Issue 6040 Thursday 17/5/2018
الزمان – السنة الحادية والعشرون العدد 6040 الخميس 1 من رمضان 1439 هـ 17 من ايار (مايو) 2018 م
Azzaman Arabic Daily Newspaper Vol/21 . UK

## فلان الفلاني

**سعد الطائي**

التشكيلي العراقي افتتح المعرض الذي اقيم في دار الازياء العراقية، لاربعة فنانين شباب هم : مثنى طليع وحيدر فاخر و علاء الدين محمد و وسام عبد جزي.، تحت عنوان (الخطوات الاربع) وضم اكثر من عشرين لوحة.

**صلاح راهي ابراهيم**

الكاتب العراقي صدر له عن دار تموز للطباعة والنشر والتوزيع بدمشق كتاب بعنوان (علامات النص الشعري عند يحيى السماوي) ويقع في 260 صفحة من القطع الكبير.

**حسين الجسمي**

الفنان الإماراتي شارك ضمن لجنة تحكيم مبادرة (صناع الأمل) في موسمها الثاني، وبدأ الجسمي الحفل، وقبل جلوسه في منصة لجنة التحكيم، بتقديم أغنية (صناع الأمل).

**أحمد السقا**

الممثل المصري بدأ التحضيرات المبدئية لمسلسله الجديد، المقرر أن يخوض به الموسم الرمضاني لعام 2019 ،بعقد جلسة عمل مع إحدى شركات الإنتاج للإتفاق على الخطوط الأولية للعمل، والذي يخرجه محمد سامي، في أول تعاون بينهما.

**عيال الظالمي**

الناقد والشاعر العراقي وقع كتابه (لأعيني أقدام على معابر الجُمل) في امسية اقامها البيت الثقافي في السماوة.

**سعدالدين شاهين**

نائب رئيس رابطة الكتاب الأردنيين ادار المحاضرة التي اقامتها الرابطة الثلاثاء، والقى فيها الدكتور أحمد ماضي، محاضرة بعنوان (التراث بنظر المفكر الكبير د. حسن حنفي).

**زياد محارب القيسي**

مدير قسم مكافحة الإشاعة في أعلام وزارة الداخلية العراقية تحدث عن (مخاطر انتشار الإشاعة وأضرارها على المجتمع) في ندوة نظمتها الدار العراقية للأزياء، بالتعاون مع وزارة الداخلية في مركز التدريب في الدار.

**حسن البوريني**

الشاعر الاردني شارك مع عدد من الشعراء في الامسية التي نظمها فرع رابطة الكتاب الأردنيين في إربد، بالتعاون مع ملتقى إربد الثقافي وملتقى المرأة الثقافي ومنتدى عنجرة الثقافي، بمناسبة ذكرى النكبة الفلسطينية.

**فيلم جديد:** دينا رامي مع الملصق الإعلاني لفيلمها (ذاكرة مثقلة) (الزمان)

### دينا رامي تحقّق حلمها في أول تجربة

# ذاكرة مثقلة شريط سينمائي ينال جائزة أفضل فيلم

**بغداد - ياسين ياس**

تحفل الساحة الفنية بطاقات شبابية واعدة وطموحة قدمت العديد من المنجزات التي نالت اعجاب الجمهور العراقي والعربي ومن تلك الطاقات المخرجة دينا رامي التي استطاعت ان تنتزع اعجاب وثناء زملائها النقاد وذلك من خلال فيلمها (ذاكرة مثقلة) الذي رشح كافضل فيلم الى جانب افلام اخرى في المهرجان السنوي لمعاهد الفنون الجميلة ببغداد .

× (الزمان) التقت المخرجة دينا لتحدثنا عن الفيلم والتي قالت (في البدء كان حلم حياتي ان اكون في يوم من الايام مخرجة وهذه الخطوة الاولى لي وهو عمل طلابي بحت قمت باخراجه بمعدات وامكانات جد بسيطة وهو نتاج مسيرتي الفنية) مضيفة (ان احداث الفلم تدور حول شخصين في دار العجزه ووصلت الى هذا المكان فوجدت رجلاً ثرياً يحب الخير للناس لكن زوجته خانته وكان له ابن عاق وكانت الزوجة تدس له المخدرات في الطعام لغاية ماتلفت اعصابه وبدا يعاني فقدان الذاكرة وتمكنت بعد ذلك من اخذ بصمات اصابعه على الاوراق لغاية مااستولت على جميع ممتلكاته فاصبح يهيم في الشوارع وذهب الى ابنه فطرده وحاول الانتحار لكن احد الاشخاص ساعده واستطاع ان ياتي به الى دار العجزة والان هو يتمتع بصحة جيدة وهذه قصة حقيقية من بين عشرات القصص في الدار) .

وتحدث الناقد فلاح العزاوي عن الفيلم قائلا (المراة العراقية كمخرجة في السينما هي ذاتها بادرة جيدة ومطلوبة وقد اظهرت لنا اليوم دينا قدرات رائعة تشكل في المستقبل القريب مشاريع حقيقية واسماء مهمه في فضاء الفن والسينما) مضيفا (فيلم دينا اجتماعي يحمل افكارا هادفة ومؤثرة وهذه تجارب اولية للطالبات رغم الصعوبات وعدم توفر الامكانات لكن تعاون الطلبة مع الاساتذة كان نتيجته هذه العروض الجميلة). وعن مجمل العروض التي قدمت في المهرجان تحدثت المشرفة زينب الربيعي قائلة (اعمال الطالبات اليوم رغم الامكانات المتواضعة وعدم وجود دعم مادي ومعنوي فانها تعد تجربة رائده لهن لاثبات وجودهن ليعبرن عن رايهن فيما يردن) واضافت (هناك جيل جديد يتطور مع وجود التحدي للطالبات ومنهم الطالبة دينا رامي التي اجتهدت في فيلمها ذاكرة مثقلة ونالت جائزة افضل فيلم بمهرجان قسم السمعية والمرئية لطلبة معاهد الفنون الجميلة ببغداد) وعن تجربة المراة كمخرجة اكدت الربيعي ان (هذه الافلام بادرة طيبة للطالبات كمخرجات ولدينا قريبا ورش سينمائية للطالبات بشأن كتابة السيناريو كونه مهماً لكل فيلم وهو العمود الفقري في نجاح هذه الافلام السينمائية). فيلم ذاكرة مثقلة سيناريو واخراج دينا رامي، فكرة وتصوير ايلاف وسام، الاشراف الفني فؤاد عبد الحمزة الاشراف العام زينب الربيعي.

## الموت يغيّب محمد جلال

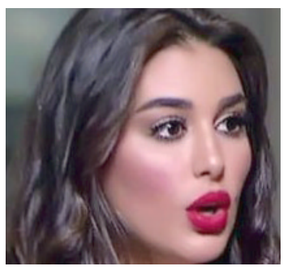
**القاهرة - الزمان**

غيب الموت الاثنين الماضي الممثل المصري محمد جلال، واعلن الخبر نجله هشام، عبر حسابه الخاص على احد مواقع التواصل الاجتماعي، والراحل محمد ، عُرف بشبهه الكبير بالممثل محمود ياسين، وفي رصيده العديد من الأعمال في مجال التمثيل، منها: البيه البواب، وليالي الحلمية، والعملاق، وكراكون في الشارع وغيرها.

## ياسمين صبري تطلب مبلغاً كبيراً

**القاهرة - الزمان**

رفضت الممثلة ياسمين صبري الظهور في برنامج حواري يعرض خلال شهر رمضان الجاري الا بعد تقاضيها مبلغ ٣٥ ألف دولار، وهو مبلغ كبير جدا بالنسبة لميزانية البرنامج. وتصور صبري حالياً دورها في فيلم (ليلة هنا وسرور) الذي يقوم ببطولته الممثل محمد عادل امام والمقرر عرضه في عيد الفطر المقبل، حيث يتبقى مشاهد قليلة ويتم الانتهاء من العمل نهائيا وبدء الدعاية الخاصة به خلال الشهر الكريم. والفيلم بطولة محمد عادل إمام، فاروق الفيشاوي، محمد سلام، ياسمين صبري، بيومي فؤاد، رحاب الجمل، ولاعب المصارعة العالمي كرم جابر، وتأليف مصطفى صقر ومحمد عز الدين وإخراج حسين المنباوي وتدور احداثه في اطار كوميدي أكشن.



ياسمين صبري

## هند صبري تدعم حملة شارك إفطارك

**القاهرة - الزمان**

الممثلة التونسية هند صبري في تدشين برنامج الأغذية العالمي حملة رقمية مبتكرة لجمع التبرعات خلال شهر رمضان بعنوان (شارك إفطارك) التي تشجع مستخدمي الهواتف الذكية حول العالم على التبرع، من خلال نقرة زر، لدعم الفئات المحتاجة من ضحايا النزاعات في منطقة الشرق الوسط أثناء الشهر الفضيل. سفيرة النوايا الحسنة لبرنامج الأغذية العالمي هند صبري قالت في تصريح عن الحملة: (لحظة الإفطار من أجمل اللحظات التي تتكرر كل يوم طوال شهر رمضان عندما تجتمع الأسر والأصدقاء ليتشاركوا الطعام.. وللأسف، لا يتمتع الجميع بميزة تناول الطعام وقت المغرب، فكثير من الأطفال يعانون من الجوع ليلاً ونهاراً في مختلف أنحاء العالم.

واليوم يشرفني أن أطلق هذه الحملة بالتعاون مع برنامج الأغذية العالمي).

## رحيل حبيبة سوبرمان

□ لوس انجلوس – وكالات – عن عمر يناهز الـ69 عاماً توفيت الممثلة الكندية مارغو كيدر المعروفة بدور حبيبة سوبرمان لويس لين في سلسلة أفلام سوبرمان في السبعينيات والثمانينيات.مدير أعمال الراحلة اشار في بيان له الى (انها توفيت في شقتها في ولاية مونتانا الأمريكية)، مؤكداً (أن التحقيقات جارية حول سبب الوفاة).

وبحسب صحيفة (ديلي ميل) فإن الشرطة تحقق بوفاة كيدر نظرا لأن السلطات عثرت عليها بعد تلقي مكالمة من مجهول ادعى فيها أن الممثلة كانت فاقدة الوعي ولا تتنفس، حسب ما صرح النائب العام للمقاطعة بروس بكر.

### كارداشيان تركز على المؤخرة في تمارينها الرياضية

## جولي تنتج فيلماً عن لاعب رياضي

□ لوس انجلوس – وكالات: كشفت الممثلة العالمية أنجلينا جولي أنها ستشارك في إنتاج فيلم سيرة ذاتية عن اللاعب الرياضي جيم ثورب.

و اشار موقع (ديدلاين) الأمريكي اشار الى (ان النجم العالمي مارتن سينسماير يؤدي في العمل الفني دور ثورب الذي فاز بميداليتين ذهبيتين في مسابقة الألعاب الأولمبية التي نُظمت عام 1912).واكدت جولي ( أنها فخورة بإنتاج هذا الفيلم الذي يتناول قصة أحد أبرز اللاعبين الرياضيين في تاريخ الولايات المتحدة الأمريكية).

جيمس فرانسيس أو جيم ثورب وُلد في 28 من أيار 1888 وتُوفي في 28 من آذار 1953 وكان رياضياً أمريكياً وفاز بعدة ميداليات ذهبية أولمبية في المسابقة الخُماسية وأيضاً المسابقة العشارية في عام 1912، كما لعب كرة القدم الأمريكية ولَعب في الفرق المحترفة في رياضتي البيسبول وكذلك كرة السلة. وقد خسر ألقابه الأولمبية وذلك بعد أن كُشف النقاب عن تلقيه راتباً للمشاركة في موسمين من مباريات البيسبول نصف النهائية للمحترفين قبل أن يتنافس في الأولمبياد، وبذلك خالف قواعد الهواة. وبعد مرور ثلاثين عاماً على وفاته أي في عام 1983، قامت اللجنة الأولمبية الدولية (IOC) بإعادة ألقابه الأولمبية.

على صعيد آخر كشفت ميليسا الكانتارا، المدربة الخاصة بنجمة تلفزيون الواقع الأميركية كيم كارداشيان، عن النظام التدريبي الذي تقوم به النجمة كل أسبوع، وعدد جلسات التدريب الخاصة بها في صالة الألعاب الرياضية.وقالت ميليسا لمجلة (صحة النساء) (على الرغم من أن برنامجها جنوني، إلا أنها مسؤولة بشكل كبير وتظهر دائماً نشاطاً في تدريباتها، إنها أفضل عميل ورياضي يمكن أن تقوم بتدريبه).وأضافت إن (كارداشيان تركز على تمرين المؤخرة في تمارينها وكذلك الأرداف، وهي أحد أسباب شهرتها، فهي تقوم بتمرين "الإسكوات" مرتين في الأسبوع الواحد، وتكون جلسة التمرين الواحدة لمدة ساعة ونصف أو ساعة و 45 دقيقة).

وكانت كارداشيان قد كشفت سابقاً، أنها كانت تمارس الرياضة ست مرات في الأسبوع، حيث شكرت مدربهتا الشخصية التي ساعدتها كثيراً في الحصول على شكلها الجذاب، ففي نيسان الماضي إعترفت كارداشيان (بأنها كانت أكثر سعادة مع جسدها بعد أن عملت مع ميليسا ألكانتارا، لأكثر من عام).

## رمضانيات

### إمساكية رمضان

الفجر: 3:29
الظهر: 12:06
المغرب: 6:58

### أحاديث نبوية

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم ( إذا كان صوم يوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب فإن سابه احدٌ أو شاتمه فليقل إني صائم).

وقال الرسول (ص)( تحروا ليلة القدر في الوتر من العشر الأواخر ) رواه البخاري ومسلم.وعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلي الله عليه وسلم قال: ( من قام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه ).

### خطوات للحد من العطش اثناء الصيام

**بغداد - الزمان**

يحتار الصائمون في كيفية مواجهة مشكلة العطش خلال ساعات الصيام وخاصة من تحتم عليهم أعمالهم العمل تحت الشمس، مما يتسبب في تسريع عملية فقد الجسم للسوائل ومن ثم الشعور بالعطش.ومواجهة ذلك هناك نصائح يقدمها خبراء التغذية اولها تأخير السحور و تناولها قبل آذان الفجر بدقائق قليلة، حيث أوصانا الرسول محمد +صلى الله عليه وسلم؛ بضرورة تأخير وجبة السحور، حيث إن تأخير هذه الوجبة وتناول أغذية صحية وسوائل كافية خلالها يسهم في تقليل الشعور بالعطش خلال نهار رمضان.كما يعد الماء من أهم السوائل التي يجب على الصائم تناولها في ساعات ما بعد الفطار عقب آذان المغرب وحتى السحور حيث تسهم في ترطيب الجسم بصورة كبيرة والحرص على تناول ما بين لتر إلى لتر ونصف من الماء على فترات، حتى تعطي الجسم كفايته من المياه والتي يخزن ما يحتاجه ويخرج الفائض عن طريق العرق والتبول. وتعد العصائر الطبيعية أحد مصادر ترطيب الجسم أيضًا والتي تحتوي على المعادن، مع الحذر تماما من تناول العصائر الصناعية التي تحتوي على مواد غير طبيعية وألوان كما أنها تحتوي على الكثير من السكر ،ومن الضروري ايضا تناول الخضروات على مائدة الإفطار ولاسيما تلك التي تحتوي على نسبة كبيرة من المياه كالخيار، إضافة إلى تناول الفاكهة وقت السحور لأنها تحتوي على كمية جيدة من الألياف والمياه والتي يستطيع الجسم أن يحتفظ بها لفترة طويلة مما يقلل الاحساس بالعطش خلال ساعات الصيام.



## أنت والنجوم

**الحمل**
ينتابكم شعور بالضيق وعدم الاستقرار هذا اليوم .رقم الحظ 9.

**الثور**
قد يجد الكثير منكم نفسه في حالة من الضياع .يوم السعد الاربعاء.

**الجوزاء**
لا تدعوا مجال للآخرين لفرض أرادتهم والتدخل في حياتكم .رقم الحظ 7.

**السرطان**
عليكم تجنب المواجهة مع الحبيب نتيجة حالة عصبية عابرة قد ترافقكم.

**الأسد**
لستم في طاقتكم الكاملة فكونوا أكثر تحملا وصبرا. يوم السعد الثلاثاء.

**العذراء**
عليكم توجيه طاقتكم بشكل يخدم واقعكم العاطفي والارتقاء بحياتكم الزوجية .

**الميزان**
تجنب العلاقات الهشة التي تحوم حولها شكوك الحبيب.رقم الحظ 3.

**العقرب**
قد تجدون صعوبة في الشروع بخطوة جديدة لتغير واقعكم المهني.

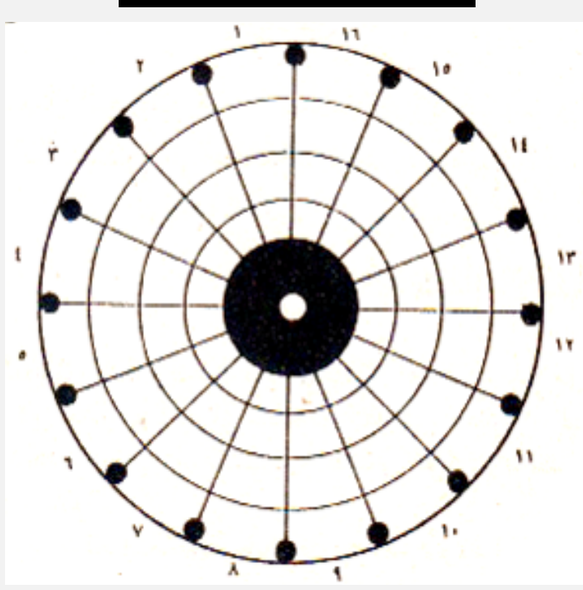
**القوس**
عليكم مراقبة وضعكم المالي. مع تزايد الضغوط في الجانب المهني والوظيفي.

**الجدي**
الاسبوع المقبل لا يعد وقتا ايجابيا من الناحية النفسية .يوم الاسعد الاثنين.

**الدلو**
في المساء الجو هادئ وتفضل الجلوس في البيت للتفكير في امور تشغلك.

**الحوت**
تقف أمام خيارين لحل مشكلة عملية أو مهنية كانت مستعصية الحل.

## دولاب الحروف



اكتب مرادف الكلمات ذات الاحرف الاربعة حول نقطة الارتكاز تحصل على الكلمة المطلوبة (مطرب خليجي):

1- يهلك
2- تخصص دراسي جامعي
3- ضم الجماعة
4- مدينة لبنانية
5- شاعر جاهلي
6- شجاع
7- رائحة المسك
8- ماركة الكترونيات شهيرة
9- مجلة عربية للاطفال
10- احمال شخصية
11- بكاء
12- مدينة اردنية
13- تحلق في السماء
14- عاصمة أوربية
15- حيوانات صحراوية
16- وقف مؤقت

## برامج (الشرقية)

فطوركم علينا
خيرات رمضان
زرق ورق 4
كرستة وعمل
فريق الامل
بات لايف

(مواعيد عرض البرامج تنشر الاحد)