

جامعة الإمارات تطرح
خمسة برامج للدكتوراة
في كلية التربية

لقاء الحميسي:
تربيت على حب المسرح وأحب
أن يكون لدي أغنياتي الخاصة



هل يمكن للزواج السوي
أن يقتلك حقاً؟



ريلمي تكشف عن أسرع معياري شحن مغناطيسي

كشفت شركة ريلمي النجاب عن معيار الشحن MagDart الجديد، الذي يعد - على حد قولها - أسرع معيار شحن مغناطيسي لهواتف أندرويد في العالم. وتقدم الشركة الصينية جهاز شحن مختلفين يدعمان المعيار MagDart الجديد، حيث يعمل جهاز الشحن الأول بسرعة 50 وات مع مروحة نشطة، ويمكنه شحن بطارية سعة 4500 مللي أمبير ساعة من صفر إلى 100% في غضون 54 دقيقة فقط، وكذلك كابل شحن نحيف يمكنه شحن الهاتف الذكي بقدرة تصل إلى 15 وات. وبالإضافة إلى ذلك، تقدم ريلمي مجموعة من الإكسسوارات المتكبرة، التي تدعم تقنية MagDart مثل محفظة MagDart، والتي تسع ثلاث بطاقات وبطارية باور بنك MagDart Power Bank للشحن أثناء التنقل، بالإضافة إلى غطاء MagDart Case، والذي يتيح إمكانية تزويد الهاتف الذكي بمعيار الشحن الجديد.

رئيسة وزراء تتعرض لعملية سطو

تعرضت رئيسة وزراء اسكتلندا، نيكولا ستيرجن، لعملية "سطو" في وضع النهار، لكنها ولحسن الحظ تمكنت من القبض على لصها الصغير. وبحسب صور تم تداولها عبر "تويتر"، "سرق" حذاء ستيرجن ذو الكعب العالي منها بعد أن خلعت لهووقوف على الحشيش الصناعي، خلال رحلة إلى إحدى حضانات الأطفال، حيث حدثت أولويات الحكومة للتعليم في السنوات الأولى. ومنذ عملية السرقة هي طفلة صغيرة كانت تجلس على الأرض، بينما وقفت ستيرجن خلفها وهي تضحك. وفي وقت لاحق أكدت ستيرجن في تغريدة عبر "تويتر" أنها تمكنت من استعادة حذاءها.

ابدأ بتناولها من اليوم.. 5 أطعمة تؤخر علامات الشيخوخة



يطمح الكثيرون في الحصول على بشرة خالية من التجاعيد وذات إشراق ونضارة شبابية. وبحسب ما نشره موقع "اونلي مع هيلث" Only My Health، فإن هناك طريقة بسيطة لكنها فعالة لمواجهة جميع أضرار الجذور الحرة في خلايا جسم الإنسان من خلال تناول طعام صحي غني بالعناصر الغذائية للفوز بمظهر شبابي وللمساعدة على التخلص من جميع علامات الشيخوخة المبكرة. يقول دكتور سارو سينغ، طبيب جراح، إن الطبيعة تزود الإنسان بمواد غذائية وفيرة على شكل فواكه وخضروات ملونة غنية بالفيتامينات والعناصر الغذائية والطاقة التي يحتاج إليها بشكل يومي، ومن ثم فإن تناول نظام غذائي صحي ومتوازن يساعد على عيش حياة خالية من الأمراض ويمكن أن يسهم في الوقوع على فقدان الدهون والحفاظ على وزن صحي، بما يحافظ على شباب العقل وبالتالي يعكس على باقي أعضاء الجسم بما فيها البشرة. وحدد تقرير الموقع 5 مواد غذائية مضادة للشيخوخة يمكن أن تسهم بفاعلية في التخلص من جميع علامات الشيخوخة المبكرة، كما يلي:

1. زيت الزيتون
إن زيت الزيتون البكر الصحي بالإضافة إلى فوائده المتعددة فهو يغذي الشعر والبشرة لأنه غني بالأحماض الدهنية الأحادية غير المشبعة وهو معروف بتأثيراته المضادة للالتهابات. يساعد زيت الزيتون على تحسين مرونة الجلد ويجعله متماسكاً، كما يعمل على تحسين ترطيب البشرة على المستوى الخلوي. ولأنه عامل مضاد للأكسدة، فإن زيت الزيتون يمنع عملية الأكسدة وهي العملية التي يتم فيها إنتاج مواد كيميائية تدمر الخلايا تسمى الجذور الحرة والتي يمكن أن تلحق الضرر بالخلايا ويمكن أن تساهم أيضاً في تطور السرطان.

2. الشاي الأخضر
يشتهر الشاي الأخضر كمشروب يحتوي على العديد من الفوائد الصحية، من بينها إنقاص الوزن وطرد السموم من الجسم وتحسين أداء الدماغ وتقليل مخاطر الإصابة بالسرطان والوقاية من مرض السكري وغير ذلك الكثير. يساعد البوليفينول، وهو مضاد للأكسدة يتوافر بمستويات عالية في الشاي الأخضر، على محاربة الالتهاب وحماية الكولاجين المخزن في الجسم. من خلال حماية وإصلاح الخلايا، تساعد مضادات الأكسدة الموجودة في الشاي الأخضر على مكافحة علامات الشيخوخة مثل الخطوط الدقيقة والتجاعيد وتمنحك بشرة صحية ذات مظهر شبابي طبيعي. وتساعد خصائص الشاي الأخضر المضادة للالتهابات على تقليل التورم والاحمرار والتهيج على الجلد كما يساعد على تهدئة الأمراض الجلدية الناتجة عن التهاب الجلد الجدي والصدفية والوردية ويحافظ على شباب البشرة لفترة طويلة.

3. الرمان
يفيد تناول الرمان الغني بفيتامين C ومضادات الأكسدة في الوقاية من أمراض القلب والسرطان والمساعدة في تحسين الهضم بالإضافة إلى فوائد متعددة للبشرة والجلد. يفيد الرمان في تحفيز الجسم على إنتاج الكولاجين بشكل طبيعي وبما يؤدي إلى تقليل الضرر الخلوي في الجسم. وتسهم مضادات الأكسدة في الرمان في تقليل ظهور التجاعيد والبقع الداكنة والخطوط الدقيقة من خلال زيادة معدلات تجديد الخلايا. كما تساعد هذه الفاكهة الرائحة في تقليل ضرر الجذور الحرة على الجلد مما يؤدي إلى تقليل الالتهاب وبالتالي تساعد في تقليل أعراض الأمراض الالتهابية مثل الأكزيما وحب الشباب.

4. البطاطا الحلوة
من المعروف أن البطاطا الحلوة واحدة من الخضروات الجذرية النشوية المفيدة لصحة والشهية كوجبة غذائية خفيفة لها العديد من الفوائد الصحية مثل دعم الرؤية وتحسين صحة الأمعاء وتحسين أداء جهاز المناعة والدماغ. أما الفوائد المتعلقة بالبشرة، فترجع إلى المستويات العالية من بيتا كاروتين والتي تتحول عند تناولها إلى الشكل النشط

5. العسل
يعتبر العسل الخام غذاء طبيعي رائع المذاق له فوائد صحية متنوعة، ويستخدم في العديد من العلاجات القديمة لعلاج الأمراض وتحسين ملمس الجلد والشعر وحماية الإنسان من الأمراض المختلفة. إن العسل الخام مليء بالمواد الكيميائية النباتية ومضادات الأكسدة التي تساعد على إطالة عمر الجلد. ويعد العسل الطبيعي مفيداً للغاية في تقليل الآثار السلبية للعديد من الملوثات وجزئيات الغبار، التي تتعرض لها البشرة باستمرار، بما يؤدي في نهاية المطاف إلى تقليل ظهور التجاعيد والخطوط الدقيقة على البشرة، بل ويمكنها مظهرًا قوياً.

هكذا تحافظين على سمرّة بشرتك

قالت خبيرة التجميل الألمانية بريجيت هوبر إن السمرّة، التي اكتسبتها البشرة خلال فصل الصيف بفضل الحمامات الشمسية، سرعان ما تزول بسبب بعض العوامل مثل الجفاف وملامسة الماء؛ حيث سرعان ما يزول اللون البرونزي الجذاب وتظهر القشور والبقع اللونية. ويمكن الحفاظ على سمرّة البشرة لأطول فترة ممكنة من خلال مواجهة الجفاف، وذلك باستعمال الكريمات، التي تحتوي على مواد مرطبة مثل الألو فيرا أو حمض الهالورونيك أو البانثينول. كما أن مستحضرات التجميل الغنية بالدهون تعد مناسبة لهذا الغرض؛ حيث إنها تحافظ على طبقة الحماية الطبيعية بالبشرة من ناحية وتحول دون ظهور القشور من ناحية أخرى. ومن المهم أيضاً تجنب الاستحمام بماء ساخن؛ نظراً لأنه يتسبب في جفاف البشرة.

هل من الآمن تناول العسل المجدد؟

تستمر اتجاهات الغذاء على مواقع التواصل الاجتماعي في جذب انتباه الناس، وآخر هذه الاتجاهات تجديد زجاجة ماء ملينة بالعسل وتناولها كمثليجات. وفي حين أن الاتجاه انتشر بشكل كبير على مواقع التواصل الاجتماعي وخاصة موقع "تيك توك"، إلا أن الخبراء لا ينصحون باستهلاك العسل بكميات كبيرة. يرتبط السكر الطبيعي في العسل ببعضه البعض ويبدأ في تكوين بلورات صغيرة تقوي العسل. وفي حين أنه من غير الواضح من الذي بدأ هذا الاتجاه، فإن الكثير من الأشخاص يقومون بتغييرات عليه حيث يضيف البعض شراب الذرة إلى المزيج لجعله أقل سماكة، قبل تجميده وتناوله. قالت الدكتورة بوجا تاكر، رئيسة قسم التغذية في مستشفى بهاتيا في مومباي، إن العسل المجدد أو العسل الخام المحفوظ في التلاجة غير آمن. العسل غير المالح يحتوي على جرثبات وبكتيريا طفيلية الوشيقة التي يمكن أن تسبب اضطرابات عصبية وأمراض معدية ومعوية. وحذرت مرضى السكري والأشخاص الذين يعانون من حساسية مضطربة ضد الفركتوز من تناوله. ذكرت ممارسة الأيورفيدا الدكتورة ديكسا بهافسار أن العسل يجب أن يستهلك بكميات صغيرة فقط وفي درجة حرارة الغرفة. وقالت لوفغ إنديان إكسبرس، إن تناول كمية كبيرة من العسل ليس بالأمر المثالي.

غسالة أطباق مدمجة صغيرة توفر المياه

أطلقت شركة هيت وركس نسلحتها الأولى من غسالة الأطباق "تيترا" المدمجة التي تم تصميمها خصيصاً لتوفير المياه وغسل الأطباق في المساحات الصغيرة. تتميز غسالة الصحون "تيترا" بأنها لا تحتاج إلى أي وصلات سباكة؛ فكل ما تحتاجه هو منفذ كهربائي قياسي. كما تتميز بأنها ملائمة لغسل المواد البلاستيكية مثل ألعاب الأطفال والعبوات التي قد تدرب في غسالة الأطباق العادية، والأواني الزجاجية الدقيقة، إضافة إلى كونها ملائمة لتنظيف الفاكهة. تحتاج "تيترا" إلى مأخذ كهربائي للطاقة، ولكنها لا تتطلب أي خرطوم تعبئة أو تصريف مثل غسالة الأطباق القياسية. بدلاً من ذلك، يقوم المستخدمون بصب ثلاثة لترات من الماء في خزان المياه وتحميل أطباقهم المتسخة. يمكن لـ "تيترا" تنظيف وتجفيف ثلاثة أطباق عشاء، وثلاثة أطباق خبز، وثلاثة أكواب، وثلاث شوكة، وثلاث ملاعق، وثلاثة سكاكين. هناك خمس خيارات لدورات التنظيف، من بينها خيار تنظيف الفاكهة القياسية، وخيار تنظيف الأدوات البلاستيكية. أقصر دورة هي الدورة الاقتصادية، حيث تستغرق 30 دقيقة للغسل وأقل من ساعة إذا قمت بإضافة التجفيف. أطول دورة هي الدورة القياسية التي تستغرق حوالي ساعة واحدة للغسل وما يزيد قليلاً عن ساعة واحدة مع التجفيف.

كيف تقرأ الرسائل المحذوفة على واتس آب بسهولة

تسمح ميزة الحذف في واتس آب بإلغاء الرسائل من جهاز المرسل، ومع ذلك، لا تزال هناك حلول تمكن المستلم من رؤيتها بعد حذفها، مثل تطبيق WAMR، الاختصار لعبارة استرداد الرسائل المحذوفة وتنزيل الحالة. يتيح التطبيق استعادة الرسائل التي قد تحذف قبل قراءتها، وتنزيل تحديثات الحالة من واتس آب. ووفق صحيفة إنديان إكسبرس، يمكن استخدام WAMR؛ لتنشيط التطبيق، يجب تنزيله من غوغل بلاي وإعادة. ستعين تحديد التطبيقات التي سيلتقط إشعاراتها، مثل واتس آب، وتيلغرام وإنستغرام. عند الانتهاء من الإعداد بالكامل، يمكن العثور على جميع الإشعارات الواردة، بما في ذلك الإشعارات المحذوفة داخل واجهة WAMR. وبمجرد أن يبدأ WAMR في الالتقاط، يمكن رؤية أي رسالة محذوفة في واجهة التطبيق، مصنفة حسب نوافذ الدردشة الفردية، تماماً مثل شاشة واتس آب الرئيسية. كيف يعمل التطبيق؟؛ تعرض الرسائل المحذوفة، يتطلب WAMR الوصول إلى الإخطارات، ويسمح منح حق الوصول إلى الإشعارات التطبيق القدرة على استعادة الرسائل المحذوفة دون محاولة تسجيل الدخول إلى حساب واتس آب المستخدم.



أفضل تطبيق للإقلاع عن التدخين خلال 6 أيام

يدرك الأشخاص الذين يدخنون دائماً، الآثار السيئة لهذه العادة، لكنهم لا يستطيعون إقناع أنفسهم تماماً بالإقلاع عنها. حتى لو أبقوا أنفسهم بعيداً عن السيارة لبضع ساعات، فإن الرغبة في التدخين تظل تلح عليهم، مما يجعل من الصعب للغاية مقاومتها. تم مؤخراً تصميم تطبيق جديد يسهل عملية الإقلاع عن التدخين خلال ستة أيام فقط. يعمل هذا التطبيق على إقناع المدخنين بأهمية ترك هذه العادة السلبية. وقد قامت شركة كويتشور بإطلاق التطبيق الجديد، الذي يعمل على الجوانب النفسية والذهنية للمدخنين، لتغيير طريقة تفكيرهم ومشارعهم حيال التدخين. وقال خبراء الشركة، إن هذا التطبيق يحتوي على مزيج من النصوص ومقاطع الفيديو والتمارين التي تتفقد الناس حول الجوانب السلبية المختلفة للتدخين. ولا يركز البرنامج على الجوانب الصحية التي يعرفها الجميع عن مضار التدخين، ولكنه يتعامل مع جميع عمليات التفكير التي تحدث في ذهن المدخن.

اكتشاف مثير يتعلق بحلم العثور على حياة بالنفء

كشفت باحثان عن معلومة صادمة تتعلق بإمكانية استضافة كوكب مكتشف حديثاً في الفضاء لأحد أشكال الحياة. ووفق بحث أجراه أوليفيه ديماغيون من جامعة بورتو، والبروفيسور ماريا أوسوريو، من مركز علم الأحياء الفلكية، فإن كوكبا يقع على بعد 35 سنة ضوئية من الأرض، قد يائي كائنات أو أحد أشكال الحياة. وأطلق العلماء على الكوكب الذي تم رسده في كوكبة "فولان الجنوبية"، اسم "غولديلوكس"، والذي يقع في مسافة متالية بالنسبة للشمس، تسمح بدفق المياه الكامنة في باطنه إلى السطح. ونقلت صحيفة "ديلي ستار" البريطانية، عن البروفيسورة ماريا أوسوريو، المشاركة في الدراسة من مركز علم الأحياء الفلكية في مدريد، قولها، "قد يكون للكوكب في المنطقة الصالحة للحياة غلاف جوي داعم وحامي من الإشعاعات". جدير بالذكر أن العلماء توصلوا إلى اكتشافهم بعد تحليل البيانات التي تم جمعها بواسطة التلسكوب الضخم "إل تي"، التابع للمرصد الفضائي الأوروبي في تشيلي.





جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي
KHALIFA INTERNATIONAL AWARD FOR DATE PALM
AND AGRICULTURAL INNOVATION

**المحفزات الحيوية من أجل الاستدامة الزراعية
في النظام البيئي لواحات نخيل التمر**

منوعات الفكر

22



شرطة أبوظبي تحرر 27076 مخالفة

انشغال بغير الطريق في 6 أشهر

•• أبو ظبي- الفجر

خالت مديرية المرور والدوريات بشرطة أبوظبي 27076 سائقا خلال النصف الأول من العام الجاري بسبب الانشغال عن الطريق أثناء قيادة المركبة والتي تصنف ضمن المخالفات الخطيرة، حيث تؤدي إلى وفيات وإصابات بليغة على الطرق وفق الإحصاءات والدراسات التحليلية للحوادث والمخالفات المرورية مؤكدة على أهمية التركيز في القيادة، ومراقبة الطريق لتجنب انحراف المركبة.

وأوضحت أن الانشغال بغير الطريق يؤدي إلى الانحراف المفاجئ بسبب استخدام الهاتف لتصفح الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي أو إجراء مكالمات، أو التقاط الصور والتقاط السائق للتحدث إلى مرافقيه، وغيرها من الملهيات والسلوكيات التي قد تؤدي إلى عواقب وخيمة وتكمن خطورتها في التسبب بوقوع حوادث مرورية نتيجة إلى عدم الانتباه للطريق أثناء القيادة.

وأكدت الاهتمام المستمر بإطلاق حملات توعية مرورية توعوية بكافة اللغات وعبر مختلف وسائل الإعلام بما فيها وسائل التواصل الاجتماعي من أجل رفع مستوى الثقافة المرورية لدى السائقين ومستخدمي الطريق.

وذكرت أنه يتم تطبيق البند (32) بشأن قواعد وإجراءات الضبط المروري رقم (178) لسنة 2017، "أ" الانشغال عن الطريق أثناء قيادة المركبة باستعمال الهاتف "ب" الانشغال عن الطريق أثناء قيادة المركبة بأي صورة كانت " ومخالفاتها الغرامة المالية 800 درهم و4 نقاط مرورية "

كتاب جديد صدر عن الأمانة العامة لجائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي

المحفزات الحيوية من أجل الاستدامة الزراعية في النظام البيئي لواحات النخيل نحو تحسين نخيل التمر يتحمل الإجهاد الحيوي واللا أحيائي

التشجير (AMF) والبكتيريا الجذرية المعززة لنمو النبات (PGPR). إلى جانب ذلك، تساهم هذه الأسمدة الحيوية أيضاً في تطوير وإنتاج نخيل التمر مقاوم للظروف المناخية القاسية، يستطيع التعامل مع الضغوط البيئية، كما يحدد الكتاب العمليات والآليات التي طورتها نباتات النخيل المعالجة في اختيار البكتيريا والفطريات الغربية والمحلية، لفهم الأسس الزراعية الفسيولوجية والكيميائية الحيوية للأسمدة الحيوية نحو الزراعة المستدامة بما يساهم في خفض المشاكل البيئية المرتبطة باستخدام الأسمدة الكيماوية على نطاق واسع في التربة مثل مجموعات البكتيريا والفطريات المفيدة بما في ذلك الفطريات



في التربة مثل مجموعات البكتيريا والفطريات المفيدة بما في ذلك الفطريات

من جهته فقد أكد الدكتور عبد الوهاب زايد أمين عام جائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي، بأن إصدار هذا الكتاب يهدف إلى نشر ثقافة نخيل التمر والابتكار الزراعي بين مختلف الفئات، وفق منهج علمي يساهم في تنمية المعرفة للنهوض بقطاع زراعة النخيل وإنتاج التمور، وخلق بيئة إيجابية محفزة على الإبداع والابتكار في القطاع الزراعي. وأضاف أمين عام الجائزة أنه تم وضع فصول هذا الكتاب لتحديد نهج مبتكر يهدف إلى تطوير الاستدامة الزراعية في النظم البيئية الهشة لواحات نخيل التمر. وإنشاء كفاءة بيولوجية ناجحة، من خلال دمج التعديلات العضوية مثل السماد العضوي مع الكائنات الطبيعية الدقيقة

•• أبو ظبي- الفجر

صدر عن الأمانة العامة لجائزة خليفة الدولية لنخيل التمر والابتكار الزراعي كتاب جديد بعنوان "المحفزات الحيوية من أجل الاستدامة الزراعية في النظام البيئي لواحات النخيل" باللغة الإنجليزية، للباحث الدكتور عبد الإله مديش، من جامعة القاضي عياض بالمملكة العربية، تناول فيه مرض البيوض والجفاف والملوحة وقلة المادة العضوية بالتربة ومحتواها المعدني وانتشار كثير للأفات بصفحتها من الأسباب الرئيسية لخسائر مزارع نخيل التمر. حيث يمكن معالجة هذه المشاكل من خلال استخدام الأسمدة الحيوية في إنتاج المحاصيل المستدامة.

140 طالباً وطالبة من 25 جنسية في برامج الماجستير

جامعة الإمارات تطرح خمسة برامج للدكتوراة في كلية التربية



معايير محددة للقبول قائمة على التنافسية والمستويات الأكاديمية للطالبة. ولضمان الاستمرارية في تلك المنح، لا بد للطالب أن يحافظ على مستوى أكاديمي متميز. من جانبه أشار الدكتور علي شحادة منسق برنامج الماجستير، إلى أن الكلية تطرح برامج الماجستير في ثلاثة تخصصات رئيسية هي: المناهج وطرق التدريس، والقيادة التربوية، والتربية الخاصة، بالإضافة إلى 5 مسارات فرعية في تخصص المناهج وطرق التدريس وهي: اللغة الإنجليزية، واللغة العربية، والرياضيات، والعلوم والدراسات الاجتماعية. وتهدف البرامج إلى بناء قاعدة علمية متميزة لدى المعلمين يستطيعون من خلالها تطبيق المهارات والخبرات المتقدمة في المجال التربوي، وتصميم بيئة تعليمية يكون المعلمون فيها محوراً مهماً للممارسات التربوية، والتفكير في الممارسات المهنية وأثرها على المتعلمين، والقدرة على إنتاج الأبحاث التربوية (الكمية والنوعية) التي تساهم في تحسين وتطوير العملية التعليمية، بالإضافة إلى القيام بأدوار قيادية لبناء شراكة فاعلة مع الهيئات والوزارات والمراكز البحثية، المدير بالذکر، أن عدد الطلبة المنتسبين لبرامج الماجستير يبلغ أكثر من 140 طالباً وطالبة في مختلف التخصصات التي تطرحها الكلية، وهم يمثلون أكثر من 25 جنسية، وفي كل تخصص من تخصصات البرنامج يمكن للطلاب أن يختار ما بين



•• العين- الفجر

تشهد برامج الدراسات العليا الدكتوراة والماجستير، التي تطلقها كلية التربية في جامعة الإمارات، إقبالاً كبيراً من الطلبة لتلبية حاجة سوق العمل والمؤسسات التربوية والتعليمية من الكوادر والكفاءات ذات التخصص الأكاديمي العالي، حيث بلغ عدد الطلبة المنتسبين ببرامج الدراسات العليا 203 للعام 2020-2021، 63 طالباً وطالبة في برامج الدكتوراة، و140 طالباً وطالبة في برامج الماجستير يمثلون 25 جنسية.

اعتماد برامج إعداد المعلمين في الولايات المتحدة الأمريكية، إلى تعزيز هذه الشراكات وضمان تقديم خدمات أكاديمية عالية عالية الجودة. ومن جهته أشار الدكتور حسن تيراب، منسق برنامج الدكتوراة في الكلية، إلى أن عدد البرامج المطروحة حالياً هو 5 برامج: دكتوراة في المناهج وطرق التدريس، دكتوراة في طرق تدريس العلوم، دكتوراة في التربية الخاصة، دكتوراة في القيادة التربوية، ودكتوراة في اللغات، ويبلغ عدد الطلبة المنتسبين ببرامج الدكتوراة 63 طالباً وطالبة معظمهم في برنامج القيادة التربوية. وأضاف "تنظم الكلية دورة واحدة للتسجيل خلال العام الأكاديمي تبدأ في شهر سبتمبر القادم، فيما تجرى المقابلات في شهري مارس وإبريل، ويستغرق البرنامج 6 فصول دراسية للطلاب المتفرغين، ومن 10-6 فصول دراسية للطلاب غير المتفرغين، ويلتحق الطلبة في برامج الدكتوراة من خلال منح دراسية كاملة أو جزئية من الجامعة، تتضمن

فيما بعد عدد البرامج للدكتوراة المطروحة حالياً في كلية التربية بجامعة الإمارات 5 برامج ومن المقرر أن تنظم الكلية دورة واحدة للتسجيل خلال العام الأكاديمي تبدأ في شهر سبتمبر القادم. وقالت الدكتوراة نجوى الجوسني، عميد كلية التربية بالإمارة، "الكلية بجامعة الإمارات أن" الكلية تقوم حالياً على تطوير خطط تعاون وشراكات دولية مع عدد من برامج الماجستير المطروحة في جامعات عالمية مرموقة في هونغ كونغ والولايات المتحدة الأمريكية وفنلندا، وذلك بهدف تبادل الخبرات والارتقاء ببرامج الماجستير الأمر الذي يؤهل الطلبة ليس فقط من الناحية النظرية الأكاديمية وإنما من الناحية التطبيقية العملية. وسوف يساهم الاعتماد الأكاديمي الدولي الذي حصلت عليه الكلية مؤخراً في مايو 2021 من مجلس

المختلفة، وينتمي أعضاء هيئة التدريس العاملين في الكلية إلى أكثر من 14 جنسية حول العالم بما في ذلك عدد من الأساتذة الإماراتيين.

التخصصين والباحثين من ذوي الكفاءات العالية والخبرة الطويلة في المجال التربوي بالتدريس والإشراف على رسائل الماجستير ومشاريع التخرج في البرامج

سنة فصول دراسية بما في ذلك الفصل الصيفي، ويحد أقصى قدره ثمانية فصول دراسية في كل الأحوال. تقوم نخبة من الأساتذة

المتفرغ كلياً أن يُنجز البرنامج في مدة زمنية تقدر بستين دراستين (أي خمسة فصول دراسية بما في ذلك الفصل الصيفي) وستين ونصف للطلاب غير المتفرغ (أي

أن بعد رسالة ماجستير أو يقدم مشروع تخرج، وكذلك يمكن للطلاب المتفرغين بهذه البرامج أن يكون متفرغاً للدراسة بشكل كامل أو جزئي. يستطيع الطالب

منوعات

23

إذا كنت عالقا في زواج غير مرض، فإن بحثا جديدا مثيرا للقلق من إسرائيل يقترح أنه يجب عليك الحصول على حل لمشكلات الزواج أو المخاطرة بالموت في وقت مبكر.

وعبر استكشاف بيانات صحية واسعة النطاق تعود إلى أكثر من 30 عاما، قام فريق من جامعة تل أبيب بتتبع الوفيات وأسباب وفاة أكثر من 10000 رجل.



فشل العلاقة الزوجية يعد سيئا مثل التدخين!

هل يمكن للزواج السيء أن يقتلك حقا؟

ويقول معدو الدراسة إن السلطات الصحية يجب أن تروج للعلاج بالزواج كوسيلة لتحسين صحة الرجل ومساعدته على العيش لفترة أطول. وتغطي CVA مجموعة متنوعة من الحالات التي تؤثر على تدفق الدم إلى الدماغ، بما في ذلك السكتة الدماغية والنوبات الإقفارية وتمدد الأوعية الدموية وانسداد الشرايين. وقال معد الدراسة الدكتور شاهر ليف آري: "تظهر دراستنا أن جودة الزواج والحياة الأسرية لها آثار صحية على متوسط العمر المتوقع. والرجال الذين أبلغوا عن تصورهم لزواجهم على أنه فشل، ماتوا أصغر من أولئك الذين اختبروا زواجهم على أنه ناجح للغاية". وأضاف: "أردنا تحليل البيانات التي جمعت طوليا باستخدام معايير مختلفة لتحديد عوامل الخطر السلوكية والنفسية الاجتماعية التي يمكن أن تتنبأ بالوفاة من CVA والوفاة المبكرة لأي سبب من الأسباب". وفي وقت مبكر من الدراسة التي استمرت 32 عاما، طلب من المشاركين ترتيب مستوى رضاهم عن الزواج على مقياس من 1، ناجح جدا) إلى 4، غير ناجح. ويعني آخر، برز مستوى الرضا عن الزواج كعامل تنبؤي متوسط العمر المتوقع بمعدل يقارن

غير سعيد، كانوا أكثر عرضة بنسبة 69.2% للوفاة من السكتة الدماغية من أولئك الذين كانوا سعداء بزواجهم. وعند النظر في جميع حالات الوفاة المبكرة بين الرجال، كان معدل الوفيات أعلى بنسبة 19% لدى الرجال الذين قالوا إن زواجهم كان غير مرض. ووجد المعدون أن الرجال الذين شعروا بأن زواجهم



الآباء يعانون أيضا من اكتئاب ما بعد الولادة تماما مثل النساء

تشير دراسة جديدة إلى أنه في حين أن اكتئاب ما بعد الولادة هو ظاهرة معروفة لدى النساء، إلا أن الرجال معرضون لخطر الإصابة بهذه الحالة أيضا. ونظر الباحثون في مستشفى الأطفال في شيكاغو إلى آباء وأمهات الأطفال الخدج في وحدات العناية المركزة لحديثي الولادة.

ووجدوا أنه في حين تم تحديد إصابة ثلث الأمهات الجدد بهذه الحالة، فإن ما يقارب خمس الرجال يعانون منها أيضا. ويقول الفريق إن النتائج تقدم دليلا على الحاجة إلى المزيد من البرامج الموجهة إما للرجال فقط أو لكلا الجنسين للمساعدة في علاج أعراض الاكتئاب ومساعدة الآباء الجدد على التكيف. وتشير النتائج التي توصلنا إليها إلى الحاجة إلى زيادة الاهتمام بالصحة العقلية للآباء الجدد، أثناء إقامة أطفالهم في وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة وبعد الخروج من المستشفى، كما قال المؤلف الرئيسي الدكتور كريغ غارفيلد، مدير برنامج ابتكارات صحة الأسرة والطفل في لوري للأطفال: "هذا أمر بالغ الأهمية، ليس فقط من

الخروج، ويمكن أن تتنبأ الفحوصات الأولية غالبا، بما إذا كانت المريضة ستصاب بالاكتئاب بعد الولادة أم لا في الشهر الأول من حياة الطفل. وأظهرت النتائج أن 33% من الأمهات الجدد تم تشخيصهن بالحالة وكذلك 17% من الآباء. ووجد الباحثون أيضا أن درجات الاكتئاب الأساسية للآباء من المرجح أن تظل كما هي نسبيا في كل نقطة من نقاط الفحص، في حين أنها غالبا ما تنخفض بمقدار عشرة أضعاف بالنسبة للآباء عند إحضار الطفل إلى المنزل. ويلاحظ الفريق أن الآباء الذين لديهم اكتئاب ما بعد الولادة هم أقل عرضة للمشاركة في الأنشطة المبكرة في حياة الطفل التي تساعد على نوم مثل القراءة أو التحدث إليه في سن مبكرة. والأطفال الذين يعانون أبائهم من هذه الحالة هم أيضا أكثر عرضة للإصابة بضعف النمو المعرفي والعاطفي واللغوي. وقال غارفيلد: "إن الاختلاف غير المتوقع الذي وجدناه في مسار أعراض الاكتئاب بين الأمهات والآباء بعد إحضار أطفالهم الخدج إلى المنزل يؤكد أهمية الوصول إلى الآباء، الذين قد لا يدركون حتى أنهم بحاجة إلى المساعدة أو يعرفون إلى أين يتجهون عندما يكونون في ضائقة مستمرة". وتابع: "نحن بحاجة إلى برامج تفحص عليها كلا الوالدين للاكتئاب، وتنظيف الأسرة بشكل استباقي حول الأعراض المحتملة وتقديم دعم للصحة العقلية خلال هذا الوقت العصيب". ويشير إلى أن الولادات المبكرة أو ولادة أكثر من طفل في وقت واحد (توأمان وثلاثة توأمين وما إلى ذلك) يمكن أن تؤدي إلى زيادة احتمالية إصابة المرأة بالاكتئاب ما بعد الولادة. وتلاحظ مراكز السيطرة على الأمراض أيضا أن نحو 4% من الآباء الجدد سيعانون من هذه الحالة، خاصة الآباء الأصغر سنا، أو الآباء الذين أصيبوا بالفعل بالاكتئاب في مرحلة ما قبل ولادة الطفل.



محكمة رأس الخيمة الابتدائية
دائرة الأمور المستعملة
الإمارات للمزادات
EMIRATES AUCTION

تعلم محكمة رأس الخيمة الابتدائية - دائرة الامور المستعملة - عن بيع السيارات التالية عن طريق شركة الإمارات للمزادات ش.م.د.م. في تمام الساعة الخامسة مساء يوم الأربعاء الموافق 11 أغسطس 2021 والثلاث الأيام التالية وعلى من يرغب بمعاينة السيارات بزيارة موقع المزاد أو بزيارة الموقع الإلكتروني WWW.EmiratesAuction.COM وفي حالة الاعتراض مراجعة قسم التنفيذ المدني أثناء الدوام الرسمي.

Table with columns: نوع المركبة, رقم اللوحة, رقم القضية, رقم الترخيص, رقم المزاد, اسم المالك, رقم المزاد, تاريخ المزاد, وصف المزاد. Contains multiple rows of vehicle auction data.

حكومة رأس الخيمة
دائرة المحاكم

الأحد ٨ أغسطس ٢٠٢١ العدد ١٣٣٠٩
١٣٣٠٩ / ٢٠٢١ / ١٣١٧٤
مقدم من: المنذر ابراهيم مدوح ابراهيم المدوسي عبد العليم بصفتة وكيل عن السيد / يانديغ جابو - مدينى الجنسية بموجب وكالة رقم 23822/2019 تصديقات رأس الخيمة
١300000 درهم الفدية (١٥٠٠٠٠ درهم الفدية) ومبلغ غرامة اداء العتمة ومبلغ اداء
هاتف رقم ٠501950141 البريد الإلكتروني: mr.abrahim@doh.gov.ae
" ضد" المنذر / اليه / اكسين مينج - سينية الجنسية - تعمل جواز سفر رقم
E22250949/ التعاون / محل المختار، بإمارة دبي - متعلقة على - مجمع سي
لاستثمار الاول - محل رقم G33 محل مركز باب الشفاء الطبي الصيني التقليدى.
هاتف رقم /056780444 هاتف رقم /042999316 رقم مكاني 0525071413 رقم مكاني
١547662939
"الوضوح" المنذر على تكليف بالوفاة
(1) بموجب عقد الإقراض الموقع في 28/3/2018 في دولة الإمارات العربية المتحدة
تم الاتفاق بين موكلنا والمنذر / اليه / والمتعلق على حصة التوقيعات بموجب العقد المبرم
الدعوى 2977 لسنة 2020 حيث انجزه في مرضى.
(2) حيث انه ووفقاً لما قرره فى المادة 1/1 من العقد المبرم بين المنذر والمنذر اليه تمت بند
حقوق الطرف الاول (المنذر) والزامته، بصالح الطرف الاول (المنذر) بنسبة 100% من %
اجمالي الاموال اللازمة لانشاء العمل و تمت بنسبه 100 % من راس مال المشروع قبل
استرداد تكلفه العمل. اما بعد استرداد الطرف الاول (المنذر) / يانديغ جابو) لتكلفه يمثل
الطرف الاول (المنذر) 60% من الأرباح والأصول لهذا العمل. ويمثل الطرف الثاني هانيو
شي 40% من الأرباح والأصول لهذا العمل بعد استرداد الطرف الاول (المنذر) لتكلفه حيث
اتفقا على مبدأ استرداد التكلفة أولاً ثم توزيع الأرباح.
(3) وحيث انه تم تأسيس الشركة حتى يومنا هذا لم تقموا بمسداد صافي الكتفه أو
توزيع الأرباح والخسائر وفقاً لتبند العقد. ولصوتته على الشركة وكبمساريف
التأسيس وللأرباح وخصص المنذر رقم تقويمه برده مصاريف التأسيس التقدر اوضلاً في
العقد 1200000 درهم فقط مليون ومئتين درهم فقط ما هو متوقع عليه بنبدو العقد.
(4) (لذلك) - فاننا نطالبه بهذا الإلتزام كمتلبيكته وإلجارك له لتلايكون لك حجة من
بعده، وذلك في موعد غايته خمسة أيام من تاريخ تسدده هذا الإلتزام. ولا نستظهر الى
إتحاد كافة الاجراءات القانونية المدنية نحو المحالفة برده مصاريف التأسيس خلال خمسة اوسلا
بالقيد بمبلغ 1200000 درهم اليه كنتم سدادها حتى تاريخه والعياند القانونية بواقع
12 % حتى سداد التام. ووابها ملكي رقم تسديه 60% من راس مال الشركة والتأشير
بذلك في السجل التجارى والرخصه التجارية للشركه.

الأحد ٨ أغسطس ٢٠٢١ العدد ١٣٣٠٩
١٣٣٠٩ / 2021 / 13174
مقدم من: المنذر ابراهيم مدوح ابراهيم المدوسي عبد العليم بصفتة وكيل عن السيد /
يانديغ جابو - مدينى الجنسية بموجب وكالة رقم 23822/2019 تصديقات رأس الخيمة
١300000 درهم الفدية (١٥٠٠٠٠ درهم الفدية) ومبلغ غرامة اداء العتمة ومبلغ اداء
هاتف رقم ٠501950141 البريد الإلكتروني: mr.abrahim@doh.gov.ae
" ضد" المنذر / اليه / اكسين مينج - سينية الجنسية - تعمل جواز سفر رقم
E22250949/ التعاون / محل المختار، بإمارة دبي - متعلقة على - مجمع سي
لاستثمار الاول - محل رقم G33 محل مركز باب الشفاء الطبي الصيني التقليدى.
هاتف رقم /056780444 هاتف رقم /042999316 رقم مكاني 0525071413 رقم مكاني
١547662939
"الوضوح" المنذر على تكليف بالوفاة
(1) بموجب عقد الإقراض الموقع في 28/3/2018 في دولة الإمارات العربية المتحدة
تم الاتفاق بين موكلنا والمنذر / اليه / والمتعلق على حصة التوقيعات بموجب العقد المبرم
الدعوى 2977 لسنة 2020 حيث انجزه في مرضى.
(2) حيث انه ووفقاً لما قرره فى المادة 1/1 من العقد المبرم بين المنذر والمنذر اليه تمت بند
حقوق الطرف الاول (المنذر) والزامته، بصالح الطرف الاول (المنذر) بنسبة 100% من %
اجمالي الاموال اللازمة لانشاء العمل و تمت بنسبه 100 % من راس مال المشروع قبل
استرداد تكلفه العمل. اما بعد استرداد الطرف الاول (المنذر) / يانديغ جابو) لتكلفه يمثل
الطرف الاول (المنذر) 60% من الأرباح والأصول لهذا العمل. ويمثل الطرف الثاني هانيو
شي 40% من الأرباح والأصول لهذا العمل بعد استرداد الطرف الاول (المنذر) لتكلفه حيث
اتفقا على مبدأ استرداد التكلفة أولاً ثم توزيع الأرباح.
(3) وحيث انه تم تأسيس الشركة حتى يومنا هذا لم تقموا بمسداد صافي الكتفه أو
توزيع الأرباح والخسائر وفقاً لتبند العقد. ولصوتته على الشركة وكبمساريف
التأسيس وللأرباح وخصص المنذر رقم تقويمه برده مصاريف التأسيس التقدر اوضلاً في
العقد 1200000 درهم فقط مليون ومئتين درهم فقط ما هو متوقع عليه بنبدو العقد.
(4) (لذلك) - فاننا نطالبه بهذا الإلتزام كمتلبيكته وإلجارك له لتلايكون لك حجة من
بعده، وذلك في موعد غايته خمسة أيام من تاريخ تسدده هذا الإلتزام. ولا نستظهر الى
إتحاد كافة الاجراءات القانونية المدنية نحو المحالفة برده مصاريف التأسيس خلال خمسة اوسلا
بالقيد بمبلغ 1200000 درهم اليه كنتم سدادها حتى تاريخه والعياند القانونية بواقع
12 % حتى سداد التام. ووابها ملكي رقم تسديه 60% من راس مال الشركة والتأشير
بذلك في السجل التجارى والرخصه التجارية للشركه.

الأحد ٨ أغسطس ٢٠٢١ العدد ١٣٣٠٩
١٣٣٠٩ / 2021 / 13174
مقدم من: المنذر ابراهيم مدوح ابراهيم المدوسي عبد العليم بصفتة وكيل عن السيد /
يانديغ جابو - مدينى الجنسية بموجب وكالة رقم 23822/2019 تصديقات رأس الخيمة
١300000 درهم الفدية (١٥٠٠٠٠ درهم الفدية) ومبلغ غرامة اداء العتمة ومبلغ اداء
هاتف رقم ٠501950141 البريد الإلكتروني: mr.abrahim@doh.gov.ae
" ضد" المنذر / اليه / اكسين مينج - سينية الجنسية - تعمل جواز سفر رقم
E22250949/ التعاون / محل المختار، بإمارة دبي - متعلقة على - مجمع سي
لاستثمار الاول - محل رقم G33 محل مركز باب الشفاء الطبي الصيني التقليدى.
هاتف رقم /056780444 هاتف رقم /042999316 رقم مكاني 0525071413 رقم مكاني
١547662939
"الوضوح" المنذر على تكليف بالوفاة
(1) بموجب عقد الإقراض الموقع في 28/3/2018 في دولة الإمارات العربية المتحدة
تم الاتفاق بين موكلنا والمنذر / اليه / والمتعلق على حصة التوقيعات بموجب العقد المبرم
الدعوى 2977 لسنة 2020 حيث انجزه في مرضى.
(2) حيث انه ووفقاً لما قرره فى المادة 1/1 من العقد المبرم بين المنذر والمنذر اليه تمت بند
حقوق الطرف الاول (المنذر) والزامته، بصالح الطرف الاول (المنذر) بنسبة 100% من %
اجمالي الاموال اللازمة لانشاء العمل و تمت بنسبه 100 % من راس مال المشروع قبل
استرداد تكلفه العمل. اما بعد استرداد الطرف الاول (المنذر) / يانديغ جابو) لتكلفه يمثل
الطرف الاول (المنذر) 60% من الأرباح والأصول لهذا العمل. ويمثل الطرف الثاني هانيو
شي 40% من الأرباح والأصول لهذا العمل بعد استرداد الطرف الاول (المنذر) لتكلفه حيث
اتفقا على مبدأ استرداد التكلفة أولاً ثم توزيع الأرباح.
(3) وحيث انه تم تأسيس الشركة حتى يومنا هذا لم تقموا بمسداد صافي الكتفه أو
توزيع الأرباح والخسائر وفقاً لتبند العقد. ولصوتته على الشركة وكبمساريف
التأسيس وللأرباح وخصص المنذر رقم تقويمه برده مصاريف التأسيس التقدر اوضلاً في
العقد 1200000 درهم فقط مليون ومئتين درهم فقط ما هو متوقع عليه بنبدو العقد.
(4) (لذلك) - فاننا نطالبه بهذا الإلتزام كمتلبيكته وإلجارك له لتلايكون لك حجة من
بعده، وذلك في موعد غايته خمسة أيام من تاريخ تسدده هذا الإلتزام. ولا نستظهر الى
إتحاد كافة الاجراءات القانونية المدنية نحو المحالفة برده مصاريف التأسيس خلال خمسة اوسلا
بالقيد بمبلغ 1200000 درهم اليه كنتم سدادها حتى تاريخه والعياند القانونية بواقع
12 % حتى سداد التام. ووابها ملكي رقم تسديه 60% من راس مال الشركة والتأشير
بذلك في السجل التجارى والرخصه التجارية للشركه.

حكومة دبي
محاكم دبي
DUBAI COURTS

إخطار عدلي بالنشر
رقم (6495/2021)
العدلي ١٣٣٠٩ بتاريخ ٢٠٢١/٨/٨

حكومة دبي
محاكم دبي
DUBAI COURTS

إخطار عدلي بالنشر
رقم (6495/2021)
العدلي ١٣٣٠٩ بتاريخ ٢٠٢١/٨/٨

محكمة رأس الخيمة الابتدائية
دائرة الأمور المستعملة
الإمارات للمزادات
EMIRATES AUCTION

تعلم محكمة رأس الخيمة الابتدائية - دائرة الامور المستعملة - عن بيع السيارات التالية عن طريق شركة الإمارات للمزادات ش.م.د.م. في تمام الساعة الخامسة مساء يوم الاثنين الموافق 9 أغسطس 2021 والثلاث الأيام التالية وعلى من يرغب بمعاينة السيارات بزيارة موقع المزاد أو بزيارة الموقع الإلكتروني WWW.EmiratesAuction.COM وفي حالة الاعتراض مراجعة قسم التنفيذ المدني أثناء الدوام الرسمي.

Table with columns: نوع المركبة, رقم اللوحة, رقم القضية, رقم الترخيص, رقم المزاد, اسم المالك, رقم المزاد, تاريخ المزاد, وصف المزاد. Contains multiple rows of vehicle auction data.

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
الشؤون الفنية والتعاون الدولي
إدارة الكاتب العدل والتصدقات
العدلي ١٣٣٠٩ بتاريخ ٢٠٢١/٨/٨

المرجع: 208
ليكن معلوما لجميع بأن السيد / روى جلال عبد الله حسن، الجنسية السودان
ترغب في البيع والتنازل عن كامل حصته البالغه 100% وذلك الى السيد :
عوض موسى غفاري الحاج الجنسية السودان في الرخصة (صافون المروج الجميلة
لتجميل) والتي تأسست بامارة الشارقة بموجب رخصة رقم (769601) الصادرة
من دائرة التسمية الاقتصادية. وعملائنا لمدة (14) فترة (5) من احكام القانون
الاتحادي رقم (4) لسنة 2013 في شأن الكاتب العدل. فقد اقتضى نشر هذا الاعلان
للعلم وانه سوف يتم التصديق على الاجراء المشار اليه بعد اسبوعين من تاريخ هذا
الاعلان فمن لديه أي اعتراض حيال ذلك عليه مراجعة مكتب الكاتب العدل المذكورة
لاتباع الاجراءات القانونية
مركز سعادة التعاملين
القاضي / هشام احمد عوضين
محكمة الشارقة
الحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدلي ١٣٣٠٩ بتاريخ ٢٠٢١/٨/٨

إعلان مدعي عليه بالنشر
في الدعوى 2002922 / 0002922
أداء SHCFIICPL2021 أمر اءاء
المدعي عليه : هادف محمد عبدالله بن موهين الكعبي الإمارات العربية المتحدة / الجنسية
تعدكم بأن المدعي مؤسسة عبدالعزيز محمد الماجد الإمارات العربية المتحدة / الجنسية.
قد اقام المدعي المذكورة أصدر الحكم الاتمعي
رقم المحكمة / نامر بإلزام المدعي عليه أن يؤدي للمدعية مبلغا وقدره (100000) درهم
(مئة مائة الف درهم) والزمته بالتفاد بمقدار 50% منها من تاريخ قيد الدعوى وحتى تمام
السداء والزمته بالصوروات. حكما قابلا للتئناف خلال 15 يوما اعتبارا من اليوم التالي
للإعلان، ويقوض هذا الجهاد دون منكم على الحكم الاتمعي ويستخذم بحكمه الاجراءات
القانونية لتنفيذ دية الضمك.
مركز سعادة التعاملين
القاضي / هشام احمد عوضين
محكمة الشارقة
الحكمة الابتدائية المدنية

الإمارات العربية المتحدة
وزارة العدل
العدلي ١٣٣٠٩ بتاريخ ٢٠٢١/٨/٨

إخطار عدلي بالنشر
رقم (6495/2021)
العدلي ١٣٣٠٩ بتاريخ ٢٠٢١/٨/٨

منوعات الفكر

26

أصدرت الهيئة المصرية العامة للكتاب ضمن سلسلة "دراسات أدبية" منذ أيام قليلة كتاب "الحرب والسرد رواية رماد الشرق لواسيني الأعرج نموذجاً" للدكتور محمد أبوعوف، ويتكون الكتاب من ستة فصول إضافة للمقدمة والخاتمة.

هذا الكتاب هو الدراسة الأولى التي أفردت للروائي الجزائري واسيني الأعرج في مصر، والدراسة الأولى التي أفردت لرواية من أهم الروايات التي صدرت للكاتب، حيث جاء ذكرها ودرست في كتب أخرى لكن مع أعمال مجمعة للأعرج.

"الحرب والسرد" كتاب جديد لمحمد أبوعوف عن تجربة الجزائري واسيني الأعرج



تحدث أبوعوف في الفصل الأول "أدب الحرب في روايات الأجيال" عن روايات الأجيال التي تناولت الحرب مؤرخاً لها، وسارداً لمسارها وتطورها لأن الرواية محل الدراسة تنتمي لروايات الأجيال. والفصل الثاني المدخل التاريخي وضع القارئ أمام الواقع التاريخي للمنطقة العربية - وهو الذي تناوله الأعرج في الرواية - بداية من الثورة العربية الكبرى وصولاً لسقوط برجى التجارة العالمي، حتى يكون القارئ على دراية بالأحداث الحقيقية. وقسم الدراسة إلى أربعة محاور، المحور الأول هو مقدمة الرواية فيقول في مقدمة الفصل: "قدم واسيني الأعرج روايته رماد الشرق في مائة وست وأربعين صفحة، قبل أن يبدأ في الأحداث الحقيقية التي جاءت على لسان بابا شريف واسترجع فيها الأحداث، وظهر على لسانه كل الشخصيات التاريخية الأساسية والفرعية. وفي هذه المقدمة عرض القضايا كلها التي حكاها بالتفصيل داخل الرواية.

ويمكننا أن نعتبر المقدمة هي تلخيص للرواية التي تتكون من جزئين "خريف نيويورك الأخير" والجزء الثاني "الذئب الذي نبت في البراري" ومجموع صفحاتهم ألف ثلاث وثلاثين صفحة". والمحور الثاني هو المنظور الروائي، وهو الفصل الأطول في الكتاب يتكون من خمسين صفحة وقال في التمهيد: "فأى رواية أو أي أمر يُروى أو ينقل بأي شكل من الأشكال له منظور معين، وفي مجال الرواية فالكتاب لا يروى بنفسه للقارئ، إنما يتخفى خلف راوٍ تخيلي أو ما يسمى "الأنا الثانية للكاتب"، أو عدة رواة، كل يروي من وجهة نظره، وتكتمل الرؤية للمتلقى من خلال تجميعه للروايات المختلفة أثناء القراءة.

وقد استخدم واسيني أكثر من راوٍ في هذا العمل، فهي رواية متعددة الأصوات (البوليوفونية)". والمحور الثالث "ثنائية الحب والمقاومة" عرض بشكل منفصل قصص الحب في الرواية، وكيف أثرت في مسار الأحداث، ودور المرأة في تاريخ المنطقة من خلال الشخصيات الروائية، ويقول "طرح الأعرج من خلال الحب قضايا مهمة، كما أنه ناقش من خلاله الفارق بين مقاومة الرجل ومقاومة المرأة، فالمرأة ترى أن المقاومة هي الحياة، والتغلب على الموت وليس الهروب منه، فهي لأنها التي تحمل وتلد،



386 فيلماً في الدورة الجديدة لمهرجان الأفلام القصيرة بتونس

أعلنت إدارة مهرجان بانوراما الفيلم القصير الدولي في تونس، برئاسة المخرج التونسي كمال بويج، عن عدد الأفلام المشاركة في الدورة الجديدة من المهرجان.

وذكرت إدارة المهرجان - عبر صفحتها الرسمية بمواقع التواصل - أن عدد الأفلام المشاركة وصلت إلى 386 فيلماً، وتندرج المشاركات تحت ثلاثة أقسام هي: الأفلام الروائية القصيرة واللوثاقية قصيرة والتحريك قصيرة. وينطلق المهرجان في الفترة ما بين الأول إلى الثالث فبراير 2022، وحددت إدارة المهرجان شهر يوليو الماضي، كموعده لانتهاء تقديم الأفلام القصيرة من مختلف الدول المشاركة بالمهرجان والمقرر إقامته بمدينة الثقافة في شارع محمد الخامس بتونس العاصمة.

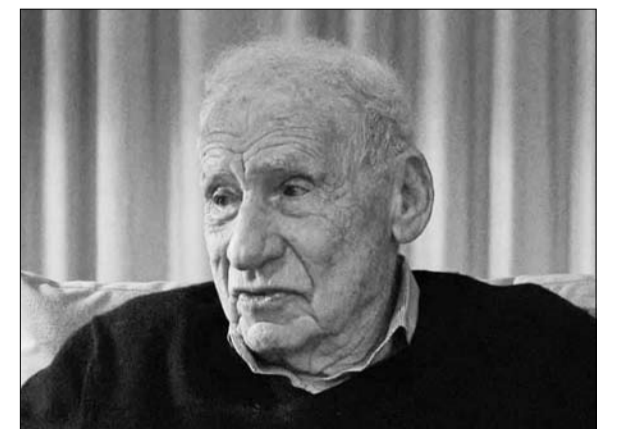
يذكر أن المشاركات المصرية من الأفلام القصيرة تصدرت الرقم الأول من ترشحات المهرجان بليبيا تونس ومن شروط المهرجان أن تكون الأعمال المشاركة تم إنتاجها ما بين عامي 2019 و 2021 كما يجب على المتقدم الإشتراك بفيلم واحد فقط.

ومهرجان الفيلم القصير الدولي الذي يقام بتونس، تأسس عام 2016، ويستقبل المشاركات من كل أنحاء العالم.

الكوميديان ميل بروكس يكتب مذكراته في سن الـ 95

أعلن الكوميديان والمخرج ميل بروكس، عن إصداره لكتاب يحمل مذكراته، والتي كتبها وهو عمره يناهز الـ 95 عاماً، وتأتي بعنوان "All About Me: My Remarkable Life in Show Business". وبحسب جريدة الجارديان البريطانية، فإن الكتاب يصدر عن دار نشر بنجوين، في 30 نوفمبر المقبل، بالولايات المتحدة الأمريكية، والمملكة المتحدة.

ويتناول الكتاب كل ما يتعلق بطقولة بروكس في نيويورك، وخدمته في الحرب العالمية الثانية، إضافة إلى شراكته الإبداعية مع الراحل كارل رايتنر، وزواجه لمدة 40 عاماً من أن بانكروفت، وكيف تم تحويل فيلمه "The Producers" إلى مسرحية موسيقية حائزة على جوائز عدة. ووصفت دار النشر المذكرات، المكونة من 400 صفحة بأنها "قصة أسرة لهوليوود وما وراءها، كما رواها أحد أشهر الممثلين عليها، هذه الشهادة لأكثر من 70 عاماً من العمل الرائع ستكون، بالطبع، مضحكة، ولكن أيضاً بها الكثير من الصراحة والحنين، مثل الفنان الأسطوري نفسه.. بينما وصف بروكس عملية الكتابة بأنها "مبهجة وفي بعض الأحيان حلوة ومررة، وقال: «أمل أن يستمتع عشاق الكوميديا بالقصص التي تكمن وراء عملي، وأن يستمتعوا حقاً بضحيتي في هذه الرحلة الرائعة».



أبو العلا: الكتاب يحتضن ملحمة حوارية مع النخب المحلية والإقليمية والعالية

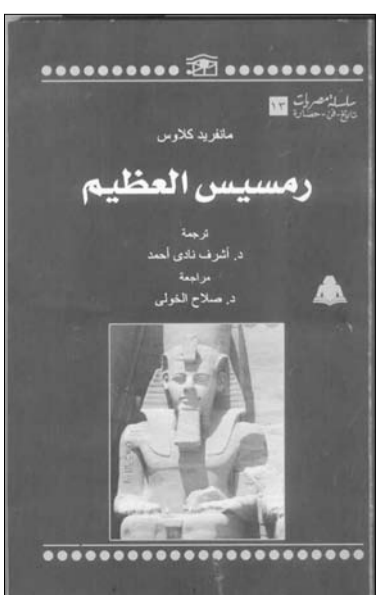
صدور كتاب «حديث التاريخ للمستقبل» 47 حواراً مع رموز الفكر والثقافة»



صدر للدكتور محمد حسين أبو العلا الكاتب وأستاذ علم الاجتماع السياسي كتاب «حديث التاريخ للمستقبل» 47 حواراً مع رموز الفكر والثقافة عن دار المحروسة في 412 صفحة. يستهل المؤلف كتابه مؤكداً أنها كلمات قديمة بحكم التاريخ، حاضرة بحكم المعنى والجواهر والقيمة شامخة بجدة الوعي متأقفة بنفاذ البصيرة ودقة الرؤية وثبات الموقف... كلمات نسفت الضجوة الزمنية بين لحظة ما قبلت ولحظة تجليها اليوم، فلا يزال استحضرها يمثل معايشة للتوجه الذهني بعد أن خدمت جذوة الإرادة الذاتية للأجيال المعاصرة التي أثرت عزلة العقل واحتجابه عن الاشتباك مع مفردات الواقع ساعية نحو الاستمساك بالعقل البديل باعتباره القائد التاريخي للمسيرة الإنسانية التي لا ترتضى مطلقاً بذلك الفث القديم المتألك. ويضيف أن هذا الكتاب قد جاء ليحتضن بين دفتيه ملحمة حوارية مع النخب المحلية والإقليمية والعالية أقامها شاب طامح جسور له عقل مسكون بالمعرفة ونفس شغوفة بالوقوف على كنه هذه المعرفة لتتعلم كيف تقرأ العالم بالسؤال وروح يلغها الشجن القدس لكنها طواعة للجديد عاشقة للتغيير



رمسيس العظيم .. أحدث إصدارات الهيئة المصرية العامة للكتاب



ملكاً على مصر الموحدة، بقطريها البحري والقبلي، واستمر بحكم 67 سنة.. ويشير المؤلف إلى أصل كلمة رمسيس، فهي مكونة من مقطعين: رع= إله الشمس، و (موس= طفل) فهو طفل الإله رع ومحبوبه، ويضاف إلى المقطعين كلمة «سو»، وتعني ساق نبات البيري، أما رمسيس فهي النطق اليوناني للاسم، وذلك أن الكاهن «مانبتون»، الذي كتب في تاريخ مصر القديمة كان يعيش في عصر البطالة وهم من الإغريق وقد حكموا مصر حوالي ثلاثة قرون.

الجيزة، وحين كان رمسيس يبلغ من العمر خمسة وعشرين عاماً، تم تنويجه ملكاً على مصر. حينها قام الكهنة والمترلون ومقبو الشعائر، بتأدية العديد من الطقوس السحرية، ثم صب أحدهم ماء مقدساً على رأس الفرعون وكثفيه، وأخذ يتلو: أنا أظهرك بهذا الماء اللهي بكمال الحياة، والحكم، والدوام، والصحة، وسعادة القلب، ولتحفظ بالبعد من الاحتفالات السنوية مثل رع، على الدوام.. وتم دهن رمسيس بالدهن تسع مرات لحمايته من كل سوء، وأصبح

عده شمالاً حتى وصلت نهري الفرات ودجلة، وامتدت جنوباً في إفريقيا حتى موقع دولة الصومال حالياً. ويبرز لنا الكاتب كيفية تنصيب الملك رمسيس الثاني حاكماً على مصر؛ فبعد وفاة الفرعون «سيتي الأول» أسرع الوزراء والكهنة وأهل الحل والعقد إلى تنويج رمسيس الثاني، لأن زمنًا بلا ملك هو زمن الفوضى للحققة، ظلأم يجب على مصر أن تتخطاه بسرعة، وفي السبع والعشرين من مايو، وفي منف التي أصبحت الآن قرية «بيت رهينة» الواقعة بمركز البدرشين في محافظة

لا تحصى في كل أنحاء مصر، كما أن سيرته الذاتية على قدر كبير من الأهمية لمعرفة تاريخ مصر القديمة في مرحلة الدولة الحديثة، وتميز هذه السيرة عن غيرها من السير الذاتية في التركيز الشديد على صاحبها والتصور حول، وهذا التمحور حول الفرعون لم يكن في أي مكان كما كان في مصر. وقد تسمى رمسيس حسيماً يطلعنا الكتاب بألقاب عدة، فهو: الإله حورس الحي على الأرض، قائد الجيوش، مدمر الأعداء، ولا غرو في ذلك، إذ امتدت حدود الإمبراطورية المصرية في

كثير من المناظر تم تصويره على أنه أعظم الفراعنة، وكان هذا بالضبط هو هدفه من تصوير نفسه دون توقف في طول البلاد وعرضها، سواء بالصورة أو بالنص، وبشكل لم يفعله أي حاكم قبله وربما بعده. ويشير الكاتب إلى أنه بعد معركة قادش التي صور رمسيس نهايتها على أنها انتصار له، لم يتم رمسيس عملياً بقيادة أية حملة عسكرية بنفسه، ومع هذا لم يتوقف تصوير نفسه كمحارب. على أن موروث هذا الفرعون يتمثل بالدرجة الأولى فيما خلفه من آثار

صدر حديثاً عن الهيئة المصرية العامة للكتاب برئاسة هيثم الحاج علي، وضمن سلسلة مصريات، كتاب «رمسيس العظيم»، الذي ألفه أستاذ التاريخ وعلم المصريات بالجامعات الألمانية البروفيسور «مانفريد كلاوس»، وترجمه إلى العربية أشرف نادي أحمد، بينما راجعه صلاح الخولي، الأستاذ بكلية الآثار - جامعة القاهرة. ومن الصفحات الأولى للكتاب تعرف أن الفرعون «رمسيس الثاني»، كان قد حكم في الفترة من (1213-1279 ق.م) وهو بحق فرعون الأرقام القياسية، وفي

منوعات

الفكر

27

تمتاز باختلافها عن نجومات جيلها من الفنانة لتقدرتها على تقديم الأدوار الإبداعية والرومانسية والكوميديّة، وقد نجحت في إتقان هذه الألوان، فمع محمد هنيدي في فيلم "عسكر في المعسكر" نافست بقوة وكشفت عن موهبتها في الأداء الكوميدي، بعد النجاح الكبير لها في سلسلة "راجل وست ستات". وأخيرا قدمت شخصية (نادين) في مسلسل (ضد الكسر) وكانت نقلة جديدة في مسيرتها الفنية، الفنانة لقاء الخميسي.. تتحدث عن التمثيل والغناء وحبها للموضة، وهل سيخوض زوجها لاعب الكرة الشهير محمد عبد المنصف تجربة التمثيل؟ وسر شخصية "موفاسا" في "ليون كينج" وتفاصيل جديدة أخرى في هذا الحوار.



أحب دائما أن أقدم كل دور بنقطة جديدة واكتشاف جديد لأسرار التمثيل داخلي

لقاء الخميسي: تربيت على حب المسرح وأحب أن يكون لدي أغنياتي الخاصة

المقبلة؟
- زوجي منشغل كثيرا بالرياضة ويحبها وأشك أن يتجه إلى التمثيل، الفترة الحالية عرض عليه كثير من الإعلانات واحتمال أن يقدم أحد الإعلانات وأن يكون وجهة إعلامية لإحدى الماركات المعروفة، لكن لا أعتقد أنه سيمثل لأن حبه الأكبر هو الكرة فخطته القادمة بعد الاعتزال أن يكون مدربا عاما.
• لديك حب كبير لممارسة الرياضة فما سر رشاقتك؟
- البيت كله عاشق للرياضة، أحب الرياضة قبل أن أعرف بزوجي، أنا أحب التنس والسباحة، وأغبر كل فترة الرياضة التي أعبها لكي لا أشعر بالملل، كما أنني أحب اليوكسج والإسكواش، فالرياضة تعطيني طاقة إيجابية وأنصح الناس بممارسة الرياضة للحفاظ على الصحة حتى لو ممارسة الرياضة في المنزل، وأحب دائما أن يكون جسمي رياضيا مثلا فترات حملي زاد وزني فلا أحب الوزن المثلث.
• وهل ابناك يملكان مواهب فنية؟
- نعم ويتمتعان بصوت جميل، وابني الصغير أيضا يحب التمثيل، وابني الكبير غنى معي أغنية راب وصوته حلو، لكنه مهتم أكثر بالرياضة، أسر سيكون مثلنا موهوبا وبالفضل يأخذ كورس تمثيل حاليا.



عندما بحثت عن فكرة التريند وجدت أنه أمر لطيف لأنه يساعد أي فنان أن يرتفع أجره، فالسوشيال ميديا أصبح لها علاقة كبيرة بأجر الفنان وترشحات الفنان وجوده في أحداث عالمية، السوشيال ميديا ليست فقط لنشر الصور والأخبار ولكن تتكلم بالفلوس، فالترند يعني فلوسا ويعني أن فلوسك زادت وأنه تم البحث عن اسمك كثيرا في الدول العربية لأنك أصبحت ترند، فكرة اختلاق الأحداث أنها طريقة لأن الفنان يقدم فنا فأسهم الفنان تزيد مع الشهرة والوجود والأخبار المهمة، فالترند يعني وجودا كبيرا وهذا أي فنان يتمناه، لكن بالنسبة لي للأسف الشديد لا أعرف أن أقوم به ولا أحب أن أعمل شيئا قد يؤدي مشاعري لأنني أعتبر نفسي رومنتيكية فليس ستايلي ولكني لست مختلفة مع من يبحث عن التريند لأن هذا أولوياته وهو حر.
• قدمت حفلا غنائيا منذ فترة قريبة في ساقيه الصاوي كيف كانت التجربة؟
- تجربة الغناء في ساقيه الصاوي كانت لطيفة وكنت أقصد أن تكون التجربة بسيطة وفي مكان محدود العدد لكي أختبر نفسي مرة أخرى بعد سنتين في وقتي على المسرح، لأنني كنت بعيدة عن الغناء من سنوات، كانت تجربة مهمة بالنسبة لي في التفاعل مع الجمهور وأن تصل إليهم طاقتك، ونجحت في الاختيار وتواصلت مع الناس والجمهور كان بديعا وهناك تجارب جديدة مقبلة بعد تحضير ومذكرة ستفاجئ الجمهور.
• وهل تملين على إنتاج أغان الفترة المقبلة؟
- سجلت أغنيتين ولكن لم أصورهما بعد وبالتأكيد أحب أن يكون لدي أغنياتي الخاصة لكن ليس لدي فية أن أقدم الألبومات وأطرح أغنيات كثيرة، أفضل أن أقدم أغنية كل فترة وأن أغني مع باند لكي أتواصل مع الجمهور لأنني أحب أن أخذ طاقتي من الجمهور على المسرح، أنا تربيت على حب المسرح.
• وما أحب أغنية لك الفترة الحالية في الساحة؟
- أسمع أغنيات كثيرة ولدي مراحل في الحياة في الأغنيات مثلا في مرحلة ما أحب سماع عبيد نعمة وأخرى أسمع هبة طوبجي وأحيانا أسمع رامي صبري، وأحيانا أسمع عمرو دياب وأحب محمد محسن وتامر حسني فلا توجد أغنية محددة.
• وما سر حبك للروح الأحمر؟
- أنا لا أحب وضع ماكياج أصلا على وجهي وفي العادي أحب الروح الأحمر كثيرا لأنه يعطيني ثقة بالنفس وإحساسا بالبهجة، لكن في المسلسل كانت له أبعاد أخرى في بعض المشاهد كنت أضع ألوان روج أخرى على حسب مود الشخصية.
• دائما ما يتابعك الجمهور لأنك أيقونة في الفاشون فما الموضة المفضلة لك حاليا؟
- أنا لا أتبع الموضة ولكن أحب إحساسي بالملابس والموديلات التي تليق علي فانا أحب الفاشون كثيرا وأهم شيء أفضله أنه ممكن من تي شيرت بسيط وينظفون عادي أقدم فكرة جديدة، منذ صفري أحب الموضة مثلا في مسلسل راجل وست ستات في أجزائه قدمت موديلات وصيحات مختلفة وطريقة في الأفكار والألوان وناس كثيرين علقوا على أن هناك طرفة في موديلات ملايسي وقتها، ولو اخترت أن أعمل في مجال آخر أو مشروع آخر سيكون الأزياء ولكن سأقوم بالدراسة الجيدة له، مثلا أحب البنطلونات الواسعة والألوان الموق مع الأحمر مع الأصفر مع الأخضر وأحب ألوان الباستيل وأعشق اللون الأبيض وأيضا الأسود فهذا على حسب المود والإحساس.
• وما قصة التاتو الأخير والذي كان حديث السوشيال ميديا والفتيات؟
- أحب التاتو، فهو شكل من أشكال التجميل مثل صبغة الشعر وغيرها، عادة من يرسم تاتو تكون شخصيته غامضة ولا يستطيع أن يعلن عنها فيحاول أن يعبر عن نفسه بهذه الرسوم لنفسه وليس للأخرين، ناس كثيرين يرسمون تاتو من باب أن يراه الناس أو يعلقوا عليه ولكن هناك آخرون يريدون أن يوصلوا رسالة لا تستطيع أن تقولها، فكل رسم تاتو لدي له معان لا أحد يعرفها غيري لأنني لا أستطيع أن أعبر عنها بالكلام وليس ضروريا أن أعبر، والتاتو الأخير بسبب حبي الشديد لفيلم lion king أفلام الإيميشن بها رسائل جميلة وهادفة، وأيضا أبتاني بحيون هذا الفيلم كثيرا تاتو الأسد يعني لي أشياء كثيرة منها القوة والثبات والنجاح والإنسانية فصعب أن أوضح هذا.
• وهل من الممكن أن نرى محمد عبد المنصف ممثلا في الفترة

في البداية.. ما العوامل التي شجعتك على قبول المشاركة في مسلسل "ضد الكسر"؟
- رغم أنني تعاونت مع المنتج جمال العدل من قبل في مسلسل "فضية رأي عام"، فإن هذه التجربة معه كان لها وقعها الخاص، ودايما أفضال عندما تعرض على أعمال من العدل جروب.
وعندما رشحتني لمسلسل (ضد الكسر)، وافقت لتقتني في اختياراته، وكذلك العمل مع نبليي كريم، وعادة مسلسلات نبليي كريم تنجح لأنها نجمة كبيرة وممثلة موهوبة، والسبب المهم بالنسبة لي للتعاقد على المسلسل كممثلة أن الدور نفسه شجعتني.
• ما الذي جذبك لتجسيد شخصية "نادين"؟
- شخصية نادين مختلفة عني تماما وعن أي شخصية قدمتها من قبل وكان تحديا بالنسبة لي، فالشخصية بها تفاصيل تمثيلية تقري أي ممثلة لتقديم هذا الدور، كما أنها شخصية حية بها الأبيض والأسود، فلا يوجد شخصية داخلها فقط الصفاء والنقاء والطيبة، شخصية نادين بها تقلبات نفسية، فيها جانب الخير والشر، شخصية عميقة وتحمل مشاعر كثيرة بداخلها وتظهر في المسلسل تفاصيلها مع الأحداث بوضوح، فهي شخصية غامضة والتي لا تعرف أن تقرأ أخبارها، فكانت شخصية صعبة لأنها لا تكشف ورقتها، فعندما قرأت السيناريو لم أفهم أبعادها إلا بعد نقاط بعينها، فنادين شخصية جميلة وصعبة فما أعجبني بها هو "الصمت الذي يملأه كلام" وأنا أحببتها كثيرا.
• ألم تخوئي من تقديم هذا الدور؟
- إطلاقا، لأن هذا النوع من الأدوار يكون تحديا لأي ممثلة أن تقدم شخصية مختلفة، فلا يجب دائما أن نقدم الشخصيات الطيبة المسورة، فالشخصيات التي تحتوي على جانب من التعقيد والتفاصيل النفسية العميقة تكون أدوارا جذابة لأي ممثل.
• وكيف وجدت المناقشة مع الأعمال الدرامية الأخرى؟
- أنا لا أركز كثيرا في فكرة مناقشة المسلسلات، خاصة أنني لم أتابع أعمالا خلال رمضان الماضي فقد كنت أصور وعندما أشاهد بعض الأعمال يكون بشكل سريع، أعرف الفكرة العامة التي يقدمها كل عمل، لكنني لا أشاهد الأعمال الدرامية كاملة لكي أكون آمنة معك، وفي الوقت نفسه أنا لست مؤمنة بنكرة المناقشة لأن كل مسلسل له طبيعة خاصة وممثلون مختلفون، فلا نستطيع أن نقول هذا مسلسل أفضل من غيره، الأفضل أن نقول هذا مسلسل جيد، وهذا مسلسل غير مناسب لي، وأنا لم أفضله، فلم أن مسلسل (ضد الكسر) قد ناض أي عمل آخر، لأن الأعمال كانت مختلفة ومتنوعة، وفكرة المناقشة عموما جيدة عندما تكون وسط أكثر من 20 مسلسلا أفضل من أن تكون وسط أعمال ضعيفة، فكل الأعمال كانت قوية كل كلمنا زاد التحدي تقدم أفضل ما لديك لأن الذي يبقى في ذاكرة الناس هو الأفضل على مستوى الكيف، وكيف تم تنفيذه؟ لكن مسلسل يكون له فكرته وطبيعته الخاصة.
• هذا العمل يعد الأول الذي تجتمعين فيه مع نبليي كريم.. فكيف وجدت التعاون معها؟
- بالفعل هذا أول عمل جمعني بالفنانة نبليي كريم، نبليي كبيرة في مجال التمثيل أثبتت نفسها على مدار السنوات الماضية وشخصية لطيفة في التعامل في كواليس التصوير وهادئة وتعمل من دون أي تدلخ والتعاون معها كان جميلا، سعدت بهذا التعاون مع كل زملائي، سواء محمد هراج عشرة العمر وممثل عظيم ولؤي عمران وسنتيا خليفة كانت تجنن وتارا عماد وكل فريق العمل كانوا مجتهدين.
• هل واجهتكم صعوبات أثناء التصوير؟
- الصعوبات الوحيدة أننا كنا نصور ساعات طويلة من أجل أن نلحق العرض في رمضان وأيضا ظروف العمل خلال جائحة كورونا، ودايما ما كنا نحاول الالتزام بالإجراءات الاحترازية وارتداء الكمامات وتعقيم الأيدي والأسطح بالتحول، إضافة إلى صعوبات في مشاهد كثيرة بها تقلبات نفسية وهذا فيما يخص شخصية نادين.
• وما الجديد بعد (ضد الكسر)؟
- عرضت على أعمال كثيرة ومازلت في مرحلة الاختيار، فلكي أختار دورا يكون مميزا وجديدا وطبيعتي تكون مختلفة ويكون نقلة فنية أحب دائما أن أقدم كل دور بنقطة جديدة واكتشاف جديد لأسرار التمثيل داخلي.
• وما أحب ردود الأفعال التي أتت على المسلسل؟
- ردود الأفعال كانت كثيرة، وأكثر مما توقعت، ناس كثيرين كرهوا نادين وآخرون تعاطفوا معها، إضافة إلى الكومكس التي انتشرت عن الأصدقاء بالمسلسل، وأحب رد فعل، وسعيدة أن الجمهور عاش معي كل حالات التمثيل والمشاعر.
• وهل شعرت بأن المسلسل حقق نجاحا أكثر على السوشيال ميديا أم في الشارع العربي؟
- نجاح المسلسل على السوشيال ميديا أو في الشارع العربي فنحن عددنا كبير، فرددود الأفعال في كل مكان كانت جميلة، في بعض الأحيان عندما كنت أتسوق كنت أقابل الجمهور ويحدثني عن حبه لشخصيات المسلسل وكانوا يقولون لي أحيينا نادين وشكلك كان زي القمر وأنت ممثلة متمكنة وأيضا على السوشيال ميديا، أيضا ردود الأفعال كانت جميلة رغم أنه كان هناك جزء منها يقول إنني كنت شريرة لكن هذا كان تعبيرا عن إحساسهم بتصرفات نادين، ولا أستطيع أن أعدد هل نجاح السوشيال ميديا أكبر أم نجاح الشارع العربي.
• كثير من المشاهير حاليا يهتمون بوجودهم في التريند ويختلقون الأحداث التي تحقق لهم ذلك هل أنت مع أم ضد؟

محمد هنيدي: فيلم "الإنس والنمس" يقدم تجربة مختلفة على خطى الأفلام الأجنبية



عبر الفنان محمد هنيدي بإطلاق فيلمه الجديد "الأنس والنمس" أمس الأربعاء، وقال في منشور له عبر صفحته الرسمية بالفيس بوك والانسجرام "الحمد لله خلصنا العرض الخاص .. ان شاء الله الفيلم يعجبكم .. بنقدم لكم في الفيلم تجربة جديدة ومختلفة زي الأفلام الأجنبية بمستوي متطور وجديد ويقصه متمعة مناسبة لكل الأسرة وللعيلة كلها .. ان شاء الله تنوفوه وتبسطوا اتوا وصحابكم وأسرتكم .
وتدور أحداث فيلم الإنس والنمس، في إطار كوميدي، ويشارك في بطولته مع الفنان محمد هنيدي، منة شلبي، صابرين، عمرو عبد الجليل، بيومي فؤاد، عارفة عبد الرسول، محمود حافظ، دنيا ماهر، شريف دسوقي، إضافة إلى مشاركة عدد من الفنانين كضيوف شرف، والفيلم قصة وإخراج وسيناريو وحوار شريف عرفة.



الفكر

أخطاء شائعة نرتكبها في التغذية الصحية

كشفت الدكتورة أليينا كوميساروفا، أخصائية الغدد الصماء والتغذية الروسية، المفاهيم الخاطئة الأكثر شيوعاً بشأن التغذية الصحية. وتشير الخبييرة، إلى أن التحلي عن تناول الغلوتين ومنتجات الألبان أو الفواكه، لن يساعد الأشخاص الأصحاء على التخلص من الوزن الزائد، أو تحسين صحتهم. وتقول مؤكدة، "حمية غذائية من دون فواكه ليس لها أي أساس علمي على الإطلاق".

وتضيف، لا حاجة لإجبار النفس على تناول الطعام بعد الاستيقاظ مباشرة، إذا لم تكن هذه عادة قديمة. عموماً إن أحد الأخطاء الشائعة هو الإصرار على تناول مواد غذائية معينة أو رفضها. وبالإضافة إلى هذا، دحضت الخبييرة الأسطورة الشائعة عن المواد الغذائية التي تسبب زيادة الوزن، بما فيها الحلويات. ووفقاً لها فإن الإفراط بتناول الأطعمة وقلّة النشاط البدني، يسببان زيادة كتلة الجسم.



قرأت لك

البروكلي

يعتبر البروكلي معينا لا ينضب من الفيتامينات والعناصر الغذائية المهمة لصحة الانسان إلا أن آلية حمايته للشرابين لم تكن معلوم تفصيلها حتى الآن الى أن



توصل فريق من العلماء البريطانيين إلى تفسير وكشف النقاب عن هذه الآلية.

فقد توصل فريق من العلماء بالكلية الملكية إلى دلائل علمية جديدة تشير إلى أحتواء البروكلي وعدد من الخضراوات الورقية على مركبات كيميائية تعمل على تعزيز ورفع كفاءة الآليات الدفاعية الطبيعية في الجسم لحماية الشرايين ووقايتها من الجلطات المسببة للازمات القلبية. وكشفت الأبحاث الأولية التي أجريت على فئران التجارب أن المركب الكيميائي الطبيعي "سولفورافين" المتواجد في البروكلي لديه القدرة على إثارة وتعزيز عمل البروتينات الواقية والمدافعة عن الشرايين لوقايتها من الاصابة بالجلطات الخطيرة . تأتي هذه الدراسة لتفسر بالدليل القاطع فوائد الخضراوات خاصة البروكلي لصحة الانسان ولتدعم الصيحات المطالبة بضرورة زيادة الاستهلاك من الخضراوات المفيدة لصحة القلب.

سؤال وجواب

من مخترع البطارية الكهربائية؟

العالم الإيطالي فولتا

من هو مخترع أول قلم حبر عملي عام 1884 م؟

الأمريكي لويس واترمان

عندما يكون الأنف مسدوداً لماذا لا يكون للطعام طعم؟

أن تكوين الفم والتجويف الأنفي الموجود خلف الأنف يساعد على ان يتم التذوق والشم معا ففي الوقت الذي نقوم فيه بقطع الطعام فان الرائحة تذهب إلى اسفل الأنف ويلتقطها غشاء الشم ثم ترسل المستقبلات الشمية الرسالة إلى المخ لمعرفة الرائحة فيجيب بحلاوة طعامها .. لذلك فعندما تتعطل حاسة الشم لا نتمكن من شم الطعام ويصعب تمييزه ويكون طعم كل شئ مشابهاً .

اكتشاف 16 متغيراً وراثياً مرتبطاً بالسمنة!

ادعت دراسة جديدة أن ستة عشر نوعاً وراثياً نادراً يمكن أن تحمي الناس من السمنة.

وأجرى الباحثون "تسلسلاً كاملاً للإكسوم"، وهو اختبار جيني شامل يبحث في آلاف الجينات في وقت واحد، على أكثر من 645000 شخص من المملكة المتحدة والولايات المتحدة والمكسيك، و"الإكسوم" هو جزء من الحمض النووي يحتوي على 22000 جين للشخص، ويمثل 1% فقط من الجينوم، ولكنه يحتوي على معظم المعلومات الأساسية لتشخيص الحالات الموروثة.

وحددوا 16 متغيراً تؤثر على مؤشر كتلة الجسم (BMI)، وهو المعيار القياسي لتحديد ما إذا كان الناس يتمتعون بوزن طبيعي أو يعانون من زيادة الوزن أو السمنة.

وارتبطت الطفرات الجينية النادرة في أحد الجينات، المسماة GPR75، بالحماية من السمنة.

وكان الأشخاص الذين لديهم نسخة واحدة غير نشطة على الأقل من GPR75، يزنون أقل بنحو 12 باوندا (5.4 كغ)، ويواجهون خطراً أقل بنسبة 54% من السمنة مقارنة بمن ليس لديهم طفرة.

وتوفر النتائج أهدافاً علاجية محتملة لعلاج السمنة لدى البشر، وفقاً لفريق البحث في شركة Regeneron للتكنولوجيا الحيوية ومقرها نيويورك.

وقال جورج يانكوبولوس، الرئيس وكبير المسؤولين العلميين في Regeneron، إن اكتشاف القوى الوراثية الخارقة الوفاة، كما هو الحال في GPR75، يوفر الأمل في مكافحة التحديات الصحية العالمية المعقدة والمتشعبة مثل السمنة.

ويُعرف مؤشر كتلة الجسم بأنه مقياس للدهون في الجسم بناءً على وزنك بالنسبة لطولك. وإذا كان مؤشر كتلة الجسم لديك 30 أو أكثر، فأنت مصاب بالسمنة.

ومن المعروف بالفعل أن دهون الجسم "سمة وراثية للغاية"، وأن العوامل الوراثية تلعب دوراً أساسياً في توازن الطاقة وتنظيم الدهون في الجسم.

ولكن كيف يمكن للجينات ومتغيرات التشفير النادرة أن تؤهل الأفراد أو تحميهم من السمنة، ليست مفهومة تماماً. ويمكن أن يوفر فهم ذلك مسارات لتطوير استراتيجيات علاجية آمنة وفعالة لعلاج السمنة.

ويلاحظ GPR75 - وهو مستقبلات مقترنة بالبروتين G يُعبر عنه الدماغ - في أربعة تقريبا من كل 10000 شخص متسلسل.

وتتحقق الباحثون من صحة النتائج لدى الفئران التي عُُدلت وراثياً لتنتقل إلى نسخ الجين GPR75.

واكتسبت هذه الفئران وزناً أقل بنسبة 44% من تلك التي لم تُحدث طفرة عندما تم تغذية المجموعتين بنظام غذائي غني بالدهون.

ونُشرت الدراسة في مجلة Science، إلى جانب مقال منظر مصاحب بقلم جيلز يو وستيفان أورابلي، وهما باحثان من جامعة كامبريدج لم يشاركا في الدراسة.

ومن المحتمل أن يصبح تسلسل الإكسوم البشري على نطاق واسع نقطة دخول متزايدة الأهمية لاكتشاف رؤى ميكانيكية في بيولوجيا الثدييات



الإيطالية ميلينا بالداساري تتنافس في النهائي الفردي الشامل للجمباز الإيقاعي خلال دورة الألعاب الأولمبية طوكيو 2020 - 1 أيار

هل تعلم؟

- غاز ثاني أكسيد الكربون موجود على الأرض منذ أكثر من 8000 ألف سنة.
- حشرة الذبابة التي نستنهي بها هي أخطر حشرة على الأرض، لأنها تقوم بنقل الميكروبات والجراثيم إلى الإنسان من القمامة.
- لو نام الإنسان في مكان ليس دافئ بشكل كلي فإنه يحلم بالكوابيس.
- أن الماء الساخن يتلج بشكل أسرع من الماء البارد.
- هناك الكثير من أنواع الحيتان تفوق على عمق بعض الكيلو مترات وتظل واقفة تحت الماء.
- هل تعلم أن أضخم كتل من الذهب الخام تم العثور عليها في أستراليا والبرازيل.
- هل تعلم أن الأنتى من السباع إذا وضعت ولدها ترهقه في الهواء أياماً تهرب به من الذر والنمل لأنها تضعه كقطعة من لحم فهي تخاف عليه من الذر والنمل فلا تزال ترهقه وتضعه وتحركه من مكان إلى مكان حتى يشدد.
- هل تعلم أن التمساح الأمريكي والتمساح الإفريقي وفرس البحر تقضي فترات نومها في الوقت الذي تطفوا فيه على الماء خصوصاً عندما يكون الماء دافئاً وهي تحب أن تسند رؤوسها إلى ظهور زملائها.
- هل تعلم أن القطة الأم تلد ثلاث مرات في السنة وتجب من 15 : 20 هرة ، و أغلب الناس لا يرغبون في أن تزاحم القطط بيوتهم و لذلك فإنهم يوزعونها على الغير .. أو .. يفرقونها.
- هل تعلم أن (الرؤية) تعني تحريك العينين وإدارتهما لتسديد النظر على الهدف.
- هل تعلم أن أول من اكتشف الدورة الدموية الصغرى في الإنسان هو ابن النفيس.
- هل تعلم أن أول من قال بقبالية الأعضاء الصلبة في الجسم كالعظام للالتهاب والتضخم والأورام هو ابن سينا.

قصة الثعبان الاليف!

يحكى ان ثعباناً ضخماً كان يسكن احد الجحور في حائط كبير لمنزل احد العائلات وقد اعتاد عليه اصحاب البيت كياراً وصغاراً، وفي احدى المرات احبت الجدة ان ترى إن كان للثعبان صغار أم لا .. لانه قبل فترة كان منتفخاً قليلاً والآن اصبح شكله طبيعياً، وهنا انتظرت الجدة حتى يخرج الثعبان للبحث عن طعام ونظرت في الجحر فوجدت عدداً كبيراً من الصغار تتلوى بداخله وما زالت مغمضة العينين فاحضرت كيساً واخذت الصغار داخله ثم وضعتهم في مكان اخر اوسع وادفاً وذهبت لتقضي حوائج بيتها.

رجع الثعبان إلى جحره فلم يجد الصغار فأخذ يلف حول نفسه كالتائه الضائع وهو غاضب لا يعرف ماذا يفعل فقد ادرك ان احداً ما اخذ صغاره ولا احد يعرف هذا الجحر غير اصحاب البيت الذين اعتادوا عليه واعتاد عليهم، فنزل من جحره وزحف لداخل البيت وتجول في فناءه الواسع فوجد في طرف الفناء اناة كبيراً وقد امتلأ بالحليب الطازج فاقترب منه ويخ بداخله السم بغزازه وعاد ادراجه لجحره وفي ذلك الوقت كان رب البيت قد راه يزحف في كل مكان وكأنه يبحث عن صغاره فأخبر الجدة التي حملت الصغار وعادت بهم إلى الجحر القديم ولما عاد الثعبان وجدهم ففرح وعرف ان صغاره لم يؤذهم احد.. فاسرع الثعبان ونزل من جحره وذهب إلى الفناء متجهاً إلى اناة الحليب الذي كانت الجدة تقرب منه وقام على الفور بالاتفاف حوله ثم قام بسكبه على الارض جميعه حتى لا يستعمله احد ويضره سمه.. وعاد لصغاره، وهنا ولأن الجدة غضبت من سكب الحليب على الارض إلا ان رب البيت قد اخبرها بما حدث ومن انه قد شاهد الثعبان وهو يخب اللسم بداخله وانه كان يتوي سكبها لكن الثعبان لما رجع ورأى صغاره واطمأن عاد ادراجه ليبلغ انتقامه من اهل البيت وسبحان الله.

