



## دقائق الأيام



### كُل شيء على حاله

#### غسان زقطان

... لم يبزل كُـل شيء على حاله مُذُ خرجنا إلى الحرب منذُ الطفولة، أو قبلها، رَجْمًا بهتت شمس تلك السنين بياض الستائر واستدار الخصى في الممَرِّ وزادَ التماعا.. رَجْمًا أصبح الغشِبُ أطول أو أنه جفَّ.. المرايا الثلاث على حالها.. الشراشِفُ والزُفُّ والمكتنسة.. صورةُ العائلة.. مصحفُ الجلبِ.. مسبحة الجذَّةِ الراحلة... كُـل شيء كما كان، لم يختلف.. رَجْمًا نحنُ.. نحن الذين سقطنا على الحرب من جرس المدرسة.

### جعفر بناهي: دعوتي

#### لـ «كان» دليل على

#### «حيوية» السينما الإيرانية

طهران - أ ف ب: علق المخرج الإيراني المعارض جعفر بناهي في رسالة مفتوحة نشرت أمس على الدعوة التي وجهها إليه مهرجان كان السينمائي، معتبراً أن هذه الخطوة تدل على أن السينما المستقلة الإيرانية لا تزال «حية وحيوية» رغم «التهديدات الكثيرة». وقال بناهي في الرسالة التي نشرتها وكالة «ايلنا» الإيرانية الإصلاحية: «هذه السنة وللمرة الأولى في تاريخ السينما الإيرانية، يشارك فيلمان لمخرجين إيرانيين في المسابقة الرئيسية لمهرجان كان. هذا مؤشر على أن السينما الإيرانية حية وحيوية». وأضاف: «لكن هذا لا يروق بوضوح لأولئك الراغبين في موت السينما المستقلة في إيران تحت أي حجة وفي ظل التهديدات الكثيرة».



جانب من معرض الورود والأشتال الثاني «ربيع رام الله ٢٠١٨»، والذي اطلقتها بلدية رام الله، أمس، بمشاركة ١٣ مشتلا من مختلف محافظات الضفة الغربية، ويستمر أربعة أيام وتوزعت العروضات بين أشتال ورود وأشجار مثمرة وأشجار حرجية، جميعها تصلح للزراعة في الحدائق المنزلية، إضافة إلى معروضات شركات متخصصة بتسويق المعدات الزراعية، وأخرى للأسمدة والأدوية الزراعية.

## قياس مستوى السكر في الدم.. قد يصبح متاحاً دون وخز الإبر

وشدد الباحثون على أن الجهاز لا يزال بحاجة إلى المزيد من التطوير قبل أن يصبح وسيلة قابلة للارتداء وبسيطة لقياس مستويات السكر في الدم دون عينة. وقالت إيلاي، «هذه النتيجة مهمة جداً ليس فقط لمرضى السكري من النوع الأول الذين يحتاجون بشدة لمراقبة مستويات (السكر في الدم) بدقة ومراراً كل يوم بل أيضاً لمرضى النوع الثاني الذين يتزايد عددهم بسرعة إذ سيتمكنهم جهاز مثل جهازنا من الحفاظ على تركيز السكر في الدم عند المستوى الطبيعي بطريقة مريحة وسهلة».

ويضطر المصابون بالسكري لمتابعة مستوى الجلوكوز في الدم بانتظام لتحديد جرعات الأدوية والطعام وليس هناك وسيلة حالياً لذلك دون الحصول على عينة من الدم. وطور فريق الدكتور إيلاي الجهاز الذي يمكنه أن يقيس مستويات السكر في السائل الموجود تحت الجلد مباشرة. وقال الباحثون في الدراسة التي نشرت في دورية (نيتشر نانوتكنولوجي)، إن الجهاز قدم نتائج قاربت بشدة المستويات المسجلة في الدم لدى اختباره على متطوعين ليسا مصابين بالسكري.

رويتزر: قد يسمح جهاز جديد يوضع على الجلد لمرضى السكري بقياس ومراقبة مستويات السكر في الدم دون الحاجة لوخز إصبعهم أو الحصول على عينات دم بطرق أخرى.

وقالت الدكتورة أدلينا إيلاي من جامعة باث في بريطانيا لـ «رويترز هيلث» عبر البريد الإلكتروني إن التكنولوجيا الجديدة «قد تصبح أول طريقة دون إبر، بما في ذلك تجنب تماماً وخز الإصبع، لمراقبة مستويات السكر في الدم على مدى اليوم».

## دراسة: المخ يواصل إنتاج خلايا الذاكرة خلال العقد الثامن من العمر

لكن تراجعاً طرأ على قدرة الخلايا العصبية الناضجة على تغيير وظيفتها وهي خاصية تعرف باسم المرونة العصبية مع التقدم في العمر. والمرونة العصبية هي ما يسمح للأعصاب في المخ بتعويض الجسم في حالات الإصابة والمرض والاستجابة للمتغيرات. وبعد أن اطلعت الدكتورة شيخة جودوين من جامعة مينيسوتا في مدينة مينابوليس على أحدث الأبحاث في مجال الخلايا العصبية قدمت نصائح عملية في رسالة البريد الإلكتروني لـ «رويترز هيلث» قالت فيها «استمروا في فعل أفضل ما بوسعكم، تناولوا الطعام الصحي وتاموا جيداً ومارسوا الرياضة ... ولا تنسوا أن تكونوا سعداء».

الذي تحكمه العواطف إلى جانب الدمج بين الذكريات المعقدة والمعلومات». ودرس فريق بولدريني المخ لدى ٢٨ رجلاً وامرأة وطفلاً تتراوح أعمارهم بين ١٤ و٧٩ عاماً وتوفوا لأسباب لا علاقة لها بالدماغ. وركز الباحثون على جزء من منطقة الحصين (قرن آمون) يعتقد أنه يلعب دوراً في الذاكرة والتعلم وغيرهما من الوظائف المهمة. وتبين أن مخ الأكبر سناً بين المشاركين ظل ينتج خلايا دماغية جديدة، وكتب الباحثون في دورية (سيل ستيم سيل) الطبية يقولون إن عدد خلايا الدماغ غير الناضجة ظل كما هو مع اختلاف الأعمار.

رويتزر: قال علماء إن البشر في العقد الثامن من العمر يواصلون تطوير خلايا جديدة في منطقة من المخ مسؤولة عن صنع ذكريات جديدة واستكشاف بيئات جديدة.

وقالت مورا بولدريني من جامعة كولومبيا في مدينة نيويورك لـ «رويترز هيلث» عبر البريد الإلكتروني، «تبقى هذه الخلايا الجديدة في المخ على قدراتها لصنع ذكريات جديدة وكذلك التعلم والتكيف مع البيئة كما أنها مهمة للاستجابة الوجدانية».

وأضافت: «وقد تكون هذه الخلايا العصبية مهمة لقدرةنا على نقل المعلومات المعقدة إلى أجيال المستقبل ومواصلة سلوكنا».

## إصابة الرجال بمشكلات في المثانة مرتبطة بعدم ممارسة النشاط الرياضي

المختلفة مثل مشاهدة التلفزيون أو العمل أو ركوب وسائل المواصلات مما حد من نتائجها. وحده عامل آخر من نتائج الدراسة وهو أن بعض المشاركين فيها تجاوزت أعمارهم ٦٥ عاماً وتزايدت احتمالات الإصابة بمشكلات في المثانة بنسبة كبيرة مع تقدم العمر.

ومقارنة بالرجال الذين لا يمارسون أي أنشطة قلت احتمالات إصابة من يقومون حتى بالقليل من النشاط الرياضي بتلك الأعراض بنسبة ستة بالمئة فيما قلت لدى من يقومون بالكثير من التمرينات الرياضية بنسبة سبعة بالمئة. ومقارنة بمن يقضون أقل من خمس ساعات في اليوم جالسين زادت احتمالات إصابة من يقضون عشر ساعات على الأقل في الجلوس بمشكلات

رويتزر: تشير دراسة كورية جديدة إلى أن الرجال في منتصف العمر الذين يجلسون أغلب أوقات اليوم ولا يمارسون أي نشاط رياضي تزيد لديهم احتمالات الإصابة بمشكلات في المثانة وجرى البول مقارنة بمن يجلسون لفترات أقل. وفحص باحثو الدراسة بيانات ٦٩٧٩٥ رجلاً متوسط أعمارهم ٤٠ عاماً ولم يعانون من قبل من أمراض في المثانة. وأجاب كل الرجال عن أسئلة

## «جهاز انتحار» يستقطب الزوار في معرض هولندي!

في السوق بحلول نهاية السنة الحالية. وبشأن الجدل المثار حول الموت الرحيم والعواطف القانونية قال نيتشكه «في الكثير من الدول الانتحار ليس مخالفاً للقانون لكن مساعدة شخص على الانتحار مخالف للقانون». وقال «من خلال هذا الجهاز يختار الشخص أن يضغط على زر بدلاً من الوقوف أمام قطار». وأضاف: «أؤمن أن إمكانية اختيار الموت هو من حقوق الإنسان الأساسية. يجب ألا يكون امتيازاً طبياً لبعض المرضى فقط». وأتى آلاف الأشخاص إلى معرض أمستردام السنوي للنتحارات الذي يتضمن آخر الصيحات المتعلقة بهذا القطاع مثل النقوش القابلة للتحلل الحيوي. وقد استقطب جهاز «ساركو» عدداً كبيراً من الجموع. وقد بيت فيرستراتن (٥٢ عاماً) كانت تجربة فريدة وغريبة، ثمة هدوء كبير. لكن البعض لم تعجبه التجربة. وأوضح روب برونتنيك (٥٢ عاماً) «أظن أن الجهاز سخيف، ولا افهم الفحوى منه ولا يهمني بتاتا».

استردام - هولندا - أ ف ب: قدم في معرض أمستردام للجنازات جهاز مثير للجدل يسمح لمستخدمه بالانتحار بالضغط على زر. وسمي الجهاز «ساركو» من كلمة ساركافاغوس أي ناووس وهو مصنوع بواسطة طابطة ثلاثية الأبعاد من قبل الناشئ الاسترالي فيليب نيتشكه والمصمم الهولندي الكسندر بانينك، ويأتي الجهاز مع نغمة موزع على قاعدة تحوي عبوة نيتروجين. وقال نيتشكه الذي يلقب «طبيب الموت» بسبب تحركه لتشريع الموت الرحيم، «الشخص الذي يرغب بالموت يضبط على الزر وينتشر النيتروجين فيشعر الشخص بدوران خفيف ومن ثم يفقد الوعي سريعاً ويموت». وأكد نيتشكه لوكالة فرانس برس أن الجهاز «يوفر إمكانية الموت للشخص الراغب بذلك». وعرض المخترع نموذجاً عن الجهاز مع نظارات للواقع المعزز لتوفير تجربة واقعية جداً للزوار تظهر لهم كيفية الجلوس في النعش قبل الضغط على الزر، وقال المخترع إن الجهاز سيشرح

## دراسة تربط حدة الطبع في الطفولة بالأفكار الانتحارية في المراهقة

رويتزر: يتعرض معظم الأطفال إلى التقلبات المزاجية من وقت لآخر لكن دراسة كندية كبيرة أشارت إلى أن الأطفال الذين يعانون من حدة الطبع والاكتئاب الشديد أو القلق يكونون أكثر عرضة للأفكار الانتحارية ومحاولات الانتحار في سن المراهقة. واطمئنت الدراسة على سجلات ١٤٢٠ طفلاً تمت متابعتهم لمدة تصل إلى ١٧ عاماً، وخلص الباحثون إلى أن الأطفال الذين اتسموا بحدة الطبع والاكتئاب والقلق بين سن ٦ و١٢ عاماً كانوا أكثر عرضة مرتين للتفكير في الانتحار أو الإقدام عليه بين سن ١٣ و١٧ عاماً. كما توصلت الدراسة إلى أن اجتماع عوامل حدة الطبع والاكتئاب أو القلق في الطفولة لدى الفتيات تحديداً يجعلهن أكثر عرضة بمقدار ثلاثة أمثال للأفكار الانتحارية أو محاولات الانتحار في سنوات المراهقة. وقال ماسيميليانو أوربي، كبير باحثي الدراسة وأخصائي العلاج النفسي في مجموعة مكجيل لدراسات الانتحار في جامعة مكجيل في مونتريال، إن عوامل حدة الطبع والاكتئاب أو القلق تكون واردة بشكل أكبر في حالة الذكور لكن «خطر ارتباط الأفكار الانتحارية بتلك الأعراض قد يكون أكثر أهمية فيما يخص الفتيات». وتابع الباحثون ٦٧٤ طفلاً و٧٥٥ طفلة في كيبك.

وشعورهم بالاكئاب والقلق وفقاً لتقييم أساتذتهم إلى جانب حديثهم هم أنفسهم عن الأفكار الانتحارية التي راودتهم ومحاولات الانتحار عندما كانوا في سن ١٣ و١٥ و١٧ عاماً. وأظهر التحليل الجديد الذي نشرته دورية (جاما سايكياتري) أن نحو ثلث الفتيات اتسمن بحدة الطبع والاكتئاب الشديد أو الحالات المزاجية القلقة في مرحلة الطفولة مرت بالها أفكار انتحارية أو حاولت الانتحار خلال سن المراهقة. وبين الفتيان الذي تظهر عليهم الأعراض نفسها في الطفولة كانت النسبة واحداً في كل عشرة من بنفس التجربة في المراهقة. لكن أوربي أشار أيضاً إلى أن الأفكار الانتحارية لا ترد على أذهان أغلب الأطفال الذين يتسمون بحدة الطبع والاكتئاب أو القلق. وتقول ليزا هورويتس، وهي طبيبة نفسية للأطفال وأستاذة في المعهد القومي للصحة النفسية في بيليسدا بولاية ماريلاند، إن حدة الطبع لدى الأطفال عادة ما تكون تعبيراً عن الإحباط أو الغضب.

وأضافت هورويتس التي لم تشارك في الدراسة، «دائماً ما أقول للآباء إنه يتعين على الأطفال التائق، من المفترض أن يكونوا متحمسين وبملاهم الاندهاش والاهتمام والفضول، ويجب أن نشعر بالقلق عندما لا يكونون كذلك ولا يشع منهم هذا الوهج».



### إعلان توزيع الأرباح على مساهمي بنك القدس

#### بناءً على قرار الهيئة العامة لبنك القدس في إجتماعها بتاريخ 2018.4.12

يسرنا أن نعلن إلى مساهمينا الكرام أنه سيتم البدء بتوزيع الأرباح النقدية الخاصة بهم عن السنة المالية المنتهية 2017.12.31 وبالبالغة 10% من القيمة الاسمية للسهم وذلك لمالكي الأسهم بتاريخ 2018.4.12 من خلال جميع فروع ومكاتب بنك القدس في فلسطين إعتباراً من يوم الأربعاء 2018.5.2.

سيتم إضافة الأسهم المجانية إلى رصيد المساهمين والبالغة 10% من القيمة الإسمية للسهم بعد إتمام الإجراءات القانونية الخاصة بالادراج.

كما بإمكان المساهمين المتواجدين خارج فلسطين والراغبين بتحويل أرباح أسهمهم إلى حساباتهم البنكية إرسال المعلومات أدناه على العنوان البريدي الإلكتروني Faten.Dimeh@qudsbank.ps أو على الفاكس رقم 2961754 (2) 00970.

الإسم الرباعي أو الإسم التجاري للشركة .....

رقم المساهمة ( المستثمر ) .....

اسم البنك .....

اسم الفرع ورقمه .....

رقم الحساب .....

رقم IBAN .....

للاستفسار بإمكانكم الإتصال على الرقم 2979601 (2) 0097

## للمطاعم والمقاهي للقاعات والمساجد

### هل أنتم بحاجة الى أنظمة صوتية ومرئية؟ بإمكانك التوجه الى قسم الصوتيات والمرئيات للحصول على أسعار خاصة وخدمة مميزة

#### طاقم مختص في خدمتكم

**ملاحظة: ممكن عمل زيارة مجانية للموقع**

### شركة أكرم سبيتاني وأولاده

للتفاصيل قسم مبيعات المؤسسات  
**Mobile: 0525935856 | Jawwal: 0598956034**  
**Tel: 02-5859122 | bashar.d@sbitalny.com**

## نعم للتجديد لا للتقليد