

فتح باب الترشح لنيل جائزة الدولة التشجيعية



الوطن

أعلنت وزارة الثقافة فتح باب الترشح لنيل جائزة الدولة التشجيعية لعام ٢٠٢٣ اعتباراً من الأول من أيار المقبل وحتى نهاية شهر أيلول من هذا العام.

وتشمل الجائزة مجالات الفنون في اختصاصات الموسيقى والمسرح والسينما والفنون التشكيلية والتطبيقية والاتصالات البصرية، وفي مجال الآداب باختصاصات الشعر والرواية والقصة القصيرة والمسرحية وأدب الأطفال، وفي النقد الأدبي والفني والدراسات الأدبية واللغوية والترجمة والعلوم الإنسانية.

واشترطت الوزارة أن يكون المرشح للجائزة عربياً سورياً وقد أمضى في مجالات البحث أو الإبداع مدة لا تقل عن عشر سنوات، ويكون إنتاجه منشوراً وذات قيمة متميزة تساهم في تطوير الواقع البحثي النقدي أو الأدبي أو الفني، وألا يكون سبق حصوله على جائزة مماثلة، ولا يتجاوز عمره ٥٠ عاماً بتاريخ تقديمه الطلب.

وعلى المرشح أن يتقدم شخصياً إلى ديوان وزارة الثقافة أو ديوان المديرية التابعة لها بالمحافظات، مع سيرة ذاتية تؤكد اشتغاله في مجال البحث أو الإبداع لمدة لا تقل عن عشر سنوات، وتقديم ٧ نسخ لكل من أعماله الثلاثة المرشحة لنيل الجائزة ورقياً أو على قرص صلب. ويمنح الفائزون بالجائزة في كل مجال ثلاثة ملايين ليرة سورية، مع ميدالية تذكارية وبراءتها، على أن تعلن أسماء الفائزين بجائزة الدولة التشجيعية خلال شهر كانون الأول ٢٠٢٣، ويقام حفل لهذا الغرض تسلم فيه الجوائز للفائزين.

إمارات رزق ونسيم الأمل



الوطن

النجمة إمارات رزق بشخصية «صبحية» في مسلسل «زقاق الجن»، ووفق توصيف الشركة المنتجة هي زهرة ربيع قطفها الشيطان وهي في رحم أمها، وبصفتها القدر على قارعة طريق، ليلتصق بها إرث كبير من الذل والعار، ظننت أن الزواج هو طوق نجاة، فبنتهي بها المطاف عروساً بالإكراه.. لكن الحب لا يعرف الزمان ولا العمر ولا المكان، وهنا يبقى نسيم الأمل عشقها مهما قسى الدهر عليها، فهل تقوى على ويلات الشر أم تستسلم لها؟

من دفتر الوطن الوزير الآدمي!!

عبد الفتاح العوض



الحرب وهي طويلة لا يمكن الاعتماد على الأشخاص الذين يجادلون كثيراً فالوقت لا يسمح بأن يكون المسؤولون من هذا النوع الذي يتصرف وحده أو يعطل بالنقاش غير المفيد قضايا لا بد منها على الرغم من صعوبتها. المسؤول في أثناء المعركة يمتلك عقل الجندي الذي ينفذ حتى دون «ثم اعترض».

لكن الآن ونحن نخرج من هذه المرحلة الصعبة مع أن أشكال الحروب تتغير لكنها تبقى حروباً إلا أننا نحتاج إلى أفراد يمتلكون ملكات خاصة أساسها المبادرة والقدرة على طرح أفكار جديدة والإيمان بقدرة الفرد على التغيير.

الأفراد يستطيعون أن يجعلوا المؤسسات أكثر مرونة وحركة عندما يكونون فاعلين وهناك أشخاص استطاعوا أن يغيروا عقليات وسلوك من حولهم ولدينا مسؤولون لا يستطيعون تغيير أو التأثير على أهل بيئتهم.

في صفات المسؤولين للمراحل المتقدمة بالأحداث نحتاج فعلاً إلى ميزات مختلفة تجعل من الممكن للفرد أن يكون محركاً لإدارة الفريق.. بمعنى لديه ميزات القائد وليس خصائص الموظف ولا أدري إن كانت المؤسسة الإدارية تقبل هذا النوع من المسؤولين أم لا؟

نحتاج بشدة مسؤولاً آدمياً وأكثر وليس آدمياً وكفى..

أقوال:

– يكون الفرد أفضل كلما كثرت تجاربه لأنه جرب أشياء كثيرة بما فيها الأخطاء.. أنا لا أنصح بترقية لوظيفة متقدمة إذا لم يكن هذا الرجل يقع في الأخطاء ولا فسيحون هذا الرجل تقليدياً متواضع المستوى.

– هناك شخص سري سليم في كل فرد.

– القائد هو الذي يجعل الآخرين يتقنون به، أما القائد المميز فهو الذي يجعل الآخرين يتقنون بأنفسهم.

ثمة نظريتان تتصارعان حول قدرة الفرد على التغيير...

النظرية الأولى فتقواها أن الفرد يسلك السلوك الذي يتوقعه منه الآخرون. وتوابع هذه النظرية أن كل فرد أسير المجتمع الذي يعيش فيه ولا يستطيع الفرد أن يقوم بالتغيير لأنه مجرد تابع للمجتمع أصحاب هذه النظرية توصلوا إلى تعبير خاص يلخص نظرهم إلى الفرد حيث قالوا إن من يظن بأن للفرد دوراً ما بالمجتمع مصاب بمرض «وهم الفردية». وذهبوا أبعد من ذلك عندما قالوا إن الفرد الواحد لديه عدة شخصيات وكل شخصية تتأقلم مع المجتمع الذي تعيش فيه.

النظرية الثانية ترى أن الفرد أساس التغيير في أي مجتمع، ولا يوجد مجتمع تطور أو تغير إلا من خلال فرد بادر وقدم فكرته وحارب من أجلها حتى أقنع الآخرين.

القضية هنا ليست نقاشاً فكرياً.. بل الأمر يتعلق بنا كسوريين وهل يمكن أن يكون التغيير الفردي هو بداية انطلاق تغير مجتمعي نحتاجه الآن أكثر من أي وقت مضى بعد هذه المرحلة الحرجة والصعبة التي أصابت كل شيء في مجتمعاتنا.

بمعنى أوضح نحن نحتاج إلى أفراد من نوع خاص لديهم القدرة على المبادرة ولديهم القدرة على التعبير من الرأي الشخصي سواء أعجب الآخرين أم لم يعجبهم وهذا أمر له علاقة بحرية التعبير وحق إبداء الرأي وهي التعابير التي قرأناها لكننا لم نمارسها بالصيغة التي تساعد على تطور المجتمع.

لتوضح الأمر أكثر.. هل المسؤول الذي يخشى أن يبدي رأيه أو يخاف من أن يخرج عن النص ويبادر في طرح أفكار مختلفة أكثر نفعاً من ذلك المسؤول الذي يجيد الصمت وإن تكلم فإن أفضل ما يقوله «حاضر»!!

بكثر من الصراحة والواقعية في فترة

تأثير الوزن الزائد في القلب

وكالات

أعلن الدكتور فلاديمير يرشوف، اختصاصي جراحة القلب وعدم انتظام ضربات القلب، أنه بزيادة مؤشر كتلة الجسم يزداد احتمال الإصابة بالرجفان الأذيني في المستقبل.

وأشار إلى أن الرجل الذي لديه مؤشر كتلة الجسم ٤٠-٥٠ يزداد احتمال إصابته بالرجفان الأذيني بمقدار ٣,٧ مرات.

ووفقاً له، يجبر الوزن الزائد القلب على العمل بجهد أكبر والنضج بسرعة من أجل توصيل الدم إلى جميع الأنسجة بما فيها الدهنية. وبزيادة وزن الشخص يتكثف عمل القلب أيضاً، ما يؤدي في النهاية إلى استنفاده واضطراب نبضه.

وقال: «يعتبر ارتفاع مؤشر كتلة الجسم أحد الأسباب الرئيسة لتطور أمراض القلب والأوعية الدموية، التي أكثرها انتشاراً في الوقت الحاضر مرض الرجفان الأذيني، حيث ينبض القلب بغير انتظام وغير تساو، لذلك لا يخرج كامل الدم من حجر القلب، ما يؤدي إلى تجلته وإلى نوبة قلبية أو جلطة دماغية».

والوزن الزائد ليس المسبب الوحيد لتطور الرجفان الأذيني، لأن الإفراط في تناول الكحول والتدخين يمكن أن يؤدي أيضاً إلى الإصابة بهذا المرض. ومع ذلك إذا لم يتم التحكم بالوزن فقد يتطور إلى السمنة، التي تعتبر سبباً للعديد من أمراض القلب والنوع الثاني من داء السكري وغيره.

ويمكن للشخص أن يكتشف العلامات الأولى للمرض بنفسه، حيث عادة ما يبدو الرجفان الأذيني على أنه تسارع في ضربات القلب، ويمكن اكتشافه حتى بواسطة الساعات الذكية القادرة على تسجيل النبض. كما قد يشير ضيق التنفس المفاجئ أثناء التمارين الرياضية أحياناً إلى وجود عدم انتظام بضربات القلب.

وإذا تم تشخيص الإصابة بالرجفان الأذيني، فيجب استشارة طبيب مختص، حيث يمكن علاج هذه الحالة بعملية جراحية بسيطة باستخدام الترددات الراديوية التي تعتبر حالياً الأكثر فاعلية لعلاج الرجفان الأذيني.

غادة عادل: كنت «عبيطة»

وكالات

أكدت الفنانة المصرية غادة عادل أنها كانت «عبيطة» عندما صُنفت ضمن النجمات اللواتي رفعن شعار السينما

النظيفة في بداية مشوارها الفني، وقالت: «مفيش سينما نظيفة

وسينما غير نظيفة، أنا كنت فعلاً عبيطة وهبلة

لأنني لقيت مفيش حاجة أتكسف منها».

وأضافت: «أنا بقدّم شخصية رقاصة أو محببة أو مدمنة وأياً

كان الدور فأنا بمثل دور في فيلم من واقع معين،

وحالياً بقيت شايقة شعار السينما النظيفة كلمة

سذاجة، وخسرت أدواراً كثيرة بحكم الشعار».

من ناحية أخرى، أكدت أنها في الغالب إنسانة

محظوظة، قائلة: «أنا محظوظة والقدر يلعب

كل الأدوار مع كل البني آدميين لكني كده كده

محظوظة».

لا تكثروا من العصائر في رمضان

وكالات

مع أن شرب عصائر شهر رمضان تزود الجسم بالماء، إلا أن تناول كثير منها فكرة سيئة.

فرغم أن العصائر خفيفة وتعطي الجسم طاقة، فإن العصور بأنواعه كلها يرتبط

بمشاكل صحية على المدى البعيد، فعصير الفاكهة أقل

إشباعاً من الفاكهة الكاملة، مما يزيد من خطر الإفراط

في تناول الطعام وزيادة الوزن، لأنك حتى بعد شرب

العصير ستبقى جائعاً وتأكّل.

هذا الكلام ينطبق على جميع أنواع العصائر، الطبيعية منها والمصنعة.

أيضاً العصير يحتوي على السكر يزيد من خطر تسوس

الأسنان، والمشروبات الغازية ليست بها فوائد

لصحتك، ولا تزود جسمك سوى بالسعرات الحرارية.

تفاصيل جريمة «المدرسة الابتدائية»

وكالات

نشرت الشرطة الأميركية لقطات تظهر لحظة حدوث الجريمة التي أقدمت على ارتكابها شابة دخلت مسلحة

إلى مدرسة ابتدائية بمدينة ناشفيل، وراح ضحيتها ثلاثة

أطفال وثلاثة بالغين رمياً بالرصاص.

ووصلت أودري هيل (٢٨ عاماً) إلى المدرسة التي كانت مدرستها عندما كانت

طفلة، بسيارتها قبل الساعة العاشرة صباحاً، وقتلت ستة

أشخاص، قبل قتلها أيضاً رمياً بالرصاص من رجال الشرطة.

ورصدت الكاميرات هيل مرتدية قميصاً أبيض وقبعة

حمراء تتجول بين الممرات قبل قتلها.

وكانت مطلقة النار تحمل على الأقل بندقيتين شبه آليتين

ومسدساً، وأطلق شرطيان من فريق مكون من خمسة أفراد

النار عليها وماتت.