

## «التراث الشعبي وتحديات المرحلة المقبلة»

تقيم كلية الآداب بجامعة دمشق ورشة عمل بعنوان «التراث الشعبي وتحديات المرحلة المقبلة»، في التاسعة والنصف من صباح اليوم في المدرج الخامس، لتسلط الضوء على التراث الشعبي في سورية وآليات التعامل معه على المستويين العلمي والعملية.

ويشارك في الملتقى مجموعة من الخبراء والأكاديميين والعلمانيين بالتراتب.

## «ألوان وأفكار من أجل السلام لسورية»

في إطار تشجيع الحركة الفنية ودورها في حياة الإنسان، أطلقت وزارة التربية بالتعاون مع صالة «ألف تون» للفنون والروايات مشروعاً ثقافياً بعنوان «ألوان وأفكار من أجل السلام لسورية» بهدف نشر الطاقة الإيجابية للطلاب في جميع المدارس من خلال رسم لوحات تعبير في مضمونها عن «التسامح» الذي يمثل شعار المشروع.

وتتضمن فعاليات المشروع مسابقة لرسومات مرفقة بجملة يشترك فيها الطلاب من جميع المراحل العمرية ومعرضاً جواً يبدأ من دمشق إلى معظم المحافظات حيث يتزامن مع انطلاق معرض «ألوان من أجل السلام» الذي يتضمن رسوماً للأطفال من ٨٦ دولة في العالم.

ومن شروط المسابقة تقديم التلاميذ والطلاب لوحاتهم بقياس «دفتر الرسم» ويتم لهم حرية اختيار ألوان لوحاتهم على أن ترفق بكتابة جملة بالشرارة بين الطالب وعائلته ويراعى فيها أن تكون قصيرة ومعبرة ولها دور في وعي المجتمع.

وتسليم أعمال المشروع ضمن مدة أقصاها نهاية شهر شباط المقبل لكل مديرية تربية في دائرة التوجيه وترسل الأعمال إلى الوزارة حتى تاريخ ١٥ آذار المقبل إلى مديرية التوجيه مكتب التوجيه الأول للفنون ليتم بعدها اختيار ٣٠ عملاً من كل فئة من لجنة تحكيم متخصصة وسيتم تقديم جائزة مالية لكل عمل من الأعمال المختارة كما سيتم طبع كراس مع قرص ليزري «سي دي» يضم مختارات من الأعمال الفنية للطلاب والأوقال المرافقة للفائزين.

## الفيسبوك يحارب «العري الحجري»



أقدم الفيسبوك على حذف صورة تمثال عار يعود لألهة البحر عند الرومان، من على صفحة أحد المستخدمين، وذلك بزعيم أنها تتعارض مع قواعد وقوانين الموقع التي تحد من الإباحية.

والتعمال، الذي يجسد «إله البحر نبتون» عند الرومان، يعد أحد رموز عصر النهضة في القرن السادس عشر، ويقع في ساحة دل نيتونو في قلب مدينة بولونيا الإيطالية. وطالبت إدارة موقع التواصل الاجتماعي من مؤرخة للفن الإيطالي بحذف الصورة من على صفحتها، كونها تتعارض مع قواعد وقوانين الموقع.

ووفقاً لصحيفة «التليغراف» البريطانية، قالت مؤرخة الفن الإيطالي، بارباري، إنها «تسهر بالصدمه لأن موقعاً يمنع نشر صورة فنية لا علاقة لها بالإباحتاء الجنسية». وأوضحت أن إدارة الفيسبوك قامت بتغطية التمثال أثناء نشر صورة التغطيت في احتفالات تعود لعام ١٩٥٠، مضيفة: «أرى أن الفيسبوك يرغب بتغطية التمثال من جديد».

ومن المعروف أن إدارة الفيسبوك صارمة جداً في قواعد النشر على الموقع، وتقوم بحذف أي صور عارية أو تدعو إلى العنف، أو غيرها من الصور غير الأخلاقية. كذلك على الجانب الآخر تدعم أحياناً إلى تجميد نشاط مستخدمين لأيام عدة، عقاباً لهم على نشر أي من تلك الصور، وقد يصل الأمر إلى إغلاق الصفحة بصورة نهائية.

## جائزة لناتالي بورتمان



النجمة ناتالي بورتمان خلال حضورها حفل Palm Springs Film Festival Awards Gala السنوي في كاليفورنيا، حيث نالت جائزة Desert Palm Achievement Award عن دورها في فيلم Jackie.



## من دفتر الوطن

### بانتظار الفجر!!

عبد الفتاح العوض

يمكننا الآن بكثير من الأمل أن نقول: إننا ننتظر على باب اليوم التالي النهاية لكارثة...  
ها نحن الآن أيضاً بكثير من الأمل نشم رائحة الفجر بعد ليل شديدة العواصف وغنية بالكوابيس!!  
البشر والأمم والدول تمر بهذه المحن، ورغم صعوبة ما عشناه وما زلنا نعيشه وما نأمل أن نخلص منه، إلا أنه في وقائع التاريخ ما يجعلنا نعلم علم اليقين أن الدول لا بد أن تمر بأزمات كبرى تصل إلى حد الكوارث الطويلة الأمد.  
أيضاً البشر يمررون بهذه المصائب والمحن الإنسانية التي لا يستطيع أحد مهما كان أن يدعي أنه لم يعشها أو أنه يماهن عنها.  
وكان يوماً الفارق بين البشر هو كيف تواجه هذه المحن والمصائب؟ تراثنا تناول هذا الموضوع بطريقته فقال: إن للمصائب «مقامات»، أغلب الناس يواجهون المصائب بمقام السخط والجزع والشكوى، وآخرون يواجهون ما أصابهم بمقام «الصبر».

قلّة يواجهون المصيبة بمقام «الرضى» وهو أعلى من مقام الصبر، لكن قلّة قلّة يواجهون المصائب بمقام الشكر وهو أعلى من مقام الرضى.  
ودوماً كان إحساس البشر في حول المصائب بأنها كثيرة وتأتي جماعة وليست فرادى...  
محن الزمان كثيرة لا تنتهي وسرورها يأتيك كالأعياد

في حالتنا اجتمعت الكارثة الوطنية مع الكوارث البشرية اليومية في عمر الدول ست سنوات هي فترة قصيرة تكاد لا تذكر في كتب التاريخ بصفحات قليلة.. على حين بحياة البشر فإن ست سنوات هي فترات طويلة جداً يزيد من الإحساس بطولها حجم الحزن الذي رافقنا وما زال على مدار الساعة.

وزادها المعاناة اليومية في معاش الناس وأحوالهم... وقلّة التي استغذت من هذه المصيبة... أحدهم يقول: المصائب نوعان.. حظ عاثر يصيبنا وحظ حسن يصيب الآخرين.

هذه حال الأقران... أما الدول فبعضها يخني أمام المصائب، ويطلق الانحناء ويصعب عليه العودة إلى حالته الطبيعية.. لكن في النهاية طال الزمن أو قصر فإن الدول تستطيع إعادة تأهيل نفسها.

أفضل أن أقول: الدول تمرض لكنها لا تموت.. تغفو لكنها لا تنام. هناك دول مرت بمصائب عظيمة وخسرت حروباً مهمة لكنها استطاعت أن تعيد نفسها إلى قائمة الناجحين، اليابان خسرت حربين عالميتين، وما هي الآن دولة يشار إليها بالبنان وألمانيا حجزت لنفسها مكاناً بين الكبار.

تعالوا الآن نتحدث عن سورية: هذه الكارثة التي نعيشها يجب أن تجعلنا أفضل مما كنا عليه.. المسألة مرهونة بما سنفعله في التالي على نهاية الكارثة... إذا استغفنا من الأخطاء التي ارتكبناها سابقاً فإننا بالتأكيد سنتحول إلى دولة ناجحة.. إذا تعاملنا مع ما حصل على أنه درس يجب التعلم منه، فبالتأكيد سنصبح أقوى وأفضل.

إعادة ترتيب البيت الداخلي وإعادة ما تخرب فيه ليس عملية سهلة، ولا ينبغي التعامل معها بالقلبية التقليدية ذاتها.  
إننا بحاجة ماسة إلى سلوك جديد يجعل كل ما حدث درساً نستفيد من ألا نتكرر أخطاؤه.

أياها السوريون تجهزوا للفجر بعقل مشرق.

### أقوال:

- عندما تطرق المصيبة الباب، يكون الأصدقاء نياماً.
- عندما تصل المصيبة إلى ركة الغني تكون قد اجتازت رقبة الفقير.
- الجزع عند المصيبة.. مصيبة أخرى.

## ملايين الهواتف

### تودع الواتس آب

كشفت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية أن الملايين من مستخدمي تطبيق التراسل الفوري واتس آب ودعوا للتطبيق مع دخول عام ٢٠١٧، بعد أن طورت الشركة التطبيق الذي يستخدمه أكثر من مليار إنسان، بتكنولوجيا جديدة، لا تتماشى مع بعض الأنواع القديمة من الهواتف. وأعلنت الشركة أن ملايين الأجهزة حول العالم لن تكون قادرة على دعم تشغيل التطبيق بالتكنولوجيا الجديدة، وفي حال توقف التطبيق على هذه الهواتف، سيكون أصحابها مضطرين لاستبدالها بهواتف أحدث، إذا ما أرادوا الاستمرار في استخدام «واتس آب». وأوضح الشركة أن التطبيق سيتوقف على هواتف «آيفون ٣ جي إس»، التي تعمل بنظام التشغيل (iOS ٦). أما هواتف أندرويد فلن يعمل التطبيق على هواتف أندرويد ٢.١ أو ٢.٢، كما سيؤثر في الهواتف التي صدرت بين ٢٠١٠ و٢٠١١ ولم يتم تحديثها، وأشارت إلى أن أصحاب هواتف «ويندوز فون ٧» (Windows ٧) لن يكونوا قادرين على استخدام واتس آب أيضاً.

## بريتني سبيرز تعلن علاقتها بالشباب الأسمر



كشفت مطربة البوب بريتن سبيرز عن علاقتها مع سام أسجاري الفتى الأسمر مفضل الغضات الذي شاركها كليتها الأخير «وان مور تايم» وذكر الموقع الإلكتروني الفرنسي «بيور بيبول» أن سبيرز لم ترغب في أن تعلن رسمياً عن علاقتها إلا بعد أن تتأكد أن سبيرز جيداً مع ولديها جايدن - وسين - ١١ عاماً - من زوجها السابق.

## علاج جديد للسكري قد يغني عن الأنسولين

بدأ علماء بريطانيون مشروعاً واعداً لإنتاج نظام عضوي يسر كمياً كافية من الأنسولين تلقائياً كلما ارتفعت مستويات السكر في دم المصاب. وبحسب «بي بي سي» يرجح أن تقرب نهاية حقن مريض السكري من النوع الأول، بالأنسولين كل يوم مرة أو أكثر. وهذا يعني تحسين حياة ونشاط الملايين من المصابين ليعتمدوا على أنفسهم من خلال كبسولة تضم خلايا أنسولونية محضرة مخبرياً تستمر في عملها سنوات.

## لماذا علينا المشي ٥ دقائق لكل ساعة عملاً يومياً؟

في دراسة جديدة وجد الباحثون أن أخذ راحة قصيرة متكررة من العمل للوقوف والتحرك تحمل فوائد كبيرة للحفاظ على مزاجك وطاقته.

فأثار فواصل النشاط القصيرة تظهر مع النشاط الذي يرافق نهاية يوم العمل، بل إنها تساعد أيضاً على تخفيف الرغبة الشديدة في الطعام عندما تكون في العمل.

وقد تم تحديد موظفي المكاتب على أنهم أكثر الفئات المهنية عرضة للمشاكل الصحية الناتجة عن الجلوس الطويل من دون انقطاع، حيث إن نمط الحياة المستقر هذا يزيد من مخاطر الإصابة بمرض السكري والاكتئاب والسمنة ومخاطر صحية أخرى.

ولمعرفة كيفية تأثير مختلف الأنشطة في الموظفين قام فريق البحث من مركز جامعة كولورادو أنشورث الطبية ومعهد جونسون أند جونسون للأداء البشري بالتحقق من تأثير ثلاثة أنشطة متنوعة في ٣٠ شخصاً.

ووضع المشاركون إلى عدد من الاختبارات لتقييم حالتهم الصحية وطاقته الإدراك الذاتي لديهم والمزاج والشهية، وفي التجربة الأولى جلس المشاركون لمدة ٦ ساعات على التوالي والسماح لهم فقط باستخدام الحمام.

وفي التجربة الثانية بدؤوا يومهم ٣٠ دقيقة من المشي المعتدل داخل مكان ضيق، أما في التجربة الثالثة فطلب من المشاركين القيام بفواصل مشي قصيرة لمدة ٥ دقائق كل ساعة.

وراقب الباحثون مستويات هرمون التوتر لديهم وحالتهم المزاجية والطاقته والتعب والشهية طوال اليوم، وكشفت التجارب عن أن أفضل النتائج سجلت في التجربة الثالثة المتعلقة بحمص النشاط القصير الذي يدوم ٥ دقائق فقط.

ووجد الباحثون أن تلك الأنشطة القصيرة تخفف من الشعور بالتعب وتؤثر في الشهية وتزيد في مستويات الطاقة طوال يوم العمل، إلا أنه لم تكن هناك فروق في درجات الاختبارات المعرفية سواء عند الجلوس طول اليوم أو المشي أثناء اليوم.

ويقول جاك غرويل مؤلف الدراسة والمؤسس المساعد لمعهد جونسون أند جونسون للأداء البشري إن هذه النتائج تشير إلى أن «القليل من النشاط مقسم خلال اليوم يعتبر طريقة سهلة وبسيطة لتحسين الصحة».

وأضاف بأنه على الرغم من أن الدراسة كانت قصيرة المدى ومحدودة لاعتمادها على تصورات المتطوع واستجابته للتجربة، إلا أنه من الواضح أن النتائج تؤكد أن «الحركة تساعد في تحسين الأوضاع في كل الأحوال» لذلك فإن تخصيص خمس دقائق للقيام بمجهود بدني كل ساعة يعد من الأعمال المفيدة للصحة والتي تؤثر بشكل إيجابي في الطاقة والإنتاجية.

## منى زكي ترزق بمولودها الثالث



أنجبت الممثلة المصرية منى زكي مولودها الثالث من زوجها الممثل أحمد حلمي وسماه «يونس». بعد طفليهما «في بي» و«سليم»، ولا تزال زكي تحت المراقبة الطبية؛ لذلك فضل الثنائي التكتف على الأمر وعدم الإعلان للجمهور. هذا وكان الممثلان تزوجا عام ٢٠٠٢ بعد قصة حب كبيرة.

## باع كل ما يملك ليقوم برحلة حول العالم

أفادت صحيفة «غلوبال تايمز» أن الصيني تشين هانتين عاد إلى بلده بعد أن أنهى رحلة دامت أربع سنوات جال خلالها حول العالم. وكان قد باع كل ما يملك وأنفق كل مدخراته ليقوم برحلته، وحالياً يتعين عليه أن يبدأ حياته من الصفر. وكان أول ما يترتب عليه القيام به استئجار شقة وسيارة بعد أن كان يملك منزلاً قبل أربع سنوات. وباع تشين شقته في العاصمة بكين بـ ١,١٥ مليون دولار حتى يتمكن من القيام برحلته. وفي مقابلة أجراها من داخل سيارته التي يتخذ منها منزلاً متنقلاً في بكين، قال: «إنني لم أندم أبداً على ما قمت به ولا مرة واحدة». وتبرز سيارته من بين سيارات السكان ليس لكونها منزلاً متنقلاً فحسب بل لأنها تحمل ملصقات لأعلام وأسماء الدول الـ ١٩٣ التي مر بها إضافة إلى أسماء الفريق الذي رافقه خلال رحلته التي دامت ١٥٨٨ يوماً.