الوطن

سورية يومية سياسية مستقلة

عينٌ على الوطن...

الثلاثاء ٢٣ تشرين الثاني ٢٠٢١ | الموافق ١٨ ربيع الآخر ١٤٤٣ هـ | العدد ٣٦١٤ السنة السادسة عشرة | الناشر | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع

www.alwatan.sy

تحت رعاية رئيس مجلس الوزراء

اليوم افتتاح «أيام الثقافة السورية»

الوطن

تحت رعاية رئيس مجلس الوزراء المهندس حسين عرنوس، تفتتح وزيرة الثقافة د. لبانة مشوح «أيام الثقافة السورية» تحت شعار «الثقافة أصالة وتجدد» في السابعة من مساء اليوم في دار الأسد للثقافة والفنون، ويستمر حتى الثلاثين من الشهر الحالي بمجموعة من النشاطات والفعاليات الثقافية والفنية.

ويشهد الافتتاح تكريم المربية الموسيقية إلهام أبو السعود والأديب الدكتور عاطف البطرس والمخرج السينمائي عبد اللطيف عبد الحميد والخطاط محمد القاضي والباحث الموسيقي محمد حنانا والأديبة الدكتورة ناديا خوست.

سورية في مهرجان بغداد الدولي للمسرح

الوطن

انطلقت في بغداد فعاليات مهرجان بغداد الدولي الثاني للمسرح بمشاركة ١٥ مسرحية من سورية والعراق ومصر والجزائر وتونس والمغرب والأردن وعمان وايطاليا وألمانيا وفرنسا ستعرض على مسارح بغداد طوال سبعة أيام.

وأكد وكيل وزارة الثقافة العراقية الشاعر نوفل أبو رغيف لـ«سانا» أن المشاركة السورية تمثل حضوراً مضاعفاً وتمتلك أهمية بالغة لأن سورية دولة عريقة في المسرح ولها حضور مميز في لجنة التحكيم والعروض التي قدمت وفي الجلسات النقدية، لافتاً إلى أن تكريم فنانين سوريين في جلسة الافتتاح له أبعاد أكثر من ثقافية تتعلق بعلاقة الشعبين السوري والعراقي وذلك في إشارة إلى تكريم المهرجان في حفل افتتاحه النجمة سلاف فواخرجي تقديراً للمسرح السوري وإنجازاتها فيه.

صدفة تجمع عبد المنعم ودانييلا

الوطن

نشرت النجمة اللبنانية دانييلا رحمة مجموعة من الصور التي جمعتها بالنجم السوري عبد المنعم عمايري وكتبت: «صدفة جمعتني بالأستاذ عبد المنعم بموقع التصوير»، إذ يبدو أن موقع تصوير كل منهما في عمله الجديد جاء في مكان واحد.

من دفتر الوطن

كي لا أزحط..!

عصام داري

نصحني أصدقاء بعدم الاقتراب من الزيت كي لا أزحط، وأزحط كلمة فصيحة بمعنى أتكعبل، وأنا هنا أقصد ألا «أتزحلق» فالزيت بشقيه النباتي والبلدي- صار عملة نادرة لا تجدها في أي وقت، فأسعاره تحرق الجيوب وتقضي على الراتب!

أمام هذه النصيحة تأكدوا أنني لن أتحدث عن الزيت كي لا أزحط وأتكعبل، فعيب أن أتكعبل وأنا في هذا العمر، ثم لو تكعبلت وأصبت بكسور لا سمح الله، فسألتزم البيت لأشهر كثيرة لأن الكسور لا تلتئم بسرعة لمن هم في مثل سني!.

وفي العادة إذا كان شخص ما مسرعاً وخاصة إذا كان يقود دراجة هوائية فهو يصرخ بأعلى صوته: «أوعا الزيت»، أي انتبهوا فسعادته يسير مسرعاً لأنه في عجلة من أمره كي يوصل المونة لأمونة! وأمونة حرم السيد سين!.

المهم بعد نصيحة الزيت جاءت نصيحة السكر لأن الذي يقترب منه، أو يكثر في تناوله، يصاب بمرض السكري، ونجاكم الله من هذا المرض الذي يؤدي في أعلى درجاته إلى العمى وحتى الموت.

والنصيحة الثالثة كانت حول المحروقات، «يحرقوا دمها»، فقد أشعلت أسعارها النار في هشيمنا وأعصابنا، وأظن المقصود بذلك المدعو مازوت الذي يحصل عليه المواطن بالقطارة، ورحم الله أغنية محمد جمال التي يقول مطلعها: بالقطارة عم تسقيني بالقطارة، طبعاً هناك الغاز المنزلي الذي صار يزور البيوت كل مئة يوم، حتى السيد الوزير يقسم إن هذا النوع من المحروقات يزوره كل مئة يوم، والأكيد أن سيادته صادق فيما قاله، لأن الوزراء لا يكذبون، أو هكذا نظن، وبعض الظن إثم!.

أما البنزين فهو للأكابر الذين يملكون سيارات متنوعة، وفيما يخص سيارات الأجرة فهي تحصل على مخصصاتها من محطات الوقود ومعظم السائقين يبيعون هذه المخصصات في السوق السوداء، التي تشبه هذه الأيام.

وللعلم فإن رسالة البنزين تأتي كل ثمانية أو تسعة أيام وليس كما يدعون كل أسبوع، وتتأخر أكثر من ذلك أحياناً للضرورة الوطنية القصوى.

ومن النصائح المحترمة التي وصلتني الابتعاد عن الانتقاد وأترك الخبز لخبازه وهموم البلاد والعباد على رب العباد وأصحاب القرارات والسياسات الرائعة التي تأخذ مصلحة المواطن في الاعتبار و.. هكذا تقول الأخبار، والأخبار لا تكذب مثلها في ذلك مثل أعضاء الحكومة الموقرين.

ومن المعروف أن المثل يقول: إن النصيحة بجمل، ومع أنني مواطن مطيع، أشتري ولا أبيع، فقررت الصمت والسكون، وأسأل فقط عن حصتي من الجمل، وخذوا أنتم الجمل بما حمل، لأنني أرى ضياع الأمل وقلة العمل وكثرة الملل!.

الأرق يسبب مرضاً خطيراً

وكالات

حذر خبراء من أن عدم القدرة على النوم بشكل متكرر يمكن أن يصيب الإنسان بمرض خطر يتطور تدريجياً بمرور الوقت.

يمكن أن يقود الأرق إلى تعطيل نظام التمثيل الغذائي، ويحفز إفراز هرمونات التوتر بما في ذلك الكورتيزول الذي يؤدي بدوره إلى نوع من مقاومة الأنسولين، ما ينتهي برفع نسبة السكر في الدم، ويقلل الأرق أيضاً من هرمون اللبتين المسؤول عن حرق الدهون.

ونصح الخبراء من يعانون الأرق، بمتابعة مستويات السكر لديهم بشكل مستمر، ويحتاج الإنسان إلى ما لا يقل عن ٧ ساعات من النوم كل ليلة من أجل التمتع بصحة جيدة، حسب دراسات علمية.

كم تقدّر ثروة سكارليت جوهانسون؟

وكالات

استطاعت النجمة الأميركية سكارليت جوهانسون ذات الـ٣٦ عاماً بجمالها أن تنال لقب «المرأة الأكثر إثارة على الكرة الأرضية».

وتقدر ثروتها بـ١٠٠ مليون دولار، وتصدرت قائمة فوربس عن فئة الممثلة الأعلى أجراً في العالم لثلاثة أعوام متتالية منذ ٢٠١٨.

كما أصبحت ثالث أعلى الممثلين والممثلات إيرادات في شباك التذاكر ببداية عام ٢٠٢٠، فتخطت الـ١٤,٣ مليار دولار على مستوى العالم، وكانت تقاضت عام ٢٠١٩ مبلغ ٥٦ مليون دولار كأجر عن فيلم لها.

السهر إلى ما بعد منتصف الليل يلحق الضرر بالقلب

وكالات

حذرت دراسة حديثة من أن عادة السهر إلى ما بعد منتصف الليل يمكن أن تلحق الضرر بالقلب.

وأكد باحثون من جامعة «إكسترا» البريطانية أن هؤلاء الأشخاص الذين يذهبون إلى الفراش بعد منتصف الليل أقل عرضة لرؤية ضوء الصباح ما يخل بإيقاع الجسم الطبيعي للساعة البيولوجية لديهم.

وبعد ملاحظة أكثر من ٨٨ ألف بريطاني تتراوح أعمارهم بين ٤٣ و٧٤ عاماً ارتدوا أساور خاصة طوال أسبوع وتتبعها وقت النوم والاستيقاظ إضافة إلى إجابة المشاركين في التجربة عن أسئلة حول أسلوب حياتهم توصل الباحثون إلى استنتاج مفاده بأنه إذا ذهبت إلى الفراش في وقت محدد كل يوم فإن خطر الإصابة بأمراض القلب ينخفض بنسبة ٢٥ بالمئة.

وأوضح الباحثون أنه بعد مطابقة ردود المتطوعين مع السجلات الطبية على مدى خمس سنوات والتي أخذت في الاعتبار نوبات أمراض القلب والنوبات القلبية والسكتات الدماغية وفشل القلب سجلت أقل نسبة إصابة بمثل هذه الأمراض لدى من ذهبوا للنوم خلال ما تسمى الساعة الذهبية بين الـ١٠ و١١ مساءً.

سطو مسلح في أقل من ٦٠ ثانية

وكالات

تداول رواد التواصل الاجتماعي في الولايات المتحدة مقطع فيديو لسطو مسلح وسرقة متجر لبيع المجوهرات في أقل من ٦٠ ثانية، على غرار المشاهد السينمائية في أفلام هوليوود.

وشهد محل لبيع المجوهرات والمصوغات الذهبية في ولاية كاليفورنيا أسرع وأغرب عملية سطو في تاريخ الولاية، حيث إن اللصوص سرقوا كامل المقتنيات والمجوهرات خلال لحظات.

وظهر اللصوص في كاميرات المراقبة المثبتة في أعلى المتجر من الداخل وهم يقومون بعملية السطو والسرقة التي لم تتجاوز الدقيقة الواحدة ولاذوا بالفرار سريعاً.