

رحيل الشاعر والأديب شوقي بغدادى



الوطن

نعى اتحاد الكتّاب العرب في سورية الشاعر والأديب شوقي بغدادى أحد أهم الرموز والأسماء الشعرية في سورية والوطن العربي في العصر الحديث عن ٩٣ عاماً.

وكان الراحل صاحب الدور الفاعل في تأسيس أول تنظيم أدبي سوري

١٩٥١، والذي عرف بـ«رابطة الكتاب السوريين» إلى جانب شخصيات أدبية وثقافية سورية مازال لها ألقها الثقافي مثل: حنا مينة وسعيد حورانية وفتاح المدرس وغيرهم، كما كان له الدور المهم والكبير في تأسيس اتحاد الكتاب العرب في سورية ١٩٦٩. ولعل من أهم ما يميز تجربة الراحل انخراطه لقضايا الفقراء والمظلومين من أبناء أمته، تماماً كما كان منحازاً إلى قضاياها المصرية ومنها قضية فلسطين التي كانت بمنزلة الجرح الذي ينز في معظم حروفه وكتابات.

فندق يسمح لنزائه بالنوم بدولتين

وكالات

يمنح أحد الفنادق الواقعة على الحدود الفرنسية السويسرية إمكانية اختيار الدولة التي تنام فيها، وكسابقة يمكنك النوم في بلدين في آن واحد، وهو الفندق الذي أقام فيه وفد الجزائر المفاوضات الستينية.

والأمر يتعلق بفندق «ألبريس فرانكو-سويس» في قرية صغيرة فوق جبال «جورا» على الحدود الدولية الفاصلة بين فرنسا وسويسرا. ونتج موقع الفندق الاستثنائي عن «معاهدة دابس» في عام ١٨٦٢، والتي اتفقت فيها فرنسا وسويسرا على تبادل إقليمي صغير للسماح بسيطرة فرنسية كاملة على طريق استراتيجي قريب.

ونصت المعاهدة على بقاء أي مبان موجودة على طول الحدود في مكانها، وهو أمر استغله رجل أعمال محلي لفتح متجر وحاتة للاستفادة من التجارة عبر الحدود. وتبع ذلك افتتاح الفندق في عام ١٩٢١.

وكانت النتيجة وجود نصف الفندق تقريباً في فرنسا، والنصف الآخر في سويسرا، مع غرفة منقسمة بين الدولتين، يوجد فيها خط دولي غير مرئي يمر عبر الحمام، والسريير.

وهو ما يعني أن ينام الزائر ورأسه في سويسرا، ورجلاه في فرنسا.

نسرين طافش أفضل ممثلة عربية



الوطن

فازت النجمة نسرين طافش بجائزة أفضل ممثلة عربية في ملتقى الإبداع العربي في مصر عن دورها في مسلسل «جوقة عريضة».

وكتبت: «شكراً للملتقى على تكريمي بجائزة أفضل ممثلة عربية عن دوري في مسلسل «جوقة عريضة» يلي كان من أصعب الشخصيات يلي لعبتها وبالوقت نفسه أمتها، عريضة البنت الشعبية البسيطة يلي عشقت الفن والمسرح وأمنت بنفسها وهزمت كل الظروف لتوصل لحلمها».

مجففات الأظفار قد تسبب السرطان

وكالات

توصلت دراسة جديدة أجراها علماء في جامعة كاليفورنيا في سان دييغو إلى أن الإشعاعات المنبعثة من مجففات طلاء الأظفار بالأشعة فوق البنفسجية قد يكون لها علاقة بالإصابة بمرض السرطان.

ويمكن لمجففات طلاء الأظفار، الشائع استخدامها في صالونات التجميل، إتلاف المادة الخلوية والوراثية، كما أنها تتسبب في حدوث طفرات دائمة في الخلايا البشرية المرتبطة مع خطر الإصابة بالسرطان.

يأتي ذلك موافقاً لأدلة علمية أوردتها دراسات سابقة على أن الأشعة فوق البنفسجية يمكن أن تسبب تلف الجلد وتزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد.

وفحص الباحثون أجهزة تسمير البشرة على نطاق واسع وثبت أن لها علاقة سببية بسرطان الجلد وتلف الحمض النووي غير المباشر.

وتحتوي مجففات الأظفار على مصابيح الأشعة فوق البنفسجية المتعددة تنبعث منها موجات الأشعة فوق البنفسجية تتراوح بين ٣٤٠ و٣٩٥ نانومتر، وهذه هي الأطوال الموجية المسؤولة عن معالجة وتحفيز تركيبات طلاء الأظفار.

وتتعرض الأظفار واليدين للإشعاع باستخدام مجفف الأظفار بالأشعة فوق البنفسجية لمدة تصل إلى ١٠ دقائق لكل جلسة، وعادة ما يغير المستخدمون العاديون طلاء أظفارهم كل أسبوعين. خلال التجارب أدى التعرض إلى الإشعاع لمدة ٢٠ دقيقة إلى موت الخلايا بنسبة ٢٠-٣٠ بالمئة، بينما تسببت ثلاث حالات تعريض متتالية لمدة ٢٠ دقيقة في موت الخلايا بنسبة تتراوح بين ٦٥-٧٠ بالمئة.

أكبر فأر سناً في العالم

وكالات

يسعى مسؤولون في حديقة حيوان سان دييغو بولاية كاليفورنيا الأميركية، إلى تسجيل الفأر «بات» في موسوعة «غينيس» للأرقام القياسية كأكبر فأر في العالم من حيث السن.

يعتقد أن بات البالغ من العمر ٩ سنوات وه أشهر أكبر فأر سناً على قيد الحياة في العالم.

ويمكن أن يعيش الفأر نحو ٣ سنوات، لكن بسبب كثرة أعدائه فإنه نادراً ما يصل لهذا العمر سالمًا.

ولد «بات» في حديقة حيوان سان دييغو يوم ١٢ تموز ٢٠١٣، وسمي بهذا الاسم تيمناً بالمثل باتريك ستينوارت.

وستقيم الحديقة احتفالاً بطول عمر الفأر، ومحاولة الحصول على لقب «الأكبر سناً» رسمياً بحضور ممثل موسوعة «غينيس».

القبض على

راقصة بسبب مقاطع إباحية

وكالات

ألقت الأجهزة الأمنية في مصر القبض على راقصة شهيرة بتهمة تقديم محتوى إباحي على مواقع التواصل الاجتماعي.

وتقوم الراقصة بتحقيق نسب مشاهدة والتحصل على أرباح مالية من خلال نشر مقاطع الرقص الخاصة بها في الملامح الليلية، وتبين من المقاطع التي تم رصدها أنها تحتوي على حركات خليعة وإباحية لإثارة الغرائز.

وقالت الراقصة إن مقاطع الفيديو المنشورة على صفحاتها والمتداولة على مواقع التواصل الاجتماعي خاصة بها وتقوم بنشرها عبر صفحاتها الشخصية بعد قيامها بالرقص في الملامح الليلية. وأكدت أن نشرها للفيديوهات لم يكن على سبيل الإثارة ولكن من منطلق تحقيق الشهرة وجذب متابعين لصفحتها.

نور: لا أفاعل مع الـ«سوشيال ميديا»

وكالات

كشفت الفنانة اللبنانية نور الأسباب التي أدت إلى عدم تفاعلها بشكل جيد مع «السوشيال ميديا».

وقالت: «السوشيال ميديا أصبحت واقعاً نعيشه حالياً، وعلى الرغم من أنني غير متفاعلة معها كثيراً لكنني أتابع ردود الأفعال». وتابعت: «السوشيال ميديا تساعد الفنانين الجدد ولو فنان كويس هيكمل لو مش كويس طريقه هيقف، لكنني لست من الناس المهووسة بها».

وعن سبب ابتعادها عن التمثيل لفترة بسبب زواجها، قالت: «قررت الابتعاد عن التمثيل بعد زواجي وبعدها أنجبت أولادي فقررت أن أخذ قسطاً من الراحة».

وتابعت: «عند رجوعي للفن مرة أخرى كان الموضوع صعباً لأن لازم ترجع أقوى وتقرأ سيناريوهات مميزة وتقارنها مع اللي أنت عملته قبل كده».



العطلات ليست السبيل لتعويض قلة النوم

وكالات

أكد الخبراء أن تعويض ساعات النوم أكثر تعقيداً مما يتصوره الكثيرون، إذ يرى الطبيب النفسي والمختص في طب النوم، أليكس ديميتريو أنه لا يجب لأحد أن يبالغ في إمكانية تعويض ساعات النوم بسهولة.

وأضاف: «كلما زاد الحرمان من النوم، زاد وقت التعافي (التعويض)، وفي مرحلة ما، لن يعود التعافي الكامل ممكناً، لهذا السبب من المهم عدم تراكم الكثير من ساعات النوم الفائتة».

وكشفت إحدى الدراسات العلمية أنها توصلت إلى أن تعويض ساعة واحدة من قلة النوم يتطلب النوم ٤ ليال، من ٧ إلى ٩ ساعات في كل ليلة منها.

وتشير الدراسة نفسها إلى أنه لا يكفي الانتظار حتى عطلة نهاية الأسبوع لتعويض نقص النوم خلال أسبوع العمل.

ويوضح الرئيس السابق للأكاديمية الأميركية لطب النوم، جيمس رولي: «بينما يمكنك تعويض النوم لمدة ساعة أو ساعتين خلال عطلة نهاية الأسبوع، فإن ذلك لا يمكن أن يعوض قلة النوم طوال الأسبوع».

أما في حال كانت عطلة نهاية الأسبوع هي الوسيلة الوحيدة والمتوفرة لتعويض ساعات النوم، فتؤكد أستاذة علم النفس البيولوجي في جامعة ستوكهولم، ليندزي دوجسون، أنه من الأفضل استغلالها بدلاً من عدم القيام بذلك على الإطلاق».

وتشبه دوجسون «ديمومة النوم» ببطاقات الائتمان، ناصحة بضرورة أن تكون صغيرة قدر الإمكان بدلاً من تفاقمها، وأن يتم ردها في أقرب وقت، موضحة أنه في حال تفويت ساعة أو ساعتين من النوم، فمن الأفضل تعويضها فوراً في اليوم التالي، في صورة قبولة بعد الظهر، أو الخلود إلى الفراش مبكراً في الليل. وتتسبب قلة النوم المتزايدة في الإصابة بمشاكل صحية طويلة المدى، مثل السمنة، وأمراض القلب، والأوعية الدموية، فضلاً عن زيادة خطر الإصابة بالسرطان، والاضطرابات المناعية.

احتفل على

ارتفاع ١١٤ متراً

وكالات

محتفلاً بالذكرى الـ٦٩

لتأسيس مدينة ساو باولو على طريقتها الخاصة، قام متسلق

الحبال رافائيل بريدي، ٣٥ عاماً، بقطع مسافة

٥١٠ متراً، على ارتفاع ١١٤

متراً، حافي القدمين على حبل مشدود بين

مبنيين شاهقين في المدينة.

واستغرق ذلك مدة ٢٥ دقيقة، في منطقة

قالي دو أنهانجاوا، محطماً الرقم القياسي

وفقاً للجمعية الدولية لرياضة السير على

الحبال المشدودة. وتعرض متسلق الحبال

البرازيلي، وحامل الرقم القياسي في كتاب غينيس

لعدم توازن صغير في منتصف الطريق، لكنه

تدارك الأمر بالجُلوس على الحبل المشدود، قبل مواصلة مشواره.