

نجوم الغناء في «داما روز» بعيد الحب

الوطن

يستقبل فندق «داما روز» بدمشق في شهر الحب عدداً من النجوم السوريين والعرب الذين سيحسون عدة حفلات غنائية.

وبيئت اللجنة المنظمة لـ «الوطن» أن أولى الحفلات ستقام يوم 9 شباط المقبل ويحيتها كل من الفنان السوري وقيق حبيب واللبناني هادي خليل.

ثاني الحفلات سيحيتها النجم المصري الكبير هاني شاكر يوم 13 شباط. وفي يوم عيد الحب المصادف لـ 14 شباط، سيكون الجمهور السوري على موعد مع النجم اللبناني مروان خوري.

يشار إلى أن فندق «داما روز» أقام سابقاً حفلات جماهيرية كبيرة بمناسبة أعياد الميلاد ورأس السنة للنجوم عدة منهم عاصي الحلاني وجوزيف عطية وسيرين عبد النور ومعين شريف وشادي جميل وزباد بريجي.

رحيل الكاتب رفعت عطفة

وكالات



نعت وزارة الثقافة المترجم والكاتب رفعت عطفة الذي وافته المنية يوم أمس عن عمر 76 عاماً. وولد الراحل عام 1947 في مصيف، درس الأدب الإسباني في جامعة مدريد المستقلة وتخرج عام 1974 حاصلاً على الماجستير في الأدب واللغة الإسبانية، ثم تابع دراسة الدكتوراه في جامعة كومبلوتنس 1982-1983.

عمل مديراً للمركز الثقافي العربي في مصيف من 1983 وحتى 2004، وعمل منذ عام 2004 وحتى عام 2008 مديراً للمركز الثقافي العربي السوري في مدريد.

وكان عضو هيئة تحرير الآداب الأجنبية 1990-2004، وعضو هيئة تحكيم جائزة سيدريو مائياس سيلبا المكسيكية الدولية للشعر في دورتها الرابعة للعام 2009.

حاضر في إسبانيا وفرنسا والمكسيك ولبنان والأردن والجزائر ومصر وسورية الخ...

حاصل على ميدالية المخرجين المسرحيين في إسبانيا، دورة 2007، ودرع المستعربين الإسبان وأصدقاء المركز الثقافي العربي السوري في مدريد 2008.

كتب وترجم أعمالاً أدبية إسبانية وأميركية لاتينية كثيرة، يوجد الكثير منها في المجلات العربية الإسبانية الاختصاصية.

جيني إسبر وابنتها في «صبايا»



الوطن

كشفت الممثلة جيني إسبر عن مشاركة ابنتها «ساندي» في مسلسل «صبايا»، مؤكدة أنها عندما اقترحت عليها الفكرة أعجبت بها ووافقت. وأوضحت أن دخول ابنتها على الحكاية أمر مبرر كون الجزء الخامس انتهى بمشهد ولادة «ميديا» لطفلة، والتي كانت بالفعل «ساندي» حينها.

من دفتر الوطن

من غير ليه!

عصام داري



لأن الكلام أصبح بلا فائدة وليس له لا «فكاهة ولا مازية» فمن الأفضل ألا نتكلم ولا نكتب ولا نقرأ ولا نغني ولا نبدع، فالصمت سيد الموقف، والسبب في هذه المهزلة أننا لم نجد من يسمع أو يقرأ أو يتجاوب مع الصرخات.

رحم الله شاعر العراق معروف الرصافي الذي قال قبل أكثر من مئة سنة:

يا قوم لا تتكلموا..... أن الكلام محرم
ناموا ولا تستيقظوا!..... ما فاز إلا النوم

اليوم أنا شخصياً أعلن على الملأ أنني ملتزم بنصيحة الرصافي لأن المثل يقول: «لسانك حصانك إن صنته صانك وإن خنته خانك»، ولن أركب حصاني الجامع خوفاً من أن يقودني إلى التهلكة وسوء العاقبة، فما تبقى من عمري لا يحتمل التفريط بأي ثانية هنا أو هناك أو هناك!

سأقضي معظم أوقاتي بالنوم، ألم يقل الشاعر، ما فاز إلا النوم ثم ألم يقل الشاعر الكبير الآخر محمد مهدي الجواهري «نامي جيعا الشعب نامي فإن لم تشبعي من يقظة، فمن المنام».

وأعرف - وأنتم تعرفون - الحكمة القائلة «إذا كان الكلام من فضة فإن السكوت من ذهب» وأضيف: بل من ماس وزمرد ومرجان وأحجار كريمة نادرة.

لو أن كلامنا ينفع لما قررنا التوقف عن الصراخ والانتقاد ومحاربة الفساد والأخطاء والأغلاط الفاحشة التي جعلت حياتنا جحيماً قبل انتقالنا إلى جحيم الآخرة! لكن كلامنا لا يصل لمسامع من يفترض أن يسمعون، بعد أن أجروا عمليات «تجميلية»؛ فاستأصلوا الأذنين واللسان وقطعة من المخ، وبالمقابل زرعوا غداً إضافية من التنظيش والاستخفاف بالناس.

هكذا أكون متحرراً من الكتابة عن معاناة ملايين المساكين، كما قال زياد الرحباني فليس مسموحاً لي على الإطلاق انتقاد وزارة الكهرباء ومديرياتها المنتشرة في المحافظات كافة، وعلى الاعتراف بأن الكهرباء ممتازة فهي تعود فقط إلى العصور الحجرية الوسطى، والدليل أنني كتبت هذه الزاوية بالورقة والقلم وعلى مراحل بعد أن قطعوا عن منطقتي لأسباب مجهولة التيار الكهربائي أكثر من 22 ساعة متواصلة، وقد اضطرت لتكلمتها في مطعم ريد روز المجاور شريطة ألا أكتب عنه أي إساءة، لا سمح الله، وأنا الآن لا أحتاج إلى كهرباء ولا طاقة شمسية، ولا حتى طاقة قمرية ولا مشترية، نسبة لكوكب المشتري. أيضاً، تعهدي يجعلني أمتنع عن التطرق إلى أزمة المحروقات، ودخيلك، ما فائدة المحروقات؟ يقولون إن المازوت للتدفئة، ونحن نتدفأ من إيماننا، ألم يقولوا حرارة الإيمان؟ أما عن البنزين فتركناه لأولاد المسؤولين كي «يشفطوا» ليلاً نهاراً وتنتع نحن بالتشفيط والأغاني اللافرحة التي تتصاعد من سياراتهم الفارهة، فنحن اخترنا السير على الأقدام كما يفعل الكثير من المسؤولين ومنهم السيد وزير التنمية وحماية المستهلك، فهذا أنفع لصحتنا. ولماذا الغاز؟ فالحطب متوافر أكثر والطحخ عليه يعطي الطعام نكهة أذ وأطيب، وهكذا دواليك بالنسبة لبقية المحروقات التي أحرقت المسافات بيننا وبين عصور الظلام، كما أحرقت قلوب العشاق!!

أعتر فأننا لا أستطيع الدفاع عن الفقراء لأنني واحد منهم وشهادتي مجروحة، ولم أجد واحداً من نادي الأغنياء يدافع عني وعنهم فأعضاء هذا النادي في وادٍ ونحن في وادٍ فلات تبادي.

أخيراً... عذراً من الشعارين الكبارين الرصافي والجواهري فلن أخلد للنوم، ولن ألتزم بسياسة السكوت من ذهب.

بريانكا شوبرا ترد على منتقديها

وكالات



بعد الانتقادات الكثيرة التي تعرضت لها بسبب قرارها الإنجاب عن طريق أم بديلة، أكدت النجمة الهندية بريانكا شوبرا أنها لجأت إلى هذا الخيار بعد مرورها بأزمة صحية منعتها من الإنجاب.

وعبرت عن استيائها من الانتقادات التي تعرضت لها بعد إنجاب ابنتها من خلال أم بديلة، لافتة إلى أن لا أحد يعرف الوضع الصعب الذي مرت به.

ووجهت رسالة إلى منتقديها، أكدت لهم فيها أنهم لا يعرفون شيئاً عن الظروف التي تعرضت لها، لذا لا يحق لهم التدخل بشؤونها مهما كانت الأسباب، لافتة إلى أن قرار الإنجاب عن طريق أم بديلة لم يكن سهلاً أبداً وقد اتخذته بعد تفكير طويل ودعم من زوجها المغني نيك جونس.

وكشفت أنها تواجدت مع زوجها في المستشفى لمدة ثلاثة أشهر ليكونا إلى جانب ابنتهما في غرفة متخصصة لحديثي الولادة، خاصة بعدما وضعت الأم البديلة الطفلة قبل ثلاثة أشهر من موعد ولادتها.

شرطيتان

تضربان معلماً مسناً

وكالات

تعرض معلم (60 عاماً) للضرب بوحشية من شرطيتين أثناء قيامهما بواجبهما في وضوح النهار، في منطقة كيمور

بولاية بهار الهندية. ويظهر في الفيديو المعلم المسن، نوال كيشور باندي وهو يتعرض للضرب

بالبهراوات في منتصف الطريق من قبل شرطيتين.

وقع الحادث حيث كان نوال كيشور باندي يعبر الطريق على دراجته عندما أشارت عليه الشرطية بالتوقف.

وقالت التقارير: إن الرجل لم يتوقف وقال شيئاً، لكن الشرطيتين افترضتا أنه أساء إليهما، فسحبتا دراجته، ثم بدأت بضربه بعنف.

وحاول الرجل حماية نفسه بيديه، لكنه تلقى عدة ضربات قوية، ورغم مناشدته لهما بالسماح له بالمغادرة، واصلتا ضربه والصراخ عليه.

معيان شرب القهوة يومياً

وكالات

كشفت الدكتورة يلينا تجوميروفا، اختصاصية الأمراض الباطنية وخبيرة التغذية الروسية كيف نحافظ على الصحة عند شرب القهوة بصورة منتظمة يومياً.

وأشارت إلى أن مشروب القهوة لن يضر الجسم إذا عرفنا معايير تناوله، أي يجب ألا تزيد كمية الكافيين التي يتناولها الشخص في اليوم عن 400 ملغ وهذا يعادل أربعة فناجين من القهوة.

هذه القاعدة لا تشمل الأشخاص الذين يعانون فرط الحساسية للكافيين. لأنه عند تناولهم القهوة أو المواد المحتوية على الكافيين، يحصل عندهم اضطراب في ضربات القلب ويعانون الأرق، وكقاعدة هم يعلمون بحالتهم، لذلك نادراً ما يشربون القهوة أو لا يشربونها على الإطلاق.

متى يصبح اليوسفي ضاراً للجسم؟

وكالات

أعلنت الدكتورة تاتيانا زليتوفا، خبيرة التغذية الروسية، أن الإفراط في تناول اليوسفي قد يسبب ضرراً للصحة.

وأشارت إلى أن ثمار اليوسفي غنية بالمواد المفيدة وأولها فيتامين «سي»، كما هي غنية بكمية الحمضيات بعناصر غذائية مفيدة وخاصة في موسم البرد. ولكن الإفراط في تناولها يزيد من خطر الحساسية ويشكل عبئاً إضافياً على الكلى.

وقال: «عند الإفراط في تناول اليوسفي يمكن أن تظهر علامات الحساسية بسبب ارتفاع تركيز فيتامين «سي» في الجسم. أي يمكن أن يصاب الشخص بطفح جلدي، كما يزداد عبء الكلى أيضاً».

ووفقاً لها، يجب على الأشخاص الذين يعانون مشكلات في الجهاز البولي تناول اليوسفي بحذر. كما لا تنصح الذين يعانون من مشكلات في الجهاز الهضمي بالإفراط بتناول اليوسفي.

وأضافت: «اليوسفي من الحمضيات، أي إنه يهيج الغشاء المخاطي للمعدة ويسبب التهاب المعدة لدى الأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة في الجهاز الهضمي، ويحتوي على نسبة مرتفعة من سكر الفركتوز، لذلك يجب على مرضى السكري ومن يعانون مشكلات في عملية التمثيل الغذائي للكربوهيدرات ومن قرر التخلص من الوزن الزائد الانتباه لذلك».

ووفقاً لها، يجب ألا تتجاوز كمية اليوسفي التي يتناولها الشخص 500 غرام في اليوم. ولا تنصح بتناول اليوسفي بعد تناول وجبة الطعام مباشرة، بل يجب التمتع بتناولها خلال فترة النهار.