

دول محرجة وغير سعيدة بتحدي خرق آيفون

وفي مؤتمر (القبعة السوداء) رفعت شركة ابل سقف اغراء باحثي الأمن الإلكتروني الى أعلى مستوى باعلانها عن مكافآت تصل إلى مليون دولار لمن يرصد ثغرات في أجهزة آيفون. وهو خبر غير سعيد لكثير من الدول التي من الصعب عليها اغضاب الولايات المتحدة ومنع استخدام آيفون من جهة، وعدم قدرتها على خرقه ومراقبته من جهة أخرى. والمكافأة التي تعد أكبر مكافأة تعرضها شركة لتوفير الحماية من القرصنة ستمنح مقابل اختراق هاتف آيفون في اختبار جري لوكالة الأمن الخاصة بالعلاقة الأميركية التي تتباهى دوماً بكونها صاحبة نظام التشغيل الأكثر استقراراً وأماناً. والإعلان يأتي خلال مؤتمر (القبعة السوداء) السنوي لأمن الإنترنت في لاس فيغاس في وقت تتصاعد فيه المخاوف من اختراق الحكومات أجهزة الهواتف المحمولة الخاصة بالمعارضين والصحافيين والمدافعين عن حقوق الإنسان.

إعادة تركيب عطر أشهر ملكات العالم



لندن - الزمان
قال علماء إنهم تمكنوا من إعادة تركيب عطر يعتقدون أن أشهر فانتازات التاريخ، كليوباترا، كانت تتعطر به، وذلك بعد الكشف عما يظن العلماء أنه بيت صانع عطور، ضمن حفريات في موقع مدينة تيموس الفرعونية، التي بنيت عام 4500 قبل الميلاد. وتوصل الفريق إلى هذا الكشف بعد العثور على المصرية الأثرية عن ذلك. وعثر على وصفة العطر بعد عقد كامل من الحفريات قام بها فريق من علماء الآثار من جاماعة هاواي في موقع شمالي القاهرة يدعى تل التيمائي، وهو موقع مدينة تيموس الفرعونية، التي بنيت عام 4500 قبل الميلاد. وتوصل الفريق إلى هذا الكشف بعد العثور على



بقية الخبر على موقع (الزمان)

المخبر هنا أن تتشقق عطر، لم يشمه أحد طوال 2000 عام. وتقول الصحفية عن الفريق قوله إن العطر كان بمثابة (شائيل) كفي ذلك الزمن، وأن ملكة مصر القديمة ساحرة الجمال كليوباترا من المحتمل أنها تعطرت به. وقال روبرت ليمان، أحد العلماء الذين أعادوا تركيب الشاطئ قبل وصولها الفعلي بوقت طويل.

بقايا عطور في قوارير، وتمكنهم من قراءة صيغ عطور وجدت في نصوص تعود إلى تلك الحقبة. واستخدم الفريق البقايا في تركيب عطر يعتقد أنه كان يحظى بشعبية كبيرة آنذاك. وذكرت صحيفة التايمز أن عطور ذلك الزمان لم تكن سائلة وشفافة كما هي اليوم، وإنما مراهم ثقيلة ومشبعة

المصرية الأثرية عن ذلك. وعثر على وصفة العطر بعد عقد كامل من الحفريات قام بها فريق من علماء الآثار من جاماعة هاواي في موقع شمالي القاهرة يدعى تل التيمائي، وهو موقع مدينة تيموس الفرعونية، التي بنيت عام 4500 قبل الميلاد. وتوصل الفريق إلى هذا الكشف بعد العثور على

المصرية الأثرية عن ذلك. وعثر على وصفة العطر بعد عقد كامل من الحفريات قام بها فريق من علماء الآثار من جاماعة هاواي في موقع شمالي القاهرة يدعى تل التيمائي، وهو موقع مدينة تيموس الفرعونية، التي بنيت عام 4500 قبل الميلاد. وتوصل الفريق إلى هذا الكشف بعد العثور على

المصرية الأثرية عن ذلك. وعثر على وصفة العطر بعد عقد كامل من الحفريات قام بها فريق من علماء الآثار من جاماعة هاواي في موقع شمالي القاهرة يدعى تل التيمائي، وهو موقع مدينة تيموس الفرعونية، التي بنيت عام 4500 قبل الميلاد. وتوصل الفريق إلى هذا الكشف بعد العثور على

توقيع

تحت تمثال الحرية.. وفوقه

من حق أية دولة، أقل شأناً في القوة والاقتصاد والنفوذ العالمي من الولايات المتحدة، أن تطلب تقنين قوانينها للهجرة. لكن القوانين الأمريكية الترابية الجديدة لا تبدو متوافقة مع فكرة الحريات الانسانية التي قامت عليها أعظم دولة في العالم الحديث، ولا يبدو التقنين هنا حالة من الشأن الداخلي. أمريكا تترامب تريد أن يكون العالم أولاً، في تقديم الخدمة الدولية العامة ليل نهار لها، ومقابل هذا الواقع الذي تمثله مرتكزات القوة الطاغية، يبدو كلام الرئيس الأمريكي غير متسجم مع الواقع حين يقول: الأمل يتعلق بأمريكا أولاً. لا اعتقد أنه من الانصاف أن نجعل دافع الضرائب الأمريكي يدفع كي يأتي الناس إلى الولايات المتحدة لاسيما حين يخص كلام الرئيس شعوب البلدان المعاندة من احتلالات وحصارات وإحباطات أمريكية سابقة.

هذا الكلام الترابي يصطدم بحقيقة أن بعض شعوب العالم دفعت أعلى الضرائب لأمريكا، وأن الأوان حان اليوم لكي تعوض واشنطن تلك الشعوب وتمنحها المزايا الانسانية، التي تتبناها الولايات المتحدة في قصيدة الشاعرة يما لازاروس المنحوتة على نصب تمثال الحرية.

ليستعزم الرئيس الأمريكي الى شهادات الجنود الأمريكيين الذين اشتركوا في حملة احتلال العراق، كيف كانوا ينفسون عن غضبهم وضجرهم وخوفهم، والفيديوهات موجودة لا حاجة لنا أن نعيد تفاصيلها هنا. كم سيبدو مطلب حصول العراقي على فيزا الدخول لأمريكا ضئيلاً وتافهاً.

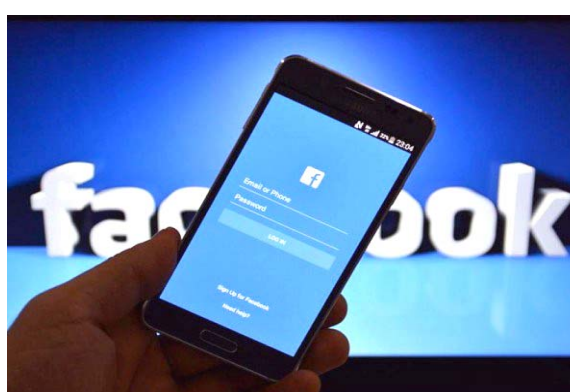
كان العراقي يظن أنه، دون خلق الله أجمعين، سيحظى بمعاملة تفضيلية لدى الولايات المتحدة، بل ذهب ظن بعضهم الى أن من حق العراقي أن تصدر قوانين امريكية خاصة من أجل معالجة جراحه، التي لا تزال نازفة منذ أول أيام الاحتلال الأمريكي، وما جلبه من فرص استثمارية احتلالية سائحة لدول أخرى لتمارس استثمارها السياسي والأمني والاقتصادي في العراق المنكوب تحت تسهيلات اجبارية أو طوعية من المحتل الأول.

إن العراقي قد يغفر يوماً الإثم الأكبر في احتلال أمريكا لبلده لو جرت المساعدة العاجلة في بناء البلد ونهضته بعون من ثرواته العظيمة وسواعد رجاله وخبراتهم، لكن لن يغفر العراقيون لأحد، المساعدة في جعل العراق نهياً لكل من هب ودب.

إن البيكين يكبر يوماً بعد آخر في أن واشنطن لم تلتق حتى اللحظة أحداً في العراق يقول لها الحقيقة وما المطلوب أن تفعله، نعم، بكل بساطة ومن دون تزويق الالفاظ والمخاتة بالمواقف، عندما يكون الأمر متعلقاً بمصير العراق، فإن واشنطن يجب أن تبحث عن يعلمها مامو المطلوب فعله الآن.

فاتح عبد السلام
fatihabdulsalam@hotmail.com

هل يتوقف فيسبوك حقاً عن نسخ محادثات المستخدمين؟



بقية الخبر على موقع (الزمان)

تفسير الرسائل، والمستخدمون الذين كانوا يستعملون تطبيق فيسبوك مسنجر واعطوا موافقة على نسخ دردشاتهم الصوتية. وقالت بلومبيرغ إن المتعاقدون الذين يعملون في المشروع قد (راعهم) الاستماع إلى الدردشات الخاصة التي لم يتم الكشف عن هويات أصحابها والتي تضمنت أحياناً محتوى ذنباً.

لكنه قال للمجموعة الإعلامية الأمريكية في بيان إن الاستماع تم بإذن من المستخدمين، ومع ذلك فقد تم وقف هذه الممارسة. وأضاف البيان (تماماً مثل أبل وغوغل، أوقفنا المراجعة البشرية للصوت قبل أكثر من أسبوع). ولم يجب فيسبوك على طلب للتعليق من قبل وكالة الصحافة الفرنسية. وكان المتعاقدون وفق التقرير يخترعون قدرة الذكاء الاصطناعي لفيسبوك على

نويويورك - الزمان
أفادت وسائل إعلام امريكية أمس الأول أن فيسبوك وظف مئات المتعاقدين من خارج الشركة للاستماع إلى مقتطفات من محادثات صوتية مستخدميه وتسجيلها، وسط استمرار التشدد في التدقيق بأساليب الشبكة الاجتماعية المتعلقة في جمع البيانات. واعترف فيسبوك بنسخ المحادثات، وهو ما كشفت عنه مجموعة بلومبيرغ لأول مرة،

البصمة الغذائية وهم أم حقيقة على طريق الطب الحديث؟



يعانون دوماً من أعراض وشكوى غير مبررة سببها إيجابية فحص عدم التحمل الغذائي. ما هي الاساليب التي يجب على المريض فعله في حال ظهور النتائج الإيجابية تجاه بعض المكونات الغذائية؟ في حال وجود تحسس لبعض الاطعمة فيجب اتباع

كبير في عمليات الاكسدة بالجهد. مثال آخر: هناك الكثير عند تناول الموز يتسبب له حساسية وهذا ما يؤدي الى منع الموز من تناوله لماذا؟

التحليل العلمي الطبي
الموز بطبيعته يحتوي على العديد من الفيتامينات والمركبات الأساسية وأهم مركب يحتويه على التيرامين هذا المركب بالاصل غذائي ذات قيمة عالية للجسم غير انه يصبح سلباً عند الأشخاص الذين يعانون من نقص احد البروتينات المعدة يؤدي الى حدوث تحسس واضح للمصاب. مثال آخر: بيوتين او فيتامين (ب7) عندما اعطى مقطوعون من البشر غذاء خلال من البيوتين وتندر فيه الفيتامينات ما عدا البيوتين يفتقر ويغني بالنسبة لبياض البيض الذي يخلط البيوتين حدث لهم التهاب جلد بسيط ومتقشر وغير ذي حكة.

مع العلم من أعراض نقص البيوتين نقص اذا ما اعطى المريض 300 - 150 ملليغرام سلبياً مع الزيوت المهترجة او بعض الاغذية الأخرى يعطى لنا نتائج سلبية. وهذا ما يؤثر الاحماض الدهنية مثل لينولينيك التي تظهر بشكل صدفية هرمزية على الجسم. وعليه الذين

كبير في عمليات الاكسدة بالجهد. مثال آخر: هناك الكثير عند تناول الموز يتسبب له حساسية وهذا ما يؤدي الى منع الموز من تناوله لماذا؟

التحليل العلمي الطبي
الموز بطبيعته يحتوي على العديد من الفيتامينات والمركبات الأساسية وأهم مركب يحتويه على التيرامين هذا المركب بالاصل غذائي ذات قيمة عالية للجسم غير انه يصبح سلباً عند الأشخاص الذين يعانون من نقص احد البروتينات المعدة يؤدي الى حدوث تحسس واضح للمصاب. مثال آخر: بيوتين او فيتامين (ب7) عندما اعطى مقطوعون من البشر غذاء خلال من البيوتين وتندر فيه الفيتامينات ما عدا البيوتين يفتقر ويغني بالنسبة لبياض البيض الذي يخلط البيوتين حدث لهم التهاب جلد بسيط ومتقشر وغير ذي حكة.

مع العلم من أعراض نقص البيوتين نقص اذا ما اعطى المريض 300 - 150 ملليغرام سلبياً مع الزيوت المهترجة او بعض الاغذية الأخرى يعطى لنا نتائج سلبية. وهذا ما يؤثر الاحماض الدهنية مثل لينولينيك التي تظهر بشكل صدفية هرمزية على الجسم. وعليه الذين

كبير في عمليات الاكسدة بالجهد. مثال آخر: هناك الكثير عند تناول الموز يتسبب له حساسية وهذا ما يؤدي الى منع الموز من تناوله لماذا؟

التحليل العلمي الطبي
الموز بطبيعته يحتوي على العديد من الفيتامينات والمركبات الأساسية وأهم مركب يحتويه على التيرامين هذا المركب بالاصل غذائي ذات قيمة عالية للجسم غير انه يصبح سلباً عند الأشخاص الذين يعانون من نقص احد البروتينات المعدة يؤدي الى حدوث تحسس واضح للمصاب. مثال آخر: بيوتين او فيتامين (ب7) عندما اعطى مقطوعون من البشر غذاء خلال من البيوتين وتندر فيه الفيتامينات ما عدا البيوتين يفتقر ويغني بالنسبة لبياض البيض الذي يخلط البيوتين حدث لهم التهاب جلد بسيط ومتقشر وغير ذي حكة.

مع العلم من أعراض نقص البيوتين نقص اذا ما اعطى المريض 300 - 150 ملليغرام سلبياً مع الزيوت المهترجة او بعض الاغذية الأخرى يعطى لنا نتائج سلبية. وهذا ما يؤثر الاحماض الدهنية مثل لينولينيك التي تظهر بشكل صدفية هرمزية على الجسم. وعليه الذين

زمان جديد الوسيلة (الجديدة) هي الرياضة العنيفة

توحي مجموعة من الابحاث المتنامية بأن بعض التمرينات الرياضية الشاقة -بتوجيه وشراف من الطبيب، تفضل اي شئ اخر تقريبا في الترسانة العلاجية للربط!! وتدعي هذه الابحاث ان هذه التمرينات، حتى بالنسبة للأشخاص الذين يشعرون بان الام الظهر قد جعلتهم شبه مقعدين من الناحية الاساسية قد تكون افضل البدائل.

وفي عدد من اقطار اوروبا والولايات المتحدة اقيمت معسكرات علاجية Boot camps لمعالجة الام الظهر، عن هذه الطريقة - الرياضة العنيفة. يقول المشرفون على هذه المعسكرات ان الفوائد التي يجنيها النخرطون في عضويتها، يمكن ان تكون هائلة. وان العديد من الدراسات التي اجريت حول هذا الموضوع، يشير الى ان الاشخاص الذين يتمون فترة الالتحاق بالمعسكرات العلاجية أنفة الذكر، يشعرون بتحسن كبير، فالامهم تخف ولايعودون في حاجة الى علاج اخر. كما انهم يصبحون اقوى احتمالاً بان يعودوا الى مزاولة اعمالهم، بالقياس الى المرضى الذين يتفون بتلقي معالجة تقليدية. ويقولون ايضا - ان الادلة في تزايد على ان الرياضة العنيفة تحدث فروقا من حيث نتائج المعالجة، وبخاصة بالنسبة للأشخاص المصابين بالام ظهر مزمنة..

اسباب المعسكرات العلاجية. ان البرامج العنيفة لإعادة التأهيل، تستعمل معدات للتمرين مصممة خصيصا لهذه الأنواع من الرياضة، ومنها مايشبه ادوات تحريك الأثقال الموجودة في معظم الأندية الرياضية. والفرق هنا، ان هذه المعدات تستهدف العضلات التي يكون المرض قد اضعفها بسبب قلة الاستخدام، وهي تعمل على اعادة القوة اليها لكل تعوض على الاصابات التي يمكن ان تكون قد حدثت، فضلا عن انها تمد العمود الفقري بمزيد من الدعم. وفي مايلي روتين مشرف عليه طيبا. يشمل تمرينا صعبا ينبغي تاديته من الاسبوع. وينبغي للمريض ممارسة كل مجموعة منه الى النقطة التي يبلغ فيه الجهد العضلة الحد النهائي اي الى ان يصبح المريض في حال من التعب بحيث لايعود قادرا على اي تكرار!!

التمرين المذكور ينطوي على المعالجات التالية: التمديط القطني lumbar Extension الدراسات الطبية اظهرت ان عدم الحركة سبب ضمور العضلات... وهذا الضمور يسبب تفاقم الام الظهر، ويؤدي العضلات السليمة. صيانة شخصية -يوصي الاطباء المختصون ايضا باتباع روتين شخصي يمكن ان يؤدي في المنزل، وتشمل أنظمة هذه الروتين ماليي- تمرين تمطيط يومي... تمارين قوة بواقع يومين في الاسبوع يمارس هذا التمرين الى نقطة ارهاق التام والقصور العضلي.

الاطباء يظنون بانها تقوي ويؤدي الى مرونة الشبكة الكثيفة من العضلات والأربطة التي تغلف الفقرات العظمية والاقراص الغضروفية في الصلب والحنبل الشوكي.

كذلك فإن الرياضة العنيفة قد تسبب ارتداء التشنجات العضلية التي كثيرا مسبب الام الظهر.

اما الرياضة، من جهة اخرى، فانها تبني القوة وتقوي الدم الى الاقراص بين الفقرات، وإلى المفاصل والعضلات.

وتخفف التشنجات المؤلمة وتسرع الشفاء، وتقوي الكثافة العظمية.

عبد الوهاب الجبوري
طبيب استشاري - هولندا

مناف الطائي

اختصاصي تغذية

من يعاني من التحسس لبعض الأغذية التي تؤثر سلباً على الجهاز الهضمي القولون، العلة تكمن هنا ليست بالغذاء الطبيعي الذي يتناوله المصاب وإنما العلة تكمن على الجسم فقد شفرات التعريف على هذا الغذاء مما يؤدي الى حدوث بعض التشنجات والتقلصات فالحل الأمثل هنا اللجوء الى البصمة الغذائية يعني إجراء تحليل الغذائي من الأطعمة التي يتحسس منها المصاب. من أهم الأسباب التي تؤدي الى حالة التحسس الغذائي: - انك لستم تعلم - انك مصاب أكثر قابلية لعدم تحمل بعض الأغذية من شخص آخر... ومن أهمها: السبب الوراثي بانتقال الصفات الوراثية من الآباء الى الأبناء أو حصول طفرة وراثية تكتسب إنزيم معين باستزيمات الجهاز الهضمي.

- اضطرابات عصبية كالاحتئاب والقلق والتوتر الشديد تؤدي إلى إضعاف الجهاز