

الموت يغيب الفنان أكرم تلاوي



غيب الموت الفنان السوري أكرم تلاوي عصر أمس عن عمر يناهز الـ ٦٣ عاماً بعد إجراء عمل جراحي في القلب. وقدم الراحل أول أدواره التلفزيونية بسلسلة «عز الدين القسام» عام ١٩٨١، شارك خلال مسيرته الفنية بالعديد من العروض المسرحية منها «فرعون لا يشبه الفرعون» و«مقابلة صحفية في بويس آيرس» و«الدم والخطوة».

وفي مجال السينما شارك تلاوي عام ٢٠١٣ في الفيلم القصير «الرجل الذي صنع فيلماً» وفي رصيده العديد من الأعمال التلفزيونية المهمة منها «ليل المسافرين» و«عمر الخيام» و«ليالي الصالحية» و«رجاسا» و«قمر بنتي هاشم» و«الدوايمة» و«تحت المداس».

السجن ١٠ سنوات لرجل سرق ملابس داخلية

أيدت محكمة أمريكية قراراً قضائياً بحبس مدمن مخدرات مشرد، مدة عشر سنوات، إثر سرقته ملابس داخلية من أحد المتاجر في ولاية إيلينوي.

وأشارت المحكمة في قرارها الأخير إلى أنه من غير المناسب تغيير شروط الحكم الصادر بحق، ديفيد لوندني، الذي قام بسرقة ملابس داخلية لا تتجاوز قيمتها الفعلية ٥٠ دولاراً أميركياً في عام ٢٠١٥. وصدر الحكم الأولي على السارق استناداً إلى حبسه ستة واحة مقابل كل ٣,٣٣ دولارات من مجمل قيمة الملابس الداخلية التي سرقها، أي ١٠ سنوات لسرقته ملابس قيمتها ٣٣ دولاراً. واستناداً إلى ما سبق، يرى حقوقيون أمريكيون أن الحكم الصادر لا يتناسب أيداً مع الجرم الذي أقدم عليه لوندني، وأن المحكمة عاقبت الرجل على تعاطيه المخدرات وعلى حالته المشردة، أكثر من معاقبته على جريمة السرقة بحد ذاتها. وجرت الحادثة عندما دخل لوندني إلى متجر في ولاية إيلينوي الأمريكية، محاولاً وضع ملابس داخلية في حقيبته الصغيرة، لتلاحظ إحدى البائعات ما يحدث وتسارع لمواجهة السارق. وحسب ما ورد في تقرير منظمة حقوقية، فإن لوندني رد بسحب سكين أمام البائعة محذراً إياها من الاقتراب ومهدداً بقتلها، على حين ألقى القبض على الرجل في الليلة نفسها. ولكن تصريح البائعة يتناقض مع ما نشر عن الحادثة، حيث أكدت لاحقاً أن سلوك الرجل لم يكن مزعجاً بالنسبة لها، كما أشارت زميلتها إلى أن تصرف لوندني لم يشعرها بالخوف أو القلق على حياة البائعة.

سلاح روسي جديد يخترق الجدران

صنعت روسيا بندقية رشاشة جديدة بإمكانها اختراق الجدران وإصابة الهدف بدقة. وذكرت وكالة «سبوتنيك»، أن البندقية الرشاشة التي أطلق عليها اسم «شاك ١٢» صنعت خصيصاً لقوات العمليات الخاصة بمكافحة الإرهاب وبإمكان رصاصاتها التي يبلغ عيارها «١٢,٧» ميلليمتراً وتزن الواحدة منها ٣٣ غراماً أن تخترق الجدران وتصيب الهدف.

روعة ياسين في «ناس من ورق»



الوطن (ت: طارق السعدوني)

المثلة السورية النجمة روعة ياسين خلال المؤتمر الصحفي لإطلاق مسلسل «ناس من ورق» من تأليف أسامة كوكش وإخراج وائل رمضان، وتؤدي فيه أحد أدوار البطولة.

من دفتر الوطن

تلاشي الطبقة الوسطى

حسن م. يوسف



«صمام أمان المجتمعات» هكذا يصف الباحثون والمفكرون الطبقة الوسطى، فنسبة أفراد هذه الطبقة في المجتمع تنعكس بشكل مباشر على طبيعة ذلك المجتمع من حيث الاعتدال وسيادة الأمن والأمان. وتنبع أهمية الطبقة الوسطى من حيث كونها الأكثر مقدرة على المشاركة في مسؤولية بناء الدولة، ومراقبة أداء السلطة التنفيذية، ومحاسبتها عند اللزوم. فعندما ينفلت جشع التجار وينتشر الغلاء الفاحش، كما في أيامنا هذه، قد تنكش الطبقة الوسطى حد التلاشي وقد تبرز طبقات جديدة أعلاها تدعى طبقة «أغنياء الأغنياء» وأدناها طبقة «فقراء الفقراء».

وقد وقعت قبل أيام على دراسة مهمة عن واقع الطبقة الوسطى في العالم، للباحثين وولفغانغ فانتلغر والخبير في البنك الدولي، وهومي هراس الخبير الاقتصادي.

يرى الباحثان أن عدد أفراد الطبقة الوسطى في العالم كان في بداية القرن العشرين نحو ٩٠ مليون فرد، لكن هذه الطبقة نمت بسرعة متزايدة لتصل اليوم إلى نحو ٣.٣ مليارات شخص، أي نصف البشرية! وتشير الدراسة إلى أن «الطبقة الوسطى تسير في اتجاه الوصول إلى أربعة مليارات بحلول العام ٢٠٢٦، وخمسة مليارات بحلول سنة ٢٠٢٧، وهو ما يمثل ٦٠ بالمئة من مجموع سكان العالم».

يقسم الباحثان المجتمع المعاصر إلى أربع مجموعات، حسب الدخل: ما تحت خط الفقر، وضعفاء الدخل، والطبقة الوسطى، والأغنياء. ولأن أكثر الأرقام المرجحة التي جاؤوا على ذكرها في دراستهم لأنها تضع معظم السوريين تحت خط الفقر! المهم هو أنهم يركزون على أهمية الطبقة الوسطى في المجتمع ويفسوفونها بأنها «الطبقة المستهلكة» التي يحرك طلبها للسلع والخدمات أغلب الاقتصادات في العالم.

يذكر الباحثان وولفغانغ فانتلغر، وهومي هراس، أن المجتمع الدولي عازم على وضع حد للفقر المدقع بحلول العام ٢٠٣٠، بحيث يصبح أكثر من ٩٠ بالمئة من سكان العالم ينتمون إلى شريحة ضعفاء الدخل والطبقة الوسطى. فالطبقة الوسطى العالمية تنمو، على حد قولهما، بسرعة غير مسبوقة، ففي كل ثانية يدخل خمسة أشخاص جدد إلى الطبقة الوسطى، ويتناقص عدد من هم تحت خط الفقر بنسبة مماثلة.

يرى الباحثان أن استهلاك الطبقة الوسطى يبلغ قرابة ٣٧ ترليون دولار في العام، وهذا ما يجعلها المساهم الأكبر في النمو العالمي، ويستنتجان أن «صعود الطبقة الوسطى ظاهرة آسيوية في الغالب، ذلك لأن ٨٧ بالمئة من المليار المقبل من الداخلين إلى الطبقة الوسطى سيكونون من الآسيويين». يخلص الباحثان إلى أن الطبقة الوسطى تبلغ ٩٠ بالمئة من السكان في السويد والدانمرك واليابان، ويصفانها بأنها «قلب العالم والدينامو الذي يحرك اقتصاداته»، لكن هذه الطبقة برأيهما تصبح «مصدر قلق وتهديد وعدم استقرار» عندما يشعر أبنائها «بغيباب العدالة الاجتماعية وضعف اهتمام السلطات بحقوقهم ومتطلباتهم».

صحيح أن «نمو الطبقة الوسطى ظاهرة آسيوية» كما يقول الباحثان فانتلغر وهراس، إلا أن من يراقب واقع الحال عندنا يستطيع أن يلاحظ بوضوح أن بلدنا، الذي يقع في غرب آسيا، يحصل فيه العكس (!) فالطبقة الوسطى التي كانت عندنا في أواسط القرن الماضي تمثل ٨٠ بالمئة من السوريين ثلاثت لتصبح أقل من ١٠ بالمئة، وأنا أجزم بأن هذا هو ما أوصلنا إلى حالة الاستعصاء الراهنة، فالطبقة الوسطى تمثل العنود الفقري لأي مجتمع، ومن دونها لا يستطيع أن ينهض ولا أن يتقدم لأخذ مكانه تحت الشمس.

أنتذروا الطبقة الوسطى!

السمنة قد تطيل

العمر

وكالات

توصلت دراسة إلى أن الأشخاص الذين يعانون قصوراً في وظائف القلب ويعانون السمنة المفرطة قد يعيشون عمراً أطول، مقارنة بالأشخاص النحفاء. وتعد الدراسة التي أجريت على أكثر من ٣,٥٠٠ مريض بفشل القلب، أحدث دراسة تتنظر فيما يسمى «مفارقة البداية»، حيث يشير المصطلح إلى نمط محير لاحظته الباحثون منذ سنوات، وهي أن المرضى البدناء المصابين بأمراض القلب يميلون إلى البقاء فترة أطول من نظرائهم الذين يتمتعون بوزن طبيعي. وقال الدكتور جريج فونارو أستاذ أمراض القلب في جامعة «كاليفورنيا» في الولايات المتحدة «لقد لاحظت هذا على الدوام في دراسات كثيرة، لكن الأليات التي تسهم في هذا التناقض ما زالت موضع نقاش، ويطلق على هذا النمط «المفارقة» لأن السمنة تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب في المقام الأول، وأضاف فوناروف: «لذلك ليس واضحاً، لماذا يرتبط ذلك ببقاء أفضل من تطور المرض».

وبشكل عام، وجدت الدراسة أن المرضى الأكثر وزناً يميلون إلى إظهار تدهور أقل في بنية ووظيفة غرف الضخ الرئيسية في القلب، كما لوحظ أعلى معدل للبقاء على قيد الحياة بين المرضى الذين يعانون السمنة والسمنة المفرطة، مقارنة بالأشخاص الذين يتمتعون بصحة أفضل. وتشمل عدم معاناة من ضغط دم مرتفع، أو ارتفاع في نسبة الكوليسترول أو مستويات الدم غير طبيعية.

وقد وجد أنه من بين هؤلاء المرضى، مازال أكثر من ٧٩ بالمئة على قيد الحياة بعد ٣ سنوات، مقارنة مع ٦٤ بالمئة من المرضى ذوي الوزن الطبيعي ممن يتمتعون بصحة أفضل.

ليوناردو يتبرع بـ ١٠٠ مليون دولار



إيطاليا تقرم «فيسبوك»

أعلنت سلطة مكافحة الاحتكار الإيطالية أنها فرضت غرامة قدرها عشرة ملايين يورو على موقع «فيسبوك»، متهمَةً إياه ببيع بيانات مستخدميه من دون إبلاغهم بشكل صحيح، موضحة أن عملاق الانترنت يحث المستخدمين بشكل خادع على أن يتسجلوا على منصة فيسبوك، من دون أن يبلغهم على الفور وبطريقة ملائمة، في مرحلة فتح حساب، بالأنشطة المرعبة لأغراض تجارية، وبالبيانات التي قدموها.

واتهمت السلطة، من جهة أخرى، الموقع بأنه لا يحدد بوضوح الغاية المرعبة الكامنة وراء تقديم خدمات الشبكة الاجتماعية، ويؤكد بشدة أنها مجانية فقط.

اكتشاف مفتاح تجنب

الوفاة المبكرة

وكالات

يقول باحثون إسبان إن القدرة على صعود أربع مجموعات من السلالم من دون توقف، هي مفتاح تجنب الموت المبكر. واختر الباحثون النظرية على حوالي ١٣ ألف شخص، ووجدوا أن الأشخاص الذين واجهوا مشاكل في صعود السلالم، كانوا أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب بنحو ٣ مرات، وأكثر عرضة للإصابة بالوفاة مرتين بسبب السرطان. وتدعي الدراسة أن النتائج توفر دليلاً إضافياً على فوائد التمرين واللياقة البدنية، بالنسبة للصحة وطول العمر. وإضافة إلى الحفاظ على وزن الجسم، فإن النشاط البدني له تأثيرات إيجابية على ضغط الدم والدهون ويقلل من الالتهاب، كما يحسن من استجابة الجهاز المناعي للأورام.

وقام باحثو مستشفى «Corua» الجامعي في فالنسيا، بتحليل حالات الأشخاص المصابين بمرض الشريان التاجي. وطلب من المشاركين المشي أو الركض على جهاز المشي، وزيادة شدته تدريجياً حتى يصلوا إلى نقطة الإرهاق. وأثناء ممارسة التمرين الرياضي، تم ربط المشاركين بجهاز تخليط القلب الذي يستخدم الموجات الصوتية لإنشاء صور متحركة للقلب، تظهر حجمه وشكله، وكذلك مدى جودة عمل صمامات القلب.

وخلال الدراسة، توفي ١٢٥٣ من المشاركين جراء الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، و٦٧٠ بسبب السرطان ٦٥٠ لأسباب أخرى.

وبعد تعديل العوامل بما في ذلك العمر والجنس، ارتبط كل مقياس تحقّق خلال الاختبار بانخفاض خطر الوفاة، بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية أو السرطان، بنسبة ٩ بالمئة.

وكان خطر الوفاة بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية أعلى ٣ مرات تقريباً، بين المشاركين الذين يعانون ضعف القدرة الوظيفية.

كما كانت الوفيات غير المرتبطة بالأمراض القلبية وغير السرطانية، أعلى بثلاث مرات تقريباً لدى أولئك الذين يعانون من ضعف الأداء، مقارنة بالقدرة الوظيفية الجيدة.

وتوصي الجمعية الأوروبية لأمراض القلب، بما لا يقل عن ١٥٠ دقيقة من النشاط البدني المعتدل للأوروبيين في الأسبوع، أو ٧٥ دقيقة من النشاط البدني القوي أسبوعياً.

تايلور سويفت تتصدر إحصاءات Billboard



وكالات

تصدرت المغنية الأميركية تايلور سويفت، قائمة مجلة Billboard الأميركية لعام ٢٠١٨ بعد النجاح الكبير الذي حققه ألبومها الأخير Reputation. وتعد هذه المرة الثالثة التي تتصدر فيها اللائحة حيث احتلت المرتبة الأولى أيضاً في عام ٢٠٠٩ بألبوم Fearless وعام ٢٠١٥ بألبوم ١٩٨٩.

مشروب صباحي

يحصن جسمك

بفيتامين «د»

وكالات

يتناقص مستوى فيتامين «د» في جسم الإنسان في الأغلب، حين يحل فصل الشتاء، ففي هذه الفترة من السنة يصبح اليوم قصيراً وتغيب الشمس مبكراً. ولتغذية نقص فيتامين «د» الذي يحتاجه الجسم، ينصح الخبراء بإضافة يهون إلى الإفطار، ما يبقى الجسم عدياً من الاضطرابات الصحية. ويوصي الخبراء بشرب عصير البرتقال، لكن شريطة أن يكون من النوع الذي أضيف إليه فيتامين «د». وتقول هيئة الخدمات الصحية الوطنية في بريطانيا: إن فيتامين «د» ضروري لأجل الحفاظ على صحة العظام والعظام والأسنان. وإذ لا يملك الإنسان نصيباً كافياً من فيتامين «د»، فإنه يصعب معرضاً لهشاشة العظام أو لين العظام أو الكساح. ويحتوي عصير البرتقال العادي على فيتامين «د»، لكن الكوب الواحد لا يضم سوى ثلث ما يحتاجه الإنسان من المادة المهمة. إضافة إلى ذلك، يمكن أخذ جرعات من فيتامين «د» من خلال تناول بعض الأغذية الصحية، كاللحم والسلم وصغار البيض، وعلى الرغم من تناول هذه الأطعمة، يظل من الصعب أن يتناول الإنسان حاجته من فيتامين «د» عن طريق الأكل، ولذلك، ينصح بتناول مكملات غذائية بصورة منتظمة.