

منوعات العقل

الثلاثاء 10 يناير 2023 م - العدد 13744
Tuesday 10 January 2023 - Issue No 13744

ص 22

عودة منافسات «العاب
مدارس دبي» بمشاركة
5000 طالب وطالبة



ص 27

غادة عادل رئيسة عصابة
في فيلم "البطة الصفراء"



صعوبات السمع مرتبطة

ص 23 بالإصابة بالخرف في سن أكبر!

المراسلات: ص.ب 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

سطو مسلح داخل مطعم.. وزبون ينهب كل شيء

شهد مطعم في ولاية تكساس الأمريكية، عملية سطو مسلح، انتهت بمقتل منفذ الهجوم الذي أخذ الزبائن وأظهر مقطع فيديو نشرته وسائل إعلام أميركية، شابا مفتحا يدخل أحد المطاعم، ويشهر سلاحه طالباً المال من المحاسب في المطعم والزبائن. وبينما كان السارق يتحرك في المطعم، سحب أحد الزبائن مسدسه، وأصاب المهاجم إصابة قاتلة. وبعد فتش القتل، تبين أن السلاح الذي كان يحمله، عبارة عن مسدس مصنوع من البلاستيك. وأشارت وسائل إعلام أميركية إلى أن الشرطة لم تعرف بعد على قاتل السارق، علماً بأنها لم توجه إليه أي تهمة، وفقاً ذكرت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية. وعبر صاحب المطعم الذي شهد الحادثة، بيدرو لوبيز، عن صدمته بشأن ما حدث، وأثنى على شجاعة الزبون الذي قتل اللص. جدير بالذكر أن تكساس تعد من أكثر الولايات الأميركية تساهلاً تجاه شراء الأسلحة وحملها، إذ يسمح لأي شخص يزيد عمره عن 21 عاماً بحمل السلاح، باستثناء المدانين سابقاً في قضايا جنائية.

اتهام جديد من هاري للأسرة المالكة

قال الأمير هاري إنه كشف علناً عن خلافاته مع العائلة المالكة البريطانية وواجه الصحافة في محاولة لمساعدة النظام الملكي وتغيير وسائل الإعلام وهو ما وصفه والده الملك تشارلز بأنها "مهمة انتحارية". وفي أول سلسلة من المقابلات التلفزيونية التي تم بثها الأحد، قبل نشر مذكراته، اتهم هاري أفراد عائلته بالتناون مع الشيطان، الصحافة الصفراء، لتسعين سمعته على حساب سمعته هو وزوجته ميغان. وقال لقناة "إي تي" في البريطانية أنه فر من بريطانيا مع أسرته إلى كاليفورنيا في عام 2020 "خوفاً على حياتنا". وأضاف: "بعد سنوات عديدة من الأكاذيب التي قبلتني وعن عائلتي جاءت مرحلة العودة إلى العلاقة بين أفراد معينين من العائلة والصحافة الصفراء، قرر فيها هؤلاء الأعضاء العيون التعاون مع الشيطان. لإعادة تحسين صورتهم، وضعت حداً فاصلاً عندما أصبح تحسين صورتهم على حساب آخرين وهم أنا وأفراد عائلتي الآخرين".

شرب المياه والشيخوخة.. دراسة تخرج بنتائج مذهلة

كشفت دراسة حديثة أجريت على مدار 30 عاماً وشملت آلاف الأشخاص، عن رابط مهم بين شرب الماء وظهور علامات وأمراض الشيخوخة على الإنسان. وحسب النتائج التي خلصت إليها الدراسة ونقلتها شبكة "فوكس نيوز" الأخبارية، فإن شرب كمية كافية من الماء يومياً قد يساعد في تأخير عملية الشيخوخة بالنسبة للكثيرين. وتشير الدراسة التي أجرتها المعاهد الوطنية للصحة في الولايات المتحدة إلى هذه النتيجة، رغم أن حوالي نصف سكان العالم لا يحصلون على القدر اليومي الموصى به من المياه. وقالت ناتاليا دميترينا، مؤلفة الدراسة والباحثة في مختبر الطب التجديدي للقلب والأوعية الدموية في المعهد الوطني للقلب والرئة والدم في بيتسبرغ بولاية ماريلاند: "تشير النتائج إلى أن الترطيب المناسب قد يبطئ الشيخوخة ويطيل حياة خالية من الأمراض". رصد باحثو الدراسة العلاقة بين مستويات الصوديوم في الدم وبعض المؤشرات الصحية، وأوضحوا أن هذه المستويات تزداد عندما ينخفض تناول السوائل. البالغون الذين كانت لديهم مستويات الصوديوم في الدم أعلى من النطاق الطبيعي، كانوا أكثر عرضة للوفاة في سن أصغر، مع احتمالات أكبر للإصابة بأمراض وإظهار علامات الشيخوخة المتقدمة، مقارنة بأولئك الذين كانت مستوياتهم في النطاقات المتوسطة.

نصائح للمريض بالسكري للعناية بالأسنان

تطالب التوصيات الطبية مريض السكري بحماية القدمين، والعيون، والقلب، والأسنان واللثة. وتعتبر مشاكل الأسنان من المضاعفات الخطيرة والشائعة بين المرضى بالسكري، وتهدد بسقوطها. وحسب جمعية السكري الأمريكية تزيد الجراثيم في الفم عن عددها خارجة. ما يعني أن ضمان صحة الفم، في إبقائها تحت السيطرة. وتستغرق العناية بالأسنان بضع دقائق يومياً، لكن عند إهمالها ستتراكم طبقة البلاك وتسبب التهابات اللثة. ويعتبر المريض بالسكري لا التهاب اللثة لأن السكري يضعف الدورة الدموية، ودفاعات الجسم ضد العدوى. وإذا كان مستوى السكر مرتفعاً سيزيد في اللعاب، لتغذية بكتيريا الفم. ووفق جمعية طب الأسنان الأمريكية، على المصاب بالسكري احترام القواعد الأساسية لنظافة الفم، مثل تنظيف الأسنان بالفرشاة 3 دقائق، مرتين يومياً، والتنظيف بالخيط لمنع الترسبات على اللثة، وزيارة طبيب الأسنان مرة كل 6 أشهر. من ناحية أخرى، تؤدي الأدوية من ناحية أخرى، تؤدي الأدوية ضد السكري إلى جفاف الفم، ما يجعل اللثة أكثر عرضة للتجاويف بمرور الوقت التهاب اللثة. ويتعرض المريض بالسكري لالتهاب اللثة لأن السكري يضعف الدورة الدموية، ودفاعات الجسم ضد العدوى. وإذا كان مستوى السكر مرتفعاً سيزيد في اللعاب، لتغذية بكتيريا الفم. ووفق جمعية طب الأسنان الأمريكية، على المصاب بالسكري احترام القواعد الأساسية لنظافة الفم، مثل تنظيف الأسنان بالفرشاة 3 دقائق، مرتين يومياً، والتنظيف بالخيط لمنع الترسبات على اللثة، وزيارة طبيب الأسنان مرة كل 6 أشهر.

تطلب التوصيات الطبية مريض السكري بحماية القدمين، والعيون، والقلب، والأسنان واللثة. وتعتبر مشاكل الأسنان من المضاعفات الخطيرة والشائعة بين المرضى بالسكري، وتهدد بسقوطها. وحسب جمعية السكري الأمريكية تزيد الجراثيم في الفم عن عددها خارجة. ما يعني أن ضمان صحة الفم، في إبقائها تحت السيطرة. وتستغرق العناية بالأسنان بضع دقائق يومياً، لكن عند إهمالها ستتراكم طبقة البلاك وتسبب التهابات اللثة. ويعتبر المريض بالسكري لا التهاب اللثة لأن السكري يضعف الدورة الدموية، ودفاعات الجسم ضد العدوى. وإذا كان مستوى السكر مرتفعاً سيزيد في اللعاب، لتغذية بكتيريا الفم. ووفق جمعية طب الأسنان الأمريكية، على المصاب بالسكري احترام القواعد الأساسية لنظافة الفم، مثل تنظيف الأسنان بالفرشاة 3 دقائق، مرتين يومياً، والتنظيف بالخيط لمنع الترسبات على اللثة، وزيارة طبيب الأسنان مرة كل 6 أشهر.



زهرة.. اسمها الجنة ورائحتها كالفانان

استقطبت زهرة "الجنة"، بما يفوح منها المهيمن إلى حدائق أديلايد الأسترالية، لاستشعار رائحتها الكريهة التي تشبه رائحة الفانان الميتة. وتزهّر "الجنة" مرة واحدة فقط كل بضع سنوات، ولدة 48 ساعة فقط، لجذب الحشرات التي انخرطت في عمليات القاح أزهاراً من النوع نفسه ذي الرائحة القززة. ندرت النبات نفسه، دفع الألاف من الناس إلى الحدائق، ليصطفوا في طوابير لساعات كي يحصلوا على نغمة من الرائحة الكريهة. قد يبدو النبات المهدد بالانقراض، والمعروف أيضاً باسم "نيتان أروم"، وموطنه الأصلي إندونيسيا، مثل زهرة واحدة، لكنه في الواقع عبارة عن مجموعة من الزهور مثبتة على الساق. ويمكن أن يصل ارتفاع الساق إلى أكثر من مترين، ويصل وزنه إلى 150 كيلوغراماً، وتشبه رائحته في الغالب بالفانان الميتة. وقال مات كولتر، المسؤول عن البستنة في المدينة إن "سبب الرائحة هو الحشرات التي تدخلت في عمليات القاح النوع نفسه من الأزهار".

الكثيرون يفضلون شرب كوب من الماء قبل وجبة الفطور، لما له من فوائد عديدة. لكن هل سألت نفسك ما هي مواصفات كوب الماء ذلك؟ خبيرة تغذية روسية كشفت كيف يجب أن يكون كوب الماء "المثالي" وفوائده قبل وجبة الفطور.

وتقول الدكتورة داريا روساكوفا، بحسب ما نقلت عنها وسائل الإعلام الروسية: "من أجل إطلاق عمل أجهزة الجسم في الصباح، يجب شرب كأس ماء مفلتر أو ماء الينابيع، وليس ماء الصنبور الذي يحتوي على شوائب عديدة. كما أن الماء المغلي لا يصلح أيضاً، لأن المعالجة الحرارية للماء تؤدي إلى تغيرات هيكلية تفقده خصائصه المفيدة. كما أن المياه المعدنية ليست أفضل بديل لأنها تحتوي على نسبة عالية من الغازات".

وتؤكد خبيرة التغذية الروسية على أن درجة حرارة الماء الذي نشربه على معدة فارغة يجب أن تتراوح بين 22 و25 درجة مئوية.

ما هو كوب الماء المثالي.. وما فوائده قبل الفطور؟

المناخات الحارة والرطبة إلى ذلك قيمت الدراسة، التي نُشرت في مجلة Science. كمية المياه التي يتناولها 5 آلاف و604 أشخاص تتراوح أعمارهم بين 8 أيام و96 عاماً من 23 دولة. لكن الدراسة كشفت أن الذين يعيشون في المناخات الحارة والرطبة وعلى ارتفاعات عالية وكذلك الرياضيين والنساء الحوامل والمرضعات بحاجة إلى شرب المزيد من الماء. كذلك لاحظت أن الرجال الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و35 عاماً لديهم معدل "دوران" مياه في الجسم بمتوسط 4.2 لتر في اليوم. وقد انخفض هذا مع تقدم العمر بمتوسط 2.5 لتر عاماً فكان معدل "دوران" المياه في الجسم 3.3 لتر، وينخفض إلى 2.5 لتر عند بلوغ سن 90 عاماً. صالحة للشرب بدوره، أوضح البروفيسور جون سبيكمان من جامعة أيردين وهو مؤلف مشارك في البحث أن "هذه الدراسة تظهر أن الاقتراح الشائع بشرب 8 أكواب من الماء - أو حوالي لترين يومياً - ربما يكون مرتفعاً جداً بالنسبة لعظم الأشخاص". وفي حين ليس هناك ضرر واضح من شرب كميات أعلى من المياه، إلا أن الصحيفة البريطانية تقول إن الحصول على مياه صالحة للشرب قد يكون مكلفاً، هذه الأيام.

و تقول: "الماء البارد والمثلج غير مريح للجهاز الهضمي. لأن درجة الحرارة في المعدة هي 37 درجة مئوية وفي الأمعاء 38 درجة مئوية. لذلك يهيج الماء البارد الغشاء المخاطي للمعدة والأمعاء وتقبض الأوعية الدموية، وتبطئ عملية التمثيل الغذائي، وتتفاقم مع هذا الأمر المشكلات التي يعاني منها الشخص في الجهاز الهضمي، مثل الحرقنة والانتفاخ والإمساك". وتضيف أنه من الأفضل شرب الماء في حالة الجلوس وبرشقات صغيرة، وليس جرعة واحدة. كما يجب ألا تزيد كميته عن 450 ميليلتراً، ومن ثم تناول وجبة الفطور في مدة أقصاها نصف ساعة. وتشير إلى أن هناك بعض الاستثناءات بالنسبة لفوائد إضافة عصير الليمون أو الزنجبيل أو العسل إلى الماء. وتقول: "يمكن شرب الماء مع الليمون فقط في حالة عدم وجود حموضة وحرقنة وحساسية من الحمضيات. أما الماء مع الزنجبيل، فإنه يساعد على إزالة الوذمة edema (وهي عبارة عن تورم ناتج عن السوائل الزائدة المحتبسة في أنسجة الجسم) وله تأثير طفيف مضاد للبكتيريا. ولكن لا ينصح بتناوله في حالة الإصابة بأمراض الجهاز التنفسي وارتفاع درجة حرارة الجسم. وذلك لأن الزنجبيل يرفع درجة حرارة الجسم ومستوى ضغط الدم. أما الماء مع العسل، فهو في الواقع ماء مع السكر، لذلك يمكن أن يسبب الحرقنة والانتفاخ في الصباح وكذلك زيادة الوزن".

خضعنا بضروة شرب 8 أكواب ماء يومياً يبدو أن التوصية بشرب 8 أكواب من الماء يومياً أي لترين تقريباً، ليست صحيحة تماماً، على الأقل هي أكثر مما يستطيع كثير من البشر الالتزام به كل يوم. فوفقاً لدراسة جديدة، فإن الكثير من الناس لا يحتاجون إلا إلى 1.5 إلى 1.8 لتر يومياً، أي أقل من اللترين الموصى بها عادة، وفق ما ذكرته صحيفة الغارديان البريطانية.

غير مدعومة علمياً

وقال يوسوكي يامادا من المعهد الوطني للابتكار الطبي الحيوي، والصحة والتغذية في اليابان، وأحد المؤلفين الأوائل لهذا البحث إن "التوصية الحالية (أي شرب 8 أكواب) غير مدعومة علمياً على الإطلاق"، مضيفاً أن "معظم العلماء ليسوا متأكدين من مصدر هذه التوصية". إحدى المشكلات، بحسب الصحيفة البريطانية، أن التقديرات السابقة لاحتياجات الإنسان من الماء تتجاهل أن غذاءنا يحتوي على الماء الذي يمكن أن يساهم بنسبة كبيرة من إجمالي استهلاكنا. كما أوضح يامادا أنه "إذا كنت تأكل فقط الخبز والبيض، فلن تحصل على الكثير من الماء من الطعام. لكن إذا كنت تأكل اللحوم والخضراوات والأسماك والمعكرونة والأرز، فيمكنك الحصول على حوالي 50% من احتياجات الجسم المائية".



منوعات الفكر

22

نجاح المبادرة منذ إنطلاقها بدءاً من مدينة أبوظبي مروراً بمدينة العين ومنطقة الظفرة في اجتذاب أكثر من 256 ألف زائر

مبادرة «لحظات أبوظبي» تختتم فعاليات دورتها الثانية بحضور 79 ألف زائر في حديقة العاصمة

أو الفئات العمرية، مما يعزز التلاحم المجتمعي وجودة الحياة، ما يعكس تطلعات الدولة ورؤيتها الاستراتيجية الرامية إلى خلق لحظات ممتعة وذكريات لا تنسى.

كما أسهمت المبادرة في تحفيز مؤسسات القطاعين الخاص والعام والقطاع الثالث على المشاركة ورعاية الفعاليات الداعمة للمجتمع المحلي من خلال مختلف الأنشطة في جميع أنحاء إمارة أبوظبي. وأعربت دائرة تنمية المجتمع عن شكرها للرعاة الرئيسيين وهم شركة بتترول أبوظبي الوطنية (أذوك) وطيران الاتحاد وبنك أبوظبي التجاري وإمار القابضة ومدينة الظنة وNMC للرعاية الصحية ومزارع العين وتوشيبا، فضلاً عن الشركاء الاستراتيجيين من دائرة البلديات والنقل، بلدية مدينة أبوظبي، بلدية مدينة العين، هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية، شرطة أبوظبي، كلنا شرطة، الشركة الوطنية للضمان الصحي - ضمان، هيئة المساهمات المجتمعية - معا، مؤسسة زايد العليا لأصحاب الهمم، مؤسسة التنمية الأسرية، هيئة البيئة - أبوظبي، جمعية حياة للرعاية اللاحقة، مركز محمد بن راشد للتعليم الخاص، متحف الغفوس، مركز العين لرعاية وتأهيل المعاقين، مركز أبوظبي للإيواء والرعاية الإنسانية - إيواء، هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة، جابترز فتنس أند سول، وسيفن ويلسن.



المتمعة، ابتداءً من عروض فرقة شرطة أبوظبي إلى فعاليات عروض الفعاليات وتشكيل الباليونات للأطفال والاستعراضات الجواله والتي جاءت كافة أنحاء الحديقة، فضلاً عن ورش العمل التعليمية للأطفال. وساهمت المبادرة في غرس الشعور بالانتماء لدى الأفراد تجاه مجتمعهم وعائلاتهم، عبر خلق بيئة داعمة لتكوين الصداقات وتعزيز العلاقات الاجتماعية والتواصل بين الأفراد كافة، بغض النظر عن العرق، أو الدين، أو الثقافات المختلفة،



الاستراتيجيين الذين أسهموا بصورة كبيرة ولافتة في نجاح هذه المبادرة. ومع الفعاليات الختامية للحظات أبوظبي والتي تم تنظيمها في حديقة العاصمة، استقطبت خلال الدورة الثانية هو دليل على أن مثل هذه المبادرات الاجتماعية هي إحدى أكثر الطرق فعالية لتشجيع المجتمعات على التلاحم المجتمعي وخلق لحظات مشتركة لا تنسى، معرباً عن شكره للمجتمع أبوظبي على الدعم الكبير الذي أسهم في تحقيق النجاح المتميز للمبادرة، فضلاً عن الدعم اللامحدود للجهات الراعية والشركاء

•• أبوظبي- الفجر

أعلنت دائرة تنمية المجتمع في أبوظبي عن اختتام فعاليات الدورة الثانية من المبادرة المجتمعية «لحظات أبوظبي» والتي انطلقت في 11 نوفمبر 2022 في ساحة خليفة بمدينة خليفة في أبوظبي، وانتهت بتاريخ 25 ديسمبر 2022 في حديقة العاصمة بأبوظبي.

ونجحت المبادرة منذ إنطلاقها بدءاً من مدينة أبوظبي مروراً بمدينة العين ومنطقة الظفرة في اجتذاب أكثر من 256 ألف زائر من أفراد وفئات المجتمع كافة، من مختلف الأعمار والثقافات الذين استمتعوا بالمشاركة في أنشطة المبادرة وفعاليتها المتنوعة التي تستهدف جميع فئات المجتمع بما في ذلك أصحاب الهمم وكبار السن والأطفال.



ضمن مجالس أبوظبي بمكتب شؤون المواطنين والمجتمع في ديوان الرئاسة

مجلس بن لوتيه يستضيف محاضرة بعنوان «اسم الله الهادي»

الهادي، مشيراً إلى أن تنظيم هذه المحاضرات في المجالس يساهم في نشر المبادئ والطاعة والورع والأخلاق الحميدة لدى الأبناء وأفراد المجتمع. وتناول الواظ عيسى الشامسي خلال المحاضرة معنى «الهادي» في حق

قدم المحاضر الواظ عيسى الشامسي محاضرة بعنوان «اسم الله الهادي» في مجلس سالم محمد بن لوتيه العامري ضمن مجالس أبوظبي بمكتب شؤون المواطنين والمجتمع في ديوان الرئاسة، وذلك بمنطقة رملة زاخر

عودة منافسات «ألعاب مدارس دبي» بمشاركة 5000 طالب وطالبة وتستمر حتى 24 يونيو القادم

ولمختلف الأعمار والجنسيات والفئات والمستويات البدنية بداية من عمر تحت 9 سنوات حتى عمر تحت 19 سنة، وتعد الدورة فرصة لطلبة المدارس الخاصة لإبراز مواهبهم وقدراتهم الرياضية، حيث يتم فيها تطبيق برنامج انتقاء المواهب من جميع الألعاب الرياضية كما يتواجد ممثلون من أندية دبي في المنافسات لانتقاء الموهوبين وتسجيلهم ومتابعة تطور أداءهم ومستوياتهم، وتعمل اللجنة المنظمة على إنشاء ملف رياضي لكل لاعب أو لاعبة يتم تسجيله في الدورة بحيث يمكنه الاستفادة منه خلال انتقاله إلى المرحلة الجامعية والانضمام للأندية الرياضية من أجل اللعب في المستوى العالي. ويأتي تنظيم الدورة في إطار جهود مجلس دبي الرياضي لتطوير الرياضة في القطاع المدرسي وتأكيداً على الدور المحوري الذي تلعبه المدارس في تطوير الحركة الرياضية بالدولة بوصفها قاعدة الهرم الرياضي الصحيح والتي تنطلق منها المواهب الواعدة التي ترفد الأندية والمنتخبات وتقودها إلى منصات التتويج في مختلف المحافل الدولية، حيث تمثل البطولات الرياضية المدرسية أولى المحطات التأسيسية في عملية انتقاء وتطوير المواهب الرياضية قبل الانضمام للأندية، كما يهدف المجلس من تنظيم الدورة إلى زيادة الوعي في المدارس بأهمية ممارسة الرياضة والنشاط البدني باعتبارها وسيلة لتعزيز الصحة البدنية والعقلية والرفاهية للجميع.

فازت مريم الصايغ من مدرسة المواكب البرشاء برصيد 543 نقطة. وشارك في بطولة نت بول 48 فريق ضموا 480 طالباً من 14 مدرسة تنافس في فئات تحت 8 و9 و10 و11 سنة، كما أقيمت منافسات بطولة الجيمبال الإيقاعي في مدرسة دبي الوطنية بمشاركة 60 طالبة من 31 مدرسة ضمن فئات تحت 8 و9 و10 و11 و12 و13 و14 سنة في مسابقات الكرة والطوق والشريط واليد الحرة وغيرها. ويتضمن برنامج الدورة، المنافسة في 22

في فئات تحت 12 و15 و18 سنة، عن فوز أمينة كامل من مدرسة كنغز دبي بالمرکز الأول في فئة تحت 12 سنة للفتيات بعد حصدها 444 نقطة، وفي فئة تحت 12 سنة للبنين فاز فيدياس كيريت سوماسي من مدرسة الأنفيا بالمرکز الأول برصيد 557 نقطة، وفي فئة تحت 15 سنة للفتيات فازت لطيفة فكري من مدرسة المواكب البرشاء بالمرکز الأول برصيد 497 نقطة، وفي فئة تحت 15 سنة للبنين فاز علي حسين من مدرسة دلهي الخاصة بالمرکز الأول برصيد 467 نقطة، وفي فئة تحت 18 سنة

أكاديمي بالمرکز الأول في فئة تحت 9 سنوات، كما فازت بهيات من ذات المدرسة بالمرکز الأول في فئة تحت 11 سنة، وفازت جينا من المدرسة الهندية بالمرکز الأول في فئة تحت 13 سنة، وفي فئة تحت 15 سنة فاز فيجايفيرجيا من مدرس السفير بالمرکز الأول، وفازت كاثوريا من أكاديمية جيمس الحديثة بالمرکز الأول في فئة تحت 17 وتحت 19 سنة. فيما أسفرت نتائج منافسات بطولة القوس والسهام التي أقيمت في نادي دبي لأصحاب الهمم، وتنافس المشاركين فيها ضمن 3 فئات

•• دبي- الفجر

تتواصل منافسات النسخة الثالثة من «ألعاب مدارس دبي» الدورة الرياضية الأكبر من نوعها في دبي التي تتضمن 22 لعبة رياضية متنوعة ويشترك فيها أكثر من 5000 طالب وطالبة من 220 مدرسة، وتنظمها شركة «إي أس أم» بالتعاون مع مجلس دبي الرياضي وبرعاية بنك لف الرقعي (Líf) التابع لبنك دبي الإمارات الوطني، وتستمر منافساتها حتى 24 يونيو 2023.

وتنطلق يوم الاثنين المقبل 16 يناير 2022 منافسات بطولة كرة القدم وتستمر حتى يوم 26 الجاري، فيما تنطلق منافسات بطولة الكريكيت يوم 31 يناير وتستمر حتى 1 فبراير، وتنطلق منافسات ألعاب القوى يوم 20 فبراير حتى يوم 21 فبراير، كما تقام منافسات بطولة الرجبي خلال الفترة من 27 فبراير حتى 2 مارس، وتقام منافسات بطولة نت بول للفئات 13 و15 سنة خلال الفترة من 6 إلى 9 مارس، وينطلق سباق الدراجات الهوائية يوم 11 مارس، فيما تقام بطولة التنس خلال الفترة من 14 إلى 16 مارس. وكانت بطولة الشطرنج قد أقيمت منافساتها في نادي دبي للشطرنج والثقافة وشارك فيها 21 مدرسة ضمن 6 فئات هي تحت 9 و11 و13 و15 و17 و19 سنة، وأسفرت نتائجها عن فوز جويال من مدرسة جيمس وورلد



منوعات الغذاء

23

قالت دراسة إنه يجب على البالغين أن يستمعوا إلى التغييرات التي تطرأ على سمعهم، حيث قد تكون صعوبات السمع مرتبطة بالإصابة بالخرف في سن أكبر. وفي دراسة أجريت على أكثر من ٨٠ ألف بالغ فوق سن الستين، كان أولئك الذين يعانون من صعوبة في سماع الكلام في البيئات الصاخبة أكثر عرضة للإصابة بالخرف، وهو مصطلح شامل للحالات التي تتميز بفقدان الذاكرة وصعوبة في اللغة ومهارات التفكير الأخرى. ولكن هناك جانب إيجابي أيضا: أضافت الدراسة إلى الأدلة التي تشير إلى أن مشاكل السمع قد لا تكون مجرد عرض من أعراض الخرف، ولكنها في الواقع عامل خطر للخرف يمكن أن ينبه الأشخاص أو أسرهم أو الأطباء إلى بدايته قبل أن يبدأ أي تدهور.



صعوبات السمع مرتبطة بالإصابة بالخرف في سن أكبر!



لضاعفة خطر الإصابة بالخرف تقريبا مقارنة بأولئك الذين يتمتعون بحاسة سمع جيدة". ونظر الباحثون أيضا في ما إذا كانت ضعف السمع لدى الأشخاص مرتبطة فعليا بعوامل أخرى معروف أنها تؤثر على خطر الإصابة بالخرف، مثل العزلة الاجتماعية والاكتئاب، وكلاهما قد يحدث إذا كان الناس يعانون من مشكلة في السمع. وللتأكد فقط، أجرى ليتل جون وزملاؤه أيضا بعض المقارنات في البيانات لمعرفة ما إذا كان أداء السمع لدى الناس تأثر بالفعل بالخرف الكامن وغير المكتشف - وهو ما يسمى السببية العكسية. لكن خطر الإصابة بالخرف الذي أشارت إليه صعوبات السمع لم يكن أسوأ من مقارنة المشاركين في الدراسة الذين أصيبوا بالخرف في وقت أقرب (بعد 3 سنوات) وليس بعد ذلك (بعد 9 سنوات)، بقيت على حالها تقريبا.

ولم تكن هذه أول دراسة تجد صلة بين ضعف السمع والخرف، لكن الفريق قال إنها كانت من بين أولى الدراسات التي بحثت في مخاطر الخرف وقدرتها الناس على السمع في البيئات الصاخبة، والتي هي أكثر شيوعا في حياتنا اليومية. وبالمثل، وجدت دراسات مطولة وكبيرة من أستراليا وتايوان أن الأشخاص الذين يعانون من ضعف السمع لديهم مخاطر أكبر للإصابة بالخرف. ومع ذلك، اعتمدت هذه الدراسات على البيانات المبلغ عنها ذاتيا من المشاركين في الدراسة، أو على السجلات الطبية التي تشير إلى فقدان السمع. وقالت عالمة الأعصاب كاتي ستابس، من مؤسسة Alzheimer's Research UK الخيرية، عن دراسة جامعة

الروائية والعوامل البيئية والنتائج الصحية عبر شريحة كبيرة من سكان المملكة المتحدة. وتم تحليل مخاطر الخرف لمجموعة من أكثر من 82000 امرأة ورجل، تتراوح أعمارهم بين 60 عاما أو أكثر، كانوا خاليين من الخرف وقيم سمعهم في بداية الدراسة. وتم اختبار المشاركين على سماع الكلام في الضوضاء، وهو القدرة على انتقاء مقطعات من الكلام في بيئة صاخبة - في هذه الحالة، التعرف على الأرقام المنطوقة مقابل ضوضاء الخلفية البيضاء. وبعد 11 عاما أو نحو ذلك، أصيب 1285 مشاركا بالخرف، بناء على السجلات الصحية.

وقال عالم الأوبئة ومعد الدراسة توماس ليتلجونز، من جامعة أكسفورد: "كان هناك اهتمام خاص بضعف السمع وما إذا كان ذلك يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بالخرف، وبينما كانت هذه النتائج أولية، تشير إلى أن ضعف السمع في الكلام والضوضاء يمكن أن يمثل هدفا واعدا للوقاية من الخرف". وفي عام 2017، تم إدراج ضعف السمع إلى جانب التدخين وقلة النشاط البدني كواحد من تسعة عوامل خطر رئيسية وقابلة للتعديل للإصابة بالخرف. وتم تحديث تقرير "لانسييت" التاريخي هذا قريبا في عام 2020 ليشمل ثلاثة عوامل خطر أخرى، ليصل الإجمالي إلى 12. والكلمة الرئيسية هناك قابلة للتعديل: عوامل الخطر هذه هي عناصر من نمط حياتنا وصحتنا العامة التي يمكن تحسينها، وإذا كان الأمر كذلك، فقد تعزز صحتنا العامة وتقلل من احتمالات حدوث حالات صحية.

وقُدِّرَ في تقارير "لانسييت" تلك، أنه من بين 12 عامل خطر للخرف، قد يكون لفقدان السمع العبء الأكبر على الإطلاق - مثل أن الأشخاص الذين يعانون من ضعف السمع غير المعالج في منتصف العمر هم أكثر عرضة للإصابة بالخرف بما يصل إلى خمس مرات. ولزيد من التحقيق، قام باحثو جامعة أكسفورد وراء هذه الدراسة بالاستفادة من قاعدة بيانات البنك الحيوي في المملكة المتحدة، وهي قاعدة بيانات بحثية تم إنشاؤها لاستكشاف الروابط بين

العوامل

تذكر أن أفضل الدراسات الويانية التي يمكن أن تفعلها هي إيجاد ارتباطات بين العوامل البيئية والصحة والمرض على مستوى السكان. ونُشرت الدراسة في مجلة Alzheimer's & Dementia Alzheimer Association.



جامعة



علامات يجب ألا نتجاهلها قد تنذر بالإصابة بالالتهاب الرئوي «القاتل»

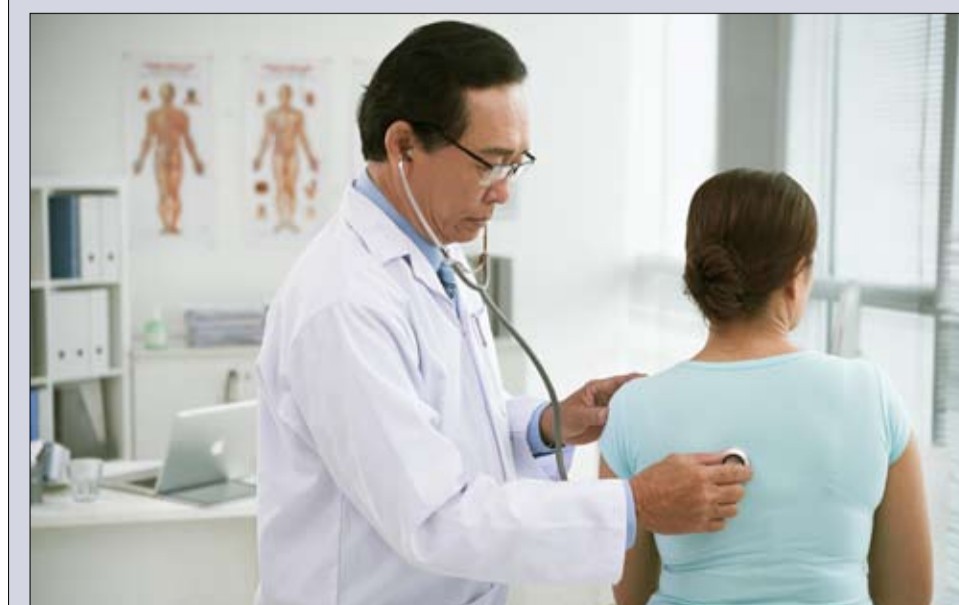
الالتهاب الرئوي، وهو حالة التهاب يصيب الرئة ويؤثر، بشكل أساسي، على الحويصلات الهوائية. ومع قدوم الشتاء، يستعد العالم لمواجهة الأمراض والأوبئة التنفسية، حيث تبدأ جودة الهواء في التدهور، ويشهد الناس طبقة سميكة من الجسيمات العالقة التي تؤدي إلى ارتفاع في عدد المرضى الذين يؤمنون المستشفيات ويشكون من مشاكل في الجهاز التنفسي.



وتجاوز جميع الدول الأوروبية الأخرى. وقالت سارة وولنو، المدير التنفيذي للجمعية الخيرية: "صحة الرئة ليست جيدة بما يكفي ويجب علينا أن نعمل بشكل أفضل لحماية الناس من التهابات الصدر التي تهدد حياتهم، مثل الالتهاب الرئوي". وفي حين أن كبار السن هم الأكثر عرضة لخطر الإصابة بهذه الحالة، فقد حذرت المؤسسة الخيرية من أنها قد تكون مهددة للحياة في أي عمر. وهذا التهديد يشمل الأشخاص الذين يعانون من مشاكل صحية أساسية، بما في ذلك الربو الحاد والتليف الرئوي.

وقد كشفت بيانات جديدة أن عدد الأشخاص الذين يموتون من الالتهاب الرئوي في المملكة المتحدة أكثر منه في أي مكان آخر في أوروبا. ولذلك، بحث الخبراء البريطانيون الناس على توخي الحذر من أي علامات تحذير محتملة من أجل منع الأمراض الخطيرة المؤدية إلى الموت. والالتهاب الرئوي هو تورم في أنسجة إحدى الرئتين أو كليتهما، وغالبا ما ينتج عن عدوى بكتيرية أو فيروس، وفقا لما ذكرته هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية (NHS). ووجدت البيانات التي تم تحليلها بواسطة المؤسسة الخيرية Asthma + Lung UK أن أكثر من 25.000 شخص يموتون كل عام بسبب الالتهاب الرئوي في المملكة المتحدة - وهو معدل وفيات

معدل وفيات



التهاب الرئوي، وهو حالة التهاب يصيب الرئة ويؤثر، بشكل أساسي، على الحويصلات الهوائية. ومع قدوم الشتاء، يستعد العالم لمواجهة الأمراض والأوبئة التنفسية، حيث تبدأ جودة الهواء في التدهور، ويشهد الناس طبقة سميكة من الجسيمات العالقة التي تؤدي إلى ارتفاع في عدد المرضى الذين يؤمنون المستشفيات ويشكون من مشاكل في الجهاز التنفسي.

وقد كشفت بيانات جديدة أن عدد الأشخاص الذين يموتون من الالتهاب الرئوي في المملكة المتحدة أكثر منه في أي مكان آخر في أوروبا. ولذلك، بحث الخبراء البريطانيون الناس على توخي الحذر من أي علامات تحذير محتملة من أجل منع الأمراض الخطيرة المؤدية إلى الموت. والالتهاب الرئوي هو تورم في أنسجة إحدى الرئتين أو كليتهما، وغالبا ما ينتج عن عدوى بكتيرية أو فيروس، وفقا لما ذكرته هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية (NHS). ووجدت البيانات التي تم تحليلها بواسطة المؤسسة الخيرية Asthma + Lung UK أن أكثر من 25.000 شخص يموتون كل عام بسبب الالتهاب الرئوي في المملكة المتحدة - وهو معدل وفيات

معدل وفيات

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 2023/0000214 SHCFICICPL امر أداء

إلى : المحكوم عليه / علي قددير علي اب بيكران بيكران العنوان : 9719990
حيطكم علما بأنه بتاريخ 2023/1/8 قد حكمت عليك هذه المحكمة في
الدعوى بالرقم أعلاه لصالح / محمد عبدالله محمود حسن ال علي - بالتالي :
نص الحكم نأمر بإتزام المدعي عليه ان يؤدي للمدعي مبلغا وقدره (110500)
درهم والزمته بالفائدة بمقدار 5% سنويا من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام
السداء والزمته بالمصروفات. حكما قابلا للاستئناف خلال المدة القانونية 30
يوما اعتبارا من اليوم التالي لتشره.

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إعلان منقذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - عامر حميد مضع مضع
إخطار دفع في القضية رقم 2022/0009072 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : عامر حميد مضع مضع
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرقف صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ هاني محمود شعبان ابو خضرة - الجنسية أردني
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما ان المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم ودفع الرسم المحدد لذلك ،
وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والضرائب 32480.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوما من
تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتحذ
بحسك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إعلان منقذ ضده بالنشر
محكمة الشارقة الاتحادية - محكمة التنفيذ المدنية - سينكلاد ووركويز (ش.م.ح.)
عالم غير شاه جهان

إخطار دفع في القضية رقم 2022/0008304 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : سينكلاد ووركويز (ش.م.ح.) ، عالم غير شاه جهان
حيث انه بتاريخ قد صدر الحكم المرقف صورة عنه ضدك لصالح المدعي
المنفذ فادنا تاجير الصيريات - ش د م
في القضية المشار اليها أعلاه
وبما ان المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم ودفع الرسم المحدد لذلك ،وبما
ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الكلي شامل الرسوم والضرائب 10124.0
لذلك انت مكلف بتنفيذ ما جاء في السند التنفيذي المشار اليه أعلاه خلال (15) يوما من
تاريخ إعلانك / إعلانك بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفك (م) عن ذلك فإن المحكمة ستتحذ
بحسك إجراءات التنفيذ الجبري المقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
في الدعوى رقم الاستئناف 2022/0000874 AJCAPCIPOR تجاري (جزئي)
بالنشر

المستأنف ضده : وقار مالك مالك محمد نسيم - عنوانه : العنوان : عجمان الراشدية برج
عجمان ون برج 2 شقة 3103 ، الهاتف : 0559915050
ليكن معلوما لديك ان المستأنف : مؤسسة عقارات عجمان (عقار) / ويمثلها السيد غالب جابر
قد استأنف الحكم الصادر بتاريخ 2022/0000874 ، في الدعوى الابتدائية رقم 74/0000874/2022
AJCAPCIPOR المحكمة الاستئنافية المدنية - تجاري (جزئي).

فيقتضي حضورك و حضور من يمتلك امام محكمة عجمان بدار القضاء يوم
الموافق 2023/1/10 الساعة 10.30 صباحا وتقديم ما لديك من بيئات وفي حالة عدم
حضورك و حضور من يمتلك قانونا فستنظر المحكمة الدعوى في غيبتك.

مكتب الخدمات القضائية
عمر راشد المهيري

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إعلان بالنشر
رقم (2022/149752)

المند : علي عديكل

المند إليه : عبد الرحمن سالم خميس البداوي

ينذر المند / المندز إليه بأداء مبلغ وقدره (7500) سبعة الف وخمسة مئة
درهم. إماراتي وذلك خلال مدة أقصاها خمسة أيام من تاريخ استلامه هذا
الإقرار و الاذا يسيطر المندز اسفا إلى اتخاذ الإجراءات القانونية للمطالبة
بالمبلغ بما فيها إقامة الدعوى القضائية واستصدار امر الأداء والطالبة
بالتعويض الجابر للمعطل والضرر مع تحمل المندز إليه بكافة رسوم ومصاريف
التقاضى واتباع المحاماة والفائدة 12 من تاريخ الطلب.

الكتاب العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إعلان انذار عدلي بالنشر
رقم (122/2023)

المند : علي عديكل

المند إليه : عبد الرحمن سالم خميس البداوي

ينذر المند / المندز إليه بأداء مبلغ وقدره (7500) سبعة الف وخمسة مئة
درهم. إماراتي وذلك خلال مدة أقصاها خمسة أيام من تاريخ استلامه هذا
الإقرار و الاذا يسيطر المندز اسفا إلى اتخاذ الإجراءات القانونية للمطالبة
بالمبلغ بما فيها إقامة الدعوى القضائية واستصدار امر الأداء والطالبة
بالتعويض الجابر للمعطل والضرر مع تحمل المندز إليه بكافة رسوم ومصاريف
التقاضى واتباع المحاماة والفائدة 12 من تاريخ الطلب.

الكتاب العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إخطار بواسطة كاتب العدل
رقم MOJAU-2022- 0104293

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 2023/0000125 SHCFICICPL امر أداء

إلى : المحكوم عليه / شرافت علي علي محمد نذار ، العنوان : 9719966
حيطكم علما بأنه بتاريخ قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى بالرقم
أعلاه لصالح / محمد عبدالله محمود حسن ال - بالتالي : نص الحكم
نأمر بإتزام المدعي عليه ان يؤدي للمدعي مبلغا وقدره (150000) درهم
والزمته بالفائدة بمقدار 5% سنويا من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام
السداء والزمته بالمصروفات. حكما قابلا للاستئناف خلال المدة القانونية 30
يوما اعتبارا من اليوم التالي لتشره.

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إخطار عدلي بالوفاء
رقم MOJAU-2022-0096785

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
محكمة الشارقة الاتحادية - دائرة التنفيذ
إخطار دفع في القضية التنفيذية رقم 2022/0008453 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : /الناظر/ ضده / سبتيل ساهمت تاجاين فريديلاي ساهمت
وعنوانه : الشارقة موعيل شارع الصالح محمد بن زايد برج صالح بالوشون
ضدك لصالح المدعي / الناظر / صالح مارك سعيد بالوشون
وعنوانه : الشارقة القاسمية بناية الجيوان
خطركم من أنه بتاريخ قد صدر الحكم المرقف صورة عنه
في الدعوى رقم 2022/0008453 SHCEXCIBOUNCE
وبما ان المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور، و دفع الرسم المحدد لذلك ، و بما ان الحكم
المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الإجمالي: 16350.0
بالإضافة إلى قيمة الفائدة بنسبة سنوية اعتبارا من تاريخ الاستحقاق في / / وحتى تمام السداد
بموجب هذا أنت مكلف بتنفيذ ما جاء أعلاه خلال 15 يوم من تاريخ اليوم التالي لتبليغكم ، وفي حالة تخلفك
عن ذلك فإن المحكمة ستتحذ بحسك الإجراءات القانونية
حرر بتاريخ 2023/1/4

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
انذار عدلي بالنشر
رقم (2023/119)

المند : ادم يوسف الحريوي - بولاية الحامية / موزة الخطر

المند إليه : بيلاد علي بيلادوسي (ش.م.ح.)

المند إليه الثانية : خلود ابراهيم يحيى - مجهول محل الإقامة

بواقالتنا عن المندز ادم يوسف الحريوي جنشا بموجب هذا الإنذار العدلي تنذركم للمرة
الأخرة وتكلفكم بالتكاليف والتضامن والتضامن فيما بين المندز اليها الاولى والثانية
بالوفاء للمندزة بمبلغ وقدره 200.000 درهم إماراتي (مائتان ألف درهم) المتردد في
دتمكم للمندز خلال مهلة خمسة أيام من تاريخ إعلان هذا الإنذار بالنشر والا مستنظر
أسفينا لاتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة امام المراجع القضائية لحماية حقوق
المندزة ولتحصيل المبلغ المذكور وتسيير الرسوم والمصاريف والتكففات القانونية
والتعويضات واتباع المحاماة بالإضافة الي الفائدة القانونية.

الكتاب العدل

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 2022/0008621 SHCFICIGRIPET2022 المظلم من أمر على عريضة

إلى : المحكوم عليه احمد حسن ابراهيم كنداري العنوان : 9686491
حيطكم علما بأنه بتاريخ 2023/01/03 قد حكمت عليك هذه المحكمة في الدعوى المذكورة
بالرقم أعلاه الصالح لجمعة عبد القيوم محمد هند خليفة احمد عبدالله ال عبدالله بالتالي
نص الحكم : حكمت المحكمة بقبول التعطل شكلا وفي الموضوع بإلغاء القرار الصادر في الامر
على عريضة رقم 8416 / 2022 واتضاء مجددا بالتأشير بتوقيع الحجز التحفظي
على العقار الكائن بامارة الشارقة - منطقت مويج / الشارقة رقم القطعة 3161 الرقم
الحكومي 1570 بأسم المظلم ضد لحين الفصل في النزاع الموضوعي بين الطرفين بحكم
نهائي وأزمت المظلم ضده بالمصروفات وخمسةمئة درهم مقابل اتباب المحاماة. حكما قابلاً
للاستئناف خلال المدة القانونية 15 يوماً اعتباراً من اليوم التالي لتشره.

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إخطار عدلي
رقم MOJAU-2022-0106359

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
محكمة الشارقة الاتحادية - دائرة التنفيذ
إخطار دفع في القضية التنفيذية رقم 2022/0008453 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : /الناظر/ ضده / سبتيل ساهمت تاجاين فريديلاي ساهمت
وعنوانه : الشارقة موعيل شارع الصالح محمد بن زايد برج صالح بالوشون
ضدك لصالح المدعي / الناظر / صالح مارك سعيد بالوشون
وعنوانه : الشارقة القاسمية بناية الجيوان
خطركم من أنه بتاريخ قد صدر الحكم المرقف صورة عنه
في الدعوى رقم 2022/0008453 SHCEXCIBOUNCE
وبما ان المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور، و دفع الرسم المحدد لذلك ، و بما ان الحكم
المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الإجمالي: 16350.0
بالإضافة إلى قيمة الفائدة بنسبة سنوية اعتبارا من تاريخ الاستحقاق في / / وحتى تمام السداد
بموجب هذا أنت مكلف بتنفيذ ما جاء أعلاه خلال 15 يوم من تاريخ اليوم التالي لتبليغكم ، وفي حالة تخلفك
عن ذلك فإن المحكمة ستتحذ بحسك الإجراءات القانونية
حرر بتاريخ 2023/1/4

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إخطار عدلي
رقم MOJAU-2022-0106359

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إخطار عدلي بالوفاء
رقم MOJAU-2022-0101613

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 2022/0000860 AJCAPCIPOR تجاري (جزئي)
بالنشر

المستأنف ضده : هيمناتي تارايان روجني - عنوانه : عجمان الراشدية ، فالكون تاور ، برج B1
شقة ، 1911 ، مكاني رقم 573619804
ليكن معلوما لديك ان المستأنف : مؤسسة عقارات عجمان (عقار) / ويمثلها السيد غالب جابر
قد استأنف الحكم الصادر بتاريخ 2022/0000860 ، في الدعوى الابتدائية رقم 60/0000860/2022
AJCAPCIPOR المحكمة الاستئنافية المدنية - تجاري (جزئي).

فيقتضي حضورك و حضور من يمتلك امام محكمة عجمان بدار القضاء يوم
الموافق 2023/1/10 الساعة 10.30 صباحا وتقديم ما لديك من بيئات وفي حالة عدم
حضورك و حضور من يمتلك قانونا فستنظر المحكمة الدعوى في غيبتك.

مكتب الخدمات القضائية
عمر راشد المهيري

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إعلان بيع عقار بالنشر
رقم 2022/660/2021 تنفيذ عقاري

المستأنف ضده : محمد طاهر باكير
عنوانه : عجمان - منطقة ليوارة 2 ، برج مندريين 2 ، شقة 1105
ليكن معلوما لديك ان المستأنف : مؤسسة عقارات عجمان (عقار) / ويمثلها السيد غالب جابر
قد استأنف الحكم الصادر بتاريخ 2022/0000849 AJCAPCIPOR المحكمة الاستئنافية المدنية - تجاري (جزئي).

فيقتضي حضورك و حضور من يمتلك امام محكمة عجمان بدار القضاء يوم
الموافق 2023/1/10 الساعة 10.30 صباحا وتقديم ما لديك من بيئات وفي حالة عدم
حضورك و حضور من يمتلك قانونا فستنظر المحكمة الدعوى في غيبتك.

مكتب الخدمات القضائية
عمر راشد المهيري

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إعلان بيع عقار بالنشر
رقم 2022/1107/2020 تنفيذ مدني

المستأنف ضده : محمد طاهر باكير
عنوانه : عجمان - منطقة ليوارة 2 ، برج مندريين 2 ، شقة 1105
ليكن معلوما لديك ان المستأنف : مؤسسة عقارات عجمان (عقار) / ويمثلها السيد غالب جابر
قد استأنف الحكم الصادر بتاريخ 2022/0000849 AJCAPCIPOR المحكمة الاستئنافية المدنية - تجاري (جزئي).

فيقتضي حضورك و حضور من يمتلك امام محكمة عجمان بدار القضاء يوم
الموافق 2023/1/10 الساعة 10.30 صباحا وتقديم ما لديك من بيئات وفي حالة عدم
حضورك و حضور من يمتلك قانونا فستنظر المحكمة الدعوى في غيبتك.

مكتب الخدمات القضائية
عمر راشد المهيري

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إخطار عدلي بالوفاء
رقم MOJAU-2022-0101613

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إخطار عدلي
رقم MOJAU-2022-0106359

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
محكمة الشارقة الاتحادية - دائرة التنفيذ
إخطار دفع في القضية التنفيذية رقم 2022/0008453 SHCEXCIBOUNCE الشيكات المرتجعة

إلى المحكوم عليه : /الناظر/ ضده / سبتيل ساهمت تاجاين فريديلاي ساهمت
وعنوانه : الشارقة موعيل شارع الصالح محمد بن زايد برج صالح بالوشون
ضدك لصالح المدعي / الناظر / صالح مارك سعيد بالوشون
وعنوانه : الشارقة القاسمية بناية الجيوان
خطركم من أنه بتاريخ قد صدر الحكم المرقف صورة عنه
في الدعوى رقم 2022/0008453 SHCEXCIBOUNCE
وبما ان المحكوم له المذكور قد تقدم بطلب تنفيذ الحكم المذكور، و دفع الرسم المحدد لذلك ، و بما ان الحكم
المطلوب تنفيذه كالآتي : المجموع الإجمالي: 16350.0
بالإضافة إلى قيمة الفائدة بنسبة سنوية اعتبارا من تاريخ الاستحقاق في / / وحتى تمام السداد
بموجب هذا أنت مكلف بتنفيذ ما جاء أعلاه خلال 15 يوم من تاريخ اليوم التالي لتبليغكم ، وفي حالة تخلفك
عن ذلك فإن المحكمة ستتحذ بحسك الإجراءات القانونية
حرر بتاريخ 2023/1/4

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
إخطار عدلي
رقم MOJAU-2022-0106359

المحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل

العدد ١٣٧٤٤ بتاريخ ٢٠٢٣/١/١٠
مذكرة إعلان حكم بالنشر
صادرة من محكمة الشارقة الاتحادية - المحكمة الابتدائية المدنية
في الدعوى رقم 2022/0000860 AJCAPCIPOR تجاري (جزئي)
بالنشر

المستأنف ضده : زينب علي - عنوانه : عجمان الجرف مجمع جاروين سيتي برج A2 ، شقة
705 ، مكاني رقم 4365795213
ليكن معلوما لديك ان المستأنف : مؤسسة عقارات عجمان (عقار) / ويمثلها السيد غالب جابر
قد استأنف الحكم الصادر بتاريخ 2022/0000860 ، في الدعوى الابتدائية رقم 60/0000860/2022
AJCAPCIPOR المحكمة الاستئنافية المدنية - تجاري (جزئي).

فيقتضي حضورك و حضور من يمتلك امام محكمة عجمان بدار القضاء يوم
الموافق 2023/1/10 الساعة 10.30 صباحا وتقديم ما لديك من بيئات وفي حالة عدم
حضورك و حضور من يمتلك قانونا فستنظر المحكمة الدعوى في غيبتك.

مكتب الخدمات القضائية
عمر راشد المهيري



منوعات الفكر

26

قدم ورقة عملية تناولت «صعوبات تعلم القراءة والكتابة : المظاهر والأسباب والعلاج»

المركز التربوي للغة العربية لدول الخليج بالشارقة يختتم مشاركته في مؤتمر مكة الدولي الرابع للغة العربية



المظاهر والأسباب والعلاج،
قدم الدراسة الدكتور عيسى صالح الحمادي مدير المركز التربوي للغة العربية لدول الخليج بالشارقة أشار فيها إلى أهمية الدراسة وأهدافها ومشكلة الدراسة التي تتحدد في شيوع صعوبات تعلم القراءة والكتابة لدى بعض التلاميذ في الصفوف الأولى من المرحلة الابتدائية وتدني مستواهم في مهارات القراءة والكتابة مما يتطلب التدخل المبكر وبناء برامج علاجية لتلك الصعوبات في ضوء الاتجاهات الحديثة. وأشار إلى أهمية الدراسة في أنها تقدم إطاراً موسعاً حول صعوبات القراءة والكتابة من حيث المفاهيم والمظاهر والأسباب والأنواع والتشخيص والعلاج في ضوء أحدث الدراسات العربية والأجنبية كما تقدم الدراسة قائمة بصعوبات تعلم القراءة والكتابة في الصفوف الأولى الثلاثة فضلاً عن تقديم برنامج علاجي مكون من جزأين: الأول خاص بعلاج صعوبات القراءة والآخر خاص بعلاج صعوبات الكتابة مع دليل العلم لتدريس البرنامج العلاجي كما يتضمن الدليل خلفية نظرية موسعة عن صعوبات القراءة والكتابة: تشخيصها وعلاجها ونماذج لاختبارات تشخيص صعوبات القراءة والكتابة والخطة الزمنية لتدريس البرنامج المقترح. وفي ختام عرض الدراسة قدم الدكتور عيسى صالح الحمادي مدير المركز التربوي للغة العربية لدول الخليج توصيات الدراسة في مجال صعوبات تعلم القراءة والكتابة، كما وجه

الشكر والتقدير لجميع من أسهم في تنظيم مؤتمر مكة الدولي الرابع للغة العربية ولجميع المشاركين متمنياً أن يحقق المؤتمر أهدافه في خدمة اللغة العربية والنهوض بها وتطوير تعليمها وتعلمها. يذكر أن المؤتمر الذي اختتم أعماله مؤخراً في مكة المكرمة بدأ بكلمة لرئيس المؤتمر سعادة الأستاذ الدكتور أحمد العضيبي ثم عرضاً وثائقياً لجهود مركز إجراء المعرفة ثم كلمة لسعادة الدكتور عبدالرحمن الزهراني المشرف العام لمركز إجراء المعرفة حول ثقافة المؤتمر وتخلل المؤتمر طرح لعدد من أوراق العمل التي تلاقت مع أهداف المؤتمر في خدمة اللغة العربية وبرامجها.

•• الشارقة-البحرين:

اختتم المركز التربوي للغة العربية لدول الخليج بالشارقة مشاركته في مؤتمر مكة الدولي الرابع للغة العربية وأدائها: "اللغة العربية والهوية" والذي نظمه مركز إجراء المعرفة للمؤتمرات والأبحاث والنشر العلمي بالتعاون مع مجمع اللغة العربية بمكة المكرمة. وخلال انعقاد الجلسة العلمية الأولى بالمؤتمر والتي تناولت عنوان "تعلم اللغة العربية وتعلمها" قدم المركز التربوي للغة العربية لدول الخليج بالشارقة ورقة إحدى دراسته التي أصدرها في مجال صعوبات القراءة والكتابة بعنوان: "صعوبات تعلم القراءة والكتابة؛



الكتب الصامتة والمصورة. وفي جلسة "عندما نتحدث الصورة" يجتمع المخرج ومؤلف الكوميكس الشهير "هيكل وينداوي" وإبراهيم وهيب اللامي مع كاتبة أدب الطفل وصاحبة قصة "الأرنب نهبان" الصامتة ماريما دعوش ومصمم أغلفة الكتب لعدد من دور النشر العربية ياسين السويح ليتناقشوا الكتاب ما بين الكلمة والصورة. وعن تجربة تحويل العمل الكتابي إلى عمل سينمائي أو متلفز وعن تحويل النصوص إلى فن الانيميشن في دولة الإمارات تحدث كل من نورة النومان مؤلفة رواية "أجوان" أفضل الأعمال العربية للناشئة والمسلسل العربي الأول للخيال العلمي والأدبية والمخرجة الإماراتية نجوم الغانم الحاصلة على العديد من الجوائز وسارة كلدري مؤلفة كتب الخيال العلمي الأكثر مبيعاً على منصة أمازون عن تجربتهن في كتابة نصوص أدبي مختلف. كما يقدم العديد من المتحدثين البارزين عددا من الجلسات باللغة الإنجليزية مثل حديث الشبيخة لطيفة بنت حمدان بن راشد آل مكتوم حيث ستتناول تفاصيل إصدارها الحديث "عبر عيني: حياة الشيخ حمدان ترويه ابنته". وأكد الدكتور سعيد مبارك بن خرياش المدير التنفيذي لقطاع الفنون والآداب في "دبي للثقافة" على ضرورة الاهتمام بالمواهب المحلية.. معتبرا أنها تمثل إضافة مهمة لمهرجان طيران الإمارات للأدب الذي تحول إلى منصة عالمية مهمة تفتح آفاقا واسعة أمام المواهب الثقافية المحلية للتعبير عن آرائها وإبداعاتها. وقال إن "دبي للثقافة" تحرص على دعم مسيرة المواهب الإماراتية في مختلف مجالات الثقافة والفنون حيث يأتي ذلك في إطار التزام الهيئة بتكثيف المواهب المحلية وخلق بيئة إبداعية حاضنة لها... معربا عن سعادته بالتعاون البناء بين "دبي للثقافة" و "طيران الإمارات للأدب". وذكر أن هذه الشراكة تحظى بتقدير كبير وتصب في إطار حرص "دبي للثقافة" على دعم الفعاليات الثقافية البارزة في إمارة دبي... مؤكداً أن تشجيع الإبداع والابتكار ودعم المواهب المحلية وعرضها أمام جمهور إقليمي وعالمي يتصدر أولويات الهيئة الساعية إلى تحقيق رؤيتها

مهرجان طيران الإمارات للأدب يستضيف المواهب الإماراتية أول فبراير

على تفاصيل رحلتها الأدبية بداية من قراءة المخطوطات النادرة وطقوسها الخاصة في رسم شخصيات قريبة إلى الواقع وصولاً إلى تحديات الرحلة نحو الذات في جلسة بعنوان "بوصلة السرد - عين على القصة". وفي حوار ممتع بالشغف تستكشف ريم الكمالي أول كاتبة إماراتية أهلت للقائمة القصيرة للجائزة العالمية للرواية العربية عام 2022 مع الكاتبتين بوني غارموس وجيتانجالي شري ملامح وصعوبات الرحلة الإبداعية التي تخوضها النساء. كما يستضيف المهرجان فقرة "أسأل هالة" الشهيرة والتي ستعرض فيها المتحدثة ورائدة وسائل التواصل الاجتماعي هالة كاظم بالتعاون مع أصدقائها أنماط الصداقات وعلاقات الصداقة وتأثيرها على حياة الإنسان. وعلى أنغام آلة العود يقدم كل من أحمد عيسى العسم الذي قبل عنه أنه فارس الكلمة وشاعر الشعراء مع مخرجة الشعر التشكيلية نجوم الغانم وحسن التجار ومريم الزرعوني ونجاة الظاهري مقتطفات من أبيات وأشعارها التي أسرت قلوب محبي الشعر والكلمة على مدى السنوات في "ليلة الشعر العربي على أنغام العود". وللمرة الأولى على الإطلاق يستضيف المهرجان مسابقة خاصة يتسابق فيها زوجان من الكتاب د. واسيني الأعرج

بترسيخ مكانة دبي مركزا عالميا للثقافة حاضنة للإبداع وملتقى للمواهب. من جهتها أعربت أحلام بلوكي مديرة مهرجان طيران الإمارات للأدب عن تقديرها لجهود المهرجان و "دبي للثقافة" المشتركة.. مشيرة إلى أن الإبداع يشكل اليوم الثروة القومية الأهم لدى أي دولة وتزخر المنطقة العربية ودولة الإمارات على وجه الخصوص بالعديد من المواهب التي أن للعالم أن يستكشفها وأن يستمتع بالثقافة الإبداعية التي تنبض بها دولتنا. وأفادت بأن المهرجان يفتخر في كل دورة بتقديم منصة تجمع المبدعين الإماراتيين من شتى المجالات مع نظرائهم من حول العالم لتبادل الخبرات وجهات النظر الاجتماعية والثقافية مع جماهير متعطشة لهذا النوع من التجربة الأدبية والإبداعية المتميزة. وسيستضيف فندق انتركونتيننتال دبي فستيفال سيتي العديد من الفعاليات ومن أهمها حديث الدكتورة ربيعة غباش أول طبيبة نفسية إماراتية ومؤسس "متحف المرأة" عن تجربتها في توثيق السيرة الذاتية إذ وثقت الدكتورة سيرة جدتها ووالدتها ثم أخاها حسين غباش ببراعة حتى أصبح عملها مرجعا للدارسين والباحثين. وتسلط الكاتبة والشاعرة ميسون صقر القاسمي أول كاتبة إماراتية تفوز بجائزة الشيخ زايد للكتاب الضوء

يستعد مهرجان طيران الإمارات للأدب - الذي يقام خلال الفترة من 1 - 6 فبراير المقبل في دبي لاستضافة كوكبة من أبرز الكتاب والمبدعين الإماراتيين إضافة إلى المواهب الإماراتية الصاعدة ضمن مجموعة مختلفة من الجلسات والفعاليات ضمن محور "الإماراتي" الذي ترعاه هيئة الثقافة والفنون في دبي "دبي للثقافة". ويغطي المحور مواضيع شتى مثل مستجدات قطاع النشر وصناعة الكتب والثقافة والتراث الشعبي والأدب والاستدامة والمزيد، كما تقام الجلسات باللغتين العربية والإنجليزية. ومن أبرز الأسماء المشاركة في برنامج دورة المهرجان لعام 2023 هي الشبيخة لطيفة بنت حمدان بن راشد آل مكتوم حيث ستتناول تفاصيل إصدارها الحديث "عبر عيني: حياة الشيخ حمدان ترويه ابنته". وأكد الدكتور سعيد مبارك بن خرياش المدير التنفيذي لقطاع الفنون والآداب في "دبي للثقافة" على ضرورة الاهتمام بالمواهب المحلية.. معتبرا أنها تمثل إضافة مهمة لمهرجان طيران الإمارات للأدب الذي تحول إلى منصة عالمية مهمة تفتح آفاقا واسعة أمام المواهب الثقافية المحلية للتعبير عن آرائها وإبداعاتها. وقال إن "دبي للثقافة" تحرص على دعم مسيرة المواهب الإماراتية في مختلف مجالات الثقافة والفنون حيث يأتي ذلك في إطار التزام الهيئة بتكثيف المواهب المحلية وخلق بيئة إبداعية حاضنة لها... معربا عن سعادته بالتعاون البناء بين "دبي للثقافة" و "طيران الإمارات للأدب". وذكر أن هذه الشراكة تحظى بتقدير كبير وتصب في إطار حرص "دبي للثقافة" على دعم الفعاليات الثقافية البارزة في إمارة دبي... مؤكداً أن تشجيع الإبداع والابتكار ودعم المواهب المحلية وعرضها أمام جمهور إقليمي وعالمي يتصدر أولويات الهيئة الساعية إلى تحقيق رؤيتها



اختتام مبادرة «كتابي كتابك» وجمع 10675 عنوانا ثقافيا متنوعا

بدوره، قام مركز جمعة الماجد للثقافة والتراث باستقبال موظفي التعاونية من إدارة السعادة والتسويق في ختام المبادرة، حيث كان في استقبالها الدكتور محمد كامل جاد المدير العام للمركز وعدد من موظفي المركز، إذ تم تقديم شهادة شكر وتقدير للتعاونية على ما تقوم به من جهود مجتمعية لإسعاد الفئات المختلفة بالمجتمع وخاصة الثقافية. وأكد الدكتور محمد كامل جاد على أهمية مثل هذه المبادرات الثقافية التي تترقى بمعارف أفراد المجتمع وتشجعهم على القراءة والتبرع بالكتب ليستفيد منها من ليس له القدرة على اقتناء هذه الكتب.

التجارية (البرشاء مول، والبرشاء جنوب مول، والورقاء سيتي مول، والاتحاد مول) للتعريف بالمبادرة وجمع الكتب، والتي لقيت استحسانا وتفاعلا كبيرا من قبل المتسوقين وزوار المراكز التجارية. وتابع: المبادرة تأتي ضمن مبادرات تعاونية الاتحاد المجتمعية، حيث نجحت في جمع عناوين ثقافية متنوعة لتمييز فكرتها وخصوصيتها التي لقيت استحسان الجمهور، مشيراً إلى أن المبادرة هدفت إلى تشجيع الجميع خاصة الأجيال الجديدة على القراءة ومصاحبة الكتاب والتبرع به بعد قراءته للاستفادة منه.

•• دبي-البحرين:

أكد الدكتور سهيل البيسكي مدير إدارة السعادة والتسويق في تعاونية الاتحاد أن التعاونية انتهت من تنظيم مبادرة "كتابي كتابك" لجمع الكتب الجديدة والمستعملة التي أطلقتها في شهر أغسطس 2022 لجمع الكتب الجديدة والمستعملة. حيث تم تسليم 10675 كتابا خلال فترة إطلاقها التي امتدت لشهرين تقريبا لمركز جمعة الماجد للثقافة والتراث في دبي، مشيراً إلى أنه تم وضع خلال فترة المبادرة صناديق مخصصة لجمع الكتب في مراكزها

منوعات

الفكر

27

تجسد الفنانة غادة عادل دور رئيس عصابة في فيلمها الجديد "البطة الصفراء"، ويطلق نفس الاسم على العصابة، ويتورط الفنان محمد عبد الرحمن بالسرقة والتعاون مع العصابة ويقع في العديد من "المطبات" بطريقة كوميدية، وفيلم "البطة الصفراء" من بطولة غادة عادل، ومحمد عبد الرحمن، ومحمود حافظ، وفرح الزاهد، وإبرام سمير، وحسن أبو الروس، وأحمد طلعت، ويشترك صلاح عبدالله وسامي مغاوري وعمرو رمزي كضيوف شرف، قصة وسيناريو وحوار محمود عزت، ومن إنتاج رامي السكري، وإخراج عصام نصار.

حققت نجاحات سينمائية ودرامية عدة

غادة عادل رئيسة عصابة في فيلم "البطة الصفراء"

من جديد مع النجم أحمد السقا في فيلم "هروب اضطراري" وكان لعام 2017 وش السعد حيث، كان للنجمة غادة عادل مشاركة أولى مع الزعيم عادل إمام من خلال مسلسل "عفاريت عدلي علام" الذي يجمعها للمرة الأولى به، حيث لعبت غادة شخصية "العزيرة" التي تظهر لعادل إمام وتقتحم حياته وعائلته وتوالى نجاحات غادة عادل في الكثير من الأعمال السينمائية والدرامية حيث خاضت بطولة أفلام مثل، "ولاد رزق2"، للنجم أحمد عز، وفيلم "نادي الرجال السري" مع كريم عبد العزيز وماجد الكدواني، وفيلم "كازابلانكا" مع أمير كرارة، ومسلسل "مملكة ابليس" بجزئية الاثنى، ومسلسل "ليالينا 80"، فيلم "الخطة العامة"، وفيلم "أحمد نوتردام" مع رامي جلال ومسلسل "أحلام سعيدة" مع النجمة يسرا وعرض رمضان الماضي.

شهرة غادة عادل جاءت بعد الإعلانات من خلال مشاركتها أمير الغناء العربي هاني شاكر كموديل في كليب "تخسري" عام 1997، وبسبب جمالها وأدائها التمثيلي في الكليب تلقت الكثير من العروض وقتها ليكون وش الخير عليها.

وتوالى نجاحات غادة عادل في الكثير من الأعمال السينمائية والدرامية، حيث خاضت بطولة أفلام مثل، "ولاد رزق2"، للنجم أحمد عز، وفيلم "نادي الرجال السري" مع كريم عبد العزيز وماجد الكدواني، وفيلم "كازابلانكا" مع أمير كرارة، ومسلسل "مملكة ابليس" بجزئية الاثنى، ومسلسل "ليالينا 80"، فيلم "الخطة العامة"، وفيلم "أحمد نوتردام" مع رامي جلال ومسلسل "أحلام سعيدة" مع النجمة يسرا وعرض رمضان الماضي ولعب اسم النجمة غادة عادل وقتها لتكون الواجهة السينمائية التي يستعين بها النجوم لتكون البطولة أمامهما فقد شاركت في عام 1999 بفيلم "عبود على الحدود" علاء ولي الدين، أحمد حلمي، كريم عبد العزيز وعزت أبو عوف، من إخراج شريف عرفة، ثم في عام 2000 قدمت مسلسل "وجه القمر" وبعدها شاركت في فيلم "بيلية ودماغه العالية" مع محمد هنيدي وسعيد صالح وهالة فاخر ومن إخراج نادر جلال.

وفي عام 2001، قدمت فوزير مع النجم أحمد حلمي بعنوان "خليك جري"، وبنفس العام شاركت مع أحمد حلمي ومحمد سعد بطولة فيلم "55 إسعاف"، ومن إخراج مجدي الهواري، ليضيف بريق غادة عادل وقتها من خلال بطولتها في فيلم "الباشا تلميذ" مع كريم عبد العزيز وحسن حسني، لتتدخل بعدها في مسلسل "ميرك جالك قل"، بالإضافة إلى 3 أفلام سينمائي هي ملاكي اسكندرية وحماة يلعب وعيال حبيبة.

واستمرت غادة عادل في تحقيق نجاحها من خلال بطولة فيلم "الوتر" لمصطفى شعبان، وفيلم "ابن القنصل" لأحمد السقا وخالد صالح، وفي عام 2012 قدمت مسلسلين هما فرح العمدة وسرعنى، لتعود للسنيما مرة أخرى في 2013 ببطولة فيلم "على جنتي" مع أحمد حلمي وحسن حسني، وفي 2014 قدمت مسلسلين هما "مكان في القصر"، والجزء الأول من "سرايا عابدين".

وفي عام 2015، حققت نجاح يضاف لها من خلال بطولة فيلم "هواك" للنجم تامر حسني، بالإضافة لبطولة مسلسل "ميزان" عام 2017، لتعاود للسنيما



رامي جمال ينتج لنفسه ألبوماته الجديدة.. و"أنا مش ليك" أولى أغانيه

قرر المطرب رامي جمال عدم تجديد تعاقد مع الشركة المنتجة لألبوماته السابقة على أن تقوم شركته الخاصة بإنتاج ألبوماته المقبلة، وهذا نفس ما فعله منذ عامين تقريباً حينما قرر عدم تجديد التعاقد معهم ولكن نجحت الشركة في إقناعه بعد تعديل بعض بنود التعاقد بينهم، ولقد انتهى رامي من تسجيل أولى أغانيه "أنا خلاص مش ليك لو جيت هاذيك" التي سوف تنتجها شركته الخاصة والتي سوف يطررها بعد أيام.

يذكر أن احتفل النجم رامي جمال مؤخراً بمرور 20 عاما على صداقته بالنجم تامر عاشور،

ونشر صورتين تجمعهم بتامر عبر حسابه على "إنستجرام" معلقاً عليها: "20 سنة عشرة.. 20 سنة حلمنا فيهم بحاجات ومن كرم ربنا علينا حققتنا جزء منها 20 سنة أخوات وأصدقاء". وتابع: "ربنا بكرمنا ونتجح أكثر ونحقق أكثر شعور ممتع لما ندخل كلية واحدة

زمان ويبقى اللي بينا حلم واحد والزمن مغيرناش، لا أقولكم غيرنا شعرنا راح بس وراكم وراكم في الأحزان والرومانسية".

وكشف جمال خلال لقائه في برنامج "سهراتين" مع أمير كرارة، كواليس تبنيه المطرب أحمد سالم الشهير بـ"المطرب النقاش" واتهامه بركوب التريند،

وقال: "أنا حبيت صوت أحمد جدا، الناس اتهمتنني إني عايز أركب التريند، رغم إني شيرت الفيديو بتاعه قبل ما حد يشوفه، قلت لمراتي الصوت ده حرام لو معملتش ليه حاجة".

وأضاف: "أنا بسدد في أحمد دين عليا.. فيه ناس دصمتني في بداياتي، أنا هستغل معاه أغنيتين،

وأحمد فيه شركات كثير عارضة عليه الإنتاج لكنه يتق بي".

وعن خوفه من فشل التجربة قال: "في البداية سألت أحمد لو مانجناش، متعرف تشغل شغلانتك تاني؟

وكان رده هرجع أشغل عادي جدا، متابعيا: "أنا مش شركة إنتاج،

بس بعتر أحمد زي أخويا الصغير، وممكن أتحمّل مصاريفه لغاية ما ينتج.. عشمي في ربنا إنه يكسر الدنيا".



يسرا اللوزي تنضم لسلسل "المداح 3" مع حمادة هلال

انضمت الفنانة يسرا اللوزي لأسرة مسلسل "المداح 3" للنجم حمادة هلال والذي انطلق تصويره منذ أيام، حيث تجسد شخصية جديدة تمت إضافتها على أحداث الجزء الثالث من العمل الذي يشهد ظهور العديد من الشخصيات الجديدة وتواجد عدد كبير من الفنانين الذين لم يشاركوا في الجزئين الأول والثاني.

مسلسل "المداح 3" تأليف أمين جمال، وليد أبو المجد، شريف يسري، وإخراج أحمد سمير فرج، وبطولة حمادة هلال، هبة مجدي، خالد سرحان، دنيا عبد العزيز، حنان سليمان، ولاء الشريف، تامر شلتوت، صبحي خليل، هلا السعيد إضافة إلى نجوم الجزء الثالث يسرا اللوزي، محمد رياض، رانيا فريد شوقي خالد زكي، سلمى أبو ضيف وآخرين.

ودارت أحداث العمل حول قصة صابر الطفل الذي تبناه ورباه إمام الجامع، ووقع في حب فتاة ليسك طريقاً آخر ويستخر دعواته لغايات سيئة واستخدام بعض أصحاب السلطة في تجاراتهم غير المشروعة والعديد من الأمور الأخرى، ثم تراوده سلسلة من الأحلام الغريبة حيث يتبين له أن كل ما يراه في أحلامه يتحقق على أرض الواقع، الأمر الذي يجعل صابر يدخل معركة مع الجن.

يذكر أن كشفت الفنانة يسرا اللوزي عن كواليس فيلمها الجديد "جروب الماميز" المقرر طرحه في السينمات المختلفة يوم 18 يناير الجاري، مشيرة أن الفيلم يجمع بين أحداث واقعية مع مواقف كوميدية، كما يلقي الضوء على المشاكل والضغوطات التي تعاني منها الأمهات مع طرح حلول، متوهة بأن الفيلم فكرته جيدة.

وتابعت خلال مداخلة هاتفية مع لجنة الطهطاوي خلال برنامج "كلايك" على نجوم إف إم أن الفيلم به أكثر من أم وكل شخصية مختلفة عن الأخرى، كما أنها تقدم دوراً تركز في الكثير من الأشياء طوال الوقت، مضيفة أنها بدأت تصوير الفيلم منذ 3 أشهر.

فيلم "جروب الماميز" بطولة روبي ويسرا اللوزي، محمد ثروت، ويعد من الأفلام التي تنتج لتوعية البطولة الجماعية وبشارك فيه العديد من النجوم، منهم بيومي فؤاد والفيلم تأليف إيهاب بليل وغادة عبد العال وإخراج عمرو صلاح.



العلاج

طبيبة تكشف عواقب الوخز بالإبر

وتشمل المضاعفات المحلية النزيف، وحروق الوخز بالإبر الكهربائية، والتهاب الجلد التماسي، وآلام وتشوش الإحساس - الشعور بالحرق، والوخز، والقشعريرة وغيرها. وتضيف، لا ينصح باستخدام الوخز بالإبر في حالات انتشار عدوى مرضية أو الإصابة بالسرطان ومختلف أمراض الدم والجلد وكذلك بعد العلاج الكيميائي. وتقول: "الحمل ليس من الموانع المطلقة. ولكن وفقا لنظرية الوخز بالإبر، يمكن أن تحفز بعض النقاط المخاض. لذلك يجب إبلاغ أخصائي الوخز بالإبر بالحمل. كما أن اضطرابات تخثر الدم واستخدام مضادات التخثر ليست من موانع العلاج بالوخز بالإبر. ومع ذلك، يجب أن يكون أخصائي الوخز بالإبر على علم بأي مخاطر، كما لا يوصى باستخدام الوخز بالإبر للأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 70 عاما والأطفال

إدخال إبر معقمة في نقاط خاصة بالجسم. ووفقا لنظرية العلاج بالوخز بالإبر الصينية، هذه النقاط مرتبة وفقا لقواعد "خاصة" مشكلة خطوطا طويلة، تدور فيها طاقة الحياة، وإدخال الإبر فيها "يحفز العملية" في جسم الإنسان". ووفقا لها، كقاعدة هذه العملية غير خطيرة، ولكن في حالات معينة قد تؤدي إلى مضاعفات. وتقول: "تنسب لهذه المضاعفات- انتقال الأمراض المعدية، بقاء جزء من الإبرة في الجسم، تلف الأعصاب والأوعية الدموية ونادرا جدا الاسترواح الصدري (انكماش الرئتين- Pneumothorax)، و ثقب الأعضاء والاندحاس القلبي (الدكالك القلبي Cardiac tamponade) والتهاب العظم والنقي (Osteomyelitis).

أعلنت الدكتورة أناتاسيا بورودينا، أخصائية طب الأعصاب، أن استخدام الوخز بالإبر يمكن أن يؤدي إلى انتقال أمراض معدية وتلف الأعصاب والأوعية الدموية. وتقول: الوخز بالإبر، هو نوع من الطب البديل، يعتمد على



التعرض للضوء الاصطناعي ليلا يرتبط بزيادة خطر الإصابة بـ"قاتل صامت"، بنسبة 28%

كشفت دراسة جديدة أن التعرض للضوء الاصطناعي في الهواء الطلق ليلا، يمكن أن يزيد من خطر إصابة الشخص بمرض السكري، الملقب بـ"القاتل الصامت"، بنسبة 28%.

ووجد باحثون صينيون أن الضوء الاصطناعي ليلا (LAN)، مرتبط بضعف التحكم في نسبة الجلوكوز في الدم، وزيادة خطر الإصابة بمرض السكري، حيث تعزى أكثر من 9 ملايين حالة إصابة بالمرض لدى البالغين الصينيين إلى التعرض للشبكة المحلية للضوء الاصطناعي ليلا.

ووجد أن مصابيح الشوارع والسيارات ووحدات المصابيح الجيدة لها تأثير ضار على الصحة، حيث ادعى العلماء أن النتائج يمكن أن يكون لها آثار على عمال النوبات في وقت متأخر من الليل.

وقال معدو الدراسة، الدكتور يو شو كناندا لها وزملاؤه في معهد شنغهاي لأمراض الغدد الصماء والتمثيل الغذائي، ومستشفى رويجين، وكلية الطب بجامعة شنغهاي جياوتونغ، في شنغهاي، الصين: "على الرغم من تعرض أكثر من 80% من سكان العالم للتلوث الضوئي ليلا، إلا أن هذه المشكلة حظيت باهتمام محدود من العلماء حتى السنوات الأخيرة".

واستخدمت الدراسة الجديدة، التي نُشرت في مجلة Diabetologia (مجلة الرابطة الأوروبية لدراسة مرض السكري EASD)، بيانات من دراسة ترصد الأمراض غير المعدية في الصين، تتضمن عينة تمثيلية من عموم السكان في الصين مأخوذة في عام 2010 عبر 162 موقعا في جميع أنحاء البلاد، وشارك فيها ما يقارب 100 ألف شخص.

وأخذ الباحثون قياسات وزن الجسم وطوله، بالإضافة إلى عينات الدم، للحصول على مستويات الجلوكوز عند الصوم وبعد الأكل، بالإضافة إلى الهيموغلوبين السكري (HbA1c)، وهو شكل من أشكال الجلوكوز الموجود في خلايا الدم الحمراء، والذي يعمل بمثابة كاشف لمستويات السكر في الدم خلال الثمانية إلى 12 أسبوعا السابقة للفحص.

ووجد العلماء أن أولئك الذين لديهم أعلى نسبة من التعرض للشبكة المحلية للضوء الاصطناعي ليلا، ارتبطوا بنسبة 28% بالإصابة بمرض السكري. وبعد التعرض للشبكات المحلية الاصطناعية في الليل عامل خطر بيئي واسع الانتشار في المجتمعات الحديثة. وزادت كثافة التلوث الضوئي في المناطق الحضرية لدرجة أنه لا يؤثر فقط على سكان المدن الكبرى، ولكن أيضا في المناطق البعيدة مثل الضواحي وحدائق الغابات التي قد تبعد مئات الكيلومترات عن مصدر الضوء.

واستنتج الباحثون أن "هناك حاجة إلى مزيد من الدراسات التي تتضمن القياس المباشر للتعرض الفردي للشبكة المحلية لتأكيد ما إذا كانت علاقتها بمرض السكري علاقة سببية".

وقد أدت دورة الأرض المكونة من 24 ساعة إلى أن معظم الكائنات الحية، بما في ذلك الثدييات، لديها إيقاع يومي على مدار 24 ساعة يؤثر على التغيرات الجسدية والعقلية والسلوكية التي تتكيف غريزيا مع التسلسل الطبيعي للضوء والظلام.



لاعبة الجمباز المجرية الإسرائيلية المتقاعدة والمدربة واحدى الناجيات من الهولوكوست أنيس كيليتي وهي تستعد للاحتفال بعيد ميلادها الـ 102 في شقتها في بودابست، المجر وتعتبر أقدم رياضي أولمبي على قيد الحياة في العالم. ا ف ب

قرأت لك

الجوافة



الجوافة من فاكهة الصيف المميزة واللذيذة التي يعشقها الكثير منا، وتحرص ربات البيوت على تقديمها في شكل عصير لتغذية أفراد أسرتها. وقالت دراسة غذائية، إن للجوافة 8 فوائد علاجية تجعلنا نتناولها يوميا، وتمثل في التالي:

- 1 - تنقص الوزن
- 2 - تخفض الكوليسترول الضار بالدم
- 3 - تحمي من أمراض الرئة
- 4 - تساعد على خفض ضغط الدم المرتفع
- 5 - تعالج الإسهال
- 6 - تقضي على السعال
- 7 - تشفى الجروح
- 8 - تقي من الإصابة بمرض السكري

سؤال وجواب

- ما المقصود بالدرغل في اللغة العربية؟
- العلم الذي يرفع في الحرب.
- من مؤلف المسرحيات التالية: تاجر البندقية، الملك لير، ماكبث؟
- وليم شكسبير.
- كم يبلغ عدد مسرحيات وليم شكسبير؟
- 37 مسرحية.
- ما هو السمهي في اللغة العربية؟
- الرمح الصلب.
- ماذا يعني اسم عنتره في اللغة؟
- الذئب الأزرق؟

هل تعلم؟

- أن الأفعى تسمع الأصوات عن طريق التقاط ذبذبات موجات الصوت بلسانها.
- هل تعلم أن الجسم البشري يتكون من 206 قطعة عظم .
- هل تعلم أن الزرافة لطول رقبتها فهي لا تنام في اليوم الواحد إلا تسع دقائق و ليست على مرة واحدة إنما على ثلاث مراحل كل مرة ثلاث دقائق .
- أن الأطفال البدينين في سن المدرسة يأكلون أقل من أقرانهم النحيلين.
- أن سكان العالم يزدادون بمعدل مليون ونصف المليون كل أسبوع .
- أن النمل العامل والنشيط هو من الإناث . أن اليومة لاترى في الظلام الدامس .
- أن نمو ظفر إصبعك الوسطى هو أسرع بينما نمو ظفر إبهامك هو الأبطأ .
- أن الحيوان الوحيد الذي يستطيع أن يخرج معدته إلى الخارج هو نجم البحر .
- أن ملكة النحل تغادر الخلية فقط من أجل قيادة جماعات النحل ومن ثم الذهاب إلى رحلة الزفاف .
- أننا نموت بشكل أسرع من قلة النوم عن قلة الطعام
- أن هنالك نوعا من الأسماك يدعى بالسماك الصديج بإمكانه ابتلاع إنسان كامل
- أن ضغط الماء داخل كل خلية في البصلة كاف لتشغيل محرك بخاري.
- أن الإنسان هو الحيوان الوحيد الذي يتام على ظهره.

قصة الثعلب والخباز

اقترب ثعلب وابن اوى من دكان خباز وهما يتشمان رائحة الخبز الشهية ويتعمقان حطهما العاثر الذي جعلهما لا يحسان صنع الخبز والكمك.. فقال الثعلب: أه إبيك وحدك يا ابن اوى فانا باستطاعتني ان أضحك على الخباز واتناول ما اشتهي من كمك وخبز. فقال ابن اوى: حسنا لو حدث ذلك فلك عندي كل الاحترام وستكون زعيما علينا فهيأ كي ارى مالم أره قبلا.

اختبأ ابن اوى ووقف الثعلب ينادي على الخباز وعندما خرج له قال ماذا تريد: فقال الثعلب .. أه.. أه ايها الخباز كنت مسافرا وصديقي ابن، اوى فوصلت إلى انفي رائحة جميلة، تساءلنا ما هذه الرائحة؟ فقلت: إنها كمك وقال ابن اوى انه الخبز وتشاجرنا فتركتني وسار. والآن اريد ان أتأكد من حسن ظني وفطنتي وهو ان ما اسمه هو الكمك.

فضحك الخباز الذكي وقال: نعم انه الكمك الشهي، اخرجته من الفرن منذ ساعة ورائحته الشهية هي التي وصلت لأنفك ايها الذكي، لذا سأطعمك اجمال كمك لن تنساه، لكن لا تعود علينا كثيرا فانت لاتدفع مالا، انتظرني هنا وسأحضره اليك.

غاب الخباز قليلا ثم خرج وقال: ها هو الكمك، نصيبك ونصيب ابن اوى الذي ذهب، فأسرع الثعلب واتهم الكمكة الاولى مسرعا لكنه لم يكد يقترب من الثانية حتى قفز صارخا من شدة ما احرقته البهار التي حشي بها الخباز الكمكة وأخذ يلهث ويلف ويدور حول نفسه فضحك الخباز وقال له: لا تنسى أن تأكل نصيب ابن اوى. وتركه وانصرف والثعلب يتلوى من شدة الالم فجاء ابن اوى وقال له تستطيع أن تأكل نصيبي وهنيئا مرينا ما اشتيتته... من يصحك على الخباز يحترق بناره.

مساحة للتلوين

