



منوعات الفجر 22

منصور بن محمد بن راشد آل مكتوم يكرم الجناح الإيطالي في إكسباند نورث ستار 2024

إيطاليا تلتزم بدعم الابتكار وتطوير الحلول التقنية بالتزامن مع زيادة عدد الشركات الناشئة

تلتها 14.5% تعمل في قطاع التصنيع و3% في مجال التجارة. وقال فاليرييو سولداني، المفوض التجاري الإيطالي لدى الإمارات العربية المتحدة وسلطنة عمان: "يؤكد التزام إيطاليا بتحقيق التقدم التكنولوجي والابتكار على الوفاء بتمهياتها بدعم دبي، حيث تحولت بسرعة لتصبح مركزاً عالمياً لتطوير التقنيات المتقدمة." وأضاف سولداني: "تجسد كل شركة إيطالية من الشركات الأربع والعشرين روح التعاون والنمو، ودفع التقدم في مجالاتها التي تتخصص فيها. وتعكس المجموعة المتنوعة من الشركات الإيطالية المبتكرة التي تشارك هذا الأسبوع التراث الفني للبلاد في الحرفية والإبداع والتقدم التكنولوجي." انضم مدير مكتب وكالة التجارة الإيطالية في دبي، فاليرييو سولداني، إلى قادة عالميين بارزين خلال جلستين حواريتين مميزتين أقيمتا في "إكسباند نورث ستار" يوم الأحد 13 أكتوبر 2024، الساعة 3:30 مساءً. وشارك سولداني في محاضرة بعنوان "متصلون من أجل النجاح: قوة التعاون عبر الحدود في أوروبا"، التي أقيمت في القاعة 3، Spotlight Stage. وقد تناولت هذه الجلسة، التي أدارها ديفيد روان، رئيس التحرير المؤسس لمجلة WIRED UK، الدور الحاسم للشركات عبر الحدود في دفع نمو الأعمال في جميع أنحاء أوروبا.



ويتمتع بذلك، شهدت إيطاليا زيادة في عدد الشركات الناشئة المبتكرة في العام 2023، حيث تعمل 77.3% من هذه الشركات مجموعة في مجالات مثل إنتاج البرمجيات واستشارات تكنولوجيا المعلومات والبحث والتطوير،

كريم سمو الشيخ منصور بن محمد بن راشد آل مكتوم، رئيس مجلس دبي لأمن المنافذ والحدود، الجناح الإيطالي بزيارة رسمية خلال افتتاح فعاليات إكسباند نورث ستار 2024، أكبر حدث عالمي مخصص للشركات الناشئة. وتعود إيطاليا للمشاركة مجدداً في هذا المعرض البارز، الذي يجمع رواد الأعمال والمبتكرين والشركات الناشئة الحائزة على جوائز على هامش معرض جيتكس العالمي للتقنية، أضخم معرض للتكنولوجيا في العالم. وتشهد إيطاليا نمواً ملحوظاً في عدد الشركات الناشئة، حيث تم تسجيل أكثر من 13.300 شركة بحلول نهاية العام الماضي، يعمل العديد منها في مجالات الابتكار والحلول التكنولوجية. وسيتم استضافة 24 شركة متميزة وطموحة مكرسة للابتكار والتميز في الجناح الإيطالي في القاعة (8) من اليوم وحتى 16 أكتوبر في دبي هاربور، وبدعم من وكالة التجارة الإيطالية، حيث تعكس مشاركتهم التزام إيطاليا بتعزيز الشركات العالمية ودفع التعاون المستقبلي مع دولة الإمارات العربية المتحدة والشرق الأوسط على نطاق أوسع. كجزء من التزام إيطاليا نحو الاستدامة عبر مبادرة "إيطاليا المستدامة"، يعد دعم المبتكرين في مجال التكنولوجيا والشركات الناشئة عنصراً أساسياً في تحول البلاد لتصبح أكثر استدامة وصداقة للبيئة عبر مختلف القطاعات. تركز خطة العمل والرؤية الوطنية في إيطاليا على ركيزتين أساسيتين هما التحول الأخضر والتحول الرقمي. وقد تم تخصيص

جمعية الإمارات للسرطان وجمعية بيت الخير تتعاونان لتعزيز الدعم المجتمعي للمرضى وأسره

قام وفد من جمعية الإمارات للسرطان ضم المدير التنفيذي للجمعية عوض سالم الساعدي، والدكتور محمد السيد مدير تطوير الأعمال وتنمية الموارد، بزيارة إلى مقر جمعية بيت الخير في دبي، وذلك لبحث سبل التعاون المشترك بين الجمعيتين لتعزيز الدعم المقدم لمرضى السرطان وأسره. وكان في استقبال الوفد سعيد مبارك المزروعى نائب المدير العام لجمعية بيت الخير، وموزة محمد الشامسي رئيس قسم العلاقات العامة وإسعاد المتعاملين، وذكرى أحمد محمد رئيس قسم التنسيق والمشاريع، وعمر فلاح منسق العلاقات العامة. وجرى خلال الاجتماع تبادل الآراء حول إمكانية تنظيم حملات توعية مشتركة تهدف إلى رفع الوعي بأهمية الوقاية من السرطان والكشف المبكر، كما تناول اللقاء أهمية تنظيم فعاليات خيرية ومبادرات مجتمعية تستهدف تقديم الدعم المالي والاجتماعي للأسر المتأثرة بالمرض. وأكد المجتمعون على تبادل الخبرات بين الجمعيتين لتطوير برامج الرعاية والدعم، إضافة إلى التعاون المستقبلي من خلال إعداد مذكرة تفاهم شاملة تضمن تنفيذ جميع الاتفاقيات والتوصيات. وقال سعادة عوض سالم الساعدي إن هذا التعاون مع جمعية بيت الخير يأتي في إطار جهود جمعية الإمارات للسرطان لتعزيز التكافل المجتمعي وتقديم الدعم اللازم لمرضى السرطان والمصابين. مشيراً إلى أن التفاهم والتعاون مع المؤسسات الخيرية والإنسانية والجهات الصحية يساهم في تحقيق الأهداف لزيادة حملات التوعية والمبادرات الداعمة لمرضى السرطان.



تعاون مشترك بين جمعيتي المخترعين الإماراتية والكويتية

من جانبه، أشار المخترع أحمد مجان، رئيس جمعية المخترعين الإماراتية، إلى أهمية هذه الشراكة في تعزيز التعاون بين الجمعيتين لتحقيق أهداف مشتركة تساهم في دفع عجلة الابتكار والاختراع على مستوى المنطقة، مؤكداً أن التعاون مع الجمعية الكويتية سيثمر عن مشاريع وبرامج مشتركة تساهم في دعم المواهب الشابة وتوفير الدعم اللازم لهم. يُذكر أن الجمعيتين تسعيان من خلال هذا التعاون إلى إقامة ورش عمل مشتركة، تبادل الزيارات العلمية، والمشاركة في الفعاليات العالمية التي تهدف إلى إبراز الابتكارات المتميزة في دول الخليج

والسيدعبداللطيف محمد العركي أمين السر العام للجمعية الكويتية لدعم المخترعين بحث تعزيز أفاق التعاون بين الجمعيتين في مجالات الابتكار والاختراع. ويأتي هذا التعاون في إطار سعي الجمعيتين إلى دعم المخترعين وتوفير البيئة المثلى لنقل وتبادل المعرفة والخبرات، إضافة إلى تنسيق الجهود في تنظيم الفعاليات والمعارض العلمية التي تسلط الضوء على الاختراعات المحلية والإقليمية. وصرح عبداللطيف العركي، أمين السر العام بالجمعية الكويتية لدعم المخترعين، بأن هذا التعاون يفتح آفاقاً جديدة للتواصل مع المخترعين في كلا البلدين، ويساهم في تعزيز ثقافة الابتكار والإبداع لدى الأجيال الناشئة

ببحث جمعية المخترعين الإماراتية والجمعية الكويتية لدعم المخترعين أفاق التعاون المشترك بين الجمعيتين ضمن منظومة المؤسسات الأهلية بإمارة دبي مجلس التعاون الخليجي جاء ذلك خلال لقاء جمع ادارتي الجمعيتين في ملتقى الشبكة العربية للإبداع والابتكار بقاعة الاميرة بفندق حياة جراندي دبي وجرى خلال اللقاء بحضور المخترع الاماراتي احمد عبدالله مجان رئيس الجمعية وأعضاء مجلس الإدارة

تؤكد أهمية النخلة وتقدم حلولاً مبتكرة لحماية النخيل وزيادة الإنتاج

الزراعة والسلامة الغذائية تشارك مهرجان ومزاد ليوا للتمور وتكشف عن إنجازات مكافحة الآفات

ولفت إلى أن هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية تعتمد استراتيجية متكاملة للعناية بأشجار النخيل في جميع مناطق إمارة أبوظبي من خلال تنفيذ برنامج الإدارة المتكاملة لآفات النخيل، ونجحت خلال النصف الأول من عام 2024 في تنفيذ حملات مكافحة واسعة النطاق لآفات النخيل، شملت أكثر من 6.5 مليون نخلة في مختلف أنحاء الإمارة تم خلالها القضاء على آلاف الحشرات الضارة. كما نفذت برنامجاً متكاملاً لمعالجة أكثر من 2 مليون نخلة مصابة بسوسة النخيل الحمراء وحفار الساق والحيمرة وحلم الغبار، وذلك باستخدام تقنيات بيئية آمنة، وتزامناً مع ذلك، نظمت الهيئة 17 محاضرة توعوية للمزارعين، ووزعت أكثر من 125 ألف مصيدة فرمونية و21 ألف مصيدة ضوئية، ساهمت في جذب نحو نصف مليون حشرة ضارة خلال النصف الأول من العام الجاري.

الزراعي وقرائنا العريق، ويجسد رؤية المغفور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان (طيب الله ثراه) في الحفاظ على تراثنا الزراعي، وخاصة شجرة النخيل. وتسعى الهيئة من خلال مشاركتها إلى تعزيز التعاون مع المزارعين، ودعم جهودهم في تطوير القطاع الزراعي، بالإضافة إلى ترسيخ مكانة إمارة أبوظبي كمركز للفعاليات التراثية والثقافية. وأضاف أن مهرجان ومزاد ليوا للتمور يعد منصة متخصصة في تسويق وبيع التمورر المحلية والدولية ومنتجاتها، إلى جانب تبادل الخبرات بين المزارعين حول أساليب الزراعة الحديثة، وكيفية العناية بشجرة النخيل، موضعاً: "نهدف من خلال مشاركتنا إلى توعية المجتمع بأهمية الممارسات الزراعية الجيدة، والخدمات التي تقدمها الهيئة لدعم المزارعين، وتقديم الدعم الفني للمهرجان من خلال مشاركة خبراءنا في لجنة تقييم المزاينة. كما نسعى إلى التعريف بدور الهيئة في تحقيق الاستدامة الزراعية والحفاظ على البيئة، وتشجيع المزارعين على المشاركة في جائزة الشيخ منصور بن زايد للتميز الزراعي، والترويج للأسبوع العالمي للغذاء الذي يقام خلال الفترة من 26-28 نوفمبر المقبل. من ناحية أخرى تستعرض الهيئة منصة بيانات الزراعة والأمن الغذائي لتعريف المزارعين بالمنصة وطرق الاستفادة من البيانات التي تقدمها لهم في دعم أعمالهم ومشاريعهم الزراعية.

والبرامج الثقافية، بهدف إبراز التراث الإماراتي ودعم المنتجات المحلية وتعزيز منظومة الأمن الغذائي للدولة. وقال عمر على الشمسري المدير التنفيذي لقطاع الاستراتيجيات والسياسات بالإمارة في هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية: "نحن فخورون بالمشاركة في هذا الحدث الهام الذي يعكس اهتمام القيادة الرشيدة بالقطاع

حول الممارسات الزراعية الجيدة للعناية بأشجار النخيل والتمور ومحاضرات حول آفات النخيل وسبل الوقاية منها ومكافحتها. يأتي تنظيم هذا المهرجان في إطار حرص القيادة الرشيدة على الحفاظ على التراث الإماراتي الأصيل، وتعزيز مكانة إمارة أبوظبي كعاصمة لحاضنة للمهرجانات التراثية

تحت رعاية سمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان، ممثل الحاكم في منطقة الظفرة، تشارك هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية في مهرجان ومزاد ليوا للتمور الذي تنظمه لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية بأبوظبي في مدينة زايد بمنطقة الظفرة خلال الفترة من 11 إلى 20 أكتوبر 2024، وذلك انطلاقاً من حرصها على دعم المزارعين والمنتجين وتعزيز الأمن الغذائي من الدولة. تهدف مشاركة الهيئة في المهرجان إلى نشر الوعي بأهمية الممارسات الزراعية الجيدة، والخدمات التي تقدمها للمزارعين ومربي الثروة الحيوانية، وبخاصة الخدمات المقدمة لزراع النخيل وإنتاج التمورر في إمارة أبوظبي، بالإضافة إلى التعريف بدور الهيئة في دعم القطاع الزراعي وتقديم الخدمات للمزارعين، وتنقيب المجتمع بأهمية أشجار النخيل وأفضل الممارسات للعناية بها، كما تقدم الهيئة الدعم الفني لإدارة المهرجان من خلال مشاركة الخبراء والمختصين في لجنة تقييم المزاينة. وتشارك الهيئة بجناح كبير في المهرجان يعد بمثابة منصة لعرض مشاريع وخدمات الهيئة، وتوزيع النشرات والكتيبات التوعوية، كما تعمل على تنظيم العديد من الفعاليات والأنشطة منها تنظيم ورش عمل افتراضية



منوعات الفكر

23

اضطراب الشخصية النرجسية عبارة عن حالة مرضية تؤثر على الصحة العقلية للمريض الذي ينتابه حينها شعور مبالغ فيه بأهميته، ويحتاج إلى الاهتمام والإطراء من الآخرين بشكل زائد ويسعى إلى ذلك.

وقد يفترق الأشخاص المصابون بهذا الاضطراب إلى القدرة على فهم مشاعر الآخرين أو الاهتمام بها. لكن وراء هذا القناع من الثقة المفرطة، فهم ليسوا متأكدين من تقديرهم لذاتهم، ويمكن أن ينزعجوا بسهولة من أقل انتقاد.



حالة مرضية تؤثر على الصحة العقلية للمريض

اضطراب الشخصية النرجسية . أسباب مجهولة وأعراض مقلقة



يسبب اضطراب الشخصية النرجسية مشكلات في كثير من نواحي الحياة، مثل العلاقات أو العمل أو المدرسة أو الشؤون المالية، وقد يشعر المرضى المصابون باضطراب الشخصية النرجسية بالتعاسة وخيبة الأمل بشكل عام عندما لا يتم منحهم الامتيازات الخاصة أو الإعجاب الذي يعتقدون أنهم يستحقونه، وقد يجدون علاقاتهم مضطربة وغير مرضية، وقد لا يستمتع الآخرون بالتواجد حولهم.

ويتمركز علاج اضطراب الشخصية النرجسية حول العلاج بالحوار، المعروف أيضاً بالعلاج النفسي، بحسب "مايو كلينك"، إذ يؤثر اضطراب الشخصية النرجسية على الذكور أكثر من الإناث، وغالباً ما يظهر في سن المراهقة، أو في بداية البلوغ، وقد تظهر سمات النرجسية على بعض الأطفال، ولكن هذا غالباً ما يكون عادياً بالنسبة إلى اضطراب الشخصية النرجسية عند الكبار.

أعراض اضطراب الشخصية النرجسية يمكن أن تختلف أعراض اضطراب الشخصية النرجسية ومدى شدتها من شخص لآخر. يتسم المصابون بهذا الاضطراب بالصفات التالية:

- إحساس عال بشكل غير معقول بأهمية الذات، والحاجة إلى سماع عبارات الإطراء والإعجاب باستمرار وبشكل مفرط.
- الشعور بأنهم يستحقون امتيازات ومعاملة خاصة.
- توقع الحصول على التقدير والتكريم حتى بدون إنجازات.
- تضخيم إنجازاتهم ومواهبهم بشكل أكبر مما هي عليه.
- الانشغال بتخيلات عن النجاح أو القوة أو التائق أو الجمال أو الرفيق المثالي.
- الإيمان بأنهم متفوقون على الآخرين وأنهم لا يمكنهم قضاء أوقاتهم إلا مع أشخاص مميزين مثلهم، ولن يستطيع فهمهم سوى المميزين من أمثالهم.
- الانتقاد والتعامل بتعالي مع الأشخاص الذين لا يشكلون أهمية خاصة من وجهة نظرهم.
- توقع الحصول على خدمات خاصة، وتوقع أن يفعل الآخرون ما يريدون منهم من دون طلب ذلك.
- استغلال الآخرين للحصول على مرادهم.
- عدم القدرة أو عدم الرغبة في تمييز احتياجات الآخرين ومشاعرهم.
- حسد الآخرين واعتقاد أن الآخرين يحسدونهم.
- التصرف بطريقة متعجرفة والتباهي كثيراً والغرور.
- الإصرار على الحصول على الأفضل في كل شيء، كأفضل سيارة أو أفضل مكتب على سبيل المثال.

أسباب الإصابة بالشخصية النرجسية ما زالت أسباب اضطراب الشخصية النرجسية مجهولة. ومن المحتمل أن يكون السبب معقداً، ربما يرتبط اضطراب الشخصية النرجسية بما يأتي:

- البيئة: وهي العلاقات بين الآباء والأبناء التي تتسم إما بفرط التدليل أو فرط النقد؛ بما لا يتناسب مع تجارب الأبناء وإنجازاتهم الفعلية.
- الوراثة: وهي الخصائص الوراثية، مثل سمات شخصية معينة.
- البيولوجيا العصبية: وهي الرابط بين الدماغ والسلوك والتفكير.

عوامل الخطر رغم عدم معرفة سبب اضطراب الشخصية النرجسية، فإن بعض الباحثين يعتقدون أن فرط الحماية أو فرط الإهمال من الآباء يؤثر في الأطفال الذين يولدون مع ميل للإصابة بهذا الاضطراب. وتؤدي الخصائص الوراثية والعوامل الأخرى أيضاً دوراً في تفاقم اضطراب الشخصية النرجسية.

المضاعفات تشمل مضاعفات اضطراب الشخصية النرجسية والحالات الأخرى التي قد تكون مصاحبة لها:

- صعوبات تكوين العلاقات.
- مشكلات في العمل أو الدراسة.
- الاكتئاب والقلق.
- اضطرابات الشخصية الأخرى.
- اضطراب في الأكل يسمى فقدان الشهية.
- مشكلات صحية جسدية.
- إدمان المخدرات أو الكحوليات.
- الأفكار أو السلوكيات الانتحارية.

علاج اضطراب الشخصية النرجسية يُعالج اضطراب الشخصية النرجسية بطريقة العلاج بالحوار، المعروف أيضاً بالعلاج النفسي. وقد شمل العلاج استخدام الأدوية عند الإصابة بحالات صحية نفسية أخرى مثل الاكتئاب.

العلاج النفسي يحتاج علاج اضطراب الشخصية النرجسية بشكل أساسي إلى المعالجة النفسية، ويمكن للمعالجة النفسية مساعدتك في الآتي:

- اكتساب القدرة على التواصل بشكل أفضل مع الآخرين؛ بحيث تصبح علاقاتك معهم وثيقة ومرضية وممتعة بشكل أكبر.
- فهم أسباب المشاعر التي تنتابك، وتحديد ما يدفعك إلى مناصرة الآخرين وفقدان الثقة بهم وربما ازدراؤهم وازدراء نفسك.
- ويكون التركيز الأكبر على مساعدتك في تقبل المسؤولية واكتساب القدرات التالية:
- تقبل العلاقات الشخصية الحقيقية والحفاظ عليها والتعاون مع الزملاء.
- معرفة قدراتك ومهاراتك الحقيقية وتقبلها، حتى



معرفة قدراتك ومهاراتك الحقيقية وتقبلها، حتى

الشخصية النرجسية عند الكبار.

الشخصية النرجسية عند الكبار.

الشخصية النرجسية عند الكبار.

الشخصية النرجسية عند الكبار.

الشخصية النرجسية عند الكبار.

سيمرض قلبك إذا شربت القهوة بهذا الشكل!

كشفت دراسة جديدة عن عدد فناجين القهوة اليومية التي قد تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب القاتلة.

وجد الباحثون أن تناول أكثر من ٤٠٠ ملغ من القهوة يوميا (ما يعادل ٤ فناجين) يرتبط بارتفاع معدل ضربات القلب وضغط الدم ببطء مع مرور الوقت.



ويعتقدون أن تأثير الكافيين على زيادة معدل ضربات القلب وضغط الدم، يسبب تآكل الأوعية الدموية وإضعافها وتلفها، ما قد يؤدي إلى الإصابة بنوبة قلبية أو سكتة دماغية أو قصور في القلب.

وتوصل فريق البحث من كلية "زيدوس" الطبية في الهند، إلى هذه الاستنتاجات من خلال دراسة 92 شخصا يتمتعون بقلب سليم، حيث تم اختبار معدل ضربات القلب وضغط الدم لكل فرد، قبل وبعد أداء ضربات القلب وضغط الدم لكل فرد، قبل وبعد أداء

تمارين الكارديو لمدة 3 دقائق. كما سجل الباحثون معلومات حول التركيبة السكانية وتناولهم للكافيين، بما في ذلك ما إذا كانوا يفضلون القهوة أو الشاي أو المشروبات الغازية. واستهلك نحو 20% من المشاركين أكثر من 400 ملغ من الكافيين يوميا، وكانوا أكثر عرضة لارتفاع ضغط الدم ومعدل ضربات القلب بشكل عام، وبعد الانتهاء من جلسة تمارين الكارديو.

وقالت معدة الدراسة، الدكتورة نينسي كاجانارا: "نظرا لتأثيره على الجهاز العصبي اللاإرادي، فإن استهلاك الكافيين بانتظام يمكن أن يعرض الأفراد الأصحاء لخطر ارتفاع ضغط الدم وغيره من الأحداث القلبية الوعائية".

ويحذر الباحثون من أن النتائج قد تكون أيضا بسبب اختلافات أخرى بين المشاركين، مثل مستويات نشاطهم أو أعمارهم أو عاداتهم الغذائية الأخرى. ومع ذلك، قالت كاجانارا: "إن زيادة الوعي بهذه المخاطر أمر حيوي لتحسين صحة القلب للجميع".

يذكر أن الكافيين يعمل عن طريق حجب المستقبلات في دماغك مؤقتا، والتي تنظم النوم والذاكرة والانتباه



والتعلم، ما يزيد من تدفق الأكسجين إلى الدماغ ويسرع معدل ضربات القلب ويحسن التركيز، ويساعدك على الشعور بمزيد من اليقظة. وقد تشعر ببعض الآثار الجانبية غير السارة عند تناول كميات كبيرة من القهوة، مثل الصداع والغثيان والقلق والتوتر وارتفاع درجة حرارة الجسم واحمرار الوجه.

وفي الواقع، إذا شربت أكثر من 5000 ملغ من القهوة، يمكن أن يكون الكافيين قاتلا، وفقا لمركز الإدمان والصحة العقلية.

فُدمت النتائج في مؤتمر الكلية الأمريكية لأمراض القلب في آسيا لعام 2024، ولم يتم نشرها بعد في مجلة علمية.

منوعات

الفن

27



قلما يتفق رأي الجمهور في فيلم مع وجهات نظر النقاد، لكن الانقسام في الولايات المتحدة يبدو نافراً في شأن فيلم "ريغان" عن سيرة الرئيس الأميركي الراحل رونالد ريغان، إذ يُعرض في خضم الحملات الممهدة للانتخابات الرئاسية الأميركية، وبعد ٢٠ عاماً على وفاة الرئيس الذي يكن له اليمين المحافظ الأميركي تقديراً كبيراً.

أحدث عرضه انقساماً بين الجمهور والنقاد وتبايناً في مواقف حملتي ترمب وهاريس

«ريغان» يخلط الفن بالسياسة ويرفع حرارة الانتخابات الأميركية



ويبعد أسبوع من بدء عرض الفيلم الذي يتناول حياة ريغان الجمهوري الذي شغل البيت الأبيض ما بين 1981 و1989، وصلت إلى 98 في المئة نسبة آراء المشاهدين الإيجابية فيه على موقع "روتن توماتوز"، في حين اقتضرت هذه النسبة في صفوف النقاد المحترفين على 21 في المئة.

فكتر من هؤلاء النقاد أخذوا على هذا الفيلم إعطائه انطباعاً بأن سيرة ريغان مثالية، متجاهلاً أخطاءه

ويعيد أسبوع من بدء عرض الفيلم الذي يتناول حياة ريغان الجمهوري الذي شغل البيت الأبيض ما بين 1981 و1989، وصلت إلى 98 في المئة نسبة آراء المشاهدين الإيجابية فيه على موقع "روتن توماتوز"، في حين اقتضرت هذه النسبة في صفوف النقاد المحترفين على 21 في المئة.

فكتر من هؤلاء النقاد أخذوا على هذا الفيلم إعطائه انطباعاً بأن سيرة ريغان مثالية، متجاهلاً أخطاءه

ويعيد أسبوع من بدء عرض الفيلم الذي يتناول حياة ريغان الجمهوري الذي شغل البيت الأبيض ما بين 1981 و1989، وصلت إلى 98 في المئة نسبة آراء المشاهدين الإيجابية فيه على موقع "روتن توماتوز"، في حين اقتضرت هذه النسبة في صفوف النقاد المحترفين على 21 في المئة.

ويعيد أسبوع من بدء عرض الفيلم الذي يتناول حياة ريغان الجمهوري الذي شغل البيت الأبيض ما بين 1981 و1989، وصلت إلى 98 في المئة نسبة آراء المشاهدين الإيجابية فيه على موقع "روتن توماتوز"، في حين اقتضرت هذه النسبة في صفوف النقاد المحترفين على 21 في المئة.

فكتر من هؤلاء النقاد أخذوا على هذا الفيلم إعطائه انطباعاً بأن سيرة ريغان مثالية، متجاهلاً أخطاءه

ويعيد أسبوع من بدء عرض الفيلم الذي يتناول حياة ريغان الجمهوري الذي شغل البيت الأبيض ما بين 1981 و1989، وصلت إلى 98 في المئة نسبة آراء المشاهدين الإيجابية فيه على موقع "روتن توماتوز"، في حين اقتضرت هذه النسبة في صفوف النقاد المحترفين على 21 في المئة.

فكتر من هؤلاء النقاد أخذوا على هذا الفيلم إعطائه انطباعاً بأن سيرة ريغان مثالية، متجاهلاً أخطاءه

ويعيد أسبوع من بدء عرض الفيلم الذي يتناول حياة ريغان الجمهوري الذي شغل البيت الأبيض ما بين 1981 و1989، وصلت إلى 98 في المئة نسبة آراء المشاهدين الإيجابية فيه على موقع "روتن توماتوز"، في حين اقتضرت هذه النسبة في صفوف النقاد المحترفين على 21 في المئة.

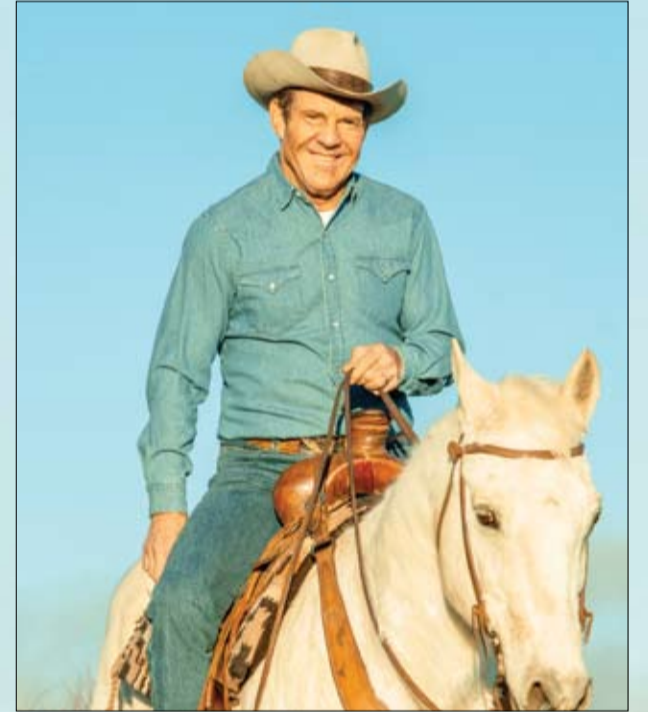
ويعيد أسبوع من بدء عرض الفيلم الذي يتناول حياة ريغان الجمهوري الذي شغل البيت الأبيض ما بين 1981 و1989، وصلت إلى 98 في المئة نسبة آراء المشاهدين الإيجابية فيه على موقع "روتن توماتوز"، في حين اقتضرت هذه النسبة في صفوف النقاد المحترفين على 21 في المئة.

فكتر من هؤلاء النقاد أخذوا على هذا الفيلم إعطائه انطباعاً بأن سيرة ريغان مثالية، متجاهلاً أخطاءه

ويعيد أسبوع من بدء عرض الفيلم الذي يتناول حياة ريغان الجمهوري الذي شغل البيت الأبيض ما بين 1981 و1989، وصلت إلى 98 في المئة نسبة آراء المشاهدين الإيجابية فيه على موقع "روتن توماتوز"، في حين اقتضرت هذه النسبة في صفوف النقاد المحترفين على 21 في المئة.

فكتر من هؤلاء النقاد أخذوا على هذا الفيلم إعطائه انطباعاً بأن سيرة ريغان مثالية، متجاهلاً أخطاءه

ويعيد أسبوع من بدء عرض الفيلم الذي يتناول حياة ريغان الجمهوري الذي شغل البيت الأبيض ما بين 1981 و1989، وصلت إلى 98 في المئة نسبة آراء المشاهدين الإيجابية فيه على موقع "روتن توماتوز"، في حين اقتضرت هذه النسبة في صفوف النقاد المحترفين على 21 في المئة.



مسلسل Joan .. رحلة محفوفة بالمخاطر

صوفي تيرنر أم مخلصه تكافح لإنشاء حياة جديدة لنفسها وابنتها

وقفاً لوثائق قانونية جديدة، حصل عليها موقع TMZ. توصل جو وصوفي إلى تسوية بشأن طلاقهما ووقع عليها القاضي. شروط التسوية سرية حتى الآن، ولكن التسوية تدور بشكل أساسي حول الممتلكات وحضانة الأطفال.

بلود، وجاك جرينليس، وأليكس بليك، وكارولين فاير، ودوروثي أكينسون. وعلى سباق آخر، كشف موقع TMZ أن طلاق النجمان العالميان جو جوناك وصوفي تيرنر قد انتهى مع توصل الثنائي إلى تسوية.

لتصبح جوان لصاً ماهراً للمجوهرات، وتشرع في رحلة محفوفة بالمخاطر لرعاية ابنتها وإنشاء منزل آمن لهما. ويشارك في بطولة مسلسل Joan أيضاً فرانك ديلاك، وكيرستي جيه كورتيس، وجيرشوين يوستاش جونيور، ولورا أيكمان، ونيك

تنتطلق أولى حلقات مسلسل النجمة العالمية صوفي تيرنر Joan نهاية الأسبوع الجاري عبر منصة البث CW، بعد تعديل جدول العرض في المحطات الأخيرة، حيث تم تأجيله لأسبوع واحد ليعرض يوم الجمعة المقبلة 11 أكتوبر، بعد تعديل الفترات الزمنية ببرنامج Inside the NFL. ووفقاً لتقرير نشرته صحيفة فاريتي، فإن تيرنر تلعب في المسلسل المحدود المكون من ستة أجزاء دور جوان "العراية" هانينجتون.

وهي أم مخلصه محاصرة في علاقة عنيفة تقتنم الفرصة لإنشاء حياة جديدة لنفسها وابنتها عندما يهرب زوجها، وسرعان ما يقومها بتغيير هوياتهم



الفكر

ما علاقة الامتحان بطول العمر؟



ويقول تشين: "تشير الأبحاث السابقة إلى أن هناك طرقاً لتعزيز الامتحان عمداً، مثل تدوين أو مناقشة ما تشعر بالامتحان له عدة مرات في الأسبوع". وأشارت دراسات سابقة إلى أن الأشخاص الذين يشعرون بالامتحان هم أكثر عرضة للالتزام بالعادات الصحية، وهو ما قد يكون أحد أسباب نتائج الدراسة الحديثة.

وقد يساعدنا الامتحان أيضاً على تعزيز الروابط الاجتماعية، والتي ترتبط أيضاً بالعيش لفترة أطول. نشرت الدراسة في JAMA Psychiatry.

عام 2019. وتبين أن حوالي 4608 أشخاص توفوا على مدى السنوات الثلاث، ولكن أولئك الذين سجلوا أعلى الدرجات ضمن مقياس الامتحان، كانوا أقل احتمالاً للوفاة بنسبة 9%. ويبدو أن الأشخاص الذين أظهروا قدراً أكبر من الامتحان، يتعاملون بشكل أفضل مع كل أسباب الوفاة، وخاصة أمراض القلب والأوعية الدموية.

ومع ذلك، يعتقد بعض الخبراء أن هناك أدلة ضعيفة تربط الامتحان بتحسين الرفاهية. إلا أن أفعال الامتحان المتمدة، مثل كتابة الرسائل التي توضح بالتفصيل ما تشعر بالامتحان له، كانت مفيدة لبعض الأشخاص، ما يشير إلى أن القليل من الامتحان قد يكون مفيداً للبعض منا على الأقل.

وجدت دراسة جديدة، شملت زهاء 50 ألف مشارك في الولايات المتحدة، أن الشعور بالامتحان وتقدير النعم في الحياة يرتبط بطول العمر.

يقول عالم الأوبئة، ينغ تشن، من كلية هارفارد TH Chan للصحة العامة: "أظهرت الأبحاث السابقة وجود علاقة بين الامتحان وانخفاض خطر الإصابة بالاضطراب العقلي وزيادة الرفاهية العاطفية والاجتماعية. ومع ذلك، فإن ارتباطه بالصحة البدنية غير مفهوم بشكل كبير. وتقدم دراستنا أول دليل تجريبي حول هذا الموضوع".

وفي الدراسة، طُلب من المشاركين (بمتوسط أعمار بلغ 79 عاماً) ملء استبيان لتقييم مدى امتنانهم لكل شيء في حياتهم، في عام 2016. ثم فحص العلماء السجلات، التي جمعت كجزء من مشروع أكبر، لمعرفة عدد الوفيات بحلول

تحذير للنساء.. خطر صحي مقلق يرتبط بتراكم الدهون في منطقة البطن!

كشفت دراسة جديدة عن خطر صحي مثير للقلق يرتبط بتراكم الدهون في منطقة البطن، التي تضم أعضاء مثل الكبد والبنكرياس. واكتشف باحثو جامعة "غرب أستراليا" أن زيادة الدهون في منطقة البطن، يزيد من خطر الإصابة بالأمم المزمن في أجزاء عديدة من الجسم. ويضاف هذا إلى قائمة المخاطر المؤكدة المرتبطة بتراكم الدهون حول الخصر، بما في ذلك زيادة خطر الإصابة بمرض السكري من النوع 2.

وفي الدراسة، فحص الباحثون البيانات الصحية لأكثر من 32 ألف بريطاني (متوسط أعمارهم 55 عاماً)، حيث خضع كل مشارك لفحص التصوير بالرنين المغناطيسي لبطنه لقياس كمية الدهون حول الأعضاء الداخلية مثل الكبد والبنكرياس، والمعروفة طبياً باسم الدهون الحشوية. وقاس فريق البحث أيضاً كمية الدهون الموجودة تحت الجلد مباشرة. كما طُلب من المشاركين تحديد ما إذا كانوا قد عانوا من أي ألم في الرقبة أو الكتف أو الظهر أو الورك أو الركبة، أو في جميع أنحاء الجسم. وبعد عامين، تم إجراء التقييمات مرة أخرى على 638 شخصاً في المجموعة.

وكشفت النتائج أن زيادة نسبة الدهون في منطقة البطن، ارتبطت بزيادة فرص الإبلاغ عن الألم. كما ارتبط الوزن الزائد مع مؤشر كتلة الجسم (BMI) الأعلى بفرصة أكبر للألم.

ووجدت الدراسة أن النساء اللواتي لديهن مستويات أعلى من الدهون حول أعضائهن وتحت الجلد، كن أكثر عرضة بنسبة 60% للإصابة بالأمم مزمن في جميع أنحاء الجسم. وبالمقارنة، كان الرجال أكثر عرضة بنسبة 13% فقط للألم المزمن.

وقال فريق البحث: "ارتبطت المستويات الأعلى من الأنسجة الدهنية بزيادة احتمالات الإبلاغ عن الألم المزمن لدى كلا الجنسين. وكانت تقديرات التأثير المقلق أكبر نسبياً لدى النساء منها لدى الرجال".

وأوضح أن الاختلاف بين الجنسين قد يكمن في التباين في توزيع الدهون والمهرمونات.

ويعتقد الباحثون أن الدهون الزائدة قد تؤدي إلى التهاب، وهي العملية التي يطلق بها الجسم مواد كيميائية استجابة للضرر، ما يحفز الاستجابة المناعية.

نشرت الدراسة في مجلة Regional Anescence & Pain Medicine.



الممثلة الفرنسية فيرجيني ليدوين لدى حضورها حفل افتتاح مهرجان لوميير السينمائي في ليون، وسط شرق فرنسا. (ا ف ب)

قرأت لك

المكسرات



اكتشف علماء جامعة هواتشونغ الصينية للعلوم والتكنولوجيا، أن تناول المكسرات يخفف خطر الوفاة بسبب النوع الثاني من داء السكري. وتشير مجلة The Journal of Nutrition، إلى أن الباحثين درسوا وحلوا بيانات المشاركين في المسح الوطني لفحص الصحة والتغذية (1999-2014). وخلال فترة متابعة الحالة الصحية لـ 35632 مشترك توفى منهم 1174. ووفقاً للباحثين، ارتبط الإكثار من تناول المكسرات بانخفاض خطر الوفاة بجميع الأسباب بما فيها النوع الثاني من داء السكري، حيث اتضح أنه كلما زاد تناول الشخص للمكسرات، يقل الخطر أكثر. واستناداً إلى ذلك أجروا تعديلاً في نمط الحياة والنظام الغذائي ومدى الإصابة بمرض السكري ومستوى الهيموغلوبين السكري لتحليل A1C. واتضح للباحثين أن تناول حصة من المكسرات بدلا من حصة من اللحوم الحمراء واللحوم المعالجة والحبوب المعالجة والبيض أو منتجات الألبان، أدى إلى انخفاض خطر الوفاة من جميع الأسباب بنسبة 18-22 بالمئة. ووفقاً للباحثين قد يكون هذا التأثير مرتبطاً بانخفاض الالتهابات في الجسم. ويعتمد هذا التقييم على مستوى البروتين المتفاعل-C (CRP) في الدم. والالتهابات شائعة لدى الأشخاص المصابين بالنوع الثاني من داء السكري وهو عامل خطر للإصابة بأمراض القلب والسرطان.

سؤال وجواب

- ما هي أكبر ثلاث محيطات في العالم من حيث الاتساع؟
- المحيط الهادي - المحيط الأطلسي - المحيط الهندي
- ما الكوكب الذي يقارب الأرض في الحجم والكتلة؟
- الزهرة
- كم دولة في قارة أمريكا الشمالية؟
- دولتان
- ما هي أصلب مادة في جسم الإنسان؟
- المينا بالأسنان
- كم ضلعاً في جسم الإنسان العادي؟
- 24 ضلعاً
- ما المصطلح الطبي الذي يعني فقدان الذاكرة؟
- أميبيا

هل تعلم؟

- هل تعلم أن اللغة المالطية هي أكثر اللغات تأثراً باللغة العربية
- هل تعلم أن العنبر يستخرج من أمعاء حوت العنبر وهو مادة قيمة في صناعة العطور
- هل تعلم أن زرقاء اليمامة كانت تبصر الشيء من مسيرة ثلاثة أيام
- هل تعلم أن أول من أشاروا إلى تقنيات الحصى في المثانة هم الأطباء العرب
- هل تعلم أن - المرأة - تعني تحريك العينين وإدارتهما لتسديد النظر على الهدف
- هل تعلم أن الجاذبية على القمر تساوي سدس الجاذبية على الأرض
- هل تعلم أن الذهب يوزن بالجرام والماس بالضيراط
- هل تعلم أن عدد بحور الشعر هو : ستة عشر بحراً
- هل تعلم أن آلة الاسطرلاب آلة فلكية لقياس ارتفاع الكواكب
- هل تعلم أن أول حيوان سار على قدميه في التاريخ هو الديناصور
- هل تعلم أن الرازي أول من استخدم الخيوط في الجراحة
- هل تعلم أن أول دبابية في العالم كانت موجودة في بريطانيا
- هل تعلم أن أشعة الليزر أقوى من أشعة الشمس بأربع مرات

قصة الميراث

أبا صالح رجل عجوز عاش حياته يشقى ويعب حتى أصبح من أغنياء قريته، في أحد الأيام جلس في داره ينظر لابنه صالح وهو حزين.. لم يكن لديه غيره لذلك كان يوفّر له كل ما يتمناه ورغم ذلك جاءت الأمور على عكس ما تمنى الأب فلم يكن صالح إلا فتى مدللاً وحيداً لا يأبه بشيء، لا يعمل، ولا يفكر في العمل، لذلك قال أبو صالح لزوجته أم ابنة: عندما أموت لن يعرف صالح قيمة المال بل سيصرفه على هواه وملذاته وسينتهي المال في زمن قليل بعدما ربما تعيشون في فقر وربما لا تجدون ما تعيشون فيه فكيف تصلح حاله؟.. فكرت أم صالح كثيراً ثم قالت أترك الأمر لي ربما استطعت أن افعل معه شيئاً.. ذهبت الأم بطبيعتها وحنانها إلى ابنتها وقد احتنت رأسها وظهر عليها الحزن وعندما اقترب منها صالح وسألها ماذا بك يا أمي.. بكت بحرارة من كل قلبها وبالطبع فهي تبكي لحزنها على ولدها لكنها ادعت أن حزنها سببه لا يهمه.. فقال بل يهمني كل ما يجري هنا احكي لي أرجوك.. فقالت وتقسّم ان لا تقول لايبك فقال اقم فقالت الام ان اباك يمر بظروف مالية سيئة جداً وقد خسر معظم ماله في إحدى الصفقات والان نحن على وشك ان لا نجد قوت يومنا وهو لا يريد ان يخبرك فهو يقول انك فتى مدلل ولست برجل حتى تتحمل هذا الخبر وانك لن تهتم بالامر وتعيش على امل ان ترث ما سيتركه لتعبت به فكيف لو عرفت انه لن يترك لنا غير الفقر.

حزن صالح بسبب ما اسباب والده وايضا حزن لان والده لا يراه الا فتى مدللاً.. فنام ليلته قلقاً وفي الصباح كان قد عزم امر ما، فخرج مبكراً يبحث عن عمل يقوم به ويكسب منه ما يسد احتياجاته واحتياجات ابية وامه.. وبالفعل مع سعيه الجاد وجد عملاً وقبلة بل وداوم عليه منذ الصباح إلى المساء وفي نهاية الاسبوع الاول منحه صاحب العمل اجرته فاخذها وهو سعيد ويكاد قلبه ان يقفز فرحاً وحمل المال لوالده وكانه يحمل كنزاً، وقال له يا ابي هذا المال كسبته من عملي.. فامسك الاب الدنانير والتي فيها في الموقد فانزعج صالح واسرع وامسك الدنانير وكاد ان يحرق اصابعه وقال ماذا.. انا تعبت في هذا المال لآتي به.. ولماذا تفعل ذلك.

ابتسم الاب واخذ المال من يده وقال الان انت بالفعل ولدي وهذا المال كسبته من تعبك واحسنت بطعمه وكيف هو غالي لقد اسعدت قلبي وتستحق ان ترث اموالي بعد ان عرفت كيف تعبت لاوفر لك هذا المال.

