

جامعة أبوظبي تختتم
هاكاثون كلية الهندسة
السني الثاني

ياسمين صبري:
لن أقدم مشاهد جريئة..
لا في مصر ولا هوليوود



عدم تغيير ملاءات السرير يمكن

ص 23 أن يتسبب في 4 أمراض خطيرة



أسراب النحل تغزو سماها ماهااتن

أظهر مقطع فيديو على موقع "تويتر" أسراب من النحل تحلق بشكل كثيف في سماء ماهااتن أشهر مناطق مدينة نيويورك. وشهدت أسراب النحل في الهواء وعلى جدران المباني المحيطة بالمكان، مما استدعى تدخل رجال الشرطة حتى لا يتعرض الموجودون في المكان للخطر. وظهر مبرو النحل أثناء محاولاتهم لتجنب الناس الآذي عن طريق إعادة جمع أسراب النحل في صناديق خاصة.

بسبب السياح.. الشاطئ الوردي الساحر بسربانيا في خطر

يحاول خفر السواحل الإيطالي منع الزوار من تدمير شاطئ وردي نادر مع معانة البلاد من زيادة كبيرة في عدد السياح في فصل الصيف. وأشار تقرير لـ "تايمز" البريطانية أمس الاثنين إلى أن الزوار يتحدثون حظر السياحة في الشاطئ الوردي على جزيرة بوديلي قبالة سردينيا، والذي يعتبر واحدا من أجمل الشواطئ في العالم.

ويأتي لئون الرمال الوردية من قواقع ميكروبية تعيش بين أعشاب البحر في المياه الضحلة وتتكاثر بالتيارات وتمتد مع الرمال عند موتها. وفرض حظر على زوار المكان في الثمانينيات القرن الماضي بعد سرقة سياح الرمال وإتلاف أعشاب البحر، ما أدى إلى تلاشي اللون السحري. ومنذ الحظر، عاد اللون الوردي، ويقول مدير حديقة أرخبيل مادالينا، التي تضم بوديلي، فابريسيو فونسيو: "يُعرض الشاطئ للخطر مرة أخرى مع وصول الناس بالقوارب إلى الشاطئ ثم نشر الصور على منصات التواصل، ما يتيح لنا فرض غرامات تصل إلى 500 يورو عليهم". ووفقا لمدير الحديقة، سيعرض حد أقصى لعدد الزوار في شاطئين آخرين في الحديقة يمكن زيارتهما هذا الصيف، متوقفاً أن يصل 1200 قارب يوميا هذا الصيف وسط محاولات دائمة لأخذ الرمال الوردية هدايا تذكارية، الأمر الذي يتسبب في أخطار كبرى على الشاطئ إضافة إلى العواصف العنيفة التي تؤدي إلى تآكل الشاطئ.

يعد فيتامين D هو فيتامين أساسي يحتاجه الجسم لامتناس الكالسيوم، وتنمية العظام وعمل المناعة وتخفيف الالتهابات. يمكن أن يؤدي نقص فيتامين D إلى كساح الأطفال وضعف جهاز المناعة وزيادة خطر الإصابة بالسرطان وضعف نمو الشعر وتلين العظام. ومن المعروف في المقابل أن امتصاص الجسم الزائد للكالسيوم بسبب فيتامين D يمكن أن يصيب بحصوات الكلى، بحسب ما نشره موقع "My Food Data".

تبلغ القيمة اليومية الموصى بها حائيا لفيتامين D 20 ميكروغرام، أي ما يعادل 800 وحدة دولية، في اليوم. ويُعتقد أن حد السمية يتراوح من 250 إلى 1000 ميكروغرام/يوم. في بعض الأحيان يتم إعطاء قيم فيتامين D بعبارة الوحدة الدولية IU، إذ يساوي 1 ميكروغرام من فيتامين D 40 وحدة دولية، ويحد أقصى 4000 وحدة دولية في اليوم الواحد، لتجنب تراكم الحصىات بالكلية.

بخلاف الشمس.. إليك 10 مصادر تحتوي على نسبة عالية من فيتامين D

زيادة امتصاص فيتامين D يمكن زيادة امتصاص الجسم لفيتامين D عند تناوله مع الأطعمة الدهنية بنسبة 11-50%. وتناول مع وجبة كبيرة يزيد من الامتصاص بنسبة 50%. ويحب المغنيسيوم دورا مهما في تنشيط واستخدام فيتامين D في الجسم. استخدام ودراسه لعقود. وتوفر النتائج التي توصلنا إليها، وخاصة الانخفاض القوي للمخاطر المحفوظ في الأفراد ذوي الوزن الطبيعي، معلومات جديدة حول العلاقة بين هذا الفيتامين وبين السرطان المتقدم. وفي تحليلهم قام الفريق بتقييم مخاطر الإصابة بالسرطان المتقدم بين المشاركين الذين تناولوا فيتامين D (أو لم يتناولوه، كما قاموا بفحص ما إذا كان مؤشر كتلة الجسم يلعب دورا أيضا، ووجدوا أن من بين المشاركين البالغ عددهم 25 ألف شخص، تم تشخيص 1617 شخصا بمرض السرطان، ومن بين أولئك الذين تلقوا فيتامين D (تم تشخيص حالة 226 في مراحل متقدمة من السرطان، أما من بين أولئك الذين لديهم مؤشر كتلة جسم طبيعي ويتناولون فيتامين D) فتم تشخيص 58 شخصا بمرض السرطان المتقدم فقط مقارنة بـ 96 شخصا لم يتناولوا الفيتامين. ويعتقد الباحثون أن السمعة والالتهابات المرتبطة بها قد تقلل من فعالية فيتامين D، وهو ما يفسر ضرورة السيطرة على الوزن بالتوازي مع تناول فيتامين D من أجل مكافحة "السرطان المتقدم".

يصنع الجسم فيتامين D عندما يتعرض الجلد لأشعة الشمس وبالتالي يسمى فيتامين أشعة الشمس. يعتبر التعرض لأشعة الشمس المصدر الأساسي لفيتامين D لعظم الناس. لكن ربما لا تساعد أشعة الشمس الجسم على إنتاج ما يكفي من فيتامين D، اعتمادا على الموسم والمكان الذي يعيش فيه الشخص، علاوة على أن كبار السن في كثير من الأحيان لا تستطيع أجسامهم تصنيع نفس القدر من فيتامين D. تشمل الأطعمة الغنية بفيتامين D، ما يلي:

- الأسماك
- البيض
- الفطر المعرض لأشعة الشمس
- الكبد
- لا يوجد فيتامين D بشكل طبيعي في العديد من الأطعمة وهذا هو السبب في أن العديد من الأطعمة مدعمة بفيتامين D. وهذا يعني أن فيتامين D قد تمت إضافته إلى العديد من الأطعمة لأغراض زيادة الفوائد الصحية وتكون الأطعمة المدعمة بفيتامين D عادة غنية بالكالسيوم، كما يلي:
- الحليب
- بدائل الحليب
- الزبادي
- حبوب الإفطار
- التوفو
- عصير البرتقال

دراسة صادمة: ثلث الرجال بهذا البلد يؤيدون العنف ضد المرأة

يرى أكثر من ثلث الرجال في ألمانيا أن العنف ضد المرأة "مقبول"، على ما أظهرت نتائج دراسة وصفها المدافعون عن حقوق الإنسان الأحد بأنها "صادمة". وقال 33 في المئة من الرجال الذين تراوح أعمارهم بين 18 و35 عاما في الدراسة الاستقصائية التي تنشرها مجموعة "فوتكه" الإعلامية الاثنين، إنهم يقبلون فكرة أن "تنزلق أيديهم" أحيانا خلال شجار مع شريكة حياتهم. وأقر 34 في المئة بأنهم سبق أن مارسوا العنف ضد النساء في الماضي. واعتبر كارستن كاستر من مجموعة "فدرال فوروم من الناشطة من أجل المساواة بين الجنسين أن هذه النتائج "صادمة"، قائلا في تصريح لمجموعة "فوتكه" إن ثمة "مشكلة" في "تقليل ثلث الرجال الذين شملهم الاستطلاع أهمية العنف الجسدي ضد المرأة" مشددا على ضرورة أن "يُغير ذلك بصورة عاجلة". أجرى الاستطلاع عبر الإنترنت لحساب منظمة "بلان إنترنشنال جيرماني" لمساعدة الأطفال من 9 إلى 21 مارس الفائت، وشمل ألف رجل وألف امرأة من كل أنحاء ألمانيا، تراوح أعمارهم بين 18 و35 عاما. تعرضت أكثر من 115 ألف امرأة للعنف المنزلي عام 2021، وفقا لبيانات الشرطة الفدرالية الألمانية. قتل أكثر من 300 امرأة على أيدي شركاء حياتهن الحاليين أو السابقين عام 2021.

أكد وزير العدل الألماني ماركو بوشمان العام المنصرم، أنه سيدفع من أجل إقرار تعديلات قانونية لتعطيل العقوبات على العنف ضد المرأة. شدد بوشمان وقتها على ضرورة أن تتسم عقوبات "العنف القائم على النوع الاجتماعي" بالصرامة اللازمة.

الموظفون في أمريكا يفضلون العمل عن بُعد

التقل من المكتب واليه خمسة أيام في الأسبوع؟ "هذه ليست الحياة التي أريدها" بحسب كبير التي تعمل مستشارا في المنزل والتي أصبحت كغيرها من ملايين الموظفين في الولايات المتحدة منذ وباء كورونا تفصل العمل عن بعد. ومثالا، أصبح الكثير من الموظفين في الولايات المتحدة يحبون العمل عن بعد منذ إجراءات الإغلاق المرتبطة بالوباء وأن تحالو الشركات إعادةهم إلى المكاتب. وكانت ظروف العمل قبل الوباء أقل من جيدة مع إجازات قصيرة وفي بعض الأحيان إجازات أمومة قصيرة أو حتى غير متاحة بتاتا. وتقول نيل ريتشاردسون كبيرة الاقتصاديين في معهد "أي دي بي" للأبحاث إن "كل هذه الممارسات التي اعتاد عليها العمال في الولايات المتحدة في السابق قام الوباء بتعطيلها بطريقة ما". واليوم، ما زالت المكاتب الأمريكية شبه فارغة مقارنة بغيرها - شباط 2020، بحسب متوسط أسبوعي حسبه كاستيل التي تدير شارات دخول 40 ألف شركة في جميع أنحاء البلاد. هناك أيضا فوارق كبيرة بين المناطق والمدن المختلفة: فمثلا في سيليكون فاني في كاليفورنيا، استعادت المكاتب فقط ثلث الشاغلين فيها من قبل الجائحة، مقارنة بحوالي النصف في نيويورك وواشنطن، وقرابة الثلثين في مدينتي أوستن وهيوستن في تكساس.

تراجع جودة الهواء في نيويورك وواشنطن

زادت جودة الهواء في مدينتي نيويورك وواشنطن سوءا إلى درجة غير صحية للمجموعات الحساسة، مع استمرار الدخان والضباب الناجمين عن أسوأ حرائق غابات في كندا على الإطلاق فوق شمال شرق الولايات المتحدة، ومن المتوقع أن يستمر الضباب الدخاني إلى أسس الاثنين مع هطول الأمطار ومساعدتها في تنظيف الهواء. ونقلت وكالة بومبرغ للأنباء عن جيم كوني، خبير الأرصاد في خدمة الطقس الوطنية في أونتاريو بنيويورك عبر الهاتف: "لقد عاد.. يمكنكم رؤية الضباب بالخارج". وبعد هدوء مؤقت السبت شهدت فيها معظم منطقة شمال شرق البلاد ساعات قليلة من السماء الصافية والهواء المنطقت، بدأت جودة الهواء في التحسن، وترجمت إلى مستوى معتدل في العديد من المناطق الأحد، وفق خارطة الهواء الآن لوكالة حماية البيئة. كما تزيد جودة الهواء سوءا في بعض الجيوب بما فيها واشنطن ونيويورك، التي تحولت الأسبوع الماضي لفترة وجيزة إلى أكثر المدن الرئيسية تلوثا في العالم.

آلاف الأسماك النافقة على ساحل خليج تكساس

طفت آلاف الأسماك النافقة على سطح الماء، والتي جرفتها الأمواج على الرمال في خليج ساحل تكساس الأمريكي، وفق وسائل إعلام أمريكية. وبحسب صحيفة نيويورك تايمز، فقد تم رصد أكوام من الأسماك النافقة تغطي حافة الشاطئ، خلال ما وصفه مسؤولو الحياة البرية بأنه "حدث انخفاض الأكسجين الدائب". وقال بريان فرايزر، مدير إدارة حدائق مقاطعة بازيوريا، إن السبب كان "عاصفة كاملة" من الظروف السيئة. وأوضح المسؤول أن الماء الدافئ يحتوي على أكسجين أقل بكثير من الماء البارد، وأن البحار الهادئة والسماة المليدة بالغيوم في المنطقة قد أعادت طرق ضخ الأكسجين عادة في مياه المحيط تضيف الأمواج الأكسجين إلى الماء، وتقلل السماء المليدة بالغيوم من قدرة الكائنات المجهرية على إنتاج الأكسجين من خلال عملية التمثيل الضوئي، على حد قوله. من جانبها، قالت كاتي سانتا كليلر، مديرة الحياة البحرية فيجامعة تكساس، إن ارتفاع درجة حرارة مياه ساحل الخليج من خلال تغير المناخ يمكن أن يكون قد ساهم في نفوق الأسماك. وأضافت قائلة: "نظرا لارتفاع درجات حرارة المياه، فمن المؤكد أن هذا يمكن أن يؤدي إلى حدوث المزيد من هذه الأحداث، خاصة في بيئاتنا الضحلة أو القريبة من الشاطئ أو على الشاطئ".

اللعب غير الذكي يعزز الإبداع والمهارات اللغوية

في عالم مليء بالأجهزة الذكية والشاشات الرقمية، من الضروري تزويد الصغار بفرص اللعب غير المتصل بالإنترنت، الذي يعزز فيهم روح الإبداع ورواية القصص وتنمية مهاراتهم اللغوية. وأوضحت تانيا سباجوجيفيتش، المدير العام لحضانة أورا "حضانة المستقبل"، أنه بات من الضروري في عالمنا اليوم تضمين مجموعة من الأنشطة المبتكرة والتفاعلية، التي أعدت خصيصا لمرحلة ما قبل المدرسة، والتي تهدف إلى إشغال خيال صغارنا وتسهيل النمو الشامل لديهم. ألعاب التكنولوجيا غير المتصلة وفي مقدمة هذه الأنشطة ألعاب التكنولوجيا غير المتصلة، والتي صُممت بعناية لجذب اهتمام الأطفال من سن الثالثة فما فوق، مع تعزيز المشاركة العملية. ومن خلال الابتعاد عن الأجهزة الالكترونية، تكون قد ساهمت في توفير بيئة آمنة ومحفزة لتشجيع التعلم النشط واللعب الإبداعي.



مهرجان لـ "الحساء" الوردي

لا يخفي الطالب الفرنسي في ليتوانيا فيكتور دولاكرا شغفه بطبق محلي شهير هو عبارة عن حساء بارد من الخيار والشمندر يحمل اسم سالتبارسكاي "Saltbarsciai"، ويُعرف أيضا بـ "الحساء الوردي"، افتتح مهرجان مخصص له السبت في العاصمة الليتوانية فيلنيوس. وللمشاركة في هذا المهرجان، تنكر الطالب بري وعاء من هذا الحساء مصنوع من الورق المقوى، واعتمر قبعة من الورق المقوى أيضا، مطلية يدويا بألوان العلم الليتواني الأصفر والأخضر والأحمر. وقال "لقد أعزمت بسالتبارسكاي وأشعر بأن علي ارتداء هذا الزي تكريما له". و"الحساء الوردي" الذي يُعد من التراث المطبخي في ليتوانيا، هو حساء بارد مصنوع من الكفير ويحوي الخيار الفروم وقطع الشمندر والبصل الأخضر مع الكثير من الثبت. ويُقدم هذا الطبق مع كريمة طازجة، ومرقفا ببيضة وبصلطام، مسلوقة أو مقلية، وهو أحد المأكولات الصيفية الأكثر شعبية في كل أنحاء ليتوانيا.



منوعات الفكر 22

بالتعاون بين جامعة الإمارات ومجلس شرطة دبي

200 طالب وطالبة يشاركون في ملتقى الاستثمار بالعقول



المستقبل وتنمية مهارات الطلاب البحثية من خلال شراكة استراتيجية مع المؤسسات الوطنية، بما يساهم برسم استراتيجيات تعزيز الأمن الوطني. وقدم الطالب محمد المر، رئيس مجلس شرطة دبي لطلبة الجامعات والكليات كلمة تعريفية بهمام ودور المجلس في دعم وتعزيز منظومة التواصل بين طلبة الجامعات والكليات وشرطة دبي ومختلف المؤسسات الحكومية التي يمكن أن تستثمر في المشاريع الطلابية والأبحاث العلمية. كما قدم النقيب خالد تهلك، من إدارة الجرائم الإلكترونية، جلسة توعوية عن الجرائم الإلكترونية ومدى خطورتها على المنظومة الأمنية والمجتمع.

أعضاء هيئة التدريس وممثلين عن شرطة دبي. وأكد الدكتور أحمد مراد، أن جامعة الإمارات حرصت على الاستثمار في الطلبة، باعتبارهم أحد المكونات الرئيسية للمستقبل، ومنذ نشأتها وهي تساهم في تخريج أفراس من الطلبة المبدعين والمبتكرين، وفق أعلى المعايير الأكاديمية في كافة التخصصات النوعية التي تساهم في رفد سوق العمل بتخصصات تساهم في تسريع تنفيذ مشاريع التنمية الوطنية المستدامة، وذلك من خلال منظومة تعليمية متكاملة تستشرف آفاق المستقبل، حيث يوجد أكثر من 46 برنامجاً تعليمياً إضافة لبرامج الدراسات العليا، التي تساهم بتعزيز دور ومكانة الجامعة كمؤسسة وطنية رائدة في البحث العلمي، لمواجهة تحديات

•• العين - الفجر

نظمت جامعة الإمارات العربية المتحدة، وبالتعاون مع مجلس شرطة دبي لطلبة الجامعات والكليات، ملتقى الاستثمار بالعقول بمشاركة أكثر من 200 طالب وطالبة بهدف إشراك طلبة الجامعات ضمن منظومة العمل الأمني والاستماع إلى أفكار الطلبة وآراءهم ومشاريعهم العلمية والبحثية والاستفادة منها لمواجهة التحديات الأمنية والمستقبلية. شهد الملتقى حضور الدكتور أحمد مراد، النائب المشارك لشؤون البحث العلمي، والدكتورة سعاد المرزوقي، النائب المشارك لشؤون الطلبة بجامعة الإمارات، وعدد من

بمشاركة 750 طالباً من 57 مدرسة

جامعة أبوظبي تختتم هاكاثون كلية الهندسة السنوي الثاني

لا التزام دولة الإمارات بمسؤوليتها واهتمامها بالحفاظ على البيئة والرفاه الاجتماعي ونمو اقتصاد الدولة القائم على المعرفة، وكذلك تنويعاً لجهود الجامعة في الارتقاء بالتعليم والبحث المستدامين، وإعداد جيل من المهندسين المستقبليين القادرين على مواجهة تحديات الاستدامة.

وقال الدكتور حمدي الشيباني، عميد كلية الهندسة في جامعة أبوظبي: "نحن سعداء بالنجاح المطرد الذي حققه المسابقة، وبالاهتمام المتنامي لجيل المستقبل بقضايا بيئية مهمة مثل الاستدامة، حيث أثار المشاركون إعجابنا بمستوى تفكيرهم وسرعة بديتهم في إطلاق أفكار مميزة، ستساعدنا في بناء مستقبل أكثر إشراقاً للأجيال القادمة. كما نجدد في جامعة أبوظبي التزامنا بتزويد طلبتنا بالأدوات والموارد اللازمة ليصبحوا قادة مؤثرين، ونشكر جميع المدارس المشاركة، واللجنة المنظمة، والمتطوعين والموجهين والجهات الراعية لدعمهم الكبير لهذا الحدث، ونتطلع لرؤية الجميع مجدداً العام المقبل."

تعد كلية الهندسة بجامعة أبوظبي الأكبر من نوعها في دولة الإمارات العربية المتحدة، وتقدم لطلبتها مجموعة واسعة من برامج البكالوريوس والدراسات العليا، مع إدراج برامج جديدة ومبتكرة على نحو مستمر. وتتلخص مهمة الكلية بتخريج جيل مثقف على درجة عالية من التأهيل، وإطلاق بحوث تطبيقية مبتكرة، وتلبية احتياجات التنمية المجتمعية محلياً وإقليمياً ودولياً.

اختتمت كلية الهندسة بجامعة أبوظبي فعاليات دورتها السنوية الثانية لمسابقة الهاكاثون، التي أقيمت تماشياً مع عام الاستدامة في دولة الإمارات العربية المتحدة، وتجسيدا لحرص الكلية على تهيئة أفضل الفرص للطلبة لعرض أفكارهم وإبداعاتهم حول الاستدامة عموماً وكيفية مواجهة تحديات العالم الواقعي في هذا المجال على وجه الخصوص. وقد أتاحت هذه التجربة التعليمية المميزة فرصة قيمة لطلبة المدارس الثانوية لتعزيز شغفهم بالابتكار وصل مهارات حل المشكلات والارتقاء بالعمل الجماعي ومهارات التواصل فيما بينهم.

استقطبت الحدث أكثر من 750 من طلبة المدارس، توزعوا على 100 فريق يمثلون 57 مدرسة ثانوية، وذلك في سياق مع الزمن لابتكار حلول لتحديات الاستدامة التي يواجهها العالم اليوم، والمساعدة في تحقيق هدف التنمية المستدامة رقم 17 للأمم المتحدة. وتميزت نسخة العام بتقديمها لمسارات إضافية لطلاب الحلقة الثانية بهدف غرس بذور الاستدامة والفكر البناء في أذهان مفكري المستقبل في مرحلة عمرية مبكرة. وكرمت جامعة أبوظبي المدارس الفائزة بالمراكز العشرة الأولى بمنحهم جوائز ودروع تكريمية تقديراً لأدائها الاستثنائي خلال المسابقة. تأتي مسابقة الهاكاثون في إطار الأهداف المستدامة لجامعة أبوظبي لتمكين جيل المستقبل من الشباب من بناء مستقبل مستدام، وتجسيدا

•• أبوظبي - الفجر



معرض أبوظبي للصيد يُطلق مسابقة :

أفضل مجموعة متكاملة من أدوات الصقارة لرحلات المقناص



جودة المواد المُصنَّعة منها مُعدّات الصقارة، أن يكون سعرها مُناسباً. وتقتصر المشاركة على مُصنَّعي أدوات الصقارة بشكل يدوي. وعلى الرغم من أن الصقارة تُمارس منذ آلاف السنين، إلا أن غالبية أدواتها وأساليبها بقيت على حالها حتى وقت قريب، فيما امتد تطور التقنية والتكنولوجيا في السنوات الأخيرة ليشمل مرور الأجيال الأصيل، بما في ذلك إعادة ابتكار تلك الأدوات التراثية بأساليب عصرية مُستدامة، وتسهيل طرائق تدريبها وجعلها أكثر كفاءة، والأهم من ذلك تقليل احتمال تعرّض الصقور للخطر أو فقدانها، والحدّ من إصابتها بالجروح أو بالأمراض ومعالجتها بشكل أفضل وتسهيل حركتها عند ربطها.

للفرسية والسباق، معرض دبي الدولي للخيول، ومعرض The Game Fair في فرنسا، ومعرض JAGD & HUND بألمانيا، وشريك صناعة السيارات ARB الإمارات. وشركاء تعزيز تجربة الزوار مدرسة محمد بن زايد للصقارة وقراسة الصحراء، ومركز السلوقي العربي بأبوظبي. وتمثّل المعايير المُعمّدة في التقييم من قبل نادي صقّاري الإمارات ولجنة التحكيم. في أن تُقدّم المجموعة للصقارين مختلف أدوات ومُستلزمات الصقارة التقليدية، مراعاة جودة التصنيع والتصميم اللاتمن للحقيبة/ أو المنتج المخصص لوضع أدوات الصقارة فيه، المظهر الجمالي للعام لمجموعة الأدوات والحقيبة، وكذلك الصورة الجمالية من الناحية التراثية، مدى

"والخلاة" بشكلها التقليدي عبارة عن حقيبة أو كيس مفتوح من الأعلى مصنوع من الكتان أو القنب لها حزام قصير ليتم وضعها على الكتف. ويحملها الصقارون أحياناً تحت الأبط بعد إغلاقها جيداً. ويحتفظ الصقار بداخلها بلوازم المقناص وأدوات الصقارة. ويُنظّم نادي صقّاري الإمارات فعاليات الدورة العشرين من المعرض خلال الفترة من 23 ولغاية 29 أغسطس القادم، وذلك برعاية رسمية من هيئة البيئة - أبوظبي. الصندوق الدولي للحفاظ على الحبارى، مركز أبوظبي الوطني للمعارض حيث يُقام الحدث، شريك القطاع "كراكال"، وشركاء الصناعة كل من الاتحاد العالمي للصقارة والمحافظة على الطيور الجارحة، المؤسسة الأوروبية للصقارة والمحافظة على الطبيعة، اتحاد الإمارات

المنقلة، السكين، وغيرها. ضمن مسابقاته وفعالياته الجديدة، أطلق معرض أبوظبي الدولي للصيد والفرسية مسابقة جديدة لاختيار "أفضل مجموعة متكاملة من أدوات الصقارة لرحلات المقناص"، وذلك بهدف دعم وتشجيع الحرفيين والمبدعين والشركات المتخصصة في صناعة أدوات ومُعدّات الصقارة، لما تُمثله من رمزية تاريخية وقيمة تراثية أصيلة. فإذا ما أزد الصقار أن يُربّي أو يُدرّب صقراً، عليه أن يحصل على سلسلة من الأدوات الأساسية، مثل: الخلاة، البرقع، السبق، المرسل، الوكر، الدس، المنقلة، السكين، وغيرها.

•• أبوظبي - الفجر

حديقة الحيوان بالعين تنضم لعضوية الرابطة الإقليمية الأوروبية الآسيوية لحدائق الحيوان وحدائق الأحياء المائية EARAZA



والانقراض، وتعزيز الوعي والسلوك الإيجابي تجاه التنوع الحيوي. و (EARAZA) هي جمعية لحدائق الحيوان في آسيا الوسطى تأسست عام 1994 لتعزيز وتقوية التعاون بين مؤسسات علم الحيوان، وتعمل حديقة حيوان موسكو على تنسيق أعمالها والمساعدة في تنظيم المؤتمرات السنوية بين عضو من الجمعية المناقشة القضايا التي تواجه حدائق الحيوان في المنطقة مع الإشارة إلى التعالي من فيروس كورونا، والذي حضرته الحديقة بشكل افتراضي؛ حيث قدمت عرضاً للأعضاء في جلسة مغلقة للمؤتمر تلاها أسئلة ومناقشات داخلية ومداولات أشاد بعدها المشاركون وبالإجماع على استحسان حديقة الحيوان بالعين للعضوية الكاملة.

بالانقراض، وتعزيز الوعي والسلوك الإيجابي تجاه التنوع الحيوي. و (EARAZA) هي جمعية لحدائق الحيوان في آسيا الوسطى تأسست عام 1994 لتعزيز وتقوية التعاون بين مؤسسات علم الحيوان، وتعمل حديقة حيوان موسكو على تنسيق أعمالها والمساعدة في تنظيم المؤتمرات السنوية بين عضو من الجمعية المناقشة القضايا التي تواجه حدائق الحيوان في المنطقة مع الإشارة إلى التعالي من فيروس كورونا، والذي حضرته الحديقة بشكل افتراضي؛ حيث قدمت عرضاً للأعضاء في جلسة مغلقة للمؤتمر تلاها أسئلة ومناقشات داخلية ومداولات أشاد بعدها المشاركون وبالإجماع على استحسان حديقة الحيوان بالعين للعضوية الكاملة.

أعلنت حديقة الحيوان بالعين عن انضمامها إلى الرابطة الإقليمية الأوروبية الآسيوية لحدائق الحيوان وحدائق الأحياء المائية (EARAZA) وذلك بعد حصولها على التصويت الكامل للعضوية خلال مؤتمر EARAZA 2023 الذي استضافته حديقة حيوانات ألماتي الكازاخستانية في الفترة من 12 إلى 15 مايو الماضي. وتمثل هذه العضوية شراكة مع حدائق الحيوان في منطقة آسيا الوسطى بهدف التعاون وتبادل المعرفة والخبرات وتعزيز رسالة حديقة الحيوانات بالعين تجاه المساهمة الفاعلة في صون الحياة البرية من خلال البحث وتطوير المعرفة والتعليم، ورعاية الأنواع، وحماية الحيوانات المهددة

•• العين - الفجر

منوعات الفكر

23



حدد بحث جديد أربع حالات صحية يمكن ربطها بعدم غسل وتغيير ملاءات الأسرة بشكل منتظم، اثنتان منها "قاتلة صامتة".

وتوصف أغطية الأسرة المتسخة غالبا بأنها مستودع للكائنات الحية الدقيقة، التي يمكن أن تمهد الطريق للعديد من الظروف الصحية الخطيرة.

عدم تغيير ملاءات السرير يمكن أن يتسبب في 4 أمراض خطيرة



ويمكن أن تؤدي بكتيريا المكورات العنقودية، المبكرة، ولكن في بعض الحالات يمكن أن يتطور المعروفة بأنها تعيش على فراش متسخ، إلى تفاقم حب الشباب، وفقا لدراسة أجريت عام 2012. وقال خبراء Bed Kingdom: "إن تغيير أغطية وساداتك كل يومين إلى ثلاثة أيام وبقية الفراش مرة واحدة في الأسبوع يمكن أن يساعد في تحسين مشكلة ظهور حب الشباب".

4. الربو
الربو هو حالة تنفسية ناتجة عن التهاب أنابيب التنفس التي تحمل الهواء من وإلى الرئتين. ويمكن أن يصيب الربو الأفراد من جميع الأعمار، ولكنه غالبا ما يبدأ في مرحلة الطفولة

الملاءات المتسخة في المستشفيات، يمكن أن تسبب الالتهاب الرئوي. وأضاف موقع Bed Kingdom أن "غسل ملاءات سريرك بانتظام هو الطريقة الأكثر أمانا لتخليص سريرك من أي بكتيريا تعيش بين ملاءاتك". ويقول الخبراء في منظمة Save The Children أن الالتهاب الرئوي يُطلق عليه أيضا اسم "قاتل صامت"، وهذا لأن الناس قد لا يعرفون دائما أن لديهم أعراضا لأنهم قد يشعرون بأنهم مصابون بحالات مثل نزلات البرد ولكنها تدوم لفترة أطول.

3. حب الشباب

1. الأكزيما
الأكزيما هي حالة شائعة تسبب في حكة الجلد وجفافه وتشققه، ويمكن أن تكون مزعجة للغاية لمن يعانون من هذه الحالة. وغالبا ما تؤدي ملاءات السرير المتسخة إلى تفاقم أعراض هذه الحالة، وفقا للدكتورة سابرينا فيلسون من جامعة نيويورك. وكتبت فيلسون على موقع WebMD: "نتخلص من 500 مليون خلية من خلايا الجلد يوميا، والعديد منها ينسحق بينما ننام في السرير. ويحب عت الغبار الصغير أن يتغذى على الخلايا المتساقطة، ويمكن أن تؤدي فضلاتها إلى إثارة الحساسية، ما يؤدي إلى تهيج الأكزيما المسببة للحكة".

2. الالتهاب الرئوي
الالتهاب الرئوي هو نوع من عدوى الصدر التي يمكن أن تجعل التنفس صعبا. ومن دون علاج، يمكن أن تؤدي الحالة إلى الحرمان من الأكسجين والوفاة. وتشمل الأعراض الشائعة السعال والشعور بالتعب والضعف والتعرق أو الارتعاش بشكل متكرر.

ووجد بحث أمريكي أن بكتيريا المكورات العنقودية (Staphylococcus) في



طبيب يكشف عن أفضل طريقة لعلاج غصّة القلب!



زعم أحد الأطباء أن كسر قلبك لا يؤدي عاطفيا فحسب، بل يمكن أن يسبب أيضا "ألمًا جسديا".

وقال تشون تانغ، الطبيب العام البالغ من العمر ٤٧ عاما، من ليثام، لانكشاير، إن كسرة القلب يمكن أن "تظهر بعدة طرق". وهذا يشمل الصداع وفقدان الشهية والأرق والخمول وآلام العضلات والمفاصل.

وينتج الجسم هرمون الأدرينالين، كاستجابة مباشرة للحرز، ما يؤدي إلى استجابة القتال أو الهروب وقمع الشهية. ويقترح الدكتور تانغ، المدير الطبي لمزود الرعاية الصحية

المقربين وعائلتك حول وضعك. من المهم مناقشة هذه المشاعر - ويفضل أن يكون ذلك مع خبير رعاية صحية. وفي بعض الأحيان، يمكن للأدوية أن تجعل الناس يمررون بأوقات عصيبة وأن تساعد على رؤية الضوء مرة أخرى. لا تضغط على الأشياء لأن هذا لن يؤدي إلا إلى مزيد من التوتر وإطالة الأزمات. إذا كنت تكافح حقا، فتحدث إلى صاحب العمل حول إجراء بعض التعديلات المقولة على عملك للتأكد من أنك لست تحت ضغط كبير".

والوجبات السريعة الصينية. وتقول جمعية الحمية البريطانية (BDA) إن عدم تناول ما يكفي من الطعام الذي يحتوي على حمض الفوليك، مثل الخضار الورقية والبقوليات، والسيلينيوم، مثل المأكولات البحرية والمكسرات البرازيلية، يمكن أن يساعد على الشعور بالانتعاش. على الرغم من أنها تدعى أيضا أن الأطعمة الغنية بالكربوهيدرات قد يكون لها فائدة. وأضاف تانغ: "خذ وقتنا لننصق وتحدث إلى أصدقائك



منوعات الفكر

26

.. أبو ظبي - الفجر:

وفق أحدث تطورات التكنولوجيا والذكاء الاصطناعي، افتتح مركز "تريندز" للبحوث والاستشارات مكتبه الافتراضي في العاصمة المصرية القاهرة، وذلك ضمن رؤيته البحثية الشاملة وسعيه إلى توسيع قاعدة انتشاره بما يعزز دراساته وبحوثه، ويحقق أهدافه بوصفه جسراً معرفياً عالمياً، وحلقة وصل مع مراكز البحث والفكر الإقليمية والدولية.

ضمن خطته ورؤيته العالمية

تريندز يفتتح مكتبه الافتراضي في القاهرة

د. محمد العلي: المكتب يستخدم التكنولوجيا الحديثة وهورافد جديد للبحث العلمي والمعرفة

وأوضح الدكتور العلي أن المكتب الافتراضي سيواكب عبر باحثيه وموظفيه الافتراضيين الأحداث والقضايا العربية والأفريقية، وقد اختيرت القاهرة موقفاً له لما تمثله من ثقل ثقافي وحضاري، ولكونها حلقة وصل بين الدول العربية والأفريقية، إضافة إلى ما تزخر به من مراكز فكرية وخبرات بحثية من شأنها تعزيز مخرجات تريندز وإيصال صوته المرغوب الرصين الوازن إلى بقاع العالم كافة.

وأشار الدكتور العلي إلى أن افتتاح المكتب الافتراضي جاء تماشياً مع روح العصر وتقنياته، وسرعة الإنجاز والتواصل، ليكون نافذة وحلقة وصل مع عدد من مناطق العالم، مشيراً إلى أن تريندز تمكن من إقباط حضور عالمي في عدد من المحافل الدولية عبر مشاركات فاعلة وشراكات جديدة أدت دوراً محورياً وفاعلاً في دعم الجهود البحثية والعلمية، وإكمال مسيرته نحو الريادة والصدارة.

مكتب دبي القائم منذ أكثر من عام، ورافداً وداعماً للمقر الرئيسي بالبحوث والدراسات والرؤى، كما أنه يضاف إلى سلسلة الإنجازات والنجاحات التي حققها تريندز الذي يضيء عاماً بعد آخر في تأكيد مكانته العالمية منصفة للمعرفة والبحث العلمي، بما يضمن إحداث حراك وبناء جسور نستطيع من خلالها الحوار مع الآخر، وتعزيز التبادل الثقالي والحضاري بيننا وبين مختلف الأمم حول العالم.

ويضم المكتب وحدة بحثية متنوعة الخبرات، تدعم مجالات العمل في تريندز. وقال الدكتور محمد عبدالله العلي الرئيس التنفيذي لتريندز، إن المكتب الافتراضي يعمل وفق تقنية العمل عن بعد مستخدماً الذكاء الاصطناعي والتكنولوجيا الجديدة، في خطوة تهدف إلى توسيع انتشار تريندز في أهم العواصم العالمية. وأضاف أن المكتب الافتراضي جاء ليكمل مسيرة



الشارقة للإعلام تطلق (ابدع مع شمس)

لإنشاء الصور بواسطة الذكاء الاصطناعي

مهماً في العالم العربي في مجال إدماج وسائل الذكاء الاصطناعي والوسائل الرقمية في مجالات الحياة والعمل، واتاحتها للقطاعات الأوسع من المؤسسات والمحترفين والهواة على حد سواء. وبحسب خبراء في صناعة المحتوى والإعلام الرقمي، فإن منصة «ابدع مع شمس» من حيث تصميمها والوظائف التي تؤديها، من شأنها أن تغير قواعد اللعبة في صناعة الإعلام الرقمي في المنطقة، من حيث إنشاء المحتوى الرقمي وتوزيعه وإثرائه بالصور الاحترافية المعبرة الجذابة، واختزال الوقت اللازم لتوفيرها. كما تفتح عالماً من الإمكانيات الجديدة للامحدودة للمستخدمين. يذكر أن المنصة متاحة للاستخدام الآن، من قبل الهيئات والمؤسسات الحكومية خلال المرحلة الأولى، وللشركات والأفراد في المنطقة خلال المرحلة الثانية.

ذات مستوى احترافي، تلبى حاجاتهم، وتجذب انتباه الجماهير. ويوصفها منصة توظيف أحدث تقنيات الذكاء الاصطناعي، فهي مبرمجة على التعلم الذاتي وتحسين الأداء بصورة تراكمية، ما يمكنها من استيعاب خبرات المستخدمين وعلمهم اليومي، في نظامها التشفيلي، ما يمكنها من تحقيق شروط الخصوصية واللمسة الخاصة للمستخدمين، كل حسب تراكم استخدامه للمنصة. كما سيزيد ذلك من قدراتها على تلبية الحاجات الخاصة، بمرور الوقت. وتعد منصة «ابدع مع شمس» خطوة مهمة تعزز مكانة إمارة الشارقة وتدعم استراتيجيتها الإمارات للذكاء الاصطناعي وتأثيرها الإيجابي في إحداث طفرة تطويرية للارتقاء بالأداء الحكومي، كما تمثل تطوراً

صور ذات جودة عالية تستجيب لأعلى التوقعات، مقابل تكلفة وجهد منخفضين، من دون الحاجة إلى مهارات خاصة أو معدات تصوير احترافية. وبمناسبة تدشين المنصة قال سعادة الدكتور خالد عمر المدفع، رئيس مدينة الشارقة للإعلام (شمس): نحن متحمسون لإطلاق منصة «ابدع مع شمس»، باعتبارها أول منصة حكومية من نوعها في المنطقة لإنشاء الصور بالذكاء الاصطناعي. هدفنا هو تمكين المؤسسات الحكومية والشركات والأفراد من إنتاج صور عالية الجودة تلبى حاجاتهم. وقد روعي في تصميم المنصة سهولة الاستخدام وتأدية العرض منها بكفاءة عالية. ونحن واثقون بأن الجهد المبذول في بناء المنصة باستخدام وتوظيف أحدث تقنيات الذكاء الاصطناعي، من شأنه أن يُمكن المهتمين من إنشاء صور

أعلنت مدينة الشارقة للإعلام (شمس) عن إطلاق منصة «ابدع مع شمس»، أول منصة حكومية بالمنطقة، تعمل بتقنيات الذكاء الاصطناعي المتقدمة (AI) في مجال تصميم وإنتاج صور احترافية عالية الجودة. وتلبي المنصة حاجات الجهات الحكومية والشركات والمجتمع الفني والإبداعي، وتهدف إلى تسهيل إنشاء صور احترافية للمواقع الإلكترونية والحسابات على وسائل التواصل الاجتماعي والقنوات الرقمية الأخرى، وذلك من خلال توظيف أحدث تقنيات الرؤية الحاسوبية وبرامج التعلم الآلي وتحديد الموضوعات تلقائياً في الصورة وتحسين عناصرها لتحقيق أقصى تأثير. وتم الأخذ بعين الاعتبار، لدى تصميم منصة «ابدع مع شمس»، تحقيق معادلة توفير حلول فعالة وعدد غير محدود من



منشورات القاسمي تذهب بمؤلفات الشيخ الدكتور

سلطان القاسمي إلى جمهور قراء الدوحة

.. الشارقة - د. محمود علياء

والتي بدورها تساهم في إثراء الحركة الثقافية المصاحبة للمعرض، حيث يركز المعرض على صناعة النشر والكتب، فيما يتم استعراض وترويج تقنيات الطباعة والورق والنشر الرقمي. وتنعقد دورته الحالية 287 عارضاً مباشراً و450 عارضاً غير مباشر من 51 دولة، ما يشكل فرصة ثرية لترويج إصدارات المنشورات والكتب الإماراتيين المشاركين في المعرض على نطاق واسع عالمياً. وتشارك «المنشورات» بأكثر من 250 كتاب تضم 81 عنواناً من مؤلفات الشيخ الدكتور سلطان القاسمي بين التاريخ والرواية والمسرح في معرض الدوحة الدولي للكتاب الذي يُعتبر من أكبر وأقدم معارض الكتب الدولية في المنطقة، ويحظى بإقبال كبير للمشاركة فيه من أهم دور النشر في الدول العربية، بشكل عام، والخليجية، بشكل خاص، والأجنبية.

ضمن برنامج مكثف يهدف إلى إطلاق منافذ متجددة لدعم الكتاب وتعزيز حضور إصدارات صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة عبر دار منشورات القاسمي المتخصصة بمؤلفات سموه على مستوى المنطقة والعالم، تشارك «المنشورات» في معرض الدوحة الدولي للكتاب الذي ينطلق اليوم في الاثنتين ويستمر حتى 21 من الشهر نفسه في العاصمة القطرية الدوحة. يُعدّ معرض الدوحة للكتاب والنشر من الأحداث الثقافية الدولية المهمة في منطقة الخليج العربي والذي يتماشى مع رؤية دول المنطقة التي تهدف إلى تطوير اقتصاد المعرفة، بالإضافة إلى أنه يعكس حالة المشهد الثقالي للبلاذ. كما ويعتبر حدثاً ثقافياً بارزاً بمشاركة واسعة من دور النشر العربية والأجنبية



مشاركة مميزة لاتحاد كتاب وأدباء الإمارات في معرض سيؤول الدولي للكتاب

.. الشارقة - الفجر:



يلتقي زوار المعرض بالكتاب والروائي سلطان العميمي رئيس اتحاد كتاب وأدباء الإمارات والإعلامية عائشة سلطان والكتبة شيخة الجابري والشاعرة خلود الملا والشاعرة نجاة الظاهري والدكتورة عائشة الشامي والكتبة أسماء الحمادي والدكتورة بديعة الهاشمي والروائي والصحفي عيسى يوسف والكتبة دبي بالهول والباحث في التراث الإماراتي علي العبدان. بالإضافة إلى اتحاد كتاب وأدباء الإمارات تساهم 13 مؤسسة وهيئة ثقافية في دولة الإمارات بفعاليات احتفاء «معرض سيؤول الدولي للكتاب» بالشارقة «ضيف شرف» في المعرض من بينها دائرة العلاقات الحكومية بالشارقة وهيئة الشارقة للإذاعة والتلفزيون ومعهد الشارقة للتراث وجمعية الناشرين الإماراتيين وجمعية الإمارات لإدارة حقوق النسخ، وهيئة الشارقة للأدب إضافة إلى المجلس الإماراتي لكتب اليافعين ومجموعة كلمات وبيت الحكمة ودائرة الثقافة وهيئة الإنماء التجاري والسياحي في الشارقة.

وتجسد الشارقة خلال مشاركتها في المعرض رؤيتها تجاه تعزيز حضور الثقافة الإماراتية والعربية على المستويين الإقليمي والدولي وتسعى إلى فتح فرص جديدة للتعاون والتبادل الثقالي وبحث تطوير آفاق الترجمة بين اللغتين العربية والكورية. و يتيح المشاركة عبر جناحها المجال للتواصل بين الكتاب والمبدعين من الجانبين وتعرض تجارب الناشرين الإماراتيين وتبرز جهودها في دعم صناعة النشر على المستويين العربي والعالمي، ويتضمن البرنامج جلسات وفعاليات تناول مواضيع مختلفة في الأدب والشعر والتراث والفن حيث تنظم جلسة عن دور المرأة في صناعة النشر وأمسيات شعرية تجمع بين شاعرات من دولة الإمارات وكوريا، وتسلمت مختلف الفعاليات الضوء على نقاط التقارب والتاريخ الأدبي بين ثقافتنا البلدين سواء في مجال الخط أو الحكايات أو التراث الشعبي والفني والترجمة والأدب النسوي حيث ستشهد جلسات الحوار والورش مشاركة نخبة من الكتاب والأكاديميين والإعلاميين الذين سيقدمون رؤاهم في مجالات مختلفة من الأدب والفن والثقافة حيث

اللغة العربية إلى اللغة الكورية وهي: رواية «غرفة واحدة لا تكفي» لسلطان علي العميمي، كتاب «هوامش في المدن والسفر والرحيل» لعائشة سلطان، كتاب «زينة وأزياء المرأة» لشيخة الجابري، ديوان «ياحناط المحكي» لأسماء الحمادي، ديوان «إغفاءة على صدر القصيدة» للدكتورة عائشة الشامي، ديوان «الطريق التي تأخذني» لخلود الملا، رواية «ذوات» لزينة الياسي، قصص «مد وجزر» للدكتورة بديعة الهاشمي، ديوان «غيمة مستعملة» لنجاة الظاهري وكتاب «سلطان بن محمد القاسمي... من الحياة إلى الحياة» لهزاع علي ابوالريش. صرح بذلك عبدالرحمن نقي عضو مجلس الإدارة مسؤول العلاقات العامة والإعلام بالاتحاد. ويستضيف جناح ضيف شرف المعرض تحت إشراف هيئة الشارقة للكتاب 12 مؤسسة ثقافية و11 كتاباً ومبدعاً وأكاديمياً إماراتياً يشاركون في 33 فعالية تسعى إلى تعزيز الروابط بين الثقافتين الإماراتية والكورية وتشمل ندوات وورش عمل وحفلات توقيع كتب وأنشطة أدبية وفنية.

يشارك اتحاد كتاب وأدباء الإمارات في برنامج «الشارقة ضيف شرف» الدورة الـ65 لمعرض سيؤول الدولي للكتاب خلال الفترة من 14 إلى 18 يونيو الجاري بالتعاون مع هيئة الشارقة للكتاب. حيث تحتفي كوريا الجنوبية بالمشروع الحضاري لإمارة الشارقة ودولة الإمارات العربية المتحدة عبر تنظيم سلسلة فعاليات وجلسات حوارية ونقاشية أمام الجمهور الكوري تعكس من خلالها حاضر وتاريخ الثقافة الإماراتية والعربية وحجم الحراك الإبداعي الذي تشهده الإمارة. ويمثل الاتحاد في المعرض سلطان علي العميمي رئيس الاتحاد وعائشة سلطان نائب رئيس الاتحاد وشيخة عبدالله المطيري أمين السر العام وشيخة الجابري عضوة مجلس الإدارة رئيس اللجنة الثقافية وفرع أبوظبي. وتتضمن مشاركة الاتحاد بعرض إصدارات الاتحاد والأعضاء بالإضافة إلى عرض 10 أعمال مترجمة من

تعود إلى السينما بعد 4 سنوات بيلمين

ياسمين صبري: لن أقدم مشاهد جريئة.. لا في مصر ولا هوليوود

رفضت الفنانة ياسمين صبري بشكل قاطع تقديم المشاهد الجريئة من أجل التواجد العالمي عبر أفلام هوليوود، مؤكدة أنها لم تفعل ذلك في مرحلة الانتشار داخل مصر، كما تحدثت عن تجاربها الجديدة في عالم التجميل وتخليها عن استخدام

المساحيق، وقالت: "التجميل الحقيقي يبقى حاجة نادرة".

ياسمين فتحت الباب أمام متابعيها على "إنستغرام" لتلقي الأسئلة عبر خاصية "أسأل ياسمين"، وتلقت سؤالاً مباشراً من أحد متابعيها، يقول: "هل توافقين على تقديم مشاهد جريئة في هوليوود؟" وردت قائلة: "إذا كان أنا مابواقش هنا.. حوافق هناك".

والكوميديا. وفي سياق متصل، تعاقدت ياسمين صبري على بطولة فيلم "دليلة" مع المخرج بيتر ميمي، والذي تخوض به أولى بطولاتها المطلقة في السينما. ويأتي فيلم ضمن عالم أفلام "المستضعفون" في إطار خطة بيتر ميمي لصنع أعمال سينمائية مرتبطة بخط درامي واحد، على غرار أفلام "مارفل ودي سي"، ومقرر البدء في تصويره بعد انتهاء ياسمين من فيلمي "أبو نسب" و "البيع".

وعلى جانب آخر تواصل ياسمين التدريب على الألعاب القتالية وركوب الموتوسيكلات ضمن استعدادها لفيلمها الجديد دليلة مع المخرج بيتر ميمي، والذي تخوض به أولى بطولاتها المطلقة في السينما، إذ تقدم ياسمين الأكلشن خلال أحداث الفيلم الذي تظهر فيه بشخصية سوبر هيرو، ويأتي الفيلم ضمن عالم أفلام المستضعفون التي أعلن عنها بيتر ميمي في إطار خطته لصنع أفلام على غرار أعمال مارفل ودي سي.

وتعود ياسمين صبري إلى السينما في 2023 بـ 3 أفلام دفعة واحدة بعد غياب 4 سنوات، إذ قدمت آخر أعمالها فيلم "الديزل" عام 2018 الذي شاركت في بطولته إلى جانب محمد رمضان، فتحن

عبد الوهاب، هنا شيخة، تامر هجرس، محمد عز، محمد علي رزق وإخراج كريم السبكي، وقدمت في نفس العام أيضاً فيلم "ليلة هنا وسرور" مع محمد إمام ومحمد عبد الرحمن وفاروق الفيشاوي وإخراج حسين المتناوي.



وردت على ملاحظة متابع لها حول تغير ملامحها وتخليها عن المواد التجميلية، أجابت ياسمين صبري: "صع مش ليا، مش بيليق عليا، من كثرة التجميل، الطبيعي يبقى حاجة نادرة".

وكشفت ياسمين عن أكثر موهبة تجيدها غير التمثيل، وقالت: "الروفاق" وأضافت ضاحكة: "موهوبة فيها أوي".

ياسمين تعود إلى السينما

تعيش الفنانة ياسمين صبري نشاطاً فنياً سينمائياً خلال الفترة الحالية، إذ أنها تخوض موسم عيد الأضحي المقبل 2023 بيلمين وهما: "البيع" و "أبو نسب"، بعد غياب 4 سنوات عن السينما، كما تواصل أيضاً التحضير لأولى بطولاتها المطلقة في السينما مع المخرج بيتر ميمي.

وتشارك الفنانة ياسمين صبري في فيلم "البيع" بطولة النجم أمير كرارة، وتجسد خلال الأحداث شخصية دكتورة صيدلانية بسيطة، وخلال الأحداث تلتقي بأمر كرارة الذي يجسد دور مجرم يتوب عن الإجرام، ويحدث بينهما العديد من المواقف المشوقة. فيلم "البيع" بطولة أمير كرارة، ياسمين صبري، باسم سمرة، ومحمد عبد الرحمن، وتوتا، ومحمد أنور، بالإضافة إلى عباس أبو الحسن، والعمل من تأليف إيهاب بلبل، وإخراج حسين المتناوي.

كما تشارك "صبري" في فيلم "أبو نسب" مع الفنان محمد إمام، وتجسد خلال أحداث الفيلم شخصية لايف كوتش (مدربة تنمية بشرية) كوميدية وتقابل محمد إمام ويحدث بينهما العديد من المواقف الكوميدية.

فيلم "أبو نسب"، بطولة محمد إمام، ياسمين صبري، ماجد الكدواني، وفاء عامر، هالة فاخر، محمد لطفي وعدد آخر من الفنانين، ومن تأليف أيمن وتار وإخراج رامى إمام.

قصة فيلم "البيع"

وتدور أحداث الفيلم في إطار أكشن لايت، ويجسد كرارة خلال الأحداث شخصية مجرم يتخلّى عن الإجرام، واسمه (سلطان)، وخلال الأحداث يلتقي الفنانة ياسمين صبري، التي تلعب دور طبيبة صيدلانية، وتجمعهما الكثير من المواقف المثيرة

تستعد لتصوير مسلسل جديد قريباً

غادة عادل تواصل تصوير (البريمو) و(أهل الكهف)

تقضي الفنانة المصرية غادة عادل وقتاً كبيراً في تصوير مشاهد في فيلمين سينمائيين، فيما تستعد لتصوير مسلسل جديد قريباً. وفيما أشارت عادة إلى أنها أصبحت تبحث عن الأدوار غير المعتادة في أعمالها الفنية الجديدة، أوضحت أنها حالياً تصوير مشاهد في فيلم (البريمو)، معربة عن سعادتها بالعمل مع الفنان محمد هندي وبقية فريق العمل، وفي تجربة كوميدية جديدة، حيث تؤدي دور فتاة تاجرة فاخرة، تقم في منطقة شعبية.

ويشارك في بطولة (البريمو) كل من نانسي صلاح، أحمد بدير وعلاء مرسى، وهو من تأليف إيهاب بلبل وإخراج سعيد حامد. وأضافت أنها تواصل حالياً تصوير المشاهد الأخيرة في فيلم (أهل

الكهف)، لافتة إلى أن القصة خيالية، وتتناول فترتين زمنييتين مختلفتين، متمنية أن ينال إعجاب الجمهور عند عرضه. ويضم (أهل الكهف) في بطولته كل من خالد النبوي، حسين فهمي، أحمد فؤاد سليم، محمد ممدوح وريم مصطفى، وهو من تأليف أيمن بهجت قمر، من رواية الكاتب الراحل توفيق الحكيم وإخراج عمرو عرفة.

كما اختيرت الممثلة المصرية للمشاركة في تصوير مسلسل (قائمة الأمانى)، ويتم حالياً الاستعداد لانطلاق تصويره قريباً، ويشاركها البطولة فيه شريف منير، وهو من إنتاج كريم أبو ذكري، تأليف أماني التونسي وإخراج طارق رفعت.



ثراء جبيل: قدمت الكوميديا في رهبة وأحضر مسرحية «وعملت إيه فينا السنين»

الزارو، أحمد سلطان، سلوى محمد علي، إلهام عبد البديع، بدرية طلبة، إسماء رخا، أحمد بلال، ملك بدوي، حسن العدل، ياسر صادق وعدد آخر من الوجوه الشابة، والعمل من تأليف محمد جلال، وإخراج معتز حسام.

ويناقش العمل قانون الوصاية بعد وفاة الأب أو الزوج. وقدمت ثراء جبيل قبل شهر رمضان الماضي، مسلسل "أسيل" الذي خاضت به أولى بطولاتها في الدراما من بطولة وشارك في العمل باسل

أعربت الفنانة ثراء جبيل عن سعادتها بطرح فيلم رهبة في دور العرض، مضيفة أنها تظهر في الأحداث بشخصية كوميدية وهي عبارة عن مراسلة في إحدى القنوات التلفزيونية تقابل سيد رهبة ويحدث بينهما العديد من المواقف، مشيرة إلى أن خطوتها المقبلة ستكون المسرح إذا

تحضر لبطولة مسرحية جديدة بعنوان "وعملت إيه فينا السنين" تأليف وإخراج محمد سمير ويشترك في بطولتها حازم إيهاب ومقرر عرضها على مسرح روابط أيام 7 و 8 و 9 يونيو المقبل.

فيلم رهبة انطلق في دور العرض يوم الأربعاء 24 مايو، وهو بطولة أحمد الفيشاوي، نسرين أمين، ثراء جبيل، سما إبراهيم، الفنان السعودي محمد القس، محمود البزاوي، مصطفى غريب، عبد الرحمن ظاظا، وياسر الطوبجي وأحمد رمزي، ندا بهجت من تأليف محمد علام وإخراج رضا عبد الرازق وتدور أحداثه في إطار شعبي كوميدى.

وشاركت ثراء جبيل في شهر رمضان الماضي خلال مسلسلين الأول "سوق الكائنات" تأليف هاني سرحان وإخراج حسين المتناوي وإنتاج شركة سينرجي و بطولة أمير كرارة، مى عز الدين، فتحى عبد الوهاب، مها نصار، ندا موسى، عبد العزيز مخيون، تامر نبيل، ثراء جبيل، سلوى عثمان، غفران محمد، ضياء عبد الخالق، أحمد التهامي، شريف ادريس وعدد آخر من الفنانين. وظهرت كضيفة شرف في مسلسل "تحت الوصاية" مكون من 15 حلقة تأليف خالد وشيرين دياب، وإخراج محمد شاكر خضير وإنتاج ميديا هب سعدي - جوهر، و بطولة منى زكى، دياب، نسرين أمين، أحمد خالد صالح، ثراء جبيل، رشدى الشامي، مها نصار، خالد كمال، محمد عبد العظيم وعدد آخر من الفنانين،



الفكر

إثبات فوائد الزنجبيل للمناعة



أهم عنصر في منظومة المناعة. وهذه الخلايا تشكل حوالي ثلثي خلايا الدم البيضاء وهي ضرورية لمحاربة مسببات الأمراض الخارجية. وتضمنت الخطوة الثانية وضع محاليل مختلفة التركيز لمادة الجينجيبيرول على سطح الخلايا. واتضح للباحثين أن وضع حتى 15 ميكروغراما من المادة لكل لتر تكفي لجعل الخلايا المناعية في حالة تأهب قصوى. وأن استجابة الخلايا التي تعرضت لببتيد يحاكي العدوى البكتيرية كانت أقوى بنسبة 30 بالمئة مقارنة بخلايا المجموعة الضابطة. ولكن عند استخدام مثبطات لمستقبلات TRPV1 في التجربة، توقف تأثير مادة الجينجيبيرول. ووفقا للباحثين حتى تركيز بسيط لمادة الجينجيبيرول له تأثير محفز لخلايا منظومة المناعة.

اكتشف علماء معهد بيولوجيا النظم الغذائية بجامعة ميونخ للتكنولوجيا وجود مادة في الزنجبيل تنشط خلايا المناعة في الجسم. وتشير مجلة Molecular Nutrition & Food Research إلى أن الباحثين وضعوا خلال الاختبارات المخبرية كمية صغيرة من مادة الجينجيبيرول (مركب كيميائي في الزنجبيل) اللاذعة الموجودة في الزنجبيل، على مزارع الخلايا وراقبوا التفاعل الحاصل. وكما هو معروف هذه المادة بالذات تسبب الإحساس بالحدة التي يشعر بها المستقبل TRPV1 الموجود على سطح الخلايا العصبية. وتضمنت الخطوة الأولى في هذه الاختبارات تحديد المستقبل على سطح الخلايا الحبيبية المتعادلة، الذي يعتبر

التدخين الإلكتروني أثناء الحمل خطر على الرضع!

توصلت دراسة إلى أن استخدام السجائر الإلكترونية أثناء الحمل يزيد من خطر موت الرضع المفاجئ بما يصل إلى ثلاث مرات. وأصبحت السجائر الإلكترونية والتبغ الرطب - التي يطلق عليها أحيانا التبغ الذي لا يدخن - شائعة بشكل متزايد بين الأمريكيين الذين يتطلعون إلى الإقلاع عن السجائر التقليدية ويتم بيعها في معظم المتاجر الصغيرة في الولايات المتحدة.

وينظر إليها من قبل الكثيرين على أنها بديل أكثر أمانا للسجائر التقليدية، لكن الأدلة تثبت أنها تحمل مخاطر صحية خاصة بها. ودرس الباحثون في السويد السجلات الطبية لأكثر من مليوني امرأة وأطفال على مدى 20 عاما. ووجدوا أن الأشخاص الذين استخدموا SNUS (نوع من مسحوق التبغ الرطب، يوضع عادة في الفم بين الشفتين واللثة) - الذي اخترع في السويد - أثناء الحمل زادوا من خطر وفاة طفلهم قبل عيد ميلاده الأول بنسبة 70%.

وقالت معدة الدراسة الرئيسية الدكتورة أنا جونيربيك، وهي طبيبة أطفال في معهد كارولينسكا في السويد، إنه يجب تجنب جميع أنواع منتجات النيكوتين أثناء الحمل. ونظرا للزيادة الهائلة في استخدام SNUS بين النساء الشابات في سن الخصوبة في السويد على مدى السنوات القليلة الماضية وتزايد شعبية السجائر الإلكترونية، تحتاج النساء إلى إعلامهن بالمخاطر المحتملة على الأجنة والرضع. وتشير دراستنا إلى أن النيكوتين عامل خطر للوفاة المفاجئة للرضع، لذلك نستنتج أنه يجب تجنب جميع أنواع منتجات النيكوتين أثناء الحمل.

وخلص الباحثون إلى أنه يجب تجنب جميع أنواع منتجات النيكوتين أثناء الحمل.

ويعد النيكوتين ضارا لنمو الأطفال لأنه يمكن أن يسبب تلفا لرنثي وأدمغة الأطفال الذين لم يولدوا بعد. ولطالما عُرفت مخاطر التدخين أثناء الحمل، بما في ذلك زيادة خطر الموت المفاجئ للرضع بسبب التدخين السلبي.

وتم إجراء القليل من الدراسات على السجائر الإلكترونية و SNUS ومنتجات النيكوتين الأخرى فيما يتعلق بموت الرضع المفاجئ. ولعلاج نقص الأبحاث، نظر الأطباء في السويد في بيانات أكثر من مليوني طفل ولدوا في البلاد بين عامي 1999 و 2019.

وتم تعديل الدراسة، التي نُشرت في مجلة Pediatric Research، لتعكس عوامل الخطر الخاصة مثل الحالة الاجتماعية والاقتصادية وعمر الأم. وأشار الباحثون إلى أنهم لا يستطيعون الجزم بأن استخدام النيكوتين تسبب في وفاة الأطفال، حيث ربما ساهمت عوامل أخرى غير معروفة. واعترفت الدراسة بصعوبة الفصل بين المخاطر التي يتعرض لها الجنين المرتبطة بـ SNUS والتدخين، عن التعرض لدخان التبغ والنيكوتين في حليب الثدي بعد ولادة الطفل.



فتاة تقف في مركز Storm King للفنون في نيو ويندسور، نيويورك. «رويتزر»

قرأت لك

عصير البرتقال



اتضح للعلماء أن تناول كمية كبيرة من عصير البرتقال يخفض مستوى ضغط الدم، وتناول كوب واحد يوميا منه يساعد على تجنب مشكلات في القلب.

وتشير صحيفة Daily Express، إلى أن الدكتورة كاري راكستون من مركز علوم عصير الفواكه في بلجيكا (Juice Fruit Centre Science)، أوضحت خصائص هذا المشروب الشائع، مشيرة

إلى أن تناول كوب واحد من عصير البرتقال يوميا يخفض ضغط الدم الانقباضي بمقدار 3 ملم عمود زئبق والانبساطي بمقدار 2 ملم عمود زئبق. وتقول الدكتورة، "يحتوي البرتقال وعصير البرتقال أيضا على بوليفينول نباتي يسمى هسبيردين، الذي يساعد على استرخاء الأوعية الدموية، ما يسهل على الجسم التحكم بضغط الدم. ولكن يمتص الجسم هذا البوليفينول من العصير أفضل من امتصاصه من البرتقال الكامل، لقلة كمية الألياف الموجودة في البرتقال الكامل، ما يمنع الجسم من امتصاص الهسبيردين، كما أن عصير البرتقال مصدر لليوتاسيوم الذي يساعد على التحكم بضغط الدم". وتضيف الدكتورة، يتحول الهسبيردين في جسم الإنسان بعد عملية الهضم إلى هسبرتين. وتقول، "هذا المركب الجديد الذي يسمى هسبرتين، يساعد على استرخاء الأوعية الدموية، ما يؤثر في مستوى ضغط الدم، خاصة لدى الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية".

سؤال جواب

• من الشعب الذي ابتكر لعبة الدومينو؟

- الشعب الصيني.

• ما هو الحيوان الذي يعد الأثقل بين جميع حيوانات كوكب الأرض؟

- الحوت الأزرق.

• ما هو المكان الذي يعيش فيه النحل؟

- خلية.

• من هو العالم الذي اخترع الديناميت؟

- ألفريد نوبل.

• ساعة بيج بين الشهيرة موجودة في أي مدينة؟

-توجد في مدينة لندن.

• ما المقياس الذي يُستخدم في قياس سرعة السفن؟

- العقدة.

هل تعلم؟

- الفران لا تحب رائحة التنعاع.
- ان كل الكائنات تحرك فمها السفلي عند الأكل، عدا التمساح الذي يحرك فكه العلوي
- أن قلب الذبابة يخفق 1000 مرة في الدقيقة الواحدة
- أن أضخم أنواع العناكب تعيش في البرازيل، ويصل وزنها إلى 85 جراماً
- أن أثقل حيوان في العالم هو الحوت الأزرق
- أغلب الأسماك التي في أعماق عميقة جدا . . عمياء
- الفرس يستطيع أن يظل شهرا كاملا واقفا على أقدامه
- أن أكثر الحيوانات حدة في السمع هي الذئب والحمير
- أن أول من عرف القمح، هم المصريون القدماء، عام 5400 قبل الميلاد
- عندما يفقد الأخطبوط إحدى أذرعه الطويلة، تنمو ذراع بديلة لها تدريجياً فيما بعد.....
- الكلب يستطيع أن يسمع دقات الساعة وهو على بعد 40 قدماً.
- الزرافة إذا انزلت وقعت على الأرض مع انفراج سيقانها، فهي لن تستطيع القيام مرة أخرى ويمكن أن تظل هكذا إلى أن تموت.

قصة البهلوان

خرج البهلوان من خيمته يتجول في الأرض الواسعة التي نصبت عليها خيمة السيرك، اخذ ينظر هنا وهنا وكأنه تائه لا يعرف ماذا يريد، لفت نظره بضع اطفال يمرحون هنا وهناك يبحثون عن حيوانات السيرك ويبحثون ايضا عن البهلوان، كم يحبون البهلوان وكم يحبون الدب والفيل، حسنا ليخرج لهم هو ايضا يحبهم .. اسرع اليهم فواجتهم وزادت فرحتهم وعلت ضحكاتهم .. دقائق وكان المكان يعج بالأطفال .. قضا حوالي الساعة يلعبون ويمرحون مع البهلوان ثم انصرفوا ليقوم بتأدية تدريباته وتناول افطاره. جلس يحتسي قهوته لكنه شرد، تذكر اطفاله الثلاثة او كما يقول ملائكته الثلاثة كم هو معذب، انفصل عن امهم واستطاعت ان تأخذهم وتوكلهم لأنه لا يصلح لهم .. هي ترى ذلك، ترى انه بهلوان ولا يصلح لرعاية اطفاله لكنها لا ترى انه انسان يتعذب من اجلهم .. كم يحبهم وعندما اقترب منه صديقه تاكي اخذ يحكي له كم هم في جمالهم مثل الملائكة وكم يحبهم، يتمنى لو اراه او يرونه، لا يطعم في اكثر من ان يراهم ولكن امهم قوية وتعرف كيف تسيطر عليهم وتحرمهم من والدهم لأنه بهلوان، عندما انهى كلامه جلس يبكي ولم يراه غير تاكي انه الان يرى الانسان وليس البهلوان.

بقي على عيد ميلاد البهلوان خمسة ايام سيتم عامة الخامس والأربعين .. قرر السيرك ان يحتفل به وقرر تاكي ان يقدم لصديقه وحبيبه البهلوان هدية عمره، كانت الأيام تمر بسرعه عندما حان موعد عيد الميلاد، اليوم يحتفل السيرك بعيد ميلاد البهلوان احتفال رائع، واحتفل تاكي معهم ثم انصرف مبكرا ولم يري صديقه البهلوان يجمع هداياها الكثيرة ويتسلم للناس وللأطفال ولم يري احد دموعه ومن رآها ظننها دموع الفرح، وفي آخر الليل وصلت سيارة تاكي، ولم يهتم احد .. هذا شن عادي لكنهم عندما لاحظوا زووله من السيارة ومعه ثلاثة اطفال يشبهون الملائكة التقوا حوله ليتساءلوا من هؤلاء .. وصرخ تاكي على صديقه البهلوان اخرج ايها البهلوان تعالي لتأخذ هديتك والا سأجعلك تندم العمر كله، خرج البهلوان في كامل زينته تقديرا لصديق عمره .. ولم يكده يمشي ختوطين حتى رأى امامه ملائكته الثلاثة فأنهار على ركبتيه ليضمهم في حضنه ويبكي بكاء الفرح والسعادة .. انه حقا في قمة سعادته فلا يوجد في هذه الدنيا اجمل او احلى او اغلى من اطفاله .. يوما لن ينساها وهدية لن ينساها وجميلا لن ينساها لصديقه تاكي، قضى الأطفال الليل في حضن والدهم البهلوان ثم اخذهم صباحا في صحة تاكي ليعود بهم إلى امهم .. يوما لا ينسى وكلما اجتمع معهم كل يوم جمعه تذكر عيد ميلاده الخامس والأربعين انه حقا يوم مولده.

