

## تويتر يطلق خدمة جديدة بمناسبة عيد الـ ١١



أعلن «تويتر» بمناسبة عيدته الحادي عشر عن توفيره إمكانية استعمال كاميرات احترافية وبرامج تحرير الفيديو للمذيعين لاستعمالها ضمن فيديوهات البث المباشر خاصتهم بشكل مباشر ضمن المنصة،

ويحاول تويتر بشكل مستمر توفير إمكانيات أكثر مهنية لتقنية البث المباشر الخاصة به. وجعل «تويتر» خدمته المسماة Periscope Producer أكثر سهولة، وتمكن هذه الأداة، المتوفرة حالياً بشكل نسخة تجريبية خاصة، المطورين والمذيعين من بث فيديوهات البث المباشر من خلال جهاز الحاسب الشخصي والكاميرا ومنصة الألعاب إكس بوكس ونظارات الواقع الافتراضي أو أي جهاز غير جهاز الهاتف المحمول.

وكان موقع تويتر يقتصر قبل ١١ عاماً على إمكانية كتابة ١٤٠ حرفاً، ولم يكن يتوافر حينها الأوسمة «هاشتاغ» ولا العلامات المرجعية الزرقاء للحسابات التي تم التحقق منها، إلى جانب عدم توافر ميزات ذات شعبية حالياً مثل إعادة الترويج أو الإعجاب.

وتطور الموقع على مدى السنوات القليلة الماضية، وتحول إلى موقع يوفر الصور والفيديو ومؤخراً فيديوهات البث المباشر، حيث تسعى المنصة إلى جذب انتباه المستهلكين وشغف المبدعين لزيادة مكاسبها الإعلانية، وهو أمر تحتاجه المنصة بشكل فعلي لاسترضاء المستثمرين المحتملين.

ويسمح إعلان اليوم لأي شخص من المبدعين بالاشتراك للحصول على وصول إلى هذه الأداة وإنشاء مقاطع فيديو احترافية لخدمة بيريسكوب بواسطة معدات خارجية احترافية على غرار الفيديوهات التي تظهر على أجهزة التلفزيون أو على منصة مشاركة مقاطع الفيديو «يوتيوب».

## لأول مرة..

### «أبل» تطلق آيفون أحمر اللون

أعلنت شركة «أبل» الأميركية عن نسخة جديدة من هاتف «آيفون ٧» باللون الأحمر لينضم إلى تشكيلة الألوان التقليدية السابقة. وتعد هذه المرة الأولى، التي تطلق فيها «أبل» هاتفها بلون أساسي أحمر بدلاً من استخدام الغطاء الأحمر الذي قدمته سابقاً، وهي نسخة محدودة، في إطار دعمها للجمعيات الخيرية لمكافحة مرض نقص المناعة (الإيدز). واللون الجديد سيتاح للشراء بدءاً من يوم غد حول العالم، وذلك في نسختي ١٢٨ و ٢٥٦ غيغابايت، بسعر يبدأ من ٧٤٩ دولاراً وذلك لجهازي «آيفون ٧» و«آيفون ٧ بلس».

ويأتي ذلك الإعلان قبل شهر من إطلاق الشركة لهاتف آيفون الجديد الذي يعتقد أن يأتي باسم «آيفون ٨» في يوليو المقبل.

## العثور على كنز بنهر

عثر فريق من علماء الآثار الصينيين تحت أحد أنهار البلاد على كنز يضم أكثر من عشرة آلاف قطعة من الذهب والفضة غرقت تحت المياه قبل نحو ٣٠٠ عام. وأشار مدير معهد أبحاث الآثار في المنطقة جاو دالون أن الكنز يضم عمالات من الذهب والفضة والبرونز والمجوهرات وأسلحة من الحديد مثل السيوف والرماح.

ومن المحتمل أن هذا الكنز يعود إلى عام ١٦٤٦ عندما كان زعيم انتفاضة الفلاحين، زانغ شيان زونغ، الذي تعرض للجزية في المنطقة التي عثر فيها على الكنز على يد جنود أسرة مينغ، يحاول نقل الكنز إلى الجنوب ما جعل الكنز يغرق حينها. يذكر أن حكومة منطقة سيشوان أطلقت حملة للتحقيق في البحر منذ كانون الثاني الماضي، من المقرر أن تستمر حتى نيسان المقبل لذا من الممكن أن يتم العثور على كنوز جديدة.

## «ثلاثة رح خلي جواتي.. وطني وشرفي مع إخلاصي»



صديق سيريتل الفنان مؤيد الخراط خلال العرض الفني في الفرحة الرابعة التي أقامتها شركة سيريتل لأبطال الجيش العربي السوري والدفاع الشعبي في فندق داما روز

## زين عبید يطلق أول أغانيه



طرح نجم «ذا فويس كينز» زين عبید عبر أحد التطبيقات الموسيقية أغنيته الأولى «يا صباح النور الجاي» (كلمات مازن ضاهر، ألحان فضل سليمان، توزيع هادي شرارة). ومن المقرر أن تبث على جميع الإذاعات العربية ومواقع التواصل الاجتماعي يوم غد، على أن تكون الأغنية بمنزلة افتتاحية لمنجزه الفني الخاص.

تحمل الأغنية الطابع الإنساني الاجتماعي، وتسعى إلى منح الأطفال دفقة أمل بالحياة، ومستقبلاً أفضل على الرغم من الظروف العصيبة التي تعيشها البلاد.

واختار الطفل الذي لم يكمل الـ ١٤ عاماً، توجيه عمله إلى الأطفال السوريين بشكل خاص، والعالم عموماً، ولا سيما أنه التزم أخيراً بقضاياهم الإنسانية، بعد تنصيبه سفيراً للنبات الحسنة لدى جمعية قري الأطفال السورية SOS.

على أن يكون عمله دعوة لتوحيد هموم الأطفال ومشاكلهم.

عسى أن تسهم هذه الدعوة في رسم بسمة على وجوههم، على اعتبار أن صاحبها يمتحن لغة كل الشعوب، ويجرب تكريس قاعدة ذهبية من خلال كلمات أغنيته التي تقول: «لوع المحبة منجتم كره الذي بيحول».

## حذار من تأثير الهواتف الذكية في صحة طفلك!

تحدثت دراسات كثيرة عن أضرار الهواتف الذكية على صحة طفلك، وآخرها ما يسيبه من بطء في تطور اللغة لديه والحد من دقة الانتباه لديه، كما لها تأثير في الإفراط في النشاط.

فكتر يستبدلون الكتب الملونة بالصور عبر شاشات اللبس، وهنا يدق ناقوس الخطر، فيحذر الأطباء على مدى عقود الأطفال من أن يصابوا ب«العيون المرعبة» بعد مشاهدة التلفاز لفترة طويلة.

وينبه الأطباء من مخاطر الاستهلاك الإعلامي الرقمي كإجراء احترازي ضد الإدمان الإلكتروني على صحة الأطفال ويظهر ذلك من خلال فحوصاتهم الطبية.

وتأتي النتائج بشأن استهلاك الإعلام الرقمي بين الأطفال من سن عام إلى ستة أعوام في إطار دراسة بدأت العام الماضي. وحتى الآن قيمت الدراسة الرامية إلى تقييم استهلاك الإعلام الرقمي بين الأطفال حتى سن ١٣ عاماً، نتائج فحوص الكشف المبكر لأكثر من ثلاثة آلاف طفل إلى جانب حوارات مع آبائهم.

## «مؤتمر القدس لشباب فلسطين» السبت في دمشق

الوطن

تحت عنوان «المقاومة جدوى مستمرة»، يعقد ملتقى القدس العالمي لشباب فلسطين، الدورة العاشرة من «مؤتمر القدس لشباب فلسطين» السبت المقبل بدار البعث في دمشق.

وخلال حفل افتتاح الملتقى الذي يعقد برعاية «جمعية الصداقة الفلسطينية الإيرانية»، سيتم إلقاء عدد من الكلمات، منها كلمة لملتقى القدس العالمي لشباب فلسطين وكلمة الشباب السوري وكلمة الشباب المقاوم وكلمة فلسطين، على حين تتضمن جلسات العمل محورين الأول: «سياسي توجيهي» والثاني: «شبابي حوارية».

## مونيكا بيلوتشي تقدم حفلي «كان»



في مهرجان «كان» السينمائي بدورته السبعين ستقدم الممثلة الإيطالية الحسنة مونيكا بيلوتشي حفلي الافتتاح والاختتام، يومي ١٧ و ٢٨ أيار. وإنها ليست المرة الأولى التي تقوم فيها مونيكا البالغة من العمر ٥٢ عاماً بذلك، فقد قامت بذلك عام ٢٠٠٣.

وكان الكوميدي والفكاهي الفرنسي لوران لافيت قد تولى المهمة المذكورة خلال الدورة التاسعة والستين للمهرجان العام الماضي للسنّة الثانية على التوالي.

## لا تتناول

### الفيتامينات

### مع القهوة

### أو الشاي

بيّنت دراسة علمية حديثة أشرف عليها باحثون بريطانيون، أن بلع الفيتامينات مع الشاي أو القهوة يمكن أن يحوّل خير تعطيه هذه المكملات الغذائية.

ووفقاً لصحيفة «ديلي ميل» البريطانية أوضح الباحثون أن الحرارة في المشروبات يمكن أن تقلل بشكل كبير من فوائد الفيتامينات، وقد تقتل البكتيريا «الصدقية» التي تسمى بروبيوتيك الموجودة في الأطعمة مثل اللبن.

ووجدت الدراسة التي أجرتها جامعة إيست أنجليا البريطانية، أن المشروبات الساخنة مثل الشاي والقهوة تمنع امتصاص الحديد بنسبة تصل إلى ٧٣٪.

وينصح الباحثون بضرورة الانتظار ساعة على الأقل قبل تناول الطعام الساخن أو الشراب بعد تناول أقراص الفيتامينات.

وأكد الباحثون أن القهوة تقلل من امتصاص الحديد بنسبة تصل إلى ٨٠٪ في غضون ساعة من تناول الفيتامين، ويمكن أن تكون المشروبات الساخنة تعطل عمل بعض الفيتامينات.

## التبول المفرط ليلاً ينبئ بأمراض خطيرة

يعاني الكثيرون من الاستيقاظ المتكرر ليلاً للذهاب إلى الحمام، وعلى الرغم من أن هذا الأمر يعد مزعجاً، إلا أنه قد يكون مفيداً لأنه علامة تدل على الإصابة ببعض الأمراض.

تقول الدراسات إن واحداً من كل ثلاثة بالغين فوق سن الـ ٣٠ يستيقظون ليلاً للتبول، وتزيد النسبة إلى الثلثين لدى الذين تفوق أعمارهم ٦٥ عاماً.

وتسمى هذه الحالة بـ«التبول المفرط ليلاً» حيث يضطر المريض إلى استخدام المراض أكثر من مرة ليلاً.

وفي يوم النوم العالمي، حذر أستاذ جراحة المسالك البولية، فيليب فان كيريبيروك، المصابين بهذه الحالة، مشدداً على ضرورة البحث عن الآثار الجانبية والرئيسية للتبول المفرط.

وقال كيريبيروك «الناس يعتقدون أن الاستيقاظ من النوم والذهاب إلى المراض مجرد مرحلة من الكبر، ولكن هذه الحالة غير مرتبطة بالتقدم في السن.. فقلة النوم يمكن أن تضر بصحتك بشكل خطير، حتى إن الناس الذين يستيقظون مرات عدة في الليل يجب عليهم مراجعة الطبيب لمعرفة السبب وراء ذلك».

وأضاف كيريبيروك: إن «الخبر السار هو أن بالإمكان علاج حالة التبول المفرط ليلاً، لذلك لا تحتاج للمعاناة في صمت».

ويمكن لقطع النوم أن يؤثر بشكل كبير على الصحة البدنية والعقلية، فضلاً عن تأثيره على العلاقات الاجتماعية والإنتاجية والنجاح الوظيفي.

ويرتبط ضعف النوم أيضاً بزيادة خطر الإصابة بمرض السكري، وضعف أجهزة المناعة وأمراض القلب وحتى بعض أنواع السرطان، كما يمكنه أيضاً التسبب في مشاكل تصيب الصحة العقلية مثل القلق والاكتئاب والذهان.

وليس نقص النوم فقط ما يسبب هذه الأمراض، بل إن فرط التبول ليلاً قد يكون أحد العلامات المهمة لهذه المشاكل الصحية. وقد تكون كثرة إنتاج البول، وهي حالة تصف زيادة كمية البول المطروحة لأكثر من ٢,٥ لتر خلال ٢٤ ساعة لدى البالغ، علامة لحالات أشد خطورة.

فقد يعود تعدد البيلات إلى فرط شرب السوائل أو أن هذه الحالة قد تكون أحد أعراض الإصابة بداء السكري من النوع الثاني، أو عدوى الجهاز البولي، أو حصى الكلى أو الفشل الكلوي، أو علامة على تضخم البروستات الحميد لدى الرجال.

لذلك ينصح الخبراء كل الذين يلاحظون كثرة استيقاظهم ليلاً للتبول مع ظهور علامات مثل آلام الظهر، وفقدان الوزن والتعرق ليلاً أو الحمى أو ضعف عضلات الساق، بضرورة زيارة الطبيب.

## ميريام فارس: التمثيل أعبني كثيراً



شددت النجمة اللبنانية ميريام فارس على أن كل المتابعين لديها عبر مختلف وسائل التواصل الاجتماعي حقيقيون، قائلة: «بحدسي تلاقي رقم واحد مش حقيقي».

وعن التمثيل، قالت: «أعجب كثيراً في التمثيل وخصوصاً في الدراما، فشخصية «ريم» أدهمتني». وعن السبب وراء عدم كشف زوجها إلى العلن، أكدت: «أنا لا تخفي حياتنا العائلية لكن الفرق أننا لا ننشرها على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي».

وعن إطلاق اسم «جادين» على ابنها، قالت: «حببت يكون اسم أميركاني وروحاني في الوقت نفسه».

وكشفت أنها قبل أن تصبح أما كانت تنزعج كثيراً من بكاء الأطفال في الطائرة، أما اليوم فباتت تشعر بحنين الأم حتى أنها تتمكن من معرفة السبب وراء هذا البكاء.

## نوعان من الجبنة قد يسببان السرطان

كشفت دراسة أميركية حديثة، أنجزت في معهد روزويل بارك للسرطان في نيويورك، أن الإفراط في تناول الجبنة وخصوصاً الجبنة الكريمية والشيدر يزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي بنسبة أكثر من ٥٠٪.

وتحتوي منتجات الألبان (باستثناء اللبن) على هرمون IGF-١١، الذي يظن العلماء، أنه يفعل نمو سرطان الثدي، ويحول الخلايا الجيدة إلى خبيثة.

وأوضح الباحثون الأميركيون أن تناول الجبنة يزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي بنسبة ٥٣٪، بينما اللبن يقلل من خطر الإصابة بنسبة ٣٠٪.

## الشاي

### يقلص خطر

### الإصابة

### بالخرف

اكتشف باحثون من سنغافورة أن تناول فنجان واحد من الشاي يومياً بإمكانه أن يقلص خطر الإصابة بالخرف بنسبة ٥٠٪، وأن من يحملون جين الخرف يمكن أن يخفّضوا ضعف الإدراك عند الشيوخ بنسبة ٨٦٪.

وأشار باحثون إلى أن مركبات أوراق الشاي، سواء كان شايًا أسود أم أخضر، تحتوي مواد مضادة للأكسدة والالتهابات، كما أن تناول الشاي على المدى الطويل، يساعد على ملء الجسم بمضادات الأكسدة القوية التي تعزز الوظائف الإدراكية.

هذا وقد أجريت الدراسة على مجموعة من البالغين الذين تزيد أعمارهم على ٥٥ عاماً لمدة ٧ سنوات، وتم جمع البيانات عن حياتهم وظروفهم الصحية وأنشطتهم البدنية، حيث تم تقييم المشاركين في الدراسة كل عامين لفحص الوظائف الإدراكية لديهم وذلك باستخدام أدوات تقييم موحدة.