100 بورتريه للأديب نجيب محفوظ في ملتقى القاهرة الدولي للكاريكاتير

للعام السادس على التوالي يرسم ملتقى القاهرة الدولي للكاريكاتير البسمة على الوجوه ويشيع البهجة بلوحات ساخرة تعبر عن آراء وأفكار وثقافات 345 فنانا من 71 دولة.

وأقيم افتتاح الملتقى يوم الأحد الماضي في قصر الأمير طاز الأثري بالقاهرة القديمة بحضور عدد من الفنانين التشكيليين والدبلوماسيين والشخصيات العامة.

وتماشيا مع تيمة الملتقى هذا العام التي تحمل عنوان "الثقافة ورموزها" أقيم معرض خاص ضم 100 بورتريه للأديب المصري الراحل نجيب محفوظ برؤية فنانين عرب وأجانب.

وكان أبرز أعمال هذا المعرض لوحة تشكيلية للفنان المصري جلال جمعة صنعها من الزلط.

وقال جمعة (71 عاما) لرويترز في الافتتاح "هذا العمل صنع بعناية ودراسة واستغرق مني وقتا للبحث عن قطع الزلط الملائمة لتشريح وجه الأديب العالمي الذي أكن له كل تقدير واحترام".

وأضاف "ارتبطت بأعمال نجيب محفوظ منذ كنت طالبا في كلية الفنون التطبيقية، واليوم سعيد جدا لرؤية فنانين من أنحاء العالم يقدمون رؤيتهم له في قوالب وأشكال مختلفة".

ويشمل برنامج الملتقى الذي تنظمه الجمعية المصرية للكاريكاتير بالتعاون مع وزارة الثقافة وكلية الفنون الجميلة بجامعة المنيا ورش عمل وندوات ومعارض متخصصة. ويهدى الملتقى دورته السادسة التي تمتد حتى 21 يوليو تموز إلى الفنان المصري الراحل محمد عبد المنعم رخا (1910–1989) وتسلم درع التكريم عن أسرته ابنه جمال رخا.

كما كرم الملتقى مجموعة من فناني الكاريكاتير العرب والأجانب منهم الإماراتية آمنة الحمادي والسعودي أيمن الغامدي والكويتية سارة النومس واللبناني أنس اللقيس والياباني تومو تاباتا.

دراسة جديدة: رفع الأثقال يفيد في تقليل دهون القلب أكثر من التمارين الهوائية

كشفت دراسة جديدة أن الأشخاص الذين يعانون من البدانة ومارسوا تدريبات المقاومة شهدوا انخفاضا في نوع ما من دهون القلب ترتبط بأمراض القلب والشرايين.

وتوصل الباحثون في الدراسة الصغيرة إلى أن نوعا معينا من دهون القلب، النسيج الدهني التاموري، انخفض لدى المرضى الذين مارسوا رفع الأثقال، ولكن ليس لدى أولئك الذين عملوا على زيادة قدرتهم على التحمل من خلال التمارين الهوائية.

وأدى هذان النوعان من التدريبات إلى تقليل النوع الثاني من دهون القلب، وهي الأنسجة الدهنية النخابية، والتي ترتبط أيضا بأمراض القلب والشرايين.

وقالت الدكتورة ريجيت هوجارد كريستنسن التي قادت فريق الدراسة وهي باحثة في مركز أبحاث الالتهاب والتمثيل الغذائي ومركز أبحاث النشاط البدني في مستشفى جامعة كوبنهاجن "لقد فوجئنا بهذه النتيجة".

وعلى الرغم من أن الدراسة لا تفسر لماذا سيكون لتدريب الأثقال تأثير مختلف عن تدريبات التحمل قالت كريستنسن في رسالة بالبريد الإلكتروني "نعلم من دراسات أخرى أن تدريبات المقاومة تعد حافزا قويا لزيادة كتلة العضلات وزيادة معدل التمثيل الغذائي مقارنة بتدريبات التحمل، وبالتالي نعتقد أن المشاركين الذين يمارسون تدريبات المقاومة يحرقون المزيد من السعرات الحرارية خلال اليوم وكذلك في الفترات التي لا يمارسون فيها أي نشاط مقارنة بمن يمارسون تدريبات التحمل".

ولاستكشاف تأثير أنواع مختلفة من التمارين على دهون القلب استعانت كريستنسن وزملاؤها بنحو 32 بالغا يعانون من البدانة وضعف النشاط البدني لكنهم لا يعانون من أمراض القلب أو السكري أو الرجفان الأذيني.

وتم توزيع المشاركين عشوائيا على برنامج لمدة ثلاثة أشهر من التمارين الهوائية أو تدريبات الأثقال أو عدم تغيير النشاط البدني (المجموعة الضابطة). وخضع كل شخص لفحص بالرنين المغناطيسي للقلب في بداية الدراسة وفي نهايتها.

وخفض كلا النوعين من التمرينات كتلة الأنسجة الدهنية النخابية في مقارنة مع عدم ممارسة أي تدريبات فخفضتها تدريبات التحمل بنسبة 32 في المئة وتدريبات الأثقال بنسبة 24 في المئة ومع ذلك كان لتدريبات رفع الأثقال فقط تأثير على الأنسجة الدهنية التاموية والتي انخفضت بنسبة 31 في مقارنة مع عدم ممارسة أي تدريبات.

وقال الدكتور شادي الرئيس أخصائي أمراض القلب في مستشفى القلب بمركز ديترويت الطبي إنه في حين أن هناك "الكثير من الدراسات التي تبحث في تأثير تقليل السمنة في منطقة البطن فإن الدراسة الجديدة مثيرة للاهتمام لأنها تبحث بشكل خاص في العلاقة بين التمارين والدهون (حول القلب)".

برمجيات خطيرة تهدد 10 ملايين هاتف «سامسونغ»!

حذّر مركز CSIS المتخصص بأمن المعلومات من برمجيات خطيرة تهدد أكثر من 10 ملايين هاتف "سامسونغ".

وذكر الخبراء في المركز أن أكثر من 10 ملايين مستخدم لهواتف "سامسونغ" قاموا مؤخرا بتحميل برنامج إلكتروني ضار يدعى Updates for Samsung عبر متجر "غوغل" الإلكتروني، وتعرضوا لعملية "ابتزاز" عبر هذا البرنامج.

والخطير في هذا البرنامج وفقا للخبراء هو أنه لا يساعد المستخدمين على تحميل التحديثات الخاصة بهواتف "سامسونغ" مجانا كما يدعي مطوروه، بل ينقل المستخدم إلى صفحات إلكترونية مليئة بالإعلانات المزعجة ويقترح عليهم إزالتها مقابل 9 دولارات، ومن ثم يطلب من المستخدم دفع اشتراك سنوي قدره 35 دولارا مقابل مساعدته في تحميل التحديثات الخاصة بهاتفه. والأخطر من هذا كله أن المحتالين الذين يشرفون على عمل هذا البرنامج وبعد أن يحصلوا على معلومات البطاقات المصرفية للمستخدمين الذين يوافقون على شروط برنامجهم الخبيث، لا يقومون بتحويل الأموال عن طريق GooglePlay، بل عبر موقع إلكتروني مشبوه، لم يحدد بعد مدى خطورته أو أمانه من ناحية سرية بيانات المستخدمين.

وينصح الخبراء في CSIS مستخدمي هواتف "سامسونغ" بتجنب تحميل مثل هذا النوع من البرامج، بل الاعتماد على الطرق السليمة والآمنة في تحديث برمجيات هواتفهم عبر قائمة الإعدادات الموجودة فيها.

مارسيل خليفة يثير عاصفة من الجدل لرفضه تأدية النشيد الوطني في مهرجانات بعلبك

تلاشت أصداء الحفل الضخم الذي أحياه الفنان مارسيل خليفة في افتتاح مهرجانات بعلبك الدولية تحت عنوان «تصبحون على وطن» على وقع الردود الصاخبة على رفضه أداء النشيد الوطني فصار هو الحدث.

ومع أن الفنان اللبناني مارسيل خليفة أحيا ليلة الأحد لأكثر من ساعتين حفلا تغنى فيه بمعاني الوطن الذي ينتظره ويتمناه، باتت الوطنية التي غاص فيها بعد ساعات من المهرجان محط نقد على مواقع التواصل الاجتماعي.

مارسيل خليفة رفض أن يؤدي مع فرقته النشيد الوطني اللبناني على غير عادة، واستعاض عن ذلك بأن خص بعلبك بنشيد خاص.

وعلى وقع الهجوم الذي تعرض له بعد ذلك، قال لـ«النهار»: «أنا موجود في عمشيت، وجاهز للاستدعاء إن شاؤوا. نعم، كلنا للوطن ولكن فليعيدوا لنا الوطن... بيئتنا دمرت وأولادنا هاجروا، حين يعودون سيكون لنا وطن وسنكون كلنا للوطن».

وأضاف: «حين بدأ الرصاص، اقتلعنا من قرانا وقبعنا في المجهول، فكتبنا موسيقى وغنينا، أريد أن أقنع نفسي بوجود ذرة أمل».

موقف مارسيل أثار عواصف من ردود الفعل الصاعقة، بعضها مؤيد وبعضها غاضب، حيث لم يغفر له كثيرون عدم فصله بين نشيد الوطن المعنى والفكرة، وبين الطبقة السياسية التي أمعنت في تهشيم الوطن.

مارسيل بدأ الحديث عن برنامج المهرجانات في بعلبك ومن عنوان الحفل تحديدا «تصبحون على وطن» والذي اعتبره إيجابيا وسلبيا في الوقت عينه، واعتبر أن اختيار العنوان ربما جاء على نية تأسيس وطن أثناء الحفلة بمجموعة من الأغاني.

وأضاف: «نبحث من وقت طويل عن وطن، من الاستقلال لليوم، ونحاول أن نبحث عن وطن... لربما يكون الوطن في أغنية ولكن نبحث عن وطن حقيقي. الأحلام كبيرة والخيبة أكبر من الأحلام».

وأشار إلى أنه يحزن على الشباب الذين يغادرون لبنان كما يحزن على أولاده وأحفاده الذين يكبرون بعيدا عن عينيه مؤكدا أنه علينا أن نتمسك بالأمل ولو كان مستحيلا و»علينا الإيمان بالمستحيل وأنا أؤمن بالمستحيل».

وانقسم المغردون والمعلقون على «فيسبوك» وغيره من مواقع التواصل بين متفهم لرفض مارسيل غناء النشيد الوطني وبين منتقد، فقال المتابع عبده نصر الدين، إن رفض مارسيل غناء النشيد الوطني اللبناني هو رسالة احتجاج على ما وصل إليه لبنان.

إلا أن آخر تساءل عن مدى صحة ما نسب إلى الفنان اللبناني الكبير.

ما صحة ما يقال عن أن الفنان الكبير مارسيل خليفة يرفض أن يبدأ حفلته في مهرجانات بعلبك بالنشيد الوطني ؟ و هل فعلاً صرّح بذلك؟؟

«هوندا» تستعد لغزو الأسواق بسيارة كهربائية أنيقة ومتطورة

تستعد شركة «هوندا» اليابانية لطرح سيارة كهربائية متطورة، قد تصبح المنافس الأول لسيارات «تسلا» الشهيرة.

وستأتي هذه المركبة بهيكل غاية في الأناقة بطول 3.9 م، محيطه وسقفه مصنوعان من الزجاج الشفاف لإعطاء الركاب شعورا بالراحة وتمكينهم من الاستمتاع بالمناظر المحيطة.

والمميز في هذه السيارة أيضا هي أبوابها التي تفتح إلى الخلف، من دون قبضات تقليدية، تعوضها حساسات تستشعر بصمات الأصابع وتفتح وتغلق بسهولة وأمان، كما خلت تلك الأبواب من المرايا الجانبية لتستبدل بكاميرات تظهر محيط السيارة بشكل أوضح. ومن المفترض أن تطرح هذه المركبة بمحرك كهربائي بعزم 150 حصانا، وبطاريات متطورة تكفيها لقطع مسافة تزيد عن 200 كلم بالشحنة الواحدة، حيث يمكن شحن 80% من سعتها في غضون 40 دقيقة فقط.

أما من الداخل فتتسع قمرة هذه المركبة لـ4 ركاب، وسيكون بالإمكان طي الصف الخلفي من المقاعد لتوسيع حجم صندوق السيارة.

«يوتيوب».. مزايا خفية يجهلها كثيرون

يرتاد الناس موقع «يوتيوب» في العادة لأجل مشاهدة مقاطع الفيديو، ويشتركون في القنوات التي يهتمون بها، حتى يتلقوا إشعارات بشأن محتواهم المفضل، لكنهم قد لا يدرون بالكثير من المزايا التي تتيحها أكبر منصة في العالم لمشاهدة المحتوى.

وبحسب موقع «cnet»، فإن إحدى هذه المزايا التي لا نسمع بها، تسمح بتحميل 500 أغنية في المرة الوحيدة، فضلا عن إعادة تشغيل الفيديو من لحظة معينة، وتشغيل الترجمة.

ويصل عدد زوار موقع يوتيوب إلى مليارين في الشهر الواحد، وتحول في العصر الحالي، إلى «بديل» لقنوات التلفزيون التقليدية.

ومن المزايا الكبرى، تحميل 500 أغنية في المرة الواحدة، وهذا الأمر متاح من خلال خاصية تعرف بـsmart download، وبعد القيام بهذه العملية، سيكون بوسعك أن تستمتع إلى هذه الأغاني، حتى وإن لم تكن متصلا بالإنترنت.

وإذا كنت من مشتركي خدمة «يوتيوب ميوزك برميوم»، فمن الوارد أن تكون هذه الميزة متاحة لديك منذ فترة، ويقوم الموقع باختيار الأغاني التي دأبت على الاستماع إليها، ثم يقوم بتحميلها خلال فترة الليل، عند الاتصال من شبكة الـ»واي فاي».

وفي ميزة ثانية، يمكن تشغيل الفيديو من لحظة معينة، فإذا كنت تتابع مقطعا وأردت أن تتقاسم مشهدا معينا مع أصدقائك، فأنت لا تحتاج إلى أن توضح لهم، الدقيقة والثانية، كأن تقول لهم، ابدؤوا من الدقيقة الثانية وعشر ثوان.

ويكفي أن تبعث إليهم برابط، وحين سيقومون بفتحه، سيبدأ على نحو تلقائي، من اللحظة التي أردتها أنت، والقيام بهذا الأمر سهل جدا، ويكفي أن تضيف هذه الجملة القصيرة إلى آخر الرابط t=13m20s وهذه الجملة تشير إلى الدقيقة 13 و20 ثانية، أما أنت فإمكانك أن تختار حسب رغبتك.

وإذا كنت ممن تروقهم الصور المتحركة «GIF»، فإمكانك أن تقوم بالتقاطها وأنت تشاهد مقطع الفيديو على اليوتيوب، وربما تحظى بشعبية واسعة على المنصات الاجتماعية، ويمكن القيام بهذه العملية في ثوان.

وفي بداية العملية، قم بنسخ الرابط الذي تريد أن تلتقط منه الصورة، ثم الصقه في متصفح إنترنت، وأضف عبارة «GIF»، إلى بداية الرابط (كما في الصورة أدناه)، وبمجرد الضغط على زر الدخول، ستجد أنه بإمكانك أن تختار اللحظة المناسبة للصورة المتحركة، وعندها تستطيع الاحتفاظ بها أو مشاركتها مع الأصدقاء.

وفي ميزة أخرى، تستطيع تقديم الفيديو وإعادته إلى الوراء من خلال لوحة المفاتيح، فحين تضغط على زر «J»، يعود المقطع عشر ثوان إلى الوراء، أما عند الضغط على «L»، فيتقدم بعشر ثوان.

ولأنك قد تجد مقطع فيديو مغريا في بعض الأحيان، لكنك تكون مشغولا، يتيح لك «يوتيوب» أن تقوم بحفظه، وستكون قادرا على مشاهدته حتى وإن لم تكن متصلا بالانترنت، لكن هذا الأمر ممكن إذا كنت من مشتركي خدمة «يوتيوب برميوم».

وللاستفادة من هذه الخدمة، ابحث عن التحميل في التطبيق، ثم اختر جودة العرض، ثم سيصبح المقطع في المكتبة، وستستطيع أن تشاهده عندما ترغب في ذلك.

ولأجل مشاهدة مقاطع يوتيوب بجودة عالية على التلفزيون، اذهب إلى الرابط الآتي على الجهاز المتصل بالانترنت (www.youtube.com/tv)، وقم بالتسجيل من حساب غوغل، ثم ستختار جودة عرض الفيديو، وبعد ذلك، ستتابع كافة المقاطع بأفضل جودة متاحة، على نحو تلقائي.

وإذا أردت أن تحصل على شرح للفيديو أو أن تضيف إليه الترجمة المكتوبة، فهذا ممكن أيضا؛ ففي حال أردت الشرح اضغط على «CC» بعد النقر على زر الإعدادت أسفل الفيديو، وسترى الكلام الجاري في الفيديو معروضا على الشاشة، أما إذا أردت الترجمة فاضغط على أيقونة شبيهة بجهاز التشغيل في الأسفل، ثم اختر اللغة التي تريدها.