

## نسرین طافش إلى بيروت ومصر وأوروبا



تتحضر النجمة السورية نسرین طافش للتوجه إلى بيروت ومنها إلى مصر، وتالياً إلى أوروبا، لتصور مشاهدتها في مسلسل «العرب».

وكشفت عن أدائها لدور «ريم» التي تشكل الحب الحقيقي القصة مع العراب الابن، وأصفة الأجواء بالساحرة والمثيرة.

وعبرت عن سعادتها لحشد النجوم في المسلسل بدخول عاصي الحلقي وعابد فهد وسلم حداد فيه لتصبح النجومية والبطولة جماعية على حد وصفها.

كما تشارك نسرین في بطولة مسلسل مصري بعنوان «ألف ليلة وليلة» للمخرج رؤوف عبد العزيز، إضافة لبطولتها في مسلسل «في ظروف غامضة» مع المثنى صبح.

## هذه الأطعمة تنقذ حياتك

تلقت صحيفة «دايلي ميل» البريطانية عن خبيرة التغذية سالي نورتن، قولها إنه ٦ أطعمة خارقة ذات تأثير مميز في الصحة، لأنها تقى من أمراض القلب والسرطان وغيرها من الأسباب التي تقصر العمر.

وأشارت إلى أن هذه الأطعمة هي الكرز الحامض الذي يحارب الالتهابات ويعزز النوم وحين التعافي من الإصابات الرياضية، وكذلك الأفوكادو الذي يخفض معدل الكوليسترول السيئ وبالتالي يقلص خطر النوبات القلبية والجلطات.

ولفتت نورتن إلى أن «التوت البري هو أحدهما لأنه يقى من التهاب البول والمجاري البولية ومن السرطان ويعزز صحة الفم ويخفف الالتهابات، وكذلك التوت الأزرق الذي يحمي القلب ويقى من السرطان ويعزز عمل الدماغ ويحسن البصر».

كما أُنثت على «دور بذور اليقطين المهمة للمناعة ونمو الخلايا وانقسامها إضافة إلى النوم والمزاج وصحة العين والبشرة».

## هل انفصلت وعد البحري عن زوجها؟



بعد احتفالها بعيد ميلادها منذ عدة أيام، نشبت خلافات حادة بين الفنانة السورية وعد البحري، وزوجها أحمد البينا، حيث وصلت لتركها للمنزل، والتوقف عن العمل في اليومها، الذي ينتجه لها زوجها. وعلى الرغم من تأكيد مقربين منهما، أن الانفصال بات وشيكاً، وأن الحياة بينهما وصلت إلى طريق مسدود، إلا أن وعد وزوجها التزما الصمت، حيث أن لم يجب أياً منهما، على هاتفه، مما يؤكد الخبر.

## لينا حوارنة تتصدى لمطبات الحياة



الفنانة السورية لينا حوارنة في أحد مشاهد «حارة المشرقة»، حيث تؤدي شخصية امرأة متزوجة من فنان لديه من مشكلات الحياة ما يكفي لجعلها تعيش الهم فتتصدى معه لمطبات الحياة لكن في الوقت نفسه تنوبها الكثير من النائبات وتستمر في الصبر.

## رغدة: سورية ستنتصر على المتآمرين



أكدت النجمة السورية رغدة أن سورية باقية، وسوف تنتصر على المتآمرين، مشيرة إلى أن أميركا لا تهتم إلا بمصالحها الخاصة، حيث إنها تسعى لتمزيق شمل العرب، وتفتتت الدول العربية، مشيرة إلى أن القادم أسوأ، إذا لم تنتبه الشعوب العربية.

وأشارت إلى أن الفن، عاجز عن مواكبة الأحداث السياسية المتعاقبة، لافتة إلى أنه يسير في طريق، والسياسة في طريق آخر.

## دورة سينمائية في اللاذقية

أعلنت أكاديمية السينما التي يقيمها مجلس الشباب السوري بالتعاون مع الأمانة السورية للتنمية، جامعة تشرين والاتحاد الوطني لطلبة سورية، فتح باب التسجيل في دورة المستوى الأول.

وعلى من يود التسجيل مراجعة مقر مجلس الشباب السوري، في مبنى التدريب والتأهيل، المشروع العاشر، في اللاذقية، علماً أن آخر موعد للتسجيل يوم الخميس ٧ أيار.

## حديثو الولادة الأكثر إحساساً بالألم



أجرى العلماء دراسة علمية لتحديد من الأكثر إحساساً بالألم البدني الرجال أم النساء أم الأطفال حديثي الولادة. وبعد مقارنة هذه النتائج أتضح لعلماء جامعة أوكسفورد البريطانية أن الطفل حديث الولادة أكثر إحساساً بالألم بصورة حادة. هذه النتيجة تدحض النظرية المنتشرة القائلة إن ردود فعل الطفل حديث الولادة تكون على شكل انعكاسات.

وكان الأطباء في النصف الثاني من القرن الماضي عند علاجهم للأطفال الصغار يستخدمون مستحضرات طبية تشل عمل المنظومة العصبية - العضلية بصورة مؤقتة. وحسب إحصائيات عام ٢٠١٤ لم تكن تعطى الأدوية المضادة للألم لأكثر من ٦٠ بالمئة من الأطفال الرضع، ورغم ذلك بقوا يعانون الألم الشديد.

وأجرى الفريق العلمي تصويراً بالرنين المغناطيسي الوظيفي لعشرة أطفال أعمارهم ١ - ٦ أيام، ولعشرة بالغين أعمارهم ٢٣ - ٣٦ سنة. بعد إطعام الصغار بصورة جيدة خلدوا للنوم في أجهزة تكنولوجية متقدمة جدا، وبعدها بدأ الباحثون بملسون

## للضوء الاصطناعي آثار صحية خطيرة

### صحة خطيرة

بينت أحدث الدراسات أن التعرض للضوء الاصطناعي بشكل مفرط قد يسبب آثاراً صحية خطيرة على المدى الطويل كسرطان الثدي والبداية والاكنتاب وأنواع أخرى من السرطانات.

وقال ريتشارد ستيفنز من جامعة كونيتيكت إنه لا ارتباط واضحاً بين التعرض لهذه الأضواء التي اعتدنا على استخدامها، والإصابة بالأمراض السابقة، لكن الدلائل تتزايد حول وجود علاقة بينها وبين الأمراض الخطيرة المذكورة.

ويرى المؤلف المشارك في الدراسة يونغ تشو من جامعة بيل أن قلة التعرض للإضاءة الطبيعية من أشعة الشمس قد يؤثر في الساعة البيولوجية التي تؤثر بدورها في العديد من الوظائف الجسمانية والنفسية، حيث قد تؤثر في إفراز هرمون الميلاتونين المسؤول عن التحكم بالنوم وبالتالي يحدث اضطراب في ساعات النوم والاستيقاظ.

واستناداً لهذه النتائج ينصح الباحثون بتنظيم ساعات النوم والتعرض لضوء النهار بشكل كاف، وتوفير البيئة المثالية للحصول على نوم مريح وصحي والحفاظ على صحة الجسم.

## فارس كرم: كنت لا أطيق رؤية مايا دياب



كشف الفنان اللبناني فارس كرم، أنه لم يثق الحب الصادق بعد، في الوقت الذي اعترف فيه بكثرة علاقاته العاطفية.

وتحدث عن آخر علاقة عاطفية مر بها، حيث قال: «منذ سنتين كنت على علاقة عاطفية قوية أثرت في، لكني لم أنس بسرعة، وتبقى الذكريات موجودة، ولكي أنسى حياً، كنت أعقد في البداية أن علاقة جديدة قد تساعدني على نسيان علاقة قديمة، لكن اكتشفت أنه حل خاطئ، كنت كلما أردت نسيان حب، أحاول قدر الإمكان عدم الاتصال بالحبيبية كي لا أضعف عند سماع صوتها، لذلك، أحاول دائماً أن أعيش بعيداً عنها حياة طبيعية حتى إن تعذبت في البداية».

وتطرق للحديث عن صداقاته بالفنانات، قائلاً: «بداية كنت لا أطيق رؤية مايا دياب، لا أحبها ولا أستلطفها، وهي أيضاً كانت لا تحبني، لكن شاءت الصدفة أن تلقني سوياً في حفل mtv ففقدتني مني وقالت لي: «أنا سأسلم عليك»، وتعرفت إليها عن قرب وأصبحتنا صديقين، أنا أحبها كثيراً، فهي خفيفة الدم، وعندما انتقياها نضح كثيراً».

وخلال حديثه عن الفنانة اللبنانية هيفاء وهبي، وصفها فارس بالخط الأحمر، قائلاً: «هيفاء حالة خاصة، غريبة جيبية، سيده متصالحة مع نفسها، وفيه ومخلصه جداً مع أصدقائها، فهي تشبهني في شخصيتها إلى حد بعيد، هيفاء من أحلى الناس».

## ما فوائد زبدة الكاكاو؟

أفاد موقع «أورغانيك فاكس» أن «لزبدة الكاكاو فوائد صحية جمة ومتنوعة»، لافتاً إلى أنها «مفيدة لمحاربة الشيخوخة نتيجة لاحتوائها على نسب مرتفعة من مضادات الأكسدة والأحماض الدهنية المفيدة للجسم».

ولكنه حذر من بشكون من البداية من تناوله لأنه «غني بالدهون والوحدات الحرارية التي تزيد من مشكلتهم تعقيداً».

فوقه، وتسهم في تعزيز صحة البشرة ووقايتها من العوامل الخارجية المؤذية».

وأضاف إن «زبدة الكاكاو تلعب دوراً في تقليص حدة الالتهابات والتخفيف من الآلام والحكة».

لكنه حذر من بشكون من البداية من تناوله لأنه «غني بالدهون والوحدات الحرارية التي تزيد من مشكلتهم تعقيداً».

## من مرضى إلى مطعم

افتتح في العاصمة البريطانية لندن المرحاض الأثري بشكل مطعم، حيث أبقى صاحب المقهى على مكونات المرحاض كما كانت عليه من قبل.

وأشار مدير المطعم إلى أن آلة تجفيف الأيدي لا تزال معلقة على الحائط من خمسينيات القرن الماضي، وأنه تم تعديل كراسي المراحيض كي تتحول إلى مقاعد لرواد المطعم».

## تبرع لها بكليته لإحياء حبه

تبرع رجل بريطاني في ٥٣ من العمر بكليته لحبيبتة السابقة كعربون لإحياء علاقتهما الغرامية السابقة، بعد انفصلهما قبل ٢٠ عاماً.

وقالت صحيفة «ديلي تليغراف» إن غوردون هنري، وجو ماكفارلين، البالغة من العمر ٤٤ عاماً، افترقا عام ١٩٩٣، لكنهما عادا إلى أحضان بعضهما بفضل الكلية.

وأشار إلى أن جو، عانت من مرض مزمن في الكلية وكانت بحاجة ماسة لتبرع، قبل أن يسمع غوردون بمحنتها ويتقدم لكليته من أجل إنقاذ حياتها وإثبات حبه لها، وقام الأطباء بإجراء العملية بعد أن وجدوا أن الكلية مثالية.

ولفتت الصحفية إلى أن غوردون، وجو، استقيظا بعد العملية ليجدوا نفسيهما في سريرين متجاورين في المستشفى، وازدهر حبهما من جديد منذ تبرعه لها بكليته وإنقاذ حياتها وأصبحا معاً الآن مرة أخرى.

## حمار ضال يرفع الطوارئ بمطار القاهرة

أعلنت الأجهزة الأمنية بمطار القاهرة حالة الطوارئ، لمراجعة جميع إجراءات التأمين، بعد العثور على «حمار» ضال أمام صالة الوصول بالصالة رقم ٣ بمبنى الركاب رقم ١، المعروف بالمطار القديم.

وطلب وزير الطيران المدني إجراء تحقيق عاجل في الواقعة، وإبلاغه بنتائج التحقيقات ومن المتسبب فيها.

## سيرين عبد النور تحصد ٨ ملايين



تشهد صفحة الفنانة اللبنانية سيرين عبد النور الرسمية على الفيسبوك تقدماً سريعاً وملحوظاً يومياً وقد تخطت النصف الأول من المليون الثامن خلال الساعات القليلة الماضية من حيث عدد المعجبين والمتابعين المنتشرين في كل أنحاء العالم العربي وبلدان الإغتراب.

وتعتبر صفحاتها من أكثر الصفحات نشاطاً من حيث نسبة تفاعل الجمهور على الصور، الأخبار والفيديوهات المنشورة إلى جانب عدد التعليقات وعلامات الإعجاب التي تجمعها على مدار الساعة.

## الجينات

### سبب أنجذاب البعوض إليك

أجرى علماء من بريطانيا دراسة افترضوا خلالها أن للبعوض «تفضيلات مذاقية» قد تكون ذات علاقة بجينات الإنسان.

وللبرهان على هذا الافتراض، أجرى العلماء تجارب شارك فيها ١٨ توعماً من بويضة واحدة و١٩ توعماً من بويضتين. أخذ الباحثون من جميع المشتركين في التجربة عينات من عرق اليبدين (لأن رائحة الجسم تجذب البعوض) بعد ذلك أطلقوا ٢٠ بويضة أنثى في أنبوبين كان في نهايتها رائحة عينات العرق التي أخذوها من المشتركين في التجربة ورائحة الهواء الجوي. راقب الباحثون اختيار البعوض للرائحة، حيث اتضح أن البعوض التجذب أكثر إلى رائحة التوعم من بويضة واحدة.

وحسب رأي الباحثين بينت هذه الدراسة طبيعة «تفضيلات مذاق» البعوض.

وحسب الإحصائيات الرسمية أن ١٠ - ٢٠ بالمئة من سكان الأرض مستهدفون من البعوض. وكان سابقاً يعتقد أن غاز ثاني أكسيد الكربون الذي يتحرر من عملية التنفس هو الذي يجذب البعوض.