

# اللواء

عين على الوطن...

## لا اتفاق حتى الآن وإصرار على خروج الميليشيات من المدينة عشائر وأهالي منج يواصلون تحركاتهم في وجه «قسد»

العشائر في مدينة منياب، قدم مطالب الأهالي وحضرها بأمور معيشية، من دون التطرق إلى خروج الميليشيات من المنطقة. وأكد، أن العشائر والأهالي يريدون «خروج ميليشيات قسد»، التي تزيد التصالح مع العشائر والأهالي بآي طرق، ولكنها لم تستطع جلب كل الأطراف، وإنما تجلب أطرافاً تابعة لها وهي أطراف صغيرة، على حين الأطراف المثرة والفعالة ترفض، صدر الأصوات منج وعشائر وأهالي منج، على حين الأطراف وعشائر الميليشيات.

منبغي ناصر حسين العلي، أن التوتر والتشنج يتواصلان في أواسط الأهالي الذين خرجوا بمتظاهرات واحتجاجات عاتية ضد المدينة وأريافها الأسبوع الماضي، بالتزامن مع هدوء ميليشيات «قوات سوريا الديمقراطية». قسد، من المنطقة على حين روجت الأخيرة إشاعات عن عملية تسليح تجري لإنباء منج وريفها، لتنفذ من تلك ذرية من أجل شن عمليات اعتقال واسعة بحق الأهالي. وفي تصريح لـ«الوطن»، ذكر رئيس مجلس مدينة



# السفير الروسي في سوريا ألكسندر يفيموف في مقابلة مع «الوطن»:

## تأثير العقوبات على سوريا كان معاكساً لمخططات خصوم دمشق والاتفاقات لا تغطي ضرورة مواصلة مكافحة الإرهاب

وعلى أي حال ننقى على يقين بأنه مما تken الاتهامات فإنها لا تغطي ضرورة مواصلة مكافحة الإرهاب دون خواص، وإنما الجزء المذكور من أراضي الجمهورية العربية السورية، تحت سيادة الحكومة الشرعية وفي أسرع وقت ممكن.

•

ويضفي اتفاقات الثلاثة على كل من أنقرة وطهران، تم إنشاء الآية الأكثر قابلية للعمل والخاصة بالتابعة الخارجية للأمة السورية وهي صيغة «استانا»، والتي لا تزال قائمة حتى الآن، وبعد توقيع مدة نحو عام يسبب قيود الحجر الصحي استخفافه بدولة سوتشي الروسية في شهر شباط الفائت، الاتجاه الدولي له حول سوريا بصفة «استانا»، وجدها بأنها انتقاماً تأييد التزام الدول الثلاث الراسخ بسيادة واستقلال وسلامة أراضي الجمهورية العربية السورية بالإضافة إلى التعبير عن عزمهم على محاربة الإرهاب بجميع أشكاله وظاهره، كما يجري التحضير لعقد الاجتماع المقبل الثالث بصفة «استانا».

•

منطقة أخرى أود التسائل حولها وهي مناطق شرق الفرات والتي تشهد حراكاً كبيراً متأهلاً لبقاء، سبق لروسيا ولبعض دول الوسيط في الجنوبي بين «قدس» والحكومة الشرعية بعدها توقف هذا الحراك، هل من تحرك روسي قريب في هذا الملف؟ وهل تتبعون أي استجابة من قبل «قدس» التي لا تزال تعول على الوجود الأميركي غير الشرعي على الأراضي السورية؟

•

تتابع موسكو بكل اهتمام التطورات في مناطق شرق الفرات، ويسفر في الساحة بین بدءه الواضح في شمال شرق سوريا، وعلى وجه الخصوص في شهر كافون الثاني ونيسان عام ٢٠١١، حيث الجدوى في المباحث الشعري بين العسكريين الروس لاستقرار الوضع وإطفاء حرائق التوتر في المناطق التي سيطر عليها الأكراد.

•

وتنطلق موسكو من أن الأكراد في سوريا هم جزء لا يتجزأ من الشعب السوري، وذلك بدلًا تأييد التحالف بين الأكراد ومتشدّق، بما في ذلك حول مواضع ترتيب مستقبلهم المشترك، وليس سرًّا أن يدار ومن خلال قنوات مختلفة ساعدت على إقامة وتحقيق الاتصالات ما بين الحكومة الشرعية والادارة العسكرية، وبجدير بالإشارة أن بهذه الوساطة الروسية تحظى بالتقدير من كل الطرفين، وإنما متى من أن الأمور في هذا المجال ستكون أفضل بديهي بعد انسحاب جميع القوات الأجنبية الموجودة في سوريا بشكل كامل، حيث إنها تتبع إيجابيات المبادرة التي أعلنتها الشرعية سعادتها على كامل التراب الوطني، بما في ذلك منطقة شمال شرق البلاد بطيئة الحال.

•

الحكومة السورية على لسان وزير الخارجية فنيصل المقدار أعتبرت عن ترجيحها بأي مبادرة لاستعادة العلاقات مع الدول العربية وسبق لموسكو أن أعلنت دورها على هذا الصعيد ووصف الوزير سيرغي لافروف بودة سوريا للجامعة العربية بأنها تستعين إيجابيات الذي الذي عزز وجوده داخل الأراضي السورية لم يطبق على رئيسة الشفاعة التي كان من التراس على مطريق الإقليمية والدولية بدأت تنفس باتجاه تحرك عربي صوب دمشق وربما تحرك دولي موافر أيضًا.

•

على روسيا أن تحدث في برقتها للرئيس الأسد عن مواصلة دعمها لسوريا في مواجهة التطرف وهذا أو التسال حول مصير إتفاق موسكو الخاص بمناطق خفض التصعيد، والذي لم يطبق حتى الآن، فالإلهابيون لازم الون موجوبيين في إدلب كما أن الجانب الذي الذي عزز وجوده داخل الأراضي السورية لم يطبق على رئيسة الشفاعة التي كان من التراس على مطريق الإقليمية والدولية بدأ تنفس باتجاه تحرك عربي صوب دمشق وربما تحرك دولي موافر وذلك لشدة الأفضل فعل.

•

تشكل نشط، وبنمط التركيز لأن على المناطق الصحراوية في شرق البلاد، حيث ينجح الجيش السوري هناك على سوريا تحت ستار غرب سوريا، لكن تفاقم الوضع الداخلي حوله أدى إلى تفجير ملحوظ مؤخرًا وذلل بينان في قلب سوريا، وبذلك ينذر من دون أن يدركه في سوريا على روسيا من جانب بعض المسؤولين السياسيين والذين يدعون إلى معاشرة سوريا، فقد بدأنا ترشحات لمواصلة مكافحة الإرهاب، واستعاده ما تبقى من الأراضي السورية؟

•

تتوالى عمليات لتفتيش الإرهابيين في سوريا، ومن بينهم قيادي في كثير من دول العالم أصرروا على ذلك، حيث أشار إلى أن المكمن ومن يدعون إلى معاشرة سوريا، فقد بدأنا ترشحات لمواصلة مكافحة الإرهابيين، وتدبر مستوعاتهم من قبل الإرهابيين لنفاذ عمليات إرهابية ضد المواطنين السوريين المدنيين.

•

المعرفة العسكرية للغاية ضد الإرهابيين في منع اشتراط هذا إلى دولة أخرى في المنطقة، وخلال سوات الشر على سوريا أظهر الرئيس بشار الأسد نفسه قادرًا وظيفيًا على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية.

•

وعاء على ذلك أصبحت روسيا وبشأنه من الممكن ومن يدعون إلى معاشرة سوريا، فقد بدأنا ترشحات لمواصلة مكافحة الإرهابيين، وتدبر مستوعاتهم من قبل الإرهابيين لنفاذ عمليات إرهابية ضد المواطنين السوريين المدنيين.

•

كما تختبر إجراءات لواجهة الإرهابيين من «هيئة تحرير الشام»، وغيرها من المنظمات الإرهابية، وأقصد أن التفاوض على تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية.

•

وعاء على ذلك أصبحت روسيا وبشأنه من الممكن ومن يدعون إلى معاشرة سوريا، فقد بدأنا ترشحات لمواصلة مكافحة الإرهابيين، وتدبر مستوعاتهم من قبل الإرهابيين لنفاذ عمليات إرهابية ضد المواطنين السوريين المدنيين.

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

وعاء على ذلك أصبحت روسيا وبشأنه من الممكن ومن يدعون إلى معاشرة سوريا، فقد بدأنا ترشحات لمواصلة مكافحة الإرهابيين، وتدبر مستوعاتهم من قبل الإرهابيين لنفاذ عمليات إرهابية ضد المواطنين السوريين المدنيين.

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على توجيه وقيادة الشعب السوري ببسهولة والدفاع عن صالحها على الساحة الدولية».

•

الشعب السوري، أكثر وضوحاً، فال Yugoslav على من الاستثناء بين المواطنين السوريين الذين يعيشون في الخارج، حيث ينجز القول بـ«أنا أثني على إمكانية تشكيله في شمال غرب سوريا، ومن عدم توحيد وقادر على





# **نوفل لـ«الوطن»: معدل الوفيات للذكور تضاعف عن معدل وفيات النساء خلال الحرب على سوريا**

# المعدل الوسطي للأعمار في سوريا قبل الحرب حتى ٦٨ سنة .. وفي الحرب انخفض !



كتاب محمد منار حميجو  
كشف رئيس قسم الطب الشرعي  
مشفى الموسعة والرئيس الفخذ  
الشرعى فى سوريا حسين نواف  
المورثات الأولية للدراسة العلاجية  
يتمنى إعدادها فى مشفى الموسعة  
حول معدل الأعمار فى سوريا  
أن معدل الوفيات لدى الذكور  
خلال الحرب عن معدل وفيات  
دون أن يذكر أرقاماً عن هذا المعدل  
بسبب أن الحرب تحصد الذكور  
من الإناث.

وفي تصريح خاص لـ«الوطن»، أله أنه يتم إعداد دراسة حالياً عن ملوك سوريا ونسب الوفيات وأسباب البداية في دمشق ومن ثم محاوار على المحافظات الأخرى باعتبار دراسات واضحة عن هذا الموضوع. الحرب على سوريا وحتى الآن، وأكيد نوقل أن الدراسة تحتاج إلى ونصف الشهر للانتهاء منها بـ«الصحيف» وهي ستكون أول دراسة موضع معدل الأعمار ونسبة ملوك عام ٢٠١٠ وحتى عام ٢٠١٧، ملوك الدراسة تهدف إلى معرفة أسباب وملوك الحرب أثerta في ذلك أم لا.

سن اليس تصبح معرضة للأمراض القلبية  
كباقي الذكور إلا أنها قبل ذلك تكون أقل  
عرضة للإصابة بهذه الأمراض.  
وفي موضوع آخر أشار نوبل إلى وجود  
مشكلة في موضوع التأمين الصحي في سوريا  
نتيجة الدخول المتدينة لدى المواطنين، مبيناً  
أنه في حال زاد قسط التأمين سوف يؤثر  
ذلك في المواطنين إضافة إلى زيادة الضرائب  
نتيجة زيادة الخدمات.

# افتتاح مدرسة للتعليم الأساسي في بصرمون بريف بانياس البعيد

طرطوس - هيثم يحيى محمد

**نقيب المقاولين: نقص المادة سيؤدي إلى تعثر المشاريع والتأخير بإقلال المنطقة الصناعية!**

القنيطرة - خالد خالد

د سنوات من العمل والتأخير لأسباب مختلفة  
مقدمتها نكول المعهد الأساسي وترك المشروع  
فقها ترقب وانتظار من طلاب القرية وأهاليهم تم  
الية الأسبوع الماضي تدشين مشروع مبنى مدرسة  
تعليم الأساسي الجديدة في قرية (بصermون)  
راقعة في ريف بانياس البعيد بعد أن أنجزها فرع  
حركة البناء والتعهير بطرطوس.

A wide-angle photograph of a large-scale residential construction project. In the foreground, there's a stack of hollow concrete blocks and some wooden scaffolding or formwork. The middle ground shows several completed or nearly completed multi-story apartment buildings with light-colored facades. The background shows more of the construction site with cranes and additional building frames. The sky is clear and blue.

وأشار سقر إلى أن الأولوية بتوزيع المادة لمشاريع القطاع العام وبقى الجهات بموجب ثبيتات رسمية وهم متهدو القطاع العام وأصحاب الرخص النظامية الصادرة عن الوحدات الإدارية (البلديات) والحرفيون المسجلون لدى مديرية الصناعة والجمعيات التعاونية السكنية القائمة التي باشرت العمل، مشيراً إلى أن المادة متوفرة ولكن الكميات الواردة قليلة حيث يصل القنطرة ١٢٥-١٠٠ طناً يومياً وال الحاجة نحو ٢٥٠ طناً. ولفت إلى أن محافظة القنطرة وتجمعاتها بريف دمشق تشهد نهضة عمرانية وحركة نشطة وكبيرة بالبناء، وتنفيذ العديد من المشاريع لجهات القطاع العام ورغبة عدد من المواطنين بإجراء عمليات الترميم لمنازلهم وخاصة في المناطق التي عاد إليها الأمن والأمان، إضافة إلى أن أسعار المادة بالقطاع العام أرخص من معامل القطاع الخاص. يذكر أن مبيعات عمران القنطرة من مادة الإسمنت العام الماضي بلغت ٢٣١٤ طناً.

**معامل الأدوية تدق ناقوس الخطر.. عدم تعديل الأسعار سيوقف الإنتاج وسيؤدي إلى فقدان الدواء**

A group of nine people are seated around a large, dark wooden conference table in a formal meeting room. The participants include men and women dressed in professional attire, such as suits and blouses. They are all facing towards the center or right side of the table, suggesting a collaborative discussion or presentation. The room has a modern design with large windows in the background, letting in natural light. On the table, there are several items: a white box of tissues, a small blue electronic device, and two sets of traditional Turkish tea glasses (fincan) filled with tea. The overall atmosphere appears to be one of a serious business or political meeting.

يتوقف الإنتاج، كما أن الأمر له تأثير كبير في العمالة لدى المعامل الخاصة ولاسيما أن كل معمل يضم ٢٠٠٠ عامل يعتمدون فيها على واقع الدواء والانتاج، قال رئيس المجلس العلمي للدواء رشيد الفيصل: «جميعنا يعمل في خندق واحد، كما أن المعامل أثبتت استمرارها في الإنتاج رغم الظروف والتاثيرات الحاصلة، ومن واجبنا تأمين الدواء».

مضيفاً: «نطالب بإجراء تعديل أو رفع بسيط جداً وهو محدود إذا ما قررنا بأسعار الدواء الأجنبي، علمًا أن صناعة الدواء الوطنية التدخل فإنه سيتم فقدان المواد الأولية والأسعار وبالتالي

فادي بك الشريفي طالب المجلس العلمي للصناعات اللوائية خلال اجتماعه يوم الخميس الفائت بضرورة التدخل من وزارة الصحة وإحداث تعديل في أسعار العديد من الزمر اللوائية، وذلك وسط الصعوبات التي تواجه المعامل على صعيد ارتفاع أسعار المواد الأولية سعر الصرف.

خلال اجتماع المجلس اليوم برئاسة الدكتور رشيد الفيصل بحضور عدد من أصحاب معايير الدواء أو ممثلي عنهم، أعلنت الأصوات بأنه في حال استمر الوضع مما هو عليه، فإن التأثير سيتلاشى سلباً، لأمر الذي سيؤدي إلى توقف الإنتاج حتى وطأة ارتفاع المواد الأولية لدى دول المنتشرة، تأثير عن غلاء المواد وارتفاع أجور الشحن ٣ أضعاف وحوامل الطاقة وغيرها من العوامل التي أفت بظلال تأثيرها في عمل العديد من المعامل.

تساءل أصحاب المعامل: لماذا تم التدخل برفع أسعار العديد من المواد والسلع بشكل كبير؟ على حين لم يحدث أي تدخل بتعديل سعر الدواء بشكل ينصف عملية الإنتاج، بينما ينصف المواطن في نهاية المطاف، ما يسمى باستمرار إنتاج الزمر الدوائية وجودها في الصيدليات، ويمعن دخول الدواء المهرب الذي يباع بأسعار مضاعفة.

أكدوا بالقول: إن لم يتم تعديل الأسعار سيتوقف استيراد المواد الأولية، وبالتالي

**في حماة.. المواطن لا يشتكي على البائع  
حتى ولو غشه أو باعه بسعر زائد**

A wide-angle photograph capturing a bustling outdoor market scene in a city. The foreground is filled with people walking through a covered walkway, some carrying shopping bags. In the center, a woman in a dark hijab and a light-colored dress walks towards the camera. To her right, a man in a blue t-shirt and jeans carries a large white plastic bag. Further right, a man in a grey shirt stands near a small shop or stall. The background shows a dense urban environment with multi-story buildings, several billboards with Arabic text, and a street where a man is pushing a cart loaded with various goods. A motorcycle is parked on the right side of the street. The overall atmosphere is one of a typical day in a busy city market.

كما أغلقت ١٠ محلات ومنشآت لارتكاب أصحابها مخالفات تتعلق بالسلامة الغذائية.  
وأوضح أن تلك الضبوط شملت أيضاً مخالفات البيع بسعر زائد، وفت إلى أن دوريات تتبع حركة الأسواق وتختلف الباعة الذين يغشون أو يبيعون بأسعار زائدة.  
ودعا المواطنين إلى تعزيز ثقافة الشكوى، فالبائع عندما يغش أو يبتز المواطن لا يخجل منه ولا يرحمه، فلماذا لا يشكوا المواطن عليه إذا غشه.

بـ ٢٢٠٠ ليرة، والدرارق بـ ٤٨٠٠ ليرة والمشمش بـ ٤٥٠٠ ليرة والكرز بـ ٤٨٠٠ ليرة.  
وأوضح بعضهم أن هناك فاكهة أرخص من هذه، ولكن ذلك حسب الجودة والنوعية.  
مدير التجارة الداخلية وحماية المستهلك بحمة رياض زيود، بين لـ «الوطن» أن دوريات الرقابة نظمت منذ بداية الشهر الجاري، أكثر من ٨٧ ضبطاً بحق باعة وتجار ارتكبوا مخالفات تموينية وأخرى جسيمة،  
وكان بـ ٥٠٠ الأسبوع الماضي، وكيلو الخيار البلدي بـ ١٤٠٠ ليرة وكان بين ٩٠٠-١٠٠٠ ليرة، والبندوره الساحلية الجديدة بـ ١٢٠٠ ليرة وكان الكيلو بـ ٨٠٠ ليرة، والبازنجان البلدي بـ ١٤٠٠ ليرة وكان بـ ١٢٠٠ ليرة،  
والفاصلوليات الفرنسيه بـ ٣٥٠٠ وكانت بـ ٣٠٠٠ ليرة، والكوسا بـ ١٣٠٠-١٤٠٠ ليرة وكان بـ ١٠٠٠ ليرة.  
وأما الفاكهة فيبيعنوا أن أسعارها نارية، فكيلو التفاح نوع أول وكان بـ ٥٠٠ الأسبوع القادم انخفاضاً، مع توافر المواد المحلية الإنتاج، وتدفقها من الساحل.  
بين عدد من باعة المفرق أن الأسعار رتفعت من المصدر، وأن المواد قليلة الطلب عليها شديد.  
أوضحوا أنهم يبيعون حسب الأسعار المحددة رسمياً، ويقللون من ما مش ربح قليل ومعقول، وإذا كان بعض الباعة يبيعون بأسعار زائدة، فإنهم وحدهم مسؤولون عن ذلك.  
 وأشار الباعة إلى أن كيلو البطاطا ذات النوعية الجديدة، ارتفع إلى ٧٥٠ ليرة

«زراعي» اللاذقية يبدأ صرف قيمة محصول القمح للفلاحين

A wide shot of a vast, golden wheat field. Seven people, mostly women wearing pink headscarves, are crouching and harvesting the crop. In the background, a tall industrial chimney stands against a hazy sky.



# مدير المصرف لـ«الوطن»: من دون طلب براءات ذمة عن ديونهم تجاه وزارات

**| اللاذقية - عبير سمير محمود**

ويبين عيسى أن عملية صرف قيم  
الحبوب مستمرة، وتم بموجب قوائم  
اسمية من المؤسسة السورية للحبوب  
ويتم تحويل المبالغ لقيمة الحبوب من  
الصرف الزراعي في دمشق إلى فرع  
الاذقية ليتم تسليمها إلى الفلاحين  
خلال دقائق من دون أي عائق.

ولفت إلى العمل بصرف قيم القمح وفوق تسهيل الإجراءات لاستلام الموسم من الفلاحين وذلك بموجب تعليم المصرف الزراعي التعاوني بصرف قيم محسوبة للحبوب «القمح» للفلاحين من دون التطلب منهم تقديم براءات ذمة عن ديونهم تجاه وزارات المالية والموارد المائية والكهرباء. من جهة ثانية، أشار مدير المصرف الزراعي إلى البدء بعملية بيع الأسمدة للفلاحين بعد تعديل السعر مؤخرًا، مبيناً أن الكميات من السماد ترد تباعاً من محافظة حمص. وأشار إلى أسعار الأسمدة بعد التعديل بموجب التعليم رقم ١٦٤/٣٨٩٢ بتاريخ

طريق تشجيعها ودعمها وختم بالقول:  
هذه السفينة أقدمها هدية النصر والبيعة  
الجديدة للرئيس بشار الأسد.

بدوره عضو المكتب التنفيذي لاتحاد  
الحرفيين بطرطوس منذر رمضان قال  
إن تصنيع السفينة «فرح ستار» خطوة  
 مهمة جداً والاتحاد حاول بكل جهوده  
تشجيعها وصولاً لاكتمالها والأهم من كل  
ذلك استمرار هذه الصناعة للأمد الطويل  
وإحداث حاضنة لصناعة السفن والمراكب،  
فالأيدي العاملة السورية مشهورة عالمياً  
بهذه الحرفة وتعمل في أوروبا وتركيا  
ومصر، فالعمل على إحيائها من جديد  
سيشجع ابن البلد على العودة والعمل بها  
وتعليمه للجيل القادم.

محافظ طرطوس صفوان أبو سعدى أكد  
خلال حفل إللاق السفينة لـ«الوطن» أن  
السفينة «فرح ستار» شيدت بأيادٍ وطنية  
ووسط مدينة بانياس ما يدعونا لل驕炫 بفريق  
العمل وبالقطباني خليل بلهوان صاحب  
السفينة، مشيراً إلى أن هذا الفريق جاهز  
لتسييد سفن أكبر وبحمولات أكبر من خلال  
توفير بعض المتطلبات التقنية الالزامية  
مؤكداً أن المحافظة ستعمل مع الشركة من  
أجل تأمين هذه التقنيات لصناعة سفن أكبر  
لتكون رافدة للاقتصاد الوطنى.



وطالب بلهوان بتزويد الميناء بمتنزه نظراً لضرورتهم الكبرى وبالاهمه بصناعة السفن والمركبات وحماية من الموت وإنشاء جيل يحافظ عليها متكاملة يمكن أن تؤم أي مرفا في العالم بسرعة ١٤ عقدة وحملتها تبلغ ٥٦٧ طناً، وقادرة على تحملها بأي نوع من البضائع ويمكّنها تقديم كل الخدمات للسفن الأخرى وعبر حشن. وأكّد القبطان بلهوان أنها باخرة كاملة ومزودة بخزانات مازوت وفيول ومياه وعتاد شحن.

وأوضح بلهوان أن طولها يبلغ ٣٥ متراً وعرضها ٨ أمتار مزودة بمحركين يستطيع كل واحد منها ٧٥٠ حصاناً في الماء بانتظار شهر آخر لإنتهاء تجهيزاتها الداخلية.

مشروع إسعاف لمياه الشرب في الحسكة

# شركة إيرانية لإنجاز ٤ آبار تؤمن الحد الأدنى من مياه الشرب



الحسكة، والآن المصدر الوحيد هو الآبار  
على علوك في منطقة رأس العين القريبة من  
ية التركية، وعددها ٣٤ بئراً.  
هذه الآبار تعرضت للتخريب وسرقة  
كهربائية والميكانيكية أكثر من مرة،  
ففي هذه الآبار والمحطات القائمة عليها  
المؤسسة العامة مياه الشرب في الحسكة  
الأصدقاء في المنطقة.

ن الجاب التركي يقوم في كل مرة بقطع  
في الحسكة، من خلال وقف عمليات ضخ  
لأبار، ما يؤدي إلى حرمان أكثر من مليون  
ه الشرب في تلك المنطقة.

مصدر مياه إساعي لأنباء تلك المنطقة  
الموارد المائية، وبمتابعة من الحكومة  
من مصدر مياه وبشكل عاجل لتعويض  
مياه نتاحة الإحرازات التي تقوم بها

الية تمام رعد عن بدء العمل  
إسعافية مع محطات الضخ  
لحسكة بعد أن تمت موافقة  
على هذا المشروع الإستراتيجي  
لـ«الوطن» أن محافظة  
عطش الشديد خلال السنوات  
من دخلت المجموعات الإرهابية  
بطرت على آبار علوك في رأس  
عام ٢٠١٩.  
المصدر الوحيد الذي يغذي  
ها وبلدة تل تمر وقرابها بعياد  
رأس العين المصدر المغذي  
ذى كان بحوى محطة تصفية

| محمود الصالح | من الجري  
كشف وزير الموارد المائية  
لتنفيذ مشروع أربع آبار  
للتخفيف من الأزمة لها في محافظة ا  
رئاسة مجلس الوزراء على  
المهم.  
رعد لفت في تصريح خ  
الحسكة بدأت تعاني من ا  
الأخيرة، وخاصة بعد أن  
المسلحة إلى المنطقة وسي  
العين في تشرين الأول من  
وأوضح أن الآبار كانت  
مدينة الحسكة وضواحي  
الشوب بعد جفاف نبع  
المحررة السد الشوفي الذي

**مئات الجنود يستفيدون من قانون تعدد الزوجات**

بلغ عدد المستفيدين من الجريحا  
الذين ثبت أن لديهم تعدد الإصابة  
حتى تاريخه ٢٥٠٠ جريح جميعهم  
استوفوا شروط القانون ٢٦ وثبت  
لديهم من خلال الوثائق أكثر من

إصابة حرية. إصابة حرية. ووفق حصيلة المستفيدين الجدد من تطبيق قانون تعدد الإصابة وقرارات المجلس الطبي العسكري فإن ٦٨ جريحاً انضم مؤخراً إلى شريحة العجز الكلي ٨٠ بالثلثة وما فوق بعد التأكيد من وجود إصابة ثانية أو أكثر ناتجة عن العمليات الحربية، ما يعني أن هؤلاء أصبحوا يمكّنهم الحصول على مروحة واسعة من الخدمات والدعم الذي يقدمه مشروع (جريح الوطن) في مجالات الصحة والتعليم والدعم الإنذاري. كما من تطبيق قانون تعدد الإصابة

نحو ٥٩٧ مصابين نجاو من الجروح  
حقوقاً جديدة لـ ٤٠ الذين تغيرت نسب إصابتهم لتجاوزه  
٤٠ بالئة وبذلك يتم منحهم حقوقاً  
وخدمات جديدة منها التسريح  
للمجندين والمتطوعين والحصول  
على راتب شهري، إضافة للتأمين  
الصحي مدى الحياة.  
ويستمر المجلس الطبي العسكري  
في دراسة ٩١٥ حالة تعدد إصابة  
مثبتة لجرحى العمليات العربية  
معتمداً في تغيير نسب الإصابة على  
العدالة التقديمية في احتساب جميع  
الإصابات التي تعرض لها العسكري  
خلال العمليات العربية.

# **من بانياس إلى العالم... أحفاد الفينيقيين يصنعون سفينة سورية أبو سعدى لـ«الوطن»: أنجذت بأيادٍ وخبرات وطنية والفريق جاهز لتشيد سفن أكبر**

**طرطوس - هيئه محمد يحيى**

تم ظهر أمس الاحتفال رسمياً في مدينة  
مانيسا بتعويم السفينة «فرح ستار»  
في ميناء مانيسا تمهيداً لإبحارها إلى  
كل بحار العالم رافعة العلم السوري،  
بعد شهانية أشهر من العمل المتواصل  
تصنيعها وإنجازها بشكل كامل

أكد صاحب السفينة القبطان خليل بلهوان أنه قرر أن يحقق حلمه كموري بصناعة سفينة سورية بالاعتماد على الأيدي الخبرات الوطنية بالكامل ولاسيما أن سورين أحفاد الفينيقين معروفون بقدرتهم على بناء أفضل السفن العالمية ضيقاً إنه وبعد ثمانية أشهر من العمل المتواصل في أصعب الفنون -كون ميناء اثنين غير مجهز لمثل هذه الصناعة- انتهتى العمل بها وأصبحت جاهزة للعمول في الماء بانتظار شهر آخر لإنتهاء تجهيزاتها الداخلية.









من دفتر الوطن

## قانون للمسيّرات

حسن م. يوسف

«ليست لدى أية موهبة خاصة. أنا مولع بالفضول فقط». اعترف أنتي شعرت بارتياح كبير عندما قرأت عبارة العبرقي ألبرت آينشتاين هذه، فقد تربينا على أن كثرة الفضول دليل على الجهل، وأن تدخل المرء فيما لا يعنيه س يجعله يسمع كلًا لا يرضيه. «ضياع العقول في طلب الفضول»، و«شر ما يشغل به المرء وقته، الفضول». وفي صدر شبابي قمع عمر الخيام فضولي عندما قرأت له قوله: «وأسعد الخلق قليل الفضول، من يهجر الناس ويرضى بالقليل». إلا أن كل هذا الوعظ لم يردع فضولي، فقد خلقت فضوليًّا وأطبع يغلب التطبع كما يقال.

اعترف أن فضولي جعلني أضيع الكثير من الوقت في تتبع قضايا علمية بحثة لا علاقة لها باختصاصي. قبل نحو عقدين من الزمن دفعني فضولي للتعرف على تقنية (نانو) أي الجزيئات متناهية الصغر التي يقل حجمها عن الميكرومتر، أي واحد على مليون من المتر، وقد بلغ فضولي مداء الأقصى عندما قرأت ملخص بحث عن س السيف الدمشقي المشهور بقدرته الكبيرة على القطع ومتانته المذهلة ومونته الكبيرة، للباحثة ماريان روبول وزملائها في جامعة درسدن الألمانية، جاء فيه أن السيف الدمشقي مصنوع من مواد مؤلفة ببقايا النانومتر، وكلمة «النانو» مشتقة من الكلمة الإغريقية «نانوس» التي تعني (قزم) ويقصد بها، كل شيء صغير.

قبل ثمانية أعوام شاهدت مقطع فيديو من إصدار مختبرات ساح الجو الأميركي يظهر مسيّرات طائرة ضئيلة الحجم تتقدّم مختلف أنواع الطاقة وتثبت ما تراه بالصوت والصورة، يمكن استخدامها في التجسس وفي اختراق الخارجين على القانون... الخ. وفي عام ٢٠١٥ شاهدت فتىًّا بريطانيًّا عنوان «عين في السماء» إخراج غافين هوود، استُخدِمت فيه مسيّرات طائرة إحداها على شكل زير، بغية التأكد من هوية إرهابيين في الصومال. إذ يتم إدخال زير مسيّر طائر إلى بيت الإرهابيين، فيقوم الزير بنقل صورة الإرهابي المطلوبة عبر الأقمار الصناعية، ويتم التعرف عليهما في لندن من خلال تقنية تمييز الوجه... الخ.

قد يظن كثيرون أن ما سبق ووصفته هو مجرد خيال علمي، لكن الواقع له رأي آخر، فقد انتشرت الآلات الميسّرة في السماء وعلى الأرض وتحت الماء في كل أنحاء العالم، وقد شاركت مؤخرًا على صفحتي بمقطع فيديو مذهل تم تصويره بواسطة طائرة مسيّرة ثانية تشيرين عام ٢٠٠٨ وهو يحمل في حقل الطاقة الشمسية في الإمارات، تمنيًّا على كتابة مقال عن هذا الموضوع المهم «كَيْدِي» تكون الدولة سباقة في وضع قوانين تنظم قواعد ومناطق استخدامه (أي الدرون). فمثلاً في الإمارات، حدّدت ثلاثة نطاقات أولها أخضر وهو البراري المسحوب تصوّر فيها دون إنذار، وثانيها الأصفر وهو ما يتطلب تصوّر فيها إذنًا صادرًا، وأخيرًا الأحمر وهو المناطق الحساسة التي يمنع فيها التصوّر بـ«باتانا».

لا أخفِكم أشيًّاً أمضيت اليومين الماضيين وأنا أقرأ عن الآلات الميسّرة في الهواء وعلى الأرض وتحت الماء وقد أذهلني التطور الهائل الذي حصل في هذا المجال، خلال السنوات الثلاثة الماضية، إذ صَفَرَ حجم الميسّرات وازدادت فعاليتها، فهناك طائرة مسيّرة تحمل بجحبة كتف، ويمكن شراؤها ببعض مئات الدولارات. وأن هذه الميسّرات تباع في البُلدان المحيطة بـ«باتانا»، وتُهرب إلى بادلنا، فقد اتّراوح الصيغة الهندسية بين إسبر انتقامي، وأرجو أن يثير اهتمام الدولة السورية أيضًا. المطلوب الآن من الجهات المعنية أن تتخلى عن أسلوبها القديم في منع كل ما هو جيد، وأن تقوم بوضع قوانين تنظم قواعد استخدام الآلات الميسّرة في الهواء وعلى الأرض وتحت الماء، وتسخّح للشباب السوري باستخدام هذه الميسّرات، لأن التصوّر بواسطتها يمكن أن يشكّل فقرة في الصورة المرئية، ويُشجّع على السياحة، وبيني فرض عمل للشباب السوري» على حد قول الصديق مهند. فلمسيّرات فوائد هائلة في ملبيات السيادة والرقابة، كما يمكن استخدامها في مجال الترفيه، كما حدث في مهرجان تسوق دي لهذا العام، حيث «استخدمت الطائرات الميسّرة النجمة في أحد صورها، بدت فيها غاية في الأنوثة والجمال».

أرجو أن يؤخذ هذا الاقتراح على محمل الجد فالغد بيدًا الآن.

## حسن م. يوسف

# ميسون أبو أسعد تشع جمالاً



الممثلة السورية النجمة في أحدث صورها، بدت فيها غاية في الأنوثة والجمال.

## تأثير الكورونا في مرض السكري

| وكالات

أكد الأطباء أن فيروس كورونا يؤثر بشكل كبير في الأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة ومن بينهم مرضى السكري الذين يتأثرون بشكل كبير من المضاعفات.

وقالت الطبيبة الروسية آنا بيلليفا إن المصابين بمرض السكري من النوع الثاني، معرضون للإصابة بمضاعفات خطيرة أكثر من غيرهم عند إصابتهم بكورونا، مضيفة إن هؤلاء المرضى يحتاجون لرعاية طبية خاصة، تنتقل مهمة الطبيب في هذه الحالة من نع تطور نقص السكر في الدم وارتفاع السكر في الدم، وكذلك الحماض الكيتوبي السكري.

وأضافت: «ليست كل الحبوب آمنة في حالة المرض الشديد، يجب أن يختار الطبيب العلاج، مسوى السكر في الدم المستهدف لدى مرضى السكري في المستشفى هو ٧,٨ إلى ١٠ ملليمول/لتر». وأشارت أن الإصابة بالفيروس يمكن أن تتطور مقاومة كبيرة للأنسولين ولكن بعد التعافي تعود المستويات إلى حالتها الطبيعية.

## تكنولوجيَا تتنبأ

# بالنوبات القلبية قبل وقوعها

| وكالات

قدمت شركة بريطانية تكنولوجيا ذكاء اصطناعي ثوريَّة تتنبأ بخطر إصابة الشخص بنوبة قلبية مميتة ومتى يمكن أن يصاب بها.

ووفقًا لصحيفة «ذا تلغراف» البريطانية فإن هذه التكنولوجيا يطلق عليها اسم (كيري هارت) حيث يأخذ الذكاء الاصطناعي فحصاً قياسياً بالأشعة المقطعة للشريان التاجي ويستخرج معلومات أكثر مما يستطيعه الأطباء المدربين جيداً روئيته.

وأوضح الباحثون أن أهمية هذه التقنية التي تم اختيارها من مؤسسة القلب البريطانية وشملت أربعية ألف مريض تكمن في أنها تسمح للأطباء لأول مرة بتشخصين مشاكل صحة القلب قبل حدوث انسداد في الشريان وفتح نافذة مبكرة لتحديد الأشخاص المعرضين لمخاطر حالية والتدخل لاحقاً لتنقیل احتمالية تعرّضهم لأزمة قلبية قاتلة.

وقال الدكتور روناك راجاني أستشاري أمراض القلب في عيادة هاري ستريت وأستاذ تصوير القلب والأوعية الدموية في جامعة ييغز أن كل الالتباسات التي تصيب القلب موجودة منذ زمن لكننا لم نتمكن من الوصول إليها قبل «كيري هارت».

## الاستيقاظ باكراً يقل فرص الإصابة بالأكتئاب

| وكالات

كشفت دراسة بريطانية حديثة أن من يستيقظون باكراً بشكل طبيعي يكونون أكثر سعادة وأقل عرضة للأكتئاب من الأشخاص الذين لا ينامون ليلاً ويس挺يقظون متأخرًا. وأوضحت بحثون في دراسة شرطتها البريطانية في جامعة ميليل «أن الأشخاص الذين لديهم ملف وراثي للاستيقاظ المبكر أقل عرضة بنسبة ٨٪ بالذات للأصابة بالأكتئاب وهو بالذات أكثر عرضة للاستيقاظ بمستويات عالية من الرفاهية من أولئك الموصوفين باليوم الليلي والذين كانوا أكثر عرضة للسهر والنوم في طلقات نهاية الأسبوع ما جعلهم عرضة للشعور بالتعاسة والأكتئاب. وقالت المؤلفة الرئيسية للدراسة جيسيكا ألوحلين إن النتائج كانت أقوى دليل حتى الآن على أن الأشخاص الذين يستيقظون صباحاً يمتنعون بالرفاهية والواقية من الأكتئاب.

## خسارة الوزن دون حمية قاسية

| وكالات

كشفت خبيرة التغذية الروسية تاميلاً أرسينينيفا عن طريقة صحية بسيطة لخسارة الوزن بسرعة من دون اللجوء إلى نظام غذائي خاص أو ممارسة التمارين الرياضية الشاقة. وأكدت أن المسألة تبدأ بالانتقال إلى برنامج غذائي جيئي، والذي من خلاله يمكن تناول الطعام خمس مرات في اليوم على شكل وجبات صغيرة وبفترات متقلبة. ولفت إلى ضرورة أن يحتوي هذا النظام على الكثير من الألياف التي تحسن من وظيفة وعمل الأمعاء وتخفف من الشعور بالجوع لفترة طويلة، إضافة لتناول الأطعمة التي تحتوي على البروتينات والخضروات الورقية والفاكهه والتوت. ونصحت بتنقلي كمية السكريات والقهوة والمشروبات الغازية، موضحة أن بهذه الخطوة يفقد الشخص نحو ٥ كيلوغرام من وزنه في الشهر.

وشددت على إيلاء اهتمام كبير للمشروبات وعدم تناول المشروبات المحلاة والأكتفاء بماء العادي، ما يسرع عملية التمثيل الغذائي بحسب تصل إلى ٢٠ بالمئة. ولفت إلى ضرورة التخلص من التوتر الذي يرهق الجسم ويتم ذلك من خلال ممارسة تمارين اليوجا والقراءة والمشي والتواصل مع الأصدقاء.

# أنغام تعود للتمثيل بعد غياب



## النباتيون الأقل إصابة بفيروس كورونا

| وكالات

كشفت دراسة حديثة أن النباتيين أقل عرضة للإصابة بفيروس كورونا المستجد. وشملت الدراسة التي أجرتها باحثون بريطانيون في الفترة من ١٧ من تموز إلى ٢٥ من آب ٢٠٢٠ عددًا من العاملين في مجال الرعاية الصحية الذين لديهم اتصالات متكررة بفيروس كورونا المستجد من عدة دول كما ضمت أشخاصًا تعاقدوا وأخرين لم يصابوا بفيروس وتم قياس مؤشرات مدة وشدة مسار المرض وقابلية الإصابة. وأكتشف الباحثون أن الأعراض الشديدة للإصابة بفيروس كورونا المستجد وخطر الإصابة كانت أقل بنسبة ٧٣ بالذات لدى الأشخاص الذين يتبعون نظامًا غذائيًّا نباتيًّا وأن المجموعة التي تناولت نظامًا غذائيًّا منخفض الكربوهيدرات لما يكون حاجة حلوة، وعندئي مؤشر أنه ده جيعب الناس».