

جامعة الإمارات تنظم معرض التوظيف بمشاركة 40 جهة حكومية وخاصة

نادين صعب: السوشيال ميديا اليوم مهمة جداً بالنسبة للفتان



8 علامات تحذيرية غير معروفة

ص 23 على فروة الرأس من مرض مميت



كيليفيريه تفوز بجائزة أنفوليم للسبنا الفرنكوفونية

فازت المخرجة الفرنسية كاتيل كيليفيريه بالجائزة الكبرى في مهرجان أنفوليم للسبنا الفرنكوفونية عن فيلمها "حان وقت الحب" الذي يرسم لوحة تاريخية وعاطفية لمصر امرأة تعرضت للإذلال العلني لإقامتها علاقة عاطفية مع جندي ألماني خلال الحرب العالمية الثانية. يعود الفيلم في التاريخ إلى العام 1947، على شاطئ منطقة النورماندي في شمال غرب فرنسا، حيث تعرفت مادلين (تمثل دورها أنابيس دوموستييه) النادلة في معلم فندق والآم لطفل صغير، على فرنسوا (يؤدي دوره فينسان لاكوس)، وهو طالب فني ومثقف غير أنه محاط بالقموض. ونشأ بينهما حب من النظرة الأولى ولم يمض وقت طويل قبل أن يتزوجا. كان الارتباط بالنسبة لمادلين فرصة لتخطي أهوال الحرب ونيان عسكري ألماني ارتبطت بعلاقة معه خلال الاحتلال وأنجبت منه ابنتها دانيال، ما عرضها للنقمة الشعبية فحلق رأسها وطردت من منزلها.

اليابان تؤجل إطلاق مهمتها للقمر للمرة الثالثة

أجلت وكالة الفضاء اليابانية أمس الاثنين للمرة الثالثة عملية إطلاق مهمتها للقمر "مون سانير" بسبب الرياح العاتية قبل نحو نصف ساعة فقط من موعد الإطلاق. ولم تكشف وكالة استكشاف الفضاء اليابانية عن موعد جديد لعملية الإطلاق التي تأتي بعد هبوط مركبة هندية غير مأهولة بنجاح على القمر الأسبوع الماضي. سيحمل الصاروخ المقرر إطلاقه من جزيرة تانغاشيما الجنوبية قمرًا صناعيًا بحيا طوره وكالة الفضاء اليابانية ووكالة الفضاء الأميركية (ناسا) ووكالة الفضاء الأوروبية. وقال المسؤول في شركة ميتسوبيشي للصناعات الثقيلة المعني متابعة عملية الإطلاق للصينيين إنه تم تأجيل المهمة نظراً إلى أن "الرياح العاتية لم تتوافق مع شروط الإطلاق" وسيستغرق التحضير لمحاولة أخرى "ثلاثة أيام على الأقل".



لا تتناسب موجات الحر الشديد محبي النوم، إذ أن ازديادها بفعل التغير المناخي قد يكون سبباً في قلة النوم الضارة بالصحة.

ويُتوقع أن تشهد دول عدة في أوروبا الغربية والوسطى خلال الأيام المقبلة، موجة حر ستكون حدتها غير معهودة خلال هذه الفترة من السنة، وسيحد ذلك على الأرجح من قدرة كثيرين على النوم.

وفي هذا السياق قالت الباحثة في علم الأعصاب في "كوليج دو فرانس" أزميل رانسياك لوكالة "فرانس برس" إن "التمتع بنوم جيد ممكن حتى حدود 28 درجة مئوية، لكن ارتفاع الحرارة أكثر يجعل النوم أكثر صعوبة".

فالدماغ الذي يضم خلايا عصبية تنظم درجة حرارة الجسم والنوم، وهي مترابطة بشكل كبير، يتأثر جداً بالحر. ومن شأن الحرارة المرتفعة أن ترفع منظم الحرارة المركزي وتنشط أنظمة التوتّر.

ارتفاع درجات الحرارة يؤثر سلباً على النوم.. وهذه الحلول

كيف يحصل الشخص على نوم أفضل في الحر؟ رأى سوفييه أن الحل "ليس بالتكييف كيفما اتفق" بل على الشخص أولاً تغيير عاداته، كالنوم بملايس خفيفة والنهوية قدر الإمكان، وسوى ذلك، مضيفاً: "لا ضرورة لأن تكون حرارة الغرفة بين 18 و22 درجة مئوية، إذ أن حرارة ما بين 24 و26 درجة مئوية تكفي". ولفت إلى أن "التأقلم" مع درجات حرارة مرتفعة "يستغرق بين 10 و15 يوماً"، في ضوء تجارب العسكريين الذي يؤدون مهام في بلدان حارة. من جهتها قالت رانسياك إنه "ينبغي تقوية الآليات التي تتيح تقلب درجة الحرارة لدينا أثناء دورات النهار والليل، والاستغناء عن كل ما يؤثر سلباً على النوم، أو على الأقل الحد منه".

وأشارت رانسياك إلى أن "النوم ليس ترفاً، بل إن توازنه مسألة حساسة جداً واهتزاز الجسم له يتسبب بآثار ضارة". وفي حديث إلى وكالة "فرانس برس"، قال كبير الأطباء في معهد البحوث الطبية الحيوية للقوات المسلحة الفرنسية فايبان سوفييه إن الآثار الرئيسية لنقص النوم على المدى القصير هي "إدراكية"، أي "النعاس والتعب وخطر التعرض لإصابة في العمل أو لحادث سير، وفقدان الصبر".

وأما على المدى البعيد، فيؤدي نقص النوم المتكرر والمطول إلى "دين" ضار، ليس فقط للفئات الهشة كبار السن والأطفال والمصابين بأمراض مزمنة. وحذر عالم الأعصاب من أن "قلة النوم تؤثر على عملية الأيض لدى الفرد، ويعرضه لزيادة الوزن أو للإصابة بمرض السكري أو أمراض القلب والأوعية الدموية أو أمراض التنكس العصبي كالزهايمر". ويتسبب "دين" النوم أيضاً في خفض مقاومة التوتّر وزيادة خطر الانتكاس أو الإصابة باضطراب نفسي.

«القمر الأزرق».. العالم يتربح مشهداً نادراً في هذا التاريخ

ستضاء السماء، هذا الأسبوع وفي جميع أنحاء العالم، بـ "القمر الأزرق"، في مشهد نادر لن يتكرر سوى مرة واحدة في عام 2023. وقالت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية إن القمر العملاق الثالث لهذا العام سيظهر يوم 30 أغسطس في تمام الساعة 9:36 مساء بتوقيت شرق الولايات المتحدة، أي في حدود الساعة 02:35 بتوقيت غرينتش (في الساعات الأولى من يوم 31 أغسطس). وعلى الرغم من اسمه، لكن القمر الأزرق لا يحمل أي لون مختلف، حيث سيحتفظ بظله الرمادي المعتاد، لكنه قد يبدو أكبر بنسبة تصل إلى 14 في المئة وأكثر سطوعاً بنسبة 30 في المئة من المعتاد. بشكل عام، يحدث القمر الأزرق (بلو مون) كل سنتين أو 3 سنوات. وكان آخر ظهور له في أغسطس 2021. وفي حالات نادرة، يمكن أن يتكرر مرتين في السنة الواحدة، مثل 2018. وينصح الخبراء بإطفاء الأنوار في المنزل لتحسين الرؤية، مشيرين إلى أن الأمر يعتمد إلى حد كبير على الطقس والتلوث. القمر العملاق هو حدث قمري نادر ومثير للإعجاب، لن تلمحه سوى بضعة مرات في السنة. عندما يحدث ذلك، تمتلئ السماء بقمر مشرق وكبير، من شأنه أن يبهير أي شخص يحقن به.

تعرف على فوائد اليوغا في علاج الربو

تبين أن الدمج بين تمارين اليوغا والتدريبات الهوائية وتمارين التنفس يمكن أن يحسن من وظيفة الرئة لدى مرضى الربو. ووضح الخبراء الألمان استناداً إلى دراسة حديثة تم إجراؤها مؤخراً في الصين، بدمج تقنيات التنفس والاسترخاء مع اليوغا والتدريبات الهوائية لتعزيز وظائف الرئة والحجاب الحاجز. وتعرف تقنيات التنفس المخصصة لمنطقة الحجاب الحاجز بالتنفس البطني، حيث تتحرك البطن بدلاً من الصدر مع كل نفس، يؤدي إلى نوبة ربو تهدد الحياة.

بحسب ما أفادت به مجلة "هيلبراكسيسنت"، وتجدر الإشارة إلى أن الربو حالة مرضية تضيق فيها الشعب الهوائية وتنتفخ، وقد ينتج عنها مخاط إضافي، وهو ما يجعل التنفس صعباً ويؤدي إلى السعال، وظهور صوت صفير "زيز الصدر" عند الزفير وضيق النفس. وبالنسبة لبعض الأشخاص، يعتبر الربو مصدر إزعاج بسيطاً، وبالنسبة للآخرين، قد يصبح الربو مشكلة كبيرة تعيق الأنشطة اليومية، وقد يؤدي إلى نوبة ربو تهدد الحياة.



ليلة الدموع تعود ترند بسبب مقطع مؤثر لأحد العازفين

عادت أصداة حفل "ليلة الدموع" الفنية التي جرت بالسعودية إلى قوائم الأكثر تداولاً على منصات التواصل، مع انتشار مقطع فيديو قصير يظهر أحد العازفين الذي توقف عن العزف بسبب تأثره الشديد. وكانت مدينة جدة بالسعودية احتضنت ليل الخميس الماضي حفلاً غنائياً هو عبارة عن أداء أغنيات حزينة فقط بعنوان "ليلة الدموع"، بمشاركة 8 مطربين بقيادة المايسترو هاني فرحات. وأظهر مقطع فيديو تم تداوله بشدة خلال الساعات الماضية أحد العازفين، متوقفاً عن العزف على آلة القانون ومتأسراً بشدة، خلال أغنية "على بالي" للمطرب اللبناني آدم. وعلى الرغم من أن الفنان آدم لم ينتبه لهذا الموقف، إلا أنه سمع في خلفية الفيديو صوتاً أنشويًا يقول: "آدم شوف عم بيكي.. بيكيته.. أنت مجرم". واكتفى آدم عبر منصات التواصل بإعادة مشاركة المقطع الفيديوي المنتشر، دون إضافة أي تعليق.



تحت رعاية حمدان بن زايد

انطلاق فعاليات الدورة العشرين من معرض أبوظبي للصيد يوم السبت القادم

• مشاركة أكثر من 1200 شركة وعلامة تجارية من 65 دولة على مساحة 65 ألف م²

• ماجد علي المنصوري: أكثر من 200 نشاط وفعالية تراثية بانتظار زوار الحدث

والفنية الحية. وتنتظر جمهور المعرض أنشطة ومسابقات مبتكرة وعروض تراثية ورياضية مباشرة تستقطب الجميع، وتُوفّر للعائلة المزيد من المرح وفرص التعلم.

وكشفت أنه بالتعاون مع انطلاق الدورة العشرين للمعرض، ستقدّم ساحة العروض عرضاً حصرياً يعكس تاريخ المعرض على مدار السنوات الماضية، بالإضافة إلى أجمل العروض الموسيقية والرياضية التراثية الشيقية. كما سيشهد الحدث العديد من الأنشطة التي تعكس ركائز التراث العريق التي يُسلط المعرض الضوء عليها.

ومن المتوقع أن يُرحّب المعرض بنحو 150 مُحدثاً يُقدّمون تقنياتهم ومهاراتهم وعرض رؤاهم وخبراتهم المهنية عبر ورش عمل وندوات تعليمية تُشكّل مصدراً للمعرفة وسُبل تحقيق نجاح الأعمال وتطويرها.

وكشف مدير المعرض عن الأنشطة وفعاليات كثيرة سوف تحتضنها منصة الاستدامة، منصة مغامرات الهواء الطلق، منصة الفنون والحرف اليدوية، ومنصة تواصل مع الطبيعة والحياة، ومنصة الصيد، ومُستلزمات الرحمة على المنصوري مدير مديرية الأسلحة والمتفجرات بالإنابة في وزارة الداخلية، رداً على أحد الأسئلة، إن إجراءات اقتناء وبيع أسلحة الصيد على مدى أيام المعرض واضحة، فوزارة الداخلية استحدثت برنامجاً إلكترونياً وتطبيقاً ذكياً لشراء أسلحة الصيد، وتم إعداد منصة متكاملة في المعرض لتسهيل كافة الإجراءات البيع والشراء بما في ذلك استلام الأسلحة، فالمنشتر لم يعد بحاجة لمراجعة أي جهة أخرى.

محمد بن زايد للمحافظة على الطيور الجارحة، الاتحاد العالمي للصفارة والمحافظة على الطيور الجارحة، المؤسسة الأوروبية للصفارة والمحافظة على الطبيعة، اتحاد الإمارات للفروسية والسباق، معرض دبي الدولي للخيل، ومعرض The Game Fair في فرنسا، ومعرض JAGD & HUND بألمانيا، وغرف التجارة الأميركية في الإمارات. وشركاء تعزيز تجربة الزوار مدرسة محمد بن زايد للصفارة وقراسة الصحراء، ومركز السلوكي العربي بأبوظبي، اتحاد الإمارات للفوس والسهم، أكاديمية البوصيرة للفنون الجميلة، المجموعة العلمية المتقدمة، أكاديمية بوذيب، مؤسسة "إينيكس-جودكو"، نادي طيخان للفروسية، ومدرسة فرسان عُمان لتدريب الفروسية.

قال مدير المعرض السيد عمر أحمد إن معرض أبوظبي للصيد يُمثل فرصة لاكتشاف وتجربة ما سوف يُقدّمه المئات من المعارضين المحليين والدوليين من أحدث الابتكارات والمنتجات لأشهر العلامات التجارية العالمية، واقتناء كل جديد في عالم الصفارة والحرف اليدوية، وأسلحة الصيد والرماية، ومُستلزمات الفروسية ورحلات التخيم والسفاري ورياضات الهواء الطلق، وبأسعار تُناسب الجميع، وذلك في 11 قطعاً، حيث يحرض المعارضون على تقديم حوسومات خاصة بمناسبة المعرض.

كما أنه بانتظار زوار الحدث فعاليات شيقية يعيشون من خلالها لحظات مميزة عبر التمتع بمشاهدة الاستعراضات المباشرة والنادرة للفقار والكلاب والخيول والإبل في إحدى أكثر القاعات جذباً للجمهور، وهي ساحة العروض الكبرى، فضلاً عن مواكبة العروض الموسيقية

ممارسة الرياضات الأصلية والصيدية للبيئة بنحو مُستدام. وكشف المنصوري خلال إجاباته عن أسئلة الحضور أنه وبعد النجاح الكبير لمزاد الصقور المكاثرة في الأسر في الدورة الماضية يستعد نادي صفاري الإمارات لإطلاق نسخة مميزة ومتطورة من المزاد الذي يتزامن هذا العام مع بدء الاستعداد لوسم القناص الجديد 2023-2024 وكذلك لطولات ومسابقات الصيد بالصقور، مشيراً إلى أن دولة الإمارات تصدر دول العالم كافة في مجال إكثار الصقور في الأسر، ولديها قوانين وأنظمة وتشريعات تحمي تراث الصفارة وتدعم القائمين على تربية الصقور.

تقام الدورة العشرين من المعرض تحت شعار "استدامة وتراث... بروج متجددة" برعاية رسمية من هيئة البيئة - أبوظبي، الصندوق الدولي للحفاظ على الحبارى، مركز أبوظبي الوطني للمعارض حيث يُقام الحدث، الراعي الذهبي شركة SCHIWI الألمانية، راعي القطاع "كراكال"، وهيئة تطوير محمية الإمام تركي بن عبدالله الملكية، شريك صناعة السيارات ARB الإمارات، الشريك المصري بنك أبوظبي التجاري، وشريك الأنشطة منتج الفرسان الرياضي الدولي، راعي منصة العروض "سمارت ديزاين"، والخيمة الملكية راعي الفعاليات.

ويشارك في تقديم الدعم للدورة القادمة، كل من وزارة الداخلية، شرطة أبوظبي، لجنة إدارة المهرجانات والبرامج الثقافية والتراثية، نادي تراث الإمارات، جمعية الإمارات للخيول العربية، غرفة أبوظبي، وغرفة التجارة البريطانية بأبوظبي. وشركاء الصناعة كل من صندوق

المعرض مؤتمر "دور وسائل الإعلام في صون الصفارة والتراث الثقافي غير المادي، وتعتبر الميزات الفريدة من نوعها التي يُنظّمها المعرض فرصة ثمينة للتعرف عن قرب على بعض من أهم ركائز التراث الإماراتي والعربي والتقاليد الأصلية، حيث يُقام هذا العام أول مزاد لسكاكين الصيد، وكذلك أول مزاد هجن في تاريخ المعرض، بالإضافة إلى مزاد الهجن العربية، ومزاد الصقور المكاثرة في الأسر الذي حقق نجاحاً غير مسبق في الدورة الأخيرة.

وفي ختام كلمته، أعرب معالي ماجد علي المنصوري عن التقدير والاعتزاز الكبير بالزوار والجميع لجميع الرعاة والداعمين والشركاء للحدث، والذين وصل عددهم هذا العام إلى 100 جهة رسمية ومؤسسة وشركة ووسيلة إعلامية، في دلالة واضحة على نجاح (أبوظبي 2023) في استقطاب الجهود المجتمعية والخاصة وتعزيز مشاركة المؤسسات الحكومية والرسمية ومُساهماتها في صون التراث وإبرازه عالمياً.

كما توجّه باسم اللجنة العليا المنظمة وإدارة المعرض بخالص الشكر والتقدير لجميع ممثلي وسائل الإعلام لمُساهماتهم الدائمة في إبراز فعاليات الحدث، ولدوره المميز جداً على الدوام في تسليط الضوء على هذه الظاهرة الفنية بقطاعاتها وفعاليتها، موجهاً الدعوة لهم وعلالتهم لزيارة المعرض. ويُتيح المعرض للزوار فرصة التعرف على ثقافة الإمارات وموروثها الأصيل من خلال الأنشطة المتنوعة والمبتكرة التي يُقدّمها، والتي تعمل على رفع الوعي بأهمية الحفاظ على البيئة والحياة البرية، إضافة إلى تشجيعهم على

وذلك بالإضافة إلى مشاركة ما يزيد عن 400 عرض من دولة الإمارات في دلالة واضحة على تأسيس ونمو قطاع خاص وطني فاعل ينهض بصناعة قطاعات المعرض المتنوعة.

شارك في المؤتمر الصحفي كذلك كل من السيد عمر فؤاد أحمد عضو اللجنة العليا المنظمة مدير معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية ومدير المشاريع في نادي صفاري الإمارات، سعادة العميد سالم حمود البلوشي مدير إدارة الأسلحة والمتفجرات في القيادة العامة لشرطة أبوظبي عضو اللجنة العليا المنظمة، وسعادة العقيد عبد الرحمن علي المنصوري، مدير مديرية الأسلحة والمتفجرات بالإنابة في وزارة الداخلية، عضو اللجنة العليا المنظمة.

وذكر معاليه أن شيمة المعرض لهذا العام "استدامة وتراث... بروج مُتجددة" تمثّل ترجمة لرؤى سمو راعي الحدث واستراتيجية دولة الإمارات في تعزيز مفهوم الاستدامة وصون التراث بروح يملؤها التجذد والابتكار، حيث يُعزز المعرض جهوده لإنجاز ذلك من خلال الخطط طويلة المدى التي يتبنّاها. وكشف أنه، ومع انطلاق الحدث سوف يشهد زوار هذا العام أكثر من 200 نشاط وفعالية ستقام في أروقة المعرض. كذلك أعلن معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية عن المزيد من المسابقات التراثية والفنية والثقافية المتخصصة في دورته الجديدة، وتمّ رصد 64 جائزة لها.

وبالتعاون مع الاتحاد العالمي للصفارة والمحافظة على الطيور الجارحة، يُنظّم نادي صفاري الإمارات مؤتمر "استدامة الصفارة... مواجهة تحديات القرن الحادي والعشرين". كما ويُنظّم

•• أبوظبي- الفجر

تحت رعاية سمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان، ممثل الحاكم في منطقة الظفرة، رئيس نادي صفاري الإمارات، تنطلق صباح يوم السبت القادم فعاليات الدورة الـ20 من المعرض الدولي للصيد والفروسية (أبوظبي 2023)، بمشاركة ما يزيد عن 1200 شركة وعلامة تجارية من 65 دولة، بتنظيم من نادي صفاري الإمارات، وذلك خلال الفترة من 2 ولغاية 8 سبتمبر.

وتوجّه معالي ماجد علي المنصوري رئيس اللجنة العليا المنظمة للمعرض الأمين العام لنادي صفاري الإمارات، بخالص الشكر والتقدير لصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله، وسمو الشيخ حمدان بن زايد آل نهيان ممثل الحاكم في منطقة الظفرة رئيس نادي صفاري الإمارات راعي المعرض، لتوجيهات سموهما الكريمة والدعم اللامحدود للمعرض، ولكافة الجهود المحلية التي تُسهم في حماية التراث الإماراتي.

وقال معاليه في كلمة له خلال المؤتمر الصحفي الذي عُقد أمس الأول بأبوظبي للإعلان عن فعاليات الحدث، إن معرض أبوظبي الدولي للصيد والفروسية حقق نجاحاً نوعياً في دورته الجديدة مع مشاركة ما يزيد عن 1200 عارض وعلامة تجارية من 65 دولة على مساحة نحو 65 ألف متر مربع، وبذلك فقد تضاعف عدد المعارض منذ الدورة الأولى 25 مرة، وتوسّعت مساحة المعرض 12 ضعفاً، كما وزادت أعداد الزوار بنحو 4 مرات، لتجاوز عددهم أكثر من 120 ألف زائر من 125 جنسية في الدورة الماضية.

تحت عنوان «طريقك إلى النجاح»

جامعة الإمارات تنظم معرض التوظيف بمشاركة 40 جهة حكومية وخاصة

•• العين- الفجر

تنظم جامعة الإمارات العربية المتحدة، خلال الفترة من 30 - 31 أغسطس 2023 الحالي معرض التوظيف، بمشاركة 40 جهة حكومية وخاصة، تحت شعار "التوظيف طريقك إلى النجاح" وذلك في القاعة الكبرى بالمبنى الهلالي، بهدف دعم الطلبة والخريجين وتعريفهم بمتطلبات سوق العمل والفرص الوظيفية والتدريبية المتاحة لهم. وأشارت اليازية الظاهري، مديرة مركز التوظيف وشؤون الخريجين، إلى أن الهدف من المعرض هو توفير منصة للطلبة والخريجين للتواصل مع أصحاب العمل من مختلف القطاعات، واستكشاف آفاق واسعة من فرص العمل والتدريب الداخلي وبرامج تدريب الخريجين التي تقدمها الشركات والمؤسسات المعنية، مما يسمح لهم باكتساب نظرة أوسع حول معطيات سوق العمل، وبناء شبكات مهنية، وتعزيز آفاق حياتهم المستقبلية.

وأضافت "سيتم تنظيم مجموعة من الورش التحضيرية التي تسبق المعرض، وتهدف إلى تعريف الطلبة بالمقابلات الوظيفية وتدريبهم عليها، علاوة على مراجعة السير الذاتية مع المختصين، وأصحاب الاختصاص من الموارد البشرية." مشيرة بأنه ستقام على هامش فعاليات المعرض أيضاً عدد من الورش المهنية بالتعاون مع مجلس تنافسية الكوادر الإماراتية - نافس وأندونك وغرفة أبو ظبي، بالإضافة إلى استعراض قصص نجاح في القطاع الخاص.

كما وسيتم خلال المعرض إطلاق منصة توظيف جامعة الإمارات - مستكشف الوظائف - حيث تعتبر هذه المنصة الرقمية رابطاً قوياً يجمع بين الشباب وأصحاب العمل الباحثين عن المواهب الناشئة من جامعة الإمارات. وتمكين أصحاب العمل من الإعلان عن الشواغر الوظيفية أو التدريبية والبحث عن السير الذاتية وإجراء مقابلات وظيفية مع أصحاب المواهب المرشحة للتوظيف.



•• دبي- الفجر

استضافت "أودي - النابودة للسيارات" حفلاً حصرياً في صالة المعرض احتفاءً بيوم المرأة الإماراتية لتسليط الضوء على الإنجازات للنساء الإماراتيات الرائدات. جمعت هذه المناسبة عدداً من الضيوف المميزين والشخصيات البارزة من المجتمع الإماراتي والذين حضروا لتسليط الضوء على إنجازات المرأة الإماراتية.

افتتحت الحفل الشاعرة الإماراتية حمدة المهيري، والتي ألقت كلمات تماشياً مع موضوع يوم المرأة الإماراتية لهذا العام بعنوان "تعاون من أجل الغد"، ركزت كلماتها على الرحلة الاستثنائية للمرأة الإماراتية وإسهاماتها للمجتمع كما تطرقت قصيدتها إلى أهمية العمل معاً لإيجاد حلول مبتكرة لتحديات الغد.

•• دبي- الفجر

دُعي الحضور أيضاً للاستماع إلى جلسة حوارية مع رائدة الأعمال الإماراتية العنود الهاشمي بإدارة الإعلامية الإماراتية عزة المفيري، حيث شاركت الهاشمي حكايات شخصية من رحلتها الخاصة عن أمثلة من

•• الشارقة- الفجر

الشارقة كجهة إقليمية ودولية رائدة للمعارض والمؤتمرات.

وتتضمن أبرز المعارض والأحداث التي ستطلق أولى فعالياتاتها في سبتمبر القادم وتختتم آخرها في الأول من يناير 2024، النسخة الـ52 من معرض "الشرق الأوسط للشارقة والمركز التابعة له في كل من خورفكان والذيد، حيث تضم أجندة الضعاليات 18 معرضاً اقتصادياً وتجارياً وثقافياً، بزيادة 63% عن نفس الفترة من العام الماضي، والتي بلغت 11 معرضاً وفعالية، ومن المتوقع أن تشهد الفعاليات مشاركة واسعة من كبرى الشركات وستستقطب أعداداً كبيرة من المعارضين والزوار من مختلف دول العالم، بما يرسخ مكانة إمارة

تضمّن أعمالاً فنية

«نساء الغد، اليوم» احتفالية بمناسبة يوم المرأة الإماراتية

خلال إنجازاتهن المتنوعة والفريدة. لقد ألهمت تلك النساء الرائدات تغييرات في الاستدامة والابتكار، وهي قيم أساسية تسعى لتحقيقها في "أودي - النابودة للسيارات". عُرضت أعمال الفنانة الإماراتية ضحى الحلامي بينما استمتع الحضور بوجبة فطور، حيث ابتكرت تصميماً حصرياً تكريمياً لهذه المناسبة. زين تصميمها غطاء محرك سيارة أودي من طراز E-Tron GT. إذ شكّل هذا التصميم رابطاً بين صفات السيارة المميزة التي ترمز إلى الابتكار والتقدم ورسالة الحفل الأساسية المتمثلة في التقدم المستقبلي. كما استقبل الضيوف على أُنحان آلة العود المتناغمة لعازفة العود الإماراتية شمسة الجسمي، وإضافة إلى ذلك دُعي جميع الحضور لاستكشاف مجموعة متنوعة من تصاميم الحناء والتي صممتها الدكتورة الفنانة



للسيارات: "لقد أسعدنا استضافة مجموعة من نساء الإماراتيات ابدين في مجالات عدة ومختلفة في صالتنا للعرض بمناسبة يوم المرأة الإماراتية، إذ كان لكل واحدة منهن تأثير كبير على المجتمع من

سيرتها مدجت فيها ما بين الابتكار وريادة الأعمال في حياتها الخاصة، كما أكدت على أهمية تمكين الجيل الصاعد من رائدات الأعمال. ويهذه المناسبة قال ك. راجارام، الرئيس التنفيذي لـ "شركة النابودة

مسيرتها مدجت فيها ما بين الابتكار وريادة الأعمال في حياتها الخاصة، كما أكدت على أهمية تمكين الجيل الصاعد من رائدات الأعمال. ويهذه المناسبة قال ك. راجارام، الرئيس التنفيذي لـ "شركة النابودة

5 معارض نوعية متخصصة تنظم للمرة الأولى في إمارة الشارقة

بزيادة 63%... إكسبو الشارقة يستعد لاستضافة 18 معرضاً خلال الربع الأخير من عام 2023

بمنجزات الإمارة في شتى ميادين التنمية والحياة بشكل عام. من جهته أشار سعادة سيف محمد الدعب، الرئيس التنفيذي لمركز إكسبو الشارقة إلى أن عام 2023 كان حافلاً بالنسبة لقطاع المعارض والمؤتمرات في إمارة الشارقة حيث حقق نمواً غير مسبق وعزز مكانة إمارة الشارقة كوجهة عالمية لقطاع المعارض وسياحة الأعمال، ولاسيما في ظل زخم الفعاليات التي شهدتها إكسبو الشارقة والذي أصبح منصة إقليمية رائدة لتنظيم واستضافة كبرى المعارض، مؤكداً حرص المركز على مواصلة هذا الزخم وتحقيق التنوع والشمولية في أجندة فعالياته خلال الربع الأخير من العام الجاري.



وصناعة الشارقة، رئيس مجلس إدارة مركز إكسبو الشارقة أن تعزيز قطاع المعارض يعتبر جزءاً أساسياً من خطط التنمية الاقتصادية المستدامة لإمارة الشارقة، انطلاقاً من التوجيهات الحكومية لصاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة والنهج التنموي لحكومة إمارة الشارقة، التي استشرفت أهمية هذه الصناعة ودعمتها كواحدة من أهم القطاعات الجاذبة والمساندة للاستثمارات الصناعية والتجارية والمحفزة لقطاع السياحة والضيافة، مؤكداً أن النمو المستدام الذي يشهده قطاع المعارض في إمارة الشارقة يعكس وتنشيط الحركة السياحية وتنوع مصادر الدخل وكذلك التعريف

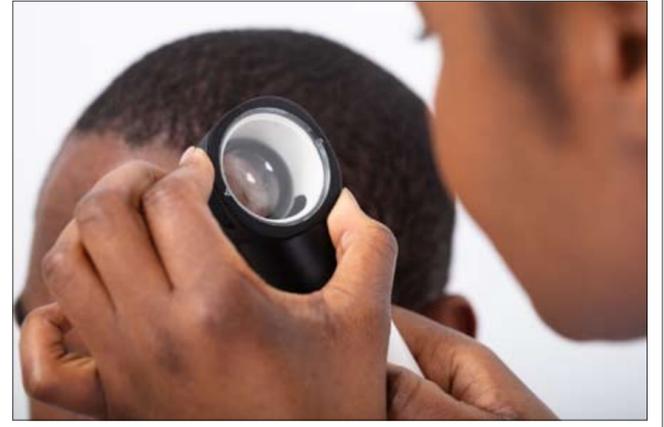


خلال الفترة من 6 إلى 14 أكتوبر 2023، والمعرض التجاري المزمع تنظيمه خلال الفترة من 21 إلى 22 نوفمبر 2023، وأكد سعادة عبد الله سلطان العويس، رئيس مجلس إدارة غرفة تجارة

منوعات العقل

23

غالبًا ما يمكن الخلط بين الأعراض ومشاكل فروة الرأس الشائعة مثل قشرة الرأس والصدفية. ويتوخى الكثير منا الحذر عندما يتعلق الأمر بحماية بشرتنا من أشعة الشمس. ومع ذلك، هناك بقعة واحدة من الجلد يمكن نسيانها، ما يجعلها عرضة للتلف.



8 علامات تحذيرية غير معروفة على فروة الرأس من مرض مميت!



حيث أحد الأطباء الناس على أن يكونوا على دراية بعلامات الإصابة بسرطان فروة الرأس - وهو نوع أقل شهرة من سرطان الجلد. وفي حديثه إلى "ديفون لايف"، أوضح الدكتور تشون تانغ - المدير الطبي في مركز Pall Mall؛ يشير سرطان فروة الرأس، المعروف أيضا باسم الورم الخبيث الجلدي في فروة الرأس، إلى نمو سرطاني يحدث في فروة وقد يكون من الصعب اكتشافه مبكرا، حيث أن فروة الرأس عادة ما تكون مغطاة بالشعر، ما يجعل من الصعب تحديد التغييرات في الجلد. فروة الرأس هي منطقة غالبا ما تتعرض لأشعة الشمس الشديدة، خاصة أثناء العطلات على الشاطئ، وهذا يجعلها عرضة للأشعة فوق البنفسجية الضارة. ونتيجة لذلك، قد يصاب الناس بسرطان فروة الرأس دون علمهم، حيث يمكن أن تحاكي الأعراض الأحداث اليومية المعتادة، مثل فروة الرأس المتهيجة". وقال الدكتور تانغ إن علامات وأعراض سرطان فروة الرأس ستختلف حسب نوع السرطان الموجود. لكنه شارك ثماني علامات تحذير محتملة للمرض للبحث عنها.

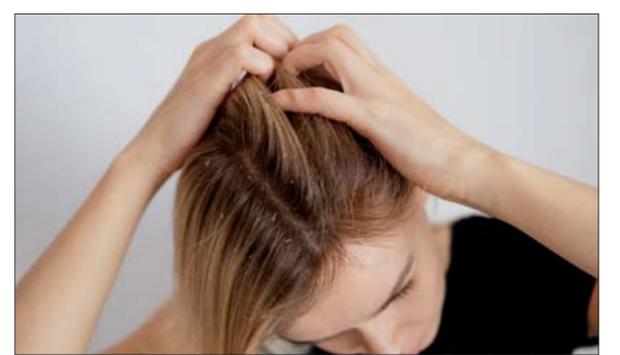
القرحة المستمرة أو القرحة غير القابلة للشفاء
قد يشير وجود قرحة في فروة الرأس لا تلتئم

نزيف
يجب فحص النزيف غير المبرر من فروة الرأس أو المنطقة المتقرحة.

التغيرات في نمط نمو الشعر
إذا واجهت تغيرات ملحوظة في نمط نمو الشعر على فروة الرأس، مثل ترقق أو تساقط الشعر في منطقة موضعية، فيجب عليك طلب المشورة.

حكة أو إيلام
يمكن أن تشير الحكة أو الألم المستمر في منطقة معينة من فروة الرأس والتي لا تتحسن بالرعاية المنتظمة.

تضخم الغدد الليمفاوية
يمكن أن تكون الغدد الليمفاوية المنتفخة على الرقبة أو حول منطقة فروة الرأس علامة على انتشار السرطان. وأضاف الدكتور تانغ: "من فضلك تذكر، من المهم ملاحظة أن هذه الأعراض يمكن أن تكون ناجمة عن حالات أخرى في فروة الرأس. ولكن إذا كانت لديك أي مخاوف بشأن صحة فروة رأسك أو لاحظت أي تغييرات غير عادية، فاستشر دائما أخصائي رعاية صحية مثل طبيبك العام أو استشاري الأمراض الجلدية".



الأطعمة الفائقة المعالجة قد تزيد خطر الوفاة المبكرة!



يمكن أن يؤدي تناول الأطعمة الفائقة المعالجة إلى زيادة خطر وفاة مرضى السكري "بشكل كبير" - حتى ولو اتبعوا نظاما غذائيا صحيا في معظم الأوقات. وتحتوي الأطعمة الفائقة المعالجة (UPF) عادة على مكونات صناعية أكثر من المكونات الطبيعية وهي مصنوعة من مواد مستخلصة من الأطعمة، مثل الدهون والنشويات والسكريات المضافة والدهون المهدرجة.

المخاطر المرتبطة بالأطعمة الفائقة المعالجة التي لوحظت حتى عندما أبلغ المشاركون عن التزام جيد بالنظام الغذائي المتوسطي". وقام الباحثون بتحليل بيانات 1066 مشاركا، تبلغ أعمارهم 65 عاما في المتوسط، تم تخصيص إصابتهم بداء السكري من النوع 2. وراقبوا صحتهم وتناولهم الغذائي على مدار 12 عاما. من خلال الدراسات الاستقصائية. ثم قام الباحثون بعد ذلك بحساب نسبة نظامهم الغذائي المكون من الأطعمة الفائقة المعالجة. وأظهرت النتائج أن 7.4% من الوجبات الغذائية للمشاركين كانت عبارة عن وجبات سريعة في المتوسط. ويوجد لدى أولئك الذين أبلغوا عن استهلاك أعلى المستويات - على الأقل 10% - خطرا متزايدا بنسبة 60% للوفاة لأي سبب، مقارنة بالأشخاص الذين يستهلكون أدنى مستويات هذه المنتجات (حوالي 4%). وارتبط تناول الكثير من الأطعمة الفائقة المعالجة أيضا بزيادة خطر الوفاة بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية بمقدار 2.64 مرة، مثل النوبات القلبية وفشل القلب. وعلى مدار 12 عاما في المتوسط، من بين 306 حالة وفاة مسجلة، كانت

وتشير المعالجة إلى إضافة المكونات الخام أو تغييرها من أجل جعل الطعام آمنا للأكل أو زيادة مدة الصلاحية أو تحسين المذاق. ووجدت دراسة أجريت على أكثر من 1000 شخص في إيطاليا يعانون من مرض السكري من النوع 2 أن أولئك الذين تناولوا UPF لحوالي عُشر نظامهم الغذائي كانوا أكثر عرضة للوفاة مبكرا بنسبة 60% مقارنة بمن يأكلونه أقل. وارتبط تناول الكثير من الأطعمة الفائقة المعالجة أيضا بزيادة خطر الوفاة بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية بمقدار 2.64 مرة، مثل النوبات القلبية وفشل القلب. وقالت معدة الدراسة، الدكتورة ليسييا إياكوفيللو، من مستشفى IRCCS Neuromed: "أحد أكثر النتائج إشارة للاهتمام في هذه الدراسة هي زيادة





•• أبوظبي-الضجر:

أعلن الأرشيف والمكتبة الوطنية عن بدء التحضيرات للنسخة الرابعة من مؤتمر الترجمة الدولي، التي ستعقد تحت شعار "نحو آفاق جديدة: الترجمة وبناء مجتمعات المعرفة"، وستقام بمقره في الفترة من 23-24 أبريل 2024، ويأتي اهتمام الأرشيف والمكتبة الوطنية بالنسخة الجديدة من المؤتمر بناء على ما حققه من نجاح في دوراته الثلاث السابقة، ودعا المهتمين بدراسات الترجمة وفروعها للمشاركة في هذا المؤتمر الدولي المتخصص.

منوعات الفكر

26

استكمالاً لما حققه من نجاح وتميز، وتحت شعار «نحو آفاق جديدة: الترجمة وبناء مجتمعات المعرفة»

الأرشيف والمكتبة الوطنية يعلن عن بدء التحضيرات لمؤتمر الترجمة الدولي الرابع

أدب الرحلات، والترجمة الآلية وإثراء المكتبة العلمية والطبية ما بعد كورونا، ترجمة التراث العربي والإسلامي في أوروبا عشية عصر النهضة، وإشكالية الترجمة الأدبية: ترجمة الأدب الخليجي نموذجاً، و ترجمة الأدب العالمي إلى العربية: جائزة نوبل نموذجاً، وشركات الترجمة والأخلاقيات المهنية، والترجمة لذوي الهمم في عصر الذكاء الاصطناعي، ودور الأرشيف والمكتبة الوطنية في الإمارات في دعم حركة الترجمة المعاصرة.

داخل دولة الإمارات وخارجها المشاركة في النسخة الرابعة من مؤتمر الترجمة، لكي نواصل النجاح والتميز الذي تحقق في الدورات الثلاث السابقة، ولكي يحقق المؤتمر الأهداف المنشودة منه في بناء مجتمعات المعرفة التي تقدم الصورة الحقيقية للمستقبل. وتجدر الإشارة إلى أن مؤتمر الترجمة الدولي في نسخته الرابعة سيناقش أوراق العمل التي تصله في إطار محاوره التالية: ترجمة الأرشيفات القديمة كالبريطاني والبرتغالي والهندي، ودور الترجمة في بناء العاجم، و ترجمة

من علامات مجتمع المعرفة وحيويته وفاعلية مؤسساتها من مقياس تقدم الأمم؛ فإن مشروع ترجمات الذي ينضوي تحت مظلة هذا المؤتمر، بالإضافة إلى ترجمة البحوث والدراسات التي تخص دولة الإمارات العربية المتحدة كفيلاً بأن يجعل الأرشيف والمكتبة الوطنية من منارات الترجمة ومؤسساتها الفاعلة التي تعزز مكانة الترجمة في مجتمع المعرفة بشكله الذي نصبو إليه. وقال: يسعدني أن أدعو جميع المهتمين بدراسات الترجمة وفروعها والمؤسسات التي تعنى بهذا المجال

الأرشيف والمكتبة الوطنية تأتي في إطار الجهود الحثيثة التي تبذلها دولة الإمارات العربية المتحدة لتشجيع حركة الترجمة على المستويين الإقليمي والدولي في ظل مشروع تنموي حضاري متطور يهدف لنقل المعارف وتوطينها والارتقاء بالبحث العلمي في كافة حقول الترجمة وتخصصاتها، وفي سبيل تعزيز حوار الحضارات ونشر ثقافة التسامح بين جميع الشعوب والأمم، وأضاف سعادته: لما كانت الترجمة إحدى آليات تمكين المجتمع في المستقبل، وازدهارها علامة أساسية

وبهذه المناسبة قال سعادة عبد الله ماجد آل علي مدير عام الأرشيف والمكتبة الوطنية: لقد بدأت الاستعدادات لتنظيم النسخة الرابعة من مؤتمر الترجمة الدولي، بعد أن أثبت هذا المؤتمر نجاحه، ورسخ مكانته كأثرى الأوساط الثقافية بمخرجاته: حيث كانت الجلسات الثرية بالعداوين والمواضيع المهمة قد شتد المهتمين والباحثين والأكاديميين والمختصين في حقول الترجمة وفروعها، وصارت كتبه المحكمة مرجعاً في البحوث العلمية الجادة في هذه المجالات، وأكد أن جهود

تريندز ومعهد دراسات أفريقيا والشرق الأوسط بأكاديمية فيتنام للعلوم الاجتماعية يبحثان التعاون البحثي

تأكيد على دور مراكز الفكر والثقافة في تقديم الرؤى ونشر المعرفة وترسيخ قيم التعايش



•• أبوظبي-الضجر:

الرؤى السلمية والتعايش البناء، مشدداً في هذا الصدد على دور مراكز البحث والثقافة بشكل عام في استشراق الأحداث. وتمن البروفيسور لي فوك ميه الجهود البحثية التي يضطلع بها مركز تريندز، كما أشاد بمستوى إصداراته وشمولييتها وتنوعها، منوها بالحضور المتميز للمركز في المحافل العلمية العالمية، إضافة إلى نشاطاته وفعالياته التي تغطي طيفاً واسعاً من المعارف والعلوم.

الآخر بشكل خاص، مؤكداً أهمية التقارب الثقافي بين مختلف الشعوب، وتعزيز الحوار الحضاري، لدوره في إيجاد عالم يرسخ قيم التعايش والتسامح ويدفع بالعلاقات الإنسانية إلى آفاق أرحب. بدوره قدم المدير العام لمعهد دراسات أفريقيا والشرق الأوسط بأكاديمية فيتنام للعلوم الاجتماعية، وأعضاء الوفد نبذة عن طبيعة عمل المعهد الرامية إلى دراسة الأحداث ومد الجسور وتقديم النصح والإجابة على أسئلة الدوائر الرسمية والأكاديمية في فيتنام، ومدتها بالمعلومات والرؤى، كما تطرق إلى تجربته الثقافية في التعاون مع المنطقة ومجالات التعاون مع مراكز البحث والفكر في فيتنام؛ بما يخدم المعرفة والشفافة بشكل عام، ويعزز قيم التسامح والتعايش وفهم

مدير عام المعهد، وحضور عدد من باحثيه ومسؤوليه، على دور المراكز البحثية في دعم الثقافة وإقامة حوار وتقديم محتوى يساهم في النهضة المعرفية والثقافية، ويساعد في قراءة القضايا الراهنة بنظرة علمية وازنة تساهم في إيجاد الحلول ومواجهة التحديات برؤى صائبة.

ويحضور ومشاركة عدد من مسؤولي وباحثي "تريندز" برئاسة الأستاذ عبدالهادي الحمادي رئيس قطاع مكتب الرئيس التنفيذي، رحبت الأستاذة سمة الحضرمي، نائب رئيس قطاع تريندز غلوبال باسم الدكتور محمد عبدالله العلي، الرئيس التنفيذي لمركز تريندز، بالوفد الفييتنامي، وقدمت نبذة مختصرة حول طبيعة العمل البحثي في مركز

أكدت حلقة نقاشية جمعت مسؤولين وباحثين من مركز تريندز للبحوث والاستشارات، ووفد من معهد دراسات أفريقيا والشرق الأوسط بأكاديمية فيتنام للعلوم الاجتماعية، أهمية ودور مراكز الفكر والبحث العلمي والثقافة بشكل عام في ترسيخ قيم التعايش والتسامح وتعزيز الحوار بين الشعوب، إضافة إلى استشراق الأحداث وقراءتها برؤية علمية تساهم في وضع الحلول ومواجهة التحديات برؤى مستنيرة. وتركز النقاش، الذي استضاف فيه "تريندز" بمقره في أبوظبي، الوفد الفييتنامي برئاسة البروفيسور لي فوك ميه



ضمن مشاركته في الدورة الـ 88 من المؤتمر العالمي للمكتبات والمعلومات

بيت الحكمة يمد جسوراً للتبادل المعرفي والثقافي مع كبرى المكتبات العالمية

•• روتردام-الضجر:

العام القادم من "المؤتمر العالمي للمكتبات والمعلومات"، وذلك بعد أن وقع اختيار الاتحاد الدولي لجمعيات ومؤسسات المكتبات على إمارة دبي لتنظيم الحدث خلال الفترة من 19 وحتى 23 أغسطس 2024، لتكون المرة الأولى التي يقام فيها الحدث العالمي بمدينة عربية في منطقة الشرق الأوسط. وفي إطار الاستعداد لذلك، زار وفد من الاتحاد بيت الحكمة في شهر مارس الماضي، وأبدى إعجابهم بالمكتبة وما تحتويه من مرافق ومنشآت متطورة وعصرية ومقتنيات وعناوين متميزة ونادرة في مختلف العلوم والفنون.

أحدث الوسائل التقنية والوسائط الرقمية لخدمة الأعضاء والزوار من جميع أفراد المجتمع. كما التقى وفد بيت الحكمة المشارك في المؤتمر بعدد من كبار المسؤولين والقادة في قطاع المكتبات، من أبرزهم الدكتور عبد الرحمن العاصم، الرئيس التنفيذي لبيئة المكتبات بالمملكة العربية السعودية؛ والسيدة فرانسيسكا بالدي، مديرة المشاريع الدولية في المكتبة الوطنية الفرنسية، حيث تم تبادل الرؤى والأفكار وبحث فرص التعاون والتنسيق فيما يخص التبادل المعرفي والثقافي مع بيت الحكمة. وتساعد دولة الإمارات العربية المتحدة، لاستضافة نسخة

وتضمنت مشاركة بيت الحكمة في هذا الحدث العالمي زيارات عديدة لأجنحة العارضين، وعدد من كبرى المكتبات في هولندا، بالإضافة إلى حضور مجموعة متنوعة من الجلسات والعروض، وعقد لقاءات مع مسؤولين وخبراء من الاتحاد. وقالت مروة العقروبي، المديرية التنفيذية لبيت الحكمة: "إن الهدف من مشاركة بيت الحكمة في المؤتمر العالمي للمكتبات والمعلومات هو ترسيخ دعائم المعرفة في المجتمع المحلي عبر تجربة ثقافات المكتبات الأخرى والتعرف عليها عن قرب، فعالم المكتبات عالم واسع ويتميز بسرعة التغييرات

شارك بيت الحكمة في فعاليات النسخة الـ 88 من "المؤتمر العالمي للمكتبات والمعلومات" الذي ينظمه الاتحاد الدولي لجمعيات ومؤسسات المكتبات (IFLA) في مدينة روتردام بهولندا خلال الفترة من 21 إلى 25 أغسطس، وذلك بهدف التفاعل مع أفضل التجارب العالمية في بناء مجتمعات المعرفة وتوسيع قاعدة الفضاءات الثقافية التي تلائم جميع فئات المجتمع، إلى جانب تبادل الخبرات والأراء مع مسؤولين وخبراء من الدول المشاركة.



منوعات

الفكر

27

تحرص الفنانة نادين صعب على أن تطلّ بشكل منتظم عبر تطبيق (تيك توك) حتى أنها خصصت استديو خاصاً في بيتها من أجل إطلاقاتها المباشرة والتي هناك إجماع على أنها تدرّ الكثير من الأموال والتي يمكن أن تتعدى آلاف الدولارات.

ويبدو أن نادين، كما تقول مرتاحة كثيراً بهذا التطبيق الذي تجده الأفضل حالياً وخصوصاً أنه زاد من شعبيتها وجماهيرتها ونجوميتها.

من خلال (تيك توك) أصبحت أكثر شهرة وقرباً من الناس

نادين صعب: السوشيال ميديا اليوم مهمة جداً بالنسبة للفنان

واللبنانيون يعيشون حياة طبيعية. الأزمة تطلّ فنة قليلة من الناس وليس كلهم وأعتقد القسم الأكبر من اللبنانيين لا يعانون أزمة مادية، ولبنان يقوم عليهم. ولو أنه توجد حقاً أزمة لما كان خرج الناس إلى السهر يومياً ولا دخلوا المطاعم لتناول العشاء يومياً.

يقال إن نفس الأشخاص هم الذين يرتادون المطاعم؟

أظن أن القسم الأكبر من اللبنانيين يمكنهم مالا وفيها ونسبة قليلة باقية لا تملك شيئاً، ولكن هذه النسبة لا تؤثر على الوضع العام، فالحياة مستمرة في لبنان.

لا يمكن المال، ولا من أين يأتي بالمال من يحضرون هذه الحفلات.

يقال إنها أموال المغتربين الذين جاؤوا إلى لبنان خلال الصيف؟

وهل كل الذين حضروا حفل تامر حسني من المغتربين؟ خلال الشهر المقبل سيغادر المغتربون ولكن المطاعم مزدحمة دائماً.

بهم ومن دونهم والحفلات لا تتوقف، فماذا يمكن القول عن هذه الفنة من الناس؟

أنت كيف تفسرين الوضع؟

أعتبر أن لبنان بألف خير ولا توجد فيه أزمة اقتصادية

بإخفاء صوته ولا أرد عليه فيضطر للسكوت لأنه في كثير من الأحيان يمكن أن يدخل البيت المباشر أشخاص مزعجون أو مدسوسون. (تيك توك) شكل محطة انتقالية في حياتي الشخصية والمهنية.

هل صحيح أن المداخل المادية التي يؤمنها تيك توك تفوق مداخل الحفلات؟

لا يمكن النظر إلى الأمور بهذه الطريقة. ومن يتعامل مع تيك توك لا يجب أن يفكر بالمال. أنا أغني على المسرح وأتقاضى أجراً بدل غنائي لأنه المجال الذي أمتنه كأي شخص يتقاضى أجراً مقابل العمل الذي يؤديه. ولكنني لم أدخل (تيك توك) من أجل المال، علماً أن الإطلاقات المباشرة تعود عليّ بدخل مادي معين، وهذا الأمر يرتبط بشطارة الشخص ومحبة الناس له. ولكن في بعض الأحيان لا أكسب المال من خلال الإطلاقات المباشرة ولكنني أكون سعيدة بالتفاعل معي لأن هديتي ليس المال بل محبة الجمهور الذين يدعمني بمحبتهم وتكريمهم لي معنوياً.

ما السبب الذي يجعلك توظفين على الإطلاقات المباشرة وبشكل شبه يومي عبر (تيك توك) حتى أنك دخلت في تحدّ مع بعض الزملاء الفنانين مع أنك فنانة محترفة؟

من المعروف أن السوشيال ميديا اليوم مهمة جداً بالنسبة للفنان. وتطبيق (تيك توك) أهم منبر يمكن أن يطلّ عبره الفنان، وهو (ترند) حالياً. وخلال أزمة كورونا كنت أطلّ ببرنامج مباشر عبر (إنستغرام) وفي شكل أسبوعي لأننا حينها كنا جميعاً محتجزون في بيوتنا وكنا بحاجة لأن نتسلّى وأن نسلى الناس معنا.

بعض الناس يعرفوني من خلال المسرح أو من خلال أعمال الفنانة ولم يكونوا يعرفوني على المستوى الشخصي، إلا المقربون مني كثيراً وخصوصاً الأصدقاء الفنانين وهم يعرفون أنفسهم جيداً. في تطبيق (تيك توك) يوجد من كل شيء: الغناء والتحديات والأحكام. ومع احترامي للجميع لكنني قررت أن أدخل هذا التطبيق من خلال محتوى راق يعرّف الناس على كفاءة وإنسانة أولاً كي أقرب منهم ويتقربوا مني ويعرفوني على حقيقتي، وخصوصاً أن البعض يظن أنني مغرورة، وعندما يتعرفون على شخصياً يكتشفون أنهم كانوا مخطئين في حكمهم عليّ.

ولأنني كنت أرغب بدخول كل بيت عربي قررت أن تكون هذه الخطوة من خلال (تيك توك) وبمساعدة مدير عمالي كثيراً الذين يتابعوني يقاربون الـ 400 ألف شخص، وأكون أحياناً (التوب 1) في الشرق الأوسط.

من خلال (تيك توك) أصبحت أكثر شهرة وقرباً من الناس، لأنني عندما ألق على المسرح وأغني في لبنان أو أي بلد عربي فإنني أتوجه إلى جمهور هذا البلد فقط بينما (تيك توك) أتاج أمامي الفرصة للتوجه إلى كل الناس حول العالم عندما أطلّ عليهم بشكل مباشر. وهناك خاصية معينة عبر التطبيق تتيح لنا الفرصة لمعرفة البلد الذي يتابعنا منه الناس. وأنا إنسانة صريحة وشفافة جداً ومن يزعمني أقوم

ربما لا يناسبهم هذا الأمر ربما هم يشعرون بأنهم لا يرغبون في أن يدخلوا في تحديات عبر تيك توك.

وهل المسألة لها علاقة ب (برستيغ) الفنان؟

لا أعرف. كل فنان يتكلم عن نفسه.

وهل تيك توك يقلل من (برستيغ) الفنان؟

أبداً، أنا فنانة وأطلّ على تيك توك بشكل محترم وكأغني وليس أكثر، وكل هديتي هو التواصل مع الجمهور، والجمهور هو أساسي بالنسبة لأي فنان.

ما رأيك في الجدل الذي رافق حفلي تامر حسني وعمرو دياب في لبنان خصوصاً أن حفل الأول حضره أكثر من 10.000 شخص أما حفل الثاني فقد بيعت تذاكر الـ نصف الأول خلال خمس دقائق عدا عن أن أجره 750 ألف دولار كما قيل في بلد لبنان يعاني أزمة اقتصادية خانقة؟

لا شك أن هناك تناقضاً كبيراً في هذا الموضوع، ولا يمكن لأحد أن يصدق أن لبنان بلد مفلس وأن الناس



(طالع نازل) . . . قيد التحضير في 10 حلقات



وسط تحضيرات استباقية، يقودها المخرج المصري هاني خليفة والشركة المنتجة، ينتظر أن ينطلق قريباً تصوير المسلسل المصري الجديد (طالع نازل)، إذ يتم الآن التعاقد مع بقية نجوم العمل، بعد أن تم الاتفاق على أنه لن ينتظر العرض على الشاشة التلفزيونية لشهر رمضان، بل سيكون عبر منصة إلكترونية، بعد تكرار نجاح التجارب السابقة التي عرضت على المنصات.

(طالع نازل)، هي دراما تتكوّن من 10 حلقات فقط، وتم حتى الآن التعاقد مع الفنانين شريف سلامة ومنى زكي، وهو من تأليف سماء عبدالخالق وإخراج القاسم، وإخراج هاني خليفة.

شيماء نصار سكرتيرة رئيس التحرير في مسرحية "اشهد يا زمان"

تقدم الفنانة شيماء نصار في العرض المسرحي "اشهد يا زمان"، شخصية "مها" وهي سكرتيرة رئيس التحرير ضمن أحداث المسرحية، وتقوم بعمل وطني حيث أنها هي التي توجي رئيس التحرير بفكرة الاهتمام بالفن والقوي الناعمة في السبيل للارتقاء بمصر.

مسرحية "اشهد يا زمان" أشعار الشاعر الكبير مصطفى الضمراني، صياغة درامية الشاعر سراج الدين عبد القادر، ألحان على سعد، ضيف شرف العرض شيخ المداحين مناحي الرسول د. أحمد الكحلوي، وديكور محمد خبازة، مادة فليمية ضياء داود، استعراضات د. عماد سعيد، مدير الإنتاج أمل حبيب، هيئة الاخراج وليد سعد. هاله الصباح. هشام ابراهيم، أحمد الصواف، مخرج منفذ محمود كامل، والمخرج عبدالغني زكي، وبطولة الفنان



الفكر

أخصائي أورام يكشف أولى أعراض سرطان البنكرياس

أعلن البروفيسور ألكسندر سيرياكوف أخصائي الأورام، أن سرطان البنكرياس هو أحد أنواع السرطان التي يصعب علاجها. ويشير البروفيسور في حديث لصحيفة «إزفيستيا»، إلى أن هذا السرطان غالبا ما يشخص في مراحل متأخرة. لأنه يتطور من دون أعراض أو قد تظهر أعراض له غير مميزة، وقد تشير إلى أمراض أخرى. ويقول: «أحد أهم أعراض سرطان البنكرياس الألم الناجم عن نمو الورم عبر النهايات العصبية. واعتمادا على منطقة الألم، يمكن أن يشعر الشخص بالألم في المراق الأيمن والأيسر أو في الجانب الأيسر أعلى البطن. كما يمكن أن يكون حول الخصر، خاصة عند الاستلقاء على الظهر ليلا، وكذلك بعد تناول أطعمة دهنية». ووفقا له، من بين الأعراض الأخرى التي يمكن ان تظهر- تغير لون البشرة وبقاان الأغشية المخاطية والصلبية والحكة الجلدية وفقدان الوزن وانتفاخ البطن. ويشير الطبيب، إلى أن العوامل التي تحفز الإصابة بسرطان البنكرياس هي: نمط الحياة الخامل، الإفراط في التدخين، سوء التغذية (تناول كمية كبيرة من الأطعمة

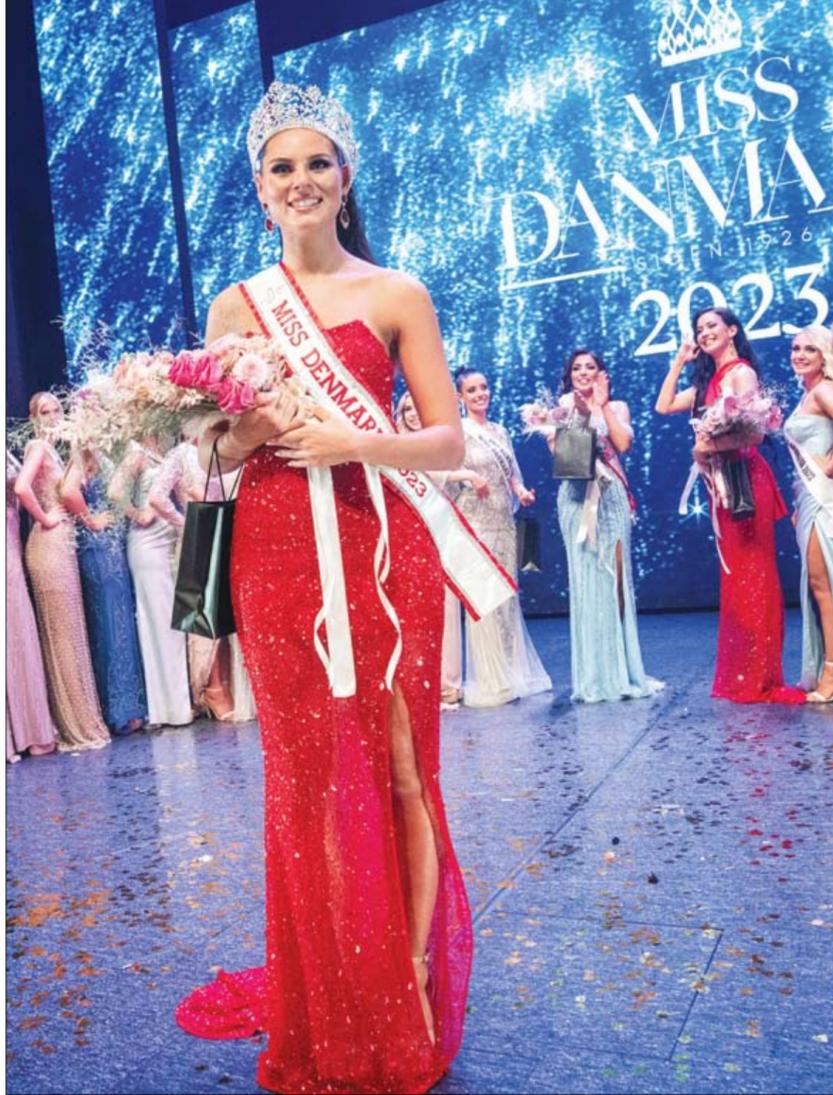


بكتيريا تعيش في الحلق أصبحت سببا رئيسيا لعدوى خطيرة

اكتشف علماء معهد بيتر دوهرتي للعدوى والمناعة ومعهد مينزيس للبحوث الطبية، أن بكتيريا تعيش في الحلق قد تكون سببا رئيسيا لانتقال عدوى خطيرة تسببها الميكروبات العقدية من المجموعة A. وتشير مجلة Lancet Microbe، إلى أنه وفقا لعلماء المعهدين توجد بكتيريا Streptococcus pyogenes (مكورات عقدية) عادة على الجلد وفي الحلق. ويمكن أن تسبب التهاب الحلق والقيء والتهابات مجرى الدم وأمراض القلب الروماتيزمية. وقد درس الباحثون طرق انتقال الميكروبات العقدية من المجموعة A بطرق متنوعة لتطوير استراتيجيات أكثر فعالية للوقاية من الأمراض ومكافحتها. ومن أجل ذلك حلل الباحثون التركيب الجيني لمئات العينات من هذه البكتيريا أخذت من الحلق ومناطق الجلد المصابة بالقوباء من سكان أستراليا الأصليين. واتضح للباحثين أن الطريقة الرئيسية لانتقال العدوى هي عبر حلق الأشخاص الذين لم تظهر عليهم أعراض العدوى عبر الجلد. واستنادا إلى هذا الاكتشاف، سيتمكن الباحثون من ابتكار طرق جديدة لمنع انتشار هذه العدوى، فمثلا يمكن ابتكار لقاح مكافحة هذه البكتيريا في الحلق.

التورم إشارة إلى وجود مشكلات صحية

أعلنت البروفيسورة أوكسانا درابكينا مديرة المركز الوطني للبحوث الطبية للعلاج والطب الوقائي بوزارة الصحة الروسية، أن التورم قد يشير إلى مشكلات صحية خطيرة. وتشير البروفيسورة، إلى أن الكثيرين يعانون في الصيف من التورم بسبب الحر وتناول الأطعمة المالحة والحلوة. كما أن التورم قد تسببه الأحذية الضيقة أو وضع رجل على أخرى عند الجلوس. ووفقا لها، إذا كانت هذه العوامل تؤثر في الجسم بصورة منتظمة، فليست مستبعدة الإصابة بدوالي الساقين. ويمكن الوقاية من هذه المشكلة بإرتداء أحذية ملائمة والتقليل من تناول الأطعمة المالحة والحلوة وشرب كمية كافية من الماء. وتشير الطبيبة، إلى أن الورم قد يشير أيضا إلى أمراض خطيرة، لذلك يجب الإنتباه وعدم تجاهل التورم المتكرر. فمثلا أمراض الكلى تسبب تورم الوجه واليدين والقدمين. كما قد تسبب ألما في الظهر وصعوبة في التنول، وكذلك اصفرار الجلد واحمرار راحة اليدين والقدمين. ووفقا لها، تشير التورمات الكثيفة الملمس التي تظهر في المساء على القدمين والكاحلين والوركين وأسفل البطن إلى مشكلات في القلب. وتشير في منطقة البطن إلى اختلال عملية التمثيل الغذائي. أما تورم الوجه واليدين والقدمين فيشير إلى مشكلات في الغدة الدرقية. كما قد يشير تورم الجلد إلى التهاب المفاصل والحساسية. وتؤكد البروفيسورة أن التورم الذي لا يزول بعد تغير النظام الغذائي والراحة، يشير إلى أعراض لأمراض خطيرة. لذلك يجب مراجعة الطبيب وعدم محاولة معالجة الأمر ذاتيا.



نيكولين أوهرينهولت هانسن عقب تتويجها ملكة جمال الدنمارك 2023 في كوبنهاغن. (ا ف ب)

قرأت لك

عصير الجزر



لا تقتصر فوائد الجزر على تقوية وتعزيز الإبصار؛ ولكنه يحمل العديد من الفوائد الصحية التي تجعله من أهم العناصر الغذائية التي لا غنى عنها، ومن بين فوائده قدرته على خفض الوزن الزائد ولهذا يعتبر مشروباً جيداً لمن يتبع نظاماً للتخسيس. وينصح دكتور محمد حلمي استشاري التغذية العلاجية والسمنة والنحافة بتناول عصير الجزر كجزء من نظام التخسيس قائلا إنه يسهم في رفع معدل الحرق وخفض الوزن.

كما أشار استشاري التغذية إلى الفوائد المتعددة التي يتمتع بها عصير الجزر قائلا إنه مفيد جداً في علاج الأنيميا خاصة لدى الأطفال. وأضاف، أن عصير الجزر عند إضافة الرمان إليه يساعد في زيادة خصوبة الرجال وزيادة الرغبة الجنسية لديهم، كما توفر تركيبة الجزر وقاية وعلاجا لمرض الانسداد الرئوي المزمن. وأشار إلى أن كوب عصير من الجزر يحتوي على 94 سرعة حرارية، و2.24 جرام من البروتين، و0.35 جرام من الدهون، و21.9 جرام من الكربوهيدرات. وبحسب دراسات عديدة، يحمي تناول عصير الجزر بانتظام من 3 أنواع من السرطان تصيب الدم (اللوكيميا)، والمعدة، والثدي.

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 ضلعا في جسم الإنسان العادي؟
- 24 ضلعا
- ما المصطلح الطبي الذي يعني فقدان الذاكرة؟
- أميبيا

هل تعلم؟

- هل تعلم أن اللغة المالطية هي أكثر اللغات تأثرا 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 الحصن في المائة هم الأطباء العرب
- هل تعلم أن - الرأفة - 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 بالقيراط
- 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 ديباجة في العالم كانت موجودة في بريطانيا
- هل تعلم أن أشعة الليزر أقوى من أشعة الشمس بأربع مرات

قصة الهيراث

ابا صالح رجل عجوز عاش حياته يشقى ويتعب حتى أصبح من أغنياء قريته، في أحد الايام جلس في داره ينظر لابنه صالح وهو حزين.. لم يكن لديه غيره لذلك كان يوفّر له كل ما يتمناه ورغم ذلك جاءت الامور على عكس ما تمنى الاب فلم يكن صالح الا فتى مدللا وحيدا لا يأبه بشيء، لا يعمل، ولا يفكر في العمل، لذلك قال ابو صالح لزوجته ام ابنة: عندما اموت لن يعرف صالح قيمة المال بل سيصرفه على هواه وملذاته وسينتهي المال في زمن قليل بعدها ربما تعيشون في فقر وربما لا تجدون ما تعيشون فيه فكيف تصلح حاله؟.. فكرت ام صالح كثيرا ثم قالت اترك الامر لي ربما استطعت ان افعل معه شيئا.. ذهبت الام بطيبتها وحنانها إلى ابنتها وقد احتت رأسها وظهر عليها الحزن وعندما اقترب منها صالح وسألها ماذا بك يا امي.. بكت بحرارة من كل قلبها وبالطبع فهي تبكي لحزنها على ولدها لكنها ادعت ان حزنها سببه لا يهيمه.. فقال بل يهمني كل ما يجري هنا احكي لي ارجوك.. فقالت وتقسمن ان لا تقول لابيك فقال اقسم فقالت الام ان اباك يمر بظروف مالية سيئة جدا 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 اصاب والده وايضا حزن لان والده لا يراه الا فتى مدللا.. فنام ليلا قلقا وفي الصباح كان قد عزم على امر ما، فخرج مبكرا يبحث عن عمل يقوم به ويكسب منه ما يسد احتياجاته واحتياجات ابيه وامه.. وبالفعل مع سعيه الجاد وجد عملا وقيله بل وداوم عليه منذ الصباح إلى المساء وفي نهاية الاسبوع الاول منحه صاحب العمل اجرته فاخذها وهو سعيد ويكاد قلبه ان يقفز فرحا وحمل المال لوالده وكانه يحمل كنزا، وقال له يا ابي هذا المال كسبته من عملي.. فامسك الاب الدنانير واتقى فيها في الوقت فانزعج صالح واسرع وامسك الدنانير وكاد ان يحرق اصابعه وقال ماذا.. انا تعبت في هذا المال لأتقي 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.

مساحة للتلوين

