

«دريد لحام يكشف عن أسراره في «المنتمي»



بعد انتهائها من فيلم «الجميل» الذي قدمت من خلاله مشوار الفنان المصري جميل راتب، تحضر المخرجة ماجي أنور لعمل جديد عن الفنان السوري دريد لحام. وأكدت أنها مشغولة حالياً في مونتاج الفيلم، مؤكدة أن الفيلم سيحمل اسم «المنتمي» وأن تصوير العمل تم خلال ظروف الحرب، مشيرة إلى أنه تم الوقوف بين حدود لبنان وسورية لتصوير الفيلم. وكشفت عن سبب اختيارها لاسم «المنتمي»، مشيرة إلى أن الاسم جاء كإشارة للشام وخاصة أن دريد لحام يمثل سورية، وأن الفنانين السوريين يعتبرونه أحد النجوم الذين أثبتوا أن الفنان السوري له مكانته في العالم العربي. وأكدت المخرجة الشابة أن الفيلم سيكشف عن الكثير من أسرار منزل

دريد لحام، وكذلك عن قصص حبه، كما سيكشف عن الكثير من الأمور التي لم يعلنها في وقت سابق.

التعلم عن طريق اللعب ضمن فعالية «أفكارك عم تضحك» في مشروع مسار



أقام مشروع مسار فعالية خاصة بمناسبة عيد الطفل العالمي تحت عنوان «أفكارك عم تضحك»، تم فيها تطبيق نشاطات هادقة تفاعلية متنوعة للأطفال. تؤكد أهمية التعلم عن طريق اللعب والتفاعل.

وتمت النشاطات محطات متنوعة مثل نشاط كرسى ساخن الذي يعتمد على التعبير عن الرأي ويهدف إلى الإصغاء واحترام آراء الآخرين، ونشاط تبني نبتة الذي يقوم على تحفيز الأطفال على الزراعة وتنمية حس المسؤولية لديهم من خلال زراعتهم لنبتة خاصة بهم، إضافة إلى الأشغال اليدوية والصلصال التي تساعد على تعزيز مهارة الإبداع لديهم، والتفكير ومساقات متنوعة، كما وجه الأطفال رسالة سلام إلى أطفال العالم من خلال نشاط رسالة سلام، إلى جانب النشاطات السابقة تم تطبيق النشاطات الخاصة بمشروع مسار من المعارض الداخلية للمغامرة الاستكشافية الثانية، والمعارض الخارجية التفاعلية المتضمنة رحلة بين الحضارات والألعاب الحركية وخريطة كنز الماء وخريطة سورية.

كما ضمت الفعالية نشاطات من جمعيات ومؤسسات مختلفة هي كشاف سورية، الجمعية الفلكية السورية، مجلة أسامة ودمشق للدرجات الهوائية، ومشروع مسار هو إحدى مؤسسات الأمانة السورية للتنمية، الموجهة للأطفال تهدف من خلال نشاطاتها وفعاليتها إلى توفير بيئة ترفيهية وتربوية للأطفال، تساعد على اكتساب المعلومات بطريقة تفاعلية بالإضافة إلى مساهمتها في تطوير مهارات الأطفال الذهنية والحركية. وتحتفل دول العالم بيوم الطفل العالمي في ٢٠ تشرين الثاني من كل عام بناء على توصية من الجمعية العامة للأمم المتحدة ليكون يوماً للتأخي والتفاهم العالمي بين الأطفال وللعمل من أجل تعزيز رفاهية الأطفال في العالم، وحث الحكومات على سن قوانين وأنظمة لحماية حق الطفولة والتبصر بما يعانيه الأطفال في بعض دول العالم.

إليزابيت روم في «The Danish Girl»



النجمة إليزابيت روم خلال حضورها العرض الأول لفيلم «The Danish Girl» في لوس أنجلوس بكاليفورنيا. (رويتزر)

«هنا لنا» أتمت المهمة

«أحباب يا بلدي» يسلمون الريع للعمال المصابين



تحقيقاً للهدف الأسمى الذي نظمت لأجله احتفالية «هنا لنا»، أتم أعضاء مبادرة «أحباب يا بلدي» المهمة وسلموا الريع الكامل لعمال الإطفاء والكهرباء والإسعاف والنظافة والصيانة (المصابين) أثناء تاديتهم لمهامهم الوظيفية.

وسلم المكافآت المالية لـ١٣٤ عاملاً كل من محافظ دمشق بشر الصبان، والفنانين دريد لحام، ومصطفى الخاني، وطاهر مامللي، في نادي محافظة دمشق بقرسوسة.

وكان حفل «هنا لنا» قد أقيم في الرابع عشر من الشهر الماضي في دار الأسد للثقافة والفنون بمشاركة شخصيات فنية ورياضة واجتماعية، تلاه حفل عشاء خيري تم بيع من خلاله أربع لوحات تحمل توقيع الفنانين المشاركين بالمزاد العلني.

وتهدف الفعالية إلى محاكاة الانتماء الوطني وتعزيزه ورفع الروح المعنوية الوطنية، والتأكيد أن كل فرد هو شريك مهما بلغت إمكاناته وإسهاماته.

حيوانك الأليف في غرفة النوم قد يصيبك بالآرق

اقتناء حيوان أليف قد تكون له منافع صحية عديدة إلا أن الاستمتاع بنوم عميق ليس بالضرورة أحدها.

عندما خضع عدد من أصحاب الحيوانات الأليفة للدراسة في مركز لعلاج اضطرابات النوم بولاية أريزونا قال أكثر من نصفهم إن حيواناتهم تنام معهم في غرفة النوم.

وتبين في الدراسة أن واحداً من بين كل خمسة مشاركين يجد أن حيوانه يقطع عليه نومه لكن اثنين من كل خمسة قالوا إن الحيوان الأليف لا يأتي بأفعال تقطع النوم بل ربما يساهم في الدخول في نوم عميق.

وقال القائمون على الدراسة: إن الأصوات والحركات والحرارة والروائح والمواد المثيرة للحساسية كلها عوامل في الأجواء المنزلية يمكن أن تؤثر على القدرة على النوم.

ولمعرفة كيف يمكن أن تؤثر الحيوانات الأليفة على النوم أجرى الباحثون استبياناً شمل ١٥٠ شخصاً من الخاضعين للعلاج، وكان ما يقرب من نصف المشاركين وعددهم ٧٤ شخصاً لديهم حيوانات أليفة و٣١ منهم لديه أكثر من حيوان في المنزل. وتحدث ١٥ شخصاً عن مشاكل في النوم بسبب الحيوانات الأليفة لأسباب بينها تحولها في الغرفة وشخيرها وتشنجاتها أحياناً، لكن ٣١ شخصاً قالوا إن حيواناتهم الأليفة مفيدة في غرفة النوم إذ تعطيم شعوراً بالراحة والصحة والدفء في الفراش، وكان الذين ينامون بمفردهم هم أكثر المتحدثين عن الشعور بازدياد لوجود حيوان أليف في غرفة النوم، ووجد الباحثون أن نتائج الدراسة تشير إلى أنه من المفيد أن يتطرق الأطباء لمسألة الحيوانات الأليفة لدى علاج المرضى الذين يعانون اضطراباً في النوم.

ما رأي مايا دياب في برامج المسابقات الغنائية؟

المضادات الحيوية لا تعالج نزلات البرد



تشكل مقاومة الجراثيم للمضادات الحيوية ذعراً عالمياً، وقد لفت الانتباه إلى أن الكثير من الناس يأخذون المضادات الحيوية لأعراض بسيطة مثل البرد والإنفلونزا من دون أن تستطيع هذه الأدوية علاجها، هناك تشديد على مزودي الرعاية الصحية على التخفيف من وصف كل أنواع المضادات الحيوية، وخاصة أن ١٠ بالمائة فقط من نزلات البرد يمكن علاجها بهذه الأدوية.

معظم نزلات البرد حالياً تعود إلى الحساسية أو العدوى الفيروسية، وهي لا تحتاج إلى مضاد حيوي لعلاجها، تعالج المضادات الحيوية الأمراض البكتيرية، وليس الفيروسية. وقد بين استطلاع أن ٧٦ بالمائة من المشاركين قد تناولوا المضادات الحيوية خلال الأشهر الـ٦ السابقة منهم حصلوا على الدواء عن طريق وصفة طبية. الأخطر في نتائج هذا الاستطلاع أن ثلاثة أرباع المستطلعين يعتقدون بشكل غير صحيح أن نزلات البرد والإنفلونزا يمكن علاجها بوساطة المضادات الحيوية، وأن ٥٨ بالمائة منهم فقط يعرفون أنه لا يجب التوقف عن تناول المضاد الحيوي إلا مع انتهاء الكمية.

تشدد التوصيات على ضرورة اتباع تعليمات الطبيب عند تناول مضاد حيوي، واستكمال الكمية الموصوفة لأخراً، وعدم تناول المضادات الحيوية لعلاج نزلات البرد أو الإنفلونزا إلا إذا تم إجراء تحليل يؤكد الحاجة إلى العلاج بوساطة مضاد حيوي.

طفلة تنجو بعد أسبوع من دون طعام

أعدت الفنانة اللبنانية مايا دياب أن تنتشر برامج المسابقات الغنائية خلال الآونة الأخيرة يساهم في وأد المهاب. وأوضحت أن الاستفادة الكبرى من هذه البرامج تصب في مصلحة القائمين عليها ممثلة في القوات الفضائية التي تبت البرامج عبر شاشاتها، قائلة: «أما الاستفادة التي من المفترض أن تكون المصلحة الموهبة نفسها غير موجودة، فلهذا نجد نجماً واحداً خرج من هذه البرامج على مدار السنوات الماضية». وأعلنت دياب عن رأيها حال تلقيها عرضاً للمشاركة بأحد هذه البرامج التلفزيونية، قائلة: «هذه المسألة تتوقف على عوامل عدة منها مدى تأثير رأيي، وامتلاحي للقررات التي تؤهلني لتقييم موهبة، لأن مسألة التقييم مهمة ليست سهلة.

الفطور يساعد التلاميذ على النجاح

أفاد خبراء الحميات الغذائية في بريطانيا أنهم اكتشفوا وجود علاقة مباشرة بين تناول التلميذ وجبة الفطور ومستوى نجاحه في الدراسة. وتوصل الخبراء إلى هذا الاستنتاج بعد استطلاع اشترك فيه تلاميذ تتراوح أعمارهم بين ٩ و١١ عاماً من ١٠٠ مدرسة ابتدائية في بريطانيا. وشمل الاستطلاع أسئلة حول الوجبات

طفلة تنجو بعد أسبوع من دون طعام

أفادت صحيفة «ميرور» البريطانية أن «طفلة أميركية نجت بأعجوبة من الموت بعد أن بقيت أسبوعاً كاملاً من دون طعام إثر وفاة جدتها التي كانت ترعاها في المنزل»، لافتة إلى أنه «عثر على الطفلة براير روز اناتينش (١٥ شهراً) وهي تعاني من جفاف شديد في سريرها بعد أن ذهبت الشرطة للاطمئنان عليها». وأوضحت الصحيفة أن «تربسي اناتينش الموجودة في السجن، وهي والدة الطفلة، لم تسمع شيئاً عن والدتها التي تعنتي بالطفلة منذ السابع من تشرين الثاني الحالى». وذكرت الصحيفة أن «الأم الشابة، البالغة من العمر ٢٨ عاماً، طلبت من خطيبها أنتوني والدو أن يتوجه إلى المنزل للسؤال عن الطفلة وجدتها بعد أن عجزت الأم عن الاتصال بهما هاتفياً، وعندما ذهب والدو إلى المنزل الواقع في مدينة ماريفيل في ولاية تينيسي الأميركية وجد الباب مغلقاً، ومن خلال نافذة، رأى والدو الطفلة في سريرها وهي تنكي». ولفتت الصحيفة إلى أنه «فوراً اتصل الشاب بالشرطة ثم بالأم الشابة، التي تقبع في السجن منذ ٥ أيلول والتي أعطت الموافقة للشرطة على فتح الباب بالقوة». وكانت الطفلة ضعيفة جداً وتعاني من جفاف شديد، وقد حضرت الحماة حيث عثرت على جثة الجدة أنيت اناتينش (٥٨ عاماً) في الشارع. وأضفت الصحيفة: «نقلت روز اناتينش إلى المستشفى حيث تخضع للعلاج من الجفاف وسوء التغذية».

أميركية تسرق جينياً من رحم أمه

ذكرت صحيفة «نيويورك تايمز» أن «شابة أميركية أقدمت على قطع حجرة امرأة حامل وشقت بطنها ثم سرقت جنينها لتأخذه بوصفه ابناً». ولفتت الصحيفة إلى أن أشلى واد (٢٢ عاماً، يشتهر بأنها قتلت أنجليك سوتون وأخضعها لعملية قيصرية بدائية في شقة المهاجرة في حي بروكس في مدينة نيويورك، مشيرة إلى أن «واد قامت بنزع المولودة الجديدة من بطن أمها الميتة، وعثر خطيبها أشلى عليها وهي تحضن الطفلة التي نجت بأعجوبة من الحادث ويعتقد أن المهاجرة مصابة باضطراب عقلي وأرادت انتزاع الطفلة من بطن أمها لأنها كانت قد أبلغت جيرانها أنها حامل». ووفق الصحيفة، قام «خطيب واد بإبلاغ الشرطة بعد أن شاهداهما وهي تسير بجانب الأم القتيلة حاملة المولودة الجديدة»، موضحة أن «رجال الأمن شاهدوا الدم وقد لطح السلاسل والمداخل وقادتهم بقع الدم إلى جثة الوالدة. كما عثروا على سكين ومشمية الجنين في مقر قرب الحمام». لافتة إلى أن «الأم والطفلة قد نقلتا إلى المستشفى حيث أعلنت وفاة أنجليك لاحقاً». وأضافت الصحيفة: إنه «لم يعرف على الفور ما إذا كانت الأم القتيلة تعرف واد وماذا كانت تفعل في شقة المهاجرة»، مؤكدة أن «الطفلة بصحة جيدة ويبدو أنها ولدت بأسبوع واحد قبل موعد ولادتها ونقلت واد إلى مركز للعلاج النفسي. ولم توجه لها تهمة بعد في انتظار معرفة حالتها الصحية».

سمية الخشاب: اتركوني في حالي



بعد إعلانها عن قصة حبها التي انتهت بزواجها من طيار تعرضت الفنانة المصرية سمية الخشاب لموجة من الشائعات لتخرج وترد عليهم ولسان حالها يقول «يا حاسدين اتركوني في حالي». ولفتت إلى أنها تقرأ حالياً الجزء الثاني من مسلسل «حدايق الشيطان»، لكنها لم تقر بشكل نهائي أكانت ستقبله أم لا. وعن مشروعاتها الفنية قالت إنها مشغولة حالياً بتجهيز البومها الغنائي الجديد الذي سيعطرح قريباً بالأسواق.

الجوز يمنع

فرص الإصابة بأمراض القلب

كشفت دراسة علمية حديثة عن نتائج جديدة ومفيدة للغاية تهم قطاعاً كبيراً من الأشخاص حول العالم، حيث أفادت أن تناول حفتين من الجوز يوميًا يمنع فرص الإصابة بأمراض القلب. وتعتبر الدراسة إلى أن المكسرات وخاصة الجوز تعمل على خفض مستويات الكوليسترول في الجسم، وبالتالي تقليل فرص التعرض لأزمة قلبية. وأفادت أن تناول وجبة خفيفة تحتوي على العناصر الغذائية المهمة مثل الدهون غير المشبعة، والبروتين والفيتامينات والمعادن، أفضل غذاء لصحة القلب. وأكد الدكتور مايكل فولك، من منظمة أبحاث علوم الحياة، أن الجوز هو الوحيد الذي يقدم كمية كبيرة من الفالينولينيك (ALA) وأوميغا ٣. ووجد الباحثون خلال تحليل ٦١ دراسة، أن الجوز فعال بخفض الكوليسترول الكلي، وخاصة الكوليسترول «LDL»، الذي يسمى بـ«السيء»، وبروتين «ApoB»، وهو البروتين الأساسي الذي يوجد في الكوليسترول السيئ. إضافة إلى ذلك، أظهرت النتائج أن تناول الجوز قد يكون له أهمية خاصة في تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب في الأشخاص الذين يعانون من مرض السكري.