

«أفراح سوداء» أفضل فيلم عربي في مهرجان «السماء»



الوطن

فاز الفيلم السوري «أفراح سوداء» من إنتاج المؤسسة العامة للسينما وسيناريو وإخراج كوثر معراوي بجائزة أفضل فيلم عربي في مهرجان «السماء» للفيلم القصير في دورته السادسة. يتحدث الشريط عن الحرب التي نراها من خلال عيون ومفهوم الأطفال الدهش بغرابة أفكارهم وبراءتهم. ويشترك في التمثيل عبد الله السيار وقمر النجار وعلي حبيب وماجد عيسى وعلي إبراهيم وزين زهدي وليث زهدي وسيزار عبد القادر وجويل هارون ومهند زهدي ويارا الهيش وهيثم زهدي وكريم دخل الله وجوري شقير ولانا علوش.

مذبة تنعى ابنتها على الهواء مباشرة

وكالات

انتشر عبر موقع «يوتيوب» فيديو مؤثر لمذبة الأخبار الأميركية إنجيلا كينيكي، وهي تنعى ابنتها الشابة البالغة من العمر ٢١ عاماً مباشرة على الهواء، بعد وفاتها بسبب جرعة زائدة من المخدرات. وأطلت الأم على الهواء لتوجه رسالة إلى المعنين من أجل تنبيه المراهقين والشباب إلى أضرار المخدرات، وقالت: «لقد قدمنا العديد من التقارير عن أزمة الأفيون لكن الآن هذا الوباء ضرب المنازل بطريقة مأساوية ومدمرة بالنسبة في أنا شخصياً». وأضافت: «في الـ١٦ من أيار توفيت ابنتي البالغة من العمر ٢١ عاماً نتيجة جرعة زائدة من المخدر وقد كان سبب الوفاة الرسمي تسمماً من الفنتانيل الناتج عن الأفيون». وتابعت: «إن فقدان ابنتي خاصة في هذه الطريقة المفاجئة والصادمة قد قلب عالمي رأساً على عقب».

فوائد فيتامين «د» ليست حقيقية

وكالات

نسفت دراسة بريطانية حديثة، مفاهيم علاجية ارتبطت بتناول فيتامين «د»، المستخدم بكثرة من ملايين الأشخاص، لتقوية العظام. كاشفة أنه ليس فعالاً بالشكل الذي يتصوره مستخدموه، إذ إن مستوياته في جسم الإنسان تتأثر بشكل كبير بالعوامل الجينية. واعتمدت نتائج الدراسة على بيانات صحية لـ ٥٠ ألف شخص و١٨٨ ألف حالة كسور حول العالم، ووجد الباحثون أن تناول كميات غذائية من فيتامين «د» لم يساعد الأشخاص على تقوية العظام، أو تفادي المتاعب الصحية المرتبطة بها، إضافة إلى أن قلة الفيتامين لا تزيد تعرض الإنسان للإصابة بالكسور. ونصحت الدراسة أكثر من تناول فيتامين «د» بأخذ جرعة معتدلة لأن الإفراط قد يؤدي إلى نتائج عكسية.

نانسي زعلابوي تزرع السرور



الوطن

الفنانة السورية نانسي زعلابوي خلال مشاركتها بالغناء على أرض المسرح المكشوف في معرض دمشق الدولي الستين، حيث صرحت بأنها سعيدة بالمشاركة بأي فعاليات تزرع السرور في نفوس أبناء سورية.

من دفتر الوطن

تشكيل حكومة!

عصام داري



خير مهم قرأته في زاوية غير مهمة وغير ظاهرة للعيان في إحدى الصحف العربية مفاده أن الحكومة الأرجنتينية قررت تخفيض عدد وزرائها إلى النصف لضغط النفقات والحد من الهدر! تعتبر الأرجنتين - لمن لا يعرف- ثالث أكبر اقتصاد في أميركا اللاتينية، مع تصنيف عال جداً في مؤشر التنمية البشرية، ولديها أساس قوي للنمو المستقبلي نظراً لحجم سوقها، وكل ذلك يشير إلى أنها دولة متقدمة اقتصادياً بشكل كبير. مع ذلك قررت تخفيض عدد الوزارات حيث سيتم إلغاء ما بين عشر وثلاث عشرة وزارة، لماذا؟ لضغط النفقات ووقف أو الحد من هدر المال العام. معنى ذلك أن الحكومة الأرجنتينية القادمة ستقتصر على نحو أربعة عشر وزيراً، وهو عدد وزراء كل من الولايات المتحدة التي تعتبر الدولة العظمى اقتصادياً وسياسياً، واليابان صاحبة الاقتصاد القوي والصناعات المتطورة. أما في بريطانيا فإن الملكة تعين رئيس الحزب الفائز في الانتخابات رئيساً للوزراء الذي ينتقي أعضاء حكومته على أن يكونوا بالكامل من أعضاء البرلمان، أي أن الشعب هو من اختارهم أصلاً، وعلى ذلك فإن الحكومة بالكامل منتخبة من الشعب. لماذا لا نفيد من تجارب الآخرين؟ لنبدأ من التجربة الأرجنتينية ونخفض عدد وزراء الحكومة من دون النظر للاعتبارات السائدة منذ عقود وملت مراعاة المناطق والطوائف والعشائر، فعندما يصل وزير إلى الحكومة فهو وزير كل السوريين، ولا يمثل مدينته أو محافظته أو دينه ومذهبه وعرقه. لو ذهب أي وزير دولة سوري لأي دولة من الدول التي ذكرتها آنفاً وقال لهم: أنا وزير دولة، لما فهموا مقصده، أو ما معنى وزير دولة، فمن الطبيعي أن يكون وزيراً في الدولة التي ينتمي إليها، لا أن تكون وظيفته وزير دولة وحسب! بناء على ما تقدم سأقوم شخصياً بتشكيل حكومة صغيرة العدد، كبيرة الفعل، وأتمنى أن أُنحَق فيما أخفق فيه الآخرون في الداخل وكذلك في دول الجوار. تتألف الحكومة من رئيس الوزراء والوزارات التالية:

- ١- وزارة الأخلاق ومكافحة الفساد.
- ٢- وزارة الخارجية والمغتربين والمهجرين والمهجرات.
- ٣- وزارة الحرية والدخالية والأمن العام.
- ٤- وزارة الإعلام والثقافة والسياحة والإرشاد القومي (من يتذكر).
- ٥- وزارة الزراعة والموارد المائية والسدود.
- ٦- وزارة النقل والمواصلات والاتصالات.
- ٧- وزارة العمل والشؤون الاجتماعية والعمل والإدارة المحلية والأسرة.
- ٨- وزارة المعارف (تضم وزارتي التربية والتعليم العالي)
- ٩- وزارة الصناعة والكهرباء والنفط والثروات الباطنية.
- ١٠- وزارة التعمير والتجارة الخارجية والدخالية وحماية المستهلك.
- ١١- وزارة المالية وخزائن الدولة.
- ١٢- وزارة الرفاه الاجتماعي (في حال وجوده لاحقاً)!

أعترف أنني تعبت وأنا أشكل هذه الحكومة، فكيف بالذين يكلفون تشكيل الحكومات فعلياً! المهم أن يكون أعضاء الحكومة الموعودة منتخبة فعلياً من الشعب في انتخابات حرة نزيهة لتمثيله أولاً في البرلمان القادم بعون الله، ومن ثم في حكومة تعمل على راحة المواطن وتخفيف جلدته على مدار الساعة وأن تكون ماهرة في ضبط الأسواق والأسعار لا أن تعمل على رفع الأسعار، وتعمل كذلك على ضغط النفقات وتوفير المال اللازم من مصادر أموال الفاسدين لزيادة الرواتب والأجور بما يتناسب وارتفاع الأسعار.

نعاس النهار يدل على أعراض الإصابة بالزهايمر

وكالات

يميل الناس الذين يشكون من النعاس المفرط إلى الإصابة بمرض الزهايمر أكثر بثلاث مرات من أولئك الذين نادراً ما يشعرون بالنعاس أثناء النهار.

وقال باحثون في جامعة «جونز هوبكنز» إن النعاس أثناء النهار لدى كبار السن قد يكون أحد أعراض مرض الزهايمر. إضافة إلى ذلك، وجد العلماء أدلة على أن النوم السيئ في الليل يؤدي إلى العرق.

وقال الأستاذ المساعد في قسم الصحة العقلية والنشاط العقلي والتمارين بلومبرغ للصحة العامة، آدم سير، إن العوامل مثل النشاط العقلي والتمارين والنظام الغذائي عوامل مهمة للوقاية من مرض الزهايمر، ويمكننا أن نضيف إلى هذا النوم الصحي.

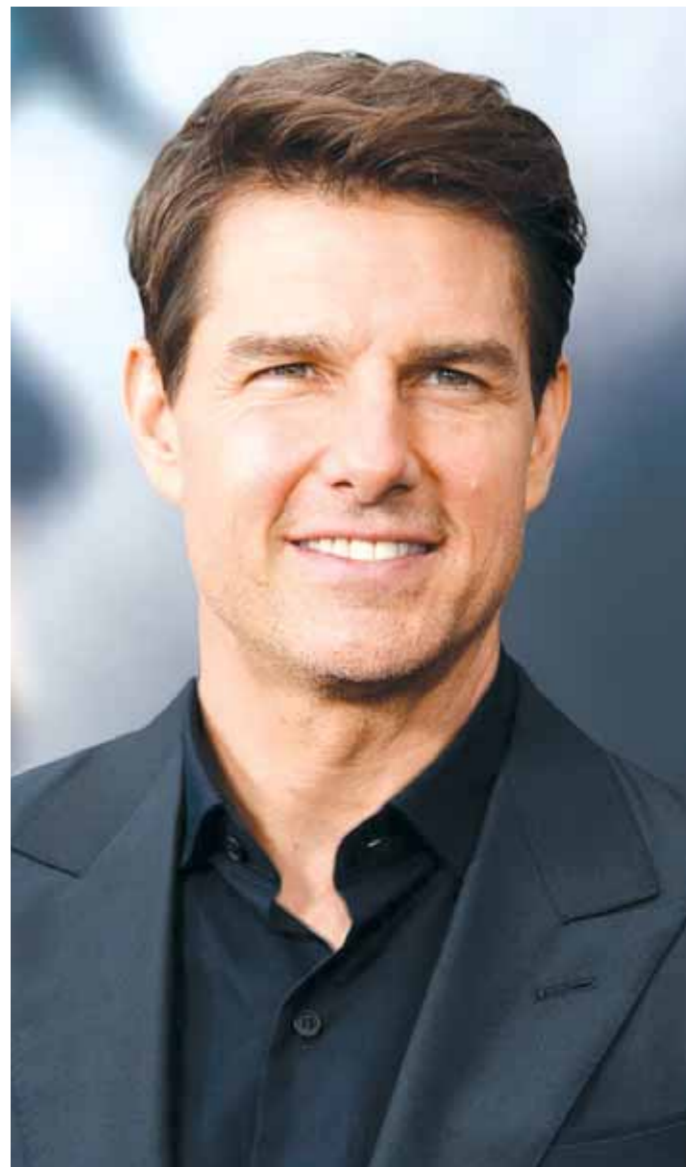
وتجدر الإشارة إلى أن العلماء قاموا بدراسات على الآلاف من المتطوعين منذ عام ١٩٥٨ ليصلوا إلى هذه النتيجة، وخضع الناس في سنوات مختلفة للفحص الطبي والاختبار.

وقال الخبراء إن الأشخاص الذين يشكون من النعاس المفرط، ويميلون للإصابة بمرض الزهايمر أكثر بثلاث مرات من أولئك الذين نادراً ما يشعرون بالنعاس أثناء النهار.

حقق فيلم Mission: Impossible Fallout للممثل الأميركي توم كروز، الذي يعتبر الجزء السادس من سلسلة أفلام «مهمة مستحيلة» أكثر من ٧٥٠ مليون دولار حتى الآن.

وجمع الفيلم في أميركا الشمالية ما يقارب الـ ٢٥٠ مليون دولار، وفي الأسواق الدولية أكثر من ٤٢٥ مليون دولار.

توم كروز يقترب من مليار دولار



وكالات

حقق فيلم Mission: Impossible Fallout للممثل الأميركي توم كروز، الذي يعتبر الجزء السادس من سلسلة أفلام «مهمة مستحيلة» أكثر من ٧٥٠ مليون دولار حتى الآن. وجمع الفيلم في أميركا الشمالية ما يقارب الـ ٢٥٠ مليون دولار، وفي الأسواق الدولية أكثر من ٤٢٥ مليون دولار.

لغة الجسد تكشف عدم إعجاب الآخرين بك

وكالات

هناك سلوكيات محددة في لغة الجسد لا نستطيع السيطرة عليها، تكشف ما نحب وما نكره، في حال معرفة كيفية تفسيرها.

وكشف جو نافارو، وهو موظف سابق في مكتب التحقيقات الفدرالي وخبير لغة الجسد عن أدلة بسيطة تؤكد أن زميلك في العمل أو الأشخاص من حولك ليسوا معجبين بك.

وتحدث العلامة الأولى بشكل لا شعوري عند اتصال الأعين، حيث قال نافارو إن حدقات الأعين تنقلص أو تنقبض عندما ترى أشياء أو أشخاصاً لا نحبهم، وتتوسع عند رؤية شخص محب بالنسبة لنا، ولا يمكننا السيطرة على ذلك.

وعلى الرغم من أن الأعين تحمل السلوك الوحيد الخارج عن سيطرتنا، إلا أنه يمكن لأقدامنا التعبير عن مشاعرنا السلبية أيضاً.

وأوضح قائلاً: «نادراً ما نتحكم بأقدامنا عندما نرى شخصاً تواجهه مشاكل. ويمكن أن ننظر إليه بأبد، ولكن أقدامنا ستصرف وفقاً للغريزة».

ويحدث هذا الموقف عندما ينظر إليك شخص ما في الوجه، ولكن أقدامه وجذعه يتحركان بعيداً عنك، ويعرف بأنه إنكار «بطني» ويشير إلى عدم الراحة.

وفي حال كانت الأعين والأقدام غير كافية، فهناك أدلة أخرى قد تشير إلى وجود مشكلة بينك وبين شخص آخر. ويقول نافارو إن الضغط على الشفاه وتحريك اللسان على الخد ولمس الرقبة، وخاصة عند مقدمة العنق، كلها علامات تشير إلى عدم الإعجاب.

ومن المثير للاهتمام أن العلامة التي يُعتقد أنها الأكثر شيوعاً في مجال عدم الإعجاب، وهي ربط الذراعين مع بعضهما عند الصدر، تأتي عبارة عن مجرد «سلوك مريح ذاتي» ولا ينبغي تفسيرها أنها سلبية.

وكالات

كشفت وسائل إعلام أجنبية أن إجمالي إيرادات الجولة الغنائية الصيفية الأخيرة للنجمة سيلين ديون بلغت نحو ٥٦ مليون دولار.

فقد أحتت أكثر من ٢٢ حفلاً غنائياً في آسيا وأستراليا ونيوزيلندا، وتم بيع ٢٥٠ ألف تذكرة.

وكالات

بحث علماء من اليابان في العلاقة المتبادلة بين الراحة الكافية ورد فعل الجسم، واستنتجوا أن قلة النوم قد تؤدي إلى الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكري وأمراض الكبد.

وتفيد مجلة طبية بأنه خلال التجارب التي أجراها الباحثون على مجموعتين من الفئران المخبرية، حرمت المجموعة الأولى من النوم ليلاً مدة ست ساعات، والمجموعة الثانية كانت تنام طبيعياً. وقد كانت فئران المجموعتين تتغذى جيداً.

وأشار العلماء إلى أن مستوى السكر ارتفع لدى فئران المجموعة الأولى خلال التجربة، ما أثر في هرمون الأنسولين وزاد من خطر الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكري.

علاوة على هذا، أشار الباحثون إلى أن الفئران بدأت تأكل كثيراً ولم تعد تتحكم بالكمية التي تأكلها، وكانت النتيجة ظهور علامات اضطراب عملية الأيض وظهور خطر السمنة وأمراض الكبد.

وكالات

خطر جديد لقلة النوم

سيلين ديون تقاضي مبلغاً خيالياً



خطر جديد لقلة النوم

بحث علماء من اليابان في العلاقة المتبادلة بين الراحة الكافية ورد فعل الجسم، واستنتجوا أن قلة النوم قد تؤدي إلى الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكري وأمراض الكبد.

وتفيد مجلة طبية بأنه خلال التجارب التي أجراها الباحثون على مجموعتين من الفئران المخبرية، حرمت المجموعة الأولى من النوم ليلاً مدة ست ساعات، والمجموعة الثانية كانت تنام طبيعياً. وقد كانت فئران المجموعتين تتغذى جيداً.

وأشار العلماء إلى أن مستوى السكر ارتفع لدى فئران المجموعة الأولى خلال التجربة، ما أثر في هرمون الأنسولين وزاد من خطر الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكري.

علاوة على هذا، أشار الباحثون إلى أن الفئران بدأت تأكل كثيراً ولم تعد تتحكم بالكمية التي تأكلها، وكانت النتيجة ظهور علامات اضطراب عملية الأيض وظهور خطر السمنة وأمراض الكبد.

وهم خاطئ عن الحليب

وكالات

سرى اعتقاد لقرون طويلة حول العالم بأن شرب الحليب لا يتناسب مع البرد، ولذلك يحرض كثر على تقادي السائل المغذي حين يصابون بالنزلة الشبيهة، لكن طبيبياً متخصصاً نبه إلى أن هذا الرأي الشائع مجرد خرافة.

وقال الطبيب والباحث في مستشفى «هامبتون» في بريطانيا بلقور لن: إن عدم شرب الحليب قد يجرم الإنسان من منافع كثيرة خصوصاً في حالة الأطفال الذين يحتاجون إلى السائل الحيوي، وأضاف: إن العلم لا يؤكد أي صلة بين شرب الحليب وإنتاج الإنسان للمخاط الذي يتحول إلى أمر مزعج في حلق الإنسان، ولا سيما حين يصاب ببعض الأمراض العابرة.

وأوردت مجلة «ساينس آرت» أن أصل هذه المغالطة يعود إلى القرن الثاني عشر، حين روجها رجال دين، وخلال أربعينيات القرن العشرين، رسخ كتاب مفير هذا الاعتقاد حين تحدث طبيب الأطفال الأميركي الراحل بنجامان سيوك عن مضار تداعيات السائل الحيوي.

ولفت لن إلى أن شرب الحليب يؤدي مفعولاً يختلف عما هو شائع، إذ يساعد جسم الإنسان فقط على إفراز المخاط، حتى وإن كان بعض من يشربون السائل المغذي يشعرون بأن لعابهم قد صار أقل وأكثر صعوبة عند الابتلاع.

ولا تقتصر خرافات الحليب على هذا الجانب، فوفقاً لدراسة أجريت في أستراليا، يعتقد نصف من يشربون الحليب أنه يؤدي إلى زيادة إنتاج المخاط في الإنسان ومن ثم فإنه يؤدي إلى تكاثف البلغم، أما في رأي مفير آخر فيربط البعض بين شرب الحليب والإصابة بالربو.