

موضة

## البنفسجي يتربع على عرش ألوان الموضة

البيج والكريمي للحصول على إطلالة هادئة. ومن ترغب في إطلالة جريئة يمكنها اللجوء إلى إطلالة البنفسجي الكاملة، أما من ترغب في إطلالة أكثر جراءة فيمكنها تنسيق البنفسجي مع ألوان صارخة مثل الأحمر والبرتقالي.

ويرمز اللون البنفسجي إلى الهدوء والرومانسية، والخيال والإبداع، والشعور بالعظمة. ويعتبر لون التوازن العاطفي والسلام الداخلي والحكمة، كما يُعتبر لون الإنسانية لكونه يجمع بين القوة والحكمة والتواضع والحساسية، وهو ما يضيف على لباس المرأة نوعاً من الفخامة.



يترقب البنفسجي على عرش ألوان الموضة النسائية في ربيع/ صيف 2021 ليمنح المرأة إطلالة جذابة ومشرقة تشجع أجواء البهجة والتفاؤل. وأوضحت مجلة "Elle" أن اللون البنفسجي بدرجاته الغامقة والفاخرة يزين هذا الموسم الفساتين والبلوزات والسرراويل والتنانير والأحذية والحقائب، ليضفي على المظهر لمسة ساحرة تخطف الأنظار. وأضافت المجلة المعنية بالموضة والجمال أن البنفسجي يمتاز بتنوع إمكانيات التنسيق، حيث يمكن تنسيقه مع درجات

## حكمة الأشخاص على علاقة بحجم التنوع الميكروبي في أمعائهم

تنوع تلك الميكروبات بالمساحرات التي أبلغ عنها الأفراد. وانعكس التغيير الأكبر في الشعور بالوحدة.

ويقول ديليب جيستي أستاذ الطب النفسي وعلوم الأعصاب ومؤلف الورقة البحثية "قد تؤدي الوحدة إلى تغييرات في ميكروبيوم الأمعاء، أو بالمعنى، تغييرات في بيئة القناة الهضمية قد تهيئ الفرد ليصبح وحيداً. نحن بحاجة إلى التحقيق بشكل أكثر شمولاً لفهم ظاهرة محور الأمعاء والدماغ بشكل أفضل". وتحتوي الأمعاء على الملايين من الخلايا العصبية، لهذا أصبح يطلق عليها "الدماغ الثاني".

ويؤدي الجهاز الهضمي وظائف كثيرة تتعدى حدود الطعام الذي يأكله الأفراد، كما يمكن أن تؤثر أعداد الميكروبات التي تعيش فيه على صحتهم.

ويبحث العلماء في ما إذا كان تحسين صحة القناة الهضمية يساهم في تحسين الجهاز المناعي لدى الفرد ومعالجة الاضطرابات، التي تؤثر على صحته النفسية.

تقول ميجان روسي أخصائية في التغذية حاصلة على درجة الدكتوراه في صحة القناة الهضمية ومؤلفة كتاب بعنوان "صحة الأمعاء"، "إن الأمعاء تتمتع باستقلالية في اتخاذ قراراتها الخاصة، ولا تحتاج إلى المخي يخبرها بما يجب أن تفعله".

ويطلق على هذا العقل المستقل للأعضاء اسم "الجهاز العصبي المعوي"، وهو جزء في الجهاز العصبي المركزي مسؤول فقط عن السلوك المعوي، ويشبه شبكة من الخلايا العصبية التي تبطن المعدة والجهاز الهضمي.

ويتواصل الجهاز العصبي المعوي عادة مع الجهاز العصبي المركزي، من خلال العصب "السيمبأوي" والعصب "شبه السيمبأوي".

واشنطن - كشفت دراسة حديثة علاقة وطيدة تربط بين "حكمة" الأشخاص ومستويات التنوع الميكروبي في أمعائهم.

وأكد الباحثون أنه كلما زاد عدد الميكروبات في الأمعاء، زادت احتمالية أن يكون الشخص حكيمًا، ما يضيف وزناً علمياً لمفهوم الأشخاص الذين يتصرفون بناءً على "شعورهم الغريزي".

وقال باحثون في كلية الطب في سان دييغو في جامعة كاليفورنيا إن كيفية إبلاغ الناس عن مشاعر الحكمة أو الوحدة، ترتبط ارتباطاً مباشراً بمستويات التنوع الميكروبي في أمعائهم. ووجدوا أنه كلما زاد حجم الشبكات الاجتماعية التي يمتلكها الناس، زاد تنوع الميكروبات المعوية لديهم.

وعلى العكس من ذلك، وجد مؤلفو الدراسة، التي نُشرت في مجلة "فرننتايرز إن بسيكياتري"، أن المستويات المنخفضة من ميكروبات الأمعاء عادة ما تمثل صحة بدنية وعقلية أسوأ.

وقالت الدكتورة تانيا نغوين المؤلفة الرئيسية للدراسة "وجدنا أن المستويات المنخفضة من الوحدة والمستويات الأعلى من الحكمة والرحمة والدعم الاجتماعي والمشاركة، ارتبطت بترافاً أكبر لتطور وتنوع ميكروبيوم الأمعاء".

وربطت الدراسة الحديثة التعديلات في تريليونات الميكروبات والبكتيريا والفايروسات والفطريات الموجودة في الجهاز الهضمي، باضطرابات في الاستجابة للتوتر والعواطف والعمليات مثل اتخاذ القرار.

وتابع الباحثون 187 شخصاً تتراوح أعمارهم بين 28 و97 عاماً، وطلبوا منهم قياس أشياء ذاتياً مثل الشعور بالوحدة والحكمة والرحمة والدعم الاجتماعي والمشاركة الاجتماعية. كما جمع الباحثون عينات من البراز، وقارنوا



كلما زاد عدد الميكروبات في الأمعاء كلما زادت رحمة الشخص



التحاق أطفال لبنان بالتعليم أصبح أمراً صعب المنال

## الانقطاع الدائم للأطفال عن الدراسة ينذر بكارثة في قطاع التعليم في لبنان

### إغلاق المدارس بسبب الاحتجاجات الشعبية وتدابير كورونا يقلص من أيام الدراسة

السكان وظائفهم أو جزءاً من رواتبهم. ونقل التقرير عن طفل يدعى آدم (11 عاماً) قوله إنه يتشارك مع شقيقته هانقا ذكياً لتلقي دروسهم، ويتوجب عليه الذهاب إلى منزل الجيران لاستخدام شبكة الإنترنت.

وقالت مديرة المنظمة في لبنان جينيفر مورهاد إن "تعليم الآلاف الأطفال في لبنان معلق بخيط رفيع"، وحذرت من أن الكثير منهم قد لا يعودون إطلاقاً إلى مزاولة الدراسة، إما لأنه فاتهم الكثير من الدروس بالفعل أو لأن أسرهم لا تستطيع تحمل تكاليف إرسالهم إلى المدرسة.

وإلى جانب فقدانهم إمكانية التعلم نهبت المنظمة إلى أن الأطفال غير الملحقين بالمدارس أكثر عرضة لخطر الوقوع ضحية عمالة الأطفال وزواج القصر وأشكال أخرى من الإساءة والاستغلال.

وحضت الجهات المعنية على التحرك بسرعة لضمان عدم فقدان جيل كامل فرصة الحصول على التعليم" وعلى فتح المدارس متى أمكن ذلك.

وحذرت منظمة "انقذوا الأطفال" العام الفارط من خطر تهديد الجوع لحوالي مليون نسمة في منطقة بيروت جراء الأزمة الاقتصادية الخطيرة التي أضرت بالأمن الغذائي في بلد يعتمد بصفة كبيرة على استيراد كميات من المواد الغذائية.

وقالت إن "نحو مليون نسمة في منظمة بيروت لا يملكون المال الكافي لتأمين الطعام، أكثر من نصفهم من الأطفال المهددين بالجوع جراء الأزمة الاقتصادية المتنامية في لبنان".

وقال مدير المنظمة بالوكالة في بيروت جاد صقر "سنبدأ بمشاهدة أطفال يموتون جوعاً قبل حلول نهاية العام الحالي"، وأضاف "تضرب الأزمة الجميع، العائلات اللبنانية كما اللاجئين الفلسطينيين السوريين على حد سواء".

وأشار إلى أن في بيروت الكبرى 910 آلاف شخص بينهم 564 ألف طفل لا يملكون المال الكافي لشراء حاجاتهم الرئيسية.

وفي 31 سبتمبر

تفاوتت فاعليته بين المدارس الخاصة والرسمية. وتجعل الأزمة الاقتصادية التعليم عن بعد خارج متناول الأطفال أكثر فأكثر، مع عدم قدرة عائلاتهم على تكاليف التعليم على وقع انهيار اقتصادي فاقمته تدابير التصدي لغايروس كورونا.

وفي تقرير حول أزمة القطاع التربوي في لبنان قالت المنظمة إن "الأزمة الاجتماعية والاقتصادية في لبنان تتحول إلى كارثة تعليمية، بينما يواجه الأطفال الأكثر هشاشة خطراً حقيقياً يتمثل في عدم العودة إطلاقاً إلى المدرسة".

ومنذ بدء تفشي فايروس كورونا قبل عام قذرت المنظمة عدد الأطفال الموجودين خارج مدارسهم بأكثر من 1.2 مليون طفل. وقالت إنه في العام الماضي تلقى الأطفال اللبنانيون تعليمهم خلال 11 أسبوعاً فيما تلقى الأطفال السوريون اللاجئين معدياً أدنى بكثير، جراء إغلاق المدارس لأسباب عدة بينها حركة الاحتجاجات الشعبية ضد الطغمة السياسية ثم تدابير الإغلاق جراء تفشي كورونا.

وعمق الانهيار المتنامي مستوى الفقر، حيث بات أكثر من نصف اللبنانيين تحت خط الفقر، بينما يرتفع المعدل إلى سبعين وتسعين في المئة في صفوف اللاجئين الفلسطينيين والسوريين تبعاً. ويشكل الفقر، وفق التقرير، عائقاً حاداً أمام وصول الأطفال إلى التعليم، فيما لا تستطيع العديد من العائلات تحمل تكاليف متطلبات التعلم أو تضطر إلى الاعتماد على الأطفال لتوفير الدخل.

وكان لبنان في عداد أولى الدول التي فرضت إغلاق المدارس في مارس 2020 إثر تفشي فايروس. وتم اعتماد نظام التعليم عن بعد الذي

أدى إغلاق المدارس الذي فرضه لبنان في مارس من العام 2020 جراء تفشي فايروس كورونا، إضافة إلى اعتماد نظام التعليم عن بعد والذي تفاوتت فاعليته بين المدارس الخاصة والرسمية، إلى انقطاع 1.2 مليون طفل عن الدراسة. وهذا الأمر ينذر بكارثة في قطاع التعليم. كما شكل الفقر عائقاً حاداً أمام وصول الأطفال إلى التعليم، حيث تضطر العديد من العائلات إلى الاعتماد على الأطفال لتوفير الدخل.

تفاوتت فاعليته بين المدارس الخاصة والرسمية. وتجعل الأزمة الاقتصادية التعليم عن بعد خارج متناول الأطفال أكثر فأكثر، مع عدم قدرة عائلاتهم على تكاليف التعليم على وقع انهيار اقتصادي فاقمته تدابير التصدي لغايروس كورونا.

وفي تقرير حول أزمة القطاع التربوي في لبنان قالت المنظمة إن "الأزمة الاجتماعية والاقتصادية في لبنان تتحول إلى كارثة تعليمية، بينما يواجه الأطفال الأكثر هشاشة خطراً حقيقياً يتمثل في عدم العودة إطلاقاً إلى المدرسة".

ومنذ بدء تفشي فايروس كورونا قبل عام قذرت المنظمة عدد الأطفال الموجودين خارج مدارسهم بأكثر من 1.2 مليون طفل. وقالت إنه في العام الماضي تلقى الأطفال اللبنانيون تعليمهم خلال 11 أسبوعاً فيما تلقى الأطفال السوريون اللاجئين معدياً أدنى بكثير، جراء إغلاق المدارس لأسباب عدة بينها حركة الاحتجاجات الشعبية ضد الطغمة السياسية ثم تدابير الإغلاق جراء تفشي كورونا.

وعمق الانهيار المتنامي مستوى الفقر، حيث بات أكثر من نصف اللبنانيين تحت خط الفقر، بينما يرتفع المعدل إلى سبعين وتسعين في المئة في صفوف اللاجئين الفلسطينيين والسوريين تبعاً. ويشكل الفقر، وفق التقرير، عائقاً حاداً أمام وصول الأطفال إلى التعليم، فيما لا تستطيع العديد من العائلات تحمل تكاليف متطلبات التعلم أو تضطر إلى الاعتماد على الأطفال لتوفير الدخل.

وكان لبنان في عداد أولى الدول التي فرضت إغلاق المدارس في مارس 2020 إثر تفشي فايروس. وتم اعتماد نظام التعليم عن بعد الذي

أدى إغلاق المدارس الذي فرضه لبنان في مارس من العام 2020 جراء تفشي فايروس كورونا، إضافة إلى اعتماد نظام التعليم عن بعد والذي تفاوتت فاعليته بين المدارس الخاصة والرسمية، إلى انقطاع 1.2 مليون طفل عن الدراسة. وهذا الأمر ينذر بكارثة في قطاع التعليم. كما شكل الفقر عائقاً حاداً أمام وصول الأطفال إلى التعليم، حيث تضطر العديد من العائلات إلى الاعتماد على الأطفال لتوفير الدخل.

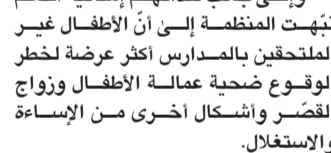
تفاوتت فاعليته بين المدارس الخاصة والرسمية. وتجعل الأزمة الاقتصادية التعليم عن بعد خارج متناول الأطفال أكثر فأكثر، مع عدم قدرة عائلاتهم على تكاليف التعليم على وقع انهيار اقتصادي فاقمته تدابير التصدي لغايروس كورونا.

وفي تقرير حول أزمة القطاع التربوي في لبنان قالت المنظمة إن "الأزمة الاجتماعية والاقتصادية في لبنان تتحول إلى كارثة تعليمية، بينما يواجه الأطفال الأكثر هشاشة خطراً حقيقياً يتمثل في عدم العودة إطلاقاً إلى المدرسة".

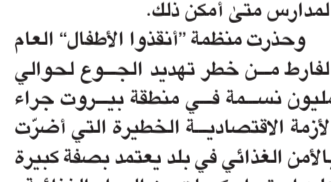
ومنذ بدء تفشي فايروس كورونا قبل عام قذرت المنظمة عدد الأطفال الموجودين خارج مدارسهم بأكثر من 1.2 مليون طفل. وقالت إنه في العام الماضي تلقى الأطفال اللبنانيون تعليمهم خلال 11 أسبوعاً فيما تلقى الأطفال السوريون اللاجئين معدياً أدنى بكثير، جراء إغلاق المدارس لأسباب عدة بينها حركة الاحتجاجات الشعبية ضد الطغمة السياسية ثم تدابير الإغلاق جراء تفشي كورونا.



جاء صقر  
أغلب أطفال لبنان لا يملكون المال الكافي لشراء حاجاتهم الرئيسية



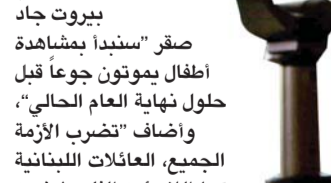
الأزمة الاقتصادية جعلت التعليم عن بعد خارج متناول الأطفال أكثر فأكثر، مع عدم قدرة عائلاتهم على تحمل تكاليف الإنترنت



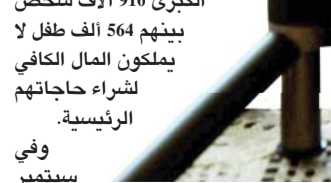
وكان لبنان في عداد أولى الدول التي فرضت إغلاق المدارس في مارس 2020 إثر تفشي فايروس. وتم اعتماد نظام التعليم عن بعد الذي



وكان لبنان في عداد أولى الدول التي فرضت إغلاق المدارس في مارس 2020 إثر تفشي فايروس. وتم اعتماد نظام التعليم عن بعد الذي



وكان لبنان في عداد أولى الدول التي فرضت إغلاق المدارس في مارس 2020 إثر تفشي فايروس. وتم اعتماد نظام التعليم عن بعد الذي



وكان لبنان في عداد أولى الدول التي فرضت إغلاق المدارس في مارس 2020 إثر تفشي فايروس. وتم اعتماد نظام التعليم عن بعد الذي