

معرض أبوظبي الدولي
للصيد والفروسية وجهة
لصقاري العالم



ريم ارحمه:
متفائلة كثيراً
ب(الروح والريّة)



أطباء يوصون بفيتامين
(D) لمقاومة كورونا

لقاح جديد يقتحم مركبة كورونا . ما هو وكيف يعمل؟

انضم لقاح جديد إلى المعركة ضد فيروس كورونا المستجد وسلالاته المتحورة، لديه بعض القواسم والاختلافات مع اللقاحات الأخرى.

ووفقاً لشبكة "سكاى نيوز" الإخبارية، فإن بريطانيا منحت الموافقة على استخدام لقاح "نوفافاكس" الذي تصنعه شركة أميركية، وطلبت 60 مليون جرعة منه.

وهذا اللقاح هو الرابع الذي تقره حكومة بوريس جونسون، بعد لقاحات: "فايزر بيونتك"، و"أكسفورد أسترازينيكا" و"موديرنا"، وفي حين بدأ توزيع اللقاحين الأول والثاني بالفعل، فإن الثالث حصل على الضوء الأخضر فقط.

وفي بريطانيا، تلقى 7.5 مليون شخص اللقاح حتى الآن، وينظر إلى حملة التطعيم على أنها أفضل أمل للمملكة المتحدة في إنهاء الجائحة التي أودت بحياة أكثر من 100 ألف بريطاني. وبالنسبة للقاح "نوفافاكس"، فقد حاز على نسبة فعالية تصل إلى 89 بالمئة في المجمل.

وأظهرت النتائج أنه فعال بنسبة 95.6 بالمئة ضد السلالة الأصلية لفيروس كورونا المنتشرة في العالم، و86.6 بالمئة ضد السلالة الجديدة التي اكتشفت في بريطانيا خلال ديسمبر 2020. وشملت الدراسات التي أجريت على اللقاح، أكثر من 15 ألف مشارك تتراوح أعمارهم بين 18 و84 عاماً، ويتجاوز عمر 27 بالمئة منهم 65 عاماً.

يختلف لقاح "نوفافاكس" عن لقاحي "فايزر بيونتك" و"موديرنا"، اللذين يستعملا mRNA، إذ إنه لا يحتاج لتبريد شديد، ويستخدم فيروساً معطلاً، يستهدف من طريق بروتين معدل من الفيروس السبب للوباء، مع مكون نباتي لتوليد استجابة مناعية أقوى لدى الجسم، فإذا واجه فيروسات في المستقبل سيكون مستعداً لذلك.



التعارف على الناس وتكوين صداقات جيدة من الأمور الصعبة، ولهذا فعندما يجد الإنسان الأشخاص المناسبين الذين يتحلون بالصفات الممتازة التي يتمناها، فيجب عليه أن لا يتركمهم أبداً، أو أن يحاول بأي طريقة من الطرق أن يخسرهم.

ولكن المجتمع يحب تصنيف الناس إلى فئات، حتى إذا كنت لا تحب الفئات، فمن الصعب عدم الاعتراف بوجود سمات متكررة في الألاف من الأشخاص الذين تقابلهم على مدار العمر... سواء كنت تغادر المدرسة الثانوية أو الكلية، إليك الأنواع الخمسة من الأصدقاء التي ستكسبها على مدار حياتك وفقاً لموقع lifehack.

أنواع الأصدقاء وكيفية التعامل معهم

ليس من الضروري أن يكون الصديق الحكيم في حياتك شخصاً يشاركك نفس المهنة أو الهوايات. إنه ببساطة شخص يسبقك بخطوات قليلة في الحياة ولديه ما يكفي من الحكمة والصبر لإرشادك في الاتجاه الصحيح.

4. الصديق المخالف في بعض الأحيان قد يتخذ الإنسان بعض القرارات التي يمكن أن تكون غير صحيحة أو صائبة، وفي تلك الحالة من المهم جداً أن يكون لدى الإنسان هذا النوع من أنواع الأصدقاء، الذين لا يخافون من قول الرأي الصائب أو مخالفتك في الكثير من الأمور والقرارات التي يمكن أن تتخذها في حياتك.

5. الصديق المرح هذا النوع من أنواع الأصدقاء هو من أهم الأنواع التي يجب على الإنسان أن يختارها في حياته، لأن هذا النوع من أنواع الأصدقاء هو الوحيد الذي يمكنه أن يخرجك من الكثير من الأوقات الضيقة في حياتك. ففي الكثير من الأوقات قد يتعرض الإنسان إلى بعض المواقف التي تدخله في حالة من الحزن أو الاكتئاب، ووجود مثل هذا النوع من الأصدقاء كفيل بأن يغير الوضع العام المزاجي للإنسان ويحاول بكل الطرق أن تقوي الصداقة بين الناس.

1. الصديق الغامر لا يعرف الخوف نحن نعيش في عالم كبير حيث يوجد الكثير من الأماكن التي يمكن رؤيتها، والأشخاص الذين نلتقي بهم، والخبرات التي يجب تجربتها، ومع ذلك فإن الكثير منا عالق في روتيننا الخاص وننسى العيش بشكل جيد. نحتاج جميعاً إلى صديق مغامر يسحبنا من قوقعتنا ويعرفنا على أفكار وثقافات وفلسفات وأنشطة جديدة.

2. صديق مقرب صادق هناك مواقف معينة في الحياة نحتاج فيها لسماع الحقيقة القاسية. هذا هو الغرض من هذا الشخص الصادق. من المفترض أن يكون الأصدقاء صادقين مع بعضهم البعض. إذا وجدت شخصاً صادقاً معك (بطريقة بناءة)، فتسكك بهذا الشخص؛ يصعب الوصول إلى مثل هؤلاء الأشخاص في هذه الأيام.

3. الصديق الحكيم إذا كان لديك شخص ذكي وملم ومثير للإعجاب في حياتك، فأنت محظوظ للغاية. نحتاج جميعاً إلى صديق يلمهنا لتكون أشخاصاً أفضل دون أن يجعلنا نشعر بعدم الكفاءة. بالإضافة إلى ذلك، فإن التواجد حول مثل هذا الشخص سوف يتحد بنا لتحسين أنفسنا كل يوم.

ممارسة الرياضة باعتماد تقى من السرطان

تشير الأبحاث إلى أن نمط الحياة الصحي يمكن أن يقلل خطر الإصابة بأنواع مختلفة من السرطان، وركزت الأبحاث على تأثير التمارين الرياضية ضد السرطان ودورها في تقليل المخاطر. وأظهرت مراجعة نشرت في مجلة "الطب والعلم" البريطانية أن النشاط البدني المعتدل المنتظم يلعب دوراً أساسياً في تقليل مخاطر الإصابة بالعديد من أنواع السرطان. وراجع الباحثون بيانات الدراسات الوبائية المنشورة حول علاقة النشاط البدني وخطر الإصابة بالسرطان، وتبين أن الرجال والنساء النشطين بدنياً كانوا أقل عرضة لسرطان القولون بحوالي 40% مقارنة مع غير النشطين. وأكد الباحثون الحاجة إلى ما بين 30 و60 دقيقة من النشاط البدني المعتدل إلى القوي، لتقليل خطر الإصابة بأمراض خطيرة، مثل السرطان. ويتميز النشاط البدني المعتدل بقدرته على رفع معدل ضربات القلب والتنفس بشكل أسرع والشعور بالدفء. وتشمل الأنشطة البدنية المعتدلة، المشي السريع، والتمارين الرياضية المائية، وركوب الدراجة، والرقص، والتنس، وجز العشب، والتزلج. أما الأنشطة القوية فتشمل الجري، والسباحة السريعة، وركوب الدراجات السريع على المنحدرات، وصعود السلالم، وكرة القدم، إضافة إلى القفز على الحبل، والايروبكس.

العوامل يعطين أجساماً مضادة وأقية من كورونا لأطفالهن

توصلت دراسة جديدة إلى أن النساء الحوامل المصابات بفيروس كورونا قد يكون بإمكانهن إعطاء أجسام مضادة لأطفالهن الذين لم يولدوا بعد. ووجد الباحثون في فيلادلفيا أن الأجسام المضادة لفيروس كورونا يمكن أن تنتقل إلى مبيضة الجنين إذا أصيبت الأم بالفيروس أثناء الحمل، ويمكن أن تكون هذه النتائج جيدة للأمهات المقبلات على الإنجاب، لكن الباحثين يقولون إنهم غير قادرين على التأكيد على وجه اليقين من أن مولود الأمصابة بكورونا آمن تماماً من الإصابة. وبحثت الدراسة عن الأجسام المضادة في عينات دم الأم وكذلك دم الحبل السري بعد المخاض مباشرة، حيث أن دم الحبل السري هو انعكاس دقيق لدم الوليد وقت الولادة. وقيمت إصابة 83 امرأة من أصل 1,471 امرأة في الدراسة، التي استمرت بين 9 أبريل (نيسان) و8 أغسطس (آب) من العام الماضي بفيروس كورونا، وتم العثور على أجسام مضادة في دم الحبل السري لـ 72 (87%) من أطفالهن. ووجد الباحثون أيضاً أن الطفل يرث المزيد من الأجسام المضادة إذا كان لدى الأم عدد كبير من الأجسام المضادة، في حين أن الأم التي لديها عدد قليل فقط من الخلايا المناعية ستنتقل عدد أقل منها لطفلها. وقالت الدكتورة كارين بوبلو "يجب وضع هذه النتائج في سياق حقيقة أن فيروس كورونا هو فيروس جديد، لذلك لم يكن الوقت بين تعرض الأم للفيروس وولادة الأطفال حديدياً أطول من ثلاثة إلى أربعة أشهر في دراستنا، وفي معظم الحالات كان الوقت أقصر من ذلك. ويجب أيضاً أن يكون هناك وقت كاف بين إصابة الأم والولادة لصنع نوع الأجسام المضادة التي تعبر المشيمة، ولكي يحدث هذا العبور".

اتجاه يوتيوب جديد يساعد على الاسترخاء

ظهر توجه جديد من مقاطع الفيديو على موقع يوتيوب منذ بدء الوباء، حيث يقوم منشئ المحتوى بتجميع قوائم تشغيل لموسيقى قديمة، في عشرينيات إلى أربعينيات القرن العشرين، مع تأثيرات صوتية للمطر والرعد ونبضات الموقد لخلق شعور مريح يشجع على الاسترخاء. إحدى هذه القنوات التي تتجمع حولها ملايين المشاهدين التي أنشأتها شابة تطلق على نفسها "لي بريزي"، إنها متحمسة لما يمكن أن تفعله الموسيقى لنا كأفراد من حيث تخفيف التوتر والاسترخاء والتركز. ويحرص المبدعون على مقاطع الفيديو هذه لمساعدة المستمعين على الاسترخاء والشعور بالهدوء، ويمكن معرفة مدى فعاليتها من تعليقات المتابعين الذين أكدوا على أنهم استفادوا من هذه المقاطع للتخلص من القلق والتوتر. من جهته قال منشئ قناة "ديموسكيس" على يوتيوب، والتي تضم حالياً أكثر من 103 ألف مشترك، إنه لاحظ أن هذا النوع من مقاطع الفيديو موجود منذ بضع سنوات حتى الآن، لكنها أصبحت أكثر شيوعاً منذ بداية جائحة كورونا.

3 طرق لتناول الموز مفيدة في فقدان الوزن

يتميز الموز بأنه غني بالفيتامينات والمعادن الأساسية التي توفر العديد من الفوائد الصحية للجسم، كما أنه غني بالألياف ويحتوي على كمية قليلة من الدهون، مما يجعله وجبة خفيفة ممتازة لإنقاص الوزن. المشكلة الوحيدة في الموز هي محتواه العالي من الكربوهيدرات والسكريات الحرارية، حيث تحتوي موزة واحدة متوسطة الحجم على 105 سعرة حرارية و27 غراماً من الكربوهيدرات. فيما يلي ثلاث طرق لتناول الموز بعيداً عن آثاره السلبية على تخفيض الوزن، وفق ما ورد في صحيفة تايمز أوف إنديا: دقيق الشوفان مع الموز على الإفطار: الإفطار هو الوجبة الأولى والأكثر أهمية في اليوم. في الصباح، وبعد ساعات طويلة من الصيام في الليل، يحتاج جسمنا إلى شيء ما لإعادة تنشيط نفسه. لذا يُنصح بتناول وجبة فطور ثقيلة وغنية بالبروتينات والألياف والعناصر الغذائية الأخرى. الموز مع زبدة الجوز أو المكسرات: يتفق العديد من الخبراء على أن الموز يعتبر الوجبة الخفيفة المثالية قبل التمرين بعده، فهو غني بالغلوكوز، الذي يعطي طاقة فورية مطلوبة بشدة بعد جلسة تمرين مكثفة. إلى جانب ذلك، فإن محتوى البوتاسيوم فيه يمكن أن يساعد في درء تقلصات العضلات بعد التمرين والدوخة. لكن هذه الفاكهة الصفراء لا تحتوي على كمية كبيرة من البروتينات، وهي مغذيات ضرورية لبناء العضلات. للتغويض عن ذلك، يمكن تناول الموز إلى جانب كمية من زبدة الجوز أو حفنة من المكسرات. عصائر الموز غير الناضج: وفقاً للدراسات، يمكن أن يساعد محتوى النشا في الموز أيضاً على تعزيز عملية التمثيل الغذائي لديك. حتى محتوى البوتاسيوم فيه يعتقد أنه ينظم نقل العناصر الغذائية إلى الخلايا، مما قد يزيد من عملية التمثيل الغذائي. كشفت دراسة نشرت في مجلة "نيوتريشن أند ميتابوليزم" أن استبدال 5% فقط من الكربوهيدرات في اليوم بمصدر من النشا المقاوم يمكن أن يزيد من حرق الدهون بعد الوجبة بنسبة 23%.

الاكتئاب لدى الآباء الجدد يرتبط بانعدام الثقة

أن يصبح المرء أباً هو أمر غالباً ما يجلب سعادة غامرة، ولكن هذا ليس دائماً، فالأبوة تنطوي على تحديات وتوتر، ويمكن أن تسبب الاكتئاب لبعض الأشخاص. وأظهرت دراسة حديثة أجرتها جامعة "لوند" بالسويد أن الاكتئاب الذي يصيب الرجال، في فترة ما بعد الولادة، أكثر شيوعاً بين الذين لا يشعرون بالثقة في علاقاتهم بشريكاتهم. ويصيب الاكتئاب ما يتراوح بين 1% و12% من الأمهات الجدد و8% على الأقل، من الآباء الجدد. وتزيد هذه الأرقام عند النظر إلى أعراض الاكتئاب، حيث إن واحداً من بين كل خمسة آباء جدد يتعرضون لأعراض مزعجة، بحسب الدراسة الجديدة التي أجرتها إيليا بسوني، الأستاذة المساعدة لعلم النفس في الجامعة، وأنا أيشيبشيلر إحصائية علم النفس السريري. وركزت الدراسة على الأسباب وراء الأعراض الاكتئاب لدى الآباء. وغالباً ما يكون لدى الآباء الذين يصابون بالاكتئاب وجهة نظر سلبية عن أنفسهم وهم يشعرون بالقلق خشية أن يتسببوا بعدم الكفاية في علاقاتهم الحميمة، وهو خوف ناشئ عن خبرات مروا بها مع والديهم أثناء فترة الطفولة.



حل لغز الوباء، الذي أثار حيرة العلماء

لسنوات، كان العلماء يتساءلون عن سبب اتخاذ فضلات حيوان الوباء الشهير في أستراليا شكلاً مكعباً، ولأن يقولون إنهم وصلوا إلى تفسير الأمر الذي قد يفيد البشرية. وذكرت شبكة "سي إن إن" الإخبارية الأميركية، أن علماء أستراليين أجروا اختبارات معملية ونماذج رياضية على فضلات الحيوان الذي يعيش في القارة النائية. ويتنمى حيوان الوباء إلى فصيلة الثدييات الجرابية ذات الفرو الكبير، ومنها الكنغر والكوالا، ويعرف عنه إنتاج فضلات تأخذ شكلاً مكعباً أو تشبه تمازج المستطيلات نوعاً، وهو ما أثار حيرة العلماء. ويعتقد الباحثون أن هذه الحيوانات تستخدم شكل الفضلات كتنكيك من أجل التواصل مع بعضهم البعض. واكتشف العلماء بعد الاختبارات التي أجروها، بأن هناك منطقتين قاسيتين ومنطقتين مرنتين حول أمعاء هذا الحيوان، التي يبلغ طولها نحو 33 أمتار، أي نحو 10 أضعاف عن طول الوباء نفسه. وقال عالم الحياة البرية من جامعة تسمانيا الأسترالية سكوت كارفر: "هذه القدرة على تكوين فضلات متساوية الأوجه نسبياً أمر فريد من نوعه في مملكة الحيوانات".

منوعات الغذاء

23

توصلت دراسة حديثة إلى 3 أعراض عينية عاناها المصابون بفيروس كورونا المستجد المسبب لمرض "كوفيد-19"، فما هي؟ وما نسبة حدوثها؟

وأجرى الدراسة باحثون من جامعة "أنجليا روسكين" (Anglia Ruskin University) في المملكة المتحدة، شملت 83 شخصا تم تشخيصهم بـ "كوفيد-19"، ونشرت في مجلة "بي إم جي أوبن أوبثالوموجي" (BMJ Open Ophthalmology).

ووجد الباحثون أن الأعراض العينية الثلاثة الأكثر شيوعا التي عاناها المشاركون هي:



3 علامات في العين تدل على إصابتك بالفيروس

أطباء يوصون بفيتامين (D) لمقاومة كورونا

1- رهاب الضوء "photophobia" (الانزعاج من الضوء) إذ عاناه 18% من المشاركين.
2- التهاب العين "sore eyes"، ونسبته كانت 16%.
3- حكة العين 17%.

وأفاد 81% من المشاركين بأنهم عاونا أعراضا عينية في غضون أسبوعين من أعراض "كوفيد-19" الأخرى، وهي السعال الجاف (66%)، والحمى (76%)، والتعب (90%)، وفقدان حاسة الشم-التذوق (70%). وأفاد 80% بأن الأعراض العينية استمرت مدة تقل عن أسبوعين.

ويوضح الرسم الآتي 9 من أبرز أعراض فيروس كورونا، ولمعرفة القائمة التفصيلية لأعراض عدوى كورونا اضغط على هذا الرابط.

نطاق الانتشار

وقال الباحثون إن هناك العديد من التقارير المتعلقة بالأعراض العينية، التي تظهر نطاقا واسعا من حيث الانتشار. ولكن من المحتمل أن الأعراض العينية لم تؤخذ في الاعتبار في ظل وجود أعراض أخرى أكثر خطورة عند دخول المرضى إلى المستشفى. اعلان
وذكر الباحثون أن دراسة سابقة أجريت على 56 مريضا مصابا بـ "كوفيد-19" أظهرت أنه كان لدى 15 شخصا (27%) أعراض في العين تشمل التهاب العين، والحكة، والإحساس بجسم غريب، واحتقان الدم (hyperaemia)، والإفرازات (على الرغم من عدم ملاحظة نوع الإفرازات)، حيث أبلغ 6 مرضى عن أعراض عينية ظهرت قبل أعراض الجهاز التنفسي أو الحمى.

لكن دراسة أخرى في الصين، شملت 534 حالة مؤكدة من "كوفيد-19"، أبلغت عن نسبة أقل بكثير (5%) من الأشخاص الذين يعانون أعراضا عينية، مثل الإحساس بجسم غريب وعدم وضوح الرؤية. وفي كلتا الدراستين، تم الإبلاغ عن ارتباط بين شدة المرض وانتشار الأعراض العينية.

كما أبلغت بعض الدراسات عن وجود فيروس كورونا المستجد -واسمه العلمي "سارس كوف 2" (SARS-CoV-2)- في مسحات المتحممة لدى الأشخاص الذين يعانون أعراضا في العين، وأيضا لدى أولئك الذين لم تظهر عليهم أي أعراض بصرية.

واقترحت إحدى الدراسات أن الأعراض العينية قد تكون العرض الوحيد لـ "كوفيد-19". ونظرا لأن الأعراض العينية لا تعد خطيرة مثل الأعراض الأخرى لـ "كوفيد-19" التي تهدد الحياة، فمن المحتمل أنه لم يتم الإبلاغ عنها في ضوء أعراض أخرى أكثر خطورة.

فيتامين (D) ضروري لتعزيز جهاز المناعة
أوصى باحثون بالاهتمام بتناول فيتامين "دي" (D) وعدوه عنصر ضروريا لتعزيز جهاز المناعة ومقاومة التهابات الجهاز التنفسي، ويعتقد الخبراء أن من الضروري الاهتمام بتناول الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين لتخفيف الأشكال الحادة من "كوفيد-19".
ويجيب بيان نشره مستشفى جامعة أنجيه الفرنسية في 18 يناير/كانون الثاني الجاري، أوصى 73 خبيرا و6 جمعيات علمية، بإعطاء فيتامين "دي" للمصابين بفيروس كورونا المستجد من أجل تعزيز المناعة. وتستعرض صحيفة "لوفيغارو" (Le Figaro) الفرنسية بعض الأطعمة التي تمدنا بكميات وفيرة من فيتامين دي وتساعدنا على تعزيز المناعة في ظل استمرار تفشي وباء "كوفيد-19". ولا يعد ذلك بديلا من الإجراءات الاحترازية الموصى بها خاصة ترك مسافة الأمان واجتناب العدوى، والحصول على اللقاح.

1- الأسماك الدهنية

تعد أسماك الرنجة (Herring) والإسقمري (Mackerel) والسردين (Sardines) والسلمون (Salmon) من الأسماك الغنية جدا بفيتامين دي.

2- مشتقات الحليب من أهم المصادر أيضا للحليب المعزز بفيتامين دي (fortified with vitamin D). سواء كان حيوانيا أو نباتيا، لذلك لا تتردد في تناول حليب الشوفان النباتي أو حليب اللوز أو الصويا أو الأرز لتغطية احتياجاتك اليومية. كما تحتوي الزبدة والجبن على فيتامين دي.

3- أحشاء الذبائح وصقار البيض

تعد أحشاء الذبائح، مثل الكبد والكلى والقلب والبنكرياس والنخاع الشوكي والدمعاق واللسان، غنية جدا بالبروتينات والمعادن والفيتامينات خاصة فيتامين دي الذي نجده كذلك في صقار البيض.

كل ما تحتاج إلى معرفته عن فيتامين دي

وفيتامين دي ليس مادة كيميائية واحدة، بل يشمل مجموعة من المواد، بما في ذلك فيتامين دي 2 ودي 3. وفيتامين دي 3 هو النوع الذي يصنع في الجلد عندما يتعرض الشخص لأشعة الشمس، ويوجد أيضا في الحيوانات، أما المصادر غير الحيوانية مثل الفطر والخبثاء فتنتج بشكل أساسي فيتامين دي 2.

وفيتامين دي مهم في امتصاص الكالسيوم والفسفات، وضروري لصحة العظام والعضلات. ويسهم الحفاظ على معدلات صحية من نسبة فيتامين دي في المساعدة على امتصاص الكالسيوم من الطعام، والحد من حدوث كسور العظام وهشاشتها عند الكبار في حال تناول جرعة يومية منه. اعلان

وبالنسبة للأطفال؛ فهو يساعد على بناء عظام قوية، ويمنع الكساح الذي يتسبب في تقوس الأرجل والركبتين وضعف الأرجل. وفيتامين دي يتشكل في الجسم نتيجة التعرض لأشعة "بي" (B) فوق البنفسجية من الشمس، كما يمكن الحصول عليه من الأسماك الدهنية، وكذلك من صفار البيض وكبد البقر والأطعمة المدعمة كالحبوب والحليب.

ويعد نقص فيتامين دي منتشرا على نطاق واسع، فهناك نحو مليار شخص من جميع الأعمار والعرقيات يعانون ذلك النقص، حتى في البلدان التي تشرق فيها الشمس على مدار العام.

وغالبا لا توجد أعراض ملحوظة لنقص فيتامين دي الخفيف، إلا أن الإنسان قد يشعر بأعراض مثل الصعوبة في التفكير بوضوح، وآلام في العظام، وكسور متعددة، وضعف في العضلات، وإرهاق مستمر.

كيف نقيسه؟

من أكثر الطرق دقة في قياس نسبة فيتامين دي فحص "25 هایدروكسي الكالسيوم بالدم).



بالدم، حيث تعد نسبة 30 نانوغراما/مليتر إلى 50 نانوغراما/مليتر كافية للأشخاص الأصحاء، أما نسبة 12 نانوغراما/مليتر فما دون تعد نقصا في فيتامين دي، وهذا وفقا لمؤسسة حمد الطبية في قطر. وأفضل طريقة للحصول على فيتامين دي هي تناول الأطعمة الغنية به، بالإضافة إلى المكملات الغذائية التي يحتوي معظمها على نسبة تبلغ 400 وحدة دولية "IU" من فيتامين دي.

وتوصي مؤسسة الصحة العامة في إنجلترا بحصة غذائية للبالغين والأطفال الذين تزيد أعمارهم على سنة واحدة، تصل إلى 400 وحدة دولية (10 ميكروغرامات) يوميا. وهذا رقم عام، وللتأكد من حاجتك اليومية، راجع الطبيب.

والمكملات الغذائية لفيتامين دي تؤخذ فقط بعد استشارة الطبيب، وذلك عندما يكون هناك نقص في فيتامين دي لدى الشخص، ولا يكون قادرا على الحصول على كمية كافية من المصادر الأخرى كاشعة الشمس والغذاء. ووفقا لخرافة الصيادلة بولاية ساكسونيا السفلى الألمانية، فإنه لا يجوز تناول مكملات فيتامين دي إلا تحت إشراف الطبيب؛ نظرا لأن الكمية الزائدة عن الحد قد تؤدي إلى تزايد الشعور بالعطش وزيادة الرغبة في التبول، فضلا عن الشعور بالغثاس أو الضعف.

والمكملات الغذائية لفيتامين دي في حال استعمالها بشكل خاطئ قد تؤدي إلى أضرار أكثر من النفع، وهذا ينطبق على جميع المكملات الغذائية. وقد يحتاج بعض الناس إلى ما هو أكثر من الحصة الغذائية الموصى بها، كمن يعانون السمنة أو يتناولون الأدوية المضادة للتشنج أو مثبطات المناعة أو الأدوية المضادة للفطريات مثل "كيتوكونازول" أو أدوية مرض نقص المناعة المكتسب (الإيدز)، فمن المهم استشارة طبيب قبل بدء ذلك.

والتناول المفرط لفيتامين دي -أكثر من 10 آلاف وحدة دولية باليوم- قد يلحق الضرر بالكلية والأنسجة، ويؤدي إلى هايبركاليسميا (ارتفاع نسبة الكالسيوم بالدم).

شرب القهوة يوميا قد يحمي الرجال من سرطان خطير!

كشفت دراسة جديدة أن تناول بضعة أكواب من القهوة كل يوم يمكن أن يساعد في الوقاية من سرطان البروستات وتحسين فرص البقاء على قيد الحياة بنسبة ١٦%.

ووجدت الدراسة، التي أجرتها جامعة الصين الطبية، أن شربي القهوة كانوا أقل عرضة بنسبة ١٠% للإصابة بسرطان البروستات، من الذين لا يشربون القهوة بانتظام.

الجنسية، وكلها يمكن أن تساعد في الحماية من السرطان. وأضاف وانغ: "ما يزال هناك ما يبرر إجراء مزيد من الأبحاث لاستكشاف الآليات الأساسية والمركبات النشطة في القهوة. إذ ثبت أيضا أن الارتباط له تأثير سببي، فقد يتم تشجيع الرجال على زيادة استهلاكهم للقهوة لتقليل خطر الإصابة بسرطان البروستات.

التخمير بين الدراسات. كما تنوع تصميم وطرق الدراسات المشمولة، لذا فإن الحذر في تفسير النتائج له ما يبرره". ومع ذلك، هناك تفسير بيولوجي لنتائجهم: أوضح الدكتور وانغ: من المعروف أن القهوة تعمل على تحسين مستويات السكر في الدم، ولها فوائد مضادة للالتهابات ومضادة للأكسدة. كما أنها تؤثر على مستويات الهرمونات

صلة نُشرت قبل سبتمبر 2020، ووجدوا 15 مقاربة بين الاستهلاك المرتفع والمنخفض للقهوة وخطر الإصابة بسرطان البروستات - 13 من المخاطر المقاسة المرتبطة بفتجان من القهوة كل يوم. وأشارت الدراسات المختلفة التي حللها الفريق إلى أكثر من مليون رجل من بينهم 57732 مصابا بسرطان البروستات.

وتراوح استهلاك القهوة من لا شيء أو أقل من فتجانين على أساس يومي، إلى 9 فتجانين أو أكثر يوميا، وفقا للدكتور وانغ.

وقال: "تشير هذه الدراسة إلى أن زيادة استهلاك القهوة قد يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بسرطان البروستات". وكانت هناك فرصة أقل بنسبة 9% للإصابة بالسرطان عند شرب القهوة يوميا، وانخفاض خطر الإصابة بنسبة 12% إذا شرب شخص ما الكثير من القهوة.

وقال الباحثون إن المرضى الذين أصيبوا بالفعل بسرطان البروستات في مراحل متقدمة، كانوا أقل عرضة للوفاة بنسبة 16% عند شرب فتجانين من القهوة كل يوم. وقد تؤدي الاختلافات بين الدراسات التي أجريت في أمريكا الشمالية وأوروبا واليابان إلى انحراف النتائج.

وقال الدكتور وانغ: "بسبب التصميم القائم على الملاحظة للدراسات المشمولة، ربما تكون العوامل غير المقاسة أو غير المتضبطة في الدراسات الأصلية أدت إلى انحراف تقدير المخاطر المجمع. ربما تم تصنيف كمية القهوة بشكل خاطئ لأنها تعتمد على الاسترجاع، وتباينت أنواع القهوة وطرق

مرحلة متقدمة، كانوا أقل عرضة للوفاة بالمرض بنسبة 16% لو شربوا القهوة. وأجرى الدراسة، التي نُشرت في المجلة الطبية البريطانية BMJ Open، الدكتور كيفنغ وانغ في جامعة الصين الطبية.

وانكب الباحثون على العمل في بيانات من 16 دراسة ذات

وفي حين أن شرب الكثير من القهوة يمكن أن يكون ضارا بصحتك، فقد وجد أنه يقلل من خطر الإصابة بسرطان الكبد والأمعاء والثدي - وحتى هذه الدراسة لم يكن هناك دليل كاف لإثبات أنها قد تقيد مرضى سرطان البروستات.

ووجد الفريق أن أولئك المصابين بسرطان البروستات في



دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: FREBB
المودعة بالرقم: 336491 بتاريخ: 2020/09/28 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: طارق جانو
الموطن: عجمان الإمارات
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 25
الملابس ولباس القدم وأغطية الرأس
وصف العلامة: العلامة عبارة عن خلفية بيضاء ويكتب عليها " FREBB " ويكتب بالحروف
الكبيره باللون الأسود والخلفية بيضاء.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر عن انتقال الملكية
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: Maven Cakes & Bakes
المودعة بالرقم: 262527 بتاريخ: 2016/11/02 صورة العلامة:
والمسجلة بتاريخ: 2017/05/28
باسم: المنى خزال تريفنج (ش.م.ج)
مكتب كيو 33-8-1/ بي - المنطقة الحرة
المطار الشارقة الدولي ، الشارقة ، الإمارات
العربية المتحدة. هاتف: 0528276675، فاكس:
- صندوق البريد: 33981، إيميل:
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 30
كعكة ، السكر، التقيق والمستحضرات المصنوعة من الحبوب والخبز والقطاير
والطويات والطويات الملحقة، عسل النحل والعسل الأسود، الخميرة ومسحوق
بيانت التعديل:
اسم من التقت البية محمد عثمان
المعلقة: صبي
عنوانه:
تاريخ انتقال الملكية: 2020/12/27
تاريخ التنوير: 2021/01/20

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: LUOWAN
المودعة بالرقم: 342139 بتاريخ: 2020/12/29
بيانات الأولوية:
باسم: شركة شنغهاي فام لتكنولوجيا المعلومات المحدودة
الموطن: غرفة 307 ايه ، 3 طابق رقم 245 صورة العلامة:
، طريق شين جويوان ، منطقة مينهاتج ، شنغهاي
الصين ،
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 10
أجهزة وأدوات جراحية وطبية وطب أسنان وبيطريّة، أطراف وعيون وأسنان اصطناعية،
لوازم تجبير، مواد خيطية أو درز الحروج.
وصف العلامة: عبارة عن عليها كلمة LUOWAN مكتوبة بالحروف اللاتينية الكبيرة باللون
الأسود وبخط عريض.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: AVP THE ARYA VAIDYA PHARMACY COIMBATORE LTD
المودعة بالرقم: 343083 بتاريخ: 2021/01/12 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: محمد رياض كورويكا فينو
الموطن: ص.ب: 237739 دبي ، دولة الإمارات العربية
المتحدة. هاتف: 0528201111، إيميل:
iyazkilton@gmail.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 44
الخدمات الطبية، الخدمات البيطرية، خدمات العناية الصحية والمحافظة على الجمال للكاتنت
البشرية أو الحيوانات، خدمات الزراعة والبستنة والغابات
وصف العلامة: عبارة عن رسمه ختم بشكل دائري مكتب بولوسط حروف AVP بالحروف
اللاتينية الكبيرة بخط مميز وعريض وعلى الأطراف عبارة
THE ARYA VAIDYA PHARMACY (COIMBATORE)
LTD مكتوبة بالحروف
اللاتينية الكبيرة باللون الأسود وأسفها رسمه مميزة لعصنين متكاملين.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: TIK AMPAX LUBRICANTS
المودعة بالرقم: 340041 بتاريخ: 2020/11/25 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: مصنع النصر للتصنيع وتعملة زيوت المحركات و
التحوم ذ.م.م
الموطن: ص.ب: 2764، لور القويون ، دولة الإمارات
العربية المتحدة. هاتف: 067664533، إيميل:
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 4
زيوت وشحوم صناعية، مزلقات، مبركات امتصاص وتكربيط وتثبيت الغبار ، وقود (بما في
ذلك وقود المحركات)، مواد إسداء، شموع وقطال للإضاءة.
وصف العلامة: عبارة عن تصميم لملمس عويرة زيت باللون البني من أعلى الشكل ككوب
عليه AMPAX بالحروف اللاتينية الكبيرة باللون الأسود وأسفها كلمة LUBRICANTS
مكتوبة بالحروف اللاتينية الكبيرة باللون الأبيض وأعلى الشكل مستطيل باللون الأزرق به
كلمة TIK بالحروف اللاتينية الكبيرة باللون الأبيض بشكل مميز واللون الأسود في
المنتصف والأسفل تصميم بالألوان البني والأحمر والأسود عليه رسمه بقع زيت.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر عن التعديل (شكل العلامة)
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتعديل بيبانت العلامة التجارية: KILTONS
المودعة بالرقم: 335885 بتاريخ: 2020/09/18 صورة العلامة:
والمسجلة بتاريخ: 2020/12/27
باسم: محمد رياض كورويكا فينو
مكتب كيو 33-8-1/ بي - المنطقة الحرة
المطار الشارقة الدولي ، الشارقة ، الإمارات
العربية المتحدة. هاتف: 0528201111، إيميل:
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 35
خدمات التدفئة والتبريد والإعلان وإدارة وتوجيه الأعمال وتفعيل النشاط المكتبي
بيانت التعديل:
تعديل شكل العلامة كما هو موضح أعلاه
تاريخ التعديل: 2021/01/09
تاريخ التنوير: 2021/01/10

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: libsi markah
المودعة بالرقم: 342136 بتاريخ: 2020/12/29
بيانات الأولوية:
باسم: شركة لبسي ماركة التجارية شركة شخص واحد
الموطن: المملكة العربية السعودية مكة المكرمة
ص.ب: 2795- الرمز البريدي - 24432
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 25
الملابس ولباس القدم وأغطية الرأس
وصف العلامة: عبارة لبسي ماركة بحروف عربية و بحروف لاتينية باللون الأسود
والاحمر و تم كتابة حرف الكاف العربي على شكل حرف كيه اللاتيني باللون الاحمر.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر عن التجديد
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
ش. أتيكس بلس محاسبون قانونيون
بنشر طلب تجديد مدة الحماية للعلامة التجارية التالية:
المودعة بالرقم: 150870
باسم: ش. أتيكس بلس محاسبون قانونيون
وعنوانه: ص ب 26869 ، دبي ، الإمارات العربية المتحدة
والمسجلة تحت الرقم: 151840
بتاريخ: 2011/09/21
وستظل الحماية نافذة المفعول لمدة عشر
سنوات أخرى اعتباراً من تاريخ 2020/12/21

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: FARM TO PALM
المودعة بالرقم: 343752 بتاريخ: 2021/01/24 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: فارم تي او هوم لتجارة المواد الغذائية ش.م.م
الموطن: سوق الحداد والفواكه شمال رقم 31
في المنطقة الصناعية الثالثة منطقة رأس الخور -
دبي الإمارات العربية المتحدة. هاتف:
0527364800، إيميل:
farmfreshuae@gmail.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 30
القهوة والشاي والكاكاو والقهوة الاصطناعية، الأرز، التانويكا والسماغو والتقيق
والمستحضرات المصنوعة من الحبوب، الفيز والقطاير والطويات؛ الحلويات الملتصقة؛ عسل
النحل والعليل الأسود والخميرة ومسحوق الفيز؛ الملح، الفخار، الخل، والملصقات (التوابل)؛
البهارات؛ التلح.
وصف العلامة: عبارة عن خلفية باللون الأسود مرسوم عليها برزول الأخضر في
الأعلى صورة لفرانك شكلة بين ورفتي شجر خضراء اللون مرسوم اعلاه اتمه باللونين
الأسود والأبيض ، و في منتصف الشكل عبارة FARM TO PALM مكتوبه
بالحروف اللاتينية الكبيرة ، واللون الاحمر والابيض عبارة
Fresh Fruits, Vegetables & Groceries
بالحروف اللاتينية
باللون البني داخل إطار باللون الأبيض والأسفل رسمه ثلاث زراعيه باللون الأحمر.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: KOOKH AL ASEER JUICES
المودعة بالرقم: 342858 بتاريخ: 2021/01/09 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: كوخ العصير ذ.م.م
الموطن: ص.ب: 7994 دبي ، دولة الإمارات العربية
المتحدة. هاتف: 052284684، إيميل:
mohammedmakanyil@gmail.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 43
خدمات توفير الأطعمة والمشروبات، الإيواء والموقت
وصف العلامة: عبارة عن شكل دائري اطرافه من الخارج باللون الأسود ومن الداخل باللون
البرتقالي الغامق مكتوب عليها عبارة KOOKH AL ASEER JUICES
رسمه لتعنيك للفصل عن كلمة JUICES مكتوبة بالحروف اللاتينية الكبيرة بخط عريض ثم
في المنتصف رسمه ثلاثين الأبيض والأسود لشخص عربي يرتدي زي خليجي ونظارة
يشرب عصير.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: SHMAINE
المودعة بالرقم: 342569 بتاريخ: 2021/01/04 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: البستكي لتجارة المواد الغذائية ذ.م.م
الموطن: ص.ب: 38421 دبي ، دولة الإمارات العربية
المتحدة. هاتف: 0562252209، إيميل:
admin@shmaine.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 30
القهوة والشاي والكاكاو والقهوة الاصطناعية، الأرز، التانويكا والسماغو والتقيق
والمستحضرات المصنوعة من الحبوب، الفيز والقطاير والطويات؛ الحلويات الملتصقة؛ عسل
النحل والعمل الأسود والخميرة ومسحوق الفيز؛ الملح، الفخار، الخل، والملصقات (التوابل)؛
البهارات؛ التلح.
وصف العلامة: عبارة عن كلمة شمين بشكل مزخرف باللون الأحمر وبخط معين وأسفها ()
كلمة SHMAINE مكتوبة بالحروف اللاتينية باللون الأسود و بجوارها كلمة شمين (داخل
إطارين للخرقة.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: صورة العلامة:
المودعة بالرقم: 341790 بتاريخ: 2020/12/23
بيانات الأولوية:
باسم: شوروس كفيه ش.م.م
الموطن: ص.ب: 88394 دبي ، دولة الإمارات العربية
المتحدة. هاتف: 0551918154، إيميل:
firoznp@gmail.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 35
البيع بالتجزئة، البيع بالجملة، التسوق عبر الإنترنت ، التجارة ، تجارة العلة ، المتاجر
وجميع الخدمات الأخرى في البنقة 35
وصف العلامة: عبارة عن رسمه لشكل ليمونه باللون الرمادي مرسوم اعلاها ثلاث براعم
النبات باللونين الأسود والرمادي
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: ALLSPORT ID
المودعة بالرقم: 342171 بتاريخ: 2020/12/29
بيانات الأولوية:
باسم: سبوروت رينتينج تكنولوجيز إنترناشيونال ذ.م.م
الموطن: وحدة رقم 446 مركز الأصيل ذ.م.م
طابق رقم 5 مبنى جولفاري & جيمينكس 2 دبي
الإمارات العربية المتحدة. هاتف:
0971521532317+، صندوق البريد: 38249،
إيميل:
office@sportrating.tech
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 41
التعليم والتدريب الترفيهي الأنشطة الرياضية والتفقيه
وصف العلامة: عبارة عن كلمات باللغة الانجليزية ALLSPORT ID بحروف لاتينية
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: TIKIZ
المودعة بالرقم: 343367 بتاريخ: 2021/01/17 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: تيكيز للعصائر شركة الشخص الواحد ذ.م.م
الموطن: ص.ب: 109612 أبو ظبي ، دولة الإمارات
العربية المتحدة. هاتف: 0544399953، إيميل:
izucsaac@gmail.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 43
خدمات توفير الأطعمة والمشروبات، الإيواء والموقت
وصف العلامة: عبارة عن رسمه بخلفية باللون الأزرق مكتوب عليها كلمة TIKIZ بالحروف
اللاتينية باللون البني بشكل مميز خشبي وبشكل رسمه لزهرة باللون الأحمر وأطراف
باللون الأسود وعصير باللون الأصفر والأحمر ورسمه لتفاح مكن بحجم كبير
باللون البني.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: Real Karak Cafe
المودعة بالرقم: 343805 بتاريخ: 2021/01/25 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: مقي ريفيل كرك ذ.م.م
الموطن: ص.ب: 6362 عجمان ، دولة الإمارات
العربية المتحدة. هاتف: 0544399953، إيميل:
shak643@gmail.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 43
خدمات توفير الأطعمة والمشروبات، الإيواء والموقت
وصف العلامة: عبارة عن رسمه لفضة صفراء دائكة و عليه رسمه كوب زجاجي به
مشروب ساخن مكتوب على النطقة عبارة Real Karak مكتوبة بالحروف اللاتينية باللون البني
أسفها كلمة Cafe باللون الأبيض بالحروف اللاتينية.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
نمجة البترول للخطاطة (ش.م.م)
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: AL BATOOL
المودعة بالرقم: 343799 بتاريخ: 2021/01/25 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: نجوم البترول للخطاطة وتجارة الأفضة (ش.م.م)
الموطن: ص.ب: 114742 دبي ، دولة الإمارات العربية
المتحدة. هاتف: 055856485، إيميل:
yousufkarakad@gmail.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 25
الملابس ولباس القدم وأغطية الرأس.
وصف العلامة: عبارة عن مستطيل باللون الأسود مكتوب عليه كلمة ALBATOOL
مكتوبة بالحروف اللاتينية الكبيرة باللون الأحمر و يطوره رسمه دائرة باللونين الأحمر
الأسود مكتوب بداخلها حرف B باللون الأحمر مكتوب بالحروف اللاتينية الكبيرة و مصمم
عليه حرف T بشكل مميز باللون الأسود.
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

محاكم دبي
محكمة التنفيذ
DUBAI COURTS

العدد ١٣١٥٢ بتاريخ ٢٠٢١/١/٢١
إعلان بالنشر
في الدعوى رقم ٢٠٩/٢٠٢٠/١٥٦ تنفيذ عمالي
موضوع التنفيذ: تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى العمالية رقم ٢٠٩/٢٠٢٠/١٥٦
عمالي ككي ، بسداد المبالغ المتفق بها وقدرها (٣٢٢٠٠،١٩) درهم)
شاملة للرسوم والمصاريف
طالب الإعلان : كابي بشارة شامات - صفته بالقاضي - طالب التنفيذ
المتطوعين لإعلامهم : ١- مؤسسة النخبة للدعاية والإعلان (البايت) ومالكها / عبدالله سعيد
محمد الكندي ، ٢- عائشة محمد حارب بصفتها من ورثة التوفيق / عبدالله سعيد محمد
الكندي ، ٣- شما عبدالله حميد القاسمي بصفتها من ورثة التوفيق/ عبدالله سعيد محمد
الكندي ، ٤- نورة عبدالله سعيد محمد الكندي بصفتها من ورثة التوفيق/ عبدالله سعيد
محمد الكندي ، ٥- عبدالعزيز عبدالله سعيد محمد الكندي بصفتها من ورثة التوفيق/
عبدالله سعيد محمد الكندي ، ٦- محمد عبدالله سعيد محمد الكندي بصفتها من ورثة
التوفيق/ عبدالله سعيد محمد الكندي ، ٧- سعيد محمد سعيد الكندي بصفتها من ورثة
التوفيق/ عبدالله سعيد محمد الكندي بصفتها الوالي الشرعي على القاصر / ميسون
عبدالله سعيد محمد الكندي - صفتهم بالقاضي - منفذ ضدهم
موضوع الإعلان : قد أقم عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة أعلاه والزامكم بدفع المبلغ
المتفق به وقدره (٣٢٢٠٠،١٩) درهم أي طالب التنفيذ أو خزينة المحكمة. وعليه فإن
المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال
١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.
رئيس الشعبة

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: XV CAFE
المودعة بالرقم: 343861 بتاريخ: 2021/01/26
بيانات الأولوية:
باسم: عطية عبد الرحمن حميد العويص
الموطن: الشارقة منطقة مويج التجاري. هاتف:
0506777272، صندوق البريد: 24878، إيميل:
owais@hotmail.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 43
خدمات توفير الأطعمة والمشروبات، الإيواء والموقت
وصف العلامة: عبارة عن كلمت باللغة الانجليزية XV CAFE بحروف لاتينية
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
مجموعة شركات عبدالصمد القرشي سدة العطر
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: G I F GRIFF INTERNATIONAL FLAWLESS 1772
المودعة بالرقم: 342848 بتاريخ: 2021/01/09 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: مجموعة شركات عبدالصمد القرشي سدة العطر
الملكى
الموطن: دبي. هاتف: 00971547557218، إيميل:
dulsamadalarqashi@live.c
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 35
تجارة الاحجار الكريمة والمجوهرات
وصف العلامة: دائرتين على شكل مثلثات داخلها دائرة داخلها مثلث مضيضي داخله حويرة
اعلاها حرف G I F وحولها كلمة GRIFF INTERNATIONAL FLAWLESS 1772
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان

دولة الإمارات العربية المتحدة
وزارة الاقتصاد
إدارة العلامات التجارية

الأحد ٢١ يناير ٢٠٢١ العدد ١٣١٥٢
نموذج إعلان النشر
تعن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل / المالك :
مجموعة شركات عبدالصمد القرشي سدة العطر الملكي للاستثمار ش.م.م
طلب لتسجيل بيبانت العلامة التجارية: S
المودعة بالرقم: 342486 بتاريخ: 2021/01/02 صورة العلامة:
بيانات الأولوية:
باسم: مجموعة شركات عبدالصمد القرشي سدة العطر
الملكى للاستثمار ش.م.م
الموطن: دبي. هاتف: 00971547557218، إيميل:
Abdulsamadalarqashi@live.com
وذلك لتمييز السلع أو الخدمات الواقعة بالبنقة: 35
تجارة العطور ومستحضرات التجميل تجارة لعود والبخور والطيب تجارة الهدايا
وصف العلامة: مستطيلان داخل بعض فوقهما نصف دائرة ويخرج من تحتها
حرف ر بالعربي وداخلها حرف "S" بلاتيني بشكل مميز
الإشتراطات:
فعلني من لديه اعتراض على ذلك أن يقدمه مكتوباً لإدارة العلامات التجارية في وزارة
الاقتصاد أو إرساله بالبريد المسجل ، وذلك خلال 30يووما من تاريخ إصدار هذا الإعلان



•• دبي - د. محمود علياء

ناقشت ندوة الثقافة والعلوم في جلسة افتراضية موضوع "ماذا يريد الشباب من إعلام اليوم؟" قدمتها صاحبة عبيد عضو مجلس إدارة الندوة ورئيس اللجنة الشبابية بمشاركة صافية الشحي إعلامية إماراتية حاصلة على ماجستير اتصال جماهيري وتعمل مديرة التسويق والاتصال الجماهيري في معهد الإمارات للدراسات المالية والمصرفية، عملت في دبي للإعلام ولها الكثير من البرامج التلفزيونية، والإصدارات الأدبية، حاصلة على عدة جوائز، وحاصلة على جائزة أوائل الإمارات عن إنجازاتها في تعزيز القراءة.

ماذا يريد الشباب من إعلام اليوم في ندوة الثقافة والعلوم

يطلب معادلة تكافلية بين الجهة التسويقية والجهات غير الربحية والبرامج الثقافية. وعن توافر الكفاءات الإعلامية الإماراتية أكد محمد الهاشمي أن هناك الكثير منها موجود وتشهد غرف الأخبار في كثير من القنوات الإخبارية يتوافر هذه الكفاءات سواء مديعين أو مقدمين أو فنيين واستوديوهات قدمت الكثير من الأصوات الإماراتية التي تتحدث عن هموم الإمارات وحاجته سواء على الجانب الاجتماعي أو الاقتصادي. وعليه يرى أن هناك قصور في تقديم البرامج المخصصة لأبناء الإمارات والتي تناقش أمورهم أو تقدم ثقافتهم وحياتهم الاجتماعية خاصة وأن الدولة تضم كثير من الجنسيات التي يعينها التعرف على الثقافة الإماراتية بمختلف الأشكال. وهذا ما يتطلب إيجاد مزيد من الفرص للكفاءات الإماراتية. وأكد الهاشمي أن دولة الإمارات قدمت نموذج الطلق، وتابع قائلاً: "لنح أفراد المجتمع الشعور بالملء، وأننا للمجتمع الرقمي وسيتما الهواء [D] وأننا للمجتمع إمكانية الاستماع إليها عبر مكبرات الصوت في منازلهم، كما استمتع الأطفال من أماكن مختلفة من كندا بفيلم خاص بهم تم استثنائياً عبر وصوله ولأول مرة إلى شريحة واسعة من الجمهور في جميع أنحاء كندا. واختتم المنتدى العالمي لسينما الأطفال فعالياتاته (السبت) جلسة تحت عنوان "مستقبل المهرجانات ورعاية مواهب الأطفال وأثره الاجتماعي" تقدمت عند 6:00 مساءً، فيما تقام جلسة "الفرص ومجالات التعاون" في الساعة 7:30 مساءً.

هي المرأة الواقعية لهموم الناس، وهذا قد يكون غير صحيح لأنها أحياناً تضخم المشكلات بشكل مبالغ فيها. وأضاف أنه عاصر مرحلة ذهبية في الإعلام الإماراتي وصلت فيها قناة أبوظبي إلى مركز متقدم إعلامياً في متابعتها لغزو العراق وكثير من الأحداث العالمية وأصبحت قناة أبوظبي منافس قوي لكثير من القنوات الإعلامي، والآن هناك الكثير من التساؤلات هل ما يطرح إعلامياً من أعمال ثقافية أو برامج هو المطلوب في الوقت الحالي وهل الترفيه المعروض حالياً هو المطلوب وهل نحتاج إليه.. هناك الكثير من التساؤلات المتشعبة والتي تتطلب النظر إليها. وأكد أنه من القسوة تحميل الإعلام مسؤولية الضعف الثقافي، لأن مساحة البرامج والصفحات الثقافية تنقلص، وهذا ناتج عن المتطلبات الأخرى لهذه المؤسسات، وخاصة أن كثير من هذه المؤسسات حكومية وغير ربحية، نتيجة أثر التسويق وضعفه في بعض المؤسسات وعدم وجود رعاة للبرامج الثقافية بشكل خاص. وهذا

إعلامية من مقدمين ومعددين ومخرجين ومصورين، مدركين ودارسين لحاجة الجمهور ونوعية البرامج التي يجب أن تقدم. تحتاج القناة التلفزيونية والصحافة ذراع تعمل على مد حاجة الجمهور بما يلي شغفه، وصراع تتعامل مع الجيل الجديد عبر منصات التواصل التي تخاطب حاجاتهم، فالثقافة تتمدد ويمكن أن تكون قريبة لقب الجمهور. وأكدت أن الإعلام الجديد يتطلب محاور الرقمنة والشخصنة وتحليل القيود، ويعتمد على الأجهزة الذكية المحمولة والذكاء الاصطناعي والمستهلك الذكي وغيرها من الأمور. وتساءل محمد الهاشمي هل حكماً على الإعلام مطلقاً أم يمكن تصنيف ما هو جيد أو ما هو سيء إعلامياً بشكل صحيح؟ وهذا يخضع لسؤال ما هو المطلوب من الإعلام والذي يريده مجتمع الإمارات من المجتمع، والأمر يختلف من مرحلة إلى مرحلة، الكثير ينظر إلى الإعلام التقليدي بأنه بعيد عن ما يطرح في وسائل التواصل الاجتماعي، والبعض يعتقد أن وسائل التواصل

يحتاجه وليس ما يريده، لأنه ليس دور الإعلام، إعلام يتجدد وقابل للتجدد حاضن للفلسفة التي بني عليها مفهوم الإعلام أي التواصل بالدرجة الأولى للارتقاء بالنفس والفكر وجمع المجتمع لا تفرقه. وعن تعقيب البرامج الثقافية في إعلام اليوم والذي ساهم في إضعاف الوعي بشكل أو بآخر لأنه لا يوجد شكل معين للبرامج ولا يعني رأت صافية أن مشكلة التعميم قضية أساسية، نجاح البرنامج الثقافي أن يقتصر فقط على الحوار مع أشخاص بعينها، وهذه قوالب تسببت في تراجع الثقافة في البرامج التلفزيونية، البرامج الثقافية يجب أن تكون أكثر حيوية مضمون قوي، والسبب أيضاً غياب الإحصاءات والدراسات العلمية التي تقيس حاجة المشاهد للبرامج وكيفية تلبية تلك الحاجة. وأكدت أن الثقافة كائن ينمو لا يمكن أن يحدث ذلك إلا إذا كان حامله مبدع، وهذا متوفر ولكن طريقة التقديم والإخراج لهذا البديع هي المشكلة، والبرامج الثقافية تتطلب كفاءات

لتشكل منحى آخر يجب أن يواكبه الإعلام. لذا تساءل ما الذي يريده الشباب من إعلام اليوم؟ وتساءلت صاحبة ما هو الشكل المنشود للإعلام اليوم مع كافة التطورات المتسارعة على المستوى التقني والمهني، وهل سبق للإعلام المحلي أن وصل إلى مرحلة مثالية وما الذي ينقصه لمواكبة الإعلام العالمي. ذكرت صافية الشحي أنه لو لم تكن إعلاميين هناك علاقة بالدرجة الأولى لا تقتصر على مجرد استهلاك المنتج الإعلامي، ولكننا كأفراد صناع جزء كبير من المحتوى الذي يتم تداوله، حتى أن المؤسسات الإعلامية بشكلها الكلاسيكي لا تستطيع التأق بنفسها عن ما يقدمه الفرد أو المواطن، وما يسعى للمشاركة به من معرفة وأخبار وأحداث وقصص. وأضافت أنها من منطلق مهني ك شخص له تجربة في الجانب الإعلامي والتسويقي، تلتمح أن ترى إعلام متحرر من قيود الأداة والقوالب الكلاسيكية، ولكنه محتفظ بأخلاقيات المهنة، متحرر من التقليد، إعلام يقدم للجمهور ما

ومحمد الهاشمي ماجستير العلوم والثقافة من بريطانيا، ولديه شهادة عليا في البحث العلمي عمل في الإعلام التلفزيوني لمدة 12 عاماً وصدر له كتب أدبية ومقالات في السياسة والأدب والفكر والثقافة، ويعمل مدير إقليمي للشرق الأدنى وشمال إفريقيا للاتصال والمعرفة في منظمة (الفاو) التابعة للأمم المتحدة. ذكرت صاحبة عبيد أن الإمارات اليوم في عامها الخمسين تدهن مسيرة حضارية هائلة ومتسارعة وملفتة، أمر لا جدال عليه، وتتوازي مع ذلك مسيرة إعلامية عكستها مجموعة من القنوات الإعلامية والحكومية والخاصة في رحلة مليئة بالتطورات اللاحقة من جانب، والأسئلة الشائكة من جانب آخر. وقد نسمع أحياناً أن الإعلام المحلي قد لا يلي التطلعات الحضارية للدولة ويتجلى ذلك في بعض الأزمات، في حين هناك بطل جدل آخر يقول إن الإعلام الرسمي أو التقليدي لا يلي التطورات الإعلامية المتسارعة التي يمر بها العالم، في حين أطلت منصات التواصل الاجتماعي بأشكالها المتنوعة

«اكسبوجر 2021» يكشف تفاصيل دورته الخامسة غداً في بيت الحكمة



•• الشارقة- الفجر:

بحضور الشيخ سلطان بن أحمد القاسمي، رئيس مجلس الشارقة للإعلام، يعقد المكتب الإعلامي لحكومة الشارقة، في "بيت الحكمة" بالشارقة، يوم غد (الاثنين 1 فبراير)، الساعة 10 صباحاً، مؤتمر صحفياً للكشف عن تفاصيل المهرجان الدولي للتصوير "اكسبوجر" الذي ينطلق خلال الفترة من 10 حتى 13 فبراير بدورته الخامسة، مستضيفاً نخبة من أفضل مصوري العالم، الذين يشاركون بأعمالهم التي تعترف بالعديد من القضايا الإنسانية والاجتماعية والبيئية والرياضية وغيرها، ويقدمون لهواة وعشاق التصوير الفوتوغرافي سلسلة من ورش العمل والجلسات التدريبية والحوارية.



يقام المنتدى بتنظيم مهرجان الشارقة السينمائي الدولي للأطفال والشباب

الشارقة تجمع كبار مدراء المهرجانات الفنية والسينمائية في انطلاق المنتدى العالمي لسينما الأطفال

من خلال إطلاق أول خدمة بث وطنية تسمى سينما "ابق في المنزل، (Stay-At-Home)، وهي تعمل على شائكة منصة "تقليدكس"، وقد حققت دورة المهرجان لعام 2020 نجاحاً كبيراً باعتقادها طريقة السينما الرقمية وسيتما الهواء الطلق، وتابع قائلاً: "لنح أفراد المجتمع الشعور بالملء، وأننا للمجتمع الرقمي وسيتما الهواء [D] وأننا للمجتمع إمكانية الاستماع إليها عبر مكبرات الصوت في منازلهم، كما استمتع الأطفال من أماكن مختلفة من كندا بفيلم خاص بهم تم استثنائياً عبر وصوله ولأول مرة إلى شريحة واسعة من الجمهور في جميع أنحاء كندا. واختتم المنتدى العالمي لسينما الأطفال فعالياتاته (السبت) جلسة تحت عنوان "مستقبل المهرجانات ورعاية مواهب الأطفال وأثره الاجتماعي" تقدمت عند 6:00 مساءً، فيما تقام جلسة "الفرص ومجالات التعاون" في الساعة 7:30 مساءً.

بينت: "سعت بالتعاون مع فريقتي إلى الاستثمار في كافة الصناعات الرقمية التوفرة وأبرزها فيسبوك وتويتير وانستغرام، للتواصل مع الجمهور من جميع الفئات العمرية، الأمر الذي أتاح الفرصة للمنظمين والمشاهدين للتعبير عن آرائهم حول الأفلام المختارة من ناحية، كما عززت التواصل بين صناع الأفلام وجمهورهم من ناحية أخرى، واليوم نتطلع إلى إقامة المهرجان في ديسمبر على أرض الواقع في حال كان ذلك مسموحاً وفق إرشادات الصحة والسلامة، وأشرك كلابوديو جويوتوسي، الذي يشغل منصب مدير مهرجان جيفوني السينمائي الدولي للأطفال في إيطاليا منذ تأسيسه، إلى أن وباء كورونا ضرب العالم في الوقت الذي كان المنظمون يخططون فيه للاحتفال بالدورة الخمسين للمهرجان، حيث قال: "أردنا في مارس الماضي أننا بحاجة إلى خطة بديلة للتواصل مع أفراد المجتمع وعشاق سينما الأطفال في جميع أنحاء العالم، وكان علينا أن نجد طريقة لنصل إليهم، أينما كانوا ونحافظ على مكانة هذا المهرجان، فقمنا خلال فترة الإغلاق الأول والتي امتدت من مارس إلى مايو بتنظيم جلسات حوارية مع عدد من الممثلين والسياسيين والأطباء وصانعي الأفلام لتبني قريبين من أفراد المجتمع بجمع فئاته ونعزز شعورهم بالتماسك والمشاركة. وأضاف: "واجه كل من صناعة السينما والمجتمع على حد سواء العديد من التحديات، ففي ذلك الحين كانت هناك الكثير من المخاوف حول أية تنظيم فعالية على أرض الواقع يلتقي فيها الناس معاً مع ضمان سلامتهم وصحتهم، ما دفعنا إلى العمل على إقامة مهرجان هجين حضره شخصياً 3 آلاف طفل في إيطاليا، فيما انضم ملايين من عشاق أفلام الأطفال إلى المهرجان افتراضياً من مختلف أنحاء العالم، واختتم جويوتوسي بقوله:

الأطفال، تعد بارقة أمل لنا جميعاً. بدورها، قالت ميناكشي فيناني راي، مديرة مهرجان تشين الهند السينمائي للأطفال في الهند: "إن مستقبل السينما لا يعتمد على الأفلام التي يصنعها البالغون للأطفال الذين يحتاجون إلى نوع مختلف من الطاقة لا يمكن تحقيقها إلا من خلال إبداعهم، وكل ما يمكننا القيام به هو توفير إطار عمل إرشادي يمكن للأطفال البناء عليه، وأضاف: "من واقع تجربتي عملت مع أطفال استطاعوا ابتكار سينما جريئة وصادقة تعكس واقعهم ويصعب على البالغين فهم أعماقها، والمطلوب من جيلنا هو الجرأة والشجاعة لقبول الأشياء التي لا نلفها".

أكاديمي فرنسي في مداخلة له خلال الجلسة الأولى: "لضمان تمكين الأطفال، يتوجب على المدرسين المتخصصين بتعليم الوسائط المرئية أن يقوموا بسرد قصص من الحياة اليومية التي يمكن للأطفال الارتباط بها والتي تشكل جزءاً من محيطهم الاجتماعي والثقافي، إذ يعد تفاعل الأطفال في عملية صناعة الأفلام وضمان مشاركتهم الفاعلة ضرورة مهمة لتقديم القصص من وجهة نظرهم، من جانبه، قال فيرودز بولبوليا من مهرجان نيلسون مانديلا لأفلام الأطفال في جنوب أفريقيا: "على الرغم من التحديات العديدة التي تواجه العاملين في صناعة سينما الأطفال، التي تشمل صعوبة وصول الأطفال سيقتي مستقبل سينما الأطفال مشرقاً في جنوب أفريقيا، فالجهد والوقت الذي تكرسه، والإمكانيات التي تمتلكها، والشراكات التي تجمعنا مع الجهات المختلفة في جميع أنحاء العالم لتعزيز جودة سينما

منذ أكثر من قرن، وشارك في الجلسة كل من دان بينيت، مدير مهرجان "لوس أنجلوس السينمائي الدولي للأطفال" في الولايات المتحدة، وكلاوديو جويوتوسي، مدير "مهرجان جيفوني السينمائي الدولي للأطفال" في إيطاليا، وكيت بيني، مدير الجمهور والمجتمع في "مهرجان تورنتو السينمائي الدولي" في كندا، وأدارها شبيب إقبال. وأشار دان بينيت إلى أن "مهرجان لوس أنجلوس السينمائي الدولي للأطفال" كان جاهزاً لافتتاح دورة عام 2020 في ديسمبر، فحاجة أن تلك الدورة لن تعقد، لأن الإجراءات الاحترازية كانت فورية وحاسمة ولم تتحرك للمهرجان الفرصة لتنظيم دورته السنوية.

وقال البروفيسور دراجان م. فيمون، مخرج



منذ أكثر من قرن، وشارك في الجلسة كل من دان بينيت، مدير مهرجان "لوس أنجلوس السينمائي الدولي للأطفال" في الولايات المتحدة، وكلاوديو جويوتوسي، مدير "مهرجان جيفوني السينمائي الدولي للأطفال" في إيطاليا، وكيت بيني، مدير الجمهور والمجتمع في "مهرجان تورنتو السينمائي الدولي" في كندا، وأدارها شبيب إقبال. وأشار دان بينيت إلى أن "مهرجان لوس أنجلوس السينمائي الدولي للأطفال" كان جاهزاً لافتتاح دورة عام 2020 في ديسمبر، فحاجة أن تلك الدورة لن تعقد، لأن الإجراءات الاحترازية كانت فورية وحاسمة ولم تتحرك للمهرجان الفرصة لتنظيم دورته السنوية.

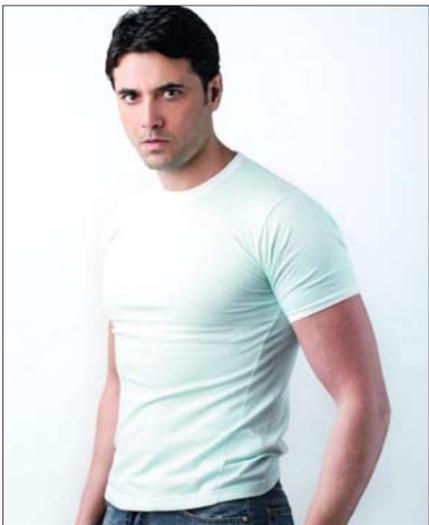
منذ أكثر من قرن، وشارك في الجلسة كل من دان بينيت، مدير مهرجان "لوس أنجلوس السينمائي الدولي للأطفال" في الولايات المتحدة، وكلاوديو جويوتوسي، مدير "مهرجان جيفوني السينمائي الدولي للأطفال" في إيطاليا، وكيت بيني، مدير الجمهور والمجتمع في "مهرجان تورنتو السينمائي الدولي" في كندا، وأدارها شبيب إقبال. وأشار دان بينيت إلى أن "مهرجان لوس أنجلوس السينمائي الدولي للأطفال" كان جاهزاً لافتتاح دورة عام 2020 في ديسمبر، فحاجة أن تلك الدورة لن تعقد، لأن الإجراءات الاحترازية كانت فورية وحاسمة ولم تتحرك للمهرجان الفرصة لتنظيم دورته السنوية.



منوعات

الفكر

27



أحمد عز ومئة شلبي... يلتقيان في (الجريمة)

انتهى المخرج المصري شريف عرفة من اختيار ومعاينة مواقع التصوير لفيلمه الجديد (الجريمة) الذي ينتمي إلى فئة (الأكشن) والمغامرة، والذي يلعب بطولته الفنان أحمد عز، إلى جانب مئة شلبي وماجد الكدواني وسيد رجب، وغيرهم الكثير من نجوم السينما المصرية. مصادر في الشركة المنتجة قالت: (إن المشاهد الأولى للفيلم سيتم تصويرها خلال أيام في مدينة الغردقة، شرق مصر، قبل التنقل إلى مواقع أخرى لمواصلة التصوير). في حين عبرت الفنانة مئة شلبي عن سعادتها بالعمل مجدداً مع زميلها الفنان أحمد عز، بعدما التقيا في فيلمين سابقين، كما أثنى على تعاونها مع المخرج شريف عرفة، الذي التقته أيضاً في فيلم سابق بعنوان (الشمس والإنس)، متمنية أن يكون الفيلم الجديد إضافة إلى (السينما القوية والمتميزة)، على حد قولها.

يُعرض قريباً على (يوتيوب)
(طبيب الغلابة) ... فيلم يوثق حياة الدكتور مشالي

يترقب قطاع كبير من المصريين إطلاق فيلم (طبيب الغلابة)، الذي يستعرض قصة حياة الطبيب المصري الراحل محمد مشالي، الذي اشتهر بلقب (طبيب الغلابة) في مصر، لأنه كرس حياته لعلاج الفقراء بأسعار رمزية، وقدم خدماته بالمجان لغير القادرين في إحدى قرى الريف المصري، على مدار سنوات طويلة قبل رحيله في يوليو 2019 عن عمر ناهز 76 عاماً، تاركاً وراءه سيرة طيبة.

هذا الطبيب كرمز للعطاء والعمل الإنساني ومساعدة البسطاء، عنهم في ظل ظروفهم المادية الصعبة). لتكون قصته مصدر إلهام للجميع. وقال السكري: (اخترنا الدكتور محمد مشالي تحديداً، نظراً لأعماله البارزة التي لا تقدر بثمن في خدمة الناس البسطاء، وتوجيه كل ما يملك من إمكانيات ومشاعر فياضة تجاه خدمتهم، والتخفيف

قصة طبيب الغلابة يعرفها الملايين من المصريين والعرب الذين تعرفوا إليه قبيل وفاته بأشهر قليلة من خلال لقاءات تلفزيونية أجريت معه في عيادته البسيطة بإحدى القرى في ريف مصر، وتحول بعدها الرجل إلى (ترند) على مواقع التواصل الاجتماعي، خصوصاً مع رفضته أي مساعدات مالية من جهات وأشخاص، على الرغم من أنه بدأ بسيطاً في مظهره، كما كانت عيادته متواضعة. لكن الجديد الذي يقدمه هذا الفيلم هو إلقاء هالة من الضوء على حياته الخاصة وهوأياته وظروف معيشته إلى جانب مواقفه الإنسانية، حيث تواصل فريق العمل مع أسرة وأقارب الطبيب الراحل للحصول على معلومات دقيقة عنه.

وسيتتم عرض الفيلم على موقع (يوتيوب) وغيره من منصات التواصل الاجتماعي، حيث أكد صناعه أنه سيكون متاحاً للجميع، وأنهم لن يناهسا به في أي من المهرجانات الفنية المتخصصة، مكتفين بإبراز رحلة (طبيب الغلابة)، الذي وهب نفسه لعلاج الفقراء والمحتاجين.

سيناريو وحوار
أمير السكري
إخراج
محمد تيفا

بطولة
عصام بدوي
أمال عبد العزيز

الفيلم القصير (طبيب الغلابة) الذي يوثق رحلة أشهر طبيب مصري، انطلق كمشكلة في أعقاب وفاته باعتباره نموذجاً إيجابياً للعطاء الإنساني اللامحدود في المجتمع، ويجب أن يُحتذى به، في زمن يتصارع فيه الجميع من أجل المادة وجمع المال، من دون اكتراث بظروف المرضى الفقراء أو غير القادرين على قصد عيادة طبيب طلباً للعلاج. مجموعة من الشباب الباحثين عن التميز، لم يجدوا أبرز من الدكتور محمد مشالي لإلقاء الضوء على سيرته ومسيرته كطبيب إنسان من خلال فيلم مدته 50 دقيقة فقط تلخص هذه الرحلة، وعلى الرغم من التكلفة المادية الكبيرة لإنتاج فيلم من هذا النوع، غامر هؤلاء الشباب وتمسكوا بحلمهم في تقديم هذه الشخصية على شريط سينمائي بأقل الإمكانيات.

أحد هؤلاء الشباب الذين تواصلت معهم (الجريدة)، هو كاتب السيناريو والحوار، أمير السكري، الذي أوضح أن الفيلم بطولة عصام بدوي، وأمال عبد العزيز، ويقوم بإخراجه محمد عبد اللطيف الشهير (ب.محمد تيفا). فيما تدور أحداثه حول قصة حياة الدكتور مشالي منذ مولده في مدينة (إيتاي البارود) بمحافظة البحيرة (شمال غربي القاهرة)، مروراً بتعليمه وعمله ثم زواجه وانتهاءً بوفاته في يوليو 2019، ويركز الفيلم على إبراز الأدوار الإنسانية المهمة التي لعبها الدكتور مشالي في حياته العملية كطبيب، ومواقفه العظيمة في خدمة البسطاء.

ومع اهتمام الصحافة ووسائل الإعلام المصرية بالحديث عن هذا الفيلم المرتقب إطلاقه خلال أيام، ظن كثيرون أن جهة إنتاجية كبرى تقف وراءه، لكن الحقيقة أن ذلك لم يكن صحيحاً على الإطلاق، فقد أكد السكري أنه ليست هناك جهة إنتاجية للفيلم، فالإنتاج ذاتي، حيث تعاون مع زملائه في فريق عمل لإنتاج هذا الشريط، أملاً بخروجه إلى النور، وتحقيق الغاية الأساسية من ورائه، وهي تخليد سيرة

ريم ارحمه: متفائلة كثيراً ب(الروح والريّة)

شارفت الممثلة البحرينية ريم ارحمه على الانتهاء من تصوير كامل مشاهدتها ضمن سياق المسلسل الدرامي (الروح والريّة)، من تأليف أنفال الدويسان وإخراج منير الزعبي، ومن بطولتها إلى جانب نخبة نجوم منهم هبة الدري، فاطمة الحوسني، شيما علي، يعقوب عبدالله، عبدالله التركماني، محمد الدوسري، فهد البناي، في الشراوي، شهاب حاجية، فيصل فريد، إيمان الحسيني، صمود المؤمن، نواف العلي، إبراهيم الشخلي وغيرهم الكثير.

وختمت ارحمه قائلة: (طبعاً لا يمكنني أن أخفي سعادتي أنني سأكون تحت إدارة مخرج مضمزم مثل السوري باسل الخطيب الذي اعتبره مدرسة كبيرة (والحكي مو محاولة تملق)، فعلاً في هذا الموسم أعتبر نفسي محظوظة جداً).



كثيراً بهذا المسلسل الذي بذلنا فيه جميعنا من دون استثناء مجهوداً كبيراً، بدءاً من الشركة المنتجة التي يديرها الشقيقان محسن وأحمد ملا حسين، مروراً بالفنيين والمخرج وحتى الممثلين، فهو كما ذكرت سلفاً مسلسل حقوقي، وبالتالي بحاجة إلى تركيز كبير، إلى جانب أن الشخصية التي أقدمها صعبة كثيراً من حيث الحجم (حيل تعبت عليها)، وللوصول إلى كل هذه النتائج كان منير الزعبي حاضراً في كل لحظة، وعلى الصعيد الشخصي ساعدني للوصول إلى مرحلة معينة أتمنى أن تنال إعجاب المشاهد، وأن يكون المسلسل برمته خفيفاً لطيفاً وتحصد ردود فعل إيجابية تجبر خواطرننا).

وحول مشاركتها في مسلسل (مارغريت)، قالت: (أستطيع القول إن أحد أكبر أعلامي قد تحقق من خلال مشاركتي في هذا المسلسل وعملي مع الفنانة حياة الفهد التي تربيت على مشاهدة أعمالها وفنّها الراقى، فهذه المرة الأولى التي سأقف إلى جانبها في عمل تلفزيوني وهو فخر لي وإضافة كبيرة إلى مسيرتي الفنية. ففي الماضي حزنت كثيراً لأنني لم أحظ بفرصة العمل مع العملاق الراحل الفنان عبد الحسين عبد الرضا، لهذا كنت حريصة على ألا أفوت هذه الفرصة سواء مع أم سوزان وكذلك مع الفنانة سعاد عبدالله).

وأكملت ارحمه في حديثها: (الجميل والمرح في الأمر أنني كما ذكرت سلفاً هو عملي مع أم سوزان، والأمر الآخر أن المسلسل سيتم تصويره في بلدي الغالية البحرين (الفرحة صارت فرحتين). أما عن شخصيتي التي سأقدمها، ففي هذه اللحظة لست مخولة بالكشف عنها إلى حين بدء التصوير رسمياً).

وفي هذا الشأن، صرحت ارحمه، كاشفة عن هوية العمل والدور الذي تتقمصه بالقول: (هو مسلسل حقوقي ذو طابع اجتماعي يتكلم بصورة عامة عن أسرة متماسكة (كل واحد فيهم يشيل الثاني) تحت أي ظرف من الظروف، وفيه أجسد شخصية هنادي، وهي الأخت الوسطى بين هبة الدري وإيمان الحسيني، في حين يجسد كل من فيصل فريد وفهد البناي دوري شقيقي، أما عبدالله التركماني فيسكون والدي وفي الشراوي والدي).

وتابعت: (لا أريد الغوص كثيراً في شخصية هنادي، لكنها هي الفتاة التي تحتوي عائلتها وتخاف على أفرادها وتضحي من أجلهم (شائلة الكل)، إذ سترها الأم والأخت والزوجة في الوقت ذاته، ومع توالي وتضاعف الأحداث سيكون لها حدث في حياتها تنتقل فيه من مرحلة إلى أخرى).

وأكملت ارحمه: (شخصياً، متفائلة



الفكر

فوائد القرع الأخضر لصحة القلب ومحاربة الشيخوخة



في الحفاظ على صحة وسلامة القلب، وعلى خفض مستوى ضرباته السريعة. فوائد القرع الأخضر في محاربة علامات التقدم بالسن لعل أحد أبرز فوائد القرع الأخضر أنه يساعد على محاربة علامات التقدم بالسن والشيخوخة المبكرة وذلك بفضل احتوائها على نسب مرتفعة من مضادات الأكسدة والفيتامين سي C . فوائد القرع الأخضر في حماية العينين، حيث تحافظ على سلامة البصر وحمايته من الضرر، وذلك

يمتاز القرع الأخضر باحتوائه على العديد من العناصر الغذائية الأساسية؛ لذا، فهو يعتبر من الأطعمة التي تمنح الجسم فوائد صحية مختلفة، لعل أبرزها حماية القلب. فوائد القرع الأخضر في حماية القلب يقي القرع الأخضر من حدوث الجلطات، ويساهم في تقليص ضربات القلب وذلك يعود إلى احتوائه على مادتي المغنيزيوم والفيتامين سي C اللتين تعملان سوياً

التصلب اللويحي المتعدد... أسبابه وطرق علاجه

يؤثر التصلب اللويحي المتعدد على المخ والحبل الشوكي والأعصاب البصرية في العين، ويمكن أن يسبب مشاكل في الرؤية والتوازن والتحكم في العضلات، ووظائف الجسم الأساسية الأخرى. غالباً ما تكون التأثيرات مختلفة بين شخص مصاب وآخر، حيث يعاني بعض الأشخاص من أعراض خفيفة ولا يحتاجون إلى علاج، فيما يواجه آخرون صعوبة في التنقل والقيام بالهوام اليومية. تشمل الأعراض المبكرة للتصلب اللويحي المتعدد كلاً من الضعف والوخز والخدر وعدم وضوح الرؤية، إلى جانب علامات أخرى كتصلب العضلات، مشاكل التفكير والجهاز البولي، ويمكن أن يخفف العلاج من أعراض المرض ويؤخر تطوره.

أسباب مرض التصلب اللويحي المتعدد

التدخين قد يرفع خطر الإصابة بمرض التصلب اللويحي المتعدد، لا يعرف الأطباء على وجه اليقين ما الذي يسبب مرض التصلب اللويحي المتعدد، ولكن هناك العديد من الأشياء التي يبدو أنها تزيد من احتمال الإصابة بالمرض، مثل الجينات وعامل التدخين قد يؤدي أيضاً إلى زيادة المخاطر. وقد يصاب بعض الأشخاص بمرض التصلب اللويحي المتعدد بعد إصابتهم بعدوى فيروسية مثل فيروس إبشتاين بار أو فيروس الهربس البشري، مما يجعل جهاز المناعة لديهم يتوقف عن العمل بشكل طبيعي. وقد تسبب العدوى المرض أو تسبب انتكاسات، ويدرس العلماء الصلة بين الفيروسات ومرض التصلب العصبي المتعدد، لكن ليس لديهم إجابة واضحة حتى الآن. في حين تشير بعض الدراسات إلى أن فيتامين دي D، الذي يمكن الحصول عليه من أشعة الشمس أو من المكملات الغذائية، قد يقوي جهاز المناعة ويحميك من مرض التصلب اللويحي المتعدد.

تشخيص التصلب اللويحي المتعدد

قد يكون من الصعب في البداية تشخيص مرض التصلب اللويحي المتعدد، حيث يمكن أن تكون أعراضه مماثلة للعديد من اضطرابات الأعصاب الأخرى.

لكن إذا اعتقد الطبيب المعالج وجود المرض، فيحول المريض إلى اختصاصي في أمراض الدماغ والجهاز العصبي، يسمى طبيب الأعصاب؛ فيسأل عن التاريخ الطبي للمريض ويفحص سريريا؛ بحثاً عن العلامات الرئيسية لتلف الأعصاب في الدماغ والحبل الشوكي والأعصاب البصرية. ولا يوجد اختبار واحد يمكن أن يثبت الإصابة بمرض التصلب اللويحي المتعدد، إنما يستخدم الطبيب عدة أنواع مختلفة من الفحوص، تشمل:

- اختبارات الدم لاستبعاد الأمراض التي تسبب أعراضاً متشابهة، مثل لايم والإيدز.
- التصوير بالرنين المغناطيسي للجسم بأكمله.
- التصوير المقطعي البصري الذي يستخدم لاكتشاف التغيرات في شبكية العين التي يمكن أن تحدث من ضمور الدماغ.

علاج التصلب اللويحي المتعدد

لا يوجد علاج لمرض التصلب اللويحي المتعدد في الوقت الحالي، ولكن يمكن لعدد من العلاجات المتوفرة تحسين الأعراض والحفاظ على عمل الجسم بشكل جيد. ويمكن للطبيب أيضاً أن يصف الأدوية التي قد تبطئ مسار المرض، أو تمنع أو تعالج النوبات، أو تخفف الأعراض، أو تساعد في التغلب على الإجهاد الذي يمكن أن يصاحب الحالة.



موظفو متجر ملابس يضرغون دلاء ماء أثناء تنظيفهم لتجرهم الذي غمرته المياه بعد ارتفاع الفيضانات بالقرب من فرانكفورت بألمانيا. رويترز

قرأت لك

العنب



كشفت دراسة طبية حديثة أشرف عليها باحثون من جامعة ميامي الأمريكية أن العنب له فوائد صحية مشيرة للعين ووظائف الإبصار. وأوضحت الدراسة أن العنب غني جداً بمضادات الأكسدة التي تحمي خلايا جسم الإنسان من تلف الحمض النووي DNA لافتة أن تناول هذه الفاكهة بشكل منتظم يساهم في تعزيز صحة شبكية العين وتقليل فرص الإصابة بتدهور وظائف الإبصار وانخفاض خطر حدوث العمى وهو ما يعد أمراً مثيراً للخلافة.

ونشرت هذه النتائج بالجله العلمية الشهيرة "Nutrition" خلال شهر مارس الجاري وكما نشرت مؤخراً على الموقع الإلكتروني لصحيفة "ديلي ميل" البريطانية. جدير بالذكر أن الأبحاث السابقة كشفت أيضاً عن الكثير من فوائد العنب حيث أشارت دراسة طبية أشرف عليها باحثون من جامعة جلاسكو البريطانية أن تناول عصير العنب بشكل منتظم يحد من خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان والزهايمر. فيما كشفت دراسة أخرى أشرف عليها باحثون من جامعة واشنطن ستيت الأمريكية أن تناول العنب بكميات متوسطة يقي من الإصابة بزيادة الوزن نظراً لاحتوائه على مركب "resveratrol" الذي يحول جزءاً من الدهون البيضاء الضارة إلى الدهون البنية المعروفة بفاعليتها في تعزيز معدلات حرق السعرات الحرارية.

سؤال وجواب

من هو ماسبيرو؟

هو مستشرق فرنسي درس اللغات الشرقية فضلع في اللغة الهيروغليفية وأنشأ المعهد الفرنسي بالقاهرة وعمل مديراً للمتحف المصري وكان قد قدم مصر كرئيس للبعثة المصرية لدراسة الآثار كما ان له جهوداً في الكشف عن بعض الآثار المصرية وأهمها مومياء رمسيس الثاني، كما أطلق اسمه على احد الشوارع الرئيسية في القاهرة والمطلة على كورنيش النيل.

من هو جوتنبرج؟

هو مخترع الماني يرجع الفضل اليه في اختراع الطباعة بالحروف المتحركة.

ماهما الدولتان اللتان تحملان اسم معادن؟

هما قبرص ويعني اسمها اللاتيني كيبوريوس النحاس، أما الدولة الأخرى فهي الأرجنتين واسمها مشتق من الاسبانية أرجانت اي الفضة.

هل تعلم؟

- أن الكأس السميك معرض للكسر أكثر من الكأس الرقيق فيما إذا وضع به مشروب ساخن
- أن الكسوف لا يستمر أكثر من 7 دقائق و8 ثانية وذلك بسبب السرعة التي تدور بها الأرض حول الشمس.
- أن الغاز في طبيعته غاز لا رائحة له ، ولكن تضاف إليه هذه الرائحة لدى تصفيته وتخزينه من أجل عامل الأمان والحماية للانتباه إليه
- أن طائر الكوي هو الطائر الوحيد التي تقع فتحة أنفه في مقدمة منخاره
- أن الماء البارد هو أخف من الماء الساخن
- أن ما يخص الجمل من مفردات وتعابير في اللغة العربية يقرب من 1000 كلمة
- أن البعد بين الشمس والأرض يعادل 385 ضعفاً من بعد الأرض عن القمر
- أن زجاجة الحليب تفقد ما يعادل ثلثي محتواها من فيتامين (ب) إذا ما وضعت حوالي ساعتين في ضوء النهار
- أن شعر الحبية لدى الرجل قوي جدا ويعادل في قوته ومنايته متانة سلك من النحاس في نفس قطر شعره

قصة الثعلب والأسد

ارتعد الثعلب وهو يسمع زفير الأسود فقد كان عالياً جداً وايضاً غاضباً جداً .. سأل نفسه يا ترى ماذا حدث مالي اسمع الأسود تزار وهي غاضبة سأذهب لأعرف فأنا لا أستطيع ان اجلس وأنظر. ذهب الثعلب إلى عرين الأسود وهو يحاول تشتم الأخيار وحين وصل وجد امامه الأسد الكبير وهو صديقاً له فسأله بقلق مالي اراكم تزارون هل حدث شيئاً فقال الأسد اختفى شبلي الصغير .. لا تقف امامي هكذا اذهب وابحث عنه .. اذهب وألا تقتلك، يجب ان تبحث الغابة كلها عن ابني، جرى الثعلب من امام الأسد واخذ يصرخ وهو في الطريق عن الشبل الصغير الضائع وكلما تقابل مع احد الحيوانات سأل هل وجدتموه ولكن الجميع كانوا يجيبون بالنفي والغابة كلها منشغلة بالبحث عن الشبل الصغير .. لم تترك الحيوانات مكاناً الا وبحث فيه فوق الأشجار وتحتها .. بين الشجيرات ووسط المياه الضحلة، من اطراف الغابة لأطرافها ومن شرقها إلى غربها ولكن دون فائدة واجتمع الجميع حول الأسد يقولون ربما وقع في يد صياد فصرخ الصقر وقال لا لم يأتي إلى غابتنا صيادون اليوم ولا حتى امس فقال القرد ربما سقط في النهر فرد التمساح وقال لا اشرف على النهر بنفسى لم يسقط فيه أي حيوان اليوم فصرخ الأسد وقال حسناً هل تبخر ابني في الهواء ايها الغفلون .. صمت الجميع ربما خوفاً منه وربما احتراماً لدموع الأم المتكوبة .. ووسط هذا الصمت المطبق جاء الشبل الصغير ووقف وسط الزحام وهو يقول ماذا حدث لماذا تبكون، اندش الجميع وتعجبوا ثم نظروا إلى الأسد وهم يكتمون ضحكاتهم خوفاً من الأسد الذي برزت عيناه وهو ينظر إلى شبه الذي كان يبكيه منذ لحظات .. صرخ فيه اين كنت ابني الشقي فقال كنت انا في التجويف اعلى الشجرة من الخلف، كم كان النوم فيه دافئاً ومريحاً ومازلت احس برغبتى في النوم مرة اخرى .. انسحب الشبل بهدهو والتف خلف الشجرة فتساقط فروعهما ودخل في تجويف عميق ليستكمل نومه تاركا امه واباه والحيوانات كلها تضحك وتضحك حيث صرخ الثعلب وقال كان بنام فوق رأس ابيه وهو لا يحس بذلك، يا له من غبي .. أه كم هو غبي .. ولم يقل كلمته الثالثة فقد لطمه الأسد لطمه قوية فقتله في الحال فقد ظن ان الأسد يقصده هو بالغباء ولا يقصد ابنيه وعندما تابته زوجته قال هذا الشبل من ظهر ذاك الأسد ولا يصح ان يوصف بالغباء ابداً .. فهل دفع الثعلب حياته ثمناً لغيبه ام غيبه الأسد؟

مساحة للتلوين

