

## سمارة السمارة يغني للوطن

الوطن

طرح الفنان السوري سمارة السمارة أغنية «بالحرب بغنيك» للموسيقار اللبناني الراحل ملحم بركات، على حين يحضر لأغنيتين جديدتين سيطرحهما خلال الأيام القادمة. واعتبر السمارة أن الوقت مناسب جداً لطرح العمل الجديد، مشيراً إلى أن كلمات الأغنية تناسب المرحلة الحساسة التي يمر بها الوطن العربي بشكل عام. وتحدث عن سبب اختيار الأغنية قائلاً: «سابقاً طرحت أغنية لسورية الحبيبة عندما كانت تعيش في أزمة هي وبعض البلدان العربية، وحالياً مع تحسن الأوضاع يتحقق الشطر الثاني من المقطع الذي يعنى بالسلم.. وهكذا أكون قد غنيت للوطن في الحرب والسلام».

من ناحية ثانية، أكد أنه قريب من طرح أغنية جديدة، كما يحضر أيضاً لأغنية أخرى سيطرحها بطريقة «السنغل» واحدة تلو الأخرى خلال الفترة القادمة.

## دهون البطن الأكثر مقاومة لفقدان الوزن

وكالات

وجدت دراسة جديدة أن دهون المعدة هي الأصعب من بين جميع أنواع دهون الجسم التي يمكن فقدانها إذا ما اتبع أسلوب النظام الغذائي المعروف بـ«الصيام المتقطع».

واكتشف باحثون أن دهون البطن هي الأكثر مقاومة بسبب «وضع الحفظ»، الذي يسمح لها بالبقاء على حين يجري حرق الدهون حول باقي الجسم للحصول على الوقود. ولا يقترح الباحثون طريقة لمواجهة وضع الحفاظ على دهون البطن، لكنهم يقولون إن الأنظمة الغذائية الأخرى، وليس الصيام المتقطع، قد تكون أكثر نجاحاً، مثل تقييد السعرات الحرارية.

وحلل باحثو جامعة سيدني أكثر من ٨٥٠٠ بروتين موجود في رواسب الدهون في أجسام الفئران. وسُجّلت التغييرات على هذه البروتينات طوال هذه الفترة وبعد الصيام. وتعرف الدهون الحشوية بأنها الاسم التقني للدهون الموجودة في البطن، والتي تلتف حول الأعضاء الداخلية وهي مصممة لحمايتها.

ووجدت الدراسة أن هذا النوع من الدهون له آلية خلوية تمنع الصيام المتقطع من القدرة على تكسير الدهون. وترى طريقة الصيام المتقطع - دورات الأكل بشكل طبيعي ونوبات عدم تناول الطعام - أن احتياطات الدهون في الجسم توفر الطاقة عن طريق التكسير إلى جزيئات الأحماض الدهنية، التي تحل مكان الطعام كمصدر رئيسي للوقود.

ولكن تحليل دهون البطن يكشف أنها لا تخضع لهذا التحول بسهولة مثل الدهون الموجودة في أماكن أخرى من الجسم.

## سلافة معمار تواجه الظلم



الوطن

شوَّت الممثلة السورية النجمة سلافة معمار جمهورها بنشرها الفيديو التشويقي الأول لمسلسل «حارة القبة» الذي يكشف ملامح شخصية «أم العز»، وهي سيدة تتعرض للكثير من التقلبات في حياتها، وتواجه الظلم الذي يصيبها ويصيب عائلتها.



من دفتر الوطن

## قطيع الحكومة ودولاراتها!

فرنسا - فراس عزيز ديب

من لا يتألم لما وصلت إليه الحالة المعيشية في بلده، فليس عليه فقط أن يراجع جيناته العائلية، بل عليه أن يضع نفسه بذات الخاتمة مع الشامتين، كلاهما تنطبق عليهما الحكمة القائلة: من خلق ليزحف فلن يطير.

أعترف مسبقاً بأننا مهما كتبنا فلن يتبدل في الأمر شيء، فالكاتب بالنهاية ليس سلطة تنفيذية. بذات الوقت مهما حاولنا أن نشرح ما يجري فهناك طرف سيحرد ولن يعجبه هذا الكلام، فالاستناد إلى فكرة المؤامرة هي تبرئة للمتقاعسين وأصحاب العقول الخشبية، والحديث عن البوصلة الحقيقية لسبب هذه المآسي المتمثل بالحصار والحرب بات بنظر البعض رواية مكررة، إذن ما العمل؟ تعالوا لنأخذ دور الحكم وتحدث عن مقالين اثنين تكرسا في الأيام القليلة الماضية عسانا تقدم توصيفاً وسطياً بين طرفين.

أولاً: ما علاقة دولارات الحكومة بالمقاومة؟

نعرف تماماً أن عبارة «سعر الدولار الوهمي» مثار سخرية للكثيرين، تماماً كما هو حبل نجاة للكثير من المسؤولين، وعندما كانت التصريحات الرسمية تتحدث عن أسعار وهمية تقودها صفحات من الخارج كان البعض يسخر من هذا التوصيف، لكن ليس بالسخرية وحدها نهرب من مشاكلنا، هناك لحظات حقيقة علينا أن نقول فيها لكلا الطرفين: توقفوا.

على الطرف الذي يحمل شمعاً الصفحات التي تدار من الخارج أن يشرح لنا كيف امتلكت هذه الصفحات القدرة على التأثير في الناس لهذا الحد؟ ما الذي امتلكته وما الذي افتقدناه لكي نقف بوجهها؟ البكاء على ما يفعله بنا المتآمرون لن يأت بنتيجة ولن يبذل في الوضع شيئاً. بذات الوقت على الطرف الآخر أن ينتبه لأن هذه الصفحات خلال الأسبوع الماضي مثلاً كان شغلها وعملها ربط سعر الصرف المرتفع بتحميل المسؤولية كاملة لخيار المقاومة، كانوا يرددون هذه العبارة مع كل منشور لدرجة تشعرك وكأن كلمة سر واحدة أعطيت لهم، لدرجة بت تشعر فيها وكأنك في مهرجان لقوى الرابع عشر من آذار في لبنان. لماذا ينطلق التأليب على الدولة من فكرة المقاومة؟ أليست هي ذات الدولة التي ترفع خيار المقاومة منذ عقود؟ هل كان أحد ينام بلا طعام سابقاً؟

ثانياً: هل هو قطيع الحكومة؟

في الجريمة التي حصلت قبل أيام في ريف السلمية وراح ضحيتها راعيان «على باب الله» كما يقال، كان لافتاً أن مرتكب الجريمة لم يسرق الأغنام، بل قام بقتلها، في القانون الجنائي تحديداً فإن الخيط الأول للوصول إلى الفاعل هو معرفة الدوافع من نتيجة هذه الجريمة، لو أن الدافع هو السرقة لتفهمنا الدوافع انطلاقاً من فكرة الحاجة، لو كان الضحية شخصيات اعتبارية لتفهمنا الأمر لكوننا في حرب مع الإرهاب وجميعنا قد تكون ضحايا، لكن ما الهدف من قتل الرعاة وتصفية قطيعهما؟ هل أن القطيع هو ملك للحكومة أم ملك للشعب؟

لست هنا لأبرر لأحد سقطاته وفشله وهو واضح للقاصي والداني، لكن الحديث عن الفشل شيء، وربط كل ما يجري به لا يختلف أبداً عن غض الطرف على كل ما يترصد بنا، الواقعية تتطلب منا فعلياً أن نوسع الحديقة، ولكن في إطار ما يجري ما الحل؟

الحل واضح وصریح.. أكره عبارة «محكومون بالأمل» لأننا ببساطة نحن من يصنعه.. ولو لم تكن كذلك لما صمد هذا الشعب الطيب كل هذا الصمود.

## قتل زوجته الأولى وحاول مع الثانية

وكالات

قبل سنوات طويلة، تمكن زوج في إسبانيا من قتل زوجته، وقضى في السجن ١٤ عاماً فقط عقوبة له على هذه الجريمة، على أن تكون رابعة، لكن يبدو أن الرغبة في القتل ظلت موجودة لدى هذا الرجل.

وفي التفاصيل التي أوردتها صحيفة «السن» البريطانية، الأربعة، فقد قضت محكمة في إسبانيا بسجن رجل مدى الحياة بعد إدانته بمحاولة قتل زوجته الثانية.

وقام هيرنانديز بعد انهيار زواجه من اليبسون (٦٤ عاماً) بتقييدها بأصفاد بلاستيكية، تلك التي تستخدمها الشرطة، لكن الزوجة استطاعت ببراعة أن تتخلص منها بسرعة، رغم إقناعها له بأن الأصفاد كانت أكثر تقييداً مما كانت عليه.

## تسجيل إصابة جنين في رحم أمه بكورونا

وكالات

كشف باحثون في السويد نوعاً جديداً من فيروس كورونا المستجد في جسم مولود بعد أن أصيبت أمه بالعدوى وهي حامل.

ونقلت امرأة في المرحلة الأخيرة من الحمل إلى مستشفى في مدينة مالو وهي تعاني من آلام شديدة في البطن. واكتشف الأطباء أن معدل ضربات قلب الجنين منخفض، بسبب معاناته من نقص الأكسجين، ما جعل الولادة القيصرية لا مفر منها، وأظهر تحليل العينة المأخوذة من المولود أنه مصاب بفيروس كورونا شأنه شأن والدته.

ومع أن التحاليل الأولى دلت على أن الأم ومولودها مصابان بالنوع ذاته من الفيروس، إلا أن الأطباء رصدوا فيما بعد حدوث تغييرات في الفيروس الخاص بالمولود.

وقالت ميري زيفم، طبيبة الولادة في جامعة لوند السويدية: إن الحديث يدور عن «حالة غير مسبوقة لحدوث تغير وراثي للفيروس في ظروف فريدة من نوعها لانتقال لفيروس من الأم إلى الجنين قبل ولادة الطفل».

وتماثلت المرأة إلى الشفاء بعد أربعة أيام من ولادة طفلها، أما المولود فاحتاج إلى مساعدة الأطباء لأنه ولد قبل أوانه، لكنه تعافى هو الآخر من المرض وتكونت في جسده أجسام مضادة.

## ٤٥٠ ألف جنيه إسترليني لدوقة ساسكس



وكالات

وحكم القاضي بأن الصحيفة انتهكت خصوصية ميغان كما انتهكت حقوق النشر الخاصة بها بنشر أجزاء من الرسالة المؤلفة من خمس صفحات التي كتبتها إلى أبيها الذي اختلفت معه عشية زفافها إلى الأمير هاري.

وجاء حكم القاضي لمصلحة ميغان من دون محاكمة، قائلاً إن الموضوع كان انتهاكاً واضحاً.

منحت محكمة في لندن دوقة ساسكس البريطانية ميغان ماركل ٤٥٠ ألف جنيه إسترليني (٦٣٠ ألف دولار) كتعويض مؤقت عن مصاريفها القضائية بعد أن كسبت دعوى انتهاك الخصوصية ضد صحيفة «ميل أون صندي».

## عسر الهضم قد يكون مؤشراً للسرطان

وكالات

قد يكون عسر الهضم علامة تدل على الإصابة بمرض خطير وفقاً لبيانات الأطباء البريطانيين. وأشارت صحيفة إ إلى أن الحديث يدور حول مرض سرطان البنكرياس، حيث كقاعدة، المريض الذي يعاني من هذا المرض يشعر بحرقة في الصدر ومذاق مر مزجج في الفم، وشعور بعدم الراحة في البطن وقد يمتد إلى الظهر أيضاً.

وبالإضافة إلى هذا يكون الشعور بالألم مستمراً أو دورياً، وعند الاستلقاء تسوء حالة المريض، وتظهر الآلام أكثر وتزداد الحالة سوءاً بعد تناول الطعام. وعلاوة على هذا، عند الإصابة بسرطان البنكرياس، يفقد المصاب من وزنه الكثير ويهزل سريعاً، كما يعاني من الغثيان وفقدان الشهية، والإسهال أو الإمساك.