الوطن

عينٌ على الوطن...

سورية يومية سياسية مستقلة

الأربعاء ٢٢ تشرين الثاني ٢٠٢٣ | الموافق ٨ جمادى الأولى ١٤٤٥ هـ | العدد ٤١١٦ السنة الثامنة عشرة | الناشر | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع

www.alwatan.sy

الإعلان عن موعد حفل توزيع جوائز «هذه حكايتي»

الوطن

أعلنت مؤسسة «وثيقة وطن» عن إقامة حفل توزيع جوائز مسابقة «هذه حكايتي» لعام ٢٠٢٣ وذلك في الخامسة من مساء الخامس من كانون الأول المقبل على مدرج مكتبة الأسد الوطنية بدمشق.

وكانت المؤسسة قد أعلنت أسماء الفائزين بالجائزة لأفضل قصة واقعية قصيرة.

وعن الفئة الأولى للأعمار ما دون ١٨ عاماً، مُنحت الجائزة الذهبية لحنين سليم من اللاذقية، والجائزة الفضية جاءت مناصفة لإبراهيم أحمد من اللاذقية والملقب بابن سورية من الرقة، أما الجائزة البرونزية فقد مُنحت مناصفة أيضاً لكل من لجين اللحام من دمشق وبشر حامد من حماة.

ومنحت الجائزة الذهبية للفئة الثانية للأعمار من ١٩ حتى ٣٠ لمحمود حيدر من ريف دمشق، والجائزة الفضية لربيع حميشة من اللاذقية، والبرونزية مُنحت مناصفة لمعاذ اجبارة من إدلب وزينب الحبش من دير الزور.

أما الفئة الثالثة للأعمار من ٣١ حتى ٤٥، فقد حاز الجائزة الذهبية أحمد حلاق من إدلب، والفضية متيم العلي من طرطوس، أما البرونزية فمُنحت مناصفة لعلا محمود من حماة وفردوس نعمان من طرطوس. وعن الفئة الرابعة للأعمار ما فوق ٤٥، فمُنحت الجائزة الذهبية لإيمان الدرع من ريف دمشق، والفضية مناصفة لمعين صالح من حمص وطليعة الصياح من دير الزور، وذهبت البرونزية لسلاف السلامة من حمص.

الهيئة العامة السورية للكتاب تُعلن الفائزين في جوائزها الأدبية

الوطن

أعلنت الهيئة العامة السورية للكتاب عن أسماء الفائزين في جوائزها الأدبية لعام ٢٠٢٣.

وفاز بجائزة عمر أبو ريشة للشعر الشاعر مفيد وسوف عن قصيدته «على مد ريح مقام السفر».

وعن جائزة حنّا مينه للرواية فازت الكاتبة وجدان أبو محمود عن روايتها «فهرست الأحمر».

أما جائزة سامي الدروبي للترجمة فكانت من نصيب المترجمة عبير حمود عن عملها «أمراض وسائل التواصل الحديثة».

وفازت بجائزة القصة القصيرة الموجّهة للطفل ميادة سليمان عن قصة «التفاح الأحمر الحزين».

ومن المقرر أن يقام حفل توزيع الجوائز وتكريم الفائزين يوم الخميس المقبل بمكتبة الأسد الوطنية بدمشق.

رنا ريشة.. مدربة رقص

الوطن

تشارك الفنانة السورية رنا ريشة في بطولة مسلسل «الصديقات» تأليف أحمد السيد، وإخراج محمد زهير رجب ومن المقرر عرضه في رمضان المقبل.

وتجسّد شخصية محورية تحرك جزءاً كبيراً من أحداث العمل، بدور «ليلى» مدربة رقص ذكية.

يشار إلى أنها شاركت في مسلسل «البوابات السبع» من إخراج محمد عبد العزيز.

من دفتر الوطن

الملحدون الجدد

عبد الفتاح العوض

ثمة ردة غربية عن الحريات.. الغربيون الذين أشهروا إيمانهم بدين الحريات ها هم يعلنون الإلحاد بها.

من البداية.. نحن من الشعوب التي تعاني مرضاً مزمناً اسمه نقص الحريات وإصابتنا بهذا المرض تاريخية.

لكن مما تبديه الأحداث الأخيرة أن دول عريقة بالتحدث عن قدسية حرية التعبير عن الرأي ارتدت عن مبادئها وعقيدتها وأصبحت لا تسمح لأحد أن يقول غير ما تراه.

في فكرة اعتراضية تفرضها الموضوعية وهي أن نتحدث أولاً عن أنفسنا... إضافة لموقف كثير من الحكومات البارد والبليد فإن الموقف الشعبي في كثير من دول الغرب أكثر وضوحاً من مواقف الشعوب في الدول العربية والإسلامية وفي ذلك ثلاثة مشاهد قاسية.

المشهد الأول رأي علماء الدين الذين كانوا ينادون بالجهاد أصبحوا يتحدثون عن السلم وفوائده والتطبيع وثماره، والذين كانوا يتحدثون عن جواز الخروج على الحاكم أصبحوا أكثر نفاقاً ليس للحاكم فقط بل لأعداء دينهم ومعتقداتهم.

المشهد الثاني إن أصواتاً على قلتها من مشاهير ورجال أعمال عرب أصبحت أكثر جرأة بالمجاهرة برأيها في التعامل مع الكيان على أنه جار يجب الترحيب به واللعب معه.

المشهد الثالث وهو مشهد مثير للاهتمام أن كثراً توقفوا عن نشر آرائهم خوفاً على صفحة على الفيس بوك وخشوا أن يضحوا أو خافوا على وجودهم في بلاد الغرب وحتى في بعض عواصم عربية فكيف يمكن الحديث عن تضحيات أكبر وأهم؟

ومع أن نقص الحريات في الدماء العربية يكاد يصبح جينياً لكن اللافت أن الذين عاشوا في بلاد الغرب وفي أفياء حرياته عندما أصبح الموضوع قيد المساءلة ساروا جنب الجدار وقالوا يارب اللجوء.

لو كانت القصة مجرد مواقف لا يرضى عنها الغرب لكان الأمر هيناً ومعتاداً، لكن الذي يحدث الآن هو تجريم التعاطف الإنساني والانحياز الوطني وفي هذا تغير كبير وجوهري بالعقل الغربي إزاء الحريات، ونستطيع أن نتلمس ذلك من خلال عدم وجود وسائل إعلام قادرة على التعبير عن رأي آخر غير الرأي الأميركي وصداه الأوروبي وطرد الإعلاميين الذين يعبرون عن رأي مخالف، عن رأي المؤسسات التي يعملون بها، حتى ولو كان الأمر مجرد إرسال بريد إلكتروني لزميل بالعمل يحوي أخباراً عن الحالة الإنسانية.

حتى وسائل إعلام عريقة أوقفت صحفيين عن العمل وصحف كبرى طردت محررين لمجرد إبداء الرأي، وهناك صحف شهيرة قامت بإجراءات جديدة لما سمته: «فحص المحتوى» قبل النشر.

عندما تصل حضارات إلى هذا المستوى فهي في واقع الأمر تكتب وصيتها قبل الرحيل.. فما ازدهرت إلا لأنها آمنت بالحرية وما ينذر بنهاياتها إلا أنها تحفر قبور الحرية.

أقوال:

– يا أمة لخصوم ضدها احتكمت كيف ارتضيت خصيماً ظالماً حكماً.

– حرروا الحرية، والحرية تقوم بالباقي.

– حرية التعبير حقك في قول ما يعجبك، وحق الآخرين في قول ما لا يعجبك.

أطول شعر مستعار في العالم

وكالات

دخلت النيجيرية هيلين ويليامز موسوعة غينيس للأرقام القياسية، بعد أن تمكنت من صنع أطول شعر مستعار في العالم.

بلغ طول الشعر المستعار ٣٥٠ متراً، واستغرق صنعه ١١ يوماً، واستخدم لصناعته ألف خصلة شعر خاصة، و١٢ علبة مثبت شعر، و٦,٣ ألف دبوس شعر، و٣٥ أنبوباً من الغراء اللاصق.

ووفقاً لموقع غينيس فإن صاحبة هذا الإنجاز تعمل كصانعة للشعر المستعار منذ ٨ سنوات، وتصنع ما بين ٥٠ إلى ٣٠٠ باروكة أسبوعياً، وتنقل خبراتها لطلابها الذين تعلمهم هذه المهنة.

وفي تعليق على هذا العمل قالت هيلين ويليامز: «هذا أفضل إنجاز تمكنت من تحقيقه في حياتي».

نجلاء بدر ترفض فكرة التبني

وكالات

كشفت الفنانة المصرية نجلاء بدر عن رأيها في فكرة التبني وإجادتها دور الأم رغم عدم إنجابها، ورأي زوجها في أعمالها.

وقالت: إنها ترفض فكرة تبني طفل، لكنها ليست ضد كفالة اليتيم، مؤكدة أن هناك فرقاً كبيراً بينهما، موضحة أن سبب رفضها لتلك الفكرة هو بلوغ الطفل سن الرشد في وقت معين، ويكون فيه مقيماً معها في المنزل، وهو أمر غير صائب، وينطبق ذلك على الفتاة إذ لا يصح أن تقيم معها برفقة زوجها.

وأضافت: «التبني مؤلم لكن الشرع هو كفالة اليتيم وأنا مقدرش أروح أشوفهم، مش عاوزه أتعلق بحد مش هيفضل بتاعي... كفالة اليتيم دي واجب ديني أنا بعمله وراضية بيه وبحس بيه».

التمارين الرياضية القوية تسبّب هذه المشكلة الصحية

وكالات

أكدت دراسة تحليلية لأكثر من ٤٧٠٠ شخص جُمعت من رجال الإطفاء بعد تمرين مجهد، أن المبالغة في ممارسة التمارين الرياضية قد تُضعف نظام المناعة.

وقال إرنستو ناكاياسو، عالم الطب الحيوي في مختبر شمال غربي المحيط الهادئ الوطني: «قد يكون الأشخاص الذين يتمتعون بلياقة بدنية عالية أكثر عرضة للإصابة بعدوى الجهاز التنفسي الفيروسي مباشرةً بعد ممارسة التمارين الرياضية القوية».

وأضاف: «هناك أدلة قوية تشير إلى أن النشاط البدني المعتدل بين الأصحاء يمكن أن يعزز جهاز المناعة على المدى الطويل، وما يحدث لجهاز المناعة مباشرة بعد ممارسة التمارين الرياضية القوية أمر مثير للجدل».

واختبر ناكاياسو وزملاؤه بلازما الدم وبول ولعاب ١١ رجلاً من رجال الإطفاء قبل وبعد ٤٥ دقيقة من التمارين المكثفة، التي يتم فيها نقل ما يصل إلى ٢٠ كيلوغراماً من المعدّات فوق تضاريس جبلية. واكتشفوا وجود علامات محتملة لضعف المناعة لدى هؤلاء الرجال.

وأكد العلماء أنه وسط التغيرات الجسدية المتوقعة، التي تساعد أجسامنا في الحفاظ على الزيادة في السوائل والطاقة والأوكسجين، التي تتطلبها التمارين الرياضية، كان هناك انخفاض في الجزيئات المشاركة في التهاب الجهاز التنفسي، وكان هذا مصحوباً بزيادة في «الأفيورفين»، وهو موسّع للأوعية الدموية الطرفية.

وتوصل ناكاياسو وفريقه إلى استنتاج أن هناك أدلة تدعم العلاقة بين المتطلبات البدنية وارتفاع معدل الإصابة بالتهابات الجهاز التنفسي.

وكتب الفريق: «الأفيورفين، قد يزيد من تدفق الدم إلى العضلات أثناء نظام التمرين لتحسين توصيل الأوكسجين والمواد المغذية».

احذروا تناول البازلاء

وكالات

كشفت الدكتورة يلينا باريتسكايا اختصاصية أمراض المناعة والحساسية عن فئات الأشخاص الذين عليهم تجنب تناول البازلاء.

ووفقاً لها، تحتوي البازلاء على كمية كبيرة من مادة البيورينات التي تزيد من مستوى حمض البوليك في الجسم، الذي يؤدي ارتفاع مستواه إلى آلام المفاصل ونوبات النقرس وتكوين حصى الكلى.

وقالت: «على كبار السن عدم الإكثار من تناول البازلاء وخاصة أولئك الذين يعانون التهاب الكلى وتفاقم أمراض الجهاز الهضمي مثل التهاب المرارة وقرحة المعدة، وكذلك التهاب الوريد الخثاري».

وأشارت إلى أنه يجب التقليل من تناول البازلاء في حالة التهاب القولون ومتلازمة القولون العصبي والبواسير، وكذلك في أثناء الحمل.