

تأسيس أكاديميتين للفنون في السعودية

الموسيقى التي تفتتح عام 2021 لتدرس فيها ألف طالب أيضا. وأشار الوزير إلى أن استحداث الأكاديميتين سيمكّن الشباب السعودي من تلقي التعليم في مجال الثقافة والفنون داخل المملكة.

سيأتي خطوة على طريق تحقيق برنامج Quality of Life (نوعية الحياة) الذي يقضي بإنشاء الأكاديميتين وإحداها هي أكاديمية التراث الوطني والفن التقليدي التي ستفتتح عام 2020 أمام 1000 طالب. أما ثانيتهما فهي أكاديمية

أقادت صحيفة Saudi Gazette السعودية بأن وزير الثقافة للمملكة الأمير بدر بن عبد الله بن محمد الفرعان آل سعود كلف وزارته بتأسيس أكاديميتين للفنون في البلاد. وقالت الصحيفة إن تأسيس الأكاديميتين



ابواب الكباشن بلا أقال بما يسمح للخيل بالهرب إذا شعرت بالخوف. هذا ويُعتقد أن العلاج بالتبريد يساعد في علاج التهاب والتشنج الأنسجة التالفة، ويختصر المدة التي يحتاجها الرياضيون والخيل للتعافي بعد التمارين.

لأول مرة في العالم.. دبي تستخدم تكنولوجيا التبريد لعلاج الخيول

بشكل أسرع ويصبح أيضا بالإمكان دخول السباقات عددا أكبر من المرات. وتوفر شركة "ريفايف كرويثيرابي" هذه التكنولوجيا أيضا للبشر والكلاب وتفكر في التوسع في عالم سباقات الهجن. وتقنيا، يجري إدخال الخيول تدريجيا إلى مقصورات التبريد التي تتلاءم بشكل مريح مع أجسادها بطريقة تجعل الرأس والعنق في وضع حر وتعريضها للضباب البارد الذي يتحرك في شكل دوائر، ويعد جلسات أولية تمهيدية للتكيف، يتم تطبيق العلاج الكامل الذي يستمر نحو 7 دقائق ويخفض حرارة الجلد إلى ما بين 3 و5 درجات، وتترك

الحيوان بالكامل. وتدريب "أسطبلات زعبيل" نحو 125 جوادا ويقول، ساتيش سيمار، كبير المدربين فيها: "طالما أن عملية الشفاء تمضي قدما فنحن نتعلم، لكنه شيء إيجابي حتى الآن"، مضيفا أن الخيول شرعت في الوثب بسرعة أكبر بعد العمل الشاق وتعدو بسرعة أكبر مما كان عليه الحال بدون العلاج بالتبريد. ويقول لوكا جوركو فيتش، المدير العام لشركة "ريفايف كرويثيرابي": "سباقات الخيول عمل ضخم يدر جوائز بملايين الدولارات، ومع العلاج بالتبريد، يصبح بالإمكان التدريب بقوة أكبر والتعافي

استخدمت في مدينة دبي الإماراتية، ولأول مرة في العالم، تكنولوجيا التبريد لعلاج الخيول، حيث توضع خيول من أفضل وأرق السلالات في العالم وسط سحابة من النيتروجين البارد لتعزيز أدائها. ويتم تطبيق أسلوب العلاج بالتبريد على الرياضيين منذ عقود كوسيلة للمساعدة في الشفاء، حيث يحاط الجسم بطبقة ضبابية في درجة حرارة تصل إلى 140 درجة مئوية تحت الصفر. وتقول شركة "ريفايف كرويثيرابي" ومقرها دبي إنها توفر الآن أول مكان مجهز لعلاج الخيول بالتبريد، يغطي جسم

علماء بريطانيون يؤكدون حقيقة أسطورة الوحوش لوخ نيس

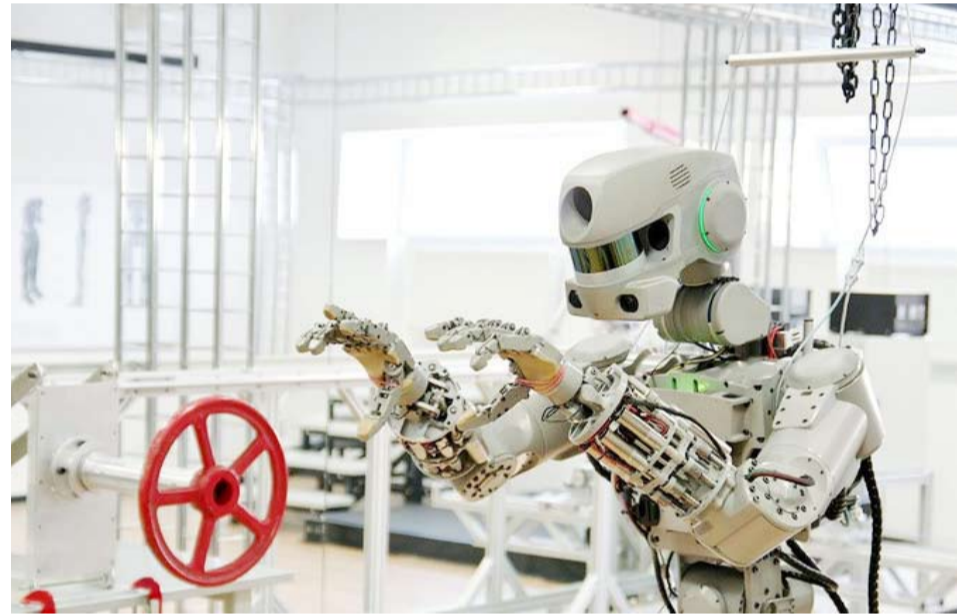


المخلوق، أو لظواهر أخرى. وإلى جانب المشاهدات التي تنتمي إلى العصور الوسطى (مشاهدة القديس كولومبا عام 565، والتي دونت بعد قرن من هذا التاريخ)، تبرز مشاهدة عام 1933 للسيد جورج سبائيس وزوجته، حينما شاهدا "مخلوقا غريبا" يعبر الطريق أمام سيارتهما، وصف آنذاك بأنه ذو جسد ضخم، يبلغ ارتفاعه مترا، ويتراوح طول جسمه ما بين

في تطور جديد للأسطورة الممتدة لقرون عديدة، أكد عدد من العلماء البريطانيين على وجود أدلة تشير إلى حقيقة وجود وحش لوخ نيس الأسطوري بالفعل. يقول أستاذ علم الوراثة، نيل غيميل، إنه وجد خلال رحلة استكشافية للبحيرة مؤخرا، بصحبة فريق دولي من العلماء في مجال الحمض النووي للوحش، أن هناك أربعة تفسيرات رئيسية فيما يخص مشاهدات الوحش، "تحسم الأبحاث معظم هذه النظريات، إلا أن نظرية واحدة معقولة لا تزال هناك". وتابع العالم: "سوف تكون مفاجأة هائلة إذا اتضح لنا من نتائج اختبارات الحمض النووي وجود زاحف بحري كبير منقرض"، مضيفا أنه سوف تلي ذلك اكتشافات أكثر اتساعا، حيث يعتزم العلماء البحث فيما إذا كان الوحش من فصيل السمك الكبير مثل سمك السلور أو سمك الحفش. ووحش لوخ نيس هو مخلوق غير مؤكد الوجود، يعتقد أنه ينتمي لفصيل منقرض من البلصورات Plesiosaurs. وتقول الأسطورة إنه كان يسكن بحيرة لوخ نيس في إسكتلندا، التي تعتبر أكبر بحيرة

مياه عذبة في بريطانيا العظمى، وتبلغ مساحتها 56 كلم مربع تقريبا، وأقصى عمق لها 230 مترا. ويعتبر من أكثر الغاز علم دراسة الحيوانات الخفية شهرة، حيث اهتم به العالم منذ ظهوره في المرة الأولى عام 1933، ويميل معظم العلماء والخبراء إلى نفي وجوده، لعدم توفر الأدلة العلمية الكافية، بينما يعتبرون أن مشاهداته إما كاذبة، وإما أخطاء في تحديد هوية

للمرة الأولى.. روسيا تطلق رجلا آليا إلى الفضاء



الفضاء، أندريه كوريتسين، أن الرجل الآلي، فيودور، سيكون مساعدا لرواد الفضاء، لكن لا يمكنه الآن أن يحد ملهم. وقد عملت شركة "أندرويد تكتيكا" الروسية على تصنيع "فيودور" على هيئة إنسان وذلك بطلب من وزارة الطوارئ الروسية.

الروبوت "فيودور" يصطحب رفيقه على متن مركبة "سويوز" الروسية ووفقا للتصنيف الدولي فإن الرجل الآلي "فيودور" يعتبر رائد فضاء، بما أنه تجاوز حدود الفضاء على ارتفاع 100 كيلومتر فوق الأرض. وأوضح مدير مركز إعداد رواد

أطلقت وكالة الفضاء الروسية "روسكوسموس" اليوم الخميس مركبة "سويوز إم إس 14" - وعلى متنها أول رجل آلي (روبوت) يحمل اسم "فيودور"، الذي يحاكي دور رواد الفضاء. روسيا تطلق لأول مرة رجلا آليا إلى الفضاء وروبوت "فيودور" نقل إلى مركبة "سويوز" المأهولة

للسنة الثانية على التوالي HUAWEI P30 Pro ينتزع جائزة أفضل هاتف ذكي في العالم



محت "الرابطه الأوربية للتصوير والصوت"، لقب "أفضل هاتف ذكي في العام 2019-2020" لهاتف HUAWEI P30 Pro. وهذه هي السنة الثانية على التوالي التي تفوز بها "هواوي" بالجائزة. وتلقت "مجموعة هواوي لأعمال المستهلك" في 21 من شهر أغسطس الجائزة من EISA، الرابطه التي تضم أكثر من 55 من أكثر مجلات الإلكترونيات في العالم شهرة. وأثنت "الرابطه الأوربية للتصوير والصوت" على إمكانيات جهاز HUAWEI P30 Pro التقنية العالية، وصفته بامتلاكه "أحد أفضل الميزات التي يمكن الحصول عليها في الهاتف الذكي اليوم". وسلطت الرابطه الضوء على إمكانيات عدسة الكاميرا هذا الهاتف الذكي، ذات الزاوية الواسعة جدا ووضع تصوير البورتريه وعدسة التليفوتو، التي تقرب أكثر بـ 5 مرات وتفوقها على منافساتها. حصلنا من جديد على جائزة "أفضل هاتف ذكي في العام" مع "HUAWEI P30 Pro" في حفل جوائز الرابطه الأوربية للتصوير

والصوت "EISA". نود أن نشكركم جميعاً على دعمكم المتواصل. ونعدكم بالاستمرار ببذل أفضل ما لدينا وتقديم الأجهزة المبتكرة وتوفير التقنيات المتطورة للجمع بمعايير علمية، ويمتلك هاتف HUAWEI P30 Pro، مستوى عاليا في التصوير بالهواتف الذكية، حيث قدم مستشعر "هواوي" المبتكر "سوبر سيكتروم" SuperSpectrum، وعدسة التقريب SuperZoom الفائقة وكاميرا "هواوي" الجديدة التي أطلق عليه تسمية "زمن الطيران" (ToF) وتقنية تثبيت الصورة وتقنية الذكاء الصناعي. وأوصت "الرابطه الأوربية للتصوير والصوت" بهاتف "هواوي"، ليكون الرفيق المثالي للمصورين المحترفين لقدراته المميزة في التصوير الفوتوغرافي. ويتفرد نظام كاميرا لايكا الرباعية، الذي لم يسبق له مثيل، بكاميرا رئيسية بدقة 40 ميغابكسل وكاميرا ذات زاوية واسعة بدقة 20 ميغابكسل وكاميرا تقريب "تيليفوتو" بدقة 8 ميغابكسل وكاميرا "زمن الطيران" وكاميرا أمامية بدقة 32 ميغابكسل.

أغذية رائعة تمنع التجاعيد وتحافظ على الشباب

يعد هذا الغذاء الرائع غنيا باللوتين - وهو مغذ لا يستطيع الجسم إنتاجه من تلقاء نفسه، ويوجد في الخض الورقية التي يمكن أن تساعد في الحفاظ على اللياقة. ووجدت الدراسات أن اللوتين في الغذاء يساعد على الحماية من اضطرابات العين المرتبطة بالعمر، مثل إعتام عدسة العين.



الشوكولاتة يمكن أن تساعد الشوكولاتة الداكنة على تقوية البشرة، كما يساعد الفلافونول داخلها على حماية الأفراد من الآثار الضارة للأشعة فوق البنفسجية. فول الصويا يعد فول الصويا غير المعالج مفيدا في الحفاظ على البشرة دون تجاعيد، ويمكن أن يساعد الاستهلاك المنتظم لمدة 3 أشهر في منع ظهور خطوط البشرة. الجريب فروت إنها واحدة من أفضل الفواكه لمكافحة الشيخوخة، وتساعد في حماية الخلايا من الموت المبكر مع تعزيز إنتاج الكولاجين.

الخيار مصدر قليل الدسم، مثل السرددين. وتحتوي الأسماك عنصر "أوميغا-3"، الذي يساعد على تقليل الكوليسترول الضار LDL، وفيتامين B12، ما يساعد على تعزيز وظائف القلب والأوعية الدموية. وتساعد الأحماض الدهنية غير المشبعة في التوتنة، على تقليل ظهور التجاعيد.

مصدر قليل الدسم، مثل السرددين. وتحتوي الأسماك عنصر "أوميغا-3"، الذي يساعد على تقليل الكوليسترول الضار LDL، وفيتامين B12، ما يساعد على تعزيز وظائف القلب والأوعية الدموية. وتساعد الأحماض الدهنية غير المشبعة في التوتنة، على تقليل ظهور التجاعيد.

قال أخصائيو التغذية وخبراء الصحة إن تناول التوت الأزرق يعد أحد أفضل الطرق للحفاظ على الشباب والصحة الجيدة. ويعتبر التوت الأزرق العنصر الغذائي الأفضل في مكافحة الشيخوخة، لأنه رائع لصحة القلب وتعزيز وظائف الدماغ، وكونه غنيا بمضادات الأكسدة. ولكن التوت ليس الوجبة الغذائية الوحيدة، التي يمكن أن تساعدنا في الحفاظ على الشباب والحد من التجاعيد، وفيما يلي أهم العناصر الغذائية الضرورية لصحة البشرة وتجنب الشيخوخة:

المكسرات تحوي المكسرات جرعة صحية من الدهون الجيدة، التي تمنح الأفراد بشرة صحية وتحسن الكوليسترول. الشاي الأخضر يمكن أن يؤخر الشاي أضرار أشعة الشمس والتجاعيد، كما يتميز بأنه غني بـEGCG (أحد مضادات الأكسدة القوية التي تمنع الالتهابات). السمك يمكن الحصول على البروتين من

مواد غذائية تساعد على «فلتر» الدم

من السموم ويمنحه طاقة إضافية. وهو مادة غذائية مفيدة ضد أمراض البرد والإنفلونزا، فمادة البكتين الموجودة في التفاح تطرد الأملاح التي تتكون عند وجود المعادن الثقيلة في الجسم، والياب التفاح المفيدة تدمر الخلايا الدهنية في الجسم. وتلك الخصائص موجودة أيضا في الكمثرى. الملوغف - يحثي الملوغف على نسبة عالية من فيتامينات A و C المفيدة لمنظومة المناعة في الجسم. الإيزوثوسيانات الموجود

جدرانها الداخلية. التوم - يشتهر التوم بأنه مضاد قوي للفيرسات، وهو في الواقع مفيد للأوعية الدموية. لأن مادة البيسين الموجودة في التوم تؤثر إيجابيا في كريات الدم البيضاء. أي أن تناول التوم يمنع احتشاء عضلة القلب والجلطة الدماغية. كما أن التوم يساعد على تطهير الدم من النيوتروفين، فهو مفيد للدمخين. التفاح - يساعد التفاح على تطهير الجسم

توجد في جسم الإنسان سليم منظومة «الفلتر» الذاتية. وما نتناولوه ونمط حياتنا يؤثران في عملية تجديد الأنسجة والنظم وأعضاء الجسم، ومن بينها منظومة الأوعية الدموية التي تعتبر الأهم. تحتاج الأوعية الدموية إلى مساعدة في بعض الأحيان، لمنع انسداد الشرايين بمواد ضارة. لذلك علينا تناول بعض المواد الغذائية التي تعمل على تنظيف الأوعية الدموية من الترسبات الضارة على