

عروض نارية وخصومات
كبرى في ختام فعاليات مهرجان
الشيخ زايد السبت المقبل

لورا خليل:

لا أهوى العمل
خارج إطار الغناء



مواد مسرطنة مخفية في بيئتنا تعمل

ص 23 على إثارة طفرات في جسم الإنسان



أكبر مجسم لهلال شهر رمضان في الفردقة

بدأت مدينة الفردقة المصرية الاستعدادات والاحتفالات بقدوم شهر رمضان بوضع مجسمات عملاقة لمشاركة الصائمين فرحة الشهر الكريم. و دشنت المدينة مجسماً عملاقاً لهلال شهر رمضان، في أكبر شارع سياحي فيها بالإضافة إلى مجسم آخر لأكبر فانوس مضئ، لتتهنئ الشعب المصري والأمة الإسلامية بالشهر الكريم. ويضم المجسم الهلال العملاق أسماء الله الحسنى عليه، وجملة "رمضان كريم". ويبلغ طول الهلال أكثر من 5 أمتار، وصنع من الحديد والبلاستيك و بلون ذهبي. ومن جهة أخرى تستعد المدينة لإعداد أكبر مائدة إفطار جماعي في خيمة رمضان بمشاركة أكثر من 15 شيفاً لإفطار أكثر من 2000 صائم.

السلطات الجزائرية تُقرج عن أفلام «محظورة»

رفعت السلطات الجزائرية يدها عن عرض فيلم تاريخي طويل حول حياة المقاوم والمناضل الجزائري العربي بن مهيدي، وابتنظار عرض فيلم آخر قريباً ظل في الأدرج لما يزيد على عقدين من الزمن؛ بسبب تضمنه مشاهد تنتقد السلطة خلال ما يسمى بـ "العشرية السوداء". ومنذ سنوات، خاض المخرج بشير درايس معركة من أجل الإفراج عن فيلم يروي حياة بن مهيدي، الذي تولى إنتاجه وإخراجه، قبل أن يتمكن أخيراً من رؤية العرض الشريعي للفيلم الروائي الطويل في قاعة أوبرا الجزائر بالعاصمة. وتزامن عرض الفيلم مع الذكرى 67 لـ مقتل البطل الجزائري على يد القوات الفرنسية، بعد انتظار دام أشهر، عقب التوصل إلى الاتفاق حول مضمون سيناريو العمل السينمائي الشوري. وعبر المخرج درايس، في تدوينه عبر موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك" أمس الأول الثلاثاء عن مخاوفه من احتمال تأثير العرض، الذي دام قرابة ساعتين في "أوبرا" الجزائر، على جودة الفيلم. وقال إن "هذه المؤسسة كانت مخصصة في البداية للفنون الغنائية، لا تتوفر على المرافق اللازمة للبت السينمائي، ومع ذلك، أظهر فريق المركز الوطني لسينما في الجزائر براعة ملحوظة من خلال تمكنه من تقديم جلسة عرض مُرضية"،

الكبد عضو حيوي له العديد من الآليات، وينتج هذا الأخير بشكل خاص البروتينات التي تساهم في تخثر الدم أو تخليص الدم من المواد السامة، كما يرتبط هذا العضو الحيوي مباشرة بالجهاز الهضمي، وينتج الصفراء اللازمة لهضم الدهون، ويخزن الجلوكوز والفيتامينات والمعادن الناتجة عن عملية الهضم. لذلك، عندما يواجه الكبد صعوبة في أداء وظائفه، يمكن أن تظهر العديد من الأمراض.

للعناية بالكبد وتعزيز وظائفه الحيوية المتعددة، ينصح طبيب الجهاز الهضمي جوزيف سلهب، في فيديو له على "تيك توك" بتناول بعض المشروبات لبء اليوم بشكل جيد.

صحة الكبد: ابدئي يومك بـ3 مشروبات وفق طبيب جهاز هضمي

الكثير من الدهون في الكبد، وهي حالة شائعة خاصة عند الأشخاص المصابين بالسكري والذين يعانون من زيادة الوزن. وعادة لا يُسبب الكبد الدهني أية أعراض، إلا أنه يؤدي إلى مشاكل صحية كبيرة، لذلك يعتبر إجراء تغييرات على نمط حياتك أمراً ضرورياً لمنع الحالة وتحسينها. وقد أصبح الكبد الدهني أكثر شيوعاً نتيجة تناول الناس المزيد من السكريات والدهون المضافة، والأشخاص الذين يعانون من السمنة أو مرض السكري من النوع 2 هم أكثر عرضة للإصابة بمرض الكبد الدهني، بينما يصيب حوالي 75% من الأشخاص الذين يحملون وزناً زائداً و90% من الأشخاص الذين يعانون من السمنة المفرطة.

مادة الكافيين، ولكن أقل من القهوة"، ولهذا السبب يمكن أن يحلا محل هذا المشروب الذي تتناوله في بداية اليوم. العصائر الطبيعية لكبد صحي يسلم الدكتور سلهب الضوء على فائدة العصائر المصنوعة من الخضار أو الفواكه للحفاظ على صحة الكبد، قائلاً: "الخضروات الورقية الخضراء مثل الكرفس والسبانخ والقرنبيط وحتى بعض الفواكه مثل التفوت يمكن أن تحتوي أيضاً على الكثير من مضادات الأكسدة". وعلى عكس المشروبين الآخرين الموصى بهما، يشير د. سلهب إلى أن "العصير لا يحتوي على الكافيين، ولكنه يمكن أن يكون لذيذاً جداً مع المكونات الصحيحة"، وفي الواقع، توجد المئات من مجموعات العصائر لإرضاء أكبر عدد ممكن من الأشخاص ولحماية صحة الكبد.

مشروبات يُفضل تناولها في الصباح للعناية بالكبد يوصي الدكتور سلهب بتناول 3 مشروبات لبء اليوم بشكل جيد وحماية الكبد: فهو يقدم بدائل للقهوة، والتي يمكن أن تعطي دفعة صباحية بالإضافة إلى الاهتمام بصحة الكبد، وهي:

الشاي الأخضر لمضادات الأكسدة ينصح الطبيب أولاً بشرب الشاي الأخضر، الذي يحتوي على كمية عالية من مضادات الأكسدة والفلافونويدات التي تسمى الكاتيكين، بالإضافة إلى خصائصها المضادة للأكسدة، فإن الكاتيكين الموجود بكميات كبيرة في الشاي الأخضر له تأثيرات وقائية ضد مرض السكري، الوزن الزائد وهشاشة العظام. ويخلص الدكتور سلهب إلى أن "هناك بعض الأدلة على أن الشاي الأخضر مفيد جداً للكبد، خاصة في حالات الكبد الدهني".

يتميز التمسك الدهني الكبد، أو مرض الكبد الدهني، بتراكم الدهون في الكبد، ويمكن أن يتطور إلى تلف الكبد إذا ترك دون علاج.

شاي الماتشا أفضل بديل للقهوة ووفقاً للدكتور سلهب، فإن شاي الماتشا سيكون أيضاً بديلاً جيداً للقهوة للعناية بالكبد "الماتشا يشبه إلى حد كبير الشاي الأخضر، لكنه مركز للغاية؛ لأنه مصنوع من نوع مختلف من الشاي الأخضر الذي قد يحتوي على مضادات أكسدة أكثر من مستحضر الشاي الأخضر العادي"، يوضح طبيب الجهاز الهضمي. وبالإضافة إلى فوائده الصحية العديدة، فإن شاي الماتشا فعال في العناية بصحة الكبد، ويضيف أن الشاي الأخضر وشاي الماتشا "يحتويان على

علاج مرض الكبد الدهني

الكبد هو العضو الرئيسي في الجسم لمعالجة المواد الغذائية والفضلات. ويحتوي الكبد الصحي على القليل جداً من الدهون أو لا يحتوي عليها على الإطلاق، فإذا كنت تأكلين الكثير من الطعام، فإن جسمك يتعامل مع هذا الزائد عن طريق تحويل بعض السرعات الحرارية إلى دهون، ثم يتم تخزين هذه الدهون في خلايا الكبد. عندما تشكل الدهون أكثر من 5% إلى 10% من إجمالي وزن الكبد، فهذا يعني أنك مصابة بالكبد الدهني. فما هو؟ وهل يمكن علاجه؟

ما هو الكبد الدهني؟

الكبد الدهني هو حالة صحية تحدث عندما يكون هناك

أعراض مرض الكبد الدهني

مرض الكبد الدهني عادة لا يسبب أعراضاً، فالأشخاص الذين يعانون منه قد يشعرون بالآتي: -التعب أو بالتوكل بشكل عام؛ -ألم في الجزء العلوي الأيمن من البطن. تشمل العلامات التي تشير إلى احتمال إصابتك بمرض الكبد الدهني الأكثر خطورة، ما يلي: -اصفرار العيون والجلد (اليرقان)؛ -الكدمات؛ -البطن المتضخم؛ -تقيؤ دم؛ -حكة في الجلد؛ -البراز الأسود؛ -البول الداكن.

تحذير من زيوت في مستحضرات العناية بالشفاة

حذرت مجلة "Instyle" من استعمال مستحضرات العناية بالشفاة المحتوية على مواد فعالة تقوم على أساس الزيوت المعدنية، لخطورتها على الصحة.

وأوضحت المجلة أن "الزيوت المعدنية الهيدروكربونية العطرية" المعروفة اختصاراً بـ MOAH يمكن أن تسبب في تغير المادة الوراثية للخلايا البشرية، كما أنها ترفع خطر الإصابة بالسرطان.

وأضافت أن "الهيدروكربونات المشبعة بالزيوت المعدنية" المعروفة اختصاراً بـ Mosh يمكن أن تتراكم في الجسم، مشيرة إلى أنه لم تتحدد العواقب الصحية المترتبة على ذلك على وجه الدقة، غير أنه تدور حولها شبهات التسبب في تضخم الكبد والطحال وتعزيز فرص الالتهابات والأورام في الكبد.

أظهرت دراسة جديدة أن النساء اللاتي يمارسن الرياضة بانتظام لديهن خطر أقل بكثير للوفاة المبكرة أو أمراض القلب والأوعية الدموية القاتلة مقارنة بالرجال الذين يمارسون الرياضة بانتظام، حتى عندما تبذل النساء جهداً أقل.

وتميل النساء، في المتوسط، إلى ممارسة التمارين الرياضية بشكل أقل من الرجال، لكن بحسب نتائج الدراسة يمكن أن يحصلن على المزيد من كل دقيقة من النشاط

المعتدل إلى القوي مقارنة بالرجال. ووفق "مديكال إكسبريس"، أجرى فريق البحث من معهد سميت للقلب في لوس أنجلوس تحليلاً لبيانات 412 ألف شخص أعمارهم بين 27 و61 عاماً، على مدى عقدين من الزمن، وأظهرت النتائج أن النساء

اللاتي مارسن

الرياضة بانتظام كن أقل احتمالاً للوفاة بنسبة

24% مقارنة بمن لا يفعلن ذلك. في المقابل، كان الرجال الذين يمارسون الرياضة بانتظام أقل عرضة للوفاة بنسبة 15%.

كما انخفض خطر الإصابة بنبوية قلبية مميئة أو سكتة دماغية أو غيرها من أمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة 36% لدى النساء، في حين انخفض خطر الإصابة لدى الرجال بنسبة 14%.



«الصقر الصغير» جديد

الطائرات بدون طيار الصينية

قالت مجلة «نيوزويك» الأمريكية، إن كبار صانعي الطائرات دون طيار في الجيش الصيني قاموا ببناء طائر آني جديد، يمكن له العمل عبر التطبيقات بعيدة المدى. وبحسب المجلة الأمريكية، أظهرت الصور التي بثتها الحوامة "الأورنيثووتر"، جسم طائر يعتمد على الأجنحة الخفافة، الملقب بـ "الصقر الصغير" وهو يطير خلال اختبار حديث في مدينة شيان، شمال غرب الصين، حيث وصفتها إحدى وسائل الإعلام الوطنية بأنها الطائرة بدون طيار الشبيهة بالطيور "الأكثر مرونة وحيوية" في أي مكان في العالم. وبحسب "نيوزويك"، أصبحت أدوات التحكم في الطيران الذكية للطائر الآلي ممكنة بفضل اختراع آلية ذراع تدوير جديدة، ما يسمح للطائرة دون طيار بطي جناحيها في نفس وقت التحليق، كما يمكنها أيضا الدوران عن طريق طي جناح واحد في كل مرة، وتمديدتهما لزيادة كفاءة الطاقة أثناء الطيران الشراعي.

ووأضافت المجلة الأمريكية، أن الطائرة تقلع وتهبط باستخدام أجنحتها المرفرفة، التي يمكن طيها مرة أخرى على جسم الطائرة لتسهيل الهبوط السريع، تماماً مثل "الغوص المستهدف" لطائر جارح. ولفتت إلى أن مثل هذه الطائرات ستكون مناسبة للاستطلاع والمراقبة وحتى مهام الضربات الدقيقة في العمليات الخاصة، علاوة على أن المظهر الجسدي النابض بالحياة للطائرة دون طيار سيضيف طبقة من التعقيد إلى محاولات العدو لاكتشافها بشكل فعال، بحسب خبير مشارك في تصنيعها.



فعاليات ومبادرات متنوعة تنظمها جامعة الإمارات خلال «شهر القراءة 2024»



على المدى البعيد في مسيرة التطوير والتنمية، والارتقاء بمنجزات الدولة إلى المستويات العالمية. وتنضمّن فعاليات الجامعة في شهر القراءة 2024، العديد من الجلسات الحوارية الهادفة إلى تعزيز التواصل بين فئات المجتمع عبر القراءة، مثل الجلسة الحوارية "الكتب التي ينبغي أن نقرأها للأطفال وأصحاب الهمم : الموضوعات، الأساليب، والأهداف".

ويشارك في الجلسة الدكتور أشرف مصطفى - محاضر بقسم التربية الخاصة ورعاية الموهوبين بكلية التربية، ومؤلفة قصص الأطفال الأستاذة نادية النجار، وكل من الأستاذة زينة مرهون، والأستاذة ملاك نواف من مؤسسة زايد العليا لأصحاب الهمم ، والأستاذ محمد عوض من مركز همم الجود للرعاية والتأهيل، والطالب غيث الغفلي من قسم التربية الخاصة، حيث تأتي هذه الفعالية من أجل تسليط الضوء على أهمية القراءة، ومناقشة الخطط والبرامج والاستراتيجيات المطروحة للطلبة من أصحاب الهمم، مواكبة الحدث وتنمية المهارات والقدرات لديهم في مجال القراءة.

كما ونظمت كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية محاضرة حول "استخدام حركات العين في العمليات المعرفية في القراءة" قدمها الأستاذ الدكتور كيفن باترسون- أستاذ علم النفس التجريبي وعميد كلية علم النفس وعلوم البصريات بجامعة ليستر البريطانية- تطرق فيها إلى طرق استخدام أجهزة تتبع العين لفهم العمليات الإدراكية المتعلقة بالقراءة، واستعرض الدراسات التي أجريت على لغات متعددة، بما في ذلك العربية والصينية والإنجليزية، لتحديد العمليات الإدراكية التي تعد عالمية، وكيفية الاستفادة من هذا النهج في فهم تطور التمكن اللغوي والقدرة على القراءة.

أطلقت جامعة الإمارات العربية المتحدة برنامج فعالياتها ومبادراتها لشهر القراءة، والتي تتماشى مع احتفاء دولة الإمارات في كل عام بالقراءة تنفيذاً لقرار مجلس الوزراء الذي حدّد شهر مارس شهراً وطنياً من كل عام للقراءة، بهدف تعزيز وزيادة الارتباط بالقراءة، وتكثيف المبادرات والبرامج المشجعة على القراءة.

وتشتمل فعاليات جامعة الإمارات في شهر القراءة 2024 على العديد من المحاضرات، والمسابقات، والندوات، والحوارات والمعارض، إضافة إلى زيارات ميدانية ثقافية يُشارك فيها طلاب الجامعة لكل من: طلاب المدارس وأولياء الأمور والموظفين، بهدف تسليط الضوء على أهمية القراءة في حياة الجميع، وتحفيزهم على المشاركة الفعّالة

•• العين - الفجر

ألعاب نارية مميزة بانتظار الزوار وسط تجمع ثقافي ترفيهي عالمي

عروض نارية وخصومات كبرى في ختام فعاليات مهرجان الشيخ زايد السبت المقبل

وفنون دول العالم في أجواء ترفيهية عالمية. وتقدم ساحات وأقسام المهرجان للزوار العديد من الفعاليات والأنشطة والبرامج الثقافية والتعليمية والترفيهية، والتي تناسب كافة الفئات العمرية، بالإضافة إلى فرصة للحصول على جوائز نقدية قيمة من خلال العديد من المسابقات، والتسوق من مجموعة كبيرة من المنتجات، بالإضافة إلى تجارب الطعام الجديدة في العديد من المطاعم المحلية والعالمية التي تلبّي طمعات جميع الأذواق في أجواء عائلية حضارية ثقافية ترفيهية.

يذكر أن مهرجان الشيخ زايد، يستقبل زواره يومياً وحتى تاريخ 9 مارس 2024، ابتداء من الساعة الرابعة مساءً وحتى 12 منتصف الليل خلال أيام الأسبوع وحتى 1 صباحاً خلال عطلة نهاية الأسبوع والعطلة الرسمية، ليمنحهم فرصة قضاء أوقات قيمة مع العائلة والأصدقاء في الهواء الطلق مع باقة كبيرة من الفعاليات والأنشطة والمسابقات المختلفة التي تناسب كافة الفئات العمرية.



من الفعاليات الثقافية والفنية والترفيهية التي تناسب كافة أفراد الأسرة، كما تقدم مجموعة كبيرة من المنتجات والمكونات الشعبية الخاصة بكل دولة لتمنح زوار المهرجان في ختام فعاليته تجربة لا مثيل لها في الاطلاع على ثقافات



من استعراض الحرف اليدوية الأصيلة عن ثقافة وتراث الإمارات الحريق لتمنح الزوار رحلة للماضي الذي يعقب بروج التراث الأصيل، للتعرف على التقاليد الموروثة الخاصة بنمط الحياة الاجتماعية القديمة، ويعيش الزوار

يختتم مهرجان الشيخ زايد، المقام بمنطقة الوثبة في العاصمة أبوظبي، فعالياتته وأنشطته لهذا الموسم -2023- 2024، السبت المقبل الموافق 9 مارس 2024، بفعاليات وعروض نارية مميزة ستضئ سماء المهرجان، بالإضافة لخصومات كبرى في كافة أجنحة وأقسام المهرجان، تمنح الزوار أجواء من السعادة والمتعة في ختام فعالياته وسط الأجواء الشتوية الرائعة.

ويحظى زوار المهرجان من المواطنين والقيمين والسائحين من شتى أنحاء العالم، في ختام فعاليات المهرجان بخصومات تصل حتى 75% على العديد من المنتجات والمأكولات والأنشطة والألعاب وغيرها الكثير في ساحات المهرجان من خلال حملة تحطيم الأسعار الممتدة حتى اليوم الأخير للمهرجان.

وسيكون الزوار على موعد مع عروض الألعاب النارية المميزة التي تنطلق في اليوم الختامي لتلّين سماء منطقة الوثبة للاحتفال بانتهاء

•• أبوظبي - الفجر

عونك يا وطن يطلق حملة «المير الرمضاني» بالتعاون مع الجهات والهيئات الحكومية والخاصة

بأمان وسلام بعيداً عن الأعباء المادية. وأكد من حم بأن الحملة تأتي في إطار التزام الفريق بمسؤولياته المجتمعية تجاه المجتمع، لتمكين الأسر المتعففة من متطلباتهم الأساسية وتلبية احتياجاتهم، تخفيف الأعباء المادية عن هذه الأسر، وإدخال البهجة في قلوبهم خلال الشهر الفضيل .

وأشار أحمد موسى المدير الإداري لفريق عونك ياوطن " بأن عملية توزيع المير الرمضاني شملت صنابير مخصصة، يحوي كل صندوق على كافة الاحتياجات الغذائية والاستهلاكية الأساسية التي تحتاجها الأسر في الشهر المبارك كالأرز والسكر والملح والزيت والدقيق والحليب والقمح والعدس وغيرها من المواد .

وأضاف أن المبادرة تستهدف شريحة مهمة تشارك في بناء الوطن، ومجموعات الأسر الأقل دخلاً ، وتأتي ضمن جهود الفريق لدعم الفئات الأقل دخلاً، وتجسيد قيم الجود وإطعام الطعام التي هي جزء أساسي من القيم الإماراتية العريقة.



التي ينفذها فريق عونك يا وطن سنوياً قبيل بدء شهر رمضان المبارك ويوفر من خلاله لعشرات الأسر المتعففة

بحضور اختصاصيين عالميين في مرض الباركنسون

تعاون تاريخي بين «مستشفى كينغز كوليدج لندن دبي» و «أصدقاء مرضى باركنسون» في الإمارات

أصحاب الهمم في شرطة دبي، وأصدقاء باركنسون الإمارات ومستشفى كينغز كوليدج لندن دبي. إن التزامكم الذي لا يتزعزع هو شهادة على قوة الوحدة في السعي لتحقيق مستقبل أفضل للمتضررين من مرضى الباركنسون .

وتابع: " دعونا نواصل معاً تمكين مجتمع الباركنسون والارتقاء به، وتشكيل طريق التعاطف والتسامح والابتكار من أجل غد أكثر إشراقاً. وأتمنى نجاحاً لا حدود له لهذه الجهود النبيلة، وبينما نشهد فجر حقبة جديدة في رعاية مرضى الباركنسون، دعونا نحمل شعلة الأمل والتقدم إلى الأمام. معاً، سنواصل قيادة التقدم الذي يتردد صدىه إلى ما هو أبعد من هذا المنتدى، ليصل إلى كل زاوية حيث يتم الشعور بتأثير مرض الباركنسون ."

وقال الشيخ راشد بن ناصر النعيمي: " لقد كانت المشاركة في منتدى الباركنسون تجربة عميقة، حيث شهدت تقارب الخبرات بقيادة متخصصي مرض الباركنسون، وكشف النقاب عن علاجات جديدة وإزاحة الستار عن منارة للمعرفة من خلال الكتاب الافتتاحي الذي يمثل نقلة نوعية، في تمكين هذه الوحدة في القوة التغلب على تحديات الباركنسون والدخول في مستقبل من الرعاية والفهم المبتكر، ومعاً نبدأ رحلة للتمكين والارتقاء، ليس فقط من خلال الكلمات، ولكن من خلال تحويلها لمرضى تُعد بإعادة تعريف سرد رعاية الباركنسون في مجتمعنا."

ويعد كتاب الإمارات الأول لمرض باركنسون، هو نتويع لسنوات من البحث والرعاية التي تركز على المرضى، ويتناول جوانب متنوعة، بما في ذلك إرشادات العلاج، وإدارة الأدوية، والتوصيات الغذائية، وأنظمة التمارين الرياضية، وأساليب البلع، واعتبارات القيادة، والتفاعل المعقد مع العلاقات، بما في ذلك العلاقات الجنسية الصحية.

وأراح الشيخ فيصل بن عبيد آل مكتوم والشيخ راشد بن ناصر النعيمي، الستار عن أول إصدار لكتاب إماراتي لمرض الباركنسون باللغتين العربية والإنجليزية، ويحمل عنوان "الباركنسون يتكشف في رمال الإمارات"، مقدمين النسخة الأولى إلى السيد عبد الرحمن مجان، أحد كبار المواطنين من مرضى الباركنسون والذي ظهر أيضاً على صفحة الغلاف للكتاب.

وتضمن الحدث عرضاً موسيقياً قدمته فرقة شرطة دبي، إلى جانب عرض سيارة شرطة دبي الخارقة أمام أصحاب الهمم المصابين بمرض باركنسون. كما أفضى الطلبة من مجلس سفراء الأمان في شرطة دبي روح شبابية إلى المناسبة.

وقال الشيخ فيصل بن عبيد آل مكتوم: " يعد هذا الحدث بمثابة منارة أمل، حيث يعرض التآزر بين التميز في الرعاية الصحية وتمكين المجتمع، مما يخلق تأثيراً تحويلياً لمرضى الباركنسون. أتقدم بجزيل الشكر إلى مجلس تمكين

تشونغ فاي، وغيرهم. وأدار المنتدى الدكتور فينود ميتا، استشاري طب الأعصاب في مستشفى كينغز كوليدج لندن دبي، وحذيفة إبراهيم، مؤسس ورئيس أصدقاء باركنسون الإمارات، وشهد المنتدى حضور ما يزيد عن 250 مشاركاً، بما في ذلك مرضى الباركنسون وعائلاتهم وأفراد المجتمع. كما حضر الحفل شخصيات بارزة مثل كيمبرلي بيرس، الرئيس التنفيذي لمستشفى كينغز كوليدج لندن دبي، والبروفيسور هاني بن عمرو. كما حضر أيضاً المهندس أحمد عبدالله مجان، وممثلون عن مجلس تمكين أصحاب الهمم بشرطة دبي.

ويمثل إصدار الكتاب الأول في الإمارات لمرضى الباركنسون، الذي يُعد نتاج تعاون تاريخي بين مستشفى كينغز كوليدج لندن دبي وأصدقاء باركنسون الإمارات، وذلك بقيادة فريق من المتخصصين بقيادة الدكتور فينود ميتا، والبروفيسور راي تشودري، والدكتور جاي تشونغ فاي، المتخصصين الزائرين في كينغز كوليدج لندن، علامة بارزة في رعاية مرضى الباركنسون في دولة الإمارات العربية المتحدة.

ويبدأ مركز باركنسون للتميز في علاج مرض الباركنسون في مستشفى كينغز كوليدج لندن دبي في عام 2020 بمرضى واحد، وهو يخدم الآن أكثر من 1000 مريض، مما يظهر الالتزام الذي لا يتزعزع لمتخصصي الرعاية الصحية على الرغم من التحديات الوبائية.

مجلس تمكين أصحاب الهمم بشرطة دبي، وبالتعاون مع "أصدقاء مرضى باركنسون في الإمارات العربية المتحدة"، ومستشفى كينغز كوليدج لندن دبي.

وضم المنتدى أخصائيين معروفين عالمياً في مرض الباركنسون من المملكة المتحدة وأوروبا، بما في ذلك الدكتور فينود ميتا، والبروفيسور راي تشودري، والدكتور جاي

تجاوز ملتقى باركنسون، الذي عُقد في نادي ضباط شرطة دبي، حدود التميز الطبي والمشاركة المجتمعية. حيث تم تنظيم هذه الحدث الرائد، الذي حضره الشيخ فيصل بن عبيد آل مكتوم، والشيخ راشد بن ناصر النعيمي، من قبل

•• دبي - الفجر



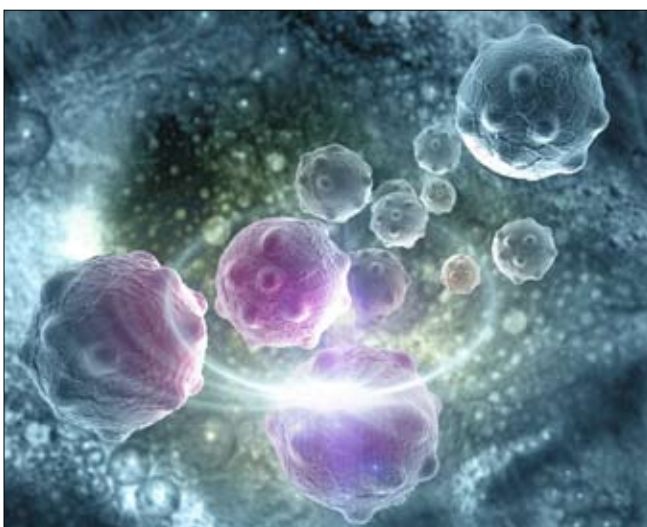
منوعات الفكر 23

يعرف السرطان بأنه مرض تنمو فيه بعض خلايا الجسم بشكل لا يمكن السيطرة عليه، ويمكن أن تنتشر إلى أجزاء أخرى من الجسم. وفي الواقع، هناك مئات من أنواع السرطان المختلفة، وأسبابها أكثر بكثير، منها ما هو معروف للعلماء، ومنها ما يزال تحت الدراسة أو لم يكتشف بعد.



قد تزيد من خطر الإصابة بالمرض دون أن ندرك ذلك

مواد مسرطنة مخفية في بيئتنا تعمل على إثارة طفرات في جسم الإنسان



ويقول الدكتور جون أورتل، كبير المديرين الطبيين في مراكز إيفيتا الطبية في سكوتسديل، أريزونا: "العوامل المسببة للسرطان، والمعروفة باسم المواد المسرطنة، يمكن أن تكون من أنواع وأشكال مختلفة، وتعمل على إثارة طفرات في جسم الإنسان تؤدي إلى تطور السرطان". وأوضح الطبيب أنه في حين أن بعض الأسباب، مثل استخدام التبغ والأشعة فوق البنفسجية، معروفة على نطاق واسع بأنها الضارة، إلا أن هناك العديد من المواد المسببة للسرطان المخفية في البيئة والتي لها نفس القدر من الضرر".

وقدم الطبيب قائمة ببعض هذه المواد المسرطنة المخفية ومصادرها وأنواع السرطان التي تسببها.

1. التبغ

تأتي هذه المادة المسرطنة من السجائر. وأشار أورتل إلى أن التبغ يمكن أن يسبب سرطان الفم والأنف والحنجرة والقصبة الهوائية والمريء والرئتين والمعدة والبنكرياس والكبد والكلى والحالب والمثانة والقولون والمستقيم وعنق الرحم، بالإضافة إلى سرطان الدم.

2. الكلورين العضوي

الكلورين العضوي عبارة عن مبيدات حشرية تم استخدامها في الزراعة حول العالم منذ طرحها في الأربعينيات من القرن العشرين، على الرغم من سميتها العالية. ومع أنها محظورة في دول عدة بسبب المخاطر الصحية، إلا أنها ما تزال تستخدم في بلدان أخرى. ويمكن أن تؤدي مركبات الكلور العضوية إلى الإصابة بسرطان الثدي والقولون والمستقيم والبنكرياس والبروستات والرئة والقم/البليوم والغدة الدرقية والغدة الكظرية والمراة، بالإضافة إلى سرطان الغدة الليمفاوية، وفقا لأورتل.

3. الهيدروكربون العطري متعدد الحلقات

الهيدروكربونات العطرية متعددة الحلقات (PAHs) هي مواد كيميائية موجودة في الفحم والنفط الخام

4. المركبات العضوية المتطايرة

المركبات العضوية المتطايرة (VOCs) هي مواد كيميائية تنبعث من خلال صناعة الدهانات والأدوية ومواد التبريد، من بين منتجات أخرى. كما أنها توجد في المذيبات الصناعية والوقود البترولي وعوامل التنظيف الجاف.

5. الأشعة فوق البنفسجية

وتصنف منظمة الصحة العالمية (WHO) الأشعة فوق البنفسجية الصادرة عن الشمس وأسرة التسمير على أنها مادة مسرطنة للإنسان.

ويمكن أن تسبب هذه الأشعة مجموعة متنوعة من سرطانات الجلد، بما في ذلك سرطان الخلايا القاعدية، وسرطان الخلايا الحرشفية، والورم الميلانيني.

6. الرادون

الرادون هو غاز مشع، وهو منتج ثانوي لليورانيوم أو الثوريوم أو الراديوم الذي يتحلل في الصخور والتربة والمياه الجوفية، وفقا لوكالة حماية البيئة.

وقال أورتل إنه عندما يتسرب غاز الرادون إلى المباني والمنازل، يمكن للناس استنشاقه، ما يزيد من خطر الإصابة بسرطان الدم، وسرطان الغدة الليمفاوية، وسرطان الجلد، وسرطان الغدة الدرقية، والأورام اللحمية المختلفة، وسرطان الرئة، وسرطان الثدي.

7. الأسبستوس

تم استخدام الأسبستوس تاريخيا، وهو عبارة عن ألياف معدنية موجودة في الصخور والتربة، في مواد البناء.



وعلى الرغم من حظر بعض الاستخدامات، إلا أنه ما يزال من الممكن العثور عليه في العزل، وأنواع الأسقف والجوانب، وبلاط أرضيات الفينيل، والأقمشة المقاومة للحرارة وبعض المواد الأخرى. وحذر أورتل من أن التعرض للأسبستوس يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بسرطان الرئة وورم الظهارة المتوسطة والجهاز الهضمي والقولون والمستقيم والحنجرة والكلى والمريء والمراة.

8. الكاديوم

يعرف الكاديوم بأنه "معدن أبيض ناعم ومرن ومزرق يوجد في خامات الزنك، وبدرجة أقل بكثير، في معدن الكاديوم الأخضر". وقال أورتل إن الكاديوم يمكن العثور عليه في الدهانات والبطاريات والمواد البلاستيكية. ويمكن أن يكون المعدن عاملا في الإصابة بسرطان الرئة والبروستات والبنكرياس والكلى.

9. الكروم

هناك نوعان من هذا المعدن النزر، أحدهما هو الكروم ثلاثي التكافؤ، وهو غير ضار بالبشر. والآخر، وهو الكروم سداسي التكافؤ، والذي يعتبر ساما. وتشمل مصادر الكروم الضار طلاء الكروم واللحام وديانة الجلود ومعادن الفيروكروم.

وتبين أن استنشاق الكروم، وهو مادة مسرطنة معروفة للإنسان، يسبب سرطان الرئة، خاصة لدى عمال الصلب.

10. النيكل

النيكل هو معدن ثقيل معروف بأنه مادة مسرطنة، ويوجد في الطلاء الكهربائي والدوائر والتشكيل الكهربائي والبطاريات. وتم ربط النيكل بزيادة خطر الإصابة بسرطان الرئة والأنف.



ارتداء سماعات الأذن قد يساعد على درء خطر الإصابة بالخرف

تشير الأبحاث إلى أن استخدام الأجهزة المساعدة على السمع يمكن أن يؤخر ظهور وتطور الخرف.

وقال الباحثون إن المزيد من العمل لفهم العلاقة بين فقدان السمع وخطر الإصابة بالخرف بشكل أفضل يعد أمرا مهما للغاية.

أبحاث أنزهايمر في المملكة المتحدة (ARUK)، إلى أن النتائج التي نشرت في مجلة JAMA Otolaryngology-Head & Neck Surgery. Neck Surgery. تصاف إلى "الأدلة المتزايدة على أن فقدان السمع يزيد من خطر الإصابة بالخرف". وتابع: "على الرغم من صعوبة كشف آثار استخدام المعينات السمعية، لأن الباحثين لا يستطيعون التأكد مما إذا كان الناس يستخدمونها باستمرار، إلا أن هناك أدلة قوية تشير إلى أن استخدامها يمكن أن يساعد في تقليل تأثير فقدان السمع على خطر الإصابة بالخرف".

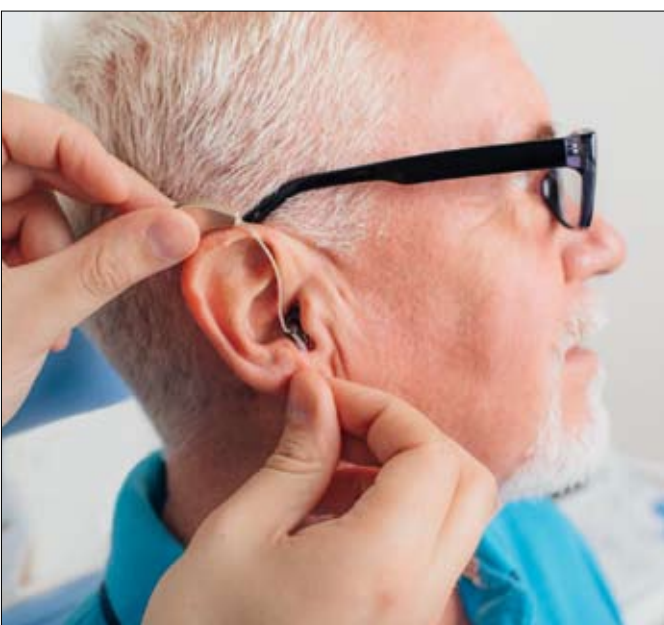
وشرح الدكتور مورسلين أن الخرف وفقدان السمع "ليسا جزءا لا مفر منه من الشيخوخة والتدخل المبكر أمر بالغ الأهمية".

وقالت الدكتورة سارة باويرميستر، الأستاذة المساعدة وكبيرة العلماء ومديرة البيانات الأولى في Dementias Platform UK بجامعة أكسفورد: "فقط من خلال استخدام مثل هذه الدراسات الطويلة الأمد والكبيرة يمكننا أن نبدأ حقا في التحقيق في هذه العلاقات السببية التي تظهر التغيير بمرور الوقت. نحن بحاجة إلى فهم الآليات البيولوجية للاختلاف، وما يزال من الممكن أن يكون ذلك بسبب عوامل مرتبطة، مثل العزلة الاجتماعية".

وشملت الدراسة التي أجراها أكاديميون دنماركيون 573088 شخصا من جنوب الدنمارك تتراوح أعمارهم بين 50 عاما وما فوق، وأجريت في الفترة ما بين يناير 2003 وديسمبر 2017. ووجد الفريق أن خطر الإصابة بالخرف ارتبط بفقدان السمع بنسبة 7%. ومع ذلك، فإن الذين يعانون من فقدان السمع ولم يستخدموا أدوات السمع كان لديهم خطر بنسبة 20%. مقارنة بـ 6% بين الذين يعانون من فقدان السمع واستخدموا الأجهزة. وقال الباحثون: "على الرغم من أن الأهمية السريرية لهذه النتائج ما تزال غير واضحة، فإن نتائج الدراسة تشير إلى أن علاج فقدان السمع باستخدام المساعدات السمعية قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بالخرف". وأضافوا أن هذا "يدعو إلى فهم أفضل للعلاقة بين فقدان السمع والخرف كخطوة حاسمة لتطوير استراتيجيات الوقاية".

وأوضح جيل ليفينغستون، أستاذ الطب النفسي لكبار السن في جامعة كوليدج لندن (UCL): "إن اتساق هذه الأدلة يعني أن هذا مهم للغاية في العالم الحقيقي. الوقاية أهم من العلاج والقدرة على السمع تعمل أيضا على تحسين الأداء ونوعية الحياة دون التأثيرات السامة التي قد تسببها الأدوية".

وشارت الدكتورة ليا مورسلين، رئيسة الأبحاث السريرية في مركز



محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ١٥٣١٠/٢٠٢٣/٢٥٢ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بقيمة (١٧٠٠٠) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى السلام - شقة ٣١٠٤ - الشيراتون - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- اول برakasam والاميدو جونساكاران جونساكاران - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان: قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١٥٥٠٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٥١٤٠٢٠٢٤/٢٥٢ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات الاسلامي بقيمة (١١٥٥٠) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى السلام - شقة ٣١٠٤ - الشيراتون - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- رضوان احمد كوتر احمد كوتر هاسمر - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان: قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١٣٣٠٦٠٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان بالنشر في الدعوى رقم:٢٠٢٤/٤٢/٦٥٢٢ تجاري المنظورة في: دائرة إدارة الدعوى الخامسة رقم ٤٠٤ موضوع الدعوى : دعوى يطلب الزام المدعي عليها بأن يؤديا للمدعي مبلغ وقدره (٧٢٠,٠٠٠) درهم اثبتن ويسمون الف درهم والقائده القانونيه بواقع ١٦ ٪ من تاريخ الاستحقاق في ٢٠١٧/١١/٢٦ وحتى تمام السداد . المدعي: محمد صلاح الدين الخوجا عنوانه: الامارات - اماره دبي - الكرامة - برمني - شارع فؤاد عبيد الرحيم موسى - صفته: مدعي عليه ٥٠٦ - جامع الوصل - ٥٣٣٥٧٠٤٤ - ويمثله: أحمد الحاج خادم بطي الميدورا الجعري المطلوب اعلانه: ١- جميل فؤاد عبيد الرحيم موسى - صفته: مدعي عليه موضوع الاعلان: قد اقام عليك الدعوى وموضوعها دعوى يطلب الزام المدعي عليها بأن يؤديا للمدعي مبلغ وقدره (٧٢٠,٠٠٠) درهم اثبتن ويسمون الف درهم والقائده القانونيه بواقع ٩ ٪ من تاريخ الاستحقاق في ٢٠١٧/١١/٢٦ وحتى تمام السداد - وحددت لها جلسة يوم الاربعاء الموافق ٢٠٢٤/٣/١٣ الساعة ٩,٠٠ ص. في قاعة التقاضي عن بعد لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل. رئيس القسم	محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٠١٩/٢٠٢٧/١٥٢٢ تنفيذ تجاري المنظورة في: دائرة التنفيذ الحادية عشر رقم ٦٩٦ موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١٨/١٠٠٨ تجاري كالي ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٥٩٦٣٥٦١) درهم) شامل للرسوم والمصاريف . طالب التنفيذ : بنك الاستثمار ش.م.ع عنوانه: الامارات - اماره الشارقة - بجوار بنك دبي الاسلامي - مقابل جامع الملك فيصل - ملك البنك - ٥٨٧٣٨٣٨ المطلوب اعلانه: ١- شركة سي بي دي ميدل ايست د.م.م - ٢- عصام خليل دهمشش ٣- شركة كونسوليديتد بيركت ديفلومنت د.م.م - صفته:م: منفذ ضدهم موضوع الاعلان: قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٥٩٦٣٥٦١) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي لحكم بمشايبة الحضور بالنشر في المنازعه رقم:١١٦٢٨/٢٠٢٣/٤٦١ نزاع محدد القيمة المنظورة في:التسوية الودية للمنازعات السابعة رقم ٧٥٦ موضوع المنازعه : دعوى مطالبة مالية بموجب عقد اتأاب الحمامة يميلج (٢٠٠,٠٠٠) درهم والقائده القانونيه ٩ ٪ من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد . المتنازع: عبدالله سالم الزعابي للحمامة والاستشارات القانونية د.م.م عنوانه: الامارات - اماره رأس الخيمه - ٥٠٥٣٩٢٩٩٦ المطلوب اعلانه: ١- محمد سالم سعيد ربيع العوائى - صفته : مدعي عليه موضوع الاعلان : قررت التسويات الودية اعلانكم بالحكم الصادر بتاريخ:٢٧/٢٣/٢٠٢٣ بمشايبة الحضورى للاطلاع على تفاصيل الحكم لايد من استخدام خدمات محاكم دبي الالكترونيه والذكيه. رئيس القسم	محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان بالنشر في المنازعه رقم:١١٦٢٩/٢٠٢٤/٤٦١ نزاع محدد القيمة المنظورة في:التسوية الودية للمنازعات السابعة عشر رقم ٧٦٦ موضوع الاعلان : الزام الملتنازع ضدها بأن تؤدي للملتنازع مبلغ وقدره (٢٢,٤٣٠,٩٠) درهم اثباتن وعشرون الف واربعمائة وثلاثون درهما وتسومون فلما بالاضافه الى القائدهه التأخيريه بواقع ٥ ٪ من تاريخ ٢٠٢٠/٨/٢٧ تاريخ استحقاق اخر قافوره - وحتى تمام السداد والزام المتنازع ضدها بالرسوم والمصاريف ومقابل اتأاب الحمامة . المتنازع:الحظ الحاد للتقنيات العامة عنوانه: الامارات - اماره دبي - بورسعيد - ديره - دبي - شارع آل مكتوم - مبنى المسعود ٢ - شقة ٧٠٢ - ٥٩٦٠٠٥ المطلوب اعلانه: ١- غويلين فخالوات البنايه ش.د.م.م - صفته : متنازع ضده موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها الزام المتنازع ضدها بأن تؤدي للملتنازع مبلغ وقدره (٢٢,٤٣٠,٩٠) درهم اثباتن وعشرون الف واربعمائة وثلاثون درهما وتسومون فلما بالاضافه الى القائدهه التأخيريه بواقع ٥ ٪ من تاريخ ٢٠٢٠/٨/٢٧ تاريخ استحقاق اخر قافوره - وحتى تمام السداد والزام المتنازع ضدها بالرسوم والمصاريف ومقابل اتأاب الحمامة . وحدت لها جلسة يوم الخميس الموافق: ٢٠٢٤/٣/١٤ الساعة: ٩,٠٠ ص. في قاعة التقاضي عن بعد لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل رئيس القسم	محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي لقرار مسيب بالنشر في التنفيذ رقم ٢١١/٢٠٢٤/٢٢٥٢ تنفيذ عقاري المنظورة في: دائرة التنفيذ الثانية رقم ١٨٤ موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٣/٢٤٢ استئناف عقاري ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١٨٥٥٢٤) درهم شامل للرسوم والمصاريف . طالب التنفيذ : ساره مونتى عنوانه: الامارات- اماره الشارقة - شارع كورنيش الخان - مبنى اساس - شقة ٣٠٥ - ٥٤٧٣٧٤١١١ المطلوب اعلانه: ١- محمد نديم محمد جميل خان - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان : قررت محاكم دبي الابتدائية اعلانكم بالقرار المسيب الصادر بتاريخ:٢٨/٢/٢٠٢٤ للإطلاع على تفاصيل القرار لايد من استخدام خدمات محاكم دبي الالكترونيه والذكيه . رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢١١/٢٠٢٤/١١٨ تنفيذ عقاري المنظورة في: دائرة التنفيذ الثانية رقم ١٨٤ موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠٢٣/٢٣٢ عقاري ، بسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٣١٩٧٠,٥) درهم) شامل للرسوم والمصاريف . طالب التنفيذ : بنك المشرق - شركة مساهمه عامه عنوانه:امارة دبي - ديرة - شارع عمر بن الخطاب - خلف الغرير سنتر - بناية بنك المشرق - ٤٢٣٣٣٠٦١١ - فا:٢٣٣٠٦١١ - الرقم المكني:٨٢١٥٩٥٧٨١ - ٥٠٢٤٢٩٨٧٤ المطلوب اعلانه: ١- ياراج ديواكار ديواكار مدهاراف باتارى باتارى - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان : قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (٣١٩٧٠,٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان بالنشر في المنازعه رقم:١٨٤٢/٢٠٢٤/٤٦١ نزاع محدد القيمة المنظورة في:التسوية الودية للمنازعات السادسة عشر رقم ٧٦٥ موضوع المنازعه : المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٣٣٠٠٠) درهم والرسوم والمصاريف والقائده ٥ ٪ من تاريخ المطالبة وحتى السداد التام وضوم الحكم بالنفاذ الملج لكافة . المتنازع:عاصمه عبدالرحيد عبدالرحيد - رقم هاتفه: ٢٩٧٠٠٠٠ - صفته: ٢١٩ - التطبيق الثاني - عنوانه: الامارات - اماره دبي - الورقاء الاولى - ديرة- بناية الورقاء - بناية رقم ٢١٩ - التطبيق الثاني - ٥٠٥٤٥٢١٠ المطلوب اعلانه: ١- حافظ علي رضا محمد اور - صفته : متنازع ضده موضوع الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها المطالبة بالزام المدعي عليه بمبلغ وقدره (٣٣٠٠٠) درهم والرسوم والمصاريف والقائده ٥ ٪ من تاريخ المطالبة وحتى السداد التام وضوم الحكم بالنفاذ الملج لكافة - وحددت لها جلسة يوم الاثنين الموافق: ٢٠٢٤/٣/١١ الساعة: ٩,٠٠ ص. في قاعة التقاضي عن بعد لذا فانت مكلف بالحضور أو من يملك قانونيا وعليك بتقديم ما لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل. رئيس القسم	محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء تحت طائلة البيع بالنشر في الدعوى رقم ٢٥٠/٢٠٢٠/٦٣ بيع عقار مروهن المنظورة في: دائرة التنفيذ الثانية رقم ١٨٤ موضوع الدعوى: طلب ايج مال مروهن رقم ١- العطر - فيلا رقم ٢٧ - RM Mira II.V - رض رقم ٣٧٧ - المنطقة الجديس ١ - دبي - ٥٧٧٧٢٥٥ طالب التنفيذ : بنك الصيريه الوطني - فرع دبي عنوانه: الامارات - اماره دبي - برمني - شارع طلال بن الوليد - مبنى بنك الصيريه الوطني - ص:٢٩٧٠٠ - هاتف: ٢٩٧٧٠٠٠ فاكي: ٢٩٧٧٠٠٠ - البريد الالكتروني: Abdullah.Abdulkarim@nbf.ae - رقم مكاني: ٢٩٠٨٨٢٢٨١ - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- المسترrial للتنفيذ العامة د.م.م - ٢- عيد العزيز محمد يوسف ٣- شارع شقة العاليه ش.م.ع ٤- حينا كوتر عيد العزيز - صفته: منفذ ضدهم موضوع الاعلان : قررت محاكم دبي الابتدائية اعلانكم لسداد قيمه المطالبه وقدرها (٢٩٦٠٩٢,١٥) درهم خلال خمسة عشر يوما من تاريخ التبليغ والى سيتم بيع العقار عن طريق المزايده وفقا لنص المادة ٢٨٨ من قانون الاجراءات المدنية والادعوى لايد من استخدام خدمات محاكم دبي الالكترونيه والذكيه . رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء تحت طائلة البيع بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/٨٩٦٦ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة عشر رقم ٣٠٢ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيكات المرجع ارقام (٠٠٠٠٠/٠٠٠٩٩/٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات الاسلامي بقيمة (٢٣٠٠٠) مائتان وخمسة وستون الف درهم اماراتي بالاضافه للقائده القانونيه من تاريخ استحقاق كل شيك ورسوم ومصاريف اتأاب الحمامة . طالب التنفيذ : شركة المايوت لتجارة مواد البناء د.م.م - فرع الشارقة عنوانه: الامارات - اماره دبي - الصفا الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى بناية ام اس ام ١ - بجوار اولو لاند مونتور - ٤٢-٤٣٤٠٥ المطلوب اعلانه: ١- كوبر لاين للاعمال الفنيه ش.ذ.م.م - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان : قررت محاكم دبي الابتدائية اعلانكم لسداد قيمه المطالبه وقدرها (٢٧١,٩٥) درهم خلال خمسة عشر يوما من تاريخ التبليغ والى سيتم بيع العقار عن طريق المزايده وفقا لنص المادة ٢٨٨ من قانون الاجراءات المدنية والادعوى لايد من استخدام خدمات محاكم دبي الالكترونيه والذكيه . رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/١١٧٤١ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠١) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بقيمة (١٠,٥٠٠) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - برمني - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج السلام - بجوار فندق الشيراتون - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- فياض احمد محمد صديق - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان: قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١١٦٢٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/٨٩٨٧ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة عشر رقم ٣٠٢ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بقيمة (١٦٨٠٠) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج السلام - شقة ٣١٠٤ - الشيراتون - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- جويو موهان موهانان شيراييل فيلايان - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان: قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١٧٦٥١) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/١١٣٢٢٧ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بقيمة (١٦٨٠٠) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - برمني - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج السلام - شقة ٣٦٠٤ - بجوار فندق الشيراتون - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- مالك مودتال لقمان مودتال - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان: قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١١٦٢٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/١١٣٢٢١ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بقيمة (عشرة الف وخمسةا درهم) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى السلام - شقة ٣٦٠٤ - شيراتون جراند - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- محمد نشرت خان شمشاد خان - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان : قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١١٦٢٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/١٩١٨٥٠ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الثامنة رقم ٢٢٩ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بقيمة (١٠,٥٠٠) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج السلام - شقة ٣١٠٤ - شيراتون جراند - ٥٧٧٧٢٥٥ ٢١٠٤ - شيراتون جراند - ويمثله: عصام عبدالرحمن حسن على الزعوي المطلوب اعلانه: ١- ثابب مشتاق محمد مشتاق - صفته : منفذ ضده موضوع الاعلان: قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به وقدره (١١٢٥٠,٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، وعليه يا المحكمه ستباشر الاجراءات التنفذيه بحكمكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (7) ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

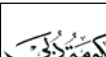
محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/٨٨٥٧/٢٠٢٣ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الثالثة عشر رقم ٣٠٢ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بقيمة (١٦٨٠٠) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج السلام - شقة ٣١٠٤ - الشيراتون - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- برايهو رامادوس رامادوس - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان: قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١٧٦٥١) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/٨٧٥١١ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بتاريخ:٢٠٢٣/٤/١٨ بقيمة (١٠,٥٠٠) درهم والرسوم والمصروفات . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - برمني - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج السلام - شقة ٣٦٠٤ - الشيراتون - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- جبريتي سينغ بالديف سينغ - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان : قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١١٦٢٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/١٢٥٢٠٢ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك دبي التجاري بقيمة (١٠,٥٠٠) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الثانية - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى السلام - شقة ٣٦٠٤ - الشيراتون - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- توصيف باشا فاتا جاتنا شيخ فياض احمد - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان : قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١١٦٢٥) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/١١٧٤٢/٢٠٢٣ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بقيمة (١٥,٥٠٠) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى السلام - شقة ٣١٠٤ - الشيراتون - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- بلاجي الومالى الومالى - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان : قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١٦٥٨٠) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	محاكم دبي DUBAI COURTS
العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/١٤٧٨٤/٢٠٢٣ تنفيذ شيكات المنظورة في: دائرة التنفيذ الخامسة رقم ١٨٧ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرجع رقم (٠٠٠٠٠٠٠) والصادر عن بنك الامارات دبي الوطني بقيمة (١٠,٥٠٠) . طالب التنفيذ: افاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى السلام - شقة ٣٦٠٤ - السلام - ٥٧٧٧٢٥٥ المطلوب اعلانه: ١- رياض حسين بداعثنى - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان: قد اقام عليكم الدعوى التنفذيه المذكوره اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالسند التنفذي وسداد المبلغ المنفذ به وقدره (١١٦٣٣) درهم الى طالب التنفيذ أو خزينة المحكمه ، بالاضافه الى سداد الرسوم المقرره وذلك خلال 7 ايام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمه التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحقكم. رئيس الشعبة	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

 GOVERNMENT OF DUBAI	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	 محاكم دبي DUBAI COURTS
70197	العدد ١٤٠٩٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/٧ اعلان رقمي للتكليف بالوفاء بالنشر في التنفيذ رقم ٢٥٢/٢٠٢٣/١٤٧٩٠٠/٢	المحكمة: دائرة التنفيذ الثالثة عشر رقم ٣٠٢ موضوع التنفيذ: المطالبة بقيمة الشيك المرحج رقم (٠٠٠٠٠٠) والصادر عن الامارات دبي الوطني بقيمة (١٠٥٠٠) . الطالب: اتفاق الاسلاميه لتمويل مساهمه خاصه عنوانه: الامارات - اماره دبي - المركز التجاري الاولى - دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى السلام - شقة ٦٦ - ٤ الشيراتون - ٥٦٧٧٢٥٥٢٠ المحول: اعلان ١ - عبدا لطيف ابومكارميات اوسان فايدبالش - صفته: منفذ ضده موضوع الاعلان : قد اقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بتنفيذ ما ورد بالاسند التنفيذي ومصاد الخيلج المنفذ به وقرره (١١٣٣) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة ، بالإضافة الى سداد الرسوم المقررة وذلك خلال ٧ أيام من تاريخ نشر الاعلان والا فان محكمة التنفيذ ستستخذ الاجراءات القانونية بحكمه.
	رئيس الشعبة	



نظراً لكثرتها في الدولة وأهمية محتوياتها

الأرشيف والمكتبة الوطنية ينظم محاضرة عن الأرشيفات الخاصة وأهميتها

أصحابها بجمع الوثائق وحفظها، وسلط الضوء على سبلات حفظ وتخزين الأرشيفات الخاصة، كالتكديس والحفاظات غير المخصصة، والتخفيف الذي يُفقد الوثيقة قيمتها، ومن أبرز التحديات التي تواجهها الأرشيفات الخاصة هي التحديات الطبيعية كالحزّ والرطوبة، واختلاف درجات الحرارة، والقوارض والحشرات وغيرها. وكشفت المحاضرة -التي تابعها عدد كبير من الجمهور من داخل الأرشيف والمكتبة الوطنية ومن خارجه- عن احتياجات ومستلزمات الأرشيفات الخاصة من التسييرات واللوائح، والتوثيق، والدورات التدريبية للمالك الأرشيفات، والدعم المعنوي والمادي، والرقمنة، وأكد دور الأرشيف والمكتبة الوطنية في هذا الاتجاه.

جهود شخصية يحتاج معظمها إلى مزيد من العناية وفق المعايير العلمية، مؤكداً أن الأرشيف ما لم تكن له هوية معينة، وما لم يُسهّل الوصول إلى المعلومة فهو ليس أرشيفاً. وأشارت المحاضرة التي استضافتها قاعة الشيخ محمد بن زايد بمقر الأرشيف والمكتبة الوطنية إلى أن الأرشيف الخاص ربما يكون أرشيفاً شخصياً، أو أرشيف عائلة، أو أرشيف جمعية، وأنه يتم تصنيف الأرشيف بناء على ضخامة مجموعاته، مكان حفظه، أو تنظيمه وأهميته... وغيرها؛ فهناك الأرشيف التاريخي، والأرشيف الفني، والأرشيف الأدبي، وأرشيف الخرائط والأطالس، والأرشيف السياسي، وكشفت المحاضرة عن الأدوار المهمة للشخص الأرشيفي. وتطرقت الجبسي إلى طرق تكوين الأرشيفات الخاصة؛ مؤكداً أن جميعها ترجع إلى شغل

نظم الأرشيف والمكتبة الوطنية محاضرة بعنوان: "الأرشيف الخاص: كنوز الجهود الفردية"، وذلك انطلاقاً من أهمية الأرشيفات الخاصة وما توثقه من حقائق تاريخية تثرى ذاكرة الوطن، ونظراً لكثرتها في دولة الإمارات العربية المتحدة، وقد سلطت المحاضرة الضوء على أهمية الأرشيف بشكل عام وما يحتويه من وثائق تاريخية متنوعة، ودوره في حفظ الوثائق التاريخية الهامة، وإمكانية البحث فيها، والوصول إلى المعلومة ببسر وسهولة، وأهمية الأرشيفات الخاصة في ترسيخ الهوية الوطنية. واستعرض الباحث الأستاذ محمد الحبسي -الذي قدم المحاضرة- عدداً من الأرشيفات الخاصة التي زارها خلال عقد من الزمن؛ موضحاً أنها ثمرة

•• أبوظبي-الفجر:



محمد بن زايد للعلوم الإنسانية تنظم فعاليات أدبية وثقافية في شهر القراءة

•• أبوظبي-وام:

تنظم جامعة محمد بن زايد للعلوم الإنسانية، عدداً من الفعاليات الأدبية والثقافية، في شهر القراءة، وذلك ضمن رؤية الجامعة واستراتيجيتها في تعزيز الاهتمام بالقراءة وزيادة الارتباط بها، ودعم المبادرات والبرامج التي تشجع عليها، والإسهام في إيجاد مجتمع قارئ متسلح بالعلم والمعرفة، يسهم بفعالية في تعزيز مسيرة التنمية في الدولة. وتنضم الفعاليات إقامة ندوات أدبية يفرغها الجامعة في أبوظبي وعجمان، يعرض خلالها عدد من أساتذة الجامعة إصداراتهم من الكتب وإنتاجهم العلمي والأدبي، إلى جانب ورش عمل لتطوير مهارات القراءة والفهم القرائي، وتشجيع التفكير النقدي والتحليلي للنصوص؛ لمساعدة الطلاب على استخلاص الدروس والعبر من تجارب وقصص الشخصيات التاريخية والأدبية، وتعزيز الوعي النقابي بالثقافة العربية. كما تشمل ملتقى القراءة وزيارة طلابية إلى إحدى دور النشر الإماراتية، وتقديم مجموعة من القصص لأنثاء الهلال الأحمر الإماراتي، إضافة إلى فعالية قراءة في إصدارات الجامعة، وكذلك عدد من الندوات والمحاضرات تتناول القراءة التفاعلية للقرآن الكريم، ومظاهر الرحمة في سيرة المصطفى عليه الصلاة والسلام، وتجديد الدراسات القرآنية بين

الواقع والمأمول، والاستدامة وبناء الوعي الإنساني. وتقيم الجامعة في إطار "شهر القراءة" عدداً من المسابقات القرائية يتنافس فيها الطلبة، سعياً لإثراء البيئة الجامعية بالقراءة المتميزين والمتحدثين المتمكنين؛ وتشجيعهم على القراءة؛ وربطهم بالمكتبات ومصادر المعرفة، إضافة إلى فعالية "تجارب ومسارات" لاستكشاف مسارات الفكر والبحث العلمي في العلوم الإنسانية داخل الجامعة، وذلك من خلال تقديم تجارب رائدة وغنية لأساتذة قدموا إسهامات علمية وفكرية متميزة في تخصصاتهم في علوم الشريعة والفلسفة وعلم الاجتماع وعلم النفس والتاريخ واللغة والأدب وخدمة التراث وغيرها من المجالات الحيوية. وأكدت الدكتورة نجلاء النقبني نائب مدير الجامعة للشؤون الأكاديمية، أن هذه الفعاليات تأتي ضمن احتفاء جامعة محمد بن زايد للعلوم الإنسانية، سنوياً بشهر القراءة بوصفه شهراً وطنياً لتعزيز ارتباط المجتمع المحلي بالقراءة، التي تعد الدخول الأساسي للتنمية والنمو والازدهار، بالإضافة إلى الإسهام بفاعلية في الحفاظ على إنجازات الدولة الثقافية والفكرية والمعرفية.

وبناء نموذج حضاري يحتذى به في مجال القراءة والمعرفة. وقالت إن من أولويات الجامعة إثراء البيئة الأدبية والثقافية في الدولة،

مع انطلاق فعاليات شهر القراءة

مركز جمعة الماجد يشارك بمعرض مخطوطات في مركز أم القيوين الإبداعي

بالتلف، وأبان عن أهم الطرق المعتمدة في ترميمها مع نماذج من المواد الخام المستخدمة في صناعة ورق المخطوطات. وقد أشاد الشيخ عبد الله بن سعود بجهود المؤسسات الثقافية في الدولة في تعزيز الحراك الثقافي، والعمل على حفظ التراث الإنساني، والموروث الحضاري والثقافي المتنوع على مر العصور. وفي ختام المعرض كرم الشيخ عبد الله بن سعود بن راشد المعلا المركز على الجهود الكبيرة التي يبذلها في مجال حفظ التراث، وقد تسلم شهادة التكريم نيابة عن المركز الأستاذ أنور الظاهري، رئيس شعبة العلاقات العامة.

المؤسسات الحكومية في أم القيوين. ويأتي المعرض ضمن أهداف وزارة الثقافة في شهر القراءة، والتي تهدف إلى إثراء ودعم مكنات البيئة الثقافية والمعرفية في الدولة من خلال تسليط الضوء على إنجازات الدولة الثقافية والفكرية والمعرفية. وتمثلت مشاركة المركز في بعض المخطوطات الأصلية عرضها المركز إلى جانب عشرين لوحة لمخطوطات مصورة في الأنساب والطب واللغة العربية والوعظ والفلك، بالإضافة إلى نسخ خطية من القرآن الكريم. كما عرض المركز نماذج من المخطوطات المصابة

افتتح الشيخ عبد الله بن سعود بن راشد المعلا، رئيس دائرة المالية بأم القيوين، أمس الأول الثلاثاء 5 مارس 2024، معرض المخطوطات الذي نظمه مركز أم القيوين الإبداعي التابع لوزارة الثقافة والشباب، بالتعاون مع مركز جمعة الماجد للثقافة والتراث بدبي ومجمع الشارقة للقرآن الكريم، وبحضور أعضاء المجلس الوطني الاتحادي في الإمارة، وعبد الله بو عصبية، مدير مركز أم القيوين الإبداعي، بالإضافة إلى مسؤولين وممثلين عن

•• دبي-دمحمود علياء:



شمس تكرم الفائزين بجائزة تحدي كتابة الفيلم القصير في اكسبوجر 2024

•• الشارقة-الفجر:

كرّمت مدينة الشارقة للإعلام "شمس"، الفائزين بمسابقته الإعلامية والإبداعية، التي تمتعت بمشاركة مجتمعية كبيرة ومتنوعة، ضمن المهرجان الدولي الثامن للتصوير "اكسبوجر 2024"، الذي أقيم في مركز أكسبو الشارقة، من 28 فبراير وحتى 5 مارس. وأعلنت "شمس"، فوز منى الظاهري بجائزة أفضل فكرة، وراشد عبيدون بجائزة أفضل قصة، وسلطان بن دافون بجائزة أفضل سيناريو، ضمن مسابقتها الرئيسية، "تحدي كتابة الفيلم القصير"، استناداً إلى صورة معبرة من

فعاليات المهرجان، والتي تنافس عليها 25 متسابقاً، كما تم اختيار خمسة من المشاركين للدخول في كتابة سيناريو مسلسل قصير. وورّع سعادة الدكتور خالد عمر المدفع، رئيس مدينة الشارقة للإعلام "شمس"، الجوائز على الفائزين في ختام المهرجان، وذلك في إطار رعاية المواهب الإبداعية التي تنتهجها مدينة الشارقة للإعلام "شمس" في تحفيز روح الابتكار والتنافسية، ودفع وإثراء مسيرة وأهداف المهرجانات الإعلامية العالمية. وقال المدفع: إن الفائزين بجوائز "شمس" هم عينة حقيقية من المبدعين، مؤكداً أهمية الجوائز في التعريف بالمواهب الابتكارية، وإبرازها وصلتها

والاهتمام بتنشئتها، لافتاً إلى أن الفوز يمثل هذه المسابقات التنافسية في المهرجانات الدولية، يسهم في صناعة فئة من المبدعين والمهنيين، وتغيير مسار حياة الفائزين في التطوير والريادة والتميز الإبداعي. وعلى صعيد متصل، استفاد أكثر من 100 مشارك من 8 ورش تدريبية نظمتها "شمس" ضمن فعاليات المهرجان، في إطار حرصها على تكرار مثل هذه التجارب الناجحة، وفق ما تنتهجها رؤيتها لاكتشاف قدرات المبدعين، وتسويق إبداعاتهم الإعلامية. وقدم الورش عدد من الخبراء في مجال صناعة الأفلام من مختلف دول العالم مثل المملكة المتحدة، الهند والإمارات.



منوعات الفن 27



غفران محمد "شقيقة" حسن الرداد في مسلسل محارب

تجسد الفنانة غفران محمد، شخصية "منال"، وهي شقيقة النجم حسن الرداد، في مسلسل محارب، المقرر عرضه في السباق الرمضاني المقبل على شاشات المتحدة للخدمات الإعلامية، بمشاركة كل من: نرمين الفقي، ملك أحمد زاهر، ماجد المصري، وآخرين.

وتلعب "غفران" دور الفتاة الشعبية في أحداث المسلسل القادم، وهي شقيقة "محارب" الذي يقوم بتجسد شخصيته النجم حسن الرداد، ووالدتها الفنانة عفاف شعيب، ومن المقرر ظهورها من أولى حلقات المسلسل.

وسبق أن لعبت غفران الكثير من الأدوار المتميزة في الدراما، وبرز نجمها في مسلسل الاختيار وقيد عائلي ومسلسل جمال الحريم، بالإضافة إلى تألقها في أحداث حكاية "لحظة ضعف" ضمن حكايات الموسم الثاني من مسلسل "ورا كل باب"، ومشاركتها المتميزة في مسلسل سوق الكانتو، التي جسدت فيه دور فتاة شعبية تبحث عن فرصة للفن.

ويشارك في بطولة مسلسل "محارب" عدد كبير من الفنانين، إذ تضم قائمة الأبطال كلا من: حسن الرداد، أحمد زاهر، ماجد المصري، ناهد السباعي، نرمين الفقي، منة فضالي، تامر عبد المنعم، ملك أحمد زاهر، سلوى عثمان، عابد عناني، نور محمود، أحمد عنان، كريم العمري، سماء ابراهيم، عفاف شعيب، غفران محمد، محمود الليثي محمود عمرو محمود ياسين، حسن عيد.

مسلسل "محارب" تأليف محمد سيد بشير وإخراج شيرين عادل وإنتاج أحمد السبكي وتدور أحداثه في إطار اجتماعي تشويقي، حول الشاب عزيز الشاب القادم من الصعيد ويعيش مع أسرته في القاهرة، وتتغير حياته تماماً بعد وفاة والده حيث يضطر للعمل لاعالة أسرته حتى يتكشف سرّاً كبيراً يغير مسار حياته.

أمتلك نعمة الصوت، والمسرح والفن يسريان في دمي

لورا خليل: لا أهوى العمل خارج إطار الغناء

عادت الفنانة لورا خليل إلى الساحة الفنية بأغنية (محسودة أنا) التي طرحتها بمناسبة عيد الحب، كما جهّزت ٦ أغنيات أخرى ستطرحها خلال الفترة المقبلة.

خليل تحدثت خلال هذا الحوار عن غيابها وعودتها ومخططاتها الفنية:

• غبت لفترة طويلة عن الساحة الفنية واليوم قرّرت العودة. كيف تتحدثين عن الغياب والعودة من خلال أغنية (محسودة أنا)؟

- لم أترك الفن، ولكنني لست فاعلة على (السوشيال ميديا) مع أننا نعيش عصرها. لا أنكر أنني كنت بعيدة،

ولكنني عدتُ فعلاً بأغنية لا تشبه اللون الغنائي الذي يعرفني الجمهور به. بعض الناس يقولون أنه كان يفترض أن تكون هذه العودة من خلال اللون اليلدي الذي عرفوني به، وأحب أن أوضح لكل من يردّد هذا الكلام أنني سبق أن قدّمت هذا اللون خلال فترة تعاقدتي فنياً مع شركة (روتانا) عبر مجموعة من الأغنيات، من بينها (أبدا) و(رؤق أعصابك) و(ياه يا حبيبي) و(ما تخبي علي).

وبالنسبة إلى أغنية (محسودة أنا)، فطرحتها بمناسبة عيد الحب على شكل (ليريكس) ولكنني لم أصورها بطريقة الفيديو كليب لأنني كنت قد صوّرت أغنية باللهجة العراقية وكان من المفترض أن أطرحها قبلها،

ولكن بسبب حرب غزة أرجأت هذه الخطوة بانتظار ما يمكن أن تؤول إليه الأمور. وعندما وجدت أن كل الفنانين يقدمون أعمالاً جديدة، طرحت (محسودة أنا) بالتزامن مع عيد الحب، لأنها كانت جاهزة.

ولكن يوجد في جعبتي أيضاً 6 أغنيات أخرى وسأقوم بإنزالها واحدة بعد الأخرى خلال الفترة المقبلة.

• لا شك في أنك اسم معروف وصنّع نجومية على الساحة الفنية، ولكن في الأعوام العشرين والثلاثين الأخيرة تصدّرت بعض الأسماء المشهد الغنائي في لبنان والعالم العربي. فهل ترين أنه توجد إمكانية لأن يخترق أي فنان هؤلاء النجوم الذين يترعون على عرش نجومية الصف الأول؟

- يضم أرشيفي الفني منذ طرحتي لأغنية (موفق حبيب الروح) وحتى اليوم نحو 75 أغنية. وأردد دائماً في كل لقاءاتي أن على الفنان أن يحافظ على محبة الجمهور والناس له وعلى استمراريته، أما النجومية فهي من رب العالمين. لا أعرف كيف يقيّمني الناس، ولكنني مقتنعة تماماً بكل عمل قدّمته منذ أن طرحت أغنية (ضمك) المعروفة ب (الله لا يحرمني منك) و(وينك يا مسافر)، علماً أنني بدأت بالإنتاج على حسابي الخاص. وتمكنت من خلال حفلاتي في أوروبا والخليج، خصوصاً أنني أعيش في أفريقيا وحفلاتي فيها أكثر من ناجحة، من تثبيت حضوري واستمراريتي.

• ألم تفكري خلال الفترة الماضية بالتواجد في مجالات فنية أخرى بعيدة عن الغناء كالتمثيل أو تقديم البرامج أو التواجد في برامج الهواة الفنية كما فعلت بعض الفنانات؟

- لا أهوى العمل خارج إطار الغناء، وأمتلك نعمة الصوت، والمسرح والفن يسريان في دمي ولم أفكر أبداً بالعمل في مجال فني آخر. وقتي موزّع بين عائلتي وبين الفن وبالتكاد أستطيع أن أجمع بينهما، ولا وقت لدي للتواجد في أي مجال آخر. وأتمنى أن تحقق أغنيات الست الجديدة النجاح.

وأنا متفائلة جداً بعودتي.

ومع أنني لم أدمع الأغنية الجديدة بشكل جيد، لكنها تحقّق أصداء إيجابية وكبيرة وأشكر الله على محبة الناس الكبيرة لي. وكل التعليقات التي قرأتها حول الأغنية كانت أكثر من إيجابية.

• هل ترين أن الفن أصبح أكثر صعوبة أم أسهل بوجود (السوشيال ميديا) التي تلعب دوراً كبيراً في إتاحة الفرص أمام الأسماء المغمورة للتعبير عن موهبتها والانطلاق فنياً؟

- من وجهة نظري الفن ليس سهلاً،

بل صار أصعب في زمن (السوشيال ميديا)، خصوصاً بالنسبة إليّ، لأن لا علاقة لي بها ولا أجيد التعامل معها مع أنني أحاول أن أدمع أعمالي من خلالها، ولكن الشركات لا توصلها على الشكل المطلوب، باختصار، (السوشيال ميديا) صعّبت عليّ الأمور.

سلوى خطاب (معلمة) في سوق السمك بمسلسل (المعلم)



تجسد الفنانة سلوى خطاب دور معلمة في سوق السمك في مسلسل "المعلم" بطولة النجم مصطفى شعبان وتشهد الأحداث دخولها في معارك ساخنة مع مصطفى شعبان وتحاول فيها القضاء عليه والسيطرة على السوق.

وأعلنت قناة الحياة، عن عرضها لمسلسل "المعلم" للنجم مصطفى شعبان، ضمن السباق الرمضاني المقبل، ونشرت الصفحة الرسمية للقناة عبر فيس بوك بوستر المسلسل، وكتبت: "المعلم مصطفى شعبان، فيقدهمنا ملحمة شعبية فريدة من نوعها.. استنونا فقط وحصريا على شبكة تلفزيون الحياة، شهر الفرحة، دراما المتحدة".

يُعرض مسلسل "المعلم" بطولة النجم مصطفى شعبان المقرر طرحه في موسم رمضان المقبل على شاشة دى إم سى والحياة، من تأليف محمد الشواف، وإخراج مرقس عادل، وإنتاج سينرجي، حيث روجت صفحات القناة البوستر الدعائي للعمل الذي تدور أحداثه في إطار تشويقي اجتماعي، مسلسل "المعلم" بطولة مصطفى شعبان، سهر الصايغ، هاجر أحمد، أحمد بدير، انتصار، محمود الليثي، أحمد فؤاد سليم، أحمد بدير، محمد العمروسى، سلوى عثمان، منذر رباحة، محمود الليثي، أحمد عبدالله محمود، طارق المنهري، علاء زينهم، وعدد آخر من الفنانين، والعمل من تأليف عمرو الدرديري ومحمد الشواف وإخراج مرقس عادل وإنتاج شركة سينرجي.

وفاء عامر تقدم خطوطا درامية مختلفة ومحاطة بالآزمات من واقع برومو «حق عرب»

مثملا ظهر في البرومو الرسمي للعمل، مسلسل "حق عرب" يشارك في بطولته أيضا: دينا فؤاد، رياض الخولي، وفاء عامر، وليد فواز، دنيا المصري، كارولين عزمى، أحمد صبيام، سلوى عثمان، وفاء مكي، أحمد عبد الله محمود، إبراهيم السمان، ميدو ماهر، الطفل منذر مهران، وعدد آخر من الفنانين، تأليف محمود حمدان وإخراج إسماعيل فاروق وإنتاج شركة سينرجي.

أما مسلسل "جودر - ألف ليلة وليلة" مكون من 15 حلقة، وبطولة ياسر جلال، نور اللبنانية، ياسمين رئيس، نارا عماد، أحمد بدير، أيتن عامر، وفاء عامر، عبد العزيز مخيون، علي صبحي، وليد فواز، ياسر الطويجي، أحمد كشك، جيهان شامشري، عابدة رياض، محمود البرزاوي، مجدى بدر وآخرون، وهو من تأليف أنور هذا وتشارك وفاء عامر خلال مسلسل جودر أيضاً ضمن سياق دراما رمضان 2024، وذلك خلال شخصية مختلفة تماماً

يبدو أن الفنانة وفاء عامر تخبئ مفاجأة قوية لجمهورها خلال موسم دراما رمضان بأكثر من دور، أحدهم مشاركتها بمسلسل حق عرب، والذي كشف البرومو التشويقي للمسلسل عن دراما مميزة ينتظرها الجمهور خلال موسم دراما رمضان.

وذلك من خلال دور زوجة رياض الخولى كبير المنطقة ضمن المسلسل إلا أنها ستقع في آزمات عديدة ضمن سياق الأحداث، ومؤامرات بسبب مساندتها لأحمد العوضى مثملا ظهر في ضريها لدنيا المصري ابنة رياض الخولى بسبب معاملتها لعوضى.

وذلك بالإضافة إلى جملة وليد فواز ضمن البرومو الذي قال فيها عرب السويركي ماشى مع صباح الجيوشى، ما ينبأ عن دور مُركّب تقدمه وفاء عامر ضمن أحداث العمل.



الفكر

سبب غير شائع لاحتشاء عضلة القلب



من النقاط المهمة، يجب البحث عن صراع "خسارة الأراضي" والعمل على معالجته. لأنه أمر ضروري لتعالج عضلة القلب بسرعة وتقليل خطر انتكاسة المرض". وكشفت الطبيبة العلامات التي تشير إلى قرب الإصابة باحتشاء عضلة القلب وهي- ظهور إحساس بالحرقان أو الضغط في منطقة الصدر عند المشي، أو الشعور بالحرقان خلف عظم القص في البرد أو ضغط على الصدر في الصباح. وهذه أسباب تشير إلى ضرورة استشارة طبيب أخصائي على الفور.

ما يسمى "الصراع على فقدان الأراضي"، الذي يؤدي إلى سلسلة من التفاعلات البيوكيميائية والفيزيولوجية المرضية في الجسم، مشيرة إلى أن مسألة "الأراضي المفقودة" تختلف بين الرجال والنساء. ومن الأسباب الشائعة للتغيرات القلبية لدى الرجال هو التهديد بخسارة العمل والمال والسمعة، وعند النساء هو فقدان أحد أفراد الأسرة أو الزوج. وتقول: "إذا سبق أن تعرض الشخص لأزمة قلبية، فبالإضافة إلى العلاج من قبل طبيب القلب وزيادة النشاط البدني والأكل الصحي وغيرها

كشفت الدكتورة آنا كورينيفيتش، أخصائية أمراض القلب والأوعية الدموية، عن سبب غير شائع يكمن وراء النوبات القلبية. وتشير الطبيبة، إلى أن احتشاء عضلة القلب يرتبط عادة بنمط الحياة الخامل والوزن الزائد والعادات الغذائية السيئة والإجهاد. ولكن يوجد بين الذي أصيبوا باحتشاء عضلة القلب أشخاص يعيشون نمط حياة صحي ولم يتعرضوا لعوامل الخطر القياسية. ما يعني أن السبب يكمن في الطب النفسي البدني (psychosomatic).

أوميغا-3 وسيلة فعالة للوقاية من مرض خطير

اكتشف علماء من الولايات المتحدة تأثير تناول أحماض أوميغا3- الدهنية غير المشبعة في حماية الكبد، وتبين أنها وسيلة فعالة للوقاية من التهاب الكبد الدهني الخطير. وتشير مجلة EMBO Molecular Medicine، إلى أن المقصود هنا هي الأمراض المزمنة التي تقترب بمتلازمة التمثيل الغذائي - مرض السكري والسمنة، التي يمكن أن تسبب تليف الكبد. ويتميز تطور متلازمة التمثيل الغذائي بأن الدهون في خلايا الكبد تصبح سامة وتسبب الالتهاب. وأظهرت نتائج الاختبارات، التي أجريت على الفئران المخبرية أن أوميغا3- تخفض خطر الإصابة بالتهاب الكبد الدهني غير الكحولي، حيث بعد تناوله، انخفض لدى الفئران مستوى بيوتا سيلولتين، الذي يمكن أن يؤدي إلى تليف الكبد (تشكل ندبة)، وتطور تليف الكبد والسرطان. ويخطط الباحثون لاستخدام هذه النتائج في معالجات متلازمة التمثيل الغذائي وسرطان الكبد. ويذكر أن دراسات عديدة أثبتت أن تناول أطعمة محتوية على أوميغا3- يساعد على زيادة الرغبة الجنسية، ويحسن صحة القلب والأوعية الدموية وتدفق الدم وهو أمر ضروري للشعور بالإثارة.

طبية تحدد أعراض داء السكري بنوعيه الأول والثاني

يعتبر تزايد حالات الإصابة بداء السكري في جميع أنحاء العالم مشكلة عامة تواجه الطب الحديث والمجتمع، فما هي الأعراض الأولى لمرض السكري من النوعين الأول والثاني؟، وما مدى اختلافهما؟. وتشير الدكتورة ماريا خودياكوفا أخصائية الغدد الصماء إلى أن داء السكري هو مرض يتميز بارتفاع مستمر في مستوى الجلوكوز في الدم. هناك نوعان رئيسيان من المرض. وتقول: "غالبًا ما يتطور النوع الأول من داء السكري في مرحلة الطفولة أو مرحلة البلوغ، والسبب هو نقص الأنسولين المطلق بسبب عدوانية المناعة الذاتية. وأعراض تطور النوع الأول من مرض السكري هي فقدان الوزن المفاجئ، ورائحة الأسيتون في الجسم، والضعف، وجفاف الفم، وانخفاض حدة البصر". ووفقا لها، النوع الثاني من داء السكري يتطور عادة لدى الفئة العمرية المتوسطة وكبار السن، وسببه نمط الحياة (قلة النشاط البدني) وسوء التغذية، أي استهلاك كميات كبيرة من الوجبات السريعة، والأطعمة الدهنية، والكربوهيدرات السهلة والسمنة والعادات الضارة. وتضيف: "إذا كان الشخص يشعر بالعطش الدائم، وجفاف الفم الشديد، وكثرة التبول، ووخز في ذراعيه وساقيه، والحكة وحرقان الأغشية المخاطية، وانخفاض الرؤية، فهذا يشير إلى ضرورة فحص مستوى السكر في الدم". هذه أعراض النوع الثاني من داء السكري. وتشير الطبيبة إلى أن الأطباء اليوم لا يقلقهم زيادة حالات الإصابة فقط، بل وأيضاً أسباب تشخيص الإصابة بداء السكري في مراحل متقدمة. وتقول: "يمكن للإنسان أن يعيش عدة سنوات دون أن يشعر بارتفاع مستوى السكر، ولكن في هذه الحالة، الوقت يعمل ضده. لأنه كلما تم التشخيص والبدء في العلاج بشكل أسرع، كلما كان من الممكن الوقاية من المضاعفات الخطيرة لمرض السكري بفعالية، مثل احتشاء عضلة القلب والجلطة الدماغية والغرغرينا وفقدان الرؤية واختلال وظائف الكلى. وفي حالة اكتشاف ارتفاع مستوى السكر في الدم، يجب فوراً استشارة الطبيب".



الممثلة البريطانية فلورنس بوغ لدى حضورها العرض الأول لفيلم Dune: Part Two في نيويورك. ا ف ب

قرأت لك

الشمش



من اشهر فواكه الصيف، فالمائة غرام من الشمش تحتوي على املاح معدنية كثيرة وخصوصا الفوسفور والحديد والكالسيوم واليوتاسيوم وفيتامين A وفيتامين B وفيتامين C، ويوجد في الشمش 13 غراما من السكر و1 غرام بروتين و30 مليلغرام دهون و20 غرام كالسيوم و20 مليلغرام حديد والياف.

فوائده:

- يفيد في تعديل الحموضة الضارة الباقية في الجسم من بعض الاغذية.
- من اقوى العوامل النباتية في تقوية العظام والانسجة لأنه يزيد من نشاطها ونموها.
- يزيد من قوة الجسم الدفاعية للأمراض.
- مفيد في حالة فقر الدم وينشط وظائف الكبد والاعصاب ويقوي الشعر.

سؤال وجواب

من هي أول ملكة فرعونية في عصر الدولة الحديثة قامت بإرسال بعثات تجارية لبلاد بونت؟

الملكة حتشبسوت.

ما هو اسم الدولة الأوروبية التي تقع بين دولتي فرنسا وأسبانيا؟

دولة أندورا.

ما معنى كلمة واحدة ؟

هذه الكلمة فرعونية الأصل وقد سمى بها القراعنه كل مكان يقع عند عين ماء في الصحراء .

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الديك لا يمكنه أن يصيح إلا بتمديد رقبته.
- هل تعلم أن الدلافين يمكنها سماع الأصوات تحت الماء عن بعد 24 كيلومتر.
- هل تعلم أنك تحرك 72 عضلة عندما تتحدث.
- هل تعلم أن ليوناردو دافينشي استغرق 10 سنوات لرسم لوحة الموناليزا.
- هل تعلم أن المرض الأكثر إنتشارا هو تسوّس الأسنان.
- هل تعلم أن الأفوكادو تحتوي على سرعات حرارية أكثر من أي فاكهة أخرى.
- هل تعلم أن الأمريكيين ياكلون 18 مليار قطعة نقائق هوت دوغ كل عام.
- هل تعلم أن البصل ينتمي إلى عائلة الزنبق.
- 80% من الورود في العالم تأتي من قارة آسيا.
- المحيط الهادي هو أكبر محيط في العالم.
- يستغرق المحار 5 سنوات ليتشكل اللؤلؤ في داخله بحجم متوسط.
- هل تعلم أن عظام الحمامة تزن أقل من ريشها.

قصة المحتال

حدث في إحدى المدن القديمة ان احد الرجال الفقراء ويديع هوزان جلس ذات يوم يحادث نفسه ويتساءل إلى متى سيظل على هذا الفقر، لماذا لا يعيش مثل من حوله سعيدا غنيا يستطيع ان يجد كل ما يتمناه .. فسمع من يرد عليه ويقول له : عليك ان تسلك طريق الحيلة لتفتني وتعيش سعيدا، فنظر حوله فوجد شيطانه وقد ظهر له في مرآته وهو يتنسم ابتسامة خبيثة فقال للشيطان: وما هي تلك الحيلة التي اعيش بها غنيا، ابتسم الشيطان وتركة وانصرف وطوال الليل والرجل مشغل يفكر حتى جاءت الفكرة . في اليوم الثاني تظاهر بالمرض فاخذ جيرانه واصدقاءه يأتون للاطمئنان عليه ومنحه بعض الطعام وهنا بدأ تنفيذ خطته، فاختر احدهم وكان معروفا بين الناس بالشرسة وانه لا يكتم سرا وقال له: يا صديقي العزيز ساموت هنا دون ان اعيش ولو ليومين.. رغم اني استطيع لو املك صحتي ان اعيش ملكا.. فاستغرب الرجل وقال: كيف، فقال له هوزان انه سري، سري الخاص الذي لا ابوح به الا لمن يدفع الكثير وغض عيناه وتظاهر بالنوم والمرض الشديد.

ذهب الرجل الي احد الاثرياء وقال له لقد عرفت ان لدي هوزان سر كبير من يعرفه يصبح اغني الاغنياء لكن يجب ان يدفع له الكثير ليعرفه. فقال الغني: حسنا سترى.. وذهب الغني الي هوزان وتناقشا ثم قرر ان يدفع لهوزان عشرة الاف قطعة ذهبية ويترك له السر وهو كثر مخيئ في كهف جبلي اعلق عليه قطعة كبيرة من الحجر يضم كنوز الملك السابق لتلك المدينة وهو يقدر بمئات الاوزان من الذهب والجواهر من يذهب للبحث عنه يذهب في ليلة قمرية .

احذ هوزان النقود وطلب من الغني ان لا يبوح بالسر وفي خلال اسبوع كان هناك عشرة من الاغنياء كل منهم دفع لهوزان عشرة الاف قطعة ذهبية ويعيش في انتظار اول ليلة قمرية وهي تأتي بعد اسبوع.. وقيل ان يمر ذلك اختفى هوزان وذهب الى مدينة لا يعرفه فيها احد ليعيش عيشة الملوك ويفتتح تجارة كبيرة ويأتي منها بارباح لا حصر لها لكنه كان يعيش مههد بانكشاف امره فكثيرا ما سمع من امه ان الدنيا صغيرة فهل يأتي يوما يعرف الناس فيه حقيقة هذا المحتال وهل وجد العشرة الاغنياء كنزهم المدفون تحت سفح الجبل في ليلة قمرية.

