الوطن

عينٌ على الوطن...

سورية يومية سياسية مستقلة

الخميس ٢١ كانون الأول ٢٠١٧ | الموافق ٣ ربيع الآخر ١٤٣٩ هـ | العدد ٢٧٩٩ السنة الثانية عشرة | **الناشر** | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع www.alwatan.sy

Al-Watan | Daily Syrian Independent Political Newspaper | December 21, 2017 | No. 2799 | 12th year

مسرحية «كأنو مسرح» الأسبوع المقبل

| الوطن

تفتتح عروض مسرحية «كأنو مسرح» يوم الثلاثاء المقبل ٢٦ كانون الأول الجاري في السادسة مساءً على خشبة مسرح الحمراء بدمشق.

وتدور أحداث المسرحية التي كتبتها لوتس مسعود ويخرجها غسان مسعود حول مخرجة سورية تحاول أن تجمع أبناء بلدها بمختلف أطيافهم وآرائهم وانتماءاتهم السياسية، وتعمل على تقريب وجهات النظر بينهم، ولن يخلو ذلك من المشكلات والمشاحنات بينهم والتي من الممكن أن تقود لمشاجرات عنيفة، كما يناقش احتمالية أن يعود السوريون إلى الاجتماع معاً رغم اختلافاتهم هذه، الأمر الذي لابد أن ينعكس على الوطن كله.

المسرحية من بطولة: ديمة قندلفت ومحمود نصر ونظلي الرواس وأيمن عبد السلام وروبين عيسى ولجين إسماعيل ومصطفى المصطفى وغسان عزب وراما عيسى.

طفل سوري يتمكن من جذب المعادن إلى جسمه

| وكالات

أثار الطفل السوري من محافظة اللاذقية ذو الفقار إبراهيم اهتمام وسائل الإعلام وشريحة واسعة من السوريين لتمتعه بطاقة غريبة تمكنه من جذب المعادن على اختلاف أنواعها إلى جسمه.

وفي تقرير بثه التلفزيون السوري يظهر ذو الفقار بمشهد يثير الاستغراب والدهشة وهو يجذب الأدوات المعدنية كالملاعق وشوك الطعام والمايك وغيرها إلى جسده.

ويعيش ذو الفقار ذو الأعوام العشرة حياة طبيعية كغيره من الأطفال في اللاذقية لكن القدرة العجيبة التي يملكها أعطته نوعاً آخر من التفرد والتميز الذي يسعى إلى تطويره واستثماره بشكل إيجابي وفق ما يقول.

ويضيف ذو الفقار: إنه في البداية شاهد مثل هذه الحالة على مواقع التواصل الاجتماعي ما أثار الرغبة لديه بتجريب المعدن على جسده وكانت النتيجة مذهلة حين التقط جسده المعدن.

أما جد الطفل فقال: شاهدت حفيدي يأخذ الملعقة ويضعها على جسده فالتقطها، فقمت بوضع شوكة فانجذبت أيضاً.. ومن هنا تأكدنا أنه يملك قدرة مغناطيسية فريدة، على حين حرصت والدته على أهمية أن توظف هذه القدرة ويتم استخدامها بإيجابية أكثر.

أعلى شجرة وأكبر مغارة في صيدنايا

| الوطن

احتفالاً بأعياد الميلاد ورأس السنة، تضاء في ساحة صيدنايا بريف دمشق، أطول شجرة ميلاد بارتفاع ٣٠ متراً، كما تفتتح أكبر مغارة ميلاد في الوطن العربي بمساحة ٤٠٠ متر في دير صيدنايا، وذلك في الخامسة من مساء اليوم.

ريهام عزيز بإطلالة لطيفة

| الوطن- «ت: طارق السعدوني»

الممثلة السورية النجمة ريهام عزيز خلال حضورها حفل إطلاق كتاب «أسرار معلنة» لعالمة الفلك ريم وتار.

التحذير من المخاطر المحتملة للهواتف الذكية

| وكالات

حذر علماء من وزارة الصحة في كاليفورنيا من المخاطر المتعددة لاستعمال الهواتف الذكية التي انتشرت بكثافة في العالم ولاسيما أمراض السرطان.

وأشار الأخصائيون إلى أن الهواتف الذكية انتشرت بشكل مخيف في السنوات الأخيرة قبل أن يتمكن العلماء من دراسة شاملة لخطر هذه الأجهزة على الصحة في المستقبل فانبعاث الإشعاعات الكهرومغناطيسية من الهواتف الذكية وغيرها من الأجهزة الإلكترونية المحمولة يمكن أن يرفع احتمالات الإصابة بأمراض السرطان والعقم.

وعلى الرغم من أن العلماء لم يكشفوا بعد عن علاقة واضحة ومباشرة بين استخدام هذه الأجهزة والإصابة بالأمراض إلا أنهم يحذرون من مخاطر الإصابة بهذه الأمراض الخطرة فالبيانات المتاحة لديهم تكفي لدق ناقوس الخطر.

وإلى أن تثبت العلاقة الواضحة لهذه الهواتف بالأمراض الخطيرة يوصي الباحثون بالحفاظ على مسافة عدة أمتار بين الأجهزة الإلكترونية المحمولة وجسم الإنسان للتقليل من العواقب السلبية المحتملة.

اكتشاف سبب التأتأة عند البعض

| وكالات

أكد عدد من العلماء الألمان أنهم توصلوا إلى السبب الحقيقي للتأتأة والتلعثم في الكلام عند بعض الناس.

وقالوا: «قام فريقنا المكون من خبراء تابعين لجامعة غوتينغن والمعهد الألماني لعلوم الدماغ بدراسات مطولة لمعرفة الأسباب الحقيقية الكامنة وراء التأتأة والتلعثم في الكلام عند البعض. حيث قاموا من خلالها بمراقبة الحالة الصحية لمئات المتطوعين الذين يعانون هذه المشكلة، وفحصوا أدمغتهم باستخدام أجهزة الرنين المغناطيسي ومقارنة النتائج بتلك المأخوذة من أشخاص عاديين لا يعانون أي مشاكل في النطق».

وبعد مقارنة البيانات توصل العلماء إلى نتيجة مفادها أن التلعثم في الكلام وراءه خلل في توازن العمل بين نصفي الكرة الدماغية، وأن الناس الذين يعانون التأتأة كانت تركيبة الألياف العصبية في نصف دماغهم الأيمن تختلف عن تلك الموجودة في النصف الأيسر.

وأشار العلماء إلى أن فرط النشاط في مناطق معينة من الدماغ كالمنطقة الجبهية السفلى من نصف الكرة الدماغية الأيسر، التي تعالج أمور النطق وترتب آليته، غالبا ما يتسبب بمشاكل جدية في النطق عند الإنسان.

كما تجدر الإشارة إلى أن دراسات سابقة كانت قد ذكرت أن خللا في «منطقة بروكا» في الدماغ، وهي منطقة تقع في الفص الأمامي في أحد جانبي المخ، وغالبا ما تكون في الجانب الأيسر من العقل البشري، يؤدي لظهور مشاكل التلعثم في الكلام، لكن القائمين على تلك الدراسات أكدوا أنه لا يمكن تبني نتائج دراساتهم كنتيجة نهائية، وأنهم سيستمرون في الأبحاث لمعرفة جميع الأسباب الكامنة وراء تلك المشكلة.

فوائد كثيرة للسبانخ

| وكالات

نصحت خبيرة التغذية والعلاج بالنباتات الطبيعية في معهد الزراعة الفرنسي ناتالي ماير، الأمهات بضرورة تقديم وجبة من السبانخ لأبنائهم لاحتوائها على مضادات الأكسدة وفيتامين «أ» و«ب -٩» و«ج» و«ك» وعدد من المعادن من البوتاسيوم والمغناسيوم والكالسيوم، ما يجعلهم في صحة جيدة ويقيهم من أمراض القلب.

وأشارت الخبيرة الفرنسية إلى أن السبانخ تحتوي على الحديد أحد المكونات الرئيسية لتكوين الهيموجلوبين، البروتين الأساسي في تغذية العضلات بالأوكسجين.

وأوضحت أن السبانخ تحتوي أيضاً على مكون «ستيرويد» الذي ينشط العضلات ويحول البروتينات إلى كتلة عضلية قوية، لذلك يجب استهلاك نحو أكثر من كيلو غرام سبانخ في اليوم.

جزيرة تذهل علماء الآثار

| وكالات

لم يول علماء الآثار سابقاً أي اهتمام لجزيرة كيسار الإندونيسية الواقعة إلى الشمال من تيمور الشرقية، ولكنها أذهلتهم بعد أول زيارة.

وزار فريق علمي برئاسة البروفيسورة سيو أوكونور، جزيرة كيسار لأول مرة، وذهلوا مما شاهدوه حالما وطئت أقدامهم أرضها، لأن أول ما شاهدوه كان رسوم الإنسان والحيوانات على الصخور في كل مكان.

وتقول أوكونور: «كانت هذه الجزر الإندونيسية مركزاً لتجارة التوابل خلال آلاف السنين.

والرسوم التي شاهدناها هي لزوارق وكلاب وخيول وناس يمسكون بأيديهم ما يشبه الدروع. ورسوم أخرى لأشخاص يدقون الطبول في مناسبة ما».

وترى الخبيرة أن لما عثر عليه خبراء الآثار قيمة تاريخية كبيرة، لأن منطقة جنوب شرق آسيا وجزرها تعد أحد مهود الحضارة البشرية. وتبرز هذه الاكتشافات العلاقة الوثيقة بين جزيرتي كيسار وتيمور، لأن بعض الرسوم شبيه جدا بتلك الموجودة في تيمور الشرقية، التي تتميز بصغر حجم الأشخاص المرسومين وكذلك الحيوانات.

سيلينا جوميز تلغي متابعة والدتها

| وكالات

ألغت النجمة العالمية سيلينا غوميز متابعتها لحساب والدتها عبر موقع إنستغرام»، حيث توقع بعض المتابعين أن يكون سبب ذلك عودتها مجدداً إلى النجم جاستين بيبر.

وكانت أسرة غوميز تعارض علاقتها ببيبر بسبب «المعاناة» الكبيرة التي تسبّب لها بها في وقت سابق.

تمرين رياضي واحد ينقذ حياتك

| وكالات

هناك الكثير من الأدلة على أن النشاط البدني يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية، ولكن متى تبدأ فوائد ممارسة الرياضة بالظهور؟

يعتقد معظمنا أن النتائج تظهر بعد بضعة أسابيع أو حتى أشهر، عند فقدان الوزن وانخفاض مستويات الكوليسترول. ولكن البحث الأحدث على الإطلاق يوفر دليلاً قوياً على أن نوعاً واحداً من التمارين قادر على حماية القلب بشكل مباشر.

ومن الشائع، حتى بين المتخصصين في الرعاية الصحية، أن ممارسة التمارين الرياضية تمنع الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، عن طريق الحد من عوامل الخطر، مثل زيادة وزن الجسم، ومستويات الكوليسترول والإنسولين وكذلك كتلة الدهون.

ولكن، يمكن أن يستغرق الأمر أسابيع أو حتى عدة أشهر لدرء عوامل الخطر عن طريق ممارسة الرياضة، وحتى في ذلك الحين، فإن الآثار غالباً ما تكون محدودة.

ودرس الباحثون الفئران والجرذان، لمعرفة أثر تمرين محدد في الحد من حجم النوبة القلبية. واستندوا إلى دراسات قام فيها العلماء بتعريض الفئران لنوبة قلبية، من خلال وقف شريان واحد في القلب، حيث فحصوا حجم الأنسجة التي ماتت.

وأجرى الباحثون هذا الاختبار على الحيوانات التي مارست التمرين، وقارنوا النتائج مع الحيوانات التي لم تمارس الرياضة على الإطلاق.

وأظهرت جميع الدراسات المدرجة من الباحثين، أن نوعا واحدا من التمارين الرياضية يرتبط بالحد من النوبة القلبية، ويبقى تأثير التمرين الرياضي في تقليل حجم النوبة القلبية لعدة أيام.

ويعتقد أن التمرين الرياضي يطلق مادة منقولة بالدم تكون مسؤولة عن الحد من حجم النوبة القلبية بعد التمرين.

وفي دراسة مبتكرة شملها البحث، أخذت عينات من دم البشر بعد التمرين، وبعد فترة من الراحة، وتم توزيع الدم عبر الأوعية الدموية لدى الأرانب الحية، كما تم تعطيل شريان واحد من قلوب الأرانب، لمحاكاة النوبة القلبية.

وكانت مجموعة الأرانب التي نُقل إليها الدم البشري بعد التمرين الرياضي، معرضة لحجم أصغر من النوبة القلبية، مقارنة بمجموعة الأرانب التي نُقلت إليها عينات الدم البشري المأخوذة بعد فترة من الراحة.

وتحدث هذه الفوائد الرائعة في غياب التغيرات المتعلقة بعوامل الخطر القلبي الوعائي (مثل ضغط الدم والكوليسترول ووزن الجسم).

وعندما تقوم بممارسة تمرين رياضي واحد بانتظام، فإن الحماية القلبية الفورية تكون موجودة بشكل مباشر، ولكن لسوء الحظ، من المتوقع أن الفوائد الفورية للتمرين تستمر مدة ٤ إلى ٥ أيام فقط.

هل تعلن غادة عبد الرازق اعتزالها؟

| وكالات

كشفت الفنانة المصرية غادة عبد الرازق أنها تفضل الحياة العائلية على مسيرتها الفنية، وأنها ترغب في قضاء أكثر الأوقات مع ابنتها «روتانا» وأحفادها، مؤكدة أنها تعتبر عمرها سُرق منها بسبب انشغالها بالفن وأنها كرست حياتها له.

وقالت إنها تعتزم إعلان اعتزالها نهائياً للفن بعد بلوغها عمر الخمسين، وهو ما جعل البعض يعتقد أنها ستعتزل الفن بعد ٣ سنوات.

تشاجر معه فحاول إحراقه حياً

| وكالات

ضجت مواقع التواصل الاجتماعي في روسيا بفيديو يظهر مشاجرة بين مروجي إعلانات بمحاولة إحراق أحدهما الآخر.

ويظهر في الفيديو كيف نشب الشجار بين الشابين، في مكان عملهما في توزيع المنشورات، حيث انهالا على بعضهما بالضرب ليطرح واحد منهما الآخر أرضاً، فما كان من الشاب إلا أن نهض وأضرم النار في بزة الشاب الآخر محاولاً إحراقه، ليسارع صاحب المحل المجاور وينقذه ويخمد النار بمطفأة حريق.

الجلوس طويلاً لا يُسبب السمنة

| وكالات

أكد باحثون أن نمط الحياة أو العمل المكتبي الذي يتطلب فترات طويلة من الجلوس أمام الحاسوب أو أي أجهزة أخرى لا يسبب السمنة ولا يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية كما كان سائداً عند البعض.

جاء هذا في الدراسة التي أجراها باحثون من جامعة «وتاغو» النيوزيلندية، حيث أثبتت أن الجلوس لساعة إضافية لمدة خمس سنوات يزيد من محيط الخصر بنسبة «٠,٠٢» ملليمتر فقط، وهذا يعني أن الجلوس لفترات طويلة لن يلعب دوراً كبيراً في زيادة ملحوظة في الوزن عملياً لأن التغيير ضئيل للغاية.

وبحسب مؤلفي الدراسة فإن الضرر الأكبر في زيادة الوزن وظهور الأمراض القلبية يأتي من سوء التغذية والأطعمة الدهنية الدسمة.

أما رئيسة قسم التغذية في جامعة أوتاغو ميريديت بيدي، فقالت: إن الفريق الذي أجرى الدراسة اكتشف علاقة بسيطة جداً وغير مهمة بين مؤشر كتلة الجسم والجلوس الطويل أمام التلفاز أو جهاز الكمبيوتر، وللحصول على نتائج أشمل في هذا المجال ينبغي القيام بمزيد من البحوث والتحاليل حسب قولها.