

## بسام كوسا: دعوة للاستثمار في الدراما



الوطن

أكد الممثل السوري النجم بسام كوسا في حوار مفتوح بناه الرواق العربي أن المجتمعات المتقدمة توفر الظروف الموضوعية للاستثمار في طاقات ومواهب أبنائها عبر الاهتمام بالثقافة والفنون التي تعكس مدى حضارة أي أمة ما يستلزم وجود مؤسسات ثقافية احترافية فاعلة تعمل وفق منهجية مدروسة ليكون لديها نتائج مهمة بكل الفنون. وأوضح أن وسائل التواصل الحديثة أدت إلى تغير في سلوك المجتمعات بكل أنحاء العالم ما تسبب بانعقافات في آليات التفكير في كل الفنون. ولفت إلى أن دراسته في كلية الفنون الجميلة ساعدته فيما بعد خلال عمله بمجال التمثيل والقدرة على تشكيل الشخصيات وصياغتها الشكلية والأشغال على تفاصيلها بما يخدم مضمونها، مبيّناً أنه اختار اختصاص النحت بعد سنتين من الدراسة التحضيرية في الكلية ليشارك بعد تخرجه في المعرض الجماعي الوحيد الذي كان تحية للتشكيلي الراحل ميلاد الشايب. ودعا كوسا إلى الاستثمار في الدراما التلفزيونية لأنه يدر أرباحاً كبيرة على المنتجين وشركات الإنتاج ويعكس على أجور العاملين في هذه المهنة بصورة تتناسب مع حجم هذه الأرباح، مبيّناً أن الأجور الجيدة ليست حكراً على الفنانين النجوم بل يجب أن يحظى بها كل الممثلين لتتلاءم مع حجم جهودهم في إنجاح هذه الأعمال.

## عائلة حنا مينة تتسلم تكريم الإسكندرية

الوطن

يستقبل وزير الثقافة محمد أحمد عائلة الكاتب السوري الكبير حنا مينة، لتسليمهم درع التكريم الذي قدمه مهرجان الإسكندرية السينمائي في دورته الرابعة والثلاثين لأيقونة الأدب السوري، وذلك في الثانية عشرة من ظهر اليوم في مبنى الوزارة.

## غداً معرض كتاب الطفل في مكتبة الأسد

الوطن

تطلق عند الساعة السادسة من مساء غد، فعاليات معرض كتاب الطفل الأول في رحاب مكتبة الأسد الوطنية في دمشق. المعرض الذي يعتبر الأول من نوعه محلياً تقيمه وزارة الثقافة تحت عنوان «طفل يقرأ مجتمع يبني» وسط مشاركة ثلاثين داراً ومؤسسة نشر سورية وعربية التي ستقدم لزوار المعرض إصداراتها المتخصصة للأطفال من كتب متنوعة وخصص ومجلات والعاب تعليمية ومواد سمعية وبصرية. ولا يقتصر المعرض الذي تستمر فعالياته ٨ أيام على الكتب بل سيضم فعاليات يومية متنوعة وموجهة للأطفال تقام في مكتبة الأسد من ورشات حول الرسم والسرد القصصي والمسرح والسنيما وإعلام أدب الأطفال إضافة إلى عرض أفلام للصغار ولقاءات مع فنانين مشهورين وحفلات موسيقية.

## المشاركة في الماراتون فخر لنا



الوطن

من مشاركة الفنان علي سكر في ماراتون سورية السلام الذي أقامه الاتحاد الرياضي العام بالتعاون مع شركة سيريتل ٢١ أيلول.



## من دفتر الوطن

### أحلام وكواييس..!

عصام داري

رأيت فيما يرى النائم أن وزير الاتصالات يلاحق العباد بعصا غليظة، ويهددهم بوضع أقفال على أفواههم، أو عدادات تسجل عدد الكلمات التي ينطقون بها عبر مواقع التواصل الاجتماعي كالواتس والفيس وأشقائهما.

سألت السيد الوزير عما يزعه فقال: يظهر أننا دللنا الناس كثيراً، فهم منذ اختراع الواتس والفايبر والماسينجر وغيرها يتحدثون مع كل أرجاء العالم بالمجان، وبصراحة وزارتنا ستعلن إفلاسها، لذا ستصبح هذه الخدمات مأجورة شأنها في ذلك شأن العديد من دول الخليج!

والله مع حق، والمواطن السوري على استعداد تام لمساواته بأهل الخليج، وعليه فعلى وزير المال أن «يبحيح» الأجور والرواتب لتتناسب مع أجور ورواتب دبي والشارقة والعين، وعين الحسود فيها عود! غضب معاليه وقال لي: هذا ليس من شأنني، عليك بوزير المال.

بحث عن وزير المال «بسراج وقتيلة» كما يقولون فلم أعثر عليه، وقيل لي إنه في «كهف المسحور» منكب على إعداد جداول جديدة «لتعديل» الضرائب المفروضة على المواطنين، وعلى فكرة فسورية هي الدولة الوحيدة التي تستخدم كلمة «تعديل» عند نيتها رفع أسعار سلعة ما، ولا أدري اليوم ما «التعديلات» الجديدة التي ستفرض على المواطنين، وهل هناك سلعة لم يرتفع سعرها عشرة أضعاف عما كانت عليه قبل سبع سنوات، وهل بعد هذا الارتفاع الفلكي والضرائب المباشرة وغير المباشرة من ضرائب جديدة؟ ومن أين يدفع المغترون في الأرض؟

من الطبيعي أن يبحث «خازن بيت المسلمين» عن مداخل جديدة لغرض ضرائب «مبتكرة» على المواطنين، وذلك لتحقيق هدفين: الأول رفد خزائن الدولة بمزيد من الأموال لزوم تحسين معيشة المواطن!! أما الهدف الثاني فهو تحسين دخل خازن بيت مال المسلمين، وبالقانون، لأن كل ضريبة يفرضها على العباد يأخذ نسبة مئوية منها!

المهم، عند خروجي من «الكهف المسحور» كان وزير الاتصالات بعصاه الغليظة ينتظرني بفارغ الصبر، فرفع عصاه وقال غاضباً: ادفع بالتي هي أحسن، ولأنني لا أمك كي أدفع، فأطلقت قلمي للريح، وفجأة تعثرت بأحد المطبات الرقيقة الموزعة في شوارعنا العائمة، فسقطت في بحيرة تحت نفق ساحة الأمويين، وصرخت بأعلى صوتي: أنقذونا.

في هذه اللحظة استيقظت من النوم أرتجف رعباً، فطلبت «طاسة الرعية» وعدت إلى النوم لأجد وزير التموين وحماية التجار، عفواً حماية المستهلك بانتظاري الذي سألتني عن سبب غضبي وحقدني على موظفي وزارته، فقلت له: ليس غضباً، إنه عتاب، قال: ولماذا العتب؟ ألم تسمع أغنية فيروز التي تقول فيها: حاجي تعاتبني يست من العتاب؟ قلت: إنهم يتقاضون من صغار الباعة رشوة تحميهم من المخالفات.

فشكا الوزير حتى كانت تنهمر الدموع من عيني، وقال: أنت تعرف أن رواتب الموظفين لا تكفيهم ثمن خبز أولادهم، لذا فهم يسعون إلى تحسين دخلهم، فوافقته الرأي تماماً، لكن على أن الرواتب لا تكفي الموظف الشريف طبعاً، وطلبت منه تعليمي طريقة الإثراء غير المشروع، فريماً تعيش يوماً واحداً فوق خط الفقر، فقال ضاحكاً راحت عليك، فالفساد يبدأ باكراً، وأنت تجاوزت سن الرشداً!

## كشفت فائدة صحية

### عظيمة للقراءة

وكالات

أكد باحثون من جامعة بيل في الولايات المتحدة أن الناس الذين يقرأون الكتب يعيشون أطول مقارنة بالذين يهملون القراءة. وتوصل العلماء إلى هذا الاستنتاج بعد حصولهم على نتائج تجريبية استمرت ١٢ سنة، بينت أن قراءة الكتب وسيلة فعالة في مقاومة الإجهاد والقلق. ووفقاً للتعليقات الجديدة، يمكن للكتب تخفيض القلق بنسبة ٦٨ بالمائة كوسيلة مهدئة للجهاز العصبي ومفعولها أفضل من التجوال في الهواء الطلق، كما أن قراءة الكتب تحمي من عدد من الأمراض التي تصيب الجهاز العصبي المركزي، حيث إن الإجهاد هو السبب في ٤٠ بالمائة من حالات السكتة القلبية والحلقة الدماغية. وإضافة إلى أنها تقلل من احتمال المعاناة من اضطرابات أمراض الأوعية الدموية التي تهدد الحياة، فإن القراءة تحافظ على الدماغ في حالة العمل.

وقد تأكد أن كبار السن الذين يقرأون يحافظون على قدراتهم الفكرية فترة أطول مقارنة بأقرانهم الذين يهملون القراءة. ومع اعتبار مجموعة الفوائد الصحية التي توفرها القراءة، لخص الخبراء نتائجهم بالقول إن القراءة يمكن أن تطيل حياة الناس. والذين يقرأون أكثر من نصف ساعة (بمعدل ٢١٠ دقائق) في الأسبوع هم أقل عرضة للموت قبل الأوان بنسبة ٢٣ بالمائة.

## ميريام فارس تحتفل بـ ١٥ عاماً



وكالات

احتفلت الفنانة اللبنانية ميريام فارس مع الجمهور بمرور ١٥ سنة من بدء عملها الفني والتجارات المتتالية. وكتبت: «من ١٥ سنة ليل لحظة كنتوا لإي الدعم والتجاح والاستمرارية، وبالفترة الأخيرة شاركتوني الحلوة والمرّة، بشكرهم من كل قلبي وبطلب من ربي يقدرني بكل رسالتي بأي أجمع كل الوطن العربي بفتي... بجبكن كثير..»

## قروءه ترجم رجلاً حتى الموت

وكالات

أفادت صحيفة «Times of India» أن «عصابة من القروء رحمت بالحجارة رجلاً يبلغ من العمر ٧٢ عاماً حتى الموت»، مشيرة إلى أن الرجل المسن كان يجمع الحطب وصافد مجموعة من القروء شرعت حال رؤيتها له في رميه بحجارة وجعت من اطلاق ميني في الجوار. ووفق شقيق الضحية، فقد ألفت «عصابة القروء» نحو ٢٠ قطعة من الحجر على الرجل، أصابته بجروح في الرأس والصدر، وقد توفي في وقت لاحق في المستشفى. ويشكى السكان المحليون من أن القروء قد حولت حياتهم إلى جحيم، على حين يقول خبراء إن مثل هذه الهجمات القاتلة تحدث في جميع أنحاء الهند، مشيرين إلى أن أنواعاً معينة من القروء هي المسؤولة عن مثل هذه الهجمات القاتلة.

## سبب عدم قدرة البعض

### على إنقاص وزنهم

وكالات

وجدت دراسة جديدة السبب الكامن وراء المعاناة من إنقاص الوزن لدى بعض الأشخاص، ويمكن أن يكون هيكل الدماغ المسؤول الأول عن ذلك.

وأظهرت فحوصات الدماغ أن بعض الناس لديهم إشارات أقوى قادمة من منطقة الدماغ، تلعب دوراً في ضبط النفس، ما يجعلهم أكثر نجاحاً في اتباع نظام غذائي محدد. وحتى الآن، تشير معظم الدلائل إلى أن عدم توازن الهرمونات المرتبطة بالرغبة في تناول الطعام، يستحق معظم اليوم فيما يتعلق بفشل إنقاص الوزن، ولكن فريق جامعة McGill في مونتريال، كندا، يقول إن النتائج تضيف سبباً آخر يتمثل في أن نشاط منطقة «السيطرة» في الدماغ، يتخطى هذه الهرمونات، ولكنه يصر على وجود تقنيات علاجية لمساعدة الأشخاص ذوي السيطرة الأضعف في مجال اتباع النظام الصحي. وخضع الباحثون لفحوصات التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي لمناطق الدماغ، بما في ذلك القشرة الأمامية الجبهية الجانبية التي تشارك في التحكم السلوكي، والقشرة البطينية الأمامية الفصائية، التي ترتبط بصنع القرار والرغبة.

وبعد ذلك، أخضع جميع المشاركين لنظام غذائي من أجل فقدان الوزن، اقتصر على ١٢٠٠ سعرة حرارية في اليوم الواحد، وتم عرض صور للأطعمة الشهية، حيث درس الباحثون نشاط الدماغ أثناء النظر إلى الصور. وعندما نظّر الأشخاص إلى صور الغذاء ذي السعرات الحرارية العالية، أصبحت منطقة الدماغ المرتبطة بالرغبة أكثر نشاطاً، كما ظهر في فحص الرنين المغناطيسي الوظيفي. ودرس الباحثون فحوصات أدمغة المشاركين، بعد شهر واحد وكذلك ٣ أشهر.

وعلى مدار الدراسة، انخفضت الإشارات في المناطق المرتبطة بالرغبة بشكل عام، ولكنها انخفضت أكثر لدى الأشخاص الذين كانوا الأكثر نجاحاً في فقدان الوزن. كما ازدادت الإشارات في جزء الدماغ المرتبط بالتحكم الذاتي خلال الفترة الزمنية نفسها.

وقال الدكتور ألان داغر: «ما وجدناه هو أن التحكم في وزن الجسم يعتمد إلى حد كبير على مناطق الدماغ المرتبطة بالتحكم والتنظيم الذاتي». وتمتعت هذه المنطقة من الدماغ بالقدرة على أخذ المعلومات الطويلة الأجل في الاعتبار، مثل الرغبة باتباع النظام الصحي، من أجل السيطرة على الرغبات الفورية». كما درس الباحثون مستويات هرمونين مرتبطين بالشهية: leptin (هرمون الشبع الذي يسبب الشهية)، وghrelin (يزيد الشهية). ووجدوا أن مستوى هرمون ghrelin زادت، على حين انخفضت مستويات leptin، خلال فترة ٣ أشهر. ولكن هذه التغيرات لم يكن لها تأثير في حجم خسارة الوزن لدى المشاركين.

ويقول داغر إن هذا يدل على أن نشاط الدماغ في المناطق المرتبطة بالتحكم والرغبة، وليس الهرمونات، هو الذي يلعب دوراً حاسماً في إنقاص الوزن. ولكنه يضيف إن هناك طرقاً لتغيير بنية الدماغ لتصبح أفضل في ممارسة ضبط النفس.

## نادين الراسي: «حاولت الانتحار بس ما زبظت»



وكالات

كشفت الممثلة اللبنانية أنها وصلت مرحلة متطورة من الاكتئاب واللامبالاة، دفعها للإقدام على الانتحار بكل جرأة، إلا أنها فشلت في ذلك وعقّلت: «كنت عم جرب ريجيم بس ما مشي الحال». وأوضحت بأنها عادت مجدداً بعد الاعتزال بسبب أن الجميع أصبح يتداول اسمها بشكل كثيف.

## طريقة للتخلص

### من التدخين

وكالات

ابتكر خبراء مركز سكريبس دواء يساعد المدخنين على التخلص عن السجائر، باستخدام إنزيم يفك النيكوتين ويقلل الرغبة في التدخين إلى الصفر تقريباً. ويقود موقع Science Advances بأن الخبراء استخدموا طريقة التخلص من الإدمان على النيكوتين بمنعهم من الوصول إلى الدماغ، وتعد هذه الطريقة إحدى الطرق الواعدة لعلاج الإدمان على التدخين. وتمكن العلماء من ابتكار إنزيم NicA2-1، وهو نسخة من إنزيم طبيعي مرتبط بنشاط بكتيريا Pseudomonas putida. حيث اتضح أن هذا الإنزيم يقلل الإدمان على النيكوتين من دون أن يسبب ألماً نفسياً وبأقل الآثار الجانبية. ووفقاً للعلماء، فقد أصبح واضحاً بعد الاختبارات الأولية، أن NicA2-1 يحلل النيكوتين داخل الجسم بصورة كاملة تقريباً، ولا يبقى منه سوى ما يكفي للوقاية من متلازمة الامتناع. ويقول أوليفر جورج، الأستاذ المساعد في معهد سكريبس: «هذه خاصية فريدة لإنزيم NicA2-1، فهو يحلل كمية النيكوتين المتلازمة لتخفيف الرغبة في التدخين ويترك الكمية اللازمة لعدم الشعور بهذه الرغبة». واختبر الباحثون ابتكارهم على الفئران المخبرية بنجاح، والآن يخططون لاختباره على الناس.