

انطلاق مهرجان خطوات السينمائي الدولي بمشاركة ١٤ دولة

الوطن



تنطلق يوم غد الدورة الخامسة لمهرجان خطوات السينمائي الدولي للأفلام القصيرة في دار الأسد للثقافة بمدينة اللاذقية بمشاركة ١٣ دولة إضافة إلى سورية.

المهرجان الذي يقيمه مجلس الشباب السوري بالتعاون مع المؤسسة العامة للسينما يعرض خلال أربعة أيام ٤٤ فيلماً من إيطاليا والهند وفرنسا والولايات المتحدة الأميركية وإيران وكندا والبحرين والمغرب والعراق ومصر ولبنان والسعودية والإمارات وسورية تم اختيارها من إجمالي ٢٣٥ فيلماً من ٤٠ دولة تقدموا للمشاركة بالمهرجان.

وتضع إدارة المهرجان شروطاً تقنية لقبول الأفلام في المهرجان منها ألا تزيد مدة الفيلم عن نصف ساعة ويحمل مواضيع إنسانية بعيدة عن التوجهات السياسية، وأن يكون حديث الإنتاج بفترة سنتين عن تاريخ المهرجان، إضافة إلى شروط فنية تتعلق بالتقنيات الإخراجية والصورة والمعالجة.

انطلاق تصوير فيلم «لقطة»

الوطن

ضمن مشروع دعم سينما الشباب لعام ٢٠١٨، أطلقت المؤسسة العامة للسينما عمليات تصوير الفيلم القصير «لقطة»، للمخرج ناصيف شلش الذي يلخص فيلمه بالقول: إنه يجسد الصراع بين القيم الإنسانية والهدف الشخصي.

ويشارك في التمثيل مالك محمود ومروة الأطرش وليلى بقوش وتمتاز غانم ويارا الدولاني.

المشويات أكثر ضرراً من السجائر

وكالات

توصل باحثون في دراسة جديدة إلى أن طهي الطعام على نار مفتوحة أو على الفحم يزيد من احتمال الإصابة بالتهاب الرئة والربو وأمراض الرئة الأخرى بنسبة ٤٠ إلى ٦٠ بالمئة ما يجعلها أكثر ضرراً من السجائر.

وقال الباحث «كا هونغ شان» من جامعة أوكسفورد في بريطانيا قوله: إن الفحم والحطب يمكن أن يساهما في تطور داء الاستداس الرئوي المزمن، مشيراً إلى أن دخانها والحرق المفتوحة والأفران تحتوي على عدد كبير من المواد المسرطنة وأول أكسيد الكربون وعدد من المواد الأخرى التي لها تأثير سلبي للغاية في حياة الإنسان.

ويعتبر الحطب الأنسب تأثيراً في صحة الإنسان حيث يزيد من احتمال الإصابة بأمراض الرئة بنسبة ٣٧ بالمئة والفحم بنسبة ٢٢ بالمئة حيث إن لتناول المشويات دوراً كبيراً في الإصابة بمرض السلس والربو وأمراض الرئة المزمنة الأخرى.

روبين عيسى في حضور لافت



الوطن- «ت: طارق السعدوني»

المثلة السورية النجمة روبين عيسى في أثناء حضورها افتتاح الفيلم العربي الجزائري «ابن باديس» في دمشق من إخراج باسل الخطيب.

من دفتر الوطن

الخوف على الكتاب

حسن م. يوسف



في مثل هذه الأيام قبل خمسة وأربعين عاماً أصبح اسم الكاتب الاستقصائي الأمريكي بوب وودر متداولاً في كل مكان بسبب تحقيق ووترغيت الذي نشره مع زميله كارل برنستين في جريدة «واشنطن بوست»، مما أدى لتفجير أكبر فضيحة في تاريخ أميركا، نجم عنها استقالة ريتشارد نيكسون ومكافأة الكاتبين بجائزة بوليتزر عام ١٩٧٢.

صحيح أن بريق اسم وودر قد خف مع الزمن لكنه تمكن من الحفاظ على سمعته الطيبة ما جعل صحيفة رولينغ ستون تصفه بأنه «واحد من أكثر الصحفيين المحترمين في التاريخ الأمريكي». لكن وودر استعاد بريقه في ١١ أيلول الماضي عندما نشر كتابه «الخوف: ترامب في البيت الأبيض». إذ جاء في الأخير أنه تم بيع ٧٥٠٠٠٠ نسخة من الكتاب في اليوم الأول لصوره!

لن أكتب في هذه المقالة عن كتاب «الخوف» لأنني لم أتمكن من قراءته بعد، إلا أنني سأحدثكم عن خوفي على الكتاب في بلادنا الذي تطعم منه ١٠٠٠٠ نسخة فقط. جاء في «تاريخ الكتاب» الذي صدر في جزأين قبل ربع قرن ضمن منشورات «عالم المعرفة» الكويتية، للبروفسور الكرواتي ألكسندر ستيتشفيتش الأستاذ في جامعة زغرب، أن «أوروبا كانت تستورد من دمشق أفخر أنواع الورق الذي اشتهر حينئذ بكل أوروبا باسم «الورق الدمشقي» Charta Damascena.

غصت مع الأستاذ ستيتشفيتش في البحث عن مغزى تطور الكتاب عبر التاريخ، وتوقفت عند تتبعه لكافة الكتاب كمؤشر للحكم على أي مجتمع لمعرفة مدى تخلّفه وتطوره الثقافي.

أول حقيقة يقرها ستيتشفيتش هي أن السورميين أقاموا حضارة ممتازة «تشربت منها كل الحضارات الكبرى»، فهم الذين أبداعوا الكتابة التصويرية ثم طوروها إلى «نظام كتابي تطغى عليه السمات الصوتية»، ويستنتج الباحث أن «السورميين هم الذين خصوا الكتاب بالدور الذي ارتبط به حتى هذه الأيام. أي أن يكون الحافظ للإنجازات الإنسانية الثقافية والتكنولوجية وأن يخدم عدداً من الأهداف الرسمية والتعليمية وغير ذلك من الغايات اليومية».

يرى الباحث أن «البابليين طوروا كل ما خلفه السورميون»، ما دفع عالم الآثار الألماني غولروي الذي قام بالتنقيب في العاصمة بابل، لأن يطلق على البابليين لقب «أحياء الكتابة».

لأن «عدد الرقم الطينية البابلية التي تم اكتشافها حتى الآن، يتجاوز ستمئة ألف رقيم تتضمن مختلف الموضوعات»، ويولي الباحث اهتماماً خاصاً للمكتبة التي تم اكتشافها في إيبلا - تل مريخ ويصفها بأنها: «أقدم مكتبة تم اكتشافها حتى الآن في الشرق الأوسط».

كذلك يتوقف الباحث عند المكتشفات الأثرية في أوغاريت: «التي تعتبر ذات أهمية خاصة». لأنه كان قد تجمع في أوغاريت، جزء كبير مما أبداع خلال آلاف السنين في الشرق الأوسط، ويستنتج الباحث أن الكتاب كان مقدراً جداً في الشرائع العليا للمجتمع الأوغاريتي، وأن «أوغاريت كان لها مكان مشرف في تاريخ الكتابة والكتاب والمكتبات».

كذلك يتوقف الباحث عند مكتبة الحاكم الآشوري المثقف آشور بانبيال، إذ أثبتت الرقم التي اكتشفت فيها أنه كان أول من «جمع في مكان واحد كل ما أبدعته الأجيال السابقة في الشرق الأوسط في حقل الأب والمعرفة».

جاء في أحد النصوص المصرية القديمة: «لقد مات الإنسان وتحول جثته إلى مسحوق وأصبح كل معاصريه تحت التراب، إلا أن الكتاب هو الذي ينقل لكراه من قم إلى قم، إن الكتابة أنعم من البيت المبني ومن الصومعة في الغرب ومن القلعة الحصينة ومن النصب في المعبد».

وقد نصح أحد الآباء المصريين قبل خمسة آلاف عام، ابنه، بأن يحب الكتاب كأه. لقد كان الكتاب ابن منقلبنا ونتاج أجداننا فما بالنا نعامله كضيف ثقيل غريب!

علاقة الاكتئاب

بالتهاب المفاصل

وكالات

كشفت دراسة جديدة أنه كلما اشددت حالة الاكتئاب لدى المريض، زاد احتمال إصابته بالتهاب المفاصل.

ويمكن أن يصبح التهاب المفاصل متعباً ما يسهم في الإصابة بالاكتئاب، وهو ما تم تسجيله بشكل كبير، لكن الباحثين في كلية دارتموث أجروا أول الدراسات التي تبحث في إذا ما كانت هناك علاقة عكسية بين هذين المرضين. ونظر الباحثون في انتشار التهاب المفاصل في ٤٧٨٢ مريضاً فوق ٥٠ عاماً، موزعين بين من لا يعانون الاكتئاب ومن هم مصابون بهذا المرض العقلي بدرجات متوسطة وحادة. وكان التهاب المفاصل شائعاً بنسبة ٥٥ بالمئة لدى المصابين باكتئاب خفيف مقارنة بمن لا يعانون الاكتئاب.

وارتفع خطر الإصابة بالتهاب المفاصل لدى أولئك الذين يعانون الاكتئاب المعتدل، إلى ٦٢,٩ بالمئة، لدى حين كانت النسبة ٦٧,٨ بالمئة على المصابين بالاكتئاب الحاد، ما يوحي بأن الاكتئاب قد يكون عامل خطر للإصابة بالتهاب المفاصل. وكتب معدو الدراسة: إن النموذج البيولوجي النفسي الاجتماعي للألم المزمن، يفسر العوامل الفيزيائية والنفسية «مثل أعراض الاكتئاب» لالتهاب المفاصل التي غالباً ما تتفاعل وتتأثر سلبياً مع بعضها ما يؤدي إلى تفاقم النتائج الصحية. وتشير النتائج إلى أن عواقب أعراض الاكتئاب الأقل شدة، عند كبار السن المصابين بالتهاب المفاصل، مشابهة لتلك لدى من يعانون حالة الاكتئاب الشديد، بما في ذلك زيادة الألم والضعف الوظيفي، الذي بدوره يؤثر سلباً في نتائج العلاج ويزيد من خطر الوفاة.

وكالات

أديل في مغامرة فنية جديدة



الوطن- «ت: طارق السعدوني»

تنشغل الفنانة البريطانية أديل خلال الفترة الراهمة بالعمل على ألبومها الجديد الذي تنقرغ له بشكل كامل. وقد أفادت مصادر صحفية: أن أديل تعمل لفترات طويلة في أستوديو التسجيل حيث تشرف على تنفيذ الأغاني الجديدة التي تخوض بموضوعاتها مغامرة جديدة في مسيرتها الفنية. الألبوم من المقرر أن يبصر النور خلال عام ٢٠١٩ المقبل وقد وضعت له معايير عالية جداً حيث تعتبره بمنزلة مرحلة مفصلية بحياتها المهنية.

زيادة الوزن لدى النساء قد تؤدي إلى سلس البول

وكالات

قال فريق بحثي بقيادة تايليا ليمرتون من كلية علوم الحركة والتغذية في جامعة كوينزلاند، إن النساء والشابات وفي منتصف العمر اللاتي يعانين زيادة الوزن أو السمنة، ربما كن أكثر عرضة للإصابة بسلس البول.

ووفقاً لبحث أعده الفريق، وجد الباحثون أن احتمالات إصابة البيديئات بسلس البول، تزيد مئتين عن احتمالات إصابة من يتمتعن بوزن طبيعي. وتقل الاحتمالات بين النساء اللاتي يعانين زيادة الوزن، لا تصل إلى حد السمنة وتصل إلى ٣٥ بالمئة. وخلص الباحثون إلى أنه رغم أن سلس البول قد لا يؤثر بصورة كبيرة في الصحة، فإنه قد يؤثر بصورة كبيرة في حالتها العامة.. ترتبط نتائج صحية سلبية بسلس البول ومن بين ذلك عدم الراحة والتعبات راحة كربية والشعور بالحرج.

ولتحديد تأثير السمنة في تسرب البول، بحث فريق الدراسة عن أبحاث تتضمن معلومات عن سلس البول والوزن، واستعانوا بنحو ١٤ دراسة تضمنت بيانات عن ٧٢٩٣ امرأة من ثماني دول، هي أستراليا وفرنسا والولايات المتحدة والدنمارك وإنكلترا واسكتلندا وويلز وهولندا، واستخدمت الدراسات فقط إذا كان متوسط عمر النساء تحت ٥٥ سنة.

ونكرت الدكتورة ستيفاني كيلب، أستاذة المسالك البولية وأمراض النساء في كلية فاينبيرغ: «يعتقد أن نشاط المثانة المفرط يحدث بسبب التغيرات الأيضية التي ترافق زيادة الوزن أو السمنة، لكن لا أحد يفهم ما الذي يسببها بالضبط».

وقالت الدكتور جين كلارك أستاذة الطب ومديرة قسم الطب العام وطب الباطنة في كلية جونز هوبكينز في ولاية ماريلاند الأميركية، إن البحث الجديد أظهر أن الكيلوغرامات الزائدة يمكن أن تزيد خطر سلس البول لدى جميع النساء.

وأضافت إن النساء اللاتي يعانين هذه الحالة بسبب زيادة الوزن، سيشهدن تحسناً إذا ما خسرن الكيلوغرامات الزائدة، أما من تعاني زيادة الوزن أو البدانة ولم تصب بعد بسلس البول، فعليها أن تفكر في خسارة الوزن لأنها قد تحميها من هذه الحالة.

سيلينا غوميز تواعد رجلاً مجهولاً

وكالات



الوطن- «ت: طارق السعدوني»

يحوي الشوفان على الفيتامينات والمعادن الضرورية وهو غني بالألياف المفيدة للجهاز الهضمي، كما يقلل الشوفان من مستويات الكوليسترول ويحول دون تصلب الأوعية الدموية وانسدادها. والشوفان ممتاز لمحاربة البدانة لأنه يوفر إحساساً عالياً بالشبع كما ينظّم عملية الهضم ويحافظ على الوزن المثالي. يعالج تناول الشوفان الإرهاق ويحارب الاضطرابات العصبية ويحول دون الاكتئاب ويحفز الجسم على النوم، كما يحارب مرض الروماتيزم ويعالج الأمراض الجلدية.

وكالات

الشوفان يُعالج الإرهاق ويحارب البدانة

الكحوليات

تقتل ٣ ملايين شخص سنوياً

وكالات

أعلنت منظمة الصحة العالمية أن أكثر من ثلاثة ملايين شخص توفوا في عام ٢٠١٦ بسبب الإفراط في شرب الكحول ما يعني أن واحدة من كل ٢٠ حالة وفاة في جميع أنحاء العالم مرتبطة بهذا السلوك.

وقالت المنظمة التابعة للأمم المتحدة إن أكثر من ثلاثة أرباع هذه الوفيات من الرجال، مشيرة إلى أنه على الرغم من الأدلة على مخاطر الكحول الصحية فمن المتوقع أن يزيد الاستهلاك العالمي له في السنوات العشر القادمة.

وأضافت المنظمة إن ما يقدر بنحو ٢٣٧ مليون رجل و٤٦ مليون امرأة على مستوى العالم يشربون الكحول بشكل مفرط أو على نحو ضار، منبهة إلى أن التوجهات الحالية تشير إلى زيادة عالمية في معدل استهلاك الفرد خلال السنوات العشر القادمة.

ولاسيما في جنوب شرق آسيا وغرب المحيط الهادي والأميركيتين. ومن بين كل الوفيات التي تسببت بها الكحوليات نتجت ٢٨ بالمئة عن إصابات مثل الحوادث المرورية وإيذاء النفس والعنف وكان ٢١ بالمئة نتيجة اضطرابات هضمية و١٩ بالمئة نتيجة أمراض القلب والأوعية الدموية مثل الأزمات القلبية والجلطات.