

## «يوم الوفاء لسورية» دعماً للجيش

تقيم الهيئة العامة لدار الأسد للثقافة والفنون - أوبرا دمشق أمسية موسيقا جاز بعنوان «يوم الوفاء لسورية» يحييها سيمون مريش وعلي خلقي مع نخبة من الفنانين دعماً للجيش العربي السوري والقوات المسلحة بالتعاون مع موقع «سبريا إن» من شبكة أرام الإخبارية وذلك على مسرح الدراما في الساعة السادسة من مساء يوم الخميس القادم.

كما تقيم لقاءً شعرياً مع الشاعر علي خلف الإمارة من العراق وذلك في القاعة المتعددة الاستعمالات في الساعة الخامسة من مساء يوم الأربعاء المقبل.

## حماة بعيون أطفالها في لوحات بيدها

| حماة- محمد أحمد خبازي

(حماة بعيون أطفالها) هو عنوان المعرض الفني الذي نظّمته مديرية السياحة بالتعاون مع مديرية الثقافة لأطفال حماة، الذين عرضوا لوحاتهم البيديه في خان رسمت باشا، للتعبير عما يجول في خواتمهم من أفكار وتطلعات وقناعات، بأسلوب فني وإبداعي متميز، صقلته الدورة الفنية التي خضع لها الأطفال على مدى شهر بإشراف الفنان التشكيلي موفق جمال، الذي أكد أن المعرض الذي يستمر حتى السادس من الشهر الجاري، قد ضم لوحات فنية ذات مستوياتي الأولى للأطفال الصغار، والثاني للأطفال الناضجين الذين يملكون موهبة فنية جيدة، وتراوحت أعمارهم بين ٧ و١١ سنة، وتم تدريبهم على أسس ومبادئ الفن التشكيلي والطرق المثلى للتعبير عن أفكارهم وخواتمهم ومشاعرهم، ورسمها بأشكال وقضايا وموضوعات متنوعة.

## «همس الحروف» محاكاة الفن الحديث

برعاية وزارة الثقافة، انطلقت ورشة عمل للخط العربي بعنوان «همس الحروف» في المعهد الثقافي للفنون التطبيقية - قلعة دمشق وتسترمت حتى الثالث عشر من الشهر الحالي.

وتهدف الورشة إلى تدريب الطلاب والراغبين والمهتمين في الخط العربي بتنفيذ لوحات حروفية تحاكي الفن الحديث مع الحفاظ على أصالة الخط العربي بما يتناسب مع المدارس الفنية الحديثة بإشراف مدير وأساتذة المعهد ومشاركة طلاب «معهد الفنون التطبيقية - معهد ادم إسماعيل - معهد وليد عزت».

## سيرين عبد النور: التمثيل أخذني من عائلتي



أكدت الفنانة اللبنانية سيرين عبد النور أنها ستبتعد في الفترة القريبة المقبلة عن التمثيل لتركز أكثر على الغناء حيث تريد أن تقدم أعمالاً غنائية جديدة.

وأضافت محببة عن سؤال إلى أي مدى التمثيل أخذك من الغناء: «التمثيل أخذني من كل شيء، حتى من عائلتي لأن عائلتك تصبح المخرج والكاتب والممثلين على مدار ٤ أشهر على الأقل». وبعد أغنيتها الناجحة «عمادي» أعلنت سيرين أنها ستستعد لإطلاق أغنية جديدة مع الفنان الشامل سليم عساف تكشف عنها قريباً.

## كيث ديل كاستيلو في سانتياغو



الممثلة المكسيكية كيث ديل كاستيلو نجمة فيلم «The 33» خلال العرض الأول للفيلم في سانتياغو.



## من دفتر الوطن

### ضربة شمس!

عصام داري

قررت وأنا يكامل قواي العقلية عدم كتابة زاويتي في «الوطن» لأسباب كثيرة ومثيرة، ومن هذه الأسباب:

ارتفاع درجات الحرارة.. ارتفاع الأسعار التي تسابق درجات الحرارة.. انقطاع الكهرباء المتكرر والكيفي!! تجمد القلب.. غياب الحب.. هبوط سريع للأغنية العربية.. والسورية بصفة خاصة.. ضجيج المدن.. الهروب من الأرياف.. زحمة السير.. تقادم الفساد.. ارتفاع نسبة الفقراء.. سرقة المال العام.. والخاص أيضاً.. شح المياه.. تصحر الأرض.

لن أكتب زاويتي هذا الأسبوع لأن جهنم أرسلت لنا موفدها ليشوينا ويحرقنا ويعيد تلويين بشرتنا وفق أحدث موضة البرونزاج الإجباري، وقد اكتشفت أن ارتفاع درجات الحرارة يصاحبه انخفاض حاد في نسبة الإبداع، في الكتابة والرسم والموسيقا وفي كل الفنون.

وبما أنني فقدت الكثير من التركيز فسأكتب أي عبارة تتباير إلى ذهني من دون تدقيق، وهذا الأمر يعيدني إلى سنوات بعيدة خلعت ربما منذ ربع قرن، عندما كنت أكتب زاوية في مجلة الشهر اسمها «حديث حشاش».

وأعترف أنني لطشت عنوان الزاوية من الصحفي الكبير الراحل حبيب كحالة، صاحب مجلة المضحك المبكي التي بدأت في ثلاثينيات القرن الماضي، وحتى الستينيات.

ولأن الحشاش معنور في كل ما يقول، فيحرق لي أن أنتقد الإعلام والثقافة والفن والاقتصاد والسياحة وجشع التجار وفجر الفجار وأداء حكومتنا المهزومة في الكثير من قراراتها.

قالوا لنا إننا في حالة حرب! شكراً لهذه المعلومة التي كانت غائبة عن أنهارنا، وفي حالة الحرب يحدث كل شيء، المعقول واللامعقول، وعلى المواطن أن يتحمل ويتمتع بالصبر، وما نحن صابرون حتى مل الصبر منا، لكن كي يتحمل المواطن ويصبر يجب أن يشعر أن كل السوريين يعيشون حالة الحرب تلك، وليس فقراء سورية فقط الذين يتحملون حالة الحرب، في حين يعيش المترفون حالة الدعة والرفاهية حتى في حالة تقنين الكهرباء!.

الفقراء هم الذين يدفعون ضريبة الدم ويدافعون عن تراب الوطن، والأغنياء يهربون أموالهم وأولادهم إلى الخارج هرباً من واجب خدمة هذا الوطن، وغداً عندما يسجل الفقراء النصر، سيغود الأغنياء لقطف ثمار ذلك النصر، ويكتفي الفقراء بالجلوس في الصفوف الخلفية يدفعون الضرائب عن طيب خاطر، ويتركون طبقة الفاسدين والمفسدين «تسقط» خيرات الوطن حتى آخر قطرة.

يبدو أنني «عكيت» ولكن عذري أنني مصاب بضربة شمس، وبأنتي استعرت لغة الحشاشين، وتذكرت «حديث حشاش» وحننت إلى الماضي عندما كنت أؤمن كل ما يخطر على بالي، ولا تتنسا أنني اعتذرت عن كتابة زاويتي في «الوطن»، أي إن كل ما كتبتة حتى الآن مجرد كلام في الهواء لا وجود له حقيقة، وأظن أن أحداً لن يحاسبني على ما خط قلبي، وأنا في غاية الاطمئنان، فلا أحد سيقرأ، وخاصة أننا في حالة حرب!.

أتمنى أن تضرربي الشمس بين الفينة والأخرى لأفقد الوعي مؤقتاً، وأن يزورني الجنني الذي يعطيني المفردات والجملة التي تؤهلني لكتابة «حديث حشاش» كي أمثلك الجراة اللازمة لأضرب بسلاح الكلمات الذين لا تؤثر فيهم كل أسلحة الأرض، لأنهم فقدوا كل المشاعر والأحاسيس الإنسانية.

اقبلوا عذري فلن أكتب هذا الأسبوع ونلتقي في الأسبوع القادم.

## شارليز ثيرون تبني طفلها الثاني



ضمّت عائلة ثيرون فرداً جديداً للعائلة بعد أن أعلنت النجمة شارليز ثيرون عن خير تبنيها طفلاً جديداً.

وبقيت تتواصل نحو ستة أشهر مع إحدى الوكالات المختصة بالتبني للوصول إلى اتفاق، وتولت مسؤولية الحضانه للطفل في أواخر شهر تموز الماضي.

شارليز البالغة من العمر ٣٩ سنة من أصل إفريقي، تبنت الطفلة المولودة حديثاً في أميركا من أصل أفريقي أيضاً، اسمها أوغست، وتذكرت تقارير صحفية أنها أرادت تحديداً أن تبني فتاة حالياً، وهذا ما حصلت عليه، وهذه ليست المرة الأولى التي تبني فيها طفلاً، فالجدير بالذكر أن شارليز تبنت ستة ٢٠١٢ طفلاً الأول، جاكسون، من جنوب إفريقيا.

## امرأة قادرة على جرّ شاحنة

توجت كاثرين بارتليت، وهي أم لطفلين تبلغ من عمرها، أقوى امرأة في بريطانيا بسبب قوتها الخارقة وقدرتها على جرّ السيارات والشاحنات. ولم يمض سوى ثلاث سنوات على ممارسة هذه الرياضة إلا أنها حازت لقبين خلال هذه المدة، وقالت كاثرين التي تظن في

مدينة ساوثمبتون، إنكلترا: إنها تتمرن خمس مرات في الأسبوع مدة ١٢ ساعة تقريباً على يد مدرب خاص. وأضافت: إنها أنشأت، أخيراً، فريقاً يعنى بإمارة القوة وهي تديره لمساعدة أصدقائها وأشخاص آخرين مهتمين بهذه الرياضة.

## منظمة للمساعدة على الانتحار

أعلنت منظمة سويسرية تساعد المرضى الميتوس من شقائهم على التخلص من حياتهم وتذافع عن حقهم في رفض العلاج الطبي، أن السلطات المحلية سمحت لها بفتح وحدة جديدة للمساعدة على الانتحار.

وأوضحت المنظمة التي تقدم عقاير مساعدة من بريد الانتحار، أن المجلس المحلي للمباني في بازل رفض اعتراضات على خطتها تحويل جزء من مكتبها في سويسرا إلى قاعة للمساعدة على الانتحار. وقال المدير التنفيذي للمنظمة: «أنني أتصور أننا سنضمضي قدماً في إنشاء الوحدة الثانية لأن الهدف منها واضح، المرضى الذين يعيشون في بازل ممن لا يمكن مساعدتهم وهم من منطقتهم ومن لا يستطيعون السفر إلى زوريخ يمكن أن يجدوا مكاناً يهون فيه حياتهم».

## السيانخ تكبح شغف الرجال بالطعام

توصل فريق من الباحثين إلى احتواء السيانخ على مركب طبيعي يمكن أن يبطيء هضم الدهون، ما يؤدي إلى الحد من الجوع والرغبة الغذائية، خصوصاً بين الرجال.

وتوصل الباحثون إلى احتواء السيانخ على خلاصة مركزة من مركب «فيلاكويدز» الذي يعمل بدوره على تشجيع إفراز هرمون الشبع، وهو مفيد في السيطرة على الجوع.

وقال الباحث فرانك جرين: إن الحد من الجوع والرغبة في الطعام المالح، بفضل تناول «فيلاكويدز» المتوافر في أوراق السيانخ، لتصبح مفيدة بشكل خاص للأشخاص الذين يعانون من ضغط الدم المرتفع، ومشاكل في الوزن.

وكان الباحثون قد عكفوا على فحص تأثير تناول جرعات من خلاص «فيلاكويدز»، المركزة المستخلصة من السيانخ على الشبع، وتناول الطعام، والدهون ومستوى الجلوكوز في الدم، مقارنة بتناول عقار وهمي.

وقد أجريت الأبحاث على أكثر من ستين شخصاً (بواقع ٣٠ رجلاً و٣٠ امرأة) يعانون من زيادة الوزن والسمنة، حيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين تناول أفراد الأولى مستخلص «فيلاكويدز»، الطبيعي المستخرج من السيانخ، على حين تناول أفراد الثانية عقارا وهمياً لنحو الأسبوع.

وأظهرت النتائج والمتابعة إلى أن مستخلص «فيلاكويدز» الموجود في السيانخ يزيد من الإحساس بالشبع على مدى ساعتين عقب تناول السيانخ، مقارنة بالدواء الوهمي.

ولم تكن هناك اختلافات في نسبة الدهون في البلازما واستهلاك الطاقة في العشاء، إلا أن الأبحاث أظهرت اتجاهها إلى انخفاض استهلاك الطاقة بين الرجال. وكانت دراسة سابقة أشارت إلى أن النساء اللاتي يتناولن السيانخ يتراجع بينهن بصورة كبيرة الميل إلى تناول الحلويات في حال تناولهن جرعة واحدة من مستخلص «فيلاكويدز».

## دينا هايك تطمح للتمثيل



صرحت الفنانة اللبنانية دينا هايك بأنها تطمح لدخول مجال التمثيل، مؤكدة أنها تنتظر العرض المناسب والمخرج المناسب لاكتشاف مواهبها. وقالت إنها لظروف خاصة، رفضت عرضاً قدم لها عن حياة الفنانين كاملينا وأسسمهان، وعبرت عن إعجابها بأداء الفنانة اللبنانية هيفاء وهبي في التمثيل. وتستعد هايك لتصوير أغنيتها الخليجية الجديدة التي سجلتها مع الفنان حاتم العراقي، مشيرة إلى أن ألحانها الجديدة يجمع بين الأغاني المصرية واللبنانية والخليجية.

## الفيسبوك

### يجبر النساء

### على اتباع

### حمية خطيرة

بيّنت نتائج دراسة علمية أن «الفيسبوك» يجبر النساء على اتباع حميات غذائية قاسية خطيرة على صحتهن، وقد أجرى هذه الدراسة علماء من جامعة كارولينا الشمالية الأميركية، وبيّنت نتائجها أن النساء اللواتي يستخدمن الفيسبوك لمقارنة إنجازاتهن بنساء أخريات يجازفن بحياتهن، ولفتت إلى أنه بعد مشاهدة صور الأخریات في الفيسبوك ومقارنتها بصورهن الشخصية، يسرعن إلى اتباع حميات غذائية قاسية، لكي يصبحن شبيهات بالأخريات، وتفسر هذه النتائج إلى أن الشباب المدممات على الفيسبوك يسعين لأنفسهن مشاكل صحية خطيرة على حياتهن، ودرس الباحثون المواد الغذائية التي تتناولها ١٢٨ طالبة عادة، والمدة الزمنية التي تقضيها كل واحدة منهن في الفيسبوك، وتوصلوا إلى نتائج غير مريحة، واتضح أن الفتيات اللواتي يتفقن وقتاً طويلاً في شبكات التواصل الاجتماعي، يقارن مقاييس جسمهن بمقاييس أجسام صديقاتهن ويخرتن حميات غذائية خطيرة على الصحة. أما اللواتي لا يقارن أنفسهن بالأخريات فتتأراً ما يعرن اهتماماً للرشاقة.