

أكبر أطباء القلب بالخليج
يجتمعون في البرنامج العلمي
للجمعية الخليجية لتسطرة القلب

ميرفا القاضي:
التمثيل والغناء بالنسبة
لي مكملان لبعضهما



كيفية نومك قد تكشف انخفاض

ص 23 مستويات فيتامين D في جسمك

بعد نجاح الرحلة.. القرنى وبرناوي يصلان الأرض

وصل رواد فضاء "أكسيوم 2"، إلى الأرض أمس الأربعاء، في ختام مهمة بحثية على متن محطة الفضاء الدولية، استمرت 10 أيام.

ورحبت الهيئة السعودية بعودة علي القرنى وريانة برناوي في تفريضة على "تويتر"، حيث قالت: "تزهو بكم أرض، ويفخر بكم شعب، وروادنا الأبطال يعودون إلى الأرض بعد نجاح مهمتهم العلمية في محطة الفضاء الدولية".

وتختتم رحلة العودة المهمة الثانية لمحطة الفضاء والتي نظمتها وجرتها ودرجت روادها "أكسيوم سييس"، وهي شركة مقرها هيوستون دشنت قبل سبع سنوات ويرأسها مدير برنامج محطة الفضاء الدولية السابق في إدارة الطيران والفضاء الأمريكية.

وقاد طاقم "أكسيوم 2" رائد فضاء ناسا المتقاعد بيجي ويتسون (63 عاماً)، الذي يحمل الرقم القياسي كأكثر أمريكي مكوثاً في الفضاء بواقع 665 يوماً خلال ثلاث بعثات طويلة إلى محطة الفضاء الدولية، والتي شملت عشر عمليات سباحة في الفضاء.

والأميركي الثاني يدعى جون شوفنر (67 عاماً)، هو طيار وسائق سيارات سباق ومستثمر من الاسكا.

أما السعوديان فهما علي القرنى (31 عاماً)، الطيار الملكي السعودي، وريانة برناوي (34 عاماً)، عالمة الطب الحيوي في مجال أبحاث الخلايا الجذعية السرطانية. وهما أول رائدين من المملكة على الإطلاق يصعدان إلى الفضاء على متن مركبة خاصة.

القبة الدلو نجمة موضة الصيف

أوردت مجلة Instyle أن القبة الدلو، نجمة الموسم النسائية في صيف 2023، حيث تتضمنها تشكيلات الماركات العالمية مثل Prada وFendi وGucci. وأوضحت المجلة أن القبة الدلو، التي تعرف أيضاً بقبة الصيادين، تظل هذا الموسم بمظهر الكروشيه لتمنح المرأة إطلالة بوهيمية جريئة تحطف الأنظار.

لن تصدق مدى تأثير التمارين الرياضية على الدماغ

تحفز ممارسة التمارين الرياضية تكوين الخلايا العصبية - إنشاء خلايا عصبية جديدة - في المقام الأول في الحصين، مما يؤثر على الذاكرة والتعلم مع زيادة الناقلات العصبية الرئيسية المنظمة للحالة المزاجية.

كما أن التمارين الرياضية تعزز مرونة الدماغ، وهو أمر ضروري للشفاء من الإصابة والشيخوخة وتحسن الوظائف المعرفية مثل الانتباه والذاكرة، بحسب ما جاء في تقرير نشره موقع "Neuroscience News".

على الرغم من البحث المستمر، تؤكد الأدلة الحالية على الدور القوي للنشاط البدني في تعزيز صحة الدماغ والوظيفة المعرفية، مؤكدة على أهمية دمج التمارين المنتظمة في أنماط حياتنا، لتحقيق الإيجابيات التالية:

1. التمارين الهوائية وحجم الدماغ: يمكن أن تؤدي التمارين الهوائية المنتظمة مثل الجري إلى زيادة حجم الحصين وتحافظ على مادة الدماغ الحيوية وتحسن الذاكرة المكانية والوظيفة المعرفية.

2. ممارسة الرياضة وجودة النوم: يمكن للنشاط البدني المنتظم أن يعزز نوعية النوم، والذي بدوره يدعم تقوية الذاكرة وإزالة السموم في الدماغ.

3. النشاط البدني والحد من التوتر: يمكن أن تساعد التمارين الرياضية في الحد من التوتر عن طريق زيادة مستويات النوربينفرين والإندورفين، وهي مواد كيميائية تخفف من استجابة الدماغ للتوتر وتحفز على الشعور بالسعادة.

بحث علمي سريع التطور

إن علم الأعصاب الخاص باللياقة البدنية، وهو تقاطع رائع بين النشاط البدني وصحة الدماغ، ويعد أحد مجالات البحث العلمي سريعة التطور. يستكشف علم الأعصاب في مجال اللياقة البدنية الآثار العميقة للتمرين المنتظم على الدماغ والجهاز العصبي، ويكشف عن آثار مهمة على الصحة العامة وجودة الحياة.

تكوين خلايا عصبية جديدة

إن أحد الاكتشافات الرئيسية هو العلاقة بين التمارين الرياضية وتكوين الخلايا العصبية الدماغية الجديدة، والتي تحدث بالمقام الأول في الحصين، وهي منطقة من الدماغ أساسية للتعلم والذاكرة.

يؤدي النشاط البدني المنتظم إلى إطلاق بروتين يسمى عامل التغذية العصبية المشتق من الدماغ BDNF، والذي يحفز الخلايا العصبية الموجودة ويشجع على نمو

وتطور الخلايا العصبية والمشابك الجديدة. إن التمارين الهوائية مثل الجري والسباحة مفيدة بشكل خاص، لأنها تحفز تكوين الخلايا العصبية إلى جانب زيادة حجم الحصين الأمامي، مما يؤدي إلى تحسين الذاكرة المكانية.

تحسين الإدراك والحالة المزاجية

كما تم التوصل إلى صلة بين ممارسة التمارين الرياضية والحد من الالتهاب، وهي مناطق تتقلص عادة مع تقدم العمر وهي حيوية للوظيفة الإدراكية. ويؤدي النشاط البدني الرياضي أيضاً إلى زيادة مستويات بعض النواقل العصبية، بما يشمل السيروتونين والدوبامين والنورادرينالين، وهي مواد كيميائية تلعب دوراً أساسياً في تنظيم الحالة المزاجية واليقظة العقلية والتركيز، مما يمكن أن يفسر سبب ارتباط النشاط البدني غالباً بتقليل أعراض الاكتئاب والقلق.

مقاومة الشيخوخة

كما يعزز النشاط البدني ليونة الدماغ وقدرتها على التكيف وتشكيل روابط عصبية جديدة طوال الحياة، وهي ميزة مهمة بشكل خاص للتعامل مع إصابات الدماغ ومواجهة التدهور المعرفي المرتبط بالشيخوخة. ويرجع الباحثون أن قشرة الفص الجبهي، وهي منطقة في الدماغ مسؤولة عن هذه الوظائف، تستجيب بشكل إيجابي للتمارين البدنية، ويرجع ذلك على الأرجح إلى

تقليل التوتر والالتهاب

وتساعد التمارين الرياضية في التخلص من التوتر أو تقليله من خلال زيادة تركيزات النوربينفرين والإندورفين والمواد الكيميائية، التي تخفف من استجابة الدماغ للتوتر وتحفز على الشعور بالسعادة. وتمتد فوائد اللياقة البدنية إلى ما وراء الدماغ، حيث يقلل النشاط البدني المنتظم من الالتهاب في الجسم، والذي يمكن أن يؤثر بشكل إيجابي على الدماغ حيث يرتبط الالتهاب المزمن بحالات عصبية مختلفة، مثل مرض الزهايمر وداء باركنسون.

فوائد واحدة ولكن

ولكن على الرغم من هذه النتائج الواعدة، فلا يزال هناك الكثير لاستكشافه في علم أعصاب اللياقة البدنية. وتظل الأسئلة حول كيفية تأثير أشكال مختلفة من التمارين (مثل التمارين الهوائية مقابل تمارين المقاومة) على الدماغ وكيف يمكن لعوامل مثل العمر وعلم الوراثة ومستوى اللياقة البدنية أن تؤثر على هذه التأثيرات. ويبقى أن الأدلة الحالية تدعم بقوة أن النشاط البدني المنتظم له فوائد ملحوظة لصحة الدماغ والوظيفة الإدراكية، مما يؤكد قيمة دمج التمارين البدنية المنتظمة في حياتنا اليومية لفوائد الصحة البدنية والعقلية.

مضغ الطعام ببطء.. تجنب منه أخطر المشاكل الصحية

يحذر خبراء التغذية من مخاطر مضغ الطعام بسرعة، حيث ثبت أن تناول الطعام ببطء له فوائد أفضل متعلقة بتحسين الهضم وصحة الأسنان. وقالت الدكتورة سارة بييري إن العقل يحتاج لبعض الوقت حتى يدرك أنك شبعت حقاً، موضحة أن "تناول الطعام بشكل أبطأ يزيد من استجابة الهرمونات المنظمة للشهية، والتي يمكن أن تساعد في الحفاظ على وزن صحي". وأضافت أن تناول الطعام بسرعة سيجعلك تأكل أكثر مما يجب ويبتالي ستكون مهدداً بالسمنة وزيادة الوزن. وقد أظهرت الدراسات أن المضغ ببطء أكثر يحفز إفراز الأنسولين، مما يعني التحكم بشكل أفضل في الجلوكوز. ويمكن أن يعرضك الأكل السريع لخطر الإصابة بنباتات حالات صحية، تشمل: البدانة، داء السكري من النوع 2، متلازمة الأيض. ويمكن أن يساعد الأكل ببطء في تحقيق هضم أفضل، هذا يعني أن امتصاص الجسم للعناصر الغذائية سيتم بطريقة صحية أيضاً. وأثبتت دراسة علمية أن الأشخاص الذين يتناولون الطعام بسرعة كبيرة يواجهون خطر الإصابة بمتلازمة التمثيل الغذائي، مما يزيد لديهم فرص الوقوع ضحية أمراض القلب بسبب ارتفاع ضغط الدم والكوليسترول الضار.

خطوات مثالية للعناية بالشعر في الكبر

أوردت بوابة الجمال "هاوت.دي" أن الشعر يحتاج إلى عناية خاصة في الكبر للحفاظ على جماله ورونقه. وأوضحت البوابة الألمانية أن على المرأة بدءاً من 40 استعمال شامبو يحتوي على الأحماض الأمينية الدهنية والمركبات السطحية للسكر، لإعادة فروة الرأس إلى طبيعتها، وإعادة تكوين الطبقة الهايدرو دهنية فيها، لتوازن فلورا الجلد. كما يجب استعمال المستحضرات المحتوية على إستر حمض اللينيك، لتهدئة المواضع المصابة بتهيج وأشار البوابة إلى أن الشعر في الكبر يحتاج إلى الرطوبة بشكل متزايد، باستعمال مسكات العناية أو منتجات الإسبراي المحتوية على بوليمرات العناية، لتأثيرها المرطب، وقدرتها على تحسين بنية الشعر وإصلاح المواضع التالفة.

التسريحة المناسبة
أما التسريحة المناسبة، فأوضح أن الفترة المساء والطويلة بعض الشيء تمنح المرأة المتقدمة في العمر مظهراً أكثر شباباً، عن التسريحة ذات التمجعات الدائمة. وبشكل عام، على المتقدمة في العمر اختيار التسريحات، التي تتسم بنعومة ورقة خطوط القص، والتي تعادل شكل الوجه، وأن تحافظ على طول شعرها قدر الإمكان، والابتعاد عن القصير.

خبراء: أغلب المهن تحتاج خبرة عملية أكثر من الدراسة النظرية

أكدت دراسة أمريكية أن بعض التخصصات الجامعية المرتبطة بالعلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات، لا تتطلب في الواقع الدراسة لأربع سنوات أو أكثر، وأن أغلبها تحتاج إلى الخبرة العملية أكثر من النظرية. واستشهدت الدراسة بحوالي ثلث القوى العاملة في إحدى الولايات الأمريكية التي تعمل في مجالات العلوم والتكنولوجيا، اعتماداً على الخبرة العملية لا على التخصص الجامعي. والدراسة الموسعة أشرقت عليها عشر جهات علمية في الولايات المتحدة من أهمها جمعيات وتقابات المهندسين والعاملين في المجالات العلمية.

ومعدوا الدراسة قالوا إن مهناً مثل هندسة الميكانيك والكهربائين والتمريض والهندسة المعمارية، ليست بحاجة إلى سنوات طويلة في الدراسة. الدراسة لم تنفي أهمية الشهادات الجامعية في بعض التخصصات ولكنها أشارت إلى أن غالبية الطلاب يتطلعون إلى الشهادات الجامعية لعلاقتها بالظواهر الاجتماعية في غالبية المجتمعات. ويأمل الخبراء أن تشجع هذه الدراسة الناس على النظر في عدد سنوات دراسة العلوم والتكنولوجيا والهندسة، في محاولة لتقليل المصاريف الجامعية.

حُرقة المعدة.. أكثر من مجرد شعور بالحموضة

قال المركز الاتحادي للتوعية الصحية إن حُرقة المعدة تعد أكثر من مجرد شعور بالحموضة والغثيان وتجنُّو مصحوب بمرارة؛ حيث قد ترتب عليها عواقب وخيمة تصل إلى حد الإصابة بسرطان المريء. وأوضح المركز أن حُرقة المعدة تحدث نتيجة ارتجاع محتويات المعدة في المريء؛ حيث يهاجم الخليط الحمضي الغشاء المخاطي، مشيراً إلى أن هذه العملية تحدث نتيجة عدم عمل السدادة العضلية الميكانيكية بين المعدة والمريء بشكل صحيح. ويرجع هذا الخلل إلى أسباب مختلفة:

فأحياناً تتضرر آلية مقاومة الارتجاع بشكل مؤقت على سبيل المثال عن طريق الوجبات الثقيلة والدسمة أو طريق الكوكتيل أو الإجهاد. وقد يكون السبب عضوياً أيضاً، على سبيل المثال عن طريق أمراض الجهاز الهضمي (المعدة والأمعاء) أو ضعف العضلات. كما أن زيادة الوزن قد تسبب أيضاً في حُرقة المعدة. ويمكن مواجهة حُرقة المعدة من خلال اتباع بعض التدابير البسيطة مثل شرب كوب ماء كبير، حيث إنه يعمل على إخراج عصارة المعدة من المريء وإرجاعها إلى موضعها الأصلي.

تفتيك شبكة إجرامية دولية

فككت السلطات في إيطاليا وإسبانيا، بدعم من الشرطة الأوروبية "يوروبول" شبكة إجرامية ذات امتداد دولي متخصصة في غسل الأموال تضم 33 فرداً من جنسية مغربية وسورية وإيطالية وألبانية وكولومبية. ونقل موقع هسبريس الإسباني عن يوروبول أن الأشخاص الموقوفين تكتلوا داخل منظمة تضم شركات عالمية عديدة لغسل الأموال المتحصلة من أنشطة غير مشروعة؛ من بينها إخفاء مصدر عائدات المخدرات المروجة بأوروبا والقادمة من أميركا الجنوبية. واعتمدت الشبكة في تغطية أنشطتها غير المشروعة على تنفيذ معاملات تجارية عبر شركات للإلكترونيات كالموتدثم الأوروبية، منتشرة في جميع أنحاء العالم؛ من بينها شركات متركزة في الصين وتركيا والولايات المتحدة الأميركية، بحسب هسبريس. وأكدت الشرطة الأوروبية، وفقاً لهسبريس أن تفتيك هذه الشبكة، التي بدأ التحقيق ورصد تحركاتها يتسابق مع وكالة الاتحاد الأوروبي للتعاون في مجال العدالة الجنائية "يوروبوجاست" منذ مايو 2020، أسفر عن مصادرة نحو 18.5 ملايين يورو كأصول مالية.

تطبيق يساعد في علاج كسل العين لدى الطفل

طور أخصائيو العيون وعلماء الرياضيات ومصممي الألعاب في جامعة ساوث هامبتون تطبيقاً للهواتف الذكية يهدف إلى تحسين العلاج الحيوي للأطفال الذين يعانون من الغمش، وهو ضعف بصري شائع، يُعرف أيضاً باسم "العين الكسولة".

ووفق موقع "مديكال إكسبريس"، يتأثر حوالي واحد من كل 50 طفلاً بالمشكلة. وتحدث عندما لا تطوّر العين رابطاً قوياً بدرجة كافية مع الدماغ، ويمكن علاجها عادة ببساطة ونجاح من خلال علاج الانسداد أو "الترقيع".

ويتضمن العلاج تغطية العين السليمة لفترة محددة، عادة 3 ساعات في اليوم مدة 6 أشهر، مما يجبر العين "الكسولة" على العمل. ومن المهم أن يستمر الأطفال في العلاج، لكن لا تزيد نسبة نجاح العلاج عن 50% بسبب عدم الالتزام.

و"من خلال تسخير مناهج جديدة من الرياضيات الحسابية والذكاء الاصطناعي، يستشعر التطبيق ما إذا كان الطفل يرتدي رقعة العين بشكل صحيح أم لا. فإذا لم يكن كذلك، تطالبهم اللعبة بتصحيح ذلك عن طريق رسائل تشجيعية لهم.

وفي هذا التطبيق يلعب الأطفال مع أدمبو الباندا وصديقه الروبوت بوب اللذين يعيشان في محمية طبيعية. ويصادفون حيوانات أخرى في البرية، ويساعدون بوب في الحفاظ على المحمية وإعادة تدوير النفايات.



فتح باب الترشيح لجائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي بدورتها السادسة عشرة 2024

وفتح باب الترشيح لجائزة المزارع المتميز والمزارع المبتكر بدورتها السادسة 2024



مشاركاً يمثلون 59 دولة حول العالم فاز منهم 94، حيث بلغ عدد المشاركين العرب بالجائزة 1530 فاز منهم 49 مرشحاً، كما بلغ عدد المشاركين من دولة الإمارات 150 مرشحاً فاز منهم 27 مواطناً إماراتياً. في حين وصل عدد الأجانب المشاركين بالجائزة إلى 258 فاز منهم 18، كما جرى تكريم 66 من كبار الشخصيات والمنظمات الوطنية والدولية على مدى خمسة عشر عاماً مضت، منهم 25 شخصية وجهة من دولة الإمارات العربية المتحدة، و 26 شخصية من الدول العربية، و 8 شخصيات من باقي دول العالم. ومن جهة ثانية فقد أعلن الدكتور هلال حميد مساعد الكبي عضو مجلس أمناء الجائزة، عن فتح باب الترشيح لجائزة المزارع المتميز والمزارع المبتكر بدورتها السادسة التي تنظمها الأمانة العامة للجائزة بالتعاون مع شركة الفوعة، وحث الأخوة مزارعي نخيل التمر المواطنين على المشاركة في الجائزة لما لها من أهمية في تعزيز تنافسية التمور الإماراتية على المستوى المحلي والدولي، مشيراً إلى أن بلغ عدد المشاركين بجائزة المزارع المتميز والمزارع المبتكر بالإمارات خلال خمس دورات ماضية 446 مزارعاً فاز منهم 36 مزارعاً يمثلون مختلف إمارات الدولة، وفق معايير جودة التمور التي قاموا بتسويقها إلى شركة الفوعة

الافتتاح الكبير على المجتمع المحلي والإقليمي والدولي أفضل النتائج في زيادة أعداد المترشحين بمختلف فئات الجائزة خلال خمسة عشر عاماً مضت. كما أكد الأمين العام للجائزة حرص معالي الشيخ نهيان على تعزيز الحضور المحلي والدولي للجائزة والبناء على النجاحات التي تحققت خلال السنوات الماضية لما فيه من خير وتقدير لكافة المزارعين والمستهلكين والباحثين في مجال نخيل التمر والابتكار الزراعي على مستوى الإمارات والعالم. وأضاف بأن مجمل أعداد المشاركين بمختلف فئات الجائزة خلال خمسة عشر عاماً بلغ عددهم الكلي 1938

العالم، التقدم بطلباتهم للتناقص والفوز بإحدى فئات الجائزة الدولية أو الجائزة المحلية، جاء ذلك في تصريح صحفي أدلى به الدكتور عبد الوهاب زايد، أمين عام الجائزة يوم الخميس 01 يونيو 2023. أشار فيه الدكتور عبد الوهاب زايد بسان المنحني البياني لإنجازات الجائزة تنمو بقوة خلال ستة عشر عاماً، بفضل دعم سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان، نائب رئيس الدولة، نائب رئيس مجلس الوزراء، وزير ديوان الرئاسة، ومتابعة معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان، وزير التسامح والتعايش، رئيس مجلس أمناء الجائزة، حيث شكل



مدينة برجيل الطبية بأبوظبي تنضم إلى الشبكة العالمية المبتكرة لطب السرطان الدقيق

أبو ظبي - الفجر

أعلنت برجيل القابضة، الشركة الرائدة في تقديم خدمات الرعاية الصحية في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، عن انضمام مدينة برجيل الطبية في أبوظبي، لعضوية تحالف الشبكة العالمية المبتكرة في طب السرطان الدقيق "WIN"، حيث يمثل هذا الإنجاز علامة بارزة أخرى للمجموعة مع مواصلة توسيع شبكتها وخبرتها في مجال علم الأورام وتعزيز مكانتها كمجموعة رائدة في طب السرطان التخصصي في دولة الإمارات والمنطقة بأكملها.

وبهذا الانضمام، تصبح مدينة برجيل الطبية الآن أول عضو من دولة الإمارات العربية المتحدة ودول مجلس التعاون الخليجي ينضم إلى الشبكة المرموقة وتستعمل كمنسج لتعزيز التعاون الإقليمي في برامج ومشاريع تحالف WIN.

ويعتبر تحالف WIN شبكة مشهورة عالمياً تضم أكثر من 30 مركزاً طبياً أو منظمة من الأمريكتين والاتحاد الأوروبي وآسيا وهي متخصصة في رعاية ودعم أبحاث السرطان، حيث يشارك أصحاب المصلحة في رحلة المريض والرعاية الشخصية لمرضى السرطان، لأن الهدف الأساسي للتحالف هو تحسين مدة ونوعية حياة مرضى السرطان من خلال الاعتماد على الرعاية الصحية المستنيرة جينياً، وتسريع اكتشاف وتطوير علاجات السرطان المتخصصة للغاية.

وتعد العضوية في تحالف WIN علامة بارزة لمدينة برجيل الطبية، والتي تهدف إلى أن تصبح المركز الإقليمي لرعاية مرضى السرطان وتسريع مبادرات البحث والابتكار باستمرار، حيث عزز المستشفى التزامه بتطوير علاجات السرطان المستهدفة من خلال الانضمام إلى هذه الشبكة الحصرية من الخبراء.

وسيمثل برجيل القابضة في تحالف WIN البروفيسور حميد الشامسي، مدير خدمات الأورام في برجيل القابضة، والدكتور خالد مسلم، رئيس قسم الأبحاث في برجيل القابضة.

وقال الدكتور مششير فاينابل مؤسس ورئيس مجلس إدارة برجيل القابضة، "يُعرفنا الانضمام إلى اتحاد WIN التخصصي في طب وأبحاث السرطان، ومن خلال هذه العضوية، نزيد من التزامنا بتقديم أفضل رعاية ممكنة لمرضىنا في دولة الإمارات العربية والمنطقة، مع فريق النخبة العالي لتعزيز فهم السرطان وعلاجه في عصر الرعاية الشخصية، حيث يوفر منصة فريدة لنا لتبادل المعرفة والخبرة والبيانات لتسريع تطوير الحلول المبتكرة والعلاجات الجديدة."

وأعرب ريتشارد شيلسكي الأستاذ الفخري بجامعة شيكاغو ورئيس اتحاد WIN، عن سعادته بالترحيب بمدينة برجيل الطبية في الاتحاد، وقال: "إن خبرة مدينة برجيل الطبية ومواردها في علم الأورام وحجم عمليات المجموعة في الشرق الأوسط تدعم جهودنا البحثية التعاونية لتطوير طب السرطان المخصص على المستوى العالمي."

كونها أحدث عضو في التحالف ومركز رعاية رباعية مقره أبوظبي، تتمتع مدينة برجيل الطبية بموقع فريد للمساهمة في الإنجازات المستقبلية لهذا التحالف، وسيسبب تنوع المرضى في المدينة لديها القدرة على أن تكون إضافة قيمة لدراسات الطب الدقيق، وتقديم اختبارات الجينات الجزيئية والخلوية والمناعية.

المزارع المتميز والمزارع المبتكر بالإمارات بالتعاون مع شركة الفوعة وما حققتها من نتائج في تنمية وتطوير قطاع زراعة النخيل وإنتاج التمور على المستوى الوطني والإقليمي والدولي. أخيراً أعلنت الأمانة العامة للجائزة بأن كافة الاستعدادات الفنية والإدارية قد اكتملت لاستقبال طلبات الترشيح اعتباراً من الأول من يونيو 2023 ولغاية 15 من ديسمبر 2023 وسوف تعلن أسماء الفائزين خلال شهر فبراير 2024 وحفل التكريم خلال شهر فبراير 2024.

من الناحية الكمية والنوعية، بالإضافة إلى التزامهم بكافة متطلبات الأمن والسلامة والصحة العامة المعتمدة من قبل جهات الاختصاص اتجاه العاملين بالزراعة أو في الخدمات الزراعية والإجراءات الفنية المتبعة لديهم. كما أشى الدكتور الكبي على الجهود الكبيرة التي بذلت من قبل أعضاء اللجنة الفنية للجائزة في تقييم المشاركين بالجائزة وفق أفضل المعايير المهنية.

التصنيف	قيمة الجائزة
أفضل فئة الجائزة	AED 750,000
أفضل فئة الجائزة	AED 750,000
أفضل فئة الجائزة	AED 750,000
أفضل فئة الجائزة	AED 1,000,000
أفضل فئة الجائزة	AED 1,000,000

بحضور أكثر من 500 طالب وطالبة من مدارس العين وأبوظبي ودبي ومراكز أصحاب الهمم

مدير جامعة الإمارات والأمين العام والنائب المشارك لشؤون الطلبة يشهدون افتتاح المعرض السنوي للمخرجات الأكاديمية والبرامج والمساقات لكلية العلوم



علوم الفضاء على مستوى البكالوريوس والماجستير، ولدينا تحت الأعداد برنامج بكالوريوس في علم البيانات له علاقة مباشرة مع الذكاء الصناعي والذي يسطرح بالتعاون مع كليات التقنية والإدارة والاقتصاد. من جانبها اشارت الدكتورة أسماء المنهالي -وكيلة كلية العلوم والمنشرفة على الفعالية، إلى أن المعرض ينظم بشكل دوري ويشهد إقبالاً وتقاعلاً من قبل المشاركين والزائرين من طلبة المدارس حيث أننا نهدف من خلال التطبيقات العملية إلى تعريف الطلبة بأهمية مخرجات كلية العلوم في حياتنا اليومية والحرص على استقطاب العقول الشابة من طلبة المدارس لهذه التخصصات المهمة والضرورية لنهضة الدولة وبناء اقتصاد معرفي متنافس.

المباشرة في تعزيز اقتصاد المعرفة بالدولة". وأشار الدكتور معمر إلى أن ظاهرة عزوف الطلبة عن دراسة العلوم سيما الرياضيات والفيزياء، هو تلك المعرفة والإحاطة بمهارات وأهمية مخرجات هذه التخصصات، التي تعتبر هي الأساس في مختلف العلوم ولها مخرجات في سوق العمل في مجالات مختلفة مثل علوم الفضاء والتكنولوجيا المتقدمة في التخصصات الهندسية والتطبيقات الإحصائية والمالية والإدارية، التي تعتمد تحليل البيانات، سيما في مجالات الذكاء الصناعي، والذي يعتبر حالياً هو السمة الأساسية في برامج التطبيقات العلمية التي تلبى متطلبات مشروعات الريادة نحو آفاق المستقبل. وأوضح الدكتور معمر أن الكلية تطرح حالياً تخصص



وأشار الأستاذ الدكتور معمر بن كراودة، عميد كلية العلوم إلى أن المعرض يهدف إلى تعريف المجتمع والطلبة على مختلف مستوياتهم بأهمية العلوم في حياتنا اليومية، حيث تستعرض الأقسام العلمية بالكلية بعض التجارب العلمية وذلك بتنظيم ومشاركة كاملة من طلبة الكلية، بالإضافة إلى عرض منشورات علمية وعرض مقاطع تعليمية لرواد مجالات العلوم المختلفة من علماء العرب والغرب. وأضاف الدكتور معمر: "إن الهدف المباشر لتدريب الطلاب وتعليمهم عن طريق التطبيقات المشوقة للتعرف على جمالية وأهمية العلوم وجاذبية مخرجاتها لارتداد آفاق المستقبل، من خلال التجارب العملية والتطبيقات بالألعاب والتدريب والتمارين، من أجل أعداد خريجي رواد المستقبل والمساهمة

نظمت كلية العلوم بجامعة الإمارات العربية المتحدة، المعرض السنوي للمخرجات الأكاديمية والبرامج والمساقات الأكاديمية للكلية، بحضور الأستاذ الدكتور غالب البريكي -مدير جامعة الإمارات بالإناة- والأستاذ خلفان الظاهري، نائب مدير الجامعة للشؤون المالية والإدارية (الأمين العام)، والدكتورة سعاد المزويقي النائب المشارك لشؤون الطلبة، وعدد من عمداء الكليات وروساء الأقسام، وأعضاء هيئة التدريس، وأكثر من 500 طالب وطالبة من مختلف مدارس مدينة العين وأبوظبي ودبي ومراكز أصحاب الهمم، اطلعوا فيها على أحدث البرامج التطبيقية والأكاديمية في كلية العلوم.

لنناقشة أحدث ما وصل إليه العلم بخصوص صمامات القلب وعلاجاتها

أكبر أطباء القلب بالخليج يجتمعون في البرنامج العلمي للجمعية الخليجية لقسطرة القلب

وقد أعرب الدكتور فواز عن شكره للجنة العلمية القائمة على توضع هذا البرنامج و هم مجموعة من الخبراء من دول مجلس التعاون الخليجي والتي تتألف من: الدكتور رشاد البواردي والدكتورة سندس سمرقندي (المملكة العربية السعودية)، والدكتور أحمد الشطي (الكويت)، والدكتور عبدالرحمن الثابت (قطر)، والدكتور عارف النورياني والدكتور فهد باصليب (الإمارات)، والدكتور حسام نور (البحرين)، والدكتور محمد المخيني (عمان). وفي تصريح له قال نائب رئيس الجمعية الدكتور عبدالله شهاب: " لقد شهدنا المزيد من الوعي والاهتمام في مثل هذه الأحداث التي يتم فيها تبادل الخبرات لتحسين مستويات الخدمة الطبية. ونحن في الجمعية الخليجية لقسطرة القلب نقدم العديد من البرامج التعليمية والتدريبية في مجال القسطرة القلبية إذ تم انعقاد برنامج يناقش تحديات القسطرة القلبية وعرض العديد من الحالات المعقدة بمشاركة خليجية ودولية. وتعرف المشاركون خلال المؤتمر على أفضل التقنيات المتداولة ومناقشتها من قبل الخبراء على الصعيدين الإقليمي والدولي في شهر مارس الماضي. ومنذ انطلاقتها في عام 2018، شهدت الجمعية الخليجية لقسطرة القلب زيادة في نسبة المشاركات بمعدل 70% سنوياً.

مجمع السلمانية الطبي في البحرين، إلى جانب عدد من المشاركات المحلية والإقليمية لعدد من الأطباء المختصين في هذا المجال للعمل معاً. وقد صرح الدكتور فواز المطيري رئيس الجمعية وإستشاري أمراض القلب والقسطرة بمركز الملك عبدالعزيز لأمراض جراحة القلب بمستشفى الحرس الوطني بالرياض بأنه سيتم خلال هذا الحدث تناول ومناقشة أحدث المشاكل القلبية والإصابات وتناول عدد من الحالات المعقدة في علاج الصمام المترالي وهي مرض الصمام المترالي الذي يقع بين غرفتي القلب (الأذين والبطين) وتشمل عدة أنواع مختلفة منها ارتجاع الصمام أو تضيق فتحة الصمام والتي من شأنها التسبب بأعراض مثل الإرهاق أو ضراب القلب غير المنتظمة أو ضيق التنفس وقد تظهر أيضاً بعض من هذه الأعراض على شكل تورم في الساقين، كما يناقش الحضور عدد من الحالات المعقدة التي تم معالجتها في منطقة الخليج العربي على أيدي استشاريين وخبراء محليين. كما يتم إطلاق برنامج مناقشة المستجدات المتعلقة بصمامات القلب للسنة الثانية على التوالي والذي سيعقد من 2-3 يونيو في فندق كوراد دبي، بحضور نخبة من ذوي الاختصاص حول من دول الخليج والعالم، وسيتم البحث حول آخر التطورات فيما يخص جراحات القلب



كما أضاف الدكتور المطيري، " وسيكون أيضاً هناك نقل مباشر عبر التقنيات الحديثة من منتسقات القاسمي في الشارقة من دولة الإمارات العربية المتحدة ومن مدينة الملك سعود الطبية في الرياض ومستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث بجدة بالمملكة العربية السعودية مما يوفر خطة تعليم تستند إلى الأبحاث العلمية والخبرات الواسعة العملية في آن معاً". وتتمثل رؤية الجمعية الخليجية لقسطرة القلب في تبنى أحدث الابتكارات والتقنيات في مجالها، والعمل على وضع برامج شاملة لتقديم أفضل العلاجات السريرية للمرضى.

تكتشف الجمعية الخليجية لقسطرة القلب عن نسختها الثانية هذا العام من برنامجها التعليمي الطبي "لنناقشة المستجدات المتعلقة بصمامات القلب بحضور نخبة من الخبراء وذوي الاختصاص من منطقة الشرق الأوسط (مختلف أنحاء العالم)". يناقش هذا الحدث الذي يستمر على مدى يومي 2 و3 يونيو ويقام في فندق كوراد في مدينة دبي، أحدث ما توصل إليه العلم بعلاجات صمامات القلب. يتأسر الحدث الذي تشرف على تنظيمه شركة "أيكوم جروب"، من قبل مجلس الجمعية الخليجية لقسطرة القلب، الذي يعد جزءاً من جمعية القلب الخليجية، الدكتور فواز المطيري رئيس الجمعية الخليجية لقسطرة القلب وإستشاري أمراض القلب والقسطرة بمركز الملك عبدالعزيز لأمراض القلب بمستشفى الحرس الوطني بالرياض، ونائب رئيس الجمعية الدكتور عبدالله شهاب أخصائي أمراض القلب من دولة الإمارات العربية المتحدة، والأمين العام للجمعية الدكتور موسى أكبر استشاري أمراض القلب والقسطرة ورئيس وحدة أمراض القلب في مستشفى الصباح من الكويت، وأمين الصندوق الدكتور خالد بن ثاني، رئيس قسم طب القلب والأوعية الدموية والقسطرة في

دبي - الفجر

منوعات الغذاء

23



يلعب فيتامين D دورا مهما في كيفية عمل الجسم. وهو ضروري لجهاز المناعة وللمحافظة على صحة العظام والقلب. وإذا لم نحصل على ما يكفي منه، فقد تعمل هذه الأنظمة بفعالية أقل.

وعلاوة على ذلك، يقول موقع Nebraska Health إن نقص فيتامين D يمكن أن يسبب مجموعة من الأعراض، حتى أنه يمكن أن يقلل من جودة النوم.

نقصه يمكن أن يسبب مجموعة من الأعراض

كيفية نومك قد تكشف انخفاض مستويات فيتامين D في جسمك

كافية لعظم الناس. وهذا ينطبق على البالغين، بمن فيهم النساء الحوامل والمرضعات وكبار السن والأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 11 و 17 عاما. وإذا أوصى طبيبك بتناول كمية مختلفة من فيتامين D، فعليك اتباع نصائحه. وبينما يمكن تناول جرعة زائدة من فيتامين D من خلال تناول الكثير من المكملات الغذائية، إلا أنه لا يمكن الحصول على جرعة زائدة من خلال ضوء الشمس. وتنتج أجسامنا فيتامين D من خلال التعرض لأشعة الشمس، وهو ما منح الفيتامين صفة "فيتامين أشعة الشمس"، إلا أنه خلال الخريف والشتاء، لا يمكننا إنتاج ما يكفي من فيتامين D بهذه الطريقة.

4000 وحدة دولية (100 ميكروغرام) من فيتامين D يوميا كحد أقصى. وإذا تناولت جرعة زائدة من فيتامين D، فقد يكون لذلك عواقب أيضا، حيث تقول هيئة الخدمات الصحية الوطنية: "إن تناول الكثير من مكملات فيتامين D على مدى فترة طويلة من الزمن يمكن أن يتسبب في زيادة الكالسيوم في الجسم (فرط كالسيوم الدم). وهذا يمكن أن يضعف العظام ويتلف الكلى والقلب".

نقص فيتامين D، فهناك طرق عدة لزيادة مستويات الفيتامين بما في ذلك من خلال المكملات الغذائية والطعام. وتشمل الأطعمة الغنية بفيتامين D:

- الأسماك الزيتية
- اللحم الأحمر
- الكبد
- صفار البيض
- الأطعمة المدعمة بالفيتامين

ويعني ما يتعلق بكمية فيتامين D التي يجب أن يتناولها شخص ما، تقول هيئة الخدمات الصحية الوطنية إن البالغين يجب أن يتناولوا

وتشير إحدى الدراسات إلى أن واحدة من علامات نقص فيتامين D قد تكون قلة النوم، حيث وجد الباحثون أن نقص الفيتامين مرتبط بـ "قصر مدة النوم وبنوعية النوم السيئة". وقالت الدكتورة ميندي لاسي، مقدمة الرعاية الصحية: "معظم المرضى الذين يعانون من نقص فيتامين D لا يعانون من أعراض، ولكن إذا كنت مرهقا، أو تؤلمك عظامك، أو لديك ضعف في العضلات أو تغيرات مزاجية، فهذا مؤشر على أن شيئا ما قد يكون غير طبيعي في جسمك".



وتشمل الأمثلة الأخرى لأعراض نقص فيتامين D ما يلي:

- إعياء
- ألم أو وجع في العظام
- الشعور بالآكتئاب أو الحزن
- تساقط الشعر
- ضعف العضلات
- فقدان الشهية
- الإصابة بالمرض بسهولة أكبر
- جلد شاحب
- وأضاف: "إذا بدا لك أي من هذه الأعراض مألوفًا، فراجع الطبيب. والذي سيقوم بإجراء اختبار للتحقق من مستويات فيتامين D".

ما الذي تفعله إذا كنت تعاني من نقص الفيتامين؟ إذا تم تشخيصك على أنك تعاني من



مراجعة علمية تكشف عن تأثيرات محتملة للقرفة على الذاكرة والتعلم

تعرف القرفة بكونها من التوابل العطرية الشائعة لخبز الكعك وطهي الأطباق اللذيذة، وهي مشتقة من اللحاء الداخلي لأشجار القرفة. وهذه الأشجار الدائمة الخضرة توجد في جبال الهيمالايا ومناطق جبلية أخرى، وكذلك في الغابات المطيرة وغابات أخرى في جنوب الصين والهند وجنوب شرق آسيا.

ورقته: "أظهرت الدراسات في الجسم الحي أن استخدام القرفة أو مكوناتها، مثل الأوجينول وسينامالدهيد وحمض سيناميك، يمكن أن يغير بشكل إيجابي الوظيفة المعرفية. وأظهرت الدراسات في المختبر أيضا أن إضافة القرفة أو السينامالدهيد إلى وسط خلوي يمكن أن تقلل من تراكم تاو، أميلويد بيتا وتزيد من حيوية الخلية".

وكتب الباحثون: "أفادت معظم الدراسات أن القرفة قد تكون مفيدة للوقاية من ضعف الوظيفة الإدراكية وانخفاضها. ويمكن استخدامها كعامل مساعد في علاج الأمراض ذات الصلة. ومع ذلك، يجب إجراء المزيد من الدراسات حول هذا الموضوع".

ويشكل عام، تشير ورقة المراجعة المنهجية إلى أن القرفة وبعض مكوناتها النشطة يمكن أن يكون لها تأثيرات إيجابية على عمل الدماغ البشري، وتقوية الذاكرة والتعلم. في المستقبل، يمكن أن تلهم هذه المراجعة فرقا أخرى من الباحثين لإجراء مزيد من الدراسة لتأثير القرفة على الدماغ، ما قد يعزز استخدامه للحفاظ على وظائف المخ وإبطاء ضعف الإدراك.

وراجع الباحثون مئات الدراسات المخزنة في عدة قواعد بيانات بحثية عبر الإنترنت، بما في ذلك PubMed و Scopus و Google Scholar و Web of Science. ثم قاموا بعد ذلك بتضييق نطاق تحليلهم ليشمل 40 من هذه الدراسات، تلك الأكثر صلة بموضوع اهتمامهم.

ومن بين هذه الدراسات الأربعين، تم إجراء 33 دراسة في الجسم الحي (أي فحص الكائنات الحية الحقيقية، مثل البشر أو القوارض أو الحيوانات الأخرى). وأجريت خمسة منها في المختبر (أي خارج الكائنات الحية، على سبيل المثال عن طريق تحليل الخلايا أو أنسجة ما بعد الوفاة)، واثنان كانتا من الدراسات الإكلينيكية.

وبالإضافة إلى مذاقه الفريد، يمكن أن يكون للقرفة خصائص مفيدة للبشر. على سبيل المثال، تشير الدراسات إلى أن القرفة لها خصائص مضادة للالتهابات ومضادة للأكسدة ومضادة للسرطان، ويمكنها أيضا تعزيز جهاز المناعة. وأظهرت بعض الأعمال أيضا أن مركباته النشطة بيولوجيا يمكن أن تعزز وظائف المخ، وخاصة الذاكرة والتعلم. ومع ذلك، فإن صحة هذه النتائج لم يتم إثباتها بعد على وجه اليقين.

وقام فريق من الباحثين في جامعة بيرجاند للعلوم الطبية في إيران مؤخرا بمراجعة العديد من الدراسات السابقة لاستكشاف آثار القرفة على الوظائف الإدراكية. ومن خلال تحليلهم، أوضح في علم الأعصاب الغذائي، يسلط الضوء على القيمة المحتملة للقرفة في منع أو تقليل الذاكرة أو ضعف التعلم.

وكتبت سماعة نخائي وعلي رضا كوشكي وزملاؤهم في ورقته البحثية: "هدفت هذه الدراسة إلى المراجعة المنهجية للدراسات حول العلاقة بين القرفة ومكوناتها الرئيسية في الذاكرة والتعلم. وتم جمع 2605 دراسات من قواعد بيانات مختلفة في سبتمبر 2021. وبعد التحقيق، استوفت 40 دراسة المعايير، وتم تضمينها في هذه المراجعة المنهجية".



واستخلص الباحثون البيانات ذات الصلة بكل هذه الدراسات، بما في ذلك نوع القرفة المستخدمة ومركباتها، ومجتمع الدراسة وأحجام العينات، وجرعات القرفة أو مكوناتها النشطة بيولوجيا المستخدمة، وجنس وعمر المشاركين. ثم قاموا بتقييم جودة وموثوقية الدراسات بالنظر إلى تصميمها وحجم العينة ومعايير الاشتغال والجوانب المنهجية الأخرى.

وأخيرا، قاموا بتحليل ومقارنة نتائج 40 مقالة ذات صلة، وتم اختيارها. وبشكل عام، اقترحت معظم الدراسات التي قاموا بدراساتها أن القرفة يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على كل من الذاكرة والوظيفة الإدراكية.

وكتب نعي وكوشكي وزملاؤهم في



NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION
NO. 8561/2023

Notifying party : Dubai Islamic bank (PISC)
Respondent: MOHAMMED AMRAN STEEL TRADING
(OF UNKNOWN DOMICILE)

Subject: Legal notification of the need to pay the payment of 33841.06 AED
Where the respondent contracted with the warner with the intention of financing the warning the amount of the below vehicle details in favor of the respondent, And since the respondent default to pay the installments of the vehicle in favor of the warner until an amount of 33841.06 AED remained in their possession, for Murabaha the vehicle that was issued and since the warner has repeatedly demanded the respondent to be quick to pay the amount in his debt, but the respondent didn't provide any action

Car Model	Car Color	Car Brand	Code	Plate Emirates	Plate No
2016	White	Nissan Sunny	H	DXB	83243

Therefore, we first warn you to pay 33841.06 AED within a maximum of one week from the date of advertising, other than we will have to complete the legal procedures against you to collect our rights in accordance with the law, with your obligation to pay expenses and lawyer fees, with the disclaimer of the responsibility of the notifying bank for any personal property that may be inside the car
The warner : AHMED MOHAMED ABDELNABY

NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION
NO. 8590/2023

Notifying party : Dubai Islamic bank (PISC)
Respondent: RENTAL LINKS PASSENGER TRANSPORT AN
(OF UNKNOWN DOMICILE)

Subject: Legal notification of the need to pay the payment of 66182.21 AED
Where the respondent contracted with the warner with the intention of financing the warning the amount of the below vehicle details in favor of the respondent, And since the respondent default to pay the installments of the vehicle in favor of the warner until an amount of 66182.21 AED remained in their possession, for Murabaha the vehicle that was issued and since the warner has repeatedly demanded the respondent to be quick to pay the amount in his debt, but the respondent didn't provide any action

Car Model	Car Color	Car Brand	Code	Plate Emirates	Plate No
2015	GRAY	TOYOTA CAMRY	F	DXB	36811

Therefore, we first warn you to pay 66182.21 AED within a maximum of one week from the date of advertising, other than we will have to complete the legal procedures against you to collect our rights in accordance with the law, with your obligation to pay expenses and lawyer fees, with the disclaimer of the responsibility of the notifying bank for any personal property that may be inside the car
The warner : AHMED MOHAMED ABDELNABY

NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION
NO. 8528/2023

Notifying party : Dubai Islamic bank (PISC)
Respondent: FAKRY ALI IBRAHIM ALHOJI
(OF UNKNOWN DOMICILE)

Subject: Legal notification of the need to pay the payment of 49601 AED
Where the respondent contracted with the warner with the intention of financing the warning the amount of the below vehicle details in favor of the respondent, And since the respondent default to pay the installments of the vehicle in favor of the warner until an amount of 49601 AED remained in their possession, for Murabaha the vehicle that was issued and since the warner has repeatedly demanded the respondent to be quick to pay the amount in his debt, but the respondent didn't provide any action

Car Model	Car Color	Car Brand	Code	Plate Emirates	Plate No
2015	SILVER	NIJACARNS	A	FUJAIRAH	15091

Therefore, we first warn you to pay 49601 AED within a maximum of one week from the date of advertising, other than we will have to complete the legal procedures against you to collect our rights in accordance with the law, with your obligation to pay expenses and lawyer fees, with the disclaimer of the responsibility of the notifying bank for any personal property that may be inside the car
The warner : AHMED MOHAMED ABDELNABY

NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION
NO. 8529/2023

Notifying party : Dubai Islamic bank (PISC)
Respondent: JULIAN CAMERON JVEY
(OF UNKNOWN DOMICILE)

Subject: Legal notification of the need to pay the payment of 8055 AED
Where the respondent contracted with the warner with the intention of financing the warning the amount of the below vehicle details in favor of the respondent, And since the respondent default to pay the installments of the vehicle in favor of the warner until an amount of 8055 AED remained in their possession, for Murabaha the vehicle that was issued and since the warner has repeatedly demanded the respondent to be quick to pay the amount in his debt, but the respondent didn't provide any action

Car Model	Car Color	Car Brand	Code	Plate Emirates	Plate No
2016	RED	MITSUBISHI LANCER	16	AUH	88064

Therefore, we first warn you to pay 8055 AED within a maximum of one week from the date of advertising, other than we will have to complete the legal procedures against you to collect our rights in accordance with the law, with your obligation to pay expenses and lawyer fees, with the disclaimer of the responsibility of the notifying bank for any personal property that may be inside the car
The warner : AHMED MOHAMED ABDELNABY

NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION
NO. 8527/2023

Notifying party : Dubai Islamic bank (PISC)
Respondent: MOHAMMED AMRAN STEEL TRADING
(OF UNKNOWN DOMICILE)

Subject: Legal notification of the need to pay the payment of 57450.1 AED
Where the respondent contracted with the warner with the intention of financing the warning the amount of the below vehicle details in favor of the respondent, And since the respondent default to pay the installments of the vehicle in favor of the warner until an amount of 57450.1 AED remained in their possession, for Murabaha the vehicle that was issued and since the warner has repeatedly demanded the respondent to be quick to pay the amount in his debt, but the respondent didn't provide any action

Car Model	Car Color	Car Brand	Code	Plate Emirates	Plate No
2016	WHITE	MITSUBISHI L200	K	DXB	59104

Therefore, we first warn you to pay 57450.1 AED within a maximum of one week from the date of advertising, other than we will have to complete the legal procedures against you to collect our rights in accordance with the law, with your obligation to pay expenses and lawyer fees, with the disclaimer of the responsibility of the notifying bank for any personal property that may be inside the car
The warner : AHMED MOHAMED ABDELNABY

NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION
NO. 8531/2023

Notifying party : Dubai Islamic bank (PISC)
Respondent: HEMENDRASINH PRABHATISINH PARMAR
(OF UNKNOWN DOMICILE)

Subject: Legal notification of the need to pay the payment of 38233.76 AED
Where the respondent contracted with the warner with the intention of financing the warning the amount of the below vehicle details in favor of the respondent, And since the respondent default to pay the installments of the vehicle in favor of the warner until an amount of 38233.76 AED remained in their possession, for Murabaha the vehicle that was issued and since the warner has repeatedly demanded the respondent to be quick to pay the amount in his debt, but the respondent didn't provide any action

Car Model	Car Color	Car Brand	Code	Plate Emirates	Plate No
2015	BLACK	MG	R	DXB	69159

Therefore, we first warn you to pay 38233.76 AED within a maximum of one week from the date of advertising, other than we will have to complete the legal procedures against you to collect our rights in accordance with the law, with your obligation to pay expenses and lawyer fees, with the disclaimer of the responsibility of the notifying bank for any personal property that may be inside the car
The warner : AHMED MOHAMED ABDELNABY

NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
NOTARIZED NOTICE BY PUBLICATION
NO. 8532/2023

Notifying party : Dubai Islamic bank (PISC)
Respondent: Fio Les Rent A Car LLC
(OF UNKNOWN DOMICILE)

Subject: Legal notification of the need to pay the payment of 52265.58 AED
Where the respondent contracted with the warner with the intention of financing the warning the amount of the below vehicle details in favor of the respondent, And since the respondent default to pay the installments of the vehicle in favor of the warner until an amount of 52265.58 AED remained in their possession, for Murabaha the vehicle that was issued and since the warner has repeatedly demanded the respondent to be quick to pay the amount in his debt, but the respondent didn't provide any action

Car Model	Car Color	Car Brand	Code	Plate Emirates	Plate No
2016	WHITE	NISSAN JUKE	P	DXB	30341

Therefore, we first warn you to pay 52265.58 AED within a maximum of one week from the date of advertising, other than we will have to complete the legal procedures against you to collect our rights in accordance with the law, with your obligation to pay expenses and lawyer fees, with the disclaimer of the responsibility of the notifying bank for any personal property that may be inside the car
The warner : AHMED MOHAMED ABDELNABY

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863

Dubai Courts of First Instance
NOTIFICATION THROUGH PUBLICATION

In Case No. 455/2023/41 - Real Estate
Considered before : Fifth Circuit of First Instance No. 200
Subject of the Case : A claim to oblige the Defendant to pay the Plaintiffs an amount of AED 1,200,000 (one million two hundred thousand UAE dirhams) and legal interest at the rate of 5% from the date of filing of the judicial claim until the completion of the repayment; to be distributed as follows: 80% to the First Plaintiff of the claim value and 20% to the Second Plaintiff of the claim value, and to oblige the Defendant to pay the case charges, expenses and fees.
Plaintiff: F&M REAL ESTATE BROKER LLC - and others - Address: Elected Domicile: Al Romen Island, Adaha Tower, Floor: 39, Office 3909, Hamdan Al Kaabi Advocates and Legal Consultancy, Tel: 0563833797, Email: 0563833797-ahmedfidi@alkaabiadvocates.com - Represented by Hamdan Abdullah Sobeh Saif Al-Kaabi
Notified Party: MOHAMED NABAWI RASHAD, capacity: Defendant
Subject of Notice: The aforementioned Case has been filed against you with a subject matter of a claim to oblige the Defendant to pay the Plaintiffs an amount of AED 1,200,000 (one million two hundred thousand UAE dirhams) and legal interest at the rate of 5% from the date of filing of the judicial claim until the completion of the repayment; to be distributed as follows: 80% to the First Plaintiff of the claim value and 20% to the Second Plaintiff of the claim value, and to oblige the Defendant to pay the case charges, expenses and fees. The Court set the hearing of Thursday 15/06/2023 at 08:00AM at the teleconference litigation chamber BUILDING, DESC. Accordingly, your presence or your legal representative is required, and you shall submit all the memorandums and documents to the Court at least three days before the hearing. - To view the details of the Case, the regulations, memos, and submit the defense and requests, it is necessary to use the electronic and smart services of the Dubai Courts To subscribe, please click on the link
Prepared by : Ahmar Ahmed Abdullhah Khams Alamur Approval Date: 29/05/2023 00:33:07

United Arab Emirates Ministry of Justice

70522 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Defendant's notification by publication
Case management office of Sharjah Court
The federal civil court of first instance
in Case NoSHCFICILABS2023/0003568 - Labor
To the defendant / Shaivaiz Iqbal Muhammad Iqbal
Unknown place of residence
You are assigned to attend hearing on 14/06/2023 before cases management department in Federal court of Sharjah, first instance court - civil-officer No (manager case office 8) in person or authorized agent/ attorney, and to submit a plea (rejoinder) to the case/accused/agent by all the documents within a period not exceeding ten days from the date of publication in order to hear and examine the case mentioned above, as you are the defendant.
Judicial services office
Rashid bin Omair Al Muhairi
Issued on: 25/05/2023

United Arab Emirates Ministry of Justice

70522 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Defendant's notification by publication
Case management office of Sharjah Court
The federal civil court of first instance
in Case NoSHCFICILABS2023/0003561 - Labor
To the defendant : Olnerwaju Adewale Sulaiman
Unknown place of residence
You are assigned to attend hearing on 14/06/2023 before cases management department in Federal court of Sharjah, first instance court -civil-officer No (manager case office 8) in person or authorized agent/ attorney, and to submit a plea (rejoinder) to the case, accompanied by all the documents within a period not exceeding ten days from the date of publication in order to hear and examine the case mentioned above, as you are the defendant.
Judicial services office
Rashid bin Omair Al Muhairi
Issued on: 29/05/2023

United Arab Emirates Ministry of Justice

70535 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Memo of Notification by Publication of Judgement
Issued by Case Sharjah Federal Civil First Instance Court
Case No. SHCFICICIVS2023/0000320 Civil (Partial)
To Defendant : convicted:
MENUMA DILSHAN GUNAWARDHANA, address : 9726615
Be noted that this Court judged in the above-mentioned case on 12/04/2023 in the favor of AL AMER STUDIO owned by RESHMA SHAH KISHOR as follows : Judgment text :
The Court Judged as in presence to
- Bind the defendant to pay to the plaintiff - the owner of the Studio- AED 10000 plus legal interest 5% annually from the date of the claim on 09/01/2023 till the full payment subject to it does not exceed the judged amount. - Bind the defendant with the costs and attorney fees.
Judge : Hossam Jafar Mohamed Elsayed /signed/
Case Sharjah Federal Civil First Instance Court

Courts Department Expert Management Office

70408 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Courts Department - Expert Management Office
Notice to appear before the Committee of Experts
Case No. 2023/111 Commercial First Instance - Ras Al Khaimah Courts
The first plaintiff/ Imad M M Alolaz
The second plaintiff/ Zaid Al-Mohammed Yousef Dabrahem
The third plaintiff/ Naha Elfahh Mahgoub Hamed
The fourth plaintiff/ Elfahh Khalid Dfa alla Elfahh Elmi
The fifth plaintiff/ Keeswan Madhousadann Veluyuthan
The sixth plaintiff/ Solaiman Hossam Solaiman Sornwan
The seventh plaintiff/ Abdullhah Mohamed Massa Elssa Abu Haleeqa
The eighth plaintiff/ Syed Majeed Babu Syed Babu Hashim
The Ninth Plaintiff/ Khalafin Abdulla Mohamed Saleem Albenadi
Defendant/ Sustain General Trading
The first Jointed Litigant/ Solaiman Abdul Karim Mohammed Taher Elfahim
The Second Jointed Litigant/ ADAB Solutions FZ-LLC
The Third Jointed Litigant/ Sustain Cryptocurrency Trading Platform
You must attend the meeting via the Cisco software to meet with a tripartite expert committee and you have to submit all documents and papers that support your position in Case No. 2023/111 Commercial first instance -Ras Al Khaimah Courts, on Friday, 09/06/2023 at 09:30 am. You can contact us at the following email:
The meeting Experts:elms@courts.rak.ae
The Banking Expert: elis.05@courts.rak.ae
The Engineering expert :m.nada@courts.rak.ae
Expertise Management Office Banking and Finance Expert
Carol Warren

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70651 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Dubai Courts of First Instance
Notification by Publication

In Execution No. 539/2023/100-Mudlin Personal Status
Considered by Personal Status Tenth Circuit No. 323
Subject Matter : Request to return the child from Pakistan to live with her, Divorce case, for harm and abandonment, claim of legal rights represented in the child alimony, proving custody/ custody fee/housing fee and its furnishing/ Payment of water, electricity and Internet fees/Recruitment of a maid/Providing a car or monthly car allowance/ Payment of tuition fees/Health insurance work/issuing residence for children, renewal of identities for children and handing them over to their mother/plaintiffs, and obligating him to pay fees and expenses.
Claimant Mariam Bny Maghdy - Address : UAE Dubai Al Barsha 1 - Bur Dubai - Dubai - al Shoeba Building - apartment No 15 - Room no 1503-05428486406
Recipient 1- Syed Shiraz Ahmed - Capacity: Defendant
Subject of Notification : Filed a claim to return the child from Pakistan to live with her, Divorce case, for harm and abandonment, claim of legal rights represented in the child alimony, proving custody/ custody fee/ housing fee and its furnishing/ Payment of water, electricity/telephone and Internet fees/Recruitment of a maid/ Providing a car or monthly car allowance/ Payment of tuition fees/Health insurance work/issuing residence for children, renewal of identities for children and handing them over to their mother -plaintiffs, and obligating him to pay fees and expenses. Session on Wednesday 07/06/2023 at 8:30 am has been defined at the remote hall. Accordingly You are obliged to appear or your legal representative and submit all memos and document to the Court within a period not exceeding 3 days prior to the session.
To review the details of the case, regulations and memorandums/submitting defense and presenting requests, the Electronic & Smart Services of Dubai Courts must be used. To subscribe, please click on the link.
Prepared by:Abdullah Abdelrahman Almarouqi Date of Approval : 25/05/2023/10:15:49

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70651 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Dubai Courts of First Instance
Notification by Publication

In Execution No. 1575/2023/40 Civil
Considered by The Tenth Case Management Circuit No413
Subject Matter : Oblige the Defendant to return the amounts paid of AED 50000 to the plaintiff with the legal interest of 5% as of date of filing the claim until full payment, fees and expenses.
Claimant Abbas Ibrahim Abbas Abuehrsch - Address : UAE Dubai - Bur Dubai - Dubai Medical City - building No59, 1st floor apartment No. 107-050986052
Recipient 1- Ahmed Faddaloula Ahmed - Capacity : Defendant
Subject of Notification : Filed a claim to oblige the Defendant to return the amounts paid of AED 50000 to the plaintiff with the legal interest of 5% as of date of filing the claim until full payment, fees and expenses. Session on Tuesday 06/06/2023 at 9:00 am has been defined at the remote hall. Accordingly, You are obliged to appear or your legal representative and submit all memos and document to the Court within a period not exceeding 3 days prior to the session.
To review the details of the case, regulations and memorandums, submitting defense and presenting requests, the Electronic & Smart Services of Dubai Courts must be used.To subscribe, please click on the link.
Prepared by : Amer Abdelrazq EI-Kassim Date of Approval : 29/05/2023 14:17:14

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70651 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Dubai Courts of First Instance
Notification by Publication (Appeal)

In Execution No. 949/2023/305-Commercial Appeal
Considered by The Tenth Civil Appeal Circuit No. 87
Subject Matter : We request the honored Court to: First: Accept the appeal in form. Second : In subject to annul the appealed ruling and all its contents and re-rule of the plaintiff's requests represented in dismissing the Defendant (Partner/Manager) Mr(Alexander Raecvic Dokljanov) from the commercial license (Perato Global DWC-LLC) and removing his name from the commercial register/commercial license and all other official records and papers, and obliging the Defendant to pay fees and expenses. Third: Obliging the Defendant to pay fees and expenses for the two levels of litigation. Appraised amount of AED 150000.
Claimant : Perato Global DWC-LLC and others
Address : UAE - Bur Dubai - Dubai Aviation City Corporation - South Dubai - Emirates St- Building A3 office at 3rd floor, near Supermarket City, Makani 1338954046-0503220609
Recipient : 1- Alexander Raecvic Dokljanov Capacity : Defendant
Subject of Notification: Appeal on the ruling issued for the case No.1126/2023 Commercial Session on Monday 05/06/2023 at 10:00 am has been defined at the remote hall. Accordingly, You are obliged to appear or your legal representative and in case of not appearing, the case will be reviewed in your absence.
To review the details of the case, regulations and memorandums, submitting defense and presenting requests, the Electronic & Smart Services of Dubai Courts must be used.To subscribe, please click on the link.
Prepared by: Asmaa Hussein Aal Ali Date of Approval : 24/05/2023 11:59:18

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70608 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Legal Notice Through Publication in Newspaper
No. (774/2023)

Notifying Party : COMMERCIAL BANK INTERNATIONAL P.J.S.C
Against / Notified Party:
1. ROYAL PEARLS INVESTMENT COMPANY L.L.C-FZ - Trade License No. 7036969 Dubai.
2. ORIENTAL PEARLS REAL ESTATE DEVELOPMENT COMPANY L.L.C - Trade License No. 10908977 - Dubai, UAE
Subject: The bank shall notify the Notified Parties, according to this Legal Notice, to pay an amount of AED 346,626,027.26 three hundred sixty-six million five hundred twenty-six thousand twenty-seven dirhams Twenty-six fills, and any interest arising after this date until full payment, including the value of the real estate financing that the Second Notified Party obtained with the mortgage of property submitted by the First Notified Party of the plot of land located in the Emirate of Dubai - Bur Dubai - Nad Al-Siba Al-Awwal - Land No. 1080 - Municipality No. 4086-618 within a maximum period of 30 days (thirty days) from the date hereof. In the event of non-payment within the specified date, the Bank will take all legal measures to appropriate the mortgaged property and sell it in favor of the debt mortgaged of property in accordance with the procedures stipulated in Law No. 14 of 2008 regarding the Mortgage of Property in the Emirate of Dubai, while preserving all the rights of the Notifying Party without limitation.
Dubai Public

United Arab Emirates Ministry of Justice

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Notification to the Defendant by Publication
At the Case Management office - Sharjah Federal Court of First Instance - Civil
In Case No. SHCFICICOMS2023/0002959-Commercial
To the convict : Arid Jobanny Garcia Vargas
No address defined
Upon the request of the Plaintiff : Milines Daniela Pandres Perez
Address : Dubai - Al Thanya 1 - Tecom area, next to Dubai Internet City metro station, Al Shaafar 1 Tower Office No. 1007 - Makani No1586677079. mahrous@almahrousadvocates.ae, Tel. 97151025208.
You are obliged to attend the session on 12/06/2023 before the Case Management Office - Sharjah Federal Court of First Instance - Civil - Office No (Office of the Head of Case Management No.3) in person or under the proxy of an accredited agent, submit a plea to the case attached with all documents within a period not exceeding ten days from publication date in Arabic and English languages to consider the case of the aforementioned number as the Defendant.
Judiciary Services Office - Nejooud Taleb Alamri
Issued on 31/5/2023

United Arab Emirates Ministry of Justice

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Notification to the Defendant by Publication
At the Case Management office - Sharjah Federal Court of First Instance - Civil
In Case No. SHCFICICOMS2023/0002959-Commercial
To the convict : Loris Piazzai
No address defined
Upon the request of the Plaintiff : Milines Daniela Pandres Perez
Address : Dubai - Al Thanya 1 - Tecom area, next to Dubai Internet City metro station, Al Shaafar Tower - Office No. 1007 Makani No1586677079. mahrous@almahrousadvocates.ae, Tel. 97151025208.
You are obliged to attend the session on 12/06/2023 before the Case Management Office - Sharjah Federal Court of First Instance - Civil - Office No (Office of the Head of Case Management No3) in person or under the proxy of an accredited agent, submit a plea to the case attached with all documents within a period not exceeding ten days from publication date in Arabic and English languages to consider the case of the aforementioned number as the Defendant.
Judiciary Services Office - Nejooud Taleb Alamri
Issued on 31/5/2023

United Arab Emirates Ministry of Justice

70392 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Notice for Publication for Executed Against
Sharjah Federal Court - Civil Execution Court
MD SAIKUL ISLAM MIRASHI ULLAH
Payment Notice in Case No SHCEXCICIVS2023/0002490 - Bounced Cheques
TO : The Convicted : IMD SAIKUL ISLAM MIRASHI ULLAH
Whereas the attached judgment was issued against you in favor of the plaintiff/ executor MOHAMMAD MIRAZ UDDIN ABDUL GAFUR, in the aforementioned case above.
And since the aforementioned plaintiff has submitted an application to execute the aforementioned ruling, and has paid the specified fee for that, and since the ruling required for execution is as follows:
The grand total including fees and expenses: AED 56,450.00
Therefore, you are mandated to execute what was stated in the above-mentioned executive document within the period of (7) days from the date of your announcement of this notice.
In the event that you fail to do so, the court will take against you the measures of compulsory execution prescribed by law.
THE JUDGE
Ahmad Tahaat Abdulsadiq Mohammad (signed and stamped)
Sharjah Federal Court - Civil Execution Court

GOVERNMENT OF DUBAI DUBAI COURTS

70591 Date 1/6/2023 Issue No : 13863
Dubai Courts of First Instance
PUBLICATION NOTICE
Case No. 42/2023/2327 - Commercial

Deliberated at 3rd Case Management Department No. 402
Case Subject : To cancel the contract between the claimant and the defendant and oblige the defendant to pay back AED 175,000 (One hundred and seventy five thousand dirhams) received by him from the claimant and oblige him to pay the fees, expenses and lawyer's fees.
Claimant : SANDEEP PAPPY GEORGE
Address: Emirates, Musalla Area, Zahra Street- Clock Roundabout, Clock Tower (Dafco) 8th floor, office 805971509172029
Party to be notified: ALSADHAD HASSAN ALI
Notice Subject : The plaintiff filed a case against you and its subject matter to cancel the contract between the claimant and the defendant and oblige the defendant to pay back AED 175,000 (One hundred and seventy five thousand dirhams) received by him from the claimant and oblige him to pay the fees, expenses and lawyer's fees. And a session was set for her on Monday, corresponding to 05-06-2023 at 09:00 am at Remote Litigation Hall & DESC, BUILDING therefore, you are required to attend or your legal representative and you must present your notes or documents to the court at least three days before the session.
Prepared by Yasser Muhammad Al Marzouqi
Date of approval 29-05-2023, at 12:32:29

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



•• ابوظبي-الفجر:
شارك الأرشيف والمكتبة الوطنية بالندوة الفكرية التي نظمتها الاتحاد العربي للمكتبات والمعلومات وبالتعاون مع الأرشيف الوطني التونسي بعنوان: "السياسة الوطنية لإدارة الوثائق والأرشيف في ظل التحولات الرقمية" في تونس، وبحث وفد الأرشيف والمكتبة الوطنية مع سعادة الهادي جلاب مدير عام الأرشيف الوطني التونسي سبل التعاون المشترك في مجال إدارة الوثائق والأرشيف، وقد ثمن سعادته دور الأرشيف والمكتبة الوطنية في الحفاظ على تاريخ وتراث الإمارات والخليج العربي.

حاضر في تجربة الإمارات المميزة في إدارة الوثائق والأرشيف

الأرشيف والمكتبة الوطنية يشاركون في ندوة متخصصة في تونس ويزور الأرشيف الوطني التونسي



والأرشيف، وقد ثمن سعادته دور الأرشيف والمكتبة الوطنية في الحفاظ على تاريخ وتراث الإمارات والخليج العربي، وأبدى إعجابيه بتجربة الأرشيف والمكتبة الوطنية المميزة التي تعد من أهم وأبرز التجارب العربية في مجال الأرشيف والتوثيق والحرص على ذاكرة الوطن لما لها من أهمية في استشراف المستقبل عبر استكشاف الماضي وأحداثه. وأشاد وفد الأرشيف والمكتبة الوطنية بالدور الذي يؤديه الأرشيف الوطني التونسي، وبشراء ندوة "السياسة الوطنية لإدارة الوثائق والأرشيف في ظل التحولات الرقمية" التي تطرقت لمحاورة مهمة أبرزها: الوثائق والأرشيف كعناصر للحكومة والتنمية الشاملة، ومراكز الأرشيف والأرشيف لإدارة الوثائق والأرشيف، والأسس التشريعية والتنظيمية لإزاء التحولات الرقمية، إلى جانب أوراق أخرى تبحث في الجوانب اللوجستية والفنية وكيفية الانتقال من نظم تقليدية إلى أخرى إلكترونية، وقد شارك في تسليط الضوء على هذه المحاور عدد من الباحثين والأكاديميين وكبار الخبراء والمختصين في مجال الأرشيف من تونس ومن دول عربية أخرى.

لعب الأرشيف والمكتبة الوطنية دوراً مهماً في نشر الوعي الثقافي والمجتمعي بأهمية الوثيقة التاريخية بمختلف أنواعها، إضافة إلى إتاحتها مجالات البحث أمام الراغبين في الاستفادة من المادة المعلوماتية التي يكتنونها، مع إتاحة المعلومة الموثقة لتخذي القرار بالدولة، وسلط المحاضر الضوء على الطرق التي اعتمدها الأرشيف والمكتبة الوطنية في خطته التي اتبعتها في تنظيم أرشيفات الدولة، مشيراً إلى أهمية إنشائه مركز الحفظ والترميم، وما فيه من تقنيات متطورة جداً في مجال حفظ الوثائق التاريخية، وأجهزة حديثة وخبرات وكفاءات قادرة على معالجتها وترميمها للحفاظ عليها من التلف. واغتنم الدكتور هزاع النقيب رئيس قسم الأرشيفات الحكومية، والدكتور سعيد الغيثي رئيس وحدة تطوير الأرشيف الحكومي زيارتهم إلى تونس، حيث زارا مقر الأرشيف الوطني التونسي، وتقنوا إدارته وأقسامه، وأطلعوا على تجربته في الحفاظ على الوثائق التاريخية التي تعد مكوناً رئيسياً وعنصر قوة للدولة والمجتمع، والتقى سعادة الهادي جلاب مدير عام الأرشيف الوطني التونسي، وبحثا معه سبل التعاون المشترك في مجال إدارة الوثائق

وقد أشرف الأرشيف والمكتبة الوطنية الندوة بمحاضرة قدمها الدكتور هزاع النقيب رئيس قسم الأرشيفات الحكومية، حول التجربة المميزة لدولة الإمارات العربية المتحدة في إدارة الوثائق والأرشيف



في ختام التصفيات النهائية للدورة السابعة

نجم الدين بازل بطلاً لتحدي القراءة العربي في جيبوتي

• 24.8 مليون طالب وطالبة من 46 دولة حول العالم شاركوا في منافسات الدورة السابعة

• الدورة السابعة من تحدي القراءة العربي تشهد مشاركة 188 ألف مدرسة و150 ألف مشرف قراءة



من تحدي القراءة العربي.. من جانبها، أكدت سارة النعمي مدير مكتب مؤسسة "مبادرات محمد بن راشد آل مكتوم العالمية": "أن تفاعل طلاب وطالبات جمهورية جيبوتي الشقيقة مع تحدي القراءة العربي يؤكد الاهتمام الكبير الذي تحظى به اللغة العربية في البلاد، كما يترجم الجهود الكبيرة التي تبذلها وزارة التربية الوطنية والتكوين المهني في جمهورية جيبوتي، بالتعاون مع جميع الهيئات والؤسسات الوطنية، وقد وجدنا كل الدعم والتعاون لإنجاح هذه المنافسات على المستوى الوطني، وسنا خلال التصفيات مستويات ممتازة لدى الطلبة من حيث التحصيل المعرفي، وكفاءة في التعبير عن محتوى الكتب المقروءة بلغة عربية عالية المستوى، وتوجهت النعمي بالتهنئة إلى الفائزين في منافسات الدورة السابعة على المستوى الوطني في جيبوتي وأولياء أمورهم، كما هنأت جميع المدارس المشاركة والمشرفين والشرفات الذين بذلوا الوقت والجهد لتحقيق هذا النجاح، مؤكدة أن مؤسسة "مبادرات محمد بن راشد آل مكتوم العالمية" ستواصل التعاون الوثيق



تتوج تحدي القراءة العربي في دورته السابعة، الطالب نجم الدين بازل بطلاً على مستوى جمهورية جيبوتي من بين المشاركين في المبادرة القرائية الأكبر من نوعها عالمياً باللغة العربية، وأعلن فوز نجم الدين بازل، طالب الصف السابع من المدرسة السعودية باللقب، خلال الحفل الختامي الذي نظم برعاية المدرسة السعودية في جيبوتي، كما جرى خلال الحفل تتويج الطالب عبد الله ياسين عمر من الصف الأول الثانوي في مدرسة الإمام الشافعي عن فئة أصحاب الهمم، واختارت لجان التحكيم نجم الدين بازل بطلاً لتحدي القراءة العربي على مستوى جيبوتي، بعد منافسة بين عشرة أوائل على المستوى الوطني، وضمت القائمة إضافة إلى الفائز كلاً من، نصري ياسين عثمان من الصف الثالث الثانوي في المعهد الإسلامي، وخضيرة محمد علي من الصف الثالث الثانوي في مدرسة الاتحاد، وأيهم عبدالرحمن حمود من الصف الثامن في مدرسة مركز تاجورة، ومعاد أكسل سرك من الصف الحادي عشر في المدرسة السعودية، ومودة علي عبيدي

مع جمهورية جيبوتي. وحقت الدورة السابعة من تحدي القراءة العربي أرقاماً قياسية تمثلت بمشاركة 24.8 مليون طالب وطالبة من 46 دولة حول العالم، فيما بلغ عدد المدارس المشاركة أكثر من 188 ألف مدرسة، إضافة إلى 150 ألف مشرف قراءة. ويهدف تحدي القراءة العربي الذي تنظمه مؤسسة "مبادرات محمد بن راشد آل مكتوم العالمية" إلى تعزيز أهمية القراءة لدى الطلبة المشاركين على مستوى الوطن العربي

وأضاف الغامدي: "تقدم بالشكر إلى مؤسسة مبادرات محمد بن راشد آل مكتوم العالمية، لتنظيمها هذه الظاهرة الثقافية المهمة، ولدورها المؤثر في تعزيز مكانة اللغة العربية، وتشجيعها الدائم على القراءة والتحصيل المعرفي، وإلى كل من ساهم في نجاح هذه التصفيات وصولاً إلى حفل التتويج، كما تتوجه بالتهنئة إلى جميع الفائزين في الدورة السابعة على مستوى جمهورية جيبوتي، وتتطلع إلى توسيع مشاركتنا في الدورات المقبلة

تحت شعار (شركاء في صنع الشخصية المبدعة)

مؤسسة ربع قرن تُطلق جائزة الإبداع المسرحي

والتعبير، وذلك وفقاً للشروط الخاصة بكل فرع من فروع الجائزة، والتي سيتم الإعلان عن تفاصيلها خلال موعد إطلاق الجائزة، وتوجه مؤسسة ربع قرن دعوة للمنتسبين الراغبين في المشاركة، متابعة المواقع الإلكترونية لمؤسساتها، وصفحاتها الرسمية في مواقع التواصل الاجتماعي، للتعرف على كافة تفاصيل الجائزة وشروط المشاركة فيها.

المشاهد بأشكال مسرحية مختلفة، تمهيداً لإنتاج هذه النصوص مرة أخرى وفق ضوابط منهجية احترافية تتواءم مع انطباعات المنتسبين. وتتيح ربع قرن للأطفال والناشئة والفتيات والشباب من منتسبي مؤسساتها، فرصة المشاركة في فروع الجائزة الأربعة التي تتضمن: المشاهدة والتدقيق، القراءة والتحليل، الأداء والحضور، إضافة إلى الكتابة

المسرحية والمعرفة الدائرية لمنتسبي مؤسساتها وقياس معارفهم، وتمكينهم من إبداء الرأي والتعبير عن رؤاهم في الأعمال المسرحية التي قدمها أقرانهم بعد التدريب على المهارات المختلفة في مجال المسرح وفنون العرض، وذلك من خلال مشاهدة الأعمال المسرحية وقراءة النصوص المسرحية وكتابة أفكارهم كنصوص مسرحية وأداء بعض

الضربية في مختلف أشكال الفنون المسرحية، وتستهدف منتسبي مؤسساتها "أطفال الشارقة، ناشئة الشارقة، سجايا فتيات الشارقة والشارقة لتطوير القدرات - تطوير" في الأعمار من 6 إلى 31 عاماً. وتقام الجائزة تحت شعار "شركاء في صنع الشخصية المبدعة، سعياً من مؤسسة ربع قرن لتعزيز مفهوم الثقافة

•• الشارقة-الفجر:
ضمن مشروعها التكاملي في المسرح وفنون العرض 2023، تطلق مؤسسة ربع قرن لصناعة القادة والمبتكرين، اليوم الخميس 1 يونيو، مسابقة إبداعية بعنوان "جائزة الإبداع المسرحي"، وذلك في إطار حرصها على ترويج الإبداعات



منوعات

الفكر

27

(شيكاغو) هو أحد أحلامي التي تحققت

ميرفا القاضي: التمثيل والغناء بالنسبة لي مكملان لبعضهما

حضرت الفنانة ميرفا القاضي في أعمال حققت نجاحاً لافتاً هذه السنة. فبعد تألقها في مسلسل (الثمن) و(سفر برلك)، فاجأت الجميع بعملها الاستعراضي (شيكاغو بالعربي) الذي لاقى نجاحاً باهراً والذي حققت من خلاله أحد أحلامها بحيث جمعت بين التمثيل والرقص والغناء في عمل واحد.

القاضي تحدّثت في هذا الحوار عن مشاركتها في هذه الأعمال الثلاثة ومواضيع أخرى في هذا الحوار:

- كيف تتحدثين عن ظهورك في مسلسل (الثمن) الذين اعتبره البعض مفاجئاً؟
- هذا صحيح، وأنا لم أعلن عنه سابقاً، وكان هذا الأمر مقصوداً لأنني بدأت بالظهور في السلسل في الحلقة 61، أي بعد انتهاء شهر رمضان.
- وهل تترين أن الظهور بهذه الطريقة يكون صداه أفضل؟
- يمكن القول إنني شاركت في الجزء الثاني من مسلسل (الثمن) الذي توقف عرضه قبل حلول شهر رمضان ثم استكمل عقب انتهائه، ولم أجد أن هناك ضرورة لأعلن عن مشاركتي فيه لأنني لم أظهر قبل الحلقة 61.
- لا شك في أن مشاركتك حرّكت الأحداث لأن الملل كان قد بدأ يتسرّب إلى الناس؟
- مسلسل (الثمن) حقق نجاحاً كبيراً والناس أحبه كثيراً.
- هذا صحيح، ولكن الملل هو من نصيب كل الأعمال الطويلة؟
- هذا أمر طبيعي وهناك حاجة دائمة لتحريك الأحداث في أي عمل وإيجاد نوع من الإثارة والتشويق.
- وكيف تتحدثين عن مشاركتك في مسلسل (سفر برلك)؟
- العمل كان أكثر من رائع وحققت نجاحاً باهراً وشارك في بطولته أربعة نجوم ويتناول فترة الاحتلال العثماني لبلاد الشام. العمل مليء بالأحداث، ولعبت فيه دور الجاسوسة البريطانية سارة أرونسون وهي شخصية كانت موجودة في التاريخ، بينما جسّد عابد فهد دور جمال باشا.
- هل يمكن القول إن شكلك يفرضك أحياناً في أدوار معينة؟
- نحن لا نشبه بعضنا البعض، وكل منا يتميز بشكل معين. نحن نتخيّل كل ممثل في أدوار معينة، وهذا أمر طبيعي، ولكن يُفترض به أن يلعب كل الأدوار.
- ولكن شكلك يساعدك في لعب دور المرأة الأجنبية كما في مسلسل (سفر برلك). ومن يبحث عن ممثلة بمواصفات أجنبية، فلا شك أنه سيفكر فيك فوراً؟
- لم أقدم دور امرأة أجنبية إلا في مسلسل (سفر برلك).
- هل تابعت أعمال هذه السنة، خصوصاً أن المنافسة كانت قوية جداً؟
- كلا، لم أتمكن من متابعة أي عمل بسبب انشغالي بحفلاتي الكثيرة، ثم سافرت إلى تركيا ومن بعدها إلى البحرين، وبعدها بدأت بالتحضير لمسرحية (شيكاغو بالعربي).
- وتحاولين إيجاد نوع من التوازن بين الغناء والتمثيل، فهل يمكن القول إن التمثيل هو مهنتك الأساسية والغناء هو مجرد هواية؟
- كلا، لأن الأولوية عندي هي للاستعراض والموسيقى، والتمثيل والغناء عندي مكملان لبعضهما.
- لكن الجمهور يبرهك أكثر كممثلة؟
- هذا صحيح.
- الجمهور يعرفني أكثر كممثلة حتى الآن.
- هل يمكن أن يتغير هذا الوضع بعد (شيكاغو بالعربي)؟
- لا أعرف، فأنا فنانة، والفن يضم كل شيء، الغناء والتمثيل والاستعراض. وموهبة الاستعراض تمكنني من الجمع بين الغناء والرقص والتمثيل، وأنا أقوم بها جميعاً.
- عندما نتحدث عن الاستعراض، نلاحظ أن كل الفنانين لديهم الحماسة لخوض التجربة، ولا سيما أنها تتطلب إمكانات مادية عالية جداً، فهل أنت محظوظة لأنك تمكّنت من خوض تجربة الاستعراض؟
- لا شك في أن الأعمال الاستعراضية تحتاج إلى ميزانيات ضخمة جداً، والطلب الكبير على (شيكاغو بالعربي) جعلنا نمدّ عرضها حيث تم بيع كل البطاقات.



رحاب الجمل تشارك في موسم عيد الأضحى بفيلم "مستر إكس والبيع"

تشارك الفنانة رحاب الجمل في بطولة فيلمين جديدين من إنتاج شركة "البيع" في موسم عيد الأضحى المقبل 2023، الأول هو "مستر إكس" مع أحمد فهمي، والذي انتهت من تصويره قبل عدة أشهر، والثاني "البيع" مع أمير كرارة والذي يتواصل تصوير مشاهدته الأخيرة حالياً، وتظهر فيه كضيفة شرف خلال عدد من المشاهد.

فيلم "مستر إكس" بطولة أحمد فهمي، هنا الزاهد، أوس، بيومي فؤاد، محمد أنور، محمود حافظ، رحاب الجمل، أمير شاهين، العمل قصة أماني التونسي، وفكرة محمد سويلم وفادي أبو السعود، إخراج أحمد عبد الوهاب وتدور أحداثه حول أحمد فهمي الذي يمتلك شركة يساعد من خلالها الرجال لكي يطلقون زوجاتهم، والحفاظة



عمر كمال: أغنيتي الجديدة "بيبي" لا تحتوي على ألفاظ خارجة

أكد المطرب عمر كمال أن أغنيته الجديدة "بيبي" التي يشارك فيها الغناء مع المطربة اللبنانية سارة الزكري لا تحتوي على أي ألفاظ خارج مثلما أشيع.

وقال في تصريح لليوم السابع "ملتزم أمام الجمهور ونقابة الموسيقيين بالحفاظ على الذوق العام، حتى وإن كانت المطربة اللبنانية جريئة في أغانيها لكنها ملتزمة معي".

وتابع عمر كمال قائلا "يا ريت اللي بيطلق تلك الشائعات أو الذي يكتب تلك الادعاءات الكاذبة التأكد".

ويطرح المطرب عمر كمال الديو الأسبوع المقبل والأغنية من توزيع إسلام شيبسي، وصور كمال وسارة الأغنية على طريقة الفيديو كليب في منطقة شبرامنت.

وانتهى عمر كمال أيضاً من تسجيل أغنية جديدة يقدمها ديو مع المطرب عبد الباسط حمودة، ويتعاون فيها الثنائي لأول مرة مع الشاعر أيمن بهجت قمر وأحسان محمد يحيى وتوزيع وسام عبد النعم، ومن المقرر تصويرها فيديو فيديو كليب خلال الأيام المقبلة لعرضها بعد الانتهاء من الإنتاج.



الفكر

مواد غذائية تفيد ميكروبيوم الأمعاء



الخليط، والمجموعة الثانية أكثر بقليل من 4/3 (ثلاثة أرباع) الملعقة، وأفراد المجموعة الثالثة 1.5 ملعقة في اليوم. وقد أظهرت النتائج بعد مضي أربعة أسابيع، زيادة كبيرة في تنوع بكتيريا الأمعاء بما فيها Ruminococcaceae وخاصة لدى أفراد المجموعتين الثانية والثالثة، الذين تناولوا جرعات متوسطة وكبيرة من الأعشاب والتوابل.

للباحثين، أن الأشخاص الذين تناولوا الفول السوداني كانت لديهم كمية كبيرة من بكتيريا Ruminococcaceae المفيدة. وبالإضافة إلى ذلك درس الباحثون تأثير خليط من الأعشاب والتوابل مثل القرفة والزنجبيل والكمون والكرم واكليل الجبل والريحان والزعتر في جسم المشتركين في الدراسة المعرضين لخطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وقد قسم الباحثون المتطوعين إلى ثلاث مجموعات، فأعطوا لأفراد المجموعة الأولى حوالي 8/1 (ثمان) ملعقة شاي من

كشفت علماء من جامعة بنسلفانيا الأمريكية قائمة بالمواد الغذائية والمنتجات المفيدة لميكروبيوم الأمعاء. وتشير مجلة Clinical Nutrition & The Journal of Nutrition إلى أن الباحثين درسوا تأثير تناول 28 غراما من الفول السوداني في مستعمرة بكتيريا بجسم الإنسان، مسؤولة عن عمليات التمثيل الغذائي في الكبد والاستجابة المناعية. وطلب الباحثون من أفراد المجموعة الضابطة تناول وجبة خفيفة من البسكويت والجن بدلا من الفول السوداني. استمرت هذه التجارب مدة ستة أسابيع. واتضح

شعور غير مريح في الفم يمكن أن يشير إلى المراحل المبكرة من مرض الزهايمر

ينتج جفاف الفم عن نقص اللعاب ويمكن أن يترك الأفراد مع "شعور غير مريح بالجفاف"، وفقا لجمعية الزهايمر، ويقترح الخبراء أن جفاف الفم قد يكون أحيانا مؤشرا مبكرا على مرض الزهايمر.

وهذا عادة ما يرجع إلى عدم شرب كمية كافية من الماء أو حالات مثل الإجهاد. ولكن في بعض الأحيان، قد يكون فقدان الناكرة المميز لمرض الزهايمر مسببا لنسيان الصابين بهذه الحالة شرب الماء.

ومن المعروف أن كبار السن يعانون من جفاف الفم في كثير من الأحيان. ويرجع هذا عادة إلى استخدام مجموعة من الأدوية، لكن المصابين بالزهايمر معرضون "لخطر أكبر" للإصابة بجفاف الفم لأنهم قد لا يشربون كمية كافية من الماء، كما توضح جمعية الزهايمر في شمال كارولينا وشمال فينلندا.

وخلال المراحل المبكرة من أي شكل من أشكال الخرف، يمكن أن يصبح تذكر المهام البسيطة أمرا صعبا بشكل متزايد، بما في ذلك شرب الماء.

ونتيجة لذلك، فإن فقدان الذاكرة المبكر هذا يمكن أن يجعلهم أكثر عرضة لجفاف الفم. وقال ريموند داسيلو، مدير العمليات في C-Care Health Services، "في المراحل الأولى، قد يكون

تذكر القيام بمهام بسيطة مثل شرب الماء تحديا بالنسبة للمصابين بالخرف، خاصة إذا لم يتم تشخيص الحالة بعد. وقللة الماء يمكن أن تسبب انخفاض إنتاج اللعاب، ما يؤدي إلى جفاف الفم"

وبالإضافة إلى نسيان الشرب، قد يعاني المصابون بمرض الزهايمر أيضا من التواصل أو إدراك أنهم عطشى.

وتوضح جمعية الزهايمر أن نتائج عدم شرب كمية كافية من الماء يمكن أن تجعل المصابين بالخرف أكثر عرضة للإصابة بالصداع والارتباك والتهابات المسالك البولية والإمساك.

وجفاف الفم ليس مشكلة صحة الفم الوحيدة التي يمكن أن تؤثر على المصابين بالخرف. ولأنهم قد ينسون ممارسات النظافة الأخرى، فقد ينتهي بهم الأمر بمشاكل في الفم.

وأضافت جمعية الزهايمر: "خلال المراحل المتوسطة والمتأخرة من مرض الزهايمر، قد تصبح صحة الفم أكثر صعوبة. وقد ينسى الشخص ما يجب فعله بمحجون الأسنان أو كفيشة شطفه، وقد يكون فقدان الشهية علامة على ألم الفم أو سوء تركيب أطقم الأسنان".

ووجدت إحدى الدراسات المنشورة في مجلة Dentistry Journal أن المصابين بمرض الزهايمر كانوا أكثر عرضة بنسبة 52% لفقدان الأسنان. ووفقا لهيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS)، تشمل الأعراض المبكرة لمرض الزهايمر نسيان المحادثات أو الأحداث الأحدث، بالإضافة إلى نسيان أسماء الأماكن والأشياء، وإيجاد صعوبة في التفكير في الكلمات الصحيحة، وطرح الأسئلة بشكل متكرر وصعوبة في اتخاذ القرارات وغيرها.



رجل يلتقط صورة لفتاة مع عمال يقطفون زهور (تيكولوت ورائونكولوس) العملاقة في كارلسباد، كاليفورنيا. (رويترز)

قرأت لك

البصل



كشفت العلماء أن تناول البصل بانتظام يؤدي الى تطور الملكة الفكرية لدى الإنسان فهو ينظف خلايا الدماغ ويجددها، ما يؤدي الى تحسين الذاكرة وإلى تغييرات عاطفية ايجابية.

وقد عرفت فوائد البصل منذ القدم، حيث يدخل في تركيبه مختلف الفيتامينات والعادن المفيدة. لذلك فهو من الخضار الأساسية في غذاء الإنسان، يساعد على التخلص من أمراض عديدة ويقوي المناعة. وتدخل في تركيب البصل مركبات كيريتية، تجدد عند وصولها الى الدم نشاط الدماغ من خلال تأثيرها على مناطق معينة فيه، وهذا التأثير يؤدي الى تحسين الذاكرة وظهور مزاج ايجابي لدى الإنسان. ويؤكد العلماء على أن ثلثي المواد المفيدة في البصل تبقى بعد معالجته حراريا. تحتوي أوراق البصل الخضراء على فيتامين سي وبيروتينات وسكريات.

سؤال وجواب

- من يُضرب به المثل في الخطاب؟
سحيان بن واثل.
- ما المقصود بالفقار؟
الخمر.
- من هي عميدة الأدب الإسباني في العصر الحديث؟
روسا تشانل
- من صاحب قصيدة البردة؟
كعب بن زهير.
- من صاحب قصيدة نهج البردة؟
- أحمد شوقي.
- كم يبلغ عدد أسماء الأسد في اللغة العربية؟
1500 اسم.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الحيوان الذي ينام ستة أشهر ويستيقظ ستة أشهر هو الفأر، فمعلوم أنه ينشط خلال فصل الصيف ليلاً نهاراً. وعند مجيء فصل الشتاء فإنه يأوي إلى مخبئه تحت الأرض حيث يبرد فيه حتى انقضاء فصل الشتاء.
- هل تعلم أن أسرع الحيوانات على الأرض هو الفهد وأسرع المخلوقات هو الصفر حيث تبلغ سرعته أثناء انقضاه على فريسته من الجو حوالي 360 كلم في الساعة.
- هل تعلم أن في العالم أكثر من 2000 نوع مختلف من الأفاعي، وأن منها من يصل طولها إلى 21 متراً وتسمى هذه الأفعى (الأنانكة) وهي تعيش في أميركا الجنوبية، وهناك حية هي الأقوى في العالم وهي أفعى (البوا المتفرسة) مع أن طولها لا يتجاوز 5 أمتار، وهي تعيش في أميركا الوسطى والجنوبية، وكذلك هناك أفعى الكوبرا الخطيرة والحية ذات الأجراس المسماة الظفر التي تعتبر أخطر الأفاعي السامة.
- هل تعلم أن استخدام الرادار لأول مرة كان في الحرب العالمية الثانية في العام 1939.
- هل تعلم أن خسوف القمر يعني أن يحتجب نور القمر خلف الشمس فلا يبدو أبداً.
- هل تعلم أن العالم الإسلامي الخوارزمي اشتهر بعلمه بالرياضيات وأنه وراء إيجاد عمليات الجذر ويعطي المعادلات الرياضية الأخرى وأنه هو مبتكر علم الجبر.
- هناك أكثر من 10 تريليون خلية حية في جسم الإنسان.
- السبب رقم 1 والرئيسي في التسبب بالعمى في الولايات المتحدة هو مرض السكري.
- الأشجار ليس لها متوسط عمر متوقع، ويمكن أن تعيش إلى أجل غير مسمى.
- أكثر من 500 نيزك تضرب الأرض كل عام.
- هل تعلم أن الراديو اكتشفه الفيزيائي الفرنسي بياركوري وزوجته البولونية ماري في عام 1898.
- هل تعلم أن الراديو اكتشفه الفيزيائي الفرنسي بياركوري وزوجته البولونية ماري في عام 1898.

قصة جحا المخادع

وقف جحا ذات مرة وسط السوق يدعو الناس حوله ثم علا صوته وهو يقول ايها الناس هل تعلمون ما سأقول لكم فرد الحاضرون كلا .. لا تعلم. فقال: اذا كنتم لا تعلمون فما فائدة الكلام ثم غادر المكان. وفي اليوم التالي حدث نفس ما حدث ثم سأهم السؤال نفسه فأجابوه نعم نعرف. فقال ما دتم تعلمون فما فائدة الكلام وتركهم وغادر وهم في حيرة واتفقوا بعد ذلك ان يجب نصفهم بنعم ونصفهم بلا.. وفي اليوم الثالث وقف جحا يسأل فأجابوه نصفهم نعم والنصف الآخر لا تعلم.. فقال جحا حسنا من يعلم يقول لن لا يعلم ثم غادر المكان وقد سخر من الجميع .. وفي المساء عند رجوعه لبيته وقف رجلان ضخما الجثة وقطعا عليه الطريق فسأله احدهم وقد اشهر في وجهه سكيناً: هل تعلم ما سأفعل بك فقال نعم اعلم.. ثم جره الاخر وهو يلوح بقبضته: وهل تعلم ما سأفعل بك: فقال: نعم اعلم.. ثم اردف وهو ينظر إلى كيس في يده وقال لكنكما لا تعلمون ماذا سأمنحكما.. انها اعلى هدية في حياتي.

اغمضا اعينكم وسأعد من واحد إلى 3 ثم افتحا اعينكم ومن يأخذه اولاً هو الفائز.. اطاعه الرجلان .. طمعا وأغلقا اعينهما .. بدأ جحا يعد من واحد إلى 3 وهو يتعد ثم القى الكيس وسطهما وفر هارباً فتعارك الأثنان حتى ادمايا بعضهما من يفتح الكيس ويأخذ ما فيه ثم قررا ان يتقاسما ما فيه، وعندما فتحا شلتهما المفاجأة فقد كان في الكيس نعل قديم ممزق، اغتاطا وامسك كل منهم بفرده من النعال يضرب بها صاحبه غيظا اما جحا فقد ارسل اليهما رساله بصوته العالي انه نعل ابي وراثته عند منن عشرين عاما.

مساحة للتلوين

