

## من هي النجمة التركية الأكثر أناقة؟



شريفة خانوم

في مسلسل «نور» التي تميزت باطلالتها الرائعة، ثم عاشقة في مسلسل «إيزل»، وبعدها بدور خانوم في «العشق المنوع»، ثم نور في مسلسل «الشهرة» وبعدها سمر في مسلسل «العشق المنوع».



نور

المسلسلات التركية غزت البلدان العربية بدرجة غير مسبوقة لرومانيتها الشديدة وجمال بطلاتها، لكن من هي نجمة الدراما التركية الأكثر أناقة؟ الإجابة هي خمس بطلات على رأس القائمة: شريفة خانوم

## كيف تغلب على خمول الربيع؟

بأنه «هرمون السعادة»، غير أن الأمر يستغرق بعض الوقت، حتى يتفوق السيروتونين على هرمون الميلاتونين، الذي يولد الشعور بالنعاس، فالجسم يفرز كميات أكبر من الميلاتونين في أشهر الشتاء التي يطول فيها الليل، وتقل فيها أشعة الشمس.

هذا «الصراع» بين السيروتونين والميلاتونين يتسبب في إرهاق الجسم، كما أن الأوعية الدموية تتكيف هي الأخرى مع فصل الدفء من خلال تمددها، ومن ثم ينخفض ضغط الدم، ويشعر الإنسان بالتعب.

يقول شيلبرغ إن «الكثير من الكيتيريا تنشط في درجات الحرارة التي يشهدا فصل الربيع»، في إشارة إلى سبب محتمل آخر وراء الشعور بالتعب. وفي الأغلب لا يلاحظ الناس أنهم مصابون بعدوى ما، فأجسامهم تدافع عن نفسها من دون أن تظهر عليهم علامات المرض، لكنهم يشعرون بالإرهاق والتعب.

كما أن تغيير التوقيت يزيد من صعوبة فصل الربيع بالنسبة للأشخاص الأكثر عرضة للضرر، فقدان ساعة يمكن أن يقلص من نشاطهم لأيام، بل ولأسابيع، نظرا لأن كل شخص سليم له ساعة بيولوجية معينة.

يقول مدير معهد «سينكينبرغ» للأبحاث في فرانكفورت هورست فيرنر كورف «توجد (الساعة البيولوجية) في الطبقة السفلى من المخ، وتحديدًا في منطقة المهاد التحتاني». توجد منطقة المهاد التحتاني أسفل النظام العصبي المستقل، وهي مسؤولة عن بعض الوظائف، مثل الحفاظ على ضغط الدم، والتحكم في وزن الجسم والشهية.

## كشف النقاب عن أسرة أخرى

### للمغنية الأميركية السمراء ريهانا



ريهانا

الكبرى كاندري (32 عاما)، للمرة الأولى. وروت كاندري، المولودة في باربادوس، للصحيفة كيف ذهبت في المرة الأولى لوالدها لتخبره بأنها ابنته من علاقة سابقة لزوجها، حيث لم يكن يعرف بمولدها، وكان ذلك قبل سنوات قليلة من بداية بزوغ نجم ريهانا، كما روت كيف رحب والدها، مصمم وتاجر الملابس، بها وقام بتقديمها لريهانا. أما الأخت الأخرى الخفية من والدها فهي سامانتا (30 عاما) التي انقطع اتصالها بالوالدها بعد انفصاله عن والدتها وانتقاله إلى كندا للعمل كطباخ، ولكنه عاد إلى باربادوس بعدها بسبع سنوات لتعرف ابنته أنه تزوج مونيكا وأنجب ريانا، واسمها الحقيقي روبين.

وعن الإخوة الذكور اتضح أن لريهانا أختا أكبر هو جامي (27 عاما) من والدها أيضا، وذلك بخلاف شقيقها المعروفين روري (21 عاما) وراجاد (15 عاما).

لندن - د.ب.أ: كشفت صحيفة «صن» البريطانية الشعبية عن أسرة خفية مكونة من أخت وأختين للمغنية الأميركية الشهيرة ريهانا في جزيرة باربادوس مسقط رأسها. ورغم الحياة العالمية التي تعيشها المليونيرة ريهانا (23 عاما) بعيدا عن هذه الأسرة، إلا أن الإخوة الثلاثة يدينون بولاء شديد للمغنية الأر آند بي. وكان من المعروف سابقا أن لريهانا شقيقين آخرين أصغر منها سنا من زوج والدها رونالد فينتي الذي استمر 14 عاما بوالدها مونيكا. ولكن امس كشفت صحيفة «صن» عن ثلاثة إخوة لريهانا من والدها، وهم أكبر منها سنا ولكل منهم أم مختلفة، كما أن المغنية السمراء خالة لابنتي أختها الكبرى.

ونشرت الصحيفة صورة لم تنشر من قبل لريهانا وأخري لها مع أسرته الخفية، ومن بينها صورة لريهانا عندما كان عمرها 15 عاما عندما التقت أختها

## نقاد عناوين الإنترنت يهدد استخدامات الشبكة



الخرطوم - أ.ش.أ: هل تخيلت أن يأتي يوم لا تستطيع فيه استخدام خدمات الإنترنت؟ قد يحدث ذلك قريبا بسبب نضوب ونقاد عناوين الإنترنت المتاحة والقابلة للتوزيع عالميا.

هذه المشكلة تشغل الآن خبراء الكمبيوتر على مستوى العالم منذ أن أعلنت المنظمة العالمية لتخصيص أسماء وعناوين الإنترنت عن نفاذ ونضوب عناوين الإنترنت القابلة للتوزيع من الإصدار الرابع.

نضوب العناوين الإلكترونية جاء بسبب زيادة عدد المستخدمين وارتفاع مستويات معيشتهم ورفاهيتهم وبالتالي كثرة عدد الأجهزة التي يلحقونها بالإنترنت من موبايل ولاب توب وكاميرا وغيرها، وكل ذلك زاد من استخدامهم لعناوين الإنترنت. ومع هذا التحذير ظهرت دعوة الخبراء لضرورة قيام الشركات فورا بتجهيز كل إمكانياتها للانتقال للميل التالي الأكثر اتساعا أو ما يسمى بالإصدار السادس لمواجهة المشكلة قبل وقوعها.

هذا التحذير دعا الهيئة القومية السودانية للاتصالات إلى إصدار بيان مؤرخا قالت فيه إنها قد وضعت خطة متعددة المراحل تمتد لخمس سنوات بدءا من هذا العام 2011 من شأنها أن تدعم الانتقال للسلس من الإصدار الرابع لبروتوكول الإنترنت (آي بي في 4) إلى الإصدار السادس منه.

## «مايكروسوفت» تحدث

### المواصفات الفنية لعتاد

### هواتف «ويندوز فون 7»

واشنطن - أ.ش.أ: حدثت شركة مايكروسوفت الأميركية عملاق صناعة البرمجيات في العالم من المتطلبات الدنيا للمواصفات الفنية الخاصة بعتاد أجهزة الهواتف المحمولة المعتمدة على منصة تشغيل «ويندوز فون 7».

ويتطلب التحديث، الذي تم الإعلان عنه خلال أنشطة مؤتمر «ميكس 11»، استخدام الهواتف الذكية التي ستعتمد مستقبلا على منصة «ويندوز فون 7» للجيل الثاني من معالجات «سنابدراجون»، وهو ترقية من معالجات الجيل الأول المستخدمة حاليا في هواتف «ويندوز فون 7».

وتمتاز معالجات الجيل الثاني من معالجات «سنابدراجون» بقدرات أكبر مع استهلاك أقل لطاقة بطارية الهاتف.

وقالت «مايكروسوفت» أنها تعمل مع شركائها من أجل تحقيق أقصى استفادة من أحدث المعالجات الموجودة في السوق في منصة تشغيل الهواتف المحمولة «ويندوز فون 7».

## 30 مليون دولار لترميم أكبر

### حديقة إمبراطورية في العالم

بكين - أ.ش.أ: خصصت الحكومة الصينية 200 مليون يوان (أكثر من 30 مليون دولار) لتمويل 38 مشروعا لترميم المتاحف الصيني الإمبراطوري الكائن في مدينة تشنغده بمقاطعة خبي شمال الصين والذي يعتبر أكبر حديقة إمبراطورية في العالم.

وقال شان جي شياغ مدير إدارة الدولة للتراث الثقافي أمام اجتماع لحماية التراث الثقافي المحلي أنه سيتم تنفيذ 16 مشروعا لترميم تشمل إصلاح جدران المتاحف وكذلك بعض المعابد والطرق، وسيتم الانتهاء من نصف المشاريع هذا العام، بينما من المتوقع أن تكتمل أعمال مشاريع الترميم الأخرى بحلول العام 2014.

وشدد على أن أعمال الترميم ستتبع بصرامة مبادئ الحفاظ على الآثار الثقافية لضمان بقاء كل الآثار على حالتها الأصلية.

## أوبريت فلسطيني يتناول

### محطات من حياة المسيح

رام الله - رويترز: أوبريت فلسطيني يجمع الغناء والتمثيل في سرد المحطات الهامة من حياة السيد المسيح تم تقديمه مساء السبت على خشبة مسرح قصر رام الله الثقافي بمشاركة عشرين ممثلا ومرثلا. ولم تتسع مقاعد المسرح ومجموعها 850 مقعدا للجمهور مما دفع عدد منهم إلى أن يجلس في الممرات. وقالت فاتن خوري مخرجة العمل لـ «رويتز» بعد العرض الذي استمر ساعتين «أردنا في هذا العمل أن نؤكد أن المسيح عليه السلام من أرض فلسطين وأنه تحمل الكثير من العذاب والألم وبقي في هذا البلد. هذه رسالتنا التي شباب اليوم أن يقفوا في هذا البلد ولا يرحلوا منها مهما كانت الظروف صعبة».

وتشير بعض الإحصاءات إلى أن نسبة المسيحيين في الأراضي الفلسطينية تقارب الـ 1٪ بعد كانت تزيد على 10٪ في أوائل القرن التاسع عشر بسبب هجرة الكثيرين لأسباب مختلفة منها الاقتصادية أو بسبب الاحتلال الإسرائيلي وإجراءاته المتعملة في بناء الجدار والحوجز العسكرية وعزل مدينة القدس عن محيطها الفلسطيني.

## جورج مايكل سجل أغنية «أنت وأنا» للعروسين ونائب رئيس الوزراء: يجب تعديل نظام الوراثة

من جهة أخرى قال نائب رئيس وزراء بريطانيا نيك كليج إنه ورئيس الوزراء ديفيد كاميرون يشعرون بأنه يجب تعديل نظام الوراثة للعرش البريطاني، لأنه يبدو قديما إلى حد كبير.

وقال كليج المكلف بالعمل على دراسة هذا التعديل - في حديث لهيئة الإذاعة البريطانية «إن الموضوع يحتاج إلى دراسة متأنية، كما أن قانون البكورة المعمول به الآن يعني أن أكبر الأبناء الذكور يرث العرش قبل أي من البنات».

وأشار إلى أن الأمير وليام وعروسه كيت ميدلتون ربما يرزقان بطفلة كاول أبنائهم على سبيل المثال، كما أن معظم الناس في العصر الحالي سيبدأون في الجدال حول لم لا تغير القواعد لتتولى هي الملكة؟

وأردف قائلا: «إن هذا يعد من الأشياء التي قد تؤثر على دول أخرى مثل نيوزلندا وكندا وأستراليا. لهذا فإن المناقشات تدور الآن حول هذه الأمور مع حكومات تلك الدول».

من جهة أخرى أعلن قصر سانت جيمس المقر الرسمي لولي العهد البريطاني أن الأمير هاري تمت ترقيته إلى رتبة نقيب بعد إكماله خمس سنوات من الخدمة في الجيش البريطاني.

واشنطن - يو.بي.أي: قال المغني البريطاني جورج مايكل انه سجل أغنية النجم الأميركي ستيفي ندر «أنت وأنا» تكريما للامير وليام وعروسه كيت ميدلتون اللذين سيبتوجان قريبا.

وأوضح مايكل في مقابلة مع بيرس مورغن على شبكة «سي. إن. إن» الأميركية انه سيطلق الأغنية ليتمكن الراغبون من تنزيلها عن الإنترنت مجانا لكنه طلب من كل محبيه التبرع لجمعية خيرية أسسها العروسان.

وأشار إلى أن ندر تنازل عن حقوقه في الأغنية «لوقت طويل بعد الزفاف الملكي».

وشدد مايكل على انه «مسرور بشكل لا يصدق» بسبب الزفاف الملكي، مضيفا انه «متأكد» ان صديقته الأميرة الراحلة ديانا «كانت ستحب ما يحصل وتحب الأغنية هذه».

وأعلن مايكل قبل عدة أسابيع عن عزمه إطلاق أغنية عبر موقع تويتر بالتزامن مع الزفاف الملكي.



وليام وكيت

## الشرطة الأميركية توقف نيكولاس كيدج

### بتهمة السكر والعنف المنزلي

منطقة فريش كورتر. وقال المتحدث باسم شرطة نيو أورليانز غاري فلووت في بيان مكتوب إن النجم السينمائي البالغ من العمر 47 عاما وضع في الحجز للاشتباه في ضلوعه في عنف منزلي والأخال بالسلام والظهور علنا في حالة سكر.

وأمر كيدج بالثبوت أمام محكمة في 31 مايو.

وجاء في البيان أن كيدج لوحظ في جدال محتدم مع منطقة فريش كورتر. وقال المتحدث باسم شرطة نيو أورليانز غاري فلووت في بيان مكتوب إن النجم السينمائي البالغ من العمر 47 عاما وضع في الحجز للاشتباه في ضلوعه في عنف منزلي والأخال بالسلام والظهور علنا في حالة سكر.

وأمر كيدج بالثبوت أمام محكمة في 31 مايو. وجاء في البيان أن كيدج لوحظ في جدال محتدم مع منطقة فريش كورتر. وقال المتحدث إنه لا توجد أي إصابات ظاهرة على زوجة كيدج.

ويشتهر كيدج وهو قريب المخرج فرانسيس فورد كوبلا بأفلام «تربية اريزوننا» و«اختفى في 60 ثانية» و«الكنز الوطني».

ورشح مرتين لنيل جائزة الأوسكار وفاز بالجائزة عن قيامه بدور سكير فقير في فيلم مغامرة لاس فيغاس عام 1995.

نيو أورليانز - رويترز: أعلنت الشرطة الأميركية توقيف الممثل نيكولاس كيدج، الحاصل على جائزة أوسكار، في ولاية نيو أورليانز، بعد شجار مع زوجته وهو تحت تأثير الخمر في

منطقة فريش كورتر. وقال المتحدث باسم شرطة نيو أورليانز غاري فلووت في بيان مكتوب إن النجم السينمائي البالغ من العمر 47 عاما وضع في الحجز للاشتباه في ضلوعه في عنف منزلي والأخال بالسلام والظهور علنا في حالة سكر.

وأمر كيدج بالثبوت أمام محكمة في 31 مايو.

وجاء في البيان أن كيدج لوحظ في جدال محتدم مع



نيكولاس كيدج

## حياة «شاوسيسكو» في فيلم سينمائي

باريس - أ.ش.أ: يعرض حاليا في دور العرض السينمائي الفرنسي الفيلم الثالث للمخرج الروماني «اندرية اوجيكا» للديكتاتور الروماني السابق نيكولاي شاوسيسكو الذي أعدها عام 1989.

وقصة الفيلم عبارة عن سيرة ذاتية وبورتريه لحاكم رومانيا والذي اعتمد فيه على الأرشيف والصور التي التقطت للديكتاتور السابق من أرشيف التلفزيون والسينما.

ويهدف الفيلم إلى تعريف شباب رومانيا بهذا الديكتاتور الذي ولد عام 1918 وتولى الرئاسة عام 1965، وقد عقدت رومانيا في عهده عدة علاقات مع الدول الغربية المجاورة مما تشير إلى استقلاليتها عن موسكو.

وقد اتهم عام 1968 بالتدخل العسكري في تشيكوسلوفاكيا، ثم بدأ الفرور والعظمة تسيطر ان عليه مما تسبب في انقلاب شعبه عليه والمطالبة بإلغائه ثم أعدامه.



## حلاقة شعر الزبائن بالنار!

كما في الصورة ولا يقتصر الأمر على الرجال فقط ولكن يشمل تصفيف شعر النساء أيضا.

تقاليع الحلاقين في العالم كثيرة لكن أغربها أن تتم حلاقة شعر رأس الزببون باستخدام النار