

مبارك للاعبنا الصالح



الوطن

اللاعب السوري الدولي أحمد صالح يتشجع بالعلم السوري بعد فوزه مع نادي العهد اللبناني بكأس الاتحاد الآسيوي في ماليزيا، ويستعد للالتحاق بالمنتخب السوري لخوض لقاء الصين والفلبين في التصفيات المزموجة لكاسي آسيا والعالم القادمين.

«يوتيوب» يحذف أغنية «إنساني» لسعد لمجرد ومحمد رمضان



وكالات

حذفت شركة «يوتيوب» فيديو كليب أغنية «إنساني» لسعد لمجرد ومحمد رمضان، بسبب انتهاك حقوق المؤلف حسب ما ذكر الموقع الشهير عالمياً. وجاء حذف الأغنية بعد عدة شهور على طرحها، حيث صدر الكليب الخاص بها في ١٨ تموز الماضي.

وهذه ليست الأغنية الأولى التي يتم حذفها لسعد لمجرد، حيث حذفت له منذ أسبوع أغنية «سلام» التي أطلقها مؤخراً، بسبب نزاع حول حقوق المؤلف، ولكن الفيديو عاد مرة أخرى بعد يوم من حذفه على «يوتيوب».

حدث فلكي نادر

وكالات



ينتظر علماء الفلك وعشاق متابعة الظواهر الطبيعية حدثاً نادراً يحدث خلال أيام، وتحديداً في الحادي عشر من الشهر الجاري، حيث يمر كوكب عطارد أمام الشمس في واقعة تكرر ١٣ مرة فقط كل قرن.

وسيكون بإمكان العلماء إلقاء نظرة من الأرض على الحدث النادر الذي لن يحدث مجدداً قبل عام ٢٠٣٢، ورؤية أقرب كواكب المجموعة الشمسية إلى الشمس.

وغالباً يدور عطارد حول الشمس في مسارات مختلفة عن الأرض، لذلك فإن وقوع الكوكب الصغير بين الأرض والشمس يعد حدثاً فلكياً نادراً التكرار.

لذلك فهو حدث نادر لن ترغب في توقيته..

وسيمكن البشر في كل مكان تقريباً من الأرض من متابعة البقعة السوداء الصغيرة، تتحرك ببطء عبر قرص الشمس، إلا أن خبراء الفلك ينصحون باستخدام المعدات الواقية حتى لا تتأذى الأعين.

وعلى عكس عبور الزهرة، حيث يبدو الكوكب كبيراً بما يكفي للرؤية بالعين المجردة، فإن عطارد أصغر لدرجة أنك ستحتاج إلى منظار أو تلسكوب مع مرشح شمس لرؤيته.

وحيث إدارة الطيران والفضاء الأميركية (ناسا)، فإن السماء ستتيح عرضاً ممتازاً عندما يعبر عطارد أمام الشمس، حيث سيكون رؤيته من الأرض.

وأضافت: «من وجهة نظرنا على الأرض، لا يمكننا أن نرى عطارد والزهرة يتقاطعان أمام الشمس.



من دفتر الوطن

أهلاً بكم في بحر الأزمات!

عبد الفتاح العوض

قبل وبعد كل أزمة شمة أزمة قيد الانتظار. المسألة ليست وليد اليوم.. وعلى مدى التاريخ كنا في بحر الأزمات نصارعها وغالباً ما يكون الأمر سجلاً، لكن في العقود الأخيرة أصبحت الأعاصير أكثر قوة في بحر أزماتنا، ومن الواضح أننا الآن في خضم أعاصير جديدة.

هل أحقق ربيع ٢٠١٠ وجاء الآن شتاء ٢٠٢٠؟! في منطقتنا عفريت وهذا العفريت لديه موعد مع إعلان «يهودية الدولة»!! وما يجري في كثير من الأحيان أن العملية تحتاج إلى تحضير كل الجوار وجوار الجوار لتكون يهودية الدولة أمراً سهلاً وبلا شمن.

عنوانان يطغيان على المشهد؟! لدى الآخر مشروع وهذا المشروع لأسباب كثيرة ضار ومؤذ وجوبياً لنا.

والعنوان الثاني أننا بلا مشروع.. وأن كل منا لديه مشروع «الصغير» الذي في غالب الأحيان يتقاطع سلباً مع مشاريع المجموعة بحيث تكون محصلة القوى سلبية! هذا هو المضمون الرئيسي للمشكلة.. أن للأخر خطة في حين نحن بلا خطة.

أو على الأغلب خطتنا كيف نتفادى للكلمات المتلاحقة! هذه المنطقه لم تلتق على مشروع واحد إلا في تواريخ قصيرة ولم يكن من الممكن أن تجمع هذه المصالح المتناثرة على قلب واحد!

لكن هذا هو الواقع، وهذا هو التاريخ وليس من الحكمة إلا التعامل معه من داخله. عندما تقش خطه «للآخرين» فإنهم يجربون الخطة البديلة وعلى ما يتبدى لنا أن كل الخطط تحصل على قطعة من النجاح ثم يأتي ما بعدها ليكمل هذا النجاح. الجميل في الموضوع أن الأمور أصبحت أكثر وضوحاً، وما كنا نتحدث عنه على أنه «غرف سوداء» أصبح يصدر عن البيت الأبيض!

بمعنى لم تعد «مؤامرة» أصبحت خطة ومن الغباء إنكار أن هذه الخطة تتبدل حسب الظروف والوقائع وهي من المرونة لدرجة استخدام أي أسلوب حتى القدر منها.

لكن يبقى السؤال الصعب أين خطتنا؟! «نا» الجماعة التي استخدمتها هنا تشكل مشكلة جديدة فهي غير متوافرة.. وكل دولة تكاد وحدها تشكل ضميراً منفصلاً يلعب بين «الكبار» وليس معهم! لاشك أننا أمام مرحلة ملتبية بالفوضى وملبية بالأخطار ولا شيء يساعد على تغيير المصائر إلا الاستعداد لها.

في سورية استطعنا أن ننجز الكثير في إفاشل ما دبر لنا في ليل ونهار، لكن لسنا جزيرة معزولة ونحتاج إلى مشروع وطني يمتد أولاً البيت الداخلي.. ثم لدينا مسؤولية تاريخية طالما تصدت لها سورية بأن تكون حارسه الأمل وقائدة المستقبل.

شتاء ٢٠٢٠.. هو شوارع تخرج تحت عناوين بلا طائفية.. لكن هذه الشوارع ما تلتب تتحول إلى شوارع طائفية.. والشراشات موجودة والبنزين موجود والشوارع جاهزة.

مسؤوليتنا أننا أبقينا على الشراشات ووفرنا البنزين ولم نهتم بأمر الشوارع ومن فيها.

أقوال:

– قد يكون الحظ صدفة.. إلا أن النجاح رسالة.

أفضل الحقيقة المصرة على الخطأ المفيد، فالحقيقة تشفي الأذى الذي تسببت به.

– جوهر المرء في ثلاث: كتمان الفقر حتى يظن الناس من غفك أنك غني وكتمان الغضب حتى يظن الناس أنك راض وكتمان الشدة حتى يظن الناس أنك متنهم.

– سيحتاج الناس إلى كثير من الوقت والأزمات لتقوية عضلاتهم النفسية.

هكذا تتعامل

مع لدغات البعوض

وكالات

يقوم الجسم بإفراز المزيد من المواد المثيرة للحكة، ومن ثم سرعان ما تتعرض هذه

المواضع للالتهاب، في حال حك مواضع لدغات البعوض. وبدلاً من موضع اللدغة، يمكن اللجوء إلى بعض

الوصفات المنزلية لعلاج الحكة والالتهابات، مثل استخدام نصف بصلة أو

شريحة من الليمون لتطهير الموضوع، كما أن خل التفاح يحد من الحكة، عندما يوضع

على الجلد فور اللدغ، ويمتاز الحليب المخثر بتأثير مضاد للالتهابات، حيث يوضع بارداً على ضمادة على

موضع اللدغ. كما يمكن علاج الحكة والالتهابات والاستجابات التحسسية بواسطة الكريمات والجل، وتحتوي هذه المستحضرات، على سبيل المثال، على

مضادات الهيستامين والهيدروكورتيزون. ولتجنب لدغات البعوض، ينبغي بعد ممارسة الرياضة، الاستحمام بسرعة وتبريد

الجلد، كما أن الملابس الطويلة تقي الساقين من اللدغات، إضافة إلى هذا يفضل ارتداء الملابس ذات الألوان الفاتحة، حيث إن الملابس الداكنة تجذب البعوض إليها.

ويمكن أيضاً الحماية من البعوض عن طريق سرياي البعوض، الذي يتم استعماله على الجلد بشكل حاجزاً من الرائحة، لمنع وقوف الحشرات على الجلد.

فيفي عبده كما لم ترونها من قبل



وكالات

تتصدّر الفنانة المصرية فيفي عبده

غلاف مجلة «فوغ» العالمية بنسختها العربية

في عددها لهذا الشهر بجلسة تصوير مميزة.

وتطل فيفي عبده على الجمهور في صورها الجديدة الخاصة بالمجلة، وتترافق مع مقابلة خاصة بالمجلة معها تحت عنوان «فيفي عبده كما لم ترونها من قبل».

وفاة هندي التهم ٤١ بيضة

وكالات

لقي مواطن هندي يبلغ من العمر ٤٢ عاماً مصرعه خلال محاولته تناول ٥٠ بيضة على التوالي، للفوز برهان على ٢٨ دولار أميركياً.

وقرر صديقان تسوية خلاف عن طريق خوض تحد لتناول ٥٠ بيضة، على أن يحصل الفائز بهذا التحدي على مبلغ يقدر بـ ٢٠٠٠ روبية.

وبالفعل نجح سوبهاش ياداف في التهام ٤١ بيضة، قبل أن يسقط على نحو مفاجئ، فاقداً للوعي عند محاولته تناول البيضة رقم ٤٢.

ونقل الرجل إلى المستشفى جراء ذلك، حيث تم إعلان وفاته بعد ساعات. وأوضح الأطباء أن ياداف توفي جراء مضاعفات ناتجة عن تناول كمية هائلة من البيض.

الحلويات أخطر أنواع السكريات

وكالات

قالت اختصاصية التغذية إيلينا سولوماتينا أنها لا توصي بتناول الحلويات التي تجمع بين السكر والدهون غير المشبعة في نفس الوقت.

وأوضحت أنه يتم استخدام الدهون غير المشبعة في صناعة الحلويات وأشارت إلى أن الكعك لن يكون مفيداً، حيث أنه مقلني في زيت لحد الغليان، وغالباً ما يكون في الدهون غير المشبعة مواد كيميائية لذيذة الطعم، وكذلك الأصباغ غير العضوية، التي تضاف إلى الحشوة.

لذلك، نصحت سولوماتينا بعدم شراء الحلويات ذات الألوان الزاهية والرائحة الشبهية.

وحذرت الطبيبة من أن هذه المنتجات لها ميزانية، حيث إن الدهون غير المشبعة والتكهات الكيميائية، إلى جانب الأصباغ، ليست عالية التكلفة، يتم بيعها بشكل كبير، إلا أن هذه الكعكة مجرد قنبلة بالنسبة للمعدة.

كما حذرت من شراء المرببات والعصائر الصناعية، التي تتميز بالألوان الزاهية، حيث إنه يتم استخدام خلاصة المواد الكيميائية غير المشبعة، ويحوي على ثاني أكسيد الكربون الذي يهيج الغشاء المخاطي، ويسرع امتصاص هذا الخليط.

وأشارت إلى أن حمض الفوسفوريك الموجود في الصودا يقضي على الكالسيوم في الجسم، إضافة إلى ذلك، تحتوي بعض المشروبات الغشائية المخاطي، ويسرع امتصاص هذا الخليط.

وأشارت إلى أن حمض الفوسفوريك الموجود في الصودا يقضي على الكالسيوم في الجسم، إضافة إلى ذلك، تحتوي بعض المشروبات على مادة الكافيين، وتفاعلها مع الصودا التي تحتوي على نسبة حموضة منخفضة تؤدي إلى أخطار جسدية.

حل يقضي على أضرار تناول البيض

وكالات

يحتوي البيض على الكثير من العناصر الغذائية الضرورية لصحة الجسم وهو المفضل عند الكثيرين عند تناول الفطور مقلياً أو مسلوقاً.

لكن تناوله بشكل مكثف يرتبط في نسبة ارتفاع معدلات الكولسترول في جسم الإنسان، بالإضافة إلى جدل حول الأضرار الناتجة عن تناوله بشكل يومي.

وأثبت العلماء في آخر أبحاثهم عن البيض أن تناول بيضة واحدة يومياً على مدار الأسبوع لن يؤثر على مستويات الكولسترول في الجسم، مع الاعتماد على برنامج غذائي متوازن على ألا يكون تناوله بديلاً من تناول أغذية أخرى كالسمك والخضراوات.

أنجلينا جولي تخلي موقع التصوير بسبب قنبلة



وكالات

أخلى فريق عمل فيلم The Eternals موقع التصوير بحضور الممثلة أنجلينا جولي بسبب العثور على قنبلة، يعتقد بأنها تركت هناك منذ أيام الحرب العالمية الثانية. وصرح أحد المصادر: «كان الأمر مرعباً بشكل واضح، فالقنبلة كانت هناك منذ عقود لم يلمسها أحد، ومن يعلم ما كان سيحدث في حال عثب فيها أحدهم».

سرقة كنوز

ثمينة ولوحة من كاتدرائية فرنسية

وكالات

اقتحمت مجموعة من اللصوص بواسطة سيارة كاتدرائية من العصور الوسطى جنوب غرب فرنسا

وسرقوا منها كنوزاً فضية وكنوزاً ثمينة لا تعوض وفق ما أفادت السلطات.

وتنقلت وكالة الصحافة الفرنسية عن لوران باري المسؤول المحلي في مدينة أولوران سانت ماري قوله: إن التحقيقات الأولية أظهرت أن عصابة اللصوص ربطت جذع شجرة إلى مقدمة السيارة التي استخدمت لتحميم باب من أبواب الكاتدرائية.

وبين أن اللصوص تمكنوا من دخول الكاتدرائية بعد تحميم القضيبان المعدنية وسرقوا الكؤوس الفضية وغيرها من الأغراض التي تستخدم في القداديس ومعلطها من الذهب

إضافة إلى لوحة تعود إلى القرن السابع عشر ومجموعة من الملابس، لافتاً إلى أن الكنوز كانت محفوظة وراء شبك حديد تم نشر قضبانته.

وأدرجت هذه الكاتدرائية على قائمة اليونسكو للتراث العالمي في العام ١٩٩٨ وهي تشتهر بواحد من أقدم معالمها المتبقية وهو بوابة رومانية منحوتة في القرن الثاني عشر

وتعرضت لحريق في القرن الثالث عشر ومرة أخرى في القرن الرابع عشر كما نهبت في نهاية القرن السادس عشر.