



من دفتر الوطن
يجب قلب العالم!

حسن م. يوسف

المفاجأة كانت في تراجع فريق جامعة تشرين إلى المرتبة ١٤ من أصل ١١٨ فرقاً مشاركاً. وقد جاء ترتيب الفريق الفائز بالراتب الثالث الأول متلقياً على إعفاءات وبدلات، إذ حاز فريق جامعة على بوكات تباراً. وهذه هي المرة الرابعة التي يشارك فيها شبابنا في هذه المسابقة التي تعتبر أقوى وأعزر المسابقات البرمجية على مستوى العالم.

بعضها لزينة تخت الدكتور المهندس جعفر حسن الخير مدير التقني في مفاجأة عديدة، فجاءت مسابقة ستافوردو التي منتها في سوريا، على صحفته في ACM «وسول» ثلاثة فرق سورية لهذا النهائي يعتبر إنجازاً متقدماً جداً ذاته، وخاصة أن سوريا بقيادة سوريا على هذا النوع من المسابقات التي تتعرض تماماً للظلم التام، حيث تفوق جامعة ويوكوسن ماديسون التي منتها موقع نفسه في المرتبة ٩٤، كما حل فريق جامعة ويوكوسن في المركز الأول في المسابقة على الصدارة.

في درسة قبل المسابقة سألت الصديق الدكتور عصاف حسن الخير مدير التقني المسابقة في سوريا عن المعايير التي تحول دون تفويت إمكانات الشباب السوري وأمثاله، وكان له، فأجابني بياجاري بلدي: «عم النظام التربوي المدرسي والجامعي». وقبل كل ذلك، عرف مدى أهمية الاتصال والحقيقة أثنتان في هذه الكلمات قات على صحفته في الفيس بوك قوله: «يحتاج إنجاز الذي حققه شبابنا في هذه الظروف القاسية، إلا إذا علمنا أن عدد المدحومات التي شاركت في التصفيات الإقليمية والقارئية للمسابقة بلغ ٢٠٠ فريقاً من بينها فرق أشهر جامعات العالم، ما يجعل الفوز بمراتب تقدمة في المسابقة تحدياً صعباً، رغم ذلك فقد شارك في قرارات جامعات حلب ودمشق وتشرين في المنافسة، وأحرز فريق جامعة حلب المركز ٨٨ عالمياً والمركز الثالث على مستوى الشرق الأوسط وشمال إفريقيا والمراكز الأول سورياً بعد أن تفوق من حمل ٤ مسالٍ، كما عندما تكون العلم في الواقع يجب قلب العالم رأساً على عقب!»

ميريام فارس تغني في المغرب



تسعد الفنانة اللبنانية ميريام فارس ملائكة جمهورها في المغرب في واحدة من أضخم حفلات مهرجان موازين لهذا العام اليوم على مسرح النهضة. وبادرت شركة «ميريام ميريل» بإطلاق مسابقة لمحهم الفرصة للاقاء نجمتهم المفضلة خالد وجودها في المغرب. كما سيكون جهور ميريام على موعد معها في «أبوظبي» حيث ستحتاج حفلة عبد الحفيظ في الثغر تم توزع ٨ على شاطئ الراحة.



فازت المخرجة سلاف فواخرجي عن فيلمها «رسائل الكرز» بجائزة خاصة من مهرجان «صافق العلي» الأول للأفلام الوثائقية الطويلة، الذي اختتم فعالياته في العاصمة العارضة وعراقياً، وإيرانياً. مدير المهرجان الذي ملا المسرح الوطني في بغداد خلال عرضه، وصفق طولان فواخرجي، مباركاً خطواتها الإخراجية السينمائية الأولى، كما غنى الفيلم باهتمام الصحافة العراقية، وما كتب عنه أنه يعبر عن «الإرادة الصلبة التي يتحلى بها السوريون». ويمثل «حفلة» مهرجان ملمسة فنادق سوريا، تعلم بروح وطنية خالفة، وتصرخ على رفع علم بلادها في الميدان العربي والدولي. «جازة» مهرجان «صافق العلي»، وافتتحها الفنان العراقي العالى عبد الحميد الزبيدي، وأتت تكريساً لنجاحات سابقة، وجواز حصدها فيلم «رسائل الكرز»، خلال تكريفي، بمهرجانات الإسكندرية، عتابة، وبيروت السينمائية، إلى جانب ما حققه الفيلم من أصداء طيبة خلال عرضه الخاص في «أوبر دمشق». مطلع شهر الأول ٢٠١٥ وكانت أجواء ليلة العرض أقرب ما تكون لمهرجان سينمائي افتقدته النساء، وبالتزامن مع النجاحات التي يتحققها «رسائل الكرز» تواصل سلاف فواخرجي التحضير، ولدت، ثانية تجاربها السينمائية كمخرجة، من سيناريو الكاتب سامر محمد إسماعيل.

«الرابوص» ينطلق في دمشق

دارت كاميلا المخرج إيمان نحاس ملعتنة بدء تصوير مسلسل «الرابوص» عن حصن تكية سعيد الحافظة. المشاهد الأول من العمل جمعت كلّاً من كندا هنا، وفائز قرق، ومرج جبر حيث تم تصويرها في الحس الأبيض بدمشق، وضم العمل أيضاً على قائمة أبطاله كلّاً من: بسام كوسا، وأمل عرفة، وعبد المنعم عمايري، ومحمد حداقي، وناظلي الرواس، ورونا شبيب، وضحى الدبس، ونادين خوري، ووفاء موصلي، وجيني إسبر، ومن لبنان بير داغر، وعمر شلق.

حساب الضمان ...
يؤمن لك بيع وشراء العقار بأمان
واحصل على تمويل عقاري بشروط ميسرة



تخضع خدمة التمويل العقاري إلى شروط وأحكام التمويل في بنك البركة - سوريا

شركاء في الإنفاق



مركز التصالح 011-9525
www.albarakasyria.com

البركة

رُحْلت من الإمارات لتقديرها هاتف زوجها

أجريت محكمة إماراتية أمرة عربية على دفع فرامة قيمتها تتجاوز الأربعين ألف دولار تعوضها لزوجها بعدما أخذت هاته الخلوي بالبس ونظرت إلى رسائله النصبية.

وكان المرأة تبحث في هاتف زوجها بعدما شئت بخطتها لها وأخضعت أنها على حق حين وجدت الصور التي تثبت ذلك على تطبيق الواتس آب في هاتفه فواجهته بالحقيقة لكنه عوضاً عن اعتذار سلمها إلى الشرطة.

وافتت إلى أن قرار المحكمة تضمن، بالإضافة إلى الغرامات المالية، ترحيلها من الإمارات.

لعب الأب مع أبنائه يحسن صحتهم

أظهرت دراسة أميرية حديثة أن لعب الأب مع أطفاله لا يكون جيداً فقط لصحة الطفل الجسدية فحسب بل النفسية والسلوكية أيضاً.

وأشار المؤمنون على الدراسة من جامعة نيو كاسل إلى أن الأطفال في سن الرابعة الذين يستمتعون باللعب مع أبياتهم ينبعون سلوكاً أفضل ومشكلات نفسية أقل، وعززوا ذلك إلى أن اللعب يسمح للأطفال ياطلاق غرازهم التناصفي وفي الوقت نفسه تعلم التحكم في المشاعر العدوانية لديهم.

ودرس الباحثون سلوك مجموعة من الأطفال مخلوّعاً عن أبيائهم في مجموعة من الألعاب البسيطة المقتنعة مثل التناقض بين الأب وابنته على خلط الجوارب التي يرتدينهما.

وخصصت هذه الألعاب بحيث تمنع الأطفال من تناقض بين الأباء والأمهات، مما يزيد من الإحساس بالمنافسة والتحدي وضبط النفس وأيضاً إحساس الطفل بأنه الأقوى عندما يتغلب على الآباء، فضلاً عن التفكير من الضحك والمرح.

وأوضح الباحثون أن هذه الأنواع من الألعاب تتضمن الإحساس بالمنافسة والتحدي وضبط النفس وأيضاً إحساس الطفل بأنه الأقوى عندما يتغلب على الآباء، فضلاً عن التفكير من الضحك والمرح.

وأضاف الباحثون أن هذه الألعاب توفر للطفل فرصة حقيقة لمارسة مهارات اجتماعية مهمة مثل إدراك العدوانية وحب اللعب والتغلب على مختلف المشاعر والتغلب على العدوانية وحب اللعب المتبادل.

قطع الكهرباء يلغى حفل نيكول سبا



أشعلت الفنانة اللبنانية نيكول سبا الأجواء في الحفل الغنائي الذي أحيته سبا تعرضاً لوقف محرك حيث لم تتمكن من ختام حفلها على الوجه الأكمل بعدما قطع التيار الكهربائي أكثر من مرة، في حل عجز القائمين على الحفل عن إصلاحه، الأمر الذي أضرطها للانحساب.

تناول الطعام مساء لا يزيد الوزن

أشارت دراسة قام بها باحثون بجامعة كييفز لندن إلى أن تناول الطعام بعد الساعة الخامسة لا يناسب في زيادة الوزن، لتأخذه بذلك معتقدات ودراسات سابقة تربط بين تناول الطعام وتأثيره على الساعة البيولوجية للجسم، لافتين إلى أنه «يبيت نتائج الدراسة عدم وجود علاقة بين تناول الطعام بعد الساعة الخامسة مساء وزن المرأة».

وشملت الدراسة ٦٢٠ طفلاً من ضمنهم ٧٦٨ طفلاً تراوحت أعمارهم بين ٤ و١٠ سنوات، بينما تراوحت أعمارهم بين ١١ و١٨ و٢٠ عاماً وأخيراً عادتهم الغذائية منذ عام ٢٠٠٨ حتى ٢٠١٢، اعتماداً على برنامج مسح وجامع برامج المسح المعلومات سنوية عن العادات الغذائية اليومية للأطفال ومواعيد تناول وجباته، بالإضافة إلى قياسات الوزن والطول ومؤشر كتلة الجسم وأغير التحليل الإحصائي للبيانات أنه لا وجود لمخاطر الإصابة بالسمنة أو زيادة الوزن عند تناول وجبة العشاء بين الساعة الثامنة والعشرين مساء، مقارنة بتناولها الدراسات السابقة.

لأي من الفئات العمرية التي شملتها الدراسة، مشددة على ضرورة أخذ السعرات الحرارية للوجبات التي يتم تناولها بعد الساعة الثامنة مساء في الاعتيار، فينبغي ضرورة الابتعاد عن المأكولات المشبعة للدهون والحلويات والسكريات والتركيز على نوعية الطعام منخفضة السعرات الحرارية.

القهوة تحد من خطر تليف الكبد

ربطت دراسة حديثة بين تناول المنتظم للقهوة وانخفاض خطر الإصابة بمرض تليف الكبد، خاصة بين المصابين بفيروس التهاب الكبد الوبائي، وهو أكثر الأشخاص عرضة للتراجع وظائف الكبد، وتوصلت الدراسة إلى أن تناول كوب من القهوة في اليوم يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بتليف الكبد بنسبة ٤٣٪.

ومن أجل ذلك ناقم المرض وعلاجه بشكل مبكر قام الباحثون بدراسة جرت على ٤٣ شخصاً، فوجدوا أن تناول كوب واحد من القهوة في اليوم يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بـ«تليف الكبد الماتج» بنسبة ٤٣٪.

«تشمع» الكبد الماتج عن إدام الكحول، بينما تصل إلى ٢٪، وأن زيادة تناول القهوة تقلل من خطر الإصابة بهذا المرض، وتوصلوا إلى نتائج ملحوظة في أن هذه النتائج لا تشمل جميع حالات تليف الكبد، بل الحالات التي تكون فيها تليف الكبد ناتجة عن إدام الكحول، وما تزال الأبحاث جارية لمعرفة ما إذا كان للقهوة تأثير إيجابي على مشكلة تليف الكبد الماتج عن المسببات الأخرى، كانتها تليف الكبد الوبائي أو التهاب الكبد الدهني.

وتنبأ الدراسة الحديثة إلى أن القهوة تحتوي على أكثر من ألف مغذير بيولوجي نشط يمكن أن يكون لها تأثير إيجابي على العناصر المكونة الكافيين وحمض الكافوروجينين والكافيكول (القهوة)، والنكافاسيتول وغيرها، التي تجعل القهوة قادرة على تخفيف الجهاز العصبي المركزي وتخفيف الإجهاد التأكسدي والالتهابات، إلى جانب التأثير مضاد للمواد المسربطة، وبيدو، وإنها قادرة على حماية الكبد أيضاً.