

هل هناك حلاقة بين الكلمات المتقاطعة والخرف؟



أنشطة لا علاقة لها بالتدهور العقلي

وجد باحثون أن حل الكلمات المتقاطعة أو الغازز لعبة «سودوكو» طوال حياتك، لا يبطئ من التدهور العقلي في سن الشيخوخة.

وتعزز هذه الأنشطة القدرات العقلية، ولذلك، فعندما يبدأ الدماغ في التدهور، هناك «نقطة معرفية أعلى» يمكن من خلالها التراجع.

ويعتقد الخبراء منذ فترة طويلة أن الأشخاص الذين يقومون بأنشطة معقدة أو يحلون الغاززاً فكرية تفرض جهداً أكبر على الدماغ، محميون ضد التدهور العقلي.

كما ظن العلماء أن ممارسة الدماغ لمثل هذه الأنشطة على مدى العمر تبطل السرعة التي يتدهور بها الدماغ في سن الشيخوخة.

إلا أن دراسة اسكتلندية جديدة وجدت أن هذا الأمر ليس واقعياً، وأن مثل هذه الأنشطة ليس لها تأثير على التدهور العقلي، وبدلاً من ذلك، فإن القيام بأنشطة فكرية بشكل منتظم طوال الحياة قد يعزز القدرة العقلية ويوفر «نقطة معرفية أعلى» يمكن من خلالها التراجع.

وقام فريق العلماء من جامعة أبردين بتجنيد 498 مشاركاً في عمر 64 عاماً، وتتبعهم على مدار الأعوام الـ15 التالية، ورصد قدراتهم الذهنية طوال تلك الفترة.

ووجد العلماء أن أولئك الذين مارسوا أنشطة تحفيزية فكرية على أساس منتظم، لديهم قدرة ذهنية أعلى في بداية الدراسة، ولكن لم يكن هناك فرق في السرعة التي تراجعت فيها قدراتهم خلال السنوات الـ15 التالية.

وقال العلماء إن هذه النتائج تشير إلى أن الانخراط في حل المشكلات لا يحمي الفرد من التراجع، إلا أنها تدعم نظرية «الاحتياط المعرفي»، وهي القدرة التي يحتاجها بعض الناس للحفاظ على ذاكرتهم وذكائهم على الرغم من تأثير الشيخوخة.

وذلك لأن استخدام الدماغ بانتظام من أجل المهام المعقدة يخلق عدداً أكبر من الروابط بين خلايا الدماغ، وبالتالي فإنه عندما تبدأ عملية توصيل الدماغ بالتحلل مع التقدم في العمر، أو إذا بدأ الخرف في الهجوم، فإن لدى الدماغ شبكات «احتياطية» لاستخدامها كبديل.

رامي صبري يبدأ تصوير كليب «مبروك علينا» في لبنان



رامي صبري

وقال رامي، أنه يستعد بعد عودته من لبنان، لإحياء حفلين بمناسبة رأس السنة، متمنياً أن يسعد جمهوره. يذكر أن آخر أعمال رامي صبري كليب “أهد الدنيا” خلال الشهر أغسطس الماضي، كلمات والحان عزيز الشافعي وتوزيع جلال الحمداوى.

يطير الفنان رامي صبري الى لبنان لتصوير، كليب جديدا في لبنان يحمل اسم “مبروك علينا”، من كلمات تامر حسين، ألحان رامي صبري، توزيع جلال الحمداوى، إخراج فادي حداد، ومن المقرر طرحه خلال أيام.

سوار فائق التقنية قد ينقذ آلاف الأرواح من الموت المفاجئ



دراسات علمية حول «NightWatch»

كشف العلماء أن سواراً فائق التكنولوجيا قادر على اكتشاف النوبات الليلية ومساعدة الآلاف من المصابين بالصرع على الحفاظ على حياتهم.

ويعمل الجهاز الذي يمكن ارتداؤه في الجزء العلوي من إحدى الذراعين، من خلال تتبع معدل ضربات قلب المريض أثناء نومه، حيث يموت الكثيرون بشكل فجائي نتيجة لنوبة صرع، عادة ما تكون ليلاً وأثناء النوم. وتبين أنه في أكثر من نصف مرضى الصرع، هناك زيادة مفاجئة في معدل ضربات القلب في دقيقة أو نحو ذلك، قبل وقوع النوبات.

وفي حال اكتشاف السوار زيادة مفاجئة في معدل ضربات القلب، فإن ذلك يعد إنذاراً لإيقاظ المريض قبل حدوث النوبة، كما يرسل تنبيهها عبر الهاتف الذكي إلى مقدم الرعاية الصحية أو أحد أفراد العائلة.

ويمكن للجهاز الذي يحمل اسم «NightWatch» أن يقلل من عدد الأرواح التي يمكن أن تفقد بسبب الموت المفاجئ غير المتوقع، نتيجة نوبات الصرع التي تحدث غالبيتها أثناء الليل. وقام العلماء في جامعة إيندهوفن للتكنولوجيا

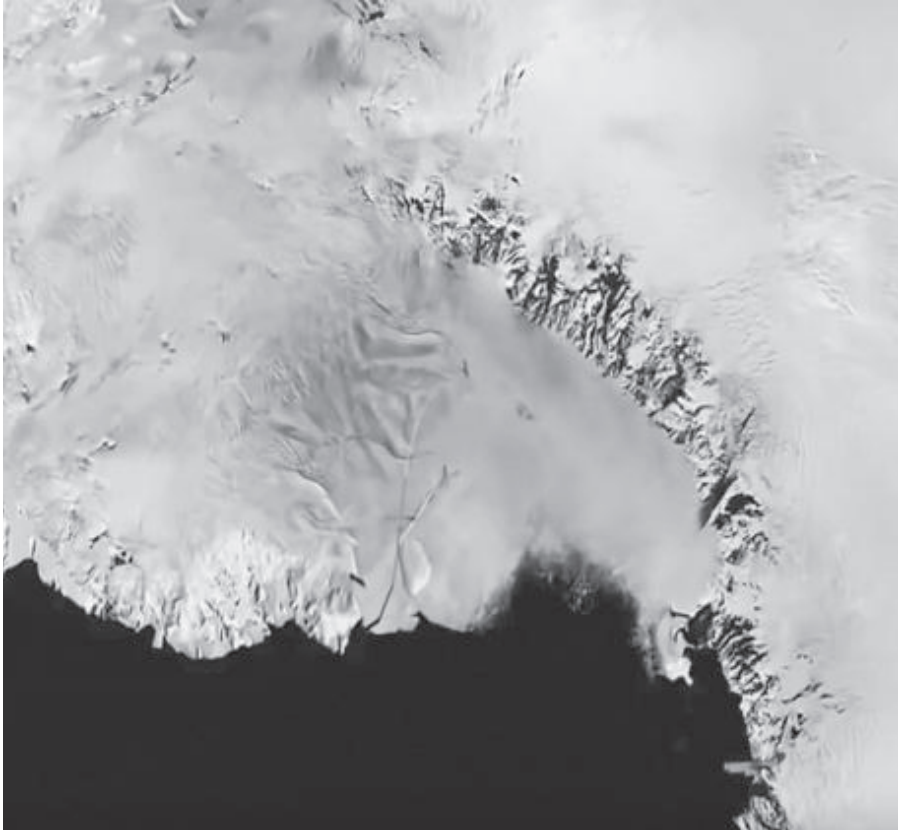
وما يزال الجهاز قيد التطوير، ولكنه قد يكون متاحاً للمرضى في غضون العامين المقبلين.

السوار تمكن من اكتشاف 85% من جميع نوبات الصرع الحادة، التي حدثت خلال فترة الاختبار.

مدى 65 ليلة. وأظهرت النتائج التي نشرت في دورية «Neurology»، أن

في هولندا باختبار سوار «NightWatch» على 29 شخصاً يعانون من الصرع على

لأول مرة.. بدء ذوبان منطقة «مستقرة» في القارة القطبية الجنوبية



القارة القضيية الجنوبية

للذوبان في تلك المنطقة الشرقية، من شأنها رفع مستوى مياه البحر 28 متراً، في حال ذوبانها بشكل تام. وبمعنى آخر، تبلغ كمية الجليد المهده بالذوبان ما يقارب 4 أضعاف الجليد المتواجد في جزيرة غرينلاند اليوم. وفي سياق متصل، تحدث العلماء عن أسباب تسارع ظاهرة الذوبان في القارة القطبية الجنوبية، وفي مقدمتها، تيارات مياه المحيطات الدافئة التي تصل القارة من الشمال.

ظهور ينابيع جديدة من المياه الجليد المتدفق بسرعة نحو المحيط، على الساحل الشرقي للقارة، والتي نتجت أساساً عن ذوبان قطع كبيرة من الجليد القطبي. وعلى ضوء الاكتشاف السابق، حذر علماء ناسا من استمرار تدفق المياه نحو المحيط، إذ من شأن الظاهرة رفع مستوى مياه البحر بشكل ملحوظ خلال السنوات المقبلة. كما أشارت ناسا إلى وجود كمية هائلة من الجليد المذهل

صرحت وكالة الفضاء الأمريكية ناسا بأنها رصدت علامات خطيرة تشير إلى بدء ذوبان جليدي غير مسبوق في منطقة مستقرة تقع شرق القارة القطبية الجنوبية. وأعربت الوكالة عن دهشتها من الحدث الأخير، لأن المنطقة كانت تعد أكثر مناطق القطب استقراراً وممانعة للذوبان، بالمقارنة مع أنحاء أخرى من القارة نفسها. وتأكدت الوكالة مما يحدث عندما رصدت أقمارها الصناعية

نجوم هوليوود يستقبلون أطفالاً في 2018



جون ليجيند



هيلارى داف وحبيبها ماثيو كوما

سيظل عام 2018 عاماً مميزاً بالنسبة للعديد من فناني هوليوود، وذلك لأن الكثير منهم استقبل أطفالاً في هذا العام، تعرف على هؤلاء الفنانين. استقبلت نجمة هوليوود الشابة هيلارى داف طفلها الصغير من حبيبها المنتج الموسيقي ماثيو كوما، وهذا الأمر جعل الفنان يضطر أن إلى تأجيل تحديد موعد الزفاف بعد التحديد المسبق له.

كاردى بى نجمة هوليوود المستجدة استقبلت ابنتها Kulture فى مطلع هذا العام وهذا من زوجها أوفست، ولكن كما كان 2018 وش السعد عليها فى بدايته إلا أنه كان أيضاً سبباً فى حزن كبير بنهايته، حيث انفصلت عن أوفست بسبب اكتشافها

أما عن المطرب العالى جون ليجيند فاستقبل مولوده الثانى الذى يدعى Miles وارتبط به

كثيراً، ونشر العديد من مقاطع الفيديو لهما سوياً. نجمة تليفزيون الواقع كايلى جينر أخت كيم كارديشيان استقبلت طفلتها Stormi وأخذت العديد من الصور معها واحتفلا سوياً بالعديد من المناسبات، فى بادئ الأمر قررت كايلى عدم خروج طفلتها للاضواء ومن قبلها عدم الإعلان عن حملها، لكنها بعدها نشرت العديد من الصور لهما معاً.

شقيقة كيم كارديشيان نجمة تليفزيون الواقعاستقبلت طفلتها True فى منتصف العام وهذا من حبيبها تريستان تومبسون.

أما عن أختيها الثالثة كيم كارديشيان فاستقبلت مولودها الثالث من زوجها المغنى الشهير كانى ويست، وبهذا يكون

الثالث شقيقات لديها أطفال بنفس الأعمار وقررن على تربيتهما سوياً منذ الصغر.

بالنسبة للعديد من فناني هوليوود، وذلك لأن الكثير منهم استقبل أطفالاً فى هذا العام، تعرف على هؤلاء الفنانين. استقبلت نجمة هوليوود الشابة هيلارى داف طفلها الصغير من حبيبها المنتج الموسيقي ماثيو كوما، وهذا الأمر جعل الفنان يضطر أن إلى تأجيل تحديد موعد الزفاف بعد التحديد المسبق له.

كاردى بى نجمة هوليوود المستجدة استقبلت

ابنتها Kulture فى مطلع هذا العام وهذا من زوجها

أوفست، ولكن كما كان 2018 وش السعد عليها فى بدايته

إلا أنه كان أيضاً سبباً فى حزن كبير بنهايته، حيث انفصلت

عن أوفست بسبب اكتشافها

أما عن المطرب العالى جون ليجيند فاستقبل مولوده الثانى

الذى يدعى Miles وارتبط به

كثيراً، ونشر العديد من مقاطع الفيديو لهما سوياً.

نجمة تليفزيون الواقع كايلى جينر أخت كيم كارديشيان استقبلت

طفلتها Stormi وأخذت العديد من الصور معها واحتفلا سوياً

بالعديد من المناسبات، فى بادئ الأمر قررت كايلى عدم خروج

طفلتها للاضواء ومن قبلها عدم الإعلان عن حملها، لكنها بعدها

نشرت العديد من الصور لهما معاً.

شقيقة كيم كارديشيان نجمة تليفزيون الواقعاستقبلت

طفلتها True فى منتصف العام وهذا من حبيبها تريستان

تومبسون.

أما عن أختيها الثالثة كيم كارديشيان فاستقبلت مولودها

الثالث من زوجها المغنى الشهير كانى ويست، وبهذا يكون

الثالث شقيقات لديها أطفال بنفس الأعمار وقررن على تربيتهما سوياً منذ الصغر.

بالنسبة للعديد من فناني هوليوود، وذلك لأن الكثير منهم استقبل

أطفالاً فى هذا العام، تعرف على هؤلاء الفنانين. استقبلت نجمة

هوليوود الشابة هيلارى داف طفلها الصغير من حبيبها المنتج

الموسيقي ماثيو كوما، وهذا الأمر جعل الفنان يضطر أن إلى تأجيل

تحديد موعد الزفاف بعد التحديد المسبق له.

كاردى بى نجمة هوليوود المستجدة استقبلت

ابنتها Kulture فى مطلع هذا العام وهذا من زوجها أوفست، ولكن كما كان

2018 وش السعد عليها فى بدايته إلا أنه كان أيضاً سبباً فى حزن كبير بنهايته، حيث انفصلت

عن أوفست بسبب اكتشافها

أما عن المطرب العالى جون ليجيند فاستقبل مولوده الثانى الذى يدعى

Miles وارتبط به

كثيراً، ونشر العديد من مقاطع الفيديو لهما سوياً.

نجمة تليفزيون الواقع كايلى جينر أخت كيم كارديشيان استقبلت

طفلتها Stormi وأخذت العديد من الصور معها واحتفلا سوياً

بالعديد من المناسبات، فى بادئ الأمر قررت كايلى عدم خروج

طفلتها للاضواء ومن قبلها عدم الإعلان عن حملها، لكنها بعدها

نشرت العديد من الصور لهما معاً.

شقيقة كيم كارديشيان نجمة تليفزيون الواقعاستقبلت

طفلتها True فى منتصف العام وهذا من حبيبها تريستان تومبسون.

أما عن أختيها الثالثة كيم كارديشيان فاستقبلت مولودها الثالث من زوجها

المغنى الشهير كانى ويست، وبهذا يكون الثالث شقيقات لديها أطفال

بنفس الأعمار وقررن على تربيتهما سوياً منذ الصغر.

بالنسبة للعديد من فناني هوليوود، وذلك لأن الكثير منهم استقبل

أطفالاً فى هذا العام، تعرف على هؤلاء الفنانين. استقبلت نجمة

هوليوود الشابة هيلارى داف طفلها الصغير من حبيبها المنتج الموسيقي

ماثيو كوما، وهذا الأمر جعل الفنان يضطر أن إلى تأجيل تحديد موعد الزفاف

بعد التحديد المسبق له.

كاردى بى نجمة هوليوود المستجدة استقبلت ابنتها Kulture فى مطلع

هذا العام وهذا من زوجها أوفست، ولكن كما كان 2018 وش السعد عليها فى

بدايته إلا أنه كان أيضاً سبباً فى حزن كبير بنهايته، حيث انفصلت عن أوفست

بسبب اكتشافها

أما عن المطرب العالى جون ليجيند فاستقبل مولوده الثانى الذى يدعى Miles

وارتبط به

كثيراً، ونشر العديد من مقاطع الفيديو لهما سوياً.

نجمة تليفزيون الواقع كايلى جينر أخت كيم كارديشيان استقبلت طفلتها

Stormi وأخذت العديد من الصور معها واحتفلا سوياً بالعديد من المناسبات،

فى بادئ الأمر قررت كايلى عدم خروج طفلتها للاضواء ومن قبلها عدم

الإعلان عن حملها، لكنها بعدها نشرت العديد من الصور لهما معاً.

شقيقة كيم كارديشيان نجمة تليفزيون الواقعاستقبلت طفلتها True فى

منتصف العام وهذا من حبيبها تريستان تومبسون.

أما عن أختيها الثالثة كيم كارديشيان فاستقبلت مولودها الثالث من زوجها

المغنى الشهير كانى ويست، وبهذا يكون الثالث شقيقات لديها أطفال بنفس

الأعمار وقررن على تربيتهما سوياً منذ الصغر.

بالنسبة للعديد من فناني هوليوود، وذلك لأن الكثير منهم استقبل

أطفالاً فى هذا العام، تعرف على هؤلاء الفنانين. استقبلت نجمة

هوليوود الشابة هيلارى داف طفلها الصغير من حبيبها المنتج الموسيقي

ماثيو كوما، وهذا الأمر جعل الفنان يضطر أن إلى تأجيل تحديد موعد الزفاف

بعد التحديد المسبق له.

كاردى بى نجمة هوليوود المستجدة استقبلت ابنتها Kulture فى مطلع هذا

العام وهذا من زوجها أوفست، ولكن كما كان 2018 وش السعد عليها فى بدايته

إلا أنه كان أيضاً سبباً فى حزن كبير بنهايته، حيث انفصلت عن أوفست بسبب

اكتشافها

أما عن المطرب العالى جون ليجيند فاستقبل مولوده الثانى الذى يدعى Miles

وارتبط به

كثيراً، ونشر العديد من مقاطع الفيديو لهما سوياً.

نجمة تليفزيون الواقع كايلى جينر أخت كيم كارديشيان استقبلت طفلتها

Stormi وأخذت العديد من الصور معها واحتفلا سوياً بالعديد من المناسبات،

فى بادئ الأمر قررت كايلى عدم خروج طفلتها للاضواء ومن قبلها عدم

الإعلان عن حملها، لكنها بعدها نشرت العديد من الصور لهما معاً.

شقيقة كيم كارديشيان نجمة تليفزيون الواقعاستقبلت طفلتها True فى

منتصف العام وهذا من حبيبها تريستان تومبسون.

أما عن أختيها الثالثة كيم كارديشيان فاستقبلت مولودها الثالث من زوجها

المغنى الشهير كانى ويست، وبهذا يكون الثالث شقيقات لديها أطفال بنفس

الأعمار وقررن على تربيتهما سوياً منذ الصغر.

بالنسبة للعديد من فناني هوليوود، وذلك لأن الكثير منهم استقبل

أطفالاً فى هذا العام، تعرف على هؤلاء الفنانين. استقبلت نجمة

هوليوود الشابة هيلارى داف طفلها الصغير من حبيبها المنتج الموسيقي

ماثيو كوما، وهذا الأمر جعل الفنان يضطر أن إلى تأجيل تحديد موعد الزفاف

بعد التحديد المسبق له.

كاردى بى نجمة هوليوود المستجدة استقبلت ابنتها Kulture فى مطلع هذا

العام وهذا من زوجها أوفست، ولكن كما كان 2018 وش السعد عليها فى بدايته

إلا أنه كان أيضاً سبباً فى حزن كبير بنهايته، حيث انفصلت عن أوفست بسبب

اكتشافها

أما عن المطرب العالى جون ليجيند فاستقبل مولوده الثانى الذى يدعى Miles

وارتبط به

كثيراً، ونشر العديد من مقاطع الفيديو لهما سوياً.

نجمة تليفزيون الواقع كايلى جينر أخت كيم كارديشيان استقبلت طفلتها

Stormi وأخذت العديد من الصور معها واحتفلا سوياً بالعديد من المناسبات،

فى بادئ الأمر قررت كايلى عدم خروج طفلتها للاضواء ومن قبلها عدم

الإعلان عن حملها، لكنها بعدها نشرت العديد من الصور لهما معاً.

شقيقة كيم كارديشيان نجمة تليفزيون الواقعاستقبلت طفلتها True فى

منتصف العام وهذا من حبيبها تريستان تومبسون.

أما عن أختيها الثالثة كيم كارديشيان فاستقبلت مولودها الثالث من زوجها

المغنى الشهير كانى ويست، وبهذا يكون الثالث شقيقات لديها أطفال بنفس

الأعمار وقررن على تربيتهما سوياً منذ الصغر.

بالنسبة للعديد من فناني هوليوود، وذلك لأن الكثير منهم استقبل

أطفالاً فى هذا العام، تعرف على هؤلاء الفنانين. استقبلت نجمة

هوليوود الشابة هيلارى داف طفلها الصغير من حبيبها المنتج الموسيقي

ماثيو كوما، وهذا الأمر جعل الفنان يضطر أن إلى تأجيل تحديد موعد الزفاف

بعد التحديد المسبق له.

كاردى بى نجمة هوليوود المستجدة استقبلت ابنتها Kulture فى مطلع هذا

العام وهذا من زوجها أوفست، ولكن كما كان 2018 وش السعد عليها فى بدايته

إلا أنه كان أيضاً سبباً فى حزن كبير بنهايته، حيث انفصلت عن أوفست بسبب

اكتشافها

أما عن المطرب العالى جون ليجيند فاستقبل مولوده الثانى الذى يدعى Miles

وارتبط به

كثيراً، ونشر العديد من مقاطع الفيديو لهما سوياً.

نجمة تليفزيون الواقع كايلى جينر أخت كيم كارديشيان استقبلت طفلتها

Stormi وأخذت العديد من الصور معها واحتفلا سوياً بالعديد من المناسبات،

فى بادئ الأمر قررت كايلى عدم خروج طفلتها للاضواء ومن قبلها عدم

الإعلان عن حملها، لكنها بعدها نشرت العديد من الصور لهما معاً.

شقيقة كيم كارديشيان نجمة تليفزيون الواقعاستقبلت طفلتها True فى

منتصف العام وهذا من حبيبها تريستان تومبسون.

أما عن أختيها الثالثة كيم كارديشيان فاستقبلت مولودها الثالث من زوجها

المغنى الشهير كانى ويست، وبهذا يكون الثالث شقيقات لديها أطفال بنفس

الأعمار وقررن على تربيتهما سوياً منذ الصغر.

بالنسبة للعديد من فناني هوليوود، وذلك لأن الكثير منهم استقبل

أطفالاً فى هذا العام، تعرف على هؤلاء الفنانين. استقبلت نجمة

هوليوود الشابة هيلارى داف طفلها الصغير من حبيبها المنتج الموسيقي

ماثيو كوما، وهذا الأمر جعل الفنان يضطر أن إلى تأجيل تحديد موعد الزفاف

بعد التحديد المسبق له.

كاردى بى نجمة هوليوود المستجدة استقبلت ابنتها Kulture فى مطلع هذا

العام وهذا من زوجها أوفست، ولكن كما كان 2018 وش السعد عليها فى بدايته

إلا أنه كان أيضاً سبباً فى حزن كبير بنهايته، حيث انفصلت عن أوفست بسبب

اكتشافها

أما عن المطرب العالى جون ليجيند فاستقبل مولوده الثانى الذى يدعى Miles

وارتبط به

كثيراً، ونشر العديد من مقاطع الفيديو لهما سوياً.

نجمة تليفزيون الواقع كايلى جينر أخت كيم كارديشيان استقبلت طفلتها

Stormi وأخذت العديد من الصور معها واحتفلا سوياً بالعديد من المناسبات،

فى بادئ الأمر قررت كايلى عدم خروج طفلتها للاضواء ومن قبلها عدم

الإعلان عن حملها، لكنها بعدها نشرت العديد من الصور لهما معاً.

شقيقة كيم كارديشيان نجمة تليفزيون الواقعاستقبلت طفلتها True فى

منتصف العام وهذا من حبيبها تريستان تومبسون.

أما عن أختيها الثالثة كيم كارديشيان فاستقبلت مولودها الثالث من زوجها

المغنى الشهير كانى ويست، وبهذا يكون الثالث شقيقات لديها أطفال بنفس

الأعمار وقررن على تربيتهما سوياً منذ الصغر.

بالنسبة للعديد من فناني هوليوود، وذلك لأن الكثير منهم استقبل

أطفالاً فى هذا العام، تعرف على هؤلاء الفنانين. استقبلت نجمة

هوليوود الشابة هيلارى داف طفلها الصغير من حبيبها المنتج الموسيقي

ماثيو كوما، وهذا الأمر جعل الفنان يضطر أن إلى تأجيل تحديد موعد الزفاف

بعد التحديد المسبق له.

كاردى بى نجمة هوليوود المستجدة استقبلت ابنتها Kulture فى مطلع هذا

العام وهذا من زوجها أوفست، ولكن كما كان 2018 وش السعد عليها فى بدايته

إلا أنه كان أيضاً سبباً فى حزن كبير بنهايته، حيث انفصلت عن أوفست بسبب

اكتشافها

أما عن المطرب العالى جون ليجيند فاستقبل مولوده الثانى الذى يدعى Miles

وارتبط به