



مجليات

آخر الأخبار المحلية زوروا موقعنا على
www.alanba.com.kw/Local

الكويت تشارك في اجتماعات المجلس التنفيذي لـ «إيسيسكو»

تشارك الكويت ممثلة بوزارة التربية واللجنة الوطنية الكويتية للتربية والعلوم والثقافة في أعمال الدورة الـ 39 للمجلس التنفيذي للمنظمة الإسلامية للتربية والعلوم والثقافة (إيسيسكو) ومؤتمرها العام الـ 13 في المغرب خلال الفترة بين 8 و12 الجاري. ويتراس وفد الكويت المشارك وكيل وزارة التربية المساعد للتنمية التربوية والأنشطة فيصل مقصيد والوكيل وعضو المجلس التنفيذي للإيسيسكو وأمين عام اللجنة الوطنية الكويتية للتربية والعلوم والثقافة نادية الوزان.



تدريبات على التقديم

الأكاديمية الدولية للإعلام تفتح باب التسجيل لدراسة فنون الإعلام

الخريجين لإعطائهم الفرصة للمشاركة في الأعمال الدرامية التي تقوم بإنتاجها النظائر.

ستؤهلهم لاكتساب الحرفيات في أقل فترة زمنية ممكنة وذلك من خلال الورش الإبداعية المكثفة والتدريبات العملية المركزة. وقد أكد رئيس مجلس إدارة مجموعة النظائر الإعلامية يوسف الرفاعي عن عزمه بعد انتهاء البرنامج التدريبي اختيار الموهوبين من خريجي

أعلنت الأكاديمية الدولية للإعلام عن فتح باب التسجيل لاستقبال دفعة جديدة في تخصصات التصوير والإضاءة والإخراج والمونتاج وهندسة الصوت وتصميم أفلام الحركة المجسمة 3D Animation.

كما فتحت الأكاديمية باب التسجيل للدورات المكثفة لاستقبال دفعة جديدة في تخصص التمثيل الدرامي التلفزيوني والمسرحي والتقديم الإذاعي والتلفزيوني والتصوير الفوتوغرافي لتدريب الموهوبين والطموحين من الشباب والشابات على فنون التمثيل الدرامي والإلقاء والتقديم الإخباري والبرامج الحوارية والتي يتم من خلالها دراسة مجموعة من الحرفيات مثل فنون الإلقاء والتمثيل المسرحي والتلفزيوني والتي



جانب من التدريبات العملية

اختصاصية العلاج النفسي والبروفيسور المساعد بالجامعة الأمريكية د. جوليت: «الكآبة» منتشرة في الكويت وأغلب المصابين بها يخشون اللجوء للطبيب

تقبل العلاج هو الإنسان الذي تكون حالته المعنوية مرتفعة». واختصت د. جوليت مسألة الإدمان الإلكتروني بجزء من حديثها، لافتة إلى أن أخطر الفئات إدمانها هي الأطفال، مشيرة إلى أن الطفل قد يصل إلى مرحلة تفصيل اللعب بالهواتف الذكية عن الذهاب إلى المدرسة، حيث مثلا على مداومة استخدام الأجهزة الذكية وعليه لا يكون هناك تقبل لفكرة انصاله عنده، ولهذا لابد أن يعتمد الأهل على تقبل لفكرة انصاله بشكل تدريجي بتحديد أوقات لاستخدامه وتقليلها وصولاً لمنعه وقت الدراسة.

برنامجه يشمل كتابة كل ما يتسبب في الشعور بالضغط، وإدخال نظام رياضي بمراسمة الوجيا أو أي رياضة روحية تعطي إحساساً بالاسترخاء، والاجتماع مع الأشخاص الذين يجعلون الشخص يشعر بالإيجابية، كذلك لابد من أن يشعر الشخص بجسده ومدى تحمله حتى لا يعمل أكثر من طاقته، وتنفيذ هذا البرنامج يفتح المجال لتغيير في نمط الحياة وبالتالي تغيير المشاعر السلبية التي تشعر الشخص بالضغط التي تنقله وتؤثر على أدائه.

برنامجه يشمل كتابة كل ما يتسبب في الشعور بالضغط، وإدخال نظام رياضي بمراسمة الوجيا أو أي رياضة روحية تعطي إحساساً بالاسترخاء، والاجتماع مع الأشخاص الذين يجعلون الشخص يشعر بالإيجابية، كذلك لابد من أن يشعر الشخص بجسده ومدى تحمله حتى لا يعمل أكثر من طاقته، وتنفيذ هذا البرنامج يفتح المجال لتغيير في نمط الحياة وبالتالي تغيير المشاعر السلبية التي تشعر الشخص بالضغط التي تنقله وتؤثر على أدائه.

حنان عبدالمجيد

أكدت اختصاصية العلاج النفسي بروفيسور مساعد في الجامعة الأمريكية د. جوليت دنكا انتشار مرض الكآبة «الاكتئاب»، في الكويت وكذلك الوسواس خاصة فيما يتعلق بالإنعكاس، مبينة أن الكآبة والتوتر تنتشر بنسبة 60 إلى 70٪ من رواد العيادة.

وأضافت أن الكثيرين يرفضون اللجوء إلى طبيب للعلاج، معتقدين أن اللجوء إلى طبيب يعني اللجوء إلى طبيب نفسي، وهو أمر لا يروق لهم، رغم ارتفاع معدل الوعي بين فئات المجتمع، ولابد لأي شخص يعاني من أعراض الكآبة أو غيرها من الأمراض النفسية اللجوء لطلب المساعدة العلاجية، خاصة إذا كان المرض يؤثر في حياته حيث لا يستطيع ارتداء عمله أو النوم بشكل جيد وعدم الاستمرار في الحياة بشكل طبيعي فهذا يعني ضرورة طلب المساعدة الطبية، وليس فقط اللجوء للحديث مع الأصدقاء والبحث عن حلول بديلة.

وقالت إن «الكثيرين يخافون من وصمة الجنون حيث لا يذهبون للطبيب النفسي بالرغم من أن رواد العيادة في مكان الانتظار لن يجدوا شخصا مجنوناً بينهم، فكل منهم يعاني مشكلة صحية مثل الكثير من المرضى في عيادات طبية أخرى مختلفة التخصصات، والمرضى النفسي حين يلجأ للطبيب يبدأ بالحديث نجد قائمة من الأسباب تمثل عائقاً أمامه في ممارسة الحياة الطبيعية، وكذلك افتقاد الطاقة لتحمل كل ما يواجهه حتى الأمور العادية وهذا يعني أن الشخص يمر بمرحلة صعبة يحتاج إلى المساعدة، والطبيب هنا يمثل عنصر دعم بدءاً من الاستماع إلى ما يعاني منه المريض، وصولاً إلى البحث عن حلول سواء بتغيير السلوك أو حتى العلاج الدوائي».

وأشارت د. دنكا إلى أن ضغوط الحياة من أهم ما يؤثر على أداء الإنسان في الحياة، مؤكدة أنه يمكن السيطرة على الضغوط التي تواجهها بعمل

عبرت عن أسفها من أن غالبية الأسر لا تتخذ أي خطوة لإبعاد الأجهزة الذكية عن الأولاد حينما يرفضون تركها ويفضلون انشغال الطفل بها خاصة إذا كان الطفل كثير الحركة ومزعجاً، وكذلك أن كان الوالدان يعملان ويفضلان الهدوء وقت العودة من العمل وإبعاد الطفل باللهو مع الأجهزة الذكية، ولكن لابد من تحديد وقت اللعب بالجهاز والتمسك بالوقت المحدد وعدم الاستجابة لبقاء وإزعاج الطفل الذي يرفض ترك الجهاز، حتى يتعلم الطفل تنظيمه وأخذ كل ما يقوله من مأخذ الجد.



اختصاصية العلاج النفسي بروفيسور مساعد في الجامعة الأمريكية د. جوليت دنكا

مشاهدة الفيديو
يمكن استخدام QR كود أو

رئيس التحرير استقبل نائب رئيس بعثة اليابان



رئيس التحرير الزميل يوسف خالد المرزوق مستقبلاً نائب رئيس البعثة في السفارة اليابانية تاداشي فوجيوارا والسكرتير الثاني هيروكاو تاكاتيرا



السكرتير الثاني في السفارة هيروكاو تاكاتيرا



نائب رئيس البعثة في السفارة اليابانية تاداشي فوجيوارا

المشترك. وقد أشاد نائب رئيس البعثة في السفارة اليابانية تاداشي فوجيوارا بدور «الانباء» في تسليط الضوء على مختلف القضايا.

الضوء على القضايا المشتركة. كما تطرق اللقاء إلى استعراض العلاقات الثنائية بين الكويت واليابان، وعدد من القضايا الإقليمية والدولية ذات الاهتمام

وتناول اللقاء بحث سبل تعزيز مجالات التعاون الإعلامي بين «الانباء» والسفارة اليابانية في مختلف القضايا التي تهم الجانبين، إيماناً بأهمية دور الإعلام في تسليط

استقبل رئيس التحرير الزميل يوسف خالد المرزوق نائب رئيس البعثة في السفارة اليابانية تاداشي فوجيوارا، والسكرتير الثاني في السفارة هيروكاو تاكاتيرا.

نائب المدير العام في «الخارجية الألمانية» أشاد بالعلاقات القوية بين البلدين اندرياس كوني: الكويت تلعب دوراً رائداً في مجلس الأمن ونتطلع لتعزيز التعاون معها بعد حصول ألمانيا على مقعد غير دائم

تعاوننا مع الكويت، وبخصوص قضية إصلاح مجلس الأمن وتحسين أدائه وهل ستكون على أولويات ألمانيا خلال عضويتها غير الدائمة في مجلس الأمن، قال إن قضية إصلاح مجلس الأمن قضية كانت ألمانيا وما زالت تطالب بها وتتبنها لعشرات السنوات، ولكن في الحقيقة انها عملية معقدة وتحتاج إلى أصوات ثلثي أعضاء الجمعية العمومية والحصول على هذا العدد من 193 دولة ليس هيناً، وهذه العملية تستغرق وقتاً وهي تبحث في الجمعية العمومية وليس في مجلس الأمن، ولكننا سنذفع بقوة أن يحاط مجلس الأمن بهذه الإصلاحات المقترحة من قبل الجمعية العمومية وهذا يحتاج لعمل ديبلوماسي كبير لتحدث مباشرة مع جميع الدول الأعضاء التي لدينا علاقات سياسية معها، وسنعمل على جعل مجلس الأمن أكثر انفتاحاً.



نائب المدير العام في الخارجية الألمانية اندرياس كوني والسفير كارلفريد بيرغر

ورداً على سؤال حول إذا ما كانت قضية اللاجئين حاضرة في اجتماعه مع مسؤولي الخارجية الكويتية، أوضح أن الوضع في سورية مهم جداً وله أولوية في الحكومة الألمانية حيث أن بلاده لديها أكثر من 500 ألف لاجئ، لافتاً إلى أن هذا الموضوع كان حاضراً في اللقاء فلكويت وألمانيا من كبار الدول المانحة بغيره من التخليف من آلام المتضررين من الصراعات والحروب وما يهيمنا على الصعيد السوري هو التخليف من معاناة الناس واحتياجاتهم بغض النظر عن بقول الحكم الأن أو في المستقبل، ولذلك سنستغل فترة العام الذي سيجتمع مع الكويت في مجلس الأمن لتعزيز التعاون المشترك.

نائب المدير العام في الخارجية الألمانية اندرياس كوني والسفير كارلفريد بيرغر

ورداً على سؤال حول إذا ما كانت قضية اللاجئين حاضرة في اجتماعه مع مسؤولي الخارجية الكويتية، أوضح أن الوضع في سورية مهم جداً وله أولوية في الحكومة الألمانية حيث أن بلاده لديها أكثر من 500 ألف لاجئ، لافتاً إلى أن هذا الموضوع كان حاضراً في اللقاء فلكويت وألمانيا من كبار الدول المانحة بغيره من التخليف من آلام المتضررين من الصراعات والحروب وما يهيمنا على الصعيد السوري هو التخليف من معاناة الناس واحتياجاتهم بغض النظر عن بقول الحكم الأن أو في المستقبل، ولذلك سنستغل فترة العام الذي سيجتمع مع الكويت في مجلس الأمن لتعزيز التعاون المشترك.

نائب المدير العام في الخارجية الألمانية اندرياس كوني والسفير كارلفريد بيرغر

فحص «الماموجرام» يكشف 85-90٪ من حالات سرطان الثدي

للداخل، خروج إفرازات من الحلمة، ووجود كتلة بالإبط. وشددت على أهمية فحص الماموجرام، مبينة أن هذا الفحص يساعد على اكتشاف 85 إلى 90٪ من الحالات المصابة بالمرض، كما أنه يساهم أيضاً في تقليص نسبة الوفيات السرطانية وإنقاذ حياة ما بين 20 - 30٪ من الحالات، مؤكدة أيضاً أهمية الفحص الدوري الذاتي للنساء لأنفسهن، كونه يساعد المرأة في التعرف على أي تغيرات في الثدي في بدايتها ومن ثم مراجعة الطبيب والاكتشاف المبكر للأورام السرطانية حال وجودها.

أشهر الخرافات المتداولة عن الأمراض السرطانية التي أصبحت تروى في المشاركات، بينما شهد اليوم الثاني إقامة لقاء توعوي حضره أكثر من 100 طالبة وعدد من المعلمات. وبدورها، تطرقت د.نادية المحمود، خلال الندوة التوعوية، إلى تعريف سرطان الثدي، وأمراض الثدي التي قد تصيب المرأة، فضلاً عن تشريح الإصابات التي قد تحدث في الثدي، لافتة إلى أن من أبرزها: وجود كتلة في الثدي، تغير في شكل أو حجم الثدي (تورم أو انخفاص)، تغير في لون الجلد، انقلاب الحلمة

أشهر الخرافات المتداولة عن الأمراض السرطانية التي أصبحت تروى في المشاركات، بينما شهد اليوم الثاني إقامة لقاء توعوي حضره أكثر من 100 طالبة وعدد من المعلمات. وبدورها، تطرقت د.نادية المحمود، خلال الندوة التوعوية، إلى تعريف سرطان الثدي، وأمراض الثدي التي قد تصيب المرأة، فضلاً عن تشريح الإصابات التي قد تحدث في الثدي، لافتة إلى أن من أبرزها: وجود كتلة في الثدي، تغير في شكل أو حجم الثدي (تورم أو انخفاص)، تغير في لون الجلد، انقلاب الحلمة

أشهر الخرافات المتداولة عن الأمراض السرطانية التي أصبحت تروى في المشاركات، بينما شهد اليوم الثاني إقامة لقاء توعوي حضره أكثر من 100 طالبة وعدد من المعلمات. وبدورها، تطرقت د.نادية المحمود، خلال الندوة التوعوية، إلى تعريف سرطان الثدي، وأمراض الثدي التي قد تصيب المرأة، فضلاً عن تشريح الإصابات التي قد تحدث في الثدي، لافتة إلى أن من أبرزها: وجود كتلة في الثدي، تغير في شكل أو حجم الثدي (تورم أو انخفاص)، تغير في لون الجلد، انقلاب الحلمة

أشهر الخرافات المتداولة عن الأمراض السرطانية التي أصبحت تروى في المشاركات، بينما شهد اليوم الثاني إقامة لقاء توعوي حضره أكثر من 100 طالبة وعدد من المعلمات. وبدورها، تطرقت د.نادية المحمود، خلال الندوة التوعوية، إلى تعريف سرطان الثدي، وأمراض الثدي التي قد تصيب المرأة، فضلاً عن تشريح الإصابات التي قد تحدث في الثدي، لافتة إلى أن من أبرزها: وجود كتلة في الثدي، تغير في شكل أو حجم الثدي (تورم أو انخفاص)، تغير في لون الجلد، انقلاب الحلمة

حنان عبدالمجيد

انطلق قطار أنشطة حملة التوعية بسرطان الثدي التي أطلقتها حملة (كان) تحت رعاية الشبيخة فادية سعد العبدالله الصباح، رئيس مجلس إدارة الجمعية الكويتية للتوعية النسائية لخدمة وتنمية المجتمع، تحت شعار «أنت تستحقين..» اهتماماً، والتي تأتي بشراكة الجمعية الكويتية للتوعية النسائية لخدمة وتنمية المجتمع، بنشاط كبير خلال الأسبوع الأول من فعاليات الحملة، تضمنت أربع فعاليات شهدت حضوراً كبيراً ومميزاً.

سرتان الثدي والتوعية من