

منوعات الفجر

ص 22

مستشفى الفجيرة يعزز رصيد الإمارات للخدمات الصحية، باعتماد البورد الإماراتي لطب الأطفال

ص 27

"الآباء العجائز" .. فيلم حوارى بامتياز بنهاية غير سعيدة



5 أطعمة مضادة للشيخوخة
(تحميك مثل الدرع)



ص 23

المراسلات: ص 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

الثلاثاء 19 مارس 2024 م - العدد 14106
Tuesday 19 March 2024 - Issue No 14106

العلاج الجيني يغير حياة مرضى عانوا فقر الدم المنجلي

بيرو أميركيان كانا يعانين من فقر الدم المنجلي لوكالة فرانس برس رحلة كفاحهما ضد هذا المرض، بعد الاستفادة من علاجات مبتكرة، وإن كانت صعبة ومكلفة للغاية، أنهت سنوات طويلة من الألم. ويأمل المريضان السابقان في رفع مستوى الوعي بهذه العلاجات الجينية، التي حظيت أخيراً بترخيص من السلطات الصحية الأميركية، حتى يتمكن الآخرون من استخدامها.

لكن تكلفتها الباهظة - التي تصل إلى 3.1 ملايين دولار للشخص الواحد - يمكن أن تحد من إمكانية الوصول إليها.

وُلدت تيشا صامويلز في عام 1982، قبيل بدء فحوصات حديثي الولادة لفقر الدم المنجلي، وهو مرض وراثي يصيب حوالي 100 ألف شخص في الولايات المتحدة و20 مليون شخص في جميع أنحاء العالم.

وهو يؤثر بشكل رئيسي على السود. ويقول العلماء إن أحد الأسباب في ذلك هو أن سمة الخلية المنجلية تحمي من الملاريا.

المرضى الذين يعانون من مرض فقر الدم المنجلي لديهم طفرة تؤثر على الهيموغلوبين - وهو بروتين يحمل الأكسجين في خلايا الدم الحمراء. تأخذ خلايا الدم الحمراء بعد ذلك شكلاً منجلياً، ما يحد من تدفق الدم وتوصيل الأكسجين.

العواقب المحتملة مأسوية، وتشمل فقر الدم، ونوبات الألم، وتلف الأعضاء، وصولاً إلى الوفاة المبكرة.

وقد شُخصت حالة تيشا صامويلز في سن الثانية. وفي السابعة من عمرها، عانت من نوبة خطيرة من فقر الدم، وفي الثالثة عشرة من عمرها، أجبرتها سكتة دماغية على الخضوع لعمليات نقل دم شهرية.

أسوأ 10 أمراض نفسية قد تقلب حياة المصابين بها!

قد تقلب حياة ملايين الناس رأساً على عقب! فالأمراض النفسية منتشرة على نطاق واسع في مختلف أنحاء العالم. ولكن ما هو المرض الذي يعتبر "الأسوأ" منها؟ ورغم أن الإجابات ليس سهلاً، لأن المعاناة المصاحبة له تتعلق بعدة عوامل منها شدة الأعراض وظروف المصاب وطبيعة حياته اليومية، إلا أن مجلة "فيتال" الألمانية أوردت قائمة بأسوأ 10 أمراض نفسية وعلاجها.

1. الفصام يؤدي اضطراب الفصام إلى الأوهام والهوس والارتباك. ويمكن أن يؤثر بشدة على حياة المصابين وأحبائهم، وغالباً ما يتطلب علاجاً طويل الأمد. ويمكن أن يتطور الفصام ويصبح على شكل نوبات، مع فترات من الهدوء والانتعاش. يشمل العلاج عادةً مضادات الذهان والعلاج النفسي والدعم الاجتماعي.
2. اضطراب ثنائي القطب التقلبات المزاجية الشديدة بين الهوس والاكتئاب هي ما يميز هذا المرض. ويمكن أن تكون مراحل الهوس في الاضطراب ثنائي القطب مصحوبة بالنشوة والمخاطرة والأرق، في حين أن الاكتئاب يسبب الحزن العميق والفتور واليأس. يمكن علاج الاضطراب ثنائي القطب بشكل فعال بالأدوية والعلاج النفسي. يعد التشخيص والعلاج المبكر أمراً مهماً لتقليل شدة النوبات والضعف المرتبط بها.
3. اضطراب الشخصية الحدية اضطراب الشخصية الحدية (BPD) هو مرض نفسي معقد يتجلى في الاندفاع والعلاقات غير المستقرة وابتداء النفس. غالباً ما يعاني الأشخاص المصابون باضطراب الشخصية الحدية من مشاعر شديدة ويعانون من شعور مستمر بالفراغ الداخلي. غالباً ما يتطلب التغلب على هذه التحديات دعماً علاجياً متخصصاً.
4. اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) يمكن أن يحدث اضطراب ما بعد الصدمة بعد تجربة مؤلمة مثل وقوع حادث أو عمل عنيف أو كارثة طبيعية. ويعاني المتضررون من ذكريات الماضي والكوابيس والقلق ونوبات الذعر. يمكن علاج اضطراب ما بعد الصدمة
5. الاكتئاب يتميز الاكتئاب بالحزن المستمر والخمول وفقدان الاهتمام. يمكن أن يؤدي إلى اضطرابات النوم وفقدان الشهية وصعوبة التركيز. ويعد الاكتئاب المرض النفسي الأكثر شيوعاً ويمكن علاجه بشكل فعال بأشكال مختلفة من العلاج، مثل مضادات الاكتئاب والعلاج النفسي.
6. اضطراب الوسواس القهري الأفكار والأفعال المتكررة (التهواجس والأفعال القهرية) تميز اضطراب الوسواس القهري. ويعاني المصابون من أفكار مزعجة ويشعرون بأنهم مجبرون على القيام بطقوس معينة، على سبيل المثال عندما يضطرون إلى الاغتسال المتكرر. يمكن علاج اضطراب الوسواس القهري بفعالية باستخدام العلاج السلوكي المعرفي أو الأدوية. يهدف العلاج إلى تقليل الأفكار والأفعال القهرية وتحسين نوعية حياة المصابين.
7. اضطرابات القلق يمكن لأشكال مختلفة من اضطرابات القلق مثل اضطراب القلق العام واضطراب الهلع واضطراب القلق الاجتماعي أن تحد بشدة من حياة المصابين. إنهم يعانون من القلق المستمر ونوبات الهلع.
8. اضطرابات الأكل يعد فقدان الشهية (فقدان الشهية) و"اضطراب النهم للأكل"، والذي يعرف باضطراب الشره عند تناول الطعام، أمثلة على اضطرابات الأكل المرتبطة بصورة الجسم المضطربة وسلوك الأكل غير الصحي. غالباً ما يعاني المتضررون من مشاعر العار والعزلة الاجتماعية. تعتبر اضطرابات الأكل صعبة بشكل خاص لأن المصابين بها لا يستطيعون البقاء على قيد الحياة بدون طعام (المادة السببية للإدمان غالباً). وعلى عكس الأشخاص المدمنين على الكحول، لا يمكن أن تعيش ممتنعاً تماماً. العلاج النفسي يساعد عادة.
9. الإدمان يمكن أن يؤدي الإدمان على الكحول أو المخدرات أو القمار أو غيرها من المواد إلى مشاكل صحية خطيرة وصعوبات اجتماعية وصعوبات مالية. يمكن علاج الإدمان بشكل فعال بأشكال مختلفة من العلاج، مثل برامج الانسحاب.
10. الاحتراق النفسي (Burn-out) هو حالة من الإرهاق التام الناتج عن الإجهاد المزمن. يتم استنفاد احتياطي الطاقة في الجسم وتدهور الصحة الجسدية والنفسية. أعباء العمل وضغط الوقت والسعي للكمال وعدم الاعتراف يمكن أن تؤدي إلى الإجهاد المزمن، والذي يعتبر سبباً للاحتراق النفسي.

محااربة الخرف .. هذه الأطعمة الثلاثة لها مفعول سحري

شاركت إحدى خبيرات التغذية ثلاثة أطعمة من شأنها أن تمنح دماغك التغذية التي يحتاجها لمحاربة الخرف. ويحسب صحيفة "ميرور" البريطانية، قالت خبيرة التغذية ناهد علي: "رأيت بنفسى القوة التي يمتلكها طعاماً للمساعدة في الحماية من الخرف مع تقدمنا في السن، بعض الخيارات البسيطة يمكن أن تساعد في الوقاية من الخرف، إنها تحدث فرقاً حقيقياً". التوت: ينبغي علينا جميعاً أن نتناول المزيد من التوت، حيث أنه يقلل من خطر الإصابة بالخرف لدى بعض الأشخاص في منتصف العمر. إن تناول حفنة أو اثنتين من التوت يومياً أمر مهم للغاية، سواء كان ذلك عن طريق إضافته إلى الشوفان أو الزبادي. السلمك: الأسماك الغنية بالدهون مثل السلمون لها تأثيرات قوية على الدماغ والحفاظ على الخلايا. تناول كميات كبيرة من الأسماك في النظام الغذائي يرتبط باستمرار تحسن الصحة المعرفية في سن الشيخوخة. المكسرات: تعتبر المكسرات رائعة لتغذية الدماغ. تناول المكسرات على المدى الطويل يعد المفتاح لتحسين الصحة الإدراكية ومكافحة الخرف لدى كبار السن. يُستخدم مصطلح "الخرف" لوصف مجموعة من الأعراض التي تصيب قدرات الذاكرة والتفكير والقدرات الاجتماعية.

التمارين الرياضية لا تزيل أضرار الإفراط في الجلوس

أظهرت بيانات دراسة موسعة أن الجلوس 11 ساعة في اليوم يزيد خطر الوفاة بنسبة 30%، حتى لو قام الشخص بممارسة تمارين بدنية قوية لمدة ساعة يومياً. واستخدم فريق البحث من جامعة كاليفورنيا بيانات 6489 امرأة، تم تتبعهن لمدة 8 سنوات، من خلال ارتداء أجهزة مراقبة الحركة والنشاط. وتبينت أن الجلوس لمدة 11 ساعة أو أكثر في اليوم يرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والسكري والسمنة. وتبينت أيضاً أن الجلوس لمدة 11 ساعة أو أكثر في اليوم يرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والسكري والسمنة. وتبينت أيضاً أن الجلوس لمدة 11 ساعة أو أكثر في اليوم يرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والسكري والسمنة.

حقائق جديدة عن «صداع» رواد الفضاء

توصلت دراسة جديدة إلى أنه حتى رواد الفضاء الذين لم يصابوا بالصداع من محطة الفضاء الدولية. وتشمل أنواع الصداع الذي يتعرض له رواد الفضاء "الصداع النصفي" و"الصداع التوترى"، وهو أحد الآثار الجانبية لانعدام الجاذبية. وبحسب "هيلث داي"، قام فريق البحث من جامعة ليدن بهولندا بدراسة 24 رائد فضاء من الولايات المتحدة واليابان وأوروبا تم نشرهم في محطة الفضاء الدولية بين عامي 2011 و2018، وقضوا إجمالي 3596 يوماً في الفضاء. وقبل الدراسة، لم يبلغ أي منهم عن تاريخ من الصداع المتكرر أو أصيب بالصداع النصفي، على الرغم من أن 3 قالوا إنهم أصيبوا بصداع في العام السابق تعارض مع أنشطتهم اليومية. وقال 9 رواد إنهم لم يصابوا بالصداع على الإطلاق.

منوعات الفكر 22



كلية الهندسة في أميركية الشارقة ومؤسسة نفط الشارقة الوطنية تتعاونان في أبحاث استدامة مبتكرة وطرح حلول عملية

•• الشارقة- الفجر

إن الهدف من بحثنا هو تطوير طريقة تسمح بإجراء تقييم دقيق لسلك جدار الأنابيب المستخدمة، خاصة في الحالات التي يكون فيها الوصول إلى جانب واحد فقط من الأنابيب محدوداً. وفي ظل تزايد الطلب لتقييم نسبة تآكل الأنابيب في قطاع النفط والغاز، يقترح بحثنا استخدام الموجات فوق الصوتية لتكون وسيلة وأداة للتقييم غير المدمر للأنابيب ومراقبة صحتها الهيكلية. أما الدكتور ناصر قدومي، أستاذ الهندسة الكهربائية، والدكتور شريف يحيى، أستاذ الهندسة المدنية، فهم يبحثون في استخدام موجات دقيقة غير مدمرة لتقييم البنية الهيكلية لخطوط الأنابيب. يتمتع هذا النظام، على عكس تقنيات التقييم والاختبار غير المدمرة الأخرى، بالعديد من المزايا، بما في ذلك الإشارات الكهرومغناطيسية غير المؤينة ومنخفضة الطاقة للكشف عن المخالفات الهيكلية غير الغازية. ويستخدم مكونات إلكترونية فعالة من حيث التكلفة يمكنها تقييم خطوط الأنابيب المعدنية وغير المعدنية، حتى عندما تكون مغطاة بطبقة أو طبقات واقية. كما أن لديه القدرة على تقدير سمك جدار خط الأنابيب غير المعدني واكتشاف الشقوق الصغيرة وعيوب اللحام. يقول الدكتور قدومي: "يعتمد نقل النفط والغاز بشكل كبير على شبكة واسعة من خطوط الأنابيب الممتدة لثلاث كيلومترات، وتعد سلامتها أمراً بالغ الأهمية. إن النقص المنظم لخطوط الأنابيب ضروري للكشف عن أي عيوب مثل الشقوق وحدوث تآكل. ويتميز نظام اختبارنا المقترح بتعدد استخداماته، وملاءمته للبيئات القاسية، وإمكانات التحكم به عن بعد، وتسليم البيانات في الوقت الفعلي. وتنبع حساسيته العالية عبر استخدام ترددات موجات دقيقة في الإشارات الكهرومغناطيسية."

المياه العادمة الناتجة عن من العمليات البترولية بغرض تعزيز عمليات مؤسسة نفط الشارقة الوطنية. كما يساعد المشروع في إعادة استخدام مواد النفايات المحلية، والتي يتم التخلص منها عادة في مواقع دفن النفايات". ويتناول المشروع الرابع الذي يشرف عليه الدكتور سامح الصايغ، أستاذ ورئيس قسم الهندسة المدنية، على تطوير نموذج جديد للتنبؤ بمؤشر الاستدامة الذي يقوم بتقييم التأهيل المسبق للمقاولين وإمكانات الاستدامة الخاصة بهم قبل طرح العطاءات التنافسية، مع التركيز على الاختيار الأمثل لمقاولي مشاريع النفط والغاز، وهو ما تحدث عنه قائلًا: "إن اختيار المقاولين الكفاء مهم جداً لضمان نجاح مشاريع البناء، خاصة في مجالات التسليم الهندسية والمشتريات والبناء. من المتوقع أن يلعب النموذج المطور دوراً مهماً في دعم صناعات القرار عند اختيار المقاولين المناسبين لمساعدة المؤسسات على التوافق مع مسؤولياتها البيئية ومهمتها للمساهمة في التنمية المستدامة". أما المشروع الخامس والسادس، فهما يركزان على فحص الأنابيب في صناعة البترول، وهو جانب بالغ الأهمية لضمان السلامة وحماية البيئة والكفاءة التشغيلية، حيث تنقل هذه الأنابيب في كثير من الأحيان مواد متطايرة، وفحصها الدوري يمنع الحوادث والحرائق والتلوث البيئي. ويركز الدكتور بسام أبو نعة، أستاذ مشارك في الهندسة الميكانيكية، والدكتور باسل دراس، أستاذ الهندسة الميكانيكية، في بحثهما على تقنيات اختبار باستخدام الموجات فوق الصوتية يمكنها قياس سمك جدران الأنابيب التي تستخدم بكثرة، والتي عادة ما تتعرض لظروف تحميل مختلفة أثناء استخدامها، مما يؤدي إلى تغييرات في خصائصها، وهو ما تحدث عنه الدكتور أبو نعة قائلًا:

الوقود الأحفوري، وتعزيز أمن الطاقة. كما نسعى أيضاً إلى توسيع نطاق أبحاثنا للنظر في قابلية تطوير البنية التحتية للهيدروجين، وتحليل سلوك المستهلكين تجاه المركبات الكهربائية التي تعمل بخلايا الوقود، واكتشاف الجدوى الاقتصادية لاعتمادها وتطبيقها على نطاق واسع". وركز البحث الثاني للدكتور ممن الخضراء، أستاذ مشارك في الهندسة الميكانيكية، والدكتور محمد حمدان، أستاذ الهندسة الميكانيكية، على استخدامات الهيدروجين أيضاً، ولكن من خلال دراسة تحديات استخدام البنية التحتية الحالية المصممة لنقل الغاز الطبيعي (الميثان) نقل الهيدروجين وتخزينه، مع التركيز بشكل خاص على شبكة خطوط الأنابيب الحالية في إمارة الشارقة ودولة الإمارات العربية المتحدة، وهو ما تحدث عنه الدكتور الخضراء قائلًا: "إن التحديات التي نرغب في معالجتها تتعلق بفهم سلوكيات خليط الهيدروجين والغاز الطبيعي في حال تدفقه في خطوط الأنابيب المصممة في الأصل لنقل الغاز الطبيعي فقط. يمكن لأبحاثنا أن تقلل من خطر تسرب الهيدروجين في ظل قابلية الهيدروجين العالية للاشتعال والتي قد تؤدي إلى حصول انفجارات. تهدف نتائج أبحاثنا لتعزيز استقرار التدفق عبر الأنابيب والقضاء على عمليات الانفصال وتقليل التقلبات، وبالتالي خفض التكاليف المرتبطة بنقل الهيدروجين". أما المشروع الثالث للدكتور معروف مورتولا، أستاذ الهندسة المدنية، والدكتور سمير العاشه، أستاذ الهندسة الكيميائية والبيولوجية، فهو يركز على معالجة المياه باستخدام مواد من النفايات المحلية، لتطوير تقنية معالجة المياه الملوثة بالمعادن الثقيلة الناتجة عن العمليات البترولية باستخدام مخلفات الأصداف البحرية ونخيل التمر وهو ما أكد عليه الدكتور مورتولا قائلًا: "يهدف مشروعنا البحثي إلى تطوير تكنولوجيا مستدامة لمعالجة

بخلايا الوقود، والبنية التحتية للهيدروجين، ومعالجة مياه الصرف الصحي، الطريق لحلول طاقة نظيفة. ونحن نتطلع من خلال شراكتنا مع الجامعة الأميركية في الشارقة إلى مشاركة الأبحاث الرائدة التي تعود بالنفع على مؤسسة نفط الشارقة الوطنية والبيئة ودعمها، مما يسهم في تشكيل مستقبل أكثر استدامة". ويتناول البحث الأول لكل من الدكتور مصطفى شعبان، أستاذ مشارك ورئيس قسم الهندسة الكهربائية بالإنابة، والدكتور أكمل عبد الفتاح، أستاذ الهندسة المدنية، المركبات الكهربائية التي تعمل بخلايا الوقود، والتي تستخدم الهيدروجين كمصدر أساسي للطاقة. ويهدف العمل البحثي، والذي أجري بالتعاون مع الدكتور عبد الفتاح علي، أستاذ مساعد في جامعة جنوب الوادي، إلى تعزيز النقل المستدام في دولة الإمارات العربية المتحدة، واستخدام مركبات منخفضة أو معدومة الانبعاثات الكربونية تماشيًا مع استراتيجية دولة الإمارات العربية المتحدة الوطنية للهيدروجين التي تهدف إلى إنتاج 1.4 مليون طن من الهيدروجين الأخضر سنويًا بحلول عام 2031. قال الدكتور شعبان: "إن الاعتماد على الوقود الأحفوري في قطاع النقل يسهم بشكل كبير في تخفيض انبعاثات ثاني أكسيد الكربون، مما يجعله أحد أكبر مصادر الغازات الدفيئة العالمية. من المهم الاعتراف بإمكانات المركبات الكهربائية التي تعتمد على خلايا الوقود وتعمل بالهيدروجين في ظل الاهتمام العالمي بالسيارات الكهربائية، مما يسهل التنقل بدون انبعاثات، ويحد من الغازات الدفيئة وملوثات الهواء، وبالتالي يسهم في معالجة ظاهرة تغير المناخ ويحسن جودة الهواء في المناطق الحضرية. تعمل المركبات الكهربائية ذات خلايا الوقود على تنويع مصادر الطاقة، وتقليل الاعتماد على

دخلت كلية الهندسة في الجامعة الأميركية في الشارقة مؤخراً في تعاون بحثي مع مؤسسة نفط الشارقة الوطنية أدى إلى تمويل ستة مشاريع بحثية تركز على الاستدامة بغرض دعم مساعي كلية الهندسة الأكاديمية والبحثية في الاستجابة لمتطلبات السوق الديناميكية، وتحقيق نتائج أكثر تأثيراً تعزز التعاون والابتكار والتغيير المجتمعي. وقال الدكتور فادي أحمد العلول، عميد كلية الهندسة في الجامعة الأميركية في الشارقة: "لا يؤدي هذا التعاون إلى تمكين الباحثين ذوي الخبرة فحسب، بل يسهم في إشراك طلبتنا في المبادرات البحثية الرائدة. فمن خلال إشراك طلبتنا مع أعضاء الهيئة التدريسية في مختلف المساعي والمشاريع التعاونية، نحن نحرص على تكامل وجهات النظر المبتكرة لتعزيز التبادل الشامل للأفكار والمعارف. تلعب البحوث التطبيقية في كلية الهندسة في الجامعة الأميركية في الشارقة دوراً مؤثراً في معالجة التحديات المحلية. ويسعدنا أن نرى أبحاثنا وهي تؤثر إيجابياً على شركاء استراتيجيين مرموقين مثل مؤسسة نفط الشارقة الوطنية. تتوافق المشاريع البحثية التي تعمل عليها مع احتياجات شركائنا، حيث يقدم أعضاء الهيئة التدريسية خبراتهم عبر ست مجموعات بحثية في الكلية، أهمها مجموعة الطاقة والمياه والبيئة المستدامة، ومجموعة المواد والتصنيع، والتي لها أهمية خاصة في العمل التعاوني مع مؤسسة نفط الشارقة الوطنية". إن تعاوننا مع كلية الهندسة في الجامعة الأميركية في الشارقة يتماشى مع أهداف مؤسسة نفط الشارقة الوطنية المستدامة. تمهد الأبحاث التي تتناول مجالات المركبات الكهربائية التي تعمل

إنجاز جديد

مستشفى الفجيرة يعزز رصيده «الإمارات للخدمات الصحية» باعتماد البورد الإماراتي لطب الأطفال



التعاون بين إدارة المستشفى والهيئات الأكاديمية وأطباء الإقامة لتحقيق أهداف البرنامج وخلق بيئة تعليمية تدريبية إيجابية. وقد أثمرت جهودنا بحصولنا على البورد الإماراتي لطب الأطفال. وقد أفاضت د. نها الزعابي مديرة برنامج البورد لطب الأطفال في مستشفى الفجيرة بأن برنامج تخصص طب الأطفال يركز على معايير تعليمية وأكاديمية عالية، وقد استحدثت تغييرات عديدة، وذلك للارتقاء بمستويات أطباء الإقامة بما يتنافس المعايير الطبية العالمية، ويعمل الكادر الطبي في مستشفى الفجيرة بشكل دؤوب على تحقيق أهداف البورد الإماراتي في عمليات تدقيق الجودة والسلامة والأنشطة الأكاديمية، كما إننا نفخر بقدرة أطباء التخصص على التعامل بفاعلية وثقة مع الحالات الطبية الحرجة منها والمستقرة وبمشاركاتهم في البحوث العلمية والمؤتمرات الطبية وحرازمهم الجوائز المحلية منها والدولية، وهذا يعكس الدعم اللامتناهي من إدارة مستشفى

جوانب العمل التي قد تحتاج إلى تحسين لتلبية متطلبات البورد الإماراتي. وأكد الدكتور أحمد الخديم مدير معيير الرعاية الصحية، تسجيل الإنجازات الطبية المتتالية، حيث تمكن مستشفى الفجيرة التابع لها من الحصول على شهادة الاعتماد البرامجي لاختصاص طب الأطفال من قبل المعهد الوطني للتخصصات الصحية "البورد الإماراتي"، الذي يعد أحد أبرز برامج الاعتمادات في الدولة. وجاء إعلان المعهد الوطني للتخصصات الصحية عن حصول مستشفى الفجيرة على شهادة الاعتماد البرامجي لاختصاص طب الأطفال بعد استيفائه معايير الاعتماد البرامجي للبورد الإماراتي لمدة أربع سنوات، حيث يعكس هذه الاستحقاق حرص المستشفى على استعداده المبكر من خلال دراسة المعايير والمتطلبات اللازمة للحصول على الاعتماد، والعمل على التقييم والتدقيق بما في ذلك المعايير الطبية والإدارية والتشغيلية، وتطوير أي من



للمجتمع، وفق أعلى معايير الجودة والسلامة في الخدمات الطبية، وبما يتسق مع توجهات مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية واستراتيجيتها المشمولية السابعة إلى تحقيق الريادة والتميز في مجال الرعاية الطبية. وقالت الدكتورة أمل المعيني المدير الفني في مستشفى الفجيرة إننا نشعر بالفخر لما توصل له برنامج طب الأطفال من نجاح وتقدم، وهذا يؤكد ضرورة وأهمية

•• الشارقة- الفجر
تواصل مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية، الجهة الرائدة في توفير أعلى معايير الرعاية الصحية، تسجيل الإنجازات الطبية المتتالية، حيث تمكن مستشفى الفجيرة التابع لها من الحصول على شهادة الاعتماد البرامجي لاختصاص طب الأطفال من قبل المعهد الوطني للتخصصات الصحية "البورد الإماراتي"، الذي يعد أحد أبرز برامج الاعتمادات في الدولة. وجاء إعلان المعهد الوطني للتخصصات الصحية عن حصول مستشفى الفجيرة على شهادة الاعتماد البرامجي لاختصاص طب الأطفال بعد استيفائه معايير الاعتماد البرامجي للبورد الإماراتي لمدة أربع سنوات، حيث يعكس هذه الاستحقاق حرص المستشفى على استعداده المبكر من خلال دراسة المعايير والمتطلبات اللازمة للحصول على الاعتماد، والعمل على التقييم والتدقيق بما في ذلك المعايير الطبية والإدارية والتشغيلية، وتطوير أي من

لاستعادة تدفق الدم لدماعها بعد إصابتها بسكتة دماغية

مستشفى ميدكير الصفا يجري جراحة أوعية دموية مبتكرة لوفادة بريطانية (72 عاماً)

مستويات الكوليسترول لديهم، مؤكدة أنه "يتعين على الناس أن يتخذوا خطوات استباقية من أجل الوقاية من الإصابة بالسكتات الدماغية غير المتوقعة". ويمثل نجاح حالة "فيفيان" إنجازاً كبيراً في مجال الرعاية الصحية بالمرض، كما يُرسى أيضاً معايير جديدة في توفير الخدمات العلاجية المتقدمة لأمراض الأوعية الدموية في دولة الإمارات وخارجها. وتتحقياً على الآثار الأوسع نطاقاً لنجاح العملية، قال د. ساهر: "فتحت هذه الحالة آفاقاً جديدة أمام المرضى الذين يعانون أمراضاً مماثلة في المنطقة، كما تدل على تحقيق اختراق في مجال رعاية الأوعية الدموية وإرساء سابقة في علاج حالات مستعجلة مشابهة بما يؤدي إلى الارتقاء بمعايير الرعاية الصحية عموماً في الإمارات، ونحن فخورون في المساهمة بتطور القطاع الطبي وتزويد المرضى بحلول عصرية ومبتكرة في علاج أمراض الأوعية الدموية المعقدة". ومن الجدير بالذكر أن رحلة "فيفيان" نحو التعافي تُعد بمثابة شهادة على خبرة والتزام الكادر الطبي في مستشفى ميدكير الصفا، تحت إشراف خبراء طبيين من ذوي الدراية الواسعة مثل الدكتور "ساهر عرعور". ولا يسهم هذا الانتصار الطبي في إحداث فرق إيجابي على حياة الأفراد فحسب بل وإنما يتروك بصمة دائمة على مشهد الرعاية الصحية عموماً، بما يؤكد التزام مستشفى ميدكير بريادة التطور والارتقاء بمعايير التميز الطبي في دولة الإمارات العربية المتحدة وخارجها.

الحد في الشرايين السباتية لدى المريضة وتقليل خطر تعرضها لإصابات دماغية وعائية في المستقبل". ويشار إلى أن مرض تضيق الشرايين السباتية لديهم خطر متزايد للإصابة بسكتة دماغية كلما ارتفعت درجة التضيق. وفي حين أنه من الشائع حدوث تضيق للشرايين السباتية مع تقدم العمر، إلا أن نسبة تضيق الشرايين السباتية لدى السيدة "فيفيان" وصلت إلى أكثر من 70%، مما يزيد من خطر إصابتها بسكتة دماغية على نحو ملحوظ مع مرور السنين. وتتماثل "فيفيان" للشفاء حالياً، وتظهر علامات واعدة على تحسن حالتها، حيث يمكنها الآن السير لمسافات قصيرة ومتوسطة وسعود الدرج من دون لثبات أو الشعور بضيق في التنفس واستعادت قوتها العضلية، ولكن الأهم من ذلك كله أن خطر الإصابة بسكتة دماغية أخرى أصبح مساوياً لخطر تعرض أي شخص طبيعي في سنها للسكتة. وأعربت "فيفيان" عن تقديرها قائلته: "أنا ممتنة جداً للرعاية الاستثنائية التي تلقيتها من الدكتور ساهر عرعور وفريقه الطبي بأكملها في مستشفى ميدكير الصفا. لقد تحسنت حالتي على نحو ملحوظ بفضل اهتمامهم وكفاءتهم العالية، كما أنني أتمثل للشفاء حالياً ولا يمكنني أن أعبر بما يكفي عن مدى تقديري للرعاية الشخصية التي حصلت عليها هنا". وأضافت: "أمل أن تساهم حالتني عبرة للأخريين وتشجيعهم على إجراء فحوص دورية لشرايينهم

بالرجفان الأذيني، الذي عادة ما يجعل ضربات القلب سريعة وغير منتظمة، وتفاقمت حالتها الصحية بسبب الأدوية المضادة للتجلط التي كانت تتناولها سابقاً لتفادي الإصابة بالجلطات الدموية بعد السكتات، مما استلزم إجراء تقييم شامل واعتماد نهج طبي متعدد التخصصات لعلاجها. ويُسَلِّط د. ساهر عرعور الضوء على تعقيدات حالتها الطبية، قائلاً: "شكلت الحالة الصحية للسيدة فيفيان تحدياً بالفعال، حيث كانت تعاني من تضيق حاد وتكلس شديد واحناء غير طبيعي في الشرايين السباتية، مما تطلب دراسة متأنية لحالتها، وتمثل هدفنا في معالجة قصور الأوعية الدموية الدماغية الحاد إلى جانب التعامل مع التعقيدات الناجمة عن التاريخ الطبي للمريضة". وأردف د. ساهر: "بعد مناقشات مستفيضة اضطلعت على خيارات إجراء جراحة أوعية دموية وتوفير الرعاية العصبية والقلبية المكثفة، قررنا اتباع نهج علاجي مكون من مرحلتين لإعادة فتح الشرايين السباتيين الأيسر والأيمن على التوالي. حيث تضمن الإجراء الأول استئصال باطنة الشريان السباتي الأيسر لإزالة الترسبات المترسبة التي تسببت في تضيق الشريان، ومن ثم إغلاقه باستخدام رقعة عضوية مع مراعاة التروية الدماغية المستمرة بواسطة تحويلة دماغية، فيما تضمن الإجراء الثاني زرع دعامة لإعادة فتح الشريان السباتي الأيمن مع استخدام فلتر لحماية الدماغ، وكان هدفنا من خلال هذه الخطة العلاجية المبتكرة معالجة التضيق

•• دبي- الفجر
تمكنت "فيفيان آيسون ديفيدسون"، وهي وافدة بريطانية تبلغ من العمر 72 عاماً، من التغلب على إصابتها بتضيق شديد في الشرايين السباتية، وهي حالة تسببت بتعرضها لسكتتين دماغيين متكررتين، بعد خضوعها لعملية جراحية معقدة ومبتكرة أجريت لها في مستشفى ميدكير الصفا. وكانت "فيفيان" معرضة لخطر الإصابة بسكتات دماغية متكررة نظراً لحالتها الطبية الحرجة، لكن الدكتور "ساهر عرعور"، استشاري جراحة الأوعية الدموية في مستشفى ميدكير، أدار حالتها الطبية بنجاح، ليمنحها فرصة جديدة للحياة. وكانت المريضة قد أصيبت مسبقاً بسكتتين دماغيين عندما التقت د. ساهر في مستشفى ميدكير الصفا للخضوع لفحوص طبية عاجلة. حيث أشارت الحالة العصبية لـ "فيفيان" قلق د. ساهر، فطلب إجراء فحص لشرايين رقبتيها، ليكتشف حينها أنها تعاني من حالة تُعرف باسم "قصور الأوعية الدموية الدماغية"، وهي انسداد شرايين حاد يؤدي إلى قصور في إمدادات الدم إلى الدماغ، وكان هذا الانسداد ناجماً عن تضيق شديد في الشرايين، حيث تقلصت شرايينها السباتية، والتي تعتبر الأوعية الدموية الرئيسية التي تنقل الدم إلى الدماغ، بنسبة 70% على الجانب الأيمن و80% على الجانب الأيسر. وكان لدى المريضة أيضاً تاريخ من الإصابة



منوعات العقل

23



يسعى الكثيرون إلى تناول طعام صحي قدر الإمكان، واتخاذ خيارات مغذية والوجبات الرئيسية والوجبات الخفيفة، باعتبار أن ما نتناوله له تأثير كبير على صحتنا. وإذا كنت تأكل الكثير من الخضار وتحافظ على اللحوم المصنعة والسكر المكرر عند الحد الأدنى، فأنت بالفعل على الطريق الصحيح. وهناك بعض الأطعمة التي يمكن أن تحتوي على فوائد صحية إضافية، ما يساعد الجسم على التقدم في العمر بشكل جيد ويحميه "مثل الدرع".

تساعد الجسم على التقدم في العمر بشكل جيد

5 أطعمة مضادة للشيخوخة «تحميك مثل الدرع»



1. التوت الأزرق
الغذاء الأول الذي يقترحه الدكتور بولفين لطول العمر هو التوت الأزرق. وكتب في مقال لموقع CNBC. أن الفاكهة الأرجوانية الصغيرة غنية بالفيتامينات ومضادات الأكسدة التي تحمي الجسم من العدوى، فضلا عن كونها لذيذة ومنخفضة السعرات الحرارية.

2. الطماطم
عندما يتعلق الأمر بشرتك، يمكن أن يساعد أحد الأطعمة غير المتوقعة في إبطاء علامات الشيخوخة، وفقا لما تقوله خبيرة التغذية أماندا أورسيل.

3. الأطعمة المصنوعة من الحبوب الكاملة
الأطعمة المصنوعة من الحبوب الكاملة التي تطلق الطاقة ببطء هي عنصر أساسي آخر لمكافحة الشيخوخة بحسب أورسيل.

4. المكسرات
وتعد حفنة من المكسرات هي الوجبة الخفيفة المفضلة للأشخاص الذين يعيشون في المناطق الزرقاء، وهي خمس مناطق في جميع أنحاء العالم يعيش فيها الأشخاص بانتظام حتى عمر 100 عام.

5. الزيوت الصحية
سواء كان سمك السلمون والسردين، فإن هذه الأسماك الزيتية مليئة بدهون أوميغا 3 الأساسية المهمة للمساعدة في التحكم في ضغط الدم وصحة القلب بشكل عام، وفقا لأورسيل.

وأضافت أورسيل أن تناول الطماطم يمكن أن يساعد على حماية بشرتنا من الشيخوخة، من الداخل إلى الخارج ومحاربة التجاعيد.

وذلك لأن الطماطم، بالإضافة إلى خضار مثل السبانخ والفلفل الأحمر والجزر واللفت، مليئة بأصباغ مضادة للأكسدة تسمى اللايكوبين واللوتين وبيتا كاروتين.

ووفقا لأورسيل، يمكن أن تكون هذه مفيدة بشكل خاص لتحقيق استقرار الطاقة لدى المرأة حيث تبدأ هرموناتها في

وقدم الباحث في طول العمر وطبيب الطب التجديدي الدكتور نيل بولفين مجموعة من الأطعمة الغنية بالمغذيات يتناولها يوميا لدرء الالتهابات وتعزيز صحة الدماغ وحتى المساعدة في إصلاح الحمض النووي:

ووفقا للباحث في طول العمر، فإن التوت الأزرق غني بمضادات الشيخوخة القوية بسبب احتوائه على نسبة عالية من مضادات الأكسدة التي تسمى الأنثوسيانين. ويمكن أن تساعد هذه العناصر في الحفاظ على صحة الخلايا ومنعها من التلف، بينما تشارك أيضا في عمليات إصلاح الحمض النووي.

وشرح الدكتور بولفين أنه بسبب محتواه من فيتامين سي، يمكن للتوت الأزرق أن يقلل من تلف العضلات وأنها مع تعزيز إنتاج الكولاجين وصحة العين. ومضى الطبيب يقول إن فوائد هذه الفاكهة الصغيرة يمكن أن تمتد أيضا إلى الدماغ، مستشهدا بأبحاث تشير إلى أن التوت والفراولة مرتبطين بتأخير الشيخوخة العقلية لمدة تصل إلى عامين ونصف.

وأشار إلى أن التوت الأزرق قد يقلل أيضا من مستويات الكوليسترول السيئ ويقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب بسبب احتوائه على نسبة عالية من الألياف القابلة للذوبان.

العلماء يحذرون من أطعمة تحوي مواد دقيقة تسبب السرطان!

تحتوي غالبية اللحوم والبدائل النباتية على قطع بلاستيكية صغيرة مرتبطة بالسرطان، وفقا لدراسة تأتي بعد اكتشاف أن المياه المعبأة مليئة بالسموم.



المواد البلاستيكية الدقيقة على صحة الإنسان. ويبدو أن النتائج المروعة تحاكي ما توصلت إليه دراسة صدرت يوم الاثنين، والتي وجدت في المتوسط 240 ألف جسيم نانوي في زجاجة ماء سعة لتر واحد، مقارنة بـ 5.5 جسيما نانويا في لتر واحد من ماء الصنبور.

وتم العثور على الألياف في ما يقرب من نصف مصادر الغذاء، في حين شكلت شظايا البلاستيك حوالي ثلث المواد البلاستيكية الدقيقة. وهناك حاجة لإجراء أبحاث إضافية لفهم مدى انتشار المشكلة وتحديد مصدر المواد البلاستيكية الدقيقة وكيفية تأثير استهلاك

عشوائيا من مصادر الغذاء المقسمة لتحديد كمية ونوع المواد البلاستيكية الدقيقة. وتحتوي جميع منتجات البروتين على مواد بلاستيكية دقيقة وكانت موجودة في 88% من إجمالي العينات، بما في ذلك البروتينات النباتية والماكولات البحرية.

التعبئة والتغليف، أو المكونات المضافة، أو الجسيمات المحمولة جوا. وقالت الدكتورة بريتا بايشلر، المعدة المشاركة في الدراسة، عالمة الأحياء البحرية والمديرة المساعدة لعلوم البلاستيك في Ocean Conservancy: "هذا تذكير منهل بمدى انتشار التلوث البلاستيكي". وأضافت: "إن أزمة التلوث البلاستيكي تؤثر علينا جميعا، ونحن بحاجة إلى اتخاذ إجراءات لمعالجة أشكالها المتعددة". وعمل فريق Ocean Conservancy مع علماء في جامعة تورنتو لإجراء هذه الدراسة. وقام الفريق بشراء عينات من البروتينات والنباتات من متجرين كبيرين في منطقة بورتلاند بولاية أوريغون لإجراء التجربة. وتم ذلك لأن الأمريكيين أكثر عرضة لاستهلاك الأطعمة المشتراة من المتاجر والمعالجة والمعبأة، وفقا للدراسة التي نشرت في مجلة التلوث البيئي. ونظر الباحثون في 124 عينة تم اختيارها

أثار صحية غير معروفة. وربطت الجزيئات الصغيرة بتطور السرطان وأمراض القلب والخرف، فضلا عن مشاكل الخصوبة. وتكهن الباحثون بأن الأطعمة ملوثة بالمعادن المستخدمة أثناء إنتاج الأغذية وتوزيعها، أو

واختبر العلماء 16 نوعا من البروتين، بما في ذلك قطع الدجاج وشرائح اللحم البقري وشرائح السمك والبرغر النباتي، ما أظهر أن البشر يستهلكون البلاستيك بغض النظر عن مصدر البروتين الذي يختارونه. وتحتوي 90% من المنتجات على مواد بلاستيكية نانوية، والتي يخشى العلماء من تراكمها في الأعضاء الحيوية مع



حكومة دبي للإقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70640

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم الشركة : أحمد أبو أحمد مبادئ لمرجعة الحسابات ش ذ م م
العنوان : مكتب 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - برديي - عود ميثاء - الهاتف : 04-8866575 فاكس : 04-8866575 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتنصيف توريدات تجارة الكمالات الغذائية - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 14/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 14/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70640

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : تريدياب لتجارة الكمالات الغذائية - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم G203 ملك ماجد سلطان عبدالرحمن سيف الشامسي - ديرة - الخطية - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 1116421 رقم القيد بالسجل التجاري : 1942310 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 14/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 14/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين أحمد أبو أحمد مبادئ لمرجعة الحسابات ش ذ م م العنوان : مكتب 411 ملك عبدالله محمد عبدالله الموسى - برديي - عود ميثاء - الهاتف : 04-8866575 فاكس : 04-8866575 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70649

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : سمارت فيجن لمرجعة الحسابات
العنوان : مكتب رقم 2001-9 ملك رويبا هولدينج ليمنتد - برديي - الخليج التجاري - هاتف : فاكس : بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتنصيف صالون اكسيمي للسيدات ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 12/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 12/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين سمارت فيجن لمرجعة الحسابات العنوان : مكتب رقم 2001-9 ملك رويبا هولدينج ليمنتد - برديي - الخليج التجاري - هاتف : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70649

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : صالون اكسيمي للسيدات ش ذ م م
العنوان : دبي - ورسان الأولى - ICE006-S08 - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (م ذ م) ، رقم الرخصة : 1121932 رقم القيد بالسجل التجاري : 1849242 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 12/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 12/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين سمارت فيجن لمرجعة الحسابات العنوان : مكتب رقم 2001-9 ملك رويبا هولدينج ليمنتد - برديي - الخليج التجاري - هاتف : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة راس الخيمة لإدارة الخدمات المجتمعية

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70349

الموضوع / الأسماء

تهديكم أطيب التحيات وأصدق الأمنيات بدوام التوفيق والسداد، وبالإشارة الى الموضوع أعلاه فتبديكم بأنه تعلن دائرة محاكم راس الخيمة بأن المدعو/ جمال الدين احمد حسين ، تقدم بطلب تغيير اسم ابنته من (نايغ) إلى (مريم نايغ) ، ليكون اسمها بعد التغيير/ مريم نايغ ، وأن من له مصلحة في الإعتراض أن يتقدم خلال خمسة عشر يوماً من تاريخ الإعلان أمام قسم الإشهاديات في محكمة رأس الخيمة.

قاضي المحكمة رأس الخيمة الابتدائية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70535

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - عبدالكريم عبدالحفيظ عبدالكريم إخطار دفع في القضية رقم 0010248/SHCXCICOMS2023 تجاري

إلى المحكوم عليه : عبدالكريم عبدالحفيظ عبدالكريم
العنوان : دبي (حسب التحري) هاتف رقم : 971568493932
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ ضوامخ لتأجير السيارات - في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 14173.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (المدة) 7 يوماً من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكلف (ين) بحضور جلسة يوم - الموافق - الساعة - أمام المحكمة المذكورة. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70535

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - هيا خليل لتأجير السيارات - ذ م م إخطار دفع في القضية رقم 0000825/2024SHCXCICOMS تجاري

إلى المحكوم عليه : هيا خليل لتأجير السيارات - ذ م م
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ المزاج لنقل الكراب بالحافلات
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 15806.0 درهم
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) يوماً من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70646

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الفجيرة الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - يوسف سالم عبيد سالم الكعبي إخطار دفع في القضية رقم 0000281/FUCEXCICIVS2024 مدني

إلى المحكوم عليه : يوسف سالم عبيد سالم الكعبي
العنوان : إمارة الفجيرة شارع الشيخ خليفة بن زايد فيلا رقم 25 ويعلن برسالة نصية على رقم الهاتف 0501253992
الوارد برسالة التحري هاتف جوال 0501253992
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ الشركة الوطنية للتأمينات العامة - ش م ع
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 39249.0
لذلك بموجب هذا أنت مكلف بتنفيذ ما جاء أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ اليوم التالي لتبليغكم، وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70670

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : ايه & أم الانصاري لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 1-2903 ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد بن سلطان ال نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس : 04-2955582 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتنصيف كاسيفينا للقرارات - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 4/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 4/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين في مكتبه الكائن بدبي على العنوان المذكور أعلاه، مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70670

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : كاسيفينا للقرارات - ش ذ م م
العنوان : مكتب رقم 1-69 ملك شركة الرستمان العقارية (ش ذ م م) - بورسعيد - الشكل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (م ذ م) رقم الرخصة : 1158465 : رقم القيد بالسجل التجاري : 1922492 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 4/3/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 4/3/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ايه & أم الانصاري لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 1-2903 ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد بن سلطان ال نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس : 04-2955582 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70670

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : ايه & أم الانصاري لتدقيق الحسابات
العنوان : مكتب رقم 1-2903 ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد بن سلطان ال نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس : 04-2955582 بموجب هذا تعلن الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتنصيف يلوان تجارة المواد الغذائية ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 25/2/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 25/2/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ايه & أم الانصاري لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 1-2903 ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد بن سلطان ال نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس : 04-2955582 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي للإقتصاد والسياحة

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70670

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : يلوان تجارة المواد الغذائية ش ذ م م
العنوان : محل رقم 13 ملك اثرامه على ملائكتا مؤسسة دبي للاستثمارات الحكومية - كورنيش ديرة - الشكل القانوني : ذات مسؤولية محدودة ، رقم الرخصة : 218350 رقم القيد بالسجل التجاري : 55565 بموجب هذا تعلن دائرة الإقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بانحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 25/2/2024 والموافق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 25/2/2024 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين ايه & أم الانصاري لتدقيق الحسابات العنوان : مكتب رقم 1-2903 ملك سمو الشيخ هزاع بن زايد بن سلطان ال نهيان - المركز التجاري الأول - هاتف : 04-2955582 فاكس : 04-2955582 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70530

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة عجمان الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - محمد قاسم محمد بن راشد إخطار دفع في القضية رقم 0001782/AJCEXCIBOUNCE2023 الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : محمد قاسم محمد بن راشد
العنوان : عجمان - عجمان كورنيش زويديس، برج T1، شقة 303، مكتب رقم 4203010592
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ مؤسسة عقارات عجمان (عقار) - في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 20924.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكلف (ين) بحضور جلسة يوم - الموافق - الساعة - أمام المحكمة المذكورة. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70530

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة عجمان الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - هيامي ناراين راجواني كيشانشاند راجواني إخطار دفع في القضية رقم 0001637/AJCEXCIBOUNCE2023 الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : هيامي ناراين راجواني ناراين كيشانشاند راجواني
العنوان : عجمان مشروع عجمان كورنيش زويديس برج T1 شقة 1605
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ مؤسسة عقارات عجمان (عقار) - في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 604938.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فانت (م) مكلف (ين) بحضور جلسة يوم - الموافق - الساعة - أمام المحكمة المذكورة. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

إعلان تصفية

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70021

إس ايه أي أرابيا أم اي منطقة حرة ذ م م
نحن أعضاء مجلس إدارة شركة إس ايه أي أرابيا أم اي منطقة حرة ذ م م ، شركة ذات مسؤولية محدودة ، تم تأسيسها في النقطة الإعلامية - أبوظبي ، حاملة سجل رقم (930) تقدم اشعار للإعلانات عن :
- بدء التصفية الطوعية للشركة من قبل المساهمين فيها.
- تعيين السادة / ان اوزي وشركاه محاسبين قانونيون ذ م م ، مسؤول التصفية للشركة.
أعطى هذا الإشعار بموجب أنظمة الشركات 2016

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70021

إعلان مدعي على بالنشر

لدى محكمة خورفكان الإتحادية الابتدائية المدنية إخطار دفع في الدعوى رقم 0000060/KHCFCICIVS2024 مدني

إلى : شيخه عبدالله غلوم عباس المازني
محول محل الإقامة : مبرمة إماراتية رقم 784199648108175 هاتف رقم 0527016865
العنوان : التبرقة "الأحلام" بن طريق الواسط على الرقم 0527016865
لصالحكم بأن المصفي (م) أحمد جمعة علي القليل القضي - العنوان / محل الإقامة : حوية إماراتية رقم 971131937969713193 هاتف رقم 78419969713193
خلف صالون أشرافو ، فيلا رقم 442 رقم الهاتف 971501117829
قد اقام الدعوى المذكورة أعلاه للمطالبة ب :
تسديد القرب موعد لتسليمة الإعلان
الزام المدعي على براجاع مبلغ المدعى للطرف لثلاثة أشهر بقيمة 17000 درهم.
لذا يتوجب عليك الحضور أمام المحكمة خورفكان المدنية والعمالية الثانية محكمة خورفكان الإتحادية صباح يوم الثلاثاء الموافق 2/4/2024 الساعة 9:00 تقديم ما لديكم من دفاع ومستندات ، وفي حالة عدم حضوركم أو امتناع وكيل محتمد بتوب عنكم فإن المحكمة ستبادر بالإجراءات القانونية في غيابكم.
حرر بتاريخ 13/3/2024 م.

مكتب الخدمات القضائية

محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70533

إعلان بيع عقار بالنشر في التنفيذ رقم 33/2022/211 تنفيذ عقاري

الطريق في: ديرة التنفيذ المدنية 184
العدد ٢٠٢٣/٣/١٩ 70533
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم 199/493-2019 استنفذت عقاري، بسداد الدين المتدبر في وقته (402383 درهم) خلافاً للدوام والمصاريف.
طالب التنفيذ: عبدالله بن محمد بن امين فطحي - عواقره - الإمارات - (إمارة دبي - البريقة الأولى - برديي - فرع السيد - مبنى - نارية التراب والهدام - شقة رقم 2515 رقم مكني : 1594076968 - 0966505356480 - م.ص.ص - منفذ ضده
الطرف الآخر: رائدو لتطوير العقاري - ش.د.م - المصنف - منفذ ضده
2618588282
عنوان: (العنوان) الإمارات دبي - بورسعيد - منطقة برج خليفة - نايبة - مكتب امير العقارية - مكتب رقم 1101 رقم مكني : 2618588282
موضوع الإعلان: انه في يوم الأربعاء الموافق 2024/4/3 الساعة 00:00:00 د.م وبموجب المذكرة التالفة ان الغرض المحال مسجور بيع العنصر الموصوفه لوسيله اذتم لدى الهيئه التي اصبه بها البيع (عرة الإمارات للخدمات وعلى موهله الإلكتروني http://www.emiratesaucaion.com) وعلى من يريها ويصير الشراء والبيع خلال فترة ايام التالفة للبيع والبيع عليه وعلى من يريها ان يريه ان يريه على ان يبيع العنصر المذكور لوسيله اذتم بشرط ان لا يقل عن هذه الميزانية عن عشر المئتين على ان يقوم ببيعها على المعلن الغرض الموصوفه بشرط ان يبيعه للمعلن ويؤدي على بيان وصف الممتلكات - نحو ممتلكة على صفة عقارية (تمت الاذنه) مكتبى 5-1 2081 منطقة - مجمع دبي للإعمار الأول - رقم المبنى 543 - شقة 75-90 رقم رقم النشر: 19 - ام.الشرق: 19 - ا.تليفون: 199-107 - A196 - التقييم: 465.825.59 درهم على صفة ممتلكة - ممتلكات : 1. يبيع المبلغ الفواز.

حكومة راس الخيمة دائرة المحاكم

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70392

إعلان عن بيع عقارات بالمزاد العلني عن طريق النشر بجريدين رسميتين الامارات - راس الخيمة - التصديقات في القضية التنفيذية رقم 2019/367

تعلم محكمة راس الخيمة الابتدائية - دائرة التنفيذ عن بيع عقار عبارة عن ارض صناعية والعائدة لمكتبتها ا/ي / ودة المرحوم عبدالله على عبدالله الصبح الجبري ومساحتها 38972 قدم مربع والذي تحمل وشيئة الهبات ملكية (11532/2002) ورقم القسيمة التساعي (213050074) ورقم مكاني (9731148706) ورقم مختلط (2003/590)

بناء على قرار قاضي التنفيذ في القضية التنفيذية رقم 2019/367 تنفيذ بتاريخ 3/27/2024، عن طريق شركة الإمارات للمزادات وذلك في تمام الساعة السادسة مساءً ، علماً بان قيمة التأمين %20 تدفع مقدماً. علماً من يرغب بالاشتراك في الاطلاع الدخول على الموقع الإلكتروني لشركة الإمارات للمزادات http://www.emiratesaucaion.com. ومن يرغب بالإعتراض عليه مراجعة دائرة التنفيذ أثناء الدوام الرسمي وحتى جلسة المزاد المذكورة.

أمور التنفيذ

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70530

إعلان في القضية التنفيذية بالنشر إخطار دفع في القضية رقم 00003750/AJCEXCIBOUNCE2022 الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : انامالاي كاريوب
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ مؤسسة عقارات عجمان (عقار) ويملكها السيد غالب جابر
في القضية المشار اليها أعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 15924.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة عجمان الإتحادية محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70530

إعلان في القضية التنفيذية بالنشر إخطار دفع في القضية رقم 00055664/AJCEXCIBOUNCE2023 الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : محمد المحطفي ابراهيم الشريف
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ جي جا العقارية للاستثمارات (م ذ م) - في القضية المشار اليها أعلاه.
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 44216.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة عجمان الإتحادية محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70392

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - الظفر الراقي تقارونات التكتسية والإصباغ مزهر الإسلام شمس الحق إخطار دفع في القضية رقم 0000625/SHCXCICPI2024 امر اءاه

إلى المحكوم عليه : 1. الظفر الراقي تقارونات التكتسية والإصباغ والاصباغ
2. مزهر الإسلام شمس الحق
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ شركة كونكس المحدودة - ذ م م - في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 30946.0 درهم
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70555

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة الشارقة الإتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - كامالا ب ك رام شاندرابا ك إخطار دفع في القضية رقم 0000365/SHCXCICIVS2024 مدني

إلى المحكوم عليه : كامالا ب ك رام شاندرابا ك
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ ديل كوماري ادهيكاري خاتيبوا
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 43751.0 درهم
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70392

إعلان في القضية التنفيذية بالنشر إخطار دفع في القضية رقم 00004722/AJCEXCIBOUNCE2023 الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : سليمان عثله كساب العيسى عثله
حيث انه قد صدر الحكم المرفق صورة عنه ضدك لصالح المدعي المنفذ ناصر عبدالعزيز الرئيسي ، الجنسية الإمارات العربية المتحدة.
في القضية المشار اليها أعلاه. وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ، وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :
المجموع الكلي شامل الرسوم والمصاريف 15924.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخذ بحفك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانوناً.

محكمة عجمان الإتحادية محكمة التنفيذ المدنية

الامارات العربية المتحدة وزارة العدل

العدد ١٤١٠٦ بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٩ 70408

إعلان مدعي على بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة التنفيذ المدنية الإتحادية إخطار دفع في الدعوى رقم 0001348/SHCFCICOMS2024 تجاري

إلى المدعي عليه : دينيس مايكل فلورانت التجارة لمصلحة مكتب دينيس مايكل بن مايكل مندي الجينية محمول محل الإقامة :
إعلان بالنشر باللغة العربية والإنجليزية
الدعوى المرفوعة من / المدعي (3) بروج التور فلورانت التكتسية والإرضيات والأصباغ يطالبكم فيها ب: أولاً : قبول تسجيل الدعوى وتحديد القرب جلسة لتطرحها مع إعلان المدعي عليها بها ثانياً : الزام المدعي عليه بسداد مبلغ وقدره 38463 درهم مع القضاء بالتأخيرية والقانونية بواقع 12% من تاريخ رفع الدعوى وعلى المدعي والمدعى عليه تسديد التتأ.
الزام المدعي عليها برسوم وفوات المدعي وبمقابل العايب الحاماد.
انت مكلف بالحضور أمام المحكمة خورفكان المدنية والعمالية الثانية محكمة الشارقة الإتحادية المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم المكتب مدير الدائرة المدنية وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ تقديم مذكرة عوابية على الدعوى مرفقها بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة ايام من تاريخ النشر وذلك لتنظر في الدعوى المذكورة فقهوا اعلا - بوصف مدعي عليه.
حرر بتاريخ 14/3/2024 م.

مكتب الخدمات القضائية



منوعات

الفجر

26

بدور القاسمي تفتتح معرض «فصول من الفن الإسلامي: فصل السجاد» في بيت الحكمة



وغيرها من الحرف اليدوية التقليدية، خاصة حرفة «السود».

ويعتزم بيت الحكمة تنظيم هذا المعرض بصفة سنوية بغرض تسليط الضوء على الفصول المختلفة من الفن الإسلامي التي حفلت بها مجموعة إيتينهاوزن ومن أهمها فن العمارة الإسلامية وأدب السفر والترحال والنقوش والزخارف الإسلامية.

العالم.

أما القسم الرابع فهو مخصص لتشجيع التفاعل الفني لأفراد المجتمع ضمن جهود بيت الحكمة الرامية لدعم المواهب المحلية الواعدة حيث تعاون مع الفنانة والمصممة الإماراتية سارة الخيال لعرض عملها الفني الذي يحمل عنوان «النمط الشبكي وأهميته في الحياكة»، وهو عمل يسلط الضوء على النمط الشبكي المستخدم في الحياكة

السجاد التقليدي والمعروفة بحرفيتها العالية والتزامها الراسخ بالمسؤولية المجتمعية ويضم منفذ للتجزئة يعرض مجموعات متنوعة من السجاد القديم.

ويستعرض القسم الثالث أعمالاً إبداعية لفنانين وحرفيين محليين ودوليين وذلك بالتعاون مع مشروع فاطمة بنت محمد بن زايد (FBMI) الذي تأسس لغاية تمكين المرأة ومجتمعها في الدول النامية حول

التقليدية وعمل فني مستوحى من نقش «السنوف» التقليدي المطعم بلمسة عصرية رائعة.

ويتضمن القسم الأول من معرض «فصول من الفن الإسلامي - فصل السجاد» عرض «فصول من الفن الإسلامي - فصل السجاد» في بيت الحكمة بالشارقة الذي يسلط الضوء ولدة ثلاثة أشهر على الأهمية الثقافية والتاريخية والتراثية للسجاد والمنسوجات وفن الحياكة في العالم الإسلامي في ضوء مجموعة مختارة من كتب تاريخ الفن العربي والإسلامي التي تضمنتها مكتبة البروفيسور ريتشارد إيتينهاوزن وهي مجموعة عناوين نادرة وقيمة تفضل صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة بإهدائها إلى بيت الحكمة.

وإصطحاب فاطمة المحمود مديرة التخطيط الثقافي في بيت الحكمة الشارقة بدور القاسمي بحضور أحمد القصير المدير التنفيذي لـ «شروق» ومحمد جمعة المشرف المدير التنفيذي لمكتب الشارقة للاستثمار الأجنبي المباشر «استثمر في الشارقة» وريم بن كرم مدير عام مجلس «إرثي» للحرف المعاصرة في المعرض للتعريف بأقسام الأربعة التي تضمنت مجموعة من الكتب الورقية والرقمية والمحفوظات المتعلقة بالفن الإسلامي في السجاد والمنسوجات عبر البلدان والحقب الزمنية المختلفة إلى جانب مجموعة من تصاميم السجاد

•• الشارقة - وام

تحت رعاية سلطان القاسمي

الشارقة تجمع علماء العربية في نواكشوط تحضيراً لإطلاق «المعجم العربي الإفريقي»

امحمد صافي المستغامي: العربية ساهمت في تشكيل الهوية الثقافية للشعوب الإفريقية

بحث تنظيم المادة المعجمية وتبادل الشاركون في الندوة التحضيرية لمشروع «المعجم العربي الإفريقي» وجهات النظر حول أفضل السبل لتنظيم المادة المعجمية، حيث تم طرح عدة آليات مثل الترتيب حسب الحقول الدلالية أو الأبجدية، وكذلك اعتماد معجم الانفاط. وعكست النقاشات الجهود المبذولة لتعميق الصلة بين اللغة العربية واللغات الإفريقية، مستفيدين من تجارب معجمية متنوعة وغنية.

وفي سياق متصل، تناول المتحدثون تجربة تدريس اللغات الإفريقية في المناهج التعليمية الموريتانية، مشيرين إلى أهمية هذه الخطوة في تكوين جيل جديد من مزدوجي اللغات الذين يساهمون في إثراء البحوث والدراسات المتعلقة بالعلاقة بين اللغة العربية واللغات الإفريقية.

كما بدأ مجلس اللسان العربي في موريتانيا بمصطلحات، بل لجسر معبر يربط بين الحضارات، وبعد خارطة تدير دروب المؤرخين واللغويين والأنثروبولوجيين، ويعزز فهماً للتفاعلات الثقافية والحضارية التي شكلت وما زالت تلعب دوراً محورياً في تعزيز التواصل



الذي تؤسس له اليوم، خطوة مهمة في هذا السياق، حيث يكشف عن الروابط الوثيقة بين العربية واللغات الإفريقية، ويؤكد أن العربية لم تكن يوماً لغة محصورة في حدود جغرافية، بل كانت ولا تزال مصدر إلهام وتواصل بين حضارات العالم.

وأضاف: «يأتي اهتمام صاحب السمو الشيخ

صدر إلهام وتواصل بين حضارات العالم وفي حديثه حول الندوة، قال الدكتور محمد صافي المستغامي، الأمين العام لجمع اللغة العربية بالشارقة: «في ظل التطورات المعاصرة، تبرز الحاجة الماسة للنظر في جذور لغتنا العربية وتأثيرها العميق على اللغات العالمية؛ لهذا يعد مشروع (المعجم العربي الإفريقي)



مصدر إلهام وتواصل بين حضارات العالم وفي حديثه حول الندوة، قال الدكتور محمد صافي المستغامي، الأمين العام لجمع اللغة العربية بالشارقة: «في ظل التطورات المعاصرة، تبرز الحاجة الماسة للنظر في جذور لغتنا العربية وتأثيرها العميق على اللغات العالمية؛ لهذا يعد مشروع (المعجم العربي الإفريقي)

مصدر إلهام وتواصل بين حضارات العالم وفي حديثه حول الندوة، قال الدكتور محمد صافي المستغامي، الأمين العام لجمع اللغة العربية بالشارقة: «في ظل التطورات المعاصرة، تبرز الحاجة الماسة للنظر في جذور لغتنا العربية وتأثيرها العميق على اللغات العالمية؛ لهذا يعد مشروع (المعجم العربي الإفريقي)

•• نواكشوط - الفجر

برعاية كريمة من صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، رئيس مجمع اللغة العربية بالشارقة، نظم مجمع اللغة العربية بالشارقة، مؤخراً، في العاصمة الموريتانية نواكشوط، الندوة التحضيرية لإطلاق مشروع «المعجم العربي الإفريقي» بمشاركة خبراء ومتخصصين في صناعة المعاجم اللغوية، بهدف اكتشاف وتأسيس العلاقة بين اللغة العربية واللغات الإفريقية، التي بقي أكثرها حتى وقت قريب يستخدم الحرف العربي في كتابة النصوص.

وتحدثت في الندوة كلٌّ من الدكتور خليل السنوي، رئيس مجلس اللسان العربي بموريتانيا، والدكتور عبد الله محمد عبد المالك، الأستاذ بالمعهد العالي للدراسات والبحوث الإسلامية، وأبو بكر الحاج محمود با، رئيس مجلس إدارة معهد ترقية وتدريس اللغات الوطنية، والدكتور أبو أمادو با، أستاذ التاريخ بجامعة نواكشوط.

يترقبه جمهور دول مجلس التعاون الخليجي

إطلاق الموسم الأول من المسلسل التلفزيوني «إسبكتر بلاك أوت» للمخرجة «فاطمة»



الذي سيتم إطلاقه هذا الربيع. من المقرر أن يتم عرض: «إسبكتر بلاك أوت» لأول مرة على منصة «زي5 غلوبال» مدفوعة في 190 دولة حول العالم.

وتقوم فاطمة بتجسيد أحد الأدوار الرئيسية ويضم طاقم الممثلين في الموسم الأول المؤثر في أسلوب الحياة والموضة محمد جنيد، ومدير البرنامج والمضيف الحائز على جوائز جو موهان، والمثلة الرائدة في مجال التصميم الداخلي بريلا تيلافان، والممثل المحترف أليسونس لويس أرانها، ومصمم الأزياء ياسر أخلاق، وصانع المحتوى المقيم في كندا دروف جوجيا والعديد من المواهب الإقليمية.

ويعد الموسم الثاني، الذي أطلقت عليه زينوفرسم «بداية النهاية»، بمشاركة إضافية تتضمن المزيد من المواهب، بالإضافة إلى الممثلين المشاهير والشخصيات الاجتماعية المتمرسين. قالت فاطمة: على الرغم من أنني لا أستطيع الكشف عن أي شيء إلا أنني أستطيع أن أقول إن لدينا الكثير من الأشياء المثيرة المخطط لها للموسم الثاني، بما في ذلك ظهور النجوم الموهوبين.



بها صناعة الأفلام. كان هذا هو النوع الذي اختبرت المياه به عندما بدأت مسيرتي المهنية في عام 2018. من ناحية أخرى، فإن الوعي الاجتماعي هو حجر الزاوية في كل مهمة سينمائية. وأوضحت فاطمة: «كان من المهم جداً أن أجمع بين الاثنين لإنتاج قصة قوية لا يمكنها فقط ترفيه وإحافة الجماهير، بل وتردد صداها معهم أيضاً.

لقد أثار هذا المشروع المرتقب ولا يزال يثير اهتماماً كبيراً في دول مجلس التعاون

بها صناعة الأفلام. كان هذا هو النوع الذي اختبرت المياه به عندما بدأت مسيرتي المهنية في عام 2018. من ناحية أخرى، فإن الوعي الاجتماعي هو حجر الزاوية في كل مهمة سينمائية. وأوضحت فاطمة: «كان من المهم جداً أن أجمع بين الاثنين لإنتاج قصة قوية لا يمكنها فقط ترفيه وإحافة الجماهير، بل وتردد صداها معهم أيضاً.

لقد أثار هذا المشروع المرتقب ولا يزال يثير اهتماماً كبيراً في دول مجلس التعاون

•• أبوظبي - الفجر

من المقرر أن يعرض أول مسلسل تلفزيوني للهروب في العالم بعنوان «إسبكتر بلاك أوت» على الشاشات في ربيع عام 2024 على منصة «زي5 غلوبال» مدفوعة والتي تعد أكبر منصة في العالم تحتوي جنوب آسيا المتاح في أكثر من 190 دولة. ويركز فيلم الإثارة الخارق «لغز القطع»، الذي تخرجه المخرجة السينمائية والمنتجة السينمائية والرئيس التنفيذي لشركة إنتاج الأفلام القصيرة «زين» للإنتاج السينمائي «زينوفر فاطمة» وتشارك في إخراجه عناء فرحانة، على مجموعة من الأفراد المكافحين للبقاء الذين تم دعوتهم بشكل غامض للمشاركة في اختبار أداء والذي يعد بمثابة ضحية، والتي تقام في مبنى غريب جداً في غرفة الهروب، وبينما يتعمقون أكثر في غرفة الهروب، تبدأ الخطوط الفاصلة بين الواقع والوهم في التلاشي.

يظهر المشروع أن فاطمة - التي أخرجت وأنتجت أكثر من 20 فيلماً قصيراً حول مواضيع مختلفة مثل جائحة كوفيد والابتزاز الإلكتروني - تجمع بين أسلوبها في صناعة الأفلام الاجتماعية ولعبها المعروف بنوع الرعب. «كان الرعب هو الطريقة التي بدأت

منوعات

الفكر

27

لا يمكن اعتبار "الأباء العجائز" (ترجمة عربية للعنوان الإنكليزي: Old Dads) فيلماً درامياً، بالمعنى المهني المتداول للمفردة، لأنه فيلم حوارى بامتياز، فالحدث حوار بحد ذاته، رغم خضوع خاتمته لشروط الدراما الهوليوودية التصالحية، مُحورّة مبناه إلى سوء تفاهم أسري-زوجي، يُحلّ بالعناق والقَبْل.



"الأباء العجائز" .. فيلم حوارى بامتياز بنهاية غير سعيدة



أقوال يجدها أصحاب قرارات آخرون أنها مدمرة للصواب المستقبلي.

ربما هنا، مع بعض الطرافة في مقاربة الفيلم، يُذكر سلوكيات كثيرة في البلدان العربية، التي تشبّنها غالباً المنظمات غير الحكومية، بحيث تصبح كيانات فيها أصحاب قرار، يمكنهم شنّ هجمات على أفراد "ربما" يقعون في "أخطاء" سلوكية، ناتجة عن تربيتهم الاجتماعية، أو عن فسادهم النفسي (ليس عطبيهم أو مرضهم). لا أقصد هنا الحداثيين والحداثيات، بل أيضاً المحافظين والمحافظات، فالجميع يتعمّن بوسائل ردة سلوكيات الأفراد وتصويبها، من الذين يحاولون عدم الانضمام إلى قطع، حتى لو كان مستقبلياً.

لا تبدو نهاية "الأباء العجائز" سعيدة، رغم التصالح الهش الذي يُبيح تحمّل الأذى، في مقابل وعد مستقبل غامض عن السعادة، فالعمليات التجديدية التي تقوم بها دراما الحوار، استثمارات مستقبلية لها علاقة وطيدة مع الصناعة والتجارة والإعلان، إذ تبدو تصويبا لمناع المال، كي يصبّ في خزينة ملتزمة، تتعامل بحياد استثماري بارد وقاس مع كل المبادرات الخيرية، التي ينطلق منها الأفراد، لعلّ فيها بعض المصالح، فتخترع لها قيماً أخلاقية مستحدثة، تفوح منها الروائح الصناعية.

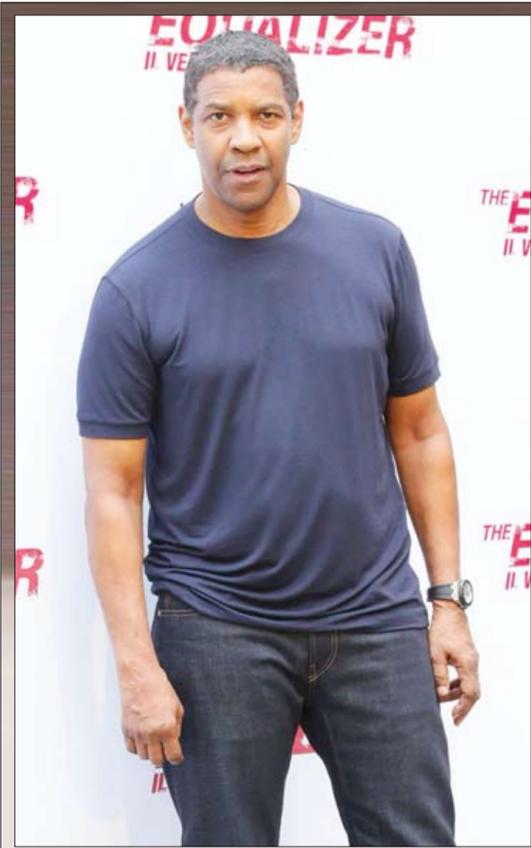
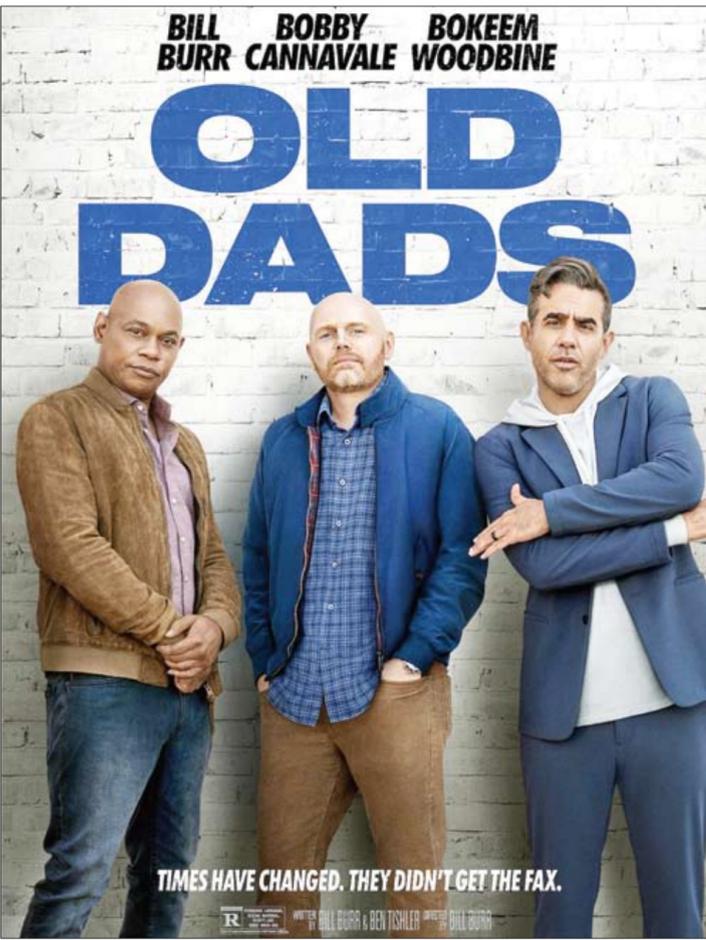
من جهة أخرى، يبدو الفيلم أنه يطرح سؤالاً سينمائياً: هل يستطيع "الأباء العجائز"، كما الحياة، توليد احتدام حياتي، بناء على لغة الحوار الإيجابية، توحي بنعم، لكنها نعم مبتورة وشاقّة، وغير مضمونة النتائج.



هذه الحوارية - الفيلم (2023، "تفليكس")، بلبل بُرّ إخراجاً وتمثيلاً، تذهب بعيداً في نزع صفة "التصور" عن اللغة، لتصبح أصواتاً معنوية بالتفاهم. فلا تصوّرات ذاتية أو مجتمعية تبقى عند المتحدث أو المتلقي، بل إقرارات حقوقية متراكمة ومتوالية، تنسخ الكلمات المعبرة عن العيش الاجتماعي الحالي، وتبدّلها بكلمات تعبر عن ثقافة جديدة، بلا مرسمات تصوورية في المتكلم أو المستمع. اللغة، هنا، تقوم مقام الآلة، وحتى رأس المال، في الممارسة التّنفيذية للمديرين الإداريين، أو لأصحاب القرار، أي قرار، متحوّلة إلى حالة قمع وتسلط، يستطيع المستمع فهمها، لكنه لا يستطيع تصوّرها.

على هذا، قامت اللغة في "الأباء العجائز" مقام الحدث. فجاك (بُرّ نفسه) لا يستطيع التخلّص ولا التملّص من "لزاجة" مديرة مدرسة ابنه الصغير، وهي تلفت نظره إلى تأخره بالوصول دقيقتين لمراقفته إلى المنزل، فيتحوّل الحوار نفسه إلى حدث. يقول لها إنه لم يستطع العثور على مكان لترك السيارة، فتجيبه بأن هذا تبرير، فيقول إن هذا ما حصل، وليس تبريراً، فتقوده إلى النظام الداخلي للمدرسة، وتساله إن كان قرأه، فيجيبها بـ "نعم"، فتخرجه وهي تلفت نظره مجدداً إلى أنه لم يقرأ باهتمام كاف، ما يشير إلى عدم أهليته أبداً. عندها، يشتمها بتهم، واصفاً إياها بأنها قصيرة وسميكة، فتتفجر بوجهه مشكلة كبيرة، ذات ذبول متشعبة، لأن المديرية مسؤولة عن إدخال ابنه إلى المدرسة التالية، بعد إنهاء الدراسة في مدرستها.

لم يُقدّر جاك عواقب حوارها الاجتماعي



تعاون جديد بين سبايك لي ودنزل واشنطن وكوروساوا ملهمهما

يستعين المخرج سبايك لي، للمرة الخامسة، بالمثل الأميركي دنزل واشنطن في عمله المقبل المقتبس من فيلم تشويق من عام 1963 للمخرج الياباني أكيرا كوروساوا، عنوانه "هاي أند لو" High and Low.

فيلمه "بلاك كلانسمان" BlackKlansman، الذي يتناول قصة اختراق شرطي أسود خلية من جماعة "كو كلوكس كلان" العنصرية في نهاية سبعينيات القرن العشرين. وفاز عن هذا الفيلم أيضاً بالجائزة الكبرى لمهرجان كان السينمائي عام 2018. وركز سبايك لي طوال مسيرته على إنجاز أفلام عن حياة الأميركيين السود، وخصوصاً في حي بروكلين الذي نشأ فيه، مسلطاً من خلالها الضوء على العنصرية التي عاونا منها في المجتمع الأميركي. أما دنزل واشنطن فُرُشح عشر مرات لجوائز أوسكار وفاز باثنتين منها، إذا اختير أفضل ممثل مساند عن فيلم "غلوري" Glory عام 1990، وأفضل ممثل عن فيلم "تربيتنا" Training Day عام 2002. ولم تحدد شركة آبل أوريجينال فيلمز التي تنتج النسخة الجديدة من فيلم كوروساوا، بالشراكة مع "إيه 24"، تاريخ طرح الفيلم. ومن المقرر أن يبدأ التصوير في مارس/آذار المقبل.

ومن المقرر عرض العمل الجديد في دور السينما قبل إتاحته على منصة "آبل تي في" + للبت التلفزيوني، وفق ما أعلنت شركة آبل. واستوحى كوروساوا الفيلم الأساسي من القصة الحقيقية لعملية خطف قلب رأساً على عقب حياة عائلة ثرية وسائقها أيضاً.

وسبق لسبايك لي أن أسند إلى دنزل واشنطن بطولة أربعة من أفلامه، أبرزها "مالكوم إكس" Malcolm X عام 1992 و"إنسايد مان" Inside Man عام 2006. ومُنح سبايك لي عام 2015 جائزة أوسكار فخريّة عن مجمل أعماله، ونال في 2019 جائزة أفضل سيناريو مقتبس عن



الفكر

فاكهة البرقوق .. الفوائد والأضرار

وفقاً للدكتورة زهرة بافلوفا أخصائية الغدد الصماء، يساعد تناول البرقوق الطازج أو المجفف بانتظام على تحسين الذاكرة وإبطاء شيخوخة الجسم. وتقول: "تحتوي هذه الفاكهة على فيتامينات A و C وعناصر الكالسيوم والفوسفور والحديد واليورون ومادة البكتين ومضادات الأكسدة التي تساعد على تقوية العضلات والعظام، وقد ثبت أنها تحسن الذاكرة وتبطئ عملية الشيخوخة". وتشير الطبيبة، إلى أن البرقوق فاكهة غنية بالألياف الغذائية، ما يساعد على التخلص من الوزن الزائد. ويشعر الشخص من تناول البرقوق الطازج بالثبع ويحافظ على مستوى ثابت للسكر في الدم. بالإضافة إلى ذلك يمنع البرقوق بنوعيه الطازج والمجفف الإمساك، واحتوائها على عنصر الحديد يمنع الإصابة بفقر الدم. وتحذر الطبيبة في نفس الوقت من الإفراط في تناول البرقوق، لأنه يؤدي إلى انتفاخ البطن والإسهال والحساسية. وتنصح بتناول ما لا يزيد عن 6 حبات متوسطة الحجم خلال اليوم، 2-1 حبة كل مرة، ووفقاً لها، لا ينصح الأشخاص الذين يعانون من مشكلات في المعدة والكلية بتناول أكثر من 1-2 حبة برقوق في اليوم، لأن البرقوق يحتوي على الأوكسالات التي تزيد من خطر تكون حصى الكلى.



طبية تجدد أمراض القلب التي غالباً ما تصيب المراهقين

بين أمراض القلب التي غالباً ما تشخص لدى المراهقين، عيوب القلب الخلقية والتشوهات الهيكلية غير المكتشفة في مرحلة الطفولة. وتقول الدكتورة أنستاسيا فوميتشيفا أخصائية أمراض القلب في حديث لـ Gazeta.Ru: "من بين هذه الأمراض أيضاً اضطراب ضربات القلب، ليس فقط الذي يكون وراثياً أو مرتبطاً بالتغيرات الهيكلية في القلب، بل أيضاً مكتسباً نتيجة تعاطي المخدرات أو نمط الحياة السيء والإجهاد المستمر. وعند تشخيص هذه الحالات مبكراً يمكن علاجها واستعادة ضربات القلب الطبيعية". والمرضى الآخر وفقاً لها، هو مرض التهاب بطانة القلب "التهاب الشغاف" المعدي الذي يصيب صمامات القلب أيضاً وتسببه بكتيريا المكورات العنقودية، والمكورات العنقودية، وغيرها. وتقول: "لهذا السبب يجب علاج التهابات الحلق في الوقت المناسب وعدم إهمالها باستخدام مضادات الحيوية أيضاً".

وبالإضافة إلى ذلك يمكن إصابة المراهقين بالتهاب عضلة القلب الفيروسي نتيجة إصابتهم بمرض فيروس (التهاب الجهاز التنفسي الحاد، الإنفلونزا وكوفيد-19). ويمكن أن يؤدي عدم علاج التهاب عضلة القلب الفيروسي إلى قصور القلب.

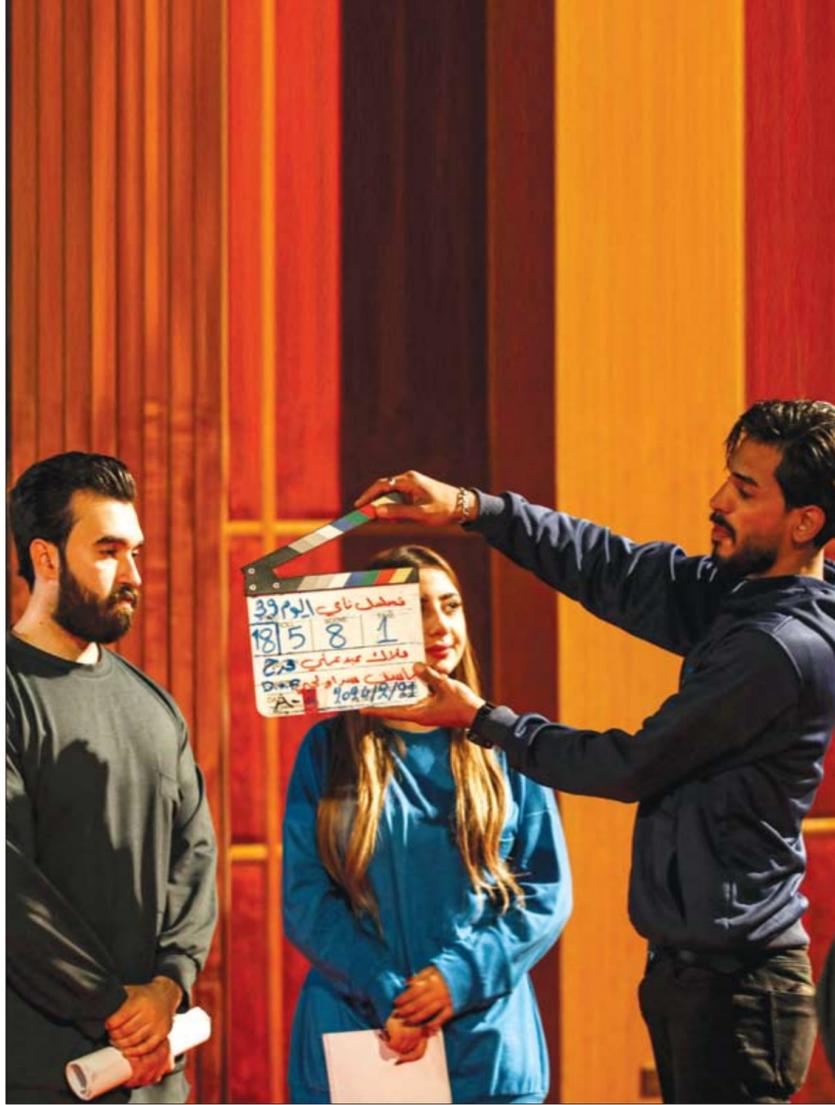
وتقول: "المرض الآخر المنتشر بين المراهقين هو ارتفاع مستوى ضغط الدم. ولكن في مرحلة الشباب يكون هذا ناتجاً عن مرض آخر، الذي يجب تشخيصه وعلاجه". وتختتم الطبيبة حديثها، مشيرة إلى أنه في حالة ظهور أعراض لم تكن موجودة سابقاً، مثل ألم في الصدر وضيق التنفس واضطراب ضربات القلب وفقدان الوعي والتعب السريع، يجب استشارة طبيب مختص بأمراض القلب لتشخيص السبب وعلاجه.

لماذا لا ينصح بتناول المضادات الحيوية

لعلاج الإنفلونزا ونزلات البرد

تستخدم المضادات الحيوية في القضاء على البكتيريا، في حين أن سبب الإصابة بالإنفلونزا ونزلات البرد هو فيروسات. وتشير الدكتورة فاليريا شيفكو في حديث لـ Gazeta.Ru، إلى أنه ليس للفيروسات بنية تتأثر بالمضادات الحيوية. لذلك فإن هذه الأدوية ليس لها أي مفعول ضدها.

وتقول: "إن العلاج بالمضادات الحيوية غير مفيد، ومحفوف بمخاطر محتملة على الجسم وعلى البشر ككل. فقد يسبب تناول المضادات الحيوية لدى شخص معين، الإسهال وعدوى معدوية شديدة - التهاب القولون الغشائي الكاذب والحساسية والجلد. ويساهم العلاج غير المنضبط بالمضادات الحيوية في ظهور بكتيريا خارقة، تنتشر بين الناس، مقاومة للمضادات الحيوية المستخدمة حالياً، وفي حالة الإصابة بعدوى بكتيرية، لا يكون لدى الأطباء دواء في ترسانتهم، ما يعرض حياة المريض للخطر". ووفقاً لشيفكو، تؤكد الدراسات الحديثة أن العدوى الفيروسية هي أمراض تشفى من تلقاء نفسها.



ممثلون عراقيون يصورون مشاهد مسلسل تلفزيوني بيت خلال شهر رمضان المبارك، في حي الشيخ عمر ببغداد. (أ ف ب)

قرأت لك

البقدونس



كشفت أحدث الأبحاث الطبية أن نبات البقدونس غداء منشط للذاكرة، كما أنه من أكثر النباتات احتواءً لفيتامين (C) وهو يضيّق

الليمون في ذلك وكذلك فيتامين (A) المفيد للبصر.

وقد ثبت بعد إجراء العديد من التجارب بأن البقدونس مفيد جداً لكثير من علل الجسم فهو يستخدم للتخفيف من آلام المعدة وللقضاء على دودة الأمعاء، كما أنه مدر للبول ومنظم للدورة الشهرية عند المرأة إذا أكل بانتظام مع وجبات الطعام.

في حين أن تناول البقدونس المجفف يفقد كافة عناصره الغذائية المهمة لذا ينصح بتناول البقدونس طازجاً ومن محصول اليوم للحصول على الفائدة التامة.

تحتصر فائدة البقدونس في أوقافه فقط حيث يؤكل مع السلطات النوعة واللحوم المشوية لمساعدته في التقليل من أضرار الكولسترول ولكونه فاتح شهيد للشهية.

سؤال وجواب

- سم هيلوبيرين يتم استخراجه من أحد النباتات فما هو هذا النبات؟
-الكريسماس
- من هو أول طبيب عربي يحصل على جائزة إنجاز مدى الحياة؟
-عاكف مغربي.
- اكتشف الفيزيائي البرخت بيت عام 1938 حلقة التحولات النووية الحرارية والتي عرفت باسم حلقة بيت نسبة إليه وهي تشرح مصدر الطاقة الشمسية والكوكبية، فما هي جنسية هذا الفيزيائي؟
-أمريكي
- كلمة تطلق على الرجل الذي تكون أمه من غير قومه؟
-النضج
- كم عدد مخارج الحروف العربية؟
17-

هل تعلم؟

- هل تعلم أن النزيف هو خروج الدم خارج الأوردة والشرايين لوجود فتحة ما كجرح. والنزيف عدة أنواع منه نزيف وريدي ونزيف شرياني. كذلك هناك نزيف داخلي ونزيف خارجي. ويعالج النزيف الخارجي بتنظيف الجرح ووقف النزيف ونقل المريض إلى المستشفى إذا كان الجرح كبيراً أو عميقاً يستدعي إجراء عملية تعظيبي. أما النزيف الداخلي وهو انصباب الدم داخل أحد أجواف الجسم، ويستدعي ذلك نقل المريض في حالة طارئة إلى المستشفى.
- هل تعلم أن مصادر التلوث العادي للطعام التي تجلب مختلف الأمراض هي: الغبار الأيدي المتسخة، الأواني الوسخة، والأواني تلعب دوراً مهماً في هذا المجال فيجب أن لا تكون مشرقة أو مثلمة. كذلك يجب أن تكون غير قابلة للصدأ.
- هل تعلم أن عدد نبضات القلب الطبيعي تقريباً 72 نبضة في الدقيقة أما عدد مرات التنفس في الدقيقة من 15. 18 مرة وهي تزيد عند الإصابة بالحمى إلى 30 مرة في الدقيقة. وتعتبر درجة حرارة الإنسان الطبيعية 37 درجة مئوية.
- النعامة تعيش حتى 75 عاماً وتظل قادرة على التكاثر حتى سن الخمسين.
- في مصر الفرعونية كان الأسبوع يتألف من 10 أيام.
- يتعين على معدة الإنسان أن تفرز بطانة مخاطية جديدة كل أسبوعين وإلا فإنها ستهضم نفسها.

قصة القط الشجاع

خرجت ثلاث قطط لتتمشى معاً فاقترح أكبرهم وكان ضخماً الجسم الذهاب إلى الغابة فوافقته الأوساط الذي يكاد أن يقاربه في الحجم ولكن القط الصغير الضئيل لم يرد فقال له القط الكبير: اعرفك جباناً فلتمش في الخلف تحسباً لحدوث أي شيء فتهرب بسرعة.

فسكت القط الصغير أيضاً ولم يرد وساراً معاً في الطريق إلى الغابة.. وبعد أن وصلوا على مشارفها سمع الجميع صوت خطوات ثقيلة سريعة عالية فخاف القطان الكبيران وهربا مسرعين واختبأ خلف إحدى الأشجار وهم يصرخان على القط الصغير بأن يختبئ حتى لا تهرسه الأفيال، لكنه لم يستمع لهم واكمل سيره السريع بدونهما في الوقت الذي توقع فيه القطان الكبيران موته هرساً، وبعد دقائق جاء ليقول لهما أن القردة تصفق للقرود الصغير الذي استطاع أن يتسلق الأشجار للمرة الأولى، فلا تخافا.. فضحكا وقالوا معاً: لسنا خائفين كنا نختبرك، ثم اكملوا سيرهم وبعد فترة سمعوا صوت ازيز عال صم الأذان، اهتزت له الغابة، وتحركت الأشجار، فجرى القطان الكبيران بسرعة وبها عن مكان آمن للاختباء، وقال له: اختبئ سياًكلك سرب النحل الأسود. فتركهم وذهب يركض لثلة عاليه ثم جاء ليقول: هناك طائفة خاصة بالبشر كانت تطير بالقرب من الغابة وهي من فعلت ذلك الصوت، فقالا معاً بعد أن خرجا من مخبئتهما: نعم نعرف ذلك كنا نختبرك.. واكملوا سيرهم مسرعين إلى عمق الغابة فسمعوا صوت زئير عال جداً، بعدها امتلأ المكان بالغبار، وكانت بعض الحيوانات الصغيرة تجري هنا وهناك، فصرخ القطان الكبيران وفراراً هارين من المكان إلى خارج تلك الغابة المشاكسة، في الوقت الذي اكمل فيه القط طريقه، وبعد فترة طويلة عاد إليهم وهم في البيت يتضوران جوعاً، وقال لهم: لماذا خفتما؟ كان هذا صوت شجرة كبيرة اسقطها الحطاب فاثارت الغبار واخفت الحيوانات، فهل كنتم تختبراني؟

وضحك وجلس ليأكل وجبة شهية وهي قطعة من اللحم مشوية أعطاها الحطاب للقط الصغير بعد أن تعرفا وتصادفا وبعد أن انتهى قام ليجمع حاجياته ويقول لهما: سأذهب للعيش مع الحطاب صديقي، فقد تعبت من كثرة اختباراتكم لي...!

