

## إلهام شاهين: المرأة لا تحتاج إلى الرجل



أكدت الممثلة المصرية إلهام شاهين أن المرأة المثقفة والعاملة التي تعتمد على نفسها هي صاحبة القرار، وليست في حاجة إلى رجل لأنها تعرف كيف تدافع عن حقها. أما المرأة الفقيرة والجاملة التي تعتمد على زوجها وهي لا تعلم ما حقوقها، فتعامل معاملة صعبة. وأوضحت شاهين رأيها في موضوع الحجاب والنقاب، لافتة إلى أنها ليست ضد الحجاب ولكن ضد فرضه على النساء وإجبارهن على ارتدائه رغم عدم اقتناعهن به، مضيفاً إنها مع الحجاب إذا كان الهدف منه إرضاء الله وليس الأشخاص.

## المرأة المتفائلة أقل عرضة للإصابة بالأمراض المميتة

خلصت دراسة علمية حديثة إلى أن النساء اللاتي يتظنن إلى الجانب المشرق من الحياة يقل خطر إصابتهن بالعديد من الأمراض القاتلة. وأظهرت الدراسة، التي أجريت على أكثر من ٧٠ ألف سيدة، أن المتفائلات كن أقل عرضة للإصابة بأمراض السرطان والقلب والأمراض الرئوية والسكتة الدماغية عند بلوغهن سن التقاعد. ورغم الإشارة إلى الدور الذي يلعبه نمط الحياة الصحي والسلوكيات، يعتقد الخبراء أن الحالة الذهنية الإيجابية لها تأثير كبير في حد ذاتها، وحتى لو كنت تفكر في التصرف المتفائل بشكل طبيعي، يمكن تعلم التفاؤل، بحسب الدراسة. وقال معدو الدراسة، التي نشرت في الدورية الأميركية لعلم الأوبئة، إن تشجيع الناس على تخيل مستقبل مشرق قد يكون علاجاً جيداً لتحسين الصحة العامة. ودرس الباحثون البيانات الصحية التي جمعت من دراسة أميركية كبيرة لمرضات عاملات ومقاعدات. وطلب من المشاركات تقييم أنفسهن من حيث قدر التفاؤل الذي يتمتعن به من صفر حتى ٢٤. وتتبعت الدراسة الحالة الصحية للسيدات اللاتي يتمتعن بصحة جيدة، واللاتي تتراوح أعمارهن بين ٥٨ و٨٣ عاماً، على مدى ثماني سنوات وسجلت أي حالات وفاة ناجمة عن أمراض، ووصل إجمالي عدد الوفيات إلى ٤,٥٦٦. وكانت حالات الوفاة أقل بين المتفائلات، حتى بعد ضبط عوامل أخرى مثل إذا ما كانت السيدة متزوجة، أو تنحدر من خلفية عائلية ثرية أو فقيرة، أو لديها تاريخ من مرض السكري أو ارتفاع ضغط الدم أو ارتفاع الكوليسترول أو الاكتئاب. وقلت مخاطر الوفاة بشكل ملحوظ نتيجة عدد من العوامل، مثل أمراض القلب والجلطة الدماغية والسرطان وأمراض الجهاز التنفسي طوال فترة الدراسة. ويعتقد الباحثون أن التفاؤل قد يكون له تأثير بيولوجي ونفسي في الجسم، رغم أنهم لم يتناولوا ذلك في الدراسة.

## شمعة معطرة برائحة دجاج كنتاكي

ذكرت صحيفة «دالي ميل» البريطانية أن «شركة كنتاكي» طرحت في فروعاها في نيوزيلندا شمعة جديدة برائحة الدجاج. وأثار الإعلان عن هذه الشمعة ضجة كبيرة بين مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، بينما استقبلها البعض بالسخرية غير أنها حازت إعجاب الكثيرين معتبرين أنها ستضفي لمسة استثنائية على احتفالات عيد الميلاد هذه السنة مع رائحة الدجاج التي ستفوح في أرجاء المنزل عند إشعال هذه الشمعة.

## «وإذا كانت النفوس كباراً.. تعبت في مرادها الأجسام»



النجم علي سكر صديق سيريتل يطل بدور الملك صلاح الدين الأيوبي في العرض المسرحي «حكاية أبطال التاريخ» للعرس الجماعي الذي أقامته شركة سيريتل لأبطال الجيش وأسر الشهداء في اللاذقية - مطعم فوس / ٠٩ / ٢٠١٦.

## حازم شريف يبارك انتصارات حلب ويطلق «راجلك سورية»



أطلق الفنان السوري حازم شريف أغنيته الجديدة «راجلك سورية»، من كلمات رياض العلي، والحن حمادة اسماعيل، وتوزيع فادي جيجي. وأهدى شريف هذه الأغنية لوطنه وأهل سورية المغتربين بكل دول العالم. وكان شريف أطلق أغنيته الأولى «شو عاملة الدنيا معك» في أيار ٢٠١٥، من كلمات منير بوعساف، والحن نهاد نجار، وتوزيع هادي شرارة، وصورها تحت إدارة المخرج فادي حداد في بيروت، وفي العام ذاته أطلق أغنيته الثانية «أنا لك» من كلمات والحن وسام الأمير، والتوزيع لمارك عبدالنور. وخلال سنة ٢٠١٦ أصدر أغنية «أنتي التي» من كلمات سعيد فرحات، والحن هيثم زباد، إضافة إلى تقديمه أغنية لمدينة حلب السورية بعنوان «يا حلب»، تضمنتها مشاهد من «مدرسة الحب» من كلمات عامر لاوند، والحن راشد الشخخ. من ناحية ثانية، أشعل شريف مواقع التواصل الاجتماعي، بعد نشره منشوراً يبارك فيه للجيش السوري بـ«النصر» الذي حققه في حلب.

وقال «ألف مبروك النصر يا حلب، وألف مبروك للشعب الحلبي والسوري».

## طلاب صليحي الوادي يعزفون لذوي الاحتياجات الخاصة

تواصل مشاركات طلاب معهد صليحي الوادي للموسيقى في الحفلات ذات الطابع الإنساني لبياتي الحفل الذي أقامه بناء على دعوة أسرة جمعية «السفينة» التي تعنى بذوي الاحتياجات الخاصة ضمن خطة تقوم على دعم المشاريع الإنسانية المجتمعية وتدريب الطلبة وتأهيلهم لأخذ دورهم الموسيقي.

وتألق طلاب المعهد بقيادة مديره الفنان فادي عطية في الحفل الذي أقيم بمقر الجمعية في دمشق القديمة من خلال أداء مقطوعات متنوعة بين الموسيقى العالمية والعربية بداية من مقطوعة «الرقصة الهنغارية»، على الأوركوديون ومقطوعة «كونشيتو»، على آلة التشيللو إضافة إلى وصلة دمشقية على آلة القانون وعزف أغنيتين على آلة الكمان للموسيقار محمد عبد الوهاب ليختتم طلاب المعهد حفلهم بثلاث مقطوعات صغيرة على آلة الترومبون. وتأتي هذه الحفلات ضمن مجموعة الأنشطة التي يقدمها معهد صليحي الوادي لتدريب الطلبة وتأهيلهم لأخذ دورهم الموسيقي في المجتمع ول يكونوا فاعلين في الجانب الإنساني الذي يمثل عمق الفهم الموسيقي والإنساني حيث شارك في هذا النشاط كل من الطلبة عرين محرداوي على ترومبون وعبد الواحد دلول تشيللو - وأسامة رشيد الكمان - وكريستينا كوسي أوركوديون - ومياس العيسى القانون، مع مشاركة واحدة من عضو بجمعية السفينة في مقطوعة عزفها على آلة الناي.

يذكر أن معهد صليحي الوادي للموسيقى التابع لوزارة الثقافة تأسس عام ١٩٦٠ تحت اسم المعهد العربي للموسيقى ليتغير اسمه لاحقاً إلى معهد صليحي الوادي تكريماً لمؤسسه ويخرج المعهد العشرات سنوياً من الأطفال والبالغين في مجالات العزف على مختلف الآلات الموسيقية العربية والغربية ويرفد المعهد العاني للموسيقى بمواهب مبدعة موسيقياً.

## (JCI) تقيم حفل عشاءها السنوي



وينشط ضمن الفروع السورية ٤٠٠ متطوع يتظلمون مشاريع لتطوير المجتمع وبيئة الأعمال السورية. وأطلق المتطوعون في العام الجاري حملة من أجل نشر مفهوم السلام عنوانها «حملة السلام ممكن» وذلك ضمن فعاليات المنظمة الدولية التي أطلقتها بينها ٦ ستة أفرع في سورية.

٢٠١٧ أكرم زيدان، حضر الحفل إضافة إلى القادري، ممثل عن وزير السياحة وممثل صندوق الأمم المتحدة للسكان ماسيمو ديانا، وفعاليات اقتصادية واجتماعية، ومن المنظمات والمبادرات التطوعية. وبلغت نسبة إقبالها ٥٠٠٠ فرغ بأكثر من ١١٧ دولة في العالم، بينما ٦ ستة أفرع في سورية.

## الفول يخفض الوزن ويمنع الشعور بالجوع

نصحت دراسة بريطانية الأشخاص الذين يحاولون إنقاص أوزانهم بأكل الفول حيث يخفض من الوزن، وليس اللحوم، وقد أثبتت أن الألياف الموجودة في الفول أفضل في منع الام الجوع عن البروتين الموجود في اللحوم، وبالتالي يشعر الشخص بالشبع لفترة طويلة عن اللحوم. وأضافت الصحيفة: «إن هذه الدراسة تتعارض إلى حد ما مع الاعتقاد السائد بأن على الشخص استهلاك كمية كبيرة من البروتين لأنه يزيد الشبع أكثر. وأشار البروفيسور «أن راين»، الأستاذ بقسم التغذية بجامعة كوبنهاغن إلى أنه يمكن للشخص تناول وجبة غنية بالألياف، أفضل من البروتين، لتحقيق الإحساس بالشبع. وأضاف: إن تناول وجبة غنية بالبروتين تتكون من البقوليات تحتوي على كمية كبيرة من الألياف أفضل من الوجبة الغنية بالبروتين من اللحوم والتي تساهم على الأرجح في زيادة الشعور بالشبع.

## خطأ تقني يجعل شاباً مليونيراً

ذكرت صحيفة «ذا صن» البريطانية أن مصرفاً أستراليا ارتكب خطأ في فتح حساب لشاب أسترالي جعله مليونيراً بين ليلة وضحاها. وكشفت الصحيفة قصة الشاب لوك مور وكان طالباً مقلساً، لجأ إلى بنك سانت جورج ليفتح حساباً حراً مع حماية على عمليات السحب على المكشوف من دون رصيد، ولكن سرعان ما اكتشف مور أن الحساب الحر أعطاه حرية أكثر من اللازم، فعندما تخلى السحب على المكشوف ٩ آلاف دولار، وجد مور أن البنك لم يضع قيوداً على السحب. واستغل مور الثغرة، فسحب أموالاً ضخمة وصلت إلى مليون و٣٠٠ ألف دولار، ووضعها في بنوك أخرى، وسافر لبلدان كثيرة حول العالم، وزار أندية للتعري، واشترى سيارات فارهة، وقام أيضاً بشراء قارب سريع ولوحات قنينة. لكن «مغارة علي بابا» أغلقت عندما لاحظ البنك الخلل التقني، بعد عامين، وعمليات سحب بما يزيد على مليون دولار، وكان يمكن لمور أن يسجن لفترة تزيد على ٧ أعوام، في تهم تتعلق بالحصول على مبالغ مالية عن طريق الخداع وانتهاج حيل إجرامية، لكن ذلك لم يحدث، لأن الحظ اتسم مجدداً للشاب الذي حصل فقط على عقوبة ٥ أشهر بالسجن، قبل أن تبرئه المحكمة، لأنه «لم يكن مخادعاً» عندما اختلس الأموال من البنك الذي لم يفعل شيئاً لإيقاف عمليات السحب، كما أن مور لم يفعل أي شيء لتضليل البنك. وأعاد مور الأشياء التي اشتراها، وانتهى به المطاف بالإقامة مع والديه في منزلها وسيارة لا يزيد ثمنها على ٨٠٠ دولار.

## خسر عينه بسبب العدسات اللاصقة



أفادت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية أن أندرو كورتني البالغ من العمر ٥٩ عاماً ذهب إلى المستشفى بسبب ألم حادة في العين اليسرى، وكان قد تم تشخيص حالته أول مرة بأنه التهاب المتحممة، موضحة أن «حالة كورتني ساءت على الرغم من العلاج الذي وصفه الطبيب، وبعد مرور شهر شخصت حالته بأنه مصاب بالتهاب القرنية الشوكيبي»، وولفت إلى أن «الأكثر عرضة للإصابة بالتهاب القرنية الشوكيبي هم أولئك الذين يرتدون العدسات مثل كورتني، حيث إن الأمية عادة ما تنسج على العدسة عندما يتم غسلها بماء الصنبور، وكذلك عندما يسبح الشخص في حوض سباحة وهو يرتد العدسة ووجود هذا الطفيلي ما بين السطح الداخلي للعدسة ومقلة العين يسمح له باختراق القرنية، ولذلك من المهم استخدام محاليل تعقيم خاصة لغسل العدسات»، مشيرة إلى أنه «على الرغم من محاولة الأطباء إنقاذ عين كورتني مدة تقارب السنة، إلا أن العدوى انتشرت في عينه، ما تسبب للرجل في معاناة رهيبية، وفي النهاية عندما وصلت الطفيليات إلى العصب البصري، أصبح الوضع يهدد حياة كورتني، وفي أيار ٢٠١٦ كان لا بد من إزالة العين اليسرى تماماً».

تلقت النجمة العالمية مادونا جائزة «أمرأة العام» التي تمنحها مجلة بيلبورد تقديراً للنساء اللواتي قدمن إسهامات كبيرة في مجال الأعمال الموسيقية واللواتي الهمن غيرهن من النساء. مادونا قالت: «أعتقد أن أكبر إنجاز كان الانتهاء من جولتي وتقديم عروضي كل ليلة، والتعامل مع تحديات أن أكون أما. كان هذا دائماً تحدياً في. إن أكون أما جيدة وأن أكون فنانة وتحقيق كل هذا».