



مصادر لـ «الوطن» اللقاء كان ممتازاً والرياض حريصة على استعادة سورية لمكانتها العربية

الرئيس الأسد: علاقاتنا السليمة مصلحة لنا وللمنطقة العربية والإقليم

ابن فرحان: المرحلة القادمة تقتضي عودة العلاقات السورية العربية إلى حالتها السليمة

وأمنها، واستقرارها، وهويتها العربية، وسلامة أراضيها، بما يحقق الخير لشعبها الشقيق». وقالت: «بحث الجانبان الخطوات اللازمة لتحقيق تسوية سياسية شاملة للأزمة السورية تنهي كل تداعياتها، وتحقق المصالحة الوطنية، وتسهم في عودة سورية إلى محيطها العربي، واستئناف دورها الطبيعي في الوطن العربي». وأكد وزير خارجية السعودية، أهمية توفير البيئة المناسبة لوصول المساعدات لجميع المناطق في سورية، وتهيئة الظروف اللازمة لعودة اللاجئين والنازحين السوريين إلى مناطقهم، وإنهاء معاناتهم، وتمكينهم من العودة بأمان إلى وطنهم، واتخاذ المزيد من الإجراءات التي من شأنها المساهمة في استقرار الأوضاع في كامل الأراضي السورية.

تجاوز آثار الحرب وتحقيق التنمية المستدامة، وأكد وقوف المملكة إلى جانب سورية ودعمها لكل ما من شأنه الحفاظ على وحدة الأراضي السورية وأمنها واستقرارها وتهيئة البيئة المناسبة لعودة اللاجئين والمهجرين. ولفت وزير الخارجية السعودي إلى أن المرحلة القادمة تقتضي أن تعود العلاقة بين سورية وإخوتها من الدول العربية إلى حالتها السليمة، وأن يعود دور سورية عربياً وإقليمياً أفضل مما كان عليه من قبل. من جهتها قالت الخارجية السعودية في بيان لها: إنه جرى خلال لقاء الرئيس الأسد وابن فرحان، مناقشة الجهود المبذولة للتوصل إلى حل سياسي للأزمة السورية يحافظ على وحدة سورية،

وأشار إلى أن التغييرات التي يشهدها العالم تجعل من التعاون العربي أكثر ضرورة في هذه المرحلة لاستثمار هذه التغييرات لمصلحة الشعب العربي في أقطاره المختلفة. الرئيس الأسد حمل فيصّل بن فرحان تحياته لخادم الحرمين الشريفين ولسمو ولي العهد وللشعب السعودي الشقيق. بدوره نقل الوزير ابن فرحان للرئيس الأسد تحيات خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبد العزيز آل سعود، وصاحب السمو الأمير محمد بن سلمان بن عبد العزيز آل سعود، ورئيس مجلس الوزراء، وتمنياتها للشعب السوري بالمزيد من الأمن والاستقرار والتقدم.

وأكد على أهمية تجميع العرب تبقى الأعمق والأكثر تعبيراً عن الروابط بين الدول العربية، وأن العلاقات السليمة بين سورية والمملكة هي الحالة الطبيعية التي يجب أن تكون، وهذه العلاقات لا تشكل مصلحة للبلدين فقط، وإنما تعكس مصلحة عربية وإقليمية أيضاً، حيث تنطلق من عمق تاريخي يعود إلى عقود طويلة بين البلدين، مشيراً إلى أن السياسات المنفتحة والواقعية التي تنتهجها السعودية تصب في مصلحة الدول العربية والمنطقة.

وأشارت إلى التأكيد السعودي على السعي لتقريب وجهات النظر العربية - العربية بما يدعم العمل العربي المشترك، وبيّن أن السعودية تؤكد على التعاون مع سورية في سبيل إنجاز هذا التقارب وفقاً لمصلحة شعوب المنطقة العربية. البيان الرئاسي الصادر بعد استقبال الرئيس الأسد لوزير الخارجية السعودي نقل عن الرئيس الأسد

التعاون الثنائي حاضراً في هذه المحادثات. مصادر متباعدة تحدثت إليها «الوطن»، ووصفت اللقاء بالممتاز، وأكدت أن الأجواء كانت إيجابية، ولقّبت إلى الحرس السعودي على استعادة سورية لمكانتها العربية، واستعداد الرياض لبذل قصارى جهدها حتى تعود سورية للعب دورها الفاعل كما ينبغي أن تكون. المصادر أشارت إلى التأكيد السعودي على السعي لتقريب وجهات النظر العربية - العربية بما يدعم العمل العربي المشترك، وبيّن أن السعودية تؤكد على التعاون مع سورية في سبيل إنجاز هذا التقارب وفقاً لمصلحة شعوب المنطقة العربية. البيان الرئاسي الصادر بعد استقبال الرئيس الأسد لوزير الخارجية السعودي نقل عن الرئيس الأسد

الوطن

بعد غياب استمر ١٢ عاماً، حضر وزير الخارجية السعودي فيصل بن فرحان بن عبد الله إلى دمشق يوم أمس، مدفوعاً برغبة بلاده باستعادة علاقاتها القوية مع سورية وتعزيز العمل العربي المشترك، وهو الأمر الذي طالما كانت دمشق تنادي به حتى خلال سنوات الحرب عليها، وفتحت أبوابها لكل تقارب عربي، ولكل مسعى يهدف إلى تحقيق المصلحة العربية المشتركة التي من شأنها حماية كل العرب من الأطماع الغربية. الرئيس بشار الأسد استقبل في قصر الشعب الوزير ابن فرحان وبحث معه العلاقات بين البلدين وملفات سياسية أخرى عربية ودولية، وكان

بيان سوري - تونسي مشترك: تكثيف التواصل بين البلدين بهدف تعزيز التشاور

الرئيس التونسي للمقداد: إنجازاتنا المشتركة ضد قوى الظلام تتكامل مع بعضها لمصلحة شعبنا



الرئيس التونسي يستقبل وزير الخارجية والمغتربين فيصل المقداد (سانا)

لقاءً ثنائياً بمقر وزارة الشؤون الخارجية والهجرة والتونسين بالخارج، تلته جلسة مباحثات موسعة بين وفدي البلدين، تم خلالها الترحيب بعودة العلاقات التونسية - السورية إلى مسارها الطبيعي ويتعين سفير للجمهورية التونسية لدى الجمهورية العربية السورية، وبإعادة فتح السفارة السورية بتونس وتعيين سفير على رأسها. وفي ختام اللقاء صدر بيان مشترك تم الاتفاق من خلاله على تكثيف التواصل بين البلدين في المرحلة المقبلة بهدف تعزيز التشاور والتنسيق حول مختلف القضايا والمسائل الثنائية ذات الاهتمام المشترك والعمل على عقد اللجنة المشتركة، والعمل على استئناف التعاون الاقتصادي بين البلدين ولاسيما في المجالات ذات الأولوية. وشدد على تعزيز التعاون في المجال القنصلي والإنساني، والعمل على عقد اللجنة القنصلية المشتركة في أقرب الأجل الممكنة، وتعزيز التعاون في المجال الأمني ولاسيما في مجال مكافحة الإرهاب والجريمة المنظمة وشبكات الاتجار بالبشر.

وأوضح الرئيس التونسي أهمية توحيد المواقف العربية في مواجهة كل ما تتعرض له الدول العربية من تحديات، وأن الموقف التونسي كان وسيبقى الدفاع عن سيادة واستقلال كل الدول العربية وعودة العلاقات العربية - العربية إلى المستويات التي كانت عليها من وفاق واحترام للأولويات التي تجمع أبناء هذه الأمة، الأمر الذي تحرص عليه تونس. بدوره حمل الرئيس سعيد المقداد أحر تحياته للرئيس الأسد وسعادته الكبيرة لتطور العلاقات بين البلدين، متمنياً المزيد من التقدم والازدهار لسورية بقيادة وحكومة وشعباً، لافتاً إلى الإنجازات التي حققتها سورية في حربها وحفاظها على سيادتها، معبراً عن ارتياحه لما تشهد الأوضاع في سورية من تطورات وإفراجات تشهد العلاقات السورية العربية، متمنياً عودة هذه العلاقات إلى مسارها الطبيعي والصحيح. وفي وقت لاحق أمس، عقد وزير الخارجية والمغتربين فيصل المقداد ونظيره التونسي

بمناسبة عيد الفطر السعيد تحتج «الوطن» عن الصدور من يوم الخميس ٢٠٢٣/٤/٢٠ لتعود لقرائها صباح الأربعاء ٢٦/٤/٢٠٢٣ وكل عام وأنتم بخير

الحكومة ترفع سعر القمح إلى ٢٣٠٠ ليرة والشعير إلى ٢٠٠٠ ليرة رئيس اتحاد الفلاحين لـ«الوطن»: تأملنا أن يكون السعر أكثر ومنتظر مكافأة التسويق

جلنار العلي

حدد مجلس الوزراء خلال جلسته الأسبوعية أمس برئاسة المهندس عرنوس سعر شراء محصولي القمح والشعير من الفلاحين للموسم الزراعي الحالي بـ ٢٣٠٠ ليرة لكل kilo القمح، و ٢٠٠٠ ليرة سورية لكل kilo الشعير. وفي السياق، شد المجلس على أهمية التركيز على البعدين التنموي والاقتصادي في مجال التعاون الدولي، بهدف تنشيط الواقع الاستثماري والعملية الإنتاجية وتحسين الخدمات في مختلف القطاعات، مؤكداً ضرورة دراسة آليات وبرامج واضحة لإدارة ملف السيولة المالية خارج المنظومة المصرفية، ودراسة تأسيس شركات مساهمة عامة تسهم باستثمار هذه الأموال لتحسين الواقع الاقتصادي. وأكد عرنوس أهمية التنسيق بين كل الفعاليات الاقتصادية من القطاع العام والخاص والاتحادات والنقابات في سبيل تعزيز التنافسية بين القطاعين على النحو الذي يضمن الاستقرار الأمثل للموارد والطاقت الوطنية وبما يلبى قطاعات الخطط التنموية الاقتصادية والاجتماعية لبلوغ الأهداف المنشودة. كما أجرى المجلس تبعاً لتفويض الموازنة العامة للدولة لعام ٢٠٢٢، وتم تأكيد أهمية تعزيز الإنفاق الاستثماري في موازنة العام



عام ٢٠١٨ بهدف تنظيم العمل الحراجي والمحافظة على الثروة الحراجية وإدارتها بشكل مستدام والتوجه نحو تنمية المجتمع المحلي وإشراكه في إدارة الغابات وحمايتها والتوسع في حقوق الانتفاع ضمن وجوار الحراج وتشديد العقوبات بما يساهم في ردع المخالفين، كما ناقش المجلس مشروع الصك التشريعي الخاص بالصنيفة القضائية وإلغاء العمل بالقانون رقم ٢١ لعام ٢٠١٦. من جانبه، بين رئيس اتحاد الفلاحين أحمد إبراهيم في تصريح خاص لـ«الوطن»، أن تسعيرة القمح والشعير تم تحديدها بناء على تكاليف الوقود والأسمدة وأجور النقل واليد العاملة التي ارتفعت عن العام

من وزير الإدارة المحلية والبيئة رئيس اللجنة العليا للإغاثة حسين مخلوف، عن الإجراءات المتخذة من الوزارات المعنية في إطار الانتقال المنهجي من مرحلة الاستجابة الطارئة للأعمال الإغاثية إلى مرحلة التعافي المستوي الاستراتيجي. وفيما يخص تمويل المواد الأساسية في السوق المحلية، تم التأكيد خلال الجلسة على الوزارات والجهات المعنية لتتابع عملية التوريد والتوزيع للتأكد من انعكاس الإجراءات والقرارات الحكومية على مستوى تخفيض التكاليف والأسعار على المواطنين والمستهلكين. وناقش المجلس مشروع الصك التشريعي الخاص بالحراج وإلغاء القانون رقم ٦

الحالي على المشاريع التي وصلت نسب إنجازها إلى مراحل متقدمة بما يضمن وضعتها في الخدمة بأقرب وقت، إضافة إلى تحقيق كفاءة الإنفاق من خلال استثمار مشاريع ذات جدوى اقتصادية على المستوى الاستراتيجي. ومن جهة أخرى، وافق المجلس على حصر منح التراخيص للمنشآت الصناعية بكل أنواعها داخل المدن والمناطق الصناعية، وطلب من الجهات المعنية دراسة واقع المحطات المخوفاة عن العمل وإعداد مقترحات قابلة للتنفيذ للتعاطي مع هذه المحطات لتأهيل إعادة تشغيلها وإدخالها الخدمة. وإلى ذلك، تم الاستماع خلال المجلس

بين مدير فرع المؤسسة السورية للتجارة بدمشق سامي هليل في تصريح خاص لـ«الوطن» أن فرع المؤسسة السورية للتجارة بدمشق قام بطرح الألبسة بمختلف أصنافها الوادي والرجالي والنسائي إضافة إلى الأحذية في ٩ صالات بدمشق بأسعار أقل من السوق بنسبة تتراوح بين ٢٠ و ٦٠ بالمئة وذلك انطلاقاً من دور المؤسسة الرامي لكسر الأسعار في السوق. وأضاف: إن المؤسسة مستمرة بإجراء تخفيضات لغاية نهاية شهر نيسان الجاري إضافة لتقديم عروض خاصة على القطع المباع، لافتاً إلى أن جميع أصناف الألبسة والأحذية التي تباع في صالات المؤسسة للتجارة هي من إنتاج وطني وليست مستوردة. وأوضح بأن المؤسسة قامت كذلك بطرح الألبسة الشتوية في صالاتها بأسعار خاصة وتخفيضات تصل لحدود ٧٠ بالمئة وذلك مع انتهاء موسم الشتاء. وبين أن المؤسسة قامت بالاتفاق مع التجار باسترجار كميات من الألبسة والأحذية بالأمانة وعرضها في صالاتها وقدمت كل التسهيلات الممكنة لهم ضمن الصالات وذلك بهدف تحقيق التخفيضات وأكبر قدر ممكن من الوفر على المواطن، مشيراً بأن صالات بيع الألبسة والأحذية ستستمر بفتح أبوابها لبيع المواطنين خلال اليومين القادمين حتى الساعة الثالثة صباحاً.

ألبسة «السورية للتجارة» وطنية وليست مستوردة

هليل لـ«الوطن»: ٩ صالات مخصصة لبيع الألبسة والأحذية مستمرة بالبيع خلال اليومين القادمين حتى الثالثة صباحاً

رامز محفوظ



وطلب الزبون في حين أن الصالات العشرين المتبقية تتبع اللحوم البيضاء والحمرات مغلقة ومعياً بأوزان محددة. ولفت إلى أن كيلو الفروج المنظف والمذبوح يباع اليوم في صالات «السورية للتجارة» بسعر ٢١ ألف ليرة وهو أخفض من السعر المحدد في النشرة التوجيهية بنحو ٤-٥ آلاف ليرة، إضافة إلى بقية أجزاء الفروج مثل الشرايح والوردة والدبوس والتي تباع بسعر أخفض من السعر المحدد في النشرة التوجيهية، على حين أن اللحوم الحمراء من غنم وعجل تباع في الفترة.

وطلب الزبون في حين أن الصالات العشرين المتبقية تتبع اللحوم البيضاء والحمرات مغلقة ومعياً بأوزان محددة. ولفت إلى أن كيلو الفروج المنظف والمذبوح يباع اليوم في صالات «السورية للتجارة» بسعر ٢١ ألف ليرة وهو أخفض من السعر المحدد في النشرة التوجيهية بنحو ٤-٥ آلاف ليرة، إضافة إلى بقية أجزاء الفروج مثل الشرايح والوردة والدبوس والتي تباع بسعر أخفض من السعر المحدد في النشرة التوجيهية، على حين أن اللحوم الحمراء من غنم وعجل تباع في الفترة.

٢٢
تم استرجار كميات ضخمة من الخضار منذ يومين لتأمين حاجة المواطنين منها قبل عطلة العيد

وعن الدوام خلال فترة العطلة بين هليل أن جميع صالات ومستودعات وعامل وحتى الموظفين الذين يعملون في فرع دمشق استمروا بالعمل والدوام خلال فترة العطلة الحالية، وصالات البيع استمرت بتوزيع المواد المفقطة على المواطنين خلال هذه الفترة كما أن بيع الخبز استمر ولن يتوقف وذلك من خلال ٦٣ صالة مخصصة لبيع مادة الخبز، لافتاً إلى أنه خلال فترة عيد الفطر سيتم تنظيم جدول مناوبات لصالات السورية للتجارة وستعمل على فتح صالة واحدة أو أكثر في كل منطقة.

تنقلات في الجمارك تطول حلب والمطار ورؤساء ضابطات حمص وإدلب



وخاصة مع توسع العمل الجمركي وعودة الكثير من المساحات للنطاق الجمركي وأنه يتم التركيز اليوم على الممرات والمنافذ غير الشرعية والطرق الرئيسية ومدخل المدن بهدف ضبط المهربات ومنعها من الوصول للأسواق المحلية ومتابعة كبار المهربين ومستودعاتهم والحفلات التي تنفخ عنهم، وأن مهام الجمارك تتركز على المعبائر والمنافذ التي تدخل منها المهربات والطرق بين المدن بينما تتعد دوريات الجمارك عن الدخول للمستودعات والمحال إلا في حال الحصول على معلومات مؤكدة باشمال هذه المستودعات على مهربات وبالتنسيق مع غرف التجارة والصناعة وفق مذكرة التفاهم الحاصلة مع الجمارك في هذا الخصوص. وكانت الضابطة الجمركية أوضحت خلال الفترة الماضية أن قيم غرامات القضايا الجمركية التي تتعامل معها الضابطة وتنظمها تتجاوز في بعض الأسابيع ١٠ مليارات ليرة وهو يفيد بتطور حجم الإيرادات التي تحققها الضابطة عبر التوسع في التحريات والتركيز في التعامل مع قضايا التهريب الكبيرة.

عبد الهادي شياط

كشف مصدر في الجمارك لـ«الوطن» عن إجراء جملة تنقلات طالت عدداً من الإدارات ورؤساء الضابطات الجمركية ومنها نقل مدير جمارك حلب وتعيين بدلاً عنه دياب شدود وتغيير رئيس الضابطة الجمركية المحلي وإشراكه في إدارة الغابات وحمايتها والتوسع في حقوق الانتفاع ضمن وجوار الحراج وتشديد العقوبات بما يساهم في ردع المخالفين، كما ناقش المجلس مشروع الصك التشريعي الخاص بالصنيفة القضائية وإلغاء العمل بالقانون رقم ٢١ لعام ٢٠١٦. من جانبه، بين رئيس اتحاد الفلاحين أحمد إبراهيم في تصريح خاص لـ«الوطن»، أن تسعيرة القمح والشعير تم تحديدها بناء على تكاليف الوقود والأسمدة وأجور النقل واليد العاملة التي ارتفعت عن العام

حوالات السوريين ليست لمصرف المنزل فقط

كنعان لـ«الوطن»: تسهم في تمويل المستوردات وسداد الالتزامات



نوار هيفا

تختلف الأرقام المتداولة حول حجم الحوالات اليومية في سورية، لكن لا يختلف اثنان على كونها -ومهما كان حجمها- مؤثرة بشكل كبير في الاقتصاد السوري، لأن نسبة لا يستهان بها من السوريين يعتمدون في معيشتهم عليها، إضافة إلى أنها المصدر الرئيسي للعملة الأجنبية في السوق المحلية ورافد مهم للمركزية. أستاذ النقد والمصارف في جامعة دمشق الدكتور علي كنعان أكد أن الحوالات الخارجية بمثابة مورد للقطع الأجنبي في الاقتصاد الداخلي، ولا سيما أن الاقتصاد السوري يعاني من تجفيف منابع السيولة من القطع الأجنبي نتيجة الحصار وقانون قيصر، والعقوبات التي فرضت على الاقتصاد.

وبين كنعان أن العملة التي هاجرت خلال فترة الأزمة حصلت على مواقع معينة في الاقتصاديات العربية والأجنبية، وأصبح لديها مصدر دخل جيد وبالتالي يقوم هؤلاء العاملين بإرسال حوالات لذويهم في الداخل السوري، وهو مورد لا يستهان به في الظروف الحالية لكون هذه المبالغ تجاوزت أرقاماً كبيرة، فهناك من يقدر بمبالغ هذه الحوالات بين ٥-٧ ملايين دولار وحتى وصلت إلى ١٠ ملايين دولار في اليوم، وبالتالي هذا الرقم سيؤمن للاقتصاد الوطني إمكانية تمويل المستوردات الأساسية. وأوضح أنه في الفترة السابقة حدد المركز سعر الحوالات بسعر متدن لا يتجاوز نصف السعر الحقيقي، أما الآن فتم الرفع إلى سعر قريب من الوطني لكون هذه المبالغ تذهب لتمويل

تقديرات حاجة الاقتصاد السوري للمستوردات بـ ٦ مليارات دولار

السوق الموازي، بالتالي ازدياد هذه الحوالات، سابقاً كانت تعود لخارج خزانة المركزي، إما للبنان وإما للأردن وكبدت أصحابها تكاليف كبيرة للحصول عليها، وعندما قام المركزي برفع سعر صرف الحوالات عادت عليه وعلى أصحابها بالفائدة. وعن أهمية وجود القطع الأجنبي ضمن الاقتصاد الوطني، أشار كنعان إلى أهميته في تمويل المستوردات أو سداد الالتزامات المالية المترتبة على الاقتصاد السوري، إضافة إلى أن الناتج المحلي الإجمالي بحاجة كبيرة للقطع الأجنبي إما لاستيراد المواد الأولية أو لاستيراد الآلات والتقانات اللازمة للاستثمار، وبقدر ما يأتيها من حوالات يقدر ما يتوسع الاقتصاد وينمو ويتطور فهي أصبحت عاملاً لتطور الاقتصاد مغشوشة وليست بالمستوى المطلوب.

وأشار كنعان إلى أن إدخال هذه المستوردات وتمويلها بشكل رسمي ينعش الاقتصاد الوطني بدلاً من الذهاب هذه المبالغ إلى بعض المستوردين الذين سيستولون للاقتصاد، كما يجب على البنك المركزي ووزارة الاقتصاد تنظيم عملية الاستيراد وفتح الباب أمام المستوردين لطلب حاجياتهم من دون أي عملية ضغط. ولفت كنعان إلى سلبية عمل المنصة لإعاقبتها عملية الاستيراد أي تأخير حركة الإنتاج والصناعة بالتالي كبح عملية النمو الاقتصادي، بالتالي لا يجب حصر الاقتصاد بمنصة اقتصرها شخص وبرهنت فشلها في تنظيم عملية دخول وخروج القطع الأجنبي، فالإقتصاد الوطني بكل دول العالم لا يراقب ولا يدقق لأننا اليوم أمام سيل هائل من المستوردات الداخلية

والمخارجية. وأوضح كنعان أن الهدف يجب أن يكون تحقيق نمو اقتصادي وليس تثبيت سعر الصرف، والبنك المركزي بكل سياساته يسعى لتثبيت سعر الصرف بالتالي تأخير عملية النمو الاقتصادي، أي يعود الاقتصاد لمرحلة الركود، بالتالي يجب السماح بالاستيراد والتصدير وتقديم إعانات وتسهيلات وهذه العملية بالتبعية تؤدي لزيادة النمو الاقتصادي وتحريك عجلته كما دون أي خسائر، ففتح وصل إلينا قطع دون تكلفة ويصرف في الاقتصاد السوري لذلك يجب اتباع سياسات برفع أسعار الصرف إضافة لإمكانية تسليمها بالقطع الأجنبي لمن يرغب بذلك.

كلمة ونص

يونس خلف

تداعيات رمضان..!

قبل إذا كان الكلام من فضة فالسكوت من ذهب وفي الحكم، والأقوال أيضاً الندم على السكوت خير من الندم على القول، ولكن السؤال هو: هل لو رأينا خطأ وسكتنا يكون السكوت من ذهب؟ وهل سكوت شخص ما على ظلم يقع عليه أو إهانة يكون من ذهب؟ منطلق الأشياء هو ليس الكلام دائماً هو الحل للمشكلة كما أن السكوت كذلك ليس هو دائماً الحل، وهنا يحتاج الأمر من يتخذ القرار المناسب بالكلام أو السكوت.

صحيح أن بعض أصحاب الشأن والقرار لا يملكون عصا سحرية ولا يستطيعون صنع المعجزات لمواجهة هذا الأزمات بالأسعار واحتكار المواد وكل التجاوزات التي وصلت إلى مرحلة الجنون من دون أن يشعر المواطن أن هناك من يلجم هذا الجنون.

وصحيح أننا في ظروف صعبة ونواجه تحديات ونعاني حصاراً ووقبات لكن علينا أن نقر أن هناك فجوة بين بعض المؤسسات وبين المواطنين ولابد من إغلاق هذه الفجوة، تعجز بعض المؤسسات عن تأمين المواد والسلع الأساسية في حين هي متوفرة لدى أشخاص يتحكمون بالسعر والتوزيع في الوقت الذي يريدون.

ونحن نقرب من وداع شهر رمضان المبارك نلاحظ أنه طوال أيام الشهر الفضيل هناك الكثير من العادات التي يوحدها شهر الصيام وتكون حاضرة وبجاهزية عالية لدى الجميع بدءاً من المسلسلات التلفزيونية التي تعاقب الأزمات الأساسية في حين هي متوفرة لدى أشخاص بالذين لا يعملون في رمضان ولا في غيره ورغم ذلك يجعلون من شهر الصيام حجة لتضييق خالقهم وفرصة لتفاهتهم.

والسؤال: ماذا يجب أن يشمل الصيام إضافة للطعام؟ هل نصوم عن الكذب... عن الغش... عن التضييق... عن ظلم الآخرين؟

الصيام نظام متكامل بذاته، فلماذا لا يكون هذا النظام مستمراً في حياتنا من حيث تنظيم الوقت والطعام والإخلاص في العمل...؟ الأمر الآخر الذي يثير الانتباه في رمضان وغير رمضان أن بعض الذين كرمهم الدولة بمناصب ليقودوا العمل بالاتجاه الصحيح قد أوهمو الناس بأنهم خارج دائرة المحاسبة، وأنهم وحدهم الذين يسألون ولا يجوز أن يسألهم أحد؟ وحدهم الذين يطالبون بالعمل وهم لا يعملون وحدهم الذين يفعلون الأخطاء لغيرهم وممارساتهم الخاطئة متراكمة كالجبال.. ووحدهم الذين يأخذون كل شيء ولا يفكرون في عمل أي شيء، مثل هؤلاء بحاجة إلى تصويب مسارات تفكيرهم كي يتعلموا المسار الأمثل وهو الاتجاه الصحيح وليس الفلز فوق الحقائق.

ويبقى السؤال الذي يلاصق ما يحدث عندما يرتاح الناس لمحاسبة مهمل أحياناً أكثر من ارتياحهم إلى تكريم مجتهد، ورغم ذلك تغيب هذه المحاسبة التي يعتبرها الناس شكلاً من أشكال العدالة أيضاً، اللهم إلا في صائغ وثبت الأجر إن شاء الله.

د

فاعل خير يتبرع بـ ٢٠ خروطوشة لمرضى سلمية

مرضى غسيل الكلى بحماة يشكون نقص بيكرينات الصوديوم في المشافي الوطنية



مدير الصحة: استرجار المادة من وزارة الصحة

حماة- محمد أحمد خيازي

تلقت «الوطن» شكاوى عديدة من المرضى الذين يجرون جلسات غسيل الكلى في مشافي حماة الوطنية، يعرضون فيها معاناتهم من نقص مادة «بيكرينات الصوديوم» الضرورية جداً لغسل الكلى.

وأوضحوا أن هذه المادة لا تتوافر في المشافي إلا بشق النفس، وهو ما يضطر المشرفين على عمل أقسام غسل الكلى بتلك المشافي لتأجيل جلساتهم، ريثما تتوافر، الأمر الذي يعرض حياتهم للخطر، ويدفع المخضرمين منهم لشراؤها من الصيدليات مهما يكن ثمنها، حرصاً على صحتهم من التدهور، وفقدان حياتهم.

وأكد مرضى من أهالي مدينة سلمية على سبيل المثال - وعدهم نحو ٤٢ مريضاً - أن خروطوش بيكرينات الصوديوم غير متوافرة بالمشفى، وأغلبهم غير قادرين على شرائها من القطاع الخاص، وهو ما يعني في حال استمرت الحال على ما هي عليه توقف جلسات غسل الكلى والموت المحتم.

عزوف عن اللحوم وأسعارها تنخفض بالقتيطرة

صقر لـ«الوطن»: لا نستطيع تحديد الأسعار بسبب تذبذب العرض والطلب



القتيطرة - خالد

أكد صاحب ملحمة في القتيطرة وجود جمود وعزوف ملحوظ من أبناء المحافظة عن شراء اللحوم الحمراء بجميع أنواعها بسبب انخفاض القدرة الشرائية عند أغلبية أبناء القتيطرة، بعد التذبذب الذي طرأ على أسعار اللحوم وارتفاعها غير المسوق لمجربات كثيرة، موضحاً أن مجال اللحوم الحمراء بالقتيطرة خفضت من عدد الذبائح اليومية بنسبة كبيرة نتيجة غياب الحركة وعدم الشراء، وحالياً أغلبية الزبائن ورغم قلتهم من أبناء دمشق وريفها. وأسما ذلك أكد صاحب الملحمة تخفيض سعر كيلو اللحم من ٦٥ ألفاً إلى ٥٨ ألفاً ليرة ويوافق ٧ آلاف ليرة بالكيلو الواحد، (وطبعاً الانخفاض يسري على جميع أجزاء الخروف)، أملاً بأن يساعد هذه

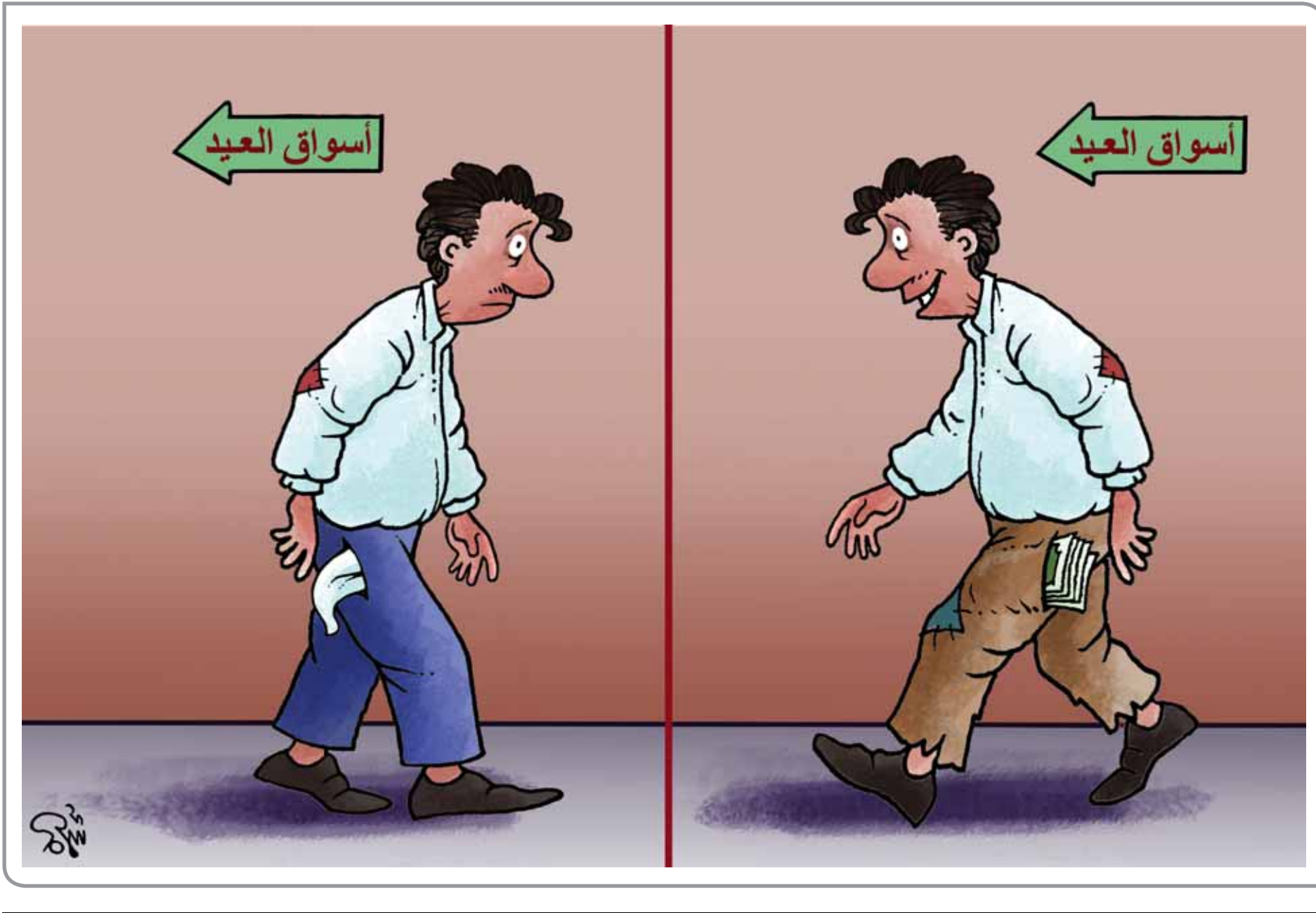
الخطوة في تنشيط الحركة خلال الأسبوع الأخير من رمضان، لأن نسبة شراء اللحوم لا تتعدى ٢٠ - ٣٠ في المئة بسبب الوضع المعيشي وارتفاع سعر اللحوم حالياً. وأوضح باعة اللحوم الحمراء في القتيطرة أن أسعار الذبائح ارتفعت كثيراً من نهاية

العام وحتى تاريخه بنسبة وصلت لأكثر من ١٠٠ بالمئة ولسبب عدم معرفة، إضافة إلى أكبر مشكلة تواجه المربين وهي غلاء الألاف، حيث إن الكيلو القائم حالياً للخراف ٣٢ - ٣٤ ألفاً والعجل ٢٧ ألفاً، كاشفاً عن فقدان الذبائح في الأسواق وعند

المربين الذين يمتنون تسعين الخروف. وأضافوا: إن اللحم الصافي من الذبيحة يعادل ٤٠ بالمئة من وزنها ومن أجل أن تكون الكلفة عادلة بينهم وبين المستهلك يجب الإقلال تسعيرة لحد الخروف والعجل عن ٧٠ ألف ليرة حالياً في ظل ارتفاع أسعار الحول المناسبة من خلال القيام بإجراء

دراسة على أرض الواقع لتحديد الكلفة الحقيقية للكيلو الواحد من اللحم، إضافة إلى إحداث جمعية خاصة باللحامين لحمايتهم والدفاع عنهم عند الحاجة. وبين عضو المكتب التنفيذي لقطاع التجارة فرج صقر أنه ومحافظته لا يمكن تحديد أسعار الألبان البيضاء والجمعات الخيرية العرض والطلب، علماً أنه تم تكليف لجنة تحديد الأسعار إعداد دراسة واقعية وعادلة لكل أسعار اللحوم الحمراء بشكل يتناسب مع دخل المواطن والبائع، مشيراً إلى أن أسعار لحوم الغنم حالياً على أرض المحافظة مقبول قياساً مع أسعار الريف ودمشق.

وأشار صقر إلى أن الجهات الرقابية تقوم بمتابعة الأسواق في الأسبوع الأخير من رمضان ومنها مجال اللحوم الحمراء للتأكد من صلاحيتها ومطابقتها للمواصفات المطلوبة والتأكد من وجود الختم الخاص للتطبيق البيطري على كل الذبائح، موقفاً أن القتيطرة تشهد انخفاضاً بأسعار اللحوم الحمراء بعد الأسبوع الأخير نتيجة المراجعي السرحية الوافرة وانخفاض استهلاك الألاف.



عمال الصناعات الغذائية يناقشون إنتاج الخبز

سورية أنتجت خلال العام الماضي ٤,٧ ملايين ربة يومياً

محمود الصالح

كشف تقرير المؤتمر السنوي للاتحاد المهني لعمال الصناعات الغذائية عن إنتاج ما يقرب من ٤,٧ ملايين ربة خبز يومياً في البلاد، تنتج أفران القطاع العام الآلية والاحتياطية ٢,٧ مليون ربة يومياً بنسبة تصل إلى ٥٧ بالمئة من الإنتاج العام من خلال ٢٠٦ مخازن تحوي ٢٧٠ خط إنتاج موجودة ضمن ١٣ فرعاً في جميع محافظات القطر باستثناء محافظة القتيطرة والتي يشرف على إدارة وتشغيل مخازنها فرع ريف دمشق، يعمل فيها ٥٣٠٠/ عامل منهم ٩٠٠/ عامل إداري والباقي عمال إنتاج، فيما تنتج أفران القطاع الخاص بحدود مليوني ربة يومياً، من خلال ١٣٥٠ مخبزاً في القطاع الخاص تنتشر في جميع أنحاء البلاد.

وتناقش أعضاء المؤتمر الإقليمي لمخازن المؤسسة خلال الفترة الواقعة من ٢٠٢٢/١/١ ولغاية ٢٠٢٢/١٢/٢١، والذي بلغ ٨٨٠ ألف طن خبز وبلغت نسبة تنفيذ الخطة الإنتاجية ١٢٨ بالمئة، كما بلغت قيمة مبيعات المخازن التابعة للمؤسسة خلال عام ٢٠٢٢ ما يقرب من ١٦٠/ مليار ليرة سورية.

وعن تنفيذ الخطة الاستثمارية للمؤسسة في عام ٢٠٢٢ تم رصد مبلغ ٣,٥/ مليارات ليرة سورية على الخطة الاستثمارية للمؤسسة وكانت نسبة التنفيذ بحدود ٩٩ بالمئة ويوجب قرار وزارة المالية تم رصد مبلغ ٧/ مليارات ليرة سورية على الخطة الاستثمارية للمؤسسة لعام ٢٠٢٣ وهذا المبلغ مخصص لإعادة تأهيل منشآت

عمرة بعض خطوط الإنتاج القديمة بغية تحسين موصافه الخبز المنتج، وحسب الإحصائيات فإنه وخلال عام ٢٠٢٢ بلغ عدد المخازن التي تم ترميمها وإعادة تأهيلها وترتيب خطوط إنتاج فيها ١٧/ مخبزاً بواقع ١٨ خطاً إنتاجياً، كما أن عدد خطوط الإنتاج الإضافية التي تم وضعها بالخدمة ٥/ خطوط إنتاج في حين كان عدد خطوط الإنتاج القديمة التي تم إجراء عمرة لها ٢٧/ خط إنتاج.

وحول الصعوبات التي تعترض تطوير العمل في المخازن إضافة إلى تركيز العمل في أغلب المخازن على مجموعات التوليد الكهربائية وهذا ما يتجسد عنه أعطال متكررة في مجموعات التوليد في ضوء تشغيلها لساعات عمل طويلة يومياً.



ثنائيات كان لها حضور لطيف على الشاشة في دراما رمضان



مصعب أيوب

مع انتهاء الموسم الدرامي الرمضاني يبقى بعض المشاهد عالقًا في ذهن الجمهور، ولعل أجملها تلك الثنائيات التي كان تجمع ممثلين اثنين في حوار ممتع، هي ثنائيات منفصلة في أحداثها لكنها منسجمة عموماً في سياقاتها العام مع العمل، حيث اعتمد عدد من صناعات الدراما على تشكيل «ثنائيات فنية»، صنعوا خلطة أساسها التفاهم والتواصل بشكل جيد، ليكون وجودهما معاً عاملاً أساسياً في تحقيق معادلة النجاح والقدرة على جذب الجمهور.



مربي العز

ضمن سياق العمل تتدرج حكاية الضاري فلك «روعة ياسين» وملكة «أمل عرفة» اللتين كانتا تجمعهما علاقة صداقة قبل أن ترتبطا بالشخص ذاته، فظهرتا في العمل عن هذه العلاقة، فتسللم ملكة التخطيط وتديب الأمور وتقومان بالتلفيق معاً، ومن أهم التحولات في حكايتهما دخولهن عنوة للعمل في حزام الشرابي بصمة خاصة له عند الجمهور بضخمتها المميزة الغربية في كسر عضم فعلها مجدداً في مربي العز.

عائلة متفككة

من الثنائيات الجميلة التي قدمها المخرج محمد عبد العزيز في آثاره بالناظر تبرز ثنائية ليست لعاشقين كما درجت العادة، بل لزوجين غايبة في الواقعية، وهي ثنائية «كرم الشرابي» وهما يعملان في حفر القبور وبيعتان

بعض الشيء عن شخصيات المسلسل الأساسية ويتميزان بنوع من البساطة والهدوء في حياتهما اليومية بعيداً عن الصراع الدرامي للعمل، ولكن بتفاصيلها وطبيعية تفكيرهما وعملها ظهرا بظهور نال إعجاب الجمهور بعيداً عن التصنع أو الترهيب، وهذا التعاون الثاني على التوالي بين هذين الفنانين بعد النجاح الذي حققاه في مسلسل كسر عضم وكما ترك الشرابي بصمة خاصة له عند الجمهور بضخمتها المميزة الغربية في كسر عضم فعلها مجدداً في مربي العز.



ثنائيات متنوعة

في خريف عمر تظل النجمة اللبنانية كارمن لبس بدور ليلى صديقة عمر «سلوم حداد» القديمة التي غارت دمشق منذ عقود وعادت مجدداً لتكون قريبة من حبيبها وتستعيد لحظاتهما الجميلة معاً وتحاول إبعاش تلك العلاقة، فتسكن في منزل العائلة برفقة أختها جويل «فانن شادين» التي تجمعها بها علاقة ودية دائمة وأخوية لا تخلو من بعض الخلافات، فيعد أن عاشت ليلى مدة طويلة في لبنان وفي ظل غياب الأهل تحاول أن تفعل ما يحلو لها على حين إن أختها تحاول أن تردما عن مخططات كثيرة ضمن حوارات هادئة وعائلية.

كصحا في يساري عاطل عن العمل وهو رغم إيمانه لعب القمار ومعاناته الدائمة من الفقر إلا أنه إنساني بالقطرة فما إن يملك أحدهم منه بعض المال حتى يقوم بتقديم شكرها وعملها ظهرا بظهور نال إعجاب الجمهور بعيداً عن التصنع أو الترهيب، وهذا التعاون الثاني على التوالي بين هذين الفنانين بعد النجاح الذي حققاه في مسلسل كسر عضم وكما ترك الشرابي بصمة خاصة له عند الجمهور بضخمتها المميزة الغربية في كسر عضم فعلها مجدداً في مربي العز.

الشاعر الأمير سيف الدولة الحمداني.. شجاعة وكرم وفروسية

د. رحيم هادي الشمخي



يُجمع المؤرخون على أن سيف الدولة الحمداني كان ينفرد بسمات لم تتوفر عند أحد من الملوك والأمراء المعاصرين له، الشجاعة والشجاعة التي شهد لها الأعداء قبل الأصدقاء وسجلها بإعجاب شديد المؤرخون البيزنطيون والعرب على السواء، والكرم الذي لمسه القاضي والداني. الأصدقاء والغرباء في داخل دولته وخارجها، فحافظ على الوجود القومي العربي في عصر سيطر فيه الأعراب على مقاليد الخلافة العباسية، فأقام دولة عربية شامخة ووقف إلى جانب الخلافة العباسية في محنتها ضد الفرس والترک والدبيل وغيرهم، ودفاعة عن أرض العرب وكرامتهم، وقد أشاعرنا (أبو الطيب المتنبي) إلى ذلك عندما خاطب سيف الدولة قائلاً:

رفعت بك العرب وصيرت قمع الملوك مواعد النيران أنساب فخرهم إليك وإنما أنساب أصلهم إلى عدنان لم يقف (سيف الدولة) متفجعاً على ما يجري في مجلسه من مناقشات أدبية

د. عامر مارديني

لم تستطع الأم الحنون كبح دموعها بعدما رأت علامات الصفعة الحمراء على وجه ابنها الأبيض الوردى وهو عائد من مدرسته الثانوية قبل انتهاء الدوام مطروداً منها، لتسأله بلهفة عن السبب، فيقص عليها ما حصل له مع أستاذ الفيزياء الذي ضربه ضرباً مبرحاً عقاباً له على نسيانه حل الوظيفة، لكن خوف عماد كان أكثر إن علم أبوه بما حصل، فهو ذلك المدرس المتقاعد الذي شهد له وزارة التربية على مدار عقود بإداء المتميز والإخلاص في العمل، فكيف له أن يخبره بأنه قد طرد من المدرسة بسبب نسيانه حل الوظيفة؟؟، وبأنه لا يمكنه الدخول إليها مجدداً إلا؟؟؟؟، لكن الأم خفت قليلاً من خوف ابنها، فلم تقل لزوجها عندما كانا جالسين معاً مساءً سوى أن عليه الحضور غداً إلى مدرسة ابنه، ليلتقي بمدبرها، الأمر الذي جعل الأب يستغرب ذلك الطلب، وهو الأعمى بكواليس المدارس، وأنه لا بد أن ثمة مشكلة كانت السبب في استدعائه، فنادى ابنه بصوت غاضب ليستعلم منه الخبر، لكن عماداً كان في ضيافة جدته كما زعت أمه، بعد أن قامت بإبعاده تلك الليلة عن الساحة اتقاء لشرح محتمل بين الأب وابنه، وفي صباح اليوم التالي صرخ الأب من غرفته نادياً ابنه ليسأله عن سبب الاستدعاء، لكن الابن كان قد سبق أباه مغادراً بتوصية باغي، وحسبته «دلع نادر» وقع كبير لدى المتابعين وهو ما لاحظناه على مواقع التواصل الاجتماعي، فجمعتهما علاقة ضمن منزل درية خانوم مؤدياً فيها أيها دور الابن الأصغر للعائلة الذي يقع في غرام الخادمة حسنية ويلتقي بها خلسة دون أن يعلم أحد عن علاقتهما أو ما يدور بينهما، فكانت قريبة منه في كثير من المواقف التي كان أهمها طعنه بالسكين على يد مجموعة من الزعران وفي الوقت ذاته كان هو سنداً ومعيناً لها، وإضافة إلى اهتمام بعائلتها على وجه العموم والوقوف جنباً إلى جنب في كل المواقف التي كانت تعترضهم، ولا سيما أن أبو حمزة الشريف كان شغله الشاغل الإيقاع بالدما وإزالة يظهر صالح «مجد فضة» مجدداً بعد غياب إلى جانب عاصي «تمم حسن» ليكونا بدأ واحدة في وجه الظلم وتسلط الإقطاع ليستكلم رفة الدرب التي بدالها مع منذ الطفولة، ويخوضا الكثير من المعارك والصراعات ضد نورس باشا الظالم والشيخ أديس الشريف ويديها عن بعضهما وعن قديسيتها للوصول إلى حياة هنيئة رغيدة تضمن لهما ولأهل القرية السكينة وراحة البال، فتكون العلاقة التي تجمعهما محوطة بالحب والإيثار والشجاعة.

وظيفة فيزياء.. أولادنا يجبروننا على فساد ذواتنا



د. عامر مارديني

لم تستطع الأم الحنون كبح دموعها بعدما رأت علامات الصفعة الحمراء على وجه ابنها الأبيض الوردى وهو عائد من مدرسته الثانوية قبل انتهاء الدوام مطروداً منها، لتسأله بلهفة عن السبب، فيقص عليها ما حصل له مع أستاذ الفيزياء الذي ضربه ضرباً مبرحاً عقاباً له على نسيانه حل الوظيفة، لكن خوف عماد كان أكثر إن علم أبوه بما حصل، فهو ذلك المدرس المتقاعد الذي شهد له وزارة التربية على مدار عقود بإداء المتميز والإخلاص في العمل، فكيف له أن يخبره بأنه قد طرد من المدرسة بسبب نسيانه حل الوظيفة؟؟، وبأنه لا يمكنه الدخول إليها مجدداً إلا؟؟؟؟، لكن الأم خفت قليلاً من خوف ابنها، فلم تقل لزوجها عندما كانا جالسين معاً مساءً سوى أن عليه الحضور غداً إلى مدرسة ابنه، ليلتقي بمدبرها، الأمر الذي جعل الأب يستغرب ذلك الطلب، وهو الأعمى بكواليس المدارس، وأنه لا بد أن ثمة مشكلة كانت السبب في استدعائه، فنادى ابنه بصوت غاضب ليستعلم منه الخبر، لكن عماداً كان في ضيافة جدته كما زعت أمه، بعد أن قامت بإبعاده تلك الليلة عن الساحة اتقاء لشرح محتمل بين الأب وابنه، وفي صباح اليوم التالي صرخ الأب من غرفته نادياً ابنه ليسأله عن سبب الاستدعاء، لكن الابن كان قد سبق أباه مغادراً بتوصية باغي، وحسبته «دلع نادر» وقع كبير لدى المتابعين وهو ما لاحظناه على مواقع التواصل الاجتماعي، فجمعتهما علاقة ضمن منزل درية خانوم مؤدياً فيها أيها دور الابن الأصغر للعائلة الذي يقع في غرام الخادمة حسنية ويلتقي بها خلسة دون أن يعلم أحد عن علاقتهما أو ما يدور بينهما، فكانت قريبة منه في كثير من المواقف التي كان أهمها طعنه بالسكين على يد مجموعة من الزعران وفي الوقت ذاته كان هو سنداً ومعيناً لها، وإضافة إلى اهتمام بعائلتها على وجه العموم والوقوف جنباً إلى جنب في كل المواقف التي كانت تعترضهم، ولا سيما أن أبو حمزة الشريف كان شغله الشاغل الإيقاع بالدما وإزالة يظهر صالح «مجد فضة» مجدداً بعد غياب إلى جانب عاصي «تمم حسن» ليكونا بدأ واحدة في وجه الظلم وتسلط الإقطاع ليستكلم رفة الدرب التي بدالها مع منذ الطفولة، ويخوضا الكثير من المعارك والصراعات ضد نورس باشا الظالم والشيخ أديس الشريف ويديها عن بعضهما وعن قديسيتها للوصول إلى حياة هنيئة رغيدة تضمن لهما ولأهل القرية السكينة وراحة البال، فتكون العلاقة التي تجمعهما محوطة بالحب والإيثار والشجاعة.

لتاريخه التربوي الطويل ما جعل روح الوالد تنتعش كثيراً بالرغم من أن سمعه المتراجع لم يكن ليسعفه كثيراً في سماع كل كلمات الترحيب والتقدير. وما إن انتهت كلمات الترحيب حتى فاجأه المدير بخبر صاعق عن السبب في طرده ابنه، وعن كسبه في مقر الفيزياء، وعن إهماله لوظائفه اليومية، وأن أستاذ الفيزياء سيأتي في الحال ليخبره عن وضع ابنه الدراسي بالتفصيل. برن المدير الجرس أمام الأب مندعباً بأن عماداً طالب كسول، ولم يربك كما يجب. لم يصدق الوالد ما سمع من معلم ابنه، وشعر بأن مصيبة ومناذياً إبناه بماعلم تقديراً واحتراماً

أستاذ الفيزياء، الذي كان شخصاً جباراً عتياً، يفرغ طلابه بشدة قسوته وعصبية البالغة. ففي ذلك اليوم المشؤوم الذي تسبب بطرده عماد من درسه كان الأستاذ قد دعاه دون سائر الطلاب ليحل على الملأ الوظيفة كتابةً على السبورة، لكن عماداً وقف حينها ساكناً بلا حراك والخوف قد اجتاحت كنيته، فانتفضت أساريره وبلغ ريقه بصعوبة، فهو لم يكن ليبري شيئاً من تلك الوظيفة، فإسأله الأستاذ بصوت مزملز إن كان قد حلها في البيت، فيجيبه عماد مرتبكاً بأنه قد نسي حلها، فما كان من الأستاذ إلا أن صفعه على وجهه صفعة طرّزت شكل أصابعه كاملة على خذه، ثم طرده من الصف بما يشبه الرقس، طالباً منه أن يبلغ والده بضرورة المجيء غداً إلى المدرسة ليلتقي به عند المدير، وأنه لا يمكنه أن يدخل المدرسة مجدداً إلا بحضور والده.

برجك اليوم 04/19

برجك اليوم 04/19. Includes a small image of a woman and text about daily horoscopes for various signs like Aries, Taurus, Gemini, etc.

طرق الباب الخطأ فاطمك النار على رأسه

وكالات

في حادثة غريبة، أتهم صاحب منزل في ولاية ميسوري الأميركية بإطلاق النار على مراهق قرع جرس الباب الخطأ بهدف اصطحاب إخوته الصغار.

وقال تقرير الشرطة: إن أندرو ليستر، وهو رجل مسن يبلغ من العمر ٨٤ عاماً، أطلق النار على شاب من أصول إفريقية اسمه رالف يارل، يبلغ من العمر ١٦ عاماً، مرة في رأسه ومرة في ذراعه.

المعجزة تمثلت بأن الشاب الأميركي نجا من الموت، على الرغم من إصابته بالرأس.

وأخرج يارل من المستشفى بعد الحادثة بأيام، وقالت عمه الشاب: إنه يستطيع المشي والحركة بشكل طبيعي، لكنه سيحتاج لكثير من التأهيل على الجانب الذهني بسبب إصابة الرأس، ولم يكشف بعد عن تفاصيل أكثر من ذلك.

هذه الأطعمة لخسارة الوزن

وكالات

كشفت دراسة جديدة عن وجود أطعمة مختلفة يمكن تناول كمية جيدة منها للمحافظة على رشاقة الجسم والتمكّن من إنقاص الوزن مع الوقت.

وأكدت الدراسة أن هناك أطعمة تعمل على إنقاص وزن الإنسان مع الوقت، منها الشوكولا واللبن.

وأوضح الباحثون أن تناول كميات معتدلة من الطعام بشكل متقطع واتباع نظام غذائي صحي وملائم من خلال إدخال تلك الأطعمة الأربعة يمكن أن يخفض من إنقاص وزنه.

وأوضحت الدراسة أن تناول المعكرونة بانتظام من دون إضافات دسمة يؤدي تلقائياً إلى فقدان المزيد من الوزن، مع التركيز على ضرورة تقليل الكمية واستخدام صوص خفيف. وينصح الأطباء بطهي المعكرونة وتبريدها من أجل تحول بعض الكربوهيدرات إلى نشاء مقاوم، وهو ما يساعد على الشعور بالشبع.

وأكدت أن تناول قطعة من الشوكولا عند الصباح يساعد على منح الجسم الطاقة والنشاط، وهو ما يسمح بالحركة وحرقة الدهون وبالتالي إعطاء الفرصة لفقدان الوزن، بشرط اختيار النوع الداكن من الشوكولا وتناول كمية صغيرة منه.

ويعد اللبن من الأطعمة المثالية التي من الضروري إضافتها إلى نظامنا الغذائي، لكونه منخفض الدهون والسعرات الحرارية، كما أنه يعمل على تحسين صحة الجهاز الهضمي، ويساعد على مقاومة أي انتفاخات محتملة أو غازات زائدة في جسم الإنسان، فضلاً عن كونه مصدراً للفيتامينات والمعادن.

«الزعيم» أسامة الروماني



الوطن

النجم الكبير أسامة الروماني في مسلسل «مربي العز»، ويؤدي دور زعيم إحدى الحارات الشامية القديمة في بدايات القرن العشرين. وإلى جانب هذا المسلسل الشامي، فقد أطل عبر الشاشة خلال شهر رمضان في عمليين اجتماعيين آخرين هما «صبايا فيلكس» و«الكرزون».

من دفتر الوطن

مزارع حب

عبد الفتاح العوض



السوريون مدهشون حقاً.. تكثر الحياة بوجههم.. فيبادلونها الابتسام.. تركلهم بعيداً عنها فيعانونها..

في هذه الأيام المباركة بالفرح ونحن في أجواء أعياد مسيحيين ومسلمين يمكنك أن تلاحظ بقليل من الجهد قدرة السوريين على التعامل مع الحياة.

لا أدري ما السر الذي يجعل أهل هذه البلاد بارعين في نسج خيوط الفرحة في عالم مضطرب!!.. وما السر في إتقانهم الصبر.

يمكنك أن تقول إن هذه ميزة بشرية وليست خاصة بشعب دون آخر.. فجميع الناس لديهم هذه القدرة على الحياة لأنها فعلاً تستحق أن تعاش.

لكن الشيء الذي يمكن أن يميز السوريين عن غيرهم أن أشياء صغيرة قادرة على أن تشعل فيهم الحماس من جديد.

لا شك أن الأخبار الجميلة التي تأتي من هنا وهناك وكثير من شموع التفاؤل التي تضاء في دمشق قادرة فعلاً على إضفاء مشاعر خاصة عند السوريين. لكنني على إيمان أن المسألة ليست فقط في تبشير الخير إنما تتأتى ميزة السوريين على الفرحة من إرث طويل من التاريخ الذي يحفظونه جيداً وأن مصائر الأيام أن تغيب شمسها سواء كانت فرحاً أم حزناً صيفاً أم شتاءً.. حرباً أم سلماً وأنها في كل حالاتها ستذهب ونبقى كبشر وأن ما يحدث على شدته سيمر ويتلاشى شيئاً فشيئاً.

الآن قرب أيام من العيد ليس من المفيد استحضار الأحزان التي حولنا وما أكثرها لكن من المهم أن تعرف كيف تقابل القادم من الأيام بكثير من الأمل والرجاء.

في علم النفس يتحدثون عن «العقل السعيد» وهي التدريب على جعل عقلك مولداً للسعادة بحيث لا تتأثر بما حولك، ويقولون وعلى ذمتهم إن مزرعة الأفكار الجميلة موجودة في داخل كل فرد منا، وإن مزارع بعض الأشخاص لا تثمر إلا النكد والحزن والتذمر والشكوى وإن آخرين لديهم مزارع من نوع آخر تصدر السعادة والفرح والتفاؤل والطاقة الإيجابية.

شخصياً لا أظن أن أحداً يستطيع بسهولة أن يتجاوز ما لديه وينتقل إلى موج الفرحة إن لم يكن لديه أسبابه، لكن إذا أردنا أن نصدق هؤلاء فإن المسألة ليست مجرد كبسة زر على جانب من رأسك فتحوّله إلى مزرعة سعادة لكن بحاجة إلى تدريب وإيمان من نوع خاص وقدرات خاصة.

أفضل دوماً أن يكون الإنسان حقيقياً في حزنه وفرحه لكن من المبهج فعلاً أن يحاول الناس بشكل عام أن يفتحوا حساباً في بنوك السعادة ولنتحدث عن مجرد أشياء صغيرة جميلة نلتقطها من حياتنا على غفلة منها لنصنع فرحنا الخاص. ومثلما قلت في البداية.. السوريون مدهشون حقاً، ويستطيعون ذلك.. فرغم أن حياتهم ليست سعيدة لكنهم يملكون في عقولهم مزارع سعادة.

كل عيد وقلوبكم مزارع سعادة.

أقوال:

- السعادة لا تستورد بل من داخلنا تولد.
- تدخل السعادة على حياتنا من أبواب لا نتذكر أننا تركناها مفتوحة.
- لقد اخترعنا السعادة اختراعاً.
- لا تقل إن الدنيا تعطيني ظهرها فربما أنت من يجلس بالعكس!!!!

أخطبوط يلتف على عنق غطاس

وكالات

قام أخطبوط ضخّم بالالتفاف على عنق أحد الغطاسين في المياه البريطانية ونشبت به وجره إلى عمق ٤٠ قدماً في المياه العميقة، الأمر الذي هدد حياة الغطاس بشكل مباشر. وجرت الحادثة خلال قيام مايكل ماركوت وستيوارت سيلدون، بمهمة بحث عن أخطبوط في مياه كولومبيا البريطانية، حيث صادف أخطبوطاً ضخماً يرتقالي اللون، أطلق عليه الغواصان لقب «لاري الأخطبوط الهادي العملاق».

وصور الغواصان لحظة غثورهما على المخلوق ذي الثماني أرجل، لكن الأخير لف أرجله على عنق الغواص سيلدون وحول معدات الكاميرا وجسمه، لكن مهارة الغواص جعلته يتمكن من تخليص نفسه، خلال تسجيل صدقته هذه اللحظات الحاسمة.

الألوان لتحسين حالتكم النفسية

وكالات

أكد أطباء علم النفس في دراسة أن الألوان تؤثر مباشرة في الصحة النفسية، وأن لكل لون تأثيراً وطابعاً خاصاً به، إضافة إلى أن بعض الألوان تثير المشاعر والعواطف.

وأوضح الأطباء أن بعض الألوان تمنحنا شعوراً بالكآبة والحزن، وبعضها الآخر يمنحنا شعوراً بالسعادة والبهجة والسرور، ويساهم في تحسين المزاج أيضاً.

ونشر موقع طبي تقريراً مفصلاً أكد فيه الأطباء أن هناك أربعة ألوان يمكن أن تجعلك سعيداً وتحسن من مزاجك، وهي:

الأبيض: يرتبط هذا اللون في الأغلب بالنقاء والنضارة، ويجعل الناس يشعرون بالسلام مع أنفسهم، واللون الأبيض الساطع يجعل الشخص يشعر بالإيجابية من نواح كثيرة، ويفضله الكثير من الأشخاص لأن الأبيض في رأيهم يشير إلى البدايات الجديدة.

– الوردية: من الألوان التي تزرع السعادة والفرح، فهو يساعد على تبديد القلق ويملاً المكان بالطاقة الإيجابية، ويقول الكثير من الأشخاص إن اللون الوردية الفاتح يمنحهم شعوراً بالانتعاش والتفاؤل لأنه يذكرهم بالأزهار والورد، وهو ما يؤثر مباشرة في النفسية.

الأزرق: يمثل هذا اللون الهدوء واللفظ والسلام لمعظم الناس، كما أنه فعال في التخلص من الإجهاد، حيث يؤكد الأطباء أن هذا اللون يخفض مستويات ضغط الدم ويخفف من القلق ويبيط معدل ضربات القلب ويجعلك تشعر بالسعادة، لذا ينصح بارتداء ملابس زرقاء اللون أو طلاء الغرفة باللون الأزرق المناسب لتشعر بالمزيد من السعادة والإيجابية.

الأخضر: يرتبط هذا اللون إلى حد كبير بالطبيعة، وهو من الألوان المريحة للنظر أيضاً، ويصفه الأطباء كمهدئ للأعصاب ويساعد على تبديد القلق، إذ يشعر الأشخاص بالإيجابية والنشاط والتفاؤل عند رؤية هذا اللون، لذا ينصح بوضع النباتات الخضراء في أرجاء المنزل للتقليل من التوتر.

لوسي: «الحلال والحرام نسيبهم لربنا»

وكالات



كشفت الفنانة المصرية لوسي عن رأيها بالقبليات في المسلسلات والأفلام، وقالت: «الفن مقيهوش خجل وأنا مع القبليات في سياق الدراما والقبلة تكون للشخصية التي يجسدها الفنان ولكن ليست للفنانة أو الفنان لشخصهم، وهذا ما تربينا عليه وهي السينما وإقناع الجمهور أيضاً تقديم رسالة».

وردت لوسي على تعليقات بعض الفنانين المعتزّلين بأن الفن حرام قائلة: «الحلال والحرام نسيبهم لربنا، وده مصطلح الناس الفاضية... إحنا تربينا على السينما والفن وإننا نقدم رسالة للجمهور وموش إسفاف من أجل الظهور أو الفن».

وأكدت أنها اعتزلت الرقص منذ ثلاث سنوات، لكنها ترقص في أعياد ميلاد أصدقائها والمناسبات العائلية فقط.

أحذية لا تناسب مرضى السكري

وكالات

كشف المركز الألماني للتوعية الصحية عن أن الأحذية المفتوحة كالعصندل لا تناسب مرضى السكري، كما لا يجوز أن يسير المرضى أحذية وأوضح أن مرضى السكري لا يشعرون بالألم في القدم أو يشعرون به على نحو ضئيل بسبب تلفات الأعصاب أو سوء سريان الدم، وغالباً ما يأتي اكتشاف الجروح الصغيرة في وقت متأخر جداً.

وقد يترتب على ذلك الإصابة بعدوى تؤدي إلى تقرحات، وقد يصل الأمر في أسوأ الأحوال إلى بتر القدم. ولتجنب هذه المخاطر، أوصى المركز مرضى السكري بحماية أقدامهم من الجروح بانتعال أحذية مغلقة وذات مقاس مناسب.