

ص 22

سعيد بن محمد آل نهيان يشهد
حفل تخريج برنامج البيارق
لطلبة المدارس في العين



ص 27

المخرج داني بويل
ونظرة جديدة إلى
فيلمه Trance



المراسلات: ص 505
email.munawaat@alfajrnews.ae

السيمفاساتين يؤثر بالتمارين الرياضية

كشفت دراسة علمية حديثة أشرف عليها باحثون من جامعة مسوري الأمريكية، بأن عقار السيمفاساتين يحد من التأثيرات الإيجابية للتمارين الرياضية التي يمارسها الأشخاص المصابون بالسمنة وفرط الوزن، والمرتبطة بعدد من الأمراض المزمنة أبرزها مرض السكري وأمراض القلب وارتفاع الضغط الدموي المزمن. وهذا العقار ينتمي إلى مجموعة ستاتين الخافضة للكوليسترول، والتي تعد من أشهر الأدوية على مستوى العالم، وتستخدم للحد من مستويات الكوليسترول والحد من فرص الإصابة بأمراض القلب. وقال الباحثون أن كثيرا من المرضى الذين يستخدمون هذا النوع من الأدوية غير قادرين على التمتع باللياقة البدنية اللازمة حال ممارستهم الأنشطة الرياضية، وسيبحثون في الفترة المقبلة عن تقليل جرعة العقار أو استخدام عقار آخر تماما من عائلة ستاتين للاستفادة من نتائج ممارسة الأنشطة البدنية وتقليل فرص الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني والعديد من الأمراض المزمنة.

سامسونغ تعترم طرح

غلاكسي أس4 ميني

تسربت مؤقثا على متجر تطبيقات شركة سامسونغ الكورية الجنوبية صورة عن هاتف مصغر من هاتفها الذي الأخير غلاكسي أس4، حيث ظهرت تحت اسم غلاكسي أس4 ميني، مما يدعم التوقعات العديدة التي تشير إلى أن الشركة ستكشف عن هذا الهاتف خلال الفترة القريبة المقبلة. وكان موقع تي.جي سيوت الإلكتروني المتخصص في الأخبار التقنية، أول من رصد هذا الهاتف صدىة عندما حاول عرض تطبيق معين بحسب الأجهزة التي تدعمه، فظهر اسم الهاتف المرتقب ورمزه وصورته ضمن قائمة الهواتف الداعمة لذلك التطبيق. وبحسب التسريبات السابقة التي أشارت إليها مواقع إلكترونية مثل سلاش غير وتيك كرنش وياهو وغيرها، فإنه يتوقع أن يأتي هذا الهاتف -الذي يحمل رقم النموذج جي.تي. 9195- بشاشة قياسها 4.3 بوصات بدقة 540x960 بكسل، وبمعالج 1.6 غيغاهيرتز وبكاميرا خلفية بدقة ثمانية ميغابكسل.

كيف يكتسب طفلك مهارات التنظيم؟



فن التنظيم مهارة تساعدنا على النجاح أو تعيق طريقنا خلال مسيرتنا في الحياة. لذلك تعليم الأولاد التنظيم منذ نعومة أظفارهم يحسن قدرتهم على إنجاز مهام مختلفة.

تعزز مهارة التنظيم ثقة الأطفال بأنفسهم وبقدراتهم، فضلاً عن أنها تبسط حياتهم. صحيح أن التنظيم مهارة أساسية في الحياة، إنما يسهل على ولدك تعلمها بسرعة أكبر إن كانت تتماشى مع الحاسة الأقوى لديه. وبدل أن تجعل الترتيب والتنظيم واجباً منزلياً، استمعي باكتشاف طريقة تفكير ولدك خلال محاولته اكتشاف نظام الترتيب والتنظيم الذي يلائمكما.

حاسة اللمس
يميل الولد الذي تكون حاسة اللمس لديه الأقوى إلى التنظيم وفق فئات وقواعد تنظيم محددة، وإن لم تكن الأشياء التي يحتاج إليها أمامه مباشرة حين يريد استعمالها، فقد ينساها. لذلك يجب وضع الفرشاة ومعجون تنظيف الأسنان على المغسلة، لا في خزانة الحمام. كذلك من الضروري أن تكون حقيبة المدرسة قرب الباب، وأن تكون ملابس مرتبة وجاهزة ليرتديها ما إن يخرج من الحمام أو ينهض من السرير. يجب أن يقوم التنظيم على عملية تنظيف وتخزين سريعة في دلو أو علية... حتى عند التعامل مع الملابس وأغراض المدرسة. من السهل وضع الأحذية في حوض كبير عند الباب، ومن الممكن تنظيم كتب المدرسة في علب ملونة ترتب وفق المواضيع. أما عدة الرياضة، فيستطيع العثور عليها بسهولة عندما تُعلّق في أكياس شبكية.

حاسة النظر
يجيد الولد صاحب حاسة النظر القوية الترتيب والتنظيم عندما يحدّد لكل شيء مكاناً خارج نطاق بصره. قد يبدو لك ذلك مخالفاً لطبيعته، إلا أن هذا الولد يستمتع بترتيب أغراضه ومعرفة مكان كل منها بالتحديد، لكنه يُفضّل عادة أعداد لألوان تذكره بها، ويجب أن تكون هذه مكتوبة بترتيب ومحفوظة في مكان خاص. عندما ينظم هذا النوع من الأولاد خزائنهم وأدراجهم، يتبعون نمطاً يعتمد على اللون أو الحجم أو طريقة الاستعمال، لذلك اسمحي لولدك بترتيب أغراضه وفق التصنيف الذي يختار. والأهم من ذلك أنيحي له عرض ما يشاء على رفوف الجدران ليتباهى بمجموعاته الكثيرة.

حاسة السمع
قد يبدو لك أن الولد الذي يتمتع بحاسة سمع قوية يكره التنظيم والترتيب. لكن جنونه هذا يتبع نمطاً محدداً أشبه بالفوضى الخلاقة، لذلك من المهم أن تتعاوني معه بدل أن تقومي بأعمال الترتيب والتنظيم عنه. لا يعني ذلك أن هذا

ببغاء يرشد سائق إلى مالكة

أرشد ببغاء، نسيه صاحبه على متن حافلة في الصين، السائق إلى مسكن مالكة من خلال عبارة راح يرددتها. وذكر موقع صحيفة غلوبال تايمز امس أن سائفاً في مدينة جينان وجد على متن الحافلة التي كان يقودها صندوقاً فيه ببغاء ورزومة أدوية. ولم يعرف السائق صاحب الصندوق ولكن الببغاء راح يردد عبارة أتمنى أن يشفى جميع الأولاد قريباً. وتمكن الرجل من الربط بين الأدوية وعبارة الببغاء ليتسنى أنه ينتمي على الأرجح إلى مستشفى للأطفال. وبعد إجراء عدد من الاتصالات اكتشف أن صاحبه يعمل بالفعل في مستشفى أطفال محلي وتمت إعادته له.

ترزق بمولود بعد 19 حالة إجهاض

عاشت بريطانية حالة من السعادة المفرطة بعدما زرقت بطفلة هي الأولى لها ولزوجها بعد عذاب استمر 15 سنة تعرضت خلالها لـ 19 حالة إجهاض. وأفادت صحيفة صن البريطانية انه بعد طول انتظار وبعد ألم مرير، تنتهم جو 37 سنة باحتضان ابنتها الأولى التي أتت بعدما أجهضت 19 مرة خلال 15 سنة. وأشارت إلى ان العائلة لم تشعر بالراحة إلا بعد خضوع جو لجراحة غيرت مجرى حياتها. يشار إلى ان جو وزوجها ستيف 38 سنة يحاولان الإنجاب منذ العام 1997، وهي السنة التي شهدت أول حالة إجهاض تلاها 18 حالة أخرى، ما دفع الخبراء والأطباء إلى فقدان أي أمل بإمكانية استمرار حمل المرأة. يذكر ان جو هي واحدة من 1.5 مليون امرأة تعاني من حالة جنينية غالباً ما تحول دون الحمل، لكن جراحة استمرت 4 ساعات استؤصل خلالها نسيج يتسبب بالإجهاض كانت الوسيلة التي حققت حلم الزوجين بالإنجاب. وحملت جو بعد شهرين من الجراحة وكان الحمل جيداً وقد أنجبت من دون مسكنات خوفاً من إيذاء الجنين. وقالت جو ان الأمومة رائعة وهي شيء طالما رغبته به.

العصائر قد تصيبك بحصى الكلى

كشفت دراسة أميركية أن النشادر التي تطلب بالإكثار من تناول العصائر والسوائل قد يكون لها آثار عكسية، إذ أن نوعية تلك المشروبات وكميتها تؤثر في تشكل الحصى بالكلى. ووجدت الدراسة التي نشرتها مجلة الجمعية الأميركية لأمراض الكلى أن من يعاني الآما بسبب وجود حصوات في الكلية، كان يتناول مشروبات غازية أو عصائر محلاة بمعدل كوين يوميا. كما رأت أيضا أن بعض المشروبات كاشاي الأخضر والقهوة وعصير البرتقال لا ترتبط بتشكيل تلك الحصوات. وقامت الدراسة التي أجراها باحثون في مستشفى بريغهام أند ووميون الأمريكي، بجمع بيانات استقصائية لثلاث دراسات واسعة النطاق شملت نحو مائتي ألف شخص لم يعانون سابقا من تلك الحالة. وركزت الدراسة على النظم الغذائية وأسلوب الحياة والصحة، بما في ذلك مقدار ما يتم شربه من عصائر ومشروبات. ولم تثبت تلك الدراسة بعد أسباب ونتائج تشكل الحصوات في الكلى، لكن الباحثين يشيرون بأصابع الاتهام إلى السكر الموجود في تلك المشروبات ودوره في معالجة بعض العناصر الغذائية وتحويلها بالتالي إلى حصى. وقال اختصاصي المسالك البولية أحمد زعزوع لسكاي نيوز عربية إن هذه الدراسة ركزت على الدور الذي تلعبه المواد السكرية في تشكيل حصى الكلى. وأضاف: هناك 3 نظريات تتناول تأثير السكر في الجسم على تشكيل الحصى، وأولها أن المواد السكرية قد تؤدي إلى إخراج الكالسيوم من الجسم. وتابع: ثاني نظرية تقول إن المواد السكرية قد تؤدي إلى زيادة نسبة اليوريك أسيد في الجسم، أما النظرية الثالثة فتقول إن المواد السكرية تؤدي إلى السمنة التي تؤدي بدورها إلى زيادة حامضية البول الأمر الذي يؤثر بدوره على نسبة الكالسيوم واليوريك أسيد في الجسم.

اكتشاف كائنات حية جديدة

اكتشف علماء الأحياء هذا العام العديد من الكائنات الحية الجديدة التي تضم تعابين وقردة ونباتات من كل الأنواع التي أثار دهشتهم. ومن بين الاكتشافات نوع جديد من القردة عشر عليه في أفريقيا أطلق العلماء عليه اسم ليسولا سيركوبيثيكوس لوماميسيس ويعيش مختبئا في منطقة لومامي بجمهورية الكونغو الديمقراطية. ويقول باحثون إن لديه عيوناً بشرية، وإن الذكور منه لديها خط أزرق لامع على ظهورها وأعضائها التناسلية، ويستقبل الذكور والإناث الصباح بالرقص وبالصياح بصوت عال. وأثار دهشة العلماء اكتشاف حيوان إسفنح أكل للحوم يعرفونه باسم كوندروكلاديا ليرا يملك أذعا تشبه رمح صيد الحيتان، ويعيش على عمق أكثر من ثلاثة كيلومترات في المحيط الهادي قبالة سواحل كاليفورنيا الأمريكية، لذلك ظل غير مكتشف لفترة طويلة. ومن بين المكتشفات أيضا فعيان غير سام يعيش في أميركا الوسطى، اكتشفه عاملون في معهد زكنبيرغ في ألمانيا، ويطلق العلماء عليه اسم سيون نواامينا الذي يحمل دلالة بيئة، كون الاسم الثاني يعني بالإسبانية لا أعمال المناجم. كما أدرج العلماء صرصورا مضنيا يعيش بالقرب من بركان تونجوراوا في الإكوادور على قائمة الأنواع الجديدة، وذلك بعد سبعين عاما من اكتشافه، وتستطيع هذه الحشرة التي تُعرف علميا باسم لوسيهورمييتيكا لوكاي، بفضل توهجها تخويف الحيوانات المفترسة، لكن ربما تكون افترضت بفعل ثورة البركان عام 2010. كما أطلق العلماء اسم سيمانتريسا جيد على حشرة طائرة مضينة أثار فضولهم بعدما نشرت صورتها على موقع فيلكر لمشاركة الصور الإلكترونية، وأخذت الشق الثاني من اسمها من اسم ابنة الصور.



احذري النظارات الشمسية المقلدة

بدأ الصيف باكرا بحرارته المرتفعة وشمسها القوية، التي تجبر الكثيرين على وضع نظارات ملونة على العيون اتقاءً للضوء الشديد، بخلاف الملايين الذين اعتادوا النظارات الشمسية من مختلف الطرازات والماركات الغالية على أحدث خطوط الموضة. من بين هذه الماركات نظارات شمسية ملونة رخيصة الثمن رديئة الصنع، يمثل اقتنائها ووضعها على العيون مخاطر عديدة تفوق بمراحل مخاطر التعرض لضوء الشمس حسبما أكد الأطباء. مما لا شك فيه أن استعمال النظارات الشمسية ضروري في بعض الأحيان من أجل حماية العين من أشعة الشمس والأشعة فوق البنفسجية الضوئية الكثيرة منها لا سيما في بعض الأماكن مثل الجبال والصحراء وشواطئ البحر وأيضاً في بعض الحالات المرضية للعين مثل التهاب القرنية. التهاب القرنية. الرمد الربيعي. حساسية أغشية العين الخارجية من أشعة الشمس والظوء الشديد. بهذه الكلمات تحدث الدكتور فرحات على فرحات استشاري طب وجراحة العيون مؤكداً أن فصل الصيف من الفصول التي يكثر فيها استخدام النظارات الشمسية نظراً لارتفاع درجات الحرارة وزيادة بعض التهابات العيون والحساسية نتيجة لارتفاع درجات الحرارة وأيضاً الأتربة الموجودة في الجو من هنا يكثر استخدام النظارات الشمسية والطبية الملونة واللافت لذلك أن استخدام هذه النظارات يكون ذاتياً وتلقائياً دون إيجاب على ذلك كما أن استعمالها ليس قاصراً على فئة عمرية محددة بل تشمل جميع الأعمار وخاصة الأطفال الصغار وكذلك الشباب وكبار السن.

11 مليون ألماني

يعيشون الألم المزمن

أعلنت الجمعية الألمانية للجراحات العصبية أن نحو 11 مليون شخص في ألمانيا يعانون من الآلام المزمنة، يتلقى منهم 2% فقط العلاج اللازم، بينما تعاني الغالبية من الأوجاع التي لا تفعل العلاجات التقليدية في التعامل معها. ووفقاً لبيانات الجمعية التي بدأت ملتقاها السنوي بمدينة دوسلدورف غرب ألمانيا فإن 20% من هؤلاء يعانون من آلام منذ أكثر من عشرين عاما، وخاصة أوجاع الصداع والمفاصل والأعصاب. ويشير مدير مستشفى لوبك الجامعي للأمراض العصبية الأستاذ الدكتور فولكر ترونير إلى أن العلاج الصحيح لهذه الحالات يعتمد على عدة عناصر، مثل العقاقير والعلاج الطبيعي والعلاج النفسي والتدريبات التي تساعد المريض على التغلب على آلامه. ويتلقى نصف هؤلاء المرضى عقاقير مسكنة وعلاجا بالتدليك لتخفيف هذا الألم، ولكن ترونير ينيه إلى أن ذلك كله لا يساعدهم بشكل دائم.



سعيد بن محمد آل نهيان يشهد حفل تخريج برنامج البيارق لطلبة المدارس في العين

أوفياء وحراس أمناء في ظل القيادة الرشيدة لصاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان حفظه الله . هذا وقد بدأ الحفل بوصول سمو الشيخ الدكتور سعيد بن محمد آل نهيان راعي الحفل إلى مكان الاحتفال ، حيث عزفت السلام الوطني لدولة الإمارات ، فتلاوة عطرة من آيات الذكر الحكيم بعدها تابع الحضور عرضاً عسكرياً قدمها الخريجون ، تضمن بعض التدريبات العسكرية التي تلقاها الطلبة المشاركون في برنامج البيارق ، ثم القى خالد منصور الشامسي المدير الإقليمي لبرنامج البيارق كلمة قال فيها : أن برنامج البيارق مشروع وطني طموح صمم لرعاية الشباب و توجيههم و هم على مقاعد الدراسة و بفضل الله و بفضل توجيهات و متابعة القيادة الرشيدة تطور هذا البرنامج ليشمل معظم أنحاء الدولة حيث يغطي البرنامج هذا العام 106 مدارس تحتوي على أكثر من 28000 طالب و طالبة ، مضيفاً أن برنامج البيارق يهتم بتقديم العلوم العسكرية و الشربية لطلاب لأجل المحافظة على نعمة الأمن و الاستقرار التي نتمتع فيها . ثم قام سمو الشيخ الدكتور سعيد بن محمد آل نهيان بتوزيع الجوائز و الشهادات علي الخريجين و الجهات المشاركة . حضر الحفل سعادة مطر سالم الظاهري مدير الخدمات المساندة لديوان ممثل لحاكم في المنطقة الشرقية و سالم عبد العزيز الكثيري مدير مكتب مجلس أبوظبي للتعليم في العين و عدد من كبار ضباط القوات المسلحة و الشرطة و المسؤولين في الدوائر المحلية و أولياء أمور الطلبة و عدد كبير من الجمهور .



•• العين - الفجر:
تصوير - محمد معين:

أكد سمو الشيخ الدكتور سعيد بن محمد آل نهيان بان الرعاية و العناية و الاهتمام الذي يحظى به أبناؤنا والذي أصبح موضع إشادة و تقدير على الصعيدين الإقليمي و الدولي ، أنما هو نتيجة للسياسة الحكيمة التي ينتهجها صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله وأخيه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي و إخوانهم أعضاء المجلس الأعلى حكام الإمارات و الفريق أول سمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة و التي تهدف

و تحمل المسؤولية لدي الطلبة ، مما يجسد معاني العز و الكبرياء الوطني و الاعتراف بالإنجازات التي تحققت في بناء الإنسان الاماراتي . وأضاف سموه بان برنامج التربية العسكرية لطلاب و طالبات المدارس و الذي يأتي من روية مخلصه و واعية من الفريق أول سمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة و استجابة لتوجيهاته السامية بضرورة و تعزيز قدرات أبناؤنا في شتى مناحي الحياة من خلال الاهتمام بالطلبة المدارس صباح اليوم في مدينة العين ، أشاد خلالها بالبرنامج و بأهدافه التي يسعى إلى تحقيقها نحو تنمية الشعور الوطني و غرس روح الولاء و العطاء و التضحية للوطن و للقيادة الرشيدة في نفوس الأبناء و تعزيز الوعي العسكري

المرجوة التي تولهم للقيام بدورهم نحو البناء و التقدم . مؤكداً سموه بان هذا البرنامج يعد مفخرة من المفاخر العديدة التي تحققتها الدولة و إن المرحلة القادمة تشهد المزيد من الجهد و العطاء للارتقاء بمستوى الوعي العسكري للأبناء من خلال تكريس مبدأ المشاركة الحقة و تأكيد روح الولاء و الاخلاص و الوفاء للوطن و لقيادته في نفوسهم لمواصلة المسيرة المباركة التي قادها القائد المؤسس المغفور له بإذن الله تعالى الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه بكل كفاءة و اقتدار .



تحت شعار صنع بأيدٍ إماراتية

273 من التكنولوجيا التطبيقية بالعين يقدمون 81 مشروعاً هندسياً للتخرج



يمكن من خلاله استخدام البروحة للتحكم باتجاه الضوء للحصول على كثافة الضوء المطلوبة، ومشروع جهاز رعاية الطفل الذي يربط بين سرير الرضيع وأمه حيث يقوم الجهاز بإرسال رسالة نصية عبر المحمول إلى الأم عند بكاء الرضيع أو تعرضه لأي مؤشر صوتي يحدث بالقرب منه، ومشروع تعقب الطاقة الشمسية ، ومشروع جهاز التحكم في السائل بقرون الاستشعار، الذي يتم من خلاله الحفاظ على تسرب المياه من الخزانات ومشروع الدهان السحري الذي يتم من خلاله تحديد درجات اللون الجديدة المطلوبة لدهان الحوائط و السيارات بدرجات عالية الدقة والجمال . وفي ختام الاحتفال قام الدكتور عبد اللطيف الشامسي وكين مدير ثانويات التكنولوجيا التطبيقية بتكريم الطلبة الفائزين بجائزة حمدان بن راشد للدعم التعليمي المتميز، والمسابقة الوطنية لمهارات الامارات ومختلف المسابقات الأخرى، إضافة إلى أعضاء الهيئات التعليمية والإدارية المتميزين والطلبة المتفوقين خلال العام الدراسي الجاري .

إمارات الدولة، من خلال تمكين الطلبة من تنفيذ كافة المشروعات التي تتوافق مع التطور الصناعي العالمي . وأختتم الدكتور عبد اللطيف الشامسي كلمته مهنئاً الطلبة على مشروعاتهم المتطورة التي يمكن الاستفادة منها في تطور العمل بمختلف المؤسسات الصناعية بما يخدم المجتمع . ومن جهته أعلن أحمد الملا مدير إدارة الشؤون الطلابية في معهد التكنولوجيا التطبيقية عن أن اللجنة الفنية التي تشكل من مختلف الجهات المعنية إختارات ستة مشروعات علمية لتكون الأفضل منها ثلاثة مشروعات للطلاب ومثلها للطلبات والتي من بينها مشروع قاموس الإلكتروني الذي يتم من خلاله تدريب الطلبة على اكتساب عدد كبير من كلمات قاموس اللغة الإنجليزية، إضافة إلى إنشاء قاعدة بيانات لأسئلة متنوعة، كما أنه يقوم بعملية تصحيح الأسئلة بفاعلية ودقة كبيرة، مما يجعل الطالب يعرف أخطائه ليصوبها، ومشروع الجهاز الإلكتروني للتحكم في تغير قيمة درجات الحرارة أو نسبة الضوء وتصحيحها آلياً، كما



•• العين - الفجر:

والتكنولوجية التي حرصوا خلالها على أن تكون جديدة ومفيدة للمجتمع معربين عن شكرهم الجزيل للإدارة العليا بمعهد التكنولوجيا التطبيقية والدرسين والدرسات وكافة المسؤولين في ثانويات التكنولوجيا التطبيقية الذين قدموا لهم الدعم المادي والمعنوي الدائم والمثمر . وخلال الاحتفال بتكريم الطلبة أصحاب المشروعات الفائزة والمتفوقين القى الدكتور عبد اللطيف الشامسي كلمة أكد خلالها للطلبة على أن رد الجميل للوطن والقيادة يبدأ من مقاعد الدراسة حيث الجد والاجتهاد في تحصيل العلم الذي تحتاجه قطاعات العمل بالدولة .

مؤكداً على أن القيادة الرشيدة وفرت لأبناء الدولة المناخ الصحي والعلمي المناسب من أجل تطوير العنصر البشري المواطن والوصول به إلى أرقى المستويات العالمية، وهو الأمر الذي تحرص عليه ثانويات التكنولوجيا التطبيقية حيث تتوفر كافة الإمكانيات البشرية والمادية والتقنية التي جعلت الطلبة أصحاب مهارات عالية وأفكار متقدمة، مما جعلهم قادرين على ابتكار المزيد من المشروعات العلمية الجديدة التي تقدم للمجتمع خدمات جليلة في كافة القطاعات، مما يشير بوضوح إلى أن دولة الإمارات العربية المتحدة والقيادة الرشيدة لها في أعناقنا الجميل الكبير الذي يجب أن نواصل العمل والجد والاجتهاد من أجل تحقيق طموحات الوطن والقيادة في شباب الإمارات الواعد، مؤكداً على أن شعار صنع بأيدٍ إماراتية شعار طبقة المعهد فعليا في كافة ثانويات التكنولوجيا التطبيقية بمختلف

تحت شعار صنع بأيدٍ إماراتية أقامت ثانويتا التكنولوجيا التطبيقية فرع الطلاب والطلبات بالعين أمس الثلاثاء معرضين تضمنا 81 من المشروعات العلمية والهندسية والتكنولوجية المستحدثة التي ابتكرها طلبة الصف الثاني عشر البالغ عددهم 273 طالباً وطالبة بمناسبة تخرجهم العام الجاري ، وذلك بحضور الدكتور عبد اللطيف الشامسي مدير عام معهد التكنولوجيا التطبيقية، ونخبة من المسؤولين في القوات المسلحة والبلدية وغيرها من الجهات المعنية الذين أشادوا بمستوى المشروعات العلمية التي قدمها الطلبة بما يعكس تطور المناهج في معهد التكنولوجيا التطبيقية ونجاحها في الارتقاء بمستوى طلبة ثانويات التكنولوجيا التطبيقية إلى حد إمتلاكهم قدرات علمية متطورة تشر بمستقبل إماراتي مشرق في كافة المجالات الهندسية والصناعية المتقدمة . وخلال الجولة التي قام بها مدير عام معهد التكنولوجيا التطبيقية في كلا المعرضين برفقة نخبة من المسؤولين بالدولة ، قدم الطلاب والطلبات عروضاً لشروعاتهم العلمية المتقدمة التي تم إنجازها في المختبرات المتطورة بثانويتا التكنولوجيا التطبيقية ومواد خام وتقنيات عالية وفهرتها لهم الإدارة العليا بالمعهد تحت إشراف نخبة من الاستاذة المتخصصين، مما ساعدهم كثيراً في الوصول إلى هذه المشروعات الهندسية

منوعات الفكر

22



تحفيزاً وتدعياً للأنشطة الابتكارية 200 مشروع في معرض مفاهيم الفيزياء العلمي بمشاركة طلبة جامعة الإمارات

•• العين - الفجر:

نظم قسم الفيزياء بكلية العلوم بجامعة الإمارات معرضه الفصلي مفاهيم الفيزياء بمشاركة طلبة الجامعة ومن مختلف التخصصات العلمية والانسانية حيث شاركت مجموعات مختلفة من الطلبة في هذا المعرض العلمي بمشاريع مبتكرة تخص مواضيع الطاقة وتوليدها والطرق وهندسة الطرق والجسور والمباني والتبريد وعادة التدوير على ان يكون كل مشروع مقدم من قبل الطلبة فيه تدخل علمي لعلم الفيزياء وايضاح الدور الذي يؤديه هذا العلم في فاعلية المشروع وادائه .

وقال الدكتور محمد اسعد عبد الرؤوف منسق المعرض واستاذ مساق مفاهيم الفيزياء بكلية العلوم ان الهدف من تنظيم هذا المعرض هو تشجيع الطلبة على التفكير والابداع وحثهم على البحث والدراسة بما توليه اليوم جامعة الإمارات من اهمية كبيرة لموضوع البحث العلمي والاستكشاف لجيل طلبتنا باحثين ومبتكرين وهم في مرحلة الدراسة الاولى .

واضاف الدكتور عبد الرؤوف ننظم هذا المعرض بشكل فصلي وباب المشاركة مفتوح لطلبة جميع التخصصات وليس مقتصرًا على طلبة قسم الفيزياء وذلك من اجل توسيع المشاركة وكذلك لإدراكنا بان الابتكار والاكتشاف ليس حكرا على طلبة الاقسام العلمية فيمكن ان نجد مشاريع ذات افكار علمية وذات فائدة مجتمعية كبيرة في هذا المعرض ومقدمة من طلبة الكليات الانسانية ، لدينا اليوم اكثر من 200 مشروع طلابي وهذه المشاريع محتسبة كنسبة ضمن مساق مفاهيم الفيزياء لطلبة المسجلين في هذا المساق اي اننا جمعنا المتعة مع الدراسة والبحث وهو الهدف المهم هنا .

من جانبهم اشار الطلبة الى اهمية هذا المعرض العلمي والذي يقدم لهم الفرصة لتقديم افكارهم وطرحها امام الاكاديميين والجمهور حيث قالت الطالبة علياء محمد البلوشي من كلية العلوم الانسانية والطلالبة مريم عيسى الزبيدي من كلية الادارة والاقتصاد والتنان تشاركان لأول مرة في المعرض انها فرصة رائعة كي نقوم بعرض المكيف الهوائي الذي قمنا بتصنيعه والذي يعتمد على الخاصية الشعرية والماء البارد في التبريد وعلى طاقة كهربائية منخفضة اضافة لعرضنا لبعض التجارب الممتعة والتي تعتمد على الضغط والسوائل .

فيما تنوعت بقية المشاريع المقدمة من قبل الطلبة بين المشاريع العلمية والتجارب الطلابية وقام مجموعة من اعضاء هيئة التدريس في قسم الفيزياء بتقييم المشاريع واعطاء الدرجات المناسبة لكل مشروع .

منوعات الفكر

23



العلاج النفسي يقلل من آلام الظهر

ترجع دراسة جديدة ان العلاج النفسي يساعد على تخفيف وقع الام اسفل الظهر المزمنة. وقد قام باحثون بالعمل على تقييم 22 تجربة عشوائية صادرة منذ عام 1982 وحتى 2003 للوقوف على تأثير تدخل العلاج النفسي لتخفيف الالام. ويؤكد الباحثون فيما سيشر في عدد يناير 2007 من مجلة الصحة النفسية ان التجارب تعمل على تحسين نتائج امراض مثل الاكتئاب والارتفاع بطبيعة الحياة المرتبطة بالمرض بما في ذلك طريقة احساس المريض بالالام. يقول طبيب الامراض النفسية وكبير مؤلفي الدراسة الدكتور روبرت كيرنز والذي يعمل في جهاز ولايتي فيرجينيا وكنتيكت للرعاية الصحية: كون هذه التحاليل اكثر شمولية ووقائية من ابحاث الدراسات الاخرى فقد توصلنا الى اقوى الدلائل حتى يومنا هذا على ان التدخل النفسي عامل مساعد في تخفيف الالام.

وقد اشتملت الدراسة على الام اسفل الظهر الحميدة والتي تستمر لاكثر من ثلاثة اشهر ومتوسط سبع سنوات ونصف. وتشمل الدراسات على علاجات مثل التنويم المغناطيسي والاسترخاء والاستشارات التشجيعية. وقد وجد الباحثون ان اكبر تأثير لهذا النوع من العلاج واكثرها استمرارية كان تقليل الالام. عندما تم تطوير هذا النوع من التدخل النفسي ان الهدف هو مساعدة المرضى في التعايش مع الالام بشكل الافضل اكثر مما كان الهدف هو تقليل الالام. ويقول استاذ التخدير واباحات الالم بجامعة واشنطن في ولاية سياتل الامريكية دينيس ترك انه حتى الان لا يوجد علاج نفسي يساعد على علاج الالام المزمنة الا ان المرضى ربما يكونون في انتظار مثل هذا العلاج قريباً. وتعتبر التدخلات النفسية اقل تكلفة من الانواع الاخرى من العلاج مثل الجراحة والادوية المهدنة. ويعمى ترك قائلاً: ويمكن التناقص في انه بالرغم من فعالية التدخل النفسي فان شركات التامين الصحي ترفض ان دفع مقابل مثل هذه الخدمات.

التوازن الحمضي - القلوي . . . أساس الصحة

كي لا يتعرض الجسم لتآكل داخلي

يترك نمط الحياة التي تتبع جسمك اضطراباً حمضياً . اكتشف معنا الأساليب التي تساعدك على استعادة التوازن الحمضي - القلوي الذي يضمن بقاءك بصحة جيدة .



تساهم عوامل عدة في اضطراب التوازن الكيماوي في الجسم ومن بينها: اللحوم، الوجبات الجاهزة، منتجات الحليب، الزيت النباتي المنقى، الملح والسكر، الأدوية، التدخين، الضغط ونقص الأوكسجين. في المقابل، تساعد الفاكهة والخضار والهدوء على استعادة التوازن الحمضي القلوي الضروري لصحة الجسم الذي يقوم بوظائفه على أتم وجه عند نسبة حامضية قلوية متالية. تكون نسبة الحامضية القلوية حمضية حين تتراوح بين صفر و7، وقلوية حين تتراوح بين 7 و14. ويعني التوازن الحمضي القلوي أن النسبتين تعلمان معا بشكل صحيح. يعمل كل عضو عند نسبة حامضية قلوية معينة يؤدي تغيرها حتى وإن كان بشكل بسيط إلى مشاكل كبيرة.

أهمية كاليسيوم العظام
نسبة الحامضية القلوية في الدم دقيقة جداً ولا تحتمل أي تغيير أياً كان. حين تتحول هذه النسبة نظراً إلى نمط حياة سيئ إلى حمضية، يكون الجسم في حالة حمض فيسعى إلى تصحيح نفسه عن طريق المواد القلوية حينما وجدها أي في كاليسيوم العظام لاستعادة توازنه، ومع تكرار العملية مرات عدة، تضعف العظام. لا يفترض أن يجد الجسم المواد القلوية في الأعضاء إنما في الألبان الغذائية اليومية الغنية بالخضار والفاكهة. للأسف الشديد، كثير لا يتناولون كميات كافية من الخضار ويعيشون في ضغط دائم ولا يتنشقون الهواء النقي فلا يصابون بحمض حاد يستلزم علاجه نقل المريض إلى وحدة الطوارئ إنما بما يسمى بالحماض الاستقلابي الأبيض المتمثل في مجموعة من الأوجاع الخطيرة نوعاً ما وباكتساب بعض الوزن الزائد لأن الحموضة تسمم الجسم جداً وتسرع التقدم في السن. خلافاً لذلك، يؤثر التوازن الحمضي القلوي على الإنسولين والهرمونات المسؤولة عن تخزين الدهون.

التعب والأوجاع المزمنة
يبقى الحمض الاستقلابي الأبيض كامناً لسنوات طويلة إلا أنه غالباً ما يتجلى في تعب مزمن منذ الصباح الباكر، ورائحة نفس كريهة عند الاستيقاظ، وخلل في الشهية (شهره، خلل في مستوى سكر الدم) وأوجاع وآلام (انحاء، تشنجات، التهاب عضلات أو آلام المفاصل). غالباً ما يشعر الشخص المصاب بالحماض بالارهاق الشديد ويشكو دائماً من الآم، وارتداد الحمض المعوي وبالتعب ويضيق مزاجي شديد. باختصار، يشعر أن أموره لا تسير أبداً على ما يرام. على مر السنوات، قد يخلل الجسم اختلالاً كبيراً فيعيش في ظروف غير مناسبة ويتعرض لخطر الإصابة بهشاشة العظام وأمراض القلب والأبيض (سكري، كولسترول، ارتفاع الضغط، زيادة الوزن، خلل في الغدة الدرقية).

إشارات
هل تعاني من اختلال التوازن الحمضي القلوي؟ قد تشكو من اختلال التوازن الحمضي القلوي إذا كنت تعاني إحدى الاضطرابات التالية:
- التهابات (روماتيزم)
- أمراض جراثومية (التهاب رئوي، تسوس، التهاب المثانة).
- إحساس بالحرق (البشرة، المستقيم، اللسان، قرحة، المعدة، ارتداد معوي، التهابات مثانة كاذبة).
- إصابات جلدية (حب الشباب، إكزيما، قوباء، ضعف في الشعر والأظفار).
- مشاكل عصبية (تعب، يأس، أرق، تشنج، يدان رطبتان).
- أوجاع (تشنج، انحاء، آلام الشقيقة).
اختلال أبيض.
- مشاكل هضمية (فقر، كبريه، إمساك).

نمط حياة صحي
يعمل نظام الجسم المضاد للحمضيات بشكل جيد جداً شرط أن تتم تغذيته بالأوكسجين الضروري وألا يكون مثقلاً بهرمونات الضغط الغنية بالحماضات. من هنا لا بد من القيام بنزهات طويلة في أحضان الطبيعة وبحمامات ناعمة تساعد على الاسترخاء وجلسات تدليك مريحة وسهرات هادئة مع موسيقى كلاسيكية أو كتب مسلية وأوقات حميمة مع المقربين . . . لتحسين نمط الحياة الصحي مما يسمح للجسم بالحفاظ على وظائفه الحمضية القلوية بحالة جيدة. على العكس من ذلك، تثقل الحياة الصاخبة والليالي القصيرة ونقص النشاط البدني الأعضاء التي تنظف الجسم كالكلى والجلد والرئة وتقيح أليتها وتهدد التوازن الكيماوي، حتى وإن كنت تتناول كميات كبيرة من الخضار والفاكهة.

علاج تدريجي
عند الإصابة بحماض متوسط، يُنصح باتباع علاج تدريجي يعتمد على عصير الليمون الحامض، وهو علاج بسيط يقوم على تناول كل صباح كوب من عصير الليمون الحامض النقي غير المخفف. يُستحسن أن تبدأ بنصف ليمونة كل صباح خلال اليومين الأولين على أن تزيد من الجرعة تدريجاً إلى أن تتوصل إلى تناول سبع ليمونات يومياً. حافظ على هذا النمط لبضعة أيام ثم ابدأ بتخفيف الكمية لتشرّب في نهاية المطاف عصير ليمونة يومياً.

في حال لم تتحمل معدتك العلاج، تناول مكمل غذائياً مؤلفاً من الكاربونات والسيترات والمغنيزيوم والكالسيوم والبوتاسيوم والفيتامين B لتسريع استعادة التوازن الحمضي القلوي. ولكن في حال لم تكن مستعجلاً يمكنك أن تعتمد فقط على تصحيح نظامك الغذائي اليومي. تبلغ نسبة الحمضي القلوي في الدم الشرياني: 7.40 في حين تصل إلى 7.35 في الدم الوريدي. تغيير نسبة الحمضي القلوي بمعدل 0.2 قد يؤدي إلى الموت. يساوي مقدار من اللحمة خمسة مقادير من الخضار والفاكهة، وبهذا لا بد من تناول 500 غرام من الفاكهة والخضار عند تناول 100 غرام من اللحوم للحفاظ على توازن حمضي قلوي والا تعرض الجسم لتآكل داخلي.



عوامل عدة تحدد مدى خطورته الجرح متى يتطلب زيارة الطبيب؟

ليس من السهل دوماً معرفة ما إذا كان الجرح يحتاج إلى عناية طبية أو من الممكن تضيده في المنزل. تحدد عوامل عدة مدى خطورة الجرح وما إذا كان من الضروري استشارة الطبيب. ولكن إن كان الشك يراودك، فقد يكون من الأفضل التوجه إلى عيادة الطبيب في مطلق الأحوال.

أصبحت بجرع عميق أو خفيف؟ موضع الجرح هو العامل الأول الذي يجب أن تأخذه في الاعتبار. من الضروري استشارة الطبيب إذا كانت الإصابة في منطقة تضم أعضاء حيوية، حتى لو كان الجرح بسيطاً. وفي معظم الحالات، يرغب الأطباء أيضاً في معاينة الجروح التي تصيب الذراعين والساقين، خصوصاً إن كانت ثقوباً، ويومود ذلك إلى أن المساحات الصغيرة في الأطراف تحتوي على عدد كبير من الأعصاب والأوتار والأوعية الدموية. ولا شك في أن الجرح في هذه المواضع قد يسبب ضرراً كبيراً. ولهذا السبب عينه، قد يكون من الأفضل استشارة الطبيب عند التعرض لجرح قرب مفصل.

بالإضافة إلى ذلك، تكون العناية الطبية مهمة لأي جرح في الوجه. لا شك في أن الأخير يحتوي على بنى مهمة تحتاج إلى الحماية. ولكن كلما سارعت إلى معالجة الجرح، تراجع أيضاً خطر أن يخلف ندبة دائمة. كذلك خذ في الاعتبار العوارض التي تعانينها. من المؤكد أن معظم الجروح يسبب الألم والنتفخ. ولكن إن كان النزف كثيراً أو من الصعب عليك وقفه، فتوجه بسرعة إلى المستشفى. أما إذا كان الجرح مؤلماً جداً، فيحتاج أيضاً إلى عناية طبية. في حال شعرت بخدر في منطقة الجرح، يعني ذلك على الأرجح أنك أصبت بتلف في الأعصاب. ويحتاج هذا النوع من الإصابات إلى تقييم طبي. كذلك قد تتطلب الجروح التي يتعد فيها الجلد كثيراً بعضه عن بعض إلى تطهير.



وأضعت على جرح مفتوح. ثانياً، يمكنها أن تلحق الضرر بنسيج الجسم، ما يؤدي إلى تفاقم الإصابة. إذا قررت معالجة الجرح أنت بنفسك، فراقبه عن كثب. إن لاحظت أن المنطقة المحيطة به صارت حمراء أو بدأت تتورم أو تتضخ قيحاً، فعليك التوجه إلى الطبيب في الحال. أما إذا لاحظت شعوراً بالخدر حول الجرح، فمن الضروري أيضاً الحصول على عناية طبية.

ما الحنفية نظيف، يمكنك الاكتفاء به. بعد تنظيف الجرح، غطه بمقدار ضئيل من مرهم يحتوي على مضادات حيوية ثم ضمه. يضع بعض الناس مواد معقمة على الجرح، مثل الكحول أو فوق أكسيد الهيدروجين (hydrogen peroxide). إلا أن هذه ليست فكرة جيدة، وذلك لسببين. أولاً، يكون بعض المعقّمات مؤلماً جداً إن

قواعد جديدة وخطيرة للحرب الإلكترونية

الآن وقد أصبحت الحروب تندلع ضمن ساحات القتال الرقمية أيضاً، طرح خبراء القانون الدولي قواعد خاصة بالحرب الإلكترونية. لكن تتعدد الأسئلة العالقة. هل من المناسب الرد على أي هجوم إلكتروني بالوسائل العسكرية مستقبلاً؟ شبغل تحرت الموضوع.



محتملة كانت تطرح مشكلة في القانون الدولي منذ أن أطلق الرئيس الأمريكي جورج بوش الابن ضربة استباقية ضد العراق في مارس 2003. كانت المسألة الأكثر إثارة للجدل خلال الاجتماعات في تالين تتعلق بوثائق الضربة الهجومية المبررة باعتبارها عملية استباقية للدفاع عن النفس ضد الاعتداءات الإلكترونية. وفق العقيدة الراهنة، يجب أن يكون الاعتداء وشيكاً لاستعمال الدفاع عن النفس بشكل استباقي. يبدو (دليل تالين) أكثر سخاءً في هذا المجال، فيعتبر أن الضربة الأولى تكون مبررة إذا كانت تعكس الفرصة الأخيرة لمواجهة التهديد، وذلك حتى لو كشف السلاح الرقمي عن أسوأ آثاره في مرحلة لاحقة.

يتضح الخطر الكامن في تطبيق ذلك المعيار في طريقة تعامل خبراء القانون الدولي في تالين مع فيروس (ستاكن نت) (أسوأ برنامج خبيث حتى الآن) الذي كان قد نُقل إلى المنشآت النووية بأمر من أوباما على ما يبدو. دمر الهجوم على البيانات أعداداً كبيرة من أجهزة الطرد المركزي المستعملة لتخصيب اليورانيوم في مصنع ناتنز. بموجب معايير (دليل تالين)، يُعتبر الهجوم بمثابة إعلان حرب.

هل يمكن أن تكون الولايات المتحدة جهة معادية في حرب هجومية تنتهك القانون الدولي؟ يظن خبير القانون الدولي كريستوف كولينيا أن رأي (دليل تالين) عن فيروس (ستاكن نت) هو (مكافأة للبينتاغون)، بمعنى أن الاعتداء الرقمي الذي يشنه أوباما قد يُعتبر (عملاً استباقياً للدفاع عن النفس) ضد البرنامج النووي في إيران.

غموض يغلف الحرب الإلكترونية

وفق تفسير (دليل تالين)، يمكن أن تتحقق تلك الاعتداءات نتيجة وقررة حواد التجسس الافتراضية من النوع الذي يصيب جميع الدول الصناعية بشكل شبه يومي. وفق قواعد (دليل تالين)، لا يُعتبر التجسس الإلكتروني وحده عملاً حربياً علماً أن السياسيين الأمريكيين يصفونه كاعتداء. لكن يعتبر خبراء القانون الدولي أن اعتداءات التجسس قد تمهد لاعتداءات مدمرة، ما يجعل إطلاق اعتداء استباقي ضد الجواسيس وسيلة للدفاع عن النفس.

يشعر البعض بالقلق من أن تمهد اقتراحات (دليل تالين) لتوسيع قواعد (الحرب على الإرهاب). أضاف معادو الكتيبة دعوة الخبراء الجيوسراتيجي الأمريكي جوزيف ياتي لأخذ تدابير وقائية ضد (النسخة الإلكترونية من اعتداءات من أعتداءات 11 سبتمبر) إلى الكتيبة. يعني ذلك أن القوة العظمى تستطيع أن تعلن الحرب على مجموعات القرصنة المنظمة. هل يمكن أن تستعمل طائرات قتالية بلا طيار ضد القرصنة؟ يحذر الخبراء كريس من أن توسيع منطقة القتال لتشمل الحواسيب المحمولة التابعة لجماعة غير منظمة من الأفراد سيطرح (تهديداً على حقوق الإنسان). يعتبر الجيش الألماني أيضاً من مخاوفه من توسيع نطاق الحرب الرقمية. كارل شراينر عميد في أكاديمية قيادة الجيش الألماني في هامبورغ، وأحد الأشخاص الذين يؤكدون على ضرورة تحديد (قواعد أخلاقية) لساحة المعركة على الإنترنت ويعتبرون أن وجود معيار دولي لاستعمال الأسلحة الرقمية أمر أساسي. يجب أن يعيد القادة العسكريون النظر بأهم مسألة متعلقة بالدفاع في الفضاء الإلكتروني: من هو المعتدي؟ ذكر (دليل تالين) بكل تفاضل: (في معظم الحالات، يمكن تحديد مصدر الاعتداءات على البيانات). لكن لا يتطابق ذلك مع تجارب عدد من خبراء أمن تكنولوجيا المعلومات.

برز الغموض النموذجي الذي يغلف الحرب الإلكترونية في الفترة الأخيرة من خلال نموذج كوريا الجنوبية. في البداية، قال المسؤولون إن مصدر اعتداء (دارك سيول) كان من الشمال حتماً، لكن سرعان ما تم تقديده في الصين وأوروبا والولايات المتحدة. يشبه بعض المحللين الآن بقرصنة يتحركون بدافع وطني في كوريا الشمالية، وذلك بسبب طبيعة البرنامج الخبيث غير المعقد نسبياً. لا بد من التساؤل في هذه الحالة عن الطرف الذي يجب أن تستهدفه كوريا الجنوبية للرد على الاعتداء ضدها.

بعد حادثة كوريا الجنوبية، يستنتج خبير القانون الدولي كريستوف كولينيا أن الحامين سواجون قريباً (مشكلة عالقة جديدة): (حرب على أساس الشبهة).

لعبة الحرب الإلكترونية وهي تنسف بذلك جميع أسس منطق الحرب السابق.

اعتداء حتمي

تظهر تجربة ميدانية في الولايات المتحدة مدى واقعية التهديد القائم. للتخلص من المعتدين المحتملين، بنت شركة تكنولوجيا المعلومات Trend Micro محطة ضخ افتراضية في مدينة أميركية صغيرة، أو كان يُفترض أن تبني كذلك بالنسبة إلى (الزوار) من الإنترنت على الأقل. أطلق عليها الخبراء اسم (الصيدية) وهي مصممة لجذب المعتدين المحتملين على الإنترنت.

ركب معادو الخج الخوادم وأنظمة التحكم الصناعية التي تستعملها الخدمات العامة المتوافرة بهذا الحجم. كي تبني التجربة واقعية، وضعا على الحواسيب وثائق مزيفة ولكن تبدو حقيقية عن إدارة المدينة. بعد 18 ساعة فقط، سجل المحللون أول محاولة اعتداء. وفي الأسابيع الأربعة اللاحقة، حصل 38 اعتداء من 14 بلداً. صدر معظمها من حواسيب في الصين (35%)، تليها الولايات المتحدة (19%)، ثم لاوس (12%).

حاول معادون كثيرون دس أدوات تجسس في محطة ضع المياه المزومة بحثاً عن نقاط ضعف المشاة. لا يمنع القانون الدولي التجسس. لكن ذهب بعض القرصنة إلى أبعد من ذلك، فحاولوا التلاعب بأجهزة التحكم أو حتى تدميرها. يصف ألفود شتايندر، موظف في شركة Trend Micro، هذه الحالات ضمن خانة (التجسس الكلاسيكي): (حاول البعض زيادة سرعة دوران مضخات المياه لدرجة أنها ما كانت لتصمد في العالم الحقيقي).

تقول تيري بنزيل، المرأة التي يُفترض أن تحمي البلد من اعتداءات مماثلة وتجعل شبكات الحواسيب أكثر أماناً: (لا أحد يشكك بحدوث اعتداء إلكتروني كارثي ضد الولايات المتحدة. لكننا لا نعرف متى سيحصل ذلك). بنزيل اختصاصية حواسيب ورئيسة (مختبر (DeterLab) في كاليفورنيا، وهو مشروع تأسس في عام 2003 بتمويل جزئي من وزارة الأمن الوطني الأمريكية ويقدم منصة محاكاة لاختبار الردود على الاعتداءات الإلكترونية.

لا يترقب صوت بنزيل حين تصف سيناريو الحرب الذي تسميه (بيرل هاربور الإلكتروني). قد يبدو الوضع على الشكل الآتي: (انقطاع التيار الكهربائي لفترات طويلة، انهيار شبكة الكهرباء، اضطرابات لا يمكن إصلاحها في الإنترنت). فجأة، لن تصل الأغذية إلى المتاجر في الوقت المحدد وستتوقف الآلات النقدية على توزيع العملات. توضح بنزيل: (يتوقف كل شيء على الحواسيب في هذه الأيام، حتى تسليم العجين إلى الخبز في زاوية الشارع).

تصف بنزيل أيضاً سيناريوهات أخرى لمسار الأزمة. مثلاً، تتحدث عن وجود برامج فتنح وتقفل البوابات المرتبطة بالسدود الأمريكية التي تكون ششة نسبياً. تشعر بنزيل بالقلق من أن يتمكن قرصان ذكي من فتح الحواسيب الأمريكية حين يرغب في ذلك.

ضربات استباقية

يجري اختبار هذه الحالات وغيرها الآن في (المدينة الإلكترونية)، وهي مدينة افتراضية بناها الخبراء الأمريكيون على حواسيبهم في نيو جيرسي محاكاة عواقب الاعتداءات على البيانات. (المدينة الإلكترونية) مزودة ببرج مياه ومحطة قطار و15 ألف مقيم. كل شيء مترابط بطريقة واقعية، ما يمكن الخبراء من دراسة الآثار الكارثية التي يمكن أن تسببها الاعتداءات الإلكترونية للسكان. في أوروبا، تقوم وكالات الاستخبارات في المقام الأول بمحاكاة ألعاب الحرب الرقمية. يشمل جهاز الاستخبارات الخارجية في ألمانيا وحدة تدرس تفاصيل حروب المستقبل. اللافت أن فريق جهاز الاستخبارات الخارجية لا يحاكي الحالات الدفاعية فحسب بل يركز أيضاً على سيناريوهات هجومية استعداداً لنوع من الضربات الرقمية المضادة.

(العمليات الإلكترونية الهجومية) جزء من الاستراتيجية الخاصة بالحروب الإلكترونية المستقبلية في عدد من بلدان حلف الأطلسي. يحدد (دليل تالين) الآن الأساس القانوني لضربات استباقية

الإلكترونية. يقول شميت: (لنتكلم بصراحة. تعامل الجميع مع الإنترنت وكأنه جزء من ظاهرة الغرب المتوحش، بمعنى أنه منطقة خارجة عن القانون. لكن يجب أن يكون القانون الدولي عادلاً وأن ينطبق على الأسلحة الإلكترونية كما الأسلحة التقليدية).

القول أسهل من الفعل طبعاً. متى تصعب البرمجيات الخبيثة سلاحاً؟ متى يصبح القرصان محارباً، ومتى تدخل المناورات الملتوية أو عمليات التجسس في خانة (الاعتداء المسلح) بحسب تصنيف القانون الدولي؟ يمكن أن توضع الأجوبة عن هذه الأسئلة المفصلة حقيقة الاختلاف بين الحرب والسلم. لكن يشكك جيمس لويس من مركز الدراسات الاستراتيجية والدولية في واشنطن (أحد أبرز خبراء الحرب الإلكترونية في البلد) بالكتيبي الجديد، ويعتبره (دعوة لتخفيف سقف مبررات التحرك العسكري). بالنسبة إلى لويس، لا شك في أن الرد على (الحرمان من خدمات الإنترنت) بالوسائل العسكرية (أمر جنوني فعلاً). يعتبر أن (دليل تالين) يثبت عدم وجوب السماح للمحامين بالتصرف وحدهم.

تغيير منطق الحرب

قد يصبح تحديد مستوى خطورة البرمجيات الخبيثة لتبرير شن اعتداء مضاد مسألة أساسية لحفظ السلام. وفق العقيدة الجديدة، وحدها الاعتداءات التي تسبب ضرراً جسدياً أو شخصياً، لكن ليس ضرراً افتراضياً، هي التي تؤخذ بالاعتبار على مستوى القانون الدولي. أما تعطيل الحاسوب أو فقدان البيانات فليس مبرراً كافياً لشن أي (اعتداء مسلح). لكن ماذا لو تم سبب تعطيل الحواسيب ضرراً جسدياً (كما يحصل في معظم الحالات) بل أدى إلى خسائر مالية كبيرة؟ كان الاعتداء الإلكتروني على (وول ستريت) كفيلاً بتعطيل السوق لأيام عدة وقد استعمل الخبراء في تالين تلك الحادثة لتبرير خيار الحرب في حالات مماثلة. أراد الممثلون الأمريكيون اعتبار التحرك في تلك الحالة دفاعاً عن النفس بينما فضل الأوروبيون عدم القيام بذلك. لكن كان المحامون الأمريكيون الأمريكيون مصممين على موقفهم فاعتبروا أن الضرر الاقتصادي يمنح الحق بإطلاق اعتداء مضاد إذا اعتُبر الضرر (كارثياً).

في نهاية المطاف، يتوقف على كل بلد أن يقرر حجم الضرر الاقتصادي الكافي لتبرير خوض الحرب. لكن يشي الخبراء الألماني كريستوف كولينيا أن (تؤدي الهجائية إلى انفضات الوضع بسبب منع استعمال القوة بموجب القانون الدولي. بالتالي، هل كان الاعتداء الذي استهدف كوريا الجنوبية في 20 مارس مسلحاً؟ لم يتم احتساب كامل الخسائر المالية الناجمة عن تعطيل حواسيب البنوك بعد. سيقدر السياسيون (وليس المحامين) ما إذا كانت الأضرار (كارثية).

لكن اقتضت السرعة التي قد يتحول فيها الإنترنت إلى ساحة لصراعات مكثفة هذا الشهر، حين تعرضت شركتان بارزتان لتزويد خدمات الإنترنت فجأة لاعتداء رقمي مستمر بدأ أنه ظهر من العدم. استهدف الاعتداء بشكل أساسي موقع Spamhaus.org الإلكتروني، وهو مشروع كان بطارد أكبر جهات توزيع الرسائل الإلكترونية غير المرغوب فيها على الإنترنت منذ عام 1998. بفضل لوائح سوادة تشمل جهات معروفة توجه رسائل غير مرغوب فيها، تستطيع الجهات الأخرى التي تزود المستخدمين بخدمات الإنترنت تنقية البريد غير المرغوب فيه. عبر توفير هذه الخدمة، حصلت المنظمة على أعداء أقوياء وقد استهدفها اعتداءات عدة. لكن تلغفي موجة الاعتداءات الراهنة على جميع العمليات الأخرى. فضلاً عن تعطيل موقع Spamhaus، أثرت تلك الاعتداءات مؤقتاً على الشركة الأمريكية CloudFlare التي كانت تساهم في منع الاعتداء. يقدر المحللون أن عدد الاعتداء بلغت 300 جيجابايت في الثانية، وهو معدل أعلى ببضعة أضعاف من مستوى الاعتداء الذي استهدف السلطات الإستونية في عام 2007. حتى إن الاعتداء انعكس على حركة البيانات في شبكة الإنترنت كلها. أعلنت مجموعة اسمها Stophaus مسؤوليتها عن الاعتداء واعتبرت خطوطها رداً انتقامياً لأن موقع Spamhaus تدخل في شؤون شركات الإنترنت الروسية والصينية النافذة. تخوض القوى المدنية، خدمة المصالح الاقتصادية،

وقع أخيراً اعتداء عبر رسالة إلكترونية عادية حين تلقت شركات كورية جنوبية متنقاة رسائل يُفترض أن تتضمن معلومات عن بطاقات الائتمان. يبدو أن المتلقين الذين فتحوا الرسائل الإلكترونية فتحوا عليهم باب العدو لأن الرسائل كانت في الحقيقة هجوماً من الإنترنت. بدل تلقي المعلومات المتوقعة عن بطاقات الائتمان، قام المتلقون بتنزيل قبيلة موقوتة على حواسيبهم وقد كانت مبرمجة للانفجار يوم الأربعاء 3 أبريل في الساعة الثانية من بعد الظهر بتوقيت كوريا.

في تلك اللحظة، انتشرت الفوضى في أكثر من 30 ألف حاسوب في قنوات التلفزة والبنوك في كوريا الجنوبية، فظهرت على شاشات الحواسيب المتضررة رسالة كتب فيها (يرجى تركيب نظام تشغيل على القرص الصلب). وتوقفت الآلات النقدية عن العمل. حذف البرنامج الخبيث الذي يسميه الخبراء الآن (دارك سيول) (DarkSeoul) البيانات من الأقراص الصلبة، ما يعني استحالة إعادة تشغيل الحواسيب المتضررة.

برنامج (دارك سيول) أحد أخطر الاعتداءات الرقمية في العالم هذه السنة، لكن تتلقى مراكز الدفاع الإلكتروني في العواصم الغربية إنذارات كل أسبوع تقريباً. تم ابتكار أخطر اعتداء حتى الآن في الولايات المتحدة. في عام 2010، سرب محاربون بارعون في التكنولوجيا المتطورة، بأمر من الرئيس الأمريكي، فيروس (ستاكن نت) المدمر إلى المنشآت النووية الإيرانية.

من المتوقع أن يتنامى حجم الاعتداءات الإلكترونية في المرحلة المقبلة. يجهز القادة العسكريون في الولايات المتحدة وشركاؤهم الأوروبيون في حلف الأطلسي كتائب جديدة لحرب البيانات المرتقبة. في غضون ذلك، يتجادل خبراء القانون الدولي في أنحاء العالم مع السياسيين حول طبيعة التهديد الجديد. هل اندلعت الحرب منذ الآن؟ أم أن هذه الاعتداءات هي أعمال تخريبية وإرهابية؟ وفي حال أصبح نوع جديد من الحروب قيد الإعداد، فهل يمكن استعمال الوسائل العسكرية للرد على الاعتداءات الإلكترونية؟

حرب المستقبل

قبل أيام من كارثة الحواسيب في سيول، نشرت مجموعة بقيادة حلف الأطلسي كتيبة رفيعة باللون الأزرق، يقدم أجوبة خطيرة عن جميع تلك الأسئلة. لا يبدو (دليل تالين) للقانون الدولي المطبق على الحرب الإلكترونية أكثر سماً من إيهام الرئيس الأمريكي، ليس وثيقة رسمية صادرة عن حلف الأطلسي ولكنه يستطيع تغيير العالم بعد وصوله إلى يد الرئيس باراك أوباما.

قد تكون القواعد التي جمعها خبراء القانون الدولي النافذون في الكتيبة كمنظمة بطمس الخطوط بين الحرب والسلم، وقد تسمح بشن اعتداء خطير على البيانات، وقد يتحدم الصراع ويتحول سريعاً إلى حرب حقيقية بالقبائل والصواريخ. يمكن أن يفسره القادة العسكريون أيضاً كدعوة لإطلاق أول ضربة استباقية في الحرب الإلكترونية.

بدعوة من منظمة بحثية تابعة لحلف الأطلسي في العاصمة الإستونية، تالين، عُقد اجتماع برئاسة محام عسكري أمريكي له روابط مع البينتاغون وناقش خلاله خبراء بارزون في مجال القانون الدولي قواعد الحروب المستقبلية. القانون الدولي في معظمه قانون عربي. يحدد الخبراء طبيعة القوانين العرفية وما يمكن إدراج ضمن هذه الفئة.

يمكن اعتبار الوثيقة الناجمة عن الاجتماع، أي (دليل تالين)، أول كتاب غير رسمي عن قواعد الحرب المستقبلية. لكنه لا يقدم أي آثار مُطمئنة، بل على العكس من ذلك يسمح للدول بالرد على استهداف البيانات بأسلحة الحرب الحقيقية. منذ سنتين، أوضح البينتاغون النتائج المحتملة لهذه الممارسات حين أعلن أن كل من يحاول تعطيل الشبكة الكهربائية في أقوى بلد في العالم عبر فيروس إلكتروني قد يتوقع هجوماً صاروخياً رداً على ذلك.

بنية تحتية رقمية

ذكرت مخاطر الحرب الإلكترونية بأوضح شكل في واشنطن خلال الأسابيع الأخيرة. في منتصف مارس، جمع أوباما 13 شخصاً من كبار رجال الأعمال الأمريكيين في (غرفة الأزمات) في الطابق الأرضي من البيت الأبيض، وهي أكثر غرفة سرية من بين قاعات المؤتمرات السرية كلها. شملت المجموعة رؤساء شركات (يو بي إس) و(جي بي مورغان تشايس) و(إكسون موبيل). كان الاجتماع يتمحور حول موضوع واحد، كيف يمكن أن تفوز الولايات المتحدة بالحرب على الإنترنت؟

قبل يوم على ذلك، كان مدير الاستخبارات الوطنية الأمريكية جيمس كلابر قد اعتبر أن التهديد الإلكتروني (أكبر خطر تواجهه الولايات المتحدة راهناً).

لم يكن البيت الأبيض مستعداً للكشف عما ناقشه رجال الأعمال والرئيس في (غرفة الأزمات). لكن بحسب رأي خبير تكنولوجيا المعلومات في جامعة رايست كريستوفر برونك، كان النقاش يتعلق على الأرجح بجعل الشركات تدرك حجم التهديد الذي تواجهه وتعزيز رغبتها في التعاون.

غرب متوحش

لم تكن صدفه أن يتم نشر (دليل تالين) في الفترة الراهنة. أعد الدليل برئاسة المحامي العسكري الأمريكي مايكل شميت، وقد اعتبر ممثلون عن حلف الأطلسي أنه (أهم وثيقة قانونية في الحقبة

منوعات الفكر



بياناتك ساعة

تباع وتشتري على (النت)

تتعرض خصوصيتك (أون لاين) لتهديد من جانب أشخاص يعملون في شركات كبرى، بقدر يفوق ما تمتلكه مجموعات القرصنة السرية (هاكرز)، لأنهم يريدون معرفة معلومات عن كل شخص عبر الشبكة العنكبوتية، وبصورة أكثر إلحاحاً من الأشرطة الذين تصدروا العناوين الرئيسية. ولا تمثل هذه الشركات عناصر تخريب تعتمد إلى سرقة هويتنا بقصد الريح، بل تسعى إلى معرفة معلومات تمكنها من تصنيفنا ضمن فئات محددة، واستخدام ما تعرفه عنا من أجل بيعنا أشياء، أو بيع تلك المعلومات لجهة أخرى، وذلك من دون مخالفة أنظمة الخصوصية. ويقول رئيس الجمعية الدولية لحرفيي الخصوصية تريفيور هيوز: البيانات المتعلقة بك تمثل عملة الاقتصاد المعلومات، وأنشطتنا أون لاين تصلح المزيد من الأموال طوال الوقت.

بوسع الأطراف الهامة استخدام المعلومات التي تحصل عليها أون لاين بطرق عديدة. وتستخدم (كونتاكسيواليزيشن) معلوماتك لوضع (محتويات) على شكل إعلانات لعادتك في التصفح والديموغرافيا. وتظهر الإعلانات المستهدفة على (غوغل) هذه التقنية بجلاء، غير أن معلومات البيئة تمضي إلى مدى أكثر عمقا. وفي كلمة له أمام مؤتمر أمن (آر إس آي) أخيراً قال هيوز: لن نواجه حساسية الموقع الذي كنت فيه أون لاين فحسب، بل مكان وجودك في العالم وما تفعله وتفكر فيه أيضاً.

وسيصبح التعرف على الوجه مصدراً آخر للقلق عما قريب، وقد تحاول الشركات التجارية استخدام صورك الظاهرة على مواقع التواصل الاجتماعي من أجل العثور عليك حيثما كنت. يذكر أن (لا تلاحق) هي فكرة عمدت إدارة أوباما إلى تحسينها وتطويرها ضمن قانون الحقوق المتعلقة بخصوصية المستهلك في السنة الماضية - وهي تبدو واعدة، احرص على عدم التعرض للمتابعة أون لاين، ولن تتمكن مواقع الشبكة من جمع معلومات تتعلق بك. ولكن لأن على الحكومة الفدرالية إقرار قوانين لدعم الفكرة المشار إليها تستطيع الشركات الكبرى تجاهلها. وبحسب هيوز فإن العديد من الشركات تعتمز القيام بذلك، وتتمثل المشكلة الكبيرة بالنسبة إلى حرفيي الخصوصية، كما لاحظ هيوز، في (كيفية الإغلاق).

ما لم تكن من النوع التواق للعرض يتعين أن تخفيك عملية رصد المعلومات، ولكن من المهم أن نتذكر أن مبادئ التشغيل الأساسية في شبكتنا المفتوحة على الإنترنت، حيث تقدم محتويات عالية جداً مجاناً، تنطوي على كمية معينة من تضحية المعلومات. وإذا أردت الحصول على كل الفوائد العديدة للمشاورة الاجتماعية يتعين عليك مشاطرة ما لديك، وربما كنت تفعل ذلك في الأساس وتقدم المعلومات المتعلقة بك طواعية تماماً. التعديلات المتقطعة على الخصوصية لم تنص شعبيّة مواقع التواصل الاجتماعي ومشاطرة الصور وتطبيقات الموقع مثل (فوركسور) على الرغم من أن كل تلك الخدمات تجمع بكل تأكيد معلومات تتعلق بنا بغية زيادة عائداتها. وكلما عشنا فترة أطول أون لاين، قدمنا المزيد من المعلومات. والمخيف في الأمر أن الشركات تجمع معلومات عنا، أو أننا نسمح لها طواعية بالقيام بذلك.



منوعات

المخرج

27



توم هانكس

(الشخصية الأجدر بالثقة)

جاء النجم توم هانكس، صاحب جوائز الأوسكار، على رأس قائمة تصنيف مجلة US Magazine عن الشخصية التي يراها الناس أهلاً للثقة بين عشرة نجوم في هوليوود ومن الشخصيات العامة. وأرجعت المجلة فوز توم هانكس بلقب "الشخصية الأجدر بالثقة" إلى الأدوار التي قام بها، والتي جعلت المشاهدين يتقنون به وبقدرااته، خصوصاً عندما جسّد شخصية (الكابتن)، قائد الكتيبة، في فيلم Saving Private Ryan، ودور (رائد الفضاء) في فيلم Apollo 13. وفاز بالمركز الثاني في هذا التصنيف النجمة ساندرنا بولوك، ومن ثم دانيال واشنطن في المركز الثالث، وميريل ستريب في المركز الرابع، ثم ستيفن سبيليرج، بيل غيتس، الأكس تريبيك، ميليندا غيتس وجوليا روبرتس.



ستيف هارفي.. نجمة على رصيف الشهرة في هوليوود

كزمت هوليوود، الممثل الكوميدي، ستيف هارفي، نجمة على رصيف الشهرة. وذكرت وسائل إعلام أميركية، أن ستيف هارفي، حصل على نجمة على رصيف الشهرة في هوليوود، بحضور حشد من الأصدقاء والمحبين بالإضافة إلى نجوم مثل إيلين ديجينيريس، ودكتور فيل. ونقل موقع (اي أونلاين) البريطاني عن هارفي، قوله إن الناس يعتقدون أن (استلامي لهذه النجمة ناجم عن الحظ، غير أن الحظ في الواقع هو التقاء العمل الجاد بالفرصة، فيصنفه الناس بالخطأ، وأضاف: أجد بحق في العمل، غير أنني مملوء بالنعمة والرحمة.



المخرج داني بويل ونظرة جديدة إلى فيلمه Trance

شهر سبتمبر عام 2011، كان المخرج البريطاني داني بويل على سطح يصور أحد مشاهد فيلمه Trance، الذي تدور أحداثه حول سرقة عمل فني. راح يراقب رافعات البناء الممتدة عبر سماء لندن، التي تسرع لإنهاء العمل استعداداً للألعاب الأولمبية الصيفية المقبلة التي ستقام في هذه العاصمة.

إلا أن بويل أدرك أنهما قدما هدفاً إبداعياً أعمق.

مشاهد قوية

يعشق بويل المشاهد القوية التي لا تنسى، مثل: غوص إيوان ماكريغور المدمن في كرسى الحمام في Trainspotting، إصابة ولد بالعمى في Slumdog، وقطع متسلق جبال جيمس فرانكو يده العالقة تحت صخرة في 127 Hours. ومع عدد من الصور القاسية، مثل صورة التعذيب أو الضحية المصابة بطلق ناري، شكل Trance متنفس بويل في عالم الأفلام القوية، بعيداً عن رقابة الألعاب الصيفية. يذكر بويل: (عندما تنفذ عملاً للعائلة كلها يشكل مصدر فخر وطني، عملاً مخصصاً للجميع لا يحتوي على أي كلمات بذينة أو مشاهد قاسية، تدرك أن Trance و Frankenstein هما التقيض الحالك والمظلم للألعاب الأولمبية، وإليهما لجأت لأغذي روحي).

لكن هذا كان له تأثير معاكس أيضاً. يوضح بويل أن تجربته مع Frankenstein و Trance منحتة إلهاماً فنياً للعمل على الألعاب الأولمبية، مهمة اعتبرها شرفاً وطنياً كبيراً. يقول عن التحضيرات للألعاب الأولمبية: (تشرع أحياناً أن مهيئتك نضبت، فتنفيذ هذا العمل شاق).

عندما عاد بويل إلى Trance عقب انتهاء الألعاب الأولمبية، اكتشف أن هذه الاستراحة فتحت عينيه على مواضيع في الفيلم لم يستغلها بالشكل الصحيح. فيما أن القصة تقوم على عدد من الأسرار التي تكتشف وعلى التنويم المغناطيسي، تمكن من رؤية بوضوح أكبر كم أظهر الممثلون أو لم يظهروا من خلفية شخصيتهم.

حين شاهد بويل الفيلم للمرة الأولى بعد أكثر من ستة أشهر، تبين له أن بعض المشاهد خجول أو معقد جداً. يذكر: (تصير إلى عدم تقديم أي إشارات لأنك تخشى أن يفضح أي دليل الحكمة برمتها. كنت تستطيع في الواقع إعطاء المشاهد كثيراً من الإشارات، لا بل هذا ضروري).

علاوة على ذلك، قرر بويل أن خاتمة الفيلم (تجمع بين شخصية كاسل وشخصية داوسن) ليست ملائمة. نتيجة لذلك، واجه المخرج تحدياً غير مألوف. كانت سنة قد مرت منذ انتهاء عملية التصوير، الذي أنتجته شركة Fox Searchlight، مخصصة له ميزانية قدرها 20 مليون دولار. وأمضى كاسل معظم هذه الفترة في ركوب الأمواج، فاكسب سمرة وخسر الوزن. وتذكر داوسن أيضاً أن قائمتها أيضاً تبدلت، إنما بطريقة مختلفة. لكنها أقرت أن النهاية (كانت واضحة جداً، ما بدا بعيداً بعض الشيء عن طابع الفيلم العصري).

نهاية بديلة

في السيناريو الأصلي، حظي الفيلم بخاتمة تقليدية بدت فيها التفاصيل كافة واضحة ومدروسة. ولكن في النهاية البديلة، التي صورت في لندن بعد سنة من انتهاء التصوير الأساسي، يقف فرانك أمام خيار غريب قد يحدد ما إذا كانت علاقته باليزابيث ستدوم. ولا شك في أن التغييرات الجسدية التي طرأت على الممثلين وافتت الخاتمة، فلم توح أن فترة من الزمن مرت فحسب، بل أن فرانك واليزابيث أصبحا أيضاً شخصين مختلفين. لا يني بويل، الذي يعمل راهناً على أفلام تشمل حقيبتين (رفض تقديم أي تفاصيل. ولكن ثمة إشاعات عن أنه يفكر في تصوير جزء ثان من Trainspotting)، أخذ استراحة مماثلة خلال تصويره أفلامه اللاحقة. بيد أنه يعتقد أن هذه التجربة ذكرته بإحدى الحقائق غير المعتادة في صناعة الأفلام. يقول: (لطالما اعتبرت هذا الواقع مثيراً للسخرة في صناعة الأفلام: يبدو المخرج الشخص الأقل قدرة على إعداد فيلم لمشاهدين سيرونه مرة واحدة لأن المخرج يكون قد شاهد ألقى مرة ويملك علاقة مشوهة به).



حوّل أحياناً النص إلى فيلم تلفزيوني عام 2001. غير أن محور السيناريو وعنوانه تغلغل عميقاً في ذهن بويل. يوضح المخرج أنه انجذب إلى هذا النوع من الأفلام (انتقل من قصص الموتى الأحياء إلى بوليوود وأخيراً السير الذاتية) بقدر انجذابه إلى واقع أن بطله لم يكن رجلاً. يذكر بويل: (لدي ابتئان بلغنا العقد الثالث من عمرهما ولم يسبق أن أعدت فيلماً تكون فيه المرأة محرك القصة. أحببت هذا التحدي لأنني اعتدت إخراج أفلام تتمحور حول رجال). بعدما أعاد الكاتب جون هوج، الذي تعامل معه بويل مرات عدة (T.Trainspotting، A Life Less، The Beach، Ordinary)، صياغة السيناريو، حصل المخرج على القصة التي رغب في تصويرها (أدرج اسم أهيان، الذي ابتكر الحكمة الأصلية، إلى جانب اسم هوج في شارة الفيلم). ولكن هل يمكن لبويل أن يخرج فيلماً وينظم الحفلة الافتتاحية في آن؟

يخبر بويل أنه حين قبل بتنظيم حفلة الألعاب الأولمبية في صيف عام 2010، حذرته أحد أصدقائه من أنه سيُجن إن لم يقم بأي عمل آخر خلال مرحلة التحضير للألعاب، التي تمتد على فترة سنتين. لذلك، على غرار رياضي لا يود الإفراط في التدريب استعداداً للسياق، أدخل صانع الأفلام استراحتين إلى جدول الألعاب الأولمبية الخاص به. خلال الأولى، أخرج مسرحية حظيت بكثير من النقد الإيجابي في لندن بعنوان Frankenstein في شهر فبراير عام 2011. وبعد أن ركز على تدريبات الألعاب الأولمبية خلال فصلي الربيع والصيف، صور Trance في مرحلة لاحقة من تلك السنة.

كان يُفترض بمسرحية Frankenstein وفيلم Trance أن يكونا استراحتين بسيطتين من الدفق المتواصل من اجتماعات اللجنة الأولمبية،

يشير المخرج البريطاني داني بويل، الذي يُعتبر سبب فوز Slumdog Millionaire بجائزة أوسكار، إلى حي مجاور سينزل فيه الرياضيون، مواقع المنشآت الرياضية الجديدة، والمكان الذي ستقام فيه حفلة الافتتاح.

لا يُعتبر هذا تفاخراً فارغاً، فعندما يُنهي بويل تصوير المشاهد الرئيسية من Trance، يضعه على جنب لأنه سيتوجه وفريقه ليُنظّموا حفلة الافتتاح في الألعاب الصيفية لعام 2012. كانت الحفلة بمناسبة الاحتفال بالتاريخ البريطاني، وشملت انزال ملكة إنكلترا بالمظلة وتكريماً للخدمات الصحية الوطنية، فضلاً عن مجموعة منزهة من الأغاني قدمها مغنون و فرق موسيقية مثل Sex Pistols، بينك فلويد، Arctic Monkeys.

يذكر بويل: (وضعنا الفيلم في السرير وقلنا له: عمت مساء، ولكن عندما عاد للعمل على Trance بعد نحو ستة أشهر، تفاجأ حين لاحظ أنه كاد أن ينسى ما تركه في المهدي. وبما أن الفيلم (عن سارق يعاني إصابة في الدماغ وينسى أين خبأ ما سرقه) يركز بشكل رئيس على الذاكرة، بدا ذلك تحوّل لافتاً).

يخبر بويل خلال زيارة قام بها أخيراً إلى لوس أنجلوس: (ظننت في البداية أنني لن أنساه، تماماً كما يحدث دوماً حين تنتهي من تصوير فيلم. نشعر حينذاك أننا نتذكر التفاصيل كافة. ولكن عندما عدنا للعمل على الفيلم، كنت قد نسيت. حين شاهدناه للمرة الأولى بعدما اجتمعنا مجدداً عقب الألعاب الأولمبية، راودنا شعور غريب. كنت أجهل التطورات اللاحقة في الفيلم. لم أظن يوماً أن هذا ممكن).

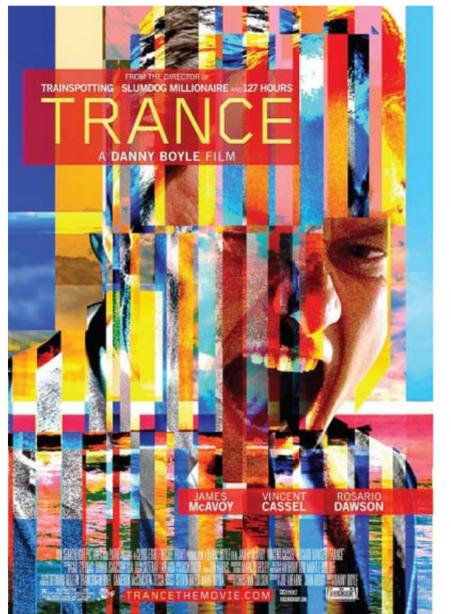
ولكن تبين أن النسيان نعمة لأن Trance فيلم معقد نوعاً ما، فساعدت الاستراحة بويل على إدراك المواضيع التي لم يبد فيها الفيلم واضحاً أو التي جاء فيها مبتذلاً. والأهم من ذلك كله أن بويل اكتشف أن فيلمه يحتاج إلى خاتمة جديدة.

في مستهل الفيلم، يتضح للمشاهد أن موظفاً في دار للمزادات لا غبار عليه يُدعى سيمون (جيمس مكافوي) شريك في عملية سرقة لإحدى لوحات غويا. لكن سيمون يتلقى ضربة على الرأس خلال السرقة، فيعجز عن تذكر المكان الذي خبأ فيه اللوحة ليخبر به زعيم العصابة فرانك (فنست كاسل) وعصابته من اللصوص.

يظن فرانك أن معالجة بالتنويم المغناطيسي تُدعى اليزابيث (روزاريو داوسن) تستطيع إغشاش ذاكرة سيمون، ويتبين أن الأخير يتفاعل بسرعة مع التنويم المغناطيسي. لكن ما تكتشفه اليزابيث خلال جلساتها مع سيمون لا يرتبط بالوحلة بقدر ارتباطه بتاريخ هذه الشخصية المكبوت.

رواية معقدة

كان بويل (56 سنة) يفكر في Trance منذ نحو 20 سنة. بعيد إنهائه تصوير فيلم الجريمة والتشويق Shallow Grave عام 1994، أرسل إليه كاتب السيناريو جو أهيان نص Trance. لكن المشاركة أن أهيان لم يرد أن يخرج بويل الفيلم، بل أن يحظى بدعمه ليخرجه بنفسه. إلا أن بويل ما كان واثقاً من أن أهيان، الذي لم يكن قد عمل في مجال الإخراج آنذاك، مستعد لتقديم رواية معقدة كهذه. فقال له بويل: (من الصعب جداً إخراج هذه الرواية).



الفكر

التفاح بانتظام يمنع سرطان القولون

والمتقِيم و765 آخرين لا يعانون من هذا المرض. وتناول مرضى سرطان القولون والمتقِيم 9.5 حصص من التفاح يوميا فيما تناول نظراؤهم الذين لا يعانون من هذا المرض 11 حصة للفترة ذاتها فتيبين أن نسبة الإصابة بالمرض خفت عند الذين كانوا يتناولون تفاحة يوميا أكثر.

وقال صندوق أبحاث السرطان الدولي إنه بالإمكان خفض الإصابة بأمراض السرطان بنسبة تتراوح ما بين 30 و40 عن طريق تغيير أسلوب الحياة وتناول الكثير من الخضار والفاكهة وممارسة التمارين الرياضية ومراقبة الوزن.

ذكرت صحيفة ميل أون صندي الأحد ان الدراسة التي أجراها باحثون بولنديون عن التفاح أظهرت أن التفاح يحتوي على نسبة عالية من مادة فلافونويدز التي تعمل كمادة مضادة ضد الأكسدة وتمنع الجزينات الضارة في الجسم من تدمير الأنسجة وتكاثر الخلايا السرطانية فيه.

ونصح الباحثون في الدراسة التي نشرت في المجلة الأوروبية للوقاية من السرطان بغسل التفاح ولكن عدم تقشيريه بسبب النسبة العالية للمواد المضادة للأكسدة في القشور. وتوصل الباحثون إلى هذه النتيجة بعد الدراسة التي أجروها على 592 مريضا يعانون من سرطان القولون



قرأتك

الأوز



ينتمي الأوز إلى عائلة الطيور التي منها البط والبعج، والأوز أكبر حجما من البط واغظ منه متقاربا ورقيته وساقيه أطول، يقضي شطرا كبيرا من حياته على اليابسة وهو يرعى في الحقول والمروج ويربى في كل مكان وهناك من يعيش في البحيرات

والمستنقعات والمياه الساحلية على التهام النباتات المائية وهو يطير في الهجرة في تشكيلات تشبه رقم (8) وتبقى على ارتفاع شاهق عندما يكون الطقس صحو ويصيح الطيور على بعضها أثناء الطيران والقطيع عادة يتكون من مجموعات عائلية. أما الأوز المسائس فهو بدأ منذ العصور القديمة وكان طعام الأعياد المعروف في أوروبا حتى تم استبداله بالديكة الرومية التي جن بها من أمريكا.

سؤال وجواب

- من هو العالم الذي صرح نظرية بطليموس وكيف نشرها ؟
- العالم هو كوبرنيكاس البولندي ولكنه لم ينشرها طيلة حياته خوفا من غضب الكنيسة وتوفي سنة 1543 وبعد أكثر من مائة سنة من وفاته أعلن هذه النظرية العالم الألماني كيبلر.
- من هي اول دولة اتبعت نظام امتحان الموظفين قبل التوظيف وما هو نوع الامتحان ؟
- في الصين في القرن الثاني قبل الميلاد وكان امتحان في المعلومات العامة والشعر والعرف والفروسية
- يعتمد البحارة في تحديد مراكزهم في البحار على نجمة القطب الشمالي، فهم يعرفون ان هذا النجم يبقى في الشمال وعلى اساسه يحددون اتجاههم وموقعهم فكم عدد النجوم التي تشكل النجم القطبي الشمالي ؟
- النجم الشمالي نجم واحد فقط.

أسباب وراثية وراء الإكتئاب العصابي

تم الكشف مؤخرا وفقا لأحدث الإحصاءات، عن وجود 160 ألف محاولة انتحار سنويا في فرنسا وبين 12 ألف شخص مصابين بالأس وينجحون في وضع حد لحياتهم، عدد كبير من بين هؤلاء مصاب باضطرابات حادة ناتجة عن إصابتهم بالإكتئاب العصابي.

ويقول الأطباء النفسانيون في هذا الصدد أن أعراض المرض التي غالبا ما تظهر عند الاقتراب من سن الثلاثين أصبحت أكثر شيوعا في الوقت الراهن .. فعلى الصعيد الرسمي يصاب شخص واحد من بين كل مائة شخص بالإكتئاب العصابي وأن أهم ما يميز هذا المرض الذي يطلق عليه اسم ثنائي القطبية هو تناوب ما بين حالي الهياج والإكتئاب (قد يفصل بينهما حالة من الاستواء النفسي).

وفي بعض الحالات، لا يعاني المرضى سوى من حالة واحدة من هاتين الحالتين فيعيشون حالة من الاكتئاب وأخرى من التوازن النفسي ولكن القاسم المشترك بين هؤلاء المرضى جميعا هو حدوث الاضطرابات بصفة دورية حيث يتعلم الأمر بمرضى مزمن يعتقد الأطباء بأن مصدره وراثي لذا يعتبر وجود حالات مماثلة في محيط الأسرة العامل الرئيسي للتشخيص.

السكوت أفضل علاج لمشاكل الحنجرة

يتعين على من يعاني من بحة في صوته وسعال جاف وصعوبات في البلع بسبب إصابته بنزلة برد، أن يقلل من الكلام قدر الإمكان. ويحذر عضو رابطة أطباء الأنف والأذن والحنجرة في مدينة نويومونستر الألمانية لايف إيريك فالتر من الكلام في هذه المرحلة، حتى ولو بصوت منخفض للغاية، لأن ذلك يجهد أيضا الأحبال الصوتية. وأشار إلى أن تناول الكثير من السوائل واستنشاق محاليل الملح والمريمية يساعدان في علاج نزلات البرد واستعادة الصحة.

يذكر أن من يعاني بصحة جسده وصوته بشكل كاف خلال إصابته بنزلة برد، غالبا ما يتعافى في غضون أيام قليلة. أما إذا ازداد الشعور بالألم أو شعر المريض بتدهور حالته، فينصح فالتر بضرورة استشارة طبيب مختص على الفور.

ويؤكد فالتر على ضرورة استدعاء طبيب في حال الشعور بمتاعب في التنفس وارتفاع درجة الحرارة، سيما لدى الأطفال الصغار. إذ يمكن أن يشير ذلك إلى الإصابة بالتهاب الغشاء السطحي للحنجرة الذي يهدد حياة الأطفال الصغار على وجه الخصوص.



أكسل شتاين رئيس قسم الفن بأمريكا اللاتينية يتحدث حول لوحة المكسيكي ألفريدو راموس مارتينيز المرأة الهندية مع المشتريين المحتملين في صالة سوثبي للمزادات في نيويورك ومن المتوقع أن يصل سعرها إلى مليون دولار أمريكي. (رويترز)

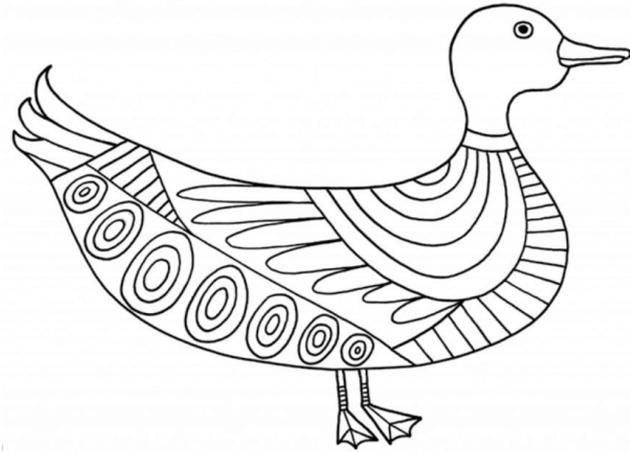
هل تعلم؟

- مكتشف أشعة إكس هو وليم كونراد رونتجن وهو ألماني الجنسية .
- العالم الإيطالي جوليليمو ماركوني هو مخترع الراديو وكان ذلك عام 1895
- مكتشف الدورة الدموية الصغرى هو ابن النفيس .
- هل تعلم أن ليستر هو مخترع التعقيم الجراحي .
- شارلي شابلن هو من أشهر ممثلي الكوميديا في العالم ولد في بريطانيا في 16 أبريل سنة 1889 م .
- هل تعلم أن وكالة المخابرات الأمريكية تأسست عام 1947 م .
- بدأت الإذاعة المصرية إرسالها عام 1934 م .
- بدأ استخدام العملات الورقية في بدايات الحرب العالمية الأولى عام 1914 م في إنجلترا ولكن الدولة صاحبة فكرة العملة الورقية هي الولايات المتحدة الأمريكية .
- اكتشف الكابتن جيمس كوك الملاح الإنجليزي قارة أستراليا سنة 1768 م .
- هل تعلم أن المؤرخ الإغريقي هيرودوت هو الملقب بأبو التاريخ .

قصة خصام الأقوياء

يحكي ان رياح الخريف تقابلت مع اعصار الشتاء وشمس الصيف.. وبطريقهم القى كل منهم تحيته على الآخر ووقفوا يتحدثون معا كلا عن حاله فاخذوا في سرد قوتهم ومقدرتهم وانتهوا الى الخصام حيث ان الشمس قالت انها الاقوى.. وهي وحدها الاقوى فقهر الجميع الاحتكام الى اول من يمر عليهم، هنا مر عليهم بركان غضب كان في طريقه الى مكمنه فعرف منهم ما حدث فقال كلمته العجيبة ليست الشمس ولا الإعصار ولا الرياح بل انا .. تعالوا لنذهب الى جزيرتي وليجرب كل واحد فينا قوته. اجتمع الأربعة في جزيرة البركان وكانت رياح الخريف على عجلة من أمرها فاقتربت من بعض سكان الجزيرة وهبت عليهم بكل ما فيها من قوة فحركت الأشجار وجعلتها تتمايل بشدة وأسرع السكان بالاختباء وطارت الثمار من على الأشجار تندرج على الأرض في غضب وتطابرت أوراق الشجر ودخلت في كل مكان مما سبب غضب السكان فأغلقوا النوافذ والأبواب وخذلوا للنوم، هنا وقف إعصار الشتاء يضحك بقوة ثم بدأ عمله فورا بشهيق قوي جعل أوراق الأشجار المساقطة تدور وتلتف في دوامة حول نفسها والأشجار تميل وصوت شهيقه يجعل في المكان ضجة كبيرة وكأنه محركات طائرة فحاجة أطلق زفيره بقوة ليقطع الأشجار وتطير أسف البيوت الخشبية وبعض جدرانها ولم يستطع الأهالي فعل شيء ففرعوا إلى المخابئ لينتقدوا أنفسهم وصغارهم ويعيبون فسادا في كل مكان.. هاجت الأمواج وخرجت إلى الشواطئ والشوارع لتغرق البيوت وهطلت الأمطار بشدة كأن ماء البحر ليس كافيا فزاد الأمر سوءا وعم الصراخ كل مكان فاخذ الإعصار يضحك مبهتجا.. هنا غضبت الشمس لقسوته فصعدت الى كبد السماء وأشرققت بقوة وأخذت تزيد حراراتها تدريجيا فسخن كل شيء على الجزيرة وأخذت المياه تتبخر بسرعة وكل شيء يجف ويجف وخرج الناس من بيوتهم يطلبون الهواء ويطلبون الماء ليبردوا به أجسادهم وبدأوا يهربون من المكان بحثا عن الظل.. هنا ضحك البركان وقال هدهو.. هدهو من فضلكم تعالوا لتأخذ بعض الراحة. ومع تلك السويغات القليلة وبعد ان ارتاح سكان الجزيرة هب البركان بسرعة ونشط واخذ يزمجر بقوة أكثر وأكثر ثم بدأ يطلق حممه المميته ودخانته المسموم وغباره يتصاعد في كل مكان ويقذف النيران في كل اتجاه.. وهو يصرخ وكأنه غضب.. ولم يمض وقت طويل حتى أصبحت الجزيرة مهجورة من سكانها.. ضحك البركان وقال من الأقوى.. لم يسمع جوابا يرضيه فثار أكثر.. هنا اجتمعت عليه الرياح والإعصار والشمس وتكاتفوا معا وبعد فترة لم يعد احد يسمع صوت البركان وتركوا الجزيرة مسروعين ليعود إليها سكانها فيما بعد.

مساحة للتلوين



ريم حسن



سالم راشد



وديمة محمد



حمد أحمد

متفوق في دراسته.. ومتعاون مع زملائه.. يهوى القراءة والعباب الكمبيوتر.. ويتمنى ان يصبح كابتن طيار في المستقبل.. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.

متفوق في دراسته.. ومتعاون مع زملائه.. يهوى الرسم والتلوين.. ويتمنى ان يصبح مديرة مدرسة في المستقبل.. وتهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.

متفوق في دراسته.. ومتعاون مع زملائه.. يهوى القراءة والعباب الكمبيوتر.. ويتمنى ان يصبح مهندسا في المستقبل.. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.