

حفل تأبين د. موفق دعبول

الوطن

يقدم مجمع اللغة العربية حفل تأبين عضو المجمع د. موفق دعبول في الثانية عشرة والنصف من ظهر اليوم في قاعة الدكتور أحمد منيف العائدي في حي المالكى بدمشق. ويتضمن البرنامج كلمة المجمع يليها رئيسه د. مروان المحاسني، وكلمة جامعة دمشق يليها رئيسها د. محمد يسار عابدين وكلمة أصدقاء الفقيه يليها د. محمود السيد وكلمة طلاب الفقيه يليها د. محمود باكير وكلمة آل الفقيه يليها نجله د. بشر موفق دعبول.

«جولة أثرية في مدينة القدس»

الوطن

تقيم مؤسسة القدس الدولية واللجنة الشعبية العربية السورية لدعم الشعب الفلسطيني وفصائل المقاومة الفلسطينية في دمشق ندوة يوم القدس بعنوان «جولة أثرية في مدينة القدس» يليها وزير التربية د. دارم الطباع في الحادية عشرة من صباح اليوم في مكتبة الأسد الوطنية في دمشق.

«فيسبوك» يدافع

عن «إنستغرام»

وكالات

بعد التقارير العديدة التي انتشرت مؤخراً عن الضرر العقلي المحتمل الذي قد يسببه «إنستغرام» للمراهقين، أتى رد «فيسبوك» على تلك الادعاءات لينفيها جملة وتفصيلاً لكن من دون تقديم أي دلائل أو بيانات. فقد أوضحت براتيتي رايشودري، رئيسة قسم الأبحاث في «فيسبوك»، أن توصيف «وول ستريت جورنال» التي نشرت التقرير، للأبحاث الداخلية غير دقيق، ملقبة باللوم في ذلك كله على التفسير السببي للبيانات التي بحوزة الصحيفة. لكن مسؤولية «فيسبوك» تجاهت العديد من القضايا التي أثيرت في مقال الصحيفة، بما في ذلك ادعاء المراهقين أنهم شعروا بالإدمان على «إنستغرام»، وفق موقع البوابة العربية للأخبار التقنية. وبدلاً من ذلك، ركزت طاقاتها على التقليل من قيمة أبحاث الشركة الخاصة.

ميادة الحناوي: لا شماتة بالمرض والموت



وكالات

نفت الفنانة السورية الكبيرة ميادة الحناوي كل ما يتم تداوله عبر مواقع التواصل الاجتماعي، مؤكدة أنها بخير. وقالت في تصريحات صحفية: «أنا بخير وبصحة جيدة، على ما يبدو لن ننهي من نفي الشائعات، إن منيع هذه الشائعات هو الحقد وعدم الخوف من الله». وفتت إلى أن مروجي الشائعات مرات ينشرون أنني مصابة بكورونا ومرة بالزهايمر وأخرى بالوفاة وبعقادي هذه الشائعات سوف تترد إلى مطلقها، مؤكدة أن المرض والموت لا شماتة بهما وأنهما قدر من رب العالمين.

من دفتر الوطن

سباق الوزراء

عبد الفتاح العوض



نحو ٤٪ وطلاب الجامعات الخاصة ٥٪ من مجموع طلاب الجامعات السورية... ولو امتألت كل كراسي المطاعم السورية جميعها في وقت واحد فإنها أقل من ٥٠٠ ألف.

فلا تتعاملوا مع كل السوريين بقياس الـ ٥٪ ففي هذا مغالطة كبيرة. أقول بما أن الظروف الحالية صعبة.. وآمال المستقبل القريب مبشرة فسيكون مهماً أن تساعد على تهيئة الظروف للقادم، فليس مفيداً حبس الأموال لا في الخزائن ولا في المصارف.. بل المهم تشغيلها وتسهيل الحصول على قروض بفوائد صفرية، نسميها قروضاً فقط للمنتجين وبشروط السداد الاعتيادية، لنسماها سلفة للموظفين على أن تسدد فيما بعد من الراتب أو من التأمينات الاجتماعية، مع العلم أن الجهات الحكومية لا تسدد ما يتوجب عليها للتأمينات وهي حقوق وأموال عمال ولهذا حديث آخر.

الاقتراح بسيط جداً... إضافة إلى تسهيل منح القروض الإنتاجية.. منح سلف للموظفين شهرية لمدة ستة أشهر، تساعد الناس على تأمين جزء من حاجاتهم.

في غالب الظن إن هذا الاقتراح لا يطرب له الذين أعدوا السياسة النقدية الحالية والتي تقوم على خفض عرض الليرة السورية للحفاظ على استقرارها.

على الأقل... ليتوقف الوزراء عن سباق الجباية وليدخلوا في سباق آخر، تسهيل حياة الناس وليس تعقيدها.

أقوال:

علينا أن نتعلم العيش معاً بكخوة، أو الفناء معاً كأغبياء.

نحن في سباق مع الزمن.. إما أن نقتل التخلف أو يقتلنا التاريخ.

لا يمكنهم أن يحصلوا ضرائب قانونية من مال غير قانوني.

صرح بعض «الخبراء» أنه يلزم فرض ضريبة على الأشخاص لحد الإيلام، أنا اختلف مع هؤلاء الساديين.

نمر يهاجم طفلاً ويقطع إصبعه

وكالات

يجري فرع لجنة التحقيق الروسية في القرم تحقيقاً أولياً بشأن أخبار أفادت باعتهاء نمر على طفل بالغ من العمر عاماً واحداً في محمية «تايغان» البيئية بجمهورية القرم الروسية. وقال ناطق باسم فرع لجنة التحقيق إن إدارة في لجنة التحقيق بالقرم تجري تحقيقاً أولياً للتأكد من صحة المعلومات الواردة التي قالت يوم ٢٦ أيلول الجاري إن الحادث وقع في «تايغان»، بصفتها إحدى المحميات البيئية الكبرى في أوروبا، حيث أرادت الأم أن يرى طفلها نمرًا من مسافة قريبة وخرجت معه عن حدود المنطقة الآمنة، فوجد الولد بمفرده نفسه أمام حيوان بري كبير اعتدى عليه وقطع إصبعه.

ما يجب فعله في اشتباه حدوث نوبة قلبية

وكالات

أوضح الطبيب الروسي، ألكسندر مياسنيكوف، ما يجب القيام به أولاً وقبل كل شيء في حالة الاشتباه في حدوث نوبة قلبية، كما دحض بعض الأساطير. ودحض الخرافات حول أن النوم على الجانب الأيسر يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب. وقال: «نم على الجانب الذي يريحك. أنا أنام على يساري»، وذكر المخاطر الرئيسية لحدوث نوبة قلبية، بادئ ذي بدء، ارتفاع الكوليسترول، والوزن الزائد، وقلة النوم، والتدخين. كما أشار إلى ما يجب فعله أولاً إذا كان هناك اشتباه في حدوث نوبة قلبية. أهم شيء هو استدعاء سيارة إسعاف بسرعة. تذكر: «لديك ساعتان (١٢٠) دقيقة لمريض مصاب بمرض قلبي حقيقي ليكون على طاولة العمليات»، حسب موقع «فيستي». في غضون ذلك، تسير سيارة الإسعاف، يجب عليك إما وضع الشخص جانبا، أو في وضع نصف جلوس، مما يوفر وصولاً للهواء. إذا لزم الأمر، قم بفك الأزرار العلوية. وحذر أنه يجب إعطاء الأسبرين - وليس النيتروجليسرين، الذي يمكن أن يقتل الشخص عن طريق خفض ضغط دمه إذا كانت لديه نوبة قلبية. كما دحض فكرة أنه أثناء النوبة القلبية من الضروري السعال.

دنيا بطمة تنفي خضوعها للتجميل

وكالات



ردت الفنانة المغربية دنيا بطمة على الضجة المنارة حول صورها التي ظهرت فيها بملامح مختلفة، وهو ما جعل البعض يتكهن بخضوعها لعمليات تجميل جديدة في وجهها وجسمها. وفتت إلى أن التغيير الحاصل في شكلها مسألة طبيعية لأنها كانت مرتاحة في عطلتها الصيفية، ونفت خضوعها للتجميل، مؤكدة أنها سحبت الفيلر فقط من بعض المناطق، كما اعتنت ببشرتها في الصيف وأجرت بعض التغييرات البسيطة في طريقة وضع المكياج فقط.

شرط مهم لنمو الكتلة العضلية

وكالات

أظهرت نتائج دراسة علمية أن التدريب وحده لا يكفي لنمو العضلات، بل من الضروري وجود ميكروبيوم صحي، حيث إن البكتيريا تفرز مواد تساعد على نمو الهيكل العضلي بعد التمارين. وأشارت إلى أن الميكروبيوم يتكون من تريليونات من البكتيريا وأحياء مجهرية أخرى تعيش في الجهاز الهضمي للإنسان، وتفرز العديد منها مواد ضرورية لصحة الجسم، بما فيها تكوين الأنسجة العضلية. وقال الدكتور مكارثي إنه اكتشف سابقاً وجود أنواع من البكتيريا في ميكروبيوم العدائين الدوليين، كانت توفر لهم مصدراً إضافياً للطاقة، يساعدهم على الجري أسرع، ويتضح أن ميكروبيوم الأمعاء يفرز مواد ضرورية للبنية العضلية، لكي تتكيف مع التمارين، وتحسن النتائج الرياضية..