

## طعنت صديقتها بسبب هوسه بالفيديو

ذكرت صحيفة «دايلي ميل» أن البريطانية تري ماري بالر طعنت حبيبها ديمون سيرسون حتى الموت بسبب قضائه فترات طويلة جداً على الفيسبوك متجاهلاً الحوار معها. وأوضحت الصحيفة أن سيرسون اعتاد قضاء وقت طويل على الفيسبوك في نشر صور سيلفي وإضافة الفتيات على حسابه والتحدث معهن وتجاهل حبيبته، ما أثار غضبها، وعلى الرغم من الجدل الدائم بينهما حول الموضوع لم يغير سيرسون تصرفاته حتى ضاقت بالر ذرعاً ونشبت شجار عنيف بينهما بلغ ذروته وانتهى بطعن بالر لديمون في منزله، ثم هربت. ودافعت بالر عن نفسها قائلة إنها ألقت السكن على سيرسون، فأصابته في صدره عن طريق الخطأ، بينما أكد أطباء المستشفى أنه توفي نتيجة عدة طعنات قوية مقصودة في صدره سببت متكا في الضلع والأوردة وأحدثت جروحاً خطيرة جداً. وأشارت الصحيفة إلى أن بالر ستقضي حكماً بالسجن لمدة ١٢ عاماً قبل حصولها على الإفراج المشروط.

## كأس من النبيذ يومياً قد تسبب السرطان

بيّنت نتائج دراسات عديدة أجريت خلال السنوات الأخيرة، أن تناول المشروبات الكحولية مفيد للوقاية من أمراض القلب والأوعية الدموية، ولكن الدكتور البريطانية سيلي نورتن، تؤكد أن هذه الدراسات أجريت بصورة خاطئة، حيث يكفي أن تحذف المدمنين سابقاً من قائمة الذين لم يتعاطوا الكحول حتى تصبح الصورة واضحة، وتخفي فوائد الكحول للصحة تماماً. أي بمعنى آخر، يمكن أن يكون تناول المشروبات الكحولية باعتدال مفيداً لأولئك الذين كانوا يتناولونها بكثرة في السابق. لأن المشروبات الكحولية مهما كانت مقادير الجرعة هي مضرّة بصحة الذين لم يكونوا يتناولونها. هذا ما أكدته نتائج الدراسة، حيث تبين أن حتى تناول كأس واحدة في اليوم يزيد من الإصابة بسرطان الثدي بنسبة ٤٪ وعند تناول ٣ - ٤ كؤوس ترتفع هذه النسبة إلى ٤٠ - ٥٠٪. وحسب رأي عدد من الخبراء، تسبب المشروبات الكحولية بصورة مباشرة أو غير مباشرة الإصابة بـ ٦٠ مرضاً مختلفاً، من بينها أنواع مختلفة من السرطان. كما أن المشروبات الكحولية تحتوي على سعرات حرارية عالية وتعتبر من أسباب البدانة والوزن الزائد، وهي السبب في ٤ - ٣٠٪ من الوفيات بسبب السرطان. إضافة إلى هذا تؤثر المشروبات الكحولية سلباً في الذاكرة. ويؤكد العلماء أن تناول المشروبات الكحولية لا يمكن أن يعيشوا فترة أطول من الذين لا يتناولونها ولم يتناولوها في حياتهم، إذا لم تؤخذ مسألة الجينات لدى بعضهم في الاعتبار.

## استنشاق الهواء الملوث يرفع الوزن

أظهرت دراسة أميركية جديدة أن استنشاق الهواء الملوث لا يؤدي الجهاز التنفسي فقط، بل يمكنه أيضاً أن يؤدي إلى زيادة في الوزن. وأوضح القائمون على الدراسة «أن فترات التعرّيب تنفست في إطار أبحاثهم الضباب الدخاني المحيط بالعاصمة الصينية بكين لمدة ٣ أسابيع لتكتسب بعدها وزناً زائداً عن الفئران التي استنشقت هواء جرى تنقيته بفلتر، وذلك رغم أن المجموعتين تمت تغذيتهما بالنظام الغذائي نفسها، مشيرين إلى أن هذه النتائج توحي بأن التلوث الهوائي يمكن أن يحدث تغييراً في التمثيل الغذائي للجسم بحيث يخزن الدهون بطريقة مختلفة، كما أنه قد نفسر أيضاً أسباب تزايد أزمة السمنة في الدول النامية التي تشهد توسعاً سريعاً في قطاع الصناعة. وركزت معظم الدراسات حول السمنة على الدور الذي يمكن أن يلعبه النظام الغذائي وقلة التمارين الرياضية في الجسم، غير أن هذه الدراسة الجديدة تكشف عن أسباب بيئية أخرى بإمكانها أن تلعب دوراً في الأمر أيضاً. وأضاف الباحثون: «من المعروف أن التلوث يؤدي لزيادة مستويات الالتهابات في الجسم، ونظراً لأن الالتهابات المزمنة معترف بها كسبب من الأسباب المساهمة في الإصابة بالسمنة، ونظراً أيضاً لتقارب الصلة بين الأمراض المرتبطة بالتهليل الغذائي كالسكري وبين السمنة، فإن نتائج الدراسة تقدم دليلاً واضحاً على أن التعرض المزمن لتلوث الهواء يزيد من خطر الإصابة بالسمنة».

## بيل باولي في «الروح المستقلة»



الممثلة البريطانية بيل باولي خلال وصولها إلى حفل توزيع جوائز «الروح المستقلة» في سانتا مونيكا بكاليفورنيا. (رويترز)

## صحيفة «الاعتدال» الاغترابية تكرم المقاومة وشخصيات سورية



الوطن | تصوير: طارق السعدوني

كرم اتحاد الإعلاميين العرب في أميركا وصحيفة «الاعتدال» الاغترابية، المقاومة الإسلامية في لبنان والعراق وعددًا من السفارات التي وقفت إلى جانب الشعب العربي السوري في الأزمة الحالية، ورجال الجيش العربي السوري وعددًا من الفنانين والشعراء، في إطار حملة «المحبة» التي تقوم بها الصحيفة بهدف تمكين أوامر المحبة والوفاء بين أبناء الوطن الواحد، بحضور ممثلين عن سفارات إيران والعراق والمقاومة اللبنانية والعراقية ورئيس اتحاد الصحفيين السوريين الياس مراد وعدد من الشخصيات الوطنية. وقد أقيمت في حفل التكريم عدة كلمات لاتحاد الصحفيين والمقاومة العراقية واللبنانية، كما ألقى عدد من القاصد الوطنية المعبرة عن أهمية هذا التكريم في شد اللحمة الوطنية بين السوريين في داخل القطر وخارجه. وقامت سفيرة الشؤون الإنسانية في مجلس الوحدة العربية والتعاون الدولي رولا دريعي المكرمة في هذا الحفل بمبادرة د. ساهم لوجو ممثلة اتحاد الإعلاميين العرب بتسليمها درعاً باسمها. وكانت صحيفة «الاعتدال» قد قامت خلال السنوات الماضية بسلسلة من الأعمال الوطنية خلال هذه الأزمة لتأكيد ارتباط المغتربين بوطنهم الأم سورية.

## سوريان في نهائي «ذا فويس كيدز»



زين عبيد

أمير عموري

شهدت الحلقة ما قبل الأخيرة من برنامج «ذا فويس كيدز» تأهل مشتركين سوريين ومغادرة اثنين منهما، حيث استطاع زين عبيد من فريق نانسى عجرم التأهل إلى العرض الأخير بعد أن قدم أغنية «زينة ليست خلخالاً»، ومثله تأهل أمير عموري الذي غنى للفنان جورج وسوف أغنية «دينا عغيابك دينا»، وهو من فريق تامر حسني. وغادر البرنامج كل من عبد الرحيم الحلبي الذي قدم أغنية «فوق الناخل»، وغنى أبو حمدان التي قدمت «نقي في أحلى زهرة».

## البدانة تؤدي

### إلى ضعف الذاكرة

كشفت باحثون بريطانيون وجود رابط مباشر بين البدانة وضعف ما يسمى «الذاكرة العرضية»، وهي القدرة على استحضار الأحداث السابقة. ويعتقد الباحثون على الدراسة من جامعة كامبريدج أن زيادة مؤشر كتلة الجسم قد تؤدي إلى تغيير تركيبة ووظيفة المخ وقدرته على أداء مهام معينة. وأجرى الباحثون اختباراً على ٥٠ مشاركاً تتراوح أعمارهم بين ١٨ و ٣٥ عاماً من ذوي أوزان مختلفة. وركز الاختبار على قياس مدى كفاءة الذاكرة لدى المتطوعين فطلب الباحثون منهم أن يخبئوا أشياء في أماكن يصعب الوصول إليها، ثم طلبوا من المتطوعين أن يتذكروا ماهية تلك الأشياء والأماكن التي وضعوها بها بالضبط. ووجد الباحثون رابطاً كبيراً بين ارتفاع مؤشر كتلة الجسم وضعف الأداء في هذه المهام. وقال الباحثون إن الذاكرة العرضية أمر مهم، فتذكر تفاصيل وجبة تناولناها خلال اليوم على سبيل المثال قد يحدث فارقاً في كيفية شعورنا بالجوع والطعام الذي سنقبل عليه في وقت لاحق، موضحين أنه من الممكن أن تؤدي البدانة إلى نسيان الإنسان لطبيعة وكيفية ما تناوله سابقاً، ما يجعله أكثر قابلية للإفراط في تناول الطعام بعد ذلك.



## افتتاح ثاني مسجد قرب القطب الشمالي

ذكرت صحيفة «بريت بارت» أن جالية مسلمة افتتحت ثاني مسجد قرب القطب الشمالي، وتحديداً في مدينة ايكاليت في كندا كي تجري فيه الصلوات وتسهل أنشطة التعريف بالدين الإسلامي، موضحة أن نحو ١٠٠ مسلم يفتنون المدينة. وأشار حسين غيوستي، المسير العام للمسجد، إلى أن إقامة المرقق الديني بـ ٨٠ ألف دولار في المنطقة يؤكد أن المسلمين صاروا جزءاً من المدينة، مراناً على أن يفد المسلمون إلى المدينة، مستقبلاً، بعدما بات فيها مسجد يضمن إقامة شعائر دينهم.

## سلمى حايك في حالة حداد

كشفت الممثلة المسكية سلمى حايك عن سبب غيابها عن جمهورها وعدم تواصلها معهم عبر حساباتها على مواقع التواصل الاجتماعي واختفائها لمدة أسبوع. وأوضحت أن السبب وراء ذلك دخولها حالة حداد على نفوق كليها «موتسارت»، والذي أحبته وارتبطت به كثيراً على مدار ٩ سنوات. ونمت أن تكشف السلطات ملايسات نفوق كليها وأكدت أنه لم يؤذ أحدًا من قبل، واصفة إياه بالرفيق الأكثر محبة وإخلاصاً.

## الملح يسبب السكري

يؤدي الملح دوراً في الإصابة بمرض السكري بحسب باحثين فرنسيين توصلوا إلى هذه الخلاصة من خلال العمل على جراحة البدانة. واعتبر أن اكتشافهم هذا قد يقضي على اعتماد تدابير وقائية جديدة. ولقت هؤلاء إلى أن اعتماد تدابير بسيطة على الصعيد الغذائي مثل تقليص تناول الملح والسكر بشكل متزامن من شأنه الوقاية أو المعالجة من السكري من النوع الثاني (وهو الأكثر شيوعاً)، متحدّين عن إمكان تطوير أدوية جديدة أيضاً. وتوصل الباحثون إلى هذه الخلاصة من خلال دراسة تفاعل خنازير صغيرة خضعت لعملية للعلاج من البدانة تقوم على تعديل مسار الأظعمة في الجسم عبر اقتطاع جزء من الأمعاء والمعدة. وشهدت فرنسا خلال السنوات الأخيرة عمليات جراحية لأكثر من مئتي ألف مريض بالبدانة المفرطة ما أظهر نتائج لافتة في كثير من الأحيان لنجاحية خسارة الوزن لكن أيضاً بما يتعلق بالسكري وهو مرض غالباً ما يرتبط بالبدانة. وأوضح المعد الرئيسي للدراسة فرانسوا باتو لوكالة فرانس برس «إننا نساءلنا لماذا هذه العملية الجراحية تحسن بهذه الطريقة المذهلة الوضع لنجاحية السكري مع تقليص معدل السكر في الدم بسرعة كبيرة حتى قبل خسارة الوزن». ويعتبر الملح عاملاً ضرورياً في امتصاص سكر الغلوكوز. ولقت باتو وهو جراح وباحث في المعهد الوطني للصحة والبحث الطبي في مدينة ليل الفرنسية إلى أن تأخير انضمام المرة التي يفرضها الكبد والتي تضم تركيزاً عالياً من الملح، إلى الأظعمة الجاهزة للهضم بفعل العملية يؤدي إلى تقليص امتصاص الغلوكوز. ولتأكيد دور الملح، أعطى الباحثون في وقت لاحق كميات كبيرة منه إلى الخنازير ولاحظوا زيادة في مستويات السكر في الدم بعد وجبات الطعام. ولقت باتو إلى أن هذه النتائج تؤكد أثر الملح في التغذية لنجاحية زيادة معدلات السكر في الدم.

## هزّب ٢٨ سلحفاة في بنطاله

منعت محكمة رجلاً كندياً يدعى دونغ يان قام بتهريب ٢٨ سلحفاة في بنطاله من اقتناء سلاح لمدة عشر سنوات إضافة إلى تغريمه على أن يقضي فترة تحت المراقبة. وأفادت وزارة البيئة الكندية أن «دونغ يان وهو من مدينة وندسور بإقليم أونتاريو حاول إدخال السلاحف من الولايات المتحدة إلى المدينة الواقعة جنوب الإقليم»، مشيرة إلى «أنها وضعت السلاحف في أكياس بلاستيكية والصفق في ساقي يان». وحكم عليه بقضاء عامين تحت المراقبة ودفع غرامة مقدارها ٢٦٠٠ دولار أميركي إضافة إلى أداء ٥٠ ساعة من الخدمة العامة والإقامة بإبلاغ وزارة البيئة عن كل سفرياته خارج البلاد.

## غارنر تكشف سبب انفصالها عن بين أفليك



كشفت النجمة جينيفر غارنر عن السبب الحقيقي لانفصالها عن النجم بين أفليك، حيث أكدت أنها كانت بالفعل منفصلة عنه قبل أشهر من علمها بعلاقته بالمرية. وأضافت: «ليس المرية دخل في قراري بطلب الطلاق، لم تكن جزءاً من المعادلة». وطلبت من جميع معجبيها بالأ يكرهوا أفليك، وقالت: «أنا لا أكرهه ونحن لسنا في حاجة لجدل الرجل، من أجل الأخطاء التي اقترفها».

## مراهقة تدمن

### عادة غريبة

ذكرت صحيفة «ميور» البريطانية أن مراهقة بريطانية أدمنت شرب الخل منذ أن كانت صبية، وباتت لا تستغني عن هذه العادة. وأوضحت الصحيفة أن روبي جين، البالغة من العمر ١٩ عاماً، تشرب قارورتين من الحمض كل أسبوع، لافتة إلى أن هذه المراهقة تتعشق كل أنواع الخل لكنها تحب أن ترتشف أكواباً من خل الشعير وخل التفاح وهو ما يجعلها ثملة. وشرحت الصحيفة أن الفتاة تحتفظ بقارورة احتياطية في حقيبتها اليدوية إذا احتاجت لتناول الخل خارج المنزل. وقالت المراهقة: «لا أستطيع أن أتذكر متى بدأت شرب الخل. لا بد أنني كنت صغيرة جداً. كنت أشربه منذ أن أصبحت أتذكر». وقد أدت هذه العادة إلى فقدان الشابة، وهي خبيرة تجميل ومغنية، للعديد من الأصدقاء الذين رأوا فيها ممارسة غريبة، مضيفة: «الكل يعتقد أنه أمر غريب وعادة غريبة». وأشارت الصحيفة إلى أن «هذه العادة أثرت على الراححة المنبعثة من قم المراهقة التي تعترف أن بعض الأصدقاء كانوا يعتبرون أنها حامل بسبب إدمانها على هذه الأمر غير المألوف».