الوطن

عينٌ على الوطن...

سورية يومية سياسية مستقلة

الثلاثاء ١٩ كانون الأول ٢٠١٧ | الموافق ١ ربيع الآخر ١٤٣٩ هـ | العدد ٢٧٩٧ السنة الثانية عشرة | **الناشر** | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع www.alwatan.sy

Al-Watan | Daily Syrian Independent Political Newspaper | December 19, 2017 | No. 2797 | 12th year

روزنامة الوطن

حفل تراثي تكريماً للفنان الراحل رفيق شكري

تقيم مديرية الثقافة بدمشق بالتعاون مع مديرية التراث الشعبي ضمن سلسلة «موسيقا الزمن الجميل»، حفلاً موسيقياً تراثياً تكريماً للفنان الراحل رفيق شكري، بمشاركة المطرب منذر نقشبندي والموسيقيين عماد خزاعي وماجد برازي وسعيد الحمصي وعرفان ظاظا، بحضور الباحث الموسيقي وضاح رجب باشا وإشراف مديرة التراث الشعبي أحلام الترك.
ويقام الحفل في الخامسة من مساء اليوم في قاعة المحاضرات في المركز الثقافي العربي في أبو رمانة بدمشق.

«تصحيح ألوان» تقدم عرضين في حمص وحماة

بدأت جولة العرض المسرحي «تصحيح ألوان» في عدد من المحافظات والمدن، حيث سيقدم العرض الذي كتبه وأخرجه سامر محمد إسماعيل اليوم على خشبة قصر الثقافة في حمص في إطار المهرجان الثقافي الذي تقيمه وزارة الثقافة.
كما سيشارك العرض الذي أنتجته مديرية المسارح والموسيقا المسرح القومي في دمشق في وزارة الثقافة ضمن مهرجان نقابة الفنانين في حماة ليقدم على مسرح دار الثقافة يوم الخميس القادم ليكمل بعدها جولته على مسارح طرطوس واللاذقية وحلب والسويداء.
وتروي المسرحية حكاية الصحفية «رشا» التي تجري حواراً مع الروائي جابر إبراهيم حيث يقود الحوار إلى تكشف ماضي الشخصيتين عبر مواجهة لا تلبث أن تنتج صراعاً تراجيدياً ينبش في واقع النخب المزيفة.
العرض من تمثيل يوسف المقبل وميريانا معلولي وحضور خاص بصوت أيمن زيدان.

نجوم الأرض كهرباء.. استمتع وترفق

تقيم مديرية ثقافة الطفل احتفالية تحت شعار «نجوم الأرض كهرباء.. استمتع وترفق»، يتم من خلالها تكريم الفائزين في المسابقات الأدبية والفنية لعام ٢٠١٧ حول ترشيد الطاقة، في الثانية من بعد ظهر يوم غد في مجمع دمر الثقافي.

«الآثار وتأثير الأزمة عليها»

تقيم جمعية أصدقاء دمشق محاضرة بعنوان «الآثار وتأثير الأزمة عليها» يقدمها علي القيم في الخامسة من مساء الإثنين المقبل في قاعة المحاضرات بالمركز الثقافي العربي في أبو رمانة.

سارة الطويل بإطلالة مميزة

| **الوطن- «ت: طارق السعدوني»**

الممثلة السورية الشابة سارة الطويل خلال حضورها حفل إطلاق كتاب «أسرار معلنة» لعالمة الفلك ريم وتار.

من دفتر الوطن

سفر في بحر الأبجدية

عصام داري

أحلى اللحظات التي أعيشها تلك التي ألجأ فيها إلى الأبجدية، أستجديها أن تجود علي بكليمات معدودات أنسجها من خيوط النور، ووريقات الزهور، هي لحظات أشعر فيها أنني في حالة خدر وسحر ومتعة، وخاصة عند ما أصطاد كلمة أو عبارة تصلح عروة جميلة في نسيجي الروحاني والخيالي.
مع الأبجدية الساحرة نسافر لمسافات شاسعة من دون أن نغادر مكاننا، الحلم يحملنا إلى كوكب بعيد سميته كوكب الحب، سكانه لا يتقنون إلا الحب والعشق، قاموسهم لا يحتوي على كلمات البغضاء والكراهية والأحقاد والثأر والقتل، ولا يعرفون اغتيال الجسد والروح، ولا سحق الأزاهير وقتل العصافير، الحلم يحملني إلى هناك هرباً من توحش من يظنون أنهم من فصيلة البشر.
الحلم الجميل ممنوع في أرض الكوابيس المرعبة، وفي زمن التوحش والغربان والغيلان، لكننا سنبحر في أحلامنا إلى آخر مدى، نعرف أننا لن نبلغ يوماً كوكب الحب الذي تخيلناه ونتوق إليه، لكننا سنعيش الحب الذي نصنعه لنا وللآخرين، رغماً عن الزمن الغادر والحظ العاثر.
نجهد الأبجدية أحياناً بحثا عن كلمة تنقذنا من التعثر في دروب الكتابة، ونعترف أننا نستنجد بالأبجدية عندما نعجز عن البوح، ونشعر بالعجز عن تصوير مشاعرنا على الورق أو بالكلام المباح.
أبجديتنا تأخذ بأيدينا حيناً، وتتركنا نختار في الكثير من الأحايين، فهي بحر شديد الاتساع، فيها عبارات الحب والغزل، وفيها الكراهية و«الزعل»! وفيها النثر والشعر والزجل، كل منّا يستعير من هذه الأبجدية ما يحتاج إليه للتعبير عن أفكاره وفلسفته، ورؤيته للحياة، وقبل كل شيء عمّا تحتوي نفسه من مشاعر وأحاسيس وعواطف وتناقضات، فنحن كتلة تناقضات لا تنتهي.
كتبت على جدار الزمن حكاية زهرة هربت من بساتين العشق وارتضت السكنى في مكان قصي بعيداً عن أعين الرقباء، لكل زهرة عطرها وأريجها وبهجتها، لكنها تتفق جميعاً على صنع الفرح ورسم لوحة من عبير تبهر الأبصار، وتطلق العنان لخيالات لا حدود لها.
خير جليس في الأنام صبية هاربة من قصور الحريم والتحريم والتجريم ومن السيّاف مسرور– كيف يكون السيّاف مسروراً! – فهذه لحظات ندفع من عمرنا ودمنا ثمنا للعيش فيها، و.. كم لحظة من أعمارنا المهدورة على بوابات الحزن ذهبت سدى من دون جليس أو أنيس يداوي جراحاً غائرة في عمق النفس والروح بلا طبيب ولا حبيب؟
نصف عمرنا التهمته الليالي، ونصفه الآخر ذهب في متاهات الحياة، ولو كنا منصفين لقلنا إننا نعيش بلا أي متعة وفرح وسعادة ما يعادل تسعين بالمئة من أعمارنا الحقيقية! هل تلاحظون كم نسرف في سنوات أعمارنا وخاصة في توافه الأمور.. ونشعل براكين الغضب والزعل والاعتذار والتسامح، وقديماً قالوا: من يعتذر كثيراً يخطئ كثيراً، فجربوا ألا تعتذروا كثيراً.
أعطوني عمراً إضافيا أقضيه في بيت، كوخ بعيد عن حضارة الإسمنت والكبت لأعوض ما فات، ولأحلق في سموات لا حدود لها، وأغوص في جلسات مع خير جليس، وأبحر في الأبجدية وانتظروا كلاماً ساحراً لم تخطه يد إنسان.

علماء يتغلبون على السمنة

| **وكالات**

اقترح باحثون من جامعة جونز هوبكنز في الولايات المتحدة وضع علامة خاصة على المشروبات الغازية وغيرها من المشروبات المحتوية على السكر، تحذر من خطر السمنة.
ووفقاً للمركز الوطني للإحصاءات الصحية في الولايات المتحدة في الفترة بين ١٩٨٨–١٩٩٤ و١٩٩٩–٢٠٠٤، فإن السعرات الحرارية اليومية التي يحصل عليها الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٦–١١ عاما ارتفعت بنسبة ٢٠ بالمئة.
فقد أجرى العلماء دراسة، تم خلالها بناء نموذج حاسوبي للحياة الحضرية على أساس الإحصاءات الحقيقية بعنوان «السكان الافتراضيون للوقاية من السمنة». ويقوم السكان فيها بشؤونهم اليومية ويشترون المواد الغذائية والمشروبات.
وأظهرت المحاكاة أن وجود علامات تحذيرية، على سبيل المثال حول ضرر السكر، على محال البقالة في ٣ مدن — بالتيمور وسان فرانسيسكو فيلادلفيا — يقلل من انتشار السمنة. ويعتقد الباحثون أن هذه العلامات على المنتجات يمكن أن يخفض من احتمال شراء الشخص للمشروبات التي تحتوي على السكر بنسبة ٤ بالمئة.

مايكل جاكسون يعود مجدداً

| **وكالات**

رغم مرور ثماني سنوات على رحيل مغني البوب العالمي مايكل جاكسون، إلا أنه لا يزال حاضراً بين محبيه حول العالم.
واليوم يعود إلى جمهوره بأغنية Blood on The Dance Floor من العام ١٩٩٧ حيث أعيد إطلاقها من قبل ورثته والمسؤولين عن حقوق أعماله.

مشكلات النوم تهدد الخصوبة

| **وكالات**

ذكرت دراسة حديثة أن النساء اللائي يعانين من مشكلات في النوم، ربما يكن أكثر عرضة بثلاث مرات لمواجهة ضعف الخصوبة مقارنة باللائي لا يعانين من تلك المشكلات.
وأشارت الدراسة التي أوردتها وكالة «رويترز»، إلى أنه عندما تكون مشكلة النوم هي الأرق تكون النساء المصابات به أكثر عرضة بأربع مرات من غيرهن لمواجهة مشكلات الخصوبة. واستثنى الباحثون في الدراسة اضطرابات التنفس.
وفحص الباحثون في تايوان حالات ١٦٧١٨ امرأة شخصن حديثاً باضطرابات النوم بين عامي ٢٠٠٠ و٢٠١٠، فضلاً عن مجموعة مقارنة تضم ٣٣٤٣٦ امرأة لا تعاني من مشكلات النوم. وبعد متابعة مدتها نحو ٥ سنوات واجهت ٢٩ مشاركة تعاني من اضطرابات النوم ضعف الخصوبة بالمقارنة مع ٣٤ في مجموعة المقارنة.
وقال الباحثون إنهم قبل أن يأخذوا في الاعتبار السن والمشكلات الصحية الأخرى كانت المشاركات اللائي يعانين من اضطرابات النوم أكثر عرضة ٢,٧ مرة من غيرهن للإصابة بضعف الخصوبة.
وأوضح كبير الباحثين في الدراسة: «يتعين على النساء في سن الإنجاب أن ينمن مبكراً ويتجنبن دورات العمل الليلية أو استخدام الهاتف المحمول قبل النوم»، وأضاف: «النظام الغذائي الصحي وممارسة الرياضة بانتظام وأسلوب الحياة الجيد من الأمور التي تساعد على تجنب ضعف الخصوبة».
وتتزايد مشكلات ضعف الخصوبة مع السن، وقد تتفاقم بسبب التدخين وشرب الخمر والتوتر والنظام الغذائي غير الصحي والمبالغة في ممارسة الرياضة وزيادة الوزن أو السمنة أو العدوى بأمراض تنتقل عن طريق ممارسة الجنس.

الشاي لعلاج حالات الأرق

| **وكالات**

توصلت دراسة أسترالية حديثة إلى أن الشاي بنوعيه الأخضر والأبيض يتصدر قائمة الأعشاب التي تفيد بعلاج حالات الأرق لاحتوائه على الحمض الآميني الثيانين الذي يعد من المهدئات الجيدة للجهاز العصبي.
وحسب الدراسة التي أشرف عليها عالم الفيزياء ريك هاي احتل البابونج المرتبة الثانية في تصنيف الأعشاب المفيدة ضد الأرق إذا تم غليه وشربه قبل النوم لأنه يخفض من مشاعر القلق والخوف، أما القرفة فقد جاءت في المرتبة الثالثة لأنها تنظم مستوى السكر في الدم وتبعث على الدفء وترخي الأعصاب.
وبينت الدراسة أن هناك مجموعة أخرى من الفواكه والأعشاب التي تساعد في التخلص من الأرق كالزنجبيل وعرق السوس وبعض الأنواع من الحمضيات التي تساعد جميعها على نوم هادئ ومريح.

بيونسيه تحصد ٧ ملايين

| **وكالات**

شاركت المغنية الأميركية بيونسيه الجمهور بمجموعة صور جديدة عبر موقع «إنستغرام»، ولاقت الصور إعجاب ما يزيد على ٧ ملايين.
وظهرت بيونسيه البالغة من العمر ٣٦ عاماً، في جلسة التصوير بإطلالة كاجوال أنيقة أبرزت أنوثتها فلفتت الأنظار نحوها.

حيوان غريب يثير الدهشة

| **وكالات**

انتشرت عبر مواقع التواصل الاجتماعي، صورة لحيوان آثار الدهشة وطرح التساؤلات، حيث قال عنه الأطباء البيطريون إنه كلب ولكنه يشبه الدب والذئب.
وأكد الأطباء أن هذا الحيوان هو كلب ذكر عمره نحو ٤ أعوام، وهو مزيج بين كلاب الـ«تشاو تشاو» والكلاب البرية.
وكان عثر على هذا الحيوان في أحد شوارع جنوب غربي روسيا، وتحديداً في مدينة شيليابينسك، وتم نقله إلى ملجأ للحيوانات ليتلقى الرعاية اللازمة، وأطلق عليه اسم «إيغور».
وقال أحد العاملين في الملجأ إن طباع الكلب صعبة وهو مؤذ بعض الشيء، وربما أن صاحبه تخلى عنه بسبب سلوكه العدواني.

علاقة العناية بالأظافر بالتهاب الكبد

| **وكالات**

ادّعى العلماء أن فنيي الأظافر لا يغسلون أيديهم والأدوات التي يستخدمونها بشكل صحيح، ما يعرض الزبائن لخطر الإصابة بالتهاب الكبد الفيروسي والحساسية.
وأشار الباحثون إلى أن خبراء التجميل وخاصة فنيي الأظافر لا يتدربون على كيفية التعامل مع المواد الكيميائية الخطرة المستخدمة عبر أدوات تنظيف وتزيين الأظافر.
وأوضح العلماء أن العديد من خبراء التجميل يتجنبون استخدام معدات الوقاية الشخصية، مثل القفازات ونظارات السلامة وأقنعة الغبار عند التعامل مع المواد الكيميائية الخطرة.
وحذر فريق البحث من تنظيف الأدوات المستخدمة بشكل خاطئ وإعادة استخدامها الذي قد يعرض العملاء لخطر الإصابة بالتهاب الجلد التماسي، وهو أحد أشكال الإكزيما.
كما يمكن أن يعرض الزبائن إلى مجموعة من البكتيريا والفطريات والفيروسات الممرضة التي تنتقل عبر الدم بما في ذلك فيروس التهاب الكبد «بي» و«سي».
كما يمكن أن يصاب الزبائن بالحساسية بسبب منتجات ذات تراكيز عالية من المواد الكيميائية المسببة للسرطان مثل الفورمالديهايد.
واستمدت الدراسة نتائجها من دراستين سابقتين حول مخاطر الذهاب إلى مراكز تصفيف الشعر والعناية بالأظافر.