الوطن

عينٌ على الوطن...

سورية يومية سياسية مستقلة

الخميس ٢٦ أيلول ٢٠١٩ | الموافق ٢٧ المحرم ١٤٤١ هـ | العدد ٣٢٣٨ السنة الثالثة عشرة | **الناشر** | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع | www.alwatan.sy | Al-Watan | Daily Syrian Independent Political Newspaper | September 26, 2019 | No. 3238 | 13th year

الأحد ندوة تكريمية للفنانة سميرة توفيق

| الوطن

تقيم وزارة الثقافة ندوة تكريمية للفنانة اللبنانية سميرة توفيق تتضمن أهم محاضرة عن المحطات في مسيرتها الفنية، ومعرضاً أرشيفياً عن مسيرتها الفنية الحافلة من أرشيف الباحث محمد المصري، إضافة إلى أمسية فنية بقيادة الفنان الموسيقي وضاح رجب باشا، بإشراف مديرة التراث الشعبي أحلام الترك.

ويتضمن برنامج الحفل أغاني من الرصيد الكبير لسميرة توفيق تؤديها المطربة صبا الجمال.

ينطلق المعرض في الخامسة والنصف من مساء الأحد المقبل ويستمر لأسبوع، يليه المحاضرة والأمسية الموسيقية في السادسة في قاعة المحاضرات في المركز الثقافي العربي في أبو رمانة.

تناول الأدوية مع مواد غذائية قد يشكل خطراً

| وكالات

أعلن أندريه كوندراخين، عضو الجمعية الطبية العلمية الروسية للأطباء المعالجين، أن هناك مجموعة من المواد الغذائية لا يمكن أن يتناولها المرضى الذين يتناولون أنواعا معينة من الأدوية.

وأشار إلى أنه عند تناول الأسبيرين أو إيبوبروفين، يجب الامتناع عن تناول التوت البري، لأن هذه الثمرة تحتوي على حمض الساليسيليك الطبيعي، حيث إن الجمع بين المادتين يؤدي إلى حدوث نزف داخلي.

كما ينصح الطبيب بالامتناع عن تناول الحليب خلال فترة العلاج. لأن الحليب يحتوي على نسبة عالية من الكالسيوم، الذي يمكن أن يتفاعل مع الأدوية وترسبه على شكل أملاح، ما يقلل من الكمية التي يحتاجها الجسم من المادة العلاجية الموجودة في الدواء. وهذا يشمل بصورة خاصة المضادات الحيوية.

ويشير الطبيب إلى أنه لا ينصح بتناول السبانخ والبروكلي والخس عند تناول أدوية تخفيف كثافة الدم. كما لا ينصح بأكل البنجر عند تناول أدوية تخفيض ضغط الدم. لأن البنجر يضاعف من مفعول هذه الأدوية. أما تناول الجبن مع أدوية علاج الأمراض النفسية، فقد يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم وتشنجات عضلية شديدة.

الموسيقا السريعة تزيد حوادث السير

| وكالات

كشفت دراسة أن الاستماع للموسيقا السريعة قد يكون سبباً في زيادة حوادث السير وركزت الدراسة على تلك الأغاني التي يناهز إيقاعها الـ١٢٠ نبضة في الدقيقة.

وحملت الدراسة عنوان «تأثير الاستماع على الحالة الفسيولوجية وعبء العمل العقلي والسلوك مع مراعاة مزاج السائق»، ونشرت الشهر الماضي. وخلصت إلى أن الموسيقا التي تزيد عن ١٢٠ نبضة في الدقيقة تجعل القيادة أكثر خطورة.

وأوضحت مجلة «تراكس» الفرنسية المتخصصة في الموسيقا الإلكترونية أن الدراسة أجريت على موسيقا الروك وليس الإلكترونية لكنها تطرح تساؤلات حقيقية حول تأثير الموسيقا على السائق.

عماد رمال يطلق «يا مجنونة»

| الوطن

أطلق الفنان السوري عماد رمال أغنية جديدة بعنوان «يا مجنونة» من كلمات محمد نكوزي وألحان أحمد عقاد وتوزيع مأمون شمدين.

من دفتر الوطن

الاتجار الإنساني بالأطفال!

فرنسا- فراس عزيز ديب

«نيال اللي ماعندو كرامة». عبارةٌ ينسبها أهلنا في جبل العرب الأشمّ إلى قائدِ الثورةِ السورية سلطان باشا الأطرش.

عبارةٌ على بساطَتِها لكنها تختصرُ الكثيرَ من سلوكيات الحياة، من استمراء للهوان حتى يَسهُل الذلّ وصولاً إلى تحوّل الإنسان إلى تَاجرٍ بالمواقف والأحطّ من هذا وذاك: تاجر بالإنسانية.

منذ عقد من الزمن أصبحت قضيةَ «التبدل المناخي» الشغل الشاغل للناشطين الأوروبيّين، إن كان بالدعوة للمزيد من الإنفاق على الأبحاث المتعلّقة بالوقوف بوجه هذا الخطر، وصولاً لتشكيلِ أحزاب سياسية تضع قضايا المناخ على سلّمَ أولويَاتها كما هو الحال مع «حزبَ الخضرِ».

في العام الماضي قدّمت مراهقةٌ سويدية تدعى غريتا تونبرغ ما يمكننا وصفهُ بالمادة الدسمة لهذا الغرب لإعادة تسويق نفسه كراعٍ رسمي للإنسانيةِ والحرصِ على هَذا العالم، تحديداً بعدَ العَديد منَ الزلاّت والفضائح التي شوهَت صورةَ هذا الغرب.

«غريتا تونبرغ» كانت في الخامسة عشرة من عمرها عندما أعلنت إضراباً عن الدراسة بذريعة الاحتجاج أمام البرلمان السويدي لعدم الاهتمام بقضايا المناخ، وما هي إلا أسابيع حتى تحولت إلى نجمة تلفزيونية في البكاء للتحذيرِ من الخطر الذي سيداهم الكوكب، ومن ثم أصبحت تدريجياً أيقونة أوروبية يسعى الجميع كما يقولون إلى (الاستماع إلى وجهة نظرها المهمة)، لينتهي بها الاهتمام بإلقاء كلمة قبلَ أيامٍ في افتتاحِ قمة الأمم المتحدة للمناخ وتطلق صرختها التي تحولتَ عنواناً ومانشيتاً للصحف الأوربية الصادرة في اليومين الماضيين، (لقد قتلتم أحلامي).

يبدو جلياً أن الفتاة استفادت كثيراً من ولادتها لعائلة يعمل فيها الأب كممثل سينمائي، لكنها بذات الوقت استفادت من دقة اللحظةّ التي يريد فيها الغرب تسويقَ أي قضية لإعادَة تلميع ذاته. ربما يحتاج هذا الغرب إلى «خبطات إنسانية» كهذه عندما تعصفُ بهَ قضايا الانحلال الإنساني، هل تذكرون مثلاً عندما كان التوجه للناخب الأميركي بانتخاب باراك أوباما رئيساً أميركياً؟ كانت أميركا بحاجة فعلية لإعادة إنتاج صورتها بعد أن دمرتها حربا العراق وأفغانستان، فكان الحل بانتخابَ أول رئيس أسود للبيت الأبيض.

اليوم تبدو قضيةِ «غريتا تونبرغ» لا تخرج عن هذا السياق، هذا الغرب هو نفسه الذي تاجر يوماً بصورة الطفل السوري «إيلان» الذي وجدوا جثته على أحد شواطئ تركيا، وسوّق لكذبة «بانة العابد»، وأنتجَ عشرات الأفلام التي تسوق لإنسانيةِ الجنود الأميركيين في العراق، فهم لم يقتلوا نصف مليون شخص ولم يقصفوا الفلوجة مثلاً بالفوسفور المحرم ولم يبيدوا مدينة الرقة في تحالف اللصوص ضد ما صنعوه من إرهاب، هذا الغرب بات يكترث لأحلامِ طفلةٍ تتلاشى، هل نجهش بالبكاء؟

هنا قد يقول البعض إن هذا الكلام مُستهلك، فلماذا نلوم الغرب على المتاجرة بنا ونحن شعوب بتنا على الهامش؟ أليسَ هناك من أبناءِ جلدتنا من تاجرَ بناَ وبأحلامنا ولا يزال؟

قد تبدو الفكرة منطقية لكن لا أحد يرى بنفسه على الهامش إلا المنهزم من الداخل، لأننا ندرك أن وقت القضاء على سارقيَ الأحلام أياً كان توصيفهم قد اقترب فلماذا لا نتعاطى بمقاربة ثانية:

لماذا لم يفكر الغرب ذاته بالإنصَات للملايين التي رفضت الحرب على العراق، أو الهجوم على سوريا أو الدفاع عن قاتلي الأبرياء في اليمن، ألم يكن بينهم مثلاً «غريتا تونبرغ» واحدة تستحق وجهة نظرها أن ينصتوا إليها، ألم يكن في تلك الجموع من كانَ يحلم بأن يرى العالم بلا حروب، لماذا لم تكترثوا لأحلامهم؟

في الخلاصة: قد تختصر عبارة «نيال اللي ما عندُو كرامة» الكثير، تحديداً إنها في واقعنا كانت سبباً لصعود أولئكَ الذين سرقوا أحلامنا، أما على المستوى العالمي فقد نضيف إلى هذه العبارة:

«نيال اللي ما عندو إنسانية»، فيصبح تاجراً بكل شيء، من قال إن الاتجار بالأطفال له جانبٌ واحدٌ فقط؟!

عدد المسلمين في موسكو ٢,٥ مليون

| وكالات

في المؤتمر السابع لمجلس الإفتاء الروسي، أعلن رئيس المجلس، راوي عين الدين، أن عدد المسلمين في موسكو قد بلغ ٢,٥ مليون نسمة.

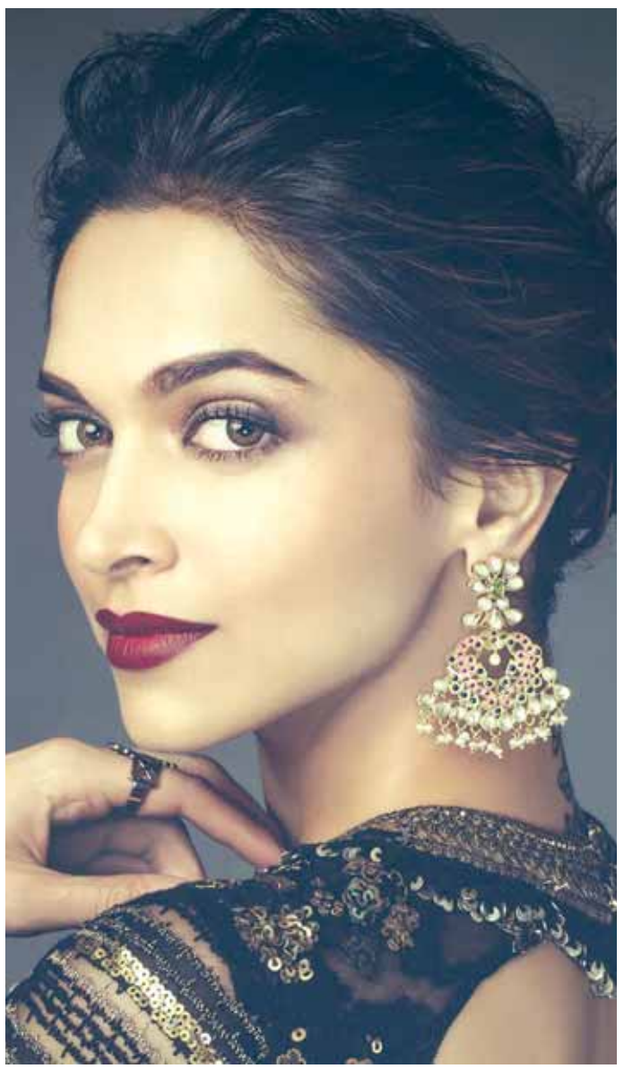
وتابع راوي الدين، أن ما يزيد على ٤٠٠ جامع ومسجد ومدرسة تم إنشاؤها وترميمها في روسيا منذ عام ١٩٩٤، سنة تأسيس دار الإفتاء.

وقال: «لقد قام المجلس بإنشاء وترميم واستعادة ما يزيد على ٤٠٠ جامع ومسجد ومؤسسة للتعليم الإسلامي ومركز إسلامي في روسيا».

وبحسب المعلومات التي أوردها المفتي في المؤتمر، فقد بلغ عدد المسلمين في موسكو اليوم ما يزيد على ٢,٥ مليون نسمة، على حين تجاوز عدد المسلمين في بطرسبورغ ومقاطعة موسكو مليون نسمة، ويعيش في كل من مقاطعات يكاترينبورغ وبيرم وتيومن وأومسيك وروستوف الروسية، مئات الآلاف من المسلمين.

كما أعلن راوي الدين أن مجلس الإفتاء يضم اليوم ما يزيد على ألفي جماعة إسلامية، تعيش في ٥٣ كياناً فدرالياً روسياً، وذلك بالمقارنة مع ٤٠ جماعة إسلامية فحسب كانت تحت مظلة المجلس حين إنشائه عام ١٩٩٤، وأضاف المفتي: إن المراكز والمدارس والجامعات الإسلامية تلعب دوراً مهماً في تنوير المسلمين الروس.

ديبيكا تشبّه زوجها بـ«سلة المهملات»



| وكالات

اجتاحت نجمة بوليوود ديبيكا بادوكون موقع إنستغرام مؤخرًا، وذلك بعد حصدها لأكثر من مليون إعجاب على منشور شبّهت فيه زوجها الفنان الهندي رانفير سينغ بـ«سلة المهملات».

وأوضحت أن زوجها «سلة مهملات» وذلك بسبب أنه يكمل أي طعام تتركه زوجته في صحنها بعد الانتهاء من العشاء.

المكسرات مفتاح القضاء على السمنة

| وكالات

كشفت دراسة جديدة عن وسيلة بسيطة لدرء السمنة مع التقدم في العمر، باستبدال الوجبات الخفيفة مثل رقائق البطاطس بالقليل من المكسرات يومياً.

وتتبع الباحثون ما يقارب ٣٠٠ ألف مشارك لنحو عقدين، وقاموا باستبيان حول كمية المكسرات التي يستهلكها المشاركون وأوزانهم.

وأظهرت النتائج أن المشاركين الذين يتناولون نحو ١٤غ من المكسرات يومياً، يكتسبون وزناً أقل، وكانوا أقل عرضة للإصابة بالسمنة.

ويقول العلماء إن استبدال الوجبات الخفيفة غير الصحية بالمكسرات، يمكن أن يبطئ انتشار السمنة المخيف المرتبط بالتقدم في العمر.

ويقول الباحثون: إن الدراسة لا يمكنها إثبات السبب الدقيق للعلاقة بين المكسرات وعدم الإصابة بالسمنة، لكنهم يشيرون إلى أن مضغ المكسرات يستغرق جهداً أكبر من تناول الوجبات السريعة، فضلاً عن أن المستوى العالي من الألياف بداخلها يمكن أن يجعل الناس يشعرون بالشبع لفترة أطول.

وكتب الباحثون أن ألياف الجوز، على سبيل المثال، ترتبط بالدهون في الأمعاء، ما يعني إفراز مزيد من السعرات الحرارية.

وتعرف المكسرات بأنها غنية بالدهون الصحية غير المشبعة والفيتامينات والمعادن والألياف، ولا تعد جيدة عادة للتحكم في الوزن لأنها كثيفة السعرات الحرارية. لكن الأدلة الجديدة تشير إلى أنها تجنب الجوع وتزيد من كمية الدهون التي تفرز، وبالتالي فإن ذلك قد يساعد على عدم الإصابة بالسمنة.

وحلل الباحثون من جامعة هارفارد، معلومات عن الوزن والنظام الغذائي والنشاط البدني في ثلاث مجموعات ضمن المشاركين.

وتوصلت النتائج إلى أن ازدياد استهلاك أي نوع من أنواع الجوز يرتبط بزيادة الوزن على المدى البعيد وتقليل خطر الإصابة بالسمنة.

كما وجد الباحثون أن استبدال الوجبات الخفيفة غير الصحية بما يعادل حفنة من المكسرات، منع زيادة الوزن بمعدل ٠,٤١ كغ إلى ٠,٧ كغ، على مدى ٤ سنوات متتالية.

واقترح تحليل البيانات أن تناول نصف حصة من المكسرات يوميا، من أي نوع، مرتبط بانخفاض خطر الإصابة بالسمنة بنسبة ٢٣ بالمئة.

نشوى مصطفى تتعرض للتهديد

| وكالات

كشفت الممثلة المصرية نشوى مصطفى عن تعرضها للتهديد من شخص مجهول، حيث روت تفاصيل ما حصل معها ونشرت صورة للشخص الذي يهددها، وكتبت: «الراجل ده بيهددني، وكتب عنوان بيتي، وواضح أنه بيراقبني، معرفش تبع مين وعملت سكرين شوت لكلامه».

فتاة تذرف قطعاً بلورية

| وكالات

أثارت فتاة تدعى ساتنيك كرازيان، تبلغ من العمر ٢٢ عاماً، جدلاً كبيراً بعد ذرف عيونها عند البكاء قطعاً بلورية صغيرة بدل الدموع.

وقالت الفتاة إنها بدأت تعاني من ذلك منذ شهرين، وحينها ظنت أن بعض الغبار أصابها في عينيها، إلا أن أفراد عائلتها لم يوافقوها الرأي.

وأضافت إنها تذرف يومياً ٥٠ قطعة بلورية من عينيها، على حين أن أطباء العيون أبدوا استغرابهم ولم يصلوا لأي نتيجة، والغريب أنها مازالت تعاني من ذلك وتعيش حالة توتر وقلق.

مواد بلاستيكية مسرطنة لدى جميع الأطفال

| وكالات

وجدت دراسة جديدة أن جميع الأطفال تقريباً، لديهم مستويات سامة من البلاستيك ظهرت في عينات البول والبراز الخاصة بهم، وبحث العلماء الألمان عن ١٥ منتجاً ثانوياً من البلاستيك في عينات البول والبراز لنحو ٢٥٠٠ طفل تتراوح أعمارهم بين ٣ سنوات و١٧ عاماً.

وأظهرت النتائج أن ١١ من أصل ١٥ مادة، يعتقد أن واحداً منها مسبب للسرطان، كانت موجودة بنسبة ٩٧ بالمئة إلى ١٠٠ بالمئة في العينات.

وتجاوزت مستويات حمض بيرفلورو الأوكتانويك الحدود الآمنة للاستخدام في ٢٠ بالمئة من العينات، خاصة بين الأطفال الأصغر سناً.

ويتم استخدام المادة الكيميائية في إنتاج الملابس الخارجية والمقلايات غير اللاصقة، والتي ربطتها الكثير من الدراسات التي أجريت على الحيوانات، بالإصابة بالسرطان.

وقال مؤلف الدراسة، الدكتور ماريك كولوسا غيرينغ، من وزارة البيئة الألمانية: «تشير دراستنا بوضوح إلى أن المكونات البلاستيكية المستخدمة بشكل متزايد تدخل أيضاً بشكل متكرر إلى الجسم».

وأضاف: «الأكثر إثارة للقلق هو حقيقة أن الأطفال الأصغر سناً، المجموعة الأكثر حساسية، هم الأكثر تضرراً».

ولم يذكر العلماء معظم المنتجات الثانوية الـ١٥ التي بحثوا عنها، ولاحظ الفريق أن بعض هذه المواد الكيميائية ليس لها «حدود صحية حرجة» في ألمانيا.