

سارة فرح: سعيدة بوقوفها أمام الوسوف



الوطن

تشارك الفنانة السورية سارة فرح سلطان الطرب جورج وسوف حفله المرتقب والمقرر إحيائه اليوم على خشبة مسرح دمر المكشوف. وأعربت عن سعادتها بوقوفها الثاني أمام «قائمة كبيرة كالوسوف»، إذ سبق أن اجتمعتا معاً في دبي ليلة رأس السنة لعام ٢٠١٤، وتربينا وترعرعنا على أغانيه، وحلمنا وعشقنا صوته واستقينا الفن منه، وما زلنا لغاية اليوم نطرب ونسلطن على حنجرته. وعن قلة حفلاتها في سورية، أبدت سارة فرح استغرابها من ذلك، مؤكدة أن الأسباب ماضية وغير معروفة بالنسبة لها، وخاصة أنها دائمة الإقامة في بلدها، مستبعدة أن يكون الموضوع مرتبطاً بالأجر المادي، و«بالنهاية هيك شاعت الأقدار».

غداً «مسير الشام بتجمعنا للدراجات»

الوطن

برعاية محافظ دمشق بشر الصبان، تقيم غرفة تجارة دمشق «مسير الشام بتجمعنا للدراجات»، بالتعاون مع الاتحاد السوري للدراجات ومبادرة «يلا عالسكليت» ولجنة رياضة الدراجات للجميع يوم غد. يبدأ التجمع في ساحة المسكية أمام الجامع الأموي في الخامسة والنصف، وينطلق السباق في السادسة والنصف إلى حديقة تشرين. وبعد انتهاء السباق، يتم عرض دراجات BMX على مدرجات المسرح الروماني في الحديقة المذكورة.

التغلب على الاكتئاب دون أدوية

وكالات

توصل علماء جامعة لاسال في البرازيل إلى طريقة بسيطة تجنب الكآبة والحزن وترفع معنويات الإنسان في فترات الاكتئاب. وأكد المختصون أن ممارسة التمارين البدنية تساعد على الحفاظ على مزاج جيد، حتى في أصعب حالات الاكتئاب التي تصيب البشر. وتوصل الباحثون إلى هذه النتيجة بعد دراسة شارك فيها أكثر من ربع مليون شخص لا يعانون أي أمراض نفسية. وأكدوا أيضاً عدم أهمية الجنس والعمر في الوقاية البدنية من الاكتئاب. وقال المشرف على البحث، فيليب ياريتو شوتش: إن هذه الدراسة هي الأولى من نوعها التي أثبتت أن النشاط البدني يساعد على حماية الإنسان من الإصابة بالاكتئاب. ويأمل الباحثون في أن تسهم هذه النتائج في تعزيز أنماط الحياة الصحية ودراسة تأثير أنواع مختلفة من الرياضة في الصحة النفسية لأفراد المجتمع.

ميادة الحناوي تشعل ليل حلب



الوطن

تحيا الفنانة السورية الكبيرة ميادة الحناوي حفلاً فنياً ساهراً مع الفرقة الموسيقية بقيادة حمدي الشاطر في قلعة حلب تزامناً مع الاحتفال بعيد الجيش العربي السوري في الأول من شهر آب المقبل.

حاول قتل الأرواح الشريرة ف«طرد» روحها

وكالات

ألقت الشرطة التايوانية القبض على راهب بوذي سابق متهم بقتل فتاة بالغة من العمر ١٨ عاماً، أثناء ممارسة طقوس لطرد الأرواح الشريرة من جسدها. ونشرت صحيفة تايلاندية أن الشرطة اعتقلت الراهب السابق في قريته الواقعة في شمالي شرقي البلاد، بعد مطاردته لـ ٣ أشهر. ويتهم الرجل البالغ من العمر ٤٣ عاماً، باستخدام عقاقير طبية مبتكرة تسمى «الماء الحي»، بغية طرد الأرواح الشريرة من جسد الفتاة، التي فقدت الوعي وتوفيت بعد تعاطي كمية من «الماء الحي»، أما الرجل فترك سلك الرهينة بعد موتها. وأظهرت التحقيقات أن الفتاة كانت تعاني حساسية من أحد مكونات «الماء الحي». وعقب اعتقاله، أعلن الراهب أنه لم يكن يرغب في أي حال قتل الفتاة، لكنه رأى علامة مظلمة على رقبتها، فاعتبرها لعنة فرضتها عليها «روح شريرة». وقال: إن موت الفتاة أصابه بالحيرة، حيث إنه ظل يعالج الناس بـ«الماء الحي» من إدمان الكحول والمخدرات والتدخين لزمّن طويل. واعترف الرجل للشرطة بأنه فر بعد موت الفتاة إلى مقاطعة مجاورة، حيث شارك في أحد المعابد البوذية في طغوس الخروج من الرهينة.

التحذير من خطر ارتفاع الحرارة على الدماغ

وكالات

وجد علماء جامعة هارفارد أن ارتفاع درجات حرارة الطقس لفترة طويلة نسبياً يزيد من خطر الإصابة بالأمراض الخطرة. وتخفض قدرة الإنسان على العمل بشكل كبير لدى ارتفاع الحرارة حيث يبدأ باستنزاف آخر القدرات الجسدية لديه، وتساهم الحرارة المرتفعة بتدهور حاد في صحة البشر من جميع الأعمار وخاصة من ١٨ حتى ٧٥ عاماً. ولاحظ الباحثون تدهور القدرات المعرفية لدى الطلاب في جامعة هارفارد، من الذين يعيشون في مبان قديمة من دون تكييف بنسبة ١٣ بالمئة أكثر، مقارنة بزملائهم الذين يعيشون في مبان مكيّفة في فترة الصيف. كما ارتفعت نسبة انخفاض التركيز والأداء لدى بعض الطلاب لهذا السبب لـ ٣٠ و ٥٠ بالمئة. وأكد العلماء أن البقاء لفترات طويلة في مناطق المناخ الحار من دون وسائل التكييف يزيد من خطر أعراض الأمراض المزمنة (القلبية والصدفية) ويمكن أن يؤدي للموت في نهاية المطاف.

اكتشاف ١٢ قمراً جديداً تدور حول المشتري

وكالات

اكتشف علماء الفلك ١٢ قمراً جديداً تدور حول كوكب المشتري ليصل العدد الإجمالي لأقمار هذا الكوكب المعلق إلى ٧٩ قمراً. وأفاد موقع «روسيا اليوم» أن علماء من معهد «كارنيجي للعلوم» في واشنطن أوضحو أن هذه الصخور الفضائية تشكلت عند تقطت ٣ أجسام أكبر حجماً كانت تدور حول الكوكب إلى أجزاء أصغر بسبب تصادمها مع الكويكبات أخرى. ووصف العلماء أحد هذه الأقمار الـ ١٢ بـ«غريب الأطوار» لامتلاكه مداراً فريداً من نوعه بحيث يكون معرضاً لخطر الاصطدام بالأقمار الأخرى وهو تصادم كوني يمكن أن يؤدي لمسح الصخور الفضائية. وصدت الأقمار الصغيرة الـ ١٢ عن طريق الصادفة أثناء بحث العلماء عن كوكب هائل محتمل معروف باسم (بلانيت إكس). ويتفوق المشتري على كوكب زحل بـ ١٧ قمراً وهو ثاني كوكب يمتلك أكبر عدد أقمار في النظام الشمسي.

الموجة الحارة في اليابان تؤدي بحياة ١٤ شخصاً

وكالات

ذعرت وسائل إعلام يابانية أن الموجة الحارة الشديدة التي تسود البلاد تسببت في مقتل ١٤ على الأقل خلال أول ثلاثة أيام من الأسبوع وعرقلت عمليات الإنقاذ في مناطق اجتاحتها السيول وقتل فيها أكثر من ٢٠٠ شخص الأسبوع الماضي. وقالت هيئة الأرصاد اليابانية: إن درجات زادت على ٣٩ درجة مئوية في بعض المناطق الداخلية مصحوبة برطوبة عالية. وذعرت تقارير إعلامية أن ما لا يقل عن ١٤ شخصاً لاقوا حتفهم بسبب الحرارة خلال مطلع الأسبوع، بينهم امرأة في التسعينيات عثر عليها فاقدة الوعي في حقل. ويعالج آلاف آخرون في مستشفيات من مشكلات صحية مرتبطة بارتفاع درجات الحرارة. واشتدت الحرارة في المناطق غير الساحلية مثل مقاطعة جينفو حيث بلغت درجات الحرارة ٣٩,٣ درجة مئوية في بلدة إبيججاوا يوم الإثنين وهي الأعلى على مستوى البلاد. وسجلت العاصمة طوكيو درجات حرارة بلغت ٣٤ درجة مئوية في اليوم ذاته. وقال رجل في أوغاياما لهيئة الإذاعة والتلفزيون اليابانية: «الجو شديد الحرارة، كل ما بوسعتنا أن نقلعه هو المداومة على شرب المياه».

ماجدة الرومي تطلق «ميلي يا حلوة»

وكالات



طرحت الفنانة اللبنانية ماجدة الرومي أغنية جديدة بعنوان «ميلي يا حلوة» وهي أغنية باللهجة اللبنانية وتعتبر بمنزلة إهداء منها لابنتها «نور» البالغة من العمر ٢٦ عاماً، وهي من ألحان شربل روحانا جرمانوس جرمانوس. ومن المقرر أن تقدم الأغنية للمرة الأولى على مسرح «مهرجانات الأرز الدولية» في ٢٨ تموز الجاري.

أب يرضع طفله جعة

وكالات

أعلنت الشرطة السريلاكية عن اعتقالها لأب اشتبهت في إرضاعه جعة لابنه الذي لم يتجاوز عاماً، وصدت وسائل التواصل الاجتماعي الأب مع ٣ من أصدقائه وهو يرضع الطفل في إحدى القرى وسط البلاد. وكان الطفل يرتدي زياً لرائد فضاء خلال ركوب الأمواج في مهرجان الهالووين في سان مونتيكا، وأكد متحدث باسم الشرطة أنه تم اعتقال والد الطفل وأصدقائه بسبب القسوة على الطفل. وأظهر مقطع فيديو الأب يرضع طفله مرتين من زجاجة الجعة، في الوقت نفسه هناك شخص في الخلفية يقول للأب يجب عدم إعطاء الطفل كحوليات.

علامات على نقص الحديد

وكالات

وجدت دراسة قادها أستاذ الجراحة في جامعة لندن، توبي ريتشاردز، أن حالات نقص الحديد هي الأكثر شيوعاً في بريطانيا. ويرتبط نقص الحديد عادة بأعراض عديدة أهمها الإجهاد وفقدان الشعر وضبابية تفكير الدماغ وانخفاض الرغبة الجنسية، إضافة إلى الاكتئاب وخفقان القلب واضطراب الساقين، وحتى الرغبة الشديدة في استهلاك مكعبات الثلج. ويقول ريتشاردز: «وباء نقص الحديد ينتشر في بريطانيا، حيث يعاني الملايين من الناس آثاره الجانبية دون معرفة السبب». ويقول الدراسة: إننا نحتاج إلى الحديد لتشكيل الهيموغلوبين، وهو بروتين في خلايا الدم الحمراء يساعد على نقل الأوكسجين في جميع أنحاء الجسم لتجديد طاقة العضلات، لذا فإن مستويات منخفضة منه كفيلة بالتسبب بالتعب الشديد وكذلك التأثير في وظائف الجسم الأخرى. ويوضح: «إذا كنت تعاني فقر الدم، فإن خزان الوقود الخاص بك فارغ من الحديد». ويمكن أن يعاني الناس نقص الحديد رغم خضاب الدم الطبيعي، ولذلك لا ينبغي على الأطباء الاعتماد على اختبارات الدم وحدها لتشخيص نقص الحديد أو فقر الدم». ويقول ريتشاردز أيضاً: أن العلاج هو أساساً نظام غذائي صحي غني بالحديد، يضم اللحوم الحمراء والعسل والفاصولياء والمصص، وكذلك مكملات الحديد بجرعة ٦٥ ملغ يومياً. ويعد فقر الدم الأكثر شيوعاً لدى كبار السن الذين يعانون أمراضاً مزمنة مثل أمراض القلب والسكري والسرطان، ما يعطل امتصاص الحديد وحركته في جميع أنحاء الجسم.

التعلم يغير بنية الدماغ

وكالات

كشفت دراسة للعالم، لوتز جانتكي، من جامعة زيورخ السويسرية أن التعلم والممارسات اليومية تؤثر في البنية التشريحية للدماغ. وتوصل العالم إلى تلك النتائج بعد دراسة شملت أكثر من ٥٠٠ شخص، قام خلالها بمراقبة البنية التشريحية لأدمغتهم، ومعرفة الممارسات اليومية والهوايات التي كانوا يتبعونها طيلة حياتهم. وأوضحت الدراسة أن كل هواية أو نشاط فيزيائي أو فكري يمارسه الإنسان أو يتعلمه، كعزف الموسيقى أو القراءة، تترك أثرها في بنية طبقات الدماغ وتلافيفه، وأن كل منطقة في الدماغ تنمو وتطور خلاياها وقدراتها وفقاً لتلك الممارسات. كما أن بنية الدماغ تختلف من شخص لآخر، وهذا الاختلاف يشبه ذلك الموجود في بصمات الأصابع عند البشر، لذا من الممكن أن يعتمد مستقبلاً تمييز الأشخاص.

سما المصري تكشف حقيقة اغتصابها



شرب الحليب قد يؤدي إلى العيش مدة أطول

وكالات

نشرت صحيفة «الديلي تلغراف» البريطانية دراسة بعنوان «الحليب كامل اللبم يوقف السكتات الدماغية»، أشارت فيه إلى أن شرب الحليب كامل اللبم قد يؤدي إلى العيش لمدة أطول كما أنه يحمي الجسم من السكتات الدماغية، بحسب ما توصل إليه العلماء. وأضافت إنه في الوقت الذي يحثنا فيه الأطباء دوماً على شرب الحليب الذي يوجد فيه القليل من الدسم، إلا أن هذه الدراسة أثبتت العكس تماماً، لافتة إلى أن الباحثين لم يجدوا أي علاقة بين منتجات الألبان والإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية، وهما من الأمراض القاتلة التي تصيب الإنسان. من جهتها، أشارت الدكتورة مارسيا أوتا من جامعة تكساس التي أشرفت على الدراسة إلى أن نتائج هذه الدراسة تدعم بشكل قوي الأدلة التي تشير إلى أن تناول منتجات الألبان لا تزيد من نسبة الإصابة بأمراض القلب أو الوفاة عند البالغين.

وكالات

كشفت الفنانة المصرية سما المصري حقيقة ما تم تداوله مؤخراً عن اختطافها واغتصابها من مجموعة من الشباب، وقالت ساخرة: «هم اللي هيغتصبوني ولا أنا اللي هاغتصبهم». وأكدت أنها لا تتعمد إطلاق الشائعات للوصول إلى الشهرة كما يتهمها البعض.