

معجزة أسفل قطار متحرك

وكالات

بدأت الحادثة للوهلة الأولى مروعة للغاية، قبل أن يتضح أن السيدة التي سقطت أسفل قطار متحرك نجت بأعجوبة من الموت سحراً. ووثقت كاميرات المراقبة في محطة «الاستقلال» للقطارات بالعاصمة الأريجنينية بيونس آيرس، لحظات فقدان امرأة كانت على رصيف المحطة توازنها قبل أن تسقط أسفل قطار كان يمر بالجوار. وقالت المرأة: إنها لا تعرف كيف بقيت على قيد الحياة بعد الحادث المميت. وتظهر اللقطات أن «كانديلا» التي كانت تستند إلى الحائط فقدت توازنها، وترنحت بقوة حتى هوت في المنطقة الضيقة بين القطار والرصيف. وكان وقع الحادثة على الموجودين بالمكان صاعقاً، فوضع بعضهم أيديهم على وجوههم حتى لا يروا بقية المشهد المرعب. لكن لحسن الحظ، تمكنت السيدة من النجاة، فبعد توقف القطار تمكنت السلطات من إخراجها من أسفل القطار إذ كانت عالقة في السكة الحديدية.

«تليغرام»

يطلق تحديثات جديدة

وكالات

كشف تطبيق «تليغرام» للتراسل الفوري عن تحديثات جديدة لمستخدمي نسخته الجديدة. وتهدف المزايا الجديدة إلى تمكين المستخدم من استعمال أي ملف صوتي كصوت للإشعارات وإمكانية تعيين مؤقتات عشوائية للوضع الصامت وميزات إضافية للتحكم بالحذف التلقائي للرسائل إضافة إلى ميزات تساعد على عملية إعادة إرسال الرسائل مع إمكانية حفظ النص الأصلي للرسالة المستلمة التي أعيد إرسالها. وحصل التطبيق أيضاً على ميزة (الإشعارات المرئية) التي تمكن من إيقاف ظهور الإشعارات في أي وقت يرغب به المستخدم، الأمر الذي يجعل التطبيق أكثر عملية للاستخدام كتطبيق للاتصالات المؤسسية. كما أضاف «تليغرام» إلى تطبيقه أيضاً أدوات مساعدة إلكترونية تمكن من استعمال حساباته للدخول إلى خدمات الدفع الإلكتروني وعبر ١٥ خدمة دفع متكاملة.

فايز قزق والكثير من الشر



الوطن

النجم فايز قزق بشخصية «الحكم / أبو ريان» وهو دور محوري في مسلسل «كسر عضم»، وهي شخصية عنيفة تحمل الكثير من الشر الذي اكتسبته من سماتها الشخصية خلال البيئة الاجتماعية والاقتصادية التي عاش فيها.

من دفتر الوطن

الرأي الرخيص

عبد الفتاح العوض



ومعاهد ومراكز تقوم بقياس الرأي العام بأسس علمية. الآن لدينا مديرون لا ينالون رضا موظفيهم ووزراء أئبوا فشلهم.. ربما يتم التعامل معهم على اعتبار أنهم قد يتعرضون لحملة تشويه. لكن من خلال آلية علمية لقياس الرأي العام يمكن الحصول على توجهات الناس بالقضايا الكبرى والصغرى. صحيح أن الرأي العام بمعنى الأكثرية ليسوا بالضرورة أن يكونوا على صواب... فأكثر الناس لا يعملون... لا يعقلون.. لا يشكرون. لكن معرفة التوجهات العامة للرأي العام تساعد على اختيار الطرق لمخاطبته وإقناعه والاستفادة منه. المسألة ليست ترفاً الآن.. وقد نكون متأخرنا فيها كثيراً أيضاً.. لكننا في الوقت الحالي بحاجة أكثر.. دعونا نعرف أنفسنا أكثر وأعمق. معظم الخبراء في سورية لا تتم الاستفادة منهم وكنت قد اقترحت سابقاً أن يتم التعامل مع الفرق الاستشارية في كل قطاع مجاناً وأن يكون هناك اهتمام خاص بسماع هذه الآراء المعتمدة على العلم والخبرة وليس جعل مهمة المستشار خدمة يقدمها الوزير لصديقه... على الأقل نحصل على قدر ما من الرأي العام الخبير تحت مقولة فكرية وفقهية «ما لا يدرك كله لا يترك جله».

أقوال:

– الرأي العام أكبر كذبة بالتاريخ.
– نحن نعيش في مجتمع مهووس بالرأي العام. لكن القيادة لم تكن أبداً تتعلق بالشعبية.
– الديمقراطية مجرد حشو للكتب المدرسية! هل تعتقد فعلاً أن الرأي العام يؤثر على الحكومة.

إن كنت لا تقيس الرأي العام فأنت لا تحترمه... تحت هذه العبارة يمكن التوصل بغير عناء إلى الموقف العام من الرأي العام.. لا أحد يقيسه ولا أحد يهتم بأن يعرفه بطريقة علمية. ما يعرفه المسؤولون عن الرأي العام هو رأي الشلة المحيطة بهم... وغالباً هذه الشلة تعرف ما يريد المسؤول سماعه فتعزف له المقطوعات التي تطربه. وهو يرقص عليها بقراراته. لو أراد أحد أن يعرف الرأي العام بأداء مؤسسة لا تخصصه فإنه يتابع الدساتر والتقارير الدسمة بالسبب وخاصة عندما يكون العامل الشخصي حاضراً وراء التقييم وقياس الرضا عن أداء هذه المؤسسة أو تلك.

قسم منا سيقول لم يعد مهم أن تقيس الرأي العام فما هو متوفر على «الفييس بوك» وهذه الصفحات ملأى بالآراء العامة والخاصة. لكن في هذا الجانب لدينا عدة نقاط لعل أولها أن شيئاً يمنع الناس من التعبير عن رأيهم بصراحة في موضوعات تحمل طابعاً خاصاً. في علوم الاتصال وبالتحديد وهم يتحدثون عن الرأي العام يسمون ذلك نظرية دوامة الصمت وملخصها أن الأشخاص لديهم تخوف من إبداء رأيهم إن كان لا يتماشى مع الرأي السائد لهذا يلوذون بالصمت.

بينما قسم آخر يسير مع القافلة وإن كان يرغب فعلاً لو سار في اتجاه آخر.. لكن أسوأ شيء في قياس الرأي العام من الفييس بوك هي اللغة غير الموضوعية والشائعات والقسوة على الناس وهناك أشخاص يشتمون كل شيء وكل أحد مهما كان رأيه... أسمى مثل هذا النوع من الرأي العام بالرأي الرخيص. لهذا من المهم أن يكون لدينا جامعات

يجمد حيوانات حية في ثلاجته

وكالات

قال مسؤولون: إن رجلاً من ولاية أريزونا الأمريكية يواجه تهمة باستخدام القسوة بعد العثور على ١٨٣ كلباً نافقاً وأرانب وطيوراً في ثلاجته الضخمة تم تجميدها على ما يبدو وهي على قيد الحياة. وعثر على الحيوانات في مجمد مراب، بعد أن أبلغت امرأة أن مايكل باتريك تورلاند (٤٣ عاماً)، لم يعيد الثعابين التي أقرضته إياها للتكاثر. وتضم الحيوانات المجمدة كلاباً وسلاحف وسحالي وطيوراً وثعابين وفئراناً وجرداناً وأرانب. وقال مكتب العمدة إنهم وضعوا في ثلاجته كبيرة الحجم، مضيافاً: «يبدو أن العديد من الحيوانات قد تم تجميدها على قيد الحياة بسبب وضع أجسامها».

نصائح للنساء بعد الأربعين

وكالات

وضعت أخصائية التغذية خطة لنظام غذائي مناسب للنساء في الأربعينيات، اللواتي يكافحن للحصول على جسم رشيق، والمحافظة على لياقتهن البدنية. وكتبت أنجلي موكرجي: كل شيء يتغير بعد الأربعين، التمثيل الغذائي الخاص بك يتباطأ، وتزداد الرغبة الشديدة في تناول السكر، تبدأ في الشعور بنشاط أقل. وأشارت إلى أن ممارسة الرياضة ثلاثين دقيقة فقط يومياً وتناول الطعام للحصول على أقصى قدر من الصحة والحيوية، لا يجعلنا أقوى ويساعدنا على التخلص من أرطال الوزن الزائدة فقط، وإنما يسهم في أن نبداً أصغر سناً، ويحسن المرونة والتوازن، حتى بعد الأربعين. وذكرت أن أحد الأسباب الرئيسية لزيادة الوزن لدى النساء فوق الأربعين من العمر هو أن عملية الأيض تتباطأ. وقالت: «إنهن ببساطة لا يحرقن السعرات الحرارية بكفاءة كما فعلن قبل بضع سنوات، وحتى النساء اللواتي يمارسن الرياضة يعانين زيادة الوزن حول منطقة البطن». وأضافت: «ينخفض معدل الاستقلاب الأساسي بنسبة ٦ بالمائة لكل عقد من العمر، وتصاب النساء في سن اليأس بقصور الغدة الدرقية تحت الإكلينيكي ما يجعل فقدان الوزن أكثر صعوبة بالنسبة لهن بعد الأربعين». وقدمت الأخصائية عدة نصائح للحفاظ على اللياقة بعد الأربعين، منها تناول وجبات خفيفة صحية وممارسة التمارين مع إضافة البروتين وأوصت بأهمية زيادة الاهتمام بممارسة الرياضة بعد الأربعين من العمر، وإضافة المكملات البروتينية للنظام الغذائي. كما اقترحت تناول الحبوب الكاملة والفاكهة والخضراوات الطازجة، إضافة إلى إدخال الألياف والنوم الكافي وتناول المكملات.

شمس: «هذه الحقبة ستكتب بماء المجاري»

وكالات



أحدثت الفنانة شمس الكويتية ضجة كبيرة من خلال منشورها الذي وصفه البعض بالجريء، إذ كتبت: «هذه الحقبة التي نعيشها سيكتبها التاريخ بماء المجاري». من ناحية ثانية، كشفت في أحد لقاءاتها عن أعلى حذاء اقتنته، مشيرة إلى أنها شخصية محبة لاقتناء الأحذية بصورة تكاد تكون مبالغاً فيها، وقالت: «يمكن أعلى حذاء اشتريته كان سعره ٢٥ ألف يورو، وتابعت موضحة أن سبب ارتفاع سعر هذا الحذاء، هو لأنه كان مكتوباً عليه أنه أول حذاء يصنع في المجموعة، وحصلت عليه من باريس».

توقيف منتحل صفة طبيب

وكالات

أوقفت السلطات في مصر مواطناً أقدم على انتحال صفة طبيب بشري، وقام بإجراء عمليات جراحية مقابل مبالغ مالية. وأوضحت وزارة الداخلية أن معلومات وتحريات الإدارة العامة لحماية الآداب كشفت قيام أحد الأشخاص، وهو عاطل مقيم بدائرة قسم شرطة الأميرية بالقاهرة، وله سوابق جنائية، بانتحال صفة طبيب بشري، وإجراء عمليات جراحية مقابل مبالغ مالية. وأضاف: «عقب تفنين الإجراءات، تم استهداف المذكور وأمن ضبطه، وبحوزته هاتف محمول وحقيبة بداخلها أدوات طبية ومواد مطهرة ومخدر موضعي، تستخدم في العمليات الجراحية، وبمواجهته أقر بقيامه بانتحال صفة طبيب بشري، وإنشاء حساب عبر موقع «فيسبوك» لمزاولة نشاطه المشار إليه».