Log on for all news and reviews:www.azzaman.com
20-28 Dalling Road,Hammersmith, London,W6 0JB,UK
write to:writers@azzaman.com

الزمان
AZZAMAN.COM
يومية عربية دولية مستقلة

Azzaman Arabic Daily Newspaper Vol/21 . UK Issue 6238-6240 Saturday-Monday 5-7/1/2019

الزمان – السنة الحادية والعشرون العدد 6238-6240 السبت – الإثنين 30 من ربيع الثاني 1440 هـ 5- 7 من كانون الثاني (يناير) 2019 م

حاتم العراقي في إنطلاقة غنائية جديدة

دبي - الزمان

ودّع الفنان حاتم العراقي أحزانه مع بداية العام الجديد 2019، بعدما كانت أيام العام الماضي في 2018 ليس كما يشتهي مع حالة الحزن التي عاشها لعدة أسباب، شاكراً وقوف جمهوره معه في هذه المحنة التي حلت عليه، مؤكداً أن العام الجديد سيكون عام المفاجآت التي ستسعد الجمهور معه، لما تحمله الايام المقبلة من أعمال ونشاطات فنية وغنائية متعددة وجديدة ولا تخلو من عنصر المفاجأة.

وكان حاتم العراقي قد اختتم حفلات 2018 برفقة الفنان عاصي الحلاني من خلال حفلاً جماهيرياً كبيراً أقامه ليلة 29 ديسمبر الماضي، في كازينو لبنان في مدينة بيروت، وقبلها بليلة في قبرص ليلة 28 ديسمبر بفندق Elexus، وهي الجولة الختامية للعام 2018، بعدما كانت قبلها في أوربا بين السويد مدينة ستوكهولم، ومدينة كوبنهاغن عاصمة الدنمارك.

هذا وسيطرح خلال أيام قليلة كليب أغنيته المصورة من أغنيات ألبومه الأخير 2018 (واتضح) من كلمات الشاعر رامي العبودي وألحان سيف عامر وتوزيع حسام الدين، بطريقة الفيديو كليب، من إخراج رأفت البدر، وذلك عبر قناة روتانا بـ(اليوتيوب)، والتي كان قد صورها في تركيا خلال الفترة الماضية.

زمان جديد

قلب الإنسان الثاني

المثل الصيني يقول (القدم القلب الثاني للانسان)، تلك هي الحقيقة التي أثبتها العلم مع مر السنين.

اننا نغالي كثيرا اذا قلنا ان كثيرا من العلل وامراض التي في اجسامنا تبدأ من اقدام للبرودة المستمرة، واهمال المحافظة على صحة الاطراف يؤدي فقط الى اصابة المرء بالبرد والرشوحات المختلفة وقائمة اخرى من امراض التي ينتهي بالالتهاب الرئوي..نقول ليس فقط.

ولكنها تؤدي الى عيوب في الدورة الدموية في اقدام والساق واحتقان هذه اوعية،مما يصل بنا الى اصابة بدوالي الساق.ومن اسف ان تؤدي هذه الحالة الى اصابة بالجلطات التي قد تكون مميتة في بعض احيان.

اذن اهتمام باقدام امر بالغ اهمية وهو بحاجة الى وقفة....

من غير المعروف بوضوح كيف تؤدي برودة اقدام وايدي الى اصابةبعدة علل تبدأ بالزكام وتنتهي بعرق النسا، بينما تؤدي برودة اي جزء اخرفي الجسم كالصدر او الظهر الى ظهور امراض..

في الحقيقة ان التجارب اثبتت ان الجسم الدافئ يتأثر بتعرض القدمين والساقين لبرودة مستمرة بظهور اعراض واصابات مرضية مختلفة، في حين انه –اي الجسم– يقاوم التعرض دون اصابته باي عارض مرضي اذا بقيت قدماه مصانة من التعرض للبرد..

ويقول العامة من الناس ان رطوبة القدمين المستمرة تؤدي الى اصابة بنزت شعبية في الصدر ونزت معوية في امعاء (اسهال) وسوء هضم في المعدة.

من المؤكد ان معالجة اقدام الباردة واعادة الدفئ اليها تشفى مايرافقها من ضعف الدم والنزت المعديةوالمعوية واسهال وامساك وفقدان الشهية وبرودته.

القدمين المزمنة تسبب ايضا اما في اعصاب والتهاب العصب الوركي (عرق النسا) وامتلاء المعدة بالغازات وتعكر المزاج وتقلبه

ولعلنا نتسائل بعد كل هذا عن كيفية المحافظة على اقدامنا دافئة.

اما هؤء الذين اصيبوا بالفعل ببرودة القدمين المزمنة فان جملة من النصائح عليهم اتباعها، وذاك تلخيص لها..

او– على الشخص المصاب ببرودة القدمين التنزه او المشي لمسافات طويلة بجانب تدليك القدمين بقليل من الزيت النباتي...

ثانيا– عند عودته الى المنزل في المساء عليه ان يستبدل بجواربه الرطبة اخرى جافة، واذا قدماه كانتا باردتين عليه تدفئتهما بتنشيط الدورة الدموية بدلكهما بفوطة جافة خشنة.

ثالثا– قبل النوم عليه ان يعمل لقدميه حماما متعاقبا، اذيجب ان يضع قدميه في الماء الدافئ لمدة دقيقة يعقبها تغطيس القدمين في الماء البارد لمدة خمس ثوان تعودان بعدها للماء الدافئ وهكذا لعدة مرات.

رابعا– بعد ان يفرغ المصاب من ذلك يقوم بتجفيف قدميه وارتداء جوارب جافة ثم..عليه بالمشي لمدة عشر دقائق داخل المنزل، وذلك لتدفئة القدمين قبل ان ياوي الى فراشه.

عبد الوهاب الجبوري

هولندا

قرصنة مثيرة لبيانات مشاهير الألمان بينهم المستشارة

برلين - الزمان

أعلنت السلطات الألمانية امس أن مئات السياسيين الألمان، بمن فيهم المستشارة أنغيلا مريكل، وقعوا ضحية عملية تسريب واسعة لمعلومات خاصة. وقالت الناطقة باسم الحكومة مارتينا فيتز للصحفيين إنه (تم نشر معلومات شخصية ووثائق تابعة لمئات السياسيين والشخصيات العامة على الانترنت). وأضافت أن (الحكومة تأخذ هذه الحادثة بجدية بالغة). وأفادت أن بين المسؤولين السياسيين الذين تم استهدافهم أعضاء في البرلمان الألماني (بوندستاغ) وفي البرلمان الأوربي وفي جمعيات محلية وإقليمية. وأضافت أن نوابا في البرلمان من كافة الأحزاب تأثروا بعملية التسريب. لكنها أكدت أن التحقيقات الأوليّة أظهرت أنه لم يتم تسريب (أي معلومات أو بيانات حساسة) من مكتب مريكل. ونُشرت المعلومات المسروقة التي شملت عناوين شخصية وأرقام هواتف محمولة ورسائل وفواتير ونسخ بطاقات هوية على الانترنت عبر موقع (تويتر) في كانون الأول/ديسمبر لكن لم يسلط الضوء عليها قبل هذا الأسبوع دون أن يتضح سبب ذلك. وإلى جانب السياسيين، وبينهم الرئيس فرانك فالتر شتاينماير، استهدفت التسريبات مشاهير وصحافيين كذلك. وكانت صحيفة (بيلد) وقناة (ار بي بي) أول جهتين تكشفان عن التسريبات. وأفادت (بيلد) أن سرقة البيانات استمرت حتى نهاية تشرين الأول/أكتوبر لكن لم يتضح متى بدأت.

ونوهت (ار بي بي) إلى أنه (من النظرة الأولى لا يبدو أن (المعلومات) شملت مواد ذات حساسية سياسية لكن يرجح أن يكون الضرر كبيراً للغاية نظرا لحجم البيانات الشخصية التي تم نشرها).

وأبلغ قادة المجموعات البرلمانية بالهجوم في وقت متأخر الخميس بينما أكد المكتب الفدرالي لأمن المعلومات وجهاز الاستخبارات المحلي أن التحقيق جار. وأكد المكتب الفدرالي لأمن المعلومات عبر (تويتر) أنه (بحسب معلوماتنا الحالية، لم يتم استهداف شبكات حكومية). ونشر حساب على (تويتر) باسم (اوربت) روابط بصورة يومية تضمنت معلومات جديدة. والحساب فُتح في منتصف 2017 ولديه أكثر من 18 ألف متابع ويذكر أن مقره هامبورغ ويصف نفسه بتعبيرات على غرار (البحث الأمني) و(التهكم).

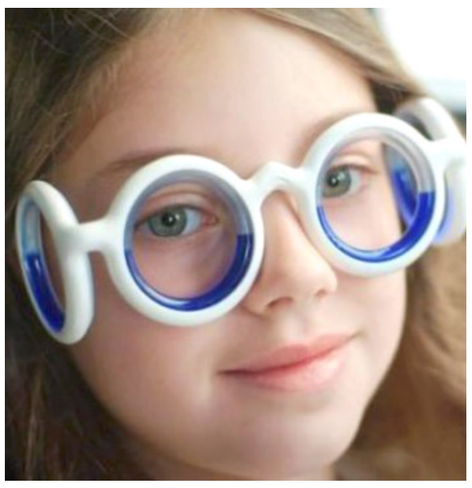
وتحدث جهاز الاستخبارات المحلي (المكتب الاتحادي لحماية الدستور) عن هجمات إلكترونية متكررة نُفذت العام الماضي واستهدفت نوابا والجيش وعدة سفارات. ويشتبه أن مجموعة تجسس إلكتروني روسية يطلق عليها (سنايك) نفذت الهجمات.

ويعتقد أن المجموعة التي تستهدف وزارات خارجية وسفارات حول العالم، وتعرف كذلك باسمي (تورلا) أو (أوربوروس)، مرتبطة بالاستخبارات الروسية. وفي آذار/مارس الماضي، تعرضت شبكات كمبيوتر تابعة للحكومة الألمانية إلى هجمات حيث تمت سرقة بيانات لموظفين من وزارة الخارجية. ونفت الحكومة الروسية آنذاك تورط أي قراصنة الكترونيين روس في العملية.

القس تنبأ بموت الإمام.. وإندلعت الفوضى

□ اكرا– (أ ف ب): هاجم مسلمون غاضبون كنيسة إنجيلية في العاصمة الغانية أكرا بعد أن تنبأ راعيها بوفاة كبير أئمة البلاد هذه السنة، وفق ما أفاد مسؤولون دينيون الجمعة. وهاجمت مجموعة من الشباب مسلحة بالعصي والسواطير حارس أمن عند مدخل (كنيسة الكلمة والقوة المجيدة) ثم راحوا يرشقون نوافذها بالحجارة قبل أن يحطموا الآلات الموسيقية والأثاث داخلها. وقع الحادث بعد أن تنبأ راعيها المعروف القس اسحق أوسو بامباه بوفاة كبير الأئمة الشيخ عثمان نوهو شاروبوتو ونائب رئيس غانا محمدو باوميا في خطبة القاها عشية رأس السنة. دان الشيخ شاروبوتو العنف ودعا إلى الهدوء، وقال لوكالة فرانس برس في مقر إقامته في أكرا (لقد حظيت غانا بالاحترام في عيون العالم بفضل التعايش السلمي بين المسيحيين والمسلمين. نحن جميعنا أخوة ولا يجب ان يقسم شيء بيننا).

نظارة تقلل غثيان الأطفال في السفر



لندن - الزمان

اكتشفت شركة فرنسية حلاً لمشكلة شائعة تعاني منها العائلات التي لديها اطفال عند السفر، حيث تساعد النظارة الجديدة التي صممتها على علاج غثيان السفر لدى الأطفال وفقا لموقع سينار.

تقول شركة سيتروين، إن نظارتها غريبة الشكل، تحتاج 12 دقيقة فقط لعلاج أعراض الغثيان لدى الأطفال خلال السفر، وأثبتت فعاليتها حتى الآن في 95 بالمئة من الحالات. وبمساعدة النظارة، يستطيع الأطفال القراءة أو مشاهدة الأفلام أو اللعب في المقعد الخلفي للسيارة، دون الخوف من الشعور بالمرض، بحسب صحيفة ديلي ميل البريطانية.

ويتميز التصميم غير المعتاد بأربعة إطارات دائرية بدون عدسة – اثنتان أمام العينين، واثنتين آخرين عند الزوايا على طول أذرع النظارات، ويحمل كل منها سائلاً ملوناً، يبقى سطح النظارة متماشياً مع الأفق، مما يسمح لمرتديها بإعادة مزامنة إحساسهم بالتوازن في السيارة أو الطائرة أو القطار أو القارب أو غيرها من وسائل النقل.

ونظراً لأن النظارة لا تحتوي على عدسات، فإن بالإمكان مشاركتها بين الأشخاص الذين يعانون من مرض السفر، بل ويمكن ارتداؤها فوق النظارات الطبية.

توقيع

هنا ليس الرمال والموت فقط

الجيش الامريكي انسحب من سوريا الى داخل العراق، وانتشر في قاعدتين في الانبار وأربيل. الرسالة الامريكية التي وجهها الرئيس ترامب قبل يومين واضحة، مالنا والبقاء في سوريا التي ليس فيها سوى الرمال والموت. قد يكون ترامب استخدم تعبيراً أدبياً مليئاً بالعاطفة، لكنه من حيث الواقع تغطية لتفاهم مع روسيا التي تتصرف براحتها في سوريا والقادرة (أو غير القادرة) على ادارة الملف السوري المعقّد مع الطرفين التركي والايراني.

الشيء الوحيد الذي لم يتحدث فيه ترامب هو، لماذا الانسحاب الى العمق العراقي كقوات برية ولوجستية، لاسيما انّ خطر داعش لم يعد موجوداً.

هناك فرحون بالوجود الامريكي وهناك حزانى وقلقون، لا أعتقد انّ الفرح او الحزن في محليهما. ذلك انّ القواعد الامريكية تتصرف بحسب الاستراتيجية المرسومة لها في البنتاغون، وليس بحسب الظروف الطارئة للبلد الذي تقيم فيه، فهي غير مصممة مطلقاً لتحمي البلد الذي تكون فوق أراضيه لاسيما عندما تكون أزمات البلد داخلية، ورأينا ذلك في الازمة الخليجية، كيف استوردت دولة قطر قوات عسكرية من تركيا مع وجود أكبر القواعد الامريكية على أراضيها. كما استدعت البحرين قوات درع الجزيرة من السعودية لتحميها في ايام الاضطرابات الداخلية قبل سنوات، وهي التي تستضيف قاعدة امريكية كبيرة. ليس هناك امكانية ليفرح اقليم كردستان العراق بوصول القوات الامريكية الى اراضيه ولا داعي لبغداد ان تقلق من هذه الناحية.

غير انّ ايران هي قضية اخرى في المعادلة، وقلقها لا يأتي من ألفي جندي امريكي دخلوا الى العراق، ولكن من (تشريع) الوجود العسكري الامريكي على الارض العراقية، إذ قد تتبدل مراميه الاقليمية في حال جرى أي تصعيد مقبل. في الاستطلاع الاولي، لاتعني القواعد الامريكية التي تقام على الاراضي العراقية الشروع بتعبئة لحرب، لكن من الواضح انها علامة على تغيير في رسم خرائط النفوذ في المنطقة، ورسالة لايران حول استذكار انّ القوى الكبرى لم تقرر تسليم المنطقة لقوى اقليمية، وخاصة ايران، كما انّ تركيا ليست مطلقة اليد في سوريا بعد الانسحاب الامريكي، وانّما مقيدة بالنفوذ الروسي.

هناك خطوات امريكية غير مرئية الان، لابد أن ترافق هذا التحول على الارض، وسيكون ميدانها العراق حتماً.

فاتح عبد السلام

fatihabdulsalam@hotmail.com

آيفون يصبح غير آمن حين تتكرر الأخطاء الكبيرة

نيويورك - الزمان

يقوم مستخدمو هواتف آيفون بإغلاق أجهزتهم وإعادة تشغيلها في بعض الأحيان، لتفادي تحديثات قد تتم في وقت غير مناسب، لكن هذه العملية التي تبدو بسيطة لا تخلو من مخاطر. ويكفي أن يقوم مستخدم آيفون بالضغط على الزر على الجانب الأيمن في الهاتف، ثم يضغط على رسالة (off power to Slide) في الشاشة حتى يتوقف الجهاز.

ويقول الخبير التنقي بيرتون كيلسو، إن إعادة تشغيل هاتف آيفون لا يؤدي إلى أي أضرار حين يكون الهاتف في الوضع الطبيعي، لكن الأمر يصبح مختلفا حين تحدث هذه الخطوة أثناء تحميل الجهاز للتحديثات.

وينبه كيلسو إلى أن وقف تشغيل الجهاز أثناء تحديثه قد يؤدي إلى ضياع كافة البيانات من هواتف (أبل)، وفقما نقل موقع (شيفايندس).

ويوصي الخبير المستخدمين بإعطاء وقت كاف للتحديثات حتى يتم تحميلها على أجهزة آيفون، حتى إن جاءت في وقت غير مناسب من اليوم.

ويؤكد كيلسو أن إعادة التشغيل قد تحول الهاتف إلى (شيء غير صالح للاستخدام بشكل نهائي).

بمناسبة ذكرى تأسيس
الجيش العراقي الباسل
أتقدم بإسمي وبإسم منتسبي
شركة المشاريع النفطية
بأجمل التهاني والتبريكات لأبناء قواتنا المسلحة
بشكل خاص ولكافة العراقيين بشكل عام
أعاده الباري على العراقيين باليمن والخير والبركة
ورحم الله شهدائنا الأبرار
رعد رفيق ياسين
مدير عام شركة المشاريع النفطية

العراق 500 دينار، اليمن 30 ريالاً، السعودية ريالان، الكويت 200 فلس، الامارات درهمان، عمان 150 بيزا، قطر 3 ريالات، البحرين 300 فلس، سوريا 15 ليرة، الاردن 200 فلس، مصر نصف جنيه، موريتانيا 100 روبية ، تونس 400 مليم، المغرب 3 دراهم، السودان 25 دينار، لبنان 1000 ليرة، الجزائر 30 دينار

Austria 20 SCH. Belgium € 1.5 , Cyprus 0.5 CY . Czech Republic 45 Czk. Denmark 10Krd. Finland10K . France € 1.5,Germany € 1.5, Greece 400DR Poland € 1.5, Italy € 1.5 Norway 11 KR, Turkey 500000 TL Spain € 1.5 , Sweden 12 SK, Switzerland 3 SFR UK £ 1, Australia $ 1.5, Canada $ 2.5, Nethrland € 1.5, USA $ 2