

منوعات

الفكر

الخميس 20 أكتوبر 2022 م - العدد 13676
Thursday 20 October 2022 - Issue No 13676

ص 22

1200 طبيب ومختص من دولة

الإمارات يستفيدون من نتائج

الدراسات والأبحاث في علم السموم

ص 27

ممثلات في الطريق إلى

الشاشة الرمضانية



5 طرق بسيطة تساعدك

ص 23 في إصلاح صحة أمعائك



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

التغير المناخي يهدّد مليار طفل

حدّرت منظمة "كيدز رايتس" "حقوق الأطفال" غير الحكومية أسس الأربعة من أنّ تداعيات التغير المناخي تهدد مليار طفل حول العالم، معربة عن أسفها لأنّ مستويات معيشة القاصرين في سائر أنحاء العالم لم تتحسنّ خلال العقد الماضي.

وقالت المنظمة الحقوقية ومقرها في هولندا في دراسة سنوية إنّ جائحة كوفيد-19- كان لها أيضاً تأثير كبير على الأطفال، إذ إنّهم خرموا أحياناً من الطعام أو الدواء بسبب الاضطرابات في القطع الصحيّ، ممّا أدى إلى وفاة حوالي 286 ألف طفل دون سنّ الخامسة.

وأوردت المنظمة هذه المعلومات في دراسة تُصدرها سنوياً تحت اسم "مؤشر حقوق الأطفال" وتُصنّف فيها 185 دولة وفقاً لمدى امتثال كل منها للاتفاقية الدولية لحقوق الطفل بناءً على بيانات الأمم المتّحدة. وفي مؤشر 2022 احتلت أيسلندا والسويد وفنلندا وهولندا المراكز الأولى، في حين تذيّلت الترتيب كلّ من جمهورية أفريقيا الوسطى وسيراليون وأفغانستان ونشاد.

وقال مؤسس المنظمة ورئيسها مارك دولايت في بيان إنّ مؤشر 2022 "مقلق لأجيالنا الحالية والمستقبلية من الأطفال".

وأوضح أنّ "مناخاً يتغيّر بسرعة يهدّد الآن مستقبلهم وحقوقهم الأساسية".

وأعرب دولايت عن أسفه لأنّه "لم يُحرز تقدّم كبير في مستويات معيشة الأطفال خلال العقد الماضي، وبإضافة إلى ذلك، تأثّرت سبل عيشهم بشدّة من جزء الجائحة". وبحسب مؤشر حقوق الأطفال للعام 2022 فقد ارتفع، لأول مرة منذ عقدين، عدد الأطفال العاملين في العالم إلى 160 مليوناً، أي ما يمثّل زيادة قدرها 8,4 مليون طفل خلال السنوات الأربع الماضية.

هكذا يمكن الحصول على فيتامين B12 من مصادر غير حيوانية

يمكن الوقاية من نقص فيتامين B12، الذي يمكن أن يمر

دون أن يلاحظه أحد ولكنه يسبب في النهاية مجموعة

من الأعراض بما يشمل تدمير الأطراف واصفرار الجلد

والعينين، عن طريق تناول أطعمة معينة، وفقاً لما نشره

موقع Insider.

مصادر للنباتيين

وفقاً لجمعية الحمية البريطانية BDA،

يجب أن يتم فحص

حالة فيتامين B12

للنباتيين، حيث أن

النباتيين وأولئك

الذين لم يأكلوا البيض

ومنتجات الألبان

واللحوم لأكثر من

5 سنوات معرضون

لخطر نقص فيتامين

B12. ويجب فحص

حالتهم.

قالت الدكتورة

تيو إن الأشخاص

الذين لا يأكلون

المنتجات الحيوانية

يمكنهم الحصول

على فيتامين B12

من حبوب الإفطار

المدعمة ورقائق

الخميرة الغذائية،

مشيرة إلى أنه

من "المهم حقاً"

أن يحصل

الأشخاص الذين

لا يشربون حليب

البقر على حليب نباتي

مدعم بفيتامين B12.

مكملات غذائية

توصي BDA النباتيين على المدى الطويل

بتناول مكملات غذائية تبلغ حوالي 10

ميكروغرام يومياً أو حسب الحاجة وفقاً لما

يجده الطبيب.

إن فيتامين B12 قابل للذوبان في الماء،

لذلك إذا تم تناول أكثر من الكمية اليومية

التي يحتاجها الجسم فإنه يتم التخلص

منها. لكن توصي دكتورة تيو بأنه يجب

استشارة الطبيب أو اختصاصي التغذية قبل

البدء في تناول المكملات الغذائية، للتأكد

قبلها من عدم وجود حالة طبية أساسية

تسبب النقص وبالتالي لا تحقق المكملات

النتيجة المرجوة وربما يكون هناك تفاعلات

ضارة مع أدوية أخرى يتناولونها.

هذا ما يفعله تناول الفيتامينات يومياً

عادة ما تعتبر الفيتامينات المتعددة والمعادن

مكملات ثانوية عندما يتعلق الأمر بصحة

المخ خصوصاً عند كبار السن والتحدّي الذي

للأعصاب وخلايا الدم

إن فيتامين B12 هو عنصر غذائي ضروري

للأعصاب السليمة وخلايا الدم الحمراء،

التي تحمل الأكسجين في جميع أنحاء

الجسم. ولكن يحذر الدكتور براء كاميناتي،

الأستاذ المساعد في علم الأعصاب في كلية

روتنجرز روبرت وود جونسون الطبية، قائلاً

إن نقص فيتامين B12 "يمكن أن يكون

غير مشخص أو لا يتم تشخيصه بشكل كاف

لأن الأعراض يمكن أن تكون غير محددة"،

مثل التعب وتورم اللسان والخفقان ووخز في

الذراع أو الساق.

أسباب وأعراض

ويرجع نقص فيتامين B12 عادة إلى

سببين: أولهما هو سوء الامتصاص، بسبب

حالات مثل مرض الاضطرابات الهضمية

أو بسبب عدم تناول كميات كافية من

الأطعمة التي تحتوي على الفيتامين.

يمكن أن تستغرق الأعراض سنوات لتظهر

على الرغم من عدم تناول فيتامين B12

بشكل كاف، لأن الجسم يمكنه تخزينه، كما

أنه لا يحتاج البعض إلى تتبع كمية فيتامين

B12 لأنهم يتناولون منتجات حيوانية

بكميات مناسبة معظم الأيام، حيث يوجد

الفيتامين بشكل طبيعي في اللحوم والبيض

ومنتجات الألبان.

مصادر حيوانية

لكن توضح اختصاصية التغذية، بريتا تيو، أن

الأمر "لا يعني أننا يجب أن نتناول الكثير

والكثير من هذه الأطعمة، بل يتعلق الأمر

فقط بوجود بعضها في نظامنا الغذائي

توصي المعاهد الوطنية الأميركية للصحة

بأن يستهلك الشخص البالغ العادي 2,4

ميكروغرام من فيتامين B12 كل يوم. على

سبيل المثال، تحتوي 3 أونصات من سمك

السلمون المطبوخ أو اللحم البقري المقلي

على كمية فيتامين B12 الذي يحتاجها

الجسم لليوم، وكوب من 2% من حليب

البقر يحتوي على نصف الكمية الموصى

بتناولها.

الحمل والرضاعة

تحتاج النساء عند الحمل والرضاعة

الطبيعية إلى المزيد من الفيتامين بما يصل

إلى 2,6 و2,8 ميكروغرام على التوالي

من فيتامين B12 تجنباً لتسبب النقص

في الحاق الضرر بالأطفال، مثل التأخر في

النمو وفقر الدم.

دراسة تربط بين قلة النوم وخطر الإصابة بالسمنة

اهتمت دراسة جديدة بمعرفة العلاقة المعقدة ما بين النوم وتناول الطعام، مشيرة إلى أن قلة النوم تدفع الإنسان إلى اتباع نظام غذائي سيء، وهذا النظام الغذائي قد يخلق الإنسان أثناء نومه ما يعني زيادة في الوزن وإصابته بالأمراض المزمنة.

ووفق الدراسة فإن قلة النوم تؤثر سلباً ليس فقط على خيارات الأطعمة، وإنما على كمياتها كما ترفع مستويات الجوع وتغير هرمونات الشهية، وتدفع الناس لاستهلاك سرعات حرارية أعلى، مما يعرضهم لزيادة الوزن وأمراض القلب والأوعية الدموية والسكتات الدماغية والسكري.

فالأشخاص الذين لا ينامون جيداً في الليل، تقل لديهم القدرة على تحويل الدهون لطاقة، مما يؤدي إلى تراكمها، كما يؤثر سلباً على التمثيل الغذائي واستخدام الجسم للأنسولين، فيما قدر العلماء أن 10 من كل 10 الأمراض القلبية الوعائية يمكن الوقاية منها من خلال النوم الجيد.

وذكرت الدراسة أن الأشخاص الذين لا ينامون جيداً ترتفع نسبة تعرضهم للسمنة إلى 72% مقارنة بمن يحصلون على ساعات نوم كافية، فيما ترتفع النسبة لدى المراهقين إلى 29%. كما أشارت النتائج إلى أن تسعة من كل عشرة أشخاص لا يحصلون على ساعات النوم الكافية التي يحتاجها الجسم.

هل أحزمة المقاومة تبني العضلات حقاً؟

في الغالب، لا تغطي أحزمة المقاومة الأولية في الأنظمة التدريبية، حيث يتبادر إلى ذهن الكثيرين تساؤلات عما إذا كانت هذه الأحزمة تبني العضلات بالفعل أم لا؟.

وفي تقرير لموقع "لايف ساينس" تجيب جينا رينج، المعالجة الرياضية على هذا السؤال بـ "نعم، تستطيع أحزمة المقاومة بناء العضلات بنفس الطريقة التي تستخدم فيها الأوزان".

وأظهرت الدراسات أنه عند أداء تمارين المقاومة باستخدام الأحزمة، لا يوجد فرق إحصائي في المكاسب التي تم العثور عليها وبين المكاسب التي تم تحقيقها باستخدام حزام أو وزن.

في الواقع، إذا كنت من كبار السن، فهناك سبب وجيه لاستخدامها فهي مفيدة بشكل خاص لكبار السن حيث يوجد دليل جيد على مكاسب القوة التي يقدمها التدريب بأحزمة المقاومة حسب أحدث الدراسات. وبعد تدريب المقاومة مهماً بشكل خاص لكبار السن، لأنه يساعد على تعويض الفقد الطبيعي لكثافة العظام والعضلات التي تأتي مع الشيخوخة. ولأحزمة المقاومة مزايا كونها أقل تكلفة، وأسهل في التخزين وأكثر قابلية للحمل، ما يجعلها مفيدة بشكل خاص للتدريبات المنزلية أو المساحات المفتوحة.

رداذد الأنف لعلاج ضربات القلب

طور العلماء أخيراً، ردأذاً للأنف يمكنه حل مشكلة عدم انتظام ضربات القلب في نصف ساعة فقط، بحسب تقرير نشرته صحيفة "ديلي ميل" البريطانية.

ووفقاً للصحة، فإن ردأذاً يسمى "إيترياميل" كان قادراً على السيطرة على ضربات القلب غير المنتظمة للمرضى في غضون 30 دقيقة في نحو ثلثي المرضى الذين خضعوا لتجربة سريرية.

ومن المتوقع الموافقة على هذا الرداذ من قبل إدارة الغذاء والدواء الأميركية، فيما سيتم بيعه منتصف العام المقبل.

ويستخدم الرداذ الذي طوّرتّه شركة Milestone Pharmaceuticals الكندية لعلاج "تسرع القلب فوق البطيني الانتبائي" وهي حالة يحدث فيها ارتفاع معدل ضربات القلب بشكل منتظم، إذ يتم تشخيص نحو 300 ألف أمريكي بهذه الحالة كل عام.

ورغم أن هذه الحالة ليست خطيرة ولا تهدد الحياة، ولكنها مزعجة للغاية، ويمكن أن تبدأ الحالة وتنتهي بشكل مفاجئ؛ ما يسبب في كثير من الأحيان القلق وضيق التنفس وأعراضاً أخرى. من جانبه، قال جوزيف أوليفيتو، الرئيس التنفيذي لشركة Milestone إن هذا الرداذ يمثل إنجازاً مهماً للشركة وللمرضى الذين يعانون من تسرع القلب فوق البطيني الانتبائي.

طرق شحن الهاتف الذكي بسرعة فائقة

شحن الهاتف المحمول هي ضرورة حتمية على أغلب سكان العالم، الذين أصبح الهاتف الذكي جزءاً لا يتجزأ من حياتهم. ولضمان جاهزية الهاتف المحمول دائماً، على المستخدمين الحرص على شحنه بشكل كاف يومياً، وهنا قد تختلف عادات شحن الهاتف من شخص لآخر، فمن من يشحن الهاتف قبل النوم، ومن من يشحنه بالسيارة، ومن من يقوم بشحنه عند الضرورة فقط. وفي هذا الأمر، كشف موقع "بيتا نيوز" أفضل الطرق لزيادة سرعة شحن الهاتف المحمول:

تأكد من أن حرارة هاتفك ليست مرتفعة أو منخفضة جداً. قلل الطاقة التي يستهلكها الهاتف خلال الشحن، توقف عن استخدامه أو أطفئه تماماً.

تأكد من أن الشاحن تم إدخاله بشكل صحيح في الفتحة المخصصة. اشحن الهاتف من قابس الحائط، ابتعد عن الشحن من الحاسوب أو السيارة. ضع الهاتف في وضعية الطائرة، لتحديد استهلاكه للتطبيقات واستهلاك الطاقة.

بريطانيا.. غرف حربية في المستشفيات

هذا العام، تتوقع هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية أن تواجه أكثر من "وباء مزدوج" خلال أشهر الشتاء، حيث تشير التوقعات إلى أن التهاتبات الجهاز التنفسي يمكن أن تشغل ما يصل إلى نصف أسرة المستشفيات في البلاد.

ووفقا لسكاي نيوز، تستعد هيئة الصحة في بريطانيا لإنشاء ما أسمتها "غرفا حربية"، حيث تستعد البلاد "لأسوأ فصل شتاء عبر التاريخ". بموجب خطة التحضير للشتاء الحكومية، والتي تهدف إلى مساعدة هيئة الصحة على التأقلم خلال الأشهر الباردة، من المتوقع إنشاء "مراكز مراقبة حركة مرور الرعاية" على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع في كل منطقة محلية. وستدار المراكز من قبل فرق من الأطباء والخبراء، الذين سيديرون عملية تشغيلها في جميع أنحاء إنجلترا من خلال التعقب المستمر لعدد الأسرة المتاحة والأشخاص الذين يحضرون إلى المستشفى. من المأمول أن تسهل المراكز اتخاذ القرارات بشكل أسرع، مثل ما إذا كانت المستشفيات بحاجة إلى مساعدة إضافية أو إذا كانت سيارات الإسعاف بحاجة إلى تحويل مساراها.

وستكون هذه هي المرة الأولى التي يتم فيها استخدام نظام تقييم جميع الأنشطة والأداء داخل هيئة الصحة البريطانية.

ويتم أيضا إنشاء فرق الاستجابة السريعة لمساعدة الأشخاص الذين سقطوا في منازلهم في جميع أنحاء البلاد لمنع الرحلات غير الضرورية إلى المستشفيات.

التحكم في ضغط الدم المرتفع التزام مدى الحياة

أظهرت دراسة جديدة أن التخلي عن إدارة وضبط ضغط الدم المرتفع يؤدي إلى تلاشي فوائد الأدوية، وأن التحكم في الضغط المرتفع هو التزام مدى الحياة.

وأجريت الدراسة في جامعة ويك فورست، لدراسة التأثير طويل المدى لعلاج ضغط الدم، وتبين تلاشي الفوائد بعد عامين من التوقف عن تطبيق بروتوكولات إدارة ضغط الدم والتحكم فيه.

وتوصل الباحثون إلى أنه عندما يبلغ الإنسان 50 عاماً أو أكثر ويرتفع ضغط دمه فإن إدارة وخفض الضغط إلى المعدل الصحي يحمي من النوبات القلبية والسكتة الدماغية وفشل القلب بنسبة 25%، ويقلل خطر الوفاة بنسبة 27%، وأن هذه الفوائد تتلاشى بعد التوقف عن استراتيجيات خفض الضغط.

ونُشرت الدراسة في دورية "عاما" الطبية، وشارك فيها 9300 شخص أعمارهم فوق الـ 50 عاماً، من 100 مركز طبي في الولايات المتحدة وبرونزويكو.

وأوقفت المعاهد الوطنية للصحة بالتدخلات لخفض الضغط في وقت سابق عما كان مخططاً له، وتابع الباحثون المشاركين لمدة 4 أعوام بعد هذا الإجراء.





مناقشة أحدث الطرق والتقنيات لعلاج لدغات الثعابين والزواحف وتحضير الأمصال

1200 طبيب ومختص من دولة الإمارات يستفيدون من نتائج الدراسات والأبحاث في علم السموم التي قدمها الخبراء والمختصون

الجامعة التقنية في الدنمارك حول تأثير البيانات والتعلم الآلي على ابتكار طرق التعامل مع لدغات الأفاعي، فيما تناول الدكتور أنيس كومار موخيرجي من معهد الدراسات المتقدمة للعلوم والتكنولوجيا في الهند، حول التحليل المختبري لجودة مضادات السموم التجارية، وكيفية الحفاظ على جودتها وتحسينها لعلاج العضة السامة.

أما الدكتور سياستيان إسترادا غوميز الأستاذ في جامعة أنتيوكيا في كولومبيا فتحقق حول تطوير استراتيجيات علاج لدغات الأفاعي، فيما تحدث الدكتور خوان كالفيت من إسبانيا حول التجديد المستمر بعلم السموم لمضادات السموم القديمة، والدكتور روي سيبيرا فيريرا جونيور من جامعة ولاية ساو باولو البرازيلية حول التجربة الإكلينيكية متعددة المراكز لعلاج العديد من لسعات النحل الأفريقي، باستخدام مضاد سم أليك الجديد.

وقدم الدكتور ماثيو لوين الأستاذ في جامعة كاليفورنيا الأمريكية، دراسة حول مضادات الجزيئات الصغيرة للدغات الأفاعي خارج المستشفى، فيما تحدث الدكتور سيشاجيري سوساميكار من معهد ميدجيتون في ولاية كاليفورنيا الأمريكية حول تطوير الجيل القادم من مضادات السموم.

وتركز النقاش خلال الجلسة الرابعة في اليوم الرابع من المؤتمر حول علم السموم الأساسي - السموم الطبيعية واكتشاف الأدوية، حيث ترأس الجلسة الدكتور إدا إي سانشيز من جامعة تكساس الأمريكية، والدكتور راي فورتون، الأستاذ في جامعة موناش الأسترالية والذي تحدث حول استخدام منصات مشتقة من السم، كملاجات محتملة للأمراض الالتهابية العصبية.

وتناول الدكتور مانجوناتا كيني من جامعة سنغافورة الوطنية مسألة استخدام السموم للعوامل العلاجية للقلب والأوعية الدموية، وتحدث الدكتور دينيس سيرفنت من جامعة باريس ساكلاي الفرنسية حول تنوع السموم، والدكتور لاتشان راش من جامعة كوينزلاند الأسترالية حول علاقة السم مع الجسم الحي في الأمراض التنكسية العصبية.

وقدم الدكتور ديميتري بوترييف من روسيا دراسة حول استخدام الببتيد المعزول من سم العنكبوت ، كعقار مرشح لعلاج الآلام المزمنة والسعال، فيما تحدث الدكتور إيمي كولتر باركهيل الأستاذ في جامعة أولستر في أيرلندا الشمالية، حول الببتيد المشتق من السم، والدكتور جيرار لامبو من جامعة كوت دازور في فرنسا حول علاج مرض الكلى المتأني الذاتي النادر.



خلالها الدكتور جان تينغات أستاذ في جامعة لوفان البلجيكية، والدكتورة إدا إي سانشيز من جامعة تكساس الأمريكية، حول تحليل الحويصلات خارج الخلية المعزولة من بلازما الفئران بعد التعرضها لسم الأفعى، واستعرض الدكتور إيفور كريبانج من معهد جوزيف ستيفان في سلوفينيا دراسة حول الفيزيولوجيا المرضية للشذبيات باستخدام تقويمات سم الأفعى. واستعرضت الدكتورة جيزيل بيكولو من معهد بوتانتان البرازيلي مركبات سم الأفعى الجرسية، وتنشيط الخلايا الدبقية في الجهاز العصبي المركزي، فيما تناول الدكتور بيتر أوبارين من معهد الكيمياء الحيوية العضوية التابع للأكاديمية الروسية مستحلبات الأسيتيل كولين من العنكبوتيات.

واستعرضت الدكتورة ستيل زامونر من جامعة نوف دي جوهيو البرازيلية تأثير التعديل الضوئي على خلايا الأرومة العظمية بعد عمل سم الأفعى لدى الصغار والكبار، وتناول الدكتور أليكسي كوزمينكوف من معهد الكيمياء الحيوية العضوية التابع للأكاديمية الروسية علم الأدوية الجزيئي وهيكل الأبيام، أما الدكتور رين لاي من معهد كونمينغ لعلم الحيوان في الأكاديمية الصينية للعلوم فتحدث عن تعديل القناة في غدة السم لتجنب التسمم الذاتي.

وفي الجلسة الثالثة من اليوم الرابع للمؤتمر ناقش المتحدثون مضادات السموم، وترأس الجلسة الدكتور عبد الرزاق حبيب، والدكتور وولتون مونتيرو، الباحث في معهد بيسكوس كارلوس في بوربوريما في البرازيل، وتحدث خلالها الدكتور تيموتي جينكينز أستاذ في

بالولايات المتحدة الأمريكية، وتحدث خلالها الدكتور ديفيد ويليامز، والدكتورة آنا بننور من منظمة الصحة العالمية حول استراتيجية المنظمة للتعامل مع التسمم الناجم عن لدغات الأفاعي، واستراتيجيات الوقاية من لدغات الأفاعي ومكافحتها، وأعربا عن شكرهما لدولة الإمارات، لإتاحة الفرصة للعديد من الدول الإفريقية للمشاركة في المؤتمر والتسهيلات التي قدمتها شركة أمصال لهذه الدول.

وتحدث في هذه الجلسة كذلك الدكتور شون بول بوش الأستاذ في جامعة ديوك الأمريكية عن لدغات الأفاعي في الولايات المتحدة الأمريكية، فيما تحدث الدكتور جوليان وايت من مستشفى النساء والأطفال في أستراليا، حول دعم علم السموم السريرية وتعزيزها بقاعدة بيانات ذكية، وتناول الباحث تري ماهاراني من معهد نيشناك للبحوث والتنمية التابع لوزارة الصحة الأندونيسية، مسألة الإسعافات الأولية للدغات الأفاعي وعلاجها في المناطق النائية في إندونيسيا، فيما أجرى عبد الرزاق حبيب الأستاذ في جامعة بايرو كانو في نيجيريا، مقارنة بين لدغات الأفاعي عند الأطفال والمبالغين في نيجيريا، وتناول الدكتور سوميديب بهوميك الأستاذ في جامعة نيو ساوث ويلز الأسترالية، القدرة الهيكلية لرعاية لدغات الأفاعي في نظام الرعاية الصحية الأولية في الهند.

أما الجلسة الثانية خلال اليوم الرابع من المؤتمر فتركز النقاش خلالها حول علم السموم وعلم

•• أبوظبي - الفجر

شارك نحو 1200 طبيباً ومختصاً من دولة الإمارات العربية المتحدة في جلسات المؤتمر العالمي الحادي والعشرين للجمعية الدولية لعلم السموم، الذي تستضيفه العاصمة أبوظبي، واطلعوا على نتائج الدراسات والأبحاث في علم السموم، والتي قدمها خبراء ومختصون وأساتذة جامعات من مختلف دول العالم.

وأطلع أطباء ومختصون من مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية، ومن شركة أبوظبي للخدمات الصحية "صحة"، وغيرها من مؤسسات القطاع الصحي في دولة الإمارات على أحدث الطرق والتقنيات المستخدمة في علاج لدغات الثعابين والزواحف، بالإضافة للتعرف على أحدث طرق تحضير الأمصال المضادة للسموم، حيث قدمت خلال جلسات المؤتمر عشرات المحاضرات حول الاستخدامات الطبية للسموم وطرق العلاج فيها.

وقد اعتمدت المشاركة في المؤتمر بـ 10 ساعات تعليم مستمر من قبل دائرة الصحة في أبوظبي، في حين أُنحت شركة أمصال أول شركة من نوعها في منطقة الشرق الأوسط، والتي تتخذ من أبوظبي مقراً لها، الفرصة للقطاع الطبي في دولة الإمارات للمشاركة والاستفادة من نتائج الأبحاث والدراسات التي عرضت خلال المؤتمر مجاناً.

وبتم تنظيم المؤتمر تحت رعاية سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء وزير ديوان الرئاسة، وبدعم وتعاون من وزارة التغير المناخي والبيئة، وهيئة البيئة - أبوظبي، وهيئة السياحة والثقافة - أبوظبي، وشركة أبوظبي للخدمات الصحية "صحة"، ويشارك فيه نحو 300 مهتماً حضورياً و2000 افتراضياً، ويتحدث خلاله قرابة 137 عالماً ومختصاً وخبيراً في علم السموم من 37 دولة من مختلف دول العالم من الباحثين وأساتذة الجامعات العالمية، والمدراء التنفيذيين، والمهتمين بعلم السموم.

وشهد اليوم الرابع للمؤتمر محاضرة عامة للدكتور جان تينغات أستاذ في جامعة لوفان البلجيكية، تركزت حول سموم العقارب، وتم كذلك عقد عدة جلسات تابع خلالها المشاركون عرض نتائج أبحاثهم ودراساتهم حول علم السموم السريري، حيث ترأس الجلسة الأولى الدكتور تيموتي جينكينز الأستاذ في الجامعة التقنية في الدنمارك، والدكتور ويتشارد دارت الباحث في شركة روكي ماونت للسموم وسلامة الأدوية في كولورادو

منوعات الفكر

22



شكراً لعطائك يشارك في معرض الشارقة

لعمل التطوعي ويقدم مبادراته التطوعية

•• الشارقة - الفجر

شارك فريق "شكراً لعطائك" في معرض الشارقة للعمل التطوعي، وذلك لعرض أعماله التطوعية ومبادراته وفرصه التطوعية، من خلال وجوده الداعم لكافة الأفكار والمبادرات والقيم المجتمعية التي تجسد نهجه الراسخ في إرساء أطر الأعمال التطوعية التي تهدف لترسيخ دوره الحيوي في نشر وتعزيز ثقافة التطوع بين فئات المجتمع المختلفة.

وقامت فاطمة موسى البلوشي، المدير التنفيذي لجائزة الشارقة للعمل التطوعي، رئيسة اللجنة المنظمة، بتكريم متطوعات الفريق وهن عهود عبدالله وحصة حسن و زكية يوسف، حيث اضطلعن بدور مهم في عرض جهود الفريق التطوعية، وتعزيز الوعي بأهمية المشاركة في الأعمال التطوعية وإنجاح المعرض.

وقال الشيخ الدكتور سالم بن ركاض العامري إن المعرض يكرس دوره الحيوي والمؤثر في نشر ثقافة العمل التطوعي، وتسهيل عملية الانضمام للأعمال التطوعية، ضمن البرامج التكاملية والتوعوية والتثقيفية والتعريفية، بما يتماشى مع النهج التطوعي الذي أسست له ورسخت دعائمه القيادة الرشيدة، وجعلته واقعاً إيجابياً يساهم بشكل كبير وفهال في دعم المبادرات التطوعية، ودعم منظومة العمل التطوعي على كافة المستويات.

وأشارت الدكتورة أسماء بنت مانع العتيبة إلى أن المعرض يمثل منصة مهمة لإعلاء القيم التطوعية، وإرساء الأطر الدائمة للأفكار التطوعية، وحث أفراد المجتمع على كل المبادرات الداعمة للعمل التطوعي انطلاقاً من التفاعل الإيجابي مع كل المعطيات التي تفرس في نفوس الفئات المختلفة قيم العمل التطوعي.

وأضافت أن مبادرات فريق شكراً لعطائك تعكس قيمة الأفكار والرؤى الداعمة لكل ما يمثل الجوانب البناءة والإيجابية للوصول إلى مجتمع متفاعل وحريص على تنفيذ التوجهات الوطنية التي تحقق التكامل في الرؤى وتشارك الجهود المخلصة التي ترسخ المبادئ التطوعية الطموحة التي يتبناها الفريق ويسعى لتحقيقها في المجتمع.

بدوره عبر سيف الرحمن أمير رئيس مجلس إدارة فريق شكراً لعطائك عن تقديره لكل الذين حرصوا على زيارة منصة الفريق في المعرض، خاصة المعرض عبدالله إبراهيمي الدرهمي عضو المجلس الاستشاري لإمارة الشارقة، العضو الفخري لفريق شكراً لعطائك، كما شكر الدعم والتوجيهات السديدة من الشيخ الدكتور سالم بن ركاض العامري والدكتورة أسماء بنت مانع العتيبة، بأهمية مشاركة الفريق في مثل هذه المعارض.

وقال إن "الحضور المشرف للفريق يبرز دوره الإيجابي والمستدام في نشر ثقافة العمل التطوعي، واستقطاب المتطوعين خاصة أنهم أمام مشاركة وطنية مهمة في إكسبو أصحاب الهمم الشهر المقبل، كما تم استقطاب عدد كبير من المتطوعين من خلال الاستمارة التي تم وضعها في منصته خلال المعرض، بجانب طرح عدد من المبادرات التطوعية، موجهاً شكره وتقديره لمتطوعات الفريق عهود عبدالله وحصة حسن و زكية يوسف، على وجودهن في المعرض وحرصهن على عكس الصورة المشرفة عن مبادرات وقيم وتوجهات فريق شكراً لعطائك."



3 برامج أكاديمية جديدة في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة الإمارات

برنامج ماجستير في الاتصال وآخر في اللغة العربية وبرنامج بكالوريوس في الدراسات البصرية والصناعات الإبداعية

تطبيق هذه المعارف والمهارات في بيئة عالمية. من جانبه بين الدكتور سيف المحروقي -رئيس قسم اللغة العربية وآدابها- أن برنامج "ماجستير الآداب في اللغة العربية وآدابها" يتألف من مسار واحد يجمع بين مباحث اللغة العربية اللغوية والأدبية والنقدية، ثم يتميز تخصص الطالب من خلال الأطروحة العلمية التي يقدمها. وقال المحروقي أنه يُتوقع أن ينجز الطالب درجته العلمية بحد أدنى في أربعة فصول دراسية. موضحاً أن البرنامج مطروح للطلاب والطالبات، وقد تقرر أن يكون الحضور نظامياً ملتزماً بالتقويم الجامعي الرسمي الذي أقرته جامعة الإمارات للطلبة المتفرغين تفرغاً كاملاً أو غير المتفرغين. وأشار المحروقي إلى أن أهداف البرنامج ومخرجاته تنطلق من رؤية جامعة الإمارات التي تنص على "الريادة والابتكار في التعليم العالي، والبحث العلمي وخدمة المجتمع على المستويين المحلي والدولي". ويتطلع إلى رفد المجتمع بباحثين متميزين في مجالاتهم، إلى جانب تحقيق الشراكة الفاعلة محلياً ودولياً.

الرقمي. بالإضافة الى معرفة واسعة في التقاليد التاريخية العالمية والإقليمية في الثقافة البصرية الإسلامية والشرقية والإفريقية والغربية. ويتيح هذا البرنامج لخريجيه العمل في قطاعات الصناعة الإبداعية العالمية المتنامية مثل مجالات الفنون والتصميم الرقمي والرسوم المتحركة والتصوير الفوتوغرافي والفيديو، أو زيادة الأعمال الإبداعية. فيما يهدف برنامج الماجستير الذي يحتوي على مسارين (مهنى وبحتي) إلى التدريب المتوازن في مهارات الاتصال الجماهيري والمفاهيم وكذلك المناهج البحثية للأفراد المهتمين بالدخول إلى مهن الاتصال الجماهيري، أو ممارسي الاتصالات الداعية يرغبون في مواصلة التعليم في مجال متخصص، أو الأفراد المهتمين بالبحث والتدريس في مجال الاتصال الجماهيري. مشيراً إلى أن الهدف الرئيسي لبرنامج الماجستير المقترح في الاتصال الجماهيري هو ضمان أن يكون هناك جيل جديد من ممارسي المهتمين بالعمل في الإماراتيين على دراية جيدة بتقنيات القرن الحادي والعشرين، وفهم عميق للتخصص مع القدرة على

الأكاديمية في قراءة المشهد الأكاديمي وربطه بتطورات وحاجات سوق العمل، منوهاً إلى أن الكلية مستمرة في إعادة تقييم ومراجعة كل خططها وبرامجها الأكاديمية بما ينسجم مع معايير الاعتماد الأكاديمي وحاجة المجتمع من مخرجات ترتقي لخطط الدولة التنموية.

ومن جتهته اعتبر الدكتور أحمد المنصوري رئيس قسم الاعلام والصناعات الإبداعية أن إطلاق برنامجين جديدين في الاعلام على مستوى الماجستير في الاتصال والبكالوريوس في الدراسات البصرية والصناعات الإبداعية إنما هو تنفيذ لخطة القسم في التوسع والتطور واستكمال منظومته الأكاديمية في الاتصال والصناعات الإبداعية، فضلاً عن التلبية الحقيقية لمتطلبات الشركاء في سوق صناعة الصحافة والاعلام الرقمي.

ويهدف برنامج "بكالوريوس الآداب في الدراسات البصرية والصناعات الإبداعية" إلى تمكين الطلبة من اكتساب معارف نظرية ومهارات تطبيقية في التصوير الفوتوغرافي النحت، الرسم، والتصميم

•• العين - الفجر

أطلقت كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة الإمارات العربية المتحدة ثلاثة برامج أكاديمية جديدة منها برنامج ماجستير في الاتصال وآخر البصرية العربية وبرنامج بكالوريوس في الدراسات البصرية والصناعات الإبداعية بعد اجتيازها مراحل الاعتماد من مقوضية الاعتماد الأكاديمي.

وقال الأستاذ الدكتور حسن النابودة عميد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية أن إطلاق هذه البرامج الأكاديمية الجديدة النوعية تعكس حرص الكلية على مواكبة احتياجات ومتطلبات سوق العمل، مشيراً إلى أن الكلية تحرص باستمرار على تقييم ومراجعة برامجها الأكاديمية عبر لجانها المتخصصة بشكل دوري. واعتبر النابودة أن استحداث ثلاثة برامج أكاديمية منها اثنان في الدراسات العليا "ماجستير اتصال وآخر في اللغة العربية" وبرنامج ثالث وهو بكالوريوس في الدراسات البصرية والصناعات الإبداعية يؤكد على مرونة الكلية وإقسامها الأكاديمية ولجانها

جامعة محمد بن راشد للطب والعلوم الصحية تبدأ استقبال طلبات التسجيل للعام الأكاديمي 2023-2024

الجامعة تشارك في ثلاثة معارض تعليمية رائدة في أبوظبي ودبي والشارقة لتوفر للطلاب الراغبين بالتسجيل فرصة التعرف على الجامعة



بالذكر أن جميع البرامج معتمدة من قبل وزارة التربية والتعليم في دولة الإمارات. وتعليقاً على هذا الموضوع، قال السيد أحمد العوضي، مدير أول إدارة القبول والتسجيل في الجامعة: "يعد معرض نجاح ومعرض التعليم الدولي من أبرز المنصات التي تُتيح لنا فرصة لقاء الطلبة من جميع أنحاء الدولة وتعريفهم بالإمكانيات غير المحدودة للوظائف في قطاع الرعاية الصحية. وتمثل جامعة محمد بن راشد للطب والعلوم الصحية أهم الوجهات التعليمية للطلبة، بفضل استثمارها في التميز الأكاديمي وتقديم كلية التمريض والقبالة في الجامعة ونجاح طلبتها. ندعو جميع المهتمين بالعمل في قطاع الرعاية الصحية إلى زيارة جناح الجامعة في هذه المعارض".

وماجستير العلوم الطبية الحيوية، والدكتوراه في العلوم الطبية الحيوية. وتقدم كلية حمدان بن محمد لطب الأسنان خمسة برامج للدراسات العليا في طب الأسنان وبرنامج الامتياز في طب الأسنان لمدة عام واحد في مستشفى دبي للأسنان، أول وأكبر مستشفى متخصص في طب الأسنان في دبي. كما تقدم كلية حمدان بن محمد لطب الأسنان ومستشفى دبي للأسنان برنامج إقامة في علاج جذور وعصب الأسنان، وهو الأول من نوعه في دولة الإمارات والبرنامج الوحيد الحاصل على اعتماد الهيئة السعودية للتخصصات الصحية. وتقدم كلية التمريض والقبالة في الجامعة برنامجي الماجستير في تمريض القلب والأوعية الدموية بالإضافة إلى تمريض الأطفال. جدير

وتأتي مشاركة الجامعة في هذه المعارض في وقت مثالي، حيث تتزامن مع فتح باب القبول والتسجيل في الجامعة للعام الأكاديمي 2023-2024 في 15 أكتوبر الجاري. وأصبحت الجامعة منذ أكثر من عام جزءاً من مؤسسة دبي الصحية الأكاديمية، أول منظومة صحية أكاديمية متكاملة في دولة الإمارات. وتقدم الجامعة مجموعة متنوعة من البرامج الجامعية في مجالات الطب وطب الأسنان والتمريض، بما ينسجم مع الأولويات الاستراتيجية لمؤسسة دبي الصحية الأكاديمية المتمثلة في تحسين المخرجات الصحية من خلال إحداث تحول جذري في التعليم. وتُوفر كلية الطب في الجامعة ثلاثة برامج هي: بكالوريوس الطب والجراحة،

وهي كلية حمدان بن محمد لطب الأسنان، وكلية الطب، وكلية التمريض والقبالة. وتتعلق فعاليات معرض نجاح بين 16 و18 أكتوبر الجاري في مركز أبوظبي الوطني للمعارض، وبين 23 و25 أكتوبر في مركز دبي التجاري العالمي. وتوفر مشاركة الجامعة في معرض نجاح الفرصة للطلاب الراغبين في متابعة دراساتهم الجامعية للتواصل مع ممثلي الجامعة حول الشؤون الأكاديمية والحياة الجامعية والأبحاث والمنح الدراسية وبرنامج التدريب الصيفي الفريد من نوعه الذي تقدمه الجامعة. كما تشارك الجامعة بين 19-22 أكتوبر في الدورة الـ 18 من معرض التعليم الدولي الذي يُقام في مركز إكسبو الشارقة.

•• دبي - الفجر

أعلنت جامعة محمد بن راشد للطب والعلوم الصحية عن مشاركتها خلال الشهر الجاري في ثلاثة من معارض التعليم العالي الرائدة في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، وهي معرض نجاح 2022 في أبوظبي ودبي، ومعرض التعليم الدولي في الشارقة. وتأتي هذه الخطوة في إطار مساعي الجامعة للتواصل مع الطلاب الراغبين بدراسة الطب والعلوم الصحية بما يمكنهم من استكشاف الآفاق الواسعة التي توفرها الوظائف في قطاع الرعاية الصحية. وتستعرض الجامعة خلال مشاركتها العديد من فرص التعليم العالي المتوفرة في كلياتها الثلاث،

منوعات الفكر 23



تمثل صحة الأمعاء عاملا أساسيا مؤثرا على الصحة العامة، من الحالة المزاجية والمناعة إلى إدارة الوزن.

ويعاني الكثير منا واحدة على الأقل من مشاكل صحة الأمعاء الشائعة، والتي تتراوح من الشعور بالانتفاخ إلى المعاناة من حرقة المعدة والإمساك.

لها تأثير على نظام المناعة وإدارة الوزن

5 طرق بسيطة تساعدك في إصلاح صحة أمعائك



للقيام بذلك وهي الاحتفاظ بمذكرات الطعام والأعراض، حيث يمكنك تدوين الطعام والشراب الذي تتناوله، جنباً إلى جنب مع الأعراض، ثم مشاركة ذلك مع طبيبك العام أو اختصاصي التغذية، الذي سيكون قادراً على ذلك. للمساعدة في تحديد أي محفزات.

تتبع ما تأكله وتشربه

من الطرق السهلة لمراقبة صحة القناة الهضمية تتبع ما تأكله وتشربه بالضبط، وملاحظة أي أعراض قد تواجهها. وقالت السيدة ترافرز: "هناك طريقة بسيطة



حرمان نفسك من النوم يمكن أن يعطل التواصل بين الأمعاء والدماغ. وأوضحت ترافرز: "البكتيريا الموجودة في الأمعاء تتواصل مباشرة مع الجهاز العصبي المركزي ويمكن أن تؤثر اضطرابات النوم على مستويات البكتيريا في الأمعاء".

وقلة النوم تفرز هرمون التوتر، الكورتيزول، الذي يلعب دوراً في مشاكل نفاذية الأمعاء، وفقاً لهنري فورد هيلث. ويمكن أن يعرف هذا باسم "القناة الهضمية المتسربة"، والتي تصف عملية ترشيح الطعام والسوم من خلال الأمعاء إلى مجرى الدم. وقال الدكتور ريان باريش، في "هنري فورد هيلث": "يمكن أن يؤدي هذا إلى مجموعة من المشكلات بما في ذلك الانتفاخ والتهاب وآلام المعدة والحساسية الغذائية والتغيرات في ميكروبيوم الأمعاء". ومن الناحية المثالية، يجب أن يحصل البالغون على ما بين سبع إلى تسع ساعات من النوم كل ليلة، وفقاً للخبراء الصحيين.

ادخل في الطبيعة

وفقاً لترافرز، فإن قضاء المزيد من الوقت في الهواء الطلق له تأثير كبير على بكتيريا الأمعاء. وأشارت: "الجزيئات المجهرية المحمولة جواً مستعمرة من قبل مجموعة متنوعة من البكتيريا التي تشق طريقها إلينا عبر الهواء الذي نتنفسه. وإحدى الطرق المفضلة للاستفادة من الأماكن الخارجية هي البستنة، حيث يُظهر العلم أن التعرض للمساحات الخضراء وأشعة الشمس في الهواء الطلق، بما في ذلك حداثنا، قد أثبت نجاحه في تحسين الصحة العقلية، والحد من أعراض الاكتئاب والقلق، مع وجود تأثير إيجابي على تقليل التوتر".

ويُنصح أيضاً بتعريض نفسك لضوء النهار في الصباح الباكر لمساعدة جسمك على معرفة وقت النوم ليلاً.

وفقاً لترافرز، عندما نأكل الكثير من الألياف النباتية، ونقوم ببعض التمارين، وننام جيداً ونتحكم في التوتر. ووجدت إحدى الدراسات أن التمارين الرياضية تعزز نمو بكتيريا تسمى "البوتيرات" (butyrate). ويمكن أن تساعد البوتيرات في إصلاح بطانة الأمعاء وتقليل التهاب، ما يحتمل أن يمنع الأمراض مثل مرض التهاب الأمعاء ومقاومة الإنسولين، والتي يمكن أن تؤدي إلى مرض السكري.

تناول 30 نوعاً من النباتات في الأسبوع ترتبط ميكروبيوتا الأمعاء المتنوعة بصحة أفضل، ومن أجل الحفاظ على ازدهار البكتيريا، تحتاج إلى إطعامها جيداً.

ووجدت دراسة أن الأشخاص الذين يتناولون 30 نوعاً من الأطعمة النباتية المختلفة أو أكثر كل أسبوع من المرجح أن يكون لديهم عدد أكبر من الميكروبات في الأمعاء من أولئك الذين يأكلون 10 أو أقل. وقالت السيدة ترافرز: "لزيادة تناولك للأطعمة النباتية، حاول تبني عادات جديدة مثل التبديل إلى المكرونة الكاملة عند الطهي، أو إضافة جزء إضافي من الخضار إلى طبقك أو تناول وجبة خفيفة من المكسرات والبذور".

الحصول على قسط كاف من النوم

النوم الكافي أمر بالغ الأهمية للصحة العامة، لكن

وبالإضافة إلى وجود "دماغ" خاص بها، والذي يحتوي على 150 مليون خلية عصبية، فإن القناة الهضمية هي أيضاً موطناً لتربليونات من البكتيريا التي تلعب دوراً حيوياً في توفير العناصر الغذائية الأساسية، وضبط جهاز المناعة وحتى تغيير وظيفة الدماغ وغيرها من أجزاء بعيدة من الجسم. وتؤثر القناة الهضمية أيضاً بشكل كبير على صحتنا العقلية ومزاجنا، بسبب الارتباط المباشر بين القناة الهضمية والدماغ، والذي يُطلق عليه اسم "محور القناة الهضمية".

وقالت جو ترافرز، أخصائية التغذية في Love Your Gut Week: "إن القناة الهضمية والدماغ يتحدثان مع بعضهما البعض على أساس منتظم باستخدام رسائل كيميائية خاصة تنتجها البكتيريا التي تعيش في أمعائنا. ومن بين هؤلاء، يمكننا أن نجد الدوبامين والسيروتونين، المعروف أيضاً باسم هرمونات السعادة".

وتابعت ترافرز: "على الرغم من أن الاتصال بين محور الأمعاء والدماغ ثنائي الاتجاه، فإنه يتم إرسال أكثر من 80

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

من

ما أسباب التهاب اللثة وكيف يمكن الوقاية منه؟

كشف الدكتور غينادي شارغوردسكوي، أخصائي طب وجراحة الأسنان، أسباب التهاب اللثة وكيف يمكن الوقاية منه، وهل تنفع النصائح المنشورة في الانترنت؟

يجب أن يكون نادراً. ويجب ملء الجهاز مناصفة بماء مغلي ومحلول مطهر له طعم لطيف، ويوجه تيار الماء نحو خط اللثة وبين الفواصل بين الأسنان. ويضيف، يجب أيضاً إبلاء الاهتمام باختيار فرشاة الأسنان، حيث يجب قبل شرائها استشارة الطبيب الذي يحدد نوعها ودرجة قساوتها.

استخدام جهاز ري الأسنان ويضيف من بين الطرق المستخدمة والفعالة في تنظيف تجويف الفم هو استخدام "جهاز ري الفم"، الذي يفضلته وتحت ضغط تيار الماء يمكن إزالة بقايا الطعام والبكتيريا المرضية من جميع أنحاء تجويف الفم بما فيها المناطق التي يتعذر الوصول إليها. ويؤكد على أن استخدام تيار الماء

ويضيف، من أجل مكافحة التهابات اللثة، يجب الاعتناء بنظافة الأسنان وتجويف الفم. ويقول، "نتحدث عن تجويف الفم ككل - الأسنان واللسان والغشاء المخاطي بما فيه المحيط بالأسنان".

ما أسباب التهاب اللثة وكيف يمكن الوقاية منه؟

وفحصها. ويضيف، من علامات أمراض اللثة، رائحة كريهة من الفم، نزف الدم عند تنظيف الأسنان وعدم ثباتها. ويشير، إلى أن التهاب اللثة من المشكلات المنتشرة، حتى أنه في شبكة الانترنت نصائح كثيرة لكيفية التحكم بالنزيف والأعراض الأخرى. ولكن ليست جميعها مفيدة وأمنة.

ويشير الأخصائي في برنامج تلفزيوني، إلى أن السبب الأول لالتهاب اللثة هو سوء النظافة وتنظيف الأسنان بصورة خاصة. ولكن هناك أسباباً أخرى، أكثر خطورة لأمراض تجويف الفم: تنكس دواعم السن، التهاب اللثة، سوء إطباق الأسنان، والترسبات الجيرية. لذلك يجب مراجعة طبيب الأسنان على الأقل 1-2 مرة في السنة لتنظيف الأسنان



 **حكومة رأس الخيمة**
دائرة المحاكم



70392 العدد ١٣٦٦٦ بتاريخ ٢٠٢٢/١٠/٢٠

إعلان بموعود جلسة إدارة دعوى بالشر
في الدعوى 2022/727 قجاري جزني

بناء على طلب / مدعي / شركة مبارك وأولاده للنقل العام - الجنسية
الى / مدعي عليه / ستاليون انتربرايزز س ح ذ م الجنسية

فانت مكلف بالحضور امام محكمة رأس الخيمة الابتدائية شخصيا او
بواسطة وكيل معتمد منك في الساعة 9.00 من يوم الإثنين الموافق
2022/10/24 للإجابة على الدعوى وتقديم ما لديك من بيانات
ودفوع ، وفي حالة تخلفك عن الحضور او إرسال وكيل منك في الوقت
المحدد فإن المحكمة ستباشر الدعوى غيبا.

مكتب إدارة الدعاوى الابتدائية

[illegible][illegible][illegible]


دائرة القضاء - أبو ظبي
إدارة الكاتب العدل والتوثيق
العدد ١٣٦٦٦ بتاريخ ٢٠/١٠/٢٠٢٢

العراق

تغيير اسم / سالمه محمد ناصر عبدالله البريكي
تقدمت المواطنة (سالمه محمد ناصر عبدالله البريكي)
بطلب الى قسم التوثيق - ابو ظبي بتغيير اسمها من
(سالمه) إلى (سالمه)
فمن لديه اعتراض يتقدم به الى القسم المذكور خلال
15 يوما من تاريخ نشر الاعلان
رئيس قسم التوثيق العام



الجمهورية العربية المتحدة

وزارة العدل



70392
العدد ١٣٦٦ بتاريخ ٢٠٢٠/١١/٢٠

إعلان منفذ ضده بالنشر

محكمة التنفيذ الإحتيادية - محكمة التنفيذ المدنية

١- برادويب كومار باياشانتراك بالندي 2-براكاش جاكوب فارغيس جاكوب
إخطار دفع في القضية رقم ٢٠٢٠/000636/SHXCENUBIS2022 مناعزة التنفيذ الموضوعية
 (إلى المحاكم علي : ١- برادويب كومار باياشانتراك بالندي 2- براكاش جاكوب فارغيس جاكوب
 حيث انهم بتاريخ دفع صدر الحكم المذكور عن ضدهم لصالح المدعي
 المنفذ شركة الحديد والصلب الدولية للصناعة - م م
 دفع في القضية المشار اليها أعلاه
 وبما ان المحكم له المذكور دفع تقدم بطلب لتنفيذ الحكم المذكور ورفع الرسم المذكور لذلك ،
 وبما ان الحكم المطلوب تنفيذه كالآتي ؛
 المجموع الكلي ضاملا الرسوم والضرائب 850.0 درهم
 لذلك انتم مكلف بتنفيذ ما جاء في ائتمنف التنفيذ المشار اليه اعلاه خلال (15) يوما من
 تاريخ اعلانك / إعلامكم بهذا الإخطار. وفي حالة تخلفكم (م) عن ذلك فإن المحكمة ستستخدم
 بحسبك إجراءات التنفيذ الجبري بالقررة قانونا.

محكمة التنفيذ المدنية



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI



محكمة دبي
DUBAI COURTS

العدد ١٣٧٦ بتاريخ ٢٠٢٢/١٠/٢٠

إخطار عدلي

رقم (١٥١٢٠٢) (٢٠٢٢)

المخطر : بنك دبي الإسلامي (م.م.ع.) - وكالة الحماية / ربحا الجرشى

المخطر إليه : عمر ممدوح الورداني - محمد - مصر الجنسية

(مجموع محل الإخطار)

فإن المخطر يحظر الإخطار إليه ويكفله بالوفاة وبضرورة سداد المبلغ المتروك له بدته مبلغ وقدره 43584 درهم ثلاثة وأربعون ألف وخمسةمئة وأربعة وأثلاثون درهما والاضروقات وذلك في مدة أقصاها خمسة أيام من تاريخ استلامه هذا الإخطار العدلي ولا يف سلفا نظرا ضمن أن الإخطار كافة الإجراءات القانونية ببيع المصارف - فود مونتاج - اسود اللون - رومحة رقم 28057 - حصوصي - كود - إمارة دبي - موديل البناء 2015 - فرومونه للتمدين مع تحميك كافة مايتبع من ذلك من مصروفات قضائية ومقابل اتحاب المصارف وحفا للعبادة 172، 175 من قانون المعاملات التجارية. وبعد ذلك بإتباع إخطار إخلاء مسؤولية إخطار عن فقدان أو متناك أو مشتقات شخصية داخل السيرة المراد بعميها قد تخضع المخطر إليه كونه ليس الجهة التي قامت بمصادرة السيرة واضوع الإخطار مع حفظ كافة حقوق المخطر الأخرى ...

١١

الكاتب العدلي

١١

[illegible][illegible]

الخطبة

إعلان إجتماع خيرة

العدد ١٣٦٦ بتاريخ ٢٠٢٠/١٠/٢٠

70021

حضور اجتماع الخيرة

في الدعوى رقم 2022/716 تعيين خيرة - دبي

المتنازع ضد: مينا عبدالووف حبيب سعيان.

في الدعوى المذكورة أعلاه بناء على تفكيك محكمة دبي، بندي خيرة حسايباً في الدعوى المذكورة أعلاه الرقوعة من: مريم عماد عزمي جندى (المتنازعة) ضدكم، وعليه يرجى حضوركم في جلسة الخيرة أ و كلاً معتمداً بملئكم وتقديم ما لديكم من مستندات تخص الدعوى وذلك يوم الاثنين الموافق 24/10/2022 في تمام الساعة 06.00 مساءً في مقر مكتب الخبير/ محمد علي خليفة بن حميدان الفلاسي/ إمارة دبي - شارع الشيخ زايد - مركز مزايما سنتر مدخل ب - الطابق 1 - مكتب 1010

موبايل: 0506551333

هاتف: 044328643

الخبير الحسايبى

محمد علي خليفة بن حميدان الفلاسي



الإمارات العربية المتحدة

وزارة العدل - الشؤون الفنية والتعاون الدولي

إدارة الكاتب العدل والتصديقات (الشارقة)



70533

العدد ١٣٦٧٦ بتاريخ ٢٠٢٢/١٠/٢٠

إخطار عدلي باءا

برقم المحرر 022/0084192

المحضر / شيبث نثار شوري - الجنسية: الهند - اعمل محاماً منذ ١٩٨٦ رقم المحرر 784198735381336 وبمقتله باءا السيد / موشين كومار ميديا سوبسيت - الجنسية: الهند - اعمل محاماً منذ ١٩٨٦ رقم المحرر SH20210408A11830

المحضر / الشارقة - الدولة: عمان، هاتف رقم: 0507824332

المحضر / ابيه / شيبث نثار عاري شيل - الجنسية: الهند - يعمل محام رقم 784198379514353

المحضر / الشارقة - الهاتف رقم / هاتف محام / 0557083036

الغرض / إخطار عدلي باءا على مبلغ 7500 درهم

إخطار عدلي باءا على مبلغ 7500 درهم (سبعة آلاف وخمسة مائة درهم) علاقة تجارية بين

الطرفين حيث ان بتاريخ استحقاق الشيك لعدد المصارف الشيك لا اوجد اريد ان يصرّف صرف الحساب معلق

وبمقتله كالتالي: الشيك: 000008 رقم 7500 درهم بتاريخ استحقاق 2021/01/21 والصحوب على بنك

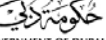
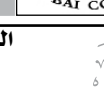
أ.أ.أ. أمينة الوهيتي رقم ٤٢

وصيت ان ابرني عليه دمج باءا بقاءا بمبلغ مريض تاريخ استحقاقه والطالبة الويدية مرأوا وتكرن وادع

اجراءات ذلك، فأنشأ محضره بضرورة سدالة المبلغ المذكور. كل من خمسة ايام من تاريخ الإخطار لم يندسخر لاتخاذ

الاجراءات المذكورة. واطلب من السيد الكاتب العدل التوثيق على هذا الإخطار لعلهم بما جاء به.

إخطار عدلي باءا

 حكومة دبي GOVERNMENT OF DUBAI	حكومة دبي محاكم دبي	 محكمة دبي DUBAI COURT
[70197]	العدد ١٣٦٧٦ بتاريخ ٢٠٢٢/١١/٢٠ انذار عدلي بالنشر رقم (2022/151216)	 المندوب : قصر الملوك للعقارات (ش.م.خ.) النشرة النذرة والإعلان العدلي الثاني للنشر الإلزامي يطلب مبلغ (12600 درهم) لتجديد القيمة المدفوعة للخدمة القضائية للشيك المبلغ (3) الفروي في 2022/4/25 والتشيك رقم (4) شهر (ثلاثون يوماً) من تاريخ إعلان النشرة الإلزامية بالإصدار المائل مع ما يستجد من قيمة إيجارية، حالة عدم سداد القيمة الإيجارية المطالب بها تخطر الإنذار إليه أنه بعد انتهاء القيمة القانونية تستعظم الشفعة لأخاذا كافة الإجراءات القانونية طبقاً للقانونية بخصوص المطالبة بالإبلاخ مع المطالبة بسداد القيمة الإيجارية حتى تاريخ الإبلاخ التام مع حضار شهادة براءة عدم من الكرهاء وإليه وساد رسومها وتحفظ النشرة بحقها القانوني كاملاً بمطاعته بعبارة (أنا يا موصوفين عن العقل والضررعين أي تأخير أو أعمال صيانة - مع إلزام النذر إليه تحمل كافة الرسوم والضروقات وأتعاب المحامة.



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محاكم دبي
DUBAI COURTS

العدد ٣٣٦٦ بتاريخ ٢٠٢٢/١٠/٢٢

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم ٧٦٧/٢٠٢٢/٢٥٢ تنفيذ شكايات

70197

الخطوة ١ :دعوة التفتيش التام رقم ٢٣

موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المرجح رقم (٠٠٠٠٠) والصادر من بنك البلاد بقيمة (٢٥٠٠٠٠) درهم - وضع الصيغة التنفيذية على الطلب الملاحق - اذ اتمت المقتضى بداءه مبلغ وقدره (٢٥٠٠٠٠) ريال سعودي اذ لم يوفى وخمسائة اذ لم يوفى سعودي طالب التنفيذ ٢ - منع المقتضى عدم من السفر والمصلحة على جميع ما ورد ومعارض الدولة - اذ اتمت المقتضى بداءه بالرسوم والحسرات. طالب التنفيذ ٣ - توعية فيرون التجارية

عنوانه: الامارات - اماره دبي - برودي دبي - شارع الشيخ زايد - مبنى برج لطيفة - شقة الطابق ٣٧ مكتب ٣٧-٧

١- مهدي بن جيمان بن مهدي القرني - صفته : منفذ ضده

موضوع : اذ اقام المقتضى الدعوى التنفيذية الملاحقة بالبرق والتمك بدفع المبلغ المقتضى به وقدره (٢٥٠٠٠٠) درهم الى طالب التنفيذ او خزينة المحكمة ، عليه ان اداء المقتضى مستأجل الاجراءات التنفيذية بحكمه في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ نشر هذا اعلان.

د. نديم الشعيبة



GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة التنفيذ



DUBAI COURTS

70197

العدد ٢٠٢٢/١٠/٢٠ بتاريخ ١٣٦٦ هـ

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

٢٠٢٢/١٠/٢٠ تنفيذ شيكات

تفاصيل الإعلان بالنشر

الى المنفذ ضدّه - حمدان عبدالله عبد الوهاب أبو طله

مجهول محل الإقامة

بما ان الطالب التنفيذ/ طلال غازي سعيد

قد أقام عليكم الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامكم بدفع المبلغ المنفذ به

وقدره (١٦٧٥٠) درهم الى طالب التنفيذ او خزينه المحكمة.

وعليه فان المحكمة ستباشر الاجراءات التنفيذية بحقك في حالة عدم الالتزام

بالقرار المذكور خلال ١٥ يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

نئيس الشعبة

[illegible]



GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



DUBAI COURTS

70392

العقد ١٣٦٧/٢٠٢٤ بتاريخ ٢٠٢٢/١٠/٢٠

اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في التنفيذ رقم ٧٥٦٢/٢٠٢٢/٢٥٣ تنفيذ شيكات

١٤

منظورة في الدائرة التنفيذية التاسعة رقم ٣٣٠

موضوع التنفيذ : المطالبة بقيمة الشيك المراجع رقم (١٠٠٠٥٧) والصادر عن المئفف ضده من بنك دبي الاسلامي بقيمة (١٨١,٤٢٣) .

طالب التنفيذ : فخري وخوانه تجارة الكيفيات م.م.م وبمسئله السيد/فخر الدين ديوان اصغر علي

عنوان الامارات - امانة الشارقة - المرحبة - الشارقة - مبنى بناية الحصن - ١٢٠٢ - السوق

المطلوب ايلانه : ١- شرحة كما لايت لامعالم الكهروميكانيكية ش.م.م. - صفته : مئفف ضده

موضوع الإعلان : قد اقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المئفف به وبقدره (١٨٥٥٧) درهم الي طالب التنفيذ في خزينة المحكمة . عليه فان المحكمة ستباشر بالاجراءات التنفيذية بحقكم في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (15) يوما من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعيبة

[illegible][illegible]



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محكمة دبي

محكمة دبي الابتدائية



محكمة دبي
DUBAI COURTS

70197

العدد ٣٦٧٦ بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢٠

اعلان بالقرش

في المنازعة رقم: ٢٠٢٣/٤٦١/٣٦٥١ نزاع محدد القيمة

الجزء

المختومة في: التسمية الدولية للمنظمات الثالثة عشر رقم ٦٧٢

موضوع المنازعة: الزام التنازع بصداء مبلغ (١١.٠٠٠) درهم مع الفائدة القانونية بواقع ١٢٪ من تاريخ الاستحقاق وتنام التزايد والرسوم والصاريف والعباءات الحاماة .

التنازع سيتهافتات موفر خدمات الشركات

عنوانه الامارات - امارة دبي - شارع ال مكتوب - برج الريم - الطابق الثالث مكتب رقم ٣٠١

ومثله: موسى موسى موسى موسى

المطوب لانه: ١- كريستين جونيور ديولا - صفته: مستشار ضده

الافتاد الاعلان : قد اقام عليك الدعوى وموضوعها الزام التنازع ضده بصداء مبلغ (١١.٠٠٠) درهم مع الفائدة القانونية بواقع ١٢٪ من تاريخ الاستحقاق وتنام التزايد والرسوم والصاريف والعباءات الحاماة-

وحدثت لها سلسلة من الاتيين الموافق: ٢٠٢٣/١٠/٢٤ الساعة: ٩:٠٠ صباحا بصداء التناقصي من بعد لذا

فانت مكتب بالخصو و من يملك قانونا عليك بتقديمك من لديك من مذكرات او مستندات للمحكمة

قبل الجلسة بثلاثة ايام على الأقل.

رئيس القسم

[illegible][illegible]



GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



DUBAI COURT

70363

العدد ١٣٦٦ بتاريخ ٢٠٢٢/١٠/٢٠

اعلان بيع عقار بالنشر

عن الدعوى رقم 239/2021/250 - بيع عقار مرمون

الخاتمة في فترة التفتيش الزمنية 186

موضوع الدعوى طلب حجز وبيع عقار مرمون رهنًا تأمينيًا من المدعى لصالح البنك الأهلي السعودي، بطلب التفتيش الأول (سج. ح.) (بطلب التفتيش الأول سابقاً)

عنوانه: إمارة دبي - ديرة - شارع أبو بكر الصديق - بوابة الخليج الأول ومحلته المختار مكتب الثقة والمحاماة والاستشارات القانونية التأسيسية بالنشر - شارع كورنيش الخان - برج الهند ؟ مقابل ؟

الطلب إعلانه: فريش عمر سيلر - عنوانه: التماس المدينة 2351 ديفرود شارع كستينجيز 29 فيلا 29

frenniemay@gmail.com - 004367762404774 - 6

موضوع الإعلان التفتيش فريش عمر سيلر بن التماس المدينة 2351

انه في يوم الأربعاء الموافق 2022/10/26 الساعة 05:00مذ في الأيام المثلثات القادمة على (شركة الإمارات للخدمات المالية) سيجري بيع العقار الموصوفه أوصافه أدناه لدى الجهة التي أنشئت بها البيع (شركة الإمارات للخدمات المالية) ومقرها الإلكتروني www.emiratesauction.com وعلى راعيي الشراء ايداع 20% من ثمنه الاساسي قبل دخول المزاد وتكفل من اداء ائتمان على البيع المتقدم

تأمينين لا يقل عن 20% من ثمنه الاساسي قبل دخول المزاد وتكفل من اداء ائتمان على البيع المتقدم

ايعرضه معززاً بما يبرره من مستندات قبل الجلسه المخصصه للبيع وبيع الفواعيد المبينه بالعدد 301 من الجلسه والاجراءات المعلنه على ان مستطافه اولى كامله التاثير والصورفيل خلال عشره ايام التاثير

للمجلسه الاولى وكل جلسه تليها شخص برع معتمود من الجهة التي يديره ضمن التمثل خلال ايام التاثير

المجلسه الاولى تليها ثلثه ايام من تاريخ اداء ائتمان من اربع ايام على ايقوم ايداع كامل المرسوم والصورفوات

خزينه الحكمه وقياسها وفيها يلي اوصاف الممتلكات، موصوفات العقار: وحده عقاريه - الحفظة : برج خليفة - طابق الارض 136 - المساحة : 170.76 متر مربع - فريش 1، فريش 1 - ا - المبنى: زيبديس 2 - تاور

في رة الوحده: 1201 - التقييم : 3.895.609.12 درهم وبيع له على عطاء

ملاحظات: 1 - بدفع الفريش فوراً،

محاكم دبي

محاكم دبي الاماراتية



العدد ١٣٦٦ بتاريخ ٢٠٢٠/١٠/٢٥

إعلان بيع عقار بالنشر

رقم الدعوى رقم / 250 / 2021 - بيع عقار مهرون

الخاتمة في جلسة التفتيش الاربعة راءة 186

موضوع الدعوى : طلب الحجز و بيع عقار مهرون عبارة عن حلاية في اراضي دى : منطقة وادي الصفا 6 - رقم الارض 1414 حلاية 189 والمقرر بالتصريح باستلام مبلغ 2109897.48 درهم من قبل المبيع بالخاز.

طالب التفتيش : بنك اس والجمعية الواسي (ش.م.ع)

عنوانه : (أراضي دى : شارع 5) متدريج من شارع مشرف - بنياية نهال 3 القصيص 2

الطلبات الاعلان : الحليته المحبورة

عنوانه : أراضي دى : منطقة وادي الصفا 6 رقم الأرض 1414 حلاية رقم - 189 0503791727 tmyurov.khagan@gmail.com

موضوع الاعلان : الشفح فضاء ، حاجان تعويظ

في يوم الثلاثاء الموافق 20/26/2021 الساعة 05:00:00م على البيع العميم الثلث التالتين ان القضاة الحال سيجري على علن العاير الاوصحة اوصافه اثناء ذلك الجهة التي أنيط بها البيع (مركبة الاجامرات التفتيش الى موقعها الالكتروني ان <http://www.emiratesauction.com>) وعلى (وغيبي الشراء بالبيع تأمين ليقبل ما 20% من الثمن الاساسي قبل دخول المزاد العلني ومن ثمة لديه اقتراض على المبيع باعتباره ضمانة معززا بما يبرره من مستندات قبل الجلسة للبيع والبيع العميم الجلبه بالمادة 301 من قانون الاجراءات المدنية وعلى من يتقدم بطلب اولى كامل الثمن والعرض افلال شرط اولى العرض قبل الجلسة على كل شخص قبل ميعون من ان يعلن ان يوافق بمبلغ كامل الثمن المعرض للعرض واصرفوا طلبة المحكمة ويهابي على بيان اوصاف المتكاثبات ، وحيدة التعارض : واحدة عشوائية : النقطه : 1414 رقم الأرض - 189 - 1282 - المباشرة : 684.684.488.900 - رقم المشتى : RGAAL Reem II .TH -189 - مبلغ : 2.915.961.861 درهم

ملحوظات : 1- أي مبلغ خورا

[illegible]



منوعات

الفجر

26

تراث الإمارات ينظم محاضرة عن التراث العمراني في الإمارات

والتطبيعية الإماراتية على خريطة الثقافة
كما تحدث عن خصائص البيو
المختلفة، إضافة إلى عمارة الم
والمساجد، والأسواق القديمة، و
مثل مواد البناء، والأبواب، وأب
وغيرها من العناصر.
كما تحدث عن مشاريع الحفاظ
في إمارات الدولة، لاسيما الحد
أيضاً المباني الحديثة في المناء
اتساقها مع محيطها التراثي الع
من المباني من دبي.

ينظم نادي تراث الإمارات الثلاثاء في مقره بالبليطين، محاضرة بعنوان «التراث العمراني في دولة الإمارات العربية المتحدة»، تحدث فيها سعادة رشاد محمد بوخش، رئيس جمعية التراث العمراني، رئيس أيكوم الإمارات. وأشار بوخش في حديثه إلى أهمية الحفاظ على التراث العمراني التي تتبع من دوره في ترسيخ وتنمية الهوية الوطنية، وتنمية الاقتصاد الوطني بتعزيز السباحة الثقافية، منها بضرورة وضع المواقع الأثرية



تنظيم برنامج ثقافي للألكسو بمدرسة ابن حزم الثانوية

احتضنت مدرسة ابن حزم الثانوية للتعليم الأساسي والثانوي للبلديات بمنطقة التمامة في عجمان أحد البرامج الثقافية المنددة على المستوى العربي في إطار برنامج السفير في العادة للثقافة لدى المنظمة التثريبية والتعليم والعلوم والذي يشمل نشاطات وفعاليات ثقافية على المستويات المحلية والإقليمية والعالمية.

استهل البرنامج بكلمة رسمية نظمتها الألكسو قدمها الأستاذ الدكتور مراد حمدوي في المجلس التنفيذي والمؤتمر والمقام بأعمال مدير الثقافة فيما قدم الدكتور أحمد حبيبي الخبير بإدارة الثقافة بمظنظمة الألكسو عرضاً تعريفاً حول الأوبديا العربي للعلوم التي يهدف إلى تعزيز



دولة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محاكم دبي
DUBAI COURTS

70021

العدد ١٣٦٦ بتاريخ ٢٠٢٢/١٠/٢٠

اعلان محضر حجز بالنشر

في التنفيذ رقم ٦٥١/٢٠١٥/٢١١ عقاري

المطروقة في: دائرة التنفيذ الرابعة رقم ١٨٦

موضوع التنفيذ : تنفيذ الحكم الصادر في الدعوى رقم ٢٠١١/٣٨١ عقاري كلى والعدل

بالاستئناف رقم ٢٠١٤/١٩٠ استئناف عقاري بسداد المبلغ المتخذ به وقدره (٣٢٣٢٨.٢٢) درهم

شامل للرسوم والضرائب

طالب التنفيذ : نصيفوق كاسامان رايع أجلو - بصفته وكيلًا عن/عبدالله يافى حاجي مراد

كامل أجلو

عنوانه: بوكاكا الاحامي/بلدر الفرق

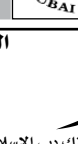
المطلوب ايلانه -١- مجموعة ٢٢ المقارعة الحدودية - صفته : منفذ ضده

موضوع الإعلان : فلنتمك بانه تم الحجز على اموالكم الخاصة وفي حيزه عن الوحدات ارقام

٢٠٢٢-١٠-١٦ ١٣٢٢/١٢/٢٨ رقم ٢١٨٠ بحجز كوكودر بنما على قرار المحكمة الصادر بتاريخ:

رئيس شعبة

الف

 GOVERNMENT OF DUBAI	حكومة دبي محاكم دبي	 DUBAI COURTS
70392	العقد ١٣٦٦ بتاريخ ٢٠٢٠/١٠/٢٠ إفذار عدلي بالتشتر رقم 2022/1/326260 المشتر: بنك دبي الاسلامي (ش م ع) المذتر: اليه : سعد علي شوهاس سلامت علي شوهاس (مجهول محل الاقامة) صيغة الاعلان بالتشتر	



دولة
دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

حكومة دبي

محاكم دبي



محكمة
دبي
DUBAI COURTS

70392

العدد ٢٠٢٢/١٠/٢٠ بتاريخ ١٣٦٦ هـ

إفئاد عدلي بالتشتر

رقم 2022/1326195



(الشتر : نك دي الاسلامي)

النذر ال : محمد نظيم محمد على

(مجهول محل الإقامة)

صيفة الاعلان بالتشتر

(بنذر النذر ال بالاتي :

اولا - سداد مبلغ المديونية والبالغ قيمته 14686 درهم - خلال المواعيد القانونية

ثانيا - إذا لم يتم الشتر ال بسداد البالغ يفرض يقوم النذر اللجوء الى المحكمة المختصة للان

بيع السيارة المرهونة لصالح نك دي الاسلامي ، كبا سراتو - لوحة رقم 53050 -

خصوصي - كود - إمارة دبي - النون رمادي - موديل الصنع 2016 " وفاء للدين

المستحق على النذر ال والبالغ قيمته 14686 درهم ، مغل إخلاء طرف البنك المحط من أي

مسؤولية تجاه أي مستملكات خصمصة داخل موجودة داخل السيارة المرهونة.

الكاتب العدل

منوعات

الفكر

27

نبيلي كريم صعيدية روبي في (حضرة العمدة)

ممثلات في الطريق إلى الشاشة الرمضانية

تستعد بعض الممثلات للبدء في تصوير أعمالهن التلفزيونية المقرر عرضها في شهر رمضان. بعد اعتذارها عن المشاركة في الجزء الثاني من مسلسل "رمضان كريم"، الذي شاركت في بطولة الجزء الأول منه، تعاقدت المغنية والممثلة روبي مع شركة فنون مصر للإنتاج، للقيام ببطولة مسلسل "حضرة العمدة".



العمل لم يعلن بعد عن سيشارك روبي فيه. وهو عن قصة من تأليف إبراهيم عيسى، ومن المفترض البدء في تصويره في شهر أكتوبر/ تشرين الأول المقبل.



وكانت روبي شاركت في السياق الرمضاني 2022 بمسلسل "رائيا وسكينة"، مع الممثلين مي عمر، وأحمد خالد صالح، وصبا الرافي، ومن تأليف محمد صلاح العزب، وإخراج شيرين عادل.

بدورها، وللمرة الأولى في مشوارها الفني، تقدم الفنانة نبيلي كريم شخصية سيدة صعيدية، وذلك من خلال مسلسل لم يكشف عن اسمه بعد. وأعلنت كريم الخبر عبر حسابها على "فيسبوك": "مش هقدم نكد في رمضان الجاي. أقدم مسلسلاً صعيدياً للمرة الأولى في رمضان المقبل 2023". وكان آخر عمل لـ نبيلي كريم من خلال دورها في مسلسل "أمل فائن حربي"، الذي عرض في رمضان الماضي.

تعاقدت الفنانة ياسمين عبد العزيز على مسلسل رمضاني، وذلك بعد غيابها العام الماضي بسبب ظروفها الصحية وسفرها لتلقي العلاج في الخارج. والعمل مأخوذ عن قصة من تأليف ناصر عبد الرحمن، وإخراج مصطفى فكري،

ويجمع للمرة الثانية بين ياسمين وزوجها الممثل أحمد العوضي، بعدما سبق وشاركها من قبل في مسلسل "اللي مالوش كبير" الذي عرض في رمضان 2021.

وتقدم الممثلة ياسمين رئيس، ضمن أحداث مسلسل "الف ليلة وليلة"، شخصية شهزاد. كما يشارك في المسلسل نفسه كل من الفنانة اللبنانية نور، والممثلة المصرية شيري عادل. والقصة من تأليف أنور عبد المغيث وإخراج إسلام خيرى.

ومن خلال شخصية السيدة الصعيدية، تلتقي الفنانة سهير رمزي

محمود الليثي يجسد دور منشد في مسلسل "رمضان كريم"

أنضم المطرب محمود الليثي إلى فريق عمل الجزء الثاني من مسلسل "رمضان كريم" إخراج سامح عبد العزيز وتأليف أحمد عبد الله ويجسد الليثي في المسلسل دور شخص طيب ينشد في الموالد يعيش في الحارة التي تضم أبطال المسلسل من ناحية أخرى استأنف المخرج سامح عبد العزيز منذ أيام تصوير المسلسل بعد توقف عدة أيام بسبب سفر الفنان سيد رجب للخارج.

وقرر صناع المسلسل إلغاء جميع أدوار الفنانين الذين شاركوا في الجزء الأول واعتذروا عن الجزء الثاني، وعدم الاستعانة بفنانين آخرين لتجسيد شخصياتهم، مع الاعتماد على وجود شخصيات جديدة مضافة على الأحداث، وذلك بعد اعتذار كل من روبي، شريف سلامة، ريهام عبد الغفور، سهر الصايغ، محمد محمود عن المشاركة في الجزء الثاني.

وعُرض الجزء الأول من مسلسل "رمضان كريم" في شهر رمضان رمضان 2017، وشارك في بطولته روبي، شريف سلامة، ريهام عبد الغفور، سيد رجب، نجلاء بدر، سهر الصايغ، محمود الجندي، محمد لطفي، صبرى فواز، كريم عفيفي، ميدو عادل، شيرين الطحان، وسلوى عثمان، أحمد صيام، محمد محمود، كريم الأبنودي، ونهى صالح.

وكان من تأليف أحمد عبدالله وإخراج سامح عبد العزيز. دارت أحداث الجزء الأول من المسلسل في إطار اجتماعي حول العادات التي تحدث في شهر رمضان المبارك وما يمارسه الناس من عبادات وطاعات في كل يوم من أيامه وكذلك العادات السلبية التي لا يستطيع بعض الناس التوقف عنها حتى في هذه الأيام الفاضلة كالترش والفتار وغيرها، وذلك خلال قصص اجتماعية ورماسية بين أبطال العمل.

شيكو: فيلم "ابن الحاج أحمد" فى عيد الفطر واستعد لـ "اللعبة 4" قريباً

فؤاد وغيرهمفيلم "ابن الحاج أحمد" بطولة شيكو، سيد رجب، رحمة أحمد، مصطفى غريب، عايدة رياض، الطفل منذر مهران وآخرين، وهو فكرة عمرو سلامة، سيناريو وحوار محمد الحمدي وأحمد محيي، وتدور أحداثه في إطار كوميدى اجتماعى، ويظهر شيكو خلال الأحداث بشخصية بقال يعمل مع والده (سيد رجب) وتجمعهما العديد من المواقف الكوميدية.

وأضاف شيكو، أنه يستعد حالياً للتحضيرات المبدئية والأخيرة للجزء الرابع من مسلسل "اللعبة" المقرر انطلاق تصويره مطلع شهر نوفمبر المقبل، والذي حقق نجاحاً كبيراً بأجزائه الثلاثة التي قدمت الفترة الماضية، من إخراج معتز التونى، وشارك في بطولته كلا من هشام ماجد، شيكو، مي كساب، ميرنا جميل، أحمد فتحي، محمد ثروت، سامي مغاوري، عارفة عبد الرسول، أتوكا، ويومي

قال الفنان شيكو لـ "اليوم السابع"، أنه انتهى من تصوير فيلمه الجديد "ابن الحاج أحمد"، الذي صوره في غضون شهرين على أقصى تقدير، مشيراً إلى أن العمل حالياً في مراحل الإنتاج والمكساج، ليصبح جاهزاً في أي وقت، لافتاً إلى أن العرض المبدئي للفيلم في عيد الفطر المقبل على أقصى تقدير ، مضيفاً أن الفيلم يتضمن العديد من المواقف الكوميدية وتدور أحداثه في إطار كوميدى اجتماعى



الفكر

أفضل المواد الغذائية المفيدة لعمل الكلى بصورة طبيعية

أعلنت الدكتورة داريا روساكوفا، خبيرة التغذية الروسية، أن المواد الغذائية النباتية المصدر، هي الأكثر فائدة لعمل الكلى بصورة طبيعية.

وتشير الخبيرة في حديث لموقع URA.RU، إلى أنه للحفاظ على صحة الكلى يجب أن يضم النظام الغذائي الخضروات الورقية والثمار والخضروات الغنية بالسوائل.

كما يجب أن يكون متنوعا. وتنصح بتناول الأسماك واللحوم غير الدهنية مع الخضروات الطازجة والفواكه.

وتقول، "تؤدي الكلى وظيفة تنظيف الجسم، وإخراج السوائل الزائدة ونواتج عملية التمثيل الغذائي. ولا ينصح بتحميل الكلى كمية كبيرة من الأطعمة البروتينية- لحوم

وأسمك دهنية. لأنها تلحق الضرر بعمل الكلى، لأن نواتج أيض البورين (Purine metabolism) الموجود في بروتينات الأطعمة الحيوانية تعالجها الكلى أيضا".

وتضيف، أكثر المنتجات ضررا للكلى هي منتجات الألبان عند الإفراط بتناولها، وكذلك الأطعمة البروتينية الدهنية. فمثلا، لا ينصح بتناول أكثر من 300 غرام من جبن القريش في اليوم، لأنه بعكس ذلك سيكون له تأثير سلبي في عمل الكلى.

وتقول، "كما يمكن أن تلحق الأطعمة الغنية بحمض الأسكوربيك. وكذلك الفيتامينات المتعددة (Multivitamin) الضرر بالكلى".



دراسة تكشف ضررا دراماتيكيا على الأمعاء تسببه مسكنات ألم قوية وشائعة

يعرف العلماء، منذ فترة طويلة، أن مجموعة من مسكنات الألم الثقيلة، التي تصرف بوصفة طبية، بأنها تسبب في مشاكل في القناة الهضمية، لكنهم لم يحددوا بالضبط كيف يحدث ذلك.

ويمكن أن تسبب المواد الأفيونية القانونية - مجموعة من الأدوية المستخدمة لعلاج الآلام المزمنة والحادة - أثارا جانبية مدمرة. ويعد الغثيان والقيء والإمساك أمرا شائعا للأشخاص الذين يستهلكون عقاقير مثل المورفين والكودامول المشترك.

وتشير دراسة نشرت في مجلة "The American Journal of Pathology" إلى أن الضرر "الدرامي" و "موت الخلايا" في القناة الهضمية الناجمين عن هذه الأدوية يمكن أن يكون السبب الجذري لهذه المشاكل الشائعة.

وعالج الفريق المشرف على الدراسة بعض الفئران بالمورفين، وهو مسكن ألم قوي من فئة الأفيونيات، وبعضها الآخر بعلاج وهمي.

ولاحظ الفريق في الفئران التي أعطيت الدواء المسكن، تراكما في حامض المعدة وإفراغا أبطأ من المعدة، والذي بدا أنه يسبب تلفا في أحشاء الفئران.

وإفراغ المعدة هو عملية إزالة الطعام من المعدة. وكلما استغرقت هذه العملية وقتا أطول، بقي الحمض لفترة أطول في المعدة، ما قد يؤدي إلى التهاب الأنسجة المحيطة.

وأوضح العلماء أن المورفين أدى إلى "اضطراب كبير" في الخلايا التي تنتج المخاط وكذلك الخلايا التي تغلف المعدة، والمعروفة باسم المنطقة الغدية. كما لاحظوا أن هناك زيادة في عدد الخلايا الميتة أو "الخلايا المبرمجة".

ويضيفون أن هذه العلامات هي سمات نموذجية لـ "تلف المعدة". وبشكل مثير للصدمة، لاحظ العلماء "انتفاخا دراماتيكيا" في الحيوانات. ولوحظ أن حجم معدة الفئران التي أعطيت المورفين زاد ثلاث مرات مقارنة بالفئران التي تستخدم الدواء الوهمي.

ويعتقد العلماء أن المواد الأفيونية مرتبطة ارتباطا وثيقا بمادة كيميائية تسمى السيتوكين "إنترلوكين 6" (Interleukin 6 أو IL-6). وتحوي العينات التي أعطيت المورفين على "مستويات مرتفعة" من هذه المادة الكيميائية.

والفئران التي لم يكن لديها مستويات عالية من السيتوكين IL-6 لم يكن نفس الآثار السلبية من المورفين.

ويشار إلى أن "إنترلوكين 6" هو مادة كيميائية مرتبطة بشدة بظهور الالتهاب في جميع أنحاء الجسم.

ونظرا لأن الدراسة استندت إلى الفئران، فلا يمكن التأكيد من أن هذا التأثير يتعلق بالبشر وقد تكون هناك حاجة لمزيد من التجارب.



امرأة تلقي الزيتون في الهواء لفصلها عن الأوراق خلال موسم قطف الزيتون في جنوب لبنان. (رويترز)

قرأت لك

الفجل الحار



أعلنت الدكتورة فيكتوريا لازاريفا، خبيرة التغذية الروسية، أن للفجل البري (الفجل الحار) خصائص فريدة لذلك من الضروري إضافته للنظام الغذائي.

وتشير الخبيرة في حديث لوكالة نوفوستي الروسية للأنباء، إلى أن فوائد الفجل الحار عديدة وتستحق

الاهتمام. وتقول، "هذا نبات فريد من نوعه بخصائصه العديدة المفيدة. فهو يحتوي على فيتامينات C و E و PP و B. كما أنه غني بالعناصر المعدنية الدقيقة والأحماض الأمينية والألياف الغذائية. وأن تركيز فيتامين C فيها يفوق تركيزه في الليمون. وحدته ناتجة عن احتوائه على زيت الخردل، الذي يمتاز بخصائص مضادة للميكروبات والفيروسات. أنه مادة غذائية مفيدة ويجب على الذين ليس لديهم مشكلات صحية تمنع تناوله، ضمه إلى نظامهم الغذائي".

وتضيف الخبيرة، يجب الامتناع عن تناول الفجل الحار في جميع حالات تفاقم أمراض الجهاز الهضمي، ويجب على النساء تناوله بحذر أثناء الحمل والرضاعة.

سؤال وجواب

• ما هي أول بلد عزفت النشيد الوطني؟

الولايات المتحدة.

• ما هي أعلى الشلالات في العالم؟

- أعلى شلالات العالم هي شلالات سوزولاند في الجزيرة الجنوبية لأيسلندا

• في أي مدينة تقع منظمة الصحة العالمية؟

- في مدينة جنيف بسويسرا

• ما هو أثقل الحيوانات بالعالم؟

الحوت الأزرق.

• ما هو الاسم الذي كان يُطلق قديماً عن الذهب؟
الأصفر الرنان.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن أول من وصف أعمال التقطير والتبلور والتذويب والتحويل هو العالم الإسلامي جابر بن حيان. الذي يعد من علماء العرب المشهورين. وله شهرة كبيرة عند الأفرنج بما نقلوه من كتبه في بدء يفظتهم العلمية.
- وهو أول من أدرك أهمية الاختبار العلمي فأكد عليه خطا خطوات واسعة في سبيل تقدم الكيمياء. ويعتبر هو مستكشف حامض الكبريتيك وماء الذهب والصور الكاوية.
- هل تعلم أن أول من بنى المدارس في الإسلام هو نظام الملك الملقب بقوم الدين واسمه الحسن بن علي بن اسحق بن العباس وهو أول من لقب ب أتاكبك. وهو أول من بنى المدارس لطلاب العلم فبنى نظامية بغداد، ونظامية نيسابور، ونظامية طوس ونظامية أسبهان. وكان أول من ولي التدريس في المدرسة النظامية ببغداد أبو اسحاق الشيرازي شيخ الشافعية في وقته.
- لا توجد درجة تجمد محددة للبينزين، فقد يتجمد في درجة 82- أو 115- مئوية.
- الأسبيرين هو أول عقار طبي تم تقديمه في صورة أقراص تذوب في الماء، وكان ذلك في سنة 1900م.
- يتكون النشيد الوطني لكل من اليابان وسان مارينو والأردن من ثلاثة سطور فقط.
- لم يكن يسمح للنساء بالتصويت في الانتخابات في فرنسا حتى عام 1944م.
- النحلة تحرك جناحيها 160 مرة في الثانية.
- ملكة النحل يمكنها أن تضع 3000 بيضة في يوم واحد.

قصة

الفلاح الفقير

في إحدى قرى الصين القديمة كان يسكن فلاح فقير وله بنتان جميلتان تركتهما مهمما صغارا ورحلت عن الدنيا، فتزوج الفلاح الفقير إحدى النساء لتربيتهما فولدت له ابنة ثانية كانت مثل أمها ليس لديها أي شيء من الجمال، كبرت البنات الثلاث ومع الأيام كانت الزوجة تقسو على البنتين الجميلتين بلا سبب وتحملهما مسئولية البيت وكل شيء وتجلس هي وابنتها القبيحة تتفرجان، ومع الوقت جاء العرسان من كل مكان يطلبون أيدي الفتاتان فاستعمل الأب زواجهما وتزوجا بالفعل من شابين ميسوري الحال ومن عائلتين غنيتين مما رفع من شأن الفلاح. أما الابنة الثالثة فقد جاء وقت زواجها ولم يتقدم أحد لها فهي تفتقر للجمال والأدب أيضا ومتسلطة ومتجرفة مثل أمها تماما، وكما وجدت نفسها وحيدة لا يسعى أحد للزواج منها أصبحت تبكي الليل مع النهار حزنا على نفسها، وفي إحدى المرات وبينما كانت تجلس تحت شجرة اللوز وجدت الفتاة عصا تبرز من الأرض وكان أحدا ما غرزاها ليداريها خلف الشجرة، فمدت يدها وانتزعتها فتأوهت العصا في يدها مما جعل الفتاة تخاف وترتجف وتلقي العصا بعيدا عنها فصرخت العصا وقالت لا ترميني بل اطلبي مني ثلاث أمنيات أحققها لك في الحال جزء لك، وأطمئنت الفتاة واقتربت لتمسك بالعصا وتقول لو كنت صادقة اجعليني جميلة جداً، وزوجيني برجل غني جداً، واجعليني أحكم تلك القرية. فقالت العصا اذهبي لتنامي الآن وفي الصباح لك كل ماتمنينه، ذهب الفتاة وحكت لأمها وأباها ما حدث فلم يصدقاهما لكن في الصباح استيقظت لترى نفسها أجمل البنات، وجاء من يطلبها عروسا وهو حاكم القرية وبعد فترة من الوقت عاتب الأب ابنته وقال لها لماذا لم تطلبي شيئا فيبدنا جميعا كان يكفيك زوجا غنياً حييك، أما الأبنيتان الأخرتان فكان يمكن أن تكونا للقرية ومن فيها، فاعلظت الفتاة القول لأبيها وقالت له لا أنا أهم من كل شيء في هذه الدنيا، وفي الحال عادت الفتاة كما كانت قبيحة وفقيرة وتركها زوجها في الحال فندمت وأسرت إلى عصاها وقالت أرجوك أيتها العصا السحرية أعيدي لي جمالي فقالت لها أنت أنانية ولا تستحقين ذلك، لو كنت أحسنت معاملة والدك لأحسنت معاملة لك لك لا تستحقين إلا أن تكوني قبيحة.. منذ ذلك اليوم تعيش تلك الفتاة وحدها مع قباحتها.

