الوطن

عينٌ على الوطن...

سورية يومية سياسية مستقلة

الإثنين ٢٩ كانون الثاني ٢٠١٨ | الموافق ١٢ جمادى الأولى ١٤٣٩ هـ | العدد ٢٨٢٤ السنة الثانية عشرة | **الناشر** | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع www.alwatan.sy

Al-Watan | Daily Syrian Independent Political Newspaper | January 29, 2018 | No. 2824 | 12th year

ندوة «أم الشهداء» الأربعاء المقبل

| الوطن

تقيم وزارة الثقافة ندوة «سوريات صنعن المجد» الشهرية الأولى بعنوان «أم الشهداء» في السادسة من مساء الأربعاء المقبل في قاعة مكتبة الأسد الوطنية في دمشق.

ويشارك في الندوة التي يديرها إسماعيل مروة، كل من إنصاف حمد والدة الشهيد خضر خازم وعضو مجلس الشعب جانسيت قازان والدة الشهيد أنزور أباظة وإلهام وسوف والدة الشهيد حسن عدنان ونوس.

«الفن الإيراني المعاصر».. السبت المقبل

| الوطن

يقيم اتحاد التشكيليين معرضاً للمستشارية الثقافية الإيرانية بعنوان «الفن الإيراني المعاصر»، وذلك في الثانية عشرة من ظهر السبت المقبل في صالة الشعب للفنون الجميلة في حي الفردوس بدمشق.

انتحرت بعدما فقدت عذريتها

| وكالات

انتحرت شابة هندية بعد أن تجرعت سماً سريع المفعول، وذلك قبيل موعد زفافها الذي كان مقرراً بعد أيام قليلة.

وعرضت قناة «ABP Majha» مقطع فيديو وثق لحظة شرب الفتاة للمادة السامة، حتى إن بقايا من السم انسابت أسفل فمها.

وتم بث مقطع الفيديو الذي يوثق اللحظات الأخيرة في حياة الفتاة المنتحرة عبر هاتف صديقها السابق الذي كان من المقرر أن يتزوجها.

وأضاف الموقع: إن الفتاة أقبلت على الانتحار بعد أن أخلف صديقها وعداً بالزواج كان قد قطعه على نفسه، وذلك بعد أن أفقدها عذريتها، فلم تستطع الفتاة مواجهة مجتمعها بحقيقة الأمر ففضلت الموت.

نقص اليود يؤثر في خصوبة المرأة

| وكالات

كشفت دراسة أميركية حديثة، أن النساء اللاتي يعانين من نقص اليود ربما تتراجع فرص حملهن إلى النصف، مقارنة بنساء يتمتعن بمستويات صحية من هذا العنصر، وتتبع الباحثون أكثر من ٥٠٠ امرأة يرغبن في الإنجاب خلال فترة خمس سنوات تقريبا، ووجدوا أن النساء اللاتي يعانين من نقص متوسط أو حاد في اليود تتراجع فرص حملهن بنسبة ٤٦ بالمئة.

وقال الدكتور جيمس ميلز، الذي قاد فريق الدراسة وهو من المعهد الوطني لصحة الطفل والتنمية البشرية في ولاية ماريلاند الأميركية: «فوجئنا من شيوع نقص اليود (لدى النساء) ومن أنه يقلل فرص الإنجاب بنحو ٥٠ بالمئة في كل دورة طمث». وكتب الباحثون في دورية (هيومان ريبرودكشن) أن البحوث السابقة وجدت أن مستويات اليود لدى نحو ٣٠ بالمئة من النساء في سن الإنجاب، أقل من ١٠٠ ميكروغرام لكل لتر في الدم، وهو المستوى الطبيعي، وتقترح الإرشادات الأميركية الحالية أن تتناول النساء الحوامل والمرضعات مكملا يحتوي على ١٥٠ ميكروغراماً من اليود، لكن هذه التوصيات لا تتطرق إلى ما يجب على المرأة القيام به قبل الحمل. ويوجد اليود في الأسماك، وخاصة الأسماك البيضاء والمأكولات البحرية والحليب ومنتجات الألبان.

وتحتوي بعض الأملاح على اليود، لكن لا ينبغي أن تعتمد النساء على الملح فقط للحصول على المزيد من اليود، واعتبر ميلز أنه لم تتم معالجة هذه المسألة حتى الآن بالنسبة للنساء اللواتي يحاولن الحمل. لذلك من الأفضل اختيار النظام الغذائي الصحيح. ويعتقد العديد من الخبراء أن تناول الفيتامينات التي تحتوي على اليود قبل الولادة فكرة جيدة.

سلاف فواخرجي بالأسود الأنيق

| الوطن- تصوير طارق السعدوني

الممثلة السورية النجمة سلاف فواخرجي خلال المؤتمر الخاص لإطلاق الفيلم السوري الروسي المشترك «تدمر» في الآرت هاوس في دمشق، وتتابعون تفاصيله في عدد الغد.

من دفتر الوطن

الـ١٦٠٠ سوري

زياد حيدر

لا أعمل في التغطية الصحفية الإخبارية حالياً، ولكنني لو كنت أفعل، لتمنيت أن أعاين مؤتمر سوتشي، عن قرب، من داخل أروقته لا من خارجها.

ليس لأنني من الذين يشككون في قدراته، أو العكس، وإنما باعتباره حدثاً تاريخياً من حيث الإعداد والتنظيم، ولا سيما في سياق تاريخ سورية والمنطقة المعاصر، دون التوقف عند توقعات البعض الكبيرة المعقودة عليه، وتراوحها بين التفاؤل والتشاؤم.

فمنذ أيام أعلنت وزارة الخارجية الروسية أن عدد السوريين المدعويين إلى سوتشي، هو ١٦٠٠ شخص، ويفترض أن يرجح المرء بأن هذا الرقم الذي يبدو هائلاً لمؤتمر يستمر يومين، يشمل جميع الفئات، وفوداً ومشاركين، دون الإشارة طبعاً للمنظمين والمراقبين، والرعاة الدوليين للتنظيمات والمنظمات والميليشيات الكثيرة التي باتت تصول وتجول في الأرض السورية.

١٦٠٠ سوري، لم يسبق أن اجتمعوا في مكان لغاية مثل هذه الغاية، انطلاقتها الحوار، وخاتمتها الاتفاق أو الفراق.

فراق، محتوم باللقاء، طال الزمن أو قصر، امتد لمؤتمرات أخرى أو لا.

الـ١٦٠٠ سوري الحاضرين يعرف بعضهم بعضاً جيداً. بعضهم جيران، وبعضهم الآخر معارف، والبعض الآخر تتقاطع حياته مع حياة غيره بحكم الجغرافيا والتاريخ والمجتمع، كما الكيان السياسي الجامع وهو الدولة.

لكن ما يعرفه الـ١٦٠٠ جيداً أيضاً عن بعض، هو هذه الحرب الملعونة، من لحظتها الأولى، حتى لحظتها الأخيرة، عسانا نرى تلك اللحظة يوماً قريباً.

يعرف هؤلاء عن بعض الكثير. يعرفون جميعاً أنه ما من خاسر وما من رابح في حرب سقّف خيمتها سماء واحدة. بل يعرفون جميعاً، أن الكل خسر، قليلاً أو كثيراً، وما من أحد لم تطله آثار هذه الحرب، من المستويات الصغرى وحتى الكبرى.

عسى تجمع هذه الخسارة الـ١٦٠٠ مشارك، على القول إن اللحظة التاريخية التي تجمعهم، تحتم عليهم النظر للأمام لا للوراء.

ورغم أن النظر للوراء ضروري، لتفادي مستقبلاً نكبات مماثلة، إلا أنه كما جرى في حروب شبيهة، يستلزمنا بعض الوقت، لكي تذهب الحمى العاطفية، وهي لدى الجميع، بما يسمح برؤية مستقبل جامع.

يبقى السؤال إن كان الـ١٦٠٠ مؤمنين جميعاً بالأمة السورية، بوحدة البلاد ووحدة مصيرها، بسيادتها، وتميز الشخصية السورية، وعلمانيتها التاريخية.

أتمنى كصحفي من زملائي الحضور أن يسألوا هناك المنظمين والمشاركين معاً: «من يمثل من هنا؟ هل الـ١٦٠٠ شرائح مجتمعية، طبقية، ثقافية، إثنية، طائفية، عشائرية؟ هل تعدادها مبني على حسابات ديمغرافية، اجتماعية، جغرافية، أم سياسية اقتصادية؟»

هل تم اختيارها وفقاً لتقسيمات الحرب الميدانية، أم وفقاً لفهم الديمغرافيا السورية، والتركيبة البشرية التي تسود سورية منذ آلاف السنين؟

أرغب كما غيري أن أعرف؟

أرغب في أن أطمئن، إلى أنه على الرغم مما أصابنا فإننا قادرون على صنع ما هو أفضل لأولادنا وأحفادنا، بشكل يسمح لهم ولهم وحدهم، تحديد أخطائنا ومعالجتها.

كنت تمنيت أيضاً، أن يحضر شبان، ختموا دراساتهم الثانوية مع هذه الحرب، وأن يكون لهؤلاء قول وتأثير ووجهة نظر.

فربما يتمكن الكبار من صنع سلام، أو تسوية هذا العام أو الذي يليه.. ربما، لكن صنع السلام الدائم والازدهار يكون عبر من وقع على كاهلهم أكل الحصرم في السنوات السبع التي مضت.

الشاي الأخضر لمواجهة الهالات السوداء

| وكالات

تعد الهالات السوداء تحت العينين عدواً لدوداً لجمال المرأة؛ حيث تجعل الوجه متعباً ومتقدماً في العمر وتسلب العيون إشراقتها الساحرة.

ولمواجهة هذه الهالات تنصح مجلة «إيلي» الألمانية باستخدام الشاي الأخضر؛ حيث إنه يزخر بالكثير من مضادات الأكسدة ومواد دابغة تعرف باسم «تانين»، والتي تعمل على تفتيح لون الهالات السوداء من ناحية وتساعد على التخلص من تورم العين من ناحية أخرى.

ولهذا الغرض تنصح المجلة المعنية بالصحة والجمال بغلي كيسين من الشاي الأخضر في ماء ساخن لبضع دقائق، ثم وضعهما لمدة نصف ساعة في الثلاجة، ثم وضعهما على العينين لمدة ١٥ دقيقة.

وإلى جانب ذلك، تنصح «إيلي» بالإكثار من شرب الماء بمعدل لا يقل عن ١,٥ لتر يومياً، مع أخذ قسط كاف من النوم بمعدل يتراوح بين ٦ و٨ ساعات ليلاً، إضافة إلى الإقلاع عن التدخين.

بريانكا شوبرا تواجه أزمة مادية كبيرة

| وكالات

تواجه الفنانة الهندية بريانكا شوبرا مشكلة كبيرة حيث بدأ موسم تحصيل الضرائب وأصبحت مطالبة بتسديد مديونياتها.

ووفقاً لآخر التقارير، فإنها صفعت بمطالب ضريبية من محكمة الاستئناف لضريبة الدخل، وقد أمرت بدفع الضرائب على ساعة فاخرة، وسيارة فخمة.

وردّت بريانكا على مطالبات الضرائب مؤكدةً أن الساعة كانت هدية وردت من الشركة كدليل على الحب والمودة والاحترام تجاهها، ولا يمكن أن تكون مقبوضات خاضعة للضريبة.

الضوء الساطع يمنح الناجين من السرطان نوماً أفضل

| وكالات

يشعر الناجون من السرطان دائماً بالتعب، لكن دراسة جديدة خلصت إلى أنهم إذا استيقظوا وفتحوا عيونهم على ضوء أبيض ساطع فإن ذلك قد يساعدهم على النوم بشكل أفضل.

وخلال الدراسة التي استمرت شهراً جعل الباحثون ٤٤ ناجياً من السرطان يجلسون على مقربة شديدة من مصدر للضوء الساطع في ساعة مبكرة من الصباح ولمدة ٣٠ دقيقة. كما قسم العلماء المشاركين إلى مجموعتين عشوائيتين وعرضوا إحداها لضوء أبيض ساطع والأخرى لضوء أحمر خافت.

وشكا أكثر من نصف المشاركين مما يعرف باسم تدهور فاعلية النوم وهو مقياس للوقت الذي يكون فيه المرء نائماً في السرير.

وبعد شهر من العلاج كانت فاعلية النوم لدى ٨٦ بالمئة ممن تعرضوا للضوء الأبيض الساطع عادية لكنها كانت سيئة لدى ٧٩ بالمئة ممن تعرضوا للضوء الأحمر الخافت.

وقالت كبيرة الباحثين في الدراسة ليزا وهي من كلية فينبرغ للطب في شيكاغو: إن الضوء الأبيض الساطع ربما يساعد الناجين من السرطان على إعادة ضبط الساعة البيولوجية لأجسامهم حتى يمكن للجسم وبسهولة أكبر الراحة أثناء الليل والاستيقاظ أثناء النهار.

وأضاف: «ربما لا يتعرض الناجون من السرطان بل وغيرهم ممن يقضون معظم أوقات النهار في أماكن مغلقة لما يكفي من الضوء الساطع من أجل ضبط الساعة البيولوجية في أجسامهم».

وتابعت: «وبما أن الضوء في الهواء الطلق يكون أكثر سطوعاً بكثير من الضوء في الأماكن المغلقة فإن إضافة مصدر صناعي للضوء الساطع كل صباح يحد من التعب الذي يشعر به الناجون من السرطان ويحسن فاعلية النوم من خلال تحسين الساعة البيولوجية».

وتشير نتائج الدراسة إلى أن استمرارية العلاج بالضوء قد تكون مطلوبة حتى يطرأ تحسن مستدام في النوم على الناجين من السرطان.

وقال إيليا كاراتسوريوس من مركز أبحاث النوم والأداء في جامعة ولاية واشنطن الذي لم يشارك في الدراسة: إن هذا البحث يتميز بأنه يشمل ناجين من أنواع مختلفة من السرطان بينها سرطانات الدم وأورام الثدي والأورام السرطانية التي تصاب بها النساء.

توم كروز يتعرض لكسر في كاحله

| وكالات

كشف النجم العالمي توم كروز عن تعرضه لإصابة مروعة خلال تصويره أحد مشاهد فيلمه الجديد «Mission: Impossible: Fallout»، حيث كسر كاحله.

وأوضح أن كاحله ما زال مكسوراً ولم يلتئم بعد، إلا أنه عاد لإكمال تصوير باقي المشاهد.

وتم عرض المشهد الذي تعرض خلاله النجم العالمي للكسر، حيث كان يقفز من سطح مبنى لسطح مبنى آخر، لتصطدم قدمه في حائط المبنى المقابل وينكسر كاحله، وأكد كروز أنه استمر في تصوير المشهد لعدم رغبته في إعادته.

الباميا تحمي من أمراض القلب

| وكالات

تحتوي الباميا على تركيبة غنية تجمع بين البروتين والدهون والمعادن، فهي تساعد على الوقاية من السكري وهشاشة العظام، إلى جانب أهميتها لحماية القلب وتغذيته بالمغذيات.

وتحمي من أمراض القلب والعيون والسرطان، وتقي من أمراض السكري والقلب والشرايين، ويلعب فيتامين «ك» دوراً مهماً في وقاية الجسم من هشاشة العظام، وتعالج الإمساك، وتسهل عملية الإخراج.

وجود الفيروسات لا يقتصر على الأرض

| وكالات

أكد علماء الأحياء الفلكية في الولايات المتحدة واليابان أن الفيروسات موجودة على كواكب المنظومة الشمسية وخارجها.

وذكرت مجلة «Astrobiology» الأميركية أن جزيئات الفيروس (الفريون) المتألفة من الأحماض النووية والبروتينات يمكن أن تقذف بسهولة خارج الغلاف الجوي للأرض لتصل إلى أجرام فضائية أخرى، ولأن عدد الفريونات المتناهية الصغر هائل (يقدر بنحو ١٠ للقوة ٣١)، فإن احتمال اجتيازها لحدود الغلاف الجوي وخروجها إلى الفضاء لتبلغ كواكب أخرى يعد كبيراً.

ومن المعروف أن آكلات البكتيريا والفيروسات يمكن أن تبقى على قيد الحياة في ظروف الفراغ التام وتأثير الأشعة الكونية المؤينة، علماً أن عمليات مماثلة قد تحدث أيضاً في كواكب أخرى صالحة للحياة.

وأشار العلماء إلى أن الفيروسات محرك لأي تطور حيوي وشرط ضروري لظهور أشكال معقدة للحياة، واقترح العلماء استخدام مجاهر إلكترونية بوسعها رصد الفريونات على الأجسام الفضائية المختلفة. إلا أن أوزان هذه الأجهزة وأبعادها تحول دون نصبها في الأقمار الصناعية.