

منوعات الفكر

ص 22

شرطة دبي تسعد سفراء
الأمان بـ3 خيول



ص 27

داستن هوفمان .. سبعة
عقود من الإبداع



النظام الغذائي السيء والفوضى المنزلية

ص 23 تضعف المهارات المعرفية للأطفال الصغار

الخميس 11 أغسطس 2022 م - العدد 13617
Thursday 11 August 2022 - Issue No 13617

بعد كورونا .. فيروس جديد فتاك يظهر في الصين

لم تستفق الصين بعد من صدمة تفشي فيروس كورونا، حتى دق الأطباء ناقوس خطر جديد، ينذر بظهور فيروس لانجيا، الذي أصاب 35 شخصاً. وينتمي لانجيا إلى عائلة فيروسات معروف أنها تقتل ما يصل إلى ثلاثة أرباع البشر في حالات الإصابة الشديدة. ويعتقد العلماء أن حيوان الزبابة الذي ينتمي إلى فصيلة الضفادع، المصدر الرئيسي لانتشار هذا المرض.

ولم تستفّر أي من الحالات الجديدة، التي تم اكتشافها في مقاطعتي خنان وشاندونغ بشرق الصين، عن وفاة ومعضلها خفيفة الأعراض والتي تشبه الإنفلونزا. وبحسب دراسة نشرت بمجلة "نيو إنغلاند جورنال أوف ميديسين"، تتبع باحثون بقيادة معهد بكين لعلم الأحياء الدقيقة والأوبئة، الأعراض لدى المرضى لمعرفة مدى تأثر الأشخاص بفيروس لانجيا.

وتوصل الباحثون إلى أن أكثر الأعراض شيوعاً التي عانى منها مرضى لانجيا هي الحمى، والتعب، والسعال، وفقدان الشهية، وآلام العضلات، والشعور بالغثاس. وعانى حوالي 35 بالمئة من مشاكل في الكبد، بينما شهد 8 بالمئة تراجعاً في وظائف الكلى، حسبما نقلت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية.

سناجات يعلن عن ميزة للرقابة الأبوية

أطلق تطبيق "سناجات" ميزة جديدة تمكن الآباء من الرقابة على المحتوى الذي يصل إلى أبنائهم المراهقين. وحملت الميزة الجديدة اسم "family center" أو "مركز العائلة"، وتسمح للآباء بمعرفة أصدقاء أبنائهم المراهقين على التطبيق، علاوة على الأشخاص الذين تبادلوا معهم الرسائل على مدار أسبوع، لكنها لا تسمح لهم بالاطلاع على محتوى تلك المحادثات، وذلك لإعطاء الآباء رؤية أفضل للمساعدة في حماية أولادهم بطرق لا تتنازل عن خصوصية المراهق. ويتم تفعيل الميزة الجديدة بمجرد دعوة الآباء لأبنائهم إلى مركز العائلة الجديد داخل التطبيق، ويكون لدى المستلم الخيار في قبول أو رفض الدعوة.

هذه الطريقة المثالية في الحديث مع طفلك تقوي بنيته النفسية

أظهرت دراسة أجرتها جامعة أوتاغو في نيوزيلندا أن كيفية مشاركة الأمهات للذكريات اليومية مع أطفالهن خلال فترة الطفولة تؤثر على الصحة النفسية والرفاهية في بداية مرحلة البلوغ. بحسب ما نشره موقع Neuroscience News، توصل الباحثون إلى أن الأشخاص في سن 21 عاماً يروون قصصاً أكثر تماسكاً حول نقاط التحول في حياتهم إذا تم تعليمهم مهارات تقنيات محادثة جديدة قبل عقدين من الزمن أثناء طفولتهم.

زيادة احترام الذات
كما أفاد هؤلاء البالغون أنهم أقل ميلاً للاكتئاب ويتمتعون بزيادة احترام الذات مقارنة بالبالغين في الدراسة الذين تفاعلت أمهاتهم معهم بالطرق المعتادة. تأتي الدراسة، التي نشرت نتائجها في دورية Journal of Research in Personality، كجزء من متابعة طويلة الأمد لمدى تأثير مشاركة الذكريات بين الأم وطفلاها، والتي شارك فيها 115 من أمهات الأطفال الصغار إما في مجموعة ضابطة أو تم تعليمهن استخدام الذكريات التفصيلية لمدة عام.

الذكريات التفصيلية
تتضمن تقنية الذكريات التفصيلية إجراء محادثات مفتوحة وثرية ومتجاوبة مع الأطفال حول التجارب المشتركة للأحداث اليومية. تعد الدراسة هي الأولى من نوعها، التي تُظهر الفوائد طويلة المدى لمشاركة ذكريات الأم والطفل لتنمية البالغين أثناء نشأتهم.

مرحلة فريدة
يقول الباحث الرئيسي بروفيسور، شون مارشال، أستاذ علم النفس، إن فهم طرق تحسين الصحة النفسية للأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و25 عاماً أمر مهم بسبب مرحلة حياتهم الفريدة.

تحديات الحياة
يواجه البالغون الناشئون مجموعة من التحديات عندما يغادرون المنزل ويدخلون الجامعة أو خوض مجالات العمل المختلفة. تقول بروفيسور إيلين ريس، أستاذة علم نفس وباحثة رئيسية في المشروع البحثي، إن "التدخل اللطيف" من خلال مشاركة الذكريات وتبادل الأحاديث الإيجابية في الطفولة المبكرة أثبت أن له فوائد دائمة للرفاهية النفسية والصحة العقلية، موضحة أن التقنيات الجديدة تفيد "في المنزل وفي المدارس مع أولياء الأمور ومعلمي



الأطفال الصغار"، بما يساعدهم على مواجهة تحديات الحياة بثقة وتفاؤل أكبر. احتذري.. الاكتئاب يؤثر على صحة طفلك تشير دراسة جديدة إلى أن الأطفال الذين لديهم أمهات مكتئبات قد ينتهي بهم المطاف بالإصابة بخلل في رد الفعل المناعي، وزيادة احتمالات الإصابة باضطرابات نفسية. وكنت الباحثون في دورية "الاكتئاب والقلق" أن اكتئاب الأم قد يكون له تأثير ملحوظ على طريقة عمل أدمغة الأطفال. قالت كبيرة الباحثين في الدراسة، روث فيلدمان، إنه "إذا نشأت مع أم مكتئبة إكلينيكية تتأثر سلباً بقدرة جسدها على التعامل مع التوتر وكذلك نظام المناعة"، مضيفة، "يحدث ذلك حتى إذا كانت أسرته في وضع اجتماعي اقتصادي منخفض الخاطر وبوجود الوالدين وعدم وجود مشكلات مثل الفقر أو الأمراض العصبية". وصرحت فيلدمان لروبيرتز هيلث عبر البريد الإلكتروني أن هذا التأثير الجسماني قد يؤدي بدوره إلى مشكلات نفسية، موضحة أن "برمجة نفسية الطفل على التفاعل مع مستوى عال من الضغوط يمهّد الطريق لحالة نفسية هشة". وتابعت فيلدمان وفريقها 125 رضيعاً حديثي الولادة حتى أصبحوا في العاشرة من عمرهم. وعندما بلغ الرضع ستة أشهر من العمر، طلب الباحثون من الأمهات ملء استمارة استبيان تسأل عن معدلات الاكتئاب والقلق. ثم عادوا للتواصل مع تلك الأسر عندما بلغ الأطفال السادسة من العمر.

أريكة معلقة تجعلك تشعر وكأنك فوق السحاب

تم تصميم هذه الأريكة لتبدو وكأنها سحابة عائمة تسبح في الهواء مع قاعدة من جانب واحد في حين لا تستند على أي شيء من الطرف الآخر. وعلى عكس الأرائك الأخرى المستوحاة من السحب، تحاول هذه الأريكة إعادة إنشاء الأشكال غير المستوية من السحب، فالسحب الحقيقية ليست موحدة الشكل، وكذلك الحال بالنسبة لسطح الأريكة المعلقة. وهناك قطعة غير مستوية من القماش المجد معلقة على جانب واحد لأسفل حتى قاعدة الأريكة، وتغطي الساق الوحيدة للأريكة. القاعدة مغطاة بسجادة بيضاء تذكرنا بالسحب المتشابكة. وما يجعل الأريكة المعلقة مذهشة حقاً هو شكلها الذي يبدو وكأنها تطفو بالفعل فوق الأرض. بالطبع، كل هذا مجرد وهم لأن ساقها تدعم رفع المقعد، وهي مغطاة بقماش أبيض يجعلها تبدو وكأنها جزء من السحابة. وتُضفي الأريكة المعلقة لسة رائعة في أي مكان، لا سيما في الغرف ذات الأضواء الساطعة. ويهدف التصميم إلى إثارة مشاعر السلام والهدوء، بمعزل عن ضغوط الحياة. ومن المفارقات، أن الأريكة قد تؤدي أيضاً إلى إثارة مشاعر الخوف وعدم اليقين من السقوط بما يبدو أنه هيكل غير مستقر لمعد مصمم لاستيعاب العديد من الأشخاص في وقت واحد، بحسب موقع يانكو ديزاين.

تأثير الغدة الدرقية على الحمل

قالت الرابطة الألمانية لأطباء النساء والتوليد إن الغدة الدرقية لها تأثير كبير على الحمل، حيث تحد أمراض الغدة الدرقية "القصور وفرط النشاط" من خصوبة المرأة من ناحية، كما أنها ترفع خطر حدوث إجهاض من ناحية أخرى، فضلاً عن خطر مشاكل النمو الجسدي والعقلي لدى الجنين. وأوضحت الرابطة أن أعراض القصور الوظيفي للغدة الدرقية تتمثل في اضطرابات الدورة الشهرية "عدم الانتظام أو الانقطاع" والتعب الشديد وفقر الدم والإسكاح واعتلال المزاج وزيادة الوزن وتساقط الشعر وبرودة الأقدام. أما أعراض فرط نشاط الغدة الدرقية فتتمثل في التعرق الشديد والعصبية والاضطراب وسرعة ضربات القلب واضطرابات النوم، بالإضافة إلى مشاكل الدورة الشهرية. لذا يتعين على المرأة الحامل أو المرأة، التي تخطط للحمل، استشارة الطبيب فور ملاحظة هذه الأعراض لعلاج مشاكل الغدة الدرقية في الوقت المناسب.



دراجة كهربائية بخلايا شمسية

أطلقت شركة "ألترا تي آر إكس" (UltraTRX) دراجتها E2 الكهربائية المعتمدة على سواعد محرك بقوة 2500 وات، وتقنية الشحن بالطاقة الشمسية. وأوضحت الشركة الأمريكية أن دراجة الطرق الوعرة يتولى دفعها محرك على كل عجلة بقدرة 1250 وات، مع عزم الدوران الأقصى 180 نيوتن متر، وهو ما يصل بالدراجة إلى السرعة القصوى 42 كلم/س. ويمكن شحن البطارية بواسطة لوح خلايا شمسية قابل للطول لقطع مدى سير 40 كلم. وتعتمد الدراجة على شوكه نبض بمسار 100 ملم، وإطار من سبائك الألومنيوم يتوفر بأحجام مختلفة، ومطلي باللون الأسود. ويؤازر المحرك ناقل حركة من شيمانو من 8 تعشيقات. وتبلغ حمولة الدراجة الإجمالية 179 كغم، كما أنها تزن 22 كغم. وتم تجهيز الدراجة بمكالمح قرصية، ويتم طرحها في الأسواق بسعر يبدأ من 2000 دولار أمريكي.

فرصة كبيرة أمام باحثي الجينوم للأشجار الصحراوية والأمن الغذائي

باحثون في مركز خليفة للهندسة الوراثية يفككون جينوم شجرة الغاف



الجهد وعمليات التمثيل الغذائي في الأخرى. وستسهم هذه المعرفة والمعلومات المستفادة من نبات الغاف، في إثراء وتمهيد الطريق أمام المركز لتطوير المحاصيل التي تتحمل الإجهاد البيئي من خلال التعديل الوراثي.

الأبيض مادة التربين (المادة التي تساعد النباتات لمقاومة الجهد البيئي ولها استخدامات أخرى في مجال صنع العقاقير). مؤكداً على أن الأليات البيولوجية الدفاعية تعتبر فريدة مقارنة بالبقوليات الأخرى من نفس العائلة. وأوضح أن هناك عملية تضاعف في عدد الجينات التي ساعدت هذه الشجرة للتكيف مع البيئات القاحلة، وأن تضاعف هذه الجينات يُشكل القوة المدافعة لتكيف الكائنات من بيئات مختلفة، وتم تحديد جينات تُنظّم آلية مقاومة الملوحة في نبات الغاف، باستخدام دراسات التعبير الجيني، وبهذا تمكن الباحثين في مركز خليفة من فك آليات مقاومة الجهد البيئي.



زيد آل نهيان، نائب رئيس مجلس الوزراء، ووزير ديوان الرئاسة على توجيهات سموه ودعمه اللامحدود لرفع مركز خليفة علمياً. وأشار خالد الأميري المشرف والباحث الأساسي في هذا البحث إلى أنه تم التعرف على الجينات المتعلقة بتحمل الجهد البيئي وعمليات التمثيل الغذائي، ولخصت الأميري، إلى أن هذه الخصائص البيولوجية تجعل نبات الغاف يعيش في المناطق القاحلة وتحتمل درجات الحرارة

• العين- الفجر

نجح باحثون في مركز خليفة للهندسة الوراثية والتقانات الحيوية بجامعة الإمارات العربية المتحدة، في تفكيك الجينوم الكامل للشجرة الوطنية - شجرة الغاف - والتعرف على تركيبته على أدق المستويات، وهي مستوى الكروموسومات لشجرة الغاف، مما يتيح فرصة كبيرة أمام باحثي الجينوم للأشجار الصحراوية والأمن الغذائي لاستكمال أبحاثهم إلى مستويات أدق وأعلى، حيث تم نشر البحث في المجلة العالمية للعلوم الجزيئية، بالتعاون مع جامعة جورجيا وجامعة نيويورك في أبوظبي، وقال الأستاذ الدكتور خالد الأميري مدير مركز خليفة للتقانات الحيوية والهندسة الوراثية ورئيس قسم علوم الأحياء في جامعة الإمارات "أنا نشكر سمو الشيخ منصور بن

منوعات

الفكر



شرطة أبوظبي والهلال الأحمر تطلقان يترى في عزكم، للتوعية بسلامة الأطفال في المركبة

أطلقت شرطة أبوظبي بالتعاون مع هيئة الهلال الأحمر الإماراتي مبادرة "يترى في عزكم" بمستشفى كند العين، احتفاءً بالمواليد الجدد وإدخال البهجة والسرور على نفوس الأسر ونشر الثقافة سلامة الأطفال بالمركب.

ووزعت إدارة مرور العين بالتعاون مع هيئة الهلال الأحمر الإماراتي مقاعد للأطفال وهدايا رمزية على الأسر المستفيدة من المبادرة، وقدمت إدارة مستشفى كند الورود والبالونات.

وأوضح العقيد مطر عبدالله المهيري مدير إدارة مرور العين أن هذه المبادرة تأتي من منطلق نشر الثقافة المرورية بالاشتراطات الوقائية والجلوس الآمن للأطفال بالمركب، وحث الأسر على استخدام المقاعد المخصصة للأطفال، لوقايتهم من الإصابات في الحوادث المرورية لافتاً إلى مشاركة عناصر من دورية السعادة في تنفيذ المبادرة.

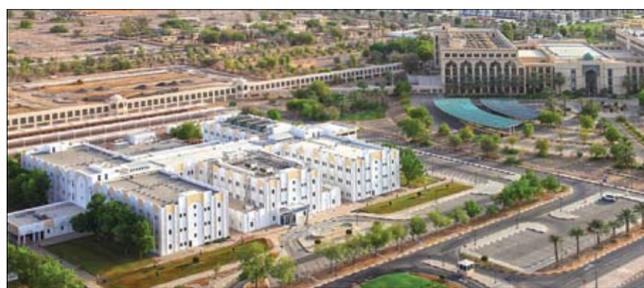
وأشار الدكتور أحمد عبيد الظاهري مدير مركز الهلال الأحمر بالعين بالجهود التي تقدمها شرطة أبو ظبي في خدمة الجمهور واهتمامها بتنفيذ مبادرات اجتماعية إنسانية تخدم كافة شرائح المجتمع وتساهم في رفع مستوى الوعي حول كافة القوانين مؤكداً أن مشاركة الهيئة تأتي من منطلق حرصها المستمر على إبعاد الأسر والأطفال وتعزيز الشراكة مع مؤسسات المجتمع.

وقالت سالي فرج مديرة الاتصال والتسويق في مستشفى كند، أن مبادرة "يترى في عزكم" هي من أهم المبادرات التي ندعمها ونؤمن بأهميتها، بوذود بأن التعاون الدائم بين مستشفى كند وشرطة أبوظبي والهلال الأحمر الإماراتي هو ترسيخ لإيمان المستشفى بدوره المجتمعي بجانب الدور الريادي الطبي في خدمة أهالي مدينة العين منذ عام 1960. وأشارت أسر المواليد الجدد من مختلف الجنسيات بهذه المبادرة التي أسعدتهم ودورها الريادي في نشر الوعي بطريقة مميزة.



خدمات التطبيب عن بعد من «صحة» تقدم دفعة قوية لصناعة السياحة العلاجية في أبوظبي

وتم نقل وتحريك المريض من خلال العلاج الطبيعي في اليوم التالي. وفي غضون أسبوعين، عادت المريضة إلى بلدها الأم وتمت مراقبتها من قبل فريقنا من خلال متابعة التطبيب عن بعد المنتظمة. واليوم، تعيش المريضة حياة طبيعية خالية من الألم.



وفي معرض حديثه عن الحالة ودور التطبيب عن بعد في مشهد السياحة العلاجية المتنامي في أبوظبي، قال الدكتور محمد زياد الجيعان، استشاري جراحة العظام في مستشفى توام مع شركة "صحة": "تواصلت المريضة معنا من خلال خدمة التطبيب عن بعد، وكانت تعاني من ألم شديد وقت تشخيصها. إن فريقنا في توام مجهز تجهيزاً جيداً لتقديم المساعدة الطبية للمرضى الأجانب المحتاجين للرعاية الطبية. وقد تمت جراحة العمود الفقري طفيفة التوغل بنجاح، من خلال عدة قنوات. على سبيل المثال، أكمل أطباء من مستشفى توام مؤخراً بنجاح جراحة طفيفة التوغل في العمود الفقري على مريض التطبيب عن بعد في الخارج، وكان الشخص يعاني من حالة حادة في العمود الفقري أدت إلى ألم مزمن وموهن لأكثر من تسع سنوات. وقد أسهم التأثير الضار على نوعية حياتها والحوادث التي تحول دون رعايتها في بلدها الأم باقتناعنا بالتفكير في السياحة العلاجية.

• أبوظبي- الفجر

شهدت شركة أبوظبي للخدمات الصحية (صحة)، أكبر شبكة للرعاية الصحية في دولة الإمارات العربية المتحدة، تحول خدماتها الواسعة للتطبيب عن بعد إلى قنوات اتصال رئيسية للمرضى الأجانب الذين يبحثون عن رعاية طبية متخصصة في أبوظبي. إن نظام الرعاية الصحية القوي في أبوظبي، معززاً بالمهنيين الطبيين المدربين تدريباً ذا مستوى عال، يسرع من جعلها المدينة المفضلة للسياحة العلاجية. ووفقاً لتصنيف مؤشر السياحة العلاجية لعام 2020، احتلت أبوظبي المرتبة 8 كأفضل وجهة عالمية للسياحة العلاجية.

ومع قرابة 50.000 استشارة افتراضية في عام 2021، تمثل عيادة "صحة" الافتراضية للتطبيب الخارجي من بعد التزام الشبكة بزيادة الوصول العالمي إلى نظام الرعاية الصحية في أبوظبي. كما أطلقت الشبكة خدمات متخصصة للتطبيب عن بعد للمرضى النفسيين وتطبيق "صحة" للتواصل الذكية حتى يتمكن المرضى من جميع أنحاء العالم من الوصول بسهولة إلى خدمات "صحة" المتنوعة

شرطة دبي تسعد سفراء الأمان بـ 3 خيول

رغبة وشغف لديهم في الاهتمام بالتعامل مع الخيول والعناية بها، موضحاً أن المبادرة أسعدت سفراء الأمان، وأن مركز شرطة الخيالة سيتابع معهم خلال الفترة المقبلة كيفية عنايتهم بالخيول وإعطائهم التوجيهات المناسبة من أجل رعايتها في بيئة آمنة وسلمية.



مشيراً إلى أن إهداء الخيول إلى سفراء الأمان جاء بعد التحاقهم ببرنامج "سواعد الأمان" خلال فترة إجازة الصيف وحصولهم على تدريب على مهارات وأساسيات التعامل مع الخيول في مركز شرطة الخيالة. كما شدد على حرص مركز شرطة الخيالة بالتعاون مع مجلس سفراء الأمان في شرطة دبي، على توعية

• دبي- الفجر

أهدت القيادة العامة لشرطة دبي 3 خيول من إسبيلات مركز شرطة الخيالة إلى 3 من "سفراء الأمان" المنضمين إلى برنامج "سواعد الأمان" الذي يعني بتوظيف الطلبة للقيام بالمهام الوظيفية في شرطة دبي، وتمكينهم من تنفيذ العديد من المهام الشرطة التخصصية في مختلف الحقول العلمية خلال إجازة الصيف.

وبحضور العميد عبد الرحمن الشاعر مدير الإدارة العامة لحقوق الإنسان بالوكالة، سلم الرائد ضاحي الجلافل المهيري مدير مركز شرطة الخيالة بالوكالة، الخيول إلى سفراء الأمان سيف علي النقيب، وسلطان خالد الشاسي، وميرة علي الحاج، وذلك في مقر مركز شرطة الخيالة بمنطقة العوير. وحضر التسليم كل من الملازم أول راشد الشاسي رئيس قسم الخدمات الاجتماعية في المركز، وفاطمة البلوشي رئيسة مجلس سفراء الأمان في شرطة دبي. وأكد الرائد ضاحي الجلافل أن إهداء الخيول إلى سفراء الأمان يأتي في إطار حرص القيادة العامة لشرطة دبي بتوجيهات معالي الفريق عبد الله خليفة المري القائد العام لشرطة دبي على إبعاد أفراد المجتمع بكافة أطيافه وأنه تم إختيار الطلبة ضمن

شركة إعمار لإدارة مراكز التسوق تطلق عروض العودة إلى المدارس في مراكزها التجارية

100 درهم أو أكثر، من خلال مسح إيصالات الشراء عبر تطبيق U من إعمار، فضلاً عن الدخول في السحب الأسبوعي للفوز بمئة ألف نقطة إضافية من نقاط U من إعمار (أي ما يعادل 10 آلاف درهم إماراتي).

ومميزة، إلى جانب استمتاعهم بتجربة تسوق فريدة ضمن وجهات التسوق الثلاثة تزامناً مع الفعاليات المتنوعة التي تقام على هامش "مفاجآت صيف دبي". دبي مول تقام الأنشطة في ردهة النجمة وتنتصر حتى 28 أغسطس، لاستقطاب الأطفال ومنحهم فرصة التعليم لإثراء معارفهم في العلوم عبر ورش العمل اليومية، بالإضافة إلى العروض الحية خلال عطلة نهاية الأسبوع والتي تقام من الساعة 4 صباحاً وإلى 10 مساءً. كما توفر المنصة المخصصة لأنشطة حملة "العودة إلى المدارس" في دبي مول، شاشات تفاعلية تستعرض جدول الرموز الكيميائية، بالإضافة إلى التمتع بلعبة الرسم السريع "بيكتشيزي" على الشاشة الضخمة مع زيادة التفاعل مع الزوار وتشجيعهم لكشف اللغز وتخمين الصورة ليتمكنوا من الحصول على جوائز فورية وقيمة. كما يُمكن لكافة المتسوقين في دبي مول المشاركة في "صفقة العام الكبرى"، ودخول السحب للفوز بالجائزة الكبرى التي تبلغ قيمتها

• دبي- الفجر

أطلقت شركة إعمار لإدارة مراكز التسوق عروضاً مميزة تلبّي كافة متطلبات الطلاب مع اقتراب موعد العودة إلى المدرسة، وذلك عبر سلسلة من متاجر أبرز العلامات التجارية المتواجدة في كل من "دبي مول"، و"دبي هيلز مول"، و"دبي مارينا مول". وتتواصل الفعاليات حتى 4 سبتمبر، حيث تستضيف المراكز التجارية الثلاثة مجموعة من الأنشطة التفاعلية التي تضيء طابع المرح والبهجة للأطفال وجميع المتسوقين، بالإضافة إلى العديد من ورش العمل التي تلقي الضوء على معارف العلوم، والألعاب الترفيهية التي تساهم في نهضة الأطفال للعام الدراسي المقبل بعد قضاء أوقات ممتعة خلال فترة الإجازة. كما تتضمن العروض كافة اللوازم والاحتياجات المدرسية لجميع الطلاب من مختلف المراحل الدراسية وأولياء أمورهم بأسعار تنافسية

دبي مارينا مول عند إنفاق 250 درهماً إماراتياً أو أكثر، يحظى المتسوقون في دبي مارينا مول بأوقات رائعة مليئة بالمرح والحماص من خلال الأنشطة والفعاليات المقامة داخل منطقة دوم أتريبوم، وتتضمن ورش عمل ذات الطابع العلمي، وعروض الخدع السحرية، وتعلم صنع الصابون يدوياً، وغيرها الكثير. كما يُمكن للأطفال والعائلات تجربة لعبة الذاكرة العملاقة، لاختبار قدراتهم الحسابية بأسلوب ممتع وجذاب، فضلاً عن كسب نقاط U إضافية عند التسوق في دبي مارينا مول.

دبي هيلز مول تقام الفعاليات في الطابق الأرضي في جرانند أتريبوم، وتضم مجموعة من الأنشطة الترفيهية المستوحاة من العلوم التطبيقية وورش العمل والعروض المميزة خلال عطلة نهاية الأسبوع، بالإضافة إلى التقاط الصور عند اللوحة الجدارية الضخمة التي تحمل عنوان "Head in the Clouds". وسيتمكن أفراد العائلة المكونة من 5 أفراد من دخول منطقة الفعاليات والمشاركة في إحدى ورش العمل عند إنفاق 250 درهماً إماراتياً في المركز التجاري. كما يُمكنهم مضاعفة نقاط U من إعمار على أية مشتريات بقيمة



منوعات الفكر

23

توصل بحث إلى أن سوء التغذية والعيش في بيئة منزلية فوضوية قد يؤثر سلبا على الأداء التنفيذي للأطفال الصغار، والمهارات المعرفية العليا التي تحكم الذاكرة والانتباه والتحكم العاطفي.



النظام الغذائي السيء والفوضى المنزلية تضعف المهارات المعرفية للأطفال الصغار



أعمارهم الآن بين 5 و 6 سنوات. ونظرا لأن العينة تفتقر إلى التنوع العرقي والإثني والاقتصادي، فقد لا تكون النتائج قابلة للتعميم على السكان الآخرين. قال الباحثون إن هناك حاجة إلى مزيد من الدراسات مع مجموعات سكانية متنوعة وتصميمات مشاريع طولية وتجريبية قبل تقديم ادعاءات سببية.

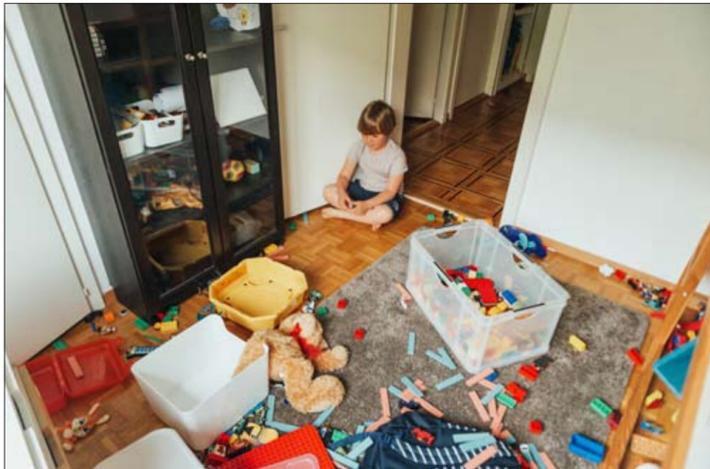
العاطفي، قد لا يتمكن هؤلاء الأطفال من تفسير الإشارات والاستجابة بشكل مناسب في مواقف اجتماعية وعاطفية معينة. لفهم الارتباطات الموجودة في الدراسة الحالية بشكل أفضل ودراسة كيفية استمرارها أو تطورها مع تقدم الأطفال في العمر، تخطط إيوينسكي والمؤلفون المشاركون لها لإجراء دراسة متابعة مع نفس العائلات وأطفالهم، الذين تتراوح



ثابت أو كانت عرضة للضوضاء والاحتفاظ وعدم التنظيم. ربطت الأبحاث السابقة مع المراهقين الفوضى المنزلية بالمشاكل السلوكية وضعف الأداء في المهام المتعلقة بالأبعاد الأساسية للوظيفة التنفيذية مثل القدرة على التركيز والتحكم في عواطف الفرد. وبناء على ذلك أشارت تحليلات الباحثين في جامعة الولايات المتحدة إلى أن سوء التغذية، بما في ذلك الاستهلاك المنتظم للوجبات الخفيفة المتنوعة والأطعمة المصنعة، كان مرتبطا بتراجع الأداء المعرفي والسلوك بين الأطفال في الدراسة وقالت إيوينسكي: "لقد رأينا أن تناول كميات أكبر من هذه الأطعمة كان مرتبطا بالمستويات المنخفضة للمشغلات معينة، بما في ذلك التحكم العاطفي والتثبيط والتخطيط والتنظيم، حتى في هذه السن المبكرة، قد يؤثر الدخول الغذائي على الوظيفة التنفيذية للأطفال على مستويات متعددة". وكان للفوضى المنزلية علاقة مستقلة بالمهارات المعرفية للأطفال، قالت المؤلفة المشاركة كيلي فريمان بوس، أستاذة تنمية الطفل وعلم النفس، إن النتائج تسلط الضوء على أهمية كل من التغذية الجيدة والبيئات المنزلية الصحية في تعزيز النمو المعرفي للأطفال.

والمعالجة، أكمل مقدمو الرعاية أيضا جردا سلوكيا يقيس الأبعاد المختلفة للوظيفة التنفيذية، مثل ما إذا كان الطفل قد أصبح مرهقا بسهولة أو كان يعاني من مشاكل متكررة في اللعب أو التحدث بصوت عال جدا. أجاب كل مقدم رعاية على أسئلة حول الفوضى المنزلية، مثل ما إذا كانت البيئة المنزلية للطفل عادة هادئة وتعمل وفقا للروتين

وجاء في نتائج بحث لعلماء من جامعة إلينوي أوربانا شامبينكان أن الأطفال الذين تراوحت أعمارهم 18 شهرا وعامين والذين تناولوا كميات أكبر من الوجبات الخفيفة السكرية والأطعمة المصنعة أكثر عرضة لمشاكل المكونات الأساسية للوظائف التنفيذية مثل التثبيط والذاكرة العاملة وقدرات التخطيط والتنظيم، وفقا للاستطلاعات التي أكملها مقدمو الرعاية لهم. شارك في البحث 300 عائلة تقريبا ومثلوا جزءا من دراسة مجموعة الولادة المستمرة حيث بدأ الباحثون في جمع البيانات حول العادات الغذائية للأطفال، ومسارات الوزن، والمهارات الاجتماعية العاطفية والعلاقات الأسرية عندما كان عمرهم حوالي 6 أسابيع. على الرغم من إجراء بحث مماثل لفحص الروابط بين التغذية والوظيفة التنفيذية مع الأطفال الأكبر سنا والمراهقين سابقا، إلا أن الدراسة الحالية كانت جديدة من حيث أنها ركزت على الأطفال في الأعمار عندما كانوا يطورون هذه المهارات الحيوية وعندما يمكن للعادات الغذائية والبيئات المنزلية أن تلعب أدوارا محورية. وقالت الكاتبة الأولى سامانثا إيوينسكي: "يبدأ الأطفال في تطوير الوظائف التنفيذية بسرعة في سن 2-5، وأردنا أن ننظر إلى تلك الفترة الأولية عندما كان الآباء يتخذون قرارات حاسمة تتعلق بالغذاء وتأثير ذلك على القدرات المعرفية للأطفال". نُشرت الدراسة في مجلة Nutrients، واستندت الدراسة إلى بيانات مكثفة تم جمعها من مقدمي الرعاية للأطفال، بما في ذلك استبيان المدخول الغذائي الذي قيم عدد المرات التي استهلك فيها كل طفل العديد من الأطعمة الطازجة



للخفيف من الآثار السلبية المحتملة على المهارات المعرفية للأطفال، اقترحت إيوينسكي أن تركز برامج الوقاية على الأنشطة والدعم التي تساعد الآباء على إنشاء إجراءات صحية والحد من استهلاك أطفالهم للوجبات الخفيفة والأطعمة الأقل صحة. وأضافت إيوينسكي: "قد لا يفهم الأطفال الإشارات من حولهم عندما تكون البيئات صاخبة أو غير منظمة، وقد يؤثر الافتقار إلى الروتين والاتساق على انتباههم وتنظيمهم



لا يتطلب نشاطا بدنيا..

عامل يومي وأساسي لصحة القلب «المثالية»!

نظرا لأن مرض القلب يعد أحد أكبر الأمراض الفتاكة على مستوى العالم، فمن الضروري اتباع إجراءات تضمن صحة مثلى للقلب. وضعت جمعية القلب الأمريكية قائمة مرجعية بالعوامل الخاصة بصحة القلب المثلى، والتي كانت تُسمى Life's Simple 7، وأطلق عليها الآن اسم Life's Essential 8.

القلب. وتتضمن قائمة العوامل التي يجب مراعاتها من أجل صحة جيدة للقلب ما يلي:
- الحماية الصحية - النشاط البدني - التعرض للنيكوتين - مدة النوم - مؤشر كتلة الجسم - شحوم الدم (الكوليسترول والدهون الثلاثية) - جلوكوز الدم - ضغط الدم

ووقع إعادة تعريف أربعة من المقاييس الأصلية لتتوافق مع الإرشادات الأحدث وتمت إضافة النوم. وأضاف لويد جونز: "تعد Life's Essential 8 خطوة كبيرة إلى الأمام في قدرتنا على تحديد متى يمكن الحفاظ على صحة القلب والأوعية الدموية ومتى تكون دون المستوى الأمثل. يجب أن ينشط الجهود لتحسين صحة القلب والأوعية الدموية لجميع الناس وفي كل مرحلة من مراحل الحياة". وتشير العديد من الأبحاث إلى أنه يمكن منع أكثر من 80% من جميع أحداث القلب والأوعية الدموية باتباع نمط حياة صحي. والنوم هو مجرد عامل واحد لصحة

والمراهقون الذين تتراوح أعمارهم بين 13 و 18 عاما، يجب أن يستهدفوا ما بين 8 إلى 10 ساعات نوم. وقال رئيس جمعية القلب الأمريكية دونالد إم لويد جونز: "يعكس المقياس الجديد لمدة النوم أحدث نتائج الأبحاث: يؤثر النوم على الصحة العامة، والأشخاص الذين لديهم أزمات نوم أكثر صحة يديرون العوامل الصحية مثل الوزن أو ضغط الدم أو مخاطر الإصابة به، ومرض السكري من النوع الثاني بشكل أكثر فعالية". وتابع: "بالإضافة إلى ذلك، فإن التقدم في طرق قياس النوم، مثل الأجهزة القابلة للارتداء، يوفر الآن للناس القدرة على مراقبة عادات نومهم في المنزل بشكل روتيني وموثوق".

في مجلة Circulation: "تعد مدة النوم الآن مكونا أساسيا لصحة القلب والدماغ المثالية". ومن خلال قياس متوسط ساعات النوم في الليلة، وجد فريق البحث أن المدة "المثالية" للنوم تتراوح ما بين سبع إلى تسع ساعات للبالغين. وعندما يتعلق الأمر بالأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين خمس سنوات وما دون ذلك، يجب أن تكون مدة النوم من 10 إلى 16 ساعة لكل 24 ساعة. وأولئك الذين تتراوح أعمارهم بين 6 و 12 سنة يجب أن تتراوح مدة النوم لديهم بين 9 و 12 ساعة.

وحددت الجمعية أول مجموعة من المقاييس لصحة القلب المثلى في عام 2010. وفي وقت لاحق من عام 2017، وتم ربط صحة الدماغ أيضا بصحة القلب والأوعية الدموية. ووقع الآن دمج نتائج هذه الأبحاث لتحديد العوامل الخاصة بصحة القلب المثلى في القائمة الجديدة Life's Essential 8.



حسين الجسمي «فركتوزي» أشعار مانع سعيد العتيبه



•• دبي - الفجر

وابتهت وصابني منه حفوزي
وزاد وسط القلب دقات سريعة
من نظرتي لي عويده عود موزي
طبيعة الجمع و الفتنه
في منصات الحسن دايـم يفوزي
أشقر الخدين وعيونه وسيمه
وقد تعاون الجسمي في توزيع أغنية
«فركتوزي» مع الموزع الموسيقي زيد
عادل وقام بتسجيل الايقاعات سمير
القطان،
والجيتارات فرشيد ادهمي، ليقوم بتفتيد
المساج والماستر م. جاسم محمد.

من أشعار معالي الأستاذ الدكتور مانع
سعيد العتيبه، طرح الفنان الإماراتي حسين
الجسمي من رؤيته وأحانه أغنية جديدة
من اللون الغنائي الإماراتي حملت عنوان
«فركتوزي»، وتعني «سكر الفاكهة»، حيث
وصف بها طبايع وخفة دم محبوبته، وتحتوي
القصيدة أيضاً على الكثير من المحبة التي
ينبض بها القلب،
ويقول فيها:
شفت طلي الدار وارد للشرية

أكثر معارض الانطباعية شمولاً في المنطقة

اللوهر أبوظبي يعلن عن معرضه القادم «الانطباعية: على درب الحداثة»

•• أبوظبي-الفجر:

شكل العالم وطبيعة العلاقات الاجتماعية بشكل
جذري. كما تمكن الانطباعيون من ترجمة
هذا التغيير المجتمعي السريع على اللوحات
القماشية من خلال تبني أسلوب رسم سريع
وغامض. ويقدم لنا الفنانون الذين ظهرت
أعمالهم في معرض اللوهر أبوظبي نافذة نطل
من خلالها على هذه اللحظة التاريخية الفريدة
عندما بدت الحدود وكأنها تتوسع بينما لم يعد
الواقع مستقراً ومتربطاً، وإنما أصبح مجزأً
وخاصاً لمجموعة من التفسيرات والتصورات..
سيتم الإعلان عن تفاصيل البرامج الثقافية
والتعليمية التي ينظمها المتحف بالتزامن مع
معرض «الانطباعية: على درب الحداثة» في
وقت لاحق.

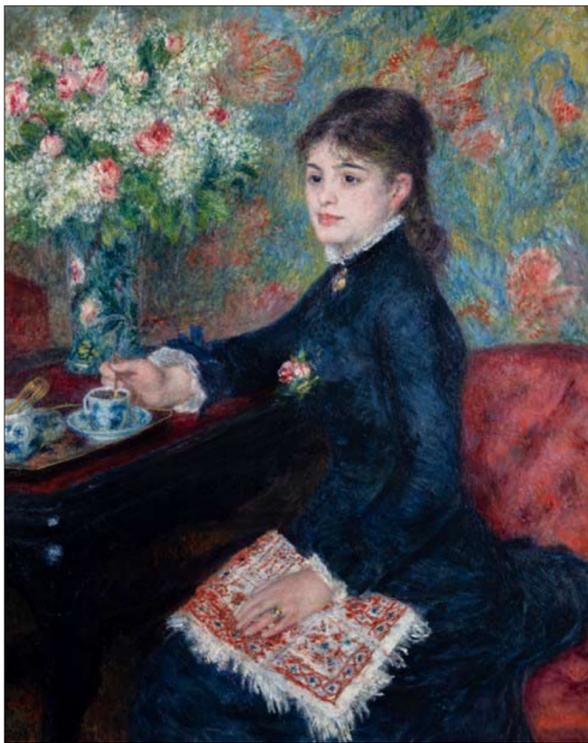
وميدان سباقات الخيل. خيالة هواة قرب عربة
لإدغار ديفا، 1876-1887، والمرأة ذات إبريق
القهوة لبول سيزان، 1890-1895.
من جهتها، قالت الدكتورة ثريا نجيم، مديرة
إدارة المقتنيات الفنية وأمناء المتحف والبحث
العلمي في متحف اللوهر أبوظبي: «سيكون
معرض «الانطباعية: على درب الحداثة»
بمناخ منصة تُعرض من خلالها أشهر الروائع
الفنية التي أبدعتها أُنامل فنانين من المدرسة
الانطباعية إلى اللوهر أبوظبي. حيث سيأخذ هذا
المعرض زواره في جولة بوحدة من أعظم فترات
القرن 19 وحتى نهاية القرن ذاته. فخلال
هذه الفترة، أعادت الثورة الصناعية صياغة

الجيل الجديد منها الذي نراه اليوم، وبينما
نجد اللوحات ذات الصبغة الانطباعية التي
أبدعتها أُنامل كل من مونيه وريينوار وسيزان
وموريزو وبيساو وسيسلي متأققة في قلب هذا
المعرض، فإنها تدخل في حوار مع أعمال رسامي
الجيل السابق أمثال مانيه، فضلاً عن أنصار
المشهد الواقعي في خمسينيات القرن 19 أمثال
(كوربييه، روسو، كورو) أو ما يسمى بالفنانين
الأكاديميين. ويسلط معرض «الانطباعية
على درب الحداثة» الضوء على الحد الفاصل،
أو بالأحرى مدى التذبذب، الذي ظهر بسرعة
بين جنباوت هذه الحركة الفنية، أو بين الدعوة
إلى تبني المنهج العصري والرغبة في تمجيد
الطبيعة وحدها.

للمرة الأولى في المنطقة احتفالاً منه بمرور 5
سنوات على تأسيس اللوهر أبوظبي. يُذكر أن
الأعمال الفنية التي سبغها المعرض مُستقدمة
أيضاً من بين مجموعة اللوهر أبوظبي الفنية،
علاوة على مجموعة من المقتنيات القديمة من
مؤسسات فرنسية بارزة مثل: المكتبة الوطنية
الفرنسية، ومتحف الفنون الزخرفية، ومتحف
اللوهر باريس. كما سيكشف اللوهر أبوظبي
للمرة الأولى أثناء فعاليات المعرض عن واحدة
من أبرز المقتنيات التي حصل عليها مؤخراً وهي
لوحة «فنان الشوكولا» للفنان بيير-أوغيس
رونوار، 1877 - 1878.

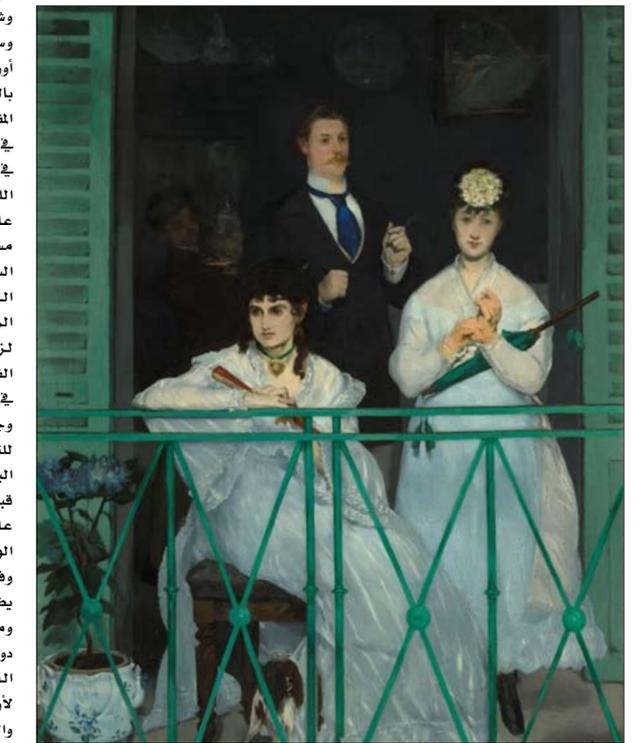
يُذكر أن معرض «الانطباعية: على درب
الحداثة» من تنسيق كل من سيلفي باتري
كبيرة أمناء المتحف/نائب مدير المجموعات
وشؤون أمانة المتاحف في متحف أورسيه،
وستيفان غيغان المستشار العلمي لرئيس متحف
أورسيه ومتحف دي لا أورانجيريه، وذلك
بالتعاون مع الدكتورة ثريا نجيم، مديرة إدارة
المقتنيات الفنية وأمناء المتحف والبحث العلمي
في متحف اللوهر أبوظبي.

أعلن اللوهر أبوظبي، في إطار الاحتفال بالذكرى
السنية الخامسة لتأسيسه، عن اعترامه
استضافة أكثر المعارض الانطباعية شمولاً في
المنطقة - «الانطباعية: على درب الحداثة»
في أبوظبي، والذي يُنظم بالشراكة مع متحف
أورسيه ومؤسسة متاحف فرنسا وبالتعاون مع
العديد من المؤسسات الفرنسية الرائدة. كما
يعد هذا المعرض المقرر انطلاقه خلال الفترة
من 12 أكتوبر 2022 حتى 5 فبراير 2023،
أحد أهم المعارض المكرسة لإبراز الانطباعية في
المنطقة كما سيسلط الضوء على العالم الجديد
الذي نشأ في الفترة من منتصف خمسينيات



في السياق ذاته، صرح كل من سيلفي باتري
كبيرة أمناء المتحف/نائب مدير المجموعات
وشؤون أمانة المتاحف وستيفان غيغان المستشار
العلمي لرئيس متحف أورسيه ومتحف دي
لا أورانجيريه، قائلين: «نحن سعداء لأننا
سنحظى بفرصة مشاركة هذه المجموعة الرائعة
من الأعمال الفنية الاستثنائية مع فئة جديدة
من الجمهور عبر إطلاق معرض «الانطباعية:
على درب الحداثة». فمن خلال تنظيم معرض
كهذا هو الأول من نوعه في المنطقة، والذي أعد
بمبادرة من متحف اللوهر أبوظبي، أردنا أن نقل
إلى العالم شغفنا بالانطباعية مع الحرص على
تقديم أسلوب فني جديد ومشوق. ويظل أسلوب
مانيه الفني ومنهج الانطباعية من معالم أكثر
الفتريات إبداعاً على الإطلاق، كما أنه من الرابع
أن نرى كيف أن الفنانين الذين تحدوا التغييرات
الاجتماعية والثقافية الكبرى لا يزال صدى
شهرتهم يتردد حتى يومنا هذا.»

كبير أمناء المتحف/نائب مدير المجموعات
وشؤون أمانة المتاحف في متحف أورسيه،
وستيفان غيغان المستشار العلمي لرئيس متحف
أورسيه ومتحف دي لا أورانجيريه، وذلك
بالتعاون مع الدكتورة ثريا نجيم، مديرة إدارة
المقتنيات الفنية وأمناء المتحف والبحث العلمي
في متحف اللوهر أبوظبي.



يستمر حتى 13 أغسطس بتنظيم من «حرفتي»

«إرثي» يدرّب 50 فتاة على فن التطريز في معسكر حرفتي الصيفي الأول



تقديم شهادات والتقاط صور تذكارية للمشاركات في المعسكر.
وقالت أمل بن خاتم، تنفيذي أول في مجلس إرثي: «تشكل الحرف
التقليدية مجالاً رائعاً لإبراز مواهب الفتيات، حيث يتعلمن خلال ورش
العمل التي يتضمنها المعسكر الصيفي كيفية تحويل مختلف القطع
إلى إبداعات فنية بروح معاصرة ترسخ قيمة الحرف التراثية، وتضفي
عليها لمسات المشاركات صبغة جمالية مستوحاة من التصاميم المعاصرة.
حيث نسعى إلى الاستفادة من خريجات برامج مجلس إرثي للحرف
المعاصرة ومشاركة خيراتهن التي اكتسبتهن من برامجنا المتنوعة
مع الفتيات اللاتي يمتلكن بذور الموهبة لتنميتها والوصول بها إلى
مستويات يستغلن من خلالها دخول عالم التصميم الاحترافي.»
يشار إلى أن برنامج حرفتي هو أحد برامج مجلس إرثي للحرف
المعاصرة، ويخصص برامج تدريبية للأطفال والناشئة، لتهيئة
جيل جديد من الحرفيين والحرفيات ليصبحوا قادرين على الانضمام
لعالم التصميم والحرفيين في المستقبل، من خلال إشراكهم في ورش
العمل والأنشطة والمنافسات التي تجمع بين التدريب على الحرف
التقليدية والمعاصرة، بهدف المحافظة على الحرف التراثية لدولة
الإمارات وضمان استدامتها وتمكين وتحفيز الأجيال الشابة على
تعلمها وتطويرها بأفكار مبتكرة.

وتتولى شبيخة علي النقيب، إحدى حرفيات برنامج «بدوة» تعليم
الفتيات حرفة التطريز، ومن خلال ورش العمل، التي تقام على مدى
4 أيام، حيث تتعلم المشاركات مهارات النسيج على الحقائقب الصيفية
لاستخدامها خلال الرحلات، بالإضافة إلى كيفية التطريز وتنفيذ
تصميم منتج نهائي مستوحى من حرفة التلي، والذي يجمع بين
التقنيات التقليدية والتصاميم المعاصرة، وتستهل الورش التدريبية
في المعسكر بنبرة عن الحرف الإماراتية عموماً وحرفة التطريز على
وجه الخصوص، حيث تتعرف المنتسبات من خلال الورش على حرفة
التطريز بطريقة ممتعة وبمبسطة، كما تمنحهن الفرصة لإبراز
مواهبهن ومهاراتهن اليدوية، إضافة إلى التوعية بلمة فراغ الإجازة
الصيفية بالأعمال التي تعود بالفائدة على المشاركات.

وتتولى شبيخة علي النقيب، إحدى حرفيات برنامج «بدوة» تعليم
الفتيات حرفة التطريز، ومن خلال ورش العمل، التي تقام على مدى
4 أيام، حيث تتعلم المشاركات مهارات النسيج على الحقائقب الصيفية
لاستخدامها خلال الرحلات، بالإضافة إلى كيفية التطريز وتنفيذ
تصميم منتج نهائي مستوحى من حرفة التلي، والذي يجمع بين
التقنيات التقليدية والتصاميم المعاصرة، وتستهل الورش التدريبية
في المعسكر بنبرة عن الحرف الإماراتية عموماً وحرفة التطريز على
وجه الخصوص، حيث تتعرف المنتسبات من خلال الورش على حرفة
التطريز بطريقة ممتعة وبمبسطة، كما تمنحهن الفرصة لإبراز
مواهبهن ومهاراتهن اليدوية، إضافة إلى التوعية بلمة فراغ الإجازة
الصيفية بالأعمال التي تعود بالفائدة على المشاركات.

معرض فني

ويختتم المعسكر انطلاقاً من رؤية مجلس «إرثي» للحرف المعاصرة،
التابع لنماء للارتقاء بالمرأة، والتي يسعى من خلالها إلى نشر التوعية
بقيمة الحرف الإماراتية التراثية، ومنح المشاركات فرص إبراز مهارتهن
بجماليات تصاميم الحرف والفنون اليدوية، إضافة إلى تسليط الضوء
على التصاميم وأعمال التطريز التي تبدها المشاركات.



منوعات

الفكر

27

يعتبر داستن هوفمان أحد أكثر الممثلين تنوعاً علي الشاشة الفضية، قاد هذا الضان المولود في لوس أنجلوس مهنة امتدت لأكثر من سبعة عقود وأنتجت عدد من أكثر الشخصيات إبداعاً وحيوية في تاريخ السينما.

احتفل هوفمان مؤخراً بعيد ميلاده الـ 85، الذي سُمي بهذا الاسم على اسم ممثل المسرح والسينما الصامته داستن فارنوم.

احتفل مؤخراً بميلاده الـ 85

داستن هوفمان . . سبعة عقود من الإبداع

2- ليني (1974) في دور ليني بروس تائق هوفمان في فيلم "ليني" من إخراج بوب فوس وتأليف جولييان باري. وحاز هوفمان على تقدير النقاد بوصفه واحد من أفضل 7 ممثلين في مجال الكوميديا، ما دشّن عقد السبعينيات من القرن الماضي كأفضل أوقات داستن هوفمان في التمثيل. ومن المثير للعجب أن تحيد جائزة الأوسكار لأحسن ممثل عن هوفمان في هذا الفيلم، وآل باتشينو في "الأب الروحي الجزء الثاني" وجاك نيلسون في "الحي الصيني" وتذهب في هذا العام المتخّم بالروائع إلى أرت كارني عن فيلم "هاري وتوتو".

3- توتسي (1982) في فيلم كوميدي تم إنتاجه في الولايات المتحدة سنة 1982، ومن إخراج سدي بولاك، ويبرع هوفمان إلى جانب جيسيكيا لانج وتري جار ودابني كوليمان، في دور مايكل دورسي. والفيلم عبارة عن كوميديا اجتماعية خفيفة تعالج قضية البطولة المتفشية في الوسط الفني، ويعرض للمشكلة التي يتعرض لها الممثل الملتزم. ويجسد هوفمان شخصية ممثل مسرحي يتكرر فشله في الحصول على دور في المسرح أو التلفزيون، ليس كونه ممثلاً رديئاً، بل لأنه من وجهة نظر المنتجين والمخرجين ممثل مزعج وفضولي يتدخل في عمل غيره. ويرى النقاد فيلم توتسي كمنفعة سينمائية تعبر بخفة ظل عن الحياة، إذ قدم الفيلم فتحاً جديداً في عالم الاستعراض. بلغت تكلفة إنتاج الفيلم حوالي 21 مليون دولار بينما حقق أرباحاً تقدر بما يزيد عن 177 مليون دولار.

4 - كرامر ضد كرامر (1979) بعد ترشيحه لثلاث جوائز أوسكار، كانت المرة الرابعة هي السحر عندما تم الاعتراف بهوفمان بدوره كأب أعزب حديثاً يكافح للحفاظ على حضنة ابنه بعد عودة والدته. قدم هوفمان دور تيد كرامر حساس ومحجوب، أمام جاستن هنري وميريل ستريب بأداء لا تشوبه شائبة تقريباً. والفيلم من إخراج وتأليف روبرت بينتون ومقتبس عن رواية الكاتب أفري كورمان بالاسم نفسه، حاز على أوسكار أفضل فيلم.

5- ماراثون مان (1976) يعد دور هوفمان في فيلم ماراثون مان للمخرج جون شليزنجر اكتشافاً لمن يشاهده أول مرة، حيث لعب دور توماس بابينجتون ليفي، عداء ماراثون يتورط مع مجرم حرب نازي (لعبه بشكل رائع لورانس أوليفيه)، وقدم الاثنان أداءً رائعاً يستحق الدراسة. وتنتقل أحداث فيلم الجاسوسية حينما يموت شقيق بيب (هوفمان) وهو جاسوس حكومي سري دون إخبار أي شخص ببعض المعلومات القيمة. ومن ثم فإن بيب مطلوب من قبل المجرم القاتل والحكومة للحصول على المعلومات التي يعتقدون أنه يمتلكها.

والتقدير مدى الحياة من AFI و Gothams و جولدن جلوب وأكثر. ومع ذلك، كانت سمعة هوفمان في مواقع التصوير ليست جيدة، حيث تحدث زملاء سابقون مثل ميريل ستريب والراحل سيدني بولاك عن سلوكه السيئ، بالإضافة إلى ذلك، تعرض إرثه لمزيد من التشويش بسبب مزاعم سوء السلوك الجنسي، وهو ما نفاه الممثل. هذا العام، يمكن رؤيته في أول ظهور إخراجي لأعمال مازالت في مرحلة الإنتاج.

5 أفلام دشنت تائق داستن هوفمان يعتبر داستن هوفمان أحد أكثر الممثلين تنوعاً على الشاشة الفضية، وقاد المولود في لوس أنجلوس مسيرة مهنية امتدت لأكثر من 7 عقود، مقدماً بعضاً من أكثر إبداعات الشخصيات حيوية في تاريخ السينما. من الصعب اختيار أي ممثل آخر في التاريخ يتمتع ببداية لحياته الفنية أفضل من هوفمان الذي كانت انطلاقته في الـ 10 سنوات الأولى مبهرة. تألقه الذي لا يمكن إنكاره جلب له جائزتي أوسكار، عن فيلمي "(1979) Kramer vs. Kramer" و "(1988) Rain Man"، وكلاهما فاز أيضاً بجائزة أفضل فيلم. وتمكن هوفمان من نيل جائزة (إيمي) لدوره في دور ويلي لومان في الفيلم التلفزيوني المقتبس عن "موت بائع متجول" (1985)، إلى جانب 3 جوائز بافتا.

1- الخريج (1967) قدم هوفمان دور بنجامين برادوك، البالغ من العمر 21 عاماً والذي تم إغواؤه من قبل امرأة متزوجة كبيرة السن (آن بانكروفت) في فيلم "الخريج".

أصبح الفيلم الإصدار الأعلى ربحاً لهذا العام، حيث حقق أكثر من 104 ملايين دولار في جميع أنحاء العالم. في دور بنجامين برادوك المتخرج حديثاً من الجامعة تائق داستن هوفمان في أبع أدواره في فيلم للمخرج مايك نيكولز، ومن تأليف كالدرويلينجهام وبك هنري استناداً إلى رواية الكاتب تشارلز ويب الصادرة بالاسم نفسه. وقدم هوفمان أداءً وضعه في قمة ممثلي العالم بمشهد الشهير والمعروف باسم "التطلع إلى مستقبل غامض". وامتلك هوفمان كيمياء ممتازة مع الممثلة المسرحية المذهلة آن بانكروفت. وفاز الفيلم بجائزة الأوسكار للإخراج. فيما حصل هوفمان على أول ترشيح لجائزة الأوسكار لأفضل ممثل، جنباً إلى جنب مع ترشيحات البافتا وجولدن جلوب كأحسن وجه جديد (وهي جائزة أفتيت الآن). يشار إلى أن النظرة الأخيرة لبنيامين والين (التي لعبت دورها كاترين روس المرشحة لجائزة الأوسكار) لحظة تاريخية في السينما.

هوس التمثيل

تخرج من مدرسة لوس أنجلوس العليا عام 1955، والتحق بكلية سانتا مونيكا بنية دراسة الطب، ثم غادرها بعد عام من أجل الانضمام لمسرح باسادينا، بدأ هوفمان التمثيل في مسارح برودواي. في عام 1960 ومُنح دوراً في مسرحية "نعم أيها الشاب الصغير"، ثم دوراً في مسرحية "طبائح الجنرال". ثم لم يظهر لعدة سنوات. واستكمل دراسته عند المخرج لي ستراسبرج في معهد "ستوديو الممثل" حتى عاد في أعمال مسرحية في عام 1964 مثل "انتظار جودوت" و"التادل الأبيكم". وبعد سنتين نال جائزة مسرح برودواي كأحسن ممثل عن دوره في مسرحية "رحلة الحصان الخامس".

الإنطلاق إلى السينما

اخترق هوفمان السينما بدور بنجامين برادوك، البالغ من العمر 21 عاماً والذي تم إغواؤه من قبل امرأة متزوجة كبيرة السن (آن بانكروفت) في فيلم للمخرج مايك نيكولز "الخريج" (1967). أصبح الفيلم هو الإصدار الأعلى ربحاً لهذا العام، حيث حقق أكثر من 104 ملايين دولار في جميع أنحاء العالم وترشح عن هذا الدور لجائزة الأوسكار.

عند النظر إلى العقد الأول لهوفمان في مجال صناعة الأفلام، من الصعب اختيار أي ممثل آخر في التاريخ يتمتع بعقد أفضل من الأفلام في بداية حياتهم المهنية. بأعمال مثل "Midnight Cowboy" (1970) "Little Big Man"، (1969)، "Papillon"، (1973) "All the"، (1974) "Lenny" رجال الرئيس (1976) و"ماراثون مان" (1976). وقد كوفئ تألقه الذي لا يمكن إنكاره بجائزتي أوسكار بالتمثيل، عن فيلم "(1979) Kramer vs. Kramer" و "(1988) Rain Man". وكلاهما فاز أيضاً بجائزة أفضل فيلم.

من بين الممثلين والممثلات الـ 44 الذين فازوا بجائزتي أوسكار أو أكثر، كان هوفمان واحداً من خمسة فائزين فازوا بأفضل فيلمين، الآخرون هم جاك نيكلسون، مارلون براندو، جين هاكمان و ماشرشالا علي. وقد تمكن أيضاً من الفوز بجائزة Emmy لدوره ويلي لومان في الفيلم التلفزيوني المقتبس عن "Death of a Salesman" (1985)، إلى جانب ثلاث جوائز BAFTA والعديد من الإنجازات.

VERDENS MEST VIDUNDERLIGE FILM

OSCAR VINDER BEDSTE UDENLANDSKE FILM
GOLDEN GLOBE VINDER BEDSTE UDENLANDSKE FILM

Mine aftener i
PARADIS



En film af GIUSEPPE TORNATORE

Med PHILIPPE NOIRET som Alfredo og SALVATORE CASICIO som Toto

Wreck Film Distribution

فيلم "Cinema Paradiso" الشهير يتحول إلى مسلسل من 6 حلقات

في الوقت نفسه، للمساعدة في إطلاق المسلسل، قال بيلاردي إنه يود إنتاج فيديو حول كيفية نشأة "سينما باراديسو"، سواء بشكل إبداعي أو من وجهة نظر الإنتاج.



باراديسو"، وستتناول العمل جيل ما بعد الحرب العالمية الثانية في إيطاليا ودوافعهم لإعادة التشغيل، متشابكة مع شغف ما بعد الحرب بالأفلام.

فيلم "Cinema Paradiso" للمخرج جوزيبي تورناتور الحائز على جائزة الأوسكار، والذي يدور حول سينما رابعة بصقلية حيث يبدأ صبي يُدعى توتو في حب الأفلام، يتم تحويله إلى مسلسل تلفزيوني سيكتبه ويخرجه تورناتور. يتم تطوير عرض "Paradiso" المكون من ست حلقات وفقاً لموقع "variety" من قبل المنتج المعروف الذي يتخذ من روما مقراً له ماركو بيلاردي، وهو موجود حالياً في الولايات المتحدة مع تورناتور للتفاوض على تفاصيل العمل. فاز فيلم "Cinema Paradiso" بجائزة لجنة التحكيم الخاصة في مهرجان كان السينمائي لعام 1989 قبل أن يفوز بجائزة الأوسكار لأفضل فيلم بلغة أجنبية في عام 1990 وبيع أكثر من 12 مليون دولار في صندوق الولايات المتحدة عبر Miramax في ذلك العام. قال بيلاردي إن سلسلة "Paradiso" ستكون نفس قصة الفيلم، ولكن بشكل موسع مع خطوط روائية مختلفة. وأضاف أن تورناتور يكتب حالياً المعالجة، مع خطط لتصوير العرض قريباً وتسليمه في عام 2023. تشمل العناصر التي يتم نسجها في سلسلة "باراديسو" قوة الأم، وتضامن الصديق، والجنس باعتباره من المحرمات، والترحيل القسري، والهروب، والاختلافات الاجتماعية الملحوظة، وفقاً لمواد استشهد بها بيلاردي خلال حديثه. تم نسج القصص الخلفية للشخصيات الرئيسية في قرية جيانكالدو الخيالية في صقلية، حيث تم إعداد "سينما

الفكر

مواد غذائية تسرع عملية الشيخوخة

الشيخوخة، لأنها تسبب الانتفاخ. وتابعت أنه بالإضافة إلى ذلك، من المفيد للحفاظ على الشباب طيبخ الطعام في المنزل في كثير من الأحيان، لأن الطعام في المطاعم غالبا ما يكون أكثر ملوحة لتحسين المذاق. وتوصلت الطبيبة إلى استنتاج مفاده أن "اتباع النظام الغذائي السليم وشرب الكثير من الماء وممارسة الرياضة بانتظام والنوم الجيد هي القواعد الرئيسية التي يجب اتباعها من أجل وقف الشيخوخة".

قالت الطبيبة وإخصائية التغذية الروسية، يلينا تيخوميروفا، إن الشيخوخة هي عملية طبيعية لا يمكن تجنبها، ولكن يمكن إبطاؤها، بما في ذلك عن طريق التغذية السليمة. وأشارت الطبيبة إلى أن قائمة المواد الغذائية التي يجب تجنبها تضم بالدرجة الأولى الحلويات والكربوهيدرات السريعة الأخرى، إذ أنها تدخل بسرعة إلى الدم وتسبب طفرات في مستويات الأنسولين، مما يؤثر سلبا على الجسم. وأضافت أن الأطعمة المالحة والكحول تساهم أيضا في إبطاء



حالة شائعة تصيب الشفاء قد يزيد عدم علاجها من خطر الإصابة بسرطان الجلد

مع تغير الفصول، من المحتمل أن يعاني البعض منا من جفاف الشفاء، وهي حالة شائعة، لكنها إذا تركت دون علاج فقد تكون خطيرة. وقال أحد الخبراء إن الشفاء الموية يمكن أن تكون في الواقع بسبب الحساسية. وأوضح العالم المعتمد والكيميائي، بروس غرين: "الشفاء الموية، أو الشفاء شديدة الحساسية من التهاب الشفة التحسسي (ACC)، تحدث عندما تظهر الشفاء منتفخة ويمكن أن يكون لها إحساس بالحرقان. وتبدو ذات ملمس مثل التقرح أو التشقق وقد تنتشر حول زوايا الفم".

وأشار بروس، مؤسس SOS Serum، إن البشرة الحساسة يمكن أن تكون ناجمة عن التهاب الجلد التماسي، كما يمكن أن تكون الشفاء شديدة الحساسية. وأضاف: "يمكن أن يحدث رد فعل تحسسي من قبل العديد من المهيجات بما في ذلك معجون الأسنان / غسول الفم ومستحضرات التجميل المعطرة وبعض مكونات أخطر الشفاء مثل زيت الخروع، أو المواد الحافظة والأدوية وبعض الأطعمة ومنتجات المطاط / اللاتكس".

وتحدث تفاعلات الحساسية عندما يصبح الجهاز المناعي شديد الحساسية تجاه مادة أو مسببات الحساسية. ويتشكل التهاب الشفة التحسسي نتيجة التهاب الجلد التماسي التحسسي الذي يصيب الشفاء. وعندما يحدث هذا يمكن أن تظهر الشفاء ملتفة ومتورمة ومتغيرة اللون ومتقشرة. ويمكن أن يبدو التهاب الشفة التحسسي في بعض الأحيان مثل الأكزيما، مع كون 90% من حالات التهاب الشفة التحسسي لها نفس الخصائص.

وتشمل معظم الحالات الشفة السفلية وعلى الرغم من أنها ليست حالة صحية خطيرة، إلا أنه يُعتقد أنها تزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد.

وإذا ترك التهاب الشفة التحسسي دون علاج فقد يتطور إلى سرطان الخلايا الحرشفية.

ولكن الحالة يمكن الوقاية منها وقد كشف بروس عن أهم نصائحه لتجنب المشكلة، قائلا إنه يجب ترطيب الشفتين بانتظام واستخدام علاج خال من العطور ومضاد للحساسية.

وتابع: "تأكد من احتواء منتجك على عامل حماية من الشمس SPF. وتحتاج الشفتين إلى حماية من أشعة الشمس تماما مثل باقي أجزاء الوجه والجسم. اشرب الكثير من الماء لترطيب جسمك بالكامل طوال اليوم، وهذا سيساعد على منع شفتيك من الجفاف الفطر والتشقق".



عمال يستخرجون جلود التماسيح في مزرعة في ضواحي بنوم بنه - اف ب

قرأت لك

فوائد البابونج



- كمشروب صباحي مفيد في نزلات البرد.
- يفيد في حالات الحمى كمخفض للحرارة.
- تشييط الدورة الدموية.
- مهدئ للأعصاب وفتح الشهية.
- طارد للغازات.
- مطهر للمعدة ومعالج للدسنتاريا.
- يفيد في حالات التهابات المسالك البولية.
- مستحلب البابونج يستخدم كعغرة لعلاج التهاب اللوزتين وتقرحات الفم وغسل العيون.
- ويمكن استخدام البابونج كمسحوق أو منقوع:
- في غسيل الشعر لمنع التساقط.
- كحمام ساخن للقدمين لعلاج الأمراض الفطرية وعلاج الصداع.
- يستخدم مسحوقه كبودرة للإلتهابات الجلدية.
- يستعمل لبخة لعلاج الالتهابات والرضوض.

سؤال وجواب

- من صاحب قصيدة البردة؟
- كعب بن زهير.
- ماذا تعني كلمة أفلاطون؟
- الشخص عريض الكتفين.
- من أول من أنشأ أسلوب الرسائل في الأدب العربي؟
- عبد الحميد الكاتب.
- ماذا قصدت العرب بكلمة ثالثة الأثافي؟
- الحجر الأكبر من الحجارة التي يوضع عليها القدر.

هل تعلم؟

- في القرن السابع عشر كان العلماء يسمون فلاسفة الطبيعة.
- درجة حرارة البرق قد تتسبب في موت الإنسان لأنها قد تصل إلى 30000 درجة مئوية، وبالفعل هي تسبب في موت الكثير من الناس حول العالم كل عام.
- يحتوي كوكب المريخ على غبار أكسيد الحديد، ولهذا فإن ذلك الكوكب يظهر لنا باللون الأحمر.
- مرض العمى اللوني هو مرض يصيب الرجال أكثر من النساء، لأن رجل من بين عشرين رجل يصاب بهذا المرض، ولكن امرأة واحدة ما بين مائتي امرأة تصاب به.
- كوكب عطارد لا يوجد حوله أي أقمار تدور من حوله، وهو يشبه في صفاته الكثير من صفات كوكب الأرض.
- أقصر وقت مسرحية في العالم بلغ 30 ثانية.
- المنهيات هي العلقات أو القصاصد القديمة في الشعر الجاهلي وكانت تكتب بماء الذهب.
- العرب قديماً كانوا يطلقون على الذهب اسم الأصفر الرنان.
- الذهب يوزن بالجرام والماس بالقيوط.
- الزمرد له اسم ثان هو الزيرجد وأن التبر هو تراب الذهب.
- الذبابة تهز جناحها حوالي (32) مرة في الثانية الواحدة.
- بعض النباتات تفرز سماً تقتل به النباتات المجاورة لها ليصبح الماء المتوافر لها وحدها.
- الفيل يشم رائحة الإنسان على بعد نصف كيلو متر.
- النسر لا تموت ولكنها تنتحر بسبب المرض.
- أصغر عصفور في العالم هو العصفور الذبابة.

قصة الفلاح الفقير

كان هناك فلاحا فقيرا يقضي يومه يعمل ومساءه يحلم لم يكن يملك في هذه الدنيا غير داره الصغيرة ودجاجة تبيض جمع بيضها في سلة صغيرة ووضعها في فراشه حتى لا يصل إليها الفار. وفي أحد الايام وبعد أن تناول عشاءه جلس على فراشه ينظر للدجاجة التي تتحرك امامه في الغرفة فقال: لقد جمعت لها الآن عشر بيضات وعندما يصبحن 21 سأجعلها ترقد عليه فيفقس البيض 21 ككتوتا تركها لتكبر ثم تضع بيضا كثيرا اتاجر في نصفه واجعلها ترقد على نصفه الاخر فيفقس كتابت أكثر فتكبر ويزيد الدجاج ويصبح عندي الكثير وابع منها واشترت عذرة وخروفا يتوالدا... وربما اشترت بعد ذلك بقرة صغيرة لتلد لي ثورا ويكون الدجاج قد اصبح عشرات وعشرات ويكون هناك عدة خراف وعزرات وقتها ذهب الى الوالي واخطب ابنته لتصبح زوجة لي ثم تلد لي ولدا يصبح هو ذراعي اليمين اربيه كما اشاء واتعارك معه لاجعله رجلا وعندما تدخل في ذلك زوجتي اصرخ عليها واضربها وهكذا بقدمي واقول لها اذهبي يا ابنة التيس، ثم رفص برجله رفسة قوية اطاح بها سلة البيض من الفراش فانكسر كل البيض وذهبت كل احلامه، وهذه اول كارثة، اما الكارثة الاخرى فان الوالي كان يمر بجوار بيت الفلاح وسمع حمله كله فدخل على الفلاح كالثور الهائج وامسك به وضربه ضربا مبرحا ثم قال له: هذا لانك رفست ابنتي بقدمك ولانك شيهنتي بالتيس وثالثا لانك تجرأت وتزوجت من ابنتي لعنك الله.

