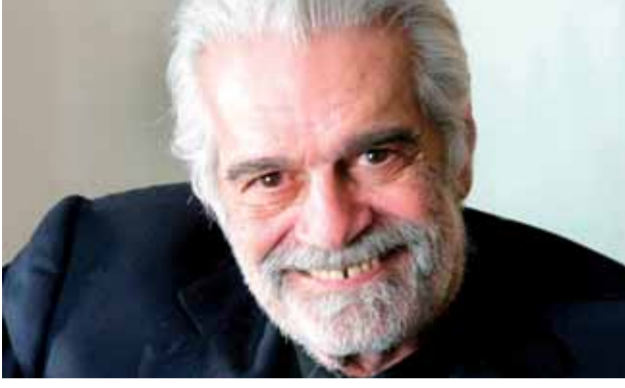


عمر الشريف مصاب بالزهايمر



كشفت نجل الممثل المصري عمر الشريف أن والده يعاني مرض الزهايمر، إذ يكافح من أجل تذكر أكثر أفلامه شهرة. وحسبما ذكرت صحيفة «ديلي تليغراف البريطانية» قال طارق الشريف: إن والده الذي يبلغ من العمر ٨٣ عاماً، بدأ يعاني المرض منذ ٣ أعوام، وأنه تقاعد حالياً من العمل بسبب المرض الذي جعله يرتبك في تذكر أسماء أفلامه وأين تم تصويرها. وأضاف: إن عمر الشريف يعرف أنه ممثل مشهور، لكنه يخلط بين المعجبين الذين يطلبون التقاط صور معه، والأشخاص الذين يعرفهم. ومن بين الأحداث التي ينسأها عمر الشريف هي وفاة «حب عمره» كما يفضل أن يطلق عليها، وهي الممثلة الراحلة فاتن حمامة التي توفيت في ١٧ كانون الثاني الماضي. وأوضح أن والده ما زال يسأل عن أحوال فاتن حمامة، الذي تحول إلى الإسلام من أجل أن يتزوجها.

المكسرات والسبانخ دواء فعال لأمراض العين

أكد خبراء صحة أن الأطعمة الغنية بفيتامين «إي»، على رأسها السبانخ والبروكلي والمكسرات والزيت والحبوب، قادرة على الحد من مخاطر تطور مرض المياه البيضاء في العين واعتماد عدستها مع تقدم العمر. وأوضح أنه بفحص وتدريب ٢٧ دراسة شملت نحو ربع مليون شخص، تبين أن المشاركين في الدراسات الذين لديهم مستويات عالية من فيتامين «إي» في الدم قل لديهم إعتام عدسة العين بنسبة بلغت ٢٧٪. وتنصح الدراسة بتناول ١٢ غرام يومياً من فيتامين «إي» المتمثل في السبانخ والبروكلي والمكسرات والحبوب والزيوت النباتية والأفوكادو. وأشارت نتائج الدراسات السابقة إلى وجود انخفاض ملحوظ في نسب الإصابة بمرض المياه البيضاء في العين لدى كبار السن، الذين يتناولون «فيتامين إي» إما على شكل مكملات غذائية أو أطعمة أو أولئك الذين يعتمدون على نظام غذائي صحي يتضمن نسباً عالية من الفيتامين.

دهست زوجها لأنه لم يشارك في الانتخابات

ذكرت صحيفة «ميرور» البريطانية، أن حكماً أصدرته محكمة يقضي بسجن امرأة ثلاث سنوات ونصف السنة لأنها دهست زوجها بسيارة الأسرة لعدم تصويته في الانتخابات الرئاسية لعام ٢٠١٢. ولقبت الصحيفة إلى أن «هولي نيكول سولومون» ٣١ عاماً، أقرت بالذنب في نيباسن بتهمتين بالتعدي الجسيم بموجب اتفاق إقرار بالذنب مع المدعين بشأن الحادث. على حين ذكرت الشرطة أن سولومون استبدت بها الغضب من زوجها دانيل سولومون في الأيام التي أعقبت إعادة انتخاب الرئيس الأمريكي باراك أوباما في السادس من تشرين الثاني وظلت أن الأسرة ستواجه صعوبات بسبب إعادة انتخاب أوباما. وأشارت الصحيفة إلى أن الرجل البالغ من العمر ٣٦ عاماً أصيب بكسر في الحوض بسبب دهسه عقب مطاردة يوم العاشر من تشرين الثاني ٢٠١٢ انتهت به ممدداً تحت السيارة الجيب.

سينا ميلر بفستان مميز



النجمة العالمية سينا ميلر عرض فيلم Macbeth ضمن فعاليات مهرجان كان السينمائي بدورته ٦٨ في جنوب فرنسا، حيث ارتدت فستاناً مميزاً من Gucci.

إيناس لطوف: مين يصدق



وضعت الفنانة السورية إيناس لطوف لمسرتها الأخيرة على أغنياتها الجديدة باللهجة المصرية «مين يصدق» وتحمل الطابع الطربي، وجاءت بمدى نحو تسع دقائق، وهي من كلمات والحنان عناد خوري، وتوزيع عملاء حمودة، وماستريغ وميكس نزار شارك، على أن يطرح في الأسواق خلال أيام قليلة.

أمسية شعرية في أبو رمانة

برعاية الأمين العام لحركة الاشتراكيين العرب، وعضو القيادة المركزية للجبهة الوطنية التقدمية أحمد الأحمد، تقام أمسية أدبية يوم الأول من حزيران المقبل في قاعة المحاضرات بالمركز الثقافي العربي في أبو رمانة. يشارك بالأمسية الشعراء: أحلان غانم، بيان محمود السيد، وزينب شيخ حسن، ويديرها بسام الأيوبي عضو لجنة التراث الشعبي بوزارة الثقافة.

الجولان في القلب



تناولت الأمسية الشعرية والغنائية التي أقامها المركز الثقافي العربي بمدينة شهيا بالسويداء تحت عنوان «الجولان في القلب» مجموعة من القصائد والأغاني المعبرة عن صمود أهلنا في الجولان السوري المحتل ورفضهم للهوية الإسرائيلية وتمسكهم بالوطن الأم وفتحهم الكبيرة بالتحريير والنصر. وتطرق معاذ الجباعي إلى ما ذكره العديد من الشعراء حول الجولان وأهله وبطولاتهم مستشهداً مثلاً بقصيدة للشاعر زكي فنصل مطلعها «جولان يا بنت عم الشمس يحملني شوق لوجهك ما أطفئه يتقد، حضنتني أمس طفلاً وابتنت غدي فكيف أموك من قلبي ومن خلدي». ولقت الجباعي إلى قصيدة للشاعر الدكتور عبيد الأبرش بعنوان «هضبة الجولان» يقول فيها: «يا هضبة الجولان وشاك الشم ومشي الجبال مجلاً فوق الأكم، فلكم تحديت العدو وكيد وقرار صهيبة الهوية والقلم». بدوره أدى مفيد الجباعي ثلاث أغان مع عزفها على العود الأوّل بعنوان «جولان يا نور البلاد» من كلمات الشاعر أمجد زهر الدين، والثانية «مجدل الشمس» للدكتور غالب الخلايلي والثالثة «بداك ترجع يا جولان» للشاعر عدنان علم الدين إضافة لتقديمه ثلاث أغان عن قصائد مختلفة للشعراء محمود درويش ومحمد الفيتوري وفرحان الخطيب.

ملايس تجرب الإنسان

على الجلوس الصحي

قام مصمم هولندي بابتكار أحدث صيحة في خطوط الملابس الرجالية التي تهدف للحفاظ على الصحة، إذ تساعد الأشخاص كثيري الجلوس أمام شاشات الكمبيوتر على الجلوس بشكل مستقيم، تجنباً لخاطر إصابة العمود الفقري وآلام الرقبة. وقال المصمم الهولندي جيفري هيلبيرغز: إن خط الملابس الجديد من تصميمه التي تحمل اسم «وضعية-Posture» تساعد على تحسين الوضعيات للأشخاص الذين يجلسون لفترات طويلة. وأضاف: تمكن فكرة الخط الرجالي الجديد في تكبير المرتدي في كل مرة يتراخي فيها حين يكون جالساً، حيث يضيق القميص بشكل غير مريح حول الظهر، لجبر المرتدي على ضبط وضعيته وحته على الجلوس بشكل مستقيم فائية. وأوضح أنه استعان بمتخصص في العلاج الطبيعي أثناء مراحل تصنيع الخط الجديد، حيث تعرف إلى مختلف أوضاع الجلوس والوقوف التي تسبب آلاماً في الرقبة والكف والظهر. وقال: على هذا الأساس تم تصميم الملابس، بحيث تضيق عندما ينحني المرتدي لأمام في وضعية غير صحية وسليمة، فينبهه بضبط وضعيته، لتتدرب عضلات الشخص مع مرور الوقت على وضعيات الجلوس والوقوف الصحيح الصحي.

إليسا: ثقّي بنفسي تسمح لي إبداء إعجابي بالأخريات



أكدت المطربة اللبنانية إليسا أنها تتمتع بثقة بنفسها عالية جداً توصلها لحد لا يقدر عليها عدد كبير من السيدات. وأضافت: إن جاريتها حضرت لزيارتها وبنوع من المزاح طلبت منها أن ترعى صغيرها مقابل مبلغ من المال فقبلت الجارة. وتابعت: «استيقظت أكثر من مرة لكن شعوري بأن دفعته لمن هذه الساعة مبلغاً من المال جعلني أعود إلى سريري أكثر من مرة وأغفو بعمق». وأشارت نجاح إلى أن الجارة أعادت لها المال لكنها أصرت عليها بأخذها لأن هذه المرة الأولى التي تغفو فيها وهي مطمئنة.

أم تشتري ساعة من الزمن لتنام

لجأت سيدة أربعينية إلى دفع مبلغ من المال لجارتها لقاء قيامها برعاية طفلها بينما تغفو ساعة من الزمن. وقالت نجاح لسانا: إن التعب أنهما فقررت أن تخلد للنوم لكن وجود صغيرها البالغ من العمر أربع سنوات يمنعا لأنه كثير الحركة والشغب. وأضافت: إن جاريتها حضرت لزيارتها وبنوع من المزاح طلبت منها أن ترعى صغيرها مقابل مبلغ من المال فقبلت الجارة. وتابعت: «استيقظت أكثر من مرة لكن شعوري بأن دفعته لمن هذه الساعة مبلغاً من المال جعلني أعود إلى سريري أكثر من مرة وأغفو بعمق». وأشارت نجاح إلى أن الجارة أعادت لها المال لكنها أصرت عليها بأخذها لأن هذه المرة الأولى التي تغفو فيها وهي مطمئنة.

طالبت قضائياً بحقها في الموت

«لا أريد معاناة أكثر.. ولا أرغب في أن ترائ عائلتي وأصدقائي وأنا أمر بذهة المعاناة»، هذا ما قالته كريسيتي أودينيل (٤٦ عاماً)، من منظمة سانتا كلاريتا في كاليفورنيا. أودينيل لا ترغب في أن تضيي بقية حياتها في المعاناة مع مرض السرطان. لذلك تقدمت بدعوى قضائية للمطالبة بحقها في إنهاء حياتها. ورداً على القضية المرفوعة قالت مارلين غولدن المتحدثنة باسم المعارضين لقانون إنهاء الحياة الطوعي: إن «قضية الحق في إنهاء الحياة يجب أن يتم التعامل معها بالنظر إلى تأثيرها العام في المجتمع، وخصوصاً أولئك الذين لا يمتلكون مصادر دخل كافية للحصول على رعاية صحية، إضافة إلى من يعانون إعاقات وخياراتهم قليلة».

أطلقت النار على رأسها بسبب «السيلفي»

أطلقت شابة روسية النار خطأ باتجاه رأسها عندما كانت تلتقط صورة «سيلفي» مع مسدس على ما قالت شرطة موسكو. وذكرت وكالات الأنباء الروسية أن الموظفة البالغة ٢١ عاماً أخذت المسدس وهو من عيار تسعة ملم بعدما تركه أحد عناصر الحراسة في الشركة التي تعمل فيها وأرادت أن تلتقط صورة لنفسها مع السلاح، لكنها ضغطت على الزناد عن طريق الخطأ فاستقرت رصاصة في رأسها عن مسافة قريبة، وأوضحت أن الشابة في «وضع خطر» في أحد مستشفيات موسكو. وقالت الشرطة: إن الحارس ترك المسدس في الشركة قبل أن يأخذ عطلة من أسبوعين. وتحقق الشرطة الآن لمعرفة كيف تمكنت الموظفة من الوصول إلى المسدس.

ميساء مغربي: لم أتخل عن جنسيتي



أعربت الفنانة ميساء مغربي عن استيائها الشديد من تصريحات الفنانة أمل العنبري التي اتهمتها فيها بأنها تخلت عن جنسيتها المغربية من أجل العمل في الدراما الخليجية والشهرة هناك. وقالت: أنا مغربية وأفتخر، وأنا مهما عملت في أي دولة عربية فذلك لا ينسني أصلي وبلدي التي أفتخر بالانتماء لها وفخر لأي فنان أو فنانة أن يكون من بلد مثل المغرب معروف عنه الأصل والتاريخ.

التغذية غير

الصحيحة

تضعف

عمل القلب

عند الأطفال

أفادت دراسة علمية أن التغذية غير الصحيحة تؤثر سلباً في صحة قلب الطفل. وقارن علماء من الولايات المتحدة نتائج دراستهم وتحليلهم لكيفية تغذية ٩٠٠ طفل مع معطبات طلق أعمارهم (٢-١١ سنة) مع معطبات التاريخ الطبي لهؤلاء الأطفال واكتشفوا أن أقل من ١٠ بالمائة منهم فقط كانوا يتناولون الفواكه والخضروات بصورة منتظمة ضمن وجباتهم الغذائية اليومية وأن الأكثرية منهم كانوا يشربون المياه الغازية المحلاة. واستنتج العلماء من دراستهم بأن هذه التغذية تؤدي إلى ارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم وإلى الوزن الزائد، وهذه تخلق مشاكل للقلب ومن ثم يبدأ الإنسان مبكراً يعاني مشاكل صحية في القلب. لذلك ينصح العلماء الأمهات بضرورة تناول الأطفال مواد غذائية تتضمن الخضروات والفواكه والأسماك وتخفيض كمية المياه الغازية المحلاة أقل ما يمكن.