

منوعات

الفجر

الثلاثاء 20 أكتوبر 2026 م - العدد 14887

Tuesday 20 October 2026 - Issue No 14887

ثورة في علاج السمنة.. حقنة تدفع الخلايا الدهنية إلى تدمير نفسها

أظهرت التجارب السريرية الأولية نتائج واعدة لعلاج جديد لإنقاص الوزن يدعى "CBL-514"، والذي يعتمد آلية غير تقليدية تحفز خلايا الدهون على التدمير الذاتي الآمن "الاستماتة" والقضاء عليها نهائيا، بدلا من مجرد تقليص حجمها كما تفعل العلاجات التقليدية.

وأوضح الفريق الطبي المشرف على التجارب، بقيادة الدكتور تيموثي جاري من جامعة ألاباما في برمنغهام، أن هذا الدواء يُعطى عن طريق الحقن، وأثبتت فعاليته في تقليل الدهون السطحية تحت الجلد، إضافة إلى الدهون الحشوية العميقة التي تتراكم حول الأعضاء الداخلية وتستهدف الصحة العامة.

ووفقًا لموقع "ساينس ألرت" شملت التجارب السريرية في مرحلتها الثانية مئات المشاركين؛ حيث أظهرت التحليلات أن الذين خضعوا لحقن "CBL-514" لمدة 12 أسبوعاً حققوا انخفاضاً بمتوسط 12.01% في حجم الدهون الحشوية الأذن، مقارنة بزيادة قدرها 5.68% لدى المجموعة التي تلقت علاجاً وهمياً.

ولم تقتصر نتائج الدواء على الفوائد التجميلية كالتخلص من بروز البطن، بل امتدت لتشمل تحسينات صحية مرتقبة في مستويات ضغط الدم والكوليسترول.

كما كشفت الاختبارات المطبقة على الحيوانات عند دمج هذا العلاج مع أدوية "GLP-1" الشهيرة "مثل تيرزيباتيد" عن استجابة مضاعفة في فقدان الوزن، مع الحد من ظاهرة استعادة الوزن المفقأة التي تحدث عادة فور التوقف عن تناول أدوية التخسيس الشائعة، كون الدواء يزيل الخلايا الدهنية كلياً فتصبح عملية إعادة تراكم الدهون أكثر صعوبة.

طبق عدس كل يوم.. فوائد صحية تتجاوز البروتين

قد يكون طبق العدس اليومي أكثر فائدة للجسم مما يتوقع كثيرون، إذ لا تقتصر قيمته الغذائية على توفير البروتين النباتي، بل تمتد إلى دعم صحة الأمعاء والعضلات والمساعدة على تنظيم مستويات السكر في الدم.

وأوضحت أخصائية التغذية الرياضية أшлиشا جوشي، في تصريحات لمجلة "إنش تي لايف ستايل"، أن العدس يحتوي على مجموعة من العناصر الغذائية المهمة، أبرزها الألياف والكروهيدرات المعقدة وحض الفوليك والحديد والبوتاسيوم والمغنيسيوم.

وأشارت إلى أن تناوله بانتظام يمكن أن يدعم صحة العضلات والجهاز الهضمي، خصوصاً عند تحضيره بكميات معتدلة من الدهون والأدراجة ضمن نظام غذائي متوازن.

وبحسب جوشي، تساعد الألياف الموجودة في العدس على تحسين حركة الأمعاء وتغذية البكتيريا النافعة، فضلاً عن تعزيز الشعور بالشبع لفترات أطول. كما يسهم اجتماع البروتين والألياف في إبطاء عملية الهضم والحد من الارتفاع السريع لسكر الدم بعد الوجبات؛ ما يجعله خياراً مناسباً ضمن الأنظمة الغذائية الهادفة إلى ضبط الوزن.

وأكدت أن الفوائد تختلف باختلاف نوع العدس والكمية المستهلكة وطريقة الطهي، مشيرة إلى أهمية التنوع بين أصنافه والبقوليات الأخرى للحصول على عناصر غذائية متنوعة.

ونصحت بتناول العدس مع الخضراوات والحبوب، وإضافة اللبيوم أو الطماطم الغنية بفيتامين "سي" للمساعدة على تحسين امتصاص الحديد النباتي.

ص 22

مدينة الشيخ شخبوط الطبية، تجري

أول عملية لاستئصال الغدة الدرقية

بمساعدة الروبوت في الإمارات

ص 27

نعومي واتس: ديفيد

لينش منحني الفرصة

التي غيرت مساري الفني

هل تناول الفاكهة مساءً يسبّب زيادة الوزن؟ الحقيقة وراء هذه الخرافة

تنتشر فكرة أن تناول الفاكهة مساءً قد يؤدي إلى زيادة

الوزن، لذلك يتجنّبها البعض بعد ساعات معينة من

اليوم. لكن هل توقيت تناول الفاكهة هو ما يحدد

تأثيرها على الوزن، أم أن الأمر يرتبط بعوامل

أخرى؟ إليك الحقيقة وراء هذه الخرافة، وما الذي

يجب معرفته عن تناول الفاكهة في المساء.

هل ينبغي عليك تناول الفاكهة ليلاً؟

عندما يحل الليل وتشعرين برغبة في تناول شيء ما، ولكنك لا ترغبين في زيادة وزنك، قد تبدو الفاكهة خياراً مثالياً للوجبة الخفيفة؛ فهي لذيذة ومغذية "مثل البرتقال أو الشمام أو الفراولة" ولا تسبّب زيادة كبيرة في الوزن. ومع ذلك، قد تحساءلين عما إذا كان لتناول الفاكهة ليلاً أي سلبيات. تابعي الإجابة معنا كما وردت في موقع New Health Advisor.

تحتوي الفاكهة على فيتامينات وألياف ومعادن ومركبات نباتية "فيتوكيميكالز" ذات فوائد صحية عديدة. كما أن تناول الفاكهة ليلاً يعد خياراً صحياً أكثر مقارنة بالوجبات الخفيفة المعتادة المليئة بالسكريات والدهون الضارة. بل إن بعض الخبراء يشيرون إلى أن تناول أنواع معينة من الفاكهة ليلاً قد يحسن جودة النوم.

يرى بعض الخبراء أن تناول الفاكهة ليلاً قد يعيق النوم ويخل بالتوازن الهرموني. وبالإضافة إلى ذلك، فإن تناول الطعام خارج نطاق الوجبات الثلاث المعتادة يومياً قد يؤثر سلباً على معدل السرعات الحرارية والشهية. كما يوضح الخبراء أن الأشخاص الذين يعانون من متلازمة القولون العصبي، أو داء كرون، أو مشاكل في امتصاص الفركتوز، قد تتفاقم لديهم هذه المشاكل عند تناول الفاكهة مساءً. كذلك، قد يسبّب تناول الفواكه عالية الحموضة -مثل الأناناس والبرتقال- ليلاً مشكلة كبيرة لمن يعانون من الارتجاع الحمضي.

من المهم الاطلاع إلى فواكه تساعد على خسارة الوزن وحرق الدهون.. الحقيقة العلمية وراء الأطعمة الذكية للتحفيف.

احتمالية زيادة الوزن

تتميّز الفاكهة عموماً بانخفاض محتواها من السعرات الحرارية، لذا فإن تناول ثمرة واحدة لن يؤدي إلى زيادة الوزن، أو على الأقل لن يسبب زيادة ملحوظة. ومع ذلك، إذا كنت تستهلكين بالفعل احتياجك اليومي من السعرات الحرارية ثم تناولت ثمرة موز متوسطة الحجم قبل النوم، فستحصلين على أكثر من 100 سعرة حرارية إضافية. وإذا تحولت هذه العادة إلى روتين يومي، فستكونين قد اكتسبتِ 735 سعرة حرارية إضافية

خلال أسبوع واحد؛ وفي غضون أربعة أسابيع ونصف، ستزدادين بمقدار رطل واحد "حوالي 450 غراماً" من الوزن "وهو ما يعادل 3500 سعرة حرارية".

في النهاية يعود قرار تناول الفاكهة ليلاً إليك فأحرصي على اختيار النوع المناسب لجسمك. ينصح العديد من الخبراء بتناول الفاكهة قبل موعد النوم بثلاث ساعات على الأقل.

ما هي الفاكهة المناسبة للتناول ليلاً؟

إذا اخترت تناول الفاكهة ليلاً، سواء بمفردها أو مع أطعمة أخرى، فأحرصي على اختيار خيار صحي. تجنّبي الفواكه المليئة لاحتوائها على شراب سكري يضيف الكثير من السعرات الحرارية إلى وجبتك الخفيفة. يُفضّل تناول الفاكهة مع الحليب قليل الدسم أو الزبادي؛ على سبيل المثال، يمكنك إضافة الحليب منزوع الدسم إلى التوت الأزرق والفراولة، أو تناولها مع الزبادي اليوناني الخالي من الدسم. وإذا كان تناول الطعام قبل النوم عادة مستمرة لديك، فأحرصي على مراقبة كمية السعرات

الحرارية التي تتناولوها لمدة أسبوع لضمان عدم تجاوز احتياجك اليومي. أما إذا تسببت الفاكهة في اضطراب نومك، فاختاري نوعاً آخر أكثر ملائمة. تختلف تأثيرات أنواع الفاكهة المختلفة على مستوى السكر في الدم، وهو ما يحدد "المؤشر الجلايسيمي" الخاص بها. ترتبط

الفواكه ذات المؤشر الجلايسيمي المنخفض بالحفاظ على استقرار مستوى السكر في الدم لفترة أطول، بينما تؤدي الفواكه ذات المؤشر الجلايسيمي المرتفع إلى ارتفاع حاد في مستوى السكر يتبعه انخفاض مفاجئ. يترك هذا الانخفاض المفاجئ شعوراً بالجوع ويثير الرغبة في تناول الأطعمة السكرية، مما قد يؤدي إلى زيادة الوزن على المدى الطويل. وللحفاظ على وزن صحي، ينبغي اختيار الفواكه ذات المؤشر الجلايسيمي المنخفض.



عصير الكرز الحامض يمنحك

ص 23 نوما عميقا ويقلل التهابات الجسم

المراسلات: ص ب 505

email:munawaat@alfajrnews.ae

مولود يضع يديه خلف

رأسه ورجلا على رجل

خطف رضيع مصري حديث الولادة الأنظار صوبه على منصات التواصل الاجتماعي، بعد ظهوره مستلقياً على ظهره بهدوء واسترخاء غير متوقعين، في موقف بدا وكأنه ينتظر استكمال الإجراءات الطبية الخاصة به عقب ولادته مباشرة.

وظهر المولود الجديد في مقطع مرئي متداول على منصات التواصل الاجتماعي، وثق لحظات الهدوء والاسترخاء، التي بدت عليه بطريقة غير متوقعة، حيث ظهر في وضعية استلقاء على ظهره، واضعاً يديه خلف رأسه، ورجلاً فوق الأخرى.

ووثق الطبيب المصري إسلام الدح، الواقعة في المقطع المرئي المتداول للمولود الجديد، حيث لضي تساعداً واسعاً بين رواد التواصل الاجتماعي، الذين انهالوا بتعليقات فكاھية على الفيديو في جلسته المريحة وغير المتوقعة للمولود في ساعاته الأولى عقب الولادة.

كما دفعت الواقعة رواد التواصل الاجتماعي إلى التقني بوصف وضعية المظلة التي ظهر فيها الطفل بسيطرة وراحة تامة، تعكس من وجهه نظرهم، دلالات نفسية وسلوكية، حول الثقة الزائدة بالنفس، والراحة والاسترخاء، والرغبة في التمدد والراحة القصوى وتصفية الذهن.

وبحسب تفسيرات طبية، تعود مرونة حركة الأطفال حديثي الولادة وقدرتهم على اتخاذ وضعيات غريبة ومرة إلى طبيعة تطورهم الجسدي داخل الرحم، وعدم نضج جهازهم العصبي، حيث يولد الطفل ليكون جسمه مهياً بيولوجياً للتكيف مع البيئة الجديدة خارج الرحم عن طريق خصائص تشريحية ووظيفية محددة. وتوصف الحركات الغريبة عند حديثي الولادة على أنها تعتمد على المنعكسات الصلبة أو ما يُسمى بـReflexes، وهي حركات لا إرادية يولد بها الطفل، وتختفي تدريجياً خلال الشهور الأولى.

تحذير لمستخدمي الإنترنت.. كابل شائع يضعف اتصالك

يلجأ بعض المستخدمين إلى كابلات الإنترنت "الإيثرنت" المسطحة للتخلص من الأسلاك السميكة التي تشوه مظهر المنزل، وإمكانية إخفائها بسهولة أسفل السجاد أو خلف الأثاث والأبواب.

غير أن هذا التصميم العملي قد يحمل عيوباً لا تظهر عند شراء الكابل، خصوصاً عندما تكون الأولوية للحصول على اتصال سريع ومستقر. وحذر تقرير نشره موقع "Engadget" من أن الكابلات المسطحة ليست بالضرورة الخيار الأفضل للشبكات المنزلية، موضحاً أن الكابلات الدائرية التقليدية توفر عادةً موثوقية أعلى، رغم أن النوعين قد يقدمان أداءً متقارباً في الظروف المثالية إذا كانا مصنفين للسرعة نفسها.

تعتمد كابلات الإيثرنت التقليدية على أزواج من الأسلاك المتوتية، وهي طريقة تساعد على تقليل التداخل بين الإشارات الكهربائية ومنع تأثيرها بعضها في بعض، ورغم احتواء الكابلات المسطحة أيضاً على أزواج ملتوية، لكن ترتيبها جنباً إلى جنب داخل تصميم مسطح قد يجعلها أكثر عرضة للتداخل الداخلي. وتفتقر بعض الكابلات المسطحة كذلك إلى طبقات الحماية الإضافية الموجودة في أنواع من الكابلات الدائرية؛ ما قد يزيد تعرضها للتشويش الناتج عن مصادر خارجية. وتبرز مشكلة أخرى في سمك الأسلاك؛ إذ يستخدم الصنعون عادة أسلاكاً أرفع للحفاظ على التصميم النحيف؛ وتؤدي المقاومة الكهربائية المرتفعة في الأسلاك الأقل سمكاً إلى تدهور الإشارة عند استخدام الكابل لمسافات طويلة.



منوعات

الفكر

22

«مدينة الشيخ شخبوط الطبية» تجري أول عملية لاستئصال الغدة الدرقية بمساعدة الروبوت في الإمارات

•• أبوظبي-الفجر:

أعلنت مدينة الشيخ شخبوط الطبية، إحدى أكبر المستشفيات في دولة الإمارات العربية المتحدة للرعاية المعقدة والحرجة، وأحدى المنشآت الطبية التابعة لمجموعة «بيورهيلث»، أكبر مجموعة رعاية صحية في الشرق الأوسط، عن نجاحها في إجراء أول عملية لاستئصال الغدة الدرقية بمساعدة الروبوت في دولة الإمارات، مما يمثل تقدماً مهماً في القدرات الجراحية المتخصصة داخل الدولة، ويتيح خياراً علاجياً جديداً للمرضى المؤهلين طبياً.

ويتيح هذا الإنجاز الاستفادة من نهج جراحي متقدم مُتبع عالمياً، كخيار إضافي إلى جانب الجراحة التقليدية للغدة الدرقية، التي تجري عادة من خلال شق جراحي في مقدمة الرقبة. ويسمح النهج الجراحي بمساعدة الروبوت بالوصول إلى الغدة الدرقية عبر شقوق صغيرة في الإبطين، دون ترك ندبة ظاهرة في الرقبة. ويحدد مدى ملائمة هذا الخيار بناء على التقييم الطبي لكل مريض. وكانت كارولين، البالغة من العمر 27 عاماً، أول مريضة

تخضع لهذا الإجراء، بعد أن توجهت إلى مدينة الشيخ شخبوط الطبية إثر ظهور تورم في الرقبة تسبب لها في صعوبة في البلع وشعور بالاختناق أثناء النوم. وأظهرت الفحوصات وجود عقدة في الفص الأيسر من الغدة الدرقية، بحجم 3 سنتيمترات ذات خصائص غير طبيعية، ما استدعى التوصية بالتدخل الجراحي.

وبعد تقييم حالتها، وجد الفريق الجراحي في مدينة الشيخ شخبوط الطبية أن الجراحة بمساعدة الروبوت تمثل خياراً مناسباً لحالتها.

وضم الفريق متعدد التخصصات جراحين وطبيب تخدير وكادر تمريضي، وتولى الفريق التخطيط للعملية وتفتيدها باستخدام تقنية "RABIT" لاستئصال الغدة الدرقية بمساعدة الروبوت، ومن خلال شقوق جراحية صغيرة في كلا الإبطين، تمكن الفريق الجراحي من الوصول إلى الغدة الدرقية. وأنجزت العملية بنجاح في نحو ساعة، وغادرت كارولين المستشفى في اليوم التالي. وقد تختلف مدة العملية وفترة التعافي بحسب حالة كل مريض.

ووُقر النظام الروبوتي للجراحين رؤية ثلاثية الأبعاد مكبرة لوضع الجراحة، إلى جانب خاصية الحد من تأثير ارتعاش اليد، مما يساعد على تنفيذ حركات دقيقة حول التراكيب التشريحية الحساسة، مثل العصب الحنجري الراجع والغدد الدرقية. ويسهم هذا الإجراء أيضاً في الحد من الانزعاج في الرقبة وصعوبات البلع.

وقال الدكتور عبد القادر المصعبي، الرئيس الطبي التنفيذي في مدينة الشيخ شخبوط الطبية: «يتيح إدخال جراحة الغدة الدرقية بمساعدة الروبوت إلى دولة الإمارات للمرضى المؤهلين طبياً خياراً جراحياً إضافياً بالقرب من أماكن إقامتهم. ويعكس هذا الإنجاز الخبرات والقدرات التي طورناها في مدينة الشيخ شخبوط الطبية لتقديم رعاية طبية أكثر تخصصاً في أبوظبي. وتتمثل أولويتنا في ضمان حصول المرضى على علاجات متقدمة تلبى احتياجاتهم الفردية..»

ومن جانبه، قال الدكتور سالم الحارثي، استشاري الجراحة الروبوتية ورئيس قسم الجراحة في مدينة الشيخ شخبوط الطبية، والذي أجرى العملية: «تتطلب جراحة

الغدة الدرقية تخطيطاً دقيقاً نظراً إلى وجود أعصاب وغدد حساسة تحيط بها. ورغم ما توفره تقنيات الجراحة الروبوتية من رؤية أوضح وتحكم أدق، فإن اختيار المريض المناسب لا يقل أهمية عن ذلك. ويمنحنا هذا الإجراء خياراً جراحياً إضافياً للمرضى المؤهلين طبياً، بما يتيح لنا مراعاة احتياجاتهم السريرية وأولوياتهم الشخصية عند التخطيط للجراحة..»

ويأتي هذا الإنجاز امتداداً لبرنامج الجراحة الروبوتية في مدينة الشيخ شخبوط الطبية، الذي يواصل التوسع منذ إنطلاقه عام 2020. وقد أجرت المدينة حتى اليوم أكثر من 1.380 عملية جراحية بمساعدة الروبوت، بالاعتماد على جراحين متخصصين في الجراحة الروبوتية تلقوا تدريباً دولياً، إلى جانب توافر الأنظمة الروبوتية المتقدمة التي تُستخدم في تخصصات جراحية متعددة.

ويمثل إجراء أول عملية لاستئصال الغدة الدرقية بمساعدة الروبوت في دولة الإمارات توسعاً إضافياً في قدرات مدينة الشيخ شخبوط الطبية في مجال الجراحة المتخصصة، بما يعزز قدرة أبوظبي على إجراء عمليات جراحية معقدة



محلياً، ويوسّع نطاق الوصول إلى الرعاية الجراحية المتقدمة داخل الدولة.

«الإمارات للسرطان» توقع اتفاقية مع المركز الدولي للأشعة في الشارقة لتعزيز خدمات الكشف والتشخيص المبكر

•• الشارقة -الفجر:

وقّعت جمعية الإمارات للسرطان اتفاقية تعاون مع المركز الدولي للأشعة في الشارقة "IRC"، في إطار جهودها المستمرة لتعزيز منظومة الدعم الصحي لمرضى السرطان، وتوسيع نطاق الاستفادة من خدمات

التشخيص الطبي المتقدمة بهدف تسهيل وصول المستفيدين من خدمات الجمعية إلى خدمات التصوير الطبي التشخيصي، ودعم الجهود الرامية إلى تعزيز الكشف المبكر.

وقع الاتفاقية الشيخ الدكتور سالم بن ركاض رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات للسرطان

والمهندس خالد ماجد، مدير التشغيل في المركز الدولي للأشعة، بحضور د. آدم محمد البلوشي المدير التنفيذي للجمعية وعدد من المسؤولين. وأشارت الجمعية إلى أن هذه الاتفاقية تأتي في سياق إطار حرص الجمعية على بناء شراكات فاعلة مع المؤسسات

الصحية المتخصصة، بما يسهم في تعزيز فرص حصول المرضى والمستفيدين على خدمات التشخيص الطبي المتقدمة، وتيسير استفادتهم من الإمكانيات والخبرات التي يوفرها المركز الدولي للأشعة في الشارقة "IRC"، في مجال التصوير الإشعاعي.

وعلى هامش توقيع الاتفاقية، قام وفد الجمعية بجولة على مرافق المركز الدولي للأشعة، أطلع خلالها على أحدث تقنيات التصوير الطبي التشخيصي، والتطبيقات المتطورة للذكاء الاصطناعي في المجال الطبي وعمليات التشخيص وجودة الخدمات الصحية.



مركز جمعة الماجد ومكتبات دائرة الثقافة والسياحة بأبوظبي يعرزان التعاون وتبادل الإصدارات

•• دبي - د محمود علياء

استقبل مركز جمعة الماجد للثقافة والتراث بدبي، وفداً من قطاع المكتبات في دائرة الثقافة والسياحة بأبوظبي، ضمّ الأستاذ سهام عبدالله، رئيسة وحدة التبادل في الدائرة، والأستاذة موزة السليطني، ضابط إهداء وتبادل.

وكان في استقبال الوفد الدكتور محمد كامل جاد، مدير عام المركز، والأستاذ رياض طاهر، رئيس قسم المعالجة الفنية، والأستاذ أنور الظاهري، رئيس

شعبة العلاقات العامة. وهدفت الزيارة إلى تعزيز التعاون بين المركز وقطاع المكتبات في دائرة الثقافة والسياحة بأبوظبي في مجال تبادل إصدارات الكتب، إلى جانب بحث سبل التعاون في الفعاليات والبرامج التدريبية التي ينظمها المركز، ولا سيما الدورات المتخصصة في مجال المكتبات. وشهدت الزيارة إهداء الوفد للمركز مجموعة من إصداراته الحديثة، كما قدّم المركز لوفد عددًا من إصداراته الحديثة.

ورحب الدكتور محمد كامل جاد

بالوفد الزائر، وأبدى استعداد المركز لتعزيز التعاون مع الدائرة في المجالات المشتركة، كما قدّم نبذة تعريفية عن الخدمات التي يوفرها المركز للباحثين في مجالي الكتب والمخطوطات، إلى جانب أنشطته الثقافية الموجهة للجمهور، والتي تشمل الدورات التدريبية والمحاضرات وورش العمل.

وعقب اللقاء، قام الوفد بجولة في أقسام المركز، استغلها بزيارة معرض «مسيرة العطاء»، حيث أطلع على الزيارات التي قام بها مؤسس المركز إلى عدد من



«سلامة الطفل» تحذّر من مخاطر الفجوة الرقمية بين الأهل والأبناء

•• الشارقة - وام:

دعت مؤسسة سلامة الطفل، التابعة لمجلس الشارقة للأسرة والمجتمع، أولياء الأمور إلى التحرف على اللغة التي يستخدمها أبنائهم عبر الإنترنت، محذرة من أن عدم فهم هذه اللغة قد يحول دون الانتباه إلى بعض المخاطر التي قد يتعرض لها الأطفال.

فقد أصبحت الرموز التعبيرية "الإيموجي"، والمصطلحات الدارجة، والصور والمقاطع الساخرة المتداولة "الميمز"، والاختصارات، والاتجاهات الرانجة على منصات التواصل الاجتماعي، جزءاً من لغة التواصل اليومية لدى الأطفال والبالغين. ورغم أن معظم هذه التعبيرات تُستخدم بصورة عادية وبريئة، فإن بعضها قد يحمل إهزاءات جنسية، أو رسائل تنمّر، أو معاني تمييزية، أو دلالات على سلوكيات غير ملائمة، بحسب سياق استخدامها. وتزداد أهمية هذا الوعي مع اتساع استخدام الأطفال للتكنولوجيا، فقد أشارت أرقام استعراضها الجهات المعنية في دولة الإمارات خلال يناير 2026 إلى أن 97% من الأطفال بعمر سبع سنوات فما فوق يستخدمون الأجهزة الرقمية بانتظام، فيما تلقى طفل من كل ثلاثة أطفال تواصلًا من أشخاص غريباء عبر الإنترنت.

وفي إطار جهودها الاستباقية لتعزيز حماية الأطفال في العالم الرقمي، أصدرت دولة الإمارات قانون سلامة الطفل الرقمية، وعززت رقابيتها على أكثر من 4.000 منصة رقمية، في جهود تعكس التزام الدولة بتوفير بيئة رقمية أكثر أماناً للأطفال، بالتوازي مع أهمية الدور الذي تؤديه الأسرة في فهم طبيعة تواصل أبنائها وتفاعلاتهم عبر الإنترنت.

وأكدت مؤسسة سلامة الطفل أهمية تعزيز وعي أولياء الأمور ومقدمي الرعاية بالعالم الرقمي الذي يتفاعل معه أبنائهم، ومواكبة المصطلحات والصيحات الراججة بينهم، وفهم دلالاتها وتأثيراتها المحتملة، إلى جانب التعرف على المنصات التي يستخدمونها، والمحتوى الذي يتابعونه، والأشخاص الذين يتواصلون معهم. كما شددت على ضرورة مراجعة

التصنيفات العمرية للألعاب الإلكترونية، والتأكد من ملاءمتها لأعمار الأطفال ومراحل نموهم.

وشجعت المؤسسة الأهالي على تثقيف أنفسهم باستمرار حول لغة التواصل الرقمي لدى الأطفال والبالغين، من خلال الاطلاع على مصادر موثوقة للتوعية بالسلامة الرقمية، والتحرّف على معاني الرموز التعبيرية والاختصارات والمصطلحات المتداولة، ومواكبة الاتجاهات الراججة على منصات التواصل، وفهم كيفية اختلاف دلالاتها وفق المنصة وسياق المحادثة. كما دعت إلى مناقشة المصطلحات غير المألوفة مع الأبناء، ومتابعة طبيعة المحتوى الذي يتعرضون له، والانتباه إلى الحوادث التي قد تتضمن تنمراً أو تلاعباً أو محاولات لاستدراجهم إلى إخفاء معلومات عن أسرهم أو الاستجابة لطلبات غير ملائمة. وشددت على أن فهم لغة الأبناء الرقمية مسؤولية مستمرة، لا ينبغي أن تبدأ فقط عند وقوع مشكلة.

وأوضحت المؤسسة أن استخدام رمز تعبيرى غير مألوف لا يعني بالضرورة وجود خطر، إذ إن فهم سياق المحادثة وطبيعة التفاعل وسلوك الطفل أكثر أهمية من تفسير الرموز أو الكلمات بالأمكان عند الحديث عن تجاربهم وقالت الدكتورة هناء صالح اليافعي، مدير عام مؤسسة سلامة الطفل : لا يمكننا حماية أطفالنا من مخاطر لا ندركها، ولا يمكننا إدراكها ما لم نفهم عالمهم الرقمي. وعلى الآباء والأمهات أن يكونوا مستعدين لتعلم اللغة التي يتواصل بها أبنائهم، حتى وإن بدت لهم غريبة أو غير مألوفة. فالحماية تبدأ بالفهم، وليس بالمراقبة وحدها. وأكدت أن الوعي الرقمي يجب أن يكون وسيلة لتعزيز الثقة بين الأهل وأبنائهم، لا مبرراً للمراقبة المفرطة. فمن المهم أن يشعر الأطفال بالأمان عند الحديث عن تجاربهم عبر الإنترنت، وأن يتمكنوا من مشاركة ما يواجهونه دون خوف من اللوم أو العقاب. ودعت مؤسسة سلامة الطفل أولياء الأمور و التربويين ومقدمي الرعاية إلى جعل الثقافة الرقمية جزءاً مستمراً من الحوار الأسري، مؤكدة أن مواكبة الكبار لتطورات العالم الرقمي أصبحت جزءاً أساسياً من مسؤوليتهم في حماية الأطفال.

شرطة أبوظبي تعزز جاهزيتها لموسم الأمطار 2026-2027 بالتنسيق مع الشركاء الاستراتيجيين

•• أبوظبي -الفجر:

نفذت القيادة العامة لشرطة أبوظبي، ممثلة بإدارة الأزمات والكوارث في قطاع العمليات المركزية، حلقة نقاش مشتركة بمشاركة الجهات المعنية والشركاء الاستراتيجيين، لمراجعة خطط الاستعداد للحالات الجوية

المترقعة خلال موسم الأمطار 2026-2027، وتعزيز التنسيق والتكامل بين الجهات لضمان فاعلية الاستجابة.

وأكد العميد أحمد ناصر الكندي مدير إدارة الأزمات والكوارث، أن الاستعداد المبكر وتضافر الجهود وتكامل الأدوار بين الجهات المعنية تمثل ركائز أساسية لنجاح منظومة الاستجابة للطوارئ والأزمات، مشدداً على أهمية توحيد الجهود، وتسخير الإمكانيات والموارد المتاحة، وتعزيز سرعة تبادل المعلومات واتخاذ القرارات، بما يسهم في التعامل بكفاءة وفاعلية مع مختلف السيناريوهات المحتملة، حفاظاً على الأرواح والممتلكات، وأوضح أن التعامل مع تداعيات

الحالات الجوية يتطلب منظومة عمل متكاملة تركز على التخطيط الاستباقي والجاهزية الميدانية والتنسيق المستمر بين الشركاء، لافتاً إلى أهمية استشراف التحديات المحتملة ووضع الحلول المناسبة والتدابير الوقائية اللازمة قبل الحالة



منوعات

الفكر

23



قد تؤثر العادات الغذائية المسائية في جودة النوم، ويبرز عصير الكرز الحامض باعتباره أحد المشروبات التي تدرس الأبحاث احتمال دورها في دعم النوم بصورة أفضل، لارتباطه بزيادة مستويات الميلاتونين، الهرمون الذي يساعد على تنظيم دورة النوم والاستيقاظ.

ووفقًا لتقرير نشره موقع «Verywell Health»، أوضحت أخصائية

التغذية السريرية دانا هونيس أن بعض الأبحاث تشير إلى احتمال

استفادة النوم من تناول عصير الكرز الحامض، سواء من حيث مدة النوم

أو كفاءته، لكن الكمية والتوقيت المثاليين لا يزالان غير محسومين، كما أن

الاستجابة قد تختلف من شخص إلى آخر.

الاستجابة قد تختلف من شخص إلى آخر

عصير الكرز الحامض يمنحك نومًا عميقًا ويقلل التهابات الجسم

القلب، كما تختلف قوة الأدلة بحسب الفائدة المدروسة، ولا تزال هناك حاجة إلى مزيد من الأبحاث لتأكيد هذه التأثيرات.

ويشير التقرير إلى أن عصير الكرز الحامض قد يحتوي على سكر أقل من بعض عصائر الفاكهة الشائعة، لكن ذلك يتوقف على نوع المنتج وطريقة تصنيعه، لذلك يُفضل اختيار الأنواع غير المحلاة أو التي لا تحتوي على سكريات مضافة.

كيف يمكن تناول العصير بطريقة مناسبة؟

يمكن تناول عصير الكرز الحامض بمفرده أو تخفيف مذاقه بإضافة كمية من الماء أو مزجه بمشروب آخر خال من الكافيين. ومن الأفضل عدم إضافة كميات كبيرة من السكر أو المحليات، خاصة لمن يحتاجون إلى مراقبة استهلاكهم للسكر.

وفي المقابل، يُنصح بتجنب خلطه بمشروبات تحتوي على الكافيين، لأن هذه المادة قد تؤخر النوم أو تؤثر في جودته، خصوصًا عند تناولها في الساعات القريبة من موعد النوم. ولا ينبغي الاعتماد على أي مشروب وحده لعلاج اضطرابات النوم؛ إذ يساعد الالتزام بمواعيد ثابتة للنوم والاستيقاظ، وتقليل الإضاءة والشاشات قبل النوم، وتهئية غرفة هادئة ومريحة على دعم النوم الصحي. وإذا استمرت صعوبات النوم أو أثرت في الحياة اليومية، فمن الأفضل استشارة الطبيب لتحديد السبب والعلاج المناسب.

المنتج من السكر، لأن تركيز العصير ومكوناته قد يختلفان من منتج إلى آخر.

هل يسبب عصير الكرز الحامض آثارًا جانبية؟

يُعد عصير الكرز الحامض مناسبًا لكثير من الأشخاص عند تناوله باعتدال، لكنه يحتوي على السوربيتول، وهو مركب قد يسبب اضطرابات هضمية لدى بعض الأشخاص، مثل الانتفاخ والغازات أو الإسهال.

ولذلك، إذا كان الشخص يعاني حساسية في الجهاز الهضمي، فمن الأفضل تجربة كمية صغيرة أولاً ومراقبة الاستجابة، مع التوقف عن تناوله إذا تسبب في أعراض مزعجة.

كما ينبغي الانتباه إلى أن تناول العصير قبل النوم مباشرة قد لا يكون مناسبًا لمن يتأثر نومهم بكثرة السوائل أو يحتاجون إلى الاستيقاظ ليلاً بصورة متكررة.

فوائد صحية أخرى محتملة

لعصير الكرز الحامض

إلى جانب دوره المحتمل في دعم

النوم، ربطت بعض الأبحاث

عصير الكرز الحامض

بتأثيرات صحية أخرى، منها:

– المساعدة في تقليل بعض

مؤشرات الالتهاب.

– الحد من الإجهاد التأكسدي

المرتبط بتراكم الجذور

الحرة.

– دعم النشاط المضاد للأكسدة

في الجسم.

– احتمال التأثير إيجابيًا في

بعض عوامل خطر أمراض

القلب والأوعية

الدموية.

لكن هذه

النتائج لا

تعني أن

العصير

يعالج

الالتهابات

أو أمراض

كيف يساعد عصير الكرز الحامض على تحسين النوم؟

يرتبط الميلاتونين بتنظيم الساعة البيولوجية للجسم، وهي النظام الداخلي الذي يساعد على تحديد مواعيد النوم والاستيقاظ. وتشير بعض الدراسات إلى أن تناول عصير الكرز الحامض قد يؤثر في مستويات الهرمون، وهو ما قد يفسر احتمال ارتباطه بتحسين بعض مؤشرات النوم.

ومع ذلك، لا يعني هذا أن العصير علاج للآرق أو أنه يضمن النوم العميق طوال الليل؛ إذ ما زالت هناك حاجة إلى مزيد من الدراسات لتحديد مدى تأثيره والفتات التي قد تستفيد منه بصورة أكبر.

ما أفضل وقت لشرب عصير الكرز الحامض؟

بحسب التقرير، يُقترح تناول العصير قبل النوم بساعة إلى ساعتين، بينما تشير بعض الآراء إلى أن تناوله قبل النوم بثلاث إلى أربع ساعات قد يكون مناسبًا لدعم مستويات الميلاتونين.

لكن لا يوجد توقيت ثابت مثبت علميًا يناسب الجميع، ولذلك ينبغي النظر إلى هذه المواعيد باعتبارها مقترحات وليست قاعدة طبية ملزمة.

أما درجة حرارة المشروب، فلا تتوافر أدلة كافية تثبت أن تناوله ساخنًا أو باردًا يُحدث فرقًا مباشرًا في جودة النوم. وقد تساعد المشروبات الدافئة بعض الأشخاص على الاسترخاء، لكن الأهم هو اختيار ما يناسبهم وتجنب المشروبات التي تحتوي على الكافيين قرب موعد النوم.

ما الكمية المناسبة من عصير الكرز الحامض؟

تختلف الكميات المستخدمة في الدراسات، لذلك لا توجد توصية موحدة يمكن اعتبارها الأنسب لجميع الأشخاص. ويذكر التقرير أن بعض الأبحاث استخدمت نحو 240 مل من عصير الكرز الحامض أو قرابة 30 مل من العصير المركز، وارتبطت هذه الكميات بتحسين بعض مؤشرات النوم.

ومع ذلك، لا ينبغي اعتبار هذه المقادير جرعة علاجية مؤكدة، أو زيادة الكمية بهدف الحصول على نتيجة أسرع. فالإفراط في شرب السوائل قبل النوم قد يؤدي إلى الاستيقاظ المتكرر لدخول الحمام، ما يقطع النوم ويؤثر في جودته.

ومن المهم أيضًا مراجعة الملصق الغذائي لمعرفة محتوى



من بينها الصداع وتشوش الرؤية

5 علامات تكشف أن عينيك تحتاجان لفحص؟

قد نتجاهل بعض التغيرات التي تحدث للعين باعتبارها نتيجة طبيعية للإرهاق أو قضاء ساعات طويلة أمام الهاتف والكمبيوتر، لكن استمرار بعض الأعراض أو تكرارها قد يكون علامة على أن الوقت حان لإجراء فحص للعين، خاصة إذا بدأت تؤثر على القراءة أو القيادة أو العمل. وسلط تقرير حديث نشرته صحيفة Hindustan Times الضوء على ٥ علامات شائعة قد تشير إلى الحاجة لفحص العين، نقرأ عن طبية العيون الدكتورة ريشا شارما، موضحة أن بعض مشكلات النظر قد تتطور تدريجيًا دون أن يلاحظ

الشخص تغيرًا واضحًا في البداية.

الدومع أو الحساسية للضوء أو الألم، خاصة إذا استمرت أو تكررت.

أما فقدان الرؤية المفاجئ، أو ظهور ومضات ضوئية جديدة، أو الزيادة المفاجئة في الأجسام العائمة، فلا ينبغي انتظار موعد فحص روتيني معها، بل تحتاج إلى تقييم طبي سريع. والقاعدة الأهم هي أن التغير المستمر في الرؤية لا ينبغي افتراض أنه مجرد إرهاق من الهاتف أو الكمبيوتر؛ فالفحص المبكر يمكن أن يحدد السبب ويساعد على التعامل معه في الوقت المناسب.

الأجسام العائمة يستدعي تقييمًا سريعًا من طبيب العيون.

متى يكون فحص العين ضروريًا؟

فحص العين لا يقتصر فقط على معرفة ما إذا كان الشخص يحتاج إلى نظارة، ولكنه يساعد أيضًا في تقييم صحة العين واكتشاف تغيرات قد لا تكون واضحة في الحياة اليومية.

وتنصح الأكاديمية الأمريكية لطب العيون بعدم تجاهل الأعراض المستمرة مثل الاحمرار أو تشوش الرؤية أو زيادة

يحتاج إلى تصحيح النظر أو يرتبط بمشكلة أخرى في العين.

2 - الصداع المتكرر بعد القراءة أو استخدام الشاشات

ليس كل صداع سببه مشكلة في العين، لكن الصداع الذي يتكرر بعد القراءة أو العمل أمام الكمبيوتر والهاتف، خاصة إذا صاحبه إجهاد للعين أو صعوبة في التركيز، قد يكون مرتبطًا بمشكلة في النظر.

وأوضحت طبيبة العيون التي تحدثت إلى الصحيفة أن فحص العين يمكن أن يساعد في تحديد ما إذا كانت مشكلة غير مصححة في النظر تساهم في الشعور بالصداع.

وتشير الأكاديمية الأمريكية لطب العيون AAO أيضًا إلى أن الاستخدام الطويل للأجهزة الرقمية يمكن أن يصاحبه إجهاد العين، وتشوش الرؤية والصداع، إلى جانب جفاف العين وزيادة الدموع.

3 - جفاف العين أو الشعور المستمر بالإجهاد

إذا كانت العين تشعر بالجفاف أو الحرقان أو

1 - تشوش أو ضبابية الرؤية

تعد الرؤية الضبابية أو المشوشة من أبرز العلامات التي تستحق الانتباه، خاصة إذا أصبحت متكررة أو بدأت تؤثر على الأنشطة اليومية.

وقد يلاحظ الشخص صعوبة في قراءة

الكلمات بوضوح، أو عدم القدرة على

رؤية الأشياء البعيدة وإشارات

الطرق، أو الحاجة إلى تقريب

الهاتف أو الكتاب من العين حتى

تصبح الكتابة أكثر وضوحًا.

ووفقًا لتقرير Hindustan

Times، فإن تكرار تشوش

الرؤية يستدعي إجراء

فحص للعين لمعرفة ما إذا

كان السبب



حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم المصفي : الشركة : اليميتت للتجارة العامة - ش ذ م م

العنوان : Abu Office 17 Owned by خليفة عبدالله علي بن بيله المهيري - Hail Deira - الشغل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (د م)، رقم الرخصة : 680353 رقم القيد بالسجل التجاري : 1073098 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2/3/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/3/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين **عالية التدقيق الحسابات** العنوان : Al Garhoud. Deira محمد بن الزبير بن علي - Office 102 Owned by مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : عالية لتدقيق الحسابات

العنوان : Al Garhoud. Deira محمد بن الزبير بن علي - Office 102 Owned by بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية المذكر أعلامه لتصفية اليميتت للتجارة العامة - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2/3/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/3/2026 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 (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : ماجستيك ريلتور للوساطة العقارية - ش ذ م م

العنوان : Office 18 Owned by شمسه محمد ابراهيم السويدي Al - 0 Murar Deira - الشغل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (د م) ، رقم الرخصة : 996582 رقم القيد بالسجل التجاري : 871652 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 6/8/2025 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 6/8/2025 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين **ان بي ان لمراجعة الحسابات** - ش ذ م م مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : ان بي ان لمراجعة الحسابات - ش ذ م م

بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية ماجستيك ريلتور للوساطة العقارية - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 6/8/2025 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 6/8/2025 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 (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : اليموسيتب للعقارات - ش ذ م م

العنوان : Office 17 Owned by مصبح راشد مصبح الفتان الفلاسي - Al Satwa Bur Dubai الشغل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (د م)، رقم الرخصة : 1428375 رقم القيد بالسجل التجاري : 889430 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 13/10/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 05/10/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين **اتش ايه ام للتدقيق الحسابات** مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : اتش ايه ام لتدقيق الحسابات

بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية اليموسيتب للعقارات - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 13/10/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 05/10/2026 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 (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : مجمع تقوية للتعامل الالكتروني - ش ذ م م

العنوان : Office 43 Al Fahidi. Bur Dubai الشغل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة، رقم الرخصة : 1379847 رقم القيد بالسجل التجاري : 885900 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 10/7/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 10/7/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين **أبوهشيمة مهدي محاسيون قانونيون** - ش ذ م م مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : أبوهشيمة مهدي محاسيون قانونيون - ش ذ م م

بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية مجمع تقوية للتعامل الالكتروني - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 10/7/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 10/7/2026 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 (30) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : جلف واي ميديا - ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 202، ملك ايه اري دي للاستثمار ش ذ م م - الخليج التجاري - الشغل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (د م)، رقم الرخصة : 757534 رقم القيد بالسجل التجاري : 2014337 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2/9/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/9/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين **أحمد محفوظ محاسيون قانونيون ومدققوا حسابات** - ش ذ م م العنوان : مكتب 303 ملك الشيخ مانع راشد مانع آل مكتوم - رقة البطين - هاتف : 04-2272828 فاكس : 04-2274080 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية جلف واي ميديا - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2/9/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/9/2026 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

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : أحمد محفوظ محاسيون قانونيون ومدققوا حسابات

العنوان : مكتب 303 ملك الشيخ مانع راشد مانع آل مكتوم - رقة البطين - هاتف : 04-2272828 فاكس : 04-2274080 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية جلف واي ميديا - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 2/9/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 2/9/2026 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

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : في تي سي لخدمات مراكز الاتصال - ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 101-141 ملك محمد عبدالعزيز محمد بن فارس - المرر - الشغل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (د م)، رقم الرخصة : 1334296 رقم القيد بالسجل التجاري : 2302732 بموجب هذا تعلن دائرة الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 14/10/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 15/10/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين **الجيروودي للتدقيق والمحاسبة** ش ذ م م العنوان : مكتب رقم 204 - ملك عبدالله الشعالي - ديرة - مور العنصر : 04-2389721 فاكس : 04-2389722 مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : الجيروودي للتدقيق والمحاسبة - ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 204 - ملك عبدالله الشعالي - ديرة - مور العنصر : هاتف : 04-2389721 فاكس : 04-2389722 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية في تي سي لخدمات مراكز الاتصال - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 14/10/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 15/10/2026 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

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

اسم الشركة : رونق الشمال للخدمات الفنية - ش ذ م م

العنوان : مكتب 1912-200 ملك عباس جويل جويل فيض جويل خان - برج خليفة - الشغل القانوني : شركة ذات مسؤولية محدودة - الشخص الواحد (د م)، رقم الرخصة : 1411718 رقم القيد بالسجل التجاري : 2478634 بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم التأشير في السجل التجاري لديها بإنحلال الشركة المذكورة أعلاه ، وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/9/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 16/9/2026 وعلى من لديه أي اعتراض أو مطالبة التقدم إلى المصفي المعين **ان بي ان لمراجعة الحسابات** ش ذ م م العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : مصطحباً معه كافة المستندات والأوراق الثبوتية وذلك خلال (45) يوماً من تاريخ نشر هذا الإعلان

المسؤول المخول

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بتعين مصفي

اسم المصفي : ان بي ان لمراجعة الحسابات ش ذ م م

العنوان : مكتب رقم 404 ملك مجموعة سلطان للاستثمار ش ذ م م - بورسعيد - هاتف : فاكس : بموجب هذا تعلن الاقتصاد والسياحة في دبي بأنه قد تم تعيين المصفي المذكور أعلاه لتصفية رونق الشمال للخدمات الفنية - ش ذ م م وذلك بموجب قرار محاكم دبي بتاريخ 17/9/2026 والموفق لدى كاتب العدل محاكم دبي بتاريخ 16/9/2026 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

GOVERNMENT OF DUBAI

للاقتصاد والسياحة

Economy and Tourism

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

إعلان بالنشر بالجريدة اليومية

أعمال الخبرة الجسائية

70392

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

في الدعوى رقم 1643/2026 تجاري كلي - لدى محكمة دبي الابتدائية

المدعى عليه : تراجيس للنحن - ش ذ م م

بالإشارة للموضوع أعلاه وعرضاً على تعييني خبيراً حسابياً في الدعوى 1643/2026 تجاري كلي بموجب الحكم التمهيدي الصادر من مقام محكمة دبي المؤرخ بتاريخ 24/9/2026 يقتضي حضوركم او من يمثلكم قانوناً لمراجعة الخبير الحسابي / مصعب منصور عبر وسائل التواصل التالية، المكتب / أمانة محاسيون قانونيون - دبي - الفروع - بناية بنك الشارقة - مكتب 301 هاتف رقم / 04-2868836

عنوان بريد الكتروني ، COURT@AMANACAC.AE

وذلك يوم الخميس الموافق 22/10/2026 في تمام الساعة الرابعة والنصف (4.30 م) وبخلاف ذلك مراجعة الخبير الحسابي في موعد العاصا 7 أيام عمل من تاريخ نشر هذا الإعلان وذلك لتقديم كافة وجميع الستندات بخصوص موضوع الدعوى.

أمانة محاسيون قانونيون

الخبير الحسابي / مصعب منصور

حكومة الشارقة

GOVERNMENT OF SHARJAH

دائرة القضاء

Sharjah Judiciary

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى مركز فض المنازعات الإيجارية الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى رقم RDCFCIRDIS2026/0007271 منازعة إيجارية

إلى المدعي عليه : شركة حميد وعبد العظيف الشيبية - مجهول محل الإقامة

انت مكتب بالحضور بجلسة 27/10/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى مركز فض المنازعات الإيجارية الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى بمركز المنازعات الإيجارية) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفعتها اعلاه - بوصفك مدعي عليه. المطالبة : أولا ، التزام المدعى عليها متضامتين بان يؤدوا للدمعية مبلغ وقدره 220.000 درهم وهو إجمالي المبلغ المسددة والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد. ثانيا : التزام المدعى عليها بان تؤدي للدمعية مبلغ وقدره 180.000 درهم والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد. ثالثا ، التزام المدعى عليها الرسوم والصاريف ومقابل ألعاب المحامد.

حرر بتاريخ 15/10/2026 م.

مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة

GOVERNMENT OF SHARJAH

دائرة القضاء

Sharjah Judiciary

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى مركز فض المنازعات الإيجارية الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى رقم RDCFCIRDIS2026/0007271 منازعة إيجارية

إلى المدعي عليه : حميد عبد الله الشيبية - مجهول محل الإقامة

انت مكتب بالحضور بجلسة 27/10/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى مركز فض المنازعات الإيجارية الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى بمركز المنازعات الإيجارية) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفعتها اعلاه - بوصفك مدعي عليه. المطالبة : أولا ، التزام المدعى عليها متضامتين بان يؤدوا للدمعية مبلغ وقدره 220.000 درهم وهو إجمالي المبلغ المسددة والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد. ثانيا : التزام المدعى عليها بان تؤدي للدمعية مبلغ وقدره 180.000 درهم والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ المطالبة وحتى تمام السداد. ثالثا ، التزام المدعى عليها الرسوم والصاريف ومقابل ألعاب المحامد.

حرر بتاريخ 15/10/2026 م.

مكتب الخدمات القضائية

حكومة الشارقة

GOVERNMENT OF SHARJAH

دائرة القضاء

Sharjah Judiciary

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

إعلان مدعى عليه بالنشر

لدى مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية في الدعوى رقم SHFCIFICIVS2026/0006243 مدني

إلى المدعي عليه : ايدنين كبري احسنى بور - مجهول محل الإقامة

لاعلان المدعى عليه الثاني نشرا باللغة العربية والانجليزية

الزام المدعى عليه بأن يدفع للمدعى مبلغ وقدره (10.694 درهم) والفائدة القانونية بواقع 5% من تاريخ الإستحقاق الحاصل في 23/7/2026 وحتى تمام السداد. التزام المدعى عليه بالرسوم والصاريف. انت مكتب بالحضور بجلسة 26/10/2026 أمام مكتب إدارة الدعوى محكمة الشارقة المحكمة الابتدائية المدنية - مكتب رقم (مكتب مدير الدعوى رقم 10) شخصيا أو بواسطة وكيل معتمد ، وتقديم مذكرة جوابية على الدعوى مرفقا بها كافة المستندات وذلك خلال مدة لا تزيد على عشرة أيام من تاريخ النشر وذلك للنظر في الدعوى المذكور رفعتها اعلاه - بوصفك مدعي عليه.

حرر بتاريخ 19/10/2026 م.

مكتب الخدمات القضائية

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

الإمارات لتنفيذ الأحكام

Emirates Judgment Enforcement

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

محكمة الشارقة الابتدائية

الإمارات لتنفيذ الأحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم 3210 لسنة 2026 تنفيذ الشيكات المرتجعة

إلى المطلوب (إلانة (النفذ ضد) / احسان علي سلطان خان - عنوانه : غير معلوم لصالح (طالب التنفيذ) / بنك الإمارات دبي الوطني - ش م ع

العنوان / إمارنة دبي - ند الشبا 1 ، مكاتب الميدان - بلوك P ، الطابق الثاني ، صندوق البريد : 777 دبي - مكاني رقم 04-3832290 2866283267

حيث انه بتاريخ 3/6/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات العالدة اليكم ووجهها في قوة السند التنفيذي وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه قد تقدم بطلب تنفيذ السند التنفيذي ودفع الرسم المحدد لذلك ،

وبما أن مبلغ المخذ لأجله شامل الرسوم والصاريف 36.920 درهم.

ولذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إلتاكم ، وب حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستخذ بحكم إجراءات التنفيذ المقررة قانونا. وذلك ولعم بما جاء به ونفذا لعموله قانونا.

الإمارات لتنفيذ الأحكام

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

الإمارات لتنفيذ الأحكام

Emirates Judgment Enforcement

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

محكمة الشارقة الابتدائية

الإمارات لتنفيذ الأحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم 6231 لسنة 2026 تنفيذ الشيكات المرتجعة

إلى المطلوب (إلانة (النفذ ضد) / سعيدة محمد عبدالله شيبات مولي عبدالله عنوانه : غير معلوم لصالح (طالب التنفيذ) / العربية العتار (شركة ذات مسؤولية محدودة)

العنوان / إمارنة الشارقة - منطقة الخان (المرر ، بناية أساس الطابق الرابع مكتب رقم 401 ، 72 ، الشارقة هاتف : 0507053304 وبكالة المحامين احمد راشد الرشيد ومنى العاجد و / أسماء البريد.

حيث انه بتاريخ 7/9/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات العالدة اليكم ووجهها في قوة السند التنفيذي وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه

قد تقدم بطلب تنفيذ السند التنفيذي ودفع الرسم المحدد لذلك ،

وبما أن مبلغ لأجله شامل الرسوم والصاريف 126.744 درهم.

ولذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إلتاكم ، وب حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستخذ بحكم إجراءات التنفيذ المقررة قانونا. وذلك ولعم بما جاء به ونفذا لعموله قانونا.

الإمارات لتنفيذ الأحكام

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

الإمارات لتنفيذ الأحكام

Emirates Judgment Enforcement

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

محكمة الشارقة الابتدائية

الإمارات لتنفيذ الأحكام

الموضوع : إعلان السند التنفيذي بالنشر

في القضية رقم 7012 لسنة 2026 تنفيذ الشيكات المرتجعة

إلى المطلوب (إلانة (النفذ ضد) / سعيدة محمد خالد عبد الحميد عنوانه : غير معلوم لصالح (طالب التنفيذ) / مصرف الشارقة الاسلامي - العنوان / إمارنة الشارقة شارع شارع المنطقة الصناعية 18 إدارة التامة والتحصين مستدري البريد 4 رقم الجوابيل 0521422706 هاتف المكتب 065999705 فاكس رقم 065458625 البريد الالكتروني ، Khaled.Ali@sihae

حيث انه بتاريخ 30/9/2026 صدر قرار المحكمة بوضع الصيغة التنفيذية على الشيكات العالدة اليكم ووجهها في قوة السند التنفيذي وبما أن المحكوم له المذكور أعلاه

قد تقدم بطلب تنفيذ السند التنفيذي ودفع الرسم المحدد لذلك ،

وبما أن مبلغ لأجله شامل الرسوم والصاريف 4.045400 درهم.

ولذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إلتاكم ، وب حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستخذ بحكم إجراءات التنفيذ المقررة قانونا. وذلك ولعم بما جاء به ونفذا لعموله قانونا.

الإمارات لتنفيذ الأحكام

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

الإمارات العربية المتحدة

Emirates Judgment Enforcement

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

إعلان منفذ ضد بالنشر

محكمة الفجيرة الاتحادية : محكمة التنفيذ المدنية - سويجث ليديدات سوريش

إخطار دفع في القضية رقم 0002227 /2024 FUCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : محمد ابو القاسم

حيث انه قد صدر الحكم المرقف صورة عنه ضدك لصالح المدعي الشفث سكتدر عالم صابر احمد - الجنسية بنجلادديني

في القضية المشار اليها أعلاه.

وبما أن المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،

وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :

المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 21024.0

ولذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إلتاكم ، وب حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستخذ بحكم إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة عجمان الاتحادية

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

الإمارات العربية المتحدة

Emirates Judgment Enforcement

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

إعلان في القضية التنفيذية بالنشر

إخطار دفع في القضية رقم 0001001 /2026 AJCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : محمد ابو القاسم

حيث انه قد صدر الحكم المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور ودفع الرسم المحدد لذلك ،

وبما أن الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي :

المجموع الكلي شامل الرسوم والصاريف 21024.0

ولذلك انت مكتب بتنفيذ ما جاء بالسند التنفيذي المشار إليه أعلاه خلال (7) أيام من تاريخ إلتاكم ، وب حالة تخلفك عن ذلك فإن المحكمة ستخذ بحكم إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة عجمان الاتحادية

محكمة التنفيذ المدنية

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

الإمارات لتنفيذ الأحكام

Emirates Judgment Enforcement

حكومة دبي

GOVERNMENT OF DUBAI

العدد ١٤٨٨٧ بتاريخ ٢٠٢٦/١٠/٢٠

دائرة القضاء - محكمة الشارقة

الإمارات لتنفيذ الأحكام

الدعوى رقم 3781 لسنة 2023 بفلاس

إعلان بيع عقار بالزاد العلني (أمين التقيسية)

أمين التقيسية : د إسماعيل مصباح محمد جوير

المدعي : محمد عبدالله الحمد المثل

تعين محكمة الشارقة للبيع بأنه سينفذ مزاد علني وذلك على موقع الإمارات للمزاد WWW.emiratesauction.ae في تمام الساعة الخامسة مساء يوم الاثنين الموافق 2026/11/2 وذلك ليبيع العقار العائد ملكيته للمدعى وأوصاف العقار على النحو التالي ،

هاتف رقم (1230 ر) ملك بمنطقة الخان (المرر ، بناية إمارنة الشارقة ، بصر الشمين ، 188.272.813 درهم والمزارعة بربط على المزارع بالإشارة بالمزاد ان يتقدم بموجب شيك مسدد بقيمة 20% من المثلن المقدر للعقار. هلى من يرغب بالشره او الاستفسار عن كل مرامعة قسم الجوزات والبيع والمملكة او الموقع الالكتروني للإمارات للمزاد WWW.emiratesauction.ae وذلك قبل موعد البيع أعيد وعلى كل من له اعتراض التقدم باعتراضه ممرزا أيام بمره بمره من مستندات قبل الموقع المحدد بطلب بثلاثة أيام على الأقل.

منوعات

الفكر

27



استغرقت النجمة الأسترالية نعومي واتس سنوات طويلة قبل أن تتمكن من ترسيخ مكانتها في عالم السينما، إذ مرت خلال بدايات مسيرتها الفنية برحلة شاقة تخللتها فترات طويلة من التعتثر والركود المهني، قبل أن يأتي المخرج ديفيد لينش ليمنحها الفرصة التي غيرت مسارها الفني.

كانت رحلة شاقة ومضنية انغلقت على نفسي وشعرت بانعدام القيمة

نعومي واتس: ديفيد لينش منحني الفرصة التي غيرت مساري الفني

شيرينيان، القضية نفسها من زاوية مختلفة. ففي الفيلم، الذي تدور أحداثه خلال حقبة الستينيات، تؤدي واتس شخصية ربة منزل تبدو مثالية أمام الآخرين، لكنها تخفي وراء صورتها المثالية ماضيًا مروعًا يعود إلى فترة ما بعد الحرب.

وقالت واتس عن الشخصية: "لم يسبق لي أن لعبت دورًا كهذا من قبل، رغم أنني أبحث دائمًا عن أدوار للنساء يعانين من عيوب، ولا أخشى تجسيد شخصيات قد لا تحظى بقبول الجمهور؛ لكن هذه الشخصية كانت استثنائية في تطرفها".

وأضافت: "كنت أدرك تمامًا طبيعة الدور الذي أقبل عليه، وعلمت أنه سيكون تجربة شاقة ومؤثرة تلازمي ذكرها؛ فشخصية كهذه تطاردك حتى في أحلامك ليلاً".

وفي ختام الجلسة الحوارية، تحدثت واتس بصراحة عن علاقتها بنظرة الآخرين إليها، مؤكدة أنها احتاجت إلى سنوات طويلة حتى تتوقف عن إعطاء آراء الآخرين أهمية تفوق ما ينبغي.

وقالت: "إن إظهار الضعف الإنساني يُعد قوة خارقة. لقد استغرقتني الأمر وقتًا طويلاً لأدرك هذه الحقيقة وأقبلها كجزء مني. ليتني تعلمت في وقت أبكر أن أكون على طبيعتي وألا أبالغ في السعي لإرضاء الآخرين. هناك أشخاص يولّدون وهم يتمتعون بهذا القدر من الثقة بالنفس، أما أنا فلم أكن يومًا من ذلك النوع".

واختتمت واتس حديثها بالإقرار بأن الشك في الذات لا يزال جزءًا من تجربتها، لكنها لم تعد تنظر إليه باعتباره نقطة ضعف يتعين إخفاؤها، بل تحاول التعامل معه باعتباره جانبًا يمكن الاستفادة منه.

وقالت: "لا يزال يساورني الكثير من الشك في الذات، لكنني لا أظاهر بأن هذا الأمر غير موجود؛ بل أحاول النظر إليه باعتباره حبة، فهذا النهج أكثر فاعلية بكثير من مجرد محاولة تجاوز الأمور بالخداع أو الكلام القارغ".

حاولت في البداية رفض الدور، قائلة: "حاولت أن أرفض الدور؛ فلا يوجد يقين مطلق بشأن أي شيء تقوم به على الإطلاق".

وأضافت: "كان وكلاء أعمالي متحمسين للأمر، لكنني قلت: "انتظروا. لقد نلت للتو إرشادة نقدية، فهل أريد الانتقال فورًا إلى فيلم ضخم من أفلام هوليوود التجارية؟ لقد جادلت وكيل أعمالي حينها؛ لم أكن أعلم أنه سيحقق نجاحًا هائلًا! لقد ساهم الفيلم في إحياء نوع أفلام الرعب بطريقة ما. لقد كانت فرصة محظوظة للغاية".

كما حظيت واتس بإشادات واسعة عن أدائها في فيلم "21 Grams"، مستعدة أجواء التصوير المكثفة التي تطلبت منها العمل في ظروف نفسية وجسدية شاقة.

وقالت: "قد تحدث أمور استثنائية عندما تشعر بالتعب والضيق نتيجة تكرار القيام بالأشياء مرارًا وتكرارًا".

وأشارت واتس إلى أن مجموعة من الموضوعات الإنسانية العميقة تتكرر في الأعمال التي تختارها. وفي مقدمتها الحزن والهوية، موضحة أن اهتمامها بهذه الموضوعات يرتبط إلى حد كبير بتجاربها الشخصية خلال طفولتها.

وقالت: "إذا كان هناك تيمة أو موضوع متكرر في أعمالي، فهو الحزن، وهذا هو سبب قيامي بما أفعله؛ فأنا أحاول اكتشاف معنى حياتي. وهناك موضوع آخر هو الهوية؛ إذ أحب القصص التي تطرح سؤال: من أنت؟ وينبع هذا الاهتمام أيضًا من تغلّلي المستمر في طفولتي؛ فقد كنت دائمًا على هامش المجموعة، أحاول شق طريقي للاندماج معهم".

وتسناول أحدث أدوار واتس، في فيلم "The Housewife" للمخرج بن

بالتمثيل لم تكن قائمة على الرغبة في الشهرة بقدر ما كانت نابعة من شغف حقيقي بالمهنة وبالشخصيات التي تجسدها.

وقالت: "عليك أيضًا أن تدركي سبب حبك لهذا المجال؛ هل تخوضينه للأسباب الصحيحة؟ لم يكن هدفي مجرد الشهرة، بل كنت أشقى الانغماس في تلك الشخصيات، لقد كنت شغوفة حقًا ومستمرة في البحث والتقصي - وما زلت كذلك - فدائمًا هناك المزيد للتعلم".

وخلال حفل تكريمها في مهرجان زيورخ السينمائي، عادت واتس بالذاكرة إلى السنوات الأولى الصعبة التي حاولت خلالها شق طريقها كممثلة ناجحة، وهي الفترة التي تخللتها فترات طويلة من الركود المهني وعدم الاستقرار.

وقالت: "ثم، ولحسن الحظ، التقيت بديفيد لينش في أواخر العشرينيات من عمري، وكان هو من غير مساري المهني".

ويُنظر إلى فيلم "Mulholland Drive" على نطاق واسع باعتباره نقطة الانطلاق الحقيقية لمسيرة واتس الفنية، بعدما منحها دورًا رئيسيًا لفت الأنظار إليها وأثبت قدرتها على تقديم أداء استثنائي.

وقالت واتس: "لقد منحني ذلك الفيلم دورًا مذهلًا ترك أثرًا عميقًا في نفوس الناس؛ فما زالوا يشاهدونه حتى يومنا هذا، ولا يزال يدرج ضمن قوائم أفضل الأفلام. أنا فخورة للغاية بكوني جزءًا من هذا العمل".

وخلال جلسة نقاشية متخصصة "ماستر كلاس" ضمن فعاليات المهرجان، كشفت واتس أيضًا عن الدور الذي لعبته النجمة نيكول كيدمان في تشجيعها خلال تلك المرحلة من حياتها المهنية.

وأوضحت واتس أن كيدمان قالت لها: "يكفي أمر واحد فقط، شيء واحد قد يغير كل شيء". وأضافت: "لم يكن هذا الكلام منطقيًا بالنسبة لي لفترة طويلة، حتى جاء ديفيد لينش، وحينها أصبحت تلك المقولة حقيقة ملموسة".

وبعد النجاح الذي حققته في فيلم "Mulholland Drive"، انتقلت واتس مباشرة إلى بطولة فيلم الرعب الكلاسيكي "The Ring"، وهو العمل الذي شكل محطة مهمة أخرى في مسيرتها. وكشفت واتس أنها

إنني لست جذابة، فأنا أحاول أن أكون جذابة. إنك تعيد تشكيل نفسك وتحاول استشعار النبيرة المطلوبة؛ هكذا سارت الأمور، ولم يعد بإمكانني أن أكون على طبيعتي. كنت إما نسخة متطرفة من نفسي أو نسخة باهتة ومخفضة منها. تطلب الأمر عبقريًا مثل ديفيد لينش ليرى ما وراء كل تلك الغرابة التي تراكمت حولي، ويفككها، ويوصل إلى حقيقتي".

ومع ذلك، أشارت واتس إلى أن قدرتها على التكيف، التي اكتسبتها نتيجة كثرة التنقل خلال طفولتها، لعبت دورًا مفيدًا في مسيرتها، موضحة أن علاقتها

وخلال مشاركتها مؤخرًا في مهرجان زيورخ السينمائي، حيث تسلمت جائزة "العين الذهبية"، استرجعت واتس ذكريات السنوات الأولى من مسيرتها، متحدثه بصراحة عن الصعوبات التي واجهتها وعن حالة انعدام الثقة التي لازمتها لفترة طويلة.

وقالت واتس: "لقد كانت رحلة شاقة ومضنية. ففي السنوات العشر التي سبقت لقائي بديفيد، انغلقت على نفسي تمامًا وشعرت بانعدام القيمة. ذات مرة، أخذتني وكالة أعمالي جانبًا وقالت لي: "علينا أن نتحدث بصراحة تامة ومن القلب؛ يا عزيزتي، أنت تبدين متوترة ومشدودة الأعصاب بشكل مبالغ فيه، للدرجة أنك تثيرين قلق الناس وتخيفينهم". فرددت عليها قائلة: بالطبع، وهل في الأمر شك؟ لقد كنت يائسة! كنت متأخرة في سداد الإيجار ومهددة بالطرد من منزلي. ولم أكن أعرف ما الذي يمكنني تقديمه أو كيف أنصرف خلال تلك اللقاءات".

وأوضحت واتس أن محاولاتها المستمرة للتكيف مع ما يطلبه منها الآخرون جعلتها تفقد إحساسها بذاتها، قائلة: "قالوا لي إنني لم أكن مضحكة في الأسبوع الماضي، لذا أحاول الآن أن أكون مضحكة. وقالوا لي



جونى ديب يعود إلى هوليوود بفيلم رعب مستوحى من «ترنيمة عيد الميلاد»

يعود النجم العالمي جونى ديب إلى هوليوود من جديد، من خلال تجسيده شخصية "إبنزر سكروج" في الإعلان الرسمي لفيلم (Ebenezer)، وهو فيلم إثارة وانتقام خارق للطبيعة من إنتاج شركة باراماونت، ومن المقرر طرحه في دور العرض يوم ١٣ نوفمبر المقبل.

ويقدم الفيلم نسخة جديدة ومرعبة من رواية الكاتب الإنجليزي تشارلز ديكنز الشهيرة "ترنيمة عيد الميلاد"، تحت قيادة المخرج تي ويست، حيث يظهر جونى ديب في هيئة مختلفة تمامًا عن إطلالاته السابقة، مجسدًا شخصية "سكروج" بصورة يصعب التعرف عليه من خلالها. ويظهر ديب خلال الإعلان وهو يرفض بفظاظة طلبات التبرع، قبل أن تنقلب حياته رأسًا على عقب عندما يتعرض لمواقف مرعبة تقوده إليها ثلاثة أزواج، وتسجبه إلى عالم غامض ومخيف، في أجواء يغلب عليها طابع الرعب والإثارة.

وتقول إحدى الأزواج لـ "سكروج": "لك مطلق الحرية في خوض غمار المخاطر هناك"، بينما تظهر في خلفية أحد مشاهد الإعلان مخلوقات شبيهة بالزومبي، في مشهد يعكس الطابع المظلم والمروع الذي يسيطر على الفيلم.

ويرد "سكروج"، وهو يرتجف من الخوف: "أفضل ألا أفعل"، في لحظة تحمل في الوقت نفسه لمحة من الثقة المتفطرسة التي اشتهرت بها شخصية "جاك سبارو"، التي قدمها ديب في سلسلة أفلام "قراصنة الكاريبي"، وذلك بينما تواصل الأرواح الثلاثة محاولاتها لدفعه إلى تغيير طباعه الشريرة ومراجعة أفعاله.

ويشارك في بطولة فيلم "إبنزر"، إلى جانب جونى ديب، كل من أندريا رايوزورو، التي تجسد شخصية "شيج عيد الميلاد الماضي"، وتريمل تيلمان في دور "شيج عيد الميلاد الحاضر"، والنجم إيان ماكيلين في دور شريكه التجاري "جاكوب مارني"، إلى جانب روبرت جرينت، الذي يجسد شخصية "بوب كراتشيت".



وتضم قائمة أبطال الفيلم أيضًا ديزي ريدلي، وسام كلافلين، وتشارلي ميريه، وأرثر كونتي، وإيلي بامبر، في عمل يجمع بين أجواء الرعب والإثارة والانتقام الخارق للطبيعة. ويتولى تي ويست مهمة إخراج الفيلم، بينما كتب السيناريو نانائيل هالبرن، بالاعتماد على رواية تشارلز ديكنز الكلاسيكية القصيرة "ترنيمة عيد الميلاد"، التي نشرت للمرة الأولى عام 1843، وتعد واحدة من أشهر الأعمال الأدبية المرتبطة بأجواء عيد الميلاد في الأدب العالمي.

ويمثل "إبنزر" أول عمل سينمائي رئيسي لجونى ديب في هوليوود منذ مشاركته في فيلم (The Crimes of Grindelwald)، الذي أنتجته شركة وارنر براندز عام 2018.

وخلال السنوات الأخيرة، اتجه ديب إلى المشاركة في عدد من الأفلام العالمية، بعيدًا عن الإنتاجات الهوليوودية الكبرى، ومن أبرز أعماله خلال تلك الفترة الفيلم التاريخي (Jeanne du Barry)، الذي شارك في بطولته وقدم من خلاله شخصية الملك لويس الخامس عشر.

الفكر

تجاهل تملل الساقين يؤدي إلى الأرق المزمن وأمراض القلب

20% من النساء الحوامل، وتزامن مع مرض باركنسون. وأشارت الطبيية إلى أن تجاهل المشكلة يؤدي إلى اضطرابات مستمرة في النوم وإجهاد نفسي، ويؤدي النقص المزمن في الراحة الليلية إلى اختلال الإيقاع الحيوي الطبيعي والإصابة بأمراض قلبية، وفي حالات نادرة، تصيب هذه الحالة اليدين أيضا. وأضافت: " يمكن الخطر، في حال عدم العلاج، في اضطرابات النوم المزمنة والأحاسيس الحسية المزعجة المستمرة، والتي تعد مصدرا للتوتر. وهذا بدوره يقلل من جودة الحياة وقد يزيد من خطر الإصابة بأمراض الأوعية الدموية، إذا استمرت هذه الحالة لأكثر من أربعة أسابيع، فمن الضروري

اضطراب يسبب الأرق ومشكلات صحية خطيرة. وقالت الطبيية، " غالبا ما يدل هذا المرض على نقص الحديد أو داء السكري، وإذا لم يتم علاجه قد يدخل الشخص في حالة من التوتر.. الحالة التي يشعر فيها المريض بأحاسيس مزعجة في الأطراف، تظهر في وقت الراحة خلال المساء والليل، وتجبره على القيام بحركات لتخفيف الألم. ويمكن تمييزها من خلال الأحاسيس التي تظهر عند الخلود إلى النوم، والمرتبطة بتغيرات كيميائية عصبية. قد يكون المرض أوليا نتيجة أسباب وراثية، أو عرضيا، مرتبطا بنقص الحديد والمغنيسيوم وفيتامينات B ، أو داء السكري، أو إدمان الكحول، أو أمراض الغدة الدرقية، كما تصيب هذه المتلازمة

حدّرت طبيبة الأعصاب الروسية مارينا أنيكينا من أن الأحاسيس المزعجة في الساقين التي تظهر ليلا قد تشير إلى متلازمة تملل الساقين، وهو



مكمل غذائي شائع قد يحمل أثرا غير متوقع للدماغ

نتير دراسة جديدة تساؤلات حول تأثير بعض مكونات مكملات زيت السمك في الدماغ، بعدما وجد باحثون أن حمض "إيكوسابتاينويك" (EPA) قد يعيق عمليات إصلاح الدماغ بعد إصابات الرأس. وبينت الدراسة، التي أجريت على فئران تعرضت لإصابات طفيفة في الرأس، أن الحيوانات التي تناولت غذاء يحتوي على EPA (أحد أحماض أوميغا3- الدهنية) سجلت نتائج أدنى في اختبارات الذاكرة المكثية والتعلم بعد الإصابة، مقارنة بفئران لم تخضع للنظام الغذائي ذاته. ويرجح الباحثون أن EPA قد يمس قدرة الأوعية الدموية في الدماغ على التعافي، عبر تغيير طريقة استخدام الخلايا للطاقة، ما قد يوجه جزءا من مواردها بعيدا عن عمليات الإصلاح.

غير أن الأثر ذاته لم يظهر مع حمض "دوكوساهيكسانويك" (DHA)، وهو نوع آخر من أحماض أوميغا3- معروف بدوره في بناء خلايا الدماغ والحفاظ عليها. وفي تجارب لاحقة أجريت باستخدام خلايا بشرية مأخوذة من الأوعية الدموية الدقيقة في الدماغ، لم يعقد DHA عمليات الإصلاح كما حدث مع EPA.

وقال عالم الأعصاب أوندر ألبيرام من جامعة كارولينا الجنوبية الطبية، إن مكملات زيت السمك "تنتشر في كل مكان، ويتناولها الناس لأسباب متعددة، وغالبا من دون فهم واضح لآثارها طويلة المدى". ووجد الباحثون كذلك أن EPA وليس DHA، تراكم في أدمغة الفئران التي تناولت المكملات، كما ارتبط تأثير EPA في الأوعية الدموية بتراكم بروتينات "تاو"، وهي بروتينات ترتبط بتلف خلايا الدماغ وبعض أمراض التنكس العصبي.

وللتحقق من مدى ارتباط هذه النتائج بالبشر، حلل الباحثون عينات من أنسجة أدمغة أشخاص عانوا من "اعتلال الدماغ الرضي المزمن" (CTE)، وهي حالة ترتبط بإصابات الرأس المتكررة، فوجدوا أن الأنسجة أيدت بعض الاضطرابات الأيضية وتغيرات الأوعية الدموية التي رُصدت في تجارب الفئران.

ومع ذلك، يؤكد الباحثون أن هذه النتائج لا تعني أن مكملات زيت السمك تسبب اعتلال الدماغ الرضي المزمن لدى البشر، إذ إن معظم الأدلة في الدراسة مستمدة من تجارب على الحيوانات والخلايا، ولا تزال هناك حاجة إلى دراسات سريرية لمعرفة ما إذا كانت التأثيرات نفسها تحدث لدى الإنسان.

وقال عالم الأعصاب أونور إسكيوكاك من مختبر "كولد سبرينغ هاربور": "إن فكرة أن زيت السمك يقدم فوائد عامة وموحدة للجميع لا تصمد عند البدء في دراسة التفاعلات الحيوية المعقدة"، مضيفا: "لكن هذا لا يعني أنه ضار بصحتك".

ويعتزم الباحثون مواصلة دراسة تأثيرات EPA وDHA في أنواع مختلفة من خلايا الدماغ ومناطق متعددة منه، تمهيدا لإجراء دراسات سريرية في مراحل لاحقة. نشرت الدراسة في مجلة Cell Reports.



الممثلة الأمريكية إيذر غابو أندرسون خلال عرض مجموعة «كريستيان ديور» للأزياء النسائية ضمن أسبوع الموضة في باريس. ا ف ب

قرأت لك

البصل



كشف العلماء أن تناول البصل بانتظام يؤدي الى تطور الملكة الفكرية لدى الإنسان فهو ينظف خلايا الدماغ ويجدها، ما يؤدي الى تحسن الذاكرة وإلى تغييرات عاطفية ايجابية. وقد عرفت فوائد البصل منذ القدم، حيث يدخل في تركيبه مختلف الفيتامينات والمعادن المفيدة. لذلك فهو من الخضار الأساسية في غذاء الإنسان، يساعد على التخلص من أمراض عديدة ويقوي المناعة.

وتدخل في تركيب البصل مركبات كبريتية، تجدد عند وصولها الى الدم نشاط الدماغ من خلال تأثيرها على مناطق معينة فيه، وهذا التأثير يؤدي الى تحسين الذاكرة وظهور مزاج ايجابي لدى الإنسان. ويؤكد العلماء على أن ثلثي المواد المفيدة في البصل تبقى بعد معالجته حراريا. تحتوي أوراق البصل الخضراء على فيتامين سي وبيروتينات وسكريات.

سؤال وجواب

• ما المقصود بالعُقار؟

الخمر.

• من هي عميدة الأدب الإسباني في العصر الحديث؟

روسا تشائل

• من صاحب قصيدة البردة؟

كعب بن زهير.

• من صاحب قصيدة نهج البردة؟

- أحمد شوقي.

• كم يبلغ عدد أسماء الأسد في اللغة العربية؟

1500 اسم.

• من يُضرب به المثل في الخطابة؟

سحيان بن وائل.

هل تعلم؟

- هناك أكثر من 10 تريليون خلية حية في جسم الإنسان.
- الأشجار ليس لها متوسط عمر متوقع، ويمكن أن تعيش إلى أجل غير مسمى.
- أكثر من 500 نيزك تضرب الأرض كل عام.
- هل تعلم أن الراديوم اكتشفه الفيزيائي الفرنسي بياركوري وزوجته البولونية ماري في عام 1898.
- هل تعلم أن نظرية النسبية إكتشفها العالم الألماني الأصل والأميريكي الجنسية الفيزيائي ألبرت أينشتاين الذي نشر هذه النظرية في العام 1905 م.
- هل تعلم أن الحيوان الذي ينام ستة أشهر ويستيقظ ستة أشهر هو الفأر، فعملونه أنه ينشط خلال فصل الصيف ليلاً نهاراً. وعند مجيء فصل الشتاء فإنه يأوي إلى مخبئه تحت الأرض حيث يرقد فيه حتى انقضاء فصل الشتاء.
- هل تعلم أن أسرع الحيوانات على الأرض هو الفهد وأسرع المخلوقات هو الصقر حيث تبلغ سرعته أثناء انقضاضه على فريسته من الجو حوالي 360 كلم في الساعة.
- هل تعلم أن في العالم أكثر من 2000 نوع مختلف من الأفاعي، وأن منها من يصل طولها إلى 21 متراً وتسمى هذه الأفعى (الأناكندة) وهي تعيش في أميركا الجنوبية، وهناك حية هي الأقوى في العالم وهي أفعى (البوا المقترسة) مع أن طولها لا يتجاوز 5 أمتار، وهي تعيش في أميركا الوسطى والجنوبية، وكذلك هناك أفعى الكوبرا الخطيرة والحية ذات الأجراس المسماة الطهر التي تعتبر أثقل الأفاعي السامة.
- هل تعلم أن استخدام الرادار لأول مرة كان في الحرب العالمية الثانية في العام 1939.
- هل تعلم أن خسوف القمر يعني أن يحتجب نور القمر خلف الشمس فلا يبدو أبداً.
- هل تعلم أن العالم الإسلامي الخوارزمي اشتهر بعلموه بالرياضيات وأنه وراء إيجاد عمليات الجذر ويعطي المعادلات الرياضية الأخرى وأنه هو مبتكر علم الجبر.

قصة جحا المخادع

وقف جحا ذات مرة وسط السوق يدعو الناس حوله ثم علا صوته وهو يقول ايها الناس هل تعلمون ما سأقول لكم فرد الحاضرون كلا .. لا تعلم. فقال: اذا كنتم لا تعلمون فما فائدة الكلام ثم غادر المكان. وفي اليوم التالي حدث نفس ما حدث ثم سألهم السؤال نفسه فأجابوه نعم نعرف. فقال ما دمتم تعلمون فما فائدة الكلام وتركهم وغادر وهم في حيرة وانفقوا بعد ذلك أن يجيب نصفهم بنعم ونصفهم بلا.. وفي اليوم الثالث وقف جحا يسأل فأجابوه نصفهم نعلم والنصف الآخر لا نعلم.. فقال جحا حسنا من يعلم يقول لن لا يعلم ثم غادر المكان وقد سخر من الجميع .. وفي المساء عند رجوعه لبيته وقف رجلان ضخما الجثة وقطعا عليه الطريق فسأله احدهم وقد اشتهر في وجهة سكيننا: هل تعلم ما سأفعل بك فقال نعم اعلم.. ثم جره الآخر وهو يلوح قبضته: وهل تعلم ما سأفعل بك، فقال: نعم اعلم.. ثم اردف وهو ينظر إلى كيس في يده وقال لكنكما لا تعلمون ماذا سأمعنكما.. انها اغلى هدية في حياتي.

اغمضا اعينكم وساعد من واحد إلى 3 ثم افتحا اعينكم ومن يأخذه أولا هو الفائز.. اطاعه الرجلان .. طمعا وأغلقا اعينهما .. بدأ جحا يعد من واحد إلى 3 وهو يبتعد ثم القى الكيس وسطهما وفر هاربا فتمتارك الأثنان حتى ادمايا بعضهما من يفتح الكيس ويأخذ ما فيه ثم قررا أن يتقاسما ما فيه، وعندما فتحا شلتهما المفاجأة فقد كان في الكيس نعل قديم ممزق، اغتاظا وامسك كل منهم بفردة من النعال يضرب بها صاحبه غيظا اما جحا فقد ارسل اليهما رساله بصوته العالي انه نعل ابي ورثته عنه منذ عشرين عاما.

