

شرطة دبي تنظم فعاليات
توعوية تثقيفية في أسبوع
المهن الطلابي



روبن أوستلوند يطمح إلى
اختيار فيلمه سعيًا إلى
سعة الثالثة في أقل من عقد



هل الموت الدماغي
قابل للعكس؟

4 تحذيرات من المثلجات المفضلة للأطفال

يعشق الكثيرون مثلجات "الكريمة" اللينة، التي توضع على مخروط عادية، لكن هذا النوع من المثلجات قد يأتي حاملاً مخاطر عدة. ونشر موقع "هاوس بيوتفل" 4 أسباب للتفكير مرتين، قبل تناول هذا النوع من المثلجات. أجهزة البكتيريا: نظراً لأنه يتم استخراج المثلجات اللينة من جهاز معين، فإنها تكون عرضة للتلوث إذا لم يتم تعقيمها بشكل صحيح. وفقاً لجانلين هاتشينغز، وهي مسؤولة من منظمة سلامة الأغذية الأميركية: "المثلجات الناعمة.. يجب تنظيف الآلات وتعقيمها كل 10 إلى 24 ساعة".

صعوبة التنظيف: لا يعد تنظيف آلة المثلجات عملية بسيطة. وفقاً لهاتشينغز، فإن هذه الآلات غالباً ما تشتمل على أجزاء يمكن إزالتها وتنظيفها، بينما يجب تنظيف الأجزاء الأخرى في مكانها. تدريب العاملين عليها أمر ضروري.

تلوث الخليط: يتم صنع الكثير من "الآيس كريم" من قاعدة غير مسترة تحتاج إلى تخزينها في درجة حرارة جهاز التبريد، أي أقل من 4 درجة مئوية. كما لا يجب تجميدها بدرجة حرارة منخفضة جداً، حتى لا يتجمد الخليط. الحفاظ على البرودة دون التجمد الكامل، أمر يصعب فعله أحياناً.

حالات تسمم: على مدى العقود العديدة الماضية، كانت هناك حالات عديدة من التسمم الغذائي الناجم عن المثلجات اللينة. في عام 2005، أصيب أكثر من 120 شخصاً في ولاية أوهايو بالمرض عندما تلوثت آلة تقديم الآيس كريم اللينة بالكوربات العنقودية. في حالة أحدث من عام 2016، أصبح مريضان في المستشفى في سياتل أكثر مرضاً بعد تناول الحليب المخفوق من كافيتريا المستشفى.

فوائده لا تعد ولا تحصى..

11 دقيقة مشي فقط قد تقبّل حياتك!

لا شك أن للمشي فوائد لا تعد ولا تحصى. فهي من

أفضل الطرق البسيطة والسهلة للحفاظ على صحة

وسلامة الجسم العامة. هي رياضة لا تحتاج إلى

معدات، ويمكن ممارستها في كل مكان.

لكن أيهما أفضل المشي السريع أم البطيء؟ وكما

يحتاج الإنسان من المشي يومياً؟



القلب والأوعية الدموية بنسبة 17% والسرطان بنسبة 7%.

كذلك أوردوا أنه لو مارس كل شخص مشمول في الدراسة 150 دقيقة على الأقل من النشاط المعتدل في الأسبوع، فسيتم منع حوالي واحدة من كل 6 حالات وفاة مبكرة (16%).

ووجدوا أيضاً أنه حتى لو تمكن الجميع من أداء 75 دقيقة على الأقل أسبوعياً، فذلك سيمنع نحو حالة وفاة واحدة من كل 10 مبكرة (10%).

تغيير بعض العادات

كما شدوا على أن كل ما يحتاجه الأمر هو تغيير بعض العادات. فهم ينصحون، على سبيل المثال، بالمشي أو ركوب الدراجة إلى العمل أو إلى الجامعة بدلاً من استخدام السيارة، أو الحرص على النشاط لدى اللعب مع الأبناء أو الأحفاد.

كذلك أكدوا أن إدخال أنشطة ممتعة في نمط الحياة الأسبوعي هو أفضل طريقة لزيادة مقدار النشاط البدني الذي يقوم به الشخص.

دراسة تضجر مفاجأة

على مدى السنوات القليلة الماضية، أصبحت النظرية القائلة إن المشي 10,000 خطوة يومياً هو مفتاح الصحة ووقد انخفض الوزن شائعة بشكل متزايد. غير أنه وفقاً لدراسة جديدة، فإن هذا لن يمتنع بالفعل زيادة الوزن أو يؤدي إلى إنقاص الوزن، بحسب ما نقلت صحيفة "ذي إندبندنت" البريطانية عن دورية Obesity.

120 طالبة

وأجرى باحثون من قسم علوم التمرين بجامعة بريهام يونغ، بالتعاون مع خبراء من قسم علم التغذية وعلوم الغذاء، دراسة على مجموعة من الطلاب الجدد في الجامعة.

فتم تحليل بيانات 120 طالبة خلال الأشهر الستة

الوفاة المبكرة وأمراض القلب

في هذا السياق أظهرت أكبر دراسة من نوعها على الإطلاق أن المشي السريع لمدة 11 دقيقة يومياً يمكن أن يمنع حالة وفاة واحدة من كل 10 حالات وفاة مبكرة في جميع أنحاء العالم، وفق صحيفة The Guardian البريطانية.

ووجد خبراء جامعة كامبريدج أن المشي السريع والرقص وركوب الدراجة ولعب التنس أو المشي لمسافات طويلة يمكن أن تقلل بشكل كبير من مخاطر الوفاة المبكرة وأمراض القلب والأوعية الدموية وبعض أنواع السرطان، بما في ذلك سرطان الرأس والعنق وسرطان الدم النخاعي. على الصعيد العالمي، يمكن تجنب حالة وفاة واحدة من بين كل 10 مبكرة إذا حقق كل شخص نصف الهدف الأسبوعي الموصى به، وهو 150 دقيقة من النشاط البدني المعتدل الكثافة، بحسب أكبر تحليل بيانات.

خير جيد

وقال الدكتور سورين بريغ، من وحدة علم الأوبئة بمجلس البحوث الطبية في كامبريدج: "إذا كنت من الأشخاص الذين يجدون فكرة أداء 150 دقيقة من النشاط البدني معتدل القوة في الأسبوع أمراً شاقاً، فإن ما توصلنا إليه من نتائج ينبغي أن يكون خيراً جيداً بالنسبة لك". كما أضاف أن "أداء بعض التمارين أفضل من لا شيء"، لافتاً إلى أنه "إذا كنت تجد أن أداء 75 دقيقة في الأسبوع ممكنة، عندها يمكنك أن تحاول رفع الـ 75 دقيقة تدريجياً حتى تصل إلى المقدار الموصى به".

نحو واحدة من كل 6

وقام الباحثون بوضع العلاقة بين مستويات النشاط البدني وخطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان والوت المبكر، ووجدوا أن أداء 75 دقيقة من النشاط المعتدل الشدة أسبوعياً يقلل من خطر الموت المبكر بنسبة 23%. كما أنه كان كافياً لتقليل مخاطر الإصابة بأمراض

8 أكواب من الماء يومياً.. العلم

يكشف حقيقة النصيحة الطبية

يحرص الناس يومياً على شرب كميات مختلفة من الماء، دون أن يدركوا ما إذا كانت تلك الكمية مناسبة لهم أم لا، في وقت يحذر فيه الأطباء من أن الإفراط أو التفریط في هذا السائل قد يعود سلباً على صحة الإنسان.

ومن المعروف أن جسم الإنسان يتكون من نحو 60 بالمئة من الماء، كما أن الشخص يفقد باستمرار وطوال اليوم كميات من المياه، عن طريق البول والعرق والتنفس.

وقال موقع "هيلث لاين" إن خبراء الصحة يوصون عادة بثمانية أكواب من المياه، أي ما يعادل لترين، مشيراً إلى أن بعض الخبراء يعتقدون أن الإنسان في الحاجة إلى شرب الماء باستمرار، حتى عندما لا يشعر بالعطش.

هذا الرقم ليس خاطئاً، لكن الدراسات الحديثة حول كمية المياه، تطورت كثيراً، وأصبحت أكثر دقة. وتقول "فورتشن ويل": "نصائح كمية المياه اليومية باتت تعتمد كثيراً على جنس الشخص وعمره ونشاطاته اليومية".

توصي الأكاديمية الوطنية للعلوم والهندسة والطب بمتوسط استهلاك يومي من الماء يبلغ حوالي 3.7 لتر للرجال وحوالي 2.7 لتر للنساء. من المتوقع جداً أن يكون المقدار اللازم للشخص يومياً قريب من هذه النسبة.

وتقول الأكاديمية إن السوائل تشمل الماء والمشروبات الأخرى مثل الشاي والعصير وبعض الأطعمة.

ومن العوامل التي تؤثر على كمية المياه التي يحتاجها الإنسان، هي المكان الذي يعيش فيه "منطقة حارة أو باردة أو رطبة أو جافة.."، ونظامه الغذائي "إذا كانت كل وجباته حارة أو مالحة أو سكرية فسيحتاج إلى كمية أكبر من المياه"، وأين يقضي يومه "هناك فرق بين قضاء اليوم داخل المكتب أو المنزل أو قضائه تحت أشعة الشمس"، ونشاطه الرياضي (نوعية النشاط الرياضي يؤثر على كمية المياه المطلوبة).

انسداد الأذن في الطائرة..

ممرضة تكشف حيلة ذكية

يشعر بعض المسافرين على متن الطائرات بانسداد في الأذن مترافق مع شعور بالضيق، خاصة في حال كانت الرحلة طويلة، مما يشكل لهم انزعاجاً وقلقاً.

ويقول خبراء إن انسداد الأذن يعود إلى تغير ضغط الهواء داخل الطائرة، وبالتالي يحدث فرقا في الضغط بين الأذن الوسطى والخارجية.

هذا الفرق في الضغط يسبب "طنيناً مزعجاً" في الأذن الوسطى، يعرف باسم (Barotrauma).

وذكرت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية أن ممرضة تشتر فيديوها توعوية على منصة تيك توك كشفت "حيلة ذكية" للتغلب على مشكلة انسداد الأذن، خاصة أثناء الإقلاع والهبوط.

وأوضحت الممرضة شارلوت ستافلي أن الأكواب البلاستيكية والتأشيف الورقية يمكن أن تكون حلاً أفضل مقارنة مع التأشيف أو مضغ العلكة، والحيلة، التي حصلت أكثر من 66 ألف إعجاب على تيك توك، تقضي بوضع مناشف ورقية ساخنة داخل كوبين بلاستيكيين.

وبعد ذلك، تتم تقطيع الأذنين بالكوبين. وذكرت ستافلي: "حين ستطلب من مضيفية الطيران كوبين من البلاستيك مع مناشف ورقية ساخنة.. صدقتي ستعرف المضيفة بالضبط ما تريد أن تقوم به".

وأبرزت الممرضة أن البخار يساعد على استقرار الضغط في الأذن الوسطى، مشيرة إلى أن الحيلة صالحة للأطفال والبالغين.

إرث العبودية يؤثر على حياة السود في الولايات المتحدة

سلط خبراء من الأمم المتحدة متخصصون في موضوع العنصرية يوم أول أمس الجمعة الضوء على الإرهاق الذي يشعر به أفراد مجتمع السود بسبب لون بشرتهم.

ويقول الخبراء إنه يتعين على السلطات الأمريكية معالجة إرث العبودية على كل المستويات.

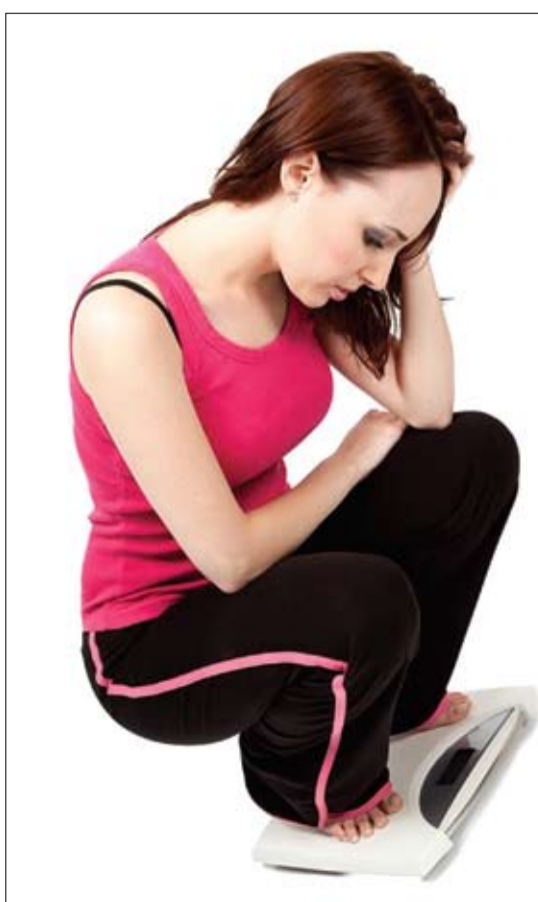
وشكل فريق الخبراء المستقلين التابع للأمم المتحدة بعد مقتل جورج فلويد، وهو رجل أسود، في عام 2020، خنقا بعدما بثته شرطي أبيض في مينيسوتا على الأرض.

وعلى مدى 12 يوماً، التقى الخبراء ضحايا وشخصيات من المجتمع المدني والسلطة القضائية ونقابات شرطة ومسؤولين فدراليين ومحليين في واشنطن وأتلانتا ولوس أنجلوس وشيكاغو ومينيابوليس ونيويورك.

وقالت تريسي كيسي، إحدى أعضاء الفريق، في مؤتمر صحفي: "في الولايات المتحدة، تعود مسألة عدم المساواة العرقية إلى نشأة هذا البلد. ولن تكون هناك حلول سريعة".

وأضافت أن الشروط تدمو إلى "إصلاح شامل وقيادة قوية على كل المستويات" للتعامل مع "الإرث المترسخ بعمق" في الحياة اليومية لسكان المتحيزين من أصول إفريقية.

وأوضحت: "حتى يومنا هذا، يظهر التمييز العنصري خلال المواجهات الأولى مع سلطات إنفاذ القانون والاحتجاز وإصدار الأحكام والحرمان من الحقوق". وأضافت المقابلات التي أجراها الفريق على "الإرهاق الذي يشعر به الأشخاص السود في الحياة اليومية كونهم سوداً".



أسوأ نظامين غذائيين أثناء

عملية إنقاص الوزن

قد تخفض الوزن بسرعة، إلا أن هذا لن يدوم طويلاً. السبب في ذلك هو أنك تعود جسمك على الاكتفاء بالقليل من الطعام، ولكن عندما تبدأ بتناول الطعام بشكل طبيعي مرة أخرى بعد فقدان الوزن، فإن الجسم يخزن أي دهون زائدة تتناولها، وهذا يؤدي إلى زيادة الوزن ثانية.

حمية التخلص من السموم: تقول ليان وارد إن حمية التخلص من السموم، مثل حمية ماء الليمون، أو عصائر الخضار، هو أمر غير مقبول، لأنه يؤدي إلى فقدان الكثير من كتلة العضلات، وهذا أمر غير صحي.

وتنصح لين بالتركيز على تناول الأطعمة عالية الجودة التي تحتوي على المغذيات إلى جانب حمية التخلص من السموم، لتفادي فقدان كتلة العضلات.

سلمت خبرتها التغذوية سوزي بورييل وليان وارد، الضوء على أسوأ نظامين غذائيين يمكن اتباعهما لإنقاص الوزن على المدى الطويل.

وقالت الخبيرتان في حديث مع صحيفة ديلي ميل البريطانية، إن أسوأ حيمتين لخسارة الوزن هما حمية السرعات الحرارية المنخفضة جداً، ونظام إزالة السموم من الجسم.

نظام السرعات الحرارية المنخفضة جداً: تقول سوزي بورييل إن أول ما يجب عليك الابتعاد عنه هو اتباع حمية تنخفض فيها السرعات الحرارية عن 1000 سرعة حرارية، لأن جسم المرأة يحتاج إلى أكثر من 1500 سرعة حرارية في المتوسط.

وبحسب سوزي، فإنه في حين أن هذه الحمية

تحذير طبي من خدمة سناپ شات الجديدة

بات أي مستخدم لتطبيق سناپ شات يتمتع الآن بإمكانية الوصول المجاني إلى برنامج "My AI" الذي أصدر لأول مرة مميزة مدفوعة في فبراير.

و"My AI" برنامج دردشة مباشر يعتمد على الذكاء الاصطناعي، ومتاح حالياً لجميع مستخدمي "سناپ شات".

وتقول "سناپ شات"، إن "My AI" يجري تشغيله بواسطة تقنية "ChatGPT" من "OpenAI"، مع تحسينات أمان إضافية وعناصر تحكم فريدة لـ "سناپ شات".

وتضيف أنه "في محادثة الدردشة، يمكن أن يجيب My AI على سؤال بسيط، أو يقدم المشورة بشأن هدية مثالية لصديق عزيز، أو يساعدك على التخطيط لرحلة أو قضاء عطلة نهاية أسبوع".

إلا أن المراهقين باتوا يستخدمونه لغرض آخر، وهو الحصول على دعم لصحتهم النفسية والعقلية، حسبما كشف موقع "فوكس نيوز" الأميركي.



منوعات الفكر

22

تزامناً مع عام الاستدامة

جامعة الإمارات تطلق الدورة التاسعة من جائزة الرئيس الأعلى للابتكار وتركز على تحقيق الاستدامة الجائزة تستهدف أعضاء هيئة التدريس والموظفين والطلاب في إطار يدعم التفكير الابتكاري والبحث العلمي

المستدامة لدولة الإمارات العربية المتحدة. بحيث تمثل جائزة الرئيس الأعلى للابتكار حافزاً لبيئة الابتكار في الجامعة، بحيث تعمل على بناء مهارات الطلبة وتأهيلهم لمتطلبات سوق العمل. وأشار الاستاذ الدكتور أحمد علي مراد بأنه تم إجراء بعض التعديلات على مجالات الجائزة وقواعدها هذا العام، حيث تم هذا العام التسجيل على مرحلتين، فبتبدأ المرحلة الأولى في 1 مايو 2023 وستنتهي في 10 يوليو 2023، حيث يمكن لجميع أعضاء الجامعة بما في ذلك أعضاء هيئة التدريس والموظفين والطلبة التسجيل وتقديم الطلبات. ومع ذلك، فإن الفائزين في العام الماضي غير مؤهلين للتسجيل وذلك لإتاحته الفرصة أمام المتكبرين الآخرين. ثم يبدأ

العمل في المرحلة الثانية اعتباراً من 1 سبتمبر وحتى 31 أكتوبر 2023. سيتم خلالها تقديم الطلبات الكاملة والوثائق الداعمة. ستبدأ بعد ذلك عملية التقييم بحيث يمكن تقديم الطلبات والاستفسارات من خلال الموقع الإلكتروني للمسابقة، أو عن طريق التواصل مع المنسق اللوجستي للرد على الاستفسارات المتعلقة بالجائزة. وأكد الدكتور أحمد مراد أنه "يتم تشجيع الطلاب وأعضاء هيئة التدريس وموظفي جامعة الإمارات العربية المتحدة على المشاركة في التفكير النقدي والبحث المبتكر لمواجهة التحديات في مجالات الأولوية الوطنية، وتطوير العمل المؤسسي وتقديم أفكار إبداعية وابتكارية لتحديد حلول عملية مستدامة في الإبداع والابتكار".

العلمي. بحيث سيتم نشر التقنيات والابتكارات الحالية والناشئة التي توفر حلولاً فعالة للتحديات الوطنية والعالمية في المجالات ذات الأولوية تغيير المناخ والاستدامة البيئية، وعلوم الفضاء وما تشهده دولة الإمارات من إنجازات في مجال الفضاء، والطاقة المتجددة، والأمن المائي والغذائي، والعلوم الصحية والطبية، والتعليم والتعلم مدى الحياة، والتنقل والتنمية الحضرية، والتكنولوجيا والأمن السيبراني، والنمو الاجتماعي والإداري والاقتصادي. وأوضح الدكتور أحمد علي مراد - النائب المشارك للبحث العلمي بأن الجامعة تحرص من خلال الجائزة على إطلاق مشاريع ابتكارية قابلة للتطبيق، تساهم في تحقيق التنمية الاجتماعية والاقتصادية الشاملة

•• العين - الفجر

أعلنت جامعة الإمارات العربية المتحدة عن موعد إطلاق جائزة الرئيس الأعلى للابتكار في دورتها التاسعة، في مجالات توائم أهداف "عام الاستدامة". بحيث تتوافق الأولويات البحثية وأنشطة الابتكار في جامعة الإمارات مع المبادرات الاستراتيجية الوطنية التي تعزز الإبداع والابتكار والتميز والريادة، والتي من شأنها أن تساهم في تعزيز التنمية الاقتصادية المستدامة والمتوازنة وازدهار الأمة. وتستهدف الجائزة أعضاء هيئة التدريس والموظفين والطلاب في الجامعة في إطار يدعم التفكير الابتكاري والبحث

في محاضرة بعنوان بيننا مبدع

سالم بن حم الثقاي يحتفي بـ «يوم الموهوب الإماراتي»

•• العين - الفجر

في يوم ميلاد القائد المؤسس الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، نظم مركز سالم بن حم الثقاي محاضرة بعنوان "بيننا مبدع" وذلك بمناسبة "يوم الموهوب الإماراتي" الذي يصادف السادس من مايو سنوياً، تخليداً ووفاء للذكرى راعي الموهبة والموهوبين الأول في دولة الإمارات، أقيمت المحاضرة بدور البديع التقني الباحث في مجال الموهبة وقدمها أئمن النقيب بحضور عدد من طلبة المدارس. وأكد الشيخ مسلم بن حم العامري رئيس مجلس إدارة مركز سالم بن حم الثقاي على أهمية الاستثمار في الشباب باعتباره استثماراً في المستقبل وفقاً لتوجهات القيادة الرشيدة، والذي يشكل حيزاً



وعرضت حنين وملاك ورؤى إسماعيل جوانب تميزهن العلمي بينما عرض مصلح العرياني نتاجات موهبته في إعادة التدوير واختتم آدم محمد همام وهو من أصحاب الهمم بعرض مجموعة من الأعمال الفنية النحتية التي تعبر عن موهبته.

استثمار قدرات الموهوبين والعمل على اكتشاف ورعاية المواهب، عبر إعداد برامج تأهيلية متخصصة لتنمية واستثمار مواهبهم. واختتمت المحاضرة بعرض مجموعة من المشاريع المبتكرة الطموحة الهادفة إلى ترسيخ توجهات المستقبلية للقيادة الرشيدة وحكومة دولة الإمارات إضافة إلى تحقيق السعادة وجودة الحياة. وتحدثت أمينة نادر النقيب عن مشروعها الابتكاري بمجال الاستدامة وترشيد استخدام الطاقة، بينما عرض محمد عبيد الحساني نموذج ابتكاري لتوظيف الطاقة البديلة وأبرز محمود حسن وعائشة محمد الشحي وسليمان رافت ومحمد وعلياء وسليمان السيد وميس محمد وشيخة صالح مواهبهم الأدبية وربطوها بأهداف عام الاستدامة.



شرطة دبي تنظم فعاليات توعوية تثقيفية

في أسبوع المهن الطلابي

•• دبي - الفجر

نظمت مبادرة الروح الإيجابية في شرطة دبي، فعاليات أسبوع المهن الطلابي، بمشاركة أكثر من 180 طالباً وطالبة من مدارس دبي مرقد، بهدف إطلاعهم على المهن ودور رجال الشرطة في تعزيز الأمن والأمان والثقة بالشرطة وجودة الحياة. وتضمنت فعاليات أسبوع المهن الطلابي، ورشاً تعريفية



وأضافت: "نحن ملتزمون بتزويد طلابنا بتعليم ذي مستوى عالمي". وأوضحت بأنه مع هذا الاعتراف، أصبحت الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة الآن واحدة من 5% من كليات إدارة الأعمال التي لديها هذا الاعتماد في جميع أنحاء العالم وفقاً لموقع AACSB الإلكتروني، هناك عشر مؤسسات فقط في الإمارات العربية المتحدة حاصلة على اعتماد AACSB، مما يدل على عملية التقييم الصارمة والمعايير الصارمة المطلوبة لتحقيق هذا الاعتراف المشهود. وتعليقاً على هذا الإنجاز، قال رئيس الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة، الدكتور حسن حمدان العلكيم: "يضع مجلس إدارة AACSB المعيار الذهبي لاعتماد كليات إدارة الأعمال، وإن إكمالنا الناجح لهذه الرحلة يحتم علينا وضع معايير صارمة لأنفسنا للمنافسة عالمياً. ونحن ممتنون لهذا التقدير، كجامعة تدعمها AACSB، وضعتنا أهدافاً فريدة وموقفاً فريداً داخل عائلة AACSB العالمية لتأخذ مكاننا في التعليم العالي في الإمارات الشمالية". فيما أضاف البروفيسور جوزيف واليس، عميد كلية إدارة الأعمال في الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة: "تتشرف الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة بالانضمام إلى هذه المجموعة المتميزة من المؤسسات وتفخر بالحصول على اعتماد AACSB الكامل لكلية إدارة الأعمال". يعكس هذا التكريم التزام الجامعة الأمريكية في رأس الخيمة بالتميز الأكاديمي والتعليم المبتكر والبحوث المؤثرة والمشاركة المجتمعية. مع هذا الإنجاز، تستعد الجامعة لتعزيز سمعتها كمدرسة أعمال رائدة في دولة الإمارات العربية المتحدة وإعداد خريجها للنجاح في بيئة الأعمال العالمية".

أقل من 5% من كليات إدارة الأعمال في العالم تحمل اعتماد AACSB للأعمال

اعتماد دولي جديد للجامعة الأمريكية في رأس الخيمة

•• رأس الخيمة - الفجر

إدارة الأعمال وهي منظمة مهنية أمريكية تم تأسيسها عام 1916 لتقديم الاعتماد لكليات إدارة الأعمال Association to Advance Collegiate Schools of Business (AACSB of Business) ما وضعها من بين نخبة 5% من كليات إدارة الأعمال في العالم



للطلبة حول لغة الإشارة، وقراءات لقصص الأطفال من مجلة خالد، والتي تصدر شهريا عن إدارة الإعلام الأمني في شرطة دبي، ومحاضرات في التغذية والصحة. بالإضافة إلى مسابقات توعوية وتثقيفية، وهدايا وجوائز قيمة، ومحاضرات توعوية قدمها مجلس سفراء الأمان، للتوعية بحقوق الطفل وقانون "وديمة". واستمع الطلبة بمشاهدة عروض للدوريات الأمنية السياحية، ومشاركة الشرطي منصور ضمن الفقرات التوعوية

منوعات

الفكر

23

قد يكون الموت الدماغي مضللاً، حيث قد يبدو الشخص الميت دماغياً في غيبوبة، ويتنفس بمساعدة جهاز التنفس الصناعي. لكن هل الموت الدماغي قابل للعكس؟

للأسف، لا؛ موت الدماغ دائم لا رجوع عنه. واستناداً إلى قانون أمريكي خاص بالكتب منذ عام 1981، فإنه يعتبر موتاً حقيقياً، تماماً مثل الموت عندما يتوقف القلب.



هل الموت الدماغي قابل للعكس؟

ولطبيب إجراء اختبار فحص سريري لردود الفعل التي تعتمد على جنح الدماغ الضعاف. وتم اختبار ردود أفعال متعددة، مثل ما إذا كانت حدقة العين تستجيب للضوء وما إذا كان الجفن ينغلق عندما يلمس شيء ما سطح عين المريض. وإذا لم يظهر المريض أي علامات على ردود فعل جنح الدماغ، يقوم الأطباء بإجراء اختبار نهائي يسمى اختبار انقطاع النفس: حيث يقومون بوقف التهوية الميكانيكية عن المريض لمعرفة ما إذا كان الشخص سيبدأ بالتنفس تلقائياً. وقال فاريلاس:

"إنها لحظة صعبة للغاية بالنسبة للعائلات ولنا نحن الأطباء". وقال إن وفيات الدماغ غالباً ما تحدث بعد أحداث طبية أو حوادث مفاجئة، وبالتالي فإن فقدان الشخص المحبوب غالباً ما يكون غير متوقع ويصعب للغاية معالجته. ويمكن للأطباء محاولة تقليل التورم في الدماغ الصاب ومنع الموت الدماغي، كما قال فاريلاس، ويعاملون المرضى بأقصى قوة ممكنة حتى يتم الإعلان عن الموت الدماغي. ولكن بمجرد فقدان وظائف المخ بالكامل، لا يوجد أمل في الإصلاح.

وقال فاريلاس إن الأعضاء الأخرى تتوقف عن الاستجابة للعلاج الطبي. وقال: "يتم إغلاق الجسم كله، وهذا دليل على مدى قوة التحكم في الدماغ بالنسبة لبقيّة الجسم. وعندما يموت التكامل المركزي، الدماغ، يتفكك الجسم بأكمله".

كيف يتم تشخيص الموت الدماغي؟ ومع ذلك، فإن تصنيف الموت الدماغي يعني أنه يمكن إعلان وفاة الشخص قبل أن يتوقف القلب عن النبض. ويمكن أن يسمح هذا بإزالة أجهزة دعم الحياة الاصطناعية والعلاج غير المجدي، أو بتأمين التبرع بالأعضاء في بعض الحالات، ويجب أن يقوم طبيب أعصاب أو جراح أعصاب متمرس بإجراء الفحص. وللوصول إلى هذه النقطة، يجب استيفاء بعض المعايير الرئيسية: يجب أن يكون هناك سبب معروف لحالة المريض، بما يتفق مع إصابة كارثية للدماغ بالكامل، ويجب ألا تكون حالة المريض غير المستجيبة بسبب الآثار الجانبية للأدوية، والتخدير أو أي سبب آخر يمكن عكسه، وفقاً لمقال نشر عام 2022 في مجلة العناية المركزة. وإذا تم استيفاء هذه الشروط المسبقة، يمكن



خلايا الدماغ، وبمجرد أن تفقد هذه الخلايا، فإن روابطها العقدة بعضها مع بعض يمكن أن تؤدي إلى ضرر لا رجعة فيه. وفي معظم الحالات، يحدث موت لبقية الجسم، حتى لو كانت أعضاء المريض الأخرى لا تزال تحصل على الأكسجين من خلال جهاز التنفس الصناعي.

الموجودة في قاعدة الجمجمة حيث يتصل الحبل الشوكي بالدماغ، وهذا يضر بالمناطق التي تتحكم في التنفس ونبض القلب. وفي الوقت نفسه، قال فاريلاس، إن الضغط المتزايد داخل الجمجمة يصعب بشكل متزايد على الدم الوصول إلى الدماغ، ويموت المزيد من

وحتى الخمسينيات من القرن الماضي، لم يكن التمييز بين موت الدماغ وعدمه موجوداً حقاً، لأنه عندما يتوقف القلب، يموت الدماغ المتعطل للأوكسجين في غضون بضع دقائق. وعلى العكس من ذلك، فإن أي إصابة مباشرة للمخ البشري تكون شديدة بما يكفي لإلحاق الضرر بالمناطق التي تتحكم في التنفس فتؤدي حتماً إلى توقف القلب والتنفس. لكن ظهور الإنعاش القلبي الرئوي (CPR) والتهوية الاصطناعية والأوكسجة الغشائية خارج الجسم (ECMO)، والتي تستخدم آلة القلب والرئة لتزويد الدم بالأوكسجين خارج الجسم، كسر هذا الرابط الحتمي. الآن، حتى لو كان الدماغ لا يعمل، فمن الممكن إبقاء الجسم على قيد الحياة وأنظمة الأعضاء الأخرى تعمل، على الأقل لفترة من الوقت.

كيف يموت الدماغ؟

قال الدكتور بانايوتيس فاريلاس، رئيس قسم طب الأعصاب في كلية ألباني الطبية، إن الموت الدماغي، المعروف أيضاً باسم الموت بالمعايير العصبية، هو وسيلة نادرة نسبياً للموت. ولكن يمكن أن يحدث في حالات إصابات الدماغ الشديدة، إما بسبب صدمة الدماغ أو بسبب نقص الأكسجين الممتد.

وأخبر فاريلاس "لايف ساينس"، أن خلايا الدماغ تبدأ في الموت في مواجهة الصدمة أو نقص الأكسجين. ويتسبب هذا الموت الجماعي في حدوث التهاب وتورم، ما يؤدي إلى حبس الدماغ في حلقة ردود فعل شريرة، يؤدي الضرر إلى التورم، ما يؤدي إلى مزيد من الضرر حيث يتم ضغط الخلايا العصبية الحساسة على الحالة الصعبة للجمجمة. ويتم ضغط جنح الدماغ من خلال الثقب الكبير، وهي الفتحة



خبراء يزعمون وجود "جانب إيجابي هام" للإكزيما!

تعرف الإكزيما بأنها حالة صعبة ومزعجة في بعض الأحيان للتعامل معها، ولكن يمكن أن يكون لها جانب إيجابي. وتحدث الإكزيما عندما يصبح الجلد ملتهباً، ما يسبب تهيجاً وحكة. إنه مرض شائع ومتعدد الأوجه، ويصيب آلاف الأشخاص. ومع ذلك، في حين أنه مزعج، فإن وجوده قد يعني أنك محمي من سرطان الجلد. ووفقاً لبحث أجرته King's College London، فإن الإصابة بالإكزيما تؤدي إلى استجابة مناعية يقولون إنها قد تمنع تكوين الورم.



(الصغيرة) لأولئك الذين يعانون من الإكزيما. ومع ذلك، في حين أن الدراسة فتحت طرقاً جديدة وقدمت نظرة ثاقبة لعلاقة الإكزيما بسرطان الجلد، إلا أن هناك تحذيراً رئيسياً واحداً. من المهم أن تؤخذ في الحسبان إمكانية إصدار نظرية جديدة تظهر عكس ذلك.

نظرة ثاقبة لقدرة الجسم على منع تكون الورم هي قيمة في مكافحة هذا النوع من السرطان. وهذه النتائج التي تفيد بأن الإكزيما يمكن أن تحمي الأفراد من سرطان الجلد تدعم النظريات التي تربط الحساسية بالوقاية من السرطان وتفتح طرقاً جديدة للاستكشاف مع توفير بعض الراحة

وتعمل هذه الاستجابة المناعية عن طريق التخلص من الخلايا السرطانية التي يحتمل أن تكون خطيرة من سطح الجلد. وتؤدي الإكزيما أحياناً إلى فقدان البروتينات الهيكلية في الطبقات الخارجية من الجلد، ما يؤدي إلى خلل في حاجز الجلد. وفي الدراسة، تمت هندسة الفئران وراثياً لتكرار بعض العيوب الجلدية الموجودة في المصابين بالإكزيما.

وقارن الباحثون آثار مادتين كيميائيتين مسببتين للسرطان في الفئران. واكتشفوا أن عدد أورام سرطان الجلد في الفئران المصابة بالعيوب كان أقل بست مرات من تلك التي ليس لديها عيوب. ونتيجة لذلك، تشير النتائج إلى أن عيوبها في ما يعرف بحاجز البشرة كان يحمي الفئران من تطور الأورام الحميدة. وكانت الدراسة، التي نشرت في مجلة eLife، هي الأولى من نوعها التي تظهر أن الحساسية الناتجة عن عيوب الجلد يمكن أن تحمي من سرطان الجلد.

ومع ذلك، اكتشف الباحثون أيضاً أن كلا النوعين من الفئران كانا عرضة مثل الآخر لتطوير الطفرات المرتبطة بالسرطان. وفي حديثها عن البحث، قالت البروفيسور فيونا وات: "نحن متحمسون لنتائجنا لأنها تؤسس رابطاً واضحاً بين قابلية الإصابة بالسرطان وحالة الجلد التحسسية في نموذجنا التجريبي. كما أنها تدعم الرأي القائل بأن تعديل نظام المناعة في الجسم هو استراتيجية مهمة في علاج السرطان". وأضافت: "أتمنى أن تقدم دراستنا بعض العزاء البسيط لمن يعانون من الإكزيما، وأن تكون هذه الحالة الجلدية غير المريحة مفيدة في بعض الظروف".

وفي الوقت نفسه، علق الدكتور مايك تيرنر قائلاً: "إن سرطان الجلد أخذ في الارتفاع في العديد من البلدان وأي





ضمن فعاليات «الشارقة القرائي للطفل»

«مسابقة فارس الشعر» تنطلق بمنافسات قوية بين طلبة المدارس وتكشف عن مواهب متميزة

فقط من كل فئة. وكان طلبة الفئة الأولى قد شاركوا عبر إلقاء 10 أبيات من قصيدة واحدة يتم اختيارها من عدد من القصائد المحددة من قبل لجنة التحكيم، والتي شملت قصيدة «قدرة الله» للشاعر معروف الرصافي، وقصيدة «برز الثعلب يوماً» للشاعر أحمد شوقي. وقصيدة «عصفي يارياح» للشاعر ميخائيل نعيمة.

لدى الأطفال في هذه الفئة الصغيرة لما لذلك من انعكاس وأثر كبير على الانسجام مع النصوص وتقديم القصيدة بوضوح أكبر وطلاقة وسلاسة. وتمنح المسابقة للفائزين الثلاث من كل فئة قيمة الجائزة: 3000 درهم للفائز الأول، 2000 درهم للفائز الثاني، فيما ينال الفائز الثالث 1000 درهم، فيما تقدم بكرة الشعر للفائزين في المركز الأول

من كل فئة. وشكر الدكتور عبد الله الشحي أولياء أمور طلبة الفئة الأولى على الاهتمام الكبير والجهد المبذول في غرس حب القراءة والشعر العربي في نفوس أطفالهم، والذي أسفر عن تقديم نماذج مبدعة على صعيد الإلقاء ومثانة اللغة والنطق ومخارج الحروف، مشدداً على ضرورة المواصلة على ذات النهج وأهمية الحرص على لغة الجسد

حيث شهدت تنافساً قوياً في فئتها الأولى التي تشمل طلبة المدارس في الصفوف الأولى، من الأول حتى الرابع. وحظي أداء الطلبة والطالبات المشاركات بإعجاب وإشادة لجنة التحكيم التي تضم كلا من الدكتور الشاعر عبد الله الشحي، والناقدة الدكتورة مريم الهاشمي، إلى جانب تفاعل الحضور من أولياء أمور الطلبة وزوار المهرجان، إذ سيتم الإعلان

•• الشارقة-الفرج:

انطلقت أمس الأول الأحد الجولة الأولى من مسابقة فارس الشعر، التي ينظمها المكتب الثقافي والإعلامي في المجلس الأعلى لشؤون الأسرة في الشارقة، بالتعاون مع هيئة الشارقة للكتاب، ضمن فعاليات مهرجان الشارقة القرائي للطفل 2023 في إكسبو الشارقة،



كتاب يشيدون بالدورة 14 من مهرجان الشارقة القرائي للطفل

الذين نستمر فيهم اليوم ليكونوا هم نواة المجتمع في المستقبل، هذه بصفة حقيقية من القلب إلى القلب والعقل نتوجه بها إلى سمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، وتوجيهات فرينته سمو الشيخة جواهر بنت محمد القاسمي رئيسة المجلس الأعلى لشؤون الأسرة، حيث أننا نحتفل بمرور 14 عاماً على هذا المهرجان الثقافي الأدبي الفني لنستمر في عقول أجيال قادمة هم المستقبل الحقيقي لدولهم.



•• تغطية: أسامة عبد القصور

مهرجان الشارقة القرائي للطفل من المهرجانات المهمة في المنطقة العربية، لما لها من مكانة مرموقة بعد مرور 14 دورة في تشكيل العقول وبناء جيل واع من المثقفين والمبدعين في شتى المجالات الأدبية والفنية، ويعتبر المهرجان ساحة للتعرف وتبادل الخبرات ويستضيف الفنانين من كل دول العالم لنقل مهاراتهم وإسرها لزوار المهرجان من الأطفال وأسراهم، فضلاً عن تلاقى دور النشر بكتابتها للطفل، ودعم ورش عمل وورش فكرية للرسوم المتحركة بالإضافة للجوائز التي توزع على مدار اليوم من خلال المسابقات، وحول دور المهرجان كان للفرح لقاء مع نخبة من الكتاب والشعراء والصحفيين لعرض تصوراتهم عن المهرجان استهل الكاتب الصحفي أحمد منصور حديثه بعنوان عقول تتشكل نحو المستقبل في مهرجان الشارقة القرائي للطفل، مضيفاً بأن العقول تتشكل تحت هذا الشعاع حيث يأخذ مهرجان الشارقة

كما أضاف الكاتب رفيع رضى أن كلمة «اقرأ» ليست كلمة، بل رسالة، شرف بها العرب ومعهم العالم بدلالتها ومضمونها، القراءة تعني النور والمستقبل المشرق، مهرجان الشارقة القرائي للطفل يعني الغد والهوية، تعزيز الممارك والقدرات ويكاد يكون الاهتمام بالقراءة في مرحلة الطفولة العامل الأساسي في تنمية وتطوير الشخصية، وإكسابها المهارات والقدرات والعلوم، وللشارقة الثقافة والنور

على علم التي ترمي إلى تشجيع الأطفال على القراءة، وغيرها من الفعاليات الأخرى! والورش والأنشطة التدريبية التفاعلية التي تنتظر الأطفال والتي تهدف إلى أهمية القراءة وتغديتها لعقول أطفالنا فلذات أكبادنا وقالت المستشارة تهاني التري خبير العلاقات الإنسانية والدولية، تحت شعار عقول تتشكل انطلقت فعاليات مهرجان الشارقة القرائي للطفل وما أجمله من شعار يركز على العقل وأي عقل الأطفال

أفراد العائلة وتغرس في الأطفال حب القراءة منذ الصغر، وكلنا يعلم بأن الشارقة عاصمة عالمية للكتاب ولا زالت تتربع على عرشها هذا منذ أيام وسنين طوال، فهي تؤمن بأن الحفاظ على الثقافة ونشرها هو سر تطور الأمم ورفع مكانتها، ولهذا تجدوها دوماً من أوائل المدن التي تساهم في تحقيق هذا الهدف السامي من خلال تنظيم واستضافة أهم الفعاليات الثقافية، وعلى رأسها مهرجان الشارقة القرائي للطفل الأشهر من نار

ثرية للطفل صرح ثقافي يتضمن أنشطة كثيرة يحتفل بها الأطفال تشمل أنشطة وورش تعليمية وترفيهية، تساهم في الارتقاء بثقافة وتنمية مواهب الأطفال، ترسم الابتسامة وتغرس وتحرز حب القراءة والتمتع لديهم، يعتبر الأول عالمياً ضمن المعارض الرائدة دولياً تناسب كل الفئات العمرية الكاتبة أمنة اللحام هو أكثر من مجرد مهرجان قرائي، هو احتفالية شاملة تتجاوز متعتها الصغار، بل تسعد جميع

العديد من الفعاليات الإبداعية والقراءة والتمتع بالعروض الترفيهية، والتي جميعها تساهم في التشجيع والتحفيز على المطالعة والقراءة بمصاحبة الكتاب، بالإضافة للسماح بحضور البرامج التي تجمع بين الحوارات والنقاشات، بهدف تنمية ورعاية مواهب الأطفال تحقياً لمفهوم الثقافة وتحفز البرامج والكتاب على القراءة بشكل مستمر. ولم يقتصر مهرجان الشارقة القرائي للطفل عند هذا الحد لأنه يعمل على إتاحة المشاركة في

القرائي للطفل، الصغار والبالغين وعائلاتهم في رحلة إلى عالم مختلف يمنح المزيد من الفرص لاقتناء الكتب الجديدة التي تتمتع بمفردات متميزة عبر عدد كبير من دور النشر العربية والأجنبية، التي تحرص دائماً على المشاركة بالمهرجان نظراً لطبيعته التي تساهم في تعزيز مفهوم الثقافة وتحفز البرامج والكتاب على القراءة بشكل مستمر. ولم يقتصر مهرجان الشارقة القرائي للطفل عند هذا الحد لأنه يعمل على إتاحة المشاركة في

«الشارقة القرائي للطفل 2023» يسأل والخبراء يجيبون

من الأمثال إلى القصص... كيف يتحول الموروث الشعبي إلى أدب جذاب للطفل

الشعبي في تعزيز الهوية لدى الأطفال، لافتة إلى أن الهوية تمنح الطفل شعوراً بالأمان والقيمة، وترسخ في نفسه أفكاراً وسلوكيات تنبع من تاريخه وثقافته، ومشيئة إلى أن اللغة الأم من أهم الوسائل في نقل الموروث الشعبي، ولكن التطور التقني قد أثر سلباً على هوية الأطفال، ولذلك يجب أن تدعم الكتاب والمؤلفين الذين يبحثون في الموروث الشعبي ويستخلصون منه جواهره بأساليب تناسب عقلية طفل العصر. ومع أهمية توظيف الموروث في أدب الطفل، إلا أن الكاتبة فداء الزمر لم تخف ضرورة أن تكون حذرين في اختيار عناصره، وأن نزيل منه ما قد يضر بنفسية الطفل، أو يثير فيه مشاعر الخوف والرعب، وقالت: «التحدي في جعل الطفل يحب الموروث الشعبي ويستفيد منه، والحل يكمن في أسلوب صياغة القصة الأدبية التي تستخدم الموروث الشعبي بطريقة مقنعة، وهذا يتطلب من الكاتبة أن يضيء على القصة عناصر الخيال والإثارة، بما يبني الجسور بين الموروث والحاضر».



دور الموروث في ترسيخ الهوية بدورها، أكدت الكاتبة فداء الزمر أهمية الموروث

تنمية شخصية الطفل، وقالت: «على الكاتبة أن يقرأ قصته بعد كتابتها بعين الناقد، وأن يسعى لتطوير أسلوبه مع مرور الزمن، فالأطفال يشهدون تطوراً متسارعاً تبعاً لتسارع التقنيات



قصصي يشرح القيم الأخلاقية التي تنطوي عليها، ونصحت عايشة الكاتبة بأن يكون ماهر في تقديم قصص التراث، بحيث يكون الأساس فيها

عناصر الغرائبية وإعادة صياغتها بأساليب تخاطب الأجيال، واختيار شخصيات تاريخية مثيرة للاهتمام وسرد حكاياتهم بلغة تلائم الطفل، وتوظيف الأمثال الشعبية في سرد

•• الشارقة-الفرج:

كيف يمكن إعادة تقديم التراث الشعبي للطفل القرن الحادي والعشرين؟ سؤال طرحته جلسة نقاشية أقيمت ضمن فعاليات الدورة 14 من مهرجان الشارقة القرائي للطفل، وتحدثت فيها عايشة علي الفيص، الكاتبة التي صدر لها عدة قصص تميزت بحياة الأمثال والحكايات الشعبية الإماراتية، والكاتبة الأردنية فداء الزمر، المتخصصة في أدب الطفل، وأدارتها شيخة بن خميس، حيث أكدت المتحدثتان أهمية التراث الشعبي كمصدر لإلهام وإثراء أدب الطفل، بشرط أن يقدم بأسلوب جذاب يناسب ذهنية واهتمامات طفل العصر الحديث. 3 محاور لتوظيف الموروث في الأدب وأوضح الكاتبة عايشة الفيص أنها تراعي خصوصية الطفل كمتلقٍ للحكايات والقصص التي تؤلفها بالاعتماد على الموروث الشعبي. ولخصت تجربتها في استخدام التراث بثلاث محاور: انتقاء الحكايات الشعبية التي تحمل

منوعات

الفكر

27

يتراس لجنة التحكيم في مهرجان كان السينمائي

روبن أوستلوند يطمح إلى اختيار فيلمه سعيًا إلى سعة ثالثة في أقل من عقد

أكد رئيس لجنة التحكيم في مهرجان كان السينمائي، المخرج السويدي روبن أوستلوند، أن فرص الفوز ستكون متساوية بين أفلام المخرجين الكبار وتلك التي تحمل توقعات أسماء جديدة، واعدًا بالنزاهة، حتى لو كانت نتيجة ذلك انتزاع البريطاني كين لوتش منه حلمه بأن يكون أول من يفوز بثلاث سعة ذهبية.



مهرجان كان، ولكن إذا لم يكن فيلمًا جيدًا، فلن يكون في المسابقة". وأضاف: "لا أعتقد أن مهرجان كان وفي لأي شخص".
ومن المقرر أن تُختتم الدورة السادسة والسبعون لمهرجان كان السينمائي في 27 مايو/ أيار الجاري بفيلم الرسوم المتحركة "إيليمنتل" Elemental. أحدث إنتاجات استديوهات ديزني/بيكسار. ويتمحور الفيلم حول الصداقة التي تنشأ بين الشابة الجريئة وسريعة البديهة وقوية الشخصية فلام والفني العاطفي والمسلح فلاك، في مدينة "إيليمنت سيتي" التي يتكون سكانها من النار والهواء والماء.
وسبق أن اختيرت ثلاثة من أفلام "بيكسار" ضمن برامج الدورات السابقة لمهرجان كان، هي "أب" Up عام 2009 الذي كان أول شريط رسوم متحركة يُفتتح به الحدث السينمائي، و"إنسايد أوت" Inside Out عام 2015، و"سول" Soul في نسخة عام 2020 التي ألغيت بسبب جائحة كوفيد-19.

أما فيلم الافتتاح في 16 مايو، فهو "جان دو باري" Jeanne du Barry من بطولة جوني ديب، وهو أول فيلم حركة حية للأخير منذ معركة التشهير القضائية أمام زوجته السابقة أمبر هيرد العام الماضي. واختيرت الممثلة كبارا ماسترويانى لتقديم حفلتي الافتتاح والختام خلال مهرجان كان السينمائي بدورته السادسة والسبعين التي أفردت مساحة كبيرة للسينما الإيطالية هذا العام.

بطريقة مختلفة تماما، ولهذا السبب تظل السينما فريدة من نوعها".
يتولى أوستلوند رئاسة لجنة التحكيم في مهرجان كان السينمائي بعد عام من فوزه به، وبعد نصف قرن بالضبط على إسنادهما إلى مواطنته الممثلة الشهيرة إنغريد برغمان.
ورفض المخرج السويدي المعروف بأفلامه الكوميديّة اللاذعة التي تعري المجتمعات الغربية أي أحكام مسبقة، لا في شأن الأفلام التسعة عشر التي سبق الإعلان عن اختيارها للمسابقة، ولا في ما يتعلق بمخرجيها الذين يتنافس كبار بينهم البريطاني كيم لوتش والإيطالي ناني موريتي مع مبتدئين مخمورين كالسغالية راماتا-تولاي سي.
وأكد أوستلوند أن التعامل مع أفلام هؤلاء المخرجين سيكون "على قدم المساواة"، من دون إيلاء أي أهمية "للاختلافات بينهم".

وشدد على أنه سيضع جانباً اعتباراته الشخصية في حال حظي فيلم كين لوتش "ذي أولد أوك" The Old Oak بإعجاب لجنة التحكيم، ولن يتردد في منحه سعة ذهبية ثالثة ليكون الأول في تحقيقها. وقال باسماء: "إذا كان هذا أفضل فيلم (...) سأعمل جامداً بالتأكد لتجاوز هدفي الخاص الأثاني بأن أكون أول مخرج يحصل على ثلاث سعة ذهبية".
وأضاف: "عندما يتولى المرء رئاسة لجنة التحكيم في مهرجان كان، عليه أن ينظر بعيداً، ولا يمكنه أن يكون شديد الفردية وأن ينظر إلى نفسه". وأشار المخرج إلى أنه لم يقرر "مائة في المائة" أي نوع من رؤساء لجان التحكيم سيكون، لكنه أوضح أنه يحاول "دائماً اتباع مقاربة ديمقراطية جداً في الرئاسة".

ولم يعلن منظمو المهرجان بعد عن أسماء الأعضاء الآخرين الذين ستضمهم لجنة التحكيم، وأوضح أنه يحب "الاستماع إلى ما يقوله الجميع عن مختلف الأفلام"، ولا ينوي "ممارسة السلطة بأي شكل من الأشكال"، وأضاف مازحاً: "بصرف النظر عن كوني أريد أن تكون الكلمة الأخيرة لي".

وينتظر أوستلوند بفارغ الصبر عيش تجربة "التوتر والضغط" في المهرجان الذي تحتضنه منطقة كوت دازور الفرنسية.
ومهرجان جادة الكروازيت الشهيرة في مدينة كان مكانة خاصة لدى أوستلوند المعجب بالنمساوي مايكل هانيكه، وهو مثله بين قلة من المخرجين نالوا الجائزة الكبرى مرتين.
وروى أوستلوند: "عندما بدأت بإخراج الأفلام أدركت أن مهرجان كان هو المكان المناسب ليعرض السينمائي أفلامه، إذ أنه المكان الذي يتيح له جذب الانتباه

وصرح المخرج البالغ 49 عاماً، في مقابلة أجرتها معه وكالة فرانس برس مؤخراً في حديقة منزله في كامبوس في جزيرة مايوركا الإسبانية، أن "ثمة دوراً بلا شك للمال" في مهرجان كان السينمائي.
وقال أوستلوند الفائز مرتين بالسعة الذهبية، أولاهما عام 2017 عن "ذا سكوير" The Square والثانية عام 2022 عن "تراينغل أوف سادنس" Triangle of Sadness، في الحديث الذي أدلى به قبل 4 أسابيع من افتتاح المهرجان الرموق، إن "فيلمًا إيرانيًا صغيراً مثلاً، من إخراج شاب في التاسعة عشرة، ومصوّراً بكاميرا فيديو رقمية، يمكن أن يكون (في مسابقة المهرجان) إلى جانب أفلام ذات موازنة كبيرة جداً، ويُفترض تقييم هذين الفيلمين بالطريقة نفسها عندما ينضاهما".
وفيما يبدو مستقبلاً السينما غامضاً في ظل بروز منصات البث التدفقي كـ "نتفليكس" وسواها، إلا أن أوستلوند يستبعد احتمالاً توليه إخراج فيلم لإحدى هذه المنصات، بدافع عشقه للفن السابع وولائه لمؤسسه، وذكر بأن "السينما هي اليوم واحدة من الصالات النادرة التي نشاهد فيها الأشياء معاً".
وشرح أن "الأهمية مشاهدة الأشياء معاً في الصالة نفسها تكمن في أننا بهذه الطريقة نبدأ بالتفكير في المحتوى



Die Hart... كيفن هارت يفشل في إثبات قدراته للجميع

لقد ملّ كيفن هارت من أدواره الكوميديّة التي يؤديها في الأفلام. وسَمَّ كونه، دائماً، مساعداً للبطل في أفلام الحركة والمطاردة الشهيرة، خصوصاً التي يتصدر بطولتها دوين جونسون الملقب بـ"ذا روك". شَعْر هارت أن الوقت قد حان ليكون هو بطل الحركة والإثارة الجديد. لذلك، إرضاءً لغروره، صُنِعَ فيلم يحمل اسم Die Hart، يلعب فيه هارت دوره، أي نسخة عن نفسه تحاول إثبات قدراتها للجماهير والممثلين والمخرجين، وأنها تستحق لعب أدوار لا تُضحك الناس، بل تُرعبهم.



من الأفلام التي شارك فيها هارت، وكان بطلها، فإن الأخير أسر على المضي قدماً في فكرته: "أنا ممثل حقيقي، وأصلح لكل الأدوار"، والترويج لها، مازحاً مرة في أحد عروضه، وممثلاً مرة أخرى في فيلم ما مثلما فعل في هذا الفيلم الذي نتحدث عنه.
وبعيداً عن الكوميديا، حاول كيفن هارت أن يحضر في عمل درامي بثته "نتفليكس"، تحت عنوان True Story. مسلسل يتأرجح بين الإثارة والدراما، وقليل من الكوميديا، سعى فيه هارت لأن يغير من القالب الذي اعتاد الظهور ضمنه، لكنه لم ينجح. وبهذا، عاد في فيلم The Man From Toronto، فلم ينجح هو الآخر.
ربما القيمة الوحيدة لفيلم Die Hart، عنوانه المتنوع بكلمة The movie، أي أنه لا يساوي شيئاً أكثر من طبق الفشار الذي نتناوله ونحن نشاهده بهدف التسلية. معنى ذلك نتبينه بما كان قد قرره النقاد منذ زمن، في التفرقة بين الفيلم (Film) والسينما (Cinema)، والأفلام (Movies).
"الجانب الفيلمي" من الفن يتناول العلاقة بين هذا الفن والعالم من حوله، والفيلم هو المصطلح الأكثر عمومية الذي يستخدم بأقل قدر من المعاني. أما "الجانب السينمائي"، فيتناول جماليات الفن والبناء الداخلي له. فيما Movies، وظيفتها اقتصادية، فهي صنعت لتستهلك، وذلك بحسب كتابات جيمس مونكو.



يحظى كيفن هارت في هذا الفيلم بفرصتين لإثبات أنه "ممثل عظيم"، على حد تعبيره. في الفرصة الأولى، هو هارت الكوميدي الذي بدأ ينشر من أدوار الكوميديا ويرفضها. وفي الثانية، هو هارت بطل الحركة الجديد المكتشف من قبل المخرج كلود فاندني فيلدي (أدى دوره جين رينو). هذا المخرج الذي يريد أن يبدو وكأنه من جيل فرانسيس فورد كوبولا ومارتن سكورسيزي كان يبحث لسنوات عن ممثل حقيقي لفيلمه الجديد الواقعي المعين. لذا، يطلب فيلدي من هارت أن يلتحق بمدرسة تدريبية ويعسكر فيها ريثما يجهز بشكل

علماء: وجود هدف في الحياة يقلل من خطر الموت

أجرى العلماء في كلية الصحة العامة بجامعة بوسطن في الولايات المتحدة دراسة فريدة فوجدوا أن الأشخاص الذين لديهم هدف واضح في الحياة يعيشون لفترة أطول.

وتم نشر المقال العلمي بهذا الشأن في مجلة *Medicine Preventive* في اعتبار مدى توجههم في الحياة.

وجاء في المقال أن وجود هدف في حياة النساء يقلل من خطر وفاتهم أكثر بقليل من الرجال. مع ذلك فإن العلماء لم يكتشفوا أي دليل على وجود تغييرات في تلك الظاهرة وفقاً للفرق أو الانتماء إلى قوم معين.

لقد وجد العلماء أن طرح أهداف كبيرة يرتبط ارتباطاً مباشراً بنمط حياة أكثر صحة (على سبيل المثال بارتفاع النشاط البدني أو مراجعة الأطباء).

قال المؤلف الرئيسي للدراسة، كويشيرو شيبا، إن الهدف من الحياة هو درجة يصور ضمنها الناس حياتهم على أنها ذات معنى، ويمكن أن يؤدي وجود هدف



دراسة: الأشكال المبكرة من أمراض الكبد تؤثر على صحة القلب

وجد باحثون من معهد سميدت للقلب في "سيدار سينا" أن حتى الأشكال المبكرة لأمراض الكبد تؤثر بشكل مباشر على صحة القلب.

وتساعد النتائج، التي نشرت مؤخراً في مجلة *Frontiers in Medicine Cardiovascular*، في زيادة توضيح العلاقة بين أمراض الكبد وأمراض القلب بما يتجاوز عوامل الخطر المشتركة بينهما.

في الدراسة، قارن الباحثون درجات *FIB-4* للمرضى - وهي علامة لتليف الكبد يمكن أن تشير إلى خطر الإصابة بأمراض الكبد الحادة - مع تشوهات القلب المرئية من خلال فحوصات التصوير بالرنين المغناطيسي للقلب. ووجدوا أن درجات *FIB-4* المرتفعة كانت مرتبطة بخلل في وظائف القلب وأبعاد الأوعية الدموية.

وقال آلان كوان، طبيب القلب وباحث تصوير القلب في معهد سميدت للقلب وكذلك المؤلف الرئيسي للدراسة، إنه كان من المعروف أن مرض الكبد الدهني غير الكحولي مرتبط بموت القلب والأوعية الدموية، لكن العلاقة لم تكن مفهومة جيداً، وربما تحجبها عوامل الخطر المشتركة بين الاثنين، مثل مرض السكري.

وكانت الدراسات السابقة المماثلة محدودة النطاق، حيث نظرت فقط في كيفية تأثير تليف الكبد ومرض الكبد الدهني غير الكحولي على القلب. وفي وقت سابق من هذا العام أصدرت جمعية القلب الأمريكية (AHA) بياناً مفاده أن مرض الكبد الدهني غير الكحولي - حالة الكبد الشائعة بشكل متزايد - هو عامل خطر للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية المرتبطة بتصلب الشرايين.

والمثير للدهشة أن أمراض القلب - وليس تطور أمراض الكبد - هي السبب الرئيسي للوفاة لدى المصابين بمرض الكبد الدهني غير الناجم عن الكحول، وفقاً لجمعية القلب الأمريكية.

وقال كوان: "إذا كان لدى 25% من السكان عامل الخطر المحتمل هذا للإصابة بأمراض القلب، فإننا نعلم أننا بحاجة إلى فهمه بشكل كامل. ولذلك، كان هدفنا العام من هذه الدراسة هو فحص الروابط بين القلب والكبد - وهو مجال جديد للدراسة، ولكن من المنطقي إجراء المزيد من الاستكشاف. ويعالج الكبد الكوليسترول وينتج العوامل التي تساهم في تخثر الدم والالتهابات. وكل ذلك يمكن أن يؤثر على القلب - لذلك أردنا إلقاء نظرة فاحصة على هذه الارتباطات".

ولإجراء الدراسة، راجع الباحثون السجلات الطبية الإلكترونية من 11 عاماً الماضية لـ 1668 مريضاً لديهم درجات منخفضة أو متوسطة أو عالية من *FIB-4* خلال عام واحد من إجراء التصوير بالرنين المغناطيسي للقلب، مع ضبط عوامل الخطر القلبية الوعائية القياسية. ووجدوا أن ما يقارب 86% من المرضى يعانون من شذوذ واحد على الأقل في القلب.

ويوفر التصوير بالرنين المغناطيسي للقلب رؤية فريدة للقلب، باستخدام التصوير التصيلي الذي يمكنه تحديد التغيرات الطيفية في بنية القلب ووظيفته وحجم الأوعية الدموية وهيكلها وتكوين عضلة القلب وغير ذلك.



قتنغذ يشق طريقه عبر منطقة عشبية في بلدة بيتون بشمال فرنسا (ا ف ب)

قرأت لك

الطماطم



كشفت دراسة جديدة عن الفوائد الصحية المنتظرة من تناول الطماطم بشكل يومي، وفي مقدمتها التقليل من خطر الإصابة بسرطان الجلد.

وأجرى الدراسة باحثون من جامعة ولاية أوهايو الأمريكية، واكتشفوا أن تناول الطماطم يقلل من خطر سرطان الجلد بنسبة 50% بعد إجراء دراستهم على فئران التجارب، بحسب ما نشر موقع "ميديكال نيوز توداي".

ويعد التعرض للشمس بدون حماية، هو عامل الخطر الأكبر لسرطان الجلد، والذي يعد أحد أكثر أنواع السرطانات شيوعاً في العالم. وأثبتت دراسات سابقة، أن معجون الطماطم له تأثير فعال في علاج حروق الشمس، بينما أشارت الدراسة الحديثة أن تناول ثمرة الطماطم نفسها أكثر فعالية في الوقاية من حروق الشمس.

وقام الباحثون بتطبيق دراستهم على مجموعة من فئران التجارب تم تغذيتها على مسحوق الطماطم لمدة 35 أسبوعاً، ثم تعريضها للأشعة فوق البنفسجية، ووجدوا أن الأورام السرطانية في الجلد انخفضت لديها بنسبة 50% مقارنة بالفئران التي لم يتم تغذيتها على الطماطم.

سؤال وجواب

• بماذا تشتهر توروكو الفنلندية؟

صناعة السفن

• من هو الاديب العالمي الانجليزي الذي مات عام 1870م على خشبة المسرح؟

تشارلز ديكنز

• تقع هضبة الجولان في سوريا ما معنى الجولان؟

التراب والحصى

• من أول امرأة في التاريخ الأمريكي تتولى رئاسة مجلس النواب وذلك إثر انتخابات نوفمبر 2006م؟

نانسي بيلوسي.

• ما اصل هذا المثل أعطاني أبي كرمًا ولم أقدم له عنقوداً واحداً؟

هل تعلم؟

- هل تعلم أن التفاح أكثر فعالية للنشاط صباحاً بعد النوم من القهوة.
- هل تعلم أن بؤبؤ عين الأخطبوط ذو شكل مستطيل.
- هل تعلم أن الكحول هو مخدر، يدخل خلايا الأعصاب بسرعة ويميل لإصابتها بالشلل ولكن قبل أن يقوم المخدر بالشلل فإنه ينهب خلايا الأعصاب ويضعها في حالة من الإثارة والتهيج. كيف يؤثر الكحول على الدماغ؟ التأثير الأول هو الشعور بالتهيب فيستارع العمل والكلام وتزداد البشرة احمراراً ويرتفع ضغط الدم وتتسارع دقات القلب والتنفس. ثم تصاب الوظائف العليا للدماغ بالشلل فتفقد التحكم بالأمزجة تضع.
- هل تعلم أن عدد صمامات القلب في جسم الإنسان أربعة.
- هل تعلم أن الاسعاف الأولي للمغمى عليه يكون بإضجاعه على ظهره ثم ترفع رجلاه للأعلى حتى ينزل الدم إلى الرأس وتعود الدورة الدموية للعمل من جديد، وينشق محلول النشاء إن وجد أو أي عطور أخرى. ويحدد سبب الإغماء بواسطة النظرة المتخصصة للمصاب وما حوله ومن لون وجه المصاب. وبعد أن يمدد المصاب ينضح بدقة، ثم يدفأ قليلاً ويعطي سوائل ساخنة إذا أفاق وإذا بدا على وجه المغمى عليه الإرهاق فهذا يعني أنه مصاب بالاختناق فيقتضي ذلك نقله إلى مركز صحي.
- لون السيارة الأكثر أماناً هو الأبيض.
- هل تعلم أن أكثر ما ينساها المسافرون هو فرشاة أسنانهم.

قصة الحاكم الظالم

في إحدى المدن الصينية حدث قديماً ان جاءهم حاكماً ظالماً اراد ان يمتلك اهل المدينة مثلما يمتلك الخيول والجواهر والاموال فاعلن احكاماً قاسية عليهم واستعبدتهم، ولأنهم ضعفاء وفقراء لم يستطع ان يقف امامه احد .

وجاء يوم سمع الجميع عن فارس خرج في الليل على قافلة الحاكم ونهب كل ما فيها وعندما انتهى هذا النهار كان هناك من يدق الابواب ليلا ليعطي الفقراء نقودا ليشتروا بها مايسد جوعهم ويمنعهم دواء يشفي امراضهم، واستمر الحال هكذا... هناك من يسرق الحاكم ويعطي الفقراء المساكين لكنهم لم ينطقوا باية كلمة فقد اخفى كل منهم السر ظناً انه يأتي اليه وحده فقط، بعد ذلك اصبح ذلك الغريب يدفع اليهم باوراق كتب فيها من في استطاعته ان يقف معه ويسانده للقضاء على الظلم والظالم فليأتني إلى اسفل الجبل وينتظر هناك فجراً .

قبيل الفجر كان الفارس يخبئاً هناك فهو يعرف بمدى الخوف الذي يتلبس قلوب اهل المدينة ولذلك فهو ايضا يعرف تماماً انه لن يأتي اليه احد وان أتى سيكون الحاكم نفسه، وبالفعل هناك خائن اخبر الملك عن كل شيء فخرج الملك المغرور القاسي ليستمتع -كما قال- بدينح ذلك الفارس الشجاع، بل القسم انه سيقطعه اشلاء وسمح اهل المدينة كلا منهم قطعة من جسد الفارس، وجاء الحاكم بمجموعة من رجاله الاقوياء فوقف يلتفت يمينا ويساراً بحثاً عن الفارس لكن احد رجاله قال: الوقت مبكر يا مولاي لئلا نختبأ ونفاجأهم جميعهم، وتفرق الجميع ليختبأ كل منهم في مكان وهذا ماكان يريد الفارس الذي يعرف عمله جيداً، وعندما مر الوقت وبدأ نور النهار يظهر، كان هناك رجلاً يجرجر جثتا ويرمي بها فوق بعضها البعض، لكنه كان قد قيد احدهم وتركه جانبا ثم جره خلف حصانه حتى وسط المدينة وعلن لهم موت الملك، وقال: اما هذا فانتم احرار فيه انه الخائن الذي ينقل اسراكم إلى الحاكم فأنهالت الايدي تضرب وتهشم عظام ذلك الخائن وعدت ارجل كثيرة إلى اسفل الجبل لينظروا الحاكم مضرجاً في دمائه فهللو وفرحوا وخرجوا جميعهم إلى قصره لينظفوه من باقي الخونة واقسموا وتعاهدوا على عدم الخوف وانه لن يحكمهم ظالم منذ ذلك الوقت .

