

## اليوم.. محاضرة «تحسين العقل في فكر السيد الرئيس بشار الأسد»

الوطن

تقيم قيادة فرع دمشق لحزب البعث الاشتراكي بالتعاون مع وزارة الثقافة محاضرة بعنوان «تحسين العقل في فكر السيد الرئيس بشار الأسد» يلقيها الدكتور معن صلاح الدين علي في الحادية عشرة من صباح اليوم في قاعة المحاضرات الرئيسية في مكتبة الأسد الوطنية في دمشق.

### «نجمة الصباح»

### في أيام قرطاج السينمائية



الوطن

في عرض عالمي أول له، سورية في أيام قرطاج السينمائية بدورها الثلاثين التي تنطلق في تونس ٢٦ تشرين الأول، بالفيلم الروائي الطويل «نجمة الصباح» لنيافس ٤٤ فيلماً روائياً وتسجيلياً من ٩ دول عربية في المسابقة الرسمية.

الشريط من إنتاج المؤسسة العامة للسينما وإخراج جود سعيد الذي كتب النص مع سماح القتال، وبطولة محمد الأحمد وحسين عباس ولجين إسماعيل ويوسف المغزل ورتنا جمول وأمون الخطيب وكرم الشعراي ونسرين فندي وعلاسعيد وعليا سعيد وآخرين.

ويعالج الفيلم سجل مخطوفات سوريات، تعرضن للتعذيب خلال سنوات الحرب، مسلط الضوء على معاناتهن بصيغة سينمائية مقترضة.

### «بيت السينما»

### يعرض فيلم «The Song of Sparrows»

الوطن

تستمر عروض بيت السينما في صالة سينما كندي دمشق، وفي العرض الثامن عشر يقدم نادي السينما فيلم «The Song of Sparrows» لمخرجه الإيراني مجيد مجيدي وبطولة محمد أمير ناجي وذلك في السادسة من مساء غد في صالة كندي دمشق، يلي العرض نقاش حوله مع الجمهور.

وتحصل الفيلم على جائزة أفضل ممثل في مهرجان برلين السينمائي وأفضل إخراج في مهرجان فجر السينمائي.

بيت السينما مشروع سينمائي تطلقه المؤسسة العامة للسينما وتعرض فيه العديد من الأفلام المحلية والعربية والعالمية، وتهدف من خلال عرضها مع ما يليها من ندوات حوارية لإحداث حراك سينمائي تثقيفي فاعل وخاصة لدى شريحة الشباب المهتم بالسينما.

## ليا مباردي تصبح راهبة



الوطن

الممثلة السورية ليا مباردي في أحد مشاهد مسلسل «حارس القدس» من تأليف حسن م يوسف وإخراج باسل الخطيب، وتؤدي شخصية «مریم» وهي فتاة تصادف حادثاً معيّباً يغير مجرى حياتها، فتصبح راهبة.

## من دفتر الوطن

### قلم.. مسطرة ومقص!

عصام داري



منذ سنوات استغرب بعض الزملاء والكتّاب، وأنا منهم طبعاً، من ضالة المبالغ التي يتقاضونها كتعويض عن المقالات التي تنشر في الصحيفة، ولما كنت أنا الذي أضع المبالغ التي على الصحيفة دفعها للزملاء فقد ذهبت إلى الحاسبة الأتمة «نون» للاستفسار منها عن سبب «تبخّر» المبالغ فكانت المفاجأة.

على كل حال كانت المبالغ هزيلة جداً أصلاً، فلا يتجاوز المبلغ حينذاك الألف ليرة سورية للمقالة الواحدة، ومع ذلك كانت هناك يد خفية تقلل المبالغ، وعندما سألت الأتمة «نون» عما إذا كانت هي التي كانت تقلل المبالغ فأجابتن بالإيجاب، فسألتهن على أساس تفعل ذلك فقالت: بالمسطرة، فعرفت أنها كانت تقيس المقالة أو الريبورتاج والتحقيق والدراسة بالمسطرة، لكنني بصدق لم أعرف ثمن السننيمتر، وحتى الآن أشعر بالندم لأنني لم أعرف ثمن الكلمة والجملة والسطر، لكن المهم أنني عرفت ذلك الميزان العجيب الذي يوزن الكلام به، وهذا الميزان «ابتكار» سوري بامتياز يحق لنا أن ندخل به موسوعة غينيس، ونسجل براءة اختراعه على مستوى العالم كي لا يسرقه منا المستعمرون والعملاء والمتأمرون.

ولأن الشيء بالشيء يذكر، فقد التقيت في الطريق بأستاذي الراحل محمد محفل فعرضت عليه إيصاله إلى بيته عندما علمت أن سيرته عند «الكهربجي» وفي الطريق تبادلته مع أطراف الحديث، ومنها عملي في الصحيفة وعما كنت سعيداً به، هنا طلب مني الدكتور محفل أن أقبس له من مقالة نشرها في الصحيفة، فرحبت بذلك طبعاً.

لكنني لم أستطع قبض ذلك المبلغ لأنني خجلت من نفسي ومن مؤسستي التي وجدت مقال باحث بوزن وحجم محمد محفل لا يستحق أكثر من ألف ليرة سنتقلص إلى أقل من تسعمئة ليرة سورية بعد حسم الضرائب!

ولا أدري ما إذا كانت المسطرة إياها لعبت دوراً في تقدير المقابل المادي الذي يجب أن يعطى للدكتور محفل، لذا سألت المدير العام عن ذلك ولماذا لا يعطى أصحاب الفكر والخبرة وأساتذة الجامعات والكتاب الكبار مبالغ مجزية فقال لي: هذا ما تسمح به القوانين والكتلة المالية المتاحة للمؤسسة!

الشيء نفسه تقريباً حدث مع كاتبنا الكبير حنا مينه ومع المؤسسة الصحفية نفسها، ومن الطبيعي أن يكون الأمر تكرر ويتكرر حتى يومنا هذا في كل المؤسسات الصحفية الرسمية، أو الوطنية، حسب توصيف أحد رؤساء الوزراء السابقين، وكان الصحف الخاصة ليست وطنية!

رويت هذه القصة لأحد الأصدقاء فضحك وسألني بين الجد والهزل: هل تحسب المسطرة ثمن المقالة قبل المقص أم بعده؟ وقبل أن أجيب قال: الكلام الذي ينجو بنفسه من مقص الرقيب تأتي المسطرة لتقص منه رغيغ خبز وقطعة جبنة، فالبلغ أصلاً لا يشتري أوقية لحم، فهل يكفي لشراء وجبة طعام لأسرة كاتب فقير، ومعظم كتابتنا قراء؟ ومع ذلك نخشى أن يقوم المقص نفسه بقص السنة تجرأت وقالت الحقيقة المرّة.

المسلسل مستمر دون توقف، والمقالة التي يتقاضى عليها الصحفي مبلغاً هزلاً لا يتجاوز ثلاثة آلاف ليرة مثلاً، تعادل ضعفي راتب أي صحفي إذا نشرت في صحف دول الجوار، اللهم لا حسد!!

## ماتت ابنتها ثم بعثت رجلاً بعد ٢٠ سنة

وكالات

### ماتت ابنتها ثم بعثت رجلاً بعد ٢٠ سنة

وكالات

اكتشفت مواطنة أميركية من مدينة لوس بانوس في ولاية كاليفورنيا، أن لديها ولداً عمره ٢٩ سنة لم تكن تعرف عنه شيئاً.

وانجبت تينا بيجارانو أول طفلة عندما كان عمرها ١٧ سنة، وسمتها كريستينا، ولكنها لم ترها أبداً لأن والدتها منعها من أخذ الطفلة من مستشفى الولادة إلى المنزل، مؤكدة وفاتها بعد ١٥ دقيقة من ولادتها. لقد انجبت تينا خلال الـ ٢٩ سنة الماضية خمسة أطفال، ومع ذلك لم تنس ابنتها البكر.

وكانت تحتفل سنوياً بعيد ميلادها.

ولكن في عام ٢٠١٨ استلمت تينا رسالة إلكترونية من مجهول أجرى فحص الحمض النووي في إحدى خدمات الأنساب وكانت النتيجة غير متوقعة، يقول فيها: «علينا أن نلتقي، تؤكد نتيجة الحمض النووي أننا أقارب، وأنت أمي».

لقد اتضح لاحقاً أن كريستينا بقيت على قيد الحياة وبعد مضي خمسة أيام على ولادتها تبتنتها عائلة من لاس-فيغاس، وترعرعت في ظروف عائلية جيدة، لكنها قررت بعد فترة تغيير جنسها وأصبحت ذكراً، يعيش هذا الرجل حالياً في نيوجرسي مع زوجته وابنته.

تقول تينا: «لا يهمني غير جنسه أم لا، لا فرق لدي، إنه ابني ونحن سعداء لأنه على قيد الحياة».

## بامبلا الكيك ترد على منتقدي جرأتها



وكالات

بعد سلسلة من الانتقادات التي وجهت لها بسبب انوارها الجريئة وملابسها الجريئة، ردت الفنانة اللبنانية بامبلا الكيك على كل منتقديها بطريقة الخاصة. وقالت: «مختارة أن تكون الجرة، أنا جريئة لأنه ما يكذب على العالم، إذا بحبك بحبك وإذا ما بحبك مش مضطرة بين عكس هالنسي».

## علاقة بين تعاطي الكحول واضطراب إيقاع القلب

وكالات

أجرى علماء من كوريا الجنوبية دراسة واسعة النطاق عن تأثير الكحول في إيقاع القلب، واكتشفوا أن الذين يتناولون الكحول بانتظام أكثر عرضة لاضطراب إيقاع القلب من غيرهم.

وتفيد مجلة EP Europace التي نشرت نتائج هذه الدراسة، بأن البرنامج الوطني في كوريا الجنوبية، سمح للعلماء بتقدير مدى انتشار أمراض القلب بين السكان وسببها. فمثلاً كان يربط اضطراب إيقاع القلب (الرجفان الأذيني) بكمية الكحول التي يتناولها الشخص، حتى يتم رسم خط بياني لهذه العلاقة، يفيد بأن تناول ١٢ غراماً من الكحول في الأسبوع، يزيد من خطر الإصابة بالمرض بنسبة ٨ بالمئة، ولكن لم تكن العلاقة بين تكرار الاستهلاك والمرض واضحة.

ودرس العلماء وحللو معلومات شملت نحو ٩.٧ ملايين شخص، لم تكتشف في عام ٢٠٠٩ إصابة بأمراض القلب، وكانوا على مدى ٨ سنوات تحت رقابة أطباء القلب، وبعد ذلك جمع العلماء في عام ٢٠١٧ إحصائية كاملة عن حالتهم الصحية.

وقد تضمنت هذه الإحصائية معلومات عدد مرات تناول الكحول في الأسبوع، وكان التركيز على عدد مرات تناول الكحول في الأسبوع.

يقول الدكتور تشين إيل تشوي من كلية الطب بجامعة كوريو في سيؤول، «أظهرت نتائج دراستنا، أنه للوقاية من الرجفان الأذيني يجب التقليل قدر الإمكان من عدد مرات تناول المشروبات الكحولية وكميتها في الأسبوع».

لقد اتضح للباحثين أن الأكثر عرضة للإصابة بمرض الرجفان الأذيني كانوا الأشخاص الذين يتناولون الكحول يومياً حتى بكميات قليلة، حيث شخص المرض عندهم أكثر بنحو ١.٤١ مرة من الذين تناولوا الكحول مرتين في الأسبوع. أما عند الذين يتناولون الكحول فقط في الأعياد والمناسبات، فلم تشخص إصابتهم بالمرض نهائياً.

يقول الدكتور تشين إيل تشوي: «الرجفان الأذيني، مرض له مضاعفات عديدة، تؤثر سلباً في نوعية الحياة، وربما يكون الكحول أكثر العوامل المتغيرة خطورة. لذلك للوقاية من المرض يجب التقليل من عدد مرات تناول الكحول قدر الإمكان».

## هل تغلق مي كساب حساباتها؟



وكالات

عبرت الفنانة المصرية مي كساب عن إعجابها من الانتقادات التي توجه على مواقع التواصل الاجتماعي، واصفة تعليقات المتابعين بالفاضية، وكشفت مي أنها قررت عدة مرات أن تغلق حساباتها على مواقع التواصل بسبب هذه الانتقادات، مضيفة إنها لا ترغب أن يندمج أولادها في المستقبل بهذه الأمور.

## لا تكبت التثاؤب فهو يمنح النشاط

وكالات

هناك أيام لا يمكن للمرء فيها التوقف عن التثاؤب، غير أنه في بعض المواقف يكون التثاؤب محرجاً، وعلى سبيل المثال، يمكن أن يجعلك التثاؤب في العمل تبدو وكأنك تشعر بالملل أو غير مهتم. ولكن يستحسن ألا تكبح الحاجة للتثاؤب. والتثاؤب يمنح الجسم النشاط والشعور باليقظة، وفي بعض المواقف عندما يكون من غير الملائم التثاؤب، يمكن كبحه بهدوء. ولا يوجد أي عواقب سلبية على الجسم. ومن المفيد أن تعلم أنك إذا كنت تشعر بالتعب في العمل، فإن التثاؤب مرة أو اثنتين يمنح عقلك بعض الهواء المنعش. كما أنه يساعد على النهوض من وقت لآخر ويجعل دورتك الدموية تواصل عملها ويدخل الأوكسجين ومن ثم النشاط إلى الجسم.

## سر صعوبة

التنفس لدى

### أصحاب الوزن الزائد

وكالات

اكتشف علماء أن الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن تراكم الدهون لديهم في الرئتين، ما يجعل التنفس أكثر صعوبة.

ومنذ فترة طويلة ترتبط مشكلات الجهاز التنفسي، مثل الربو، بحالة ارتفاع مؤشر كتلة الجسم، ولكن سبب ذلك لم يكن واضحاً تماماً.

وأشارت الأبحاث السابقة إلى أن الرئتين تتعرضان للضغط، نتيجة الوزن الزائد.

ولأول مرة، وجدت دراسة أجراها باحثون أستراليون أن الأنسجة الدهنية تسد جدران مجرى الهواء، وتحد من وصول كميات كافية من الأكسجين.

ووجد مستشفى Sir Charles Gairdner وجامعة Western Australia، أن الأنسجة الدهنية الزائدة - وهي الاسم الطبي للدهون في الجسم - تضخم سماكة جدران مجرى

الهواء وتسبب العدوى بها. وحلل الباحثون، بقيادة جون إليوت، ٥٢ رئة بعد الوفاة، تم التبرع بها لشركة Airway Tissue Biobank.

وتنتهي ١٥ رئة إلى أفراد لم يعانون من الربو، و٢١ من مصابي الربو لكتهم ماتوا لأسباب أخرى، و١٦ فرداً توفوا جراء الربو.

وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين تراكم الأنسجة الدهنية في جدران مجرى الهواء، وارتفاع مؤشر كتلة الجسم

للرئة، وتبين أن أولئك الذين تناولوا من الربو، كان لديهم أيضاً تراكم للدهون في شرايينهم.