

«فوتوغراف» في المهرجان الدولي للفيلم الوثائقي والروائي القصير في تونس

الوطن

يشارك الفيلم السوري الروائي القصير «فوتوغراف» سيناريو بثينة نعيسة وإخراج المهندس محمد كلثوم وإنتاج المؤسسة العامة للسينما ضمن أفلام المسابقة الرسمية للمهرجان الدولي للفيلم الوثائقي والروائي القصير بدورته التاسعة.

وسيتنافس الفيلم السوري مع ١٢ فيلماً روائياً على جوائز المهرجان من عدة دول منها تونس والمغرب وموريتانيا والإمارات والعراق وفرنسا ولبنان ومصر.

وتدور أحداث الفيلم حول تأثيرات الحرب السورية وما بعد الحرب على الطفل السوري والعمالة التي تفرض عليهم للوقوف إلى جانب عائلاتهم لتقديم الدعم المالي لهم مقابل الاستغناء عن حقوقهم التعليمية، ويتحدث عن الأثر الذي تعرضوا له فيما بعد الحرب إضافة إلى أنه يطرح منعكسات الأزمة وصراع الإنسان على البقاء.

يذكر أن الفيلم من بطولة كل من سليمان الأحمد وغالب شندوبة وجمال العلي وصفوح الميماس وعتاب أبو سعدة.

فوائد صحية مبهره للكزبرة

وكالات

يتميز نبات الكزبرة، وهو عشبة تستخدم منذ أكثر من ٢٠٠٠ عام قبل الميلاد، بفوائد صحية عديدة، حيث يحتوي على زيت طيار، من أهم مركباته اللينالول والبورنيول وباراسايمين والكافور والجيرانول والفاباينين.

كما تحتوي الكزبرة على زيوت دهنية إضافة إلى فلافونيدات وبوتاسيوم وكالسيوم ومغنيسيوم وحديد وفيتامين «سي»، وتشمل بعض الأحماض، وهي أحماض فعالة في خفض مستويات الكوليسترول.

وتساعد الكزبرة على طرد الصوديوم والماء الزائد، ما يخفف ضغط الدم، لذلك، فهي تحمي القلب عن طريق خفض ضغط الدم والكوليسترول الضار.

كما تساعد خصائص الكزبرة المضادة للالتهابات في تقليل التهاب الدماغ، وتحسن الذاكرة، وتقلل من أعراض القلق.

وتحتوي الكزبرة على كمية عالية من الحديد، وهو أمر ضروري لعلاج فقر الدم.

وتحتوي أوراق الكزبرة على كمية جيدة من المعادن مثل الكالسيوم والمغنيسيوم والفسفور، كما أن خصائص الكزبرة المضادة للالتهابات تحمي من الإصابة بالتهاب المفاصل.

وتعد الكزبرة مصدراً قوياً للحديد وفيتامين «إي» وفيتامين «أ» اللذين يحاربان الجذور الحرة التي يمكن أن تلحق الضرر بالجلد، فإنه يمكن اعتبار الكزبرة علاجاً للبشرة الدهنية نظراً لقدرتها على امتصاص الدهون. ويعمل الزيت المستخرج من بذور الكزبرة على تسريع عملية الهضم الصحي ويقلل من أعراض الجهاز الهضمي المزجة مثل الانتفاخ.

سلاف فواخرجي مكرمة في موسكو



الوطن

بحضور سفير الجمهورية العربية السورية في روسيا الاتحادية الدكتور بشار الجعفري، قدم النادي السوري الروسي الاجتماعي في موسكو شهادة تقدير للنجمة القديرة سلاف فواخرجي على مجمل أعمالها الفنية المتميزة.

وحضر حفل التسليم نجلا فواخرجي، حمزة وعلي رمضان إضافة إلى عدد من السوريين المقيمين في موسكو.

سورية ثانياً بمسابقة «الماسترز المهنية والتقنية» في روسيا

وكالات

حصل الفريق السوري المشارك في المرحلة النهائية لمسابقة «الماسترز المهنية والتقنية» المقامة في جمهورية روسيا الاتحادية على المركز الثاني، مناصفة مع دولة الصين، وذلك بعد منافسة مع عدة فرق من ١٢ دولة في عدة مسارات مهنية.

ويشرف على فريق وزارة التربية السورية المشارك في المسابقة الدكتور محمود بني المرجة معاون وزير التربية، ويضم الفريق كلاً من المتسابقين أيمن بقله، وليد شويكي، جولييان وسوف، عبادة جبيري، نور رمضان، إضافة إلى المهندس فهمي الأكل مدير التعليم المهني والتقني بصفته خبيراً ومحكماً في اللجنة العامة للمسابقة.

فلسطيني يدخن الأرجيلة فوق ركام منزله

وكالات

وفق مقطع فيديو شاباً فلسطينياً وهو يدخن الشيشة فوق ركام منزله الذي دمره العدوان الصهيوني في منطقة عيسان في مدينة خان يونس جنوب قطاع غزة.

وقال جهاد أبوطعيمة وهو ينفث دخان الأرجيلة «يشرب الشيشة علشان الوجع اللي جواتنا، رجعنا على بيوتنا لقيناها كلها مهدامة».

كما قال إن حزاماً نارياً دمر كل البيوت والمرافق والشوارع، مبيناً أن الحي كان فيه مدرسة ومسجدان وروضات للأطفال، إضافة إلى عيادات طبية ومؤسسات مدنية.

وختم: «هذا المربع السكني كله أصبح غير صالح للسكن»، مبيناً أن منزله ومنزل عائلته وأخته كلها دمرها الكيان المحتل.

أول أعراض سرطان البنكرياس

وكالات

يمكن الاشتباه بسرطان البنكرياس مبكراً عند ملاحظة علامات مثل اليرقان أو الإسهال أو الإمساك وفقاً للبروفيسور فاليري إيغيف. وأشار البروفيسور إلى أنه من الصعب تشخيص سرطان البنكرياس في مراحله المبكرة، لأنه عادة يتطور من دون أعراض، والخطر الآخر للمرض هو أنه يمكن أن يتخفى بشكل أمراض أخرى مثل مرض السكري وقرحة المعدة وأمراض المرارة.

ولكن هناك أعراض يجب على الشخص عدم تجاهلها، مثل اليرقان أو الإسهال أو الإمساك بشكل غير متوقع، وفقدان الشهية والشعور بالضيق والضعف وفقدان الوزن المفاجئ من دون مبرر.

لورنس: «عانيت من الأفكار المتطفلة والمتوترة»

وكالات



كشفت النجمة الأميركية جينيفر لورنس أنها أخذت احتياطات إضافية فيما يتعلق بسلامة عائلتها بعد أن أصبحت أما للمرة الأولى. وقالت إن المخاوف تملكها كلياً حول سلامتها وسلامة ابنها «ساي» بعد أن أنجبته في شباط عام ٢٠٢٢.

وأكدت أن رغبتها المفاجئة في تعيين حراس أمن تعود إلى الأفكار المضطربة والقلق الذي بدأ يطغى عليها بعد الولادة. واعتبرت الممثلة البالغة من العمر ٣٣ عاماً: «لم يكن لدي هذا القدر من القلق قبل أن أنجب طفلاً، ولكن بمجرد أن أنجبته، عانيت من الأفكار المتطفلة والمتوترة، وأردت أن يكون لدينا حراس طوال الوقت».

مقتل امرأة وابنتها في تركيا

وكالات

أفادت وسائل إعلام بالعثور على جثة سيدة روسية وابنتها قتلتا بجرم وحشية في مدينة بوردوم التركية، والشبهات تحوم حول زوجها السابق الذي غادر تركيا مؤخراً. وبحسب المعلومات الواردة، اختفت إيرينا ديفيزوفا التي تعيش في بوردوم والمعروفة كوكيل عقارات، وابنتها منذ عدة أيام. حيث تقدم أقاربها بشكوى عن فقدانها بعد تعذر الاتصال بها هي وابنتها لعدة أيام، كما لاحظ المقربون منها وجود دماء على الأريكة عند معينتهم منزلها، فقاموا بإبلاغ الشرطة. وتشير الشكوك إلى الزوج السابق للمرأة الذي كان على خلاف معها حول حضانة ابنتها حيث كسبت مؤخراً دعوى قضائية بحضانة طفلها.

٥ أفيال تدهس سيارة

وكالات

دهس قطع من الأفيال سيارة على طريق رئيسي سريع، بعد أن صدمت فيلاً صغيراً في ماليزيا. وكان رجل يبلغ من العمر ٤٨ عاماً يقود السيارة رفقة زوجته وابنه البالغ من العمر ٢٣ عاماً. وقالت الشرطة إن الجو كان ممطراً وضبابياً، وكانت السيارة تتعطف يساراً عندما اصطدمت بالفيل الصغير الذي كان يسير على الطريق مع القطيع، وعند رؤية ذلك اندفعت الأفيال الخمسة الأخرى نحو السيارة وبدأت في دهسها، وغادر قطع الفيلة المنطقة بعد نهوض الفيل الصغير الذي تم صدمه. وأظهرت الصور المتوافرة أضراراً جسيمة في مقدمة وجوانب السيارة مع انهيار أبوابها الجانبية، كما تحطمت جميع النوافذ.

الجيل الأسود من حيث الصحة النفسية

وكالات

أظهرت دراسة أن أولئك الذين ولدوا في التسعينيات، يمتلكون صحة نفسية أسوأ من أي جيل سابق، ولا يتعافون مع تقدمهم في السن. ووجد الباحثون في جامعة سيدني في أستراليا أن هناك تدهوراً ملحوظاً في الصحة العقلية لكل جيل متعاقب منذ الخمسينيات.

وأشارت النتائج إلى أن تحديات الصحة العقلية لا تؤثر فقط في الأجيال الشابة بشكل أكثر خطورة، ولكنها تؤثر في كل جيل يقترب ببطء من الشيخوخة. واستخدم الباحثون من جامعة سيدني دراسات استقصائية لتتبع الصحة العقلية لنحو ٣٠ ألف شخص بالغ على مدار عقد من الزمن، ووجدوا أن الجيل الأصغر لم يكن هو الأسوأ فحسب، بل أظهرت مشكلاتهم العاطفية علامات قليلة على التحسن على مدار الدراسة، على عكس الأجيال الأكبر سناً.

وقال الباحثون إن وسائل التواصل الاجتماعي التي جعلت المشاركين يشعرون كأنهم ليسوا جيدين بما فيه الكفاية، هي المسؤولة في المقام الأول.

وحلل الباحثون بيانات الاستطلاعات بين عامي ٢٠١٠ و ٢٠٢٠ لفحص كيفية تغير الصحة العقلية لأولئك الذين ولدوا في كل عقد من الأربعينيات إلى التسعينيات مع تقدمهم في السن، ثم قاموا بمقارنة الصحة العقلية لكل مجموعة ولادة في العمر نفسه.

وقال المؤلف الرئيسي للدراسة، الدكتور ريتشارد موريس، زميل الأبحاث في كلية الطب والصحة: إنه يشتبه منذ فترة طويلة في أن الأشخاص في الثلاثينيات من العمر أكثر عرضة للإصابة بمرض عقلي مقارنة بمن هم في الخمسينيات من العمر، لكنه أضاف: إن هذه هي المرة الأولى التي يظهر فيها العلماء الفرق في مجموعات المواليد.

وتابع: «إن الصحة العقلية للأجيال الشابة من الأشخاص الذين ولدوا في التسعينيات، وإلى حد ما في الثمانينيات، هي أسوأ من حيث العمر مقارنة بالأجيال الأكبر سناً، وهم لا يظهرون هذا التحسن الذي نراه عادة في تلك الأجيال الأكبر سناً».