

إعلان الفائزين في مسابقة
أفضل عرض تقديمي فعال في
ثلاث دقائق بجامعة الشارقة



أسعد رشدان:
«أسماء من الماضي» بالرغم من
بساطته حظي بنسب متابعة عالية



لماذا لم يفت الأوان
بعد لبدء ممارسة
الرياضة؟!



حق الحضنة التلقائية لألم يثير جدلاً في مصر

دفع تكرار جرائم قتل نساء
مطلقات لأطفالهن في مصر،
خبراء قانونيين إلى المطالبة
بمراجعة مبدأ الحضنة التلقائية
للأم في حالة الطلاق، المنصوص
عليه بالقانون الحالي، مطالبين
بأن تكون الحضنة لمن هو
أصل تلك المسؤولية من شتى
النواحي، وأهمها الصحة العقلية
والنفسية.

وصباح السبت كشفت النيابة
العامة في مصر تفاصيل جريمة
مروعة ارتكبتها سيدة قتلت
طفلها البالغ من العمر 5 سنوات
في مركز شافوس بمحافظة
الشرقية، شمال شرقي القاهرة،
وقطعت جسده أشلاء وحاولت
إخفاء الجثة والعبث بها.

ورغم أن التحقيقات تشير إلى
أن المتهمه مسؤولة عقلياً عن
تصرفاتها، إلا أن النيابة أكدت أنها
ستتخذ إجراءات قانونية محددة
للتأكد من سلامة قواها العقلية.
شاهد من قرية أبو شلبي في مركز
فافوس التي وقعت فيها الجريمة
ويُدعى سلامة علي، قال لوقع
سكاى نيوز عربية: إن: المتهمه
تدعى هناء وعمرها لا يزيد عن
30 عاماً، وأن طفلها الضحية
يُدعى سعد وعمره 5 سنوات.

المتهمه منضلة من زوجها منذ
أكثر من عامين وكانت تعيش مع
الطفل الضحية في منزل متهالك في
القرية وتعمل بالأجر اليومي
في الأراضي الزراعية بعدما
حصلت على حضنة الطفل

عقب الطلاق. أكد القربون
أن هذا ما دفعها لارتكاب تلك
الجريمة البشعة. خلال السنوات
الماضية شهدت مصر ارتكاب نساء
مطلقات أو غير مطلقات لجرائم
قتل لأطفالهن. لأسباب مختلفة
أهمها إرضاء الشقيق أو زوج الأم،
وهي جرائم عزها البعض لوجود
خلل نفسي وعقلي لدى تلك

النساء. في يناير 2022 قامت
سيدة مطلقة وشقيقتها بقتل
طفلتها خنقا والقضاء جثتها من
أعلى جسر مشاة، لإرضاء الشقيق
الذي طلب التخلص منها بسبب
بكاها المتكرر، وتم القبض عليهما
وإحالتهما للمحاكمة.

في سبتمبر الماضي، أحالت النيابة
العامة سيدة للمحاكمة أمام
الجنائيات بتهمة قتل طفلها
الشروع في قتل بقية أطفالها
الثلاثة، بمساعدة عشيقها لإجبار
زوجها على طليقها، بمركز
منشأة القناطر، في القلوبية
شمالي القاهرة.

نصائح غذائية أساسية

.. فكري بها جيداً

يقبل الناس عادة على تناول ما لذ وطاب من الأطعمة
والمشروبات دون حساب أو رقابة على ما يدخل إلى
الأجسام من سعرات حرارية ومن عناصر مضرّة
بالصحة.

اختصاصية التغذية عبير أبو رجيلي، مالكة
عيادة Diet of the Town، تتطلعك في
السطور الآتية على بعض النصائح الغذائية
وتنصح بالبدء بتطبيقها على الفور.



الحرق في الجسم، فضلاً
عن تجنّبك الإصابة
بالصداع، لذلك اشربي
الماء بكميات وفيرة (على
الأقل 8 أكواب) يومياً.

- فكري بممارسة الرياضة

التمارين الرياضية المنزلية أو المشي أو ركوب
الدراجة الثابتة من التمارين الرياضية السهلة،
والتي يمكنك القيام بها في المنزل، أو في محيطه، قومي
بتأديتها لمدة نصف ساعة على الأقل يومياً، لتتعمي
بصحة جيدة وتحرق المزيد من السعرات الحرارية،
وتتعمي أيضاً بمزاج جيد في هذه الفترة من العام.

- قولي: لا للتدخين

قد تكون الجلسات الأنيسة برفقة الأصدقاء والعائلة
محفراً للبعض على تدخين الشيشة أو السجائر، ولكن
تذكر دائماً أن ضررها كبير جداً على صحتك، فهي
سبب مهم للإصابة بأنواع السرطان المختلفة وأمراض
القلب والشرايين، فضلاً عن أنها تجعلك عرضة
للتجاعيد المبكرة.

- أضرار أكل الحلويات على الجسم

من المهم أن نتذكر أن الجسم بعد أن يصبح معتاداً على
قضاء فترات طويلة دون طعام "يمكن أن يؤدي ذلك إلى
آثار سلبية على صحة المرء.

في الحالات التي توجد فيها حالة صحية مرضية
موجودة مسبقاً مثل مرض السكري وأمراض القلب
تتضاعف المخاطر الصحية مع فقدان السيطرة المفاجئ
على مستويات السكر في الدم الناتج عن استهلاك
كميات كبيرة من الحلويات والسكريات لذا يجب الحذر
الشديد.

من الآثار السلبية للإكثار من الحلوى تشمل ما يلي:
أ: إن تناول الحلويات بكثرة بعد الانقطاع عن الطعام
لفترة طويلة يمكن أن يؤدي إلى ارتفاع مستويات السكر

- انتهي ما تأكلين

ابتدي عن المأكولات الدسمة والدهنة قدر المستطاع؛ مثل
الوجبات السريعة والجاهزة، واللحوم الغنية بالدهون
والسمن، والمقالي على أنواعها. إذا كان لا بد من تناول
الحلويات الشرقية، فيجب أن يكون ذلك باعتدال؛ كونها
غنية جداً بالسعرات الحرارية المتأتبة من السكر والدهون
غير الصحية.

- تناولي الفواكه الطازجة

حذار إهمال تناول الفواكه الطازجة، فهي مصدر
للفيتامينات والمعادن والألياف الغذائية التي تحمي
من الإصابة بالإمساك. فكري بتناول التفاح، الفواكه
المحضية، الكيوي، الفراولة، الشمام، البطيخ.. فهي
ممتازة لتزويد الجسم بالفيتامين سي C الذي يحتاجه؛
لنماعة جيدة، ونشاط وحيوية. تعتبر بدلاً صحياً ولذيذاً
للحلويات.. يستحسن التعرف على بدائل الحلويات .

- زيدي كمية الخضراوات المتناولة يومياً

قومي بإضافة المزيد من الخضراوات إلى أطباقك
اليومية، واستعيني بالخضراوات الخضراء؛ مثل الهندباء،
والكرنب، والسبانخ، والخس، والفقيرة بالسعرات الحرارية،
كذلك بالفطر والخيار والفجل والملفوف والبروكلي...
فالخضراوات غنية بالفيتامينات والمعادن والألياف
الصحية.. قد تودين التعرف إلى فوائد البروكلي.

- تجنّبي المشروبات الغازية

لا تقربي المشروبات الغازية المصنّعة بالصحة، والتي تحتوي
على نسب عالية من السكر. كذلك تجنّبي العصائر
الجاهزة المصنّعة. قومي باستبدالها بعصير الليمون
الطازج، أو عصير الرمان أو التوت البري... الغذائية، ولكن
باعتدال؛ كونها تحتوي على نسبة من السكر.

- لا تهملّي تناول الماء

الماء حليف الصحة والرشاقة، وشرب الماء مهم لسير
عمل كل أعضاء الجسم وتحفيز الدورة الدموية وعملية

انتبه من علامات النوبة القلبية

أفادت مجلة هيلبراكسيسنت الألمانية بأن هناك علامات تشير إلى
احتمال الإصابة بنوبة قلبية، والتي يلزم التنويه لها لاتخاذ اللازم
في الوقت المناسب.

في البداية يعرف الأطباء النوبة القلبية بأنها انسداد للأوعية الدموية
للقلب، مما يمنع الدم من الوصول إلى القلب، الأمر الذي ينتج عنه
موت عضلة القلب، وموت الشخص المصاب إذا لم يتم علاجها بأسرع
ما يمكن. وقد تظهر أعراض النوبة القلبية في شكل تعرق بارد وآلام
في الصدر أو شعور بالضيق في الصدر وقبي، وآلم في الذراع أو الفك أو
الرقبة أو الظهر، مع حرقة في المعدة وعسر هضم، وإرهاق بشكل غير
معتاد. وهناك بعض الحالات الطبية وأتماط حياة تزيد من خطر
الإصابة بنوبة قلبية، مثل السمنة والسكري والتدخين، والتي تعتبر
من عوامل الخطر المعروفة.

ويسري ذلك أيضاً على أمراض القلب والإصابة السابقة بنوبة قلبية
وارتفاع ضغط الدم وارتفاع مستويات الكوليسترول في الدم، فضلاً
عن التاريخ العائلي للإصابة بالنوبات القلبية.

ونصح الأطباء الألمان عند ملاحظة أي من هذه الأعراض بالاتصال
بالتورائ بأسرع ما يمكن أو التوجه لأقرب مستشفى، مع ضرورة
اصطحاب أحد الأصدقاء أو أحد أفراد الأسرة ودون قيادة السيارة،
حيث يمكن للشخص المصاب أن تتدهور حالته الصحية ويتعرض
لفقدان الوعي أثناء قيادة السيارة.

اكتشاف بكتيريا مقاومة للمضادات الحيوية

اكتشفت في الغيوم بكتيريا مقاومة للمضادات الحيوية سببتها الرياح
إلى السحاب لمسافات طويلة جداً أحياناً، على ما كشفت دراسة فرنسية
كندية. وقال معد الدراسة الرئيسي فلوران روسي إن " هذه البكتيريا
عادة ما تعيش فوق الأرواق أو داخل التربة، فيجب وكالة فرائس
برس. ونقلت الوكالة عن روسي قوله "اكتشفنا أن الرياح حملتها
إلى الغلاف الجوي، وأن بإمكانها التنقل لمسافات طويلة وعبر الكرة
الأرضية على ارتفاعات عالية بفضل السحب".

وكان عدد من الباحثين في جامعة لافال في كيبك وجامعة كليرمون
أوفيرنييه قد أخذوا عينات باستخدام "مكاشس كهربائية" عالية
السرعة من سحب متشكلة فوق بوي دو دوم، وهو بركان خامد في
وسط فرنسا، بين سبتمبر 2019 وأكتوبر 2021.

ومن محطة أبحاث تقع على ارتفاع 1465 متراً، حلل العلماء هذه
العينات بحثاً عن جينات مقاومة للمضادات الحيوية.
وقد توصلوا إلى أن الغيوم احتوت على ما بين 330 وأكثر من 33
ألف بكتيريا لكل ميلتر من الماء، في متوسط نحو 8 آلاف بكتيريا لكل
ميلتر. وتم تحديد 29 نوعاً فرعياً من الجينات المقاومة للمضادات
الحوية في البكتيريا. ومع شيوخ استخدام المضادات الحيوية في
الرعاية الصحية والمجال الزراعي، يمثل هذا النوع من البكتيريا
"تحدياً صحياً كبيراً على المستوى العالمي"، بحسب الدراسة.

أطباء أطفال في أوروبا يرفون الصوت بسبب نقص الأدوية

حذراً أطباء أطفال من دول أوروبية عدة من نقص أدوية للأطفال بما
فيها المضادات الحيوية وعلاجات الربو.

وقال الأطباء في رسالة موجهة إلى وزراء الصحة اطلعت عليها وكالة
فرائس برس السبت، إنه "من الضروري إيجاد حل سريع وموثوق
ودائم" للمشكلات التي تواجهها مخزونات الأدوية في أوروبا.

وأضافوا "صحة أطفالنا وصغارنا في خطر بسبب نقص الأدوية في
كل أنحاء أوروبا".

وكانت الرسالة موجهة إلى وزراء الصحة في النمسا وفرنسا وألمانيا
ومنطقة جنوب تيرول الإيطالية وسويسرا.

وأشار الأطباء إلى أنه من مسؤولية صناعات القرار السياسي ضمان
الإنتاج والإمداد الكافيين للتأكد من توافر الأدوية الأساسية لرعاية
الأطفال.

وتابعوا أنه من الضروري أن تكون المضادات الحيوية وأدوية تسكين
الآلام وأدوية الحمى والربو واللقاحات متوفرة.

البطل الصغير ينقذ حافلة مليئة بالتلاميذ

أصبح طفل أميركي حديث المواقع الاجتماعية وتحول إلى البطل
الصغير، بعد تدخله الشجاع لإيقاف حافلة مدرسية على طريق مزدحم،
إثر إغماء سائقها.

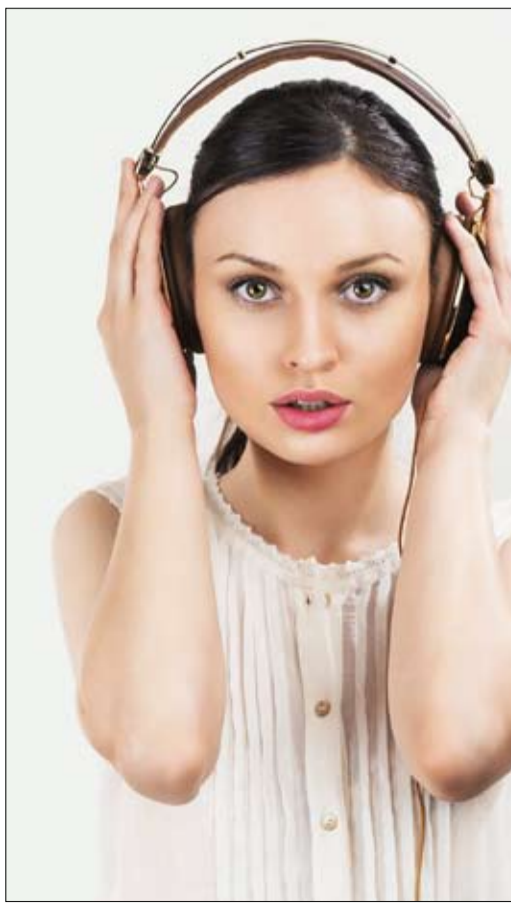
وقال موقع "سكاى نيوز" البريطاني إن ديبلون ريفز، البالغ من العمر 13
عاماً، نال الثناء على "تصرفه الاستثنائي والشجاع"، بعد إنقاذه حافلة
مدرسية كانت تقل عشرات الأطفال في منطقة ديترويت في ميشيغان
الأميركية.

ويظهر الفيديو، الذي صورته كاميرا مراقبة يوم الأربعاء الماضي، لحظة
إغماء السائق، ونهوض المراهق من مقعده للسيطرة على مقود الحافلة،
التي كان على متنها نحو 70 طفلاً في طريق مزدحم.

وتسكن ديبلون من إيقاف المركبة في منتصف الطريق باستخدام فرامل
اليد، حسب ما كشف المسؤول عن المدارس الرسمية في المنطقة، روبرت
ليفنوا.

ويسمع في الفيديو التلاميذ وهم يصرخون من الخوف، بينما يتولى ريفز
السيطرة على الحافلة ويطلب منهم الاتصال برقم هيئة الإنقاذ في حالات
الطوارئ. وقال ليفنوا: "خلال 35 عاماً من التعليم، كان هذا تصرفاً
غير عادي.. تصرف شجاع وناضح من جانب الطفل". من جهته، ذكر والد
ديبلون: "حصلنا على بطل صغير"، وأضاف مزاحاً: "إنه سائق جيد". يشار

إلى أنه تم نقل سائقة الحافلة إلى المستشفى لتلقي العلاج.



علماء يحذرون من مواد مسرطنة

في الألعاب وسماعات الرأس

اكتشف علماء من جامعات في كندا
والولايات المتحدة أن المنتجات
بما في ذلك سماعات الرأس والألعاب
البلاستيكية وأدوات العناية الشخصية
تحتوي على مادة ضارة تزيد من خطر
الإصابة بالسرطان.

خلال دراسة نشرت في مجلة العلوم البيئية،
قام العلماء باختبارات على مجموعة من
المواد، ووجدوا أن 85% منها تحتوي على
البارفينات الملكورة قصيرة السلسلة، وهي
مواد معروفة بأنها تسبب السرطان.

شملت المواد التي خضعت للدراسة،
سماعات الرأس والألعاب البلاستيكية
وأدوات العناية الشخصية، والطلاء
والملابس.

وقال المؤلف المشارك في الدراسة وأستاذ
الكيمياء بجامعة تورونتو: "لقد دُهشنا
عندما وجدنا البارفينات الملكورة في هذه
الأنواع من المنتجات. نحن بحاجة للوقاية
من هذه المواد الضارة وخاصة تلك التي
يستخدمها الأطفال"

وقد أظهرت دراسات سابقة أجريت على
الفئران، تأثير البارفينات الملكورة قصيرة
السلسلة، والتي تسببت بإصابة الفئران
بالسرطان عبر استهداف الكبد والغدة
الدرقية والكلى على وجه التحديد.
وعلى الرغم من عدم وجود دراسات
تظهر تأثير البارفينات على البشر، إلا
أن الوكالة الدولية لأبحاث السرطان
تصنفها على أنها مواد مسرطنة محتملة
للشعر، لأنها تتراكم في أجسامنا وشبكاتنا
الغذائية وبيئتنا.

بايدن يرد بالضحك على نكات استهزائه

برحابة صدر وبالضحك تلقى الرئيس
الأميركي جو بايدن النكات التي استهزئته
وتمحورت حول عمره خلال عشاء
مراسلي البيت الأبيض مساء السبت ورد
عليها بنفسه. تجملت نخبة السياسيين
والإعلاميين في دوائر واشنطن للعشاء
السني لمراسلي البيت الأبيض والذي
مزج بين الضحكة التقليدية ونداءات

للإفراج من ضحيفين من سجون في
الخارج. وأعلى المنصة الممثل الكوميدي
في برنامج "ديلي شو" روي رود جونور
الذي صوب نكاته على بايدن (80 عاماً)

لترشحه لولاية رئاسية ثانية ما يعني
أنه مع انتهاء الولاية سيكون بعمر 86
عاماً. ولقت وود إلى التظاهرات الغاضبة
في فرنسا مؤخراً احتجاجاً على رفع سن
الانتقاد. وقال "يقومون بأعمال شغب
لأنهم لا يريدون مواصلة العمل حتى سن
64. وفي أميركا لدينا رجل عمره 80

عاماً يرجو منا أربع سنوات أخرى من
العمل، ليقتاله بايدن الجالس على بعد
أمتار بإستامة عريضة. واعتبر أن شعار
بايدن "دعوني أنهي المهمة" ليس شعار
حملة انتخابية بل رجاء "مضيفاً قولوا
ما تشاؤون من رئيسنا، لكنه عندما
يستيقظ من القبولة، يُنجز العمل".



لتوفير بيئة عمل تنافسية للأطفال

مشروع التاجر الصغير في روضة الطوية في نسخته الثانية عشرة تحت شعار « خطوة صغيرة نحو نجاح كبير »



•• العين - الفجر

وأطلقت روضة الطوية مشروع "التاجر الصغير" في نسخته الثانية عشرة تحت شعار "خطوة صغيرة نحو نجاح كبير" لتعليم الأطفال الأعمال الريادية، وغرس روح المبادرة والابتكار. وأكدت مديرة روضة الطوية منى راشد الغيثي أن هذا المشروع الذي يقام سنوياً يهدف إلى تحويل أفكار الأطفال إلى حقيقة واقعية من خلال توفير بيئة عمل تنافسية، وإعطاء الفرصة لهم لإدارة مشاريعهم التجارية الصغيرة، وبث روح المبادرة لديهم. كما أتاحت التجربة هذا العام الفرصة لدمج أصحاب الهمم، حيث تم دعوة طلاب مؤسسة زايد العليا لأصحاب الهمم، ومركز الجدارة الخاص لتأهيل أصحاب الهمم، ومشاركتهم ببيع منتجاتهم الصغيرة، وتمكينهم من إدارة أعمالهم وموجههم في المجتمع. كما يهدف هذا المشروع إلى تحقيق أهداف سامية تتمثل في ترسيخ الثقافة المالية وإدارة الأموال لدى الأطفال من خلال عملية البيع والشراء لمعرفة حقوقهم ومسؤولياتهم وتمكينهم من الاستخدام الأفضل للموارد المالية ليصبحوا فاعلين في المجتمع. حضر الفعالية محمد الكندي رئيس قسم جمع التبرعات في الهلال الأحمر، وعدد من المسؤولين وأولياء الأمور. وقد تم تخصيص جزء من ريع هذا المشروع لهيئة الهلال الأحمر، وذلك ضمن مشاركة أشبال الهلال الطلابي في روضة الطوية ضمن جائزة "عون للخدمة المجتمعية" برعاية الهلال الأحمر.

إعلان الفائزين في مسابقة أفضل عرض تقديمي فعال في ثلاث دقائق بجامعة الشارقة



على إيصال أهمية أبحاثهم بطريقة فعالة للمجتمع في ثلاث دقائق. استهل الأستاذ الدكتور يوسف الحايك الحفل معرباً عن سعادته بهذا العدد من الطلبة المشاركين، مؤكداً أن هذا النوع من المسابقات ليس بالجديد ولكن حرصت الجامعة على تنظيمها لتشمل طلبة البكالوريوس بالإضافة إلى طلبة الدراسات العليا، وذلك لتأهيلهم من خلال تنظيم سلسلة من ورش العمل والمسابقات الداخلية للتعريف بالمكونات الأساسية للعرض التقديمي، وكيفية إعداد وتنظيم محتوى العرض للفعال، والتعرف على تقنيات الإلقاء والتواصل الفعال واكتساب مهارات إقناع الجمهور. ومن جانبه رحب الأستاذ الدكتور ماهر عمر بالمشروع والطلبة المشاركين في المسابقة، مشيراً

•• الشارقة- الفجر

بمحور الأستاذ الدكتور يوسف الحايك نائب مدير الجامعة للشؤون الأكاديمية، والأستاذ الدكتور ماهر عمر مدير معهد القيادة الأكاديمية في التعليم العالي، وعدد من عمداء الكليات وأعضاء الهيئة التدريسية، نظم معهد القيادة في التعليم العالي بجامعة الشارقة حفل إعلان وتكريم الفائزين في مسابقة "أفضل عرض تقديمي فعال في ثلاث دقائق" والتي شارك خلالها 95 طالباً وطالبة من مختلف الكليات بالجامعة، وتأهل منهم 37 مشاركاً من الطلبة للمرحلة النهائية، تعزز هذه المسابقة مهارات التواصل الأكاديمي والبحثي لدى الطلبة وتتميز قدراتهم في تقديم العروض التوضيحية، كما تعمل على تشجيع المشاركين

شرطة أبوظبي تشارك في فعاليات مهرجان سباق دلم التاريخي

•• أبوظبي- الفجر

مختلف الفعاليات التي تشهدها منطقة الظفرة وتعزيز إجراءات الأمن والسلامة للزوار وتوفير الخدمات كافة التي تعزز رضاهم وإسعادهم. وأوضح أن المشاركة تأتي ضمن رؤية واستراتيجية شرطة أبوظبي بأن تكون أبوظبي رائدة عالمياً في استدامة الأمن والأمان وتعزيز ثقة ورضا المجتمع والارتقاء بجودة الحياة لافتاً إلى الاهتمام المستمر بتعزيز التواصل مع المجتمع في المهرجانات والفعاليات المقامة في إمارة أبوظبي، للتعريف بالخدمات وأفضل الممارسات التطويرية.

تشارك شرطة أبوظبي في فعاليات النسخة السادسة لمهرجان سباق دلم التاريخي، والذي يقعد خلال الفترة من 28 أبريل ولغاية 7 مايو المقبل في جزيرة دلم بمنطقة الظفرة بإمارة أبوظبي. وأكد العميد محمد حمدان المنظري نائب مدير الشؤون الإدارية و العمليات في مديرية شرطة منطقة الظفرة بقطاع الأمن الجنائي، حرص المديرية والجهات الشرطية المختلفة على المشاركة في



شما بنت محمد تترأس اجتماع الجمعية العمومية لمؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان

•• العين - الفجر

عقدت الجمعية العمومية العادية اجتماعها السنوي (افتراضياً) عن عام 2022 لكل من مركز الشيخ محمد بن خالد آل نهيان وجمعية محمد بن خالد آل نهيان للأجيال برئاسة وحضور الشقيقة د. شما بنت محمد بن خالد آل نهيان رئيس مجلس إدارة مؤسسات الشيخ محمد بن خالد آل نهيان الثقافية والتعليمية

المستقبل؛ وذلك يحتاج إلى يتواءم معه تطور وتغير في فلسفة العمل ومعطياته، مدركين أن العالم من حولنا يتسارع في تطوره بصورة واسعة، ويحتاج أن تتسارع معه؛ فالاستقبال ليس فيه مكان لمن تتأخر خطواته ويبقى متوقفاً عند حدود ما حققه، فكل ما تحقق هو خطوة في مضمار العمل من أجل المستقبل، ومن أجل نمو وتطور المجتمع الإماراتي. كما أكدت على تبني المؤسسات

بن خالد آل نهيان الثقافية والتعليمية؛ لتواكب التطور الكبير والنمو المطرد لتطلعاتنا التي تسير وفق الأجندة العامة لدولة الإمارات العربية المتحدة، فنحن كمؤسسات نفع عام، نمثل الظهير المجتمعي الذي يساند الدولة في عملها من أجل بناء المجتمع وتطويره وتنميته؛ لتتماشى مفردهاته مع المسيرة البشرية نحو المستقبل. وأضافت " يأتي هذا الاجتماع

وبحضور الشقيقة روضة بنت محمد بن خالد آل نهيان و الشقيقة موزة بنت محمد بن خالد آل نهيان وأعضاء مجلس الإدارة والأعضاء العاملة والمنتسبة لكل من المركز والجمعية. وقد قالت الشقيقة د. شما في كلمتها في افتتاح الاجتماع " على مدار عام مضى، مثقلاً بالكثير من الأحداث والعمل والتغييرات التي تسعى إليها من أجل تطوير الأداء في مؤسسات الشيخ محمد

منوعات القلب

23

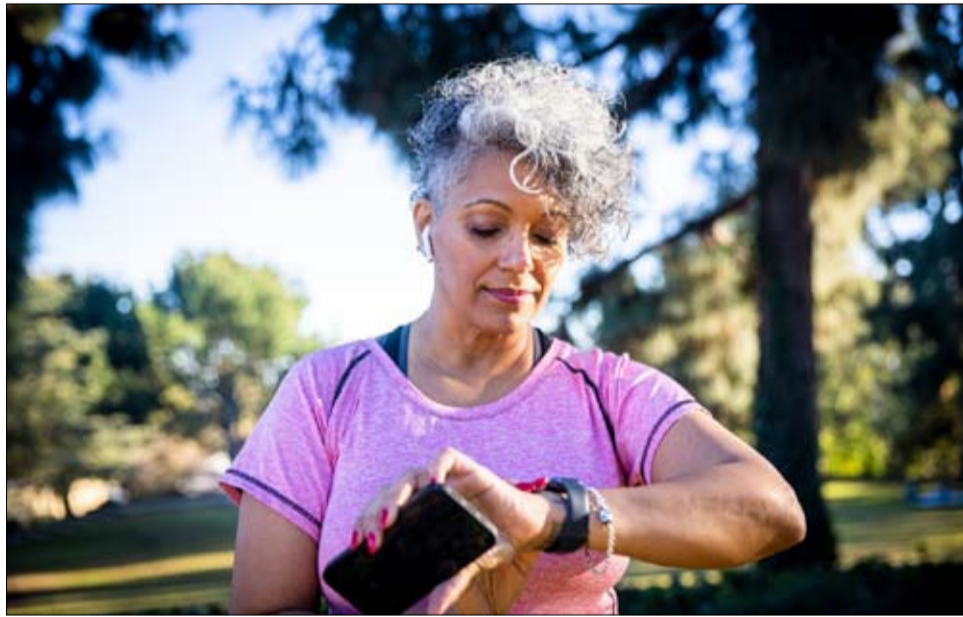
وجدت دراسة أن الساعات الذكية قد تسبب نوبة قلبية لدى المرضى المعرضين للخطر. فقد يتداخل التيار الكهربائي الصغير الذي ينبعث من الأجهزة الطبية مثل أجهزة تنظيم ضربات القلب ومزيلات الرجفان القابلة للزرع (ICDs).

وقال المعد الرئيسي الدكتور بنجامين سانشيز تيرون، مهندس كمبيوتر في جامعة يوتا: "هذه الدراسة تثير علامة حمراء. فتتداخل هذه الأدوات مع الأداء الصحيح لـ CIEDs (الأجهزة الإلكترونية القابلة للزرع في القلب) والتي اختبرناها".



قد تسبب آثارا مميّنة لدى مرضى القلب!

تحذير لمستخدمي الساعات الذكية



الذكية تتداخل بدرجة أقل من الساعات الذكية. وفي حالة جهاز تنظيم ضربات القلب، يمكن للتيار الكهربائي الصغير لـ bioimpedance أن يخدع القلب ليعتقد أنه ينبض بسرعة كافية، ما يمنع جهاز تنظيم ضربات القلب من أداء وظيفته عندما يفترض أن يفعل ذلك. وكتب الباحثون أن النتائج تشير إلى أن "الأجهزة المتاحة تجاريا المزودة بتقنية bioimpedance يمكن أن تتجاوز المعايير الحالية. ويمكن أن يكون لديها على الأقل إمكانية نظرية للتدخل، مع عواقب وخيمة غير مرغوب فيها".

ويمنع أن يؤدي الاستشعار المفرط أو الاكتشاف المفرط من قبل الجهاز الذكي إلى "حجب السرعة المنقذة للحياة في المريض المعتمد على جهاز التنفس الصناعي". ولا تعمل أجهزة مقوم نظم القلب ومزيل الرجفان المزروعة (ICD) كجهاز تنظيم ضربات القلب فحسب، بل يمكنها أيضا تفعيل صدمة القلب لاستعادة نظم القلب المنتظم. ويمكن أن يخدع الجهاز القابل للارتداء المزود بمقاومة بيولوجية جهاز إزالة الرجفان لتوصيل المريض بصدمة كهربائية، والتي يمكن أن تكون مؤلمة. وقد يخطئ جهاز تنظيم ضربات القلب في التدخل من ساعة ذكية لإشارة قلبية، ما قد يؤدي إلى قيام مقوم نظم القلب ومزيل الرجفان القابل للزرع للزرع بصدمة قلبك لإعادته إلى الإيقاع الطبيعي. وتقوم جميع أجهزة مقوم نظم القلب ومزيل الرجفان (ICD) تقريبا، إن لم يكن كلها، بتقديم المشورة للمرضى حول إمكانية التدخل مع عدد من الأجهزة الإلكترونية بسبب المجالات المغناطيسية، مثل حمل الهاتف في جيب الصدر بالقرب من جهاز تنظيم ضربات القلب. ولم يتم ترخيص أي من هذه الأجهزة من قبل إدارة الغذاء والدواء (FDA) للأشخاص الذين لديهم أجهزة إلكترونية مزروعة بالقلب (CIEDs) بسبب هذه المخاطر. لكن الدكتور سانشيز تيرون يقول إن هذه هي المرة الأولى التي تكتشف فيها دراسة المشكلات المرتبطة بتقنية الاستشعار عن bioimpedance زيادة.

Rhythm. محاكاة الكمبيوتر بدلا من الأشخاص الحقيقيين، لذلك قد لا تنطبق النتائج بشكل مباشر. فوضعوا أجهزة ذكية على النماذج واختبروا مدى تأثرها بالتيارات الكهربائية. وتستخدم الموازين والساعات والخواتم الذكية في المنزل تقنية استشعار تسمى bioimpedance. وينبعث منها تيار صغير جدا وغير محسوس من الكهرباء يقاس في ميكرو أمبير في الجسم. ويتدفق التيار الكهربائي عبر الجسم، ويتم قياس الاستجابة بواسطة المستشعر لتحديد تكوين جسم الشخص، مثل العضلات الهيكلية للفرس أو الدهون، ومستوى الإجهاد أو العلامات الحيوية مثل معدل التنفس. وقام المحققون بتقييم أداء أجهزة علاج إعادة التزامن القلبي (CRT) أثناء تطبيق نفس التيار الكهربائي الذي سيتم استخدامه في تقنية bioimpedance.

كما قارن الباحثون مستوى التدخل بالقياس بالقوى المحددة في معيار التدخل الكهرومغناطيسي للأجهزة الذكية. وأظهرت عمليات المحاكاة قيم جهد تتجاوز الحدود الآمنة المتجاوزة، ما يشير إلى أن الأجهزة يمكن أن تسبب صدمات خطيرة للقلب. وتبين أن الحلقات الذكية والمقاييس

لكن الضيق أكد، أن الأجهزة تظل بالنسبة لمعظم الناس آمنة، وتشير الدراسات إلى أن الأشخاص الذين لديهم ساعات ذكية هم في الواقع أكثر صحة. وتابع تيرون: "أنجزنا هذا العمل في المحاكاة والاختبار على الطاولة وفقا لإرشادات إدارة الغذاء والدواء (FDA) المقبولة". وتستخدم أجهزة تنظيم ضربات القلب في الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في القلب تؤدي إلى بطء شديد في ضربات القلب. وهي تعمل باستخدام الأسلاك لاستشعار ما يفعله القلب. فإذا تباطأ أو فاته النبض، أرسل منظم ضربات القلب دفعة كهربائية لاستعادة الضربات. استخدمت الدراسة، التي نُشرت في مجلة Heart



للتمتع بصحة دماغية جيدة

لماذا لم يفت الأوان بعد لبدء ممارسة الرياضة؟!

وجدت دراسة أن ممارسة الرياضة مرة واحدة في الشهر في أي عمر يمكن أن يساعد في تجنب الخرف في وقت لاحق من الحياة.

وتشير الأبحاث إلى أن الحفاظ على النشاط طوال فترة البلوغ هو أفضل رهان لصحة الدماغ الجيدة في التقاعد، ولكن حتى ممارسة الرياضة في الستينيات من العمر، مفيدة.

بين التمارين وصحة الدماغ من خلال التعليم وتحصيل الطفولة والخلفية الاجتماعية والاقتصادية، على الرغم من أن التأثير ظل كبيرا حتى عند أخذها في الاعتبار. وعلى الرغم من عدم وجود طريقة معينة للوقاية من جميع أنواع الخرف، توصي هيئة الخدمات الصحية الوطنية بممارسة الرياضة واتباع نظام غذائي صحي ومتوازن والحفاظ على وزن صحي والحفاظ على ضغط الدم تحت السيطرة والتوقف عن التدخين. وقالت الدكتورة سوزان ميتشل، رئيسة قسم السياسات في مركز أبحاث الزهايمر في المملكة المتحدة: "هذه الدراسة الكبيرة، التي استمرت لأكثر من ثلاثة عقود وتم تمويلها بالاشتراك مع مركز أبحاث الزهايمر في المملكة المتحدة، تُظهر أنه لم يفت الأوان أبدا لبدء النشاط ومدى أهميته. بشكل حاسم تقدم دليلا قويا على أنه كلما زاد نشاطنا البدني، زادت الفوائد لصحة دماغنا".

نشيط معتدل - مرة إلى أربع مرات في الشهر - والأكثر نشاطا، خمس مرات أو أكثر، لكل فترة زمنية. ثم خضعت لسلسلة من الاختبارات المعرفية عندما بلغوا 69 عاما، والتي تضمنت النظر في سرعة المعالجة والذاكرة. وأولئك الذين كانوا نشيطين بدنيا على الأقل مرة واحدة إلى أربع مرات في الشهر في جميع الاستطلاعات الخمسة المنفصلة حققوا أفضل أداء في الاختبارات، ما يشير إلى أن النشاط البدني في أي وقت في مرحلة البلوغ، حتى لو كان مشاركا أقل من مرة واحدة في الشهر، مرتبط بالإدراك المعالي. وكان هذا التأثير أكبر من أولئك الذين مارسوا الرياضة بشكل متكرر خلال فترة مسح واحدة على الأقل، لكنهم لم يحافظوا بالضرورة على هذا في مراحل متعددة من الحياة. وقالت المعدة الرئيسية، الدكتورة سارة نعومي جيمس: "تشير دراستنا إلى أن الانخراط في أي نشاط بدني في أوقات الفراغ، في أي مرحلة من حياة البالغين، له تأثير إيجابي على الإدراك. يبدو أن هذا هو الحال حتى في المستويات الخفيفة من النشاط، ما بين مرة إلى أربع مرات في الشهر. علاوة على ذلك، يبدو أن الأشخاص الذين لم يكونوا نشيطين من قبل، ثم بدأوا في النشاط في الستينيات من العمر، يتمتعون أيضا بوظيفة معرفية أفضل من أولئك الذين لم يكونوا نشيطين أبدا. ولوحظ أكبر تأثير معرفي لأولئك الذين ظلوا نشيطين بدنيا طوال حياتهم. التأثير تراكمي، لذا فكلما طالبت مدة نشاط الفرد، زادت احتمالية حصوله على وظيفة معرفية أعلى في وقت لاحق من الحياة". وأقر الباحثون في مجلة علم الأعصاب وجراحة الأعصاب والطب النفسي ببعض الروابط

في الدراسة الأولى التي تبحث تحديدا في العمر وممارسة الرياضة وصحة الدماغ عند التقاعد، أراد باحثون من كلية لندن الجامعية معرفة ما إذا كان توقيت أنماط الحياة النشطة له تأثير. ووجدوا أن أولئك الذين يمارسون الرياضة بانتظام مع تقدمهم في العمر هم أكثر عرضة للتمتع بصحة دماغية جيدة من أولئك الذين يمارسون الرياضة في فترات ثم يستسلمون. لكنهم قالوا إن أي مستوى من التمارين - من المشي السريع إلى التدريبات الرياضية - أعطى المشاركين قوة عقلية معززة بالمقارنة مع أولئك الذين لم يفعلوا أي شيء. وخلص الباحثون بيانات من 1417 شخصا تم استجوابهم في ذلك الوقت حول مقدار التمارين الشهرية التي كانوا يمارسونها في سن 36 و43 و53 و60 و64 و69. وبناء على إجاباتهم، تم تصنيف الأشخاص على أنهم إما غير نشطين - لا نشاط بدني،



دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/جرين سولوشنز غسيل سيارات
رخصة رقم: CN 4667854 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : صالون موست
لكي للرجال رخصة رقم: CN 3015676
قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف بختيت احمد حم سالم الكثيري
تعديل الشركاء تنازل وبيع
اضافة علي نصرالله علي ناصر الرجيبى 100%
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة
التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا
الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/ليدي
فتنس لادارة المنشآت الرياضية
رخصة رقم: CN 4011735 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/مطعم
جولدن فود واي
رخصة رقم: CN 2730798 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة
الاسم التجاري: وعوله مواد البناء ذ.م.م
عنوان الشركة: المصحف م 0.45 مبنى سمو الشيخ عبدالله بن زايد بن سلطان
واخرين
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 4020098
التعديل الذي طرأ على الشركة:
1 - حل وتصفية الشركة
2 - تعيين السادة/الهامل وشركاه - محاسبون قانونيون ، كمصفي قانوني
للشركة بتاريخ: 2023/4/25 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية
العمومية غير العادية ، الموافق لدى كاتب العدل بالرقم: 2305016252
تاريخ التعديل: 2023/04/29
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان مراجعة الصفي المعين
خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/يونيك
اسبونز للتجارة العامة
رخصة رقم: CN 3705027 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/شبكة
العنكبوت لصيانة العامة
رخصة رقم: CN 4435116 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/اوشا
للتموين
رخصة رقم: CN 4784495 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/اندري
فلورين للخدمات الاستشارية
رخصة رقم: CN 3985241 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/البوفيه
الذهبي للوجبات الخفيفة
رخصة رقم: CN 3917937 قد تقدموا الينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق او اعتراض على هذا الاعلان
مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال اسبوع من
تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة
عن اي حق او دعوى بعد انقضاء المدة حيث ستستكمل
الاجراءات المطلوبة
مركز أبوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : استوديو مارفل
للتصوير الفوتوغرافي رخصة رقم: CN 4031776
قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف محمد عارف فرج محمد الصيعري
تعديل الشركاء تنازل وبيع
اضافة محمد سعيد مانع سعيد البحياني 100%
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة
التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا
الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : الأساس الفضي العقارية ذ.م.م.
رخصة رقم: CN 1160028 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل الشكل القانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف محمد اشرف اكبر علي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف عادل سيف عامر حسن الجابري
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف محمد اشرف اكبر علي 100%
تعديل اسم تجاري من / الأساس الفضي العقارية ذ.م.م
SILVER FOUNDATION REAL ESTATE L.L.C
الى / الأساس الفضي العقارية - شركة الشخص الواحد ذ م م
SILVER FOUNDATION REAL ESTATE - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال
يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : تريفيتا للرعاية الصحية
المنزلية ذ.م.م
رخصة رقم: CN 4005646 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل اسم تجاري من / تريفيتا للرعاية الصحية المنزلية ذ.م.م
TRIVITA HOME HEALTH CARE L.L.C
الى / تريفيتا للرعاية الصحية ذ.م.م
TRIVITA HEALTH CARE L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة
التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان والا
فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة
حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : بست & بست فاشن - ذ م م
رخصة رقم: CN 1021767 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال من 150000 الى 450000
تعديل الشكل القانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف علي احمد الزاهي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف فيصل صالح شحيل التميمي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف فيصل صالح شحيل التميمي 100%
تعديل اسم تجاري من / بست & بست فاشن - ذ م م
B E S T & B E S T F A S H I O N - L L C
الى / بست اند بست فاشن - شركة الشخص الواحد ذ م م
B E S T A N D B E S T F A S H I O N - S O L E P R O P R I E T O R S H I P L L C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال
ثلاثون يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى
بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : برايت ايند شاهين لتنظيم الفعاليات
رخصة رقم: CN 2917219 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 50000
تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف جمعة صالح خلفان سويلم الكاسبي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف فايفامبال موتورامان 100%
تعديل اسم تجاري من / برايت ايند شاهين لتنظيم الفعاليات
B R I G H T A N D S H I N E E V E N T M A N A G E M E N T
الى / برايت ايند شاهين لتنظيم الفعاليات - شركة الشخص الواحد ذ م م
B R I G H T A N D S H I N E E V E N T M A N A G E M E N T - S O L E P R O P R I E T O R S H I P L L C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال
أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى
بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : شركة جلف دريمز لتجارة مواد البناء ذ.م.م
رخصة رقم: CN 1304706 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 150000
تعديل الشكل القانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف جايابراساد جاناودهانان بيلادي
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف فيصل مرعي خميس محمد الكثيري
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف سريكينش كوروب تشيلانجانو مورا للدهان كيسافاكوروب 100%
تعديل اسم تجاري من / شركة جلف دريمز لتجارة مواد البناء ذ.م.م
G U L F D R E A M S B U I L D I N G M A T E R I A L S T R A D I N G L L C
الى / جلف دريمز لتجارة مواد البناء - شركة الشخص الواحد ذ م م
G U L F D R E A M S B U I L D I N G M A T E R I A L S T R A D I N G - S O L E P R O P R I E T O R S H I P L L C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال
يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : سيدلية ماكسيم - شركة الشخص الواحد ذ م م
رخصة رقم: CN 4576362 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال من 500000 الى 100000
تعديل الشكل القانوني من شركة الشخص الواحد ذ.م.م الى شركة ذات مسؤولية محدودة
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف محمد بكري محمد محمد جميلان
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف محمد بكري محمد محمد جميلان 30%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف بيركان بوراكان اوشوان 70%
تعديل اسم تجاري من / سيدلية ماكسيم - شركة الشخص الواحد ذ م م
M A X I M P H A R M A C Y - S O L E P R O P R I E T O R S H I P L L C
الى / سيدلية ماكسيم ذ.م.م
M A X I M P H A R M A C Y L L C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال
يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد
انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : فاين للسفر
رخصة رقم: CN 2239730 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 20000
تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف عيسى محمد احمد سعيد الحوقاني
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف سهيل فاروق عمر فاروق 1%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف سهيل فاروق عمر فاروق 99%
تعديل اسم تجاري من / فاين للسفر
F I N E T R A V E L
الى / فاين للسفر- شركة الشخص الواحد ذ م م
F I N E T R A V E L - S O L E P R O P R I E T O R S H I P L L C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية
خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن
أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : كليك ديفري لخدمات التوصيل
رخصة رقم: CN 2370040 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 10000
تعديل الشكل القانوني من مؤسسة فردية الى شركة ذات مسؤولية محدودة
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف سهيل فاروق عمر فاروق
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف اسيا جاويد سهيل فاروق 1%
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف سهيل فاروق عمر فاروق 99%
تعديل اسم تجاري من / كليك ديفري لخدمات التوصيل
C L I C K D E L I V E R Y S E R V I C E S
الى / كليك ديفري لخدمات التوصيل ذ.م.م
C L I C K D E L I V E R Y S E R V I C E S L L C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية
خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن
أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان / السادة : مون شاين لخدمات التوصيل ذ.م.م
رخصة رقم: CN 3864454 قد تقدموا الينا بطلب:
تعديل رأس المال الى 150000
تعديل الشكل القانوني من شركة ذات مسؤولية محدودة الى شركة الشخص الواحد ذ.م.م
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف علي اكبر الله ديتا
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف جواد علي محمد خان
تعديل الشركاء تنازل وبيع/حذف جواد علي محمد خان 100%
تعديل اسم تجاري من / مون شاين لخدمات التوصيل ذ.م.م
M O O N S H I N E D E L I V E R Y S E R V I C E S L L C
الى / مون شاين لخدمات التوصيل - شركة الشخص الواحد ذ م م
M O O N S H I N E D E L I V E R Y S E R V I C E S - S O L E P R O P R I E T O R S H I P L L C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية
خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان والا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق
أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - محمد اقبال حسين مكرم حسين
إخطار دفع في القضية رقم 0002483/2023 SHCEXCIBOUNCE مدني
إلى المحكوم عليه : محمد اقبال حسين مكرم حسين
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ قيوح حسن فولادير ناصر فولادير
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 6629.0 درهم
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - سيد رضوان سيد عبدالحاميد
إخطار دفع في القضية رقم 0002222/2023 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : سيد رضوان سيد عبدالحاميد
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك الإمارات دبي الوطني - ش.م.ع
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد
لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 69383.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7)
أيام من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن
الحكومة ستستخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية
الناقد سارا فانان شاندراف سكارا سوياميوكاني
إخطار دفع في القضية رقم 0009200/2022 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : اناثد سارا فانان شاندراف سكارا سوياميوكاني
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 146398.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - أماد حسين غوث بخش
إخطار دفع في القضية رقم 0002578/2023 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : أماد حسين غوث بخش
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 32936.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية
أحمد محمد سيف محمد جباره المزروعى
إخطار دفع في القضية رقم 0002546/2023 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : أحمد محمد سيف محمد جباره المزروعى
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 58232.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية
عيسى عبدالله سعيد عبدالله جبرون الكتبي
إخطار دفع في القضية رقم 0002544/2023 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : عيسى عبدالله سعيد عبدالله جبرون الكتبي
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 30010.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ
إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - محمد أكبر شان بشير نيشا بشير
إخطار دفع في القضية رقم 0002431/2023 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : محمد أكبر شان بشير نيشا بشير
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 27765.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - مذكر أحمد محمد رئيس
إخطار دفع في القضية رقم 0001695/2023 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : مذكر أحمد محمد رئيس - العنوان : إمارة الشارقة - الحجاز 1 - بناية الجواهر - شقة
رقم 120 - بالقرب من حديقة الحجاز - موبيل رقم 0563886178/0564847903
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 52254.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (المدة) 7 أيام من تاريخ إعلانك
/ إعلانكم 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 ستستخذ بحقك إجراءات
التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية
أحمد ماجد راشد عبدالله الخيني الجنيبي
إخطار دفع في القضية رقم 0000682/2023 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : أحمد ماجد راشد عبدالله الخيني الجنيبي
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك الإمارات دبي الوطني (شركة مساهمة عامة) في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 49310.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - مازن سميج زاهي سابا
إخطار دفع في القضية رقم 0002249/2023 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : مازن سميج زاهي سابا
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك الإمارات دبي الوطني (شركة مساهمة عامة)
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 343784.0 درهم
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - محمد أكبر شان بشير نيشا بشير
إخطار دفع في القضية رقم 0002431/2023 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : محمد أكبر شان بشير نيشا بشير
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة)
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 27765.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
المحكمة الاتحادية العليا

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان بالنشر

إعلان صحيفة الطعن رقم 2023/217
بوكالة الحماني / أمل خميس

إلى : 1- سراج للخدمات البحرية ، 2- عبدا لكريم جاسم عبدالله الحبري ، 3- أنبأ
للملاحة ش ذ م ذ ، 4- محمد سالم حسن المهري - ليكن معلوما لديكم بان الحكم
الاستئناف رقم 2019/813 تجاري الصادر بتاريخ 2023/1/31 قد تم
الطعن عليه بالنقض من طرف الطاعن/ السقينة ام في (إيجان برينيس) وآخر
في الطعن المشار اليه اعلاه وعليكم ايداع مذكرة بدفاعكم مشفوعة بسند توكيل
الحماني الموكل عنكم وبالمستندات التي يرى تقديمها لدى مكتب ادارة الدعوى في
موعد اقصاه خمسة عشر يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

ليلى محمد الشكلي
مدير مكتب ادارة الدعوى

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - محمد الياس غلام شيرين
إخطار دفع في القضية رقم 0000873/2023 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : محمد الياس غلام شيرين
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ يوسف محمد الرحيم النمر الزرعوني - الجنسية الإمارات العربية المتحدة
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 168350.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوماً من
تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ
بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - مازن سميج زاهي سابا
إخطار دفع في القضية رقم 0000197/2023 UAQCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : مازن سميج زاهي سابا
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك الإمارات دبي الوطني (شركة مساهمة عامة)
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ، ودفع الرسم
المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع 835024 درهم بالإضافة الى الرسوم والصاريف.
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام
من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة
ستستخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - مازن سميج زاهي سابا
إخطار دفع في القضية رقم 0000197/2023 UAQCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة
إلى المحكوم عليه : مازن سميج زاهي سابا
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ بنك الإمارات دبي الوطني (شركة مساهمة عامة)
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ، ودفع الرسم
المحدد لذلك ، وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع 835024 درهم بالإضافة الى الرسوم والصاريف.
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام
من تاريخ إعلانك / إعلانكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة
ستستخذ بحقك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان بالنشر

المنازعة رقم 2256/2023/461 نزاع محدد القيمة

المنظورة في : التصوية ائوبية للمنازعات الخامسة عشر رقم 763
موضوع المنازعة : 1- اقرار التنازع ضمنيا بالتضامن والتكافل بان بؤبوا للمنازعة مبلغ 433,272.70 درهم (اربعمائة
وعلف وثلثون وثمان مائة واثان وسبعون ورسون فلما) مع الفائدة القانونية 5% من تاريخ 2020/3/7
وقد وافق المدعى الاول للمنازعة اذ هو للمنفذ التنازع وحتى تمام السداد. 2- اقرار التنازع ضمنيا بالرسوم
المطالبة وتعايب المحاماة
المنزاع : المنفذ/ المنفذة في - ش ذ م ذ - عنوانه : إمارة دبي - برمي - مونا - بجانب مدرسة جيمس وينيلستر -
مقابل شركة هوميبيك ، منقطة رقم 319 - شارع 11 - مكاني 300959277 - هاتف 0505522502 - ايميل
aalkarmy@yahoo.com - هاتف 043360068 - 0505522502

ويتمثل (بمسمايل حسن إبراهيم الصغار
المنفذ/ المنفذة : 1 - ماعز راشد مسعود بن حامد الطنجي - منقطة : شارع ضده
موضوع الإعلان : قررا بمبادرة المحضوري ، اقرار التنازع ضمنيا بالتضامن بان بؤبوا للمنازعة مبلغ 433272.70
رهم (اربعمائة ثلاثة وثلثون وثمان مائة واثان وسبعون درهم وسبعون فلما) - والفائدة القانونية بواقع 5% سنويا من
تاريخ الخالية القضائية وحتى تمام السداد وانتمتها والصاريف وخمسةمئة درهم مقابل التعايب المحاماة.

رئيس القسم

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - محمد الياس غلام شيرين
إخطار دفع في القضية رقم 570/2023/253 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ التاسعة رقم 230
موضوع التنفيذ : الخالية بقيمة الشيك المرتجع رقم (0003006) والصادر عن فوو بنك بقيمة
الإمارة دبي الوطني بقيمة (74,093) درهم
طالب التنفيذ : بنك الإمارات دبي الوطني - إمارة دبي - بيرة - شارع بني ياس - بجوار
عرة تجارة وصناعة دبي - رقم مكاني (3113783794) - 0553390175
ويتمثل : عبدا حميد بن مالك مصطفى أهلي
المنفذ/ المنفذة : 1 - منور عباس كباديا - صفتة : منفذ ضده
موضوع الإعلان : قد أقم عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقرره
74093.17 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات
التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 15 يوماً من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - مازن سميج زاهي سابا
إخطار دفع في القضية رقم 20086/2022/253 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ التاسعة رقم 230
موضوع التنفيذ : الخالية بقيمة الشيك المرتجع رقم (100102) والصادر عن فوو بنك بقيمة
الإمارة دبي الوطني بقيمة (132,845.17) درهم
طالب التنفيذ : بنك دبي الاسلامي (شركة مساهمة عامة) - عنوانه : إمارة دبي - بيرة - شارع بور سعيد
بناية بنك دبي الاسلامي - رقم مكاني (3196594327) - 0553390175
ويتمثل : محمد عبدالله مصطفى أهلي
المنفذ/ المنفذة : 1 - شارون بوزجو ليتينيدو - صفتة : منفذ ضده
موضوع الإعلان : قد أقم عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به وقرره
132845.17 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات
التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - مازن سميج زاهي سابا
إخطار دفع في القضية رقم 20086/2022/253 تنفيذ شيكات
المنظورة في : دائرة التنفيذ التاسعة رقم 230
موضوع التنفيذ : الخالية بقيمة الشيك المرتجع رقم 079704 والصادر عن المنفذ ضدها
الاولى بتوقيع المنفذ ضده الثاني والصادر على بنك أبوظبي الوطني المبلغ وقرره 6347 درهم.
طالب التنفيذ : بنك المشرق (شركة مساهمة عامة)
عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - بيرة - دبي - شارع ابوبكر الصديق - مبنى الغرير للاستثمار
- شقة مكتب رقم 1 - بجوار مركز حمر عين
المنفذ/ المنفذة : 1 - جبي جبي جبي ميدول ايسنت للتجارة العامة - ش ذ م ذ - صفتة : منفذ ضده
موضوع الإعلان : قد أقم عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ
به وقرره 7777 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة ستباشر
الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 30 سبعة أيام من تاريخ
نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

محكمة الشارقة الإبتدائية - محكمة التنفيذ المدنية - مازن سميج زاهي سابا
إخطار دفع في القضية رقم 708/2023/253 تنفيذ تجاري
المنظورة في : دائرة التنفيذ الثامنة رقم 229
موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 2021/302 استئناف تجاري، بسداد
المبلغ المنفذ به وقرره (2473765.13) درهم شامل للرسوم والصاريف.
طالب التنفيذ : بنك المشرق (شركة مساهمة عامة)
عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - بيرة - دبي - شارع ابوبكر الصديق - مبنى الغرير للاستثمار
- شقة مكتب رقم 1 - بجوار مركز حمر عين
المنفذ/ المنفذة : 1 - جبي جبي جبي ميدول ايسنت للتجارة العامة - ش ذ م ذ - صفتة : منفذ ضده
موضوع الإعلان : قد أقم عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ
به وقرره 2473765.13 درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة. وعليه فان المحكمة
ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 أيام من
تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
مذكرة إعلان بالنشر (استئناف)

في الاستئناف رقم 10/2023/393 بطلبان حكم تحكيم
المنظورة في : دائرة الاستئناف التجارية الخامسة رقم 265
موضوع الدعوى : الخالية بطلبان حكم تحكيم وقبوله وتنفيذ الرسوم والصاريف والتعايب المحاماة.
مستأنف : مهدي روح الله فتحمل بور - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - الجبيرة الثانية - دبي
- شارع مثلث قرية الجميرا المنقطة 7 - مبنى فيلا 69 - 0505505118 - ويتمثل :
ايهان يونس محمد اسماعيل الرفاعي
المنفذ/ المنفذة : 1 - سيمون إفريست - صفتة : مدعى عليه
2- شارون إفريست - صفتة : مدعى عليه
قد تقدم بدعوى بطلان حكم التحكيم رقم 57 لسنة 2022 والصادر من مركز دبي للتحكيم
التجاري الدولي، وحددت لها جلسة يوم الإثنين الموافق 2023/5/8 الساعة 10.00 صباحا
بقيادة القاضي عن بعد وعليه يقضي حضوركم او من يملككم قانونيا وفي حال تخلفكم
ستجري محاكمتمكم غيابيا.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
مذكرة إعلان بالنشر (استئناف)

في الاستئناف رقم 525/2023/305 استئناف تجاري
المنظورة في : دائرة الدعاوى الاستئنافية الثانية رقم 820
موضوع الدعوى : استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم 2022/1547 تجاري جزئي والرسوم والصاريف
والتعايب.
مستأنف : مجموعة بيت الإمارات - ذ م ذ - اخرون
عنوانه : الإمارات - إمارة أبوظبي - شارع جزيرة أبوظبي شرق 0.3.18 - مبنى محمد معنا لبيع الحبوب -
0500000000 - ويتمثل : إبراهيم علي الموسى الحمادي
المنفذ/ المنفذة : 1- فريو فينكس منقطة حرة - ذ م ذ - صفتة : مستأنف ضده
2- وان محمد حسني بن وان سليمان - صفتة : مستأنف ضده
قد استأنف الحكم الصادر بالمدعى رقم 2022/1547 الموافق 2022/1547 جزئي
وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق 2023/5/4 الساعة 9.00 صباحا بواقع القاضي عن بعد وعليه يقضي
حضوركم من يملككم قانونيا وحال تخلفكم ستجري محاكمتمكم غيابيا

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان بالنشر

المنازعة رقم 3056/2023/461 نزاع محدد القيمة

المنظورة في : التصوية ائوبية للمنازعات الخامسة عشر رقم 764
موضوع المنازعة : دعوى الخالية بالزام التنازع ضد بنقل ملكية السيارة لتسعة وقيمة الخالفات
موضوع المنازعة : 1- درهم للمنازعة والفائدة القانونية 5% (4625) درهم للمنازعة والفائدة القانونية 5% والزام
بتنازع : عبدا لعازن عبدعالم سليم - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - منطقة الطسوة - شارع 37 ايه ،
بناية سوبر 14 - الطابق 5 - شقة رقم 512 - رقم مكاني 2954875465 - 055517895
المنفذ/ المنفذة : 1 - حسين مصطفى محمود محمد عربي - صفتة : مستأنف ضده
موضوع الإعلان : قد أقم عليك الدعوى وموضوعها الفوض : دعوى الخالية بالزام التنازع ضده بنقل ملكية
السيارة لتسعة وقيمة الخالفات والتي تقدر بقيمة (4625) درهم للمنازعة والفائدة القانونية 5% والزام
التنازع ضده بالرسوم والصاريف، وحددت لها جلسة يوم الإثنين الموافق 2023/5/8 الساعة 9.00 صباحا
في قاعة القاضي عن بعد لذا فانت مكلف بحضوركم او من يملككم قانونيا وعليكم تقديم ما لديكم من
مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم

اشعار تصفية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
شركة / كاشغ منقطة حرة - ذ.م.م. (رخصة رقم : 97499) والكانتة ب مدينة دبي
للإعلام ، ص.ب 72280 ، دبي ، دولة الإمارات العربية المتحدة ، والمخرصة لدى سلطة
دبي للتطوير، ترهب هذه الشركة المذكورة في إعلان قرارها لتلكافة والذي تم اتخاذه
بواسطة مجلس الإدارة في إجتماعه الذي عقد بتاريخ 2023-April-12 بشأن إغلاق
وحل الشركة. وفقاً لذلك، تهيب الشركة بأي طرف معني بالأمر ولديه أي مطالبات في
مواجهتها على دفع أرقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ
ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 أيام من
تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
مذكرة إعلان بالنشر (استئناف)

في الاستئناف رقم 10/2023/393 بطلبان حكم تحكيم
المنظورة في : دائرة الاستئناف التجارية الخامسة رقم 265
موضوع الدعوى : الخالية بطلبان حكم تحكيم وقبوله وتنفيذ الرسوم والصاريف والتعايب المحاماة.
مستأنف : مهدي روح الله فتحمل بور - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - الجبيرة الثانية - دبي
- شارع مثلث قرية الجميرا المنقطة 7 - مبنى فيلا 69 - 0505505118 - ويتمثل :
ايهان يونس محمد اسماعيل الرفاعي
المنفذ/ المنفذة : 1 - سيمون إفريست - صفتة : مدعى عليه
2- شارون إفريست - صفتة : مدعى عليه
قد تقدم بدعوى بطلان حكم التحكيم رقم 57 لسنة 2022 والصادر من مركز دبي للتحكيم
التجاري الدولي، وحددت لها جلسة يوم الإثنين الموافق 2023/5/8 الساعة 10.00 صباحا
بقيادة القاضي عن بعد وعليه يقضي حضوركم او من يملككم قانونيا وفي حال تخلفكم
ستجري محاكمتمكم غيابيا.

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
مذكرة إعلان بالنشر (استئناف)

في الاستئناف رقم 525/2023/305 استئناف تجاري
المنظورة في : دائرة الدعاوى الاستئنافية الثانية رقم 820
موضوع الدعوى : استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم 2022/1547 تجاري جزئي والرسوم والصاريف
والتعايب.
مستأنف : مجموعة بيت الإمارات - ذ م ذ - اخرون
عنوانه : الإمارات - إمارة أبوظبي - شارع جزيرة أبوظبي شرق 0.3.18 - مبنى محمد معنا لبيع الحبوب -
0500000000 - ويتمثل : إبراهيم علي الموسى الحمادي
المنفذ/ المنفذة : 1- فريو فينكس منقطة حرة - ذ م ذ - صفتة : مستأنف ضده
2- وان محمد حسني بن وان سليمان - صفتة : مستأنف ضده
قد استأنف الحكم الصادر بالمدعى رقم 2022/1547 الموافق 2022/1547 جزئي
وحددت لها جلسة يوم الخميس الموافق 2023/5/4 الساعة 9.00 صباحا بواقع القاضي عن بعد وعليه يقضي
حضوركم من يملككم قانونيا وحال تخلفكم ستجري محاكمتمكم غيابيا

رئيس الشعبة

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
إعلان بالنشر

المنازعة رقم 3056/2023/461 نزاع محدد القيمة

المنظورة في : التصوية ائوبية للمنازعات الخامسة عشر رقم 764
موضوع المنازعة : دعوى الخالية بالزام التنازع ضد بنقل ملكية السيارة لتسعة وقيمة الخالفات
موضوع المنازعة : 1- درهم للمنازعة والفائدة القانونية 5% (4625) درهم للمنازعة والفائدة القانونية 5% والزام
بتنازع : عبدا لعازن عبدعالم سليم - عنوانه : الإمارات - إمارة دبي - منطقة الطسوة - شارع 37 ايه ،
بناية سوبر 14 - الطابق 5 - شقة رقم 512 - رقم مكاني 2954875465 - 055517895
المنفذ/ المنفذة : 1 - حسين مصطفى محمود محمد عربي - صفتة : مستأنف ضده
موضوع الإعلان : قد أقم عليك الدعوى وموضوعها الفوض : دعوى الخالية بالزام التنازع ضده بنقل ملكية
السيارة لتسعة وقيمة الخالفات والتي تقدر بقيمة (4625) درهم للمنازعة والفائدة القانونية 5% والزام
التنازع ضده بالرسوم والصاريف، وحددت لها جلسة يوم الإثنين الموافق 2023/5/8 الساعة 9.00 صباحا
في قاعة القاضي عن بعد لذا فانت مكلف بحضوركم او من يملككم قانونيا وعليكم تقديم ما لديكم من
مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم

اشعار تصفية

العدد ١٢٨٣٦ بتاريخ ٢٠٢٢/٥/١
شركة / كاشغ منقطة حرة - ذ.م.م. (رخصة رقم : 97499) والكانتة ب مدينة دبي
للإعلام ، ص.ب 72280 ، دبي ، دولة الإمارات العربية المتحدة ، والمخرصة لدى سلطة
دبي للتطوير، ترهب هذه الشركة المذكورة في إعلان قرارها لتلكافة والذي تم اتخاذه
بواسطة مجلس الإدارة في إجتماعه الذي عقد بتاريخ 2023-April-12 بشأن إغلاق
وحل الشركة. وفقاً لذلك، تهيب الشركة بأي طرف معني بالأمر ولديه أي مطالبات في
مواجهتها على دفع أرقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ
ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال 7 أيام من
تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة



بمشاركة 400 من موزعي وباعة الكتب من 69 دولة

مؤتمر الموزعين الدولي) ينطلق اليوم ويعرض مشاريع ملهمة لتطوير قطاع التوزيع

ومن خلال 18 ورشة عمل تجمع خبراء من قطاع صناعة النشر وموزعين وناسرين، يستهدف "مؤتمر الموزعين الدولي" توفير المزيد من الفرص وتقييم واقع توزيع الكتب والمحتوى الإبداعي وطرق استكشاف آليات توزيع وتسويق جديدة، وتنمية مهارات المشاركين وتطويرها وربطهم بخبراء الصناعة للاستفادة من تجاربهم لتعزيز الاستدامة والابتكار في قطاع التوزيع.

صناعة الكتاب، من خلال المنصة التي خصصها للمرة الأولى لتقديم من خلالها كبار الناشرين والعاملين في توزيع الكتب تجاربهم، ومنهم "بنغوين راندوم هاوس"، و"وندر هاوس"، و"أوستن ماكولي"، و"بوينر/إيجلو"، و"كوجن بيچ"، و"بان ماكملان"، و"دفرنس إينجن"، و"إم إم أس"، و"ابن سينا"، و"بوكلاند بريس"، و"لايتنينج سورس"، و"هالا للنشر"، و"إيستيفان"، و"الشامل"، و"دارأمنة".

تفتح الباب أمام الموزعين والناشرين لاستكشاف المزيد من الفرص والآليات التي تمكنهم من الوصول بالكتاب والمحتوى الإبداعي إلى أسواق جديدة، ومناقشة أحدث طرق التوزيع من خلال التواصل المباشر بين المشاركين في المؤتمر من مختلف الدول.

مشاريع ملهمة على منصة المؤتمر ويستعرض المؤتمر 15 مشروعاً للارتقاء

التوزيع، ويأتي انطلاق المؤتمر بالتزامن مع فعاليات الدورة الرابعة عشر من "مهرجان الشارقة القرائي للطفل" ويناقش المشاركون فيه فرص الوصول بأنشطة توزيع الكتب والمحتوى الإبداعي إلى أكبر قطاع من الجمهور، والاستفادة من الخبرات والتجارب الناجحة لتحفيز العاملين في الصناعات الإبداعية على تنوع آليات التوزيع ودراسة التجارب المهمة والمبتكرة التي تكفل تحقيق دفعة جديدة لهذا

التوزيع، ويأتي انطلاق المؤتمر بالتزامن مع فعاليات الدورة الرابعة عشر من "مهرجان الشارقة القرائي للطفل" ويناقش المشاركون فيه فرص الوصول بأنشطة توزيع الكتب والمحتوى الإبداعي إلى أكبر قطاع من الجمهور، والاستفادة من الخبرات والتجارب الناجحة لتحفيز العاملين في الصناعات الإبداعية على تنوع آليات التوزيع ودراسة التجارب المهمة والمبتكرة التي تكفل تحقيق دفعة جديدة لهذا

•• الشارقة-الخبير:

ينطلق اليوم الإثنين مؤتمر الموزعين الدولي الذي تنظمه "هيئة الشارقة للكتاب" في مركز إكسبو الشارقة" خلال يومي 1 و 2 مايو، بمشاركة أكثر من 400 من موزعي وباعة الكتب وخبراء تسويق الصناعات الإبداعية الذين استقطبهم المؤتمر في دورته الثانية من 69 دولة حول العالم، ويمثلون كبرى شركات ومؤسسات

دبي للقرآن الكريم تبدأ التسجيل في الدورة الـ ١٦ لمسابقة الشيخ راشد بن محمد آل مكتوم لأجمل ترتيل

من خلال الحضور إلى مقر الجائزة بمنطقة الممزر بدبي خلال ساعات الدوام الرسمي أو من خلال موقع الجائزة على www.quran.gov.ae وقد رصدت الجائزة جوائز قيمة للفائزين بالمراتب الثلاثة الأولى في كل فئة ويمنح بقية المتسابقين في جميع الفئات مكافآت تشجيعية، كما تمنح شهادات تقدير للفائزين بالمراتب الثلاثة الأولى في الأفرع المذكورة وشهادات مشاركة لباقي المتسابقين.

يكون للمسابقات في جميع الفئات تسجيلات قرآنية خاصة به على مواقع التواصل، ويحق للجائزة استبعاد أي مرشح إذا ثبتت مخالفته لأي من الشروط أو الأنظمة أو اللوائح الخاصة بالمشاركة. وقال المستشار إبراهيم محمد بولمحه مستشار صاحب السمو حاكم دبي للشؤون الثقافية والإنسانية رئيس اللجنة المنظمة للجائزة إن المشاركة في المسابقة تتم عن طريق تعبئة استمارة الترشيح المعدة من وحدة المسابقات والتي يمكن الحصول عليها سواء

القرآن، وفئة فتیان القرآن وفئة شباب القرآن وفئة أئمة المساجد وهو أن يكون من أئمة المساجد أو الوعاظ أو الخطباء أو مقيمي الشعائر في دولة الإمارات العربية المتحدة وفئة الأذان والإقامة للمواطنين والمقيمين في الدولة. ويشترط لغير المواطنين أن يكون لديهم إقامة سارية المفعول في دولة الإمارات العربية المتحدة ولا يقبل اشتراك حاملي تأشيرات الزيارة في المسابقة، كما يجب أن يكون المتسابق متقناً لأحكام التجويد ومخارج الحروف وألا



يتابعهم أكثر من 16 مليون شخص على مواقع التواصل الاجتماعي (ماساكا كيدز أفريكانا) تشارك عروضها الشهيرة عالمياً في الشارقة القرائي للطفل 2023

•• الشارقة-الخبير:

الشارقة" تحت شعار "عقول تتشكّل"، أبوابه لحضور عروض الفرقة المفعمة بالحياة والنشاط والتي تجمع بين الرقصات الأفريقية التقليدية وموسيقى البوب الغربية.

وتأسس الفرقة قصة تتخلل فيها مشاعر الحزن والفرح وتلهم الأطفال وأولياء أمورهم على حد سواء، وتشكّل نموذجاً لكيفية تحويل الأزمة إلى فرصة من خلال المثابرة والعزيمة والإصرار والإبداع.

حيث تضم الفرقة أكثر من 30 طفلاً من مقاطعة ماساكا في أوغندا، معظمهم فقد أحد أو كلا والديه بسبب الحرب والمجاعة والمرض.

ويعود تاريخ تأسيس الفرقة -غير الربحية- التي تسعى لدعم الأطفال الأيتام إلى عام 2014 ضمن رؤية كافوما دودا، وهو مدرس محلي من بلدة ماساكا جنوب أوغندا،

لاستخدام الغناء والرقص كأداء للتعبير عن الأطفال، وتمكينهم من التواصل مع بعضهم ومع باقي أطفال العالم، ومساعدتهم على تطوير إمكاناتهم وتعزيز أملهم بالمستقبل.

وتأتي استضافة الفرقة ضمن أكثر من 900 فعالية يحفل بها البرنامج التكاملي لدورة هذا العام الذي يسلط الضوء على دور الكتاب وأهمية القراءة في حياة الأطفال والكبار، ويستعرض التنوع والثراء الثقافي العالمي، ويوفر للزوار والعائلات فرصة التعرف على ثقافات جديدة والاحتفاء بمهارات ومواهب الأطفال والناشئة من جميع أنحاء العالم.

تشارك فرقة "ماساكا كيدز أفريكانا"، أحد أشهر فرق الأطفال الفنية على مستوى العالم، والتي تحظى بمتابعة ملايين الأشخاص على منصات التواصل الاجتماعي، في فعاليات الدورة الـ 14 من "مهرجان الشارقة القرائي للطفل"

حيث تؤدي الفرقة الغنائية الراقصة عدداً من العروض المتميزة على مدار خمسة أيام متتالية من 3 حتى 7 مايو، ضمن البرنامج الثقافي للمهرجان.

وحصلت فرقة "ماساكا كيدز أفريكانا" الأوغندية، على إعجاب ملايين المشاهدين حول العالم، منهم 3.45 مليون مشترك على منصة "يوتيوب"، و7.8 متابع على منصة أنستغرام، و5.5 متابع على منصة "تيك توك"، وتضم الفرقة مجموعة من الأطفال الذين يؤدون عروضاً غنائية راقصة يلهمون فيها جمهورهم من الصغار والكبار.

وقدم أطفال "ماساكا" عروضاً في عدد من المسارح والمنصات العالمية، منها مقر منظمة الأمم المتحدة في مدينة نيويورك، ومقر مجموعة البنك العالمي في العاصمة واشنطن، ومقر الاتحاد الأفريقي في إثيوبيا.

وحصدوا عدة جوائز منها جائزة "نيكولوديون كيدز تشويس" 2021، في فئة "النجم الاجتماعي الأفريقي المفضل".

ويفتح المهرجان، الذي تنظمه "هيئة الشارقة للكتاب" في الفترة من 3 - 14 مايو المقبل بـ "مركز إكسبو

منوعات

الفكر

27

الدراما تحتاج إلى ممثلين من كل الأعمار وليس إلى الجيل الشاب فقط

أسعد رشدان: «أسماء من الماضي» بالرغم من بساطته حظي بنسب متابعة عالية

أطل الممثل اللبناني أسعد رشدان في مسلسل «أسماء من الماضي» الذي شارك في المنافسة الرمضانية وحظي بنسبة مشاهدة عالية كونه ينسجم مع ذوق المشاهد اللبناني.

رشدان أوضح أيضاً أنه يصور مسلسلاً في تركيا كما يشارك بدور مهم في مسلسل «الزيتونة»، كذلك تحدث عن الأجور ومشاركة الممثلين اللبنانيين في الدراما المشتركة وعن الممثل الأفضل عربياً.

فإن هناك متابعة كبيرة للدراما التركية. وما اسم المسلسل الذي تشارك فيه في تركيا؟
- من الداخل، وهو محزب عن مسلسل تركي معروف.
هل ترى أن الدراما المشتركة أضادت الممثل اللبناني؟
- بل أن المنتج هو من يتحكم بالمعلن ويقدم نوع الدراما التي يريدونها. الحمد لله في ظل الظروف الصعبة التي نعيشها فإن الممثلين قادرين على الاستمرار، وفي المقابل هناك ممثلون في بيوتهم منذ أكثر من 10 سنوات، ومن يعملون لا يتعدى عددهم ثلاثة أو أربعة ممن كانوا يقدمون أدوار الفتى الأول والذين تراوح أعمارهم حالياً بين الـ40 والـ50 عاماً.
ولا يوجد ممثل لبناني عمره 25 عاماً يشارك في الدراما المشتركة أي ممثل لبناني ويلعب أدوار الفتى الأول. كم تبلغ أعمار باسم مغنية وبيديع أبو شقرا وطلال الجردى! أنا أصبحت في السبعين. أما بالنسبة للممثلات فإن الوضع مختلف تماماً بسبب عمليات التجميل. والممثلون الرجال يخضعون للتجميل أيضاً، ولكنني شخصياً أتمسك بتجاعيد وجهي ولون شعري ومن يعجبه أهلاً وسهلاً به.
الدراما تحتاج إلى ممثلين من كل الأعمار وليس إلى الجيل الشاب فقط، وفي أميركا لا يزالون حتى اليوم ينتجون أفلاماً ومسلسلات لمثلين في مثل عمري.
• في رأيك من هو أهم ممثل عربي؟
- نحن بزمان فيه الكثير من المواهب المهمة التي تملك أيضاً الثقافة والعلم والقدرة على تطوير الذات، كل ممثل هو نجم. في لبنان هناك باسم مغنية وطلال الجردى وبيديع أبو شقرا.
• وعربياً؟
- هناك أيمن زيدان وهو يقارني عمراً ومن الشباب هناك تيم حسن وقصي خولي وباسل خياط والأمر نفسه ينطبق على الممثلين المصريين والعراقيين.
لا يوجد ممثل أفضل من غيره. الكل ممثلون والكل نجوم ولكن الفرص تلعب دورها عندما تصل إلى ممثل أكثر من غيره.
أنا وطلال الجردى نتشارك في مسلسل «من الداخل»، وهو سيطل في 70 أو 80 حلقة منه بينما أنا ساطل في 7 أو 8 حلقات وهذا يعني أنه سيربز أكثر مني وهو يمكن أن يتقاضى مثلاً 100 ألف دولار وأنا 20 ألف دولار، ولكن أحياناً يمكن أن يحصل العكس في مسلسل آخر، وهذا ليس مقياساً بأنه أفضل مني كممثل أو العكس.
مثلاً تيم حسن كان بطل «الهبية»، ولو أن عابد فهد كان مكانه لكان حظي بنفس النجومية.
وهذا يعني أن كل شيء يرتبط بالحظ والفرص شرط أن يكون العمل مكتوباً ومنمّناً بشكل جيد على كافة المستويات، كما حصل مع قصي خولي في مسلسل «2020»، الذي كان وقتها هو نجم الموسم، وكما حصل مع تيم حسن في «الهبية».

• لماذا اكتفيت بالمشاركة في مسلسل واحد في رمضان مع أن غالبية النجوم في ظل الظروف الاقتصادية الصعبة يجدون أنفسهم مجبرين على التواجد في أكثر من عمل؟
- شاركت في مسلسل واحد هو «أسماء من الماضي» ولكنني أصور حالياً مسلسلاً في تركيا يتألف من 90 حلقة بالإضافة إلى مسلسل آخر من 60 أو 70 حلقة من إنتاج ايلي معلوف اسمه «الزيتونة».
• يبدو أن اللبنانيين ينتظرون مسلسل «الزيتونة» كونه يذكرهم بفترة معينة من تاريخ لبنان غير البعيدة؟
- هذا صحيح والمسلسل أكثر من رائع.
• كيف تقييم مستوى مسلسل «أسماء من الماضي» في ظل المنافسة الكبيرة جداً في الموسم الرمضاني 2023؟
- أنا لا أتابع، ولا يمكنني أن أعطي رأيي بعمل أشارك فيه، سواء من ناحية التمثيل أو الإخراج، ولكنني أؤدي بالشكل المطلوب مني، وقد وافقت على المشاركة في مسلسل «أسماء من الماضي» لأنه مرتبط بمشاركتي في مسلسل «الزيتونة»، ولكنه لم يكن شرطاً بل قبل لي بذلك.

• لماذا اكتفيت بالمشاركة في مسلسل واحد في رمضان مع أن غالبية النجوم في ظل الظروف الاقتصادية الصعبة يجدون أنفسهم مجبرين على التواجد في أكثر من عمل؟
- شاركت في مسلسل واحد هو «أسماء من الماضي» ولكنني أصور حالياً مسلسلاً في تركيا يتألف من 90 حلقة بالإضافة إلى مسلسل آخر من 60 أو 70 حلقة من إنتاج ايلي معلوف اسمه «الزيتونة».
• يبدو أن اللبنانيين ينتظرون مسلسل «الزيتونة» كونه يذكرهم بفترة معينة من تاريخ لبنان غير البعيدة؟
- هذا صحيح والمسلسل أكثر من رائع.
• كيف تقييم مستوى مسلسل «أسماء من الماضي» في ظل المنافسة الكبيرة جداً في الموسم الرمضاني 2023؟
- أنا لا أتابع، ولا يمكنني أن أعطي رأيي بعمل أشارك فيه، سواء من ناحية التمثيل أو الإخراج، ولكنني أؤدي بالشكل المطلوب مني، وقد وافقت على المشاركة في مسلسل «أسماء من الماضي» لأنه مرتبط بمشاركتي في مسلسل «الزيتونة»، ولكنه لم يكن شرطاً بل قبل لي بذلك.

فريدة سيف النصر: محمد سامي توقع نجاح عزيزة في "جعفر العمدة"

بيومي فؤاد، ومن تأليف وإخراج محمد سامي، وشارك في السيناريو والحوار مهتاب طارق وإنتاج شركة ميديا هب سعادى - جواهر برعاية المتحدة للإعلام.

السقا، فريدة سيف النصر، مجدى بدر، أحمد فهمي، فتوح أحمد سلوى عثمان، فريدة سيف النصر، عماد صفوت، جوري بكر، طارق النهرى، أحمد عبد الله، إحسان الترك وضيف الشرف

كشفت الفنانة فريدة سيف النصر كواليس مشاركتها بدور "عزيزة" في مسلسل "جعفر العمدة" بطولة محمد رمضان الذي عرض في السياق الرمضاني، مشيرة إلى أنها لم تكن تتوقع أن يحقق كل هذا الصدى على الرغم من مساحة الدور.

وقالت فريدة سيف النصر خلال حديثها لـ "اليوم السابع" إن المخرج محمد سامي تواصل معها منذ الصيف وقبل بداية تصوير العمل بعدة شهور "لا كلمني عشان أمضي قولت أكيد حاجة مهمة، فلما شوفت الورق لقيت الدور أه، ولما سألته ليه اختارني للدور، قالى شوفيه لا يطلع للناس".
وتابعت أنها تحمست للدور رغم مساحته لثقافتها الكبيرة أنها تستطيع خطف الكاميرا حتى لو مشهد، متابعاً: "لا بدانا التصوير مع أول مشهد عملت اللبس وفكرنا نعمل أي والشكل أي، فأنا كنت راسمة للشخصية في دماغى إنها ست تقبل في نفسها، فهو شاف الأداء انهير وبقي ميسوط وبقي يقولي حاجات أقولها وأعملها، صورنا 3 أو 4 أيام مع بعض، لكن أكانا نعرف بعض عمر كامل، وهو إنسان مترني وابن ناس، واللي هو اتصوره في الشخصية علق مع الناس وعجبهم، ووجود كل شخص في مكانه الصح عند سامي عمل شغل حلو جداً".

مسلسل جعفر العمدة بطولة محمد رمضان، زينة، هالة صدقي، إيمان العاصي، مى كساب، منة فضالى، أحمد داس، منذر رياحنة، عصام

ياسمين صبرى تتدرب على الألعاب القتالية وركوب الموتوسيكلات من أجل دليلة

سوبر هيريو، ويأتي فيلم دليلة ضمن عالم أفلام المستعصون التي أعلن عنها المخرج بيتر ميمى في إطار خطته ميمى لتسعى أعمال سينمائية مرتبطة بخطف درامي واحد، على غرار أفلام مارفل ودي سي وكان أول هذه الأعمال فيلم "موسى" الذى تم عرضه العام قبل الماضي، ومقرر البدء في تصويره بعد انتهاء ياسمين من ارتباطاتها السينمائية الحالية. وتستعد ياسمين صبرى لاستئناف تصوير مشاهدتها في فيلم أبو نسب مع النجم محمد أبا توفيق أمين وتار وإخراج رامى إمام الأسبوع المقبل، بعد فترة من التوقف بسبب انشغال الفنانين بتصوير أعمالهم التي تم عرضها في شهر رمضان المنصرم، حيث صورت ياسمين عدد من المشاهد التي جمعتها بإمام قبل شهر رمضان؟ فيلم أبو نسب يشارك في بطولته ماجد الكدوانى، ويجمع ياسمين صبرى ومحمد إمام للمرة الثالثة فى السينما، بعدما قدما سوياً فيلمي "جحيم فى الهند" إخراج معتز التونى عام 2016 و"ليلة هنا وسرور" إخراج حسين المنباوى والذي تم عرضه عام 2018. وحقق الفيلم نجاحاً كبيراً على المستوى الجماهيري وكذلك على مستوى شبكات التواصل، وتستكمل ياسمين صبرى أيضاً تصوير دورها في فيلم البعبع الذى يجمعها بالنجم أمير كرارة للمرة الأولى، والذي تم الانتهاء من جزءه في أحداثه قبل الانشغال بدارما رمضان، ويشارك في بطولة الفيلم باسم سمرة، ومحمد عبد الرحمن توتة، ومحمد أنور، عباس أبو الحسن، وتأليف إيهاب لبيليل، وإخراج حسين المنباوى. وتعود ياسمين صبرى إلى السينما في 2023 بـ 3 أفلام دفعة واحدة بعد غياب 4 سنوات، إذ قدمت آخر أعمالها فيلم "الديزل" عام 2018 الذى شاركت في بطولته إلى جانب محمد رمضان، ففتح عبد الوهاب، هنا شريحة، تامر هجرس، محمد عز، محمد على رزق وإخراج كريم السبكي، وقدمت في نفس العام أيضاً فيلم "ليلة هنا وسرور" مع محمد إمام ومحمد عبد الرحمن وفاروق الفيشاوى وإخراج حسين المنباوى.

تعكف النجمة ياسمين صبرى على التدريب على الألعاب القتالية وركوب الموتوسيكلات ضمن استعدادها لفيلمها الجديد دليلة مع المخرج بيتر ميمى، والذي تخوض به أولى بطولاتها المطلقة في السينما. إذ تقدم ياسمين الأكشن خلال أحداث الفيلم الذى تظهر فيه بشخصية



الفكر

عائلة نفس تفسر الرغبة في تناول الحمضيات بغياب أشعة الشمس



الشمس، حيث أن الشمس تعطي زخماً لإنتاج هرمونات السيروتونين والدوبامين. وأوضحت الخبيرة قائلة: "نحن نأكل البرتقال واليوسفي في الشتاء فقط، لأن اللون البرتقالي يعطي إحساساً بالبهجة على المستوى الجزيئي، كتحفيز للشمس". وقالت أيضاً إن الطعام نفسه لا يمكن أن يتسبب في اندفاعات طبيعية نحو إنتاج هذه الهرمونات المسؤولة عن الحالة المزاجية الجيدة. فهناك أمور أخرى وقد يظهر هذا الاندفاع في حال إصابتك بنفك بشيء مشرق وممتع.

قالت عائلة النفس الروسية، صوفيا سليم، أن الرغبة في تناول الحمضيات ناتجة عن قلة التعرض لأشعة الشمس. وأوضحت أن اللون البرتقالي يعطي على المستوى الجزيئي إحساساً دقيقاً بالاندفاع في حياة الفرح. وأشارت أخصائية علم النفس د. صوفيا سليم، إلى سبب رغبة الناس في تناول المزيد من ثمار الحمضيات في فصل الشتاء. وحسب عائلة النفس هذه، فإن استخدام البرتقال واليوسفي في النظام الغذائي خلال موسم البرد يزداد بسبب أن لون البرتقال يشبه، كما يبدو، لون الشمس. وتكمن الحقيقة في أن هناك مفهوماً للاكتئاب الموسمي، يرتبط بغياب

فضح أسطورة شائعة حول تساقط الشعر!

إذا أصيب والد أمك بالصلع، فستصاب به أيضاً. هذا ما قيل للرجال منذ عقود. لكنها مجرد حكاية خرافية حسب أحد الممارسين العاميين. ويقول الدكتور سمير سانغفي، من صيدلية لويديز على الإنترنت، للرجال الآن: "لقد حان الوقت للتوقف عن نوم والدك على الصلح. إن فكرة أن جينات والدك هي المسؤولة عن الصلح لديك هي خرافة. من العدل إلقاء اللوم على كلا والديك، مضافاً: "يمكن أن يأتي ذلك من جانب والدك أو والدك. يتم تحديد فرصك في فقدان شعرك من خلال مجموعة معقدة من الجينات التي يمكن أن تنتقل من كلا الوالدين". ومن الأمثلة الأخرى على الخصائص البشرية التي تتأثر بجينات متعددة، لون البشرة. وعلى الرغم من أن الخبراء يصرون على عدم إلقاء اللوم على جينات الأم، فإن العلم حول هذا الموضوع ليس واضحاً تماماً. ودرس باحثو جامعة إدنبره 52000 ذكر تتراوح أعمارهم بين 40 و69 عاماً من المشاركين في قاعدة بيانات البنك الحيوي في المملكة المتحدة. ووجدوا أن 80% من الصلح الذكوري ينتقل في جيناتك. واقتُرحت الدراسة أن الرجال يمكن أن يلوموا أمهاتهم بشكل أساسي، وليس آباءهم، لأن معظم الإشارات الجينية تأتي من كروموسوم X الموروث من خلال خط الأنثى. والصلح الذكوري هو الاسم الذي يطلق على الثعلبية الذكورية عند الرجال، وهو أكثر أنواع تساقط الشعر شيوعاً. وتشير البيانات إلى أنه يؤثر على 6.5 مليون رجل في المملكة المتحدة وأكثر من 50 مليوناً في الولايات المتحدة. ويبدأ عادة بترقق الشعر في الصدغين وأعلى الرأس، أو منبت الشعر المتراجع. ويتبع ذلك تساقط الشعر بشكل أكبر، ما يؤدي إلى تعريض فروة الرأس للخطر، وفقاً لـ NHS. ويبدأ بعض الرجال المصابين في فقدان شعرهم في أواخر سن المراهقة، بينما تبدأ العملية بالنسبة للآخرين في وقت لاحق. ويقول الخبراء إن معظم الرجال يفقدون بعض الشعر عند بلوغهم سن الستين. ويقول لويديز إن الصلح الذكوري "ناجم عن تفاعل حساس للغاية تجاه ديهيدروتستوستيرون، وهو نوع من هرمون التستوستيرون". وهذا يتسبب في تقلص بصليات الشعر، وفقاً لصفحة النصائح، و"نتيجة لذلك تفقد القدرة على إنباء شعر جديد". وبالإضافة إلى ذلك، يؤدي هذا أيضاً إلى تقصير عمر بصليات الشعر بحيث تفقد الشعر بسرعة أكبر وبشكل متكرر. والصلح عند الذكور هو مزيج من فقدان الشعر بسرعة أكبر، مع نمو أبطأ. ويكون الصلح الذكوري النمطي دائماً ولكن يمكن علاجه بأدوية الفيناسترايد والمينوكسيديل أو حقن الستيرويد أو الكريما أو العلاج المناعي أو العلاج بالضوء. ويمكن أن تشمل أشكال العلاج الأخرى الشعر المستعار، والوشم لإعطاء وهم للشعر أو زرع الشعر. ويمكن أن تكون الأسباب الطبية الأخرى للصلح، مثل السرطان أو فقدان الوزن أو نقص الحديد، مؤقتة.



كلب مالطي يتم تجهيزه وتزيينه للمشاركة في (معرض شنغهاي العالمي للكلاب) في شنغهاي (أ ف ب)

قرأت لك

عصائر الخضار



أعلنت الدكتورة يلينا سولوماتينا، خبيرة التغذية الروسية، أن عصائر الخضروات هي الأكثر فائدة للجسم، لأنها تحتوي على نسبة منخفضة من السكر. وتشير الخبيرة في حديث تلفزيوني، إلى أن عصائر الخضروات مفيدة لصحة الإنسان أكثر من غيرها.

وتقول، "عندما نعصر الفواكه، غالباً ما نرمي الفضلات الصلبة الناتجة. أي الألياف الغذائية، ما يمكن أن يسبب السكر الموجود خصوصاً في الفواكه الحلوة، زيادة حادة في مستوى الغلوكوز في الدم". وتضيف، أي أن الشخص في هذه الحالة كأنما يتناول شراب السكر. وتشير الأخصائية، إلى أن عصائر الخضروات تحتوي على نسبة منخفضة من الأحماض العضوية أيضاً، التي تسبب تهيج المعدة والجهاز الهضمي بكامله. وتقول، "يساعد عصير الشوندر على تخفيض مستوى ضغط الدم. وعصير الكرفس ينظف الجسم جيداً وله تأثير مدر للبول، تماماً مثل عصير اليقطين. ويحتوي عصير الجزر على بيتا كاروتين، التي تحسن الرؤية في العسق وتقوي الغشاء المخاطي". وتضيف، يمكن تناول عصير الخضروات مباشرة بعد تحضيرها، لأن عناصرها الغذائية تتلف بسرعة، باستثناء عصير الشوندر الذي يجب تركه فترة معينة لكي يستقر، لأنه يحتوي على النترات.

سؤال وجواب

من مترجم كتاب ألف ليلة وليلة إلى الفرنسية؟

الكاتب الفرنسي انطوان بالاند هو من ترجم ألف ليلة وليلة الي الفرنسية عام 1704 معلماً بان ألف ليلة وليلة هي من أشهر القصص المنوعة العربية التي لها شعبية كبيرة منذ تم تأليفها في العصر العباسي الأول والتي ترجمت الي لغات عديدة.

ماذا يطلق على مجموعة الخيل؟

رعيل

ماذا يطلق على مجموعة الخيالة؟

كوكبه

متى ظهر أول جهاز تكبير في العالم؟

أول جهاز تكبير في العالم هو تكبير هواني ظهر في امريكا للعالم الامريكى ستيف كارير عام 1912 والذي مازال له اسمه في عالم المكيفات.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن أول دفتر دليل هاتف في العالم كان في عام 1878م، وكان يحتوي على 50 إسم فقط.
- هل تعلم أن الشارح اخترع من قبل الهنود الأذتيك.
- هل تعلم أن الشخص العادي يقضي 25 عاماً من عمره نائماً.
- هل تعلم أن فرس النهر يقتل البشر أكثر من أي حيوان آخر في أفريقيا.
- شعرة حيوان الرنة جوفاء من الداخل كالأنبوب.
- الجلد هو أكبر جهاز في جسم الإنسان.
- وهل تعلم أن الحوت يستطيع البقاء ساعة تحت المياه بدون تنفس.
- ارتداء السماعات لمدة ساعة واحدة فقط، سوف يزيد من البكتيريا في أذنك بنسبة 700 مرة.
- هناك 2 دجاجة مقابل كل إنسان في العالم.
- نسبة 80 % من عمليات السطو يرتكبها أشخاص تتراوح أعمارهم ما بين 13-21.
- نصف الجرائم يرتكبها أشخاص تقل أعمارهم عن 18 سنة.
- هناك مليون نملة مقابل كل إنسان في العالم.
- الأطفال حديثي الولادة لديهم 350 عظمة، وفي سن الخامسة تندمج لتصبح 206 عظمة.

قصة الغوريلا والصيد

في احدى الغابات كان يوجد مجموعة من (الغوريلا) تعيش في سلام وهدوء .. حتى جاء يوم استطاع احد الصيادين ان يصطاد احدى صغار الغوريلا الذي شرد بعيداً يلعب مع بعض اصدقائه فسقط في ايدي الصياد. كان ذلك الصياد من قرية مجاورة للغابة لذلك وعندما عرفت الام بما حدث لصغيرها ثارت وهاجت وشاركها في ذلك القطيع بأكله الذي كان يرأسه ذكر من ذكور الغوريلا ضخم الجسد وقوي جدا عندما يثور لا احد يستطيع ان يقف امامه ولان الغوريلا تتصرف كالانسان تماماً فقد وضعت خطة للهجوم على قرية الصياد لاستعادة الصغير... اسرع القطيع الكبير الذي يقدر عدده بالعشرات بالخروج من الغابة باتجاه القرية وعندما وصلوا اليها قاموا بالالتفاف حولها وهم يمسخون في ايديهم جذوع الاشجار الكبيرة وكمية من ثمار جوز الهند اليابسة اخذوا يقذفون بها ابواب البيوت الصغيرة ويصفقون بايديهم بشدة وهم يصرخون وكأنهم يطالبون برجوع الصغير بل لقد منعوا اي من سكان القرية من المشي في شوارعها مما اخاف القرية وافزعها وبقى الناس داخل بيوتهم حتى صباح اليوم الثاني ولما هموا بالخروج فوجئوا بان الغوريلا لم تبارح مكانها ولم يتروكا القرية بل باتوا منتظرين خوفاً من اخراج الصغير من القرية. لذا لم يستطيع اي احد مباحرة بيته خوفاً من غضبهم وعندما مر وقت لم يسلم فيه الصغير اليهم اخذت الغوريلا تقذف الابواب وتصرخ بل وحاولوا نزع بعض الابواب من مكانها مما سبب الفزع لسكان وياتت صرخاتهم من داخل البيوت فهم يعرفون كيف هو غضب الغوريلا عند ذلك الحد قام كبير القرية بإرسال رجاله إلى الصياد لتسليم الصغير اليهم حتى يغادروا القرية ولكن الصياد لم يأبه فهو ينتظر مبلغاً ضخمها من وراء ذلك الصغير فقام بلفه داخل غطاء وحاول الهروب به من باب المنزل الخلفي وبعد ان وضعه في سيارته وادارها حدث ما افزعه واخافه فقد ظهرت مجموعة من الغوريلا الضخمة امام السيارة ووقفت لا تبالي بشئ بل لقد كشرت عن انياب قاطعه وعيون حمراء وتوتر شديد وبعد ان فكر الصياد في صدمهم بالسيارة والهرب تراجع خاصة ان مجموعة اخرى جاءت لتقتف فوق السيارة وبدأت في هزها بقوة فارتعب ورفع الغطاء عن الصغير وفتح له الباب لينزل ويذهب لأهله فاستقبلواه استقبالاً حاراً وبعد ان اطمأنوا إلى انه لم يصب باي مكروه هجموا على بيت الصياد وهم يهيمون ويزمجرون مما افزع اهله فخرجوا هاربين فدخل ذكر الغوريلا الضخم إلى البيت ثم خرج ليصفق بيده وكأنه اطمأن لعدم وجود احد داخله واعطاهم اشارة من يده ليذكوا البيت دكاً وكأنه تحذير للصيد ولكل من في القرية بعدم تكرار ذلك مرة اخرى ،وعادوا إلى القرية يحملون صغيرهم وعاد الهدوء للقرية بعد ان فقدت احد بيوتها.

