

«كردورة» لطلاب «إكيل الغار» في اللاذقية



«كردورة» مبادرة قام بها طلاب برنامج «إكيل الغار» (أحد برامج الأمانة السورية للتنمية لدعم ذوي الشهداء والجرحى) بمناسبة عيد الشهداء، بالتعاون مع مديرية الثقافة في محافظة اللاذقية، المبادرة جاءت بعد سلسلة من التدريبات التي تقدمها الأمانة السورية للتنمية للتمهيد للطلاب بهدف بناء قدراتهم ليتمكنوا من المشاركة في عملية التنمية.

تضمنت المبادرة زيارة للأطفال وذوي الطلاب المستفيدين من البرنامج لعدة أماكن، بهدف تعريف الأطفال بهذه الأماكن، ومشاركتهم الفاعلة في المجتمع على الرغم من الظروف المحيطة.

محطات الزيارة كانت من المغامرة الاستكشافية ضمن مركز الأمانة السورية للتنمية إلى معهد العجان للموسيقا، ثم المتحف الوطني في اللاذقية.

معرض تشكيلي يجسد آلام السوريين

أقام المركز الثقافي العربي بأبو رمانة معرضاً تشكلياً ضم خمسين وخمسة وعشرين لوحة إضافة إلى ست منحوتات شارك فيها عدد من خريجي كلية الفنون الجميلة. وشملت اللوحات مواضيع مختلفة تضمنت تحولات الأزمة في سورية والآلام التي يعاني منها الشعب السوري بسبب المؤامرة التي تحاك ضد بلده وقد رسمت أغلب اللوحات المشاركة بالألوان الزيتية وبأساليب مختلفة انتمت إلى مدارس فنية واقعية وتجريدية ومنها ما جمع بين المدرستين فيما كانت أغلب المنحوتات على خشب الصنوبر بأسلوب واقعي عبر عن أحزان الإنسان وآلامه إضافة إلى البرونز الذي جسّد وجوهاً وشخصيات أعطت انعكاسات الحرب على سورية.

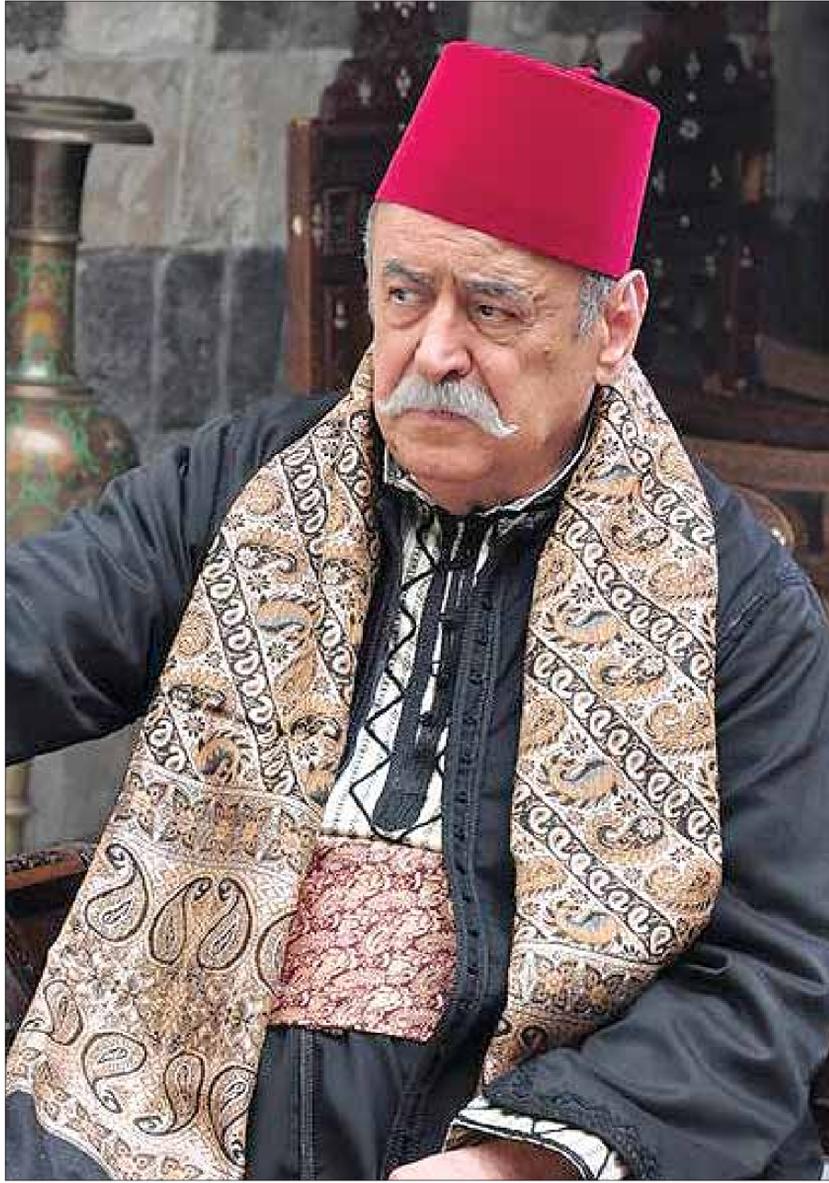
محمد باش في دار الأوبرا المصرية



أحيا الفنان السوري محمد باش حفلاً غنائياً على مسرح الميدان في دار الأوبرا المصرية ضمن فعاليات مهرجان الألعاب الفرعونية الذي يهدف لدعم السياحة في مصر، وهو من تنظيم جمعية «وصف مصر» بالتعاون مع نقابة المرشدين السياحيين في التاسع من أيار. وقدم باش في الحفل مجموعة من أغنيات ألبومه الجديد «أنا المشتاق» وأغانيه المنفردة الخاصة حيث افتتح بأغنية «مجنون» وختم بأغنية «رح أنساكي».

كما خص أهالي مصر بأغنية جديدة قدمها كمفاجأة تحمل عنوان «وسط البلد» كلمات محمد محبي، والحنان أحمد صالح، وتوزيع أحمد عبد العزيز. في ختام الحفل قدمت جمعية «وصف مصر» درعاً تكريمياً للفنان محمد باش عربون شكر على مشاركته في المهرجان وتبنيته دعوتهم دعماً للسياحة في مصر.

أسعد فضة زعيم الحي



الفنان السوري القدير أسعد فضة في أحد مشاهد مسلسل «صدر البان» بشخصية «أبو صالح» زعيم الحي وصاحب الهيبة والكلمة المسموعة.



من دفتر الوطن

نعمة الأمل

عصام داري

كم نحن بحاجة إلى حزمة من نور لنغزلها نسيجاً يضيء نفوسنا المتعبة والخروج من هذه الظلمات التي غرقنا وأغرقنا فيها. وكما نحتاج إلى جرعة أمل وتفاؤل وسط هذا الهشيم الذي صار عنوان مرحلة هي الأسوأ في تاريخنا أفراداً وجماعات.

وصلنا في أحيان كثيرة إلى حافة اليأس، وكنا نسطق في هوتها العميقة التي لا خلاص منها، لكن بارقة لمعت في الأفق وفي العقل أرجأت السقوط الكبير، وفتحت بوابة مواربة قد تنقلنا من أعماق البؤس إلى شواطئ الخلاص.

من يعيش الحياة والفرح والحرية والانطلاق فلا تعوقه جبال التحدي، ولا جحافل الغيلان وأسراب الجراد التي هجمت علينا تريد سرقة أحلامنا وزراعة دروبنا المزهرة والمعشوشة بالأشواك والصبائر.

لا يمكن لمن يزرع الأزاهير أن يحصد السراب واليباب، ولن يستطيع على تغريد العصفير والحمام، أن ينم على صوت القنابل والتفجيرات والصراخ والوعويل.

نعرف أن الظلمة باتت تلغنا وتلون نهاراتنا قبل ليلنا، لكننا نعرف كيف نقطف من قلب الشمس وكبد القمر شعاعات من نور وضوء نبرها في دروبنا التي رسمناها بريشة فنان، وكتبناها بأجديبة شاعر، وعزفناها لحناً سماوياً يتردد صدها في أرض لم تعرف يوماً إلا الحب والعشق الراقع.

كثبت قبل أيام عن حلاوة الأيام ومرارتها، قلت، فيما قلت: إن زراعة وردة أمل كل يوم في بستان الأشواك ليست عملية سهلة، فمع كل وردة تلدغك شوكة كعقرب، تذكرك بأنك في الزمان الغلط المشحون بأشباح وغيلان تحتل مساحات كانت لإنسان طبيعي يعشق نسائم الصباح، وسهرات الزجل والغزل على ضوء القمر. وكتبت أيضاً: الحياة تحتاج إلى فارس لا يخشى الخوض في أشرس المعارك في سبيل الرغيف والحرية وكلمة الغزل المنووعة في مجتمع وأد البنات واغتيايل العصفير وسحق الفراشات والأزاهير.

وكما نحن بحاجة إلى النور والضوء والتخليق في المسافة الشاسعة التي تفصل بين الحلم والحقيقة، وبين السحر الكامن في عيون الصبايا، وبين قسوة الدنيا وحشية الثواني، نحتاج كذلك إلى قوة الآخرين وعزيمتهم كي نقوى معاً في معارك الحياة الطاحنة، ودوام الأيام التي لا تعرف الرحمة.

نتمسك بخيوط أوهى من خيط العنكبوت لنثبت لأنفسنا أننا نسير على درب الصبح الذي ينتشلنا من بؤرة الشك والقلق والتوهان، ولنتفجع الآخرين أن أبواب الأمل مفتوحة على غد هو الأمل، ومستقبل هو تلك الصورة التي رسمناها لأنفسنا منذ زمن الفرح الضائع، فهل نعيش الحلم، أم نلحم في بقظتنا الرهنة؟

في نهاية درب التفكير الذي قادنا إلى العديد من المتاهات والأسئلة التي يصعب حلها، لابد من الاعتراف بأن من لا يملك نعمة الأمل، لا يملك فرصة للحياة، أو على الأقل، سيجعل حياته جحيماً مستمراً.

فاتركوا لأنفسكم مساحة، ولو صغيرة، لحلم قد يتحقق، ولأمل اخترعوه إذا هجركم ورحل نحو يأس محتمل، فنعمة الأمل هي العملة التي تحتاجها في هذا الزمن الصعب قبل أن يخنقنا اليأس ويرهقنا حزن عميق وثقيل يرفض الرحيل!

نم ذكاء الطفل بلعبة التركيز على الأصوات

غادة عبد الرازق: لا أحب مشاهد (التفصيص)



كشفت الممثلة المصرية غادة عبد الرازق أن المشاهد الساخنة التي ظهرت لها في السينما المصرية لم تقدمها بنفسها.

وقالت: «هناك العديد من المشاهد التي أرفض تقديمها، قدمت من قبل دور الشاشة جنسياً، وكذلك رقصت أمام الكاميرات برقعاً في النوم، ولكن أرفض أن يأتي فنان ما مثلاً ويخلع في ثيابي أمام الكاميرا، لا أحب مشاهد (التفصيص)».

وتابعت: «في فيلم (الريس عمر حرب) كان هناك مشهد يحتوي في آخره على قبلة من الفم، لم أكن أنا التي صورت المشهد، وأخبرت مخرج الفيلم في لن أقوم بهذا المشهد واستعنا بكميارياس».

وفسرت ذلك قائلة: «أشعر أن هذا المكان مخصص للزوج ولا يصح أن يكون لآخر، ورفضني ليس فقط من أجل زوجي بل ابنتي أيضاً».

الحبوب غير المقشرة تقلل من خطورة حصول الوفيات

ووجد الباحثون مؤشرات تتعلق بتناول الحبوب غير المقشرة إذ إن تناولها يقلل من خطورة حصول الوفيات نتيجة للإصابات المبكرة بأمراض القلب أو الإصابة بأمراض الرئة أو الإصابة بمرض السكري.

ونصح الباحثون بتناول نحو ٣٤ غراماً من الحبوب غير المقشرة لكل ألف كالوري من السعرات الحرارية أي ما يعادل ٤ شرائح من خبز التوست الأسمر.

وصلت دراسة أجراها باحثون في جامعة «هارفارد» إلى أن تناول كميات عالية من الألياف الغذائية المتوافرة بجزارة في الحبوب غير المقشرة، يقلل من خطورة حصول الوفيات نتيجة الإصابة بأمراض السرطان والقلب والسكري بنسبة ١٧٪.

فإن كنت تريد أن تعيش بصحة جيدة، وأن تحافظ على وزنك ينصح خبراء تناول خبز التوست الأسمر، هذا ما أكدته الدراسة.

الديون مستحقة الدفع تسبب إجهاداً شديداً

تبين أن الديون القصيرة الأجل المستحقة الدفع تسبب إجهاداً شديداً أكثر من القروض الطويلة الأجل الخاصة بالقرع أو التعليم.

وهذا ما توصل إليه علماء جامعة ويسكونسن الأمريكية من دراستهم العلمية تحت عنوان «ديون الأسر وأعراض اكتئاب الكبار في الولايات المتحدة».

وبعد تحليل نتائج الدراسة التي تضمنت إجراء استطلاع واسع في الولايات المتحدة خلال أعوام ١٩٨٧ - ١٩٨٩ و ١٩٩٢ - ١٩٩٤، تبين أن أغلب الذين عليهم ديون قصيرة الأجل مستحقة الدفع استقرضوها بالبطاقة الائتمانية، كانوا يعانون كآبة وتوترأ نفسياً شديداً، لعدم تمكنهم من تسديد هذه الديون في حينها. وأغلبية هؤلاء الأشخاص تراوحت أعمارهم بين ٥١ و ٦٤ سنة ومستوى تعليمهم لا يتجاوز التعليم الثانوي، كما لم يكتشف الخبراء أي دليل يشير إلى ميل الذين استقرضوا الأموال لشراء سيارة أو عقار أو لتسديد أجور التعليم العالي، إلى الإصابة بالكتابة.

ويعود سبب ذلك إلى أن استقراض الأموال باستخدام البطاقة الائتمانية يكون بفوائد عالية، وأن هذه الأموال تنفق سريعاً. من جانب آخر القروض الموجلة يعتبرها أغلب الناس عملية استثمار.

قبّلت طفلها ورمته من فوق الجسر

نكرت صحيفة «ميرور» البريطانية أن امرأة أميركية حاولت الانتحار عبر القفز من فوق جسر يبلغ ارتفاعه ١٥ متراً في بنسلفانيا إلى النهر بعد أن قبّلت طفلها الذي لا يتجاوز عمره العام قبلة الوداع الأخيرة، ورمته ورمت نفسها من فوق الجسر، موضحة أن أحد رجال الشرطة عثر على الطفل على بعد أكثر من ٦٠٠ متر من مكان الحادث طافياً على وجه المياه، وأجرى له عملية تنفس اصطناعي قبل أن ينقله إلى المستشفى ويفارق الحياة، ومن المزمع تشريح جثة الطفل لتحديد سبب الوفاة.

وأشارت الصحيفة إلى أن الفتاة أصيبت بإصابات خطيرة بعد سقوطها من هذا العلو المرتفع، ولكنها تمكنت من الوصول إلى ضفة النهر، لافتة إلى أن الشرطة وجهت إلى بيبي التي لا تزال تخضع للعلاج في المستشفى تهمة القتل العمد، ولم يعرف إلى الآن السبب الذي دفع بيبي لارتكاب هذه الجريمة البشعة، وما العقوبة التي ستواجهها؟

مي سليم: لن أعتزل الغناء



أكدت الفنانة المصرية مي سليم، أنها لم ولن تعتزل الغناء، وليس لديها نية لهذا الأمر.

وتابعت: «متعجبة من حال الناس وسائل الإعلام، إذا ركزت في الغناء قليلاً، قالوا إنني اعتزلت التمثيل، وإذا ركزت في التمثيل، قالوا إنني اعتزلت الغناء».

وأوضحت أنها أجلت طرح ألبومها من موسم شم النسيم، إلى عيد الفطر، وذلك بناءً على طلب الشركة المنتجة، ونصيحة العديد من الأصدقاء المقربين.

ومن جهة ثانية، تواصل سليم تصوير أكثر من عمل تليفزيوني، سيعرض في رمضان، وهي «ولي العهد»، «حواري بوخارست»، و«نصيب وقسمتك».

وأعلنت أنها أنعت العديد من الحفلات مؤخراً، وذلك بسبب انشغالها بتصوير تلك الأعمال، وليس لأنها اعتزلت الفن، منملاً زعمت بعض المواقع الغفنية.

التعليم في الأماكن المقنونة يقلل خطر النظر لدى الأطفال

أكدت دراسة أن إعطاء الدروس للأطفال في الهواء المفتوح أدى لانخفاض قصر النظر بنسبة ٢٣٪، حيث كانت دراسة قد أجريت بالعين في السابق وجدت أن ٨٠٪ من الأطفال بالعاصمة بكين يعانون من قصر النظر، وحالياً فإن بعض المدارس هناك توفر صفوفاً من جدران زجاجية بحيث يمكن للطلاب النظر إلى الخارج نحو الأفق المفتوح عوضاً عن الجدران المصمتة.

ومن الجدير بالذكر، يعتقد باحثون أنه للحفاظ على صحة البصر لدى الأطفال يجب السماح لهم بالدراسة في المناطق المفتوحة، حيث يرون المدى الواسع ويتعرضون لضوء النهار، ويرون أنه كلما زادت الفترة التي يقضيها الشخص في قراءة الكتب أو على شاشة الحاسوب زاد تراجع البصر.

ومع ذلك، فقد يكون التفسير لهذه العلاقة ليس أن النظر إلى شيء على مسافة قريبة يؤدي لقصر النظر، بل عدم وصول كمية كافية من ضوء النهار إلى العين ما يؤدي إلى تراجع البصر.