

من عليه تناول العسل بحذر؟

وكالات

تنصح الدكتورة ناتاليا كروغلوفا، خبيرة التغذية الروسية، الأشخاص الذين يعانون من الوزن الزائد ومرض السكري بعدم تناول كمية كبيرة من العسل. وأشارت إلى أن العسل ينتمي إلى الإضافات السكرية، أي إنه قريب من السكر الاعتيادي من حيث احتواؤه على السعرات الحرارية. وقالت: «يعتقد بعض المصابين بداء السكري، أن العسل يمكن أن يكون أفضل بديل عن السكر، ولكن في الواقع هذا ليس صحيحاً، لأن العسل يحتوي على سعرات حرارية وكربوهيدرات بسيطة». ونصحت هؤلاء الأشخاص بتناول العسل بحذر وبكميات صغيرة ويمكن إضافته إلى الطعام، كما يجب على الأشخاص الذين لديهم ميل للحساسية، تناول العسل بحذر.

تحضيرات معسكر للأطفال

السوريين في بيلاروس

وكالات

بحث السفير السوري في بيلاروس محمد العمراني مع نادي جنادافينا مديرة المركز البيلاروسي لرعاية الأطفال-مخيم زوبروناك الصحي الترفيهي، التحضيرات والاستعدادات الجارية للمعسكر الذي ستنتم إقامته في المخيم في آب القادم لأكثر من ٨٠ طفلاً من أبناء وبنات الشهداء وغيرهم من الأطفال السوريين وذلك استمراراً للمبادرة الإنسانية للرئيس البيلاروسي ألكسندر لوكاشينكو التي بدأت قبل ٥ سنوات. ووفقاً لوكالة «سانا» فقد أعرب السفير العمراني خلال اللقاء عن شكر وتقدير الجانب السوري للمبادرة البيلاروسية الإنسانية ولكل الجهود التي بذلت وتبذل من الجهات البيلاروسية المعنية لإنجاح المعسكرات الترفيهية للأطفال السوريين الذين عانوا خلال السنوات الماضية من الحرب الإرهابية والعقوبات الاقتصادية الظالمة على سورية. كما عبر عن الأمل في استمرار هذه المعسكرات التي تعكس علاقات الصداقة المتينة التي تربط بين البلدين، مؤكداً استعداد الجانب السوري لاتخاذ كل التحضيرات والإجراءات اللازمة من أجل إنجاح المعسكر لهذا العام بدوره في النماء المعرفي والثقافي. من جهتها أشارت غينادافينا إلى أن بيلاروس ترغب بالاستمرار في استقبال الأطفال السوريين في هذه المعسكرات وإحاطتهم بالرعاية والاهتمام للأطفال السوريين، معربة عن تقديرها لعلاقات الصداقة المتينة بين بيلاروس وسورية التي تشكل هذه المعسكرات أحد أوجهها. وأوضحت غينادافينا أن عدد الأطفال السوريين الذي تم استقبالهم منذ عام ٢٠١٧ بلغ أكثر من ١٠٠٠ طفل من مجموعات وفئات مختلفة مبدية إعجابها بالطاقة الموجودة لديهم.

سلاف فواخرجي.. العمر كله



الوطن

احتفلت النجمة سلاف فواخرجي يوم أمس بعيد ميلادها، مستقبلة مئات التهاني والمباركات من أفراد العائلة والأصدقاء والزلاء والمحبين والمتابعين عبر مواقع التواصل الاجتماعي. ويبتظر محبوها عودتها من الإمارات العربية المتحدة إلى دمشق للاحتفال بها بهذه المناسبة.

سورية تفوز بمنصب نائب الأمين العام للاتحاد العام للأدباء والكتاب العرب

الوطن

فازت سورية بمنصب نائب الأمين العام للاتحاد العام للأدباء والكتاب العرب خلال الاجتماع الذي عقده مجلس الاتحاد في دمشق خلال اليومين الماضيين. وتم الفوز بالانتخاب بإجماع الأصوات ليشغل المنصب الدكتور محمد الحوراني رئيس اتحاد الكتاب العرب في سورية. وكانت دمشق قد احتضنت أعمال اجتماع مجلس الاتحاد العام للأدباء والكتاب العرب بمشاركة وفود من ١٢ دولة عربية تحت عنوان «أدباء من أجل العروبة»، وذلك في مكتبة الأسد الوطنية بدمشق.

نشاطات شهر آب المقبل في دار الأسد

الوطن

أصدرت دار الأسد للثقافة والفنون برنامج نشاطاتها لشهر آب المقبل وفق البرنامج التالي:
١ آب: بمناسبة عيد الجيش العربي السوري، أمسية موسيقية تحييها الفرقة الوطنية السورية للموسيقى العربية بقيادة عدنان فتح الله، ومشاركة أوركسترا موسيقا الجيش والقوات المسلحة.
٤ آب: إطلاق مشروع الأطفال، بالتعاون مع مديرية التأهيل الفني ومعهد صليحي الوادي للموسيقى، أمسية موسيقية بعنوان «رحلة إلى مدينة الأعلام ديزني ٢» تحييها أوركسترا النخريات بمعهد صليحي الوادي بقيادة دلالة شهاب.
١٤-١٥-١٦-١٧-١٨ آب: ضمن مشروع الأطفال، عرض مسرحي بعنوان «المشاعر الخمسة».
١٥ آب: أمسية غنائية بعنوان «نموز» تحييها ميس حرب وفرقة سيد درويش بقيادة رشيد هلال.
٢٢ آب: حفل بعنوان «نجوم وأضواء» يحييه كورال غاردينيا بقيادة غادة حرب.
٢٤ آب: أمسية موسيقية يحييها أمين الحلو (بيانو) وأنوش سرفيان (كمان).
٢٥ آب: حفل لأعمال المؤلف السوري كمال سكيكر بمرافقة أوركسترا قصيد.

سيارة عابرة توثق جريمة بشعة

وكالات

وثقت كاميرا مراقبة في سيارة عابرة جريمة قتل بشعة في نوفوسيبيرسك في روسيا، راحت ضحيتها شابة في ربيعها السادس عشر، على يد صديقها البالغ من العمر ٢٧ عاماً. ودفعت الغيرة الجاني وهو مواطن طاجيكستاني يدعى رومان خامرايف، الذي كان على علاقة عاطفية مع الفتاة أناساتسيا راكوفان إلى ارتكاب جريمة القتل في مكان عام بوساطة سكين. ووفق شهادات أصدقاء الضحية فإن روما إعتاد ضرب ناستيا، التي لم تستطع تركه بسبب التهديدات المستمرة. واعتقلت الشرطة القاتل وسلمته للمحققين لمعرفة حيثيات الجريمة، وفتحت قضية جنائية وفق المادة ١٠٥ من القانون الجنائي لروسيا الاتحادية.

أخذت بصمة إصبع شقيقتها داخل ثلاجة الموتى

وكالات

أصدرت محكمة مصرية قرار توقيف موظفة إدارية بمدرسة ثانوية لمدة ١٥ يوماً على نمة التحقيقات، بعدما أثبتت التحقيقات محاولتها أخذ بصمة شقيقتها المتوفاة خلال وجودها في ثلاجة حفظ الموتى. وأشار المستشفى إلى محاولة المتهمه الحصول على البصمة لوجود خلافات بين الأشقاء على الميراث، واكتشاف المغسلة محاولة المتهمه أخذ بصمة شقيقتها المتوفاة، على ٦ عقود بيع على بياض قبل تكفين الجثة. وأوضح المتهمه أن لها ٤ شقيقات من البنات، وشقيقتها المتوفاة لم يكن لديها أبناء لكونها لم تتزوج، وكانت شقيقتها تمر بظروف صحية خلال الأونة الأخيرة نقلت على إثرها للعلاج بمستشفى المنصورة الجامعي إلا أن حالتها الصحية تدهورت. ولفتت إلى أن شقيقتها قبل وفاتها طلبت منها إحضار موثق من مصلحة الشهر العقاري من أجل التنازل عن ممتلكاتها لمصلحة إحدى دور الأيتام إلا أنها توفيت قبل أن تتمكن من اتخاذ الإجراءات لإحضار موثق لها، ففكرت في أخذ بصمة شقيقتها بعد وفاتها من أجل تنفيذ وصيتها وهي التبرع بكل ممتلكاتها إلى دار أيتام. بينما ذكرت مغسلة الموتى أنه تم طلبها لتكفين إحدى المتوفيات في ثلاجة حفظ الموتى وعندما حضرت وجدت سيدة بجوار الجثة، ولاحظت وجود عقود بيع على بياض بيد السيدة، وحاولت غمس أصابع المتوفاة في حبر أزرق وأخذ بصمات الجثة، فأبلغت أمن المستشفى وألقي القبض عليها.

نيللي كريم تستأصل ورماً في وجهها

وكالات



كشفت الفنانة المصرية، نيللي كريم تفاصيل خضوعها لعملية جراحية بسبب إصابتها بورم حميد في الوجه. وقالت: «اكتشفت أن عندي ورم حميد في وشي، وقررت عمل عملية، والداكتره حذروني إني ممكن أتشل ومعرفش أحرك وشي تماماً، و عملت العملية في أميركا ونجحت، ولكن الدكتور شال جزء من ودي لإخفاء الجرح لأنني كنت هتتوشه». وتابعت: «مررت بلحظات صعبة كثير في حياتي، وأنا بخاف من المرض لأنني مش عايزة أبقى عبء على أي شخص، ودخلت المستشفى مرتين أثناء تصويري لعمل فني ومقولتش لحد».

أطف رائحة في العالم

وكالات

اعتبر الخبراء رائحة الفانيليا أطف الروائح في العالم، تليها في المرتبة الثانية رائحة إيثيل بوتيرات التي تشبه رائحة الخوخ. وأن رائحة حمض الأزوفاليريك التي توجد في بعض الأطعمة مثل الجبن وحليب الصويا وعصير التفاح وفي عرق القدمين، هي الرائحة الكريهة. واتضح للعلماء أيضاً أنه ليس للمستوى الثقافي أي تأثير في اختيار الروائح، لأن هذه المسألة مرتبطة ببنية الجزيئات والتفضيل الشخصي، الذي قد يكون مرتبطاً بالوراثة ومستوى التعليم. وقد يكون أحد الأسباب المحتملة التي تجعل الإنسان يعتبر بعض الروائح أكثر متعة من غيرها هو أنها زادت من فرص البقاء على قيد الحياة أثناء التطور.