

## «غوغل» يستذكر فاتن حمامة



احتفل محرك البحث «غوغل» بالذكرى الـ ٨٥ ليلاد الممثلة المصرية الراحلة فاتن حمامة. واستبدل غوغل أحد أحرف شعاره بصورة لحمامة وغير شكل اللوغو الأساسي. يذكر أن فاتن حمامة ولدت في ٢٧ أيار ١٩٣١ وتوفيت في ١٧ شباط ٢٠١٥. ولقيت خلال مسيرتها التمثيلية بـ«سيدة الشاشة العربية».

## الصيام يحميك من تصب الشرايين

كشفت دراسة أميركية أجريت مؤخراً في جامعة جنوب كاليفورنيا أن الأنظمة الغذائية التي تحاكي الصيام لها فوائد صحية عظيمة أهمها حماية الشرايين من التصبب. وقالت الدراسة: إن الصيام يساعد الجسم على إفراز الكورتيزون في الجسم، كما أنه يعمل على صيانة الجهاز المناعي في الجسم ودعمه بحيث يكون أقدر على مواجهة أمراض خطيرة مثل السرطان. وأضافت الدراسة: إن هذا النظام الغذائي ساعد بشكل كبير في علاج مرضى الجهاز العصبي بداية من أمراض الروماتيزم وحتى الشلل، وأشارت إلى أن الصيام هو عملية معقدة يبدأ فيها الجسم في التخلص من الخلايا الميتة وإنتاج خلايا أخرى جديدة.

## الأواني البلاستيكية سبب بدانة الأطفال

توصل العلماء إلى أن «ثنائي الفينول أ» وهو مركب كيميائي يُستخدم في صنع معلبات الأطعمة الغذائية والمشروبات ومنها زجاجات المياه يزيد من خطر تطور البدانة لدى الأطفال. وخلال الدراسة قام العلماء بتحليل ٣٦٩ عينة بول لأمهات وأطفالهن، وكان قد تم أخذ عينات البول للأمهات وهن في أشهرهن الثلاثة الأخيرة من الحمل وللاطفال وهم في أعمار بين ٣ و ٥ سنوات. كما تم قياس طول ووزن الأطفال حين تراوحت أعمارهم بين ٥ و ٧ سنوات. وأشار الموقع إلى أن العلماء لاحظوا وجود «ثنائي الفينول أ» في ٩٤ بالمئة من عينات البول التي أخذت من النساء خلال فترة حملهن، وبعد أخذ العوامل الاجتماعية والاقتصادية والبيئية بالحسبان وجد العلماء أن الجنين يتعرض لتأثير «ثنائي الفينول أ» وهو داخل بطن أمه وينعكس تأثيره ارتفاعاً في كتلة الجسم لدى الأطفال عند بلوغهم سبع سنوات من العمر. وكلمة كانت نسبة تركيز «ثنائي الفينول أ» أكبر في عينة البول لدى الأم، زاد مؤشر الكتلة لدى الطفل. ونقل الموقع عن العلماء أن «ثنائي الفينول أ» له عدة أضرار صحية حيث يقوم بتوقيف إنتاج الهرمونات المهمة لصحة المفاصل في الجسم ويؤدي إلى زيادة خطر الإصابة بالربو وإلى الكآبة والبلوغ المبكر لدى الفتيات والإصابة بمرض السكري وأمراض السمعة لدى الأطفال وأمراض القلب.

## إيرين موريارتي على السجادة الحمراء



النجمة الأميركية إيرين موريارتي على السجادة الحمراء بحضور مهرجان كان السينمائي الـ ٦٩. رويترز

## من دفتر الوطن

### إمبراطورية الشر

حسن م. يوسف



في كل يوم يزداد نفوري من السياسة ويزداد حضورها في حياتي حتى باتت ممزوجة بالهواء. والحق أن السكوت عن تصريح مارك تونر الناطق باسم الخارجية الأميركية يعادل بالنسبة لي التوقف عن التنفس! قال تونر إن ثمة «حالة من الالتباس لدى الولايات المتحدة في تحديد الإرهابيين وما يسمى معارضين معتدلين في سورية والتفريق بينهما»، معتبراً أن بلاده «ما زالت تبحث عن إجابة لهذا السؤال» (!) ودعا موسكو ودمشق إلى «الامتناع عن توجيه ضربات إلى جبهة النصرة حتى تحدد هذه المجموعات»!

والحق أن هذا الكلام يبدو غير قابل للتصديق وخاصة أن أميركا سبق أن وافقت على قرار مجلس الأمن الدولي الصادر عام ٢٠١٢ على إدراج جبهة النصرة ضمن قائمة المنظمات الإرهابية! يقول المثل الشعبي: «الفاخوري يضع أنن الجرة حيث يشاء» وقد وعدتنا أميركا عبر تاريخها أنها الحاكمة بأمرها، غير أن السيد تونر يريد أن يغير مكان أنن الجرة بعد أن جفت وأصبحت فخاراً قابلاً للكسر، وهذا غرور أهبل لا سابق له في تاريخ الدبلوماسية العالمية.

لقد كانت أميركا بالوعة البشرية منذ اكتشافها، ففي بداية غزو البيض لأميركا، أفرجت السلطات البريطانية والألمانية عن نزلاء سجونها ودفعت بهم إلى العالم الجديد ليبنشوا على السكان الأصليين أطول وأفظع حرب إبادة في تاريخ الإنسانية.

وقد كتب أحرار العالم الكثير عن إمبراطورية الشر هذه، إلا أنني في هذا المقال أود أن أذكركم ببعض ما قاله الأميركيان أنفسهم بحق بلدكم.

الناكبات هرمان ميغل صاحب رواية موبى ديك يقول: «إننا نحمل على كواهلنا حريات العالم» نحن «الشعب المختار المميز- إسرائيل هذا الزمان»! وقال الرئيس دنرو ويلسون في مذكراته السرية إن أميركا تريد من شعوب العالم: «الخضوع لحقنا في استغلالهم ونهبهم... هكذا ببساطة»!

أما الرئيس هاري ترومان الذي لم يوبخه ضميره لأنه أمر بإلقاء القنابل الذرية على اليابان، فقد بالغ في الاعتزاز بإثمه إذ قال عام ١٩٥٢: «إن الولايات المتحدة استجابت لإلحاح العناية الإلهية فقبلت أن تأخذ عبء زعامة العالم على عاتقها»! وقد وضع الزعيم الأميركي من أصول أفريقية مارتن لوتر كينغ يده على حقيقة أميركا إذ قال: «إن متعهد العنف الوحيد في العالم هو بلدي»، وربما لأنه قالها تم اغتياله.

أما (لي أت ووتر) الذي كان من الشخصيات البارزة في إدارة ريغان فقد أشار بعد إصابته بالسرطان إلى: «الخواء الروحي في قلب المجتمع الأميركي، أنه ورم خبيث ينتشر في أرواحنا». وما يؤكد هذا أن الكاتب الأميركي روبرت دول هاجر إلى كندا وألف كتابه «الكابوس الأميركي» بالفرنسية لأن «مادية المجتمع الأميركي وعسكرتيرته تدعوان إلى القرب اليوم أكثر من الأمل».

تشكل أميركا ٥ بالمئة من سكان العالم لكنها تستهلك ٤٠ بالمئة من مواردها، رغم ذلك تفيد اليونسيف أن ثمة طفلاً من بين كل ثمانية أطفال في أميركا «لا يجد ما يسد رمقه». لقد زادت حروب أميركا عن المئة، وهناك إحصائية في سجلات الأمم المتحدة تشير إلى أن عدد الناس الذين قتلتهم أميركا في حروبها منذ الحرب العالمية الأولى وحتى حرب أفغانستان، زاد عن ستين مليون إنسان.

والدهش في الأمر هو أن أميركا لا تخفي حقيقتها الشريرة هذه، فقد اعترف هنري كيسنجر بوضوح: «ليس من مصلحة الولايات المتحدة أن تحل أي مشكلة في العالم، لكن من مصلحتها أن تسك بخيوط المشكلة وأن تحرك هذه الخيوط حسب المصلحة القومية الأميركية». مع ذلك، ورغم ذلك، ما يزال هناك سوريون مافوقون يعلقون آمالهم على أميركا!

## العثور على قبر أرسطو

أعلن عالم الآثار اليوناني كوستاس سيسمانديس العثور على قبر الفيلسوف القديم أرسطو، بعد ٢٠ عاماً من التنقيب في مقاطعة «فوربا» في اليونانية. وأوضحت وكالة «نوفوستي» الروسية أن القبر نفسه كان قد عُثر عليه عام ١٩٩٦، وقد جرى التنقيب حينها أن القبر للفيلسوف العظيم. وذكر سيسمانديس، أن القبر يقع على منحدرات الطرف الشمالي من مدينة ستاغيرا حيث ولد الفيلسوف أرسطو.

## «رضيعة» تحقق رقماً قياسياً في التزلج على الماء

تمكنت طفلة رضيعة تبلغ من العمر ٦ أشهر و٢٧ يوماً من كسر الرقم القياسي لأصغر متزلجة على الماء، بعد أن قطعت ٢٠٩ أمتار في بحيرة بولاية فلوريدا. وتمكنت الطفلة من قطع هذه المسافة وهي محوطة بمدرسين محترفين. وكسرت الرقم القياسي لأصغر متزلج، الذي كان يحتفظ به طفل نجح في التزلج على الماء حين كان عمره ٦ أشهر و٢٩ يوماً. وأشار والد الطفلة إلى أنه كان يقودور طفلتهم قطع مسافة أكبر، إلا أن وصول القارب إلى ضفة البحيرة حال دون ذلك.

## إليسا: أعيش قصة حب



## طلاب يتسلقون جبلاً للوصول إلى المدرسة

يعاني طلاب قرية أتولار الصينية الواقعة على حافة جبل داخل ولاية لينانغشان بسبب الطرق الجبلية الخطيرة التي تربط بين منازلهم والمدرسة. ويسكن في القرية التي تقع على ارتفاع ١٤٠٠ متر فوق مستوى سطح البحر، ٧٢ عائلة حيث يلتحق ١٥ تلميذاً من القرية بتراوح أعمارهم بين ٦ و ١٥ سنة بالمدرسة الواقعة في سفح الجبل، ويقومون فيها ويعودون إلى بيوتهم مرة كل شهر، كما يرافقهم أولياء أمورهم كل مرة بسبب الرحلة الشاقة. ويجب على الطلاب تسلق ١٧ سلماً مصنوعاً من الخيزران للوصول إلى المدرسة حيث تكون بعض السلالم عمودية، على حين تتعدم السلالم في بعض الأماكن وهو ما يلجئ لتسلق الصخور الجرداء.

## مراجعة البريد الإلكتروني جريمة

ضمن تعديل في مشروع قانون إصلاح سوق العمل الفرنسي، حظر على أكثر من ٥٠ شركة، إرسال البريد الإلكتروني الخاص بالعمل خارج ساعات العمل العادية، بهدف التقليل من الآثار السلبية للتواصل مع الوظيفة بشكل مفرط، بالتالي تفقد البريد الإلكتروني الخاص بالعمل خلال عطلة نهاية الأسبوع أو الإجازات غير قانوني في فرنسا. ولفت بييرو هامون من الجمعية الوطنية الفرنسية إلى أن جميع الدراسات أظهرت أن تزايد ضغط العمل هذه الأيام أصبح يسبب توتراً متواصلاً أكثر من المعتاد، مشيراً إلى أن الموظفين يغادرون مكاتبهم جسدياً لكنهم لا يتركون العمل، ويبقون مرتبطين به عبر البريد الإلكتروني والرسائل على الهاتف، وأصفاً الأمر بأنه استعمار لحياة الأفراد، إلى درجة التحطم. وبموجب القانون الجديد فإن على الشركات الالتزام بسياسات رسمية تحد من طوفان العمل، خاصة المتعلقة بمجال تكنولوجيا المعلومات، الذي يتسرب إلى الحياة الخاصة للموظفين، وتحديد ساعات عمل واضحة لهم، ولا يلتزمون بإرسال أو استقبال أية رسائل خارج تلك الأوقات. وتقول المادة ٢٥ من القانون إن تطوير المعلومات وتكنولوجيا الاتصالات، إذا تمت إدارتها بشكل سيء، يمكن أن تؤثر في صحة العمال، ومن ضمن ذلك تحميلهم أكثر من طاقتهم، وعدم وضوح الحدود بين حياتهم الخاصة والمهنية، والمخاطر المتعلقة باستخدام التكنولوجيا الرقمية.

## خلع كل أسنانه لهوسه بموسوعة غينيس

نقش الهندي هار باركاش ريشي المهووس بتسجيل الأرقام القياسية في موسوعة غينيس العالمية ٢٦٦ علماً على جسده وخلع كل أسنانه ليتمكن من وضع نحو ٥٠٠ ماصة شراب وأكثر من ٥٠ شمعاً مشتعلة في فمه. ولد ريشي عام ١٩٤٢ في دار عرض سينمائي في العاصمة نيودلهي ودخل موسوعة غينيس لأول مرة في عام ١٩٩٠ عندما قاد دراجة نارية مع اثنين من أصدقائه لمدة ساعة. وقاده شغفه لتسجيل اسمه في الموسوعة للقيام بأفعال غريبة منها توصيل طلب بيتزا من نيودلهي إلى سان فرانسيسكو واحتماء زجاجة كتشب في أقل من أربع دقائق. ووصل الأمر بريشي إلى أن أدخل أسرته في هوسه فسجلت زوجته بيلا رقماً قياسياً في عام ١٩٩١ بكتابة أقصر وصية في العالم «كل شيء لابني». وأوضح أنه صاحب الرقم القياسي العالمي لوضع ٤٩٦ ماصة شراب في فمي، احتجت لتوسعة المكان لتسجيل هذا الرقم القياسي لذلك تعين علي خلع جميع أسناني لأضع أكبر عدد منها في فمي.

## أديل تنسى كلمات أغنياتها على المسرح



تعرضت النجمة أديل لموقف محرج حيث إنها نسيت كلمات أغنياتها على المسرح في حفلة في البرتغال الأسبوع الماضي. وفي التفاصيل فقد غنت أديل كلمات خاطئة لكنها حاولت أن تستدرك الأمر فقالت: «تياً إنها كلمات خاطئة»، وهو ما أضحك الجمهور. وتابعت: «هل علي أن أغني الكلمات الصحيحة؟ أسفة» مشيرة إلى أنها نسيت الكلمات.

## تناول الفاكهة أثناء الحمل يرفع معدلات الذكاء

كشفت دراسة كندية حديثة عن فوائد إضافية لتناول الفاكهة، حيث أثبتت أن استهلاك المرأة للفاكهة بكثرة خلال فترة الحمل، يعزز التطور المعرفي والإدراكي ويرفع معدلات الذكاء لدى طفلها خلال السنة الأولى من الولادة. وأوضح الباحثون بكلية طب جامعة «ألبرتا» الكندية أن فوائد الفاكهة بالنسبة للأطفال يمكن أن تبدأ في وقت مبكر، وهم في رحم أمهاتهم. وأجرى فريق البحث تجاربه على أكثر من ٣٥٠٠ من الرضع وأمهاتهم، لكشف العلاقة بين تناول الفاكهة وتنمية القدرات المعرفية للرضع. ووجد الباحثون، أن إكثار الأم الحامل من تناول الفواكه، بما يعادل من ٦ إلى ٧ حصص من الفاكهة أو عصير الفاكهة يومياً (الحصة الواحدة من الفواكه تعادل صغيرة من الفاكهة، أو ربع كوب من العصير الطازج)، يرفع معدلات ذكاء أطفالهن بمعدل ٧ نقاط إضافية خلال السنة الأولى من الولادة. وأشار الباحثون، أن أكل الفاكهة بشكل عام يحد من الإصابة بمجموعة واسعة من المخاطر الصحية، مثل أمراض القلب والسكتة الدماغية، لكن دراستهم أظهرت فائدة جديدة للفاكهة لصحة الأطفال الرضع، وتطور نموهم المعرفي والإدراكي. وذكر فريق البحث، أنهم مهتمون كثيراً بكشف العلاقة بين زيادة تناول الفاكهة قبل الولادة وارتفاع معدلات الإدراك لدى المواليد.