

منوعات

الفكر

الخميس 9 نوفمبر 2023 م - العدد 13996
Thursday 9 November 2023 - Issue No 13996

ص 22

أبوظبي على موعد مع أكبر
معرض متخصص لتنمية الطفولة
المبكرة في حديقة أم الإمارات

ص 27

أنمي "بليتش" ..
مفاجآت عن شخصيات
بدت رتيبة



النساء المنجبات أقل
عرضة للإصابة بالخرف

ص 23

المراسلات: ص ب 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

البوت ذو الأربطة نجم موضة الشتاء

يمثل البوت ذو الأربطة نجم موضة الأحذية النسائية في شتاء 2023-2024 ليمنح المرأة إطلالة أنيقة تحفظ الأنظار. وأوضحت مجلة "Elle" أن البوت ذا الأربطة يطل هذا الموسم بموديلات متنوعة ليبرزي كل الأذواق، حيث توجد موديلات يصل طولها إلى منتصف الساق وموديلات يصل طولها إلى الركبة. كما توجد موديلات ذات نعل سميك وأخرى ذات نعل ضخم "بلا توه".

تنوع إمكانيات التنسيق وأضافت المجلة المعنية بالموضة والجمال أن البوت ذا الأربطة يمتاز بتنوع إمكانيات التنسيق، حيث يمكن تنسيقه مع تنورة ماكسي مصنوعة من الجلد أو فستان تريكو ماكسي ذي ياقة مستديرة.

ويمكن أيضاً تنسيق البوت ذي الأربطة مع بنطال جينز أو مع بلوفر تريكو بقصة أكبر من المقاس "أوفر سايز"، والذي يتم ارتداؤه كستان قصير.

أستراليا تشهد أكتوبر الأكثر جفافاً منذ عام 2002

قال مكتب الأرصاد الجوية الأسترالي الأريعاء إن أستراليا شهدت أكتوبر تشرين الأول الأكثر جفافاً منذ أكثر من عشرين عاماً بسبب ظاهرة النينيو التي تسببت في ظروف مناخية حارة وجافة أثرت سلباً على إنتاجية المحاصيل الزراعية في إحدى أكبر الدول المصدرة للقمح في العالم.

وقال مكتب الأرصاد الجوية الأسترالي في تقريره الدوري عن الجفاف إن شهر أكتوبر تشرين الأول الماضي كان الأكثر جفافاً في أستراليا منذ عام 2002 إذ انخفض هطول الأمطار بنسبة 65 بالمئة عن متوسط الفترة ما بين 1961-1990.

وأضاف أن جميع أنحاء أستراليا باستثناء ولاية فيكتوريا شهدت هطولاً لأمطار أقل من المتوسط، وشهدت ولاية أستراليا الغربية، وهي أكبر منطقة مصدرة للحبوب بفارق كبير، أكتوبر تشرين الأول الأكثر جفافاً.

للجاذبية أصول 10 عادات تجعلك جذاباً بشكل لا يقاوم



ما يفعلونه، وما كانوا يفعلونه، والتحدث عن هويتهم. فإذا كان الشخص يرغب في كسب إعجابهم فليعلم أنه يستمتع أكثر مما يتكلم.

انطباعاً إيجابياً عن الشخص ويتال إعجاب وإشادة الآخرين كونه مهذباً وممتناً ويصبح مرحباً به دائماً في صحبتهم في المستقبل.

إن الأشخاص الذين يتمتعون بعلاقات سعيدة مع الكثير من الأصدقاء الحقيقيين لا يولدون وهم يعرفون كيفية التواصل مع الآخرين، إنما تعلموا واجتهدوا في مرحلة ما من حياتهم لاكتساب تلك الميزة. إنهم يعرفون خصوصيات وعموميات ما يجعل الآخرين يشعرون بالرضا - ويستخدمون ما يعرفونه "لكسب الأصدقاء والتأثير على الآخر". وبحسب ما جاء في تقرير نشره موقع Expert Editor، يمكن تعلم فن الجاذبية الساحرة الخفي، إذ إن الأمر كله يتعلق بما يفعله ويقولوه المرء وهو أسهل مما يعتقد البعض كما يلي:

1 - الابتسام بالعينين
إذا كان الشخص يرغب في اكتساب إعجاب الآخرين، فإن تعلم كيفية الابتسام بصدق هو أفضل نقطة انطلاق. يقول الخبراء إن الابتسام بالعينين هو شيء يعتبره كل شخص أصديق أنواع الابتسامة التي تفوز بإعجاب الآخر.

2 - التواصل بالعيون
يساعد التواصل بالعيون عند التحدث إلى شخص أو أشخاص على الاحتفاظ باهتمامهم وانصاتهم بتركيز. إن التواصل بالعيون بين المشاركين في الأحاديث يعطي المتحدث شعوراً بأنه مميز وأن ما يقوله مهم.

3 - مجاملة الآخرين
بالدلة العلمية، تُضفي المجاملات شعوراً بالرضا على الطرفين. بعد إخبار شخص لآخر بأنه معجب بسترته أو قميصه أسراً لطيفاً، ويساعد في شعور الآخر بالسعادة والامتنان لصاحب المجاملة. ومن الأفضل المضي قدماً في المجاملات من خلال إخبار الآخر بشيء لطيف عن شخصيته، كما لو كان الشخص يعمل على تعزيز عقلية الطرف الآخر الإيجابية أو قوته العاطفية أو ودافعه الداخلية. إن المجاملات تعطي مزيداً من القيمة والتقدير والرؤية - على مستوى أعمق من مجرد الأشياء المادية.

4 - التحلي باللطف
إن أهم ميزات الأشخاص الجذابين أنهم يجعلون الآخرين يشعرون بالسعادة والتميز. إن التحلي باللطف هو الوسيلة المثالية لتحقيق هذا الهدف النبيل، إذ لا يجتذب أحد إلى شخص وقح أو فظ أو غير مهذب تماماً. إنهم يجيئون الأشخاص الذين يتمتعون بالدفء وطيبة القلب. إنهم يجيئون الأشخاص الذين يسمحون لهم بالمرور عبر الأبواب أولاً، أو يفتحون

8 - تجنب مقاطعة الآخرين
إن هناك وقتاً ومكاناً لمقاطعة الآخرين، وإذا كان الشخص يريد أن يجعلهم معجبين به، فهذا ليس الوقت أو المكان الصحيح. يشعر الناس بالتقدير عندما يشعرون بأن الشخص يهتم وينصت إليهم باهتمام. إن مقاطعة الآخر أثناء التحدث معه، تسبب له الإزعاج وعدم الرغبة في مواصلة النقاش.

9 - الاستماع أكثر من التحدث
عندما يريد شخص أن يبهز الآخرين، لا يقتصر الأمر على عدم مقاطعتهم فحسب، بل يجب عليه أن يستمع لهم أكثر مما يتحدث لأن الإطالة في الحديث تؤدي إلى نتائج سلبية تماماً مثلما هو الأمر مع كثرة المقاطعة. يحب الكثيرون التحدث عن أنفسهم، ويحبون مشاركة

7 - التعبير عن الامتنان والتقدير
إن التعبير الامتنان والتقدير واستخدام كلمات الشكر في موضعها المناسب يعطي

الأطعمة الحريفة تعزز المناعة . لكنها تؤذي هؤلاء

قال مركز التغذية بولاية بادن فورتمبيرج الألمانية إن الأطعمة الحريفة، مثل الفلفل الحار والزنجبيل والخردل، تتمتع بفوائد صحية جمة، حيث إنها تعمل على تحفيز إفراز اللعاب وعصارة المعدة وتنشيط حركة المعدة والأمعاء، مما يساعد على تنشيط عملية الهضم.

وأضاف المركز أن الأطعمة الحريفة تعمل على تعزيز المناعة، ومن ثم محاربة البكتيريا والفيروسات والفطريات والجراثيم. كما أنها تعمل على توسيع الأوعية الدموية، ومن ثم تحسين الدورة الدموية، الأمر الذي يعود بالفائدة على جهاز المناعة أيضاً.

وتساعد الأطعمة الحريفة على مواجهة نزلات البرد؛ حيث إنها تتمتع بتأثير مضاد للالتهابات وتساعد على إذابة المخاط، وتساعد أيضاً على علاج انسداد الأنف.

وتعمل الأطعمة الحريفة أيضاً على تحفيز أيض الطاقة، مما يساعد على حرق السعرات الحرارية.

وتعمل الأطعمة الحريفة أيضاً على تحفيز إفراز العرق، مما يساعد على تبريد الجسم.

وبالإضافة إلى ذلك، تساعد الأطعمة الحريفة الجسم على إفراز هرمون "الإندورفين"، ومن ثم تحسين الحالة المزاجية.

ومن ناحية أخرى، أشار المركز إلى أن الأطعمة الحريفة لا تعد مناسبة لبعض الفئات، وهم الأشخاص، الذي يعانون من متلازمة القولون العصبي أو أمراض الكلى أو أمراض المثانة، وكذلك الأشخاص، الذي يعانون من متاعب بالجهاز الهضمي بعد تناول الأطعمة الحريفة مثل آلام المعدة وحرقة المعدة وتهيج الأغشية المخاطية والغثيان والقيء والإسهال أو من مشاكل بضغط الدم.

هل يحمي الذكاء الاصطناعي الأنواع المهددة بالانقراض؟

يتجه عدد متزايد من الباحثين إلى تقنيات الذكاء الاصطناعي لمراقبة التنوع البيولوجي وتعزيز جهود حماية الأنواع الحية المهددة بالانقراض. ويمكن الوسائل التقليدية التي قد تعرق عمل الأنظمة البيئية أو تتطلب قدراً كبيراً من الوقت والجهد والموارد، يستطيع الذكاء الاصطناعي تحليل كميات ضخمة من البيانات اللازمة في مجالات حماية البيئة مع تحقيق عنصر السرعة والكفاءة.

وقال كوت تشارلز الباحث في مجال التعلم الاصطناعي في مؤسسة Conservation AI وهي منظمة غير ربحية معنية بحماية البيئة عبر تقنيات الذكاء الاصطناعي، ومقرها في مدينة ليفربول البريطانية إنه "بدون الذكاء الاصطناعي، لن نستطيع مطلقاً تحقيق أهداف الأمم المتحدة فيما يخص حماية الأنواع المهددة بالانقراض".

وفي الوقت الحالي، أصبحت الأنواع الحية تنقرض بوتيرة أسرع بمئات بل بالآلاف المرات عما كان عليه الوضع قبل ملايين السنين، حيث يوجد الآن قرابة مليون فصيلة حية على حافة الانقراض. ومن جانبها، حددت الأمم المتحدة في عام 2020 هدفاً لحماية 30% من مساحات اليابسة والمحيطات على كوكب الأرض من خطر الانقراض بحلول نهاية العقد الحالي.

ويقول نيكولاس مايلى من مؤسسة Future Society، وهي منظمة دولية غير ربحية مقرها باريس تهدف إلى حوكمة تقنيات الذكاء الاصطناعي إنه بالرغم من أن هذه التقنيات "ليست مثالية"، فإنها يمكن أن تسرع وتيرة الاكتشافات المهمة. وأضاف في تصريحات للموقع الإلكتروني American Scientific المعني بالأبحاث العلمية: "نحن بحاجة بالغة للتخصصين من البشر من أجل تصميم النماذج الحاسوبية وجمع البيانات وتحليلها وتفسيرها".

العالم الهولندي المثير للجدل يحذر من زلزال كبير

حذر عالم الزلازل الهولندي المثير للجدل فرايك هورغرييتس من إمكانية تسبب القصف الإسرائيلي العنيف على غزة بزلزال كبير.

وقال هورغرييتس في منشور على حسابه بمنصة "إكس": "على العالم أن يجبر إسرائيل على وقف هذا الجنون. بصرف النظر عن الإبادة الجماعية ضد الفلسطينيين، سيكون لهذا القصف في النهاية تأثير زلزالي كبير على المنطقة".

وأضاف: "سيؤدي القصف إلى تسريع حدوث زلزال كبير على طول البحر الميت".

وسبق أن حذر هورغرييتس من احتمالية وقوع زلازل مدمرة، أبرزها الزلزال الذي ضرب تركيا في 6 فبراير الماضي، والذي خلف أكثر من 50 ألف قتيل وعشرات الآلاف من الجرحى، إذ توقع حدوث ذلك قبل 3 أيام.

وفي المقابل، يصّر العلماء على عدم إمكانية التنبؤ بوقوع الزلازل والهزات الأرضية على الإطلاق.

مجرات عنقودية وحلزونية مذهلة .. «إقليدس» ينشر أولى صورهِ للكون

كشف علماء، عن أولى الصور التي التقطها تلسكوب الفضاء الأوروبي إقليدس، وهي مجموعة متألّنة ومذهلة من المجرات التي لا يمكن إحصاؤها. وجاء الكشف عن الصور من قبل وكالة الفضاء الأوروبية، بعد 4 أشهر من إطلاق التلسكوب من كيب كانافيرال. وقالت الوكالة إنه على الرغم من أن هذه المناظر الطبيعية السماوية تم رصدها من قبل بواسطة تلسكوب هابل الفضائي وغيره، إلا أن لقطات إقليدس توفر "صوراً فلكية حادة للغاية في أنحاء هذه البقعة الكبيرة من السماء، وتنتظر إلى مسافة بعيدة في الكون".

وفي إحدى الصور، التقط إقليدس لقطة جماعية لآلاف مجرة في عنقود على بعد 240 مليون سنة ضوئية، على خلفية تضم أكثر من 100 ألف مجرة على بعد مليارات السنين الضوئية. ووصفت كارول موديل، المديرية العلمية لوكالة الفضاء، الأمر بأنه "مبهّر" بينما كانت تعرض لقطة عنقود المجرات على شاشة كبيرة في مركز التحكم في ألمانيا. وتتميز معدات إقليدس بأنها حساسة بدرجة كافية لا لتقاط أصغر الجرات التي كانت خافتة للغاية بحيث لا يمكن رؤيتها حتى الآن. وأوضح كارول أن النتائج عبارة عن "صور واضحة وضوح الشمس ومذهل تعود إلى الزمن الكوني".

واللتقط التلسكوب صوراً مجرة حلزونية قريبة نسبياً، وهي تشبه بشكل كبير مجرتنا درب التبانة.

وعلى الرغم من أن تلسكوب هابل الفضائي قد رصد في السابق قلب هذه المجرة، إلا أن لقط إقليدس تكشف عن تكوين النجوم في جميع أنحاء المنطقة بأكملها، حسبما أوضح العلماء. كذلك التقط إقليدس صوراً جديدة لسديم رأس الحصان في كوكبة أوريون، وهي "حضانة" مثيرة للنجوم الصغيرة التي اشتهرت بفضل التلسكوب هابل.

22 دقيقة من التمارين

تزيل خطر الجلوس الطويل

لدة تقل عن 10.5 ساعة يومياً، بينما جلس 6042 فرداً لمدة أكثر 10.5 ساعة كل يوم.

وقيم الباحثون تأثير وقت الجلوس والنشاط البدني على خطر الوفاة، كما هو مستمد من سجلات الوفيات.

ووجد البحث أن الذين يمارسون الرياضة أقل من 22 دقيقة يومياً، ارتبط لديهم الجلوس لأكثر من 12 ساعة في اليوم بزيادة خطر الوفاة بنسبة 38% مقارنة بالجلوس لمدة 8 ساعات.

وقالت النتائج: "وجدنا أن الذين يمارسون أكثر من 22 دقيقة من النشاط البدني المعتدل إلى القوي يومياً لم يكن لديهم خطر متزايد للوفاة مع زيادة وقت الجلوس".

أشارت دراسة جديدة إلى أن حوالي 22 دقيقة من النشاط البدني، المعتدل إلى القوي يومياً، يمكن أن تقضي على خطر الوفاة المتزايد المرتبط بنمط الحياة المستقر.

وأظهرت النتائج أنه يمكن ممارسة التمارين الرياضية اليومية دفعة واحدة، أو على فترات متقطعة على مدار اليوم. وأجرى الدراسة باحثون في جامعات أركتيك بالنرويج وأوما بالسويد وأرهوس بالدانمارك، وتبعض بيانات حوالي 12 ألف شخص من المسح الوطني في كل من النرويج والولايات المتحدة.

ووفق مديكال نيوز توادي، "من بين المشاركين كان 5943 شخصاً يجلسون





منوعات الفكر 22

لتعزيز الجهود البحثية والتعليمية

كليفلاند كلينك أبوظبي موقع مذكرة تفاهم مع جامعة محمد بن زايد للذكاء الاصطناعي

بن زايد للذكاء الاصطناعي، لذلك تعمل على تطوير بحوث الذكاء الاصطناعي في مجالات مثل التشخيص والتوائم الرقمية وصحة الدماغ، بالإضافة إلى مساعدة العاملين في القطاع ضمن مجالات تخصصهم، في حين تسعى لنشر الوعي حول سبل إدخال تقنيات الذكاء الاصطناعي في الرعاية الصحية. ويقدم هذا التعاون فرصة ثمينة لتعزيز التفاعل ودفع عجلة تطور قطاع الرعاية الصحية بدعم من الذكاء الاصطناعي، مع ترسيخ مكانة أبوظبي كمركز للرعاية الصحية القائمة على الذكاء الاصطناعي..

أبوظبي والجامعة، يمكنها استكشاف القدرات الهائلة للذكاء الاصطناعي في مجالات البحوث والتعليم سعيًا لاستشراف المستقبل الواعد لقطاع الرعاية الصحية.. من جانبه قال البروفيسور تيموثي بالدوين، عميد جامعة محمد بن زايد للذكاء الاصطناعي بالإنبية : ” يسعدنا التعاون مع مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي لإثراء قدرات المواهب وصل مهاراتهم وتوجيه مسارات تقديم الرعاية الصحية عبر البحوث العملية. ولا شك في أن الرعاية الصحية تعتبر ركيزة أساسية من منهجية عمل جامعة محمد

البشرية، وإنشاء مجموعات للبحوث وتطوير برامج إرشادية للطلاب والخريجين الجامعيين.

وفي هذا السياق، قالت الدكتورة سوسن عبد الرزاق، الرئيس التنفيذي للمكتب الأكاديمي في مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي : ” يسعدنا توقيع مذكرة التفاهم مع جامعة محمد بن زايد للذكاء الاصطناعي، بما يتماشى مع رؤية دائرة الصحة – أبوظبي لترسيخ مكانة أبوظبي كمركز متطور لعلوم الحياة والابتكار يحظى بدعم ألع المواهب، وأفضل مشاريع البحث والتكنولوجيا. ومن خلال الجمع بين إمكانيات مستشفى كليفلاند كلينك

..أبوظبي- الفجر

وقع مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي، جزء من شبكة M42، مذكرة تفاهم مع جامعة محمد بن زايد للذكاء الاصطناعي، بهدف تطوير البحوث والتعليم باعتبارهما من الركائز الرئيسية للالتزام بتأسيس منظومة صحية مستدامة في دولة الإمارات.

وبموجب مذكرة التفاهم، سيتعاون الجانبان في إطار مبادرات بحثية وتعليمية تستهدف إطلاق طيف واسع من الفرص، على غرار المشاريع

بحضور ومشاركة أعضاء هيئة التدريس والطلاب من جامعات الإمارات

الفريق العلمي لـ«مسبار الأمل» يعقد اجتماعه السنوي مع شركاء المعرفة من الجامعات المحلية لمناقشة آخر المستجدات حول المهمة والأدوات العلمية للمسبار

وأطلق «مسبار الأمل»، أول مسبار عربي وإسلامي إلى كوكب المريخ، في يوليو 2020، لتكون دولة الإمارات العربية المتحدة واحدة من بين تسع دول تستكشف هذا الكوكب، حيث كشف منذ وصوله إلى مداره حول كوكب المريخ، عن 9 دفعات من البيانات حتى الآن، بلغ حجمها 3.3 تيرابايت عن الغلاف الجوي لكوكب المريخ عبر مركز البيانات العلمية. وقدم المسبار، مساهمات كبيرة للمجتمع العلمي الدولي، حيث نشر 19 ورقة علمية وبحثية جديدة في مجالات علمية عالمية ومرموقة، كما نجح في تحقيق إنجازات تاريخية، حيث التقط ملاحظات غير مسبوقة لقمر المريخ الأصغر «ديموس»، وأنواع جديدة من الشفق القطبي.

وطلاب الدكتوراه، والباحثين، والمتدربين من جامعة خليفة، وجامعة الإمارات، وجامعة نيويورك أبوظبي (NYUAD)، والجامعة الأمريكية في الشارقة، وأكاديمية الشارقة لعلوم وتكنولوجيا الفضاء والفلك (SAASST)، وهدف الاجتماع إلى مناقشة أحدث المستجدات حول مهمة مشروع الإمارات لاستكشاف المريخ «مسبار الأمل»، وتطورات حول الأدوات العلمية، مع تقديم أحدث الاكتشافات المتعلقة بالمريخ ودور المهمة منها تسليط الضوء على الدورات اليومية لصنع ثاني أكسيد الكربون على السطح، والتضخم الموسمي للغلاف الرقيق لغاز الهيدروجين في الجزء العلوي من الغلاف الجوي.

..دبي- الفجر

عقد الفريق العلمي لمهمة الإمارات لاستكشاف المريخ «مسبار الأمل»، اجتماعه السنوي في دبي بحضور ومشاركة أعضاء هيئة التدريس والطلاب من جامعات الإمارات العربية المتحدة في الفترة من 6 إلى 8 نوفمبر 2023، وذلك بهدف مشاركة آخر المستجدات حول أجهزة وعلوم وبيانات المهمة، وتعزيز التعاون المشترك. وشارك في الاجتماع، أعضاء الفريق العلمي لمهمة الإمارات لاستكشاف المريخ الذي يضم أعضاء من دولة الإمارات وشركاء المعرفة الدوليين، وأعضاء هيئة تدريس بارزين،



تحت شعار «تعلم بالعب.. تطور بالتعلم»

أبوظبي على موعد مع أكبر معرض متخصص لتنمية الطفولة المبكرة في حديقة أم الإمارات



بين أفراد الأسرة، ويذكر أن هذا المعرض هو فعالية مجتمعية مجانية لجميع أفراد العائلة. وسيضم المعرض أكثر من 50 جناحاً ويشارك فيه كل من هيئة الرعاية الأسرية، والأرشيف والمكتبة الوطنية، والمجلس الأعلى للأمومة والطفولة ودائرة تنمية المجتمع ودائرة التعليم والمعرفة ودائرة التنمية الاقتصادية ودائرة البلديات والنقل ومؤسسة التنمية الأسرية ودائرة الثقافة والسياحة وموانئ أبوظبي واللوفر- أبوظبي ومؤسسة أبوظبي للإعلام بالإضافة إلى 42 مزود خدمة. وتستمر فعاليات المعرض على مدار ثلاثة أيام من 23 إلى 25 نوفمبر الجاري من الساعة 10 صباحاً ولغاية 10 مساءً.

خدمة لتوفير منصة تعليمية تنموية ترفيهية مبتكرة تقوم من خلالها العديد من مؤسسات القطاع الحكومي والخاص والقطاع الثالث باستعراض أحدث الخدمات والتجارب المتخصصة في مجال تنمية الطفولة المبكرة، وبما يوفر للأسر والأطفال فرصة لاستكشاف عروض وخدمات تنمية الطفولة المبكرة خارج المدرسة الأمر الذي يساهم في تعزيز نمو الأطفال الجسدي، والذهني والنفسي في بيئة ممتعة ومبتكرة وتفاعلية في الهواء الطلق..

ويُتيح المعرض الفرصة لأولياء الأمور لخلق روابط قوية مع أطفالهم عبر مشاركتهم في العديد من الأنشطة التفاعلية التي تتناسب معهم، وهو ما يعزز التواصل الفعال



الضرورية والمهارات والموارد اللازمة لتنمية قدراتهم وتمكينهم من رفع المستوى الصحي لأطفالنا الذين نرى فيهم مستقبل وطننا.. وأضاف: ” يأتي هذا المعرض ثمرة تعاوننا المشترك مع أكثر من 12 شريك استراتيجي و 42 مزود

والمبتكرة التي تهدف إلى دعم وتعزيز التطور البدني والذهني للأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة، والتي تتضمن أكثر من 40 ورشة تفاعلية ومعرفية وترفيهية و 21 عرضاً مسرحياً و 10 جلسات حوارية تناقش العديد من الموضوعات التي تعنى بالصحة والتغذية، وحماية الطفل، والرعاية والتعليم المبكرين، والدعم الأسري، فضلاً عن تخصيص فعاليات وأنشطة مبتكرة للأطفال أصحاب الهمم. وقال سعادة المهندس شامر راشد القاسمي المدير التنفيذي لقطاع المشاريع الخاصة والشراكات في هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة: ” نحرص بشكل مستمر على تمكين الوالدين ومقدمي الرعاية عبر تزويد الأسرة ومقدمي الرعاية بالخبرات والمعرفة

..أبوظبي- الفجر

سعيًا إلى خلق بيئة محفزة وتشجيعية توسع قدرات الأطفال المعرفية، وتعزيز مهاراتهم الاجتماعية، وتتيح لهم فرصة عيش أجمل اللحظات مع العائلة والأصدقاء.. أعلنت هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة عن تنظيم «معرض أبوظبي لتنمية الطفولة المبكرة» في نسخته الأولى تحت شعار «تعلم بالعب.. تطور بالتعلم» والذي ستنطلق فعالياته خلال الفترة 23- 25 من الشهر الجاري في حديقة أم الإمارات. ويتضمن المعرض الذي يعد الأكبر من نوعه على مستوى الدولة في مجال تنمية الطفولة المبكرة مجموعة واسعة من الأنشطة والتجارب والفعاليات المتميزة

مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية تحتفي باليوم العالمي للأشعة

وأضافت الجسمي أنه تم استعراض عدد من برمجيات الذكاء الاصطناعي خلال المعرض المقام على هامش الفاعلية من ضمنها برمجيات الذكاء الاصطناعي لتشخيص الجلطات الدماغية وبرمجيات تشخيص الكسور ، منوهة أن هذه التقنيات الجديدة تتيح التنبؤ المبكر بالمخاطر وتشخيص المشكلات الطبية المعقدة، حيث يمكن أن تؤدي هذه البرمجيات الجديدة إلى تحسين الرعاية المقدمة للمرضى مما يتوافق مع شعار الفاعلية هذا العام، حيث تواصل مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية تسليط الضوء على المرضى وتركز جهودها المستدامة نحو ضمان التشخيص والتصوير الصحيح للمرضى، مما يسهل علاجهم بطريقة أكثر كفاءة وفعالية. هذا وشهدت الاحتفالية معرض مصاحب يستعرض أحدث الأنظمة التكنولوجية المتطورة في مجال الأشعة، وذلك بمشاركة عدد من الشركات المختصة، كما تضمنت الفعالية تكريماً للموظفين المتميزين في إدارة الأشعة والمؤسسة، وتكريم الشركاء الاستراتيجيين، إلى جانب محاضرة توعوية.

هذه الممارسات تطبيق واستخدام خوارزميات الذكاء الاصطناعي في التشخيص. وأشارت الجسمي إلى أن مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية تعتبر أول مؤسسة صحية في الدولة تطبق تقنية الذكاء الاصطناعي في التشخيص عبر تركيب وتشغيل أنظمة وخوارزميات الذكاء الاصطناعي لتشخيص فحوصات الرنتين في جميع مراكز الصحة العامة التابعة للمؤسسة، حيث تعتبر هذه التقنية من أدق التقنيات التي تساعد في التشخيص الطبي والمرتبطة بتشخيص فحوصات الرنتين بالأشعة السينية لاكتشاف مرض الدرن الرئوي في غضون بضعة دقائق، موضحة أنه يأتي دور هذه التقنية في تحسين الخطط العلاجية للمرضى ووقاية المجتمع من الأمراض، لاسيما مع الطلب الكبير على خدمات المرتبطة بفحص اللياقة الطبية لتأشيرات الإقامة، وفحص اللياقة الطبية للموظفين الجدد، وفحص اللياقة الطبية للتأهيل بالاجتماعات.

وأكد سعادة الدكتور عبدالله النقيب المدير التنفيذي لقطاع الخدمات الصحية المساندة بالإنبية في مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية، أن المؤسسة تعتبر اليوم مركزاً رائداً للرعاية الصحية في المنطقة، عبر توفير مرافق وخدمات رعاية صحية ذات مستوى عالمي، مؤكداً أن المؤسسة لا تدخر جهداً في تطوير أقسام الأشعة والتصوير الطبي المختلفة وتحديث أنظمتها، إلى جانب عقد البرامج التدريبية والتأهيلية المتقدمة للكادر الفني بما ينعكس في تقديم خدمات رائدة ومتميزة وذات نتائج موثوقة في مختلف منشأتها الطبية الموزعة في مختلف أنحاء الدولة. من جانبها أوضحت الدكتورة أمينة الجسمي مدير إدارة الأشعة في مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية أن المؤسسة تدرک الأهمية المحورية لطلب الأشعة ودوره الكبير في دعم جميع الأقسام والتخصصات الطبية، عبر تطوير الممارسات المهنية وتكوين الصورة المتكاملة للحالات المرضية التي تعزز القرارات المرتبطة بالعلاج لدى الكادر الطبي، ومن ضمن

..دبي - الفجر

ضمن جهودها في تعزيز الوعي بالقيمة التي يساهم بها علم الأشعة في توفير رعاية آمنة للمرضى، احتفت مؤسسة الإمارات للخدمات الصحية باليوم العالمي للأشعة الذي يصادف 8 نوفمبر من كل عام تحت شعار ”أخصائين وفنيين الأشعة في دعم المرضى“، في حفل تم تنظيمه بهدف تحسين فهم الدور الحيوي الذي يلعبه أخصائيو الأشعة في سلسلة الرعاية الصحية وإبراز دورهم الأساسي في دعم المرضى. ويأتي تنظيم الفعالية في إطار الحرص على إبراز مكانة المتخصصين في مجالات الأشعة، عن طريق ضمان التشخيص والتصوير الصحيح للمرضى، مما يساهم في الكشف المبكر عن الأمراض، وسهولة علاجهم بطريقة أكثر كفاءة وفعالية وسرعة، بما ينعكس في تحسين جودة حياة الأفراد.



منوعات الفكر 23

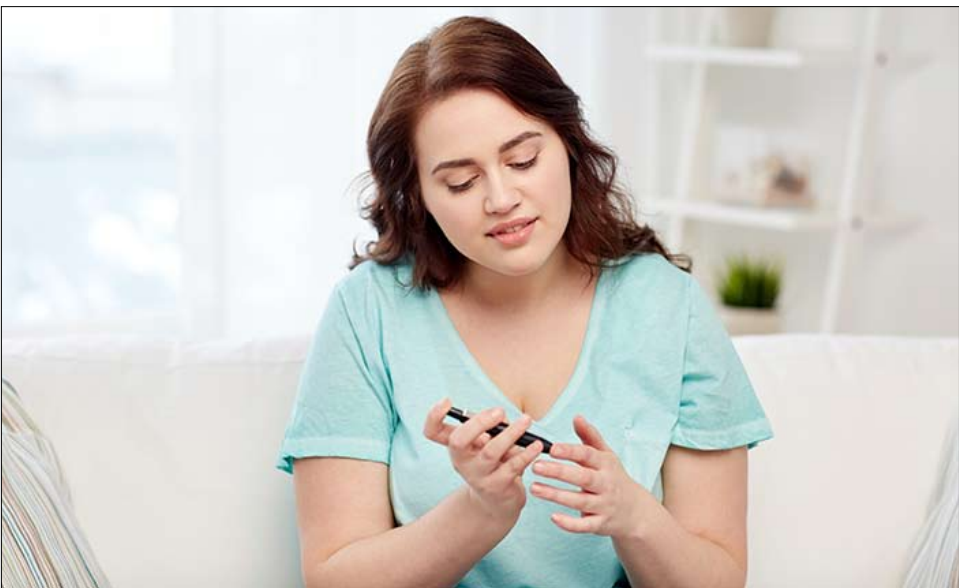
حدد باحثون العلاقة الآلية بين مستويات الزنك لدى البشر وخطر الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكري وأمراض الكبد الدهنية. تم وصف الدراسة المنشورة في مجلة eLife، بأنها أساسية بشكل كبير للعمل على تطوير فهمنا لدور الزنك في عملية التمثيل الغذائي.

ويقدم الباحثون أدلة قوية من خلال تحليلهم الجيني الحديث لعدد كبير من المشاركين من البشر والدراسات المعملية الشاملة لهدف علاجي محتمل لمرض الكبد الدهني غير الكحولي ومرض السكري من النوع الثاني.

وأظهرت الأدلة أن الزنك يلعب دورا حاسما في إنتاج الإنسولين واستقلاب الجلوكوز.

يلعب دورا حاسما في إنتاج الإنسولين واستقلاب الجلوكوز

اكتشاف العلاقة الآلية بين مستويات الزنك ومرض السكري



والوظيفة في شركة Alkermes Inc. المشار في الدراسة إلى أن: "دراستنا تقدم أدلة وراثية لأول مرة توضح الدور الوقائي للزنك ضد ارتفاع نسبة السكر في الدم وتكشف الأساس الآلي الكامن وراء هذا التأثير. كما تشير ملاحظتنا إلى أن حجب SLC39A5 يمكن أن يكون وسيلة علاجية محتملة لمرض السكري من النوع الثاني ومؤشرات أخرى حيث تكون مكملات الزنك وحدها غير كافية".

واستخدموا نظاما غذائيا غنيا بالدهون والكوليسترول المرتفع لتحفيز التهاب الكبد الدهني غير الكحولي في الفئران، ووجدوا علامات متزايدة على تلف الكبد، ووزن الجسم، وجلوكوز الدم أثناء الصيام، وتليف الكبد. في حين قللت الفئران التي تفتقر إلى SLC39A5 من علامات تلف الكبد، ومستوى السكر في الدم أثناء الصيام، وتحسنت حالات التهاب الكبد وتليفه.

وخلص هاريكيران نيسنتالا، رئيس قسم علم الجينوم



الدهني غير الكحولي، فقد استكشف الفريق ما إذا كان فقدان SLC39A5 يحمي الكبد أيضا. وكما هو مأمول، كان لدى الفئران التي تفتقر إلى SLC39A5 تراكما أقل للدهون في الكبد وفي علامات الدم التي تشير إلى تلف الكبد.

وعلاوة على ذلك، فإن الفئران التي تفتقر إلى SLC39A5 ولكنها تتغذى على نظام غذائي غني بالدهون وعالي الفركتوز، كان لديها أيضا تراكم أقل

الدهني غير الكحولي، فقد استكشف الفريق ما إذا كان فقدان SLC39A5 يحمي الكبد أيضا. وكما هو مأمول، كان لدى الفئران التي تفتقر إلى SLC39A5 تراكما أقل للدهون في الكبد وفي علامات الدم التي تشير إلى تلف الكبد.

وعلاوة على ذلك، فإن الفئران التي تفتقر إلى SLC39A5 ولكنها تتغذى على نظام غذائي غني بالدهون وعالي الفركتوز، كان لديها أيضا تراكم أقل

ويقول شيك مان تشيم، العالم الرئيسي في شركة ريجينيرون للأدوية في نيويورك، والمؤلف الرئيسي للدراسة: "نعلم أن زيادة تناول الزنك يحسن التحكم في نسبة الجلوكوز في الدم لدى المصابين بمقدمات مرض السكري أو مرض السكري من النوع الثاني، والأشخاص الذين لديهم طفرة في بروتين نقل الزنك الرئيسي قللوا من خطر الإصابة بمرض السكري. ومع ذلك، فإن آلية تأثير الزنك على مستويات الجلوكوز في الدم وخطر الإصابة بالسكري ما تزال غير واضحة".

ولاستكشاف دور الزنك في الوقاية من مرض السكري، اختبر تشيم وزملاؤه طفرات فقدان الوظيفة من بيانات التسلسل الجيني التي تم جمعها من عدد كبير من المشاركين من أصل أوروبي ممن شاركوا في دراسة Regeneron Genetics Center-Geisinger Health System DiscovEHR.

وحدد هذا طفرة نادرة تسبب فقدان الوظيفة في بروتين ناقل الزنك المسمى SLC39A5، المرتبط بزيادة مستويات الزنك المنتشرة.

ولتأكيد ذلك، بحثوا في كيفية ارتباط طفرات فقدان الوظيفة في SLC39A5 بمرض السكري من النوع الثاني في تحليل إحصائي لأربع دراسات أوروبية وأمريكية متعددة الأعراق بلغ مجموعها أكثر من 62 ألف حالة من مرضى السكري وأكثر من 518 ألفا من الأصحاء.

وأكد هذا أن مستويات الزنك المنتشرة في حاملات طفرة فقدان الوظيفة SLC39A5 كانت مرتفعة وترتبط بانخفاض خطر الإصابة بمرض السكري.

وبعد تحديد SLC39A5 باعتباره رابطا سريريا مهما بين الزنك ومرض السكري، استكشف الفريق وظيفته عن طريق الهندسة الوراثية للفئران التي تفتقر إلى البروتين الناقل للزنك.

وكما كان متوقعا، كان لدى هذه الفئران مستويات مرتفعة من الزنك في الدم والأنسجة. وعندما قام الفريق بإطعام الفئران نظاما غذائيا غنيا بالدهون وعالي الفركتوز للحث على السمنة، كان هناك انخفاض كبير في نسبة الجلوكوز أثناء الصيام مقارنة بفئران التحكم التي تغذت على نفس النظام الغذائي.

وقد لوحظت نتائج مماثلة في نموذج السمسة الخلفي (نقص مستقبلات اللبتين)، وأدى فقدان SLC39A5 أيضا إلى انخفاض مقاومة الإنسولين، وهي سمة مميزة لمرض السكري حيث تفشل الأنسجة في الاستجابة لإشارات الإنسولين التي تحاول تحفيز امتصاص الجلوكوز من الدم.

ونظرا لأن مرض السكري غالبا ما يتزامن مع مرض الكبد

النساء المنجبات أقل عرضة للإصابة بالخرف

توصلت إحدى الدراسات إلى أن النسبة العالية لهرمون الإستروجين طوال الحياة تقلل من خطر الإصابة بأمراض الأوعية الدماغية والخرف لدى النساء.

هرمون الإستروجين طوال حياتهن كان لديهن كميات أكبر من المادة الرمادية في أدمغتهن. والمادة الرمادية هي مكون رئيسي في الجهاز العصبي وتشارك في الإدراك الحسي مثل الرؤية والسمع والذاكرة والكلام واتخاذ القرار. ووجد الباحثون، من كلية طب وايل كورنيل في نيويورك، أنه مقابل كل سنة إضافية تتعرض فيها المرأة لهرمون الإستروجين في حياتها، يزداد متوسط حجم المادة الرمادية في مناطق معينة من الدماغ بنسبة 1%. ولكل طفل إضافي تنجبه المرأة، يرتفع حجم المادة الرمادية بمعدل 2%.

التاريخ الإنجابي في إدارة صحة الدماغ لدى النساء بعد انقطاع الطمث. وأظهرت دراسات سابقة أن معدلات الإصابة ببعض الأمراض - على سبيل المثال مرض الأوعية الدموية الدماغية الصغيرة - تزيد بعد انقطاع الطمث، والذي يرتبط غالبا بغياب الهرمونات. وحتى الآن، ظل من غير المعروف ما إذا كانت كمية التعرض للهرمونات قبل انقطاع الطمث توسع نافذة الحماية بعد ذلك. ووجدت دراسة منفصلة، نُشرت في عام 2021، أن النساء اللاتي تعرضن لكميات أكبر من

انخفاض خطر الإصابة بمرض الأوعية الدموية الدماغية الصغيرة، وهي حالة تنتج عن تلف الأوعية الدموية الصغيرة في الدماغ وترتبط بالضعف الإدراكي والخرف. وقام الباحثون بتحليل حالة 9000 امرأة بعد انقطاع الطمث بمتوسط عمر 64 عاما يعيشن في المملكة المتحدة.

وأجابت المشاركات على أسئلة حول الصحة الإنجابية بما في ذلك عمرهن عند الدورة الشهرية الأولى، ومتى بدأ انقطاع الطمث، وعدد مرات الحمل.

كما أجرت كل واحدة منهن فحوصات للدماغ للبحث عن مرض الأوعية الدموية الدماغية الصغيرة، عن طريق تقدير فرط كثافة المادة البيضاء، والتي تشير إلى إصابة المادة البيضاء في الدماغ.

وقام الباحثون بحساب التعرض للهرمونات مدى الحياة عن طريق إضافة عدد سنوات حمل المرأة إلى مدة حياتها الإنجابية، وهو عدد السنوات بين الحيض الأول وانقطاع الطمث. وكان متوسط التعرض للهرمونات مدى الحياة 40 عاما.

وكشف التحليل أن أولئك اللاتي تعرضن للهرمونات بشكل أعلى على مدار حياتهم لديهن أحجام أقل من فرط كثافة المادة البيضاء.

واكتشف الفريق أيضا أن تناول موانع الحمل الفموية، أو HRT، لا يبدو أنه يغير التأثيرات المفيدة للحمل أو العمر الإنجابي.

وقال مؤلف الدراسة كيفن ويتنستال، من جامعة شيربروك في كيبك، كندا: "دراستنا تسلط الضوء على الدور الحاسم للتاريخ الإنجابي في تشكيل دماغ الأنثى طوال الحياة".

وأضاف أن النتائج "تؤكد على الحاجة إلى دمج

ووفقا لدراسة جديدة نُشرت في العدد الإلكتروني بتاريخ 27 سبتمبر 2023 من مجلة Neurology، فإن النساء اللاتي لديهن "عمر إنجابي أطول"، أو اللاتي أنجن عدة أطفال، يتعرضن بشكل أكبر لهذا الهرمون، وهو ما يؤدي إلى دماغ أكثر صحة.

ويبدو أن هذا يؤدي إلى





GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة الاستئناف



DUBAI COURTS

70197
العقد ٢٠٢٣/١١/٩ بتاريخ

مذكرة اعلان النشر (استئناف)

في الاستئناف رقم ١٤٠٦/٢٠٢٣/٢٠٠٠ استئناف مدني

المطروحة، في دائرة الاستئناف المدنية الثانية، رقم ٨٢

موضوع الاستئناف : استئناف الحكم الصادر في الدعوى رقم ٥٢٢/٥٢٣/٢٠٢٢ مدني والرسوم والحاصلات والتعاقب.

المشتات محمد عيسى صالح عبدالله الحوسني بصفته مالك مكتب عيسى الحوسني للمحاماة
واستشارات قانونية

عنه/الامارات - امارة دبي - بربري - شارع الشيخ زايد - مبنى برج الشقة الطقة ٤٠٢ الجوال
٥٥٤١٤٤١٥٠ - الايميل: eim@aem.ae - ٥٥٠٣٦٦٦٠ - وسميله: عيسى محمد صالح عبدالله الحوسني

الطوبى اعلان - ١- ببنية بني منوبي العمراني - صفته : مشتات هذه

موضوع الاعلان : قد أستاذت الفرار/الحكم الصادر بالمدعى رقم: ٥٢٢/٥٢٣/٢٠٢٢ مدني. وحدث لها

جلسة يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٣/١١/٩ الساعة ١٠:٠٠ صباحا القاضي عن بعد، وعليه يقتضى

حضوركم او من يملككم قانونيا وفي حالة تخلفكم ستجري محاكمتكم غيابيا.

رئيس القمم



حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة التنفيذ



محاكم دبي
DUBAI COURTS

70392

العدد ٢٠٢٣/١١/٩ بتاريخ

إعلان وتكليف بالتوفاء بالنشر

٢٥٣/٢٠٢٢/١٢٥٠ تنفيذ شيكات

تفاصيل الإعلان والنشر

الى السيد/ ضدهما/ ١- محفل فاتح للخدمات الفنية ش.م.م. ٢- محمد شريف بركت علي - مجهولي محل الإقامة

بما ان الطالب التنفيذ/ الجوزاء لواء البناء

قد أقام عليك الدعوى التنفيذية المذكورة اعلاه والزامك بدفع المبلغ المنفذ به

وقدره (٣٧٧٠٤) درهم الى طالب التنفيذ و ا خزينة المحكمة.

وعليه فان المحكمة ستبشّر الاجراءات التنفيذية بحكم في حالة عدم الالتزام

بالتقاضي المذكور خلال 7 ايام من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعبة

 حكومة دبي GOVERNMENT OF DUBAI	محاكم دبي محاكم دبي الابتدائية	 محكمة دبي DUBAI COURTS
[70642]	العقد ١٢٩٩٦ بتاريخ ٢٠٢٣/١١/٩ اعلان وتكليف بالوفاء بالنشر في التصفية رقم ٧٢٨٠/٢٠٢٣ تنفيذ تجاري	



الجمهورية الكويتية
MINISTRY OF ECONOMY AND TRADE
STATE OF KUWAIT

محاكم دبي

محاكم دبي الابتدائية



محاكم دبي
DUBAI COURTS

70535

العدد ٢٠٢٣/١١/٩ بتاريخ ١٢٩٩٦

إعلان وتكليف بالوفاء بالنشر

في التصفية رقم ٢٠٢٣/٢٥٣/١٨٥٤٥ تنفيذ شكايات

المطروحة في دائمة التصفية رقم ٦٦٩

موضوع التصفية : نتيجة المناقشة التجارية بين طالب التصفية والتصف ضد دفع بتحويل شيكات لصالح الملتزم مسجول عليه (مصرف الشارقة الاسلامي) والوضعيين بالجدول أدناه عند عرض الشكايات في البنك التصفية عليه (تدنت بدون عرض معرف عمليكا الرصيد .

طالب التصفية : مصرف الشارقة الاسلامي

عنوانه : الإمارات - إمارة الشارقة - الصناعية - الشارقة - شارع ميلحة - شقة الارضي - شركة اساس العقارية - ٥٦١٢٢٧٠-٥٦١٢٢٧٠

المطلوب اعلانه : ١- مانع بن احمد بن عبيدالله القنطسي - صفته: منفذ ضد

موضوع الإعلان : قد اناكم هذه الدعوى التصفية المذكورة ادلاي والزامك بدفع المبلغ المتفق به وقدره

(٨٢٦٧٠,٠٠) درهم الى طالب التصفية او خزينة المحكمة (وبعلاي على المحكمة بتسليم الاجراءات التصفية بحكمه في حالة عدم الالتزام بالقرار المذكور خلال (7) أيام من تاريخ نشر هذا الاعلان.

رئيس الشعيبة



GOVERNMENT OF DUBAI

محاكم دبي

محكمة دبي الابتدائية



دبي المحاكم
DUBAI COURTS

70197
العدد ٢٠٢٣/١١/٩ بتاريخ

اعلان بالاشتر

في الدعوى رقم: ٢٠٢٣/٤٢/٤٥٧٥ تجاري

المختومة بـ دائرة إدارة الدعوى الخامسة رقم ١٠

موضوع الدعوى : حل وتصفية الشركة المدعى الأولى وتعيين مصفى قانوني لبيان وضعها المالي

وتعيين مبطناً للقانون والمدعى عليها المبرور عليه والمصطفى والمطالب والاعباء المحاماة

المدعى: فريش ابيون الجوان

مطلوبه: الامارات - امارة دبي - برودي - مدائن محمد بن راشد باند بوكيت سن شقة ٨٠١ - ومحلته المختار

مكتب محمد الهامشي المركز التجاري في لطيفة الجناح الغربي مكتب ٣٠١ - ٢٩٤١٢٩٨٠٠

info@mhadvocates.ae

المطلوب اعلانه : ١٠ رزاق تايرو - صفته : مدعى عليه

موضوع الإعلان : قد افاد المدعى الدعوى وموضوعها حل وتصفية الشركة المدعى عليها الأولى وتعيين مصفى قانوني لبيان وضعها المالي وتعيين مبطناً للقانون والمدعى عليها المبرور عليه والمصطفى والمطالب والاعباء المحاماة - وحددت له جلسة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/١١/٩ الساعة ١٠:٠٠ من ظهيرة لاعتراضي

من بعد له فالتت محضر بحضور او من ممتلكه افولونيا والمصطفى بتقديم ام الديك من مدكرات او مستندات

للحكمة قبل الجلسة بثلاثة ايام على الاقل.

رئيس القسم

 حكومة دبي GOVERNMENT OF DUBAI	محاكم دبي محكمة دبي الابتدائية	 القضاء DUBAI COURTS
[70197]	العدد ١٢٩٩٦ بتاريخ ٢٠٢٣/١١/٩ اعلان حكم بالنشر في الدعوى رقم ٢٤٧٥٠/٢٠٢٣/٤٢ تجاري	الخبر

منوعات الفكر

26

إعلاميون يشيدون بدور معرض الشارقة الدولي للكتاب في نشر الثقافة

• الفجر : أسامة عبد المقصود

يستقبل معرض الشارقة الدولي للكتاب في الموعد نفسه من كل عام نخبة من الكتاب والشعراء والأدباء والباحثين تحت سقف واحد، لمناقشة أعمالهم والاحتفاء بهم وسط أجواء مبهجة مع القراء ورواد المعرض من أنحاء العالم، وكل عام يزداد قوة وشهرة ومكانة لما يقدمه من مناقشات فكرية ولقاءات فنية، وطرح المسابقات وتوفير كل ما يلزم من سبل الراحة للجميع، وحول دوره في نشر الثقافة كان لنا لقاء مع الإعلاميين الذي حضروا لتغطية المعرض

أكد الكاتب الصحفي أحمد منصور ، بأن التطلع على الثقافات المختلفة هو أمر حتما أصبح لابد منه حتى نستطيع التواصل الفكري لكل ما هو خارج حدودنا، ولفتح آفاق جديدة لقراءة وترجمة كل ما يحدث حولك، ويأتي ذلك من خلال القراءة ومتابعة الأدباء والمثقفين من كل أنحاء العالم، وهو أمر يشبه بحلم يصعب تحقيقه، ولكن كل ذلك يحدث على أرض الواقع داخل إمارة الشارقة، من خلال معرض الشارقة الدولي للكتاب

معرض الشارقة الدولي للكتاب يأتي كل عام بما هو جديدة يواكب الأحداث بمعنى الكلمة فيأتي له العديد من الكتاب والمثقفين والأدباء حاصدين الأوسمة والجوائز العالمية والمتصدرين الأكثر مبيعا، بذلك وخلال الدورة الـ 42 التي انطلقت يوم 1 نوفمبر وتستمر حتى 12 نوفمبر الحالي، تحت شعار ” نتحدث كتباً “ لقاءات عديدة مع نجوم ونجمات العالم مثل كارينا كابور والفنان كاظم الساهر وغيرهم، إلى جانب مجموعة من كبار الأدباء والمثقفين مثل إبراهيم الكوني وتوماس إريكسون وغيرهم الكثير، كما نرى ملايين



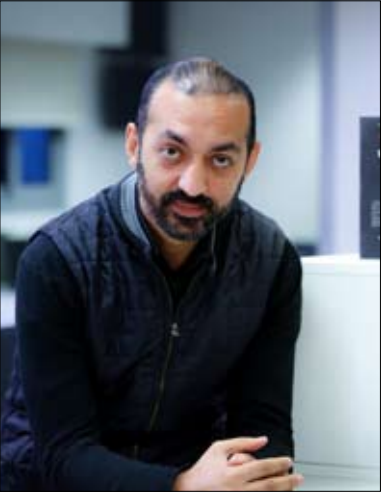
الإصدارات الحديثة بأقلام عظماء الأدب في العالم، مما يتيح لك التعرف على الرؤية والثروة الحقيقية في الحقل الأدبي يقول الكاتب الصحفي جمال فتحي، مرور الوقت وعامل بعد عام تحول معرض كتاب الشارقة إلى بقعة ثقافية ومعرفية مضيئة لا نقول تلقى بظلالها على المنطقة بل على العالم وصار الناشرون ينتظرون كل عام المزيد من الامتيازات والتسهيلات التي تدعم صناعتهم وهذا العام تقدم مدينة النشر المزيد من هذه الامتيازات ليس هذا فقط فعلمنا النظر إلى المساحة المخصصة للأطفال على كافة الأصعدة ورغم أن هناك المعرض القرآني المخصص للطفل وألعابه وأحلامه ونأشيره فإن معرض الكتاب لا يخلأ أبدا بكل ما يدفع الطفل خطوة في اتجاه المعرفة هذا فضلا عن فتح الشارقة أحضان معرضها لكل المؤثرين في كل العالم وأصحاب التجارب الفريدة وأصحاب



الأقلام الجيدة في كل المجالات وفي كل فنون الكتابة وهذا العام تخرج للنور أجزاء جديدة من المعجم التاريخي للغة العربية وهو حلم طار انتظاره حتى جاء الوقت ورياء ودعمه الشيخ الدكتور سلطان القاسمي ووفر لفريقه من العلماء والباحثين كل ما يلزمهم لإنجازه. وقال الإعلامي براء الحريري، إن معرض الشارقة الدولي للكتاب أصبح طريق الحرير لختلاف كتاب وأدباء العالم، وملقى ثقافي يعكس المكانة المرموقة التي وصلت إليها إمارة الشارقة، كما أن له دور مهم في نشر الثقافة وتعزيز مكانة اللغة العربية وفتح باب القراءة أمام الأجيال التي باتت بأهم الحاجة للكتاب في ظل انتشار التكنولوجيا وغزو وسائل التواصل الاجتماعي لحياة الكبار والصغار، مؤكدا أن معرض الشارقة الدولي للكتاب يتطور في كل عام، ويحمل في ثناياه مواضيع مهمة من خلال الورش المتنوعة التي تثري هذا الحدث، كما



تعرف المشاركون بأساسيات صناعة المحتوى وآليات النقد البناء والكتابة بشكل صحيح يتناسب مع قيم ومبادئ المجتمعات والشعوب وقالت الإعلامية براءة النويران ، إن معرض الشارقة الدولي للكتاب يُعتبر أحد أبرز المنصات الثقافية في الإمارات، حيث يلعب دوراً بارزاً في نشر الثقافة والفنون، حيث يستضيف فنانين وكتاب من جميع أنحاء العالم، مما يُسهم في تبادل الأفكار والتجارب الثقافية، ما يميزه أكثر هو توجيه اهتمامه لجميع شرائح المجتمع، من الصغار الذين يبحثون عن القصص الممتعة إلى الشباب الذين يسعون لاكتشاف آخر التطورات التكنولوجية فيما يخص الكتب. يُقدم المعرض أيضاً فرصاً للمبدعين المحليين لعرض أعمالهم وتطوير مهاراتهم، مما يُسهم في تعزيز التفاهم الثقافي وتقوية الروابط الاجتماعية. وقالت الكاتبة سحر الألفي إن معرض الشارقة



الدولي للكتاب يتميز بتنوعه الثقافي واللغوي وتقديمه مجموعة واسعة من الكتب والأنشطة الثقافية، مما ساهم في جذب جمهور وكتاب من مختلف أنحاء العالم، كما يلعب المعرض دوراً هاماً في تعزيز التفاعل الثقافي وتبادل الأفكار في المنطقة، ويسهم في تعزيز مكانة الإمارة كمركز للثقافة والعرفه ويعد واحد من أكبر المعارض الثقافية في الشرق الأوسط، بل منبر مهم من منابر الثقافية والإعلامية لتعزيز محبة القراءة ونشر الثقافة والمعرفة بين الجمهور. وتؤكد الكاتبة سحر حمزة، أن تنظيم معرض الشارقة الدولي للكتاب في دوراته المتعاقبة، يأتي تشجيعاً على القراءة وحبا بالكلمة المقروءة، حيث يطرح المعرض تشكيلة واسعة من أفضل الكتب وعشرات الفعاليات الثقافية والمشاركات المحلية والعالمية من أبرز الكتاب والمؤلفين حول العالم ، وليكون هذا المعرض السنوي منارة للعلم والمعرفة

ويكون واحدا من أكبر معارض الكتاب في العالم، يواصل المعرض في دورته الجديدة عرض الكتب، وتقديم ورشات العمل التدريبية والأمسيات الشعرية وحفلات توقيع الكتب، وما يتعلق بالطبخ ونشاطات للأطفال وكل ما يهم فئات المجتمع من متطلبات ثقافية تعتمد على العلم والمعرفة بشكل متجدد.يقول الإعلامي عبد العزيز أحمد نصيب: إن معرض الشارقة الدولي للكتاب، الذي انطلق مؤخرا تحت شعار ” نتحدث كتباً “، يعتبر نافذة يطل منها القاري على الغير، وهي النافذة نفسها التي يطل من خلالها الغير أو الآخرون على غيرهم، باعتبار أن الكتاب هو الواجهة الثقافية الحقيقية للدولة، بل إن الكتاب السفير الذي لا يحتاج إلى أوراق اعتماد، حيث أن المعرض مناسبة مهمة ولحظة متميزة من أجل التعريف بالكتاب وترويجه والتشجيع على قراءته ويؤكد الدكتور محمد حمزة، أن معرض الشارقة الدولي للكتاب بمثابة منارة لكافة العلوم، لما يتضمنه من لقاءات ومشاركات متعددة في جميع المجالات، حيث يأتي للمعرض وفود من جميع أنحاء العالم، ليتبادلون الخبرات الفنية والعلمية والأكاديمية ويترون كل عام أثراً إيجابياً يستفيد منه رواده، كما يشعر القارئ بأنه ذاها في رحلة ثقافية هدفها المنعة الحقيقة لعالم معرفة. ويقول علي عبد الحميد: إن معرض الشارقة الدولي للكتاب يعتبر من أهم المعارض في الشرق الأوسط، حيث يلتقي فيه القارئ بالكتاب والباحث والشاعر والأكاديمي، بل وتجري به العديد من ورش العمل المفيدة ومناقشات الرأي والاستماع بالناوئين الطروحة من الكتب والدواوين، وهذا المحفل الأدبي والثقافي دخل مجال العالمية لما يضمه من فعاليات ثقافية متمدة.

«إثراء» تستقبل طلبات التسجيل ببرامجها في ديسمبر القادم

• الفجر : أسامة عبد المقصود

تعزيزاً لدوره المجتمعي في التنمية الفكرية، ونشر ثقافة الوعي الجمعي للعالم العربي، شارك مركز الملك عبد العزيز الثقافي العالمي «إثراء» بركن ضم نشاطه الإيجابي للتعريف بدوره تجاه متنوعة المثقفين العرب، وذلك من خلال فريق عمل يقف على مدار الساعة لشرح وتوضيح منهج المركز وما يقدمه من خدمات واسعة في مجال الثقافة

وأكد عبد الله الحواس مدير مكتبة إثراء، ضرورة مشاركة المركز في معرض الشارقة الدولي للكتاب في نسخته 42 تحت شعار (نتحدث كتباً) حيث تعد المشاركة الأولى بالمعرض، فلقد استعاد المركز كثيرا من هذه التجربة، خاصة وأن المعرض يعتبر من أهم المعارض في الشرق الأوسط لما له من مكانة مرموقة بين دول العالم، فالمعرض صار منارة وقبلة للكتاب والأدباء والباحثين لعرض أفكارهم والالتقاء المباشر بالقراء والمهتمين بالأدب والعلوم، فضلا عن التقاء المؤسسات

ثقافية وشراكات مستقبلية وتعريف الزوار بالمكتبة وتسجيل الطلاب في مسابقة أقرأ للوطن العربي وأوضح عبد الله الحواس أن المركز باصدد عقد جلسة موسعة بعنوان (بين الدعم والتمكين) وذلك بناء على مبادرة أقرأ التي انطلقت في 2022 بهدف دعم المتسابقين دعما ماديا واستشارياوقدشاركتفيالنسخةالأولى 23 متسابقا، وفي الدورة الثانية 14 متسابقا، وجاء العدد منخفضا بسبب وضع شروط ومتطلبات من شأنها استحسان الجودة، ومن المنتظر أن

يشارك 20 متسابقا في جميع المسارات بالدورة الثالثة التي سيبدأ تسجيل المشاركين بها في مطلع ديسمبر القادم، وقد استحدث المركز مسارات جديدة في هذه الدورة بالإضافة لما سبق مثل مسار الأدب والترجمة والبوت كاستو والأفلام الوثائقية ومنصات ثقافية واستحدثت مسار جديد للثلاثي المنجا وأشار الحواس أن مركز الملك عبد العزيز الثقافي العالمي «إثراء» راعي ماسي لمؤتمر المكتبات المقام على هامش المعرض تقديرا لدوره الذي يقوم به المؤتمر من نشر الوعي الفكري

والاهتمام بنشر الثقافة، بالإضافة لتقديم ورقة علمية بعنوان الاستدامة في برامج المكتبة واتخذت مكتبة إثراء كنموذج، حيث أنها تأسست في 2018 وأقاد عبد الله حواس مدير مكتبة إثراء، أن جناح المكتبة في المعرض يأخذ للزوار لجولة افتراضية داخل المكتبة عبر تقنية الواقع الافتراضي، حيث ان الزائر يتجول في المكتبة ويشاهد ما بها، مشيرا إلى أن التسجيل مجانا في المكتبة الالكترونية التي تضم 34000 كتاب بين صوتي

وورقي، موضحا أن المكتبة طبعت عدد 26 إصدارا خاصا بها، ومن أهمها مجموعة المعلقات، بهدف تبسيط المعلقات للجيل الجديد حتى لا يندثر هذا الإرث العربي، وتم ترجمة الكتاب إلى 4 لغات الإنجليززية والإسبانية والصينية والفرنسية ومتوفرة نسخة الكترونية من الممكن تحميلها، وكتاب الهجرة على خطى الرسول -صلى الله عليه وسلم- ويأتي الطرح من تفاصيل رحلة الهجرة التي وقعت في ثمانية أيام وذلك لحظة بلحظة.



أكاديميون بمعرض الشارقة للكتاب : للعرب في الأندلس بصمات لا تمحى في الهندسة والزراعة والكيمياء والشعر

• الشارقة -وام:

أكد أكاديميون متخصصون بالشأن الأندلسي أن التأثير العربي في الأندلس لم يقتصر على الجانب الثقافي والأدبي فحسب بل امتد إلى الجانب المعرفي الذي شمل مجالات علمية متنوعة كالهندسة المعمارية وعلوم الزراعة والكيمياء والتي أسهمت في تطور الحضارة الأوروبية .. مشيرين إلى أن العرب تركوا أيضا أثرا أدبيا بارزا في مختلف أنواع الأدب خاصة الشعر الذي ازدهر بأساليب وموضوعات جديدة ظهرت بصمات العربي عليها بكل وضوح.

جاء ذلك خلال ندوة لمجلة (الناشر الأسبوعي) تحت عنوان: ” بصمة الأندلس.. أثر الثقافة العربية في شبه جزيرة إيبيريا“ التي نظمتها هيئة الشارقة للكتاب ضمن فعاليات الدورة الـ 42 من معرض الشارقة الدولي للكتاب واستضافت كلاً من الدكتور والباحث محمود مقادي والدكتورة نومي فيرو والباحث والشاعر خالد الريسوني .

وفي حديثه حول ” الأثر العربي في الزراعة الأندلسية“ أكد الدكتور محمد مقادي أن الوجود العربي في شبه الجزيرة الأيبيرية استطاع أن يشكل مدرسة الفلاحة الأندلسية التي برزت من خلال العلماء العرب الذين أبدعوا علم الفلاحة وأشروا المكتبة العالية بالعلم من المنجزات في القطاع الزراعي ونقلوا العلم من علم نظري إلى علم تطبيقي مشيراً إلى أن العرب أنشأوا الحدائق النباتية



التي استخدموها للتجارب كما أتوا بنباتات جديدة لمواءمتها مع بيئة الأندلس. وقال مقادي : ” أبدع العرب كذلك في علم الكيمياء الزراعية التي تضمن حماية المزروعات ومكافحة الآفات التي تصيب المزروعات والحيوانات و ابتكروا المبيدات السائلة والصلبة والغازية وسبقوا العالم في استخدام مكافحة الحيوية التي تقوم على استخدام أعداء حيوية مفيدة تقضي على الكائنات الضارة من ذلك جلبهم النمل الصحراوي من بغداد لمكافحة حشرات كانت تصيب النباتات الزراعية في الأندلس“.

وتحدثت الدكتورة نومي فيرو حول أثر اللغة العربية في اللغة الإسبانية وقالت إن علماء



العربي والذي ظهر في كتاباته الأولى مثل قصيدة ”غرناطة.. مراثية متواضعة“ لأن الرثاء في الشعر الإسباني والغربي عموماً كان مرتبطاً بالأشخاص ولم يكن معروفاً في الأمكنة . وأضاف : “ على الرغم من تأثير لوركا بالشعر العربي في تجاربه الأدبية الأولى إلا

صروح معمارية خالدة تؤرخ للوجود العربي في الأندلس. وفي ورقته التي حملت عنوان ” التأثير العربي الأندلسي في شعر جيل الـ 27.. لوركا نموذجا“ أوضح الدكتور والباحث خالد الريسوني أن الشاعر الغرناطي فيديريكو غارسيا لوركا كان يمتلك وعيه المتجذر بالعمق الثقافي

منوعات

الفكر

27

بعد الانقطاع الطويل، لم يبدأ الموسم الجديد (المكون من أجزاء صدر منها اثنان حتى الآن)، من أنمي Bleach، بأي محاولة لتلخيص الأحداث الطويلة السابقة، وكأن الاستوديو يطالب المشاهدين بإعادته من البداية، وإلا فسيكون من المفاجئ التعامل مع الحلقات الأولى لموسم حرب دم الألف عام المثيرة والتي جاءت من دون أي تمهيد. أما شرائح العرض التي تظهر كل حلقة لشرح شيء ما، فهي عملية تساعد في اختصار الفصل الأخير لأربعة أجزاء تصدر سنوياً كما هو مقرر، وربما أكثر، وذلك حتى الانتهاء من أحداث المانغا التي أنهاها الكاتب تايت كوبو منذ وقت طويل.

أنمي "بليتش" .. مفاجآت عن شخصيات بدت رتيبة



مرتبة عن مجرد بطل شوتين تقليدي. فهوته التي يكتشفها أخيراً، لا ترتبط فقط بقوة سيحصل عليها، بل أكثر من ذلك، تجعله مرشحاً لإحلال السلام.

ما زال هناك المزيد

مع عدد الحلقات الكبير في الماضي، والمفاجآت التي تظهر في كل أرك، ما زال هناك المزيد مما لا يمكن تخيله من المفاجآت عن شخصيات بدت رتيبة وعادية، بل ووظيفية فقط، لتكون المفاجأة الكبرى في الموسم هي شخصية القائدة أونوهانا. قال مانغاكا "بليتش" سابقاً، إن أونوهانا ستخوض قتالاً واحداً وسيكون مفاجأة للجمهور، وبالفعل كانت المفاجأة الأكبر في الموسم، بطريقة تذكرنا بما اعتدنا رؤيته في "بليتش" من جوانب غير متوقعة من شخصياته العديدة، وإن دل هذا على شيء، فهو أن بنية القصة كانت مقررّة من البداية، وكل تطور في شخصية ما هو متسق مع كل ما ظهر سابقاً وليست تغييرات طارئة.

تحتمل هذه الشخصيات العديدة، إلى جانب القوة والفلسفة الضروريتين للقتال، خصائص درامية وكوميديّة مبالغ بها، أحياناً لتكسر رتابة الحروب المتتالية. وفي هذا الموسم، نرى هذه الخصائص مجدداً،



الأزرق لون غير طبيعي
أسلحة الكوينشي وطاقاتها تحمل اللون الأزرق، وما اعتدنا عليه في "بليتش" هو طغيان الأسود والأبيض، ألوان أزياء الشينغيامي، والأرواح. اللون الأزرق سيكون طاعياً كإساءة القمر على صورة الأنمي مع تدرجات الأبيض والأسود، وبشكل ساطع جداً الأحمر يظهر في الخلفية بشكل يتناسب مع المجازز اليومية في هذا الموسم. الاستخدام المدهش للألوان جاء كإضافة بديعة للموسم الجديد، مع الصور الفنية التي يتميز بها "بليتش" المأخوذة من الثقافات الشرقية، والصحراء والموسيقى الشرقية. بين العوالم المتعددة في "بليتش"، تختلف اللونية والموسيقى بشكل يتسق مع هذه العوالم، والدخيل الوحيد هو ذلك الأزرق من الكوينشي الذي سيفرض سيطرته مع مقاتلين بشخصيات أقرب للمختلة وتبدو مضحكة رغم خطورتها ومأخوذة من ثقافة البوب في العالم مثل المصارح المقنع وفرقة الفتيات. ما يميز "بليتش" عن بقية أعمال الشوتين الطويلة، هو المستويات اللونية المتعددة واتساق أي إضافة جديدة معها، ليبدو التشاز جزءاً من العمل الفني.

جون ترافولتا يتحول لشخصية سانتا كلوز ويعيد رقصته الشهيرة قبل 46 عاماً

تسريحة شعر مختلفة تماماً. جدير بالذكر أن الممثل العالمي جون ترافولتا اشتهر بجانب التمثيل في القرن الماضي بالغناء أيضاً. وقدم حالة خاصة اشتهرت باسمه على مستوى العالم كله محققاً جماهيرية كبيرة بالشكل الذي يقدمه.

ومؤخراً كون ثنائياً مميّزاً مع كلبه الخاص، حينما ظهرنا سوياً خلال أكثر من صورة لهما أحدهما وهو يأكل البيتزا في حين الصورة الثانية آتت وهما نائمين على السرير سوياً، حيث علق موقع الديلى ميل على الصورة الأخيرة بكتابة أن الممثل الشهير بات عليه أن يحجز مكاناً على سريريه لصديقه المقرب، والممثل في الكلب. من ناحية أخرى يتعاون الثنائي جون ترافولتا وكاترين هيجل للمشاركة في فيلم يدور يحمل طابع الكوميديا الرومانسية، وفقاً لما ذكره تقرير لموقع فارايتي، والذي أكد أن الفيلم مأخوذ من الكاتب والمخرج نيك فاليلونجا، ويحمل اسم That's Amore.



كيندال جينر على طريقة مارلين مونرو بشعر أصفر وزى أسود



يبدو أن شقيقات كيم كارداشيان لديهن هوس بأيقونة هوليوود مارلين مونرو، فبعدما ارتدت كيم كارداشيان فستان مارلين وخطفت به الأنظار في وقت سابق قبل سنوات، وظهرت قريبة من إطلالات الممثلة الراحلة، ظهرت على الساحة شقيقة كيم الصغرى كيندال جينر متحولة لشكل مارلين عبر شعرها الأشقر وتسريحتها. ولا تعد كيندال النجمة الأولى التي تستوحي مظهرها من مارلين مونرو، فالأخيرة دوماً ما كان لدى الكثيرين من المشاهير الهوس نحو تقليد إطلالتها التي ظلتا اشتهرت لدى الجمهور. على جانب آخر عرضت مصممة الأزياء فيكتوريا بيكهام مجموعتها الجديدة بأسبوع الموضة بباريس، وحضر العرض مجموعة من أصدقاء فيكتوريا مثل نجمة تليفزيون الواقع الأمريكي كيم كارداشيان، والممثلة باميلّا أندرسون، والممثلة إيفا لونجوريا، وفقاً لما ذكره موقع صحيفة "ديلى ميل" البريطانية. كما حضرت هابري ابنة فيكتوريا، 12 عاماً، بفستان أبيض مع حذاء بكعب من برادا بقيمة 840 جنيهًا أسترلينياً، وحضر ابنها كروز، 18 عاماً، كما يبدو أن فيكتوريا لم تتدخل في ملابس زوجها، حيث ارتدى لاعب كرة القدم السابق ديفيد بيكهام، 48 عاماً، أزياء نادرة في الجوارب والصنادل عندما حضر عرض مجموعتها الجديدة.

الفكر

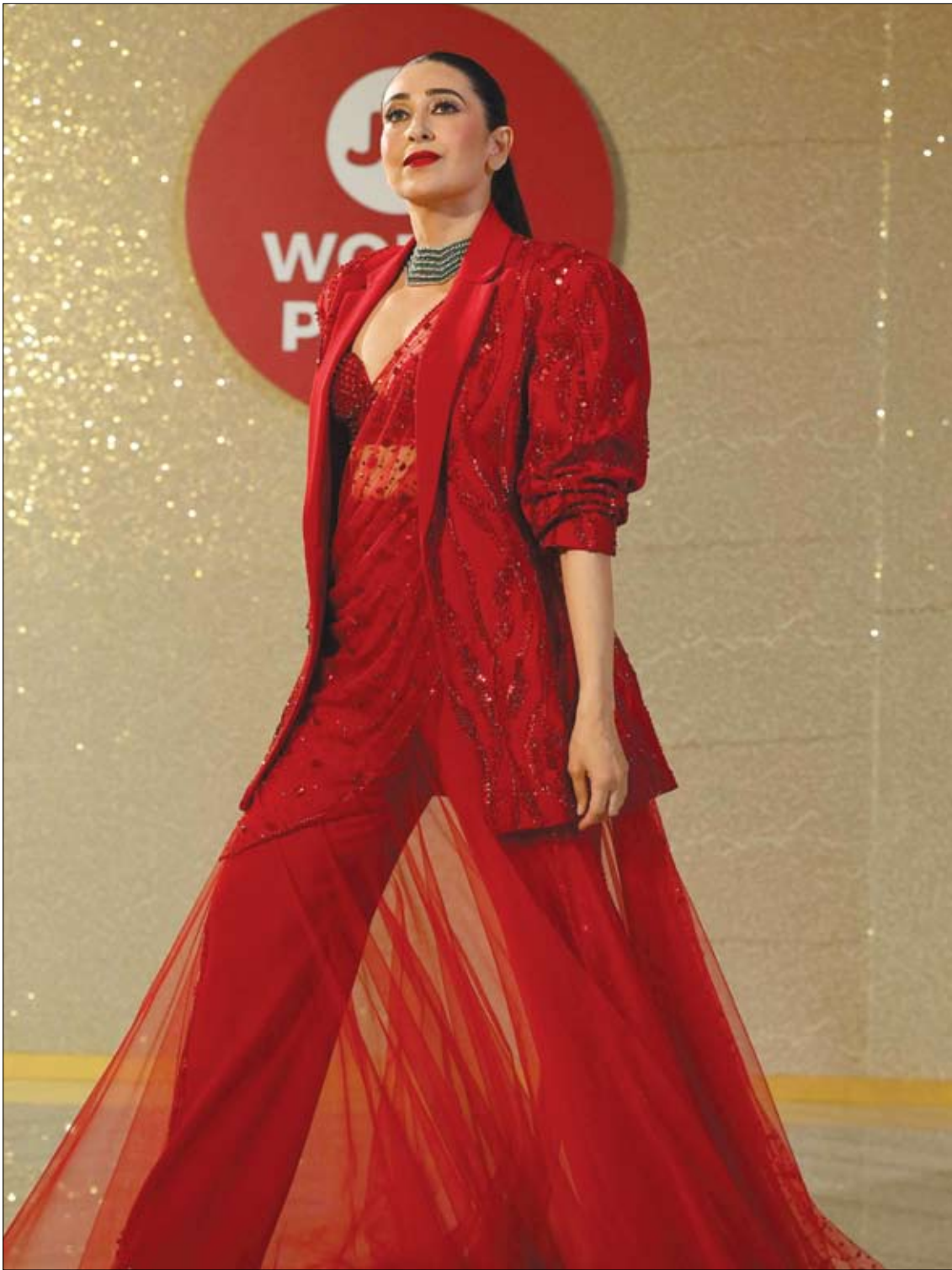
مواد غذائية تزيد القلق والاكتئاب

أعلن علماء جامعة أصفهان الإيرانية أن الأشخاص الذين يتناولون أطعمة غير صحية مثل عصائر الفواكه والبطاطس والحبوب المكررة والأطعمة الغنية بالسكر أكثر عرضة للقلق والاكتئاب. وتشير مجلة One PLOS، إلى أن تناول الأطعمة النباتية الصحية (الخضروات المفيدة، الحبوب الكاملة، الفواكه، المكسرات، البقوليات، الزيوت النباتية والشاي والقهوة) لم ترتبط بها مخاطر الإصابة بهذه الاضطرابات.	شارك في هذه الدراسة 2456 أشخاص أصحاء أعمارهم 18 عاما وأكثر من خمس مدن إيرانية. استمر جمع المعلومات اللازمة من فبراير عام 2018 لغاية يوليو 2019. وكان من الضروري أن لا يعاني المشاركون في الدراسة من أي مرض من الأمراض التي حددها الباحثون، وأن يتناول كل منهم 800-4200 سعة حرارية في اليوم. وقد أجاب جميع المشاركين على الأسئلة المدرجة في الاستبيان والتي شملت الآتي:	العمر، الجنس، الحالة الاجتماعية والاقتصادية والعادات. وقيم الباحثون تناول الطعام وأعراض الاكتئاب والقلق بمساعدة الاستبيان. وأظهرت نتائج الدراسة، أن المشاركين الذين تناولوا الكثير من الأطعمة النباتية غير الصحية، يعانون من أعراض القلق والاكتئاب. ولكن لم يتمكن الباحثون من تحديد العلاقة السببية في هذه الدراسة. لذلك قرروا تكريس الدراسة القادمة لتحديد هذه العلاقة.
--	--	--



«هواية مفاجئة» يمكن أن تساعد في درء الخرف!

كشفت دراسة أن الاحتفاظ بذاكرة – أو دفتر يوميات – يمكن أن يساعد أيضا كبار السن على درء الخرف. وقام الباحثون بتحليل البيانات من 10000 شخص يعيشون في أستراليا فوق سن 70 عاما والذين تمت متابعتهم لمدة 10 سنوات تقريبا. واكتشفوا أن أولئك الذين شاركوا في المزيد من أنشطة الاحتفاظ بمجلة أو كتابة الرسائل أو استخدام الكمبيوتر، كانوا أقل عرضة للإصابة بالخرف بنسبة 11%. وفي الوقت نفسه، ارتبطت الأنشطة الذهنية النشطة مثل ممارسة الألعاب أو الورق أو الشطرنج والكلمات المتقاطعة أو الألغاز بتقليل المخاطر بنسبة 9%. ووجد الباحثون أيضا أن الأنشطة الفنية مثل الأعمال الخشبية، والأعمال المعدنية، والرسم، والأنشطة العقلية السلبية مثل قراءة الصحف أو الاستماع إلى الموسيقى، أدت إلى انخفاض خطر الإصابة بالمرض بنسبة 7%. ومن ناحية أخرى، اكتشفوا أن الزهور والتفاعلات الاجتماعية لم يكن لها أي تأثير على ما يبدو. وقال الفريق في مجلة Open Network Jama، من جامعة موناخ في ملبورن: «تشير هذه النتائج إلى أن المشاركة في الفنون الإبداعية والأنشطة العقلية النشطة قد تساعد في تقليل مخاطر الإصابة بالخرف في أواخر العمر. وبالنسبة لكبار السن، قد يكون إثراء نمط الحياة مهما بشكل خاص لأنه يمكن أن يساعد في منع الخرف من خلال إجراء تعديلات على الروتين اليومي. وقد يمنح فوائد معرفية من خلال تحفيز نمو الخلايا العصبية والمشابك وتعزيز الرفاهية». وأضاف الفريق أن النتائج التي توصلوا إليها قد تساعد في توجيه سياسات رعاية المسنين والتدخلات التي تستهدف الوقاية من الخرف لكبار السن. ووفقا لمنظمة الصحة العالمية (WHO)، هناك حوالي 50 مليون شخص مصاب بالخرف على مستوى العالم، وهناك ما يقرب من 10 ملايين حالة جديدة كل عام. وقدرت دراسة أجريت عام 2021 أن حالات الخرف العالمية ستضاعف ثلاث مرات تقريبا لتصل إلى أكثر من 152 مليونا بحلول عام 2050، مدفوعة بتقدم السكان في السن. وقال خبراء من جامعة واشنطن إنه من المتوقع أن تكون أعلى زيادة في انتشار الخرف في شرق إفريقيا جنوب الصحراء وشمال إفريقيا والشرق الأوسط.



ممثلة بوليوود كاريشما كابور خلال حضورها إطلاق مركز «Jio World Plaza» التجاري في مومباي. ا ف ب

قرأت لك

التفاح الأخضر
التفاح الأخضر، له دور كبير وفعال في التخلص من الالتهايات، وما ينتج عنها من مشكلات بالجسم، فهو غني بمادة البكتين التي تقي من الالتهاب. ويحتوي على مضادات أكسدة بنسب عالية للغاية لذا فهو يؤخر شيخوخة الجسم، ومصدر للطاقة والنشاط الذهني والبدني، ويفيد في زيادة معدل بذل الجهد ويقوي الذاكرة ويحسن وظائف الفهم والاستيعاب والقدرة على التركيز، ويحتوي على فيتامينات A,B,C وهي مفيدة للبشرة. ويخلص الجسم من السموم، فهو منظف عام للجسم، ويحمي القلب من الأمراض، والأعراض المرضية، ويهاجم الفيروسات الموجودة في الجسم، ويقاوم نشاطها، ويساهم في علاج حالات بعض الأمراض كمرض النقرس والروماتيزمز ويعتبر من أفضل مقويات اللثة والأسنان والضرروس، إذا تناوله الشخص بانتظام، ويحتوي على معدلات عالية من الأملاح المفيدة للجسم، وكذلك العناصر الغنية المهمة، الكالسيوم والفسفور والزنك واليوتاسيوم.



سؤال وجواب

- ما هو اصغر حيوان في العالم؟
اصغر حيوان في العالم هو البرزويات حيوان وحيد الخلية إنها حيوانات صغيرة جدا بحيث لا يمكن رؤيتها إلا بالجرهر بعض أنواع البرزويات ضئيل إلى حد أن 5000 منها لا تزيد عن 1 سنتيمتر ونصف
- ما هو أبطأ حيوان لبون في العالم ؟
أبطأ حيوان لبون في العالم هو الكسلان الثلاثي أصابع القوائم فهو يسير بسرعة مائة ياردة في الساعة والكسلان هو المعروف حيوان ادرد يقيم في أشجار الغابات الاستوائية بأمريكي الجنوبية الوسطى
- ما حجم اصغر طائر؟
اصغر طائر ضئيل الحجم بحيث انه بوزن مكعب سكر انه طائر الطنان لا يزيد حجمه عن حجم النحلة ولا يزيد طوله مع احتساب الذيل 2.5 يعيش الطنان في كوبا

هل تعلم؟

- هناك بعض الأنواع من الحيتان تستطيع أن تغوص تحت الماء على عمق كيلو متر وتستمر تحت الماء لمدة ساعة كاملة.
- هل تعلم أن البعسوب لديه 6 أرجل ولكن لا يمكنه المشي.
- هل تعلم أن التمساح لا يمكنه تحريك لسانه.
- هل تعلم أن أول دفتر دليل هاتف في العالم كان في عام 1878م، وكان يحتوي على 50 إسم فقط.
- هل تعلم أن الفشار اخترع من قبل الهنود الأتزيك.
- هل تعلم أن الشخص العادي يقضي 25 عاما من عمره نائماً.
- أن الذبابة التي تستهين بها، هي أخطر كائن حي على وجه الأرض، وذلك لأنها تستطيع أن تنقل النفايات والمخونات من مكان إلى آخر، ومن كائن حي إلى كائن آخر.
- أن عدد النجوم الموجودة في السماء كثيرة جداً لأنها تساوي أضعاف عدد حبيبات الرمال على سطح الأرض.
- وزن لسان الحوت ثقيل جداً إذ أنه يساوي وزن الفيل.
- لو قام الإنسان في مكان غير دافئ بشكل جيد، فإنه تزداد احتمالية الأحلام بالكوابيس المزعجة.

قصة صياد السممل

احدى الاساطير الهندية الشهيرة تقول: جلس الفتى الصغير فوق صخرة عالية وسط المياه يلقي بصنارته انه يستطيع ان يصطاد ما يكفي غذاء اخوته وامه. كان ابوه صيادا ماهرا لكن البحر قد خطفه.. هكذا هي عيشة الصيادين لا يعرفون متى يغضب البحر عليهم ومتى يفرح، فقد استطاع الفتى اصطياد عدة سمكات سمينة وقبل ان يقوم من مجلسه للعودة قرر ان يجرب اخر قطعة طعم معه ولماذا فالحظ اليوم يشجعه على ذلك، استعان بالله العلي القدير وطلب منه العون والقي سنارته المتواضعة وانتظر نداءها فترة ليست قصيرة حين احس بان شينا قد علق بها، فجذبها، فاذا بها ثقيلة جدا .. حاول معها ونزل الى الماء ليجذبها حتى ظهر على السطح فم سمكة ضخمة فأمسك بقطعة من القماش الغليظ يضعها على كتفه ولف يده فيها في قطعة من شبكة صيد قديمة ربما دخلتها صغيرة ولم تستطيع الخروج لكنها كانت تتغذي فكبرت داخلها فقام الفتى بقطع الخيوط الشبكة من حولها وخرجها واذا بها سمكة كبيرة عجيبة تداخلت فيها ألوان كثيرة لها وقع السحر ولكن ليست ألوانها فقط هي العجيبة فقد كانت السمكة الكبيرة تحمل على ظهرها لفظ (الملك لله) نعم هكذا رأى الناس هذا الكلام على ظهرها حين جرى بها الفتى وسطهم ليبريهم ايهاا فقد ألقى بحمولة أسماكها الغالية الى امه ثم جرى الى مسجد القرية ليري الناس ذلك، فهلل الجميع وفررو ان يذهب بها الفتى الي ملكهم ليري ويعرف ان (الملك لله) وحده.. ووسط مظاهر حاشدة كبيرة، حمل سمكته العجيبة على ظهر يديه ليريها للملك.. ففتح عيناه جيدا واخذ يتحسسها ليعرف انه لا ليس فيها ولا احتيال ثم قال: سبحان الله.. حينها سمع من يقول حمدا لله ارسل لنا من يقول ان الملك له وحده نحن لا يملكتنا احد ففهم الملك ما يراد به من خلف هذه الكلمات وتذكر انه يستعبد اهل هذه المدينة الصغيرة، فخاف من هذه الإشارة الغريبة ،وقال للفتى: انطلق بسمكتك هذه واعلن بملكتي انه منذ الان الجميع احرار وليس لاحد سلطان عليهم، ، ومنذ الان لا ضرائب ولا جزية وما يخرج من الارض لكم وما يخرج من البحر لكم، سنبدأ معا عصرا جديدا وليخرج كل المساجين وليعيش كل منكم كما يشاء وليفد ويزري الان امرا يارجاع اراضيكم اليكم وكل ما سلب منكم.. لا تريد من احد اي شئ وليس لي عليكم سلطان.. فان الملك لله وحده لا شريك له.

