

نادي تراث الإمارات
يشارك في مهرجان الظفرة
حتى 31 يناير الجاري



تدخلات وعدم التزام..
استبعاد فنانين من
مسلسلات رمضان



تلوث الهواء يمكن ان
يزيد خطر السكتة القلبية
و"الموت المفاجئ"؟



نصيحة طبية لن يربون حيوانا أيضا

يحتاج من يربون حيوانات أليفة داخل بيوتهم إلى مراعاة عدد من القواعد، حتى يتفادوا الإصابة باضطرابات صحية خطيرة، لا سيما من يعانون الحساسية والربو. ويعاني بعض الأشخاص حساسية مفرطة ضد فرو القطط مثلًا، فيلاحظون تهيجًا على مستوى الجلد عندما يلامسون الحيوان، وربما يختار بعض الأشخاص أن يتخلصوا بشكل نهائي من الحيوانات، حرصًا على صحتهم، لكن آخرين قد يفضلون الاحتفاظ بها رغم المشكلات الصحية. وتستطيع القطط إثارة الحساسية والربو لدى الشخص الذي يربوها، من خلال ما تفرحه من قشرة الجلد الميت واللحاح والبول في أرجاء البيت. وفي حال كان القط ينام بجانب الشخص الذي يربيه، فذلك يعني أن فروه سيعلق في المكان لمدة طويلة، حتى وإن جرى غسل البطانيات والشرافح بعناية. وبحسب المراكز الأميركية لمراقبة الأمراض والوقاية منها، فإن هناك طرقًا لتقليل العنصر للربو والاضطرابات الأخرى الناتجة عن وجود حيوان في البيت: عدم السماح للحيوان بدخول غرفة النوم تفاديًا لأن يستلقي وينام على الفراش، وذلك من خلال الإبقاء على هذه الغرفة مغلقة. غسل فرو القطط أو الحيوانات الأليفة من أجل إزالة التوابل التي تعلق به، لا سيما في حال كان الحيوان يقضي فترة من اليوم في الخارج، فضلًا عن كس البيت.

مادة سامة بوزق التواليت تهدد حيتان الأوركا

اكتشف باحثون كنديون مستويات عالية من مادة كيميائية خطيرة، تستخدم في صناعة ورق التواليت، بأجساد حيتان الأوركا المهتدة بالانقراض، مما أثار مخاوف من أن المادة السامة قد تزيد من إلحاق الضرر بها. وأعلن الباحثون أنهم اكتشفوا المادة الكيميائية "توبيل فينول"، في أجساد 12 حوتًا قاموا بدراساتها، غالبًا ما تستخدم في معالجة الورق وتوجد أيضًا في الصابون والمنظفات، ويمكن أن تدخل الحيتان من محطات معالجة النفايات. ونظرًا لضخامة حيتان الأوركا فغالبا ما تبتلع أجساما صغيرة ملوثة بالمواد الكيميائية، مما يجعلها من بين أكثر الحيتان تلوثا

5 شروط.. كيف تختار المكسرات بطريقة صحية وشهية؟

تكتسب المكسرات شعبية واسعة بين البشر، حيث ينظر لها كطعام صحي خفيف لا يقود إلى السمنة، وفي ذات الوقت تحتوي على عدد من العناصر الغذائية المفيدة، ويمكنها أن تغني مؤقتًا عن تناول وجبة كاملة، بأن تُشعر من يتناول حفنة منها بالشبع، وتوقف الإحساس بالرجوع.



رقيقة السمرا
تجد الكثيرين في المساء، حين يجتمع الأصدقاء، يتحلقون حول أطباق صغيرة من "المكسرات". وفيما هم يشاهدون التلفاز أو يتبادلون أطراف الحديث، يتناولون قبضات منها، وأحدة تلو الأخرى، في أمسيات قد تمتد لساعات، اعتقادًا من غالبية الناس، أن ذلك لن يؤثر سلبًا على الصحة العامة. إلا أن هذا السلوك من شأنه أن يؤدي إلى نتائج سلبية، أبرزها استمرار النكرياس في إفراز الإنسولين. فكلما واصل الإنسان عمليات الأكل المتتالية، واصل النكرياس إفراز هرمون الإنسولين، كي ينظم مستوى السكر في الدم. صحيح أن "المكسرات" تحتوي بالأساس على الدهون النافعة وقليل من البروتين وكربوهيدرات غير ضارة، إلا أن تناول كميات كبيرة منها وبشكل مستمر، سيهدد الجسم بالتشوهات التي سترفع تلقائيًا، وإن بنسب متفاوتة مستوى "سكر الدم"، وذلك يعتمد على نوعية "المكسرات" التي يأكلها الإنسان. فمثلًا، سجد أن هناك بعض الأنواع تحتوي على كربوهيدرات أعلى من سواها، مثل "الكاجو" الذي يحتوي كل 100 جم منه على 30 جم نشويات، وتبلغ في "الفسنجان" 28 جم، وفي ذات النسبة في "الستناء"، وتصل إلى 22 جم في "اللوز"، وتنخفض تنحو 16 جم في "الفول السوداني". أما "المكسرات" الأكثر قيمة غذائية، والأقل كربوهيدرات، فهي: "المكاديميا" 14 جم، وذات النسبة في "عين الجمل" وفي "جوز القان"، فيما "الجوز البرازيلي" فكمية "الكربوهيدرات" فيه أقل 12 جم فقط، ويأتي بعده "الصنوبر" بما نسبته 13 جم، ما يجعلها أغذية مناسبة جدًا لنظام "الكيوتو" والحمية منخفضة النشويات؛ مع ملاحظة أن هذه النسبة هي لـ "المكسرات" النيئة غير المحمصة والتي لم تضاف لها أي منكهات أو أصباغ؛ القيمة الغذائية:
تعتبر "المكسرات"، وتحديدًا قليلة الكربوهيدرات منها، مصدرًا جيدًا جدًا للدهون النافعة، والعديد من العناصر المعدنية والغذائية.

إصابة من يتناولها بـ"مقاومة الإنسولين" والالتهابات. هذه المنكهات يضعها المصنعون من أجل إخفاء ضعف جودة المنتج، وأيضًا لتقليل تكلفته، والأهم بالنسبة لهم أن يُدمن من يتناولها عليها، فيعود لشراؤها مجددًا بفضل هذه الخلطات الخاصة، التي تسبب أضرارًا عدة للإنسان، وتصيبه بالسمنة وتضعف مناعته العامة؛ على سبيل المثال، تجد عليه "مكسرات" متنوعة تحتوي على: الفستق، الكاجو، اللوز، البندق، المكاديميا، فتلظن إنها وجبة مغذية، ولكن عندما تقرأ ملصق المكونات، ترى أنها تحتوي أيضًا: ملح، نشا الذرة، B33، نكهة الجبن، مسحوق الجبن، مسحوق البصل، سكر، فلفل حار، مصلي الحليب، مستخلص الباربيكا؛ إذن، الوجبة الصحية، استحالت إلى نقيضها، خصوصًا مع وجود السكر ونشا الذرة؛ الأفضل أن يحصل الإنسان على "المكسرات" وفق الإرشادات الواردة أعلاه، ثم يقوم بخلطها منزليًا، وإذا أراد أن يضيف لها الملح، فعليه تجنب "ملح المائدة"، وإضافة "الملح البحري النقي"، ويمكنه أن ينكهها إذا أراد ببعض أنواع التوابل العضوية غير المصنعة، أو تحميصها لفترة قليلة بزيت "الأفوكادو"

دون طهي. وإذا تم تحميصها، فيجب أن يكون التحميص بزيت صحية غير مهدرجة، كزيت "الأفوكادو"، وأن لا يتم تحميصها لفترة طويلة، لأن ذلك قد يؤدي لتأكسد الدهون الموجودة داخلها. 2 - عضوية: غير معرضة للمبيدات الحشرية والمواد الكيميائية والسماد الاصطناعي والملوثات. 3 - غير معدلة وراثيًا. 4 - خالية من المنكهات والأصباغ والمواد الحافظة. 5 - هنالك "مكسرات" يفضل تقمها في الماء مثل "اللوز" و"البندق"؛ وأخرى يستحسن أن تكون "مبرعمة" للحصول على قيمة غذائية مضاعفة، كـ "بنور القرع".

خطر العلب الجاهزة

تنتشر في الأسواق العديد من "المكسرات" المكسوة بالشوكولاته، والمعموسة داخل بعض أنواع الحلويات، أو المزوجة بأنواع من السكر والدقيق، فضلًا عن علب "المكسرات" المنوعة الجاهزة للأكل مباشرة. إلا أن الغالبية العظمى من هذه الأنواع تحتوي على مواد ضارة، وزيتون مهدرجة، وبالتالي تستحيل وجبة متخمة بالكربوهيدرات، ستعود إلى

ناسا.. خطة جديدة للبحث عن آثار الحياة في الفضاء

كشفت وكالة الفضاء الأميركية "ناسا" عن خطة جديدة لبناء خليفة لتلسكوب "جيمس ويب" الفضائي، ستكون مهمته الرئيسية البحث عن عوالم صالحة للسكن في الفضاء. وقالت "ناسا" في أحدث اجتماع للجمعية الفلكية الأميركية، الأسبوع الماضي، إن خطة تطوير التلسكوب القادم تقوم على هدف جعله مناسبًا للبحث عن علامات الحياة على الكواكب الخارجية الصالحة للسكن في الفضاء الخارجي، حسبما نقلت شبكة "فوكس نيوز" الأميركية. ووفقًا ذكر موقع "سبيس" المتخصص بأخبار الفضاء، فإن المرصد الجديد سيعم جهاز تصوير فائق القوة، تمكن العلماء من دراسة الأجسام الفضائية وسلوكياتها على اختلاف أحجامها. ونقل الموقع عن مدير قسم الفيزياء الفلكية في "ناسا"، مارك كلامبين، قوله إن الوكالة ستعمل على المشروع بناءً على التكنولوجيا السابقة المستخدمة في تلسكوب "ناسا غريس رومان" وكذلك "جيمس ويب". وستصل قدرات المرصد بالتلسكوب الجديد إلى نقطة تُعرف باسم L2، أو نقطة لاغرانج الثانية، على بعد مليون ميل من الأرض ومقابل الشمس. وحول مهام التلسكوب قال كلامبين: "سيمتحن مرونة كبيرة، وسيكون بمقدورنا إطالة عمر مهمته". جدير بالذكر أن التلسكوب الجديد يندرج ضمن مشروع "ناسا" المعروف باسم "المرصد الكبير"، والرامي لمعرفة فرص وجود حياة خارج الأرض.

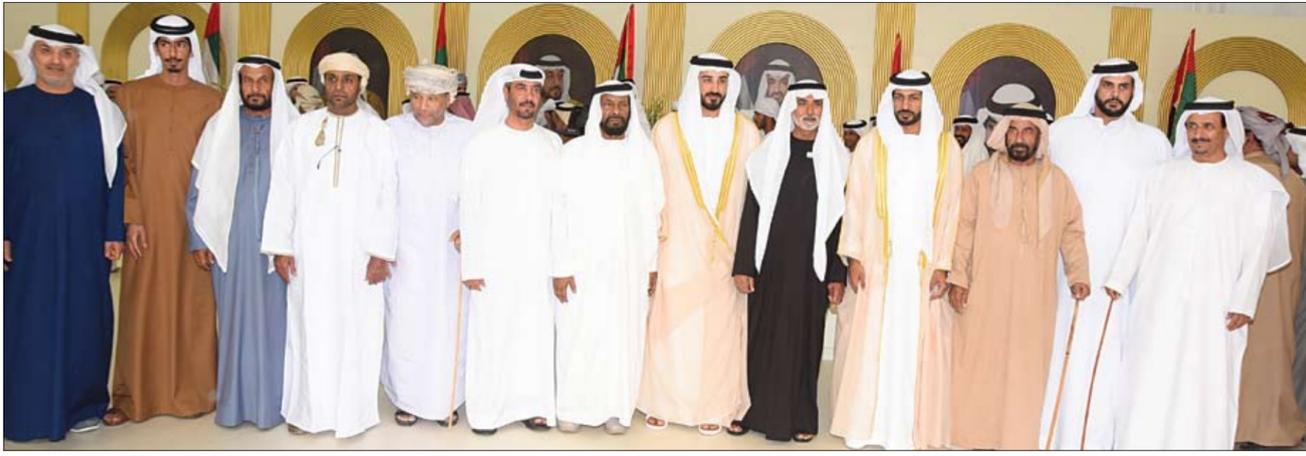


حيلة بسيطة لمعرفة جنس الجنين خلال الأسبوع 12 من الحمل

عادة ما ينتظر الوالدان حتى الأسبوع العشرين من الحمل لمعرفة جنس المولود عن طريق الفحص بالأشعة فوق الصوتية، ولكن هناك نظرية تقترح أن بالإمكان التنبؤ بجنس المولود قبل ذلك وفي الأسبوع 12 للحمل. ما هي نظرية العقدة؟ تبحث نظرية العقدة المعروفة أيضاً باسم زاوية التحلق، في كيفية تشكل الجبل الشوكي والأنسجة التناسلية للطفل في أول فحص للحمل. والفكرة الكامنة وراء نظرية العقدة هي أنه إذا كان بالإمكان إلقاء نظرة جيدة حقا على هذه العقدة، فيمكن معرفة الطريقة التي ستسير بها في الأسابيع القليلة. ووفقًا لمؤيدي نظرية العقدة، يمكن فك

مشروع لحل المشاكل النفسية بالطبخ في مصر

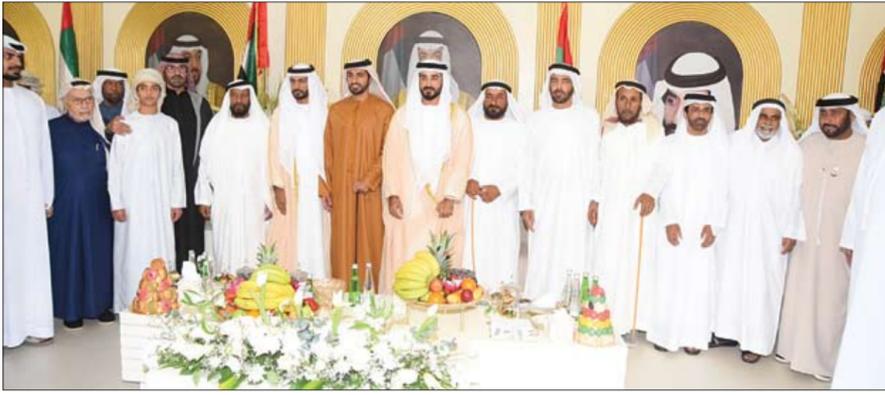
يؤثر الاضطراب النفسي على شخص واحد من بين كل 8 أشخاص في العالم، بحسب منظمة الصحة العالمية، وتنطوي الاضطرابات النفسية على اختلافات جسيمة في التفكير أو ضبط المشاعر أو السلوك. توجد خيارات فعالة للتخفيف من وطأة هذه الاضطرابات، وفي مصر أقيم مشروع "حلة وصل" الذي يستخدم ما يطلق عليه "الطبخ العلاجي" أي استخدام الطبخ في حل المشاكل النفسية مثل الانطواء أو الاكتئاب وغيره. لم يكن تخصص مي حسن الحاصلة على ماجستير تحكيم في الهندسة الكهربائية من الجامعة الأميركية يؤهلها لحوض غمار حل المشاكل النفسية، لكن مرورها بحالة اكتئاب لمدة ثلاث سنوات، وشخصيتها المنطوية شكلا دافعا لها لتتربص طاقاتها في الانغماس في الطبخ. لاحظت مي أن الطبخ ساعدها على تجاوز حالة الاكتئاب، ومع انضمام الأصدقاء إليها باتت تشعر بسعادة، فكان يجتمع لديها الأصدقاء المختصون في الموسيقى والعزف يؤدون مقطوعاتهم الموسيقية، خلال قيامها بالطبخ، فزاد ارتباطها الاجتماعي بهم.



نهيان بن مبارك والشيخ يحضرون أفراح بن ركاض



محمد آل نهيان، والشيخ طحنون بن سعيد بن طحنون آل نهيان والشيخ محمد بن خليفة بن خالد آل نهيان حضور معالي الفريق محمد سعيد البادي، وسعادة حمد بن سهيل الخيلي ومعالي الدكتور مغير خميس الخيلي رئيس دائرة تنمية المجتمع أبو ظبي، وسعادة عبدالله أمين الشرفا المستشار بديوان صاحب السمو حاكم عجمان، واللواء الدكتور أحمد ناصر الريسي رئيس الانتربول الدولي والشيخ سالم عبدالله بن ديين الكعبي، ومعالي محمد صالح بن بدوة الدرهمي والفريق عبيد محمد الكعبي والشيخ سلطان بن سرور الظاهري والشيخ محمد أحمد بن سرور الظاهري، ومعالي علي بن صبيح الكعبي والشيخ علي بن مفتاح الخاطري، والشيخ ماجد بن سلطان الخاطري، وعدد من الشيوخ وأصحاب العالي والمسؤولين وكبار الشخصيات، وأعيان القبائل وجمع من المهنيين. وقدمت الفرق الشعبية الأهازيج الوطنية والتراثية ابتهاجا بهذه المناسبة.



ضمن فعاليات الدورة السادسة عشرة

نادي تراث الإمارات يشارك في مهرجان الظفرة حتى 31 يناير الجاري



العربية المتحدة، وتضمن فعاليات الدورة السادسة عشرة من مهرجان الظفرة تحت رعاية صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه الله، وتنظيم لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية - أبوظبي، ويستمر السوق حتى 31 يناير الجاري. وتأتي المشاركة في مهرجان الظفرة في إطار حرص نادي تراث الإمارات على حضور التراث الإماراتي في مختلف المحافل والمناسبات التي يرئها عدد كبير من الزوار والسياح من مختلف الثقافات والدول، مما يتيح فرصة للتبادل الثقافي مع الشعوب الأخرى وتعريفها ببعض الملامح من حضارة تراث دولة الإمارات العربية المتحدة.



شرطة دبي تعرض أحدث ابتكاراتها في معرض انترسك 2023

جمارك أبوظبي تطلع على إنجازات شرطة أبوظبي في مكافحة المخدرات

تشارك القيادة العامة لشرطة دبي، في فعاليات الدورة الـ 24 من المعرض والمؤتمر التجاري للأمن والسلامة "انترسك"، المقام يوم الثلاثاء المقبل "17-19 يناير"، في مركز دبي التجاري العالمي، والهدف إلى عرض أحدث الابتكارات والاستراتيجيات والتقنيات الكفيلة بالتغلب على التحديات التي تواجه قادة وخبراء قطاع الأمن على مستوى العالم. وأكد العقيد عيسى محمد المطوع مدير إدارة الهوية المؤسسية والمعارض في الإدارة العامة لإسعاد المجتمع، أن القيادة العامة لشرطة دبي تشارك في معرض "انترسك 2023" بناء على توجيهات معالي الفريق عبد الله خليفة المري، القائد العام لشرطة دبي، لعرض الخدمات الأمنية والتكيفية والتقنيات الذكية الاصطناعية الهادفة إلى تحقيق التوجهات الاستراتيجية لشرطة دبي في تعزيز الأمن والأمان والعمل على إسعاد المجتمع. وأشار إلى أن شرطة دبي تحرص على المشاركة في المعرض باعتباره واحداً من أهم معارض الحلول الأمنية والسلامة والحماية، وذلك لعرض إمكاناتها وابتكاراتها الذكية والمستشرفة للمستقبل والمواكبة للتحديات، مبيناً أن الإدارات العامة المختلفة ستعرض عبر منصة شرطة دبي العديد من المشاريع والتطبيقات والأنظمة الذكية التي تستخدمها في التواصل مع أفراد المجتمع إلى جانب عرض أحدث الدوريات الفارهة ودورية الإنقاذ متعددة المهام وخدمات مركز الاتصال 901.



أبو ظبي-الضجر: أطلع وفد من الإدارة العامة للجمارك في أبوظبي على الإنجازات والمشاريع التطويرية لمديرية مكافحة المخدرات في شرطة أبوظبي والتي تركز على تعزيز القدرات الميدانية والتقنية والإجرائية. والتقى العميد طاهر غريب الظاهري مدير مديرية مكافحة المخدرات والوفد الزائر وجرى خلال اللقاء بحث عدد من الموضوعات ذات الاهتمام المشترك وسبل تعزيز التعاون بين الجانبين. وأكد مدير مديرية مكافحة المخدرات بشرطة أبوظبي ضرورة تعزيز التعاون مع مختلف الجهات المعنية بمكافحة الإدمان ومعالجته والوقاية منه، وإطلاق المبادرات المشتركة والبرامج المتكاملة. واستعرض جهود شرطة أبوظبي الريادية في مكافحة المخدرات وحرصها المتواصل على ضمان سلامة المجتمع عبر التصدي للمخاطر المرتبطة بهذه الآفة منذ بداية ظهورها وقيل أن تتفاهم آثارها السلبية. واستمع الوفد إلى شرح حول جهود مكافحة المخدرات واطلع من خلال العرض التقديمي على أبرز إنجازاتها خلال الفترة الماضية. وفي نهاية الزيارة أشاد الوفد بالإنجازات المتميزة التي تحققتها شرطة أبوظبي في التصدي والمكافحة لآفة المخدرات.

منوعات الفكر

23

تعد ممارسة الرياضة وتناول نظام غذائي متوازن وتقليل تناول الملح، تغييرات في نمط الحياة يمكن أن تساعد في تعزيز صحة القلب.
وتشير دراسة جديدة إلى أن العيش في مناطق أقل تلوثا يمكن أن يساعد أيضا في درء خطر أمراض القلب.



تلوث الهواء يمكن أن يزيد خطر السكتة القلبية و"الموت المفاجئ"؟



وعلى الرغم من أن أفضل طريقة لتقليل مخاطر الإصابة بسرطان الرئة هي عدم التدخين، إلا أن هناك طرقا أخرى يمكن من خلالها تقليل المخاطر. وفي حالة البحث الذي أجراه المعهد، فإن الانتقال من مدينة إلى مكان به هواء أنظف قد يكون طريقة محتملة لتقليل فرص الإصابة بسرطان الرئة. وأشار البحث الذي قاده البروفيسور تشارلز سوانتون في سبتمبر، إلى كيفية تسبب تلوث الهواء في الإصابة بسرطان الرئة، قائلا: "الخلايا ذات الطفرات المسببة لسرطان تتراكم بشكل طبيعي مع تقدمنا في العمر، لكنها عادة ما تكون غير نشطة. لقد أثبتنا أن تلوث الهواء يوقظ هذه الخلايا في الرئة، ويشجعها على النمو وربما تكون أوراما". وأضاف البروفيسور سوانتون: "الآلية التي حددناها يمكن أن تساعدنا في النهاية على إيجاد طرق أفضل للوقاية من سرطان الرئة وعلاجه في حالة عدم التدخين. وإذا تمكنا من منع الخلايا من النمو استجابة لتلوث الهواء، فيمكننا تقليل مخاطر الإصابة بسرطان الرئة".

وقالت الدكتورة إميلي لين، مؤلفة مشاركة في الدراسة: "وفقا لتحليلنا، فإن زيادة مستويات تلوث الهواء تزيد من خطر الإصابة بسرطان الرئة وورم الظهارة المتوسطة وسرطان الفم والحلق. وتشير هذه النتيجة إلى دور أوسع للسرطانات التي يسببها الالتهاب الناتج عن مادة مسرطنة مثل تلوث الهواء". وأضافت الدكتورة لين: "حتى التغييرات الصغيرة في مستويات تلوث الهواء يمكن أن تؤثر على صحة الإنسان. ويعيش نحو 99% من سكان العالم في مناطق تتجاوز الحدود السنوية لمنظمة الصحة العالمية لـ PM2.5، ما يبرز تحديات الصحة العامة التي يفرضها تلوث الهواء في جميع أنحاء العالم".

سكان سنغافورة، مع تقليل العبء على خدمات الصحة أيضا". وعلى الرغم من أن الدراسة أجريت في سنغافورة، إلا أنها ليست مشكلة منحصرة في هذا البلد فقط، بل إنها أزمة صحية عالمية في طور التكوين. وفي جميع أنحاء العالم، ترتفع مستويات التلوث، وتشهد المدن الكبرى، مثل لندن وستغافورة، مستويات متزايدة من تلوث الهواء. وهذا أمر سيء ليس فقط لكوكب الأرض، ولكن لأنظمة القلب والأوعية الدموية والخدمات الصحية لكل دولة معنية. وإلى جانب ذلك، يتم نشر المزيد من الدراسات التي تظهر وجود صلة بين تلوث الهواء وسلسلة من الأمراض الفتاكة. وفي خضم كل هذا، فإن الذين يحتمل أن يشعروا بأثار الاختناق من تلوث الهواء هم أولئك الذين يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية، والربو أو أولئك الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة. وعلاوة على ذلك، هناك أبحاث تشير إلى أن تلوث الهواء يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بأمراض أخرى بجانب النوبات القلبية، بما في ذلك تلك المرتبطة بعادات نمط الحياة المسرطنة. وفي وقت سابق من هذا العام، وجد باحثون من معهد فرانسيس كريك أن تلوث الهواء يمكن أن يسبب سرطان الرئة، حتى في الأشخاص الذين لم يدخنوا. ومن خلال فحص البيانات من أكثر من 400 ألف شخص، وجدوا أن التعرض لثلاثين الجسيمات المعروفة باسم PM2.5، يمكن أن يعزز نمو الخلايا التي تحتوي على طفرات مسببة لسرطان.

ووجدت الدراسة الحديثة، التي أجرتها جامعة سنغافورة، أن جزيئات صغيرة من تلوث الهواء، معروفة باسم PM2.5، ترتبط بها مجموعة من المشاكل الصحية، ويمكن أن تؤدي إلى النوبات القلبية والسكتات القلبية. ومن خلال دراسة 18 ألف حالة من حالات توقف القلب خارج المستشفى، وجد الفريق أن 492 حالة من هذه الحالات يمكن أن تكون ناجمة عن PM2.5. وعلى الرغم من أن هذا رقم صغير،



التفاؤل . . يمكن أن يحسن الشيخوخة ويطيل العمر!

عندما تتم مناقشة موضوع كيفية العيش لفترة أطول، غالبا ما يتضمن الحديث كيفية جعل الجسم أقوى وأكثر مرونة. ومع ذلك، تشير الأبحاث التي أجرتها كلية الطب بجامعة بوسطن إلى أن العوامل النفسية يمكن أن تلعب دورا أيضا. ونشروا بياناتهم في مجلة PNAS، ووجدوا رابطا بين طريقة تفكيرنا والمدة التي يمكن أن نعيشها.



نظام غذائي متوازن وممارسة الرياضة البدنية المعتدلة إلى الشديدة. وعلاوة على ذلك، فإن الامتناع عن تناول الكحول والتدخين والمنتجات الغنية بالملح تعتبر فعالة أيضا.

وأكملت المجموعتان استطلاعات حول مستويات التفاؤل إلى جانب عاداتهم الصحية وصحتهم العامة. ووجد الباحثون أن الرجال والنساء الأكثر تفاؤلا لديهم عمر طويل بنسبة 11 إلى 15%، وكان من المرجح أن يصلوا إلى سن 85 بنسبة 50% إلى 70% أكثر من المجموعة الأقل تفاؤلا. وتم احتساب النتائج المذكورة بعد العمر، وحسب العوامل الديموغرافية والأمراض المزمنة والاكتمال وعوامل صحية أخرى. وكتبوا في مجلة PNAS: "في الختام، وجدنا أن مستويات أعلى من التفاؤل مرتبطة بعمر أطول واحتمالية أكبر لتحقيق طول عمر استثنائي. الأهم من ذلك، تم تكرار هذه الارتباطات عبر مجموعتين مستقلتين ومتشابهتين بشكل ملحوظ من حيث الحجم لدى الرجال والنساء، بعد ضبط عوامل الإرباك المحتملة والتغيرات الوسيطة المحتملة. وبالنظر إلى الأبحاث التي تظهر أن زيادة فترة الصحة غالبا ما تصاحب زيادة العمر الافتراضي، تشير نتائجنا إلى أن التفاؤل قد يكون موردا نفسيا اجتماعيا مهما في تعزيز الشيخوخة الصحية. وتضيف هذه النتائج إلى ترسانة العوامل التي يمكن تعديلها والتي ينبغي استهدافها لتحسين صحة السكان وطول العمر". وأضافت المحدة المشاركة في الدراسة البروفيسورة لودينا لي: "بينما حددت الأبحاث العديد من عوامل الخطر كالأمراض والوفاة المبكرة، فإننا نعرف القليل نسبيا عن العوامل النفسية والاجتماعية الإيجابية التي يمكن أن تعزز

ووفقا للباحثين، ارتبطت "العوامل النفسية الإيجابية" بزيادة طول العمر. وما يعنيه هذا هو أن بياناتهم تشير إلى أن المتفائلين يعيشون لفترة أطول من أولئك الذين لم يكونوا متفائلين. وغطت الدراسة المعنية 69744 امرأة و 1429 رجلا.



دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة
الاسم التجاري: اي ام دبليو لتجارة الحاسب الالى ذ.م.م
عنوان الشركة: جزيرة ابوظبي شرق 0.8 مبنى السيد خليفة هامل خادم الغيث واخرين
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 1007616
التعديل الذي طرأ على الشركة:
1 - حل وتصفية الشركة
2 - تعيين السادة/ميرال عبدالجبيب لتدقيق الحسابات والاستشارات الادارية - كعضي قانوني للشركة بتاريخ: 2022/10/1 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2350000733 تاريخ التعديل: 2023/01/14
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : تيك ون ستوديو
رخصة رقم: CN 4475322 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع
اضافة لطيفه مبارك شعثان وميدان العامري ١٠٠%
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف حمدان سعيد سالم سليم التميمي
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/هي
الجمال للازياء
رخصة رقم: CN 4420915 قد تقدموا إلينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو 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 ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/مبارك
جمعه للصيانه العامه والمكيفات
رخصة رقم: CN 4488794 قد تقدموا إلينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو 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 ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : ليمار للمقاولات العامه
رخصة رقم: CN 1152098 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل مدير / إضافة كمال مرزوق سليمان عطيه بركه
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة كمال مرزوق سليمان عطيه بركه ١٠٠%
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف عبدالله خليفة ماجد عبدالله السافري
تعديل رأس المال / من null إلى ١٠٠٠٠٠
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من / ليمار للمقاولات العامه
LIMAR GEN CONTRACTING
إلى / ليمار المقاولات العامه - شركة الشخص الواحد ذ م م
LIMAR GEN CONTRACTING - SOLE PROPRIETORSHIP 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 وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : فيرميسي مطعم - شركة الشخص الواحد
ذ.م.م رخصة رقم: CN 4539497 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل مدير / إضافة وسيع الله عبدالحميم
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة وسيع الله عبدالحميم ١٠٠
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف شمس الهادي عبدالحميم
تعديل مدير / حذف شمس الهادي عبدالحميم
تعديل اسم تجاري من / فيرميسي مطعم - شركة الشخص الواحد ذ م م
VERMICELLI RESTAURANT - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
إلى/ نندر فيكس للصيانة العامة - شركة الشخص الواحد ذ م م
THUNDER FIX GENERAL MAINTENANCE. SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
تعديل نشاط / إضافة صيانة المباتي ٤٣٩٩٠٠١
تعديل نشاط / حذف مطعم ٥١١٠٠٠١
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : عالم الطبيعة للديكور
رخصة رقم: CN 3049300 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حازم محمود حسن محمود من مالك إلى مدير
تعديل نسب الشركاء / حازم محمود حسن محمود من ١٠٠% إلى ٥٠%
تعديل وكيل خدمات / حذف احمد صالح محمد على
تعديل رأس المال / من null إلى ٥٠٠٠٠
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من / عالم الطبيعة للديكور
ALAM ALTABIEA DECOR
إلى/ الما لأعمال النجارة المسحة - شركة الشخص الواحد ذ م م
ALMA ENFORCED CARPENTRY WORKS SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
تعديل نشاط / إضافة أعمال الطلاء والدهانات للليمانى ٤٣٣٠٠٠٣
تعديل نشاط / إضافة أعمال النجارة المسحة ٤٣٩٠٠٠٤
تعديل نشاط / حذف أعمال تنفيذ التصميم الداخلي (الديكور) ٤٣٣٠٠١٥
تعديل نشاط / حذف أعمال النجارة وتركيب الأرضيات الخشبية ٤٣٣٠٠٠٥
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الإعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الإعلان وإلا فإن الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الاسم التجاري: زون ميكر لتمثيل الشركات - شركة الشخص الواحد ذ.م.م
عنوان الشركة: تاجر أبوظبي
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 2904827
التعديل الذي طرأ على الشركة:
1 - حل وتصفية الشركة
2- تعيين السادة/ ستاندر منتورز لتدقيق والمراجعة - كعضي قانوني للشركة بتاريخ: 2022/4/1 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 236C5EF7E6712DBF35D تاريخ التعديل: 2023/01/13
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : مؤسسة اسيت المحاسبية ومسك
السجلات رخصة رقم: CN 2264814 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل مدير / إضافة جويابكرمان سوكرمان كريشان سوكرمان
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة جويابكرمان سوكرمان كريشان سوكرمان ١٠٠%
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف عبدالكريم عبدالرحمن عبدالكريم
تعديل رأس المال / من null إلى ٥٠٠٠٠
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من / مؤسسة اسيت المحاسبية ومسك السجلات
ASSET ACCOUNTING AND BOOK KEEPING EST
إلى/ اسيت المحاسبية ومسك السجلات - شركة الشخص الواحد ذ م م
ASSET ACCOUNTING AND BOOK KEEPING - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : ورشه جولدن سيوت لتصليح السيارات
رخصة رقم: CN 4462934 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة نوال سالم مبارك هادي العامري ٥١%
تعديل مدير / إضافة محمد فراح دوودو ميا
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة محمد فراح دوودو ميا ٤٩%
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف نوال سالم مبارك هادي العامري
تعديل رأس المال / من null إلى ١٥٠٠٠
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة ذات مسؤولية محدودة
تعديل اسم تجاري من / ورشه جولدن سيوت لتصليح السيارات
GOLDEN SPOT AUTO REPAIR WORKSHOP
إلى/ سي تي جي جاردن قطع غيار السيارات المستعملة ذ.م.م
CTG GARDEN USED AUTO SPARE PARTS L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : العماد لتجارة الأدوات الصحية
رخصة رقم: CN 2638600 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة سهيل كادافات باراميان خالد كادافات باراميان ١٠٠%
تعديل مدير / إضافة سهيل كادافات باراميان خالد كادافات باراميان
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف على جلال على محمد الحبشي
تعديل رأس المال / من null إلى ١٥٠٠٠٠
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من / العماد لتجارة الأدوات الصحية
AL EMAD SANITARY WARE TRADING
إلى/ العماد لتجارة الأدوات الصحية - شركة الشخص الواحد ذ م م
AL EMAD SANITARY WARE TRADING - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : مركز ملبار للطباعة
رخصة رقم: CN 1787369 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل مدير / إضافة عيدرزاق كالاكاندن راينكوتى كالاكاندن
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة عيدرزاق كالاكاندن راينكوتى كالاكاندن ١٠٠%
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف محمد سالم عثمان مبارك الزعابي
تعديل رأس المال / من null إلى ١٥٠٠٠٠
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من / مركز ملبار للطباعة
MALABAR TYPING CENTER
إلى/ مركز ملبار للطباعة - شركة الشخص الواحد ذ م م
MALABAR TYPING CENTER - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/مختبر
الياسمين للاسنان
رخصة رقم: CN 3860644 قد تقدموا إلينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو 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 ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : نيب لنك للسفر - شركة الشخص
الواحد ذ م م رخصة رقم: CN 2821175 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل مدير / إضافة نواز شريف ميا محمد على
تعديل مدير / حذف بيبجاي بوديل
تعديل نوع رخصة / من سياحية إلى تجارية
تعديل اسم تجاري من / نيب لنك للسفر - شركة الشخص الواحد ذ م م
NEP LINK TRAVEL - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
إلى / مركز فرننت دسك لانجاز المعاملات الحكومية - شركة الشخص الواحد ذ م م
FRONT DESK GOVERNMENT TRANSACTIONS CENTER - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
تعديل نشاط / إضافة تقديم الخدمات الحكومية توصيل ٨٢٩٩٠٢٣
تعديل نشاط / إضافة خدمات الوكيل الضريبي ٩٩٢٠٠٠٠
تعديل نشاط / إضافة تدقيق ومراجعة الحسابات ٩٩٢٠٠٠١
تعديل نشاط / حذف بيع تناكر السفر ٩٩١١٠٠٠٠
تعديل نشاط / حذف تنظيم الرحلات السياحية ٩٩١٢٠٠١
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : مؤسسة تاتش فيو للمقاولات
الالكتروميكانيكية رخصة رقم: CN 3978371 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة محمد فاريس نور محمد ١٠٠%
تعديل مدير / إضافة محمد فاريس نور محمد
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف عبيد سيف بن رشيد الزعابي
تعديل رأس المال / من null إلى ١٥٠٠٠٠
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من / مؤسسة تاتش فيو للمقاولات الالكتروميكانيكية
TOUCH VIEW ELECTRO MECHANICAL CONTRACTING EST
إلى/ تاتش فيو للمقاولات الالكتروميكانيكية - شركة الشخص الواحد ذ م م
TOUCH VIEW ELECTRO MECHANICAL CONTRACTING - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : هاوس كونتينر
لتجميل المساحات الخارجية
رخصة رقم: CN 4498840 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل مدير / إضافة سعيد على سعيد عبود الهاجري
تعديل الشركاء تنازل وبيع
إضافة سعيد على سعيد عبود الهاجري ١٠٠%
تعديل الشركاء تنازل وبيع
حذف اميره على سالم بادعام الحضرمي
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بان السادة/مختبر
الياسمين للاسنان
رخصة رقم: CN 3860644 قد تقدموا إلينا بطلب
الغاء رخصة
فعلى كل من له حق أو 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 ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : نيب لنك للسفر - شركة الشخص
الواحد ذ م م رخصة رقم: CN 2821175 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل مدير / إضافة نواز شريف ميا محمد على
تعديل مدير / حذف بيبجاي بوديل
تعديل نوع رخصة / من سياحية إلى تجارية
تعديل اسم تجاري من / نيب لنك للسفر - شركة الشخص الواحد ذ م م
NEP LINK TRAVEL - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
إلى / مركز فرننت دسك لانجاز المعاملات الحكومية - شركة الشخص الواحد ذ م م
FRONT DESK GOVERNMENT TRANSACTIONS CENTER - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
تعديل نشاط / إضافة تقديم الخدمات الحكومية توصيل ٨٢٩٩٠٢٣
تعديل نشاط / إضافة خدمات الوكيل الضريبي ٩٩٢٠٠٠٠
تعديل نشاط / إضافة تدقيق ومراجعة الحسابات ٩٩٢٠٠٠١
تعديل نشاط / حذف بيع تناكر السفر ٩٩١١٠٠٠٠
تعديل نشاط / حذف تنظيم الرحلات السياحية ٩٩١٢٠٠١
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال يوم واحد من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن أي حق أو دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الإجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان

تعلن دائرة التنمية الاقتصادية بأن / السادة : مؤسسة تاتش فيو للمقاولات
الالكتروميكانيكية رخصة رقم: CN 3978371 قد تقدموا إلينا بطلب:
تعديل الشركاء تنازل وبيع / إضافة محمد فاريس نور محمد ١٠٠%
تعديل مدير / إضافة محمد فاريس نور محمد
تعديل الشركاء تنازل وبيع / حذف عبيد سيف بن رشيد الزعابي
تعديل رأس المال / من null إلى ١٥٠٠٠٠
تعديل شكل قانوني / من مؤسسة فردية إلى شركة الشخص الواحد ذ م م
تعديل اسم تجاري من / مؤسسة تاتش فيو للمقاولات الالكتروميكانيكية
TOUCH VIEW ELECTRO MECHANICAL CONTRACTING EST
إلى/ تاتش فيو للمقاولات الالكتروميكانيكية - شركة الشخص الواحد ذ م م
TOUCH VIEW ELECTRO MECHANICAL CONTRACTING - SOLE PROPRIETORSHIP L.L.C
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة دائرة التنمية الاقتصادية خلال أربعة عشر يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان والا فان الدائرة غير مسؤولة عن اي حق او دعوى بعد انقضاء هذه المدة حيث ستستكمل الاجراءات المطلوبة.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)

دائرة التنمية الاقتصادية
DEPARTMENT OF ECONOMIC DEVELOPMENT

العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦

إعلان تصفية شركة

نوع الشركة: شركة ذات مسؤولية محدودة
الاسم التجاري: المواجه للاستشارات الهندسية ذ.م.م
عنوان الشركة: مدينة محمد بن زايد - مدينة محمد بن زايد شرق 0.9 - مبنى احمد ناصر سال هويشل
رقم القيد في السجل الاقتصادي: CN 3882229
التعديل الذي طرأ على الشركة:
1 - حل وتصفية الشركة
2 - تعيين السادة/الهامي وشركاء - محاسبون قانونيون - كعضي قانوني للشركة بتاريخ: 2022/6/1 وذلك بناء على قرار محضر الجمعية العمومية غير العادية ، الموقف لدى كاتب العدل بالرقم: 2305000989 تاريخ التعديل: 2023/01/15
فعلى كل من له حق أو اعتراض على هذا الاعلان مراجعة المصفي المعين خلال مدة 30 يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
مركز ابوظبي للأعمال (أبوظبي)



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

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدد ١٣٧٤٩ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٦
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاقتصادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم SHCFICIPOR2022/0004842 تجاري (جزئي)
إلى : الحكومه / جواد محمد سهراب، العنوان : 9558530
نحيطكم علما بأنه بتاريخ 2022/10/31 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرقم أعلاه لصالح / مصرف الشارقة الإسلامي - بالتالي ، رس الحكم
حكمت المحكمة بمناية الحضورى : 1- بإزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبلغ وقدره 578.668.88 درهم سداد أجرة يومية بواقع 99.77 درهم عن اتفاقية الإجارة الأولى على ان تبدأ من تاريخ 2021/8/18 وتنتهي بتسليم العين المؤجرة و السداد التام . 2- بإزام المدعي عليه بان يؤدي للمدعي مبلغ وقدره 3.974.180.40 درهم مع سداد أجرة يومية بواقع 652.34 درهم عن اتفاقية الإجارة الثانية على ان تبدأ من تاريخ 2021/8/18 وتنتهي بتسليم العين المؤجرة و السداد التام . 3- بإزام المدعي عليه بالرسوم والصاريف والتف درهم مقابل التاب الحمامات حكما قابلا للاستئناف خلال المدة القانونية 30 يوما اعتبارا من اليوم التالي للنشر.
الحكمة الابتدائية المدنية



•• ابوظبي-البحرين:
أنهى الأرشيف والمكتبة الوطنية التحضيرات اللازمة لمشاركته في الدورة الـ ٥٤ معرض القاهرة الدولي للكتاب في الفترة من ٢٥ يناير - ٦ فبراير ٢٠٢٣.

منوعات المعجز

26

عبد الله ماجد: المعرض حدث ثقافي عربي كبير ومشاركتنا تشمل عشرات الفعاليات

الأرشيف والمكتبة الوطنية ينهي تحضيراته للمشاركة في القاهرة الدولي للكتاب 2023

والعالمية والبحوث والدراسات العلمية التي تنطلق ماضي دولة الإمارات وحاضرها الزاهر في مختلف المجالات، ذلك بالإضافة إلى اهتمامنا بتبادل الخبرات المميزة، والتجارب الإبداعية والمتكبرة مع المكتبات الوطنية ودور النشر والتوزيع الكبرى، والاطلاع على وجهات النظر التي نثري بها تجربتنا في إنشاء المكتبة الوطنية التي تنسجم مع معطيات المستقبل انطلاقاً من الذروة التي بلغها الآخرون في هذا المجال.

الوطنية مستعدة لاستقبال مرتادي المعرض والإجابة عن جميع استفساراتهم، وأشار سعادته إلى أن ما يجعل الأرشيف والمكتبة الوطنية يشارك في معارض الكتب الكبرى داخل دولة الإمارات وخارجها - إصداراته القيمة والجادة التي يثري بها الأوساط الثقافية، ويقدم عبر صفحاتها معلومات موثقة عن تاريخ الإمارات المجيد وتراثها العريق، إلى جانب اهتمامه بإثراء مكتبة الإمارات بالجديد من الإصدارات العربية

والفاليات والنشاطات المهمة ذات الصلة بهما، واهتماماته، والتي تدعم أهداف المعرض، وستكون البداية بنودة عن "حماية التراث والهوية العربية في عصر الرقمنة" في 23 يناير الجاري، وسيظم عدداً من الفعاليات ضمن البرنامج المهني للمعرض، بالإضافة إلى محاضرات وورش ستحفل بها منصة الأرشيف والمكتبة الوطنية وذلك كله بالتزامن مع أيام المعرض، وستكون منصة الأرشيف والمكتبة

مختلف أنحاء العالم، لكي يقدم للقراء ولرؤاد المعرض البعد التاريخي الموقر والمشرق لدولة الإمارات العربية المتحدة. وأضاف: لن تقتصر مشاركة الأرشيف والمكتبة الوطنية على منصته التي يعرض فيها أحدث إصداراته المحلية والعربية والعالمية التي تفتح صفحات مهمة في تاريخ وتراث دولة الإمارات العربية المتحدة ومنطقة شبه الجزيرة العربية فحسب، ولكنه سيظم أيضاً

والمنصات الرقمية، والدور الذي يؤديه بالنسبة لمختلف شرائح المجتمع الإماراتي والقارئ العربي بما يثري ثقافتهم ومعارفهم. وعن هذه المشاركة قال سعادة عبد الله ماجد آل علي المدير العام: يشارك الأرشيف والمكتبة الوطنية في الفعاليات الثقافية الكبرى، وفي معارض الكتب الكبرى، وفي مقدمتها معرض القاهرة الدولي للكتاب، الحدث الثقافي الكبير الذي يعدّ محط أنظار المثقفين والقراء من

وتأتي هذه المشاركة انطلاقاً من حرصه على التواجد في هذه التظاهرة الثقافية الكبرى التي تيسر له سبل الوصول إلى الباحثين والأكاديميين والمهتمين بتاريخ وتراث دولة الإمارات العربية المتحدة ومنطقة الخليج، وتسليط الضوء على أجدته الثرية وخدماته التي يقدمها في سبيل تقريب جمهور المعرض من ذاكرة الإمارات، واطلاعهم على ما يقدمه في مركز الحفظ والترميم التابع له، وفي المعارض



صدر كتاب جديد بعنوان (من أنا) للكاتبة القطرية نجاة علي

وذكرت أن معرفة الذات تنقسم إلى ثلاثة مستويات هي المستوى البيولوجي الذي يعني معرفة الذات من خلال معرفة القدرات الجسمية والتحديات الصعبة التي يواجهها الإنسان وبدونها لا يستطيع تحقيق الأهداف والإنجازات. وذكرت الكاتبة القطرية أن معرفة الذات هي المعرفة التي تتعلم وتنسق السلوك العام بهدف تنظيم أمور الحياة المتداخلة وأن الشخصية الحقيقية تتضمن القدرات والمعتقدات والشاعر والرغبات والقيم الحقيقية والحالات العقلية المختلفة لدى الإنسان. كما تناول الكتاب طرق تطوير الذات والنهوض بها من خلال كسر حاجز اليأس وعدم فقدان الأمل وتجاوز عقبات الحياة وقهر التحديات ليصبح منها سلماً ليرتقي للقيمة.

حتى ولو كان يسير في حياته بالطريق الصحيح. وتناول الكتاب معرفة الذات باعتبارها من التحديات الصعبة التي يواجهها الإنسان وبدونها لا يستطيع تحقيق الأهداف والإنجازات. وذكرت الكاتبة القطرية أن معرفة الذات هي المعرفة التي تتعلم وتنسق السلوك العام بهدف تنظيم أمور الحياة المتداخلة وأن الشخصية الحقيقية تتضمن القدرات والمعتقدات والشاعر والرغبات والقيم الحقيقية والحالات العقلية المختلفة لدى الإنسان. كما تناول الكتاب طرق تطوير الذات والنهوض بها من خلال كسر حاجز اليأس وعدم فقدان الأمل وتجاوز عقبات الحياة وقهر التحديات ليصبح منها سلماً ليرتقي للقيمة.

القوة الذاتية فيحسن استخدامها وينطلق في الحياة بكل ثقة وتفاؤل ونجاح. ووردت أن هناك من يعرف هذه القدرات لكنه لا يحسن استخدامها وتوظيفها فيهييم على وجهه من دون وجهة ويظل يبحث عن ذاته حتى نهاية حياته وهناك من تخفى عليه قدراته الذاتية ويستسلم لتحديات الحياة وعواقبها مع أن تلك القدرات تجعله يعيش حياة ناجحة. وبيت الكاتبة القطرية أن معرفة الذات تمثل نقطة انطلاق لاكتشاف هذه القدرات وتلك القوى الخفية مشيرة إلى القدرات الكثيرة التي يملكها

صدر حديثاً كتاب جديد للكاتبة القطرية نجاة علي بعنوان (من أنا) يهدف إلى معرفة مفهوم الذات في إطار الفلسفة القديمة والحديثة وتنمية وتطوير الهوية. وتناول الكتاب الذي يقع في ٢٨١ صفحة من الحجم المتوسط مراحل تطور مفهوم الذات وتقديرها وكيفية التعامل معها ومساحتها وشفاها لتكون قاعدة للانطلاق نحو مستقبل أفضل. وتضمن الكتاب مفاهيم ودلالات الإبداع والتخطيط للمستقبل والنجاح وخطواته في الحياة لأصحاب الإرادة الفولاذية واستثمار الوقت وعناوين مرتبطة بالذات كالظلم والحد والحسد والضغوط والغرور والهتدي والكافة والتسامح والسعادة. وقالت الكاتبة القطرية نجاة علي في مقدمة الكتاب إن الله خلق كل إنسان بقدرات مختلفة وأودع فيه خلاصاً لتلازم مع ذاته وميزه عن بقية الخلق وفضله عليها وأمدّه بقوة ذاتية كاملة في النفس فهناك من يكتشف هذه القدرات وتلك



شعراء يسردون سيرة الحب في مهرجان الشارقة للشعر العربي

تونس وإبراهيم الحمد "العراق" وعبد الوهاب بوشنة "الجزائر" فيما أدار الأمانة الإعلامية عبد اللطيف محبوب "السودان". وتبارى الشعراء في قراءة نصوص غلب عليها الغزل والحب محتشدة بمفردات الشوق والحنين وتحمل دعوة للإقبال على الحياة وتحض على التمسك بالأمل وعالم الحب والجمال والإشراق الروحي البديع ومناجاة الذات وعوالم الصحراء والحياة البدوية العربية. وفي ختام الأمسية كرم كل من سعادة عبد الله العويس ومحمد القصير الشعراء المشاركين في الأمسية.

ضمن فعاليات مهرجان الشارقة للشعر العربي احتضن قصر الثقافة في الشارقة الإبداع الشعري بنصوص تبارى في لقاءها سبعة مبدعين بحضور سعادة عبد الله العويس رئيس دائرة الثقافة في الشارقة و محمد إبراهيم القصير مدير إدارة الشؤون الثقافية في الدائرة المنسق العام للمهرجان ومحمد عبد الله البريكي مدير بيت الشعر ونيف من المهتمين وضيوف المهرجان. شارك في الأمسية السادسة الشعراء: جاسم الصحيح وأحمد هلالى "السعودية" وحسن عابد "البحرين" وشرفة البديري

مكتبة محمد بن راشد تنظم سلسلة فعاليات ثقافية وترفيهية خلال يناير الجاري

كما ستستضيف المكتبة، يوم 26 يناير، حفلي توقيع لكتاب «الهائمون»، للكاتبة نجية الرفاعي، وكتاب «ألم»، للكاتب الإماراتي خالد البديري، بالإضافة إلى جلسة حوارية مع الكاتب المناقشة محتوي إصداراتهم، والتي ستديرها الأستاذة هاجر الرئيسية. وتختتم الفعاليات، يوم 30 يناير، مع حفل توقيع كتاب «The Slum Queen» للكاتبة روبلي ناجي، بالإضافة إلى تنظيم جلسة حوارية للكاتبة وقراءات لبعض أفكار الكتاب.

تسلط الضوء على الصورة والكلمة في حياته وأديه، مع الدكتور يوسف حطيطي، والأستاذ كاظم فياض. كما تتضمن الفعالية، مناقشة جماليات رسائل جبران خليل جبران، التي تقف شاهدة على عشق مشتمل تعبر عنه كلمات رائعة، إلى جانب أمسية شعرية موسيقية لبعض قصائده، مع الشاعر ياسر سعيد دحي، وعازف العود محمد سعيد دحي، بالإضافة إلى وجود معرض للإفادات التوفرة في المكتبة.

التطلبات الأكاديمية ومستقبل أبنائنا، مع المستشار الأكاديمية في التعليم، والتعلم، دينا خفشي. وفي 18 و19 يناير، تنظم المكتبة، في ردهة الاستقبال، فعالية بعنوان «أيام جبران خليل جبران»، والتي تسلط الضوء على حياته كشاعر وأديب وكاتب وأحد أئمة أدباء العصر الحديث، ورائد من رواد النهضة العربية، والتي تبدأ مع مناقشة لكتاب «الأجنحة المتكسرة»، إلى جانب عقد، جلسة حوارية، تدير الجلسة الدكتورة بديعة الهاشمي،

تنظم مكتبة محمد بن راشد، خلال شهر يناير الجاري، سلسلة متميزة من الفعاليات الثقافية والترفيهية ورش العمل والندوات؛ وذلك ضمن برنامج فعالياتها الدوري، الذي يقدم زادا ثقافياً ومعرفياً للزوار والأعضاء من مختلف شرائح المجتمع. وتبدأ أولى الفعاليات في 17 يناير الجاري، حيث تستضيف مكتبة الدوريات، ضمن سلسلة فعاليات الجلسات الشهرية الصباحية بمشاركة مجموعة من المبدعات الإماراتيات والعرب، جلسة حوارية، بعنوان

جائزة دبي الدولية للقرآن الكريم تشارك بـ 147 إصداراً في معرض القاهرة الدولي للكتاب

المصنف الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، كما سيتم عرض 12 إصداراً جديداً.

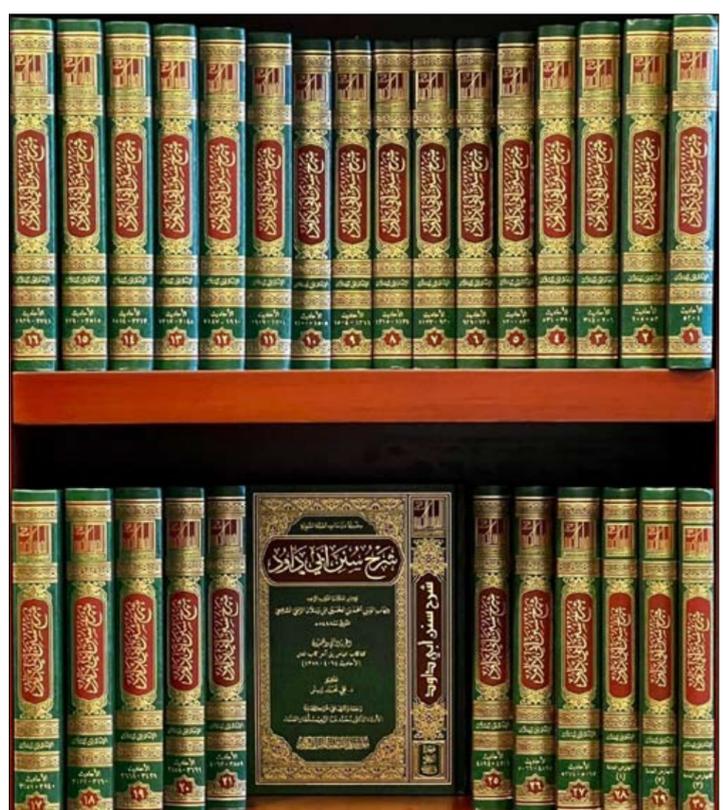
والمتعلقة بالسنة والسيرة النبوية، والإسلامية، والتراجم والأعلام، والإعجاز العلمي، كما سيتم توزيع نسخ الجائزة من

تشارك جائزة دبي الدولية للقرآن الكريم في معرض القاهرة الدولي للكتاب في دورته الـ 53 "المقر إقامته بمركز مصر للمعارض والمؤتمرات الدولية بالتجمع الخامس بالقاهرة في الفترة من 24 يناير إلى 6 فبراير المقبل.

وقال صرح المستشار إبراهيم محمد بوملحه رئيس اللجنة المنظمة لجائزة دبي الدولية للقرآن الكريم إن الجائزة قد استعدت للمشاركة في هذا المعرض من خلال إصداراتها التي تشارك بها في معرض القاهرة الدولي للكتاب لهذه الدورة بـ 147 كتاباً، ومنها 12 إصداراً جديداً تعرض لأول مرة.

وذكر بوملحه أن المعرض يعد واحداً من أهم معارض الكتب التي تقام في منطقتنا العربية والعالم، ويحظى بمشاركة متميزة من كبرى دور النشر ويعتبر من شتى المجالات، كما يحظى عادة بإقبال شعبي واسع من الجمهور.

وأضاف المستشار بوملحه أن الـ 147 إصداراً تتنوع في مجال الدراسات القرآنية،



منوعات

العمل

27

أبرز ضيوف الشرف في الدراما الرمضانية

تدخلات وعدم التزام.. استبعاد فنانين من مسلسلات رمضان

مع بدء تصوير الكثير من مسلسلات شهر رمضان، ظهرت العديد من الخلافات بين الممثلين، أدت إلى استبعاد البعض منهم واستبدالهم بأخرين. وكشفت الفنانة فردوس عبد الحميد أنها فوجئت باستبعادها من المشاركة

في مسلسل "عملة نادرة" الذي تقوم ببطولته نيللي كريم.

وقالت عبد الحميد إنها تلقت منذ فترة اتصالاً من مؤلف العمل مدحت العدل الذي أبلغها برغبته في أن تنضم إلى طاقم

العمل، مشيرةً إلى أنها وافقت بعد قراءة 5 حلقات من المسلسل.



الغازي أن السبب يعود إلى كثرة تدخلات فهمي في اختيارات الفريق المشارك في العمل، لافتاً إلى أنه تم استبداله بخالد سليم، الذي كان منذ البداية مرشحاً لتأدية الدور. وقام السيناريست ياسر بدوي بكتابة نص "السجل الأسود"، وهو من بطولة الممثلين خالد سليم، ومي سليم، وهالة فاخر، ومنذر رياحنة. وكان المخرج سامح عبد العزيز، قد أعلن منذ فترة استبعاد الممثلة ياسمين صبري من مسلسل "الصادر"، الذي تجري أحداثه في 15 حلقة، معتبراً أنها "ليست مناسبة لتأدية دور الفتاة الشعبية". الشخصية الرئيسية في المسلسل. فيما ردت صبري بالقول إنها هي من اعتذرت عن المشاركة في العمل لضعف السيناريو.

ضيوف الشرف في مسلسلات رمضان يستعد عدد من الممثلين المصريين للظهور كضيوف شرف في أعمال تلفزيونية ستعرض في شهر رمضان المقبل.

وتعتمد الكثير من المسلسلات في السنوات الأخيرة على وجود ضيوف شرف، بهدف الترويج للعمل، وبعد أن كانت هذه المشاركات الشرفية غير مدفوعة، تغير الحال اليوم وصار الممثلون يتقاضون أجوراً مقابل الظهور في بعض المشاهد والحلقات، بسبب ازدياد الحاجة إليهم.

ومن أبرز الفنانين المشاركين في أدوار شرفية هذا العام الفنانة سوسن بدر. فإضافة إلى أدائها دور البطولة في مسلسل "بابا المجال" مع الممثل مصطفى شعبان، وفي مسلسل "جميلة" مع الممثلة ريهام حجاج، تشارك بدر في مسلسل "توحة" الذي يشهد عودة الممثلة المصرية علا غانم للدراما التلفزيونية، بعد غياب استمر سنوات طويلة. وألّف سيناريو "توحة" الكاتب أحمد صبحي وتولى إخراج محمد النقلي، وهو من بطولة علا غانم، ودينا فؤاد، ومي القاضي، ودينا المصري، ومحمد نجاتي.

بدر، يظهر الفنان كمال أبو رية ضيف شرف في الجزء السابع من مسلسل "الكبير أوي"، وذلك بعد أن اعتذر عن المشاركة في مسلسل "سوق الكائنات" الذي يصور حالياً، وهو من بطولة أمير كرارة. من جهته، قفز الممثل أكرم حسني الاعتذار عن المشاركة في مسلسلات الموسم الحالي، واكتفى بالوجود ضيف شرف في الجزء الرابع من مسلسل "اللعب"، وهو من بطولة شيكو، وهشام ماجد، ومحمد ثروت، ومي كساب، ومن إخراج معتز التوني.

لكن، وبعد عدة أيام، فوجئت بأن التصوير انطلق من دون إخبارها، مما أفضيها بشدة، من دون أن يدفعها للتواصل مع القائمين على المسلسل، لأنها "أكبر من أن تقدم على خطوة كهذه"، بحسب تعبيرها.

من جهته، قال مدحت العدل في تصريحات منسوبة إليه إنه من "الوارد جداً ترشيح أكثر من فنان لدور ما قبل أن يرسى الدور على أحدهم". واعتبر أن ذلك "لا يقلل من أي فنان"، موضحاً أنه لا يرى أي مشكلة في ما حدث. ويؤدي دور البطولة في "عملة نادرة" كل من: نيللي كريم، وجمال سليمان، وكمال أبو رية، وأحمد عيد، وجومانا مراد.

في السياق نفسه، انفجرت أزمة جديدة خلال تصوير مسلسل "بابا المجال"، الذي يقوم ببطولته الممثل مصطفى شعبان، وذلك بعد استبعاد الممثلة ياسمين رئيس، رغم توقيعها على عقد مع الشركة المنتجة.

أما السبب، بحسب بيان صادر عن شركة الباتروس المنتجة، فيعود إلى سفرها خارج مصر ليلة رأس السنة، رغم ارتباطها بمواعيد تصوير، وهو ما دفع القائمين على الشركة إلى إنهاء عقدها.

وأعلنت الشركة في البيان نفسه، استبدال رئيس بالممثلة نسرين أمين التي قامت بتوقيع العقد، ونفت أن يكون لبطل المسلسل مصطفى شعبان أي يد في ما جرى، مؤكدة أن القرار مشترك بين المخرج وشركة الإنتاج. كما لفتت إلى أنه تم تقديم شكوى في حق ياسمين رئيس إلى نقابة المهن التمثيلية.

ويتولى إخراج "بابا المجال" أحمد خالد موسى، وهو من بطولة مصطفى شعبان، وياسم سمرة، وسهر الصايغ، وسوسن بدر، ورياض الخولي.

كذلك، استبعد الممثل أحمد فهمي من المشاركة في مسلسل "السجل الأسود"، المقرر عرضه عبر إحدى المنصات الرقمية خلال شهر رمضان. وكشفت مخرج العمل جميل



عدد من ضيوف الشرف فيه، لكن من دون الإعلان عن قائمة المشاركين النهائية حتى الآن. وكعادته في شهر رمضان من كل عام، يطل الفنان بيومي فؤاد في دورين شرفيين. الأول في مسلسل "العمدة"، حيث من المقرر أن تكون معظم مشاهدته مع الممثلة زينة. أما الثاني ففي مسلسل "سر السلطان"، وهو من إخراج خالد يوسف.

ويحضر الممثل أحمد بدير كأحد أبطال مسلسل "حضرة العمة"، كما يشارك ضيف شرف في الجزء الثالث من مسلسل "المدح" أمام الممثلين حمادة هلال، ولوسى، وهبة مجدي، وتحت إدارة المخرج أحمد سير فرج. ويعتمد مسلسل "موعد على الغداء"، الذي يقوم ببطولته الممثل محمد عبد الرحمن، على مشاركة



دانا حلي ضيفة شرف فيلم "مغامرات كوكو" بعد مشاركتها في "مشوار الونش"



تشارك الفنانة اللبنانية دانا حلي ضيفة شرف في فيلم "مغامرات كوكو" للفنان بيومي فؤاد والمقرر انطلاق عرضه في السينمات يوم 4 فبراير المقبل، حيث اختارها مخرج إسماعيل فاروق لتجسد عدد من المشاهد في العمل لاسيما بعد مشاركتها معه في مسلسل "مشوار الونش" للنجم محمد رجب والمعرض حالياً على قناة الحياة.

فيلم "مغامرات كوكو" بطولة بيومي فؤاد، خالد الصاوي، شيرين رضا، إيهاب فهمي، مئة فضالي، محمد أسامة "أوس أوس"، نانسي صلاح، عمرو عبد العزيز، طاهر أبو ليلة، إيمان مصطفى، وعدد من ضيوف الشرف منهم حمدي الميرغني، وسيناريو وحوار إيهاب ناصر، ومن إخراج إسماعيل فاروق، ويناقش الفيلم قضية الرفق بالحيوان بشكل اجتماعي كوميدي. مسلسل "مشوار الونش" مكون من 45 حلقة، وتأليف أحمد عبد الفتاح وإخراج إسماعيل فاروق وإنتاج شركة سينرجي وبطولة محمد رجب، محمود عبد المغني، ميرهان حسين، مئة فضالي، دانا حلي، محسن منصور، إيهاب فهمي، محمد أبو داود، ميمي جمال، حنان سليمان، علا مرسى، عبير منير، ريهام نبيل، أحمد إمام، الطفلة ريم عبد القادر، جيهان خيري، ندى بهجت، محمد المغربي وعدد آخر من الفنانين.

ووسجل "مشوار الونش" أولى تجارب دانا حلي في الدراما المصرية، بعدما قدمت مسرحيتين خلال العامين الماضيين الأولى بعنوان "هابي نيو ير" بمشاركة بيومي فؤاد، محمد عبد الرحمن، محمد أنور، كريم عفيفي، شيما سيف، طرابلسة النجوم بيومي فؤاد وشيما سيف وإخراج مجدي الهواري، و"عائلة تس" بطولة بيومي فؤاد ومصطفى خاطر ومحمد سلام وسليمان عيد وشيما سيف وأوس أوس ومصطفى البنا الشهير بسعفان وإخراج أوتاك.

إيهاب توفيق ينتهي من تسجيل "هتعاتب" مع مطرب الغزالية رايقة

يعيش الفنان إيهاب توفيق حالة انتعاشة فنية، حيث إنه انتهى من تسجيل أحدث أغانيه بعنوان "هتعاتب" ويشاركه فيها المطرب الصغير محمد أسامة صاحب أغنية الغزالية رايقة ومن كلمات عبد الرحمن سردينا وألحان عزيز الشافعي وتوزيع أحمد عادل وأشرف تامر عبد المنعم، وسوف يقوم بتصويرها لعرضها خلال موسم منتصف العام الدراسي.

وكان المطرب إيهاب توفيق قد طرح أحدث أغنياته التي تحمل اسم "ليكي عندي"، على موقع "يوتيوب" ويلقى منصات مواقع التواصل الاجتماعي، والأغنية من كلمات تامر حسين وألحان عزيز الشافعي وتوزيع وسام عبد المنعم.

أغنية "ليكي عندي" هي الأغنية الثانية للفنان إيهاب توفيق في أقل من شهر، حيث طرح مؤخراً أغنية "باشا"، والتي تم تصويرها على طريقة الفيديو كليب، حيث يتماشى إيقاعها مع أجواء الصيف من ناحية اللحن والتوزيع الموسيقي.

"باشا" تم تصويرها في دبي، ومن إخراج عادل سرحان، وكلمات محمد شكري وألحان بينو وتوزيع مانسي. وكان الفنان إيهاب توفيق قد أحيا حفلاً غنائياً في لبنان، وقدم خلال الحفل باقة مميزة من أشهر أغنياته المحببة لدى جمهوره، وذلك ضمن الحفلات التي يحييها نجوم الغناء والمطرب في مختلف الأماكن بمناسبة الصيف.



الفكر

نصائح للعاملين في المكاتب لتجنب التهاب المفاصل!



مرتين في الأسبوع لإحداث فرق. المفتاح هو تقوية عضلاتك حتى تحمي مفاصلك، وهذا سيقلل من خطر الإصابة باضطرابات العضلات والعظام مثل آلام الظهر وآلام الرقبة بالإضافة إلى التهاب المفاصل أيضاً في وقت لاحق من الحياة. تدريب القوة لا يعني دائماً رفع الأوزان الثقيلة أيضاً. يمكن ببساطة رفع أطفالك للعب معهم

من العاملين في المكاتب. يبدو أن هذا هو الوقت من العام الذي يبدأ فيه العمل الجاد في التأثير على الناس مع برودة الطقس وهتزاز نهاية العام. يعتقد الكثير من الناس أن وضعية الجسم هي أهم شيء في العمل من المكتب - ليس هذا هو الحال. يمكنك الجلوس في وضع مستقيم - الشاشة والكرسي على ارتفاع مثالي - لساعات متتالية، ولكن في نهاية اليوم، إذا كنت ثابتاً طوال الوقت، فستظل تعاني من التيبس والألم نتيجة لذلك. هذا هو السبب في أن من المهم ببساطة النهوض والتحرك". وحذرت من أن تخطي 10000 خطوة في اليوم لا يكفي "لإحداث فرق". قالت ناتالي: "10000 خطوة هي هدف جيد، لكن يجب أن تقرن ذلك بـ 150 دقيقة من التمارين الهوائية في الأسبوع وتدريب القوة

يمكن أن يؤدي التهاب المفاصل إلى الألم والتصلب والالتهابات وكذلك مشاكل في الحركة. وعلى الرغم من عدم وجود علاج لهذه الحالة، إلا أن هناك طرقاً لمنع الأعراض أو تخفيفها. ونظراً لطبيعة التهاب المفاصل، تلعب الحركة دوراً رئيسياً في إدارة الآثار الجانبية. وأخبرت ناتالي مارش، أخصائية العلاج الطبيعي، موقع "كسبريس" أنها تلقت استفسارات متزايدة من موظفي المكاتب الذين يعتقدون أن آلام المفاصل ناتجة عن العمل من المكتب. لكن ناتالي، التي تدير العيادة الفيزيولوجية في هامبشاير، قالت إن تدريب الحركة والقوة "أكثر أهمية" عندما يتعلق الأمر بالوقاية من التهاب المفاصل ومشاكل المفاصل الأخرى. يأتي إلي الكثير من المرضى يشكون من آلام المفاصل، وكثير منهم

يمكن أن تظهر قبل أيام من سكتة كبيرة! 4 علامات تطرأ لدى حصول سكتة دماغية صغيرة

تسبب النوبات الإقفارية العابرة، التي يطلق عليها اسم السكتة الدماغية الصغيرة، أعراضاً مشابهة لسكتة دماغية كاملة. ويمكن أن تبدو السكتات الدماغية وكأنها تأتي من المجهول، ومع ذلك تترك المصابين بآثار تغير حياتهم في غضون دقائق. لكن ثمة حوالي شخص من كل سبعة قد يتلقى في الواقع تحذيراً على شكل "سكتة دماغية صغيرة" قبل ساعات أو أيام من السكتة الدماغية الكاملة. ويمكن أن يساعدك اكتشاف علامات معينة والاستجابة لها بسرعة بالحصول على العلاج الذي تحتاجه.

في بعض الأحيان، تحدث السكتات الدماغية الصغيرة - المعروفة طبياً باسم النوبات الإقفارية العابرة (TIAs) - من تلقاء نفسها، دون سكتة دماغية كاملة تأتي بعد ذلك.

ولكن وفقاً لمايو كلينك، فإن واحداً من كل ثلاثة أشخاص أصيبوا بنوبة نقص التروية العابرة يصاب بسكتة دماغية كاملة في غضون عام.

ويوضح أن "النوبة الإقفارية العابرة يمكن أن تكون بمثابة تحذير من سكتة دماغية في المستقبل وفرصة للوقاية منها". وتحدث معظم النوبات الإقفارية العابرة قبل السكتة الدماغية "بساعات أو أيام".

وتنجم النوبة الإقفارية العابرة عن المشاكل الأساسية نفسها التي تسبب السكتة الدماغية الكاملة، على الرغم من أن هذه المشاكل والأعراض التي تسببها تكون أكثر حدة في السكتة الدماغية الكاملة.

وفي معظم الأحيان، يكون السبب الأساسي هو تراكم الرواسب الدهنية في الشرايين المؤدية إلى الدماغ - والمعروفة باسم اللويحات.

ويمكن أن يتسبب تراكم اللويحات في تجلط الدم، ما يمنع من الوصول إلى دماغك. نتيجة لذلك، لا تحصل أجزاء من دماغك على كمية كافية من الأكسجين.

وغالباً ما تمر أعراض النوبة الإقفارية العابرة بسرعة. ويوضح مقدم الرعاية الصحية Northwest Medicine: "يمكن أن تستمر لبعض دقائق أو حتى 24 ساعة".

ويُعرف بالحسبة الكلامية أحد الأعراض الرئيسية للسكتة الدماغية الإقفارية العابرة. ويحدث هذا عندما يجد شخص ما صعوبة في الحديث أو في فهم الآخرين.

وقد تشمل الأعراض الأخرى الضعف أو التشنج أو الشلل في الوجه أو الذراع أو الساق، عادة في جانب واحد من الجسم.

وقد تسبب السكتة العابرة أيضاً في ما يلي:

- العمى في إحدى العينين أو كليهما أو ازدواج الرؤية.

- الدوار أو فقدان التوازن أو التشنج.

وعلى الرغم من أن أعراض النوبة الإقفارية العابرة قد تكون مؤقتة، إلا أنه يتعين أخذها على محمل الجد لأنها قد تكون علامة تحذير لحذوث سكتة دماغية أكبر.



الممثلة الأمريكية ستيفاني هسو تصل إلى حفل توزيع جوائز مهرجان باليم سبرينغز السينمائي الدولي في كاليفورنيا - 1 ف ب

قرأت لك

البرتقال



البرتقال أحد أهم الفواكه المفيدة والصحية، فهذه الفاكهة الغنية التي تحتوي على كم هائل من الفيتامينات والعناصر، وبخاصة فيتامين سي معزز للمناعة والقوي لدفاعات الجسم ضد العدوى والمرض.

وهذه أبرز 11 فائدة للبرتقال التي تجعله أهم أنواع الفاكهة الشتوية التي لا غنى عنها.

ويجانب العناصر والفيتامينات التي يحتويها البرتقال، والألياف الغذائية المهمة، ما يعزز من فوائده التي من بينها:

- الشعور بالشبع سريعاً بعد تناوله
- خفض نسب الكوليسترول في الدم
- مقاومة السرطانات المتعددة كالكولون والرئة
- يعزز فكرة نقصان الوزن لسرعته الحرارية المنخفضة
- يفيد في صحة العظام وتقوية المفاصل
- يعزز من صحة العينين والرؤية
- تعزيز صحة الجلد والبشرة
- يقوى المناعة والوقاية من نزلات البرد
- الوقاية من تصلب الشرايين
- الوقاية من قرحة المعدة

سؤال وجواب

- متى تم تشكيل جامعة الدول العربية؟
- في عام 1945
- من هو أول رئيس وزراء لبناني، أغتيل في الأردن؟
- رياض بك الصلح
- ما هي أقوى عضلة في جسم الإنسان؟
- هي عضلة الفك
- أين يوجد المسجد العمري الكبير؟
- في بيروت
- ما هي الدولة الأوروبية التي ليس لديها جيش؟
- سويسرا

هل تعلم؟

- أطول الحشرات عمراً... من فصيلة الخنافس تحمل اسم الخنفساء الرائعة. إذ أن تحولها من طور اليرقة إلى طور العنزة فقط يحتاج إلى 47 سنة كاملة.
- في عام 1705 وصل فرد على متن زورق صغير إلى شاطئ وست هارتبول بإنجلترا.. قضت محكمة عسكرية بإعدامه شنقاً، بتهمة التجسس لحساب فرنسا.
- أكبر بيضة في العالم الآن هي بيضة النعامة، وزنها 2 كيلوجرام تقريباً، وسُمك قشرتها يبلغ 1.5 ميليمتر تقريباً، ويمكن لشخص وزنه 126,98 كيلوجرام أن يقف عليها دون أن تتحطم.
- أول مدينة زودت بشبكة هاتفية.. هي باريس عام 1880م.
- عدد خلايا المخ البشري اثني عشر مليون خلية تتحكم بالعضلات والأعصاب وأجهزة الجسم المختلفة.
- البعوضة لها أسنان، وعدد أسنانها 47 سنة ولأرنب 28 سنناً، وللجمل 34، وللكلب 42 سنناً.
- المشتري، أكبر الكواكب الشمسية، قطره 88 ألفاً و700 ميل.. ولو افترضنا أن عداً يجري بسرعة 6 أميال في الساعة، فإنه سيحتاج إلى خمس سنوات ليقيم بدورة كاملة حوله.
- الديناصور "ستيجوسوروس" الذي كان يزن 80 ألف رطل، كان لديه دماغان، أحدهما في رأسه والآخر في ذيله.
- من الغريب والمدهش أن الصرصور، بعد احتكاكه بالإنسان، يسارع إلى مخبئه لتنظيف نفسه.
- تضع أنثى الأخطبوط 60 ألف بيضة.. ثم تلزم مخبأها ولا تغادره حتى تموت جوعاً.

قصة سلوى العسولة

خرجت سلوى من بيتها وهي غاضبة فهي تريد النوم ولكن ماما تريد لها أن تذهب إلى المدرسة لذلك غضبت وأخذت ترغي وتزبد وهي في الطريق وتقول كل يوم مدرسة ليتها تقع وتختفي.. وهذه الشمس الحارقة ليتنا ما نراها، وهذا الطريق الطويل كل يوم امشيه ليته لم يكن موجوداً وهذه الكتب الثقيلة.. وهذا الهواء الذي يضايقتني وتلك الزحمة ناس هنا وناس هناك.. أتمنى أن يختفي كل ذلك.. لم يطل.. الأمر فقد اظلمت الدنيا سريعاً لأن الشمس اختفت وعندما وصلت المدرسة لم تجدها فقد اختفت واختفت معها أيضاً حقيبتها المدرسية وأصبح الهواء ثقيلاً لا هواء ولا تستطيع أن تتنفس جيداً ثم اختفى الطريق!.

أه أين الطريق وكيف سأعود إلى بيتنا؟ أين الناس أين ذهبوا؟.. كل شيء تغير فجأة لا شمس لا هواء لا مدرسة، والطريق اختفى حتى المنازل ذهبت، كل شيء ذهب فوفقت مكانها لا تستطيع الحركة ثم بكت بشدة وأخذت تصرخ وتقول أريد أمي فسمعت من يقول لا يمكن أن تأتي فلا يوجد طريق تمشي عليه ولا هواء للتنفس منه والظلام حالك فالشمس غاضبة ذهبت ولن تعود والناس اختفت لأن الجو أصبح بارداً جداً بدون الشمس، والقمر عرف ما حدث فاخفى مثل الشمس ولن يخرج لنا والآن ربما سنموت كلنا لا هواء ولا شمس ولا قمر ولا أي شيء فصرخت وصرخت بقوة وهي تقول يا إلهي كم أنا أسفة أنا أسفة بحق أنا المخطئة ليتني ما تميت هذه الأمانى الطائشة المرعبة لعن الله كسلي ولساني الذي ينطق بالخطأ وعقلي الصغير الذي يتعمى الأشياء السلية ليتني ما نطقت ليتني ما نطقت، وركعت على ركبتيها وسط الطريق تبكي عندما فأحست بأصوات وأضواء بدأت تظهر فنظرت فإذا الشمس تشرق من جديد والهواء يداعب ضفيرتيها وأصوات الناس تعلقو والخطوات تكثر والطريق ظهر مزدهماً ومن بعيد وفتت مدرستها في انتظارها وحقيبتها بجوارها فأخذتها مسرعة وهي تقفز قفزاً في طريقها إلى المدرسة في قمة السعادة ومن يومها لم ينطق لسانها بخطأ أو يتمنى قلبها شيئاً سينا لكنها أيضاً لم تحكي لماماً.

