

معهد جامعة نيويورك أبوظبي
يستذكر برنامج الاستثنائي للاحتفاء
بالذكرى السنوية العاشرة لتأسيسه

روجينا:
الفنان يجب أن يكون
مثقفاً وقارئاً في علم النفس



علمي طفلك إدارة وتوصيل
الأعطال في البيت



بريطانيا تمنع عروض اشتر واحدة واحصل على الأخرى مجاناً

اتخذت الحكومة البريطانية عدة قرارات، ترى أن من شأنها تقليل مستوى البدانة بين السكان، في إطار خطة لنزع فتيل "القنبلة الزمنية للبدانة".

الخطة التي بدأت أمس الاثنين ستحظر إعلانات الوجبات السريعة على التلفزيون والإنترنت قبل الساعة التاسعة مساءً، وتمنع عروض "اشتر واحدة واحصل على الأخرى مجاناً" على مثل هذه الأطعمة، بالإضافة إلى فرض وضع السعرات الحرارية في قوائم الطعام.

ويرغب رئيس الوزراء بوريس جونسون، الذي قل وزنه منذ أن كان بالعناية المركزية لإصابته بفيروس كورونا المستجد، في علاج البدانة، بعدما أوضح بحث أن أولئك الذين يعانون من البدانة أو الوزن الزائد أكثر عرضة لخطر الوفاة أو المرض الشديد بـ "كوفيد 19".

وقال جونسون الشهر الماضي إن البريطانيين أصبحوا أكثر بدانة من معظم الشعوب الأوروبية باستثناء مالطا، ووصفت حكومته "علاج القنبلة الزمنية للبدانة" بأنها أولوية.

وأعلنت الحكومة خطوة جديدة للمساعدة في "السيطرة على مستقبل الناس من خلال فقدان الوزن، وأن يصبحوا أكثر نشاطاً ويتبنوا أسلوب حياة صحي أكثر".

والى جانب حظر الإعلانات قبل الساعة مساءً على عروض الطعام، وخطط وضع محتوى السعرات الحرارية للوجبات في قوائم الطعام، ستبدأ الحكومة أيضاً إجراء مشاورات لعرض السعرات الحرارية على المشروبات الكحولية.

وقال جونسون في بيان: "فقدان الوزن صعب لكن مع بعض التغييرات الصغيرة يمكننا أن نشعر بأننا لانقضي بدينياً أكثر ونتمتع بصحة أفضل. إذا بذلنا الجهد، يمكننا خفض المخاطر الصحية علينا وحماية أنفسنا من فيروس كورونا، بالإضافة إلى تخفيف الضغط على هيئة الصحة الوطنية".



5 أشياء لا ينساها الأطفال عن آبائهم.. ماهي؟!!

جميع الآباء والأمهات يرغبون في أن يكون لديهم أطفال رائعون، وأن يكونوا أطفالاً لطفاً، ويتصرفون مثل الأشخاص المسؤولين، ومفيدين للمجتمع حين يكبرون، ولكن غالباً ما يفكر الآباء بقوة في المستقبل بدلاً من زرع بذور طيبة خلال الحاضر الذي يعيشونه، بعض الآباء يعتقدون أن أطفالهم صفار وأن أمامهم شيئاً واحداً يجب أن يقوموا به، ألا وهو الطاعة، ولا شيء غير الطاعة. والنتيجة المترتبة عن ذلك، حسب موقع "nospensees" الفرنسي المتخصص في علم النفس والتربية، أننا نحصل على المزيد والمزيد من الأطفال غير الامتثالين، ومن البالغين الأشقياء.

وعندما لا يكون هناك معايير من أجل تربية قوية ومنطقية ومستقرة، فإن احتمالات السلوكيات المتردة والمنغلقة عند الأطفال تصبح قوية، فهم يحكم المزاج، أو السلطوية، غير مستقرين في كل الحالات. فهم يفشلون في إقامة علاقة محبة وثيقة مع آبائهم وأمهاتهم، ويقومون بدلاً من ذلك حرباً صامتة، أو مفتوحة ضدهم. الطفولة واحدة من أهم أجزاء حياتنا، فبها تنشأ ركائز العقل السليم والقلب النقي، وهكذا تترك بعض مواقف الآباء بصمة إلى الأبد، إيجابية أحياناً، وسلبية في أحيان أخرى، ولكن في معظم الوقت، تكون هذه البصمة عميقة جداً.

هناك، حسب علماء التربية، 5 سلوكيات ستظل راسخة في نفوس الأطفال:

الأطفال لا يتسبون الإساءة أبداً

ما من علاقة مثالية، ولا سيما بين الآباء وأبنائهم، فهناك دائماً أوقات تناقض وصراع، وهذا طبيعي تماماً، وإن ما يتغير هي الكيفية التي تُحل بها هذه الصعوبات، وللأسف، كثير من الآباء يعتقدون خطأً باعتقادهم أن الإساءة للطفل أداة تعليمية جيدة.

فهم يعتقدون أنه بسوء المعاملة ربما يستطيعون تخويف الطفل حتى يفعل بالضبط ما يريدونه منه، ولكن هذه السلوكيات تصبح الدليل على غياب تقدير الذات ومصدر استياء وكراهية، فهم يضعون الطفل في وضع معقد جداً، فهو يحب ويكره في الوقت نفسه ويتعلم أيضاً الخوف، فقلب الطفل حساس جداً، وإذا أصيب بالجرح باستمرار سيصبح مع مرور الوقت شخصاً عديم الإحساس.

الطريقة التي تتعامل فيها مع الوالد الآخر

العلاقة بين الأب والأم هي النموذج الذي ينطلق بها الطفل لبلورة موقف إزاء علاقته الزوجية مستقبلاً. إذ من الممكن جداً أنه بوعي أو بغير وعي، أن يعيد مع شريكه ما رآه في بيته بين والديه، فسوف يكره أيضاً بالتأكيد مع الأشخاص الآخرين الذين يحبهم.

لا بد من التفكير بأن الصراعات بين الوالدين تولد القلق والانتكاس عند الأطفال. ومن النتائج المحتملة أنه سيحلب إلى نفسه المشاكل، فقط حتى يجذب إليه انتباه والديه، اللذين لا يصفيان إليه، لأنهما مركزان على الصراع الذي يحافظان عليه بينهما، بالإضافة إلى ذلك، سوف يبني

علاقته العاطفية على قاعدة هذه الأنماط التي تعلمها.

اللحظات التي يشعرون فيها بالحماية

مخاوف الأطفال أكبر وأكثر حدة من مخاوف الآباء والأمهات، والصغار لا يميزون بسهولة الحدود بين الواقع والخيال، والآباء هم الأشخاص الذين يتقنون بهم أكثر لتحقيق هذا الشعور بالأمن الذي هم بحاجة إليه لكي يتعلموا ويستكشفوا الجهور، ولذلك، إذا كان الآباء هم مصدر هذه المخاوف فسوف يشعر أطفالهم بالعجز التام. يجب على الآباء أن يصغوا بعناية إلى هذه المخاوف، دون انتقادها أو التقليل منها. يجب أن يجعلوهم يفهمون أنهم ليسوا في خطر.

وهذا يزيد من شعور الأطفال بالأمن، ويجعل صلة الحب والاحترام مع الوالدين أقوى وأعمق.

غياب العناية

بالنسبة للطفل، الحب الذي يقدمه إليه والديه مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالاهتمام الذي يتلقاه منهما. فهم لا يؤمنون بحب والديهم إذا كان هؤلاء لا يشاركونهم أوقاتهم لعرفتهم أكثر، ولكي يكونوا على بينة من عالمهم الخاص.

الأطفال لا يتسبون أبداً أن الأب والأم قد أهديا لهم قميصاً

هل شرب الماء البارد ضار؟.. الأطباء يجيبون

ربما سمعت أكثر من مرة أنه يجب على الإنسان تناول أكبر قدر ممكن من الماء يومياً من أجل المحافظة على حيوية الجسم، وفي الغالب يُنصح بتناول ما لا يقل عن ثمانية أكواب من الماء لضمان كفاءة أعضاء جسمك على النحو الأمثل.

لكن السؤال الأهم وفق موقع "ميديكال نيوز توداي": هل يجب أن نشرب الماء بارداً أم في درجة حرارة الغرفة؟ وما هي درجة الحرارة المناسبة لماء الشرب؟ وهل يختلف ذلك من شخص لآخر؟

يقول الأطباء إن شرب الماء البارد يمكن أن يؤدي إلى تفاقم الأعراض لدى الأشخاص المصابين بمرض الارتشاج، وهي حالة ناتجة عن تلف الأعصاب في أنبوب الطعام (المريء)، مما يعيق عملية الهضم في المعدة.

ويمكن أن يساعد شرب الماء الساخن في تهدئة المريء وارتخائه، الأمر الذي يسهل بدوره ابتلاع الطعام على نحو أفضل، وبالتالي هضمه في المعدة بكفاءة أعلى.

أما إن كنت ممن يعانون من الصداع المستمر، وخاصة الصداع النصفي الحاد، فعليك إعادة التفكير في درجة حرارة الماء الذي تشربه يومياً.

ويقول الأطباء إن شرب الماء البارد يمكن أن يقاوم أعراض الصداع لدى بعض الأشخاص الذين يعانون مما يعرف بـ "الصداع النصفي النشط"، مقارنة بأولئك الذين لا يعانون من هذا الداء.

في المقابل، ينصح الأطباء من يقومون بممارسة ألعاب رياضية أو أنشطة بدنية من أجل تحسين اللياقة، مثل الركض أو حمل الأثقال أو لعب كرة القدم، بشرب ماء مثلج.

وأياً كانت طبيعة الماء الذي تشربه، سواء كان بارداً أو ساخنًا أو في درجة حرارة الغرفة، عليك دوماً التأكد من أن جسمك رطب بما فيه الكفاية بشكل مستمر، لتجنب الجفاف ومضاعفاته.

التدخين يزيد من خطر التدهور المعرفي

توصلت دراسة جديدة إلى أن مهارات التفكير لدى الإنسان قد تكون عرضة للتدهور في منتصف العمر إذا كان من المدخنين أو يعاني من ارتفاع ضغط الدم أو مرض السكري. وأشار معدو الدراسة إلى أن عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم والسكري، أصبحت أكثر شيوعاً في منتصف العمر.

بحسب الدكتورة كريستين ياي، أستاذة الطب النفسي وعلم الأعصاب والأوبئة في جامعة كاليفورنيا، سان فرانسيسكو، فإن عوامل الخطر الأربعة المذكورة مرتبطة باحتمالات أعلى للتدهور المعرفي المتسارع، حتى على مدى فترة قصيرة لا تتجاوز الخمس سنوات فقط.

وقالت في بيان صحفي: "من المشجع أن نعرف أن هناك سلوكيات يمكن للناس تعديلها في منتصف العمر للمساعدة على منع التراجع الحاد في التفكير والذاكرة مع تقدمهم في العمر".

أثناء الدراسة فرّق ياي بين بيانات ما يقرب من 2700 شخص، يبلغ متوسط عمرهم 50 عاماً، وتم اختيار ذكورتهم وتفكيرهم في بداية الدراسة، وبعد خمس سنوات.

بعد خمس سنوات، كان 5% يعانون من تدهور عقلي، من ضمنهم 7.5% يعانون من ارتفاع ضغط الدم، و 10% من مرضى السكري وحوالي 8% من المدخنين.

بعد مراعاة العمر والعرق والتعليم وعوامل أخرى، كان المدخنون أكثر عرضة بنسبة 65% لتسارع التدهور العقلي. وقال الباحثون إن الأشخاص الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم يزيد احتمال التدهور المعرفي لديهم بنسبة 87%.

جهاز ثوري يقضي على آلام الطمث

نجحت شابة أسترالية في ابتكار منتج فريد من نوعه قابل للارتداء، يساعد على تخفيف آلام الدورة الشهرية ولا يسبب أي آثار جانبية سلبية.

أطلقت أليس وليامز (27 عاماً) في مارس (آذار) من هذا العام، جهاز أوفيرا الذي يمكن ارتداؤه، والذي يعتمد على تيارات كهربائية نابضة تساعد على تخفيف آلام الطمث.

ويمكن ارتداء الجهاز على منطقة أسفل البطن أو على الظهر، ويتم التحكم في مستويات الاهتزازات التي يصدرها عبر جهاز تحكم عن بعد صغير. يمكن استخدام المنتج عند الحاجة، ولأسباب النظافة، يجب استبدال الأقراص الدائرية بعد 100 استخدام.

ويحسب أليس فإن جهاز أوفيرا الذي لا يتجاوز سعره 189 دولاراً، يرسل اهتزازات كهربائية إلى الأعصاب التي توقف إشارات الألم وتمنعها من الوصول إلى الدماغ. ويعرف هذا النوع من العلاج بالعلاج الكهربائي لأنه يستخدم الطاقة الإلكترونية لثبث نبضات اهتزازية في أنسجة الجسم.

وأكدت أليس على وجود العديد من التجارب التي أظهرت أن هذه التقنية علاج فعال للغاية لآلام الدورة الشهرية، دون وجود آثار جانبية مثل الغثيان والنعاس والتي تتوافق عادة مع الأدوية التقليدية التي تستخدم لتخفيف آلام الطمث.

سبب جديد للانسداد الرئوي المزمن

قالت مؤسسة الرئة الألمانية إن ضيق المجاري التنفسية يمثل سبباً جديداً للإصابة بالانسداد الرئوي المزمن COPD، وذلك وفق ما توصلت إليه دراسة طبية حديثة.

وأوضحت المؤسسة أن ضيق المجاري التنفسية يُعيق تدفق النفس، ويزيد احتمال الإصابة بالانسداد الرئوي المزمن، خاصة بسبب الموثات، مثل التدخين، الذي يعد من أبرز أسبابه.

وبالنسبة للنساء، عادة ما تكون القصب الهوائية أضيق من الرجال، ولذلك فإن المدخنات أكثر عرضة للمرض، الذي تتمثل أبرز أعراضه في السعال الشديد، وضيق التنفس.

وأظهرت الدراسة أيضاً أن الأطفال، الذين عانوا من مشاكل في وظائف الرئة، يطورون أحياناً هذا المرض، ولذلك يوصى بإبعادهم عن التدخين، وبتشجيعهم على ممارسة النشاطات البدنية، التي من شأنها تحسين وظائف الرئة.



الأسطح العاكسة للحقيبة المدرسية تحمي طفلك

أوصى المعهد الألماني للمقاييس والمعايير بأن تشمل الحقائب المدرسية على أسطح عاكسة ومواد فلورية، وذلك كي يكون الطفل مرئياً بشكل جيد لقائدي السيارات في طريقه للمدرسة، ما يحد من خطر تعرضه لحادث سير.

وتنصح الخبراء الألمان باختيار حقيبة تتكون من أسطح عاكسة بنسبة لا تقل عن 10% ومن مواد فلورية بنسبة لا تقل عن 20%. علماً بأن الأسطح العاكسة للضوء تضئ في الظلام بمجرد سقوط شعاع ضوء عليها من سيارة أو دراجة على سبيل المثال، بينما تضئ المواد الفلورية حتى في ضوء النهار.

ومن المهم أيضاً أن تكون الحقيبة مطابقة للمواصفة القياسية DIN 58124.

منوعات

العمل

23

ما من الأشياء المهمة التي تصقل شخصية الرجل، هي قدرته على إدارة الأعطال في البيت، وفن تصليحها، لكن ذلك لا يأتي مفاجأة وبسبب الحاجة، بل هي عادة تزرع في الصغر، فينشأ الطفل سيد بيته، ولا حاجة أن يكلم شركة الصيانة، عند كل صغيرة وكبيرة، وهذا ما يقع على عاتق الآباء، لتعليم أطفالهم هذه المهارات، إليك 11 مشكلة تستوجب الصيانة السريعة في البيت، ومشاركة أطفالك بها.



علمي طفلك إدارة وتصلح الأعطال في البيت



إذا فشلت، خصص لابنك فُرصة ودعه يعمل في الارتفاعات السفلية، فهذا سيعلمه أن يكون حريصاً على عدم تدريح أعاليه على الجدران كي لا يتم تخريبها.

تزييت مفصلات الباب الحاد

في البداية، دع طفلك نصت السمع ليخبر من أين يخرج مصدر الضوضاء تماماً، ثم أعطه القليل من زيت الطبخ وأظهر له كيفية دهنه من خلال قطنة لتدخل في المفصل تماماً، ولكن تأكد من وجود قطعة قماش ممدودة بالأسفل حتى لا يتساقط رذاذ الزيت على أرضية الغرفة، وبدلاً من ذلك، يمكن للنازلين إسكات مفصلات الأبواب والصرير أيضاً.

تنظيف المرايا

دع طفلك يستخدم إسفنجة أو قطعة قماش ويبللها في الماء المضاف إليه محلول من الخل وليبدأ بالتنظيف، سيحب الأطفال رؤية الجهود التي تحدث فرقاً، حتى إذا كان عليك متابعة التلميع وراهم، تحقق من أدوات وتقنيات تنظيف الثوائف هذه لساعديك في تحقيق نتائج مؤيدة للجودة.

تشديد أدرج المطبخ

بعد تشديد الأدرج أحد أسهل وأسرع مهام إصلاح المنزل التي يمكنك تعليمها لطفلك عندما يكون صغيراً، دعمهم يخلعون السحوبات القديمة ويبتون أخرى! كل ما يحتاجونه هو مفك البراغي وغراء أبيض، وعبادان الشواء، وعلهم سد الفجوة بالغراء وعود الشواء، ثم وضع السحوبات "البراعي" بعد تضيق الفجوة.

كيفية استخدام المساحات بشكل صحيح

مرشح الفرن
ازرع في ذهن طفلك، أن فلتر الهواء فوق الفرن يقع تحت أعمال "نظف غرفتك"، واجعله في قائمة الأعمال الروتينية لطفلك. فحص الفلتر كل شهر يعني أنك ستعرف متى يكون متسخاً وبحاجة إلى استبدال قبل أن يقلل من كفاءة الفرن، لأن الفلتر النظيف يساعد على إبقاء نظام التهوية ويخلص البيت من روائح الطبخ. وسريري أطفالك أن تغيير الفلتر من المحتمل أن يستغرق وقتاً أقل وهو أكثر متعة من تنظيف غرفتهم!

تنظيف مرشحات الماء في الصنابير

عندما يفقد الصنبور الضغط أو يبدأ في رش الماء على الجانب، غالباً ما يكون المرشح غير نظيفويطلب الأمر فك الصنبور ونقع المرشح لمدة 10 دقائق في ملح الليمون لإذابة الترسبات، وكل ما تحتاج إليه أنت وأطفالك لإنجاز المهمة هو كاشية وقطعة قماش قديمة وملح الليمون.

تعليق صورة

يرتبط فن تعليق الصورة بالذكريات التي تحرك عاطفة طفلك، دعه يشارك في أخذ المقاسات، أي ارتفاع الصورة ومكانها في وسط الحائط، مع الحرص على اختيار الصورة خفيفة الوزن، وعلمه اختيار المسامير الأقل ضرراً، للجدران والأكثر متانة لحمل اللوحة ويفضل استخدام مسامير لولحة، من كل جانب حتى يضمن عدم ميلانها.

طلاء الجدران

تعد مشاريع الطلاء طريقة رائعة لتعليم الأطفال الرسم، أول مهمة هي إرشادهم إلى اختيار اللون المناسب، وكيفية العمل بدقة، ويجب، يبدأ الأمر بتجارب، لن تكون خاسرة

أعراض وعلامات شائعة تدل على إصابتك بالاكئاب البسيط

يعدُّ الشعور باليأس، من وقت إلى آخر، جزءاً طبيعياً من الحياة، ولكن عندما تطول المدة، فقد يكون الشخص مصاباً بالاكئاب، الذي يعتبر أكثر من مجرد حالة من الحزن أو اليأس فقط، بل إنه يؤثر في طريقة التفكير والشعور، وكذلك الوظائف اليومية، ويمكن أن يؤثر كذلك في الحياة الخاصة والعمل والدراسة لدى الشخص المصاب به، ويؤرق نومه.

ويختلف الاكئاب من شخص إلى آخر، ولكن هناك بعض الأعراض والعلامات الشائعة، التي يمكن أن تظهر على الأشخاص المصابين بالاكئاب.



ويكون بانخفاض شديد في الوزن أو بالزيادة السريعة.
5- الشعور باضطرابات في النوم والأرق أو النوم الزائد.
6- الغضب أو التهيج.
7- الشعور بالإثارة والقلق.
8- العنف، حيث يكون مستوى التسامح منخفضاً.
9- فقدان الطاقة.
10- الشعور بالإرهاق.
11- التباطؤ والتعب الجسدي.
12- كره الذات.
1 3 -

والانخراط في عدة سلوكيات خطيرة، مثل الأتباع الخطيرة، أو تعاطي المخدرات.
14- مشاكل في التركيز.
15- زيادة الشكاوى الجسدية، كالآلام الظهر، والصداع، وآلام العضلات والمعدة.

علاج الاكئاب
إذا كنت مصاباً بالاكئاب، يمكنك اتباع عدة طرق للتخلص منه في أسرع وقت:
- اقل شيئاً جديداً.
- المشاركة في أعمال تطوعية.
- تعلم لغة جديدة.
- تناول الطعام الصحي، فالانتباه لما تأكله من الأمور المهمة للتخلص من الاكئاب.
- عدم الاستسلام للأمور التي تزيد مزاجك سوءاً.
- التواصل مع الآخرين، ويفضل اختيار الأشخاص الذين يمكنهم الاستماع جيداً والمشاركة في الحديث عن أمور متعددة، والمساعدة على حل المشكلات.
- ممارسة الرياضة، خصوصاً المشي في الهواء الطلق والطبيعية.
- إذ لم تنفع هذه الأساليب في التخلص من الاكئاب، يفضل استشارة طبيب، كي لا يزداد الوضع تعقيداً.



علامات الاكئاب البسيط
يصاحب الاكئاب ظهور مجموعة من الأعراض على الأشخاص، تكون مرئية من قبل المحيطين بالشخص وأبرزها:
1- انخفاض معدل الأداء العام، والشعور باليأس والعجز، وعدم القدرة على القيام بالواجبات.
2- الانعزال الاجتماعي، كالاتحاد عن حضور المناسبات الاجتماعية مثل الدعوات والحفلات، وكثرة الغياب عن مواقع العمل أو الدراسة، والتي تشكل إنذاراً على وجود شيء خاطئ.
3- فقدان الإهتمام بالأنشطة اليومية، بمعنى أن يصبح الشخص غير مهتم بالهوايات السابقة أو الأنشطة الاجتماعية، ويفقد قدرته على الشعور بالبهجة والسرور.
4- تغيير في الشهية أو الوزن،

دويتشه بنك إيه جي فرع أبو ظبي - أبو ظبي - الإمارات العربية المتحدة

البيانات المالية وتقرير مدقق الحسابات الخارجي

للسنة المنتهية في 31 ديسمبر 2019



Deutsche Bank

مبلغ مبلغا وسعة وأهمية مدقة أخرى	2019		2018	
	مبلغ	مبلغ	مبلغ	مبلغ
1. ثلث المجموعة المالية فيما يتعلق بالقرض المرفقة بالنتيجة من المدة المقررة بالأسطول والحصول والقرض المالي والبيع المستخدمة لأغراض التمويل، فإن النتيجة الموزعة بالمعدلات الموزعة طبقاً على القروض المرفقة. حدتها وفقاً للقرارات التي تم تبنيها حتى تاريخ التقرير.	3,999	3,999	4,126	4,871
2. مرتوفت سلعاً مدياً	673	1,099	4,126	4,871
3. فائدة مستحقة للبن	3,959	6,455	1,422	2,228
4. فائدة مستحقة للمجموعة (موضح رقم 24)	2,228	1,142	1,142	-
5. أصول غير مضمونة	11,238	13,315	-	-
6. التكلفة	-	-	-	-
7. صافي الأرباح	600	900	648	648
8. صافي الأرباح	2,428	2,428	648	648
9. صافي الأرباح	144	144	55	55
10. صافي الأرباح	703	703	703	703
11. صافي الأرباح	129	129	129	129
12. صافي الأرباح	129	129	129	129
13. صافي الأرباح	144	144	144	144
14. صافي الأرباح	273	273	273	273
15. صافي الأرباح	430	430	430	430
16. صافي الأرباح	519	519	519	519
17. صافي الأرباح	129	129	129	129
18. صافي الأرباح	129	129	129	129
19. صافي الأرباح	144	144	144	144
20. صافي الأرباح	273	273	273	273
21. صافي الأرباح	430	430	430	430
22. صافي الأرباح	519	519	519	519
23. صافي الأرباح	129	129	129	129
24. صافي الأرباح	129	129	129	129
25. صافي الأرباح	144	144	144	144
26. صافي الأرباح	273	273	273	273
27. صافي الأرباح	430	430	430	430
28. صافي الأرباح	519	519	519	519
29. صافي الأرباح	129	129	129	129
30. صافي الأرباح	129	129	129	129
31. صافي الأرباح	144	144	144	144
32. صافي الأرباح	273	273	273	273
33. صافي الأرباح	430	430	430	430
34. صافي الأرباح	519	519	519	519
35. صافي الأرباح	129	129	129	129
36. صافي الأرباح	129	129	129	129
37. صافي الأرباح	144	144	144	144
38. صافي الأرباح	273	273	273	273
39. صافي الأرباح	430	430	430	430
40. صافي الأرباح	519	519	519	519
41. صافي الأرباح	129	129	129	129
42. صافي الأرباح	129	129	129	129
43. صافي الأرباح	144	144	144	144
44. صافي الأرباح	273	273	273	273
45. صافي الأرباح	430	430	430	430
46. صافي الأرباح	519	519	519	519
47. صافي الأرباح	129	129	129	129
48. صافي الأرباح	129	129	129	129
49. صافي الأرباح	144	144	144	144
50. صافي الأرباح	273	273	273	273
51. صافي الأرباح	430	430	430	430
52. صافي الأرباح	519	519	519	519
53. صافي الأرباح	129	129	129	129
54. صافي الأرباح	129	129	129	129
55. صافي الأرباح	144	144	144	144
56. صافي الأرباح	273	273	273	273
57. صافي الأرباح	430	430	430	430
58. صافي الأرباح	519	519	519	519
59. صافي الأرباح	129	129	129	129
60. صافي الأرباح	129	129	129	129
61. صافي الأرباح	144	144	144	144
62. صافي الأرباح	273	273	273	273
63. صافي الأرباح	430	430	430	430
64. صافي الأرباح	519	519	519	519
65. صافي الأرباح	129	129	129	129
66. صافي الأرباح	129	129	129	129
67. صافي الأرباح	144	144	144	144
68. صافي الأرباح	273	273	273	273
69. صافي الأرباح	430	430	430	430
70. صافي الأرباح	519	519	519	519
71. صافي الأرباح	129	129	129	129
72. صافي الأرباح	129	129	129	129
73. صافي الأرباح	144	144	144	144
74. صافي الأرباح	273	273	273	273
75. صافي الأرباح	430	430	430	430
76. صافي الأرباح	519	519	519	519
77. صافي الأرباح	129	129	129	129
78. صافي الأرباح	129	129	129	129
79. صافي الأرباح	144	144	144	144
80. صافي الأرباح	273	273	273	273
81. صافي الأرباح	430	430	430	430
82. صافي الأرباح	519	519	519	519
83. صافي الأرباح	129	129	129	129
84. صافي الأرباح	129	129	129	129
85. صافي الأرباح	144	144	144	144
86. صافي الأرباح	273	273	273	273
87. صافي الأرباح	430	430	430	430
88. صافي الأرباح	519	519	519	519
89. صافي الأرباح	129	129	129	129
90. صافي الأرباح	129	129	129	129
91. صافي الأرباح	144	144	144	144
92. صافي الأرباح	273	273	273	273
93. صافي الأرباح	430	430	430	430
94. صافي الأرباح	519	519	519	519
95. صافي الأرباح	129	129	129	129
96. صافي الأرباح	129	129	129	129
97. صافي الأرباح	144	144	144	144
98. صافي الأرباح	273	273	273	273
99. صافي الأرباح	430	430	430	430
100. صافي الأرباح	519	519	519	519

العدد 12998 بتاريخ 2020/7/28

تعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/مالكه، أبوغزاله للملكية الفكرية تي ام بي انجس لزود تسجيل العلامة التجارية، لارديني
العنوان: رقم 15 / جرداني 10 / الرياض 11152 / فيلا 10-11 فيلاتو روك (أفوكا) إيطاليا

صورة العلامة:



العدد 12998 بتاريخ 2020/7/28. نعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/مالكه، أبوغزاله للملكية الفكرية تي ام بي انجس...

العدد 12998 بتاريخ 2020/7/28. نعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/مالكه، أبوغزاله للملكية الفكرية تي ام بي انجس...

العدد 12998 بتاريخ 2020/7/28. نعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/مالكه، أبوغزاله للملكية الفكرية تي ام بي انجس...

العدد 12998 بتاريخ 2020/7/28. نعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/مالكه، أبوغزاله للملكية الفكرية تي ام بي انجس...

العدد 12998 بتاريخ 2020/7/28. نعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/مالكه، أبوغزاله للملكية الفكرية تي ام بي انجس...

العدد 12998 بتاريخ 2020/7/28. نعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/مالكه، أبوغزاله للملكية الفكرية تي ام بي انجس...

خدماته والعلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/مالكه، أبوغزاله للملكية الفكرية تي ام بي انجس لزود تسجيل العلامة التجارية، لارديني
العنوان: رقم 15 / جرداني 10 / الرياض 11152 / فيلا 10-11 فيلاتو روك (أفوكا) إيطاليا

العدد 12998 بتاريخ 2020/7/28. نعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/مالكه، أبوغزاله للملكية الفكرية تي ام بي انجس...

العدد 12998 بتاريخ 2020/7/28. نعلن إدارة العلامات التجارية عن تقديم وكيل التسجيل/مالكه، أبوغزاله للملكية الفكرية تي ام بي انجس...



منوعات الفكر

34

من كتابة ابراهيم عيسى وإخراج محمد العدل وإنتاج أحمد السبكي

الفيلم السينمائي «صاحب المقام» حصرياً على «شاهد VIP» في عيد الأضحى

المستقبل، خاصة أن المنصات الرقمية فرضت نفسها بين الجمهور العربي الذي تابع العديد من المسلسلات الحصرية عبرها، كما أن فكرة أن يعرض الفيلم على «شاهد» قبل عرضه في صالات السينما هي فكرة جديدة اعتقد سيحبها الجمهور، وإذا كان نصيبها النجاح فهي ستكرر حتماً خاصة في مثل الظروف التي تمر فيها صالات العرض حالياً على خلفية ما حصل في العالم، كما أن هذا سيساعد المنتجين لإيجاد منفذ آخر لعرض أعمالهم. أخيراً يشدد محمد العدل على أن «الأولوية بالنسبة لي هي النص الجيد وليس الأسماء الكبيرة، لكن إذا ما توافر الأمران معاً فإن ذلك سيكون أمراً ممتازاً وهو ما يحصل هنا». ويردف قائلاً أن «يسر قيمة كبيرة وهي تجسد دوراً اعتقد أنه لم يقدم سابقاً في السينما المصرية، وتؤدي شخصية جدلية وأتمنى أن تكون مفاجأة جميلة للناس».

المنتج أحمد السبكي: قصة تخاطب من يتضرعون إلى الله لتحقيق ما يصبون إليه

من جهته، يراهن المنتج أحمد السبكي على «الأسماء الكبيرة التي يجمعها الفيلم، ويضيف: تخاطب قصة الفيلم الناس الذين يتضرعون إلى الله لتحقيق ما يصبون إليه، وذلك عبر رجل تضعه الظروف في مكان يجد فيه أن خلاصه يكمن في مساعدة العائلات الفقيرة والمحتاجة».

ويعدو السبكي المشاهدين إلى متابعة «صاحب المقام» عبر منصة «شاهد VIP».

يذكر أن جو الفيلم يتخذ طابعاً روحانياً وجدانياً حيث يكتشف بطل الحكاية، الرجل الناجح الذي يمتلك كل ما يطمح له أي شاب أن يحدثاً واحداً قادر على تغيير حياته وأن يقلبها رأساً على عقب.

وتتمتج في الفيلم التراجيديا بالكوميديا السوداء والتشويق،

وتعطيها الموسيقى التصويرية والأناشيد الوجدانية التي أداها والثنى الفشنى جواً مختلفاً.



الذي يجب عليه أن يسلكه.. ويوضح ياسين إلى أن الفيلم فيه بعض المواقف الكوميدية التي تعتمد كوميديا المواقف إلى جانب لحظات الألم والفقدان التي يعيش بطل الحكاية.

المخرج محمد العدل: موضوع الفيلم سيدخل تفاعلاً جماهيرياً ويعطيه النجوم قيمة مضافة

من جانبه، يشير المخرج محمد العدل إلى أن الفيلم يعالج موضوع لم يناقش في السينما المصرية والعربية ولعله لم يطرح في أفلامنا بتاتاً، مراهناً أن «الموضوع سيدخل تفاعلاً من الجمهور وسيعطيه وجود النجوم الكبار والشباب فيه ثقلًا وقيمة مضافة، كما يرى أن «عرضه على «شاهد VIP»، هي خطوة نحو

منظار مختلف.. وعما إذا كان ما يحصل له هو بمثابة عقاب سماوي على الأرض، يقول: «يمكن وصفها بالعلامات من خلال ظهور الشخصية التي تؤديها النجمة يسرا في العمل، والتي تجمعني صداقة معها وإن لم يجمعنا عمل سابقاً وكذلك الأمر بالنسبة للمخرج. ويعرب عن سعادته بأن يكون أول فيلم عرض أول على منصة شاهد هو من بطولتي، بعدما كان أول مسلسل كذلك، وهو الأمر الذي سيفتح الباب لمزيد من العروض السينمائية على هذه المنصة، مسجلاً شكره للممثلين الذين أطلقوا كضيوف في الفيلم فيه أجواء صوفية.. ويعتبر أن «شخصية يسرا هي أحلى دور في الفيلم، هي الهاتف الذي يأتيك كإشارة إلى الطريق

أسر ياسين: لفتتني النضحة الروحانية في فيلم يحمل معان إنسانية

من جانبه، يشير أسر ياسين إلى أن «الفكرة كانت مغرية بالنسبة لي»، مشيراً إلى أن «الملفت أن فيه نضحة روحانية جذبتني، وهو رجل ينساق خلف حياته المادية والمهنية غير أنه بأي شيء آخر، حتى يحصل معه أمر ما يغير مجرى حياته ويبدل نظرتة إلى كل الأمور، وبذلك يتغير من شخص تري لا يدرك المعنى الحقيقي للعائلة، وغير أنه يهدم ضريح لأحد الأولياء بهدف بناء المجمع السكني الخاص به.. ويضيف: «إشرا حدث ما يبدد بمراجعة نفسه وإعادة حساباته، ويقوم بالاطلاع على رسائل الناس المتركة في المقام، فيقرأ مشاكلهم، ويمكن بالتالي من رؤية الحياة من

أعد إلى اختيار أدوار لم يسبق لي تقديمها، كما أن قضية الفيلم نفسه لم تطرق في السينما المصرية في السابق.. وتنتهي على خبطة النجوم في العمل، معتبرة أن «وجود نجوم نحبهم يجعلنا نصدق العمل أكثر خاصة عندما يعطي كل ممثل قيمة إضافية للدور مهما كان حجمه صغيراً.. وعن عرض الفيلم على «شاهد VIP»، توضح يسرا بأن «هذه الخطوة هي المستقبل، من دون أن تكون بديلاً للسينما، وأنا سعيدة بالتجربة الجديدة خاصة أنها أول مرة على منصة «شاهد» قبل العرض السينمائي»، مضيفة أن «مشواري مع MBC طويل ومليء بالنجاحات، واليوم نستكمل المشوار معها ومع شاهد أيضاً».

•• دبي-البحر:

في خطوة رائدة وغير مسبوقة في المنطقة لعرض الأفلام السينمائية على منصة رقمية للفيديو حسب الطلب، تعرض منصة «شاهد VIP» حصرياً الفيلم السينمائي «صاحب المقام» لمناسبة عيد الأضحى. الفيلم من بطولة يسرا، وأسر ياسين.. إلى أمينة خليل، محمود عبد الغني، بيومي فؤاد، محمد لطفي، ريهام عبد الغفور، نجى المنجد، محمد عادل، محمد ثروت، سلوى محمد علي، سلوى عثمان، محسن محيي الدين، وهو آخر أدوار الراحل ابراهيم نصر؛ ومن كتابة ابراهيم عيسى وإخراج محمد العدل، وإنتاج أحمد السبكي. تدور أحداث الفيلم حول رجل الأعمال الناجح يحيى، الذي يقع في العديد من المتاعب في حياته بسبب قرار اتخذه في إحدى صفقاته، ليجد أن مستقبله ينهار أمامه ويكاد أن يخسر عائلته، فيحاول إنقاذ ما يمكن إنقاذه بمساعدة سيدة تعرف بصلاحتها وورعها إذ يُشاع بأنها ذات حظوة ومباركة لدرجة يشبهها البعض بالأولياء. وفي لحظة دخول زوجته في غيبوبة، يتغير كل شيء في حياته، ويبدأ رحلته إلى أماكن غريبة عنه تماماً، ليلتقي بأشخاص لم يتوقع يوماً أن يتعرف إليهم.

يسرا: فكرة لم تطرق في السينما وعرض الفيلم على «شاهد VIP» خطوة للمستقبل... تعود يسرا من خلال هذا الفيلم إلى السينما بعد نحو 8 سنوات من غيابها عن الشاشة الكبيرة، تخللتها ظهورها كضيفة في أكثر من فيلم خلال السنوات الأخيرة. هي لا تطل هنا في شخصية كلاسيكية بل وقع اختيارها على شخصية تحمل مئة وجه ووجه على حد تعبير الكاتب. تشدد يسرا على أن «الشخصية التي أقدمها في الفيلم تشبه في تصرفاتها كل الناس، وهي تحمل الجانبين الإيجابي والسلبي، مردفة بالقول أن «لهذه السيدة دور فاعل في حياة الشاب، فهي توجهه في كل موقف وأمازق يقع فيه إلى طريق الصواب، وهذا أكثر ما أعجبني فيها.. تؤكد يسرا سعيها دوماً للبحث عن الجديد، إذ



عبر منصة مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية

انطلاق فعاليات المعرض الافتراضي (الإبداع شمس لا تغيب)

عمر والأستاذ سامح كعوش وأدارها الأستاذ عبد الإله عبد القادر.

الحيرة، شارك فيها كل من الدكتورة مريم الهاشمي والدكتور شاكر نوري والأستاذ عزت

والأستاذ أحمد حيلوز وأدارها الفنان إحسان والحيلة نقاشية عن «مجموعة شعراء



جدوى المعارض الافتراضية وهل حققت هدفها الاجتماعي في ظل التباعد الاجتماعي.

وفي ختام المعرض شكر سعادة عبد الحميد أحمد الأمين العام لمؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية المشاركين عن وقتهم الذي خصصوه لنجاح المعرض وتمنى لهم النجاح في هكذا تظاهرات فنية وثقافية افتراضية، وبدورهم تقدم المشاركون في المعرض بالشكر لمؤسسة العويس الثقافية لإتاحتها الفرصة لعرض فني يشاهده الجمهور افتراضياً.

يذكر أن مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية نظمت أكثر من حلقة نقاشية عبر منصتها الرقمية، عن الشاعر «سعيد بن عتيق الهاملي، شارك فيها كل من مؤيد الشيباني وإبراهيم الهاشمي، وحلقة نقاشية عن الشاعر أحمد أمين المدني، شارك فيها كل من الأستاذ بلال اليبور والدكتورة مريم الهاشمي والدكتور

هيمت يحيى الخواجة والأستاذ إبراهيم الهاشمي، وحلقة نقاشية عن «الكتابة في زمن كورونا»، شارك فيها كل من الروائي طالب الرفاعي والشاعر والأديب عبده واظن، وحلقة «الضن ينصير في زمن كورونا»، شارك فيها كل من د. نجاة مكي ود. فريد فاضل

وأضاف الأمين العام أن مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية وسعت دائرة الاهتمام الافتراضي ثقافياً لتتقارب الأذواق الجمالية ليس عبر الندوات الأدبية فحسب، بل عبر فنون إبداعية أخرى وفي مقدمتها الفن التشكيلي بكل حقه وأشكاله ومدارسه، وأشار الأمين العام إلى أن مؤسسة العويس الثقافية احتضنت عدة معارض لجماعة الجدار منذ إنطلاقها وما هي تستمر في اهتمامها بالجماعة من خلال هذا المعرض الافتراضي.

ثم بدأ عرض فيلم «الإبداع شمس لا تغيب، وفيه شهادات شخصية لكل مشارك في المعرض فضلاً عن عرض لوحاته بطريقة واضحة وكان الشاهد يحضر المعرض بشكل شخصي مما ترك انطباعاً إيجابياً لدى الحضور ودفع البعض لطرح الأسئلة عن معنى الجماعة الفنية وما هو المفهوم الفلسفي للجماعة.

وفي القسم الأخير من المعرض دار حوار فني بين المشاركين وبين إحسان الخطيب منسق المعرض، كما كانت الفرصة متاحة ليطلع بعض مشاهدي المعرض أسئلتهم الافتراضية والتي كانت مفتوحة لحوار أوسع عن مفهوم الحكاية الشعبية وكيف يمكن رسمها عبر لوحات حديثة، وكذلك عن

•• دبي-البحر:

نظمت مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية عبر منصتها الفنية الافتراضية مساء يوم الأحد الماضي معرض «الإبداع شمس لا تغيب» لجماعة الجدار الفنية، حيث عرضت أعمال فنية لكل من الفنانين أحمد حيلوز وإحسان الخطيب ومحمود الرمحي ومحمد فهمي ومحمد يوسف ونجاة مكي وفريد فاضل وسالم الجنيبي ورحاب صيدم والراحل عبد الكريم السيد، وذلك من خلال عرض فيلم خاص عن أعمال المشاركين في المعرض أنتجته المؤسسة باللغتين العربية والإنجليزية تخللته شهادات للفنانين المشاركين من جماعة الجدار إلى جانب عرض نماذج من أعمالهم.

وقد رحب سعادة عبد الحميد أحمد أمين عام مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية بالفنانين في بداية المعرض، مؤكداً أن هذا المعرض الذي تحتضنه منصة مؤسسة سلطان بن علي العويس الثقافية الفنية يأتي تزامناً مع إطلاق المنصة الفنية للفنون التشكيلية عبر الفضاء الافتراضي الواسع، لتكون فاتحة معرض فنية رقمية تحتضنها المنصة مستقبلاً.

منوعات

الفكر

35



نيكول سابا تفجر غضبها بسبب عدم إلتزام المواطنين بالوقاية

بعد ارتفاع عدد الإصابات بفيروس كورونا في لبنان، وذلك نتيجة عدم إلتزام مجموعة كبيرة من المواطنين بالإجراءات الوقائية من الفيروس، عبرت الفنانة اللبنانية نيكول سابا عن غضبها مما يحصل، وأطلت عبر صفحتها، وكتبت: "كورونا صار بلبنان مثل الرز !! برافو على شعبنا اللواعي خليك عالبحر وبالي clubs مولعيناً مبسوطين مثل الغشم عم تصوروا تابوت عم برقصوا ولا أهبل من هيك! يا لطيف انا ماشفت ناس بلا مخ منغ فاضي وما بالن لا بصحتين ولا بصحة غيرن متلكن!!".



جينى إسبر تعذر من فيروس كورونا ، وهذا ما كشفته !

أطلت الممثلة السورية جينى إسبر عبر صفحتها ، ونشرت صورة جديدة لها، بدت فيها تضع كمامة على وجهها، وعلقت إسبر: "بالبداية كنا نسمع عن أرقام المصابين... حالياً صرنا نسمع ونعرف أشخاص مصابين بكورونا، الفايروس عم ينتشر كثير.. والقصة ما عا بدنا بس وعي.. بدنا التزم كامل لنحمي حالنا ونحمي أهلنا والناس لمنحبون.. الاستهتار ببض بالكل..". وأضافت إسبر في تعليقها على الصورة: "انشالله فترة ويتمر.. المهم تمر وتكون كلنا مناح، الله يشفي جميع المصابين ويخلصنا من هالفايروس بدون خسارات".

يجمعنا النجاح دائماً أنا ومحمد رمضان

روجينا: الفنان يجب أن يكون مثقفاً وقارئاً في علم النفس

روجينا نجمة تمثل حالة إبداعية خاصة لفن الأداء التمثيلي، فهي نجمة تنتمي إلى جيل تربى على أيدي أساتذة في الإخراج والتمثيل وهو جيل التسعينيات. فاستطاعت أن تؤكد موهبتها ونجوميتها مع جيل آخر من الممثلين والمخرجين. فهي ولدت نجمة على يد يوسف شاهين في فيلم "المصير"، والذي تعلمت منه أساسيات نجاح ونجومية أي ممثل وإلى الآن تنفذ نصائح أساتذها ومعلمها المخرج العالمي. وأكدت روجينا نجوميتها مجدداً على مدار سنوات طويلة لتتصل هذه النجومية على أيدي مخرجين كبار.

تحدثت مع شخصية "فدوى" في حوار داخلي وقلت لها سأنتصر عليك، فأنا بطبعي في حياتي لا أحب الهزيمة. كيف كان استعدادك لهذا الدور؟ كنت أتحدث كثيراً مع المخرج محمد سامي عن تفاصيل الشخصية: ملابسها شكلها مكياجها شعرها، وكلما يكتب حلقة نتناقش فيها مع وبدأت التحضير الفعلي للشخصية من شهر أكتوبر أي أنني عشت مع "فدوى" منذ وقت تحضيرها حتى بعد انتهاء التصوير لمدة ستة أشهر، وفي وقت الإعداد للشخصية وبعد كتابة عشر حلقات جلست في غرفتي في المنزل لا أخرج ولا أتحدث مع أحد، ولا أزد على أي تليفونات خاصة بي وأذاكر وأعيش الشخصية جيداً وأتكلم معها وأحاورها. وعندما شعر زوجي دكتور أشرف زكي بأنني بدأت أدخل في "مود" صعب شبيه بالكتابة عرض علي أن أحضر مع حفلة للمطربة أنغام؛ لأنني أحبها كثيراً وبعد إلحاحها وافقت وكان يقصد بهذا أن أغير من حالتي النفسية وأفضل عن شخصية "فدوى" وأعود مرة أخرى لها.

ما ذكريات أول يوم تصوير أول مشهد لشخصية "فدوى"؟ كنا في حالة تحد وخوف في نفس الوقت، وأتذكر عندما دخلت الاستوديو، فوجئت الجميع بي من عمال وممثلين والمخرج محمد سامي بأنني توجدت وتقمصت شخصية "فدوى" بشكل كبير، أتكلّم ببطر يفتها أمشيها مثلها. كيف كان رد فعل زوجك الدكتور أشرف زكي وابنتيك لادانك للشخصية على الشاشة؟ أثناء تحضيرتي لشخصية "فدوى" وأنا أقوم بتسميع أداء المشاهد لابنتي الصغيرة في السيارة ونحن في الطريق لأي مشوار، كانت ابنتي تتعجب من طريقة كلامي، وتقول لي "إيه يا ماما الشخصية دي طريقة كلامها صعبة جداً"، وأيضاً كنت أتحدث بنفس طريقة فدوى في المنزل وكانوا يقولون لي "لا تحدي يا ماما بهذه الطريقة" ولكن عندما شاهدوا الشخصية أثناء عرض المسلسل أحبواها بشكل كبير.

هل الفنان يجب أن يكون قارئاً لعلم النفس حتى يساعده ذلك في تقمص الشخصيات؟ نعم، الفنان يجب أن يكون مثقفاً وقارئاً في علم النفس والتنمية البشرية والدين؛ لأنه كلما يقرأ يستطيع أن يتقمص أي شخصية تعرض عليه جيداً؛ لأنه في هذا الوقت يكون دارساً لكل جوانب النفس البشرية. وأنا قارئة جيدة جداً في علم النفس والدين والتنمية البشرية، فساعدتني قراءاتي في فهم النفس البشرية جيداً، فمثلاً في شخصية "فدوى"، بالرغم أنها امرأة شريرة وظالمة إلا أن نقطة ضعفها عندما أحببت "ياسر" حباً حقيقياً، ولذلك تغير أدائي في المشاهد التي جمعتني به. فغلب عليها الصوت الحنون الصادق، أما المشاهد التي جمعتني بفتحي فكان يغلب عليها الصوت الحاد المزج بالحُب المصطنع.

ما الكيمياء التي جمعتك بالمخرج محمد سامي؟ محمد سامي مخرج مختلف يؤمن بموهبتي جيداً ويرى بي جوانب مختلفة كممثلة لم أكن أراها أو أعرفها، فهو الوحيد الذي رأى عندي الاختلاف. لم أكن أرى في نفسي أن أكون تاجرة مخدرات، لكن هو كان يرى في هذا الجانب، ودائماً يعطيني الشخصيات الصعبة، فقد قال لي وهو يكتب شخصية "فدوى": "أنا أكتب أصعب شخصية في حياتي". فقلت له، ولماذا تعطيني أصعب شخصية تكتبها فقال لي: "لأنك كممثلة تستطيعين أن تقدميهما بجدارة".

كيف أعدت ملابس شخصية "فدوى"؟ محمد سامي كان يرى شكل "فدوى" وهو يكتبها. فمن خلال جلسات العمل التي كانت بيننا وصف لي شكلها من ناحية المكياج والشعر والملابس.

وقال لي إن شعرها أسود طويل فقمتم بالاستعانة بباروكه سوداء طويلة، وبالنسبة للملابس الشخصية فقد وصفها لي بأنها ترتدي عبايات متنوعة، وقد قامت بتصميم وتنفيذ العبايات التونسية مصممة الأزياء الجزائرية صباح، ولجمال العبايات قام التليفزيون الجزائري بتكريمها والثناء على شيكها وشكل العبايات.

أما العبايات الحرير والخليجي فقد قام الستايلست سعيد رمزي بتصميمها لي.

وما هو المخرج محمد سامي من خلال شخصية "فدوى" والتي كتبها في مسلسل "البرنس" يضيف إلى روجينا نجاحاً كبيراً لم يتحقق بهذه الصورة من قبل بعدما نجحت معه في أدوار كان أولها مسلسل "مع سبق الإصرار" حيث كانت بداية تغيير لونها وأدوارها و"كلام على ورق" و"الأسطورة". روجينا تحدثت عن أسباب نجاحها مع محمد رمضان في مسلسل "البرنس" في دور فدوى ولماذا تعتبر نفسها إلى الآن من الوجوه الجديدة وأسباب رفضها لبعض الأفلام السينمائية بعد نجاحها في فيلم "الصير"، وتفاصيل مكالمتها مع النجمة نادية الجندي ودعم زوجها دكتور أشرف زكي نقيب الممثلين لها ونصائح يوسف شاهين والتي ما زالت تنفذها إلى الآن.

هل كنت تتوقعين هذا النجاح الكبير لشخصية فدوى في مسلسل "البرنس"؟ كنت أتوقع النجاح ولكن ليس بهذه الدرجة، فقد اجتهدت وداكرت الدور جيداً ودرسته بكل تفاصيله، ولم أكن أرى المشاهد الخاصة بي بعد الانتهاء من تصويرها في الاستوديو. وكان زملائي الذين يشاهدونها يقولون لي إنني أقدم دوراً سينجح نجاحاً كبيراً، وسيكون علامة فارقة في تاريخي الفني، وأعتبر هذا النجاح الكبير لشخصية "فدوى" كرمياً كبيراً من الله سبحانه وتعالى. أنا نجحت كثيراً ولكني لم أتجح بهذه الدرجة الكبيرة، وفوجئت بنفسى بأدائي للدور أثناء عرض المسلسل.

عندما أشاهد أي عمل لي، أكون في حالة توتر وقلق كبير. ودائماً ما أنتقد عيوي وأحاسب نفسي محاسبة شديدة، وأقول المفروض كنت عملت المشهد أفضل من كده، فالمثل دائماً ليس راضياً عن نفسه.

ما أجمل تهنئة جاءتك عن الدور وأسعدتك؟ عندما اتصلت بي الفنانة الكبيرة نادية الجندي تهنئتي على دور "فدوى"، واستمرت الكلمة ساعتين أشادت من خلالها بأدائي المميز ومكياج الشخصية وملابسها. لم أكن أتخيل أن نادية الجندي تهنئني بإعجاب شديد على شخصية "فدوى" تاجرة المخدرات وهي التي أجادت في تجسيدها وانفردت بها منذ سنوات طويلة لم يناهسها فيها أحد في فيلم "الباطنية" فقلت لها: شهادة كبيرة من حضرتك لأنك جسدت شخصية تاجرة المخدرات بطريقة مختلفة وجديدة وحقيقية ولم ينافسك أحد فيها لسنوات طويلة. ومن أعز التهاني التي جاءتني أيضاً من فنانات كثيرات أعز بهن مثل إلهام شاهين ولبليلة وهالة فاخر وهالة صدي.

لماذا كنت خائفة من الدور عندما عرض عليك؟ عندما عرض علي المخرج محمد سامي الدور قلت له تاجرة مخدرات هذا دور لا يناسبني من ناحية بنائي الجسماني وطريقة اللبس والكلام، فقال لي: أنت الوحيدة التي تستطيعين أداء هذا الدور، فشعرت بأنه يتق بي ثقة كبيرة ويجب أن أكون على قدر هذه الثقة فكان دور التحدي وعلي أن أنتصر عليه، وأتذكر أن أول يوم تصوير

ريم أرحمة: كورونا أظهرت لي معادن الناس الحقيقية

كشفت الممثلة البحرينية ريم أرحمة أنها استغلت فترة الحجر المنزلي بالأكل والطبخ والنوم، لافتة في حديث إلى أنها "قامت بممارسة اليوغا والرياضة على أنواعها". وأضافت: "بما أن الأسواق فتحت أخيراً عدنا إلى التسوق في المجمعات بعد أن كان ذلك يتم أونلاين". كما لم تخف ريم القول إنني كنت بحاجة إلى مثل هذا الحجر المنزلي حتى أرتاب قسطاً من الراحة وأصفي ذهني وأرتب أفكارى للمدى القريب والبعيد".

وعما إذا كان فيروس كورونا غير من شخصيتها، قالت: "كورونا" وما فرضه من حجر منزلي وحظر بشكل عام، غير من شخصيتي وأثر بي لأنني لم أتوقع يوماً أن أتعرض لذلك إلا في أسوأ الحالات مثل الحروب "الله يحفظنا منها". وتابعت: "حاولت اختبار صبري ومدى إمكانياتي في تحويل الأمر من سلبي إلى إيجابي، نعم، كانت فترة بسيطة لم تخل من التذمر والزلع، لكن بحمد لله نجحت في الاختبار، واتضح أنني كنت صبورة وذكية



بوقت الواسعة بس".

الفكر

لعب طفلك بالرمل .. سلوك فطري طبيعي حافل بالإيجابيات

كثير من الأهل يتهون أطفالهم عن اللعب بالرمل بحجة الحرص على نظافتهم الشخصية، وهم في ذلك مخطئون. فالعصيات التي أنجزت حول هذه الطريقة من اللعب، تفيد بأنها ممتازة للطفل لأنها تشكل سلوكاً فطرياً طبيعياً حافلاً بالإيجابيات التي تعود نفعاً عليه، لأنها تترافق مع حب الملاحظة والابتكار والقيام بعمليات متنوعة تشمل التسوية والبناء والهدم والانسياب والرسم، وبناء هياكل وخنائق وسيارات وديابات وعربات ومدافع وساحات وموانئ ومطارات وما شابه ذلك، فهذه كلها تصقل الفكر، وتنمي العقل، وتزرع الثقة بالنفس، خصوصاً أن أدواتها لا تكلف شيئاً تقريباً مقارنة باللعب الإلكتروني الحديثة التي ترهق الجيوب قبل العقول.



طريقة رائعة لمحاربة آلام الظهر

قال طبيب العظام الألماني راينهارد شنايدرمان إن السخونة تعد سلاحاً فعالاً لمحاربة آلام الظهر. وأوضح رئيس الجمعية الألمانية لأمراض العمود الفقري، أنه يمكن مثلاً، أخذ حمام دافئ بدرجة 37 مئوية، مع استعمال بعض الإضافات، التي تخلص الظهر من الشد العضلي الناتج عن التوتر العصبي، مثل المليسا أو اللافندر أو المريمية أو الروزماري أو الصعتر. وتعمل هذه الإضافات على تنشيط الدورة الدموية. كما يمكن التخلص من آلام الظهر والشد العضلي من خلال كمادات البوظا الدافئة. ولهذا الغرض، يتم سلق حبات من البوظا وهرسها، ثم لفها في منشفة مطبخ واستعمالها بمثابة كمادة دافئة.

التأثير السلبي للعقاب في شخصية ونفسية الطفل

لا الدلال الزائد أسلوباً تربوياً نافع ولا العقاب المتشدد.. وعلى الأهل أن يجيدا أسلوباً توافقياً معتدلاً ما بين الاثنين لتأديب صغارهم وتعليمهم حسن التصرف.

فالعقاب الشديد، موضوع مقالنا، غير مستحب من قبل الخبراء، باعتباره وسيلة غير منطقية ومعقولة للتعايش مع مسائل تربوية مهمة تتطلب الكثير من الصبر والحب والتعاطف، ونظراً إلى تأثيراته السلبية الكثيرة على شخصية الطفل ونفسيته، نذكر لكم فيما يلي أبرزها:

العقاب يُولد في نفس الطفل إحساس المرارة
إن ضربت طفلك أو عاقبته بطريقة قاسية، فالأرجح أن تتغير مشاعره تجاهك، وربما يبدأ بكرهك أو أذيته كثيراً.

العقاب يُحوّل الطفل إلى متمرد
في البداية، قد يُحافظ طفلك على هدوئه، ولكن مع مرور الوقت وازدياد وطأة ألمه، سيتحوّل إلى متمرد شرس على كل مسألة مهما كانت بسيطة. وهذا التمرد سيتحوّل يوماً ما إلى جموح يصعب التعامل معه ويُفني فيه تصرفات عدوانية غير مقبولة اجتماعياً.

العقاب يُصيب الطفل بالخوف أو حتى الضوئيا
تؤكد الأبحاث أن معاملة الطفل في شكل سيء ومعاقبته بشدة قد يؤثران في نفسيته ويولدان لديه فوبيا ترافقه في مختلف مراحل حياته.

العقاب يُسبب للطفل عقدة النقص أو الدونية
يُمكن لطفلك أن يُطوّر عقدة نقص إذا استمررت في معاقبته على كل خطأ صغير يرتكبه. ولهذا، ننصحك بأن تتعامل مع صغيرك بذكاء بدلا من التشدد عليه في كل الأوقات.



رئيس الوزراء البريطاني بوريس جونسون يداعب الأطفال خلال زيارته مدرسة ديستكفري في كينجز هيل، جنوب شرق إنجلترا. (ا ف ب)

قرأت لك

عصير الليمون الدافئ



أكدت خبيرة التغذية العلاجية الفرنسية ماري كريستين دوبران، ان العديد من الدراسات العلمية الحديثة التي قام بها فريق من زملائها في معهد التغذية الفرنسية أن هناك عودة مرة أخرى الى استخدام العلاجات التي كانت تقدمها جدتي منها عصير الليمون الدافئ في الصباح الباكر على معدة خاوية لما له العديد من الفوائد منها تخفيض حموضة المعدة و احتوائها على فيتامين سي بالإضافة إلى أنه مضاد للأكسدة و مضاد للسرطان.

و قد أشارت العديد من الدراسات إلى أنه يحمي البنكرياس و الكبد و المعدة ومن الأفضل تناوله في الصباح على معدة خاوية حتى لا يضغط على الجهاز الهضمي.

سؤال وجواب

- ماذا تعني كلمة اسكيمو بلغة أهلها؟
تعني أكل اللحم الني
- بم يسمى مصهور الصخر في البراكين؟
ماجما
- ما هو الحيوان البرمائي؟
الضفدع
- ما هو أكبر ميناء فرنسي؟
ميناء مرسيليا
- أين تقع قمة أفرست؟
في جبال الهيمالايا

هل تعلم؟

- الحيتان لديها أبداً عملية تمثيل غذائي من بين كل الحيوانات الأخرى.
- تعيش كل طيور البطريق في النصف الجنوبي من الكرة الأرضية وخاصة في القارة القطبية الجنوبية. (باستثناء تلك التي تعيش في حدائق الحيوان شمال خط الإستواء).
- الضفادع تفتقر الفريسة التي تتحرك فقط.
- عندما تولد الزرافة يكون طولها حوالي 1.8 متر.
- يفقد الدب 25% من وزنه عندما يكون في سباته الشتوي.
- دب الباندا يستغرق 12 ساعة يومياً في أكل الخيزران.
- أسنان التماسيح تنمو باستمرار لتستبدل بدل الأسنان القديمة.
- الهيكل العظمي للليل الإفريقي يشكل 15% من وزنه الكلي.
- هناك أكثر من 1600 نوع معروف من نجم البحر.

قصة التاجر الصالح

كان احمد تاجرا طبيبا صالحا يفعل الخير سرا ولوجه الله وقد منحه الله من عطيته الكثير فكان يشتري بكل ذلك جواهر وياقوتاً ودررا فاخرة ، حتى جاء يوم كاد له صديقه كيدا عند الوالي فما كان من الوالي الا ارسل حراسه ليقتادوه الى السجن ظلما وعدوانا.. وقبل ان يدق الحراس بابيه في ذلك اليوم كان يجلس في صحن حديثه وفي حجره تعب عمره من مجوهرات وذهب وياقوت ودرر فخاف ان يراه من يدق الباب فالتقى بها في حضرة وراءه غطت بالازهار والورود فلم ينتبه لها احد من الحراس الذين اقتادوه الى الوالي الذي امر بمصادرة كل ما في داره والقائه في السجن . جرى ماجرى وبقي في الحبس مدة طويلة هي سنوات جاءت فيها فصول وذهبت فصول ولم يفكر احد من اصدقائه و اصحابه في الذهاب إلى البيت او الحديقة لمعاينتها خاصة بعد ان تمت مصادرة كل ما في البيت واصبح خاويًا على عروشه فجف البستان وبيس.

مات الوالي، ومن جاء بعده اطلق سراح التاجر بعدما عرف انه حبس ظلما، وذهب إلى بيته وعاد له خادم كان مخلصا ليرعاه فأخذ التاجر يتذكر مجلسه في الحديقة وما القى فيها من جواهر فتساءل يا ترى هل هناك من شئ منها... فذهب إلى الموضوع ذاته واخذ يقلبه ومعه خادمه وكلم قلب الارض وجد احدي جواهره حتى وجدها كلها ولم يضع منها واحدة.. وسبحان من أباقها فقد كانت هي كل رأس ماله فحمد الله وعلم انه قد بقيت له أعماله الصالحة في الدنيا.

مساحة للتلوين

