

كلية الزراعة والطب البيطري
بجامعة الإمارات تحفي بالطلبة
الجدد في تخصص الطب البيطري



ظافر العابدين:
أحداث "صوفيا" تحاكي
واقع معظم فئات المجتمع



ما سر ارتباط الشهر بزيادة
ص 23 خطر الإصابة بمرض السكري؟

أسد يقتل حارسه

لقي حارس أسود في نيجيريا مصرعه، بعدما اقتض عليه أسد جائع محاولاً التهامه، وفقاً لما ذكرته "بي بي سي".
ويعمل الضحية حارساً لحديقة حيوان الحياة البرية بالمتنبة الرئاسية، المملوكة للرئيس النيجيري السابق أولوسيجون أوباسانجو في أبوكوتا.
وبحسب تفاصيل الواقعة، تعرض الحارس للعض في رقبته، بعد اصطحاب الضيوف إلى القفص، حيث فشل في تأمين أفضال حظيرته، عندما ذهب لإطعام الأسد. وقال المتحدث باسم الشرطة المحلية أومولولا أودوتولا في بيان "إن الأسد ألقى إصابات مميتة في رقبة الرجل". وأشار إلى أنه تم إطلاق النار على الأسد في محاولة لإنقاذ الحارس، إلا أن إصابة الرجل كانت بالغة، وفارق الحياة على الفور.
وشددت حديقة الحياة البرية في بيانها على أنه "من المهم الإشارة إلى أن هذا النشاط يقع خارج نطاق روتين التغذية المعتاد في الحديقة".
ووصفت الشرطة الضحية أنه مدرب للتعامل مع الأسود، لكنه لم يحصل على الإذن باصطحاب الضيوف إلى مكان الإغلاق.
وأضافت أن الضحية "أهميل بلا مبالاة تأمين الأفضال، وتحسين حظيرة الأسد، قبل الاقتراب من القفص لإطعامه".

روسية تحصل لقب ملكة جمال أوروبا للمتزوجات، 2024

توجت الروسية دينارا ساليخوفا بلقب "ملكة جمال أوروبا للمتزوجات 2024"، التي أقيمت في بلغاريا، بعدما حصدت لقب "ملكة جمال روسيا" وتأهلت إلى نهائيات المرحلة الأوروبية.
وتنافست المشاركات من عدة دول مثل إيطاليا، وألمانيا، وهولندا، والبرتغال، وأرمينيا، وبلغاريا، وأوكرانيا، وتأهلت للدور النهائي للمسابقة 25 امرأة تتراوح أعمارهن بين 24 و49 عاماً.
ومنحت الفائز بالمسابقة من روسيا كذلك جائزتين في فئتين إضافيتين، وهما "أفضل زي وطني" و "جائزة راعي المسابقة".
وقالت ساليخوفا بعد فوزها "لقد كان شرفاً عظيماً بالنسبة لي أن أمثل بلادي روسيا على المستوى الدولي، وأنا سعيدة جداً بعودتي إلى الوطن محرزة الفوز".

من التمر نصياغ الجوارب .. قضايا خلع غريبة في مصر

شهدت محكمة الأسرة في مصر قضايا خلع غريبة في الأيام الماضية، اشتكت فيها زوجات تضرهن من أزواجهن لأسباب عديدة، بعضها غريب وبعضها عنيف.
القضية الأولى جرت وقائعها في محكمة الأسرة بمدينة نصر، والتي روت تفاصيلها المحامية نهي الجندي لـ "24"، موضحة أن مولكتها تعمل موظفة وتزوجت بطريقة عادية فيما يعرف بـ "زواج الصالونات"، وأثمرت الزيجة عن طفلين.
لكنها لم تدم في النهاية بسبب تنمر الزوج عليها طوال الوقت وأمام الجميع، مشيرة إلى أنه يعتدي عليها بالضرب والصفع، ويسخر من شكلها، معتبراً الأمر مجرد "مزحة"، وكان يكرر هذا الفعل في المنزل وأمام أسرته، وحتى في الشارع.
وحين طلبت منه الزوجة التوقف عن هذا الأمر، لم يستجب لها، وواصل التنمر والضرب والسخرية والإهانة، فلجأت في النهاية للفضاء، وحصلت على حكم بالخلع في النهاية.
وشهدت محكمة الأسرة بالهرم قضية خلع رفعتها سيدة ضد زوجها بعد قصة حب قوية قبل الزواج.
وبحسب المحامية، فإن مولكتها خاضت مشادة قوية مع زوجها، بسبب غضبه من ضياع بعض جواربه، واحتد الحديث بينهما حتى صفعها على وجهها، واعتدى عليها بالضرب، ثم تغيرت علاقتهما، وأصبح يضربها بعد كل خلاف مهما كان بسيطاً، فلم تجد مفرًا من الانفصال عنه، وبالفعل قضت لها المحكمة بالخلع. وفي منطقة التجمع، قضت محكمة الأسرة بالخلع لسيدة، بعد زواج 5 سنوات، أثمر طفلة، بعد أن اكتشفت الزوجة أن زوجها يخونها معها! إذ شكت الزوجة في زوجها، فقررت اختياره بنفسها، وأنشأت حساباً مزيفاً على فيس بوك باسم "روبي"، وبدأت الحديث معه، فتجاوز معها وأحبها، وبدأ يشكي لها من زوجته، متمها إياها بالإهمال.

تُعتبر مشاكل الأمعاء والجهاز الهضمي وآلام البطن أكثر شيوعاً لدى النساء منها لدى الرجال، حيث تعاني السيدات بشكل أكبر من هذه الأمراض والمشاكل، فيما لا يجد الكثير من الناس تفسيراً لهذه الظاهرة بما في ذلك بعض الأطباء.
وأكد تقرير نشرته مجلة "تايم" الأمريكية، واطلعت عليه "العربية.نت" أن هناك "فجوة خفية بين الجنسين عندما يتعلق الأمر بمشاكل الجهاز الهضمي، حيث إن بعض مشاكل الجهاز الهضمي أكثر شيوعاً بشكل كبير لدى النساء منها لدى الرجال".



مشاكل الأمعاء وآلام البطن أكثر شيوعاً عند النساء .. لماذا؟

الهضمي، ونتيجة لذلك، قد تعاني النساء من تفاقم اضطرابات الجهاز الهضمي".
ومن ناحية أخرى، يقول ليفينثال: "إن جهاز المناعة لدى النساء ينشط بسهولة أكبر من الرجال". وهذا مهم لأن وظيفة المناعة، بما في ذلك العمليات الالتهابية، تلعب دوراً في مرض الاضطرابات الهضمية ومرض التهاب الأمعاء.
وعلاوة على ذلك، فإن الجهاز الهضمي نفسه أطول عند النساء، وهذا الاختلاف في الطول يمكن أن يؤثر على وقت العبور عبر الجهاز الهضمي، كما يقول جونسون. وبالإضافة إلى ذلك، تفرغ معدة النساء ببطء أكثر قليلاً من معدة الرجال.
وتشير الأبحاث أيضاً إلى أن الخلايا العصبية في الأمعاء تكون أكثر بطناً عند النساء، وهذا قد يكون سبب شيوع متلازمة القولون العصبي وشلل المعدة عند النساء.
وهناك عامل مساهم محتمل آخر يتعلق بالقضايا النفسية، حيث يقول ليفينثال: "القلق والاكتئاب، وهما أكثر شيوعاً عند النساء منه عند الرجال، يمكن أن يزيدا من شدة اضطراب وظيفة الأمعاء، ويرتبط الشعور بالتوتر أو الاكتئاب أو القلق بكيفية عمل أمعائنا".

وتقول الدكتورة جانيتا فراي، اختصاصية أمراض الجهاز الهضمي في جامعة فيرجينيا: "النساء لسن مكسورات، إنهن مختلفات فقط". وتضيف أن "النساء لديهن فرط حساسية أحشائية أكثر، لذا قد يشعرن بأعراض الجهاز الهضمي بشكل أكثر كثافة".
ويقول التقرير إن هناك أدلة واضحة على أن بعض اضطرابات الجهاز الهضمي من المرجح أن تؤثر على النساء أكثر من الرجال، ومنها متلازمة القولون العصبي، وهو اضطراب ينطوي على نوبات متكررة من آلام البطن وتغيرات في حركات الأمعاء (الإسهال أو الإمساك أو نوبات من الاثنين)، وهو أكثر شيوعاً بين النساء بمقدار مرتين إلى ست مرات من الرجال.
كما يؤثر مرض التهاب الأمعاء، بما في ذلك مرض "كرون" و التهاب القولون التقرحي، على ضعف عدد النساء مقارنة بالرجال، وفقاً للكلية الأمريكية لأمراض الجهاز الهضمي.
وبالإضافة إلى ذلك، يتم تشخيص مرض الاضطرابات الهضمية، وهو اضطراب مناعي ذاتي يسبب الانتفاخ والإسهال أو الإمساك والمغازات وأعراض الجهاز الهضمي الأخرى، يتم تشخيصه أكثر بمرتين تقريباً عند النساء مقارنة بالرجال. كما أن عسر الهضم الوظيفي (المعروف أيضاً باسم عسر الهضم المزمن)

وتقول الدكتورة جانيتا فراي، اختصاصية أمراض الجهاز الهضمي في جامعة فيرجينيا: "النساء لسن مكسورات، إنهن مختلفات فقط". وتضيف أن "النساء لديهن فرط حساسية أحشائية أكثر، لذا قد يشعرن بأعراض الجهاز الهضمي بشكل أكثر كثافة".
ويقول التقرير إن هناك أدلة واضحة على أن بعض اضطرابات الجهاز الهضمي من المرجح أن تؤثر على النساء أكثر من الرجال، ومنها متلازمة القولون العصبي، وهو اضطراب ينطوي على نوبات متكررة من آلام البطن وتغيرات في حركات الأمعاء (الإسهال أو الإمساك أو نوبات من الاثنين)، وهو أكثر شيوعاً بين النساء بمقدار مرتين إلى ست مرات من الرجال.
كما يؤثر مرض التهاب الأمعاء، بما في ذلك مرض "كرون" و التهاب القولون التقرحي، على ضعف عدد النساء مقارنة بالرجال، وفقاً للكلية الأمريكية لأمراض الجهاز الهضمي.
وبالإضافة إلى ذلك، يتم تشخيص مرض الاضطرابات الهضمية، وهو اضطراب مناعي ذاتي يسبب الانتفاخ والإسهال أو الإمساك والمغازات وأعراض الجهاز الهضمي الأخرى، يتم تشخيصه أكثر بمرتين تقريباً عند النساء مقارنة بالرجال. كما أن عسر الهضم الوظيفي (المعروف أيضاً باسم عسر الهضم المزمن)

رحلة مدرسية تتحول إلى مأساة في تايلاند

أعلنت الشرطة التايلاندية، مصرع 23 شخصاً على الأقل إثر اندلاع حريق في حافلة مدرسية.
وأوضحت الشرطة أن الحافلة كانت تقل أكثر من 40 طالباً ومعلمًا في رحلة ميدانية على أطراف العاصمة بانكوك. وقال مفوض الطب الشرعي "تراير ونغ فيويان" للصحفيين إنه تم التعرف على 23 جثة وأن التحقيق جارٍ لمعرفة الأسباب.
وذكر وزير النقل "سوريا شونغ رونغ روينغكيت" إن 16 طالباً و3 معلمين نقلوا إلى المستشفى للعلاج. وأظهرت صور متداولة على مواقع التواصل الاجتماعي ونقلتها وسائل إعلام محلية دخاناً زامادياً كثيفاً يتصاعد من الحافلة التي كانت أجزاء منها لا تزال مشتعلة.
وتحركت عربات إطفاء وسيارات للشرطة وظهر إقبال إلى الحافلة المحترقة مع مجموعة من رجال الإطفاء حيث جرى إخماد الحريق في وقت لاحق، وفق وكالة رويترز.

حماية الطفل من بعض

مضاعفات سكري الحمل ممكنة

قال بحث جديد "إن تحقيق السيطرة السريعة على نسبة السكر في الدم بعد تشخيص الإصابة بسكري الحمل يخفف من خطر إصابة الطفل بالسمنة في مرحلة الطفولة إلى مستوى مماثل لمستوى المواليد لأمهات لم تصبن بسكري الحمل".
وعرضت نتائج البحث في الاجتماع السنوي للجمعية الأوروبية لدراسة مرض السكري في مدريد مؤخرًا.
وبحسب "مديكال إكسبريس"، يصيب سكري الحمل 14% من الحوامل على مستوى العالم، وهو أكثر شيوعاً بين من لديهن سمنة، أو تاريخ عائلي مع مرض السكري. وعادة ما يختفي سكري الحمل بعد الولادة،

ولكنه يحمل مجموعة من المخاطر أثناء الحمل وبعده.
من هذه المخاطر أن الأمهات معرضات لخطر كبير للإصابة بمرض السكري بعد بضعة سنوات، وأطفالهن معرضون لخطر أكبر للولادة المبكرة، والولادة بوزن كبير بالنسبة لعمر الحمل، والإصابة بنقص سكر الدم عند الأطفال حديثي الولادة.
كما يكون الأطفال معرضين أيضاً لخطر أكبر من مضاعفات القلب والأيض في وقت لاحق من الحياة، بما في ذلك السمنة والسكري.
وقد حملت نتائج البحث الجديد أخباراً جيدة تتعلق بخفض هذه المخاطر عن طريق التحكم السريع في مستوى السكر المرتفع بالدم.





حفل ترحيبي بطلاب الدفعة 2024 - 2025

كلية الزراعة والطب البيطري بجامعة الإمارات تحتفي بالطلبة الجدد في تخصص الطب البيطري

الطلبة أدوا القسم البيطري، تعبيراً عن انضمامهم إلى مجتمع الرعاية البيطرية، وتأكيداً على التزامهم بخدمة المجتمع، والحفاظ على الصحة العامة، من خلال رعاية الحيوان وسلامة الغذاء



البيطري، بالإضافة إلى ذلك، تسعى الكلية لتعزيز الابتكار وريادة الأعمال في قطاع الأغذية والزراعة، مشدداً على أهمية الابتكار كعنصر رئيسي في مستقبل هذه القطاعات. وتعمل الكلية على تحفيز الطلاب وأعضاء هيئة التدريس لتقديم حلول مبتكرة ومستدامة تلبي احتياجات المجتمع الإماراتي والعالمي، كما تشجعهم على تطوير أفكار تجارية في مجالات الزراعة المستدامة وإنتاج الغذاء الصحي والطب البيطري المتقدم. من جهته أشار الدكتور محمد عبد المحسن اليافعي - عميد كلية الزراعة والطب البيطري بالإمارة إلى "الدور الحيوي الذي يلعبه الطبيب البيطري في المحافظة على الصحة والسلامة المجتمعية، موضحاً أن كلية الزراعة والطب البيطري تهدف إلى تزويد الطلاب بالمعرفة والخبرات اللازمة في مجالات صحة وإنتاج النبات والحيوان، مع التركيز على إعدادهم ليكونوا قادة وخبراء في تلك التخصصات الحيوية. كما أشار إلى أن الكلية تقدم برامج متنوعة في مجالات الزراعة والطب البيطري، مما يساهم في ضمان أمن وسلامة واستدامة الأغذية في الدولة، والطلاب الجامعيين والخريجين في مختلف برامج البكالوريوس، الماجستير، والدكتوراه، مما يعزز من مكانتها كمؤسسة تعليمية رائدة في تطوير قطاع الأغذية والزراعة والطب البيطري. وقدم البروفيسور آر في لي ويلينجهام - رئيس قسم الطب البيطري، عرضاً توضيحياً شاملاً عن برنامج البكالوريوس في الطب البيطري وفعالية المعطف الأبيض في رحلة علمية تستعرض مسيرة الطلبة في مختلف المجالات العلمية لتخصص الطب البيطري، كما استعرض فيديو قصير عن الكلية والتخصصات المتاحة للطلبة ومستقبل وفرص العمل والتعلم في أحدث المرافق المتعلقة بتخصص الطب البيطري.

البيطري، بالإضافة إلى ذلك، تسعى الكلية لتعزيز الابتكار وريادة الأعمال في قطاع الأغذية والزراعة، مشدداً على أهمية الابتكار كعنصر رئيسي في مستقبل هذه القطاعات. وتعمل الكلية على تحفيز الطلاب وأعضاء هيئة التدريس لتقديم حلول مبتكرة ومستدامة تلبي احتياجات المجتمع الإماراتي والعالمي، كما تشجعهم على تطوير أفكار تجارية في مجالات الزراعة المستدامة وإنتاج الغذاء الصحي والطب البيطري المتقدم. من جهته أشار الدكتور محمد عبد المحسن اليافعي - عميد كلية الزراعة والطب البيطري بالإمارة إلى "الدور الحيوي الذي يلعبه الطبيب البيطري في المحافظة على الصحة والسلامة المجتمعية، موضحاً أن كلية الزراعة والطب البيطري تهدف إلى تزويد الطلاب بالمعرفة والخبرات اللازمة في مجالات صحة وإنتاج النبات والحيوان، مع التركيز على إعدادهم ليكونوا قادة وخبراء في تلك التخصصات الحيوية. كما أشار إلى أن الكلية تقدم برامج متنوعة في مجالات الزراعة والطب البيطري، مما يساهم في ضمان أمن وسلامة واستدامة الأغذية في الدولة، والطلاب الجامعيين والخريجين في مختلف برامج البكالوريوس، الماجستير، والدكتوراه، مما يعزز من مكانتها كمؤسسة تعليمية رائدة في تطوير قطاع الأغذية والزراعة والطب البيطري. وقدم البروفيسور آر في لي ويلينجهام - رئيس قسم الطب البيطري، عرضاً توضيحياً شاملاً عن برنامج البكالوريوس في الطب البيطري وفعالية المعطف الأبيض في رحلة علمية تستعرض مسيرة الطلبة في مختلف المجالات العلمية لتخصص الطب البيطري، كما استعرض فيديو قصير عن الكلية والتخصصات المتاحة للطلبة ومستقبل وفرص العمل والتعلم في أحدث المرافق المتعلقة بتخصص الطب البيطري.

عدد 61 طالباً وطالبة، كما وتم تسليمهم الساعات الطبية وأدواتهم للقسم البيطري، تعبيراً عن انضمامهم إلى مجتمع الرعاية البيطرية، وتأكيداً على التزامهم بخدمة المجتمع، والحفاظ على الصحة العامة، من خلال رعاية الحيوان وسلامة الغذاء. وفي كلمته أوضح سعادة الأستاذ الدكتور أحمد علي الرئيسي - مدير جامعة الإمارات بالإمارة إلى "أن دولة الإمارات تتطلع لتصدر مؤشر الأمن الغذائي العالمي بحلول عام 2050، مشيراً إلى أن كلية الزراعة والطب البيطري ستلعب دوراً محورياً في تحقيق هذا الهدف من خلال تخريج كوادر وطنية مؤهلة والانخراط في البحث والتطوير. كما أكد أن الكلية ملتزمة بتطوير التعليم والبحث العلمي بما يتماشى مع تطلعات الدولة عبر إشراك الشباب وتنمية الخبرات الإماراتية في مجالات الزراعة وعلوم الأغذية والطب

العين - الفجر

نظمت كلية الزراعة والطب البيطري بجامعة الإمارات العربية المتحدة حفلًا ترحيبيًا لطلاب الدفعة 2024 2025، من قسم الطب البيطري احتفالية المعطف الأبيض - White Coat Ceremony، بحضور سعادة الأستاذ الدكتور أحمد علي الرئيسي - مدير جامعة الإمارات بالإمارة، والدكتور محمد عبد المحسن اليافعي، عميد كلية الزراعة والطب البيطري بالإمارة، والدكتورة منى الشرع - عضو مجلس إدارة جمعية الإمارات البيطرية، وعدد من القيادات الأكاديمية وأعضاء هيئة التدريس، وأسر الطلبة، وذلك في المبنى الهلالي بالحرم الجامعي. وخلال الحفل الترحيبي تسلم الطلاب الجدد "المعطف الأبيض"، والبالغ

تقديرًا لمسيرتهم في خدمة الوطن

مجلس بن ركاض يحتفي بكبار المواطنين تزامنًا مع اليوم العالمي للمسنين



الرشيده على الاهتمام ورعاية كبار المواطنين وتوفير الأجواء والظروف التي تتناسب مع احتياجاتهم وتراعي متطلباتهم، وتقديم التقدير والاحترام الذي يستحقونه من قبل أبناء الوطن. من جهته قال الشيخ الدكتور سالم بن ركاض إن دولة الإمارات العربية المتحدة وفرت كل سبل الدعم والرعاية لكبار المواطنين الذين يمثلون قيمة اجتماعية وإنسانية وتاريخية في وطننا الغالي، تأكيداً للقيم النبيلة التي تأسس عليها المجتمع الإماراتي. كما تحدث في المجلس عدد من الحاضرين حول المكانة الكبيرة التي يحظى بها كبار المواطنين وتشمل أفضل الخدمات الصحية والنفسية والاجتماعية، وبالتالي الاستفادة من خبراتهم وتجاربهم التي يحتاجها الشباب في مسيرتهم. وفي الختام كرم الشيخ محمد بن ركاض كبار المواطنين تقديراً لدورهم في خدمة الوطن.

العين - الفجر

احتفى مجلس الشيخ محمد بن ركاض في منطقة العامرة بمدينة العين بكبار المواطنين تزامنًا مع اليوم العالمي للمسنين، بعنوان "كبارنا عز الدار"، وذلك بالتعاون مع منظمات ميديكلينيك، حيث تخلل المناسبة محاضرة قدمها الدكتور فايز القشي حول صحة القلب، ومحاضرة قدمها الدكتور محمد صبح عن المسالك البولية عند الرجال، بحضور الشيخ الدكتور سالم بن ركاض رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات لسرطان، وعدد من كبار المواطنين والمدعوين والطواقم الطبي من مستشفيات ميديكلينيك الذي قدم الفحوصات الطبية لكبار المواطنين وتعريفهم ببرامج "أفصح"، وحسان النعمة مدير التسويق الإقليمي لمنطقة العين في ميديكلينيك. ورحب الشيخ محمد بن ركاض بالحضور مؤكداً على حرص القيادة

بهدف تعزيز البحث العلمي والابتكار في تكنولوجيا الطائرات

خلف الجبوتور يفتتح مختبر علي محمد اليهوني الظاهري للطائرات بدون طيار بجامعة دبي رئيس جامعة دبي يؤكد على أهمية المختبرات ودورها في تعزيز قدرات الطلاب البحثية والعملية

الدكتور علي مع الحكومة المصرية في العديد من مشاريع البحث المتعلقة بالطائرات المسيرة، مؤكداً أن "علي يعيش في قلوبنا، وإنجازاته مصدر فخر لنا جميعاً". وتحدث جمال بن حويرب، المستشار الثقافي في حكومة دبي عن أهمية الطائرات بدون طيار، معرباً عن شكره لخلف الجبوتور والدكتور عيسى البستكي على مبادرتهم في إنشاء المختبر الجديد. وأكد حويرب أن الدكتور علي اليهوني كان له دور محوري في وضع دولة الإمارات على الخريطة العالمية في هذا المجال. من جانبه، أشاد الدكتور عيسى البستكي، رئيس جامعة دبي، بأهمية المختبر ودوره في تعزيز قدرات الطلاب البحثية والعملية، مما سيؤهلهم لمستقبل متميز ويمكنهم من تطوير حلول مبتكرة باستخدام تقنيات الطائرات بدون طيار. وأضاف البستكي، "لقد دخل الدكتور اليهوني التاريخ قبل وقت طويل من تكريمنا لتذكراه اليوم، إننا نسعمل على إنتاج أبحاث تكرم إرثه، وسيظل هذا المختبر رمزاً لتطوير الأبحاث في مجال الطائرات بدون طيار".

تكنولوجيا الطائرات بدون طيار في مجالات متعددة مثل الخدمات اللوجستية والكفاءة التشغيلية. وفي كلمته خلال الافتتاح، أعرب خلف الجبوتور عن فخره الكبير بتأسيس هذا المعلم العلمي قائلاً: "إن الإرث الذي تركه الصديق الراحل الدكتور علي اليهوني الظاهري ليس مجرد إنجاز تقني، بل هو إلهام للأجيال القادمة من المبتكرين والعلماء في دولة الإمارات والعالم العربي. إن هذا المختبر يمثل خطوة مهمة نحو مستقبل يعتمد على الابتكار والكفاءة التكنولوجية". كما تقدم الجبوتور بالشكر إلى جامعة دبي والدكتور عيسى البستكي على حفاوة الاستقبال وتبني فكرة تسمية المختبر على اسم الدكتور اليهوني الظاهري. أحد أبناء الإمارات المتميزين. تذكّر الجبوتور لقائه بالدكتور علي قبل عامين، حيث أعجب بأفكاره ومعرفته ودكانه. وأضاف: "التقيت به عدة مرات ووجدته خبيراً حقيقياً في مجاله. كان عالماً فريداً، حيث عمل مع الروس وأثبت كفاءة وإبداع الإماراتي". كما سلط الجبوتور الضوء على تعاون

افتتح خلف بن أحمد الجبوتور، مؤسس ورئيس مجلس إدارة مجموعة الجبوتور، رسمياً مختبر "علي محمد اليهوني الظاهري للطائرات بدون طيار" في جامعة دبي، في خطوة تهدف إلى تعزيز البحث العلمي والابتكار في تكنولوجيا الطائرات بدون طيار بدولة الإمارات. تأتي تسمية المختبر تكريماً للراحل الدكتور علي محمد اليهوني الظاهري، الذي كان من الشخصيات البارزة في تصميم وصناعة الطائرات المسيرة حيث صمم أول طائرة وطنية من دون طيار بمواصفات عالمية نافست أرقى الشركات المتخصصة في هذا المجال على مستوى العالم. سيعمل المختبر الجديد على دعم البحث والتطوير في أنظمة الطيران، مع تركيز خاص على أنظمة التحكم الذكية للطائرات ذات الأجنحة الثابتة، ليكون بمثابة مركز للأبحاث يستفيد منه الطلبة والباحثون، بالإضافة إلى المؤسسات الحكومية والخاصة التي تطبق

دبي- الفجر

لتعزيز الاستعداد للطوارئ وجهود الإغاثة المستدامة

دبي الإنسانية ومكتب منسق الأمم المتحدة يقودان جلسة عالمية لتعزيز التعاون بين المراكز الإنسانية

وفي حديثه في الفعالية، قال جوسيب سابا، الرئيس التنفيذي وعضو مجلس الإدارة في دبي الإنسانية: "هدفنا هو تعزيز التعاون والتنسيق بين الدول التي تستضيف المراكز الإنسانية من خلال تبادل المعلومات وأفضل الممارسات والمعرفة. من خلال التعلم من بعضنا البعض، يمكننا خلق نهج أكثر توحداً واستدامة للتعامل مع الأزمات الإنسانية العالمية، وضمان وصول المعونات إلى المحتاجين بشكل أسرع وأكثر فاعلية. معاً، نهدف إلى بناء شبكة أمان تضمن المساعدة الفورية للسكان المتضررين من الكوارث الطبيعية، وتغير المناخ، وحالات الطوارئ المعقدة، والنزاعات". وفي كلمته التمهيدية، خاطبت سعادة السيدة برنجيلير بويل، منسقة الأمم المتحدة المقيمة في الإمارات العربية المتحدة، السفراء من الدول المستضيفة للمراكز الإنسانية بقولها: "يعد اجتماع اليوم ذو أهمية قصوى، حيث نهدف إلى تعزيز استجابتنا العالمية للأزمات الإنسانية بشكل أكبر. مع تجاوز عدد الأشخاص المحتاجين إلى المساعدة الإنسانية 360 مليون شخص في عام 2023، نتيجة لتأثيرات تغير المناخ والنزاعات، فإن دورنا أكثر أهمية من أي وقت مضى. الكوارث المتعلقة بالمناخ تتسبب في نزوح ما معدله 20 مليون شخص سنوياً، بينما تركت النزاعات في جميع أنحاء العالم ملايين العائلات بدون احتياجاتهم الأساسية. معاً، وبفضل قيادة ودعم بلدانكم، يمكننا تعزيز التنسيق وضمان استجابات سريعة، وفي النهاية، إنقاذ الأرواح - أتحلى إلى مناقضاتنا وتعزيز التزامنا المشترك تجاه الإنسانية". واختتمت الجلسة بجولة إرشادية في صالة عرض دبي الإنسانية، مما أتاح للمشاركين فرصة للنظر مباشرة على القدرات اللوجستية والتشغيلية القديمة التي تدعم جهود الإغاثة الطائرة حول العالم.

دبي- الفجر

استضافت دبي الإنسانية، بالتعاون مع مكتب منسق الأمم المتحدة، جلسة رفيعة المستوى بمشاركة ممثلين عن الدول التي تستضيف مراكز إنسانية رئيسية، بما في ذلك أستراليا، الكاميرون، الصين، غانا، إيطاليا، الأردن، كينيا، ماليزيا، بنما، إسبانيا، والإمارات العربية المتحدة، بالإضافة إلى قادة من وكالات إنسانية عالمية مثل برنامج الغذاء العالمي، والمفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين، ومستودع الأمم المتحدة للاستجابة الإنسانية، وصندوق الأمم المتحدة الدولي للطوارئ للأطفال، ومنظمة الصحة العالمية، والاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر. عُقدت الجلسة في مركز المعرفة والتطوير التابع لدبي الإنسانية، وبنيت على الزخم الذي أطلقه المؤتمر الأول للدول المستضيفة للمراكز الإنسانية العالمية، الذي عقد في العام الماضي خلال مؤتمر المناخ ٢٨ وكان الهدف منها تعزيز التعاون بين الدول المستضيفة للمراكز الإنسانية من خلال استخدام الموارد المشتركة والمنصات مثل بنك البيانات اللوجستية للخدمات الإنسانية، التي تم تصميمها لتحسين التنسيق من خلال تقديم بيانات فورية حول المعونات المخزنة مسبقاً، مما يسمح باستجابة أسرع وأكثر كفاءة للأزمات على مستوى العالم. تم افتتاح الجلسة بكلمات ترحيبية ألقاها السيد راشد الحميري، مدير إدارة التنمية والتعاون الدولي في وزارة الخارجية الإماراتية، لتلتها خطابات من سعادة السيدة برنجيلير بويل، منسقة الأمم المتحدة المقيمة في الإمارات العربية المتحدة، وجوسيب سابا، الرئيس التنفيذي وعضو مجلس الإدارة في دبي الإنسانية.



منوعات

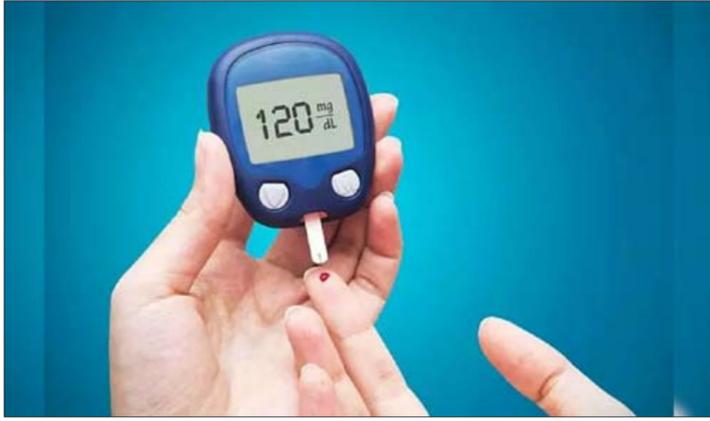
الفكر

23

كشف فريق من الباحثين عن السبب الكامن وراء زيادة خطر إصابة الأشخاص الذين يسهرون لساعات متأخرة من الليل بمرض السكري من النوع الثاني. لطالما اعتُقد أن السهر لساعات متأخرة من الليل "يجعل الأشخاص أكثر عرضة للتدخين وتناول الطعام غير الصحي مع ارتفاع مؤشر كتلة جسم لديهم"، وكلها عوامل مرتبطة بتطور السكري النوع الثاني.



ما سر ارتباط السهر بزيادة خطر الإصابة بمرض السكري؟



ولكن فريق البحث من المركز الطبي لجامعة Leiden في هولندا، أوضح أن خطر الإصابة بمرض السكري قد لا يرجع إلى نمط الحياة وحده، وقال إن الأمر قد يرجع أيضا لكون ساعة جسم الشخص الذي يسهر لساعات متأخرة من الليل "غير متزامنة مع بقية أفراد المجتمع".
وفي الدراسة، تتبع الفريق توقيت النوم ومحيط الخصر ومؤشر كتلة الجسم لأكثر من 5000 شخص، حيث خضع 1576 مشاركا لفحوصات التصوير بالرنين المغناطيسي لقياس الدهون الحشوية والكبدية، بينما تم استخدام السجلات الصحية الإلكترونية للتحقق من عدد الأشخاص الصابين بمرض السكري من النوع الثاني. وتم تصنيف المرضى إلى 3 مجموعات، أو "أنماط زمنية"، تبعاً لميل الفرد إلى النوم في وقت معين خلال فترة 24 ساعة (متأخر ومبكر ومتوسط).
وتم متابعة المشاركين لمدة 6.6 سنوات في المتوسط، وتم خلالها تشخيص إصابة 225 مريضاً بمرض السكري من النوع 2.

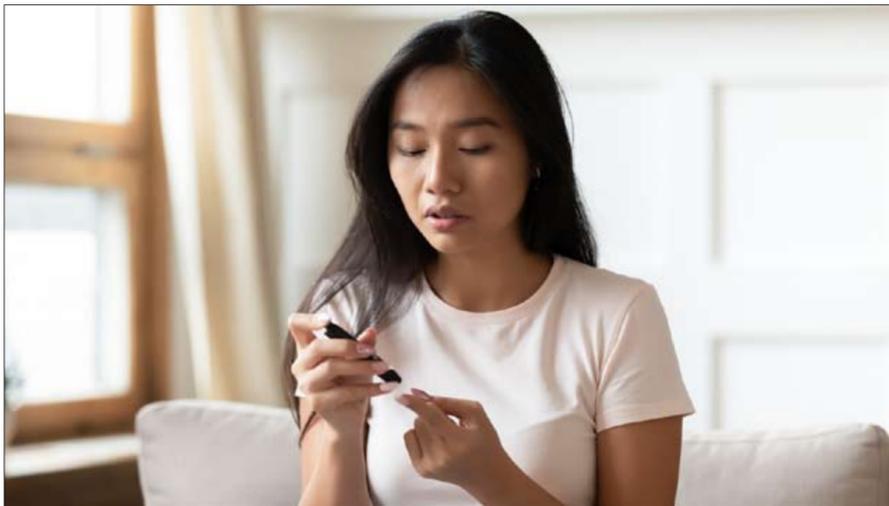
الذين يشعرون بالقلق بشأن زيادة خطر الإصابة بمرض السكري من النوع 2 في تجربة هذا، أو على الأقل محاولة الامتناع عن تناول الطعام في وقت متأخر من المساء. موضحة: "لم تتوفر الأدلة بعد، ولكن مع مرور الوقت، نهدف إلى تقديم نصائح محددة فيما يتعلق بتوقيت سلوكيات نمط الحياة".

وأضاف فان دير فيلدي: "الأشخاص الذين لديهم نمط زمني متأخر هم على الأرجح أكثر عرضة لتناول الطعام حتى وقت متأخر من المساء، وبينما لم تقم بهذا في دراستنا، هناك أدلة متزايدة على أن تناول الطعام المقيد بالوقت، وعدم تناول أي شيء بعد وقت معين، مثل الساعة 6 مساءً، قد يؤدي إلى فوائد أيضاً، لذا، قد يرغب محبو السهر

البيولوجية، والذي نعلم أنه يمكن أن يؤدي إلى اضطرابات التمثيل الغذائي وفي النهاية مرض السكري من النوع 2".
ووجد الباحثون أيضاً أن الأشخاص الذين يسهرون لوقت متأخر من الليل "لديهم مؤشر كتلة جسم أعلى ومحيط خصر أكبر ودهون حشوية أكثر ومحتوى دهون كبد أعلى".

المتوسطة".
وقال الدكتور جيروين فان دير فيلدي، الباحث الرئيسي في الدراسة: "إن التفسير المحتمل هو أن الإيقاع اليومي أو الساعة البيولوجية في النمط الزمني المتأخر، غير متزامن مع جداول العمل والأنشطة الاجتماعية التي يتبعها باقي أفراد المجتمع، ويمكن أن يؤدي هذا إلى اختلال الساعة

وعند أخذ العمر والجنس وإجمالي الدهون في الجسم وعوامل نمط الحياة في الاعتبار، مثل ممارسة الرياضة والنظام الغذائي والتدخين، وجدت الدراسة أن الأشخاص الذين يفضلون البقاء مستيقظين حتى وقت متأخر "ما زالوا معرضين لخطر الإصابة بمرض السكري من النوع 2 بنسبة 46% أعلى من الأشخاص في المجموعة



دراسة تكشف تأثير جائحة "كوفيد" على أدمغة المراهقين

ربط التغييرات الدماغية بالعزلة الاجتماعية الناجمة عن الحجر الصحي، إلا أن هناك احتمالات أخرى مثل زيادة وقت استخدام الهاتف وتصفح مواقع التواصل الاجتماعي وقلة التمارين الرياضية. وقال أيضاً إن الترقق الملحوظ قد لا يكون شيئاً سيئاً، ويمكن أن "يمثل استجابة الطبيعة التكيفية في الدماغ والتي منحت مرونة عاطفية وإدراكية واجتماعية أكبر".
نشرت الدراسة في مجلة Proceedings of the National Academy of Sciences

يعكس اعتماد الفتيات المراهقات بشكل أكبر على العلاقات الاجتماعية مقارنة بنظرائهن من الذكور.
وأضافت كول أن النتائج كانت "تذكيراً بمدى هشاشة المراهقين"، واقترحت على الآباء والأمهات إيجاد الوقت للتحدث مع أطفالهم حول تجاربهم مع جائحة "كوفيد".
ومع ذلك، حذر بعض الخبراء من المبالغة في تفسير نتائج الدراسة.
وأشار برادلي بترسون، طبيب الأطفال النفسي في مستشفى الأطفال في لوس أنجلوس، والذي لم يشارك في الدراسة، إلى عدد من القيود، أحدها أنه على الرغم من حرص الباحثين على

وجدت دراسة أمريكية أن الحجر الصحي أثناء جائحة "كوفيد-19" أثر بشكل غير متوقع على أدمغة بعض المراهقين.
درس باحثو جامعة واشنطن زهاء 160 مسحا بالرنين المغناطيسي مأخوذة من مجموعة من الأطفال والمراهقين، الذين تتراوح أعمارهم بين 9 و17 عاماً، جمعت في عام 2018، ثم قارنوها بـ130 مسحا تم إجراؤه بعد الجائحة (2021-2022).
ووجدوا أن عملية تسمى ترقق القشرة الدماغية (جزء من الشبكية الطبيعية) كانت أكثر تقدماً من المتوقع بين المراهقين في فترة الجائحة.
ويجدر بالذكر أن ترقق القشرة الدماغية بشكل طبيعي، فقد ربطت بعض الدراسات الترقق المتسارع بالتعرض للقلق أو التوتر وزيادة خطر الإصابة بهذه الاضطرابات في الحياة.
ووجدت الدراسة اختلافات في أجزاء الدماغ التي تتقدم في العمر لدى الصبيان والفتيات، وعلى سبيل المثال، بينما كان لدى كلا الجنسين شبكية متقدمة في جزء العضو المرتبط بمعالجة المعلومات البصرية، شهدت الفتيات أيضاً ترققاً مبكراً في المناطق المرتبطة بالعواطف وتفسير الوجوه وفهم اللغة (كلها مجالات حاسمة لتسهيل التواصل الفعال).
وقالت معدة الدراسة باتريشيا كول، الخبيرة في التعلم وعلوم الدماغ في واشنطن، إن الباحثين صدموا من مدى الاختلاف بين الصبيان والبنات موضحة: "إن الفجوة التي دخلت المختبر في سن الحادية عشرة، ثم عادت إليه في سن الرابعة عشرة، لديها الآن دماغ يشبه دماغ فتاة تبلغ من العمر 18 عاماً".
وكشفت أيضاً أنها تعتقد أن جزءاً من الاختلاف

مراجعة علمية تظهر تأثير مكملات فيتامين D على صحة القلب

المختلفة، بما في ذلك انخفاض ضغط الدم الانقباضي والانسباتي، والكوليسترول الكلي، وجلوكوز الدم الصائم، والهيموجلوبين A1C، والأستولين في الدم الصائم.
واكتشف الباحثون أن فوائد مكملات فيتامين د كانت أكثر وضوحاً في مجموعات محددة، مثل السكان غير الغربيين، والأفراد الذين لديهم مستويات أساسية من 25-هيدروكسي فيتامين د أقل من 15.0 نانوغرام/مل، وأولئك الذين لديهم مؤشر كتلة الجسم (BMI) أقل من 30، والأفراد الأكبر سناً الذين تبلغ أعمارهم 50 عاماً أو أكثر.

كشفت أحدث مراجعة أجراها علماء من مؤسسات في جميع أنحاء الصين والولايات المتحدة عن رؤى واعدة حول كيفية تأثير مكملات فيتامين د بشكل كبير على صحة القلب والأبيض.
وحللت المراجعة الشاملة 99 تجربة شملت ما مجموعه 17656 مشاركا. وكشف التحليل أن مكملات فيتامين د (أو كما يعرف باسم فيتامين الشمس نظراً لأن جسم الإنسان يصنعه عن طريق تعرض الجلد بشكل مباشر لأشعة الشمس)، بجرعة متوسطة تبلغ 3320 وحدة دولية (IU) يومياً، كانت مرتبطة بتأثيرات إيجابية على عوامل الخطر القلبية والأبيضية

وتؤكد هذه المراجعة على الحاجة إلى استراتيجيات تدخل خاصة بكل فرد لفيتامين د، مع مراعاة الخصائص الفردية مثل الخلفية العرقية والثقافية، والعمر، ومؤشر كتلة الجسم، ومستويات فيتامين د الأساسية.
وتسلط النتائج الضوء على إمكانية فترات تدخل أطول (ثلاثة أشهر أو أكثر) وجرعات أعلى لتحسين نتائج الصحة القلبية الأيضية في مجموعات سكانية محددة.
ويمكن أن تؤدي هذه النتائج إلى تقدم كبير في الطب الوقائي وعلوم التغذية، ما قد يؤدي إلى تطوير استراتيجيات أكثر فعالية للصحة العامة. ومن خلال تصميم مكملات فيتامين د بناء على الخصائص الفردية، قد يعمل مقدمو الرعاية الصحية على تحسين فعالية التدخل والحد من انتشار أمراض القلب الأيضية.
ويقترح المؤلفون أن تركز الأبحاث المستقبلية على توضيح الآليات وراء هذه التأثيرات الملحوظة والفوائد المحتملة لمكملات فيتامين د على الأمراض المزمنة مثل أمراض القلب والأوعية الدموية.
ولا توفر هذه الدراسة الرائدة رؤى جديدة حول فوائد مكملات فيتامين د لصحة القلب والأبيض فحسب، بل تؤكد أيضاً على أهمية الطب الشخصي في تحسين هذه التأثيرات.
ونظراً لأن أمراض القلب والأوعية الدموية تظل سبباً رئيسياً للوفاة على مستوى العالم، فإن النتائج المستخلصة من هذه المراجعة تقدم بصيص أمل لاستراتيجيات وقائية أكثر استهدافاً وفعالية.
نشرت الدراسة في مجلة Engineering



منوعات

الفكر

27



عصام السقا ينضم لأبطال مسلسل «فهد البطل»

انضم النجم عصام السقا لأبطال مسلسل فهد البطل للنجم أحمد العوضي، الذي سينافس به في دراما رمضان 2025، حيث يجسد خلاله شخصية "ريكو"، ومن المقرر أن يبدأ تصوير المسلسل في شهر نوفمبر المقبل، وفي نفس الوقت تستمر الشركة المنتجة في إبرام التعاقدات مع الفنانين المشاركين في العمل.

وتعاقد على المشاركة في بطولة مسلسل فهد البطل بشكل رسمي حتى الآن بجوار أحمد العوضي وعصام السقا، كل من الفنانة صفاء الطوخي في دور والدة أحمد العوضي، وعزت زين في دور والده، وميرنا نور الدين في دور حبيبته، إضافة إلى انضمام الفنانين أحمد عبد العزيز، لوسي، عصام، صفوة، وجاري التعاقد مع الفنانة التي تجسد دور شقيقة العوضي خلال الأحداث التي تدور في إطار شعبي مع خطوط درامية صعيدية.

ويشارك النجم عصام السقا في بطولة مسلسل صدفة للنجمه ريهام الحجاج والذي عرض في شهر رمضان الماضي، ودارت أحداثه في إطار اجتماعي كوميدى وملء بالإثارة والتشويق حول الفتاة "صدفة" مدرسة التاريخ والتي تتعرض لصدفة ما تغير مجرى حياتها رأساً على عقب، كما يناقش المسلسل قضايا المراهقين وطلاب المدارس الثانوي تحديداً والمشاكل الاجتماعية التي يمر بها هؤلاء المراهقون وعلاقتهم بمرسيتهم.

مسلسل صدفة بطولة ريهام حجاج، عصام السقا، خالد الصاوي، سلوى خطاب، رحاب الجمل، رشدى الشامي، فراس سعيد، نور إيهاب، ميار الغيطى، عمرو صحصاح، تامر يسرى، عبير منير، سليم الترك، رباب ممتاز، وردشان مجدى، علاء خالد وهشام منصور، وتأليف أيمن سلامة وإخراج سامح عبد العزيز.

في ثالث أفلامه الروائية الطويلة

ظافر العابدين: أحداث "صوفيا" تحاكي واقع معظم فئات المجتمع

بدأ الفنان ظافر العابدين، مؤخرًا، تصوير فيلمه الجديد "صوفيا"، في تونس، ليكون ثالث أفلامه الروائية الطويلة من تأليفه وإخراجه وإنتاجه، ومن المفترض طرحه في دور العرض في 2025.

ظافر، قال خلال هذا الحوار، إن هذا الفيلم هو أول مشروع كتبه منذ سنوات طويلة، إلا أنه أجل تنفيذه طوال هذه الفترة، لرغبته في خروجه بشكل مميز على المستوى الفني والإنتاجي، لاسيما وأن أحداثه تدور في إطار اجتماعي تشويقي.



وأكد أن مرحلة التحضير للفيلم استغرقت 6 أسابيع، وهي نفسها مدة التصوير التي ستكون بين تونس ولندن، لافتاً إلى أن العمل يضم ممثلين من تونس وبريطانيا، منهم الممثل التونسي الألماني قيس السني، والممثلة الإسبانية ذات الأصول التونسية هبة عبوك، والممثلة البريطانية جيسكا براون فينيلي، والممثل البريطاني أكس ماكوين.

أحداث واقعية

ونفى ظافر العابدين أن يكون فيلم "صوفيا" نوع من السيرة الذاتية، بحكم زواجه من إنجليزية وإقامته في لندن منذ أكثر من 24 عاماً، موضحاً أن أحداث الفيلم تحاكي واقع معظم فئات المجتمع.

وأكد أن الفيلم يعكس الخصوصية التونسية، حيث يجري تصويره في عدد من أحياء وضواحي العاصمة، قائلًا: "شوارع وسط العاصمة وغيرها من مواقع تصوير الفيلم تحمل دلالة وروح تونسية أصيلة".

ووصف الفيلم، بـ "المختلف" في طرحه ومعالجته السينمائية للواقع عن فيلمي "غدوة" (2021)، و"إلى ابني" (2023)، حيث يُقدم دراما إنسانية لا تخلو من الإثارة والتشويق ومشاهد الأكلشن.

تدور أحداث الفيلم، حول "هشام" الذي يعود إلى بلاده تونس قادماً من لندن؛ بسبب إشكال يتعلق بإقامته غير القانونية على الأراضي البريطانية، فتقرر زوجته الإنجليزية "إيميلي" بعد 5 سنوات للحاق به رفقة ابنتهما "صوفيا" وتعيش هذه العائلة المفككة أحداثاً درامية تعكس نقاط الاختلاف والتلاقى بين الثقافات والمجتمعات على أكثر من مستوى.

"البحث عن علا 2"

وأشار ظافر العابدين، إلى مشاركته في موسم دراما رمضان المقبل، بمسلسل مصري يحمل اسم "سكة سلامة"، سيناريو وحوار ورشة من المؤلفين الشباب، وإشراف على الكتابة محمد سليمان عبد المالك، وإخراج محمد بكير، وإنتاج سالي والي، حيث يشهد هذا المسلسل عودته إلى الدراما المصرية بعد غياب تجاوز 6 أعوام تقريباً، منذ مسلسل "ليالي أوجيني" عام 2018.

كما كشف موعد انطلاق الجزء الثاني من مسلسل "البحث عن علا"، عبر منصة نتفلكس، اعتباراً من يوم 26 سبتمبر الجاري.

ويأتي ذلك بعد مرور نحو 3 أعوام على عرض الجزء الأول منه، ويُشارك في بطولة الجزء الجديد بجانب هند صبري وظافر العابدين، كل من هاني عادل، وسوسن بدر، وندى موسى ومحمود الليثي، والعمل تأليف مها الوزير، وإخراج هادي الباجوري، وتدور أحداثه في إطار لايت كوميدى.

ملك قورة تنفي خبر زواجها

نفت النجمة ملك قورة خبر زواجها الذي انتشر مؤخراً عقب نشرها صوراً بفساتن زفاف على حسابها الشخصي على إنستجرام، وقالت ملك قورة في تصريح خاص لـ "اليوم السابع": "لو اتجوزت أكيد كنت هقول وأعلن الخبر والصور التي نشرتها هي جلسة تصوير خاصة بأحدى المجلات المتخصصة في تجهيزات الزفاف".

وأعربت النجمة ملك قورة عن سعادتها بالحب الذي لسته من متابعيها فور نشرها صورها بفساتن الزفاف وتهنئتهم لها وتقديم المباركات قائلة: "مبسوطة وسعيدة جداً أني شوفت حب الجمهور بالشكل ده وإن كل الناس بتعلق وتهنئني على الزواج دون تأكدهم وإن شوفت قد إيه بيتمنوا الخير ليا".

وكانت الفنانة ملك قورة، فاجتت جمهورها بنشر صور لها بفساتن الزفاف على حسابها الشخصي بموقع تبادل الصور والفيديوهات "إنستجرام"، وإفادت تعليقات المتابعين لها بالتهنئة لها وتقديم المباركات رغم عدم توضيح ملك قورة حقيقة الأمر، هل ستدخل القفص الذهبي وتستعد للزفاف أم هي جلسة تصوير فقط.

وشاركت ملك قورة مؤخراً، في فيلم "جوازة توكسيك" وجسدت خلاله شخصية فتاة والديها الفنانة هيدى كرم والدتها الفنان تامر هجرس وتبحث عن عريس، وتعيش قصة حب مع الفنان محمد أنور وذلك في إطار كوميدى.

فيلم "جوازة توكسيك" تأليف لؤى السيد وإخراج محمود كريم، ويجمع الفيلم بين ليلي علوي ويومي فؤاد والمؤلف لؤى السيد والمخرج محمود كريم للمرة الثالثة على التوالي في السينما بعدما قدموا فيلمي "ماما حامل" عام 2021 و"شوجر دادي" عام 2023.

ويستعد فيلم "جوازة توكسيك" التعاون الثاني بين ملك قورة وليلى علوي بعد مسلسل "شمس" الذي تم عرضه في شهر رمضان عام 2014 وشارك في بطولته جميل راتب، سهر الصايغ، سميرة عبد العزيز، طارق الابيارى، هاني عادل، سمير العصفوري، حنان يوسف وتأليف علاء حسن وإخراج خالد الحجر. وشاركت ملك قورة في دراما رمضان الماضى خلال مسلسل بيت الرفاعي" بطولة أمير كرارة، أحمد رزق، سيد رجب، إيناس كامل، صفاء الطوخي، ميرنا جميل، محمد لطفي، عمرو وهبة، رحاب الجمل، عابدة رياض، أحمد فؤاد سليم، ليلي ونس، وعدد آخر من الفنانين، ومن تأليف بيتر ميمي وهند عبدالله وعمرو أبو زيد وإخراج أحمد نادر جلال وإنتاج شركة سينرجي

صبا مبارك تنتهي من تصوير مسلسل وتر حساس خلال الشهر المقبل

تنتهي الفنانة صبا مبارك من تصوير مسلسلها الجديد وتر حساس، المقرر عرضه على شاشات المتحددة خلال الفترة المقبلة، من إخراج وائل فرج، وتأليف أمين جمال، وهو مكون من 45 حلقة، خلال شهر أكتوبر المقبل، حيث صور فريق العمل في أماكن عديدة منها مصر الجديدة ومدينة 6 أكتوبر، في أكثر من لوكيشن، كما من المقرر أن يدخل فريق العمل أحد الديكورات الأشاسية خلال الفترة المقبلة.

مسلسل وتر حساس بطولة صبا مبارك، محمد علاء، إنجي المقدم، هيدى كرم، أحمد غزى، هاجر عفيفي، تقي حسام، محمد العمروسى، لبنى ونس، صالح عبد النبي، تيمم عبده، وعدد آخر من الفنانين، والعمل مكون من 45 حلقة، وتأليف أمين جمال وإخراج وائل فرج وإنتاج المتحدة للخدمات الإعلامية.

مسلسل وتر حساس يجمع صبا مبارك ومحمد علاء والمخرج وائل فرج مجدداً بعدما حقق الثلاثى نجاحاً سوياً خلال مسلسل بين السطور الذي تم عرضه قبل شهر رمضان الماضى على قناة ON، ولاقى إشادات جماهيرية وتفاعل مع كبير مع أحداثه المشوقة التي اعتمدت على لغز جريمة قتل ظل المشاهدون يبحنون عنه طوال الحلقات.

يذكر صبا مبارك قدمت في رمضان الماضى "لحظة غضب" من 15 حلقة حصرياً على منصة Watch it وشارك في بطولته: محمد شاهين، علي قاسم، ناردين فرج، سارة عبد الرحمن، صفوة، ريم خوري، يوسف عمر، أية عبد الرازق، آدم النحاس، وضيف الشرف محمد هراج، أحمد عبد الله محمود، حسن أبو الروس، مجدى إدريس، ياسر صادق، محمد القس وتأليف مهذب طارق وإخراج عبد العزيز النجار.



الفكر

تصورات مغلوطة عن شرب الماء بالليمون صباحاً



تشير الدكتورة يكاتيرينا كاشوخ أخصائية أمراض الجهاز الهضمي، إلى أن شبكات التواصل الاجتماعي تنشر الكثير عن الفوائد الصحية لتناول كوب من الماء بالليمون في الصباح. ووفقاً لهذه المنشورات يحسن تناول الماء مع الليمون في الصباح عملية الهضم ويزيل السموم من الجسم ويعزز منظومة المناعة ويساعد على التخلص من الوزن الزائد وغيرها، ولكن هل هذا صحيح فعلاً أم مجرد أسطورة؟

وتقول: "يحتوي الليمون على فيتامين C والبيوتاسيوم والبكتين ومضادات الأكسدة وحمض الستريك المفيدة للصحة. كما أن الماء ضروري للحفاظ على توازن السوائل في الجسم وعمل جميع أعضاء الجسم بصورة طبيعية، حيث يساعد على تليين الطعام ومروره بسهولة عبر الأمعاء. ولكن الليمون لا يساهم في هذه العملية، بل فقط قد يحسن طعم الماء. وبالإضافة إلى ذلك لا يساعد هذا على حرق الدهون".

وتشير الخبيرة، إلى أنه عادة ما يوصى بتناول الماء مع الليمون كوسيلة لإزالة السموم من الجسم، ولكن هذا مرتبط بالتسويق أكثر من الطب. وتقول: "تظهر الكلى والكبد بصورة جيدة الجسم السموم ونواتج عملية التمثيل الغذائي. ولا يوجد ما يثبت أن ماء الليمون يعزز أو يسرع هذه العمليات". ووفقاً لها، صحيح يحتوي الليمون على فيتامين C الذي يدعم وظيفة منظومة المناعة. بيد أن شرب ليمون أو وضع قطرات من عصيره لا تليي حاجة الجسم اليومية منه.

مخاطر تناول الخيار بقشره

يجب غسل الخيار كبقية الخضروات والفواكه جيداً أو تقشيرها قبل تناوله، لأنه يزرع باستخدام المبيدات الحشرية والأسمدة من أجل زيادة الإنتاج. وتشير الدكتورة يوليا سولوماتينا خبيرة التغذية الروسية، إلى أن دراسة علمية أجراها علماء صينيون نشرت في مجلة Nano Letters أظهرت نتائجها أن غسل الخضروات والفواكه لا يزيل بقايا المبيدات الحشرية منها بصورة تامة. وأن المبيدات يمكن أن تخترق قشرة التفاح والخيار إلى اللب. لذلك من الأفضل غسلها جيداً ومن ثم تقشيرها.

وتقول استناداً إلى ذلك: "يجب شراء الخيار من أماكن موثوقة، ولكن حتى هذا الخيار تكون على قشرته بقايا المبيدات الحشرية. لذلك يجب غسله جيداً أو نقعه مع الصودا لفترة قصيرة، ولكن من الأفضل تقشيرها عند إعطائه للأطفال أو لأشخاص حالتهم الصحية سيئة".

وتضيف موضحة، يمكن أن تعوض فوائد الخيار الضار المحتمل من المبيدات الحشرية لأن الخيار يساعد على إزالة الدهون والسكر الزائد من الجسم ويخفض خطر تطور السرطان والكسور، كما يحسن عملية تخثر الدم عند النزف في حالة الإصابة.

اكتشاف قد يساعد في تطوير أدوية لأعراض السرطان والسكري

أعلنت جامعة يوتا الأمريكية أن العلماء توصلوا لاكتشاف قد يمكنهم من تطوير أدوية لأعراض السرطان والسكري.

وجاء في بيان صادر عن الخدمة الصحفية للجامعة: "اكتشف علماء الأحياء في جامعتنا أن سم القواقع البحرية المخروطية يحوي على مواد لها تأثير سريع مشابه لتأثير الأسولين، كما يحوي على مادة شبيهة بهرمون السوماتوستاتين البشري الذي يمنع الجسم من استعادة مستويات السكر الطبيعية في الدم. هذه المادة ستساعد في ابتكار أدوية جديدة لأمراض السرطان والسكري. وحول الموضوع قالت الأستاذة المساعدة في الجامعة يوليا هيمامي: "العديد من الحيوانات السامة الموجودة على الأرض، وأثناء عمليات التطور، حصلت أجسامها على سموم تؤثر أنظمة معينة في جسم ضحاياها، وسم القواقع البحرية المخروطية له تأثيره على أنظمة معينة في الجسم أيضاً، الاكتشاف الذي توصلنا له سيساعدنا على محاربة العديد من الأمراض بما فيها مرض السكري، والدراسات المتعلقة بالسموم قد تساعدنا في اختصار الوقت لتطوير الأدوية".

وأضافت: "علماء الأحياء يدرسون مكونات سم القواقع المخروطية البحرية منذ سنوات، وفي العقد الماضي اكتشفوا أن هذا السم فيه مادة شبيهة بالأسولين، لكن تأثيرها أقوى وأسرع بعدة مرات، ولذلك فإن وجود هذه المادة لجسم الأسماك يسبب لها غيبوبة، ومؤخراً تبين لنا أن هذا السم يحوي أيضاً على مادة شبيهة بهرمون السوماتوستاتين الذي يلعب دوراً مهماً في عملية التمثيل الغذائي في أجسام البشر والفقاريات الأخرى ويتحكم بهرمون الجلوكاجون الذي يزيد من تركيز الجلوكوز في الدم بينما يقلل مستويات السكر في الجسم بشكل كبير، بيئت التجارب أن نظائر السوماتوستاتين المأخوذة من سم القواقع تمنع تماماً إنتاج الجلوكاجون، وهذا يعطينا الأمل في تطوير أدوية قد تستخدم في محاربة بعض الأمراض المرتبطة بالسكري وأدوية سرطانية جديدة فعالة للغاية تعمل على تثبيط نمو الخلايا السرطانية سريعة الانقسام".



الممثلة الأمريكية كيلي روثفورد لدى وصولها إلى حفل BoF 500 Gala على هامش أسبوع الموضة في باريس. (ا ف ب)

قرأت لك

إكليل الجبل



يشتهر نبات إكليل الجبل بخصائصه العلاجية، حيث يساعد تناول كمية قليلة منه في اليوم، على تحسين عملية الهضم ويخفف التوتر العصبي، كما يساعد على التعافي بعد الجلطة

الدماغية. ويؤكد الباحثون أن إكليل الجبل يعزز زيادة إفراز عصير المعدة، ما يؤثر إيجابياً في عملية الهضم. كما أن من أهم خصائصه تقليل تكوين المواد المسرطنة في الطعام. لأنه عند إضافة إكليل الجبل إلى الطعام، يقلل محتوى المركبات الحلقية غير المتجانسة الضارة وغلوزة البروتين، مع الحفاظ على الخصائص المفيدة للطعام بعد المعالجة الحرارية. بحسب الدكتور سيرغي أغايكين. وبالإضافة إلى ذلك إكليل الجبل مفيد للقلب، حيث يعزز انقباضات القلب ويرفع مستوى ضغط الدم لفترة قصيرة. ويشير أغايكين إلى أن الزيوت الطيارة لإكليل الجبل تساعد على تطهير الهواء داخل المنزل من الميكروبات بما فيها المكورات العنقودية والمكورات العنقودية والإشريكية القولونية بنسبة 80 بالمئة. وقد ثبت أن استنشاق هذه الزيوت يحسن الذاكرة القصيرة والبعيدة المدى. كما ينصح باستخدام إكليل الجبل في علاج التهاب الحلق والشعب الهوائية وسيلان الأنف والتهابات الجهاز التنفسي الفيروسية الحادة. وبالإضافة إلى ذلك يخفف مستوى الإجهاد ومستوى الأدرينالين في الدم وكذلك يقلل من استجابة الجلد للمهيجات الخارجية.

سؤال وجواب

- ما هو اسم عاصمة دولة أيسلندا؟
ريكيافيك.
- هناك دولة عربية يمر بها خط الاستواء.. فما هي هذه الدولة؟
دولة الصومال.
- ما هي الدولة العربية التي يوجد بها سهل البقاع؟
دولة لبنان.
- نشأت حضارة الأزتك في قارتين.. فما هما القارتين؟
قارة أمريكا الشمالية وقارة أمريكا الجنوبية.
- لماذا سميت دولة جزر القمر بهذا الاسم؟
لأنها تتكون من عدة جزر تشبه شكل الهلال.

هل تعلم؟

- مصنعي الشوكولاتة يستهلكون 40% من إنتاج اللوز في العالم.
- 90% من الناس يعتمدون على المنبه لإيقاظهم من النوم.
- نسبة 21% من الناس لا يرتبون أسرتهم بعد الإستيقاظ من النوم صباحاً.
- السبب الرئيسي الذي يجعل الناس يشترون هاتف محمول، هو من أجل سلامتهم.
- أكثر من 50,000 هزة أرضية تحدث سنوياً.
- اللون الحقيقي للصندوق الأسود في الطائرات هو البرتقالي، وذلك لتسهيل العثور عليه وسط الحطام في حالة تحطم الطائرات.
- مخططات تصميم برج إيفل يمكنها أن تغطي أكثر من 14,000 قدم مربع بالورق.
- أول ظهور للعبة الكلمات المتقاطعة كان في عام 1913م.
- قنديل البحر ليس لديه دماغ.
- نسبة 45% من الأمريكيين لا يعرفون أن الشمس نجم.

قصة الأميرة وزوجة الصياد

كانت الأميرة الطيبة تعيش في بيتها في قلب الغابة، وفي يوم من الأيام طلب الصياد من الأميرة أن تخدم أطفاله الصغار، وأخذها إلى بيته، وكانت زوجة الصياد إنسانة شريرة جداً تكره الجيران وتضرب أطفالها. وفي يوم طلب الصياد أن تربي الأميرة أطفاله، ولكن زوجته رفضت بشدة، وقالت للأميرة: سوف أضربك، أخرجي من هذه البلدة، ولو رجعت سوف أقتلك!

وقال لها الصياد: أنا كنت أريدك لسببين أيتها الأميرة الطيبة: أن تعلمي أطفالك تعليماً دينياً، وتخدميني وزوجتي وتخدميني أنا أيضاً.. والان أنا لا أريدك. قالت الأميرة السمراء: ولكن أنا لا أعرف الطريق إلى بيتي، فأعديتني إليه. قال لها: زوجتي ترفض أن أساعدك، وأنا أخاف على أطفالك منها، فنصرتي أنت وإرجعي إلى بيتك. فخرجت الأميرة السمراء تكي بشدة.

وفي الطريق تعرفت إلى يمامة جميلة جداً. وقالت لها اليمامة: تعالي، لا تخافي.. زوجة الصياد والصيد من أشر الناس، فلماذا سمعت كلام الصياد؟ إنه خداع ولا يحب أحداً غير نفسه، يجب أن نعلم الصياد درساً حتى لا يخدع أحداً مرة ثانية.

قالت الأميرة: كيف؟

قالت اليمامة: نأخذ أطفاله ونعلمهم تعليماً دينياً جميلاً، ونتركه مع زوجته، فهو يستحقها وهي أيضاً تستحق رجلاً مثله. وأخذت الأميرة الأطفال عن طريق الحيلة، وفي كل يوم كان الأطفال يذهبون إلى الأميرة من وراء الصياد وزوجته، وعلمتهم الأميرة كل شيء تعرفه عن الصلاة وعن الأخلاق، حتى أصبحوا مهذبين.

ثم تركزت وذهبت إلى بيتها الحقيقي في قلب الغابة، وتبدل لونها من سمراء إلى بيضاء، وبحث عنها الصياد حتى يشكرها هو وزوجته، وكان مع زوجته سكين كانت تنوي قتل الأميرة بها فهي إنسانة بشعة جداً، ولا تشكر الله على نعمه، ولكن الصياد أصبح رجلاً طيباً.. أصبح لا يخدع أحداً، ولا يحسد، ولا يحقد.

وكانت الأميرة في استقبال الصياد وزوجته، وطلبت زوجة الصياد أن تقابل الأميرة بمفردها، ورفض الصياد ذلك، ولكن الأميرة سمحت لها، وقالت: تفضلتي.. وكان مع الأميرة عقد من اللؤلؤ الأبيض الجميل، فأعطته هدية لزوج الصياد، فأخذته وقالت لها: هذا عقد جميل، ولكن أنا لا أريده منك! ومزقته فوقعت حبات اللؤلؤ كلها على الأرض، وأسرت زوجة الصياد ومعها السكين حتى تقتل الأميرة، ولكن ربنا حمى الأميرة، فقد وقعت زوجة الصياد على الأرض، وماتت بدون أي شيء.. وقعت على سلالٍ القصر وانكسرت رقبته. وعاش الصياد وأطفاله ضيوفاً سعداء في قصر الأميرة.

