

المعرض السنوي للمركز الوطني للفنون البصرية



تستضيف صالة المعارض في المركز الوطني للفنون البصرية بدمشق عند الخامسة من مساء اليوم المعرض السنوي الدوري الثاني للمركز. ويتضمن المعرض الذي يشارك فيه تسعون فناناً وفنانة يتنمون لأجيال مختلفة في التشكيل السوري المعاصر مجموعة كبيرة من أعمال الرسم والتصوير والنحت والحفر المطبوع وفنون الكتاب، ويبلغ عددها ٢٤٤ عملاً فنياً.

أمسية غناء كلاسيكي لمنار خويص

تستضيف صالة الأرت هاوس أمسية غناء كلاسيكي عند الخامسة والنصف من مساء الخميس القادم تحييها المغنية منار خويص ويرافقها كل من الموسيقين راما نصري على البيانو ومرح كويغاتي على التشيللو. وتتضمن الأمسية مجموعة من الأعمال الغنائية من مختلف العصور ابتداء من الكلاسيكي والرومانسي وصولاً للعصر الحديث. يشار إلى أن خويص خريجة المعهد العالي للموسيقا في دمشق قسم الغناء الأوبرالي تدرت على يد كبار الأساتذة المختصين في هذا المجال وشاركت في العديد من الحفلات داخل وخارج سورية.

«راجعين» لمحمد سماك في طريقه للعرض



يستعد محمد سماك إلى عرض فيلمه القصير «راجعين» في تجربته الإخراجية الأولى في شريط مدته خمس دقائق، شاكراً المؤسسة العامة للسينما التي فتحت المجال للشباب الذين يمتلكون الموهبة والقدرة على تأليف السيناريو والإخراج السينمائي.

وعن رغبته في خوض مجال الإخراج رغم أنه يعمل مدير إنتاج تلفزيوني يقول سماك: «أحببت أن أوصّل رسالة إلى السوريين وإلى كل العالم، ومفادها أن من يشرب من مياه هذه البلاد، ويشم رائحتها، سيعود إليها بكل تأكيد».

وتدور قصة الفيلم في قهوة الروضة الدمشقية، لتروي تفاصيل حياة عبر مجموعة من الأحداث التي تجري على كل طاولة في المقهى، وكل تفصيل يحدث ضمن القهوة، لتري حوارات للسوريين حول واقع الحرب التي عصفت بالبلاد، وهجرة

إيريس هيتينير ملكة جمال الكون



فازت ملكة جمال فرنسا إيريس هيتينير البالغة من العمر ٢٤ عاماً بلقب ملكة جمال الكون في العرض الذي استمر ثلاث ساعات في العاصمة الفلبينية مانيلا. وركز الحفل على التنوع وتجاوز مصاعب الحياة، فتفوقت هيتينير بذلك على جميع المتباريات، والبالغ عددهن ٨٥ متسابقة من أنحاء العالم. كما حصلت ملكة جمال هايتي، راكيل بيليسير، على لقب الوصيفة الأولى، في حين حصلت ملكة جمال كولومبيا، أندريا توفار، على لقب الوصيفة الثانية. الملكة الجديدة من ليل شمال فرنسا وهي تتابع دراستها في طب الأسنان. وكانت انتخب ملكة لجمال فرنسا العام ٢٠١٦ وقبلها ملكة لجمال منطقة نور-يا-دو-كاليف في ٢٠١٥. ويبلغ طول ملكة جمال الكون الجديدة ١,٧٢ متر وتعشق الرياضات القصوى وتحضير الأطباق الفرنسية.

من دفتر الوطن

استراحة

«الوطن»..!

عصام داري



سنوات طويلة وأنا أبحث عن ركن قصي ألوذ به من هموم الحياة، وأعلن حقيقة التي كانت سجيبة طوال تلك السنوات في قوالب اجتماعية ووظيفية جاهزة تحجب عن الناس الجانب الآخر من شخصيتي وهويتي وفلسفتي في الحياة. كنت بحاجة إلى مساحة أصرخ فيها أعبّر عن مشاعري، عن غضبي، وماذا أحب وماذا أكره، وأكتب بعض تجاربي في الحياة، شيء يشبه الذكريات، فمن حق كل إنسان أن يتحدث للناس عن بعض اللحظات التي مر فيها، والمواقف التي تعرض لها، فمن قال: إن الذكريات وقف على علية القوم من ساسة وعلماء وأدباء وغير ذلك؟ ومن قال إن قيس بن الملوّح وجميل بن معمر وروميوم هم العشاق الوحيدون الذين عرفهم التاريخ ومن بعدهم أغلقت دفاتر العشق والحب، وانتهت الرواية؟

أعتقد إلى درجة اليقين، أن عالمنا شهد مئات آلاف قصص الحب التي تفوق روعة ورومانسية وعمقاً تلك القصص الشهيرة، لكنها ظلت حبيسة الصدور، بعيدة عن الأضواء والإشهار. وكما بدأت كلامي، فأنا أمضيت السنوات الطوال في مركز الضوء الإعلامي، ولكن في الوقت نفسه بعيداً عن نفسي، عن «الأنس» المسجونة وراء هالات الوظيفة والعمل والدراسة، وعلى وجه الخصوص في العمل الإعلامي السياسي، فأطلقوا علي تسميات: المحلل السياسي، والإعلامي السوري، ومدير تحرير ثم رئيس تحرير.

لم يسألني منيع عن الياسمين، والشعر والزجل والأحان والأغاني طوال هذا المشوار، إلى سنوات قليلة مضت عندما استضافتني الإعلامية الكبيرة والصديقة هيام حموي فتحدثت عن فيروز ورحلة عشقي لهذا المخلوق ذي الصوت العذب والموسيقا الرحبانية وغيرها.

ربما كانت تلك هي المرة الأولى التي أخرج فيها من عالم الإعلام السياسي إلى الفن الذي يسكنني منذ الطفولة، وبعدها تالتت المرات التي تحدثت فيها عن الفن وعالم الأغنية، وإن كان معظم التركيز مخصصاً لعالم الرحبانية وفيزون.

لكن كل تلك الإطلاقات كانت مجرد محطات متباعدة وعشوائية وغير مترابطة زمنياً وفكرياً وكانت نوعاً من الارتجال، إلى أن دخلت إلى «الوطن» هذه الصحيفة التي أجبها وتربطني برئيس تحريرها علاقات صداقة قديمة، عندما بدأت مرحلة جديدة من عملي الإعلامي هي الأقرب إلى نفسي وروحي ومقاربتني للحياة بكل تلميحاتها وتقلباتها وجنونها.

في هذا الركن وجدت الطريق الذي كنت أتوق له منذ زمن بعيد، وشعرت أنه يعيدني إلى أكثر من أربعة عقود خلت عندما كنت صحفياً في بداية الطريق وكانت لي تجارب قليلة في كتابة القصة القصيرة والمسرحية (الشعبية) التي رأيت النور على مسرح الخيام بدمشق وغير ذلك من تجارب في الإعلام الفني والرياضي قبل أن أغوص في بحر السياسة المتلاطم الأمواج.

في زاوية «من دفتر الوطن» شعرت أنني وصلت إلى ما كنت أبحث عنه، وأن هذه الزاوية الأسبوعية هي الاستراحة التي كنت بحاجة لها، وهي الملاذ الآمن والركن القصي الذي سألقى فيه جسدي المنهك وروحي المتسكرة، وأمارس بوحى في وضع النهار. أريد كوخاً خشبياً معلقاً في جبال تكسوها الثلوج، يشبه ذلك الكوخ الذي شاهدناه في فيلم هندي قديم، وفسحة سماوية وجدولاً يعزف أبحاثاً شجية تتناغم مع هديل الحمام ورققة الصافير. المهم أنني حصلت على استراحة في «الوطن».

حورية فرغلي تستأصل رحمها



أكدت الممثلة وملكة جمال مصر السابقة حورية فرغلي أن حلم الأمومة انتهى بالنسبة لها لأن استئصال الرحم أصبح أمراً حتمياً. وقالت: «بدأ المرض يتطور عندي في هذه الفترة، وطببي المعالج خائف من انتشاره في جسمي، لذا سأضطر لاستئصال الرحم في أول إجازة أحصل عليها لمدة شهرين حتى أعافي تماماً، وأنا راضية بقضاء الله».

وتابعت: «بالنسبة لأفني، ففتقني عملية واحدة سأضطر لإجرائها، فقد وصل بي الأمر بأن لا أستطيع التنفس بشكل طبيعي، وأنفسي من في سبب خطأ طبي ما زلت أدفع ثمنه، ومن المفترض أن أخضع لعملية الأخيرة في مصر».

مناعة الإنسان تتعلق بفصول السنة

أكد علماء أن درجة مقاومة الإنسان للأمراض وقوة مناعته تتوقف على فصول السنة. وأجرى مختصون دراستهم بمشاركة ١٥ ألف متطوع، وتوصلوا إلى نتيجة أن مناعة الإنسان تتراجع في فصلي الخريف والشتاء. وبالعكس تزداد قوتها في فصلي الربيع والصيف. وانطلاقاً من هذه النتيجة ينصح الباحثون بالاهتمام بالصحة بشكل أكبر في فصول السنة الباردة، وذلك عن طريق ممارسة الرياضة وتناول الطعام المناسب وبكميات كافية.

الدوام الباكر مضر بالصحة

كشفت دراسة أجراها باحث في جامعة «أوكسفورد» الأميركية أن ساعات الدوام الاعتيادية التي تبدأ نحو التاسعة صباحاً، وتنتهي بعد الظهر، هي السبب غالباً في عدم حصولنا على النوم الكافي، مسببة أن أوقات الدوام التي تبدأ بعد الساعة الـ ١٠ صباحاً، تعتبر أكثر فعالية لكل من الموظف والشركة. ولقبت إلى أن هذه النظرية تنطبق أيضاً على الأطفال وأوقات الدوام المدرسي، إذ إن الأطفال بين عمر الثامنة والـ ١٠ يجب ألا يبدؤوا دوامهم المدرسي قبل الساعة الثامنة والنصف، أما المراهقون الذين يبلغون ١٦ عاماً، فيفضل أن يبدؤوا بعد الساعة الـ ١٠ صباحاً، مشيرة إلى أن ساعات الدوام المتأخرة تقلل من خطر الإصابة بالمشاكل النفسية والجسدية، مثل القلق وزيادة الوزن والسكري وضعف التركيز والإدراك.

الفتيات بعمر ٧ سنوات

يعتبرن الذكور أكثر ذكاء

تبين في دراسة أميركية حديثة وصفت بـ«المحزنة» أن الفتيات وأبتداء من عمر السادسة يتأثرن بالأفكار النمطية السائدة في مجتمعاتهن، ومنها ما يفترض أن الذكور هم أكثر ذكاء. وأجريت هذه الدراسة على ٤٠٠ طفل من الذكور والإناث أعمارهم بين الخامسة والسابعة، وتم إخضاعهم لألعاب ومجموعة من الخيارات كشفت عن تأثر الفتيات المبكر بفكرة أن الذكاء خاصية ذكورية. وفي أحد هذه الاختبارات، استمع الأطفال لقصة عن شخصية غير محددة الجنس لكنها لعبت دوراً بطولياً، ثم عرضت عليهم مجموعة صور نصفها لرجال ونصفها الآخر لنساء ليجدوا هذه الشخصية. الأطفال في عمر الخامسة كانوا سرعيين في اختيار بطل القصة من جنسهم سواء كان ذكراً أم أنثى، لكن التغيير الواضح كان لدى الأطفال من عمر السادسة والسابعة عندما بدأت الفتيات بتحديد بطل القصة على أنه رجل. ويحذر المشرفون على الدراسة من أن هذا الإدراك أو التبني المبكر لدى الفتيات للمفاهيم النمطية في مجتمعاتهن يؤثر مستقبلاً في خياراتهن بالدراسة والعمل، فيبتعدن عن المجالات التي تتطلب درجات عالية من الذكاء مثل الرياضيات والفلسفة والفيزياء.

عمرو دياب الأكثر مشاهدة لعام ٢٠١٦



أعلنت الصفحة الرسمية للفنان المصري عمرو دياب بأنه أكثر فنان عربي مشاهدة في عام ٢٠١٦ بما يقارب من ٧٨٠ مليون مشاهدة. كما أعلن أنه لأأسبوع ٣٩ منذ طرح الألبوم «أحلى وأحلى» في الأسواق وهو يحتل الرقم واحد على قوائم أفضل الألبومات مبيعاً على أيتونز مصر. يذكر أن عمرو دياب ينتظر عرض الكليب الجديد لأغنية «معاك قلبي» التي طرحها ضمن ألبومه الأخير «أحلى وأحلى»، والأغنية من كلمات تامر حسين ولحن محمد النادي وتوزيع أسامة الهندي ومهندس صوت حسين بركات. ذكرنا سابقاً.

القهوة لا

ترفع ضغط الدم

فند العلماء أسطورة أن القهوة ترفع ضغط الدم، حيث اتضح أنها لا تؤثر في ضغط الدم أبداً كما كان يعتقد سابقاً، ولا يمكن للقهوة التأثير في ضغط الدم إلا إذا اجتمعت مع عدة عوامل أخرى. وقام علماء من جامعة ولاية نيو أورليانز للصحة، بدراسة علمية للتحقق من صحة أن القهوة قادرة على زيادة الضغط. وشارك ١٧٠ ألف شخص في الدراسة، جميع المتطوعين وعلى مدى ٣٣ عاماً كانوا يشربون القهوة كل يوم، وفي بعض الأحيان بمقدار ٣ أكواب يومياً. وقد أظهرت التجربة أنه حتى بضعة أكواب من القهوة ليس لها أي تأثير في ضغط الدم. ويشير العلماء إلى أن زيادة الضغط قد تكون ناجمة عن عوامل أخرى، مثل الخصائص الجينية، والوراثة، وقلة النوم. وتجدر الإشارة إلى أن القهوة من الممكن أن ترفع من الضغط عند بعض الناس، ولكن فقط في حالة وجود عوامل إضافية كما ذكرنا سابقاً.

أكياس

الشاي

تسبب

السرطان

أفادت مجموعة من العلماء الألمان بأن أكياس الشاي الأسود تحتوي على مواد مضرّة بصحة البشر. وقام المختصون بعمل اختبارات لثلاثة أنواع من الشاي الرخيص الثمن، وثلاثة أنواع أخرى من الشاي الباهظ الثمن. وأظهرت النتائج أن جميع أنواع الشاي المدروسة تضم على الأقل ٤ أنواع من المبيدات الحشرية. كما أن العلماء وجدوا ما لا يقل عن عشرة أصناف من هذه المواد الضارة في نوع واحد من الشاي. وتكمن المشكلة في الورق المستخدم في أكياس الشاي نظراً لاحتوائه على مادة «ايبكلورهيدين» المستخدمة في صناعة الورق والبلاستيك والمبيدات الحشرية. والجدير بالذكر هنا أنه بمجرد ملامسة هذه المادة للماء يتشكل مركب مسرطن اسمه MCPD-٣ والذي يعد مشكلة جديدة في قطاع الغذاء العالمي، حسب العلماء.