الوطن

عينٌ على الوطن...

سورية يومية سياسية مستقلة

الثلاثاء ١٦ نيسان ٢٠١٩ | الموافق ١٠ شعبان ١٤٤٠ هـ | العدد ٣١٣٣ السنة الثالثة عشرة | الناشر | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع | www.alwatan.sy | Al-Watan | Daily Syrian Independent Political Newspaper | April 16, 2019 | No. 3133 | 13th year

إطلاق مهرجان سينما الشباب والأفلام القصيرة

الوطن

تقيم المؤسسة العامة للسينما، بالتعاون مع دار الأسد للثقافة والفنون مهرجان سينما الشباب والأفلام القصيرة بدورته السادسة من ٢٣ وحتى ٢٨ من الشهر الجاري.
وفي هذه المناسبة، يعقد مدير المؤسسة العامة للسينما مراد شاهين مؤتمراً صحفياً في الثانية عشرة من ظهر اليوم في الهيئة العامة لدار الأسد للثقافة والفنون ويعرض فيه جميع تفاصيل المهرجان «المسابقتين، لجنتا التحكيم، التظاهرات الموازية، الضيوف والمكرمين».

«يلا سينما» يعرض الفيلم الإيراني «زقزقة العصافير»

الوطن

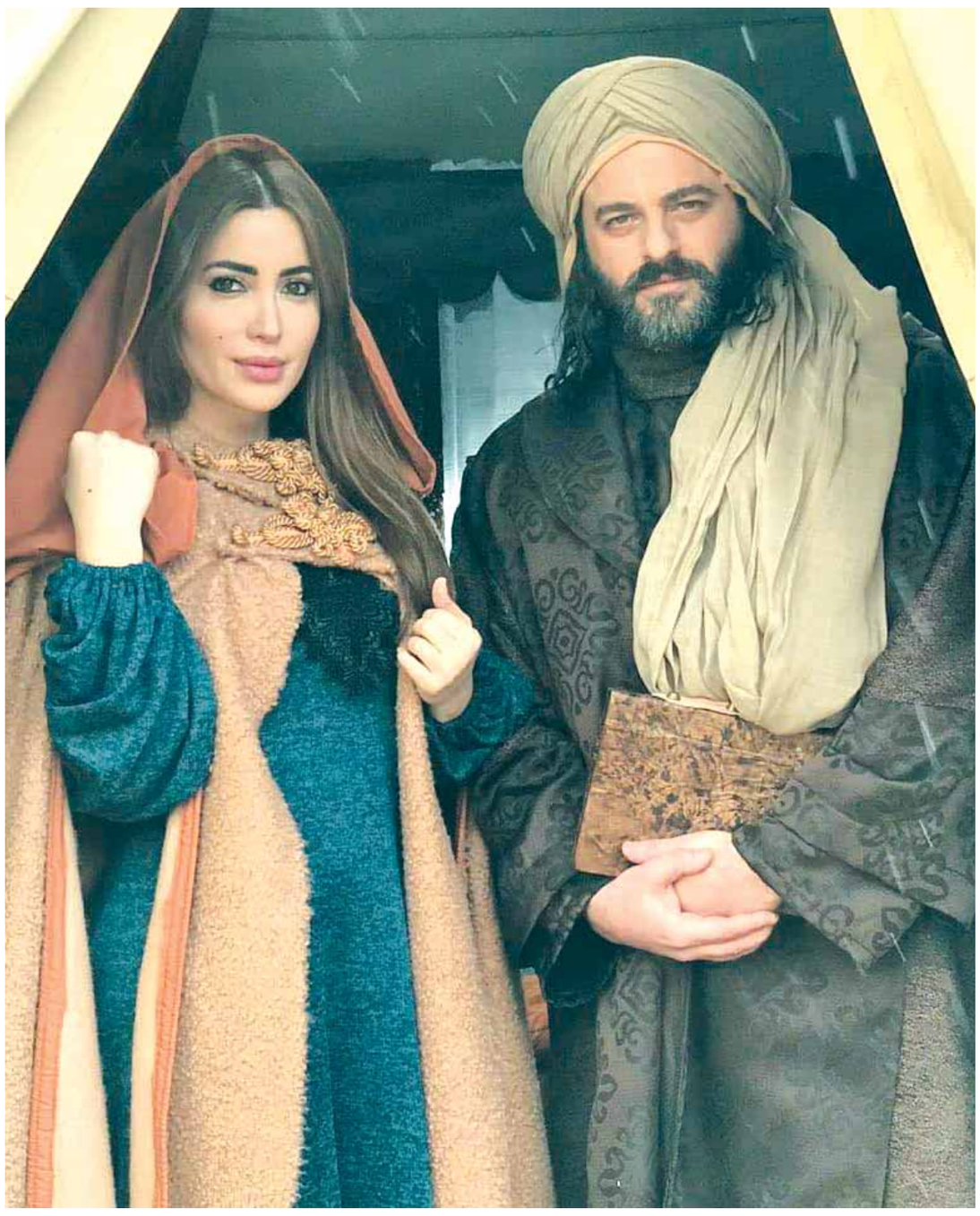
عرض الفيلم الإيراني «زقزقة العصافير» للمخرج الإيراني مجيد مجيدي ضمن فعاليات المرحلة الأولى «شاشة يلا سينما» من مشروع «يلا سينما» السينمائي، على مسرح مدارس بنات الشهداء بحضور طلاب المشروع، ومدارس البنين والبنات.
«يلا سينما» هو مشروع تشاركي بين المؤسسة العامة للسينما والهيئة العامة لمدارس أبناء الشهداء، خاص بتمكين طلاب مدارس أبناء وبنات الشهداء من علوم وفنون السينما.
ويقام على ثلاث مراحل، شاشة يلا، ومكتبة يلا سينما، والمغامرة السينمائية.

فعالية نظرية قديمة تشعر بالسعادة

وكالات

تقول نظرية قديمة إن تعابير الوجه يمكن أن تدفع الأشخاص إلى الشعور بالعواطف المرتبطة بهذه التعبيرات، وبالتالي التأثير في مزاجنا.
وتوصلت دراسة جديدة بالفعل إلى أن الابتسامة يمكنها حقا جعل الناس يشعرون بسعادة أكبر، بالنظر في ١٣٨ دراسة حول تأثير تعبيرات الوجه على مزاجنا.
وقال عالم النفس الاجتماعي، نيكولاس كولز، من جامعة تينيسي: «تخبرنا الحكمة التقليدية أننا يمكن أن نشعر بسعادة أكبر إذا ابتسمنا ببساطة. أو أننا يمكن أن نحصل على مزاج أكثر سوءاً إذا عبست وجوهنا، لكن علماء النفس اختلفوا بالفعل حول هذه الفكرة لأكثر من ١٠٠ عاماً».
أصبحت هذه الخلافات أكثر وضوحاً في عام ٢٠١٦ عندما أخفق ١٧ فريقاً من الباحثين في تكرار تجربة معروفة، تثبت أن الفعل المادي للابتسام يمكن أن يجعل الناس يشعرون بالسعادة.
وباستخدام إحصائية، جمع الفريق ١٣٨ دراسة اختبرت أكثر من ١١ ألف مشارك من جميع أنحاء العالم، وجد الباحثون أن وضع تعبيرات الوجه له تأثير بسيط على مشاعرنا، وعلى سبيل المثال، فإن الابتسامة تجعل الناس يشعرون بسعادة أكبر، والتقطيب يجعلهم يشعرون بالغضب، والعبوس يجعلهم يشعرون بالحزن أكثر.
ويشير كولز إلى أن هذه النتائج مثيرة لأنها توفر فكرة عن كيفية تفاعل العقل والجسم لتشكيل تجاربنا الواعية للعاطفة، وتابع: «لا يزال لدينا الكثير لنتعرف عليه حول تأثيرات تعبيرات الوجه، لكن هذا التحليل الأخير جعلنا أقرب إلى فهم كيفية عمل المشاعر».

«مقامات العشق» بين نسرين طافش ويوسف الخال



الوطن

الممثلان النجمان نسرين طافش ويوسف الخال من كواليس مسلسل «مقامات العشق» الذي يرصد حياة العلامة محيي الدين ابن عربي.

من دفتر الوطن

يوم من عمري!

عصام داري

بالإذن من الفريق الذي أنجز فيلم «يوم من عمري» (عام ١٩٦١) بداية من المنتج السوري صبحي فرحات، وزوجته زبيدة ثروة، وأبطال الفيلم: عبد الحليم حافظ وعبد السلام النابلسي ومحمود المليجي وسهير البابلي والمخرج عاطف سالم.
فإذا كان هذا الفيلم يحمل الفرح للمشاهدين منذ يوم إنتاجه (١٩٦١)، فإن اليوم الذي مر من عمري منذ يومين يستحق أن يتحول إلى فيلم سينمائي، أو سهرة تلفزيونية، أو حتى مسلسل!
يسعدني أن أشارك القراء المتعة التي حصلت معي، فقد كنت طوال النهار أتنقل من مكان إلى آخر بسيارتي الخاصة، وإذ أذكر أنها خاصة فذلك لأن تنقلاتي استهلكت (البنزين) وصار علي ملء خزانها بالوقود، لكن بيني وبين تحقيق هذا الحلم أنهر وبحور.
قررت العودة إلى البيت لتوفير الوقود لمشوار مهم، مع أن المشاوير صارت أشبه بأحلام اليقظة! وهكذا فعلت، لكن المصيبة أنني أقطن حالياً في مشروع دمر قريباً من محطة البنزين القريبة من الـ «أب تاون» والمشكلة أنني دخلت في زحمة السيارات التي تنتظر دورها لتعبئة البنزين! فقد استغرق قطع مسافة مئة متر فقط لأركن سيارتي أكثر من ساعة وعشرين دقيقة! صدقوني أنني أنقل ما شاهدته حرفياً.
اكتشفت خلال هذا الوقت أن شعبنا الطيب رائع فعلاً فقد تبادل الناس وهم في سياراتهم الأحاديث الودية، منها الجادة والساخرة، والباكية والمضحكة، وصار طابور السيارات الطويل جداً مدار تندر، ولو أردت جمع كل النكت التي قيلت لتمكنت من كتابة مسرحية كوميدية ساخرة موجهة وناقدة.
لكن الطريف أن أحدهم سألني: هل تريد تعبئة خزان سيارتك؟ فأجبته بما يشبه الغضب والتعصيب: يا سيدي لا أريد البنزين سامحكم الله به، وحتى سيارتي هذه سأبيعها «بتراب الفلوس» كما يقول أشقاؤنا المصريون.
فقال: وماذا تفعل هنا؟ أجبته:غلطة، أبحث عن مكان أركن فيه سيارتي، فسمعت موجة ضحك صاخبة من(جمهور) الواقفين بالدور! هنا لمعت في ذهني فكرة: لماذا قلت إنني سأبيع السيارة؟ أليس الهدف من أزمة البنزين أن تصل الأمور بأصحاب السيارات إلى التفكير الجدي في بيع سياراتهم؟ ووجدت أن الحكومة حريصة على أن يكون لكل مواطن سيارة وراقصة ومطرب، فتنخفض أسعار السيارات بشكل كبير وبسرعة، واذهبوا واشتروا سياراتكم بأنفسكم، وألف مبارك.
المهم وبينما أنا غارق في التفكير شاهدت سائق سيارة «قاعد يفصفص بزر» ويبدو أن هذا السائق كان يعرف أنه سينتظر كثيراً، فأحضر البزر والموالح، وربما السندوتش والعصائر.
سائق آخر استغل الوقوف الطويل فأخذ غفوة لم توقظه منها إلا أصوات منبهات السيارات «الزمامير» التي تحثه على التقدم بضعة سنتيمترات!
المشكلة أن سيارة إسعاف تنقل مريضاً في حالة حرجة لم تستطع التحرك مطلقاً، ولا أدري ما حصل مع سائق الإسعاف، وهل لديه بنزين كاف ليصل إلى المستشفى؟
المهم أن الحكومة قلبها على المواطن، وأرادت أن تشاركه معاناته، فقررت تخفيض مخصصات البنزين للدوائر الحكومية بنسبة خمسين بالمئة، لكن السؤال: هل تمتلك تلك الدوائر بطاقة ذكية للحصول على البنزين؟
لكن الحديث لم ينته، وتستطيعون إكمال هذه الرواية.. عيب!

الكافيين يعزز الأداء أثناء ممارسة الرياضة

وكالات

يعد تناول الكافيين أمراً شائعاً أثناء ممارسة التمارين الرياضية، لكن دراسة حديثة وجدت أن تناوله قبل التمارين يقدم مزايا حقيقية أفضل للرياضيين.
وكشفت مراجعة لبحوث سابقة أن تناول الكافيين قبل ممارسة التمارين الرياضية، قد يحسن أداء مجموعة واسعة من التدريبات.
وتوصل الباحثون إلى أن الكافيين يمكنه على وجه الخصوص تعزيز السرعة والطاقة والقوة والتحمل.
وقال جوزو غرجيك، قائد فريق البحث من جامعة فيكتوريا في ملبورن بأستراليا: «المكملات التي تحتوي على الكافيين شائعة جداً بين الرياضيين، وكشفت دراسة ترجع لعام ٢٠١١ أن نحو ٧٥ بالمئة من عينات بول رياضيين شاركوا في الألعاب الأولمبية، يحتوي على مستويات مرتفعة من الكافيين».
وفي ٢٠٠٤، رُفع الكافيين من قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات كمادة يحظر تناولها خلال المنافسات.
وأجرى غرجيك وزملاؤه دراسة شاملة لنتائج مراجعات سابقة حللت عدة دراسات تتعلق بالكافيين والأداء الرياضي، واكتشفوا أن الكافيين عزز قدرة العضلات على التحمل وقوتها وأداء القفز وسرعة أداء التمارين.
وقال غرجيك: «كقاعدة عامة يكون لتناول كوبين من القهوة قبل نحو ٦٠ دقيقة من بدء التمرين تأثير قوي لدى معظم الأفراد».

سمية الخشاب: لا تقبلي بالإهانة!

وكالات

وجهت الفنانة سمية الخشاب رسالة للسيدات خلال لقاء تلفزيوني فقالت: «لا تقبلي بالإهانة، لأنك لما تنضربي مرة فستتعرضين للضرب الثانية والثالثة وستكونين بلا قيمة، والسيدة التي تتعرض للضرب تبعد عن زوجها فوراً لأن البعد عنه غنيمة، واحنا مش في غابة عشان ننضرب، أو تحصل على حقوقها بالقانون».

رجل يبحث عن مالكة سيارة سرقها قبل ٢١ عاماً

وكالات

لجأ رجل كندي إلى شبكات التواصل الاجتماعي في محاولة للعثور على مالكة سيارة، قام بسرقتها منها عن طريق الخطأ، قبل ٢١ عاماً.
ويريد كيفن فريدمان، إزاحة هذا الهمّ القديم عن صدره، وطمأنة مالكة السيارة التي لا تعرف حتى اللحظة ماذا حل بسيارتها في ذلك اليوم، بعد مضي أكثر من عقدين على الحادثة.
وكشف في منشور أطلقه عبر فيسبوك، أنه اضطر لاستعارة سيارة زميله في العمل، بغرض القيام ببعض المهام الشخصية وشراء بعض الحاجيات عام ١٩٩٨.
وعندما قصد الرجل مرآب الشركة، اختلطت عليه الأمور وصعد في سيارة من ذات طراز السيارة التي يملكها زميله في العمل، وهي من نوع «فورد توروس».
وأضاف إنه استخدم مفتاح سيارة زميله لتشغيل السيارة الأخرى، التي اشتغل محركها على الفور، ما جنب فريدمان الشك بأنها السيارة الخطأ.
وبعد مضي ساعات، انتهى من واجباته وأعاد سيارة زميله إلى المرآب، في نفس الموقف الذي كانت فيه، ومن ثم قام بإقفال أبوابها وتابع يومه بشكل اعتيادي.
وتبين لاحقاً أن صاحبة السيارة الحقيقية اتصلت بالشرطة وأبلغت عن تعرضها لجريمة سرقة، وذلك أثناء استعارة فريدمان لسيارتها عن طريق الخطأ.
وفي اليوم التالي، قدم عناصر الشرطة إلى المرآب رفقة السيدة، ليعثروا على السيارة في مكانها، ما جعلهم يتجاهلون شكوى السرقة التي قدمتها قبل يوم.
قرر فريدمان حينها طي الموضوع نهائياً وعدم إبلاغ الشرطة بما حدث، إلا أنه غير رأيه مؤخراً، وشعر بضرورة إعلام السيدة بما حدث في ذلك اليوم، وأنها لم تكن تتوهم أن سيارتها المفضلة قد اختفت.

هند صبري تنال جائزة فاطمة الفهرية

وكالات

حصلت الفنانة التونسية هند صبري على جائزة «فاطمة الفهرية» لتمكين المرأة وذلك لمساهمتها الفعالة في دعم ممارسة المرأة لتكوين المسؤوليات المهمة في المتوسط.
وقد منحت الجائزة خلال احتفالية أقيمت في المتحف الوطني بمدينة باردو في تونس.

كلبة تسابق سيارة وتجري بسرعة ٦٠ كم

وكالات

انتشر مقطع فيديو يوثق جري كلبة من نوع «دوبرمان»، بسرعة كبيرة وصلت إلى ٦٠ كيلومتراً في الساعة، في حين كانت مالكتها تقود سيارة بمحاذاتها على الطريق.
وجرى تصوير الحادثة المثيرة في ولاية كاليفورنيا الأميركية، في حين أمضت صاحبة الكلبة أشهراً عديدة في تدريبها حتى تمكنت من الوصول إلى تلك السرعة المميزة في الجري.
وتشتهر كلاب «دوبرمان» بذكائها وقدراتها الجسدية المميزة، فهي تستخدم على نطاق واسع في الحراسة، إلا أنها كلاب عنيدة في بعض الأحيان.

أشياء نلمسها يومياً تعرض حياتنا للخطر

وكالات

يعتقد الكثيرون أن النقود هي أكبر مرتع للبكتيريا والفيروسات يمكن أن نتعامل معه بشكل يومي، لكن الخبراء يؤكدون أن العديد من الأشياء التي نلمسها يومياً قد تعرضنا لخطر أكبر.
وحول الموضوع، قال الطبيب ورئيس هيئة الرعاية الطبية في مدينة موسكو، فاسيلي فرولوف: «لقد بينت الأبحاث أن العديد من الأشياء التي نتعامل معها يومياً تعرضنا لكميات هائلة من الكائنات الدقيقة المسببة للمرض، من أبرزها أزرار المصاعد، وأزرار أجهزة الصراف الآلي، وقبضات السلال والعربات المستخدمة لحمل الحاجيات في السوبر ماركت».
وأشار إلى أن أخطار الفيروسات والبكتيريا والفطريات غير محصورة في الأماكن العامة فقط، فهذه الكائنات المجهرية تعشق التخفي في السجاد والأثاث المنزلي، وتوجد بكميات كبيرة على أسطح المراحيض والحمامات، وتكثر على مقود السيارة، وجهاز التحكم بالتلفاز عن بعد، والهاتف المحمول، وإسفنجة تنظيف الأواني في المطبخ، وغيرها من الأشياء التي نستعملها كل يوم.
وأوضح أن خطر الكائنات المرضية الدقيقة أمر لا مفر منه، لكن فرص المرض تصبح أقل بإتباع العديد من القواعد الصحية، كغسل الأيدي مرات عدة في اليوم، وخصوصاً قبل الطعام، أو بعد كل مرة نلمس فيها قبضات الأبواب أو أزرار المصعد في الأماكن العامة، واستعمال المطهرات السائلة أو المناديل المعقمة في حال الوجود في مكان لا يحتوي على مغسلة.