

مشاركة سورية متميزة في سارانسك الروسية



الوطن

شارك وفد الجمهورية العربية السورية بالمعسكر الصيفي الذي أقيم في مدينة سارانسك الروسية والذي حمل عنوان «حوار الثقافات». وقدم الوفد السوري مشاركته في المخيم وحصل على المركز الأول بأدائه والتزامه ومشاركته في جميع الفعاليات، حيث قدم الطالب ورد عجب من المعهد العالي للفنون المسرحية على منصة المسرح الدرامي الوطني شخصية تريبلييف من مسرحية النورس لأنطوان تشيخوف. كذلك قدم الطالب نور خير الأنام من المعهد العالي للفنون السينمائية عرض فيلم «مدينة الملاهي».

أصيب بكورونا وجدري القروء والإيدز في آن واحد

وكالات

بات شاب إيطالي أول شخص في العالم يصاب بالإيدز وفيروس كورونا وجدري القروء في آن واحد. وبلغ الشخص المصاب بالفيروسات الثلاثة من العمر ٣٦ عاماً، وظل في إسبانيا ٩ أيام، قبل عودته إلى إيطاليا وقد شعر بحمى والتعب في الحلق وإرهاق وصداع والتعب في الفخذ، وبعد سلسلة من الزيارات لعدة مستشفيات خرجت النتائج بأنه مصاب بجدري القردة وكورونا والإيدز معاً.

ماذا لو لم يكن سعد مينة مهتلاً؟



الوطن

أكد النجم سعد مينة في لقاء مصور أن مشهد قطع ذنب الجحش في مسلسل «نهاية رجل شجاع» العمل الأول بمسيرتي لا أنساه أبداً لأن حالة الرعب التي أصابتني غير منطقية، وأنا لا أندم وأي شيء أقوم فيه أدافع عنه، ولو لم أحترف التمثيل لكتت اخترت العمل في البحر.

من دفتر الوطن

السياسة أيها الذكي!!

عبد الفتاح العوض



تتعلق بملامح بدايات عودة عالم متعدد الأقطاب، وفي هذه الحال فإن الدافع السياسي يقدم خدمات اقتصادية لكن ذلك لا يمكن أن يخفي الحقيقة الساطعة أن وراء كل ذلك دوافع اقتصادية بحتة.. فالصراع في العالم ليس إيديولوجياً بالمثل بل هو صراع فيه كثير من الاقتصاد. لكننا في سورية لم يكن الاقتصاد وحده هو المحرك في القرارات الكبرى. الموازنة ما بين المصالح والمبادئ ليست أمراً سهلاً بالنسبة للأشخاص. فهما كانت خيرات البشر بأنهم يسرون وفق مبادئهم إلا أن لحظات «خصام مع النفس» تترك آثارها، وكثير من الناس لم يستطيعوا الصمود أمام إغراء المصالح. وآخرون اختاروا المبادئ على المصالح ثم جاءت أيام سوداء طاف فيها الندم حولهم يؤنبهم بشدة.

لكن التوازن عند الدول ليس قصة خصام مع النفس وهي أيضاً ليست مشاعر ندم بل مصير شعوب ومستقبلها وحياتها وقبل وبعد كل ذلك كرامتها. المقولة الأشهر في السياسة لا يوجد صداقات دائمة ولا عداوات دائمة إنما توجد مصالح دائمة هي مقولة تصبح صحيحة أيضاً لو أضف ومبادئ راقية. برأيي.. السياسي بل كثير من الناس لا يواجهون مأزقاً عندما تتعارض المصالح والمبادئ.. ببساطة يحولون مصالحهم إلى مبادئ وبراحة ضمير. السياسة تبقى فن الممكن.. الحياة كلها فن الممكن وحلم المستحيل.

أقوال:

- من الخطير أن تكون على حق عندما تكون الحكومة على خطأ.
- آلة السياسة سعة الصدر.
- إن الأخلاق النفعية ليست أخلاقاً حقيقية وأنها تنتمي إلى السياسة أكثر من انتمائها لعلم الأخلاق.

العبارة المشهورة إنه الاقتصاد أيها الغبي أخذت اهتماماً خاصاً في الأوساط الاقتصادية لأنها تريد أن تركز مفهوماً محدداً بأن الاقتصاد هو القائد.. وأن ما تبقى هم في خدمة الاقتصاد. فالمصالح الاقتصادية هي التي تحرك السياسيين وسياساتهم الاقتصادية هي التي تجعلهم يقفون في الانتخابات ويصلون إلى مقاعد السلطة. والشيء المعروف أيضاً أن معظم الحروب إن لم نقل كل الحروب تقوم على فكرة واحدة هي حروب على المصالح الاقتصادية.

في فترة ما عندما كان الحديث عن معسكرين واحد اشتراكي وآخر رأسمالي كانت الدول تقدم المساعدات تحت يافطة «إيديولوجية» وتحت هذه الياقطة موجود بما لا يقبل الشك حديث عن مصالح البقاء في هذا المعسكر أو الذهاب إلى الفريق الآخر.

هذه المقدمة طويلة ومملة ولم تقدم شيئاً لذيذاً. لكننا ضرورية لأتحدث عن المصالح الاقتصادية السورية، وهل وكيف يمكن أن نجعل العلاقة بين السياسة والاقتصاد متكاملة بحيث ينعكس ذلك على تحسين الحالة الاقتصادية الوطنية.

إذا أردنا أن نستعين بالحاضر فإن دول أوروبا مجتمعة تضررت بشكل كبير من الحرب الأوكرانية وهي مقبلة أكثر على خسارات ليس على المستوى التجاري فقط بل سيكون انعكاساً على حياة الناس الذين اعتادوا على الرخاء التام منذ أكثر من ٧٠ عاماً.

فلماذا هنا قادت السياسة الدول وجعلتها تخسر اقتصادياً وهل المسألة لها علاقة بحسابات خسارة الآن أفضل من خسارات أكبر في المستقبل. وفوق كل ذلك فإن الأوروبيين على رغم بدايات معاناتهم يقدمون مساعدات كبيرة تحت عنوان سياسي وليس اقتصادياً.

هل هذا يعني تغييراً في الشعاع من أنه الاقتصاد أيها الغبي إلى شعار إنها السياسة أيها الذكي؟! المسألة هنا أعقد من مجرد شعار فالقصة

الكافيين يمكن أن يسبب فقدان البصر

وكالات

البصر هو نعمة مهمة وأساسية عليك العمل على حمايته بأي ثمن. لسوء الحظ، فإن الإفراط في تناول مشروب ساخن يستهلكه مليارات الأشخاص كل يوم يمكن أن يلحق الضرر بالعيون. وقال خبير التغذية ماركو أوبرادوفيتش، إن الكافيين يمكن أن يجفف العينين ويؤدي إلى فقدان البصر.

وتابع: «تناول الكثير من القهوة أو غيرها من المشروبات التي تحتوي على الكافيين يمكن أن يؤدي إلى ارتفاع السكر في الدم، مما قد يسبب مشكلات في الرؤية أو تشنجات لا إرادية في الجفن».

ومن المعروف أيضاً أن المشروبات المحتوية على الكافيين تزيد من ضغط الدم وكذلك الضغط في عينيك.

وحذر من أن المستويات العالية باستمرار من ضغط العين تسبب الجلوكوما، لذلك يمكن بسهولة أن يكون هناك رابط بين عادة تناول القهوة وأحد الأسباب الرئيسية للعمى في العالم، والجلوكوما هي حالة شائعة في العين حيث يتلف العصب البصري الذي يربط العين بالدماغ.

ووجدت دراسة أجرتها كلية الطب بجامعة هارفارد عام ٢٠١٢ أن هناك بالفعل صلة بين شرب ثلاثة أكواب أو أكثر من القهوة وتطوير الجلوكوما، ويحدث هذا عندما يؤدي تراكم السوائل في العين إلى زيادة الضغط على الأعصاب البصرية. كما تم ربط الاستهلاك المعتدل للقهوة بانخفاض مخاطر الإصابة بالسكري وأمراض الكبد والخرف وحتى بعض أنواع السرطان.

ووجدت أبحاث أن شرب ثلاثة أكواب من القهوة يومياً يمكن أن يكون مفيداً لمعظم الناس.

ويؤثر الكافيين على بعض الأشخاص أكثر من غيرهم، ويمكن أن يعتمد التأثير على كمية الكافيين التي تستهلكها عادة.

ويجب على النساء الحوامل الحد من تناول المشروبات المحتوية على الكافيين بسبب محتوى الكافيين. كذلك فإن هذه المشروبات غير مناسبة أيضاً للأطفال الصغار.

ياسمين صبري: لا تربطني صداقة بأي فنان

وكالات



قالت الممثلة المصرية ياسمين صبري إنه لا تربطها صداقة بأي فنان، ولكنهم جميعاً زملاؤها وتحترمهم، كما أشارت إلى أن فكرة الوصول إلى هوليوود والعالمية ليست سهلة، لأن الغرب أكثر انفتاحاً من الشرق. وأضافت: «أؤمن بالطاقة ولكنني لست مهووسة بها، واليوغا أفادتني كثيراً جسدياً ونفسياً، والصلاة يا حساس وتخلل محل تمارين تنظيف الطاقة». وأكدت أنها لم تحقق أي شيء من أهدافها حتى الآن، وأنها تؤمن بأن الحب أفعال وأن المسافات بين الطرفين لا تؤثر في قوة العلاقة إذا كان الحب حقيقياً».

الشاي الأسود يطيل العمر

وكالات

وجدت دراسة أن العادة اليومية لشرب الشاي الأسود يمكن أن تساعد على العيش حياة أطول وأكثر صحة، وخاصة إذا كنت تشرب كوبين أو أكثر.

وكان الخطر أقل بين الأشخاص الذين يشربون فنجانين أو أكثر من الشاي يومياً.

وأشارت النتائج إلى أن الشاي، حتى عند تناوله بمستويات أعلى، يمكن أن يكون جزءاً من نظام غذائي صحي.

والشاي الأسود غني بمضادات الأكسدة المرتبطة بتحسين صحة القلب والأمعاء والدماغ، وانخفاض مستويات الكوليسترول الضار وضغط الدم وسكر الدم.

ويعد مصدرًا غنيًا لمركبات نباتية صحية تسمى البوليفينول، والتي تعمل على التحكم في الآثار الضارة للجزيئات الضارة بالخلايا في الجسم.

اختطف رضيعاً من حضن أمه النائمة

وكالات

بدأت الشرطة الهندية عملية مطاردة بعد اختطاف طفل يبلغ من العمر سبعة أشهر، من والدته التي كانت نائمة على الرصيف في محطة ماثورا للسكك الحديدية. ويظهر الفيديو رجلاً يتجول على منصة محطة ماثورا، وبعد فترة وجيزة، يقترب من امرأة نائمة على أرضية المنصة، ويأخذ طفلها خلسة من ذراعيها ويركض نحو قطار كان متحركاً على السكة.

وذكرت الشرطة أن الحادث وقع على المنصة رقم ٨-٩ بمحطة القطر، على حين قامت فرق من شرطة السكك الحديدية بمداهمات بناء على تهنات بأن الرجل قد فر إلى إحدى المنطقتين.