نوكيا تدعو المبدعين إلى تطوير المحتوى العربي

أعلنت نوكيا عن استقبالها مشاركات إضافية للمسابقة التي أطلقتها لتطوير المحتوى العربي لأجهزة الهواتف المتحركة تحت عنوان "دعوة لكل المبدعين- بالعربي"، وذلك بفتح باب الإشتراك أمام الأفراد والشركات وقبولها المشاركة المباشرة من قبل هؤلاء المطورين للتطبيقات التي لا يمكن تحميلها حالياً على متجر Ovi الإلكتروني. كما قامت نوكيا بإعطاء مطوري التطبيقات المزيد من الوقت حيث سيكون آخر موعد لديهم لتقديم المشاركات ١٥ نوفمبر ٢٠٠٩.

وقالت وندي وكستروم، مديرة تسويق الخدمات في نوكيا الشرق الأوسط وأفريقيا: منذ الإعلان عن المسابقة في يونيو ٢٠٠٩، تلقينا العديد من الإفادات من قبل مطوري التطبيقات، معظمهم من الشركات الصغيرة والأفراد، إضافةً إلى طلاب الجامعات، الذين طلبوا منا قبول مشاركاتهم بالمسابقة، لهذا السبب، إرتأينا فتح باب المشاركات لمسابقة "دعوة لكل المبدعين- بالعربي" أمام جميع المطورين والأفراد ذوي الأفكار الجريئة والمواهب الرائعة، بمن فيهم المختصون والمطورون المستقلون وطلاب الجامعات.

وأضافت وكستروم، قائلةً: من ناحية أخرى، سنقوم بتوفير الدعم الكافي للمطورين المشاركين خلال عملية التطوير خاصةً عبر منتدى مطوري نوكيا "Nokia Forum"، وذلك بإعطائهم الفرصة ليشاركونا تطبيقاتهم ومحتوياتهم قيد الإنشاء بحيث سنقوم بأفضل ما يمكننا في سبيل مساعدتهم ودعمهم. كما يمكن الآن تحميل جميع التطبيقات الجاهزة وغير المبرمجة بعد طبقاً لبرنامج تشغيل سمبيان أو جافا"Symbian or Java"، مباشرةً إلى المسابقة.

وتستهدف المسابقة مطوري تطبيقات الهواتف المتحركة وتطبيقات الإنترنت لتشجيعهم على ابتكار أفضل محتوى عربي لأي من الفئات المتوفرة على متجر Ovi الإلكتروني ومن بينها: التطبيقات والأدوات "Widgets" والفيديو والتطبيقات المخصصة والألعاب وبرامج الصوت والفلاش"على أن يكون التركيز على استخدام الابتكارات الخاصة بالإنترنت والفلاش وألعاب الهاتف المتحرك والمواقع الإجتماعية، ويمكن تحميل المشاركات على متجر Ovi وتسجيلها من خلال الموقع الإلكتروني www.callingallinnovators.com/Bil٣arabi حيث سيكون آخر موعد لتقديم المشاركات ١٥ نوفمبر/ تشرين الثاني ٢٠٠٩، وسوف يتم الإعلان عن أسماء الفائزين في ٧ ديسمبر/ كانون الأول ٢٠٠٩.

وسوف يتم اختيار الفائز عن طريق اتباع العديد من المعايير منها: النوعية والوظائف، والتفرد والابتكار ومدى قابلية استخدام المحتوى من قبل المستخدمين ومدى صلتها بالبيئة المحلية، وسوف يحصل الفائز بالمركز الأول على جائزة قدرها ١٠٠ ألف دولار أمريكي نقداً، وسوف يتم وضع التطبيق الفائز في مكان مميز "Spotlight" على متجر Ovi الإلكتروني لمدة ٤ أسابيع، كما ستتكفل نوكيا جميع مصاريف التنقل والإقامة لمطور التطبيق الفائز لعرضه خلال إحدى المناسبات العالمية لنوكيا، وسيتم النظر في التطبيق الرابح من قبل نوكيا لإمكانية اعتماده في أجهزة نوكيا في المستقبل.

أما صاحب المركز الثاني فسوف يحصل على جائزة وقدرها ٢٥ ألف دولار أمريكي نقداً وسوف يتم وضع التطبيق الذي ابتكره على متجر Ovi الإلكتروني ضمن الفئة المناسبة لمدة ٣ أسابيع.

وسيحصل أصحاب المراتب العشر الأولى على جوائز تشجيعية تتمثل في منحهم عضوية لمدة عام كامل في منتدى مطوري نوكيا "Nokia Forum" والحصول على الموارد والدعم الحصري لتسريع تطوير التطبيقات والإرتقاء بها.

الشقراوات أكثر هوساً بالتجميل

كشفت دراسة جديدة نشرت نتائجها صحيفة الصن الصادرة اليوم أن الشقراوات يصرفن فترات أطول في تجميل أنفسهن قبل خروجهن إلى السهرة بالمقارنة مع نظيراتهن الأخريات.

وقالت الدراسة أن الفتيات الشقراوات يحتجن إلى ١١٨ دقيقة للعناية بمظهرهن قبل مغادرة منازلهن للسهر وأكثر بمعدل سبع دقائق عن بقية الفتيات، ويصرفن أوقاتاً أطول من الأخريات على روتين التجميل اليومي تصل إلى ٧٢ دقيقة على الاستحمام واختيار الملابس وتصفيف شعورهن وتجميل وجوههن بالمساحيق.

وأضافت الدراسة أن الشقراوات يصرفن ما يعادل ٢٢ يوماً في العام على العناية بمظهرهن بالمقارنة مع ١٩ يوماً لبقية الفتيات ومن بينهن السمراوات اللاتي يصرفن نحو ٦٦ دقيقة على تجميل أنفسهن كلما أردن الخروج للسهر.

ووجدت الدراسة أن الروتين اليومي للفتاة الشقراء يتكون من: ١٦ دقيقة في الحمام، و ٨ دقائق في تنظيف الأسنان، و١١ دقيقة في تجميل وجوههن بالمساحيق، و١١ دقيقة في اختيار الملابس المناسبة، و١٢ دقيقة في إزالة الشعر غير المرغوب به من أجسادهن، أي ما مجموعه ٥٨ دقيقة إلى جانب ١١ دقيقة في الأسبوع على طلي أظافرهن.

وأشارت إلى أن السمراوات يصرفن نحو ساعة في اليوم على تجميل أنفسهن و٥١ دقيقة على روتينهن اليومي للعناية بمظهرهن، وغالباً ما يغادرن منازلهن من دون تسريح شعورهن ووضع مساحيق التجميل، ووجدت الدراسة التي شملت ٣٠٠٠ امرأة أن الشقراوات هن الأكثر إقداماً على اللهو والمرح ويخرجن للسهر ثلاث مرات في الشهر في الأقل، بالمقارنة مع مرتين عن بقية الفتيات.

طريقة جلوسك مؤشر على ثقتك بنفسك

لا يعتبر الجلوس بوضعية مستقيمة جيداً لشكل الجسم فحسب، بل يعكس أيضاً ثقة المرء بأفكاره الخاصة. ونقل موقع "دايلي ساينس" أن دراسة أميركية جديدة أجراها باحثون من جامعة أوهايو بينت أن الأشخاص الذين يجلسون بوضعية مستقيمة يثقون بأفكارهم الخاصة المتعلقة بأدائهم في عمل ما، في حين يظهر الأشخاص الذين يجلسون في وضعية منحنية درجة ثقة أقل.

وقال ريتشارد باتي، المعد الرئيسي للدراسة: تعلم معظمنا أن الجلوس في وضعية مستقيمة يعطي انطباعاً جيداً للآخرين، ولكن تبين ان وضعيتنا قد تؤثر أيضاً بكيف نفكر في أنفسنا، فإن جلست بوضعية مستقيمة، تقنع نفسك بالوضع الذي أنت فيه.

وقد شملت الدراسة ٧١ طالباً، طُلب منهم الجلوس وأن يجيبوا على مجموعة من الأسئلة تتعلق بتقديم مميزات إيجابية أو سلبية لعملهم ثم تقدير كيف سيكون أداؤهم في العمل الذي سيؤدونه في المستقبل. وفي النتائج، تبين أن الأشخاص الذين يجلسون في وضعية مستقيمة قدموا آراءً تتعلق بأدائهم العملي في المستقبل استناداً إلى المميزات التي قدموها، ففي حال كانت المميزات سلبية أجابوا أن أداءهم سيكون سلبياً، وإن كانت إيجابية أجابوا أن أداءهم سيكون إيجابياً.

وسجلت اختلافات بين المميزات التي أشار إليها الأشخاص الذين جلسوا بوضعية منحنية والأداء الذين أفادوا أنهم سيقدمونه في العمل، وقد تبين أن الأشخاص لا يدركون ان وضعية جلوسهم تؤثر بمدى ثقتهم في أفكارهم الخاصة.

تمارين الليونة تكشف الإصابة بأمراض القلب

قد تشير قدرة شخص ما على الإمساك بأصابع قدميه أثناء جلوسه على الأرض إلى ما إذا كان يعاني من أمراض قلب. فقد أظهرت دراسة أميركية- يابانية نشرت في "المجلة الأميركية للفيزيولوجيا" أن فحص "الجلوس والإمساك"، أي الجلوس على الأرض والإمساك بأصابع القدمين، قد يشير عند الأشخاص الذين تجاوزوا الأربعين من العمر إلى مدى ليونة الشرايين، فغالباً ما يؤدي تصلب الشرايين إلى أمراض قلبية.

وأفادت الدراسة أن هذا الفحص البسيط قد يصبح وسيلة قياس سريعة لمدى احتمال تعرض شخص ما للموت المبكر بسبب الإصابة بأزمة قلبية أو سكتة.

وأفاد معد الدراسة، الطبيب كينتا ياماموتو، من جامعة "شمال تكساس" والمعهد الوطني للصحة والتغذية في اليابان أنه لم يعرف بعد لمَ ترتبط ليونة الشرايين وليونة الجسم عند الأشخاص الذين تجاوزوا منتصف العمر، غير أنه أشار إلى احتمال أن تحدث تمارين الليونة ردات فعل فيزيولوجية تخفف من تصلب الشرايين المرتبط بالتقدم في العمر.

الاضطرابات النفسية المتكررة تسبب البدانة

تسبب الاضطرابات النفسية المتكررة، وفي مقدمها القلق والكآبة السمنة، وكلما زادت حدتها أدى ذلك إلى زيادة الوزن مع ما يحمله الأمر من مشاكل صحية للإنسان المعاصر. وبحسب دراسة نشرت على موقع مجلة "بي أم جي" الطبية على الانترنت تابع الباحثون الحالات الصحية لحوالي ٤٣٦٤ مواطناً بريطانياً تتراوح أعمارهم ما بين ٣٥ و ٥٥ سنة على مدى ١٩ سنة "ما بين أعوام ١٩٨٥ و٢٠٠٤.

وذكر موقع "هلث دي نيوز" أن الباحثين الذين تابعوا الحالات الصحية لهؤلاء كانوا يجرون تقييماً صحياً لهم في كل مرة كانوا يرونهم فيها ويسجلون مقاسات الطول والوزن لديهم. وتوقع الباحثون، بناء على معطيات لديهم، أن الذين عانوا من اضطرابات نفسية خلال فترات المسح الطبي الثلاث الأخيرة، سيصبحون بدناء في فترات المسح الأخيرة من الدراسة، وبأن نظراءهم الاصحاء نفسياً وبدنياً لن يتأثروا بذلك ولن تزداد أوزانهم بشكل يؤثر على حالتهم الصحية العامة. من جانب آخر قالت ميكا كيفنكامي ورفاقها من يونيفرستي كولدج لندن: خلافاً للابحاث السابقة فإن هذه الدراسة الجديدة لم تقدم سوى أدلة بسيطة على ارتباط الحالة النفسية بالبدانة.

وأضافوا انه إذا أثبتت الأبحاث المقبلة وجود علاقة بين الصحة النفسية والبدانة فإن ذلك قد يؤدي إلى إيجاد أدوية للوقاية من هذه الأمراض في مراحل مبكرة.

حبة تضع حداً لآلام العادة الشهرية

قد لا تعاني نساء العالم لفترة طويلة من أوجاع العادة الشهرية بعدما صنع علماء حبة دواء يقولون إنها ربما تضع حداً لمعاناتهن. والحبة الجديدة مصممة بطريقة تساعد على منع تقلصات المعدة وليس مجرد معالجة العوارض الجانبية خلال فترة الحيض.

وقال الدكتور جيم فيليبس من شركة فانتيا ثيرابوتيكس، التي تتخذ من مدينة ساوث هامبتون البريطانية مقراً لها، لصحيفة "دايلي مايل" البريطانية اليوم "إن عسر الطمث أو الحيض المؤلم يؤثر على عدد كبير من النساء وليس هناك الآن علاج معين لهذه الحالة".

وأضاف فيليبس: "نعتقد أن هذه الحبة قد تكون بديلاً عن الأدوية المسكنة للآلام التي تشترى من الصيدليات دون وصفة طبية".

وأضاف: "أعتقد أنه من الإنصاف القول بأننا حققنا إنجازاً علمياً لأنه ليس هناك أي علاج مشابه لها، كما تظهر أبحاثنا عدم وجود دواء فعّال لذلك، "وحبة الدواء الجديدة واسمها" في أيه ١١١٩١٣ " ثبت بأنها آمنة ولها آثار جانبية طفيفة، وإذا ما أثبتت التجارب اللاحقة عليها أنها ناجحة فقد تطرح في الأسواق خلال السنوات القليلة المقبلة وتحقق أرباحاً طائلة للشركة المنتجة لها.

ومن المقرر تجربة هذه الحبة على ١٢٨ امرأة تتراوح أعمارهن ما بين ١٨ و ٣٥ سنة في بريطانيا وأميركا وسوف تعطى للنساء اللواتي يعانين من الآلام الشديدة لفترة ستة أيام خلال فترة الحيض من أجل معرفة تأثيرها عليهن.

وتخفف هذه الحبة من تأثير هرمون فاسوبريسين vasopressin الذي يسيطر على العضلات التي تسبب تقلصات في جدار الرحم وإعادتها إلى وضعها العادي، إلى ذلك، قالت المديرة الطبية في الشركة هيلاري ماك إلوين- جون "صنعنا هذه الحبة بعدما تبين لنا أن الأدوية المطروحة في الأسواق لا تلبي حاجات النساء اللواتي يضطر بعضهن للبقاء في المنزل وعدم الذهاب إلى المدرسة أو العمل بسبب الألم". وتشير أرقام إلى أن آلام العادة الشهرية تؤثر على حوالي ٨٠٪ من النساء خلال إحدى مراحل حياتهن.

النباتات الطبية الصينية تقي من السكري

تشير أدلة علمية إلى أن النباتات الطبية الصينية التقليدية قد تقي من الإصابة بمرض السكري، وبحسب موقع "كوشران ريفيو" الطبي الاسترالي على الانترنت فإن الدراسات الـ ١٦ التي استند إليها الباحثون وجدت أن المزج بين الأدوية الصينية المستخلصة من النباتات وإدخال تعديلات على أسلوب الحياة يضاعف فرص السيطرة على مستويات الغلوكوز في الدم عند مرضى السكري وفي هذا الإطار قالت سوزان غرانت من مركز أبحاث الطب التكميلي في جامعة وسترن سيدني باستراليا التي قادت فريق البحث "إن النتائج التي توصلنا إليها تشير إلى أن بعض أنواع طب الإعشاب الصينية يمكن أن يكون مفيداً في معالجة مرضى السكري.

وأضافت غرانت: ولكننا نريد إجراء المزيد من الأبحاث من أجل التأكد من فعاليتها، مشيرة إلى أن القيمة الحقيقية لهذه الدراسة هي كونها وسيلة إرشادية من أجل إجراء المزيد من الدراسات حول طب الأعشاب الصيني.

وتابعت: نريد إجراء المزيد من التجارب والمقارنات بين أدوية غير فعّالة تعطى للمريض على سبيل المقارنة وعقاقير طبية أخرى ذات جودة عالية.

وشملت الدراسة ١٣٩١ مريضاً تلقوا ١٥ نوعاً من الأدوية المستخلصة من الإعشاب الصينية، حيث تبين أن الذين تناولوا هذه الأدوية كانوا أقل عرضة من غيرهم للإصابة بمرض السكري خلال الدراسة، كما لم تظهر على المشاركين أي آثار جانبية لهذه العلاجات.

الذوبان.. كابوس القطب الشمالي!

قال علماء في جامعة كولورادو الأميركية إن جليد البحر القطبي الشمالي مع أنه استعاد بعض سماكته بشكل طفيف هذا العام لكنه مستمر بالذوبان. وأوضح الباحثون في المركز الوطني الأميركي للمعلومات عن الثلوج والجليد أن الحد الأدنى لسماكة الثلوج والجليد في البحر القطبي الشمالي في العام ٢٠٠٩ سجل ثالث أدنى مستوىً له بحسب بيانات الاقمار الصناعية التي بدأت العمل هناك في العام ١٩٧٩.

وشهدت السنوات الخمس الماضية أدنى مستوىً لجليد بحر القطب الشمالي يتم تسجيلها على الاطلاق.

وفي هذا السياق، قال مدير المركز البروفيسور مارك سيريزي "إنه لأمر جيد رؤية تحسن طفيف خلال السنتين الماضيتين ولكن ليس هناك سبب يدعو للاعتقاد بأننا نعود للوضع الذي كان سائداً في سبعينيات القرن الماضي.

أضاف: لا نزال نتوقع اختفاء طبقات الجليد خلال الصيف في العقود القليلة المقبلة، إلى ذلك، قال علماء إن الجليد البحري في المنطقة القطبية الشمالية ينخفض بمعدل ١١,٢ ٪ في العقد الواحد و ٣٪ خلال أشهر الشتاء.

التوتر في الصغر ينقص من العمر!

قد تؤدي إصابة الأشخاص بالتوتر أثناء طفولتهم مثل تعرضهم للتعنيف الجسدي واللفظي إلى إنقاص سنوات من حياتهم. ونقل موقع "لايف ساينس" أن مسحاً شمل ١٧ ألف شخص بالغ، أن الأشخاص الذين تعرضوا إلى ستّ تجارب قاسية في الصغر في الأقل قبل عمر الـ١٨، هم عرضة أكثر بمرتين للموت المبكر. ومن المقرر أن تنشر نتائج هذه الدراسة في عدد تشرين الثاني/نوفمبر من "المجلة الاميركية للطب الوقائي"

وهي تلي دراسة سابقة ربطت ضرب الأطفال بمعدلات الذكاء المنخفضة.

وقال الباحث ديفيد براون من مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها في مدينة أطلنطا الأميركية "من المهم ان نفهم أن ما يترتب على تعرض الطفل للصدمات قد يستمر طوال حياته، وقد راجع براون وزملاؤه بيانات لأشخاص زاروا عيادة مختصة في سان دييغو بين عاميّ ١٩٩٥ و١٩٩٧ وملأوا استبياناً حول طفولتهم، وقد تابع الفريق المشاركين عام ٢٠٠٦، من خلال مؤشر الوفاة الوطني لتبيان من منهم قد توفي، وقد سأل الاستبيان المشاركين عن أي من التجارب قد عانوا، وتشمل التعنيف اللفظي والجسدي، وتعرض الأم للتعنيف، والمعاناة من عنف منزلي، والسكن في منزل تستخدم فيه المخدرات أو معاناة أحد أعضاء الأسرة من مرض نفسي أو السجن، أو انفصال وطلاق الوالدين.

ووجد الباحثون أن ثلثيّ المشاركين في الدراسة عانوا من واحدة من هذه التجارب في الأقل، وقد توفي أغلبية الأشخاص الذين ابلغوا عن معاناتهم من ست من هذه الحالات في عمر الستين كمعدل عام، في حين عاش الأشخاص الذين لم يعانوا من هذه الحالات حتى عمر الـ٧٩ كمعدل عام.

كشف جيني قد يساعد في معالجة مشكلات الخصوبة

نجح باحثون من جامعة "فرجينيا كومنولث" في الولايات المتحدة الأميركية في تحديد الجين الذي قد يساعد في تفسير مشاكل الخصوبة لدى البشر. وينوه الباحثون في غضون ذلك إلى أن مسألة الخصوبة لدى الإناث تعتمد على نمو أحد الجريبات المبيضية، ذلك الهيكل الذي يتحول في نهاية المطاف ليفرز بويضة ناضجة. ويشير الباحثون إلى أن أحد الجريبات، الذي يُعرف بالجريب المهيمن، ينضج في إحدى الدورات العادية إلى أن يقوم بإفراز بويضة، في حين تموت باقي البويضات التي يتم إفرازها خلال تلك الدورة. وإذا ما حدث خلل بأي من مراحل نمو الجريب المبيضي، فإنه قد يحول دون نضوج البويضة ويضعف الخصوبة، كما يقوم بتبديل إنتاج الهرمونات في المبيضات.

وقد استعانت الباحثة الرئيسية في تلك الدراسة وتدعى، إليزابيث ماكغي، وهي أستاذ مساعد في الطب النسائي والتوليد في كلية الطب التابعة لجامعة فرجينيا كومنولث، بنموذج من فئران التجارب من أجل فحص الدور الذي يقوم به الجين الذي يُعرف بـ Smad-٣ في المراحل الأولى من نمو الجريبات بغية فهم الآليات الجزيئية التي تؤثر على الخصوبة. وقد قامت ماكغي وباقي زملائها في الدراسة ذاتها بفحص المسارات التي تشترك في استجابة الجريب لهرمون حث الجريبات، أو ذلك الذي يُعرف اختصارًا بـ FSH ، وهو الهرمون المسؤول عن مساعدة جسم المرأة على وضع بويضة ناضجة. وقد وجدوا أن أنثى الفئران التي لا توجد لديها جين Smad-٣، لا تمر بتجربة الإباضة الطبيعية، وتعاني من العقم نظرًا لعدم تمتع الجريب بالقدرة الكافية على الاستجابة لتحفيز هرمون FSH. كما خلص الفريق البحثي أيضًا إلى أن جين Smad-٣ يقوم بتنظيم عملية نمو الجريبات وكذلك أحدى عائلات البروتينات المهمة التي تلعب دورًا رئيسيًا في نمو الجريبات. وختمت ماكغي، التي تشغل أيضًا منصب مدير قسم الغدد الصماء التناسلية والعقم في مركز جامعة فيرجينيا كومنولث الطبي، بقولها: "إن تعلم الآلية التي ينتظم من خلالها مستقبل هرمون FSH على نحو دقيق لهي خطوة مهمة في فهم العيوب الخفية لنقل الإشارة التي يمكنها أن تتداخل مع عملية نمو الجريبات وكذلك خصوبة الإناث، وقد يؤدي إلى ظهور أنواع جديدة من الطرق المعالجة للخصوبة".

قيادة السيارات المكشوفة.. تصيب بالصمم

قد تتسبب قيادة السيارات المكشوفة بأضرار في الأذنين ما قد يؤدي إلى الإصابة بالصمم. وأفادت هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" أن خبراء بريطانيين أثبتوا ان قيادة سيارة مكشوفة بسرعة تتراوح بين ٨٠ و ١١٠ كيلومترات في الساعة تعرض الأذن الى ضوضاء تقترب من درجة صوت حفارات الشوارع.

وأوضحوا خلال لقاء متخصص بالموضوع في الولايات المتحدة، ان تعرض الاذن الى هذا النوع من الضجيج الصادر عن المحركات بالإضافة إلى ضجة الشارع والسيارات والريح، قد يتسبب بفقدان دائم للسمع. ودعوا سائقي السيارات المكشوفة الى ارتداء نوع من أجهزة حماية للاذن، مثلما يفعل راكبو الدراجات النارية.

وحذروا من أن العطب الذي تتعرض له الاذن يكون تدريجيا، ولا يشعر به السائق الا بعد سنوات، وعندها يكون الاوان قد فات.

وقال الخبراء، في ملخص دراسة نشر بمجلة أمريكية متخصصة، انهم راقبوا درجات الضجيج في الاذنين خلال قيادة السيارات المكشوفة بسرعات متفاوتة.

وتبين لهم ان قيادتها بسرعة تتراوح بين ٨٠ و ١١٠ كم في الساعة يعرض السائق لضجيج تبلغ قوته بين ٨٨ و ٩٠ ديسبل، بينما ٨٥ ديسبل هي درجة الصوت الأقصى التي لا تعرض الأذن للضرر وأي صوت يفوق ذلك قد يعرضها لعطب دائم. غير أن الخبراء أشاروا إلى أن إغلاق نوافذ السيارات المكشوفة يمكن ان يقلل من درجة الضجيج الناتج عن قيادتها إلى ٨٢ ديسبل.