



منوعات الفكر

22

نادي سيدات الشارقة وفروعه يحتضن مواهب الأطفال الواعدة عبر مخيم «مغامرات الربيع»

أبنائهم والاستفادة من البرامج الابتكارية التي تقدمها.

ويحرص النادي عبر مخيمه في نسخته الجديدة إلى تقديم العديد من الفعاليات والمغامرات الرياضية والتحديات التي من شأنها استكشاف القدرات الداخلية للأطفال والياقات، ليتمكّنوا من الاستمتاع بوقتهم وتعلم مهارات جديدة في آن واحد.

من جهتها أضافت حليمه العويس مدير نادي سيدات الشارقة - فرع الحميرية أن مخيم مغامرات الربيع يهدف إلى تنمية مهارات الأطفال من مجموعة من البرامج المتنوعة ليقدّم مزيجاً من المتعة والتعليم في مرافق النادي وفروعه ليشجّع أولياء الأمور فرصة اختبار واكتشاف ما يلائم رغبات أطفالهم ومهاراتهم وما يشغل وقتهم بكل ما هو مفيد.

ويأتي إطلاق فعاليات المخيم لتلبية لأذواق الأطفال ليدخلوا في أجواء ربيعية ممتعة ومليئة بمستوى مرتفع من الخدمات والأمان سواء بالمرافق المقدمة أو المدرجات من ذات الخبرات المتخصصة لتقديم الورش.



الممتعة التي تتناسب مع ميول كافة الأطفال، والياقين من الاستمتاع بالتجارب المتنوعة حيث تعد الخيميات الوسيلة الأمثل لملا أوقات فراغ الأطفال بتجارب تعليمية ترفيهية ممتعة ومفيدة، لذلك ندعو أولياء الأمور إلى تسجيل

عبارة عن تجسيد للتعاون والتكامل بين فروع النادي حيث يكتشف السعي المتواصل للارتقاء بمستوى الخدمات ولكل ما هو جديد ومبتكر بما يتوافق مع أهداف النادي ورسالته. وأضافت: "تتألف برامجنا من طيف من الأنشطة



والياقات ونستهدف إيجاد جيل رياضي وصحي يتحلى بروح الانضباط والعزيمة والثقة بالنفس، وقادر على العطاء والإبداع في مختلف المجالات الحياتية بعيداً عن الشاشات والأجهزة الرقمية. واعتبرت أن إطلاق المخيم الربيعي

الجليد ويوغا الأطفال وتمارين بيلا تيس والكرة الطائرة والتجديف المائي. من جهتها أضافت علياء الهرمودي، مدير إدارة الأعمال " أن النادي يحرص بشكل دوري على إطلاق برنامج الخيميات التفاعلية للأطفال

• الشارقة - الفجر

أعلن نادي سيدات الشارقة عن تنظيم "مخيم مغامرات الربيع" بمقره الرئيسي وفروعه العشرة في المناطق الشرقية والوسطى، والذي يقام خلال موسم إجازة الربيع خلال الفترة من تاريخ 27 مارس حتى 7 إبريل 2022 من تمام الساعة 9 صباحاً إلى 1 ظهراً.

وتستهدف أنشطة المخيم الربيعي مراحل عمرية مختلفة للفتيات "16-4 سنة" والأولاد "4-8 سنة"، ويتضمن المخيم فعاليات تمتاز بنشاط الصغار وتثري معارفهم، وتنوع الأنشطة بين ورش العمل الإبداعية، والألعاب والرياضة، والأنشطة المسلية والمفيدة، في أجواء تشجعهم على عقد صداقات جديدة، وترسخ فيهم روح الفريق والعمل الجماعي، وتقوي مهاراتهم الاجتماعية. مثل الفنون والحرف وإعادة التدوير وصناعة الفخار وحصص الطهي والعروض السينمائية والأنشطة المتعلقة بالجمال، إلى جانب مسابقات التحدي والعباب المغامرات كالبحث عن الكنز، فضلاً عن السباحة والتنس والتزلج على



تفتتح المسابقة الدولية آفاقاً لامحدودة أمام طلاب المدارس لتعلم التقنيات المتقدمة لبناء وتصنيع الروبوتات القادرة على العمل تحت الماء

الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري فرع الشارقة تستضيف نهائيات المسابقة الإقليمية "سيبيرتش" غرب آسيا

المشاركين في هذه المسابقات اليوم، يمكنهم أن يكونوا رواداً في الهندسة البحرية في المستقبل، وقادة في الابتكار والتطوير لمنتجات نوعية.

وقد جرت المنافسات في المسبح الخاص بالأكاديمية، والمجهز بجميع المرافق اللازمة للتدريب البحري وإجراء المسابقات الدولية، ويعد جزءاً من التجهيزات عالمية المستوى لفرع الشارقة، الذي يضيء في مساحته وتجهيزاته المقر الرئيس للأكاديمية في الإسكندرية، تعبيراً عن دعم دولة الإمارات لقطاع التعليم البحري، إذ تعول عليه الدولة في تأهيل كوادر وطنية محترفة في القطاع البحري، وهو ما حرص عليه صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، على بناء صرح أكاديمي يكون من أهم دعائم بناء الاقتصاد الأزرق الإماراتي، والذراع العلمية في كل ما يتعلق بالبحث والتطوير ورعاية الابتكار.

أس العماني. ويهذه المناسبة قال القيطان الدكتور أحمد يوسف، نائب عميد كلية النقل والبحري والتكنولوجيا لدى الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري في الشارقة: "نحرص دائماً على أن تكون في الأكاديمية جسراً يربط بين التعليم المحلي للطلاب، والإسهامات الدولية، كي نحفزهم على بذل المزيد من الجهد من أجل رفع خبراتهم ومعارفهم الدراسية، وإعطائهم الثقة بإمكاناتهم وقدرتهم في المنافسة على المستويات العالمية، سواء في المراحل الدراسية الأساسية أو الجامعية، وتعد هذه المسابقة الدولية فرصة مثالية لتعليم الطلاب في المراحل الأساسية كيفية التعامل مع التقنيات الحديثة لبناء روبوتات آلية يتم التحكم بها عن بعد، وقادرة على السباحة والعمل تحت الماء، لأن هذه الأجهزة قد بدأت تشهد تطبيقات عديدة حالياً في الصناعة البحرية، وما من شك في أن طلاب المدارس

المنافسة فرق من كل من المملكة العربية السعودية، ودولة الإمارات العربية المتحدة، وعمان وقطر والكويت والبحرين، إضافة إلى العراق وسوريا والأردن ولبنان. وقد فاز فريق "بلو تك" من الكويت بالمرتبة الأولى، تلاه فريق "جولدن تشامبيون" من دولة الإمارات بالمرتبة الثانية، ليأتي كل من فريق "أدفتشر" من دولة الإمارات وفريق مجان من دولة عمان في المرتبة الثالثة.

كما حاز فريق "مدرسة أساس" من سلطنة عمان على جائزة أفضل تصميم، وتم منح جائزة أفضل فريق لديه روح عالية وتعاون فيما بين أعضائه إلى فريق "أدفتشر" من دولة الإمارات، في حين حاز فريق "ماينيتس بيرشيز" الإمارات على جائزة "أفضل روبوت في الدفاعات التكتيكية"، وحصد الفريق الكويتي "بلو تك" على جائزة "أفضل روبوت في المناورات"، وأعطيت جائزة "أفضل عرض تقديمي" لفريق "جي أي

• الشارقة - الفجر

ضمن حرصها على فتح الفرصة أمام الطلاب للمشاركة في الفعاليات والمسابقات الدولية، قامت الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحري فرع الشارقة باستضافة الحفل الختامي لنهائيات المسابقة الإقليمية "سيبيرتش" غرب آسيا، في نسختها الثانية، والذي أقيم يوم الاثنين 28 مارس 2022، بشراكة استراتيجية مع حكومة الشارقة، للإعلان عن الفرق الفائزة بالمراتب الثلاثة الأولى، والتي ستأهل لتمثيل دول غرب آسيا والمشاركة في النهائيات الدولية للمسابقة بجامعة ماريلاند في الولايات المتحدة الأمريكية، في الفترة من 4 إلى 6 يونيو 2022.

ويتم تنظيم هذه المسابقة من قبل "جولباي إنوفيشن إنتربرينيرشيب" بدعم من مؤسسة "أندرووترز روبوتكس للتعليمات"، حيث شارك في

شرطة أبوظبي تعزز وعي عمال «إيكاد» بصحة القلب

• أبوظبي - الفجر

واسهاماتهم في مسيرة التنمية التي تشهدها الدولة. وألقى الدكتور بلال كبير خان اختصاصي أمراض القلب في مستشفى الأهلي بمنطقة مصفح، محاضرة قدم فيها النصائح للحفاظ على صحة وقوة القلب منها: الإقلاع عن التدخين، ممارسة الرياضة يومياً لما لها من دور كبير التخفيف من خطر الإصابة بأمراض قلبية وتحسين المزاج وتخفيف التوتر إلى جانب الحفاظ على وزن صحي، والتخفيف من كمية الدهون المشبعة في المأكولات وغيرها من النصائح. وضمن المبادرة تم إجراء الفحوص الطبية من قبل أطباء اختصاصيين بمستشفى الأهلي بمنطقة مصفح لعمال مدينة "إيكاد".

نفذت مديرية شرطة المناطق الخارجية بشرطة أبوظبي، بالتعاون مع مستشفى الأهلي بمنطقة مصفح، مبادرة توعية بعنوان "أسلوب الحياة لصحة القلب" لنحو 500 عاملاً في مدينة "إيكاد" العمالية. وأكد المقدم يوسف محمد الميري مدير مركز شرطة مصفح أهمية التعاون مع الشركاء في توعية ونشر المعرفة بين كافة شرائح المجتمع، مشيراً إلى اهتمام شرطة أبوظبي بصفة العمال وتوعيتهم بمختلف الموضوعات وخصوصاً الصحية لتعزيز سلامتهم ووقايتهم من مختلف الأمراض، تقديراً لجهودهم



تتمكين التنمية الزراعية المستدامة وتطوير ومراقبة منظومة غذاء متكاملة

الزراعة والسلامة الغذائية تطلق مشروع منصة رقمية متكاملة لبيانات الأمن الغذائي والزراعة في إمارة أبوظبي

• أبوظبي - الفجر

عن القطاع. ستقوم المنصة بجمع ورصد كافة البيانات المتصلة بالزراعة والغذاء والأمن الغذائي مثل بيانات الإنتاج الزراعي المحلي بشقيه النباتي والحيواني، وبيانات التجارة والاستثمار والإنتاج المحلي، ومستويات الاحتياطي الاستراتيجي من الغذاء، فضلاً عن معدلات الفقد والهدر في الغذاء عبر سلسلة القيمة، كما ستقوم المنصة أيضاً برصد بيانات الحالة الصحية للثروة الحيوانية والنباتية، وبرامج مكافحة والتصدي للآفات، وبرامج التحصين ضد الأمراض الحيوانية المشتركة، وتعمل المنصة على التحديث الفوري لتلك البيانات، وتوفير تقارير تحليلية وتوقعات مستقبلية، تساعد على التخطيط السليم ومواجهة تهديدات الأمن الغذائي والحيوي، وفقاً لخرجات ورؤى قابلة للتفعيل. كما ستوفر توقعات علمية بشأن الإنتاج والاستهلاك وتوقعات العرض والطلب للسلع الغذائية، بما يضمن توفير تحليل دقيق لمستويات الاكتفاء الذاتي من الغذاء.

ومخاطر الأمن الغذائي والحيوي بفعالية، وبما يخدم تعزيز تنافسية المنتج المحلي. وأوضح أن المنصة ستكون بمثابة منظومة لدعم اتخاذ القرار، ترصد حالة الأمن الغذائي المحلي والإقليمي والعالمي من خلال لوحة شركائها الاستراتيجية من القطاع الحكومي والخاص، والتي ستتيح توفير وإمكانية الوصول إلى بيانات دقيقة وشاملة للقطاع الزراعي والغذائي في إمارة أبوظبي، لدعم اتخاذ القرار وفقاً لأفضل ممارسات العمل في إدارة وحوكمة البيانات.

وقال سعادة/ سعيد البحري العامري مدير عام هيئة أبوظبي للزراعة والسلامة الغذائية، أن منصة البيانات الأمن الغذائي والزراعة تستهدف دعم تحقيق أولويات الهيئة الرامية إلى ضمان وفرة وسلامة الغذاء وتمكين التنمية الزراعية المستدامة في الإمارة من خلال تطوير ومراقبة منظومة غذاء مستدامة ومرنة ومتكاملة، مدعومة بمنظومة استجابة سريعة لاحتواء تهديدات

والغذائي. ولفت إلى أن تجزئة بيانات القطاع الزراعي والغذائي بين جهات مختلفة مع غياب نموذج واضح لحكومة تلك البيانات، يحول دون توفير القدرات والحقائق اللازمة للتنبؤ بالتهديدات ووضع السيناريوهات والخطط اللازمة لتعامل مع الأزمات، وحالات الطوارئ، معرباً عن شكره البالغ للجهات الحكومية والخاصة التي تعاونت وستتعاون مع الهيئة لإنشاء المنصة، ودورها المستقبلي في توفير بيانات دقيقة وشاملة



في توفير بيانات دقيقة وشاملة

منوعات العلاج

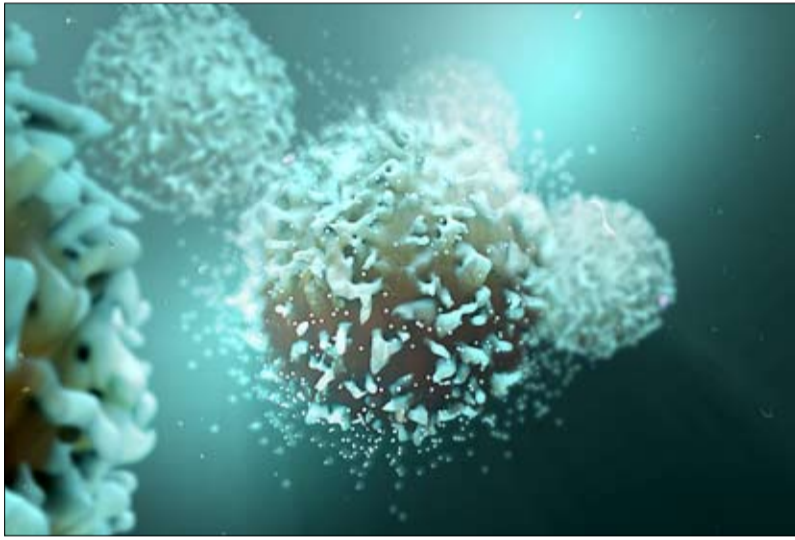
23

يجب على الأفراد الذين يعانون من مرض السكري من النوع الأول اتباع أنظمة الإنسولين الموصوفة كل يوم بعناية، وتلقي الهرمون عبر حقنة أو مضخة الإنسولين أو أي جهاز آخر. وتتحكم جزر البنكرياس (مجموعات صغيرة من الخلايا تظهر على هيئة بقع صغيرة مختلفة في الشكل والوظيفة عما حولها من خلايا البنكرياس ولذلك تمت تسميتها بالجزر) في إنتاج الإنسولين عندما تتغير مستويات السكر في الدم، وفي مرض السكري من النوع الأول، يهاجم الجهاز المناعي للجسم ويدمر هذه الخلايا المنتجة للإنسولين.

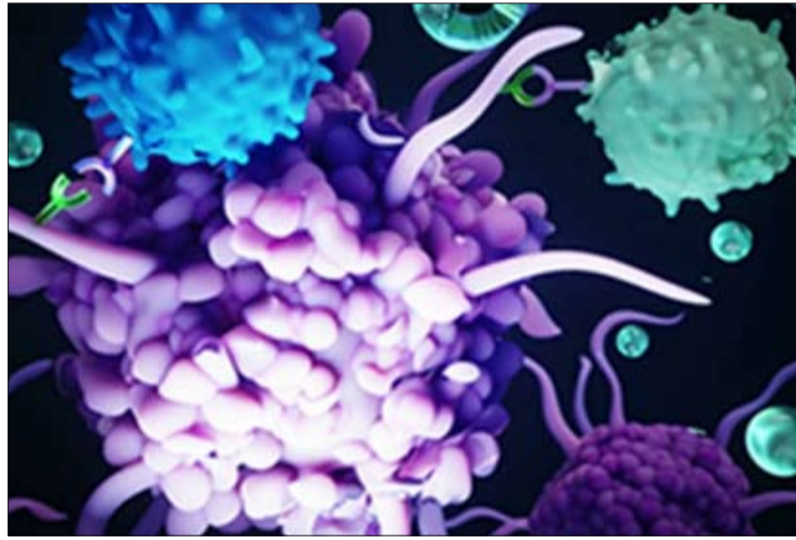


تقنية للمساعدة في جعل تعديل المناعة أكثر فعالية

علاج نانوي يقدم أملا جديدا لعلاج مرض السكري من النوع الأول



وأوضح سكوت "إن مفهوم تعزيز الآثار الجانبية للأدوية والسيطرة عليها عن طريق التوصيل النانوي ليس جديدا. لكننا هنا لا نعزز التأثير، نحن نغيره، من خلال إعادة توجيه المسار الكيميائي الحيوي للدواء، وفي هذه الحالة تثبيط mTOR بواسطة اليراباميسين، ننتج استجابة خلوية مختلفة تماما". ويمكن أن يكون لاكتشاف الفريق آثار بعيدة المدى. وقال أمير: "يمكن تطبيق هذا النهج على الأنسجة والأعضاء الأخرى المزروعة، ما يفتح مجالات وخيارات بحثية جديدة للمرضى. نحن نعمل الآن على اتخاذ هذه النتائج المشيرة للخفاية خطوة أقرب إلى الاستخدام السريري".



التي تسمح بتثبيت مناعي أكثر استهدافا وتحكما. كما مكن استخدام الجسيمات النانوية الفريق من توصيل اليراباميسين من خلال حقنة تحت الجلد، واكتشفوا أنها تستخدم مسارا أيضا مختلفا لتجنب فقدان الأدوية على نطاق واسع الذي يحدث في الكبد بعد تناوله عن طريق الفم. وتتطلب طريقة الإعطاء هذه قدرا أقل بكثير من اليراباميسين لتكون فعالة، نحو نصف الجرعة القياسية. واختبر الفريق الفرضية على الفئران، وقدم مرض السكري إلى السكان قبل معالجتهم بمزيج من زرع الجزر واليراباميسين، عبر نظام

وأشار إيفان سكوت، أستاذ كاي ديفيس وأستاذ مشارك في الهندسة الطبية الحيوية في كلية ماكورميك للهندسة وعلم الأحياء الدقيقة والمناعة بجامعة نورث وسترن، إلى أنه أراد رؤية كيف يمكن تحسين العقار من خلال وضعه في جسيمات نانوية و"التحكم في المكان الذي يذهب إليه داخل الجسم. وقال سكوت: "لتجنب التأثيرات الواسعة لليراباميسين أثناء العلاج، يُعطى الدواء عادة بجرعات منخفضة وعبر طرق محددة، بشكل رئيسي عن طريق الفم. ولكن في حالة الزرع، عليك إعطاء ما يكفي من اليراباميسين لتقمع الخلايا التائية بشكل منهجي، والتي يمكن أن يكون لها آثار جانبية كبيرة مثل تساقط الشعر، وتقرحات الفم

وتستخدم الطريقة ناقلات النانو لإعادة هندسة اليراباميسين المثبط للمناعة بشكل شائع. وباستخدام ناقلات النانو المحملة باليراباميسين، ابتكر الباحثون شكلا جديدا من كبت المناعة قادرا على استهداف خلايا معينة مرتبطة بعملية الزرع دون قمع الاستجابات المناعية الأوسع. ونشرت الورقة البحثية الجديدة في 17 يناير في مجلة Nature Nanotechnology. وعمل فريق البحث على تحسين نتائج زرع الجزر من خلال توفير بيئة هندسية للجزر، باستخدام المواد الحيوية لتحسين بقائها ووظيفتها. ومع ذلك، فإن المشاكل المرتبطة بتثبيت المناعة الجهازية التقليدية ظلت عائقا أمام الإدارة السريرية للمرضى، بحسب غيرمو



نصائح لمرضى الكبد لصيام رمضان

والغالب ما ينصح الأطباء أولئك المرضى بعدم الصيام في رمضان، إلا أنه قد يُسمح لهم بذلك شريطة مراجعة الطبيب المعالج واتباع النصائح والإرشادات الطبية. ومن أجل ضمان صيام لا يهتك المرضى ولا يؤثر سلبا على صحتهم، يجب اتباع مجموعة من النصائح التي تقدم بها الدكتور محمد علي عز العرب، أستاذ الكبد ورئيس وحدة الأورام بالمعهد القومي للكبد في مصر، مع مراعاة مراجعة الطبيب المعالج لكل مريض. وتتمثل النصائح التي تقدم بها

وغالبا ما ينصح الأطباء أولئك المرضى بعدم الصيام في رمضان، إلا أنه قد يُسمح لهم بذلك شريطة مراجعة الطبيب المعالج واتباع النصائح والإرشادات الطبية. ومن أجل ضمان صيام لا يهتك المرضى ولا يؤثر سلبا على صحتهم، يجب اتباع مجموعة من النصائح التي تقدم بها الدكتور محمد علي عز العرب، أستاذ الكبد ورئيس وحدة الأورام بالمعهد القومي للكبد في مصر، مع مراعاة مراجعة الطبيب المعالج لكل مريض. وتتمثل النصائح التي تقدم بها

يتساءل الكثير من المصابين بـ"التهاب الكبد المزمن" ومرض "تليف الكبد المتكافئ" حول إمكانية صيامهم شهر رمضان ومدى تأثير ذلك على صحتهم.





منوعات الفجر

26

تحفي بقوة الكلمة المكتوبة

الشارقة تجمع أدباء ومثقفين عرب وأجانب في حفل إفطار رمضاني استعداداً لمشاركتها ضيف لندن الدولي للكتاب

فاهم القاسمي:

• الشارقة ولندن مدينتان مختلفتان يجمعهما تقدير التنوع الثقافي العالمي

• الكلمة المكتوبة قوة كبيرة قادرة على تشكيل مستقبل العالم

بدور القاسمي:

• سعينا إلى حشد كافة الجهود الدولية وفق رؤية موحدة لاستدامة صناعة

النشر في المستقبل

المكتوبة بشكل خاص، لأنها قادرة على التأثير عبر الزمن والأجيال.. وشهد الحفل لفتة مميزة، حيث حملت كل طاولة من طاولات ضيوف الحفل اسم مدينة من الشارقة مع تعريف مختصر يروي تاريخها وما تشتهر به، وما تمثله اليوم للإمارة على المستوى الثقافي والسياحي والاقتصادي، فجاءت الطاولات باسم، الحيرة، والذيد، والوسطى، والشرقان، وخورفكان، بالإضافة إلى بعض المعالم السياحية والثقافية في الإمارة مثل قلب الشارقة، والقصبة، وجزيرة العلم، والمجاز، وغيرها، كما شهد الحفل عرض فيلم وثائقي يجسد رؤية الشارقة تجاه الاستثمار بالكتاب والمعرفة، ويوضح مرجعياتها التاريخية والثقافية.

بالإضافة إلى إطلاق "أكاديمية الاتحاد الدولي للناشرين" الشهر الماضي بالشراكة مع "هيئة الشارقة للكتاب"، كانت أبرز جهود الاتحاد لدعم مجتمع النشر العالمي وتعزيز قوته ووحدة في مرحلة ما بعد كورونا. من جانبه ألقى كوامي كوي ارماء، خطاباً استعرض فيه قوة الكلمة وتأثيرها في وعي حياة الأفراد والمجتمعات والشعوب، مستعيداً قصته مع كلمات إحدى الأغاني الشهيرة بعنوان "تفاؤل"، وكيف كان لها تأثير على إعادة التوازن إلى حياته في واحدة من محطات مسيرته المهنية، مستذكراً حكاية إحدى الروايات التي قرأها وغيرت نظرته إلى الحياة، وقال: "الكلمات ليست أصوات أو حركات شفا، إنها قوة كبيرة، وأحدت عن الكلمة

كعائلة واحدة.. وأكدت الشبيخة بدور القاسمي على أهمية التفاعل الحيوي والاستماع إلى أفكار الآخرين وتجاربهم، مشيرة إلى أن اتبائها وإصغاعها للمعنيين بقطاع النشر من جميع أنحاء العالم عند توليها لمنصب رئيسة الاتحاد الدولي للناشرين خلال الجائحة عززت ثقافتها بأن صناعة النشر العالمية ستحقق نتائج جيدة في مرحلة التعالي من تداعيات الأزمة. وقالت: "حرصت على تحديد أولويات الأهداف، وأبرزها حشد كافة الجهود الدولية وفق رؤية موحدة حول استدامة صناعة النشر في المستقبل، وعلى كيفية تحقيق هذا الهدف"، مشيرة إلى أن مبادرة الخطة العالمية لتعزيز استدامة ومرونة صناعة النشر (إنسباير)، والندوة العالمية حولها،



• لندن-الفجر:

استضافت الشارقة في العاصمة البريطانية لندن، عدداً من الدبلوماسيين، وكبار ممثلي المؤسسات الثقافية الأوروبية والعربية، ونخبة من الناشرين والكتاب والأدباء والمبدعين العرب والأجانب، وعدد من رؤساء تحرير صحف إماراتية، في حفل إفطار رمضاني، نظمته "هيئة الشارقة للكتاب" بمناسبة تنويع الشارقة أول ممثل لدولة عربية تحمل لقب ضيف شرف "معرض لندن الدولي للكتاب".

وجاء الحفل الذي أقيم في "دار الأوبرا الملكية"، بحضور الشيخ فاهم القاسمي، رئيس دائرة العلاقات الحكومية في الشارقة، ورئيس وفد الإمارة المشارك في المعرض، والشبيخة بدور القاسمي، رئيسة الاتحاد الدولي للناشرين، إلى جانب معالي محمد الرشد، رئيس مجلس إدارة مؤسسة مكتبة محمد بن راشد آل مكتوم، وسعادة عمر غباش، مساعد وزير الخارجية والتعاون الدولي للشؤون الثقافية والدبلوماسية، وسعادة أحمد بن ركاض العامري، رئيس هيئة الشارقة للكتاب، وسعادة عبد الله العويس، رئيس دائرة الثقافة في الشارقة، وسعادة عبد العزيز المسلم، رئيس معهد الشارقة للتراث، والممثل والفنان كوامي كوي أرماء، الحاصل على وسام الشرف البريطاني، والذي يشغل منصب المدير الفني لمسرح يونغ فيك، في لندن. بدوره نقل الشيخ فاهم القاسمي، خلال كلمته، تحيات صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان

بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، لضيوف الحفل، وأعرب عن تقديره لاحترافهم بالإمارة، والإيمان برويتها في دعم مقومات التواصل الحضاري العالمي. وأكد أن إمارة الشارقة ومدينة لندن مدينتان مختلفتان في التاريخ، والثقافة، والقصة التي تحملها كل منهما، إلا أن ما يجمعهما هو تقدير التنوع الثقافي العالمي، وقال: "الشارقة تحت قيادة صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، وضعت التعليم والمعرفة في جوهر عملية التنمية، فقد تعلمنا أن أبرز التحديات التي تواجه مجتمعات اليوم يمكن تجاوزها باطلاعنا على ثقافات بعضها الآخر، وتعلم احترام التباين

والاختلاف بين ثقافات العالم، وهذا ما يجمع بين الشارقة ولندن، فكلاهما مدينة تعيش فيها جنسيات متعددة، وأصحاب ثقافات ومعتقدات مختلفة، والجميع في كلا الدينيتين مرحب به.. وأضاف: "يمكن من خلال الكتب الوصول إلى مجتمعات تقدر التنوع، وتحترم الخصوصية الثقافية، وهذا ما يجعل من صناعة النشر قوة مهمة في تشكيل مستقبل العالم، فكلمنا قرأنا أصبحنا قادرين على تقبل المختلف، والعيش بتحضر أكثر، ووعي أعلى.. من جهتها، رحبت الشبيخة بدور القاسمي، رئيسة الاتحاد الدولي للناشرين، بضيوف الحفل وقالت: "تجسد هذه الأهمية احتفاءً بصناعة النشر الإماراتية، والعلاقات الوثيقة التي تجمعنا

الأعمال الفنية غير القابلة للاستبدال . . مزيج من التكنولوجيا الرقمية والإبداع الثقافي بأيدي فناني إماراتيين ومقيمين



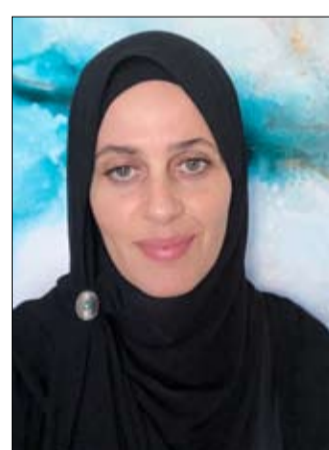
50% أرض و50% سماء.. وأضاف: "لقد كانت فرصة رائعة لاستكشاف عالم الأعمال الفنية غير القابلة للاستبدال، والرؤية عملي متحرراً وتجربة أسلوب جديد. لقد بدأت مسيرتي الفنية حقاً فقط عندما انتقلت إلى دبي، كانت الأراضي خارج المدينة مصدر إلهام كبير لأعمالي، فقد نحتت وحضرت مساراً واضحاً بالنسبة لي.."



رسماً تقليدياً، فإن مصدر إلهامي لإنشاء عمل فني ضمن منظومة الأعمال غير القابلة للاستبدال هو الشعور بأصالة مجموعة عملي الحالية. أنا في الغالب رسام للمناظر الطبيعية، لذلك عندما شاركت مع معرض "50/50" كنت أعلم يقيناً أن قمم جبال الضجيرة ستكون موضوعاً مناسباً. وبمعنى أكثر حرفية، يتم تقسيم اللوحة إلى نصفين



وتصف عملها الفني المشارك في المعرض فتقول: "مدح (Praise) جزء من سلسلة الرسائل الإلهية، يستكشف التناظر الهائل الموجود في سورة المدر القرآنية، وتحديداً الآية الثالثة "ربك كبير"، حيث تقرأ هذه الآية بأعجوبة من الأمام إلى الخلف، وكذلك العكس بنفس التهجئة واللفظ.. فيما قال الفنان مات رايدر: "بصفتي



بدورها تؤكد الفنانة نيفين أن التجربة التي خاضتها من خلال هذا المعرض مع دبي للثقافة ومورو كولكتيف، فتحت أعينها على عالم جديد ومثير من الواقع المعزز والأعمال غير القابلة للاستبدال، مشيرة إلى أنه شيد جسوراً بين مجتمع الفنون الجميلة التقليدية ومجتمع الأعمال غير القابلة للاستبدال، وصولاً نحو عالم جديد من التعبير الإبداعي..

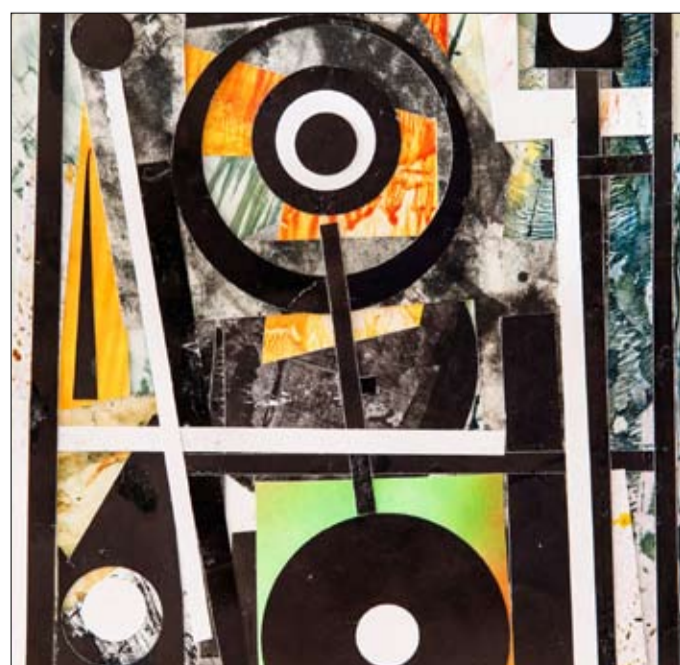
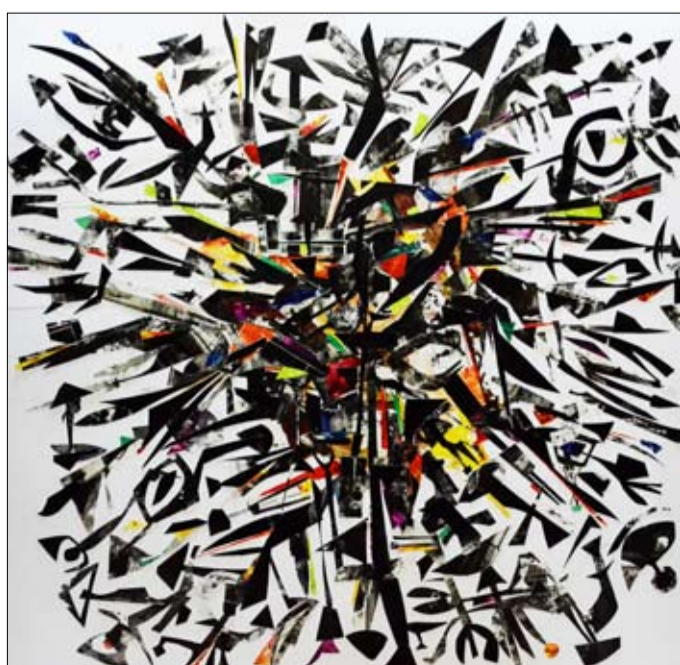
مكدي مالكون، والفنانة الأسترالية نيفين مجيد، والفنان البريطاني مات رايدر. وقال الفنان خالد البنا: "شاركت خلال هذا الحدث بعلمين فنيين، وهما "جاذبية الأرض" و"لون التقاطع، وهيئة احتية مثالية للفنانين الذين يتطلعون إلى بناء شبكة من المتعاونين والمقتنين، بغض النظر عن وجودهم الحالي في سوق الفن التقليدي. لقد باتت الإمارات مركزاً مهماً للثقافة في الشرق الأوسط.. من جانبها أشارت الفنانة مكدي مالكون إلى عملها الفني خلال معرض "50/50" يستكشف علم النفس وراء الصراعات والروابط التي يخلقها المرء مع الأماكن والأحداث والوجوه التي واجهتها أثناء الغربة. وتقول: "بعد الحدث أول معرض لي من هذا النوع، وقد منحتني فرصة كبيرة لاستكشاف بُعد مختلف في التعبير من خلال الفن. ولكوني فنانة تقليدية، فأنا أعمل كثيراً على إظهار الحركة في فني الذي يعد

مكوناً رئيسياً في تكويني، وقد أعادت الرسوم المتحركة هذا العنصر إلى الحياة وأعطت العمل الفني بُعداً مختلفاً وأثارت هذه المشاعر بشكل أكبر.. وتواصل مالكون: "كان دعم هيئة الثقافة والفنون في دبي خلال هذا المعرض أمراً رائعاً. لقد منحتني ذلك كفاءة الكثير من الحماس لصناعة الفن بحرية، في ظل بيئة تحظى خلالها بالدعم الكامل والثقة والاطمئنان. يشرفني حقاً أن أكون في المكان المناسب حيث يمثل الفن والابتكار أولوية مع الكثير من الخطط لتنمية القطاع.."

• دبي-الفجر

بمزيج من التكنولوجيا الرقمية والإبداع الثقافي، شكل المعرض الأول من نوعه، الذي نظمته هيئة الثقافة الفنون في دبي تحت عنوان "50/50" بالتعاون مع "مورو كولكتيف"، منصة مبتكرة لأعمال تعرض في تجربة بصرية متمعة، تستلهم رسائل فنية من الحياة، من خلال 50 لوحة فنية رقمية غير قابلة للاستبدال، لفنانين إماراتيين ومقيمين على أرض الإمارات، تحفي بالثقافة والتراث والفنون الإماراتية تزامناً مع الذكرى الخمسين على تأسيس دولة الإمارات.

وقد جمع المعرض مواهب فنية متميزة، انطلاقاً من دور الهيئة في دعم المواهب المبدعة من الإماراتيين والمقيمين والحفاظ عليها، ومن بينهم كل من الفنان الإماراتي خالد البنا، والفنانة اللبنانية



على إظهار الحركة في فني الذي يعد مكوناً رئيسياً في تكويني، وقد أعادت الرسوم المتحركة هذا العنصر إلى الحياة وأعطت العمل الفني بُعداً مختلفاً وأثارت هذه المشاعر بشكل أكبر.. وتواصل مالكون: "كان دعم هيئة الثقافة والفنون في دبي خلال هذا المعرض أمراً رائعاً. لقد منحتني ذلك كفاءة الكثير من الحماس لصناعة الفن بحرية، في ظل بيئة تحظى خلالها بالدعم الكامل والثقة والاطمئنان. يشرفني حقاً أن أكون في المكان المناسب حيث يمثل الفن والابتكار أولوية مع الكثير من الخطط لتنمية القطاع.."



منوعات

الفكر

27

أدهم حسام طفل عادي بعيداً عن المسميات

المخرجة ساندرنا بصال: فيلم "أخويا" هو طاقة حب من كل الإتجاهات

بين الحين والآخر تفاعلاً المخرجة ساندرنا بصال بقدراتها على الاستمرارية والخروج عن المألوف، فبينما يبحث الجميع عن المال والشهرة بالتواجد في دور العرض السينمائية، تذهب هي لتغامر وتخرج بأفكار بعيدة عن المألوف، فممنذ بداية رحلتها الفنية حضرت ساندرنا اسمها في عالمها الخاص الذي لا تشبه فيه أحد.



يأخذ أجر وقاتلي من هاخذ حاجة، والحقيقة هو شخص طاقته كلها حب، ولكي أن تخيلي إذا كان طلب رقم كبير في أجره ورفضت جهة الإنتاج منحه له.

التعاون مع تنفليكس

تعتبر ساندرنا بصال أن تعاونها مع منصة تنفليكس مكسب كبير، مؤكدة أنه حمل كثير من الأريحية والحرية في تعامل كل مخرج مع مشروعه كما أن فكرة عرض الفيلم في أكثر من دولة يمنحه فرصة مشاهدة أعظم، والحقيقة لم يكن لدي أي ملاحظات إلا في نقص الدعاية الإعلامية في البداية لكن فيما عدا ذلك سعيدة وفخورة بالعمل في مشروع جمعني مع العديد من زملائي العرب.

به دائما فرغم تخطي تجربتها الفنية أكثر من عشرين عاما ما زالت ساندرنا بصال تتجدد دماؤها في كل عمل، وهنا تؤكد: (دائما شايضة نفسي جوايا عندي 18 أو عشرين سنة، وأختارت أتوقف عند أجلي مرحلة فعمري اللي احتارت فيها السينما وهفضل كده، وكثير مش يكون عايزة أتصور واتفرج على نفسي في المرايا لأنني جوا نفسي حد ثاني غير الشكل اللي في المرايا).

اختيار الطفل أدهم حسام

عندما كنت أتساءل مع ساندرنا بصال عن اختيارها للطفل أدهم حسام، تلجج لساني ما بين كلمة ذوي القدرات الخاصة وذوي الاحتياجات فقاطعتني ببساطتها وعفويتها قائلة: (قولي أي حاجة، احنا بنقعد نقول مسميات كثيرة وكأنها هي دي الفرضية الأساسية، هذا الطفل هو أدهم عنده إعاقة فكرية وهو بيعملها عملية حاليا ويضبطها، وتعاملت معه على أنه طفل عادي بمعنى أنه لازم كان يحضر حافظ دوره، وأحيانا كنا نعدل له بعض العبارات، وأحيانا نضايق انه مش حافظ، وأقصد اننا بتعامله كطفل عادي وكان نفسى أدوس على الحثة دي سواء في معاملتنا له في التصوير أو في الحقيقة وكذلك تعامل مع أحمد عز فكان يتعامل معه بنفس الطريقة).

اختيار الريف المصري

هنا تتحدث المخرجة التي قررت بعد رحلتها الفنية الطويلة تغيير اسمها من ساندرنا نشأت إلى بصال لاعترافها بلقب عائلتها، أن فيلم "أخويا" بالنسبة لها هو طاقة حب من كل الإتجاهات، وأنه لم يكن مقصودا أن تذهب للريف لمناقشة مفهوم الحب، وتستكمل: كل ما أقصده هو إظهار مصر بالصورة الجميلة كما بالفيلم، وحب هذه الأماكن، ويمكن جوايا هذا الفكر لأنني عندما خرجت للشوارع وبدأت أصنع أفلام تسجيلية شاهدت هذا الجمال وفوجئت به على أرض الواقع فكم من أشكال مختلفة للناس تشاهدنا في الواقع وبالفعل "مصر جميلة" وحببت أكمل المشوار واكتشف في رحلة عملي في الشارع.

وتواصل: لا أريد نشر عودة السينما بالواقع، كانوا زمان يقولوننا السينما بتاتعمك كانت شبههمك، ونفسى أرجع السينما الجميلة ومن ثم نأخذ العدو منها احنا.

أحمد عز

على مدار رحلتها الفنية، قدمت ساندرنا بصال العديد من مشروعاتها السينمائية الناجحة مع شركيها النجم أحمد عز أبرزها: الصلحة ومسجون ترازيت، ملاكي إسكندرية وغيرها، ما حمل معه شراكة ناجحة. وفي حوارها تؤكد بصال أن أحمد عز رفع عنها الحرج، وتقول: عز رفض

هنا لن نتاج مثل هذه الأمور، وهذا وحده كفيل أن التجربة تكون مثيرة لإعجابي وأن أرى منظور الحب في كل دولة كيف يكون شكله وكيف يفكر كل مخرج في هذا المفهوم من وجهة نظره.

الكوميديا السوداء

"لو في كلمة اكتبت عن الكوميديا السوداء هيكون العرب أبطالها" بهذه العبارة تتحدث بصال عن استخدام فكرة الكوميديا السوداء وربطها بالحب في سلسلة أفلام "في الحب والحياة"، وتتابع: (مفيش أكثر من العرب يتم وضعهم في اختيارات الحياة والحب ويواجهون مشاكلهم عن طريق الكوميديا، فكل شيء يعالج لديهم بهذه الطريقة والإلا لا يستطيعوا مواصلة حياتهم وسط ما يرونه من صعوبات، فإذا لم يكن لديهم "حس البلاك كوميدي" هيجيلهم اكتباب). وتضيف: دعينا نرى تجارب مثل مصر، لبنان، فلسطين، وكيف واجهوا أزمانهم بهذه الطريقة، لذلك أنا محبة جدا بفكرة "الكوميديا السوداء" بالفيلم ليس فكرة للحب ولكن كسمة أساسية في مجتمعاتنا العربية، وهو ما معروف عنا عربيا.

فكرة فيلم "أخويا"

تتحدث ساندرنا بصال عن فيلمها الذي وصفته بأنه واقعي جميل وليس فانتازيا بالمعنى الذي قد يفهمه البعض، وهنا تضيف: الفانتازيا هنا يفيلمي أن أصبح هناك حب وجمال بهذا الشكل، وإذا كان خيري بشارة بيرو فيفيلمه "يوم الحداد الوطني في المكسيك" فكرة ماذا سيحدث إذا منعوا الحب، فأنا على النقيض أتساءل لو الحب قوي وموجود هيجصل فيه هو تناقض لكنه لعلمة واحدة.

والحقيقة فكرة الفيلم ساعدني فيها رفيق مرقص والذي كان شديد الإيمان بموضوعي وكان يحسني كثيرا وصبر عليا طويلا بعكس كتاب آخرين، ويقول الحمدلله أن كان حوالي ناس ساعدتني اني ارجع ولولاهم أنهم فضلوا ورايا وفي مقدمتهم المنتج أنطوان خليفة لم يكن الفيلم خرج للنور.

وتواصل: الفيلم الطويل اصلا صعب فما بالك انك توصلني محتوى الفكرة عن واقع فالاجتمع في ثلاثين دقيقة أي وقت أقل فهو أمر شديد الصعوبة ويحمل تحدي يفكرنا بالبدائيات في أول حيننا وتعلقنا للسينما التسجيلية والقصيرة.

العمر مجرد رقم

هنا استوفقتني المخرجة صاحبة الأسلوب المميز في أعمالها، والتي تتحدث عن حيويتها في رحلة عملها وحياتها التي تشعر

بداً بصال الرحلة بالذهاب إلى عالم بسيط وبكيفية غير مألوفة على السينما في ذلك الوقت الذي سيطرت فيه سينما المقاولات على الساحة في التسعينيات من القرن المنصرم من خلال فيلم "مبروك ولبيل"، وتابعتها برحلتها في أفلام الشباب التي تمزج بين الرومانسية والكوميديا، مروراً بسينما الأكتشن التي حضرت فيها اسمها من ذهب.

ومؤخراً، خاضت بصال الاتجاه للسينما التسجيلية الواقعية التي بحث فيها عن الواقع الجميل، من خلال كاميراتها التي طافت بها في أنحاء الجمهورية تبحث في آراء وأفكار المواطن الذي يعيش عهداً جديداً وتطلق العنان لعدساتها لتبحث في وجوه البسطاء فتخرج منهم الجميل لتكون رسالتها بعنوان "مصر جميلة".

من هذه الرسالة، تتحدث المخرجة ساندرنا بصال عن مشروعها الجديد في: فيلم "أخويا" الذي طرح مؤخرًا على منصة تنفليكس ضمن سلسلة أفلام "في الحب والحياة"، فمن خلال هذا الفيلم القصير الذي ذهبت به إلى الريف المصري لتحكي حادثة عن الحب، ترى حب عدساتها إلى مصر الجميلة وتكتشف فيه حبها للأحرار كما تتحدث في السطور.

في حوارها تتحدث المخرجة الغامرة عن إقبالها على تقديم هذا المشروع بعد غياب عن السينما، وعملها في مشروع يجمع العديد من أسماء المخرجين العرب المحترفين، واختيارها للريف المصري في فيلمها كما تتحدث عن الكوميديا السوداء وكيف يستخدمها العرب كداعم لهم في مواصلة الحياة. وتكشف أيضا أسباب اختيارها للطفل أدهم حسام من ذوي القدرات الخاصة، وتؤكد أن العمر بالنسبة لها مجرد رقم وأنها تشعر أنها شابة في عمر الثامنة عشر، وتفاصيل أخرى في هذا الحوار..

• في البداية تحدثت ساندرنا عن فكرة تغيير اسمها، وتروي على لسانها:

- اسمي ساندرنا نشأت بصال، وسبب كتابتي اسم "ساندرنا نشأت" كانت مرتبطة بمشروع تخرجي حيث تم استخدامه لكونه أسهل، واستمر الاسم فنيًا معي بالرغم أنني كنت استخدم اسم ساندرنا بصال في جميع توقعاتي، لكن أخترت هذه المرة أن أجب وأضع اسم ولقب العائلة الذي اعتز به لأنني طول الوقت كنت أشعر أنني "ساندرنا بصال".

"في الحب والحياة"

تؤكد ساندرنا بصال سعادتها بالتعاون في هذه السلسلة التي تجمع عدد كبير من المخرجين المحترفين من كل الدول العربية، مشيرة إلى أنهم يقدمون تجربة مميزة توضع في إطار عالمي، حيث أن الفيلم يرضى في 90 دولة بالإضافة لترجمته لأكثر من لغة، وهنا تضيف: مهما صنعت فيلم محلي

تاريخ طويل من الأعمال المبدعة

عبلة كامل تثير الجدل من جديد... تعرف على حقيقة إفتارها بموائد الرحمن



عبلة كامل تختفي عن الساحة الفنية

واختفت النجمة عبلة كامل عن الساحة منذ تقديمها الجزء الخامس من مسلسلها "سلسال الدم"، وأكد المقربون منها أنها لم تعزل الفن، ولكن تنتظر العمل الجديد فقط، كما أنها تتمتع بصحة جيدة، ولا تعاني من أي أمراض مثلما أثير حولها خلال العامين الماضيين.

عبلة كامل تاريخ طويل من الأعمال المبدعة

ويذكر أن آخر أعمال عبلة كامل، مسلسل سلسال الدم الجزء الخامس، ومن بطولة رياض الخولي ورامي وحيد وضياء عبد الخالق ورناندا البحيري وأميرة هاني، وكريم كوجاك وماجد الشريف، وعدد كبير من الفنانين والمسلسل للكاتب الكبير مجدى صابر، والمخرج مصطفى الشال.

وبدأت عبلة كامل في السينما من خلال فيلم "وداعا بونابارت" مع المخرج الراحل يوسف شاهين، وبعض ذلك انطلقت لتقديم العديد من الأفلام أبرزها "خالتي فرنسا"، و"بلطية العايمية" و"سيد العاطفي"، وكانت آخر أعمالها بالسينما فيلم "الكبار". أما بالنسبة للدراما فبدأت من خلال مسلسل "الشهد والدموع" الجزء الثاني، و"ليالي الحلمية"، وكانت قد انطلقت بشكل قوى في الدراما، واحتلت مكانة بارزة في قلوب المشاهدين، بعد نجاحها في المسلسل "بن أعيش في جلباب أبي" الذي حقق نجاحا بشكل كبير حتى الآن، وشاركت في أكثر من عمل بطولتها "ريا وسكينة"، و"حق مشروع"، و"عفاريت السبالة"، "أفراح إبليس"، وآخرها "سلسال الدم الجزء الخامس".



اعتادت النجمة عبلة كامل على الاختفاء تماما عن الأضواء الفنية والإعلامية، وهو ما يثير حولها الشائعات باستمرار، حيث تداول بعض رواد السوشيال صورة للنجمة الكبيرة وهي تتناول الإفطار على مائدة، زاعمين أنها أحد موائد الرحمن، ولكن الصورة التي تم تداولها قديمة ومن كواليس مسلسل سلسال الدم.

الغفلة

صعوبة النوم قد تكون علامة لمشكلة كبرى

أعلن كبير أطباء The Independent Pharmacy، أن مشكلات النوم في حالات عديدة تكون إما عدم القدرة على النوم بسرعة أو على العكس النوم فترة طويلة. ويشير موقع medikforum، إلى أنه وفقاً لكبير الأطباء، كلتا الحالتين قد تكون مرتبطة بمشكلات جديدة من بينها ارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم. ويقول، "غالباً ما تشير صعوبة النوم أو النوم لفترة طويلة بصورة غير عادية، إلى حالة خطيرة مثل ارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم، والتي تظهر كواحدة من العلامات المبكرة للمشكلة".



مواد غذائية تخفض خطر الإصابة بالنبوبات القلبية

أعلنت الدكتورة ليرا لافسكي خبيرة التغذية الروسية، أنه لصحة القلب يجب تناول الأسماك الحمراء التي تصطاد في البحار والأنهار ثلاث مرات في الأسبوع، وتشير الخبيرة في حديث لوكالة نوفوستي الروسية للأنباء، إلى أن هناك مجموعة كبيرة من المواد الغذائية المفيدة لصحة القلب والأوعية الدموية. وتقول، "تتصدر أمراض القلب والأوعية الدموية قائمة أسباب الوفيات في العالم، لذلك من المهم جداً الحفاظ على صحة القلب والأوعية الدموية، ومراقبة مستوى ضغط الدم الشرياني ومستوى الكوليسترول في الدم. ويساعد فيتامين C الموجود بنسبة عالية في مخلل الملفوف وعنب الثعلب وكبوي، على تقوية جدران الأوعية الدموية". وتضيف، "كما تساعد أحماض أوميغا3- الدهنية على تقوية جدران الأوعية الدموية، وتنصح بتناول الأسماك الحمراء على الأقل ثلاث مرات في الأسبوع، وكذلك بذور الكتان والصنوبر، والكولاجين الموجود في مرق العظام هو عنصر بناء مهم لجدران الأوعية الدموية، لذلك عند نقصه تضعف الأوعية. وأن المغنيسيوم في المكسرات والبذور مهم للحفاظ على مستوى مستقر لضغط الدم، لأن هذا العنصر يساعد على تخفيض مستوى الإجهاد". وتشير الخبيرة، إلى أنه لتخفيض مستوى الكوليسترول في الدم، الذي يؤثر بصورة مباشرة في صحة القلب والأوعية الدموية يجب تناول البصل والثوم الطازج يوميا وكذلك مجموعة فيتامين B الموجود في البقوليات والخبز الكامل..



اكتشاف بكتيريا في الأمعاء تؤثر في تراكم السموم في الدم

اكتشف باحثون من جامعة موسكو بكتيريا في الأمعاء تحدد تراكم السموم ومعالجتها في دم الأشخاص الذين يعانون من قصور كلوي. وكما هو معلوم، يؤثر ميكروبيوم الأمعاء كثيراً في حياة الإنسان. والآن أثبت فريق من الباحثين برئاسة البروفيسور يفور بلوتنيكوف، أن البكتيريا التي تعيش في أمعاء الإنسان، هي مصدر العديد من السموم البورية. البيوريمييا - هي حالة خطيرة تتميز بتراكم مركبات سامة مختلفة في الجسم. تحدث عادة بسبب الفشل الكلوي الحاد أو المزمن. وتؤدي زيادة محتوى السموم البورية في الدم مع تلف الكلى، إلى تدهور صحة المرضى وتطور أمراض أخرى. وقد اكتشف الباحثون خلال التجارب التي أجروها، وجود نوعين من البكتيريا في دم المرضى الذين يعانون من قصور كلوي - النوع الأول يعمل على تركيب كمية كبيرة من المواد الضارة والنوع الثاني يساعد الجسم على معالجتها. ويضيف الباحثون، بتقليل عدد البكتيريا الخطرة في تركيب ميكروبيوم الأمعاء، يمكن تخفيض تركيز المستقبلات المرضية في الدم. ويمكن زيادة كمية البكتيريا "المفيدة" بواسطة المكملات الغذائية مثلًا، من تخفيف مسار أمراض الكلى وتخفيض مستوى البورييمييا لدى المرضى. وكما هو معروف، يمكن في الوقت الحاضر التخلص من السموم فقط عن طريق عملية غسل الكلى، أي تنظيف الدم باستخدام جهاز خارجي. لذلك فإن اكتشاف علماء جامعة موسكو، سيسمح بابتكار طرق جديدة لعلاج المرضى وإعادة تأهيلهم. ومن أجل ذلك يجب إجراء دراسة إضافية لتحديد كيفية التأثير في ميكروبيوم الأمعاء.

زوار يستمتعون في غرفة You Underwater، بالقرب من استوكهولم، وهي عبارة عن متحف، جليد للصور الذاتية في ثقب السيارينو يجعل الزائر هو الفنان والمعرض فلا يوجد أي أعمال فنية على جدرانها. وبدلاً من ذلك، تم تصميم غرفه المزينة بالألوان الزاهية لتكون بمثابة خلفيات ممتعة لصور سيلفي أو مقاطع فيديو للزوار. أ ف ب

قرأت لك

مشروب التوت



كشفت دراسة حديثة أعدها باحثون في جامعة ريدنج البريطانية، إن أطفال المرحلة الابتدائية يؤدون الواجبات بدقة وسرعة أكبر تناهز 10% حين يتناولون مشروبات التوت، وأوضحت الدراسة أن التوت يحتوي على مركبات الفلافونويد، ويعود بعدة فوائد على الجسم، مثل مقاومة الأكسدة، لكنه أيضاً له تأثير إيجابي في الجانب المعرفي للطفل، بحسب قناة "سكاي نيوز" العربية. وشملت الدراسة عدداً من الأطفال طلب منهم أن ينتبهوا إلى عدد من الإشارات على شاشة الحاسوب والضغط على الزر الذي يدل على اتجاهها، ووجدت أن الأطفال الذين شربوا عصير التوت امتازوا بأداء أفضل من غيرهم. ويقول البروفيسور كلير وليامز أحد معدي الدراسة إنه بذلك جرى لأول مرة اكتشاف تأثير مركبات الفلافونويد في الإدراك المعرفي للأطفال.

سؤال وجواب

- مما يصنع الفلين؟

الفلين يصنع من لحاء نوع من اشجار البيلوط وهو بلوط الفلين حيث يتم تقشيرها وصناعة الفلين منه وهو يتميز بانه خفيف جدا ومقاوم للماء اي ان الماء لا ينفذ منه
- من هو الموسيقى الايطالى الذي برع وابنه في وضع الاوبرا.
هو السندرو سكارلاتي الذي ولد عام 1660 وتوفى عن 55 عاما مؤلف موسيقى ايطالي وضع اكثر من 100 اوبرا ثم اكمل ابنه دومينيقو المشوار حتى عام 1757 ومات عن عمر يقارب 72 عاما.
- من هو مكتشف النيتروجين؟
هو دانيال رذرفورد كيميائي اسكتلندي اكتشف النيتروجين عام 1772.

هل تعلم؟

- هل تعلم أن فيتامين أ الموجود في، زيت السمك وزيت كبد الحوت وصفار البيض والزبدة والقشدة والخضروات الصفراء طويلة الأوراق والجزر والكمثرى لازم لنمو الطفل وتقصه يعوق عملية النمو والافراط في تناوله يسبب ضغطا متزايد في الدماغ ودوار وصداق وتساقط الشعر ويشقق الجلد والشفاه ويغير في تكوين العظام ويؤلم المفاصل.
- فيتامين ج 2 : حيوي ولا غنى عنه للجسم ويساهم في الكلس وتنظيم الدورة الدموية وتقصه يؤدي الى الاسقربوط والنزلات الصدرية على أنواعها.
- هل تعلم أن الفواكه كافة وبالأخص الحمضيات والطماطم (البندورة) تحوي كمية كبيرة من فيتامين ج ويفضل أكل الخضروات الحاوية على الفيتامين طازجة لغناها بالفيتامين.
- هل تعلم أن الشخص الموهوب يتجاوز حاصل ذكائه 130 درجة وأن 95 بالمائة من الناس يتراوح حاصل ذكائهم بين 70 - 130 درجة أما المفضلين فيتراوح ذكائهم ما بين 50 70 درجة والبله ما بين 20 - 50 درجة وأخيرا المتهو الذي تقل درجة ذكائه عن 20 درجة.
- هل تعلم أن الافراط في أخذ بعض أنواع الفيتامينات يؤدي الى التسمم.
- هل تعلم أن قطف الغابات لا تعيش في الغابات على الإطلاق وتفضل البقاء في الأماكن الرطبة.
- هل تعلم أن صاحب أكبر عيون في العالم هو حيوان الحبار العملاق.
- هل تعلم أن قطف الغابات تعتمد على القوارض في غذائها مما يعود بالفائدة على الإنسان.
- هل تعلم أن التمساح لا يستطيع أن يقوم بإخراج لسانه من فمه.
- هل تعلم أن قطف الغابات قد تم تحنيطها قديماً ووضعها في المقابر المصرية.

قصة الحمامة البيضاء

وقفت مجموعة كبيرة من الحمام لانلقاط الحب من على الارض وقد انشغلن تماما بذلك فجهت حمامة بيضاء جميلة تصرخ عليهم وتقول يا ويلكن لقد وفقت على شبكة الصياد الماكر فلو جاء الآن وسحبها لوقعن لكنك فيها فأسرت الحمامات وطارت من طارت واشتكت خيوط الشبكة مع ارجل بعضهن وقد اخذن فترة حتى استعلن الطيران ولم يبق غير واحدة أخذت تحاول الهروب من الشبكة لكن لا مجال، حتى جاء الصياد فظفر فوجدتها وحدها في الشبكة وقال .. حمامة واحدة فقط ابته الماكرات وماذا سأفعل بواحدة .. فتركها وذهب ربما يأتي غيرها فواحدة لا تكفي .
عندما ذهب الصياد قالت الحمامة لزميلاتها لا تقفن هكذا هيا فلنحمل الشبكة ونطير بها لكان آخر حتى ننفذ صديقنا، فنزلت الحمامات وقمن بحمل الشبكة من اطرافها وفيها الحمامة الاخرى حتى نزلن في مكان آخر يقع فيه جحر احد الفئران وهو صديق لهن ونادين عليه فخرج وقام بواجبه واطلق سراح الحمامة الاسيرة .. بعدها وقفن يضحكن فقالت احدها ان عرف ابن يوجد الصياد الان هيا فلنحمل الشبكة ونطير بها ولنقيها عليه .. ضحك الجميع وقمن بحمل الشبكة والطيران بها وعلى اطراف البحيرة القين الشبكة لتنزل فوق رأس الصياد الذي فوجيء بنفسه اسير شبكته والحمامات تطير فوق رأسه يهدلن ويفغبن فغضب وهاج وقال انا المخطيء لو اخذت الشبكة وصديقتن فيها لكتنن الآن باقيات ايها الحمامات الخادعات .

