



من دفتر الوطن

أفرح يا قلبي..!

عصام داري

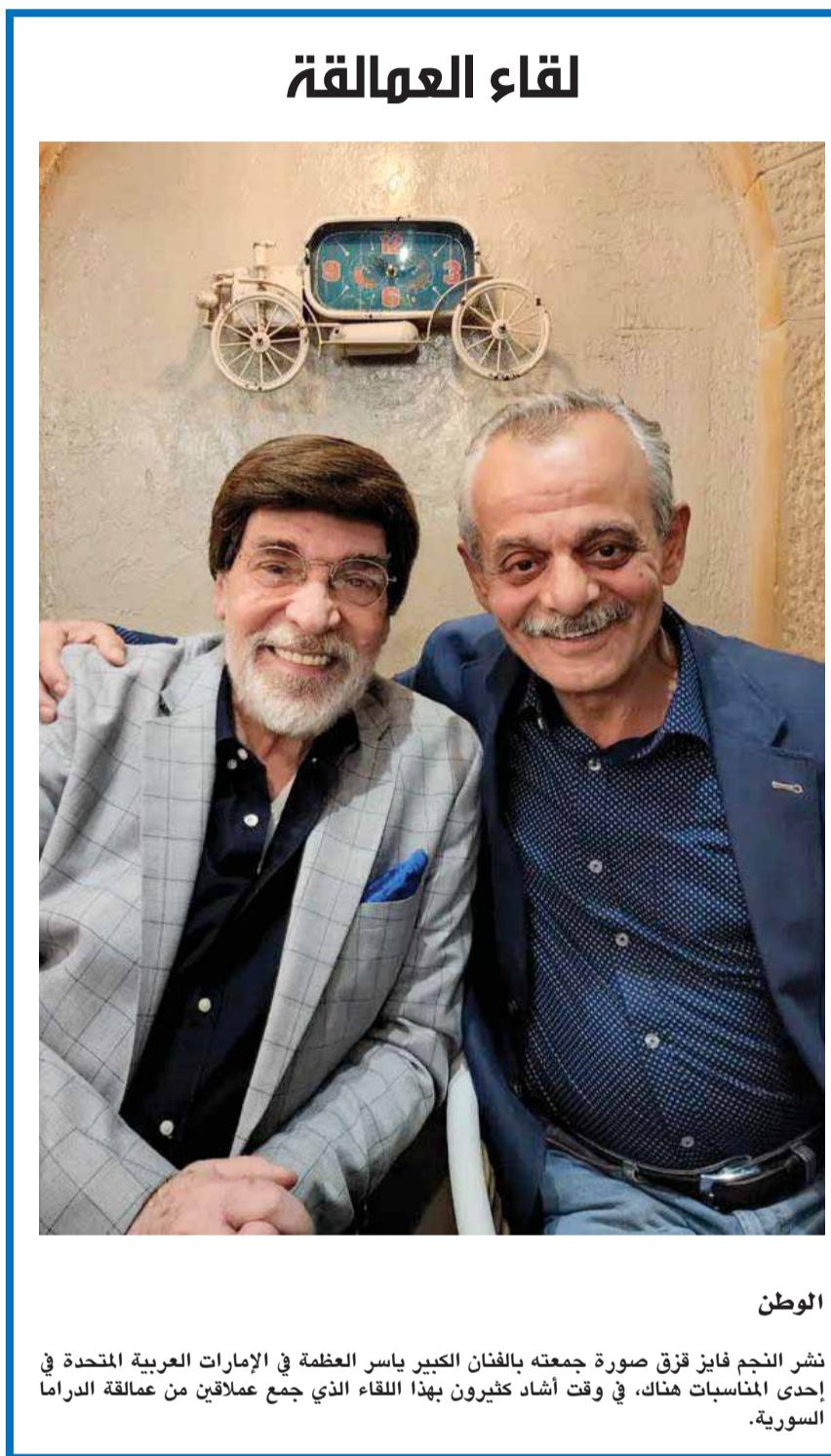
أي قرار حكومي لا يصدر من دون دراسة تراعي المواطن ومصلحته بالأساس، وإنما يكون قراراً غير محمود العواقب. وكل قرار تقسيم «منطقي» جداً عند المعينين، لكن المواطن بطبعه «نرفوز» وعصبي ولا يتخلّى ببساطة الصدر والعياذ بالله. يعني يا سادة يا كرام عندما ترفع وزارة حماية المستهلك (جميلية هذه التسمية يجب أن يتالى مبتكرها وساماً) عندما ترفع سعر السكر على سبيل المثال فهي تعتمد على أسس متينة، فكل مواطن لديه أصدقاء أحلى من السكر والعيش، ويكتفي أن يستعين بهؤلاء كي يغتني مع سيد مكاوي «أوقاتي بتحلو معاك» أو يسمع صباحاً والحمد لله جميع السوريين لديهم عشيقات «زي العسل» لذا ما علينا إلا أن نطلب من الصابايا العسل تحريك العصير أو الشاي أو القهوة بأصابعهن حتى نحصل على الحلاوة المرجوة، والشيء نفسه نجأ إليه عند صنع المعلول والبراقز والمربوطة وكل الحلويات من الهريسة إلى «البسبوسة».. وبس «بوسة» المختروع الذي لفت انتباها إلى ما نملكه من عسل وسكر طبيعي لدى الجميع كميات كبيرة منه.. ثم لا ننسوا أن تناول السكريات والحلويات ومشتقاتها يؤدي إلى الإصابة بمرض السكري الخطير جداً الذي قد يؤدي إلى الوفاة إضافة إلى العديد من النتائج المؤذية للصحة كالعمى على سبيل المثال.

أما عن ارتفاع سعر البنزين فإن هناك العديد من المبررات عند أصحاب القرار، منها أن سعر البنزين عندنا أرخص منه في دول الاتحاد الأوروبي ورفع سعره يجعل توربيبه إلى فرنسا وبريطانيا وإسبانيا أمراً صعباً إن لم يكن مستحيلاً وهكذا تقضي على ظاهرة التهريب!.

ثم إن رفع سعر البنزين سيكشف من حالات الانتخار على غرار ما حصل في تونس مع الشاب محمد البوعزيزي الذي أضرم النار في نفسه وتوفي إثر ذلك، لذا فإننا حرر بصون على حياة مواطنينا لأن رفع سعر البنزين سيجعل كل من يحاول الانتخار يفك ألف مرة قبل الإقدام على ذلك، لأنه لا يستطيع توفير لوازم هذا الانتخار. ثم إن هذا القرار من شأنه أن يسهم في صيانة صحة المواطن، وهو كذلك يحسن الأسرة ويعزي الروابط الأسرية بشكل كبير، والأسرة كما تعلمون هي نواة المجتمع، فعندما تكون هذه الأسرة سليمة ومتمسكة يكون المجتمع قوياً وقادراً على مواجهة كل الصعاب!. فمن جهة يشجع ارتفاع البنزين المواطنين على المشي، وتعرفون الفوائد الكبيرة للمشي وإذا كنت تجهلون ذلك فعليكم سؤال وزارة حماية المستهلك والأطباء وخبراء الرياضة والتنمية البشرية والأمراض العصبية!.

ومن جهة ثانية فإن القرار يجعل أفراد الأسرة يتلذتون في أغلب الأوقات ولا يخرجون منها إلا «للشديد الأولى»، ويغدون مع وديع الصافي وصباح «يا بيتي يا بيتي» ويستعنون إلى تصريح فحوز التي تقول «خليك بالبيت».

وما دمنا ندخلنا إلى عالم الأغاني فهناك عدة أغاني تصلح لحاناً منها أغنية فريد الأطرش: الحياة حلوة بس نفهمها، وللأسف لم نفهمها، وأغنية ليلي مراد أيضاً الحياة حلوة. نشر النجم فايز قرق صورة جمعته بالفنان الكبير ياسر العظمة في الإمارات العربية المتحدة في إحدى المناسبات هناك، في وقت أشاد كثيرون بهذا اللقاء الذي جمع عمالقين من عمالقة الدراما السورية.



لقاء العمالقة

التحذير من العواقب السلبية لتكرار الإصابة بكورونا

وكالات

كشف عالم المناعة الروسي نيكولاي كريوتشكوف أنه بعد كل إصابة بفيروس كورونا تتعدّد عواقبه السلبية الخطيرة أكثر فأكثر.

وقال إن الخطورة تكمن في تكرار الإصابة بين الأشخاص متوضعي العمر الأصحاء نسبياً حيث يشعر المصاب بصداع متكرر في الرأس وقلق واضطراب في التركيز وحتى الكآبة إضافة إلى ازدياد التعرق وتسارع النبض بينما يتسبّب فيروس كورونا عند البعض بتساقط الشعر وفقدان حاسة الشم، إلى أنه بعد ظهور متّحور «أوميكرون» اختفت هذه الأعراض تقرّباً.

وأشار إلى أن حالة تكرار الإصابة بالفيروس أصبحت شائعة لأن «أوميكرون» يخلق مناعة أضعف بكثير من المتحورات الأخرى تستمر فترة قصيرة فقط، مشدداً على أنه من الضروري إعادة التلقيح ضد الفيروس بعد مضي ستة أشهر على التلقيح الأساسي من أجل تعزيز مناعة الجسم والوقاية من الإصابة بالمسار الحاد للمرض وعموماً لكي يكون مسار المرض خفيفاً.

قطة أنقذت صاحبها من السرقة

وكالات

أعلن جراح الفم والوجه والفكين المتلقّع في الولايات المتحدة فريدي إيفريت، أن قطّة تكمنت من حمایته من سرقة وشيكّة باستخدام السلاح.

ووّقعت الحادثة عندما حاول شخصان على الأقل اقتحام منزل الطبيب المتلقّع في منتصف الليل، حيث فُعلت القطّة كل ما في وسعها لتحذير صاحب المنزل من الخطر المحدق به. وأوضّح أن مواء القطّة التي كانت في المطبخ وقت الحادثة أيقّنه، وبعد ذلك اندفعت القطّة إلى غرفة نوم صاحبها، حيث قفزت على سريره وشرّعت في سحب سريره وحكت بمدخالتها جلد الطبيب المتلقّع، في محاولة لتنبيهه لما يجري حول المنزل.

وعندما أدرك الرجل أن هناك شيئاً ما يحثّ، وقال إن القطة لم تفعل ذلك من قبل. وبعد ذلك، نهض الرجل من سريره وارتدى ملابسه، وسار حتى صالة المنزل، وعندما أشعّل الضوء رأى شابين يقفان خارج باب المنزل، وكان أحدهما يحمل سلاحاً نارياً والآخر يحاول فتح الباب عبر العتلة. وسرعان ما امنشّق الطبيب المتلقّع سلاحه الناري، وحينها فرّ اللصان المحتلّان من المكان.

قتلت زوجها وطفته في الحظيرة

وكالات

كشفت مصادر يمنية محلية عن مقتل مواطن على يد زوجته، في إحدى البلدات بمحافظة ذمار، جنوبي العاصمة صنعاء.

وقالت المصادر: إن عمليات بحث منذ أسبوع عن القتيل، بعد اختفائه بشكل مفاجئ، في قرية صفاراء بمديرية مغرب عش، نجحت في العثور على جثمانه.

وبتين أن المدور قتل على يد زوجته، وأنها حاولت التخلص من الجثة عن طريق دفتها في حظيرة للأبقار أسفل المنزل.

وأشارت المصادر إلى شوب خلافات أسرية بين الزوج وزوجته، بعد زواجه بأخرى، في الوقت الذي كانت تخشى أن ينجو منها أطفالاً، ويذهب إرث الزوج لغير أبناء الزوجة.

الموسיקה علاج فعال لتسكين الآلام

وكالات

توصلت دراسة جديدة إلى طريقة مميزة لاستخدام الموسيقا بهدف تخفيف الشعور بالألم الحاد.

وقالت مؤلفة الدراسة الرئيسية كلير هولين: إن الاختبارات استندت إلى تقييم استماع ٢٨٦ غالباً يعانون آلاماً حادة، إلى مقاطع موسيقية، بعضهم اختارها بنفسه، والبعض الآخر كانت المقاطع مفروضة عليه.. وتنضم رصد مدى شعورهم بالألم قبل وبعد الاستماع للمقاطع.

ووْجد الباحثون في جامعي «كونين ماري» في لندن، و«كوليدج دبلن» في إيرلندا، أن المشاركين في الاختبار الذين اختاروا مقاطع الموسيقى بأنفسهم، شعروا بارتياح أكبر، وشعور أقل بشدة آلامهم مقارنة بمن فرّضت عليهم المقاطع.

ووْكفت الاستبيانات، التي ملأها المشاركون في الاختبار، أنهم استمتعوا بجميع المقاطع، سواء منخفضة أو عالية التعقيد ما يعني عدم وجود رابط بين نوع الموسيقا والشعور بتخفيف الألم. وأوضح الباحثون أن المشاركين في الاختبار، من يستمتعون إلى الموسيقا بشكل مستمر في حياتهم اليومية، انخفاض شعورهم بالألم بشكل أكبر. وبالتالي تشير هذه النتائج إلى أن مجرد اختيار الموسيقا والتفاعل معها مهمان لتحسين قدرة المستمع على الشعور بتخفيف الألم، وأن الميزات الموسيقية الأساسية، مثل الإيقاع، أقل أهمية في الشعور بتخفيف الآلام.

ويرجح مؤلفو الدراسة أن يكون الشعور بحرية الاختيار دافعاً نحو الاستماع من كتب وعنبالية أكبر للموسيقى، وهو ما لا يحدث في حال الاستماع إلى مقاطع لم يختارها هؤلاء الذين يشعرون بالألم.

مي كساب تكشف أسباب ابتعادها

وكالات

كشفت الفنانة المصرية مي كساب عن الأسباب

التي دعتها للابتعاد عن الغناء في الفترة الماضية واتجاهها إلى التمثيل، مشيرة إلى أنها تركز حالياً على اختيار أدوار متعددة وليست متكررة، مشيرة إلى أنها تحب الظهور في شخصيات مختلفة، لأن التنوع في الأدوار مهم جداً.

وقالت: «لم تكن لدى موهبة التمثيل لأن موهبتي الأساسية هي الغناء، لكن والدي هو من دععني حتى أتجه للتمثيل». وأضافت: «في الفترة الحالية متوقفة عن الغناء لتركيزي في التمثيل، ولست متسرعة في العودة وأقوم حالياً بتربيبة ثلاثة أو ألاع مع العمل، وأحاول التوفيق بين حيادي المهني الشعور بالشيخوخة، ويسرع عملية الهضم».

الكريفون خسارة الوزن

وكالات

أظهرت دراسة حديثة أن إضافة بعض الفواكه إلى الوجبات اليومية من شأنها أن تساعده في حرق الدهون بالجسم، وبالتالي في خسارة الوزن الزائد.

و أكدت الدراسة أن النظام الغذائي اليومي يجب أن يركز على تناول نصف حبة من الكريفون قبل كل وجبة، ما سيؤدي إلى انخفاض الوزن.

و كشف الخبراء أن جميع المشاركون في الدراسة الذين تناولوا نصف ثمرة الكريفون، ولكنها تختلف في الدهون، لكنها تختزن نسبة عالية جداً من الدهون، بحسب تقرير نشر في مجلة «جي»، وهي المجلة العلمية التي تنشر نتائج الدراسات.