

## «أفلام حديثة من الشركات العالمية؟» يوم غد



تتخلق عند الساعة السادسة من مساء غد في دار الأسد للثقافة والفنون فعاليات الجزء الثاني من مهرجان «أفلام حديثة من الشركات العالمية» الذي تقيمه المؤسسة العامة للسينما. ويعرض خلال أيام المهرجان الذي يستمر حتى الخامس من شهر تشرين الأول ٩٠ فيلماً بواقع ثلاثة أفلام يومياً عند الساعة الواحدة ظهراً والثالثة عصرًا والسادسة مساءً ما عدا أيام عطلة عيد الأضحى. ويتضمن حفل الافتتاح في صالة الدراما عرض الفيلم الكبير «طريق مانديلا الطويل نحو الحرية»، وهو من إنتاج عام ٢٠١٣، ومدته ١٤١ دقيقة. يتناول الفيلم حياة أعظم مناضل في سبيل الحرية في التاريخ الحديث نيلسون مانديلا منذ طفولته ونشأته في الريف، حتى وصوله إلى الرئاسة عبر أول انتخابات رئاسية ديمقراطية في جنوب إفريقيا ويرصد الفيلم شخصية مانديلا، أو ماديبا كما لقب بناء على رغبة أبناء قبيلته. والفيلم حاصل على عدة جوائز منها جائزة غولدن غلوب لأفضل أغنية أصلية عام ٢٠١٤ وجائزة مهرجان ميونخ السينمائي لأفضل فيلم عام ٢٠١٤ وجائزة جمعية نقاد السينما الإفريقية الأميركية المرتبة الثالثة من أفضل ١٠ أفلام عام ٢٠١٣ وجائزة كبرى هوليوود لأفضل ممثل إدرسي إيليا وأفضل ممثلة مساعدة ناعومي هاريس عام ٢٠١٣.

## انطلاق فعاليات الأسبوع الثقافي الأول بالقدموس

انطلقت أمس فعاليات الأسبوع الثقافي الأول في مدينة القدموس الذي يقيمه مجلس مدينتها بالتعاون مع المركز الثقافي العربي فيها. وتضمنت فعاليات اليوم الأول معرضاً فنياً للفنانين أحمد درويش وسحر حروفش وأمسية قصصية لأبداء أمية الجاسم العبيد ومحمد سعيد الحسين وكنانة ونوس. ويتم خلال اليوم الثاني تكريم المثقفين في الشهادتين الإبداعية والثانوية ضمن قطاع مجلس مدينة القدموس إضافة إلى مدرسين متقاعدين كما يقام حوار مفتوح بعنوان «إعلامنا الوطني في مواجهة الإعلام المعادي والإرهاب التكفيري». وتتضمن فعاليات اليوم الثالث محاضرة بعنوان «صحافة المواطن في مواجهة صحافة المؤسسات» على حين تقام في اليوم الرابع محاضرة حول أهمية أحداث وزارة التنمية الإدارية ومشروع الإصلاح الإداري. وفي اليوم الخامس والأخير تقام محاضرة بعنوان «المرأة والأزمة» وأمسية شعرية بمشاركة الشعراء محمد شمة على سعادة ومليح فهد بالال.

## كوب قهوة يقبلك لينعش مزاجك

قرر مقهى كوري شهير تصميم أكواب القهوة الخاصة به على شكل وجه إنسان له أنف وشفاة اصطناعية، ليلعبر الزبون معها أن كوب القهوة يقبله وينعش مزاجه في كل صباح. ولفت موقع «بوريند باندا» الأميركي أن المصمم الكوري جانغ وو سيوك ابتكر ذلك التصميم ليساعد زبائن المقهى على الاستيقاظ، والشعور برغبة في ارتشاف قوتهم اللذيذة حتى آخر قطرة. وأضاف الموقع: إن الأكواب الجديدة تأتي بلونين أبيض وأسود، ويمكن استبدال غطائها بغطاء عادي حسب مزاج كل زبون ورغبته.

## جيني إسبر تدعم أطفال السرطان



الفنانة السورية جيني إسبر خلال حضورها فعالية «الطفولة حياة» في خان أسعد باشا بدمشق دعماً لأطفال مرضى السرطان.

## «سورية درة الشرق» في ثقافي اللاذقية

انطلق أمس مهرجان الحرف الثقافي الأول تحت عنوان «سورية درة الشرق» في المركز الثقافي العربي باللاذقية بالتعاون مع مؤسسة رحمو نيوز الإعلامية. ويتضمن المهرجان فعاليات ثقافية وفنية متنوعة وحفلات غنائية وندوات حوارية ومحاضرات متنوعة وأمسيات شعرية ومعرضاً فنياً تشكيلياً بعنوان «إفقاات أوغاريبية» بصاله المركز الثقافي لأكثر من اثني عشر فنناً تشكيلياً ونحاتاً. وتقدم في أيام المهرجان عروض مسرحية منها «دائرة الطباشير» لإخراج الفنان أمين زيدان والعرض «عنبر رقم مليون» لإخراج فرحان خليل وأفلام سينمائية ومنها «الرابعة بتوقيت الفردوس» لإخراج محمد عبد العزيز «ويبقى الوطن» للمخرج سامر الخضمر و«الشرع والعاصفة» عن رواية الأديب الكبير حنا ميناً وإخراج غسان شमित. ويستمر المهرجان خمسة أيام متتالية حتى الثالث من الشهر القادم.

## ديانا جبور ترأس لجنة تحكيم مهرجان الإسكندرية



غادرت مديرة عام المؤسسة العامة للإنتاج التلفزيوني والإذاعي دمشق متوجهة إلى مصر لمباشرة عملها رئيسة لجنة تحكيم الأفلام القصيرة في مهرجان الإسكندرية السينمائي الدولي بدورته الحادية والثلاثين والذي تستمر فعاليته من الثاني وحتى الثامن من شهر أيلول. وشكل تكليف جبور بهذه المهمة كأول عودة رسمية إلى المهرجان منذ عدة سنوات.

## طلب قبلة قبل النوم

### فحطمت المنبه على رأسه

ذكرت صحيفة «دايلي ميور»، أن بريطانية تدعى كاثرين بورنويك مثلت أمام المحكمة بعدما حطمت ساعة المنبه على رأس زوجها بعدما دخلت معه في شجار بعد تناوله المشروبات الكحولية وطلب منها قبلة قبل النوم، وتابعت بورنويك ضرب زوجها باستخدام هاتفه المحمول إلى أن نضرح بدمائه ونقل إلى المستشفى.

واعترفت بورنويك بالاعتداء على زوجها والتسبب بأذى جسدي له، وحكم عليها القاضي بالخدمة الاجتماعية لمدة ١٢ شهراً.

## الزئك يُنشط الجهاز المناعي

يرى الدكتور «ديديه شو»، رئيس المعهد الأوروبي للحمية الغذائية والتغذية، أن الزئك يدخل في العديد من وظائف الجسم، وهو يساعد على تنشيط الجهاز المناعي، فهو ليس فقط ينشط كرات الدم البيضاء المسؤولة عن مكافحة العدوى، ولكنه أيضاً يمنع تأثير الأساس الحر الذي يتحكم في مناطق الالتهابات الناتجة عن ابتلاع الأجسام الغريبة والقضاء عليها، وهو عمل الخلايا التي تسمح بتدمير الأجزاء الغريبة على الجسم مثل البكتيريا والأرتية.

وأضاف: إن نقص الزئك يظهر بوضوح لدى الأمراض المزمنة مثل أمراض القلب والسكر، التي تلعب فيها الالتهابات دوراً فعالاً.

جدير بالذكر أن الزئك يوجد في الأطعمة من أصل حيواني الغنية بالبروتينات مثل اللحوم الحمراء والكبد وفواكه البحر، كما يوجد في الخضراوات مثل الفاصولياء والحبوب الغذائية.

## جيهان عبد العظيم: مشروع الارتباط قائم



أكدت الفنانة جيهان عبد العظيم أن مشروع الارتباط قائم في كل وقت لكنني لا أسعى إليه، لأنني أؤمن بأنه من تقدير الله سبحانه وتعالى وعندما يقرر الله أمراً كهذا سأخضع له، لكن في الأفق لا يلوح شيء من هذا القبيل، وعندما يحين موعده سأعلنه.

ما الذي يجعلك تعترين الزواج أمراً ضرورياً لو كان الأمر كذلك في خياك؟ سؤال تجيب عليه: أن أصبح أماً، وهذا حلم في وطموح، وأدعو الله سبحانه وتعالى ألا يحرمني هذه النعمة لأنني أعرف ما يعنيه الابن وما تعنيه الأم، ولأن أهلي يتمنون في أن أكون أماً، وأتمنى الا يطول الوقت ليحقق ذلك.

## ٢,٥% من الناس محرومون من الفانتازيا

أثبت العلماء أن بعض البشر لا يملكون أي تصور أو خيال، حتى إنه ليس باستطاعتهم تصور شكل الناس الآخرين والأشياء الأخرى. توصل إلى هذا الاكتشاف فريق علمي من جامعة إيكزتر البريطانية برئاسة آدم زيمان، بصورة عفوية عندما طلب أحد الأشخاص مساعدته لأنه فقد القدرة على التخيل والتصور بعد العملية الجراحية التي أجريت على قلبه.

وإثر نشر هذا الخبر في إحدى المجلات العلمية، راجع العلماء نحو ١٠٠٠ شخص يعانون من ذات المشكلة، منح هذا فرصة جيدة للعلماء لدراسة هذه الظاهرة. أجرى العلماء مع كل شخص منهم مقابلة مع إجراء مسح ضوئي لدماغهم.

بيئت نتائج هذا العمل أنه عند الطلب منهم تصور وجه الأم أو أي شيء ساطع، كانت مناطق الدماغ المسؤولة عن ذلك خاملة ولم تبد النشاط المطلوب.

يتضح من هذا أن صعوبة التصور في جميع هذه الحالات لها أساس فيزيولوجي عصبي واحد، ولكن لم يتمكن العلماء من تحديد سببه. ولكنهم يشيرون إلى أن هذا قد يكون عامه ولادية أو مكتسبة، لذلك فالدراسات اللاحقة في هذا المجال ستلقي الضوء على هذه المشكلة وهل سيكون بالإمكان علاجها أم لا.

وحسب رأي العلماء، يعاني من هذه المشكلة ٢,٥ بالمئة من سكان الأرض.

## كم تحتاج من اللحوم يومياً؟

قال باحثون بريطانيون إن تناول شريحة صغيرة من اللحوم يومياً يمكن أن يعود بالنفع على الصحة على غرار الإقلاع عن التدخين. وأشار الباحثون، من جامعة إيست أنجليا، إلى أن الأشخاص الذين يتناولون أطعمة غنية بالبروتين وجد أنهم يتمتعون بضغط دم أقل وأوعية دموية أكثر كفاءة، ما يقلل بشكل كبير فرص الإصابة بالأمراض القلبية والجلطات.

وعزاً الباحثون، وفقاً لصحيفة «ديلي ميل» البريطانية، هذه الفوائد إلى الأحماض الأمينية (العنصر الأساسي للبروتينات)، التي تساعد في تقوية الخلايا والأنسجة والعضلات في أجسامنا.

وتوضح الدراسة أن الأشخاص الذين تناولوا معدلات مرتفعة من أحماض أمينية معينة يجنون فوائد تتساوى مع تلك التي تصاحب الإقلاع عن التدخين أو خفض كمية الملح المستهلكة أو زيادة ممارسة الرياضة.

وأضاف الباحثون إن الأطعمة الغنية بالبروتين، وبينها اللحوم والأسماك ومنتجات الألبان والعدس والبروكلي والسيبانج، تحتوي على هذه العناصر المفيدة، موضحين أن تناول قطعة لحم صغيرة يومياً أو مئة غرام من سمك السلمون أو القليل من اللبن منزوع الدسم يمكن أن يساعد في إبعاد شبح أمراض القلب.

## ساندرا بولوك: علاقة عاطفية جديدة



أفادت تقارير وسائل الإعلام العالمية أن النجمة ساندرا بولوك تعيش علاقة عاطفية جديدة. وفي التفاصيل أن ساندرا جمعها عشاء رومانسي بالمصور الفوتوغرافي براين ريندل في مطعم Craig's في هوليوود، وقد رصدتها عدسات كاميرات البارائزي وهما معاً في السيارة. المصور الوسيم يعمل أيضاً عارض أزياء، وقد أفادت المصادر أنه يلعب دور الأب الجيد لطفله بالتبني لويس البالغ من العمر سنوات.

ساندرا لم تواعد أي شخص منذ طلاقها من زوجها جيسي جايمس عام ٢٠١٠ بعد أن خلتها مع ميشيل ماكغي.

## أغرق ابنة زوجته بالمسبح

أفادت صحيفة «ميور» البريطانية أن الشرطة بالمسبك ألقت القبض على رجل رصدهت كاميرات المراقبة في أحد فنادق مدينة «موريليا، المكسيكية، وهو يلقي ابنة زوجته التي تبلغ من العمر ثلاث سنوات في المسبح عدة مرات لتموت غرقاً. وأفادت الصحيفة أن الرجل كان بصحبة زوجته وابنتها في أحد الفنادق الكبيرة بالمسبك يقضيان بعض الوقت، وبينما كانت الزوجة ناشئة بالغرقة، قام زوجها باصطحاب ابنتها وأخذ يلقي بها في المسبح عدة مرات بطريقة غريبة على مدار ساعة ونصف الساعة حتى توقفت عن التنفس ولقيت حتفها. ولقبت الصحفية إلى أن جهة التحقيق أعلنت أن الطفلة ماتت مختنقة بعدما فقدت القدرة على المقاومة، وقد تم توجيه تهمة القتل العمد لهذا الرجل، وهو في انتظار صدور الحكم النهائي بحقه.

## القبيلة قد

### تنقذ حياتك

كشفت دراسة جديدة أن لنوم القبيلة فوائد صحية عدة، من بينها خفض ضغط الدم، والحلولة دون الإصابة بنبوتات قلبية. وأجرى الاتحاد الأوروبي لأمراض القلب دراسة على مجموعة من ٤٠٠ شخص، للوقوف على الفوائد الصحية المحتملة لنوم القبيلة.

وأثبتت التجربة، التي نشرت صحيفة «تليغراف» البريطانية نتائجها، أن الأشخاص الذين تمتعوا بقبيلة خلال الظهيرة، ظهر أن مستوى ضغط الدم لديهم، أقل من هؤلاء الذين استمروا مستيقظين طوال اليوم. ورغم أن الفارق بقياس ضغط الدم كان بسيطاً، لا يتجاوز اله بالمئة، إلا أن الأطباء أكدوا أنه يمكن أن يحول دون الإصابة بأمراض القلب، بنسبة ١٠ بالمئة.

وفي إضافة تاريخية طريفة قالت رئيسة فريق الباحثين، مانوليس كاليستراوتوس، أن اثنين ممن تولوا رئاسة الوزراء في بريطانيا كانا يؤكدان مدى أهمية نوم القبيلة، وهما ويستون تشرشل ومارغريت تاتشر. وأضافت إن نتائج هذا البحث أثبتت أنهما كانا على حق.