

د. دينا الشامي: نحتفل بمرور 9 سنوات على إنشاء مركز ليناز آند دينا للتعذية

صرحت المدير التنفيذي لمركز ليناز آند دينا للتعذية د. دينا الشامي قائلة: نحتفل في عام 2015 بمرور 9 أعوام على افتتاح مركز ليناز آند دينا للتعذية، اننا لا نحتفل بمرور على التأسيس وحسب بل نحتفل بما أنجزناه أيضا خلال هذه الرحلة، وهذا الاحتفال هو بداية جديده لترسيخ الفكرة، واعطاء دفعة قوية للاستمرار، وتقديم المزيد، فهي بالنسبة لنا مجرد البداية.

وأكدت الشامي: بدانا هذا المشروع وأمامنا عينا مزيح من الأهداف ودوافعها انسانية بالكامل حيث إننا من الأوائل الذين تخصصوا في مجال التغذية الصحية والتغذية العلاجية، وقمنا برحلة كبيرة في هذا المجال على المستوى المهني، ولكننا كنا جزءا من شركات أخرى لا نستطيع من خلالها أن نتحرك بحرية لتقديم المزيد ولدعم الاتجاه الذي نرغب فيه وتقديم أحدث ما توصل اليه العالم في مجال التغذية واستخدام أفضل الطرق في إنشاء مركزنا الخاص، والذي نستطيع من خلاله تحقيق أقصى درجات الاحترافية والمهنية ولرفع مستوى هذه الخدمة التي نؤمن بأنها حق أصيل أن يحصل عليه كل إنسان حين الحاجة لذلك. وفي بداية هذه الرحلة أسسنا قواعد صارمة لتحقيق أقصى درجات الجودة حيث نقوم بتطويرها عاما بعد الآخر وهي الآن نموذج نفخر به من حيث الجودة، كما أننا كسرنا التصور المسبق الخاص بالنظم الغذائية التقليدية حيث أثبتنا بالدليل العملي أن الشخص يستطيع أن يستمتع بجودة الطعم ورفيقه أثناء اتباعه لنظام غذائي مناسب وليس ألام على هذا من قائمة طعامنا

الجديدة التي تحوي أكثر من 210 أطباق رئيسية من كل أنحاء العالم استغرق إعدادها وتحضيرها أكثر من 5 أشهر بمساعدة محترفين في مجال التغذية الصحية من فرنسا. وأوضحت الشامي أن الخدمات التي نقدمها الآن هي الأعلى مستوى والأجهزة التي نستخدمها هي الأكثر تطورا أيضا بل وندعو الجميع إلى هذه الأجهزة والخدمات بل نقوم بعمل زيارات ميدانية للعملاء لمطبخنا المركزي في أي وقت للتعرف على مراحل عملية الإعداد، أنها الشفافية والذقة التي يجب أن تكون حاضرة في مجال مثل المجال الذي نعمل فيه، احتفالنا هذا العام مختلفة فنحن نحتفل أيضا بفرعنا الجديد في مجمع الحمرا بمنطقة شرق في برج رجال الأعمال الدور 19، نحتفل بتقديم أفضل العروض أيضا على برامجنا فنحن نعمل ما بوسعنا لتشجيع الجميع على أن يعود على نظام غذائي صحي موثوق به ومدعوم بجانب استشاري قوي ومتابعة دقيقة لكل شخص حسب حالته وطبيعة جسمه.

وأكدت الشامي: بدانا هذا المشروع وأمامنا عينا مزيح من الأهداف ودوافعها انسانية بالكامل حيث إننا من الأوائل الذين تخصصوا في مجال التغذية الصحية والتغذية العلاجية، وقمنا برحلة كبيرة في هذا المجال على المستوى المهني، ولكننا كنا جزءا من شركات أخرى لا نستطيع من خلالها أن نتحرك بحرية لتقديم المزيد ولدعم الاتجاه الذي نرغب فيه وتقديم أحدث ما توصل اليه العالم في مجال التغذية واستخدام أفضل الطرق في إنشاء مركزنا الخاص، والذي نستطيع من خلاله تحقيق أقصى درجات الاحترافية والمهنية ولرفع مستوى هذه الخدمة التي نؤمن بأنها حق أصيل أن يحصل عليه كل إنسان حين الحاجة لذلك. وفي بداية هذه الرحلة أسسنا قواعد صارمة لتحقيق أقصى درجات الجودة حيث نقوم بتطويرها عاما بعد الآخر وهي الآن نموذج نفخر به من حيث الجودة، كما أننا كسرنا التصور المسبق الخاص بالنظم الغذائية التقليدية حيث أثبتنا بالدليل العملي أن الشخص يستطيع أن يستمتع بجودة الطعم ورفيقه أثناء اتباعه لنظام غذائي مناسب وليس ألام على هذا من قائمة طعامنا



د. دينا الشامي

Fendi نحتفل بعيد الحب مع إصدارات من Momento Fendi لدى روائع جنيش

عبد الحب كما يوحي اسمه يدور حول معاني الحب والرومانسية، وربما أيضا لقاء في الخفاء، والأز، واحتفالاً بهذا اليوم العالي، تتشرف علامة Fendi النقاب عن إصدارين محددين مفاجئين من ساعات Momento Fendi بدرجات الأحمر والأبيض، لتحتفل بالوقت بأسلوب جديد جريء، ساعتان حصرتان تتألفان ببريق الألماس وتعكسان المهارة الحرفية الاستثنائية التي تشتهر بها العلامة من خلال أساور الساعة الرائعة ذات الانحساءات المميزة. كما يمتاز هذان الإصداران بميزة ظهور شعار Fendi للمحة خاطفة، وذلك عندما يلتقي عقربا الدقائق والثواني. تم تصميم كل موديل بإصدار محدود ومرقم من 50 قطعة، مرفق مع شهادة خاصة بالإضافة إلى ملاحظة شخصية موقعة من سيلفيا فنورتوني فندي.

عبد الحب كما يوحي اسمه يدور حول معاني الحب والرومانسية، وربما أيضا لقاء في الخفاء، والأز، واحتفالاً بهذا اليوم العالي، تتشرف علامة Fendi النقاب عن إصدارين محددين مفاجئين من ساعات Momento Fendi بدرجات الأحمر والأبيض، لتحتفل بالوقت بأسلوب جديد جريء، ساعتان حصرتان تتألفان ببريق الألماس وتعكسان المهارة الحرفية الاستثنائية التي تشتهر بها العلامة من خلال أساور الساعة الرائعة ذات الانحساءات المميزة. كما يمتاز هذان الإصداران بميزة ظهور شعار Fendi للمحة خاطفة، وذلك عندما يلتقي عقربا الدقائق والثواني. تم تصميم كل موديل بإصدار محدود ومرقم من 50 قطعة، مرفق مع شهادة خاصة بالإضافة إلى ملاحظة شخصية موقعة من سيلفيا فنورتوني فندي.



عيشوا لحظات خاطفة مع Momento Fendi

تماما كما يعد المحبون الثواني حتى موعد الساعة التالي، فإن حاملي ساعة Momento Fendi بإصدارها المحدود يعدون الثواني على قرص الساعة الساحر انتظارا لظهور شعار Fendi للحظة خاطفة عندما يلتقي عقربا الدقائق والثواني. هذا التصوير الفريد لشعار العلامة المميز يأتي تأكيدا على سعي Fendi Timepieces لارتقاء بمعايير الإبداع والحرفية. وتتمتع الساعة بطابع مرح جذاب كلما التقى العقربان لتدهش حاملها وتبهجه مثل رسالة خفية تظهر لوهلة وسرعان ما تختفي.

ومن جهة أخرى، تركز العلامة أيضا على استخدام الخامات الكريمة والمواد غير المتوقعة في سوارها للساعة الفاخرة الفريدة في هذين الإصدارين المحدودين، حيث تأتي الساعة الأولى بسوار مصنوع من جلد التمساح وجلد العجل. ويأتي السوار الثاني من جلد التمساح في شكل مميز على شكل ذيل التمساح. يمثل هذا الشكل الاستثنائي

«ليالينا» تحتفل بعيد الأم مع «ماما أنيسة»

حلت «ماما أنيسة» نجمة على غلاف مجلة «ليالينا» لعدد مارس وذلك احتفالاً بعيد الأم... فبعد غياب فترة عن الساحة الإعلامية، أطلقت «ماما أنيسة» عبر مجلة «ليالينا» لتستعيد ذكريات الماضي وعلاقتها بالأطفال والمحبة التي تجمعها بالشعب الكويتي والمقيمين على أرضه. فضلا عن هذا اللقاء وجلسة التصوير المميزة جدا مع «ماما أنيسة»، يضم العدد العديد من المواضيع الغنية والخاصة بعيد الأم، منها ملف خاص حول الحمل والأمومة، إلى جانب المقابلات الحصرية، أبرزها لقاء خاص مع الشحنة فاطمة مبارك الجابر ومصممة الأزياء السعودية العنود بدر المعروفة باسم الليدي فوزا. ويضم العدد أيضا تحفيقا خاصا عن أسبوع الموضة الباريسي وصفحات المجتمع التي تميز المجلة.



علم النفس

الاضطراب الثنائي القطبية

الرياضة. ينبغي على المرضى أن يتعلموا اكتشاف بوادر وتحذيرات لقرب إصابتهم بنوبات الجنون أو الاكتئاب. فهذا يسمح لهم بطلب الحصول على المساعدة قبل أن يدخلوا السيطرة على أنفسهم.

دعم الأصدقاء والأسرة

قد لا يفهم الأهل والأصدقاء معنى الاضطراب الثنائي القطبية في البداية. وقد يشعرون بالإحباط عند مشاهدتك تتعرض لنوبات الاكتئاب، أو قد يشعرون بالخوف عند مشاهدتك تتعرض لنوبات الجنون. لكن إذا بدل المريض الجهد اللازم لكي يشرح لأحبائه معنى المرض وآثاره عليه، فمن المؤكد أنهم سيتفهمون الموقف، فوجود نظام دعم ومساعدة قوي يساعد بشكل كبير الأشخاص الذين يعانون من اضطراب ثنائي القطبية وأكثر حماسا للتحكم في حالتهم.

لتجنب الانتكاس. العلاج الاستراتيجي للاضطراب ثنائي القطبية

العلاج بالكلام قد يساعد المرضى على الاستمرار في تعاطي الدواء ومواكبة تأثيرات الاضطراب على عملهم وحياتهم الأسرية. أما العلاج الاستراتيجي فيركز على تغيير الأفكار والسلوكيات التي تصاحب تقلبات المزاج، ويهدف إلى تخفيف الضغط الناتج عن إصابة الشخص بالاضطراب الثنائي القطبية، بما يؤثر إيجابيا على العلاقات الشخصية للمريض ويساعدهم على تطوير إجراءات وتبنيه يومية لتسهيل الحياة.

استراتيجيات أسلوب الحياة مع الاضطراب ثنائي القطبية

يمكن تطوير إجراءات روتينية يومية راسخة لمساعدة المرضى في إدارة إصابتهم بالاضطراب الثنائي القطبية. وينبغي أن تضمن النوم الكافي، والوجبات الغذائية المنتظمة، وممارسة

زيادة مفردة في النشاط. وهذه النوبات أكثر شيوعا لدى الأشخاص الذين يصابون بالاضطراب الثنائي القطب في سن مبكرة، وخاصة خلال فترة المراهقة.

أسباب الاضطراب الثنائي القطبية

لم يحدد الأطباء بالضبط أسباب الإصابة بالاضطراب الثنائي القطبية. وهناك نظرية رائدة تقول إنها ناجمة عن حدوث تطورات غير طبيعية في المواد الكيميائية الموجودة في الدماغ. فعندما يرتفع مستوى بعض المواد الكيميائية، يعاني المريض من نوبة جنون، وعندما ينخفض مستوى مواد أخرى، فقد يعاني من نوبة اكتئاب.

الاضطراب ثنائي القطبية والحياة اليومية

الإصابة بالاضطراب الثنائي القطبية يؤدي إلى تعطيل إنجاز الأهداف المزمعة، سواء في العمل أو في المنزل. ففي أحد الاستطلاعات، أكد حوالي 88٪ من المرضى أن هذا المرض قد أثر سلبيا على حياتهم المهنية. فالتقلبات المزاجية الحادة وغير القابلة للتنبؤ قد تسبب في تجنب زملاء العمل للتعامل مع المريض، وكذلك قد تؤدي إلى إخافة الأهل والأصدقاء من المريض، كما أن الأشخاص الذين يعانون من اضطراب ثنائي القطبية يصبحون أيضا عرضة للإصابة باضطرابات القلق.

أدوية الاضطراب ثنائي القطبية

الأدوية هي المفتاح في مساعدة الناس الذين يعانون من اضطراب ثنائي القطبية على العيش بطريقة مستقرة ومنتجة. فيمكن لأدوية تثبيت الحالة المزاجية العمل على تطهير تقلبات الصعود والهبوط الحادة، والتحولت الشديدة بين نوبات الجنون والاكتئاب. وعلى المريض أن يستمر في تعاطي الدواء

المرضى إلى الشعور بالبهجة ويعتقدون أن بإمكانهم إنجاز أي شيء. وهذا يمكن أن يؤدي بهم إلى الإحساس بتضخم في تقدير الذات، والشعور بالإثارة، وانخفاض الحاجة إلى النوم، والتصرف بطريقة مبالغ في الحميمية مع الآخرين، مع سهولة التشتت والتوهان، والشعور بجريان الخواطر في ذهن بشكل محموم. كما تظهر لديهم بعض السلوكيات الطائشة، مثل الإنفاق العبي للأموال، والنزوات الجنسية المنحرفة، والقيادة السريعة، وتعاطي المخدرات. فإذا ما اجتمعت ثلاثة أو أكثر من هذه الأعراض معا، تقريبا بشكل يومي، لمدة أسبوع، كان هذا مؤشرا إلى وجود نوبة جنون.

نوعان من الاضطراب ثنائي القطبية

يتعرض الأشخاص الذين يعانون من الاضطراب الثنائي القطبية من النوع الأول لنوبات من الجنون أو نوبات يختلط فيها الجنون بالاكتئاب، وغالبا ما تعتر بهم أيضا نوبة واحدة أو أكثر من نوبات الاكتئاب. أما الأشخاص الذين يعانون من النوع الثاني من الاضطراب الثنائي القطبية، فإنهم يتعرضون لنوبات اكتئاب رئيسية مع نوبات جنون أقل حدة، فهم يعانون من نوبات جنون خفيفة وأقل حدة، ولا تستمر إلا لأقل من أسبوع، وفيها تبدو على المريض أعراض وكأنه يستمتع بوقته بكل سعادة أو كأنه شخصية ساهرة ويتمتع بروح الفكاهة.

أعراض مرحلة الاكتئاب

إذا ما استمر الشخص الذي يعاني من اضطراب الثنائي القطبية، من دون علاج، فقد يواجه نوبات شديدة من الاكتئاب. وتشمل أعراضه الشعور بالحزن، والقلق، وانخفاض الطاقة، واليأس، وصعوبة التركيز. حيث يفقد المرضى الاهتمام بالنشاطات التي كانت ممتعة لهم في السابق. وتحدث لهم حالات من اكتساب الوزن وفقدانه، ومن الإفراط في النوم والتفريط فيه، وكذلك التفكير في الانتحار.

أعراض مرحلة الجنون

خلال مرحلة الجنون، يميل



د. ماريا جرامينو

كتبت د. ماريا جرامينو إحصائية نفسية إكلينيكية - معالجة نفسية إستراتيجية دكتوراه في علم النفس للفنون والآداب

الاضطراب الثنائي القطبية

الاضطراب الثنائي القطبية، وهو ما يسمى أحيانا «الاكتئاب الجنوني»، هو حالة من الارتباط النفسي التي ينجم عنها تقلبات حادة في مزاج المريض من النقيض للنقيض.

وهي تشبه ركوب أفعوانية دوارة لكن بسرعة بطيئة، حيث يستغرق الإنسان أسابيع يشعر بالسعادة وكأنه على قمة العالم، ثم ما لبث أن يغرق في اكتئاب عميق. وتختلف ارتفاعات وانخفاضات قمم شخص السعادة والاكتئاب، اختلافًا كبيرا من شخص إلى آخر.

إذا ما استمر الشخص الذي يعاني من اضطراب الثنائي القطبية، من دون علاج، فقد يواجه نوبات شديدة من الاكتئاب. وتشمل أعراضه الشعور بالحزن، والقلق، وانخفاض الطاقة، واليأس، وصعوبة التركيز. حيث يفقد المرضى الاهتمام بالنشاطات التي كانت ممتعة لهم في السابق. وتحدث لهم حالات من اكتساب الوزن وفقدانه، ومن الإفراط في النوم والتفريط فيه، وكذلك التفكير في الانتحار.

أعراض مرحلة الجنون

خلال مرحلة الجنون، يميل



Drop of Change

www.dropofchange.com.kw
 ● 22444428 - 22444429
 ● 60495750
 ● الشرق - شارع الخليج - عمارة 1 - برج أحمد - الدور 12

«الأهلي» يرعى معرض الكويت السنوي الأول للتذوق



قطع كيكة الاحتفال



عبدالله العنزي يفتتح معرض التسوق الأول (أحمد علي)



وقدم المعرض في صالة الضيافة مجموعة متنوعة من الزوار مجموعة متنوعة من المأكولات وصفات الطبخ المتعددة من مطاعم عالمية ومحلية، فيما تم توزيع الجوائز القيمة لأصحاب الحظ السعيد.

وأبندى العنزي تفاعله بنجاح «معرض التذوق» خاصة أنه يضم العشرات من العلامات التجارية الكبرى، إضافة إلى الماركات العالمية الفاخرة التي تحظى بشغف الكثيرين من هواة السيارات الفاخرة أو الأزياء الأنيقة ومجموعة من مشاهير العالم في الطبخ وزاد بان الهدف من المعرض تقديم هؤلاء المشاهير الفائزة للفنادق والمطاعم الكبيرة وللزوار.

العنزي متوسطا فريق عمل البنك الأهلي



متابعة من الحضور

أحد الأجنحة