

منوعات

الفكر

19

يتأثر خطر إصابة الأم بكآبة ما بعد الولادة بالفضل الذي تلد فيه، حسبما تشير إحدى الدراسات، مع اعتبار الصيف والخريف المرحلة الأكثر خطورة. كذلك اكتشف الباحثون أن الأمهات اللواتي يلدن من دون تخدير يكن أكثر عرضة لكآبة ما بعد الولادة، في حين أن اللواتي ينجبن في مرحلة لاحقة من سن الولادة يكن أقل عرضة لهذه الحالة. يعتقد الباحث المشرف على الدراسة د. جي زو وزملاؤه من مستشفى Brigham & Women's في بوسطن أن اكتشافاتهم تساعد المرأة في الحد من خطر إصابتها بكآبة ما بعد الولادة بمعالجة بعض عوامل الخطر المحددة.

قدّم الباحثون نتائجهم في لقاء علم التخدير السنوي في بوسطن أخيراً.

تأثيرات واضحة لفصول السنة

اكتشافات تساعد المرأة في الحد من خطر إصابتها بكآبة ما بعد الولادة



مؤشر كتلة جسم مرتفعاً إلى متابعة طبية أكبر في حالتها بعد الإنجاب). يعتقد الباحثون أن دراستهم هذه تسهم في كشف بعض عوامل الخطر التي تؤدي إلى كآبة ما بعد الولادة والتي يمكن تفاديها، ما يساعد النساء على الحد من احتمال تعرضهن لهذه الحالة المؤلمة.



المراهقات لماذا يعانين فقر الدم؟ مكملات الفيتامينات للحامل . . هل من الضروري تناولها؟

ذلك، لا مشكلة إن تناولت جرعة أكبر لأن هذا الفيتامين يذوب في الماء ويخرج في البول. أما بالنسبة إلى الفيتامينات A و D و E و K فهي غير قابلة للذوبان في الماء، على عكس حمض الفوليك والفيتامين C. لكن الخبراء يحذرون من استهلاكهما بإفراط لأنهما يتوقفان عن الخروج بسهولة في البول.



تعاين المراهقات فقر الدم بنسبة كبيرة مقارنة بالمراهقين، لأسباب عدة من بينها أنهم يفقدن الدم كل شهر خلال الدورة الشهرية، كذلك كثيرات منهن يتناولن كمية غير كافية من اللحم الأحمر مقارنة بالمراهقين. بينما يعاني بعض المراهقين الحوامل بفقر الدم (انخفاض الهيموغلوبين والهيماتوكريت) الصداع أو الانزعاج أو التعب (شكاوى مشتركة لدى المراهقين)، لا يظهر آخرون أي أعراض أبداً. لذا يُنصح المراهقون بالخضوع لفحص دم كامل في عمر 13 سنة، ثم كل 5 سنوات. في الوقت ذاته، توصي الأكاديمية الأميركية لطب الأطفال بإجراء تحاليل دم أكثر للعوامل المرتبطة بفقر الدم كالأنظمة الغذائية التي تحتوي على قليل من الأطعمة الغنية بالحديد (اللحوم والبيض والحبوب المقوية)، والمراهقين الذين يمارسون نشاطاً بدنياً مهماً (خصوصاً المراهقات الرياضيات) والذين يتبعون حمية غذائية نباتية أو نباتية صرف، والمراهقات اللواتي ينزفن بفرط خلال عاداتهن الشهرية. كذلك تبقى المراهقة التي تعاني السمنة أكثر عرضة لفقر الدم وعليها



الفرصة

25 مليار درهم ربحية الأسهم الإماراتية مع بداية الأسبوع

• أبو ظبي - وام:

بدأت أسواق المال الإماراتية تعاملاتها في اليوم الأول من الأسبوع على المربع الأخضر بدعم من عمليات شراء انتقائية تركزت على شريحة من الأسهم القيادية .. ورحبت القيمة السوقية لأسهم الشركات المتداولة نحو 5.5 مليار درهم في ختام الجلسة.

وكسب المؤشر العام لسوق دبي المالي 0.97% بانغاً مستوى 3188 نقطة في حين أغلق المؤشر العام لسوق أبوظبي للأوراق المالية عند مستوى 4533 نقطة بزيادة نسبتها 0.14% مقارنة مع جلسة يوم الخميس الماضي.

وقال وسطاء في السوق إن التداولات لا تزال تتركز في الجزء الأكبر منها على شريحة من الأسهم وهي في جلها مدرجة ضمن قطاعي العقار والبنوك بالإضافة إلى بعض أسهم التأمين التكافلي مؤكداً أن الأسواق بحاجة إلى سيولة بنسب أكبر من السجل حالياً وهو أمر ينبغي أن تقوم به المؤسسات الاستثمارية بالدرجة الأولى.

وتفصيلاً وعلى مستوى حركة الأسهم التي قدمت الدعم لسوق دبي المالي فقد لوحظ أن شريحة من أسهم القطاع العقاري وصلت القيام بهذا الدور بعدما ارتفع سهم إعمار إلى 6.06 درهم تبعه في الاتجاه نفسه سهم إعمار لتطوير العقاري إلى 5.22 درهم في حين بلغ سهم إعمار مولز 2.16 درهم.. وفي قطاع البنوك صعد سهم بنك الإمارات دبي الوطني إلى 10 درهم.

وفي سوق أبوظبي للأوراق المالية قفز سهم بنك أبو ظبي الأول إلى مستوى 11 درهماً وساهم الأداء الإيجابي لسهم دانة غاز المرتفع إلى 77 فلساً في تقديم الدعم لمؤشر سوق العاصم.

وعلى مستوى السيولة فقد بلغت قيمة الصفقات البرمجة في السوقين نحو 550 مليون درهم ووصل عدد الأسهم المتداولة 256 مليون سهم نفذت من خلال 3460 صفقة.

ويبلغ عدد الأسهم - التي جرى تداولها أمس- 64 سهماً ارتفعت أسعار أسهم 19 شركة في حين انخفضت أسعار أسهم 35 شركة وحافظت أسهم 10 شركات على مستوياتها السابقة دون تغيير.

حكومة الشارقة تطرح صكوكا بقيمة مليار دولار أمريكي

• الشارقة - وام:

طرحته حكومة الشارقة صكوكا بقيمة مليار دولار أمريكي على مدى عشر سنوات في أكبر صفقة للإمارة بأسواق الدين وهو أول إصدار لصكوك سيادية تشهدها الإمارات العالمية من منطقة الشرق الأوسط.

وقامت عملية طرح الصكوك مؤخراً بنجاح تام ولاقت إقبالاً كبيراً من المستثمرين وتجاوزت الطلبات ضعف حجم الصكوك التي طرحتها الإمارة ما يدل على مكانة الشارقة الاقتصادية والمالية وثقة المستثمرين بوضع الإمارة الاقتصادي والمالي المستقر والمتين.

وقال سعادة وليد الصايغ مدير عام دائرة المالية المركزية بالشارقة: لقد تمت عملية طرح الصكوك بنجاح تام وهو ما كنا نثق به نظراً لكفاءة الشارقة الاقتصادية والمالية ليس على مستوى المنطقة فحسب بل على المستوى العالمي فربما هذا الاستثماري كبير في عالم المال والأعمال ولديها من الموارد المالية المتنوعة والكبيرة ما يجعلها تحتل مكانة مرموقة باعتبارها بيئة استثمارية موفقة.

وأضاف إن طرح مثل هذه الصكوك السيادية في هذا الوقت خاصة أنها أول صكوك سيادية تطرح في العام 2018 بالمنطقة ومستوى وجم الإقبال عليها انعكاس لتانة النظام المالي للإمارة وصحة تنوع مصادر دخلها وبنيتها التحتية المتطورة.

وأكد وليد الصايغ أن هذه أكبر عملية إطلاق وإصدار صكوك لحكومة الشارقة فقد سبق أن طرح إصدارين في مرحلتين سابقتين ما يؤكد نهج الإمارة في إتمام التزاماتها المالية وثقة المؤسسات العالمية بالنظام المالي للإمارة وستدعمه العوائد إلى مشاريع البنية التحتية والتطور العمراني والاقتصادي والتنموي في الإمارة والتي أصبحت واضحة للعيان من قبل الجميع. تولى ترتيب إصدار الصكوك كل من مصرف الشارقة الإسلامي وبنك دبي الإسلامي وبنك إتش. إس. بي. سي وستاندرد تشارترد.

مليار درهم قيمة تصرفات العقارات في دبي امس

• دبي - وام:

حققت التصرفات العقارية في دائرة الأراضي والأملاك في دبي امس أكثر من مليار درهم. فقد شهدت الدائرة تسجيل 139 مبيعة بقيمة 650 مليون درهم منها 35 مبيعة للأراضي بقيمة 502 مليون درهم و 104 مبيعة للشقق والفلل بقيمة 148 مليون درهم. وجاءت أهم مبيعات الأراضي بقيمة 325 مليون درهم في منطقة وادي الصفا 5 تليها مبيعة بقيمة 75 مليون درهم في منطقة البرشاء جنوب الرابعة. و تصدرت منطقة اليفرة 2 المناطق من حيث عدد المبيعات إذ سجلت 15 مبيعة بقيمة 22 مليون درهم تلتها منطقة وادي الصفا 5 بتسجيلها مبيعات بقيمة 328 مليون درهم وثالثة في حدائق الشيخ محمد بن راشد بتسجيلها مبيعات بقيمة 8 ملايين درهم. وفيما يتعلق بأهم مبيعات الشقق والفلل جاءت مبيعة بقيمة 9 ملايين درهم بمنطقة نخلة جيميرا كأهم المبيعات تلتها مبيعة بقيمة 7 ملايين درهم في منطقة نخلة جيميرا وأخيراً مبيعة بقيمة 4 ملايين درهم في منطقة برج خليفة.



18 رائدة أعمال ينجحن بالوصول إلى المرحلة النهائية من البرنامج

«نماء» للارتقاء بالمرأة تختتم «جيل» لريادة الأعمال

• الشارقة - الفجر:

أعلنت مؤسسة نماء للارتقاء بالمرأة، المؤسسة المعنية بتفعيل دور المرأة والارتقاء به في القطاعات الاقتصادية والمهنية والاجتماعية، عن نجاح المجموعة الثانية من المشاركات في «برنامج جيل» لريادة الأعمال. أحد البرامج المؤسسة، في الوصول إلى المرحلة النهائية من البرنامج. إثر اعتماد الخطط الريادية التي عملن عليها خلال الأشهر العشرة الماضية من قبل لجنة تضم عدداً من المتخصصين والمستثمرين.

ووصلت رائدات الأعمال إلى المرحلة الثالثة والأخيرة من البرنامج بعد نجاحهن في اجتياز المرحلة الأولى التي تضمنت تصور الأفكار الريادية، والمرحلة الثانية التي شملت تنظيم سلسلة من ورش العمل الرامية لتدريب المشاركات على أبرز المهارات الريادية، كالشوق، والتطوير، وجمع البيانات، وتحليل التكاليف، فضلاً عن المهارات الشخصية، كمهارات التقديم والعلاقات مع العملاء، فضلاً عن الورش الإضافية التي تضمنت جلسة حول القوانين الناظمة لشؤون العمل في دولة الإمارات العربية المتحدة، قدمها نخبة من المحامين وخبراء الموارد البشرية.

وتضمنت الجلسة مجموعة من الأفكار الريادية المتنوعة، شملت المشاريع الخدمية، والتكنولوجية، والعطورية، وتنظيم الفعاليات، وأنشطة الأطفال، ومراكز التجميل، والصراقة، والخيابة، كما خرجت الجلسة بمجموعة من



وفي هذا الشأن، أعربت ريم بن كرم، مدير مؤسسة نماء للارتقاء بالمرأة عن إيمانها بالدور البارز الذي لعبه برنامج «جيل» بتمكين رائدات الأعمال الأخيرة من البرنامج مشاركة 195 سيدة في المرحلة الأولى، استطاعت 18 منهن الوصول إلى المرحلة النهائية وائتمام البرنامج بنجاح.

وسبق لصندوق خليفة لتطوير المشاريع اختيار 21% من المشاريع الريادية ضمن النسخة الأولى من برنامج «جيل 1»، ووفر لها التمويل، والدعم الإرشادي والتوجيهي، بعد أن حققت معايير الصندوق وشروطه، لتقدمها خطط عمل ريادية واضحة.

التوصيات والتوجيهات الهادفة لمساعدة المشاركات على تطوير أعمالهن. وانطلقت النسخة الثانية من برنامج «جيل» بعد النجاح الكبير الذي حققه البرنامج عند انطلاقه في ديسمبر 2015، مستهدفاً رائدات الأعمال في مدينة دبي الحصن بالشارقة، وبعد التخرج، تصبح المشاركات خريجات برنامج «جيل» بشكل رسمي، ويحصلن على الدعم الفني والإرشادي عند الحاجة، وتنظم مؤسسة نماء للارتقاء بالمرأة عدداً من ورش العمل بهدف تعزيز مهاراتهم وتطويرها. ويعد «جيل» برنامجاً تنافسياً، يستهدف السيدات الإماراتيات في

«سوق أبوظبي» ينظم محاضرة عن «الاستثمار الآمن في الأسواق المالية»

الأوراق المالية.

كشريك متقدم في توظيف المعرفة في خدمة قطاع رأس المال بما يتناسب مع التزام السوق بالعمل نحو تحقيق رؤية أبوظبي الاقتصادية 2030 ورؤية حكومة أبوظبي في التحول الرقمي عبر ابتكار حلول رقمية رائدة توفر بيئة مرمزة لممارسة الأعمال وتعزز من تنافسية الإمارة.

وبين النعيمي أن السوق قام بإطلاق واعتماد نظام المعاملات الرقمية «البلوك تشين» في خدمة التصويت الإلكتروني للجمعيات العمومية للشركات المدرجة وبذلك يعد السوق أول سوق مالي في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا يطبق هذه التكنولوجيا وثالث سوق مالي على مستوى العالم في تطبيقها..

ويسمح نظام المعاملات الرقمية «البلوك تشين» بحصول معاملات بين المستخدمين دون الحاجة إلى تدخل أنظمة التداول المركزية وهي في

الدولة المركز العاشر من أصل 170 دولة كما أن العاصمة أبوظبي حلت في المرتبة الثانية عالمياً كأفضل مدينة للعمل والإقامة وممارسة الأعمال لتتفوق بذلك على كل من لندن وباريس ومدن عالمية أخرى، وذلك وفق مؤشر «إيسوس» للمدن العالمية لعام 2017.

وعلى نفس الصعيد عدد الرئيس التنفيذي للسوق أهم الإنجازات التي تحققت خلال العام الماضي على مختلف الأصعدة والتي كان أهمها إطلاق خدمة «البيع على المكشوف الفني» وبذلك كان السوق أول سوق مالي في المنطقة يقدم هذه الخدمة التي تأتي ضمن استراتيجية السوق الرامية إلى تنوع آليات وأدوات الاستثمار ورفع مستوى السيولة الاستثمارية لاستقطاب شريحة جديدة من المستثمرين المختصين والمتمرسين بالأدوات الاستثمارية الحديثة لأسواق

جراندويلد لبناء السفن تباشر تشييد 10 سفن لصالح شركة نفط الكويت

• دبي - الفجر:

احتفلت كل من شركة نفط الكويت وشركة جراندويلد لبناء السفن ومقرها دولة الإمارات ببدء مرحلة بناء ست سفن إرشاد وأربع سفن دعم سريع لصالح شركة نفط الكويت، وذلك خلال مراسم رسمية إيداناً ببدء عملية البناء.

وقد بدأت مرحلة تصميم وهندسة المشروع في شهر مايو 2017، ومع بدء مرحلة البناء، تستهدف جراندويلد تسليم أول سفينة في شهر ديسمبر من العام الجاري، بينما سيتم الانتهاء من تسليم السفن العشرة في شهر يوليو 2019.

تم تصميم سفن الإرشاد الستة وسفن الدعم السريع الأربعة خصيصاً وفق المتطلبات الفنية لشركة نفط الكويت، وتتم عمليات تصميم وتصنيع وتجهيز السفن وفق أعلى معايير الصناعة العالمية مع استخدام أحدث التقنيات، مع الامتثال لمعايير التصنيف المعتمدة من قبل هيئة التصنيف البريطانية «لويديريجستر» لضمان

متعددة الأغراض لصالح شركة جراندويلد. في عام 2013. ويسير هذا المشروع وفقاً للجدول الزمني المخطط له، ونحن واثقون من تسليم السفن في الوقت المحدد وتحقيق رضا شركة نفط الكويت التي تعتبرها أحد أهم عملائنا.

في مضاعفة أسطولها. من جهته، قال جمال العبيكي، المدير العام لشركة جراندويلد: «إننا ممتنون لشركة نفط الكويت لتفهم بنا ومنحنا هذا العقد المهم، وهو العقد الثاني الذي نحصل عليه من الشركة، حيث كان العقد الأول خاص ببناء أربع سفن

شركة جراندويلد، ألا وهي بدء المراحل الأولية لبناء وتصنيع أربع سفن دعم سريع وست سفن إرشاد. وتولي شركة نفط الكويت أهمية كبيرة لهذا المشروع، حيث يشكل بناء هذه السفن جزءاً من المتطلبات الاستراتيجية لشركة نفط الكويت للتوسع المستقبلي

توفير أعلى معدلات الكفاءة والتشغيل والسلامة. وتحقيقاً على التعاون مع شركة جراندويلد لبناء السفن، قال سامي الصواغ، مدير مجموعة العمليات البحرية في شركة نفط الكويت: «تشكل هذه المناسبة بداية مرحلة بالغة الأهمية في تعاقداً مع





منوعات الفكر 34

مهرجان أبوظبي للأفلام العلمية يختتم دورته الرابعة وسط استقبال جماهيري

منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا ليقدم «مارجوري برايم» (Marjorie Prime) (من بطولة لوييس سميث وجون هام وتيم روبينز وجينا ديفيس)، إلى جانب عقد جلسة نقاش ما بعد العرض مع منتجي الفيلم وهم أوري سينجر وإيسن روبينز، إضافة إلى راميش جاغاناثان، نائب مدير جامعة نيويورك أبوظبي لشؤون لقيادة الأعمال والابتكار والمدير الإداري لحاضنة الأعمال <ستارت إيه دي>.

صباحي للقبيل القصير المخلوقات الهجينة (Hybrid Creatures)، حيث تضمنت جلسة نقاش ما بعد العرض مع المخرج نواه هوتون وجوليا جروسمان، بالإضافة إلى قائد الأوركسترا ومؤدي الموسيقى الحية كوزميك نيمان، ومؤسس شركة «إيماجن ساينس فيلمز» ومديرتها التنفيذية أليكس غامبيز. واختتم مهرجان أبوظبي للأفلام العلمية 2018 فعالياته بالعرض الأول على مستوى

حوارية تناولت فيلم «حياة هشة» (Fragile Lives)، بالإضافة إلى عرض فيلم «أونريست» (Unrest) خلال فترة المساء. وأعقب عرض الفيلم انعقاد جلسة نقاشية مع اثنين من المدراء هما: جيم سافيو، محاضر قسم الكتابة في جامعة نيويورك أبوظبي؛ والفنانة الكويتية زهرة المهدي. وبدأت فعاليات اليوم الثالث والأخير بإقامة جلستين حواريتين للمعرض وعرض

استقبال قدم الفنانين السبعة المشاركون من خلاله لحة موجزة حول برنامج المهرجان، وتلا ذلك العرض الأول في دولة الإمارات لفيلم جين (Jane) ويستعرض الفيلم الذي قدمته قناة ناشيونال جيوغرافيك مسيرة الباحث البيئية جين جودال المهنية وأبحاثها. وأعقب الفيلم افتتاح معرض الخيال العلمي هايبيرد فيوتشرز. وشملت فعاليات اليوم الثاني عقد 3 جلسات

على نجاحه اللافت من خلال الإقبال الكثيف للمجمهور على مدى أيامه الثلاثة. وتولت شركة إيماجن ساينس فيلمز، المؤسسة العالمية المتخصصة بالأفلام العلمية، تنظيم المهرجان في أبوظبي والذي قدم باقة واسعة من البرامج الوثائقية الرائدة، وأفلام الخيال العلمي، والأفلام التجريبية المنهلة من دولة الإمارات ومنطقة الخليج العربي وخارجها. وشهدت فعاليات اليوم الأول إقامة حفل

أبو ظبي - الفجر
اختتم مهرجان أبوظبي للأفلام العلمية، والذي استضافه مركز الفنون بجامعة نيويورك أبوظبي، فعاليات دورته الرابعة خلال عطلة نهاية الأسبوع الماضي، محققاً نجاحاً كبيراً في الجمع بين الفن والعلوم ضمن إطار تعاوني مشترك. وبرهن المهرجان، الذي أقيم بين 8-10 مارس

وفد من كبار الشخصيات الإعلامية يزور فعالية «المغرب في أبوظبي»



«الوطني للإعلام» و«التربية والتعليم» يعلنان أسماء الفائزين بمسابقة «رادار القراءة»



المسابقة. حيث فاز كل من عبد الله أحمد المنصوري؛ وحصه طارق محفوظ الشحي؛ وسيف ماجد البدواوي عن الفئة الأولى، وشيخة حميد الشامسي، وأسماء إبراهيم الكمالي؛ وعلي أحمد المزروعى عن الفئة الثانية، وفاطمة إبراهيم المزروعى، وعائشة خميس السعدي، وعائشة علي المزروعى عن الفئة الثالثة. وبهذه المناسبة، قال المنصوري: «تتماشى مبادرة «رادار القراءة» مع أهداف الاستراتيجية الوطنية للقراءة، الرامية إلى تطوير القدرات، وخلق وتعزيز الفرص التي تدعم وتشجع الأنشطة القرائية لدى طلبة المدارس في الدولة، وذلك إدراكاً منا

وقد شارك في المسابقة 762 طالب وطالبة يمثلون جميع إمارات الدولة، وفاز منهم 9 طلاب، ثلاثة عن كل فئة، حيث اعتمدت لجنة التحكيم على عدد من المعايير منها معيار مدى استيعاب القارئ للمقالات والكتب المعروضة، الذي يمنح الطالب 25 درجة، ومعيار سرعة القارئ الذي يمنح الطالب 60 درجة، ومعيار مدى تحدث القارئ باللغة العربية الذي يمنح الطالب 10 درجات، ومعيار شخصية الطالب الذي يمنحه 5 درجات. وكرم سعادة منصور إبراهيم المنصوري، مدير عام المجلس الوطني للإعلام، وسعادة مروان أحمد الصوالح وكيل وزارة التربية والتعليم للشؤون الأكاديمية، الطلبة الفائزين في

أبو ظبي- الفجر:
أعلن المجلس الوطني للإعلام عن أسماء الفائزين بمسابقة «رادار القراءة» التي نظّمها المجلس بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم، احتفاءً بشهر القراءة، ويهدف تمكين الطلبة من مهارة الفهم والاستيعاب القرائي؛ ومهارة القراءة السريعة؛ إضافة إلى ترسيخ حب القراءة وتنمية مهارات الحداثة لديهم. وقد استهدفت المسابقة طلاب المدارس حسب ثلاث فئات: الفئة الأولى طلاب الصفين 8 و9، والفئة الثانية 10 و11، والفئة الثالثة الصف 12.



سفير الدولة لدى تونس يؤكد أهمية دور بيت شعر القيروان في نشر الثقافة



أكد سعادة سالم عيسى قطام الزعابي سفير الدولة لدى الجمهورية التونسية أهمية دور بيت شعر القيروان الفاعل في نشر الثقافة مشيداً في الوقت نفسه بالقائمين على البيت في توثيق أوامر الصداقة بين الشعبين الصديقين. جاء ذلك خلال زيارة سعادته إلى بيت الشعر في القيروان أمس الأول وعدد من العاملين في السفارة حيث كان في استقباله مديرة البيت الشاعرة التونسية جميلة الماجري التي قدمت للوفد الدبلوماسي شرحاً مفصلاً حول أنشطة البيت وبرامجه الأدبية والفنية المتنوعة، وتجول سعادة السفير في أجنحة بيت الشعر مبدياً إعجاباً بهذا الفضاء الذي يعتبر مكاناً هادئاً للإبداع والعطاء فضلاً عن هندسته المعمارية البديعة والمتناغمة مع الطابع المعماري الأصلي لمدينة القيروان، مشيداً بالدور المهم الذي يضطلع به البيت في نشر الثقافة وإعلاء مكانة الشعر العربي وجمع شمل الأسرة الأدبية.

منوعات

الفكر

35



تعيش الفنانة هبة مجدي حالة من النشاط الفني خلال الفترة الراهنة بعد انضمامها إلى فريق عمل مسلسل (عوامل خفية) مع الفنان عادل إمام. حوارها هذا تتحدث عن المسلسل ومشروعها السينمائي المقبل، بالإضافة إلى كواليس تصوير مسلسلها الأخير (عائلة الحاج نعمان)...

أشعر بسعادة كبيرة لوجودي مع النجم عادل امام

هبة مجدي: اعتذرت عن أية أعمال من أجل (عوامل خفية)

حياتها سيجعلها تنتقم ممن تسببوا لها بالشلل، وهي استلذمت مني تحضيرات كثيرة، خصوصاً أن ثمة مشاهد تضمنتها الأحداث.

• ضمّ العمل مجموعة من الفنانين، هل تحدثت في ترتيب اسمك على الشارة؟
- لا أتطرق إلى هذا الأمر مطلقاً في أي عمل أشارك فيه. أهتم بتفاصيل المشروع من سيناريو ودور وإخراج، أما مسألة ترتيب الاسم على الشارة فهي من اختصاص المخرج.

• حديثنا عن كواليس تصوير (عائلة الحاج نعمان).

- كانت الكواليس مليئة بالأجواء الإيجابية، خصوصاً مع فريق العمل الذي اتسمت روحه بالخفة والسعي إلى تقديم عمل جيد فنياً، واعتقد أن هذا الأمر ظهر على الشاشة بوضوح.

• صرحت سابقاً باعتذارك عن عمل بسبب خوفك من الخلافات بين أبطاله؟
- لا أفضل العمل في جو مشحون أو يُحتمل أن يفيض بالخلافات أثناء التصوير.

• فحالة التريص هذه سيكون لها أثر على الشاشة، وثمة تجارب لم تنجح بسبب الخلافات. أفضل في اختيار أعمالي أن أشارك بتجارب لا مجال للخلاف فيها.

• هل تحرصين على التوفيق بين الدراما الرمضانية والدراما الطويلة خارج رمضان؟
- يهمني كما ذكرت لك أن أجد الدور الذي يضيف إليّ على المستوى الفني، سواء في رمضان أو خارجه، وقناعتي الشخصية هي ضرورة الاستمرار في تقديم المسلسلات الطويلة خارج رمضان ليتوافر موسم درامي على مدار العام وليس خلال الشهر الفضيل فحسب، لا سيما أن أعمالاً كثيرة عرضت خارج الأخير وحققَت النجاح.

• ماذا عن تجربتك السينمائية المقبلة؟
- أباشر بتصوير دوري في فيلم (سري للغاية)، وهو أحد الأعمال السينمائية المهمة، وسأظهر فيه بنحو خمسة مشاهد فقط لكنني أراهن عليه، خصوصاً أنه يناقش مرحلة مهمة في تاريخ مصر من الناحية السياسية.

• حديثنا عن مشاركتك في مسلسل (عوامل خفية).

- أشعر بسعادة كبيرة لأنني أتعاون في هذا المسلسل مع عادل إمام، وهو أحد أهم الفنانين في الوطن العربي، ومن حسن حظي أن الشخصية التي أقدمها تحمل الكثير من التطورات في الأحداث ولديها تغيرات وتصرفات تجعلها تحظى باهتمام ممن يحيطون بها. لكن لا أستطيع كشف التفاصيل بناء على الاتفاق مع الشركة المنتجة التي أبلغتنا بضرورة الحفاظ على سرية العمل وكواليس قصته ليشكل مفاجأة عند العرض الرمضاني.

• هل بدأت تصوير دورك؟

- بدأت تصوير مشاهدي بالديكور الرئيس الذي يشهد إنجاز مشاهد عدة، في أستوديو نحاس بمدينة السينما، وسأواصل التصوير خلال الفترة المقبلة. وتجمعني اللقطات مع عدد كبير من الفنانين.

• هل وافقت على العمل كونه مع الفنان عادل إمام أم أن السيناريو أعجبك؟
- ثمة عوامل جعلتني أتحمس ل(عوامل خفية)، فاسم الفنان عادل إمام يعني أننا

أزاء عمل ضخم ومميز على جميع المستويات، فهو فنان له تاريخ طويل ولا يمكن أن يقبل القيام بعمل أقل من المستوى، بالإضافة إلى أن القصة مكتوبة من المؤلفين الشباب أمين جمال، ومحمد

محرز، ومحمود حمدان، بطريفة شيقة ومليئة بتفاصيل

تضيف إلى الشخصيات، فضلاً عن تميز دوري. كذلك يتولى الإخراج رامي إمام وهو أحد

المخرجين المهتمين الذي أتق

• شاركت أخيراً في مسلسل (عائلة الحاج نعمان)، هل ترين أنه تأثر بالعرض الحصري على إحدى القنوات المشفرة؟
- اختيار قناة العرض ومسؤولية المنتج ولا علاقة لي به، ورغم أن القناة التي حصلت على العرض الأول مشفرة فإن ردود الفعل على المسلسل كانت إيجابية ووصلتني آراء ومناقشات حول دوري من متابعي العمل. أعتقد أن هذا الأمر بداية مباشرة وتمهيد جيد للانطلاقات التي قد يحصل عليها الجمهور من العمل تكون إيجابية ومشجعة على متابعته.

• ثمة انطباعات متباينة عن شخصية فوزية التي قمت بها؟
- فوزية سيدة طيبة والاضطهاد الذي تعرضت له في



ماريا : (أبناء القلعة) علامة فارقة في حياتي

أكدت الفنانة السورية ماريان مسلسل "أبناء القلعة" مرحلة فارقة في حياتها الفنية، والتي بدأتها منذ ثلاثة سنوات لكنه سيختصر لها الكثير من الوقت كي يعرفها الجمهور العربي، وعن الفن وتصميم الأزياء تتحدث ماريان

• بداية كيف تقدم ماريان نفسها للجمهور العربي؟

- بدأت التمثيل منذ ثلاثة سنوات بمسلسل "العرب" و"صيف بارد" و"أبناء القلعة" وعدة أعمال أخرى منها "حريم الشاويش".

• أهم العوامل التي دفعتك لقبول العمل في أبناء القلعة؟
- كونه إنتاج ضخم والورق جيد والشخصية التي لعبتها بالعمل مغرية جداً وبها تنقلات كثيرة من زواج لطلاق وخيانة وهو دور فعال بالعمل وجيد.

• عودة الدراما الأردنية..

- أنا مع عودتها بقوة ومع وجوب اهتمامهم بخواصهم القوية جداً يمكن حتى من الأعمال المشتركة في البداية وأنا أحب هذا المزيج الانتاجي العربي المشترك.

• حديثنا عن كيفية تقمصك..
- الدور كان سهلاً تقمصه وكان نابعا من قلبي



الفكر

العلماء يكتشفون السبب الحقيقي وراء التأتأة والتلعثم عند البعض!



أكد عدد من العلماء الألمان أنهم توصلوا إلى السبب الحقيقي وراء التأتأة والتلعثم عند بعض الناس. وفي حديث للصحافة قال العلماء: لقد قام فريقنا المكون من خبراء تابعين لجامعة غوتينغن والمعهد الألماني لعوم الدماغ بدراسات مطولة لمعرفة الأسباب الحقيقية وراء التأتأة والتلعثم في الكلام عند البعض، حيث قاموا من خلالها بمراقبة الحالة الصحية لمئات المتطوعين الذين يعانون من هذه المشكلة، وفحصوا أدمغتهم باستخدام أجهزة الرنين المغناطيسي ومقارنة النتائج بتلك المأخوذة من أشخاص عاديين لا يعانون من أي مشاكل في النطق. وبعد مقارنة البيانات توصل العلماء إلى نتيجة مفادها بأن التلعثم في الكلام وراءه خلل في توازن العمل بين نصفي الكرة الدماغية، وأن الناس الذين يعانون من التأتأة كانت تركيبة الألياف العصبية في

نصف دماغهم الأيمن تختلف عن تلك الموجودة في النصف الأيسر. وأشار العلماء إلى أن فرط النشاط في مناطق معينة من الدماغ كالمنطقة الجبهية السفلى من نصف الكرة الدماغية الأيسر، والتي تعالج أمور النطق وترتب آليته، غالبا ما يتسبب بمشاكل جديدة في النطق عند الإنسان. كما تجدر الإشارة إلى أن دراسات سابقة كانت قد ذكرت أن خللا في (منطقة بروكا) في الدماغ، وهي منطقة تقع في الفص الأمامي في أحد جانبي المخ، وغالبا ما تكون في الجانب الأيسر من العقل البشري، يؤدي لظهور مشاكل التلعثم في الكلام، لكن القائمين على تلك الدراسات أكدوا أنه لا يمكن تبني نتائج دراساتهم كنتيجة نهائية، وأنهم سيستمرون بالأبحاث لمعرفة جميع الأسباب الكامنة وراء تلك المشكلة.

علماء أمريكيون ينجحون في ابتكار لقاح لسرطان الثدي

نجح فريق من العلماء الأمريكيين من جامعة ستانفورد، بابتكار لقاح مصنوع من الخلايا الجذعية لمحاربة سرطان الثدي في الفئران، ويأملون أن تنجح التجربة على البشر. ووفقا لموقع صحيفة "ديلي ميل" البريطانية، أوضح العلماء أن الخلايا الجذعية تشابه الخلايا السرطانية، لذلك يمكن استخدامها لتعليم المناعة في جسم الفئران على مقاومتها ومحاربة المرض الخبيث. وأشار العلماء إلى أن اللقاح "المبتكر" يحتوي على الخلايا الجذعية التي تشابه السرطان إضافة إلى عامل تعزيز المناعة، لافتين إلى أنه قادر على تدمير الأورام في غالبية الفئران التي أجريت عليهم التجربة، كما أن اثنين من 10 عولجوا من السرطان تماما. وقال العلماء إن أسلوبيهم الجديد وسيلة سهلة لتحسين البشر ضد السرطان. وتابع العلماء أن اللقاحات تعمل على منع العدوى عن طريق إدخال جراثيم مماثلة، ولكنها أقل ضررا على الجسم حتى تحصل أجهزة المناعة على أجسام مضادة للأمراض ومكافحتها. لذا فقد افترض باحثو ستانفورد أن الخلايا الجذعية الشبيهة بالسرطان يمكن أن تعمل بالطريقة نفسها، لتعزيز الخلايا المناعية لتكون في حالة تأهب واستعداد قصوى للخلايا التي تكون على استعداد للتحويل إلى أورام. وأضاف العلماء أنهم يأملون أن يعمل اللقاح على البشر وينتهي أسطورة السرطان.

أطباء الجلدية يعدون 8 فوائد صحية للاستحمام ليلا

قدّم عدد من أطباء الأمراض الجلدية الأمريكيين عدة نصائح عن أكثر الأوقات ملائمة للاستحمام، مؤكدين أن الفسّل الأمثل لا يكون صباحاً، مؤكدين أن الحموم قبل النوم له 8 فوائد رئيسة للصحة العامة على الأهل. وعقد الأطباء فوائد الاستحمام ليلاً في حديثهم لصحيفة "ديلي ميل" البريطانية، مؤكدين أن حمام الليل يغسل العرق والزيوت والمواد المسببة للحساسية، ما يتيح إمكانية النوم بشكل أفضل، ويمتد الجلد إشراقاً رائعاً. وأكد الأطباء أن غسل الوجه ليلاً يمنع ظهور حب الشباب، وذلك بغض النظر عن الاستحمام، كما أن استعمال المساء يساعد على تنظيف درجة حرارة الجسم، التي يمكن أن تساعد على النوم بشكل جيد. وكشفت دراسات طبية حديثة أن الاستحمام قبل 90 دقيقة من النوم، يساعد على الهدوء والاسترخاء، كما يمكن أن يعمل كمسكن للضغط، إضافة لكونه يقلل من مستويات الكورتيزول -هرمون الستيرويد- مما يساعد الجسم على الاستجابة للنوم، وتنظيم السكر في الدم ومكافحة العدوى. وقالت خبيرة النوم، الدكتورة، جانيت كينيدي، إن الاستحمام ليلاً "يبرد الجسم بشكل طبيعي عند الاقتراب من موعد النوم، متزامناً مع إيقاع الساعة البيولوجية، ويساعد الاستحمام على رفع حرارة الجسم ما يؤدي إلى النوم بسرعة". وفي النهاية اعتبر الخبراء أن الاستحمام ليلاً قد يكون الأفضل، لأنه يعد وسيلة للاسترخاء بعد يوم طويل، وكذلك يجدد شباب البشرة، بشرط أن لا تكون المياه شديدة السخونة، وأن لا تتجاوز مدة الاستحمام 10 دقائق فقط.



أمرأة يابانية تضع ورقة كتبت فيها رسالة لضحايا كارثة تسونامي وزلزال 2011 في مدينة سوما اليابانية. (ا ف ب)

قرأت لك

السبانخ



ذكرت مجلة (فرويدين) الألمانية، أنّ السبانخ تقي من أمراض عدّة لما تزخر به من نترات تنتج أكسيد النيتروجين، تُساعد الجسم على منع حدوث تجلطات دموية ونوبات قلبية والسُّكّري، كما لها تأثير إيجابي تقي من سرطانات: (الثدي، البروستاتا، والجلد). وتحتوي السبانخ على المغنيسيوم ومضادات الأكسدة، وتُعتبر كنزاً من الفيتامينات، مثل: فيتامين C، الحامي من العدوى، وفيتامين A الذي يساعد على ضبط ضغط الدم، والبوتاسيوم، وتقوية العضلات.

سؤال وجواب

- من هو أول مهندس معماري في التاريخ؟
- هو الفرعوني أيمحوتب
- من أول من شرب الشاي؟
- هو الإمبراطور الصيني شن توانج وكان يغلي الماء قبل شربه
- من أول من صنع الصابون واستعمله؟
- هو سيدنا سليمان عليه السلام
- من أول من اخترع لعبة الشطرنج؟
- هو الفارسي كرناماك في الهند في 500م
- من هو أول رئيس لدولة باكستان؟
- هو محمد علي جناح ثم خواجه نظام الدين

هل تعلم؟

- هل تعلم أن الحوت الأزرق هو الحيوان الأضخم في العالم، الذي يصل طوله إلى أكثر من 30 متراً ويزن حوالي 125 طناً. وهو أكثر ما يتواجد في المحيط الباسيفيكي. وما يشير الغرابة أن هذا النوع من الحيتان يصنف في مجموعة الحيتان التي لا أسنان لها، فافواها مصنوعة من مئات الصفائح العظمية وهي تنمو إلى أسفل من سقف الفم وتشكل نوعاً من المنخل.
- هل تعلم أن أكبر الحيوانات اللاحمة في المنطقة القطبية الشمالية هو الدب القطبي الذي ينتقل دون كلل يفتش عن فريسة. الذئب القطبي أيضاً صياد لا يعرف التعب تجعله شهيته النهمه جريئاً وجسوراً إلى أبعد حد.
- هل تعلم أن القمّة وأسد البحر لا تزور الشاطئ إلا في موسم التزاوج، بفضل طبقة الدهن السميكّة التي تتراكم تحت جلودها، تستطيع هذه الحيوانات تحمل درجات الحرارة المنخفضة في المناطق القطبية.
- هل تعلم أن البطاريق (جمع بطريق) في موسم التوالد تتجمع في مستعمرات كثيفة في القارة القطبية الجنوبية، والأصعاق القريبة منها. وتتكيف هذه الطيور بشكل جيد مع الحياة البحرية في المناطق القطبية الباردة. وهناك نوع من البطاريق تسمى (اديلي) تدخل إلى داخل البر لتبني أعشاشها هناك.
- هل تعلم أن بعض الثدييات تصبح نائمة لا أكثر في فصل الشتاء. وحيث أن عدد كبيراً من الحيوانات تصفر الشتاء في السبات، بعض الحيوانات الأخرى تهاجر في الشتاء ومنها الرنة وعدد كبير من الطيور وكل الحيوانات التي تجد غذاءها في الأنهار والبحيرات، التي تتجمد طوال أشهر كثيرة في السنة.

قصة الثعبان والضعف

جلست سي سونج تبكي اباه المريض في دارهما الجميلة المطلة على النهر الصغير، وكانت مياه النهر تسير ببطء شديد وكأنها حزينة لحزن سي سونج، وعندما كان الناس يتوافدون للاطمئنان على والدها العجوز الطيب كانت تسمع على السنتهم كلمات تعني انه ليس هناك أمل في الشفاء وقضت ليالي طويلة على هذا الحال. اياما مرت قبل ان تصل لبيتها عجوز قبيحة لتطلب ان تراها وعندما اقبلت عليها سي سونج قالت العجوز: ابنتي الجميلة هل تريدين لوالدك ان يشفي ويعيش وسط الناس حكيماً طليق اللسان والحكمة كما كان؟.. فقالت: بالطبع اتمنى ذلك.. فقالت العجوز: حسناً، ما عليك غير ان تتزوجي الثعبان ملك الجبل، انه يقف شامخاً اعلى القمة واذا حضرت الليلة في المساء ليتم زواجكم معا سيشفى والدك في الحال.. جلست سي سونج حزينة تبكي حالها وتقول: حسناً ان حياه ابي تساوي الكثير سأتزوج الثعبان ليعيش ابي. فسمعت مربيها قولها وتناقضته مع اصدقائها حتى وصل الخبر إلى والدها الذي قال: ان فعلت ذلك فلن اقبل العيش من بعدك.. ولكن سي سونج قالت: لقد وعدت يا ابي وسأفي بوعدتي.. حزن الجميع خاصة الضفدع رشيق الصديق الوفي لسي سونج، وقد قرر ان يحميها قدر استطاعته وقال لنفسه حياتي فداء لسي سونج، وعندما جاء الليل تسللت سي سونج في طريقها إلى اعلى الجبل، وهناك وجدت العجوز التي رحبت بها وابدت الثعبان سعاده وامر العجوز ان تكف سرها عن والد سي سونج في الحال.. ثم مد رأسه الكبير وحمل عليها سي سونج ليضعها في غرقته الكبيرة الواسعة وذهب ليتناول وجبه شهية تاركاً اياها في رعب كبير.. في هذه الاثناء كان الضفدع مسرعاً إلى فم الثعبان المفتوح وبدأ في الحال ينتفخ وينتفخ بقوة كبيرة ويزداد حجمه حتى اصبح مثل كرة خضراء عملاقة اختنق بسببها الثعبان الذي كان ذيله يتلوى في كل مكان وعيناه تجحطان وقدرته على المقاومة تنهار حتى كادت حركته ان تسكن حين حدث انفجار ضخم رهيب جعل حوائط القصر تتداعى فانقضت سي سونج واقفه وهربت مسرعة قبل ان ينهار القصر عليها وعندما ابتعدت اصبح القصر كومة من الحجارة، ففرت إلى قصر والدها لتجده في اشد الصحة والعافية والحزن، لكنه عندما رآها ضمها لحضنه لتعود اليه سعاده وروحه، لكنها لم تعرف ماذا حدث لرئيس الال بعد ان اخبرتها مربيها الطيبة، وبعد عدة ايام كان هناك تمثالاً ضخم لضفدع اخضر جميل ينتصب في ساحة قصر سي سونج.

مساحة للتلوين

