغير الكلب؟

جرو.

• كم تبلغ عدد أرجل العنكبوت؟

8 أرجل.

• من الذي اخترع المصباح الكهربائي؟

توماس أديسون.

شريحة من الجبن تساعدك على التخلص من رائحة الفم الكريهة

كشف أحد أطباء الأسنان عن مادة غذائية غير متوقعة تساعد في التخلص من رائحة الفم الكريهة، خاصة بعد تناول النوم. وفي مقطع فيديو على "تيك توك"، قال الدكتور أونكار: "الجبن رائع لتحديد درجة الحموضة في فمك. لا يهم أي نوع من الجبن، لكن شريحة من الجبن بعد الوجبة تساعد على التخلص من رائحة أنفاسك الكريهة، خاصة إذا تناولت وجبة ذات رائحة مزعجة ونفاذة. وتخفّض أيضا درجة الحموضة، وبالتالي تمنع البكتيريا المسببة للتسوس من العمل بجد". وأضاف أونكار: "الكرفس مفيد للغاية أيضا، ليس فقط لأنه يساعد عند مضغ الطعام عن طريق إنتاج اللعاب، بل كونه يساعد في التخلص من الجزيئات العالقة بين أسنانك". وبالإضافة إلى ذلك، يقترح أونكار تناول الكثير من الجزر، موضحا أن تأثيراته تشبه الكرفس لأنه يحفز إنتاج اللعاب، ما يساعد في إزالة الطعام العالق بين الأسنان.

احذروا تجاهلها .. 4 أجزاء من الجسم ينبغي وضع «واقي الشمس» عليها

حذر أطباء الجلد من أن العديد من الأشخاص ينسون وضع "كريم الوقاية من الشمس" على 4 أجزاء رئيسية من الجسم معرضة للإصابة بسرطان الجلد. شاركت الدكتورة نيرا ناثن، جراحة سرطان الجلد المدرية في جامعة هارفارد، مقطع فيديو على "تيك توك" حقق أكثر من 680 ألف مشاهدة، تقول فيه إنها تزيل السرطان من "ظهور اليدين والأذنين وفروة الرأس والرقبة" يوميا. وقالت ناثن لـ "نيوزويك": "معظم الناس يضعون واقي الشمس على وجوههم، ولكنهم لا يدركون ضرورة وضعها على المناطق المذكورة". ويتفق مع ذلك الدكتور ديفيد كيم، طبيب الأمراض الجلدية المقيم في مدينة نيويورك، قائلا إن المكان الأول الذي يتجاهله الناس هو الأذنين، تليها فروة الرأس واليدين. وكشف أنه بينما كان يكمل دراسته في الطب، وجد بانتظام سرطانات جلدية في أذان الرياضيين في الهواء الطلق، الذين يمارسون الرياضة دون استخدام واقي الشمس. ويمكن أن يحدث سرطان الجلد في أي جزء من الجسم، حتى البقع غير المعرضة لأشعة الشمس. ويزيد التعرض المتكرر والمباشر لأشعة الشمس فوق البنفسجية، التي تلحق الضرر بالخلايا، من احتمالية الإصابة بطفرة مسببة للسرطان بشكل حاد. جدير بالذكر أن أكثر من 80 ٪ من حالات سرطان الجلد ناجمة عن التعرض لأشعة الشمس، وفقا لأبحاث السرطان العالمية. ويحدث 13 ٪ من سرطانات الجلد في فروة الرأس، وفقا لدراسة أجريت عام 2018 من جامعة Paracelsus الطبية في النمسا.



الممثلة اليابانية يوريكو دوجوتشي لدى وصولها إلى حفل توزيع جوائز ايمي 76 في لوس أنجلوس. (ا ف ب)

هل تعلم؟

- يتطلب سلق بيضة النعامة (تزن كيلو ونصف الكيلو) من الوقت مائة دقيقة.
- الهيكل العظمي للأسماك غضروفي بالكامل.
- سكر الخشب له نفس مميزات السكر العادي ، مع أنه ليس له نفس الطعم .
- عندما يتعفن البيض يصبح محتواه من الزلال الأبيض أكثر ميوعة.
- نسمع أنثى الجندب بقوائمها.
- يأكل الحلزون أوراق الشجر عن طريق جرشها بواسطة اللسان، ويمكن أن تصل أسنان الحلزون إلى 25.000 سن
- الفران لا تستطيع التنقيؤ.
- يضاف الي بطارية السيارة حامض الكبريتيك
- دودة الأرض ليس لها عيون.
- تستطيع البومة أن تدير رأسها بشكل دائري.
- البرسوع (يرقانة الفراشة) لها 1.300 عضلة في جسمها.
- إن (الزايترول) مادة سكرية تستخرج من التين و الفراولة و لا تسبب التسوس
- منتج (العسل) لا يتعفن مهما طال به الزمن لأن به مادة مضادة للتعفن
- تبلغ نسبة الماء في العسل الطبيعي 22 ٪
- الأقعى لا أضراس لها.

قصة لص الدجاج

اعتاد أحد اللصوص ان يسرق الدجاج فقط..وبالطبع هذا لص عجيب لكن لا تستعجبوا .. انه يسرق الدجاج ويربيه ويبيعه.. وقد اشكى الناس كثيرا إلى القاضي ولكن دون فائدة حتى اعلن القاضي انه ينس من هذا اللص لكنه سيقدمه لهم صباح يوم الجمعة القادمة قبل الصلاة .. جاء القاضي وطلب من زوجته ان تحضر له بعض الدجاجات من حضيرتها فلما تساءلت قال لها كيف يمكننا ان نعرف دجاجاتنا حتي اذا سرقها لصا وصلنا اليه وضبطناه متلبسا ففكرت الزوجة الذكية قليلا ثم قالت اذن عرفت ماذا تقصد ودع الامر لي .. جمعت الزوجة كل دجاجاتها من الحضيرة وجعلتها داخل البيت وفي مساء يوم الخميس اخرجت الزوجة الدجاج إلى الحظيرة وقد صبغت تحت اجنحته بلون احمر قانيء ثم نثرت هذا اللون خارج الحظيرة ايضا واختبأت خلف باب بيتها تراقب حضيرتها حتى انتصف الليل وجاء اللص وجمع بعض الدجاجات في قفص وذهب مسرعا وفي الصباح المبكر سار القاضي وحراس الشرطة خلف خطوات اللص الذي تلون حذاؤه باللون الاحمر وعندما وصلوا لبيتهم قق القاضي الباب وسأل صاحب البيت هل عندكم حظيرة للدجاج فقال الرجل بالطبع فانا تاجر للدجاج فقال القاضي الم يأت احد بعد ، بل لم يأت احد يبيعني دجاج منذ ايام فقال القاضي حسنا دعنا نرى حظيرتك وبعد ان دخل قال نبحت عن دجاج ابطه احمر مثل هذا وامسك باحدى دجاجات زوجته ثم قال واللص ينتعل حذاء صبي أسفله بالاحمر مثل هذا ومد يده وامسك بحذاء اللص وقال ولصا يدها ملونتان باللون الاحمر مثل يديك ..دهش اللص الذي لم ينتبه للون الاحمر في يده فقد دخل فراشه بعد ان انتهى من سرقاته فضحك القاضي وقال هيا ايها المسكين فانا في عجلة من امري أريد ان اشكر زوجتي واقتارها ذات اللون الاحمر.

