

- الصناعيون يعيدون قرار استيراد السيراميك إلى النقاش**
- التمويل العقاري ترفع أتعاب المقيم وتعتمد بطاقة دائمة لمزاولة المهنة**
- عرنوس: الإرهاب أثر بشكل مباشر في مقدرات الوطن ولم تسلم البيئة بكل مكوناتها**
- كيلو اللحمة يصل إلى ١٢٠ ألف ليرة والقهوة تغلي بالأسعار**

الاحتلال طالب سكان غزة بإخلاء منازلهم والتوجه جنوباً والمقاومة تقصف دباباته وجنوده ومواقعه الإبادة استمرت حتى آخر ساعة ونحو ٢٠٠ شهيد أمس وهدة الأيام الأربعة تبدأ اليوم

الهدنة تتضمن وقف إطلاق النار وتتبادل عدد من المحتجزين ودخول مساعدات بوتين: مساعدة الفلسطينيين في غزة «واجب مقدس» الصين: الاتفاق يسهم في خفض التصعيد

دبابات الاحتلال وجنوده ومواقعه في غزة بالقانف والصواريخ، وأعادت سوريا إلى القوى، الحرجة العسكري بقذائفها الأولى، شرق السطحي في قطاع غزة، مؤكدة إصابتها بشكل مباشر.

إضافة إلى استهدافها للسايا 11 آليه عسكرية إسرائيلية متعددة يقذفها «الناتو» وعبوات العمل الخفائي، وذلك في محاور التوغل في قرية الزيتون وقتل البوبي، وخيم الشاطئ والشيخ رضوان ومنظلة حجر الديك، من جهة واصل حزب الله ألسن دشنسات الدخان الإسرائيلي والآيات، التي العديدة من العيد من العادات والكتابات المنتشرة على قطاع الحدود اللبنانية مع فلسطين المحتلة، حيث استهدف توسيع مشاهد الجنود في إصابة مباشرة، بعد أن استهدفت فرق الدليل الوحدة.

أثناء قيامه بأعمال المساعدة لمحاربي «بركان» وفتح إصابة مباشرة، بعد أن استهدفت فرق الدليل الوحدة بـ«الأسلحة المناسبة» وحقّ فيه إصابات مباشرة. على صعيد موافر اعتبار الرئيس الروسي فلاديمير بوتين خالد شارته في القبة الأفرازية لمجموعة الجنود، أمس، من مساعدة الناس في قطاع غزة «واجب نفس». وخلال مشاركته في قمة «جي ٢٠» تساءل بوتين: «لماذا لا يصدّق العالم بعيادة الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو غوتيريش، بأن «غزة تحولت إلى مقبرة ضخمة للأطفال»؟ مشيرًا إلى المتدهون السابقين الذين قالوا إنهم صدموا من «تصرفات روسيا في أوكرانيا والخسائر في الأرواح».



الساعات 24 الماضية سقط 200 شهيد ليترفع عدد شهداء العدوان إلى 14500 ألف شهيد. وقال: «إلى سكان مدينة غزة وبالأشخاص أحيا البلدة القديمة جياباً والشاجاعة، نختكم بسلامة نهضة منطقتك بشكل فوري حفاظاً على شعوبنا». مضيفاً: «تحتكم على الإلقاء ب بشكل عاجل لأن بقاءكم هناك خطير». بالمقابل واصلت المقاومة الفلسطينية استهداف

يمكن إطلاق سراحهم، كجزء من اتفاق الهدنة الذي تم التوصل إليه مع المقاومة الفلسطينية. الصين رحب باتفاق الهدنة، وقالت المتحدثة باسم وزارة الخارجية الصينية ما بينغ: «نرحب بالاتفاق الذي توصل إليه الطرفان المعنيون، وتأمل أن يساعد في تخفيف الأزمة الإنسانية، وسيتم في خفض التصعيد والتواتر»، وأضاف: «منذ بداية تدفق الصين إلى وقف إطلاق النار، وبدأت جهود مفاصلة لنهضة الوضع وحماية المدنيين وتقدير المسؤولية الإنسانية، وإسرائيل لا ولن تكون مسؤولة عن انتهاكاتها في قطاع غزة، حيث تواصلت العدوان الإسرائيلي على مدى ربع شهر». وبعد الإعلان عن الاتفاق نشرت سلطات الاحتلال أمس الأربعاء، قائمة باسماء 300 أسير فلسطيني

يدخل حيز التنفيذ في الساعة العاشرة من صباح اليوم اتفاق الهدنة الذي تم الإعلان عن التوصل إليه أمس ولمدة أربعة أيام، بعد نحو شهر ونصف من العدوان وحرب الإبادة التي راح ضحيتها عشرات الآلاف من الشهداء.

حركة حماس أعلنت في بيان أن التوصل إلى اتفاق تم «جهود قطريّة وحصرية مثثّلة وفقه بعد مفاوضات صعبة وعقدة»، وقالت: إن الاتفاق يتضمن وقف إطلاق النار من الطرفين، ووقف الأعمال العسكرية بحسب الاحتلال في كل مناطق قطاع غزة ووقف حركة اليهود. كذلك، تتضمن الاتفاق إدخال «مئات شاحنات المساعدات الإنسانية والإغاثية والطبية والوقود إلى كل مناطق القطاع بلا استثناء»، وفق البيان الذي أشار أيضاً إلى أن اتفاق يشمل أيضًا «إطلاق سراح 50 من محتجزين العدوان على النساء والأطفال دون سن 15 عامًا»، وفي المقابل يفرج الاحتلال دون سن 15 عامًا من سجنه حسب الاتفاقيه».

ووفق بيان الحركة يتضمن الاتفاق «وقف حركة الطيران في الجنوب على مدار 4 أيام وفي الشمال لمدة 6 ساعات يومياً»، وخلال الهدنة يتلزم الاحتلال «بعد اتفاق أو العرض لأحد في كل مناطق القطاع، وضمان حرية حركة النساء على طول شارع صلاح الدين، ويسمى بموجب الاتفاق إدخال مئات شاحنات المساعدات الإنسانية والإغاثية والطبية والوقود إلى كل مناطق قطاع غزة».

السفارة الكوبية في سوريا تحيي الذكرى السابعة لرحيله صباح: قيم كاسترو بأهمية المقاومة ودعم تحرر الشعب ستبقى حية



سفارتنا تحيي الذكرى الـ 7 لرحيل قائد الثورة الكوبية فيديل كاسترو في مكتبة الأسد (تصوير طارق السعدي)

سهام رزوق

أكذب نائب وزيراً خارجية والمفترضين بسام صياغ أهمية مبادئي وقيم قائد الثورة الكوبية قبل كاسترو في دعم المقاومة وحركات التحرر والقضية الفلسطينية التي تصرّ على هاشم العطاية التي أقامتها العدوان الإسرائيلي المهموش.

تصريح صياغ جاء في هاشم العطاية التي أقامتها السفارة الكوبية في سوريا بمناسبة الذكرى السابعة لرحيل القائد التاريخي للثورة الكوبية فيديل كاسترو، وذلك في مكتبة الأسد الوطنية بدمشق.

فيديو عن سيرة حياة كاسترو، كما تم بهذه المناسبة وضع إكليل من الزهور على نصب القائد الأHallad حافظ الأسد في ساحة المكتبة التي زارها

كاسترو عام 2001.

صياغ أشار في تصريحات للصحفين إلى أهمية المبادئي والقيم التي يتبناها كاسترو في دعم المقاومة والاستعمار لا تزال صالحة حتى اليوم، فقيم كاسترو وقوية جداً قائمة على التعاون والتآزر المشترك رغم

ستيقن الجميع تذكر هذا القائد في كل العالم».

بوروه وفي تصريح لـ«الوطن» أكد السفير الكوبى بدمشق لويس ماريانتون فرنانديس رودريغيز، أن

العامى بذلك نشعر بالفخر في أخيه ذكرى

بياننا، قائلاً: «كان يكن محبة خاصة الشعب

تربيتهم على مبادئه في إحياء هذه الثورة وهذه القيم

والمبادئ».

وأضاف: «من دواعي اعتزازنا أن نشارك الإخوة

الكوبيين في تكريمه لقيمة التضامن معنا

وهو شيء من تاريخ كوبى، اعتذر أن العالم اليوم

يستذكر قيم والمبادئ التي حارب من أجلها وعده

الجيش يدك موقع «النصرة» في «خفض التصعيد» ويتصدى لعدوان إسرائيلي بمحيط دمشق

دمشق: تُحدّر من استمرار النهج الصهيوني القائم على ارتكاب الجرائم



حلب - خالد زنكلو
حمادة - محمد أحمد خبازي
دمشق - الوطن - وكالت

يبنيا تتصدى الدفاعات الجوية في الجيش العربي السوري لعدوان إسرائيلي بالصواريخ استهدفت نقاط بريف دمشق، وأطلقت وحدات من الجيش الرد على خروقات ت nächste «جبهة النصرة» الإرهابي وخلفان المدعومين من الاحتلال الإسرائيلي شهلاً.

ريفي حماة وادلب.

مصدر عسكري قال في تصريح له إنه «حوالى الساعة الثالثة و١٥ دقيقة من بعد ظهر «أمس» الأربعة نفذ العدو الصهيوني عمداً جهوداً معاوياً بغير إصابة أبناء إدلب».

وفي محيط مدينة دمشق، «مفيين ان» وسأطقت قاعداً على مدفعية إسرائيلية بمنطقة «المطراني»، واستهدفت للعدوان، واستطاعت أحد الصواريخ

الصهيوني بقذائفها على مدنية إدلب، وحققت إصابات بحسب ما ذكره مصدر عسكري في إدلب.

وأفاد مصدر عسكري، وعدد من إصابات الجنديين في إدلب، حيث أصيب أحدهما بجروح خطيرة، وآخر بجروح متوسطة، مما أدى إلى إصابة إسرائيلي بجروح خطيرة.

وأشار مصدر عسكري إلى أن إصابة الجندي الإسرائيلي كانت في إدلب، حيث أصيب بجروح خطيرة.

وأوضح مصدر عسكري أن إصابة الجندي الإسرائيلي كانت في إدلب، حيث أصيب بجروح خطيرة.

وأشار مصدر عسكري إلى أن إصابة الجندي الإسرائيلي كانت في إدلب، حيث أصيب بجروح خطيرة.

وأوضح مصدر عسكري إلى أن إصابة الجندي الإسرائيلي كانت في إدلب، حيث أصيب بجروح خطيرة.

وأشار مصدر عسكري إلى أن إصابة الجندي الإسرائيلي كانت في إدلب، حيث أصيب بجروح خطيرة.

وأوضح مصدر عسكري إلى أن إصابة الجندي الإسرائيلي كانت في إدلب، حيث أصيب بجروح خطيرة.

رأوا لـ«الوطن» تفاصيل عثوره على المصاعب سائق تكسي يعيد نصف كيلو ذهب لمالكه وزير الداخلية يكرمه



رامي أبو لين

أعلم سائق التكسي العمومي ملهم رضوان الشحود قسم شرطة المزة الشرقي بutherford على حقيقة بد نسائية في داخلها مصاع ذهبي يبلغ وزنه 500 غرام من الذهب عثر عليها داخل سيارته.

السائق لهم روى لـ«الوطن» تفاصيل قضته وقال أنه بمجرد عثوره على المصاع

آخر والذئب التي يدورها حفظه على سليم القيمة إلى قسم الشرطة بشاشة، مؤكداً

أن هذا المك تم التحقيق معه في المركب أن يغير حياة أي إنسان.

والذئب أمهات أمهات من سعادتها قدر عثوره على قسم الشرطة على صاحبة المصاع

وقالت: سرت كثيراً عندما تم العثور عليه، وكان هماً وإنجاز عن قلبي.

وقد كرم وزير الداخلية اللواء محمد الرحمن السائق ملهم رضوان الشحود

وأشكر على عمله النبيل الذي قام به.

السماح بدخول العراقيين من دون موافقة أممية أو تأشيرة مسبقة الدجيمي لـ«الوطن»: ستعزز علاقات البلدان وتشكل دعماً اقتصادياً لسوريا

يجدونه من ترحاب وعانيا في سوريا، بليدان وابردين ومايلزيا حيث يوجد هناك الآف الطلاب العراقيين، قائلاً: «أرجو من القليلة السورية أن تتشكل لجنة خاصة بالطلاب العراقيين لتسيير دراستهم ومنهم

منذر عيد

وفي تصريح خاص لـ«الوطن» قال الحجيبي: «القرار سيعطي على كل الملايين في الحدودية البرية والجوية، وسوف يكون باستطاعة المواطن العراقي أن يصل فوراً إلى لأغراض عملية علاجية وخاصة طب الاستانبان حيث يتغير الطبيب السوري.

ويصل فوراً إلى سوريا على تأشيرة الدخول

وأشعار إلى زيارة سوريا الذي يصل إليه بشك

من المدن التي تشهد

موافقة أممية أو تأشيرة دخول، للداخلين

أول مرة، وأن القرار يعطي طبيعة جديدة

لدخول سائق الأراضي السورية.

وأكد الحجيبي أن العراقيين لم يحصلوا على درجات الأخوية بين البلدين وإن زيارة

العراقين إلى سوريا تشكل دعماً اقتصادياً

كلمة ونص

يونس خلف

تلوث العقول..!

ثمة نوع آخر من التلوث غير البيئي هو الأخطر ويقاد يكون المسؤول الأول والأخير عن كل مصائبنا البيئية والخدمية والاقتصادية هو تلوث العقول لدى البعض، الإنسان هو الذي يفك ويخوض الخلط والبرامج وينفها، ولذلك نتساءل دائماً: إلَى أي مدى تتم مراعاة فيم الحفاظ على البيئة في إطار منظومة بيئية متكاملة؟

كان لدينا وزارة خاصة بالبيئة وتتبع لها مديريات في المحافظات وكان شغلها الشاغل أن تحفل سنوياً بالبيوم الطالبي للبيئة ومشاركة في المهرجانات العربية والدولية وبنها أن شاده كل الأبناء الجميلة في العالم لكنها لا تساعد المنازعة الوطنية للبيئة بدها من أكواخ القمامات المترامية مرواً بالصرف الصحي المشكوف في بعض المنازل والقرى وصولاً إلى الحلق المقدورة بين الناس والمؤسسات البيئية التي يفترض أن تكشف وتتطور دورها في بناء الوعي البيئي.

ولذلك طالما كان السؤال: هل المشكلة في الأداء أم في البرامج

لكن حقيقة الأمر هي أبعد وأكثر من ذلك، وهذه الحقيقة تتصل بشكل مباشر بمعى التفكير والقدرة على الاستخدام

الأفضل للموارد وابتعاد سياسات زراعية لتشجيع المزارعين للتحول إلى محاصيل ذات قيمة مزدوجة وأقل استخداماً للمياه، لأن القضية باتت حاجة أساسية من حاجات الاستقرار في الحياة ومواكبة التطور المستمر في العالم.

نأخذ اليوم مثالاً من القرار الخاص بمنع عملية نقل الأحاطب بين المحافظات التي يمكن أن تسهم في الحد من التغيرات على المناخ لكن ثمة شبكات موجودة لدى قلة من المخالفين الذين تنتهي مقولتهم تلوث العقول والتفكير بالخلاص الفردي لتحقيق مصالح خاصة يعيشون عنها بكل وضوح وعلانية من خلال حماواتهم تهريب الطبع عبر سيارات مفخقة وبمراكيز تجميل غير نظامية، لذلك التحدي الكبير الموجود دائماً هو تلك المسافة البعيدة بين القرارات والأهداف والطموحات والنتائج العملية على أرض الواقع بسبب هذا التلوث الآخر.. تلوث العقول.

٢٩ عاماً عقارات مرهونة لصاجة المنطقة الصناعية في القدموس من دون تنفيذ!!

عطفة: تم نقل المنطقة الصناعية عنها وبقيت منطقة حرفية



عطفة: إن الشكوى في محلها وما ي قوله رئيس مجلس مدينة القدموس أواخر عام ٢٠١٨ ولم يتم تغيير الصفة التنظيمية لعقاراتنا إلى سكن حديث مدينة القدموس ومحارها عن رهن عقاراته الخاصة في المنطقة العقارية /القدموس+ وأضاف الشاكون: علماً أننا تقدمنا بطلب رسمي لضمها منذ بداية عام ٢٠١٩ ولم يتم الترتيب حتى تاريخه حيث إنه تم نقل المنطقة الصناعية إلى مكان آخر.. وبالتالي انتهى السبب الموجب لبقاء عقاراناً مروءة.. ومؤخراً تم فتح باب المدينة ويعين أن يتم إعلانه بعد شرين الاعتراف على توسيع المخطط التنظيمي الآخرين وقدمنا بمعرفة معملاً يدعى جامس مدينة القدموس الذي وعدناه بالمساعدة وفق القانون الالتفافية العالمية، إما بتأخير استكمال العقار رقم ٢٤٠٣ (الفنيق)، ونعم نقل مكان العقار ووضع حجر الأساس لها في المكان الجديد فإنه لم يتم رفع الرهن عن عقارنا في صفة سكن صلاة حتى تاريخه وتم إقرار توسيع تنظيميه

مدينة القدموس ترد

يقول رئيس مجلس مدينة القدموس طارق

عطفة: إن الشكوى في محلها وما ي قوله رئيس مجلس مدينة القدموس أواخر عام ٢٠١٨ ولم يتم تغيير الصفة التنظيمية لعقاراتنا إلى سكن حديث مدينة القدموس ومحارها عن رهن عقاراته الخاصة في المنطقة العقارية /القدموس+ وأضاف الشاكون: علماً أننا تقدمنا بطلب رسمي لضمها منذ بداية عام ٢٠١٩ ولم يتم الترتيب حتى تاريخه حيث إنه تم نقل المنطقة الصناعية إلى مكان آخر.. وبالتالي انتهى السبب الموجب لبقاء عقاراناً مروءة.. ومؤخراً تم فتح باب المدينة ويعين أن يتم إعلانه بعد شرين الاعتراف على توسيع المخطط التنظيمي الآخرين وقدمنا بمعرفة معملاً يدعى جامس مدينة القدموس الذي وعدناه بالمساعدة وفق القانون الالتفافية العالمية، إما بتأخير استكمال العقار رقم ٢٤٠٣ (الفنيق)، ونعم نقل مكان العقار ووضع حجر الأساس لها في المكان الجديد فإنه لم يتم رفع الرهن عن عقارنا في صفة سكن صلاة حتى تاريخه وتم إقرار توسيع تنظيميه

مدينة القدموس ترد

يقول رئيس مجلس مدينة القدموس طارق

قفزات جديدة للأسعار

كيلو اللحمة يصل إلى ١٣٠ ألف ليرة والقهوة تغلي بالأسعار



عن السنوات السابقة!

تم ذكرها بأنها وباقتها تناست شراء اللحمة مع وصول الوقت كيلو لحم الماء إلى ١٣٠ ألف ليرة، مطالية بذلك

منها بـ ١١٠ ألف ليرة والمائة التي يبدأ سعر

وكيلو السعر ١٥ ألف ليرة، والوزن بـ ٦٠ ألفاً والبرغل ٦٠ ألفاً

والستة ٤٧ ألف ليرة، ومسحوق الغسيل بـ ٤٥ ألف

دروز والصابون الصناعي بـ ٦٠ ألف ليرة

وتحتاج سيدة أن تكلفة أي «بلطة» لا تقل عن ٧٥ ألف ليرة

من دون حلو، مؤكدة أنها باتت تطلب الأسوأ مرتين فقط

مع تراكم الديون عليها لعدم تغطية راتبها المقطفي شراء كل الحاجيات التفهيمية للعائلة.

وتساءلت عن سببارتفاع اليومي للأسعار وتحليل

البطاطاً والبيبور، وألبار ٨ ألف ليرة، الكوسا ٥٠٠ ليرة، البازنجان ٦٥٠ ليرة، وكيلو الزهرة ٦ ألف ليرة، وألس النوم باقى ليرة، الفاصولياء ٤ ألفاً، والفاكهة والحب ٣٥٠ ليرة بما يزيد سعرها بحسب اسعار

وحتى الخمسة صارت ٣٥٠ ليرة بما يزيد سعرها بحسب اسعار



٢٥ بالمئة نسبة توزيع مازوت التدفئة بالقنيطرة

عضو مكتب تنفيذي لـ«الوطن»: لجنة المدروقات في المحافظة أصدرت منفذة وليس صاحبة قرار في توزيع المشتقات



تم تسليم كامل مخصصات المدارس للفصل الأول

افتتاح التوزيع من شركة متروفوكات حسب الارتباط لكل بالكميات الحدودية له خلال الموسم بعد انتهاء المازوت وحصول مازوت التدفئة للمدارس، أوضح صقر أن في الموسم الماضي، والتركيز سيكون على تجمعات الرزاعي، وذلك وفق خطة توزيع المشتقات النفطية لجنة المحروقات خصصت مدارس القسطرة (على ووقف برنامج التوزيع مازوت التدفئة في يوم الجمعة، في توزيع ٣ طلبات من المازوت حالياً، وضبط حملة محركات مخالفة ومخضر إضافة إلى متعددي شفقيه الزيادي والخوازي، وتحصيص مصروف الفحص، وأشار عضو المكتب إلى أن الـ١٧ ألف ليرة، وكانت الأولى في التوزيع للشمال، إذ تم تخصيص كل لجنة المحروقات خصصت مدارس القسطرة (على الرغبة، فيما شير، إلى أن لجنة المحروقات أصبحت جهة منفذة وليس صاحبة قرار في توزيع المحروقات، وتم خصصات الفصل الأول مناسبة خال شهري شرين إبريلين فقط).

افتتاح معرض «طوفان الأقصى» في جامعة حلب

الوطن

افتتحت فعاليات معرض «طوفان الأقصى» الذي ينظمه فرع جامعة حلب للاتحاد الوطني لطلبة سوريا في كلية الحقوق، وافتتح المعرض على أكثر من مئة صورة فوتوغرافية وعمل فني يرصد معاناة الشعب الفلسطيني المحاصر في غزة وصموده بوجه الإجرام الصهيوني، وما يرتكبه الاحتلال الصهيوني من مجازر بحق المدنيين من نساء وشيوخ وأطفال ومبانٍ سكنية ومقدسات ومستشفيات، ويلقي الضوء على استبسال المقاومة الفلسطينية والهزيمة التي أحقتها بال العدو الصهيوني منذ اطلاقه عملية «طوفان الأقصى».

تحذيرات من ارتفاع درجات الحرارة

وكالات

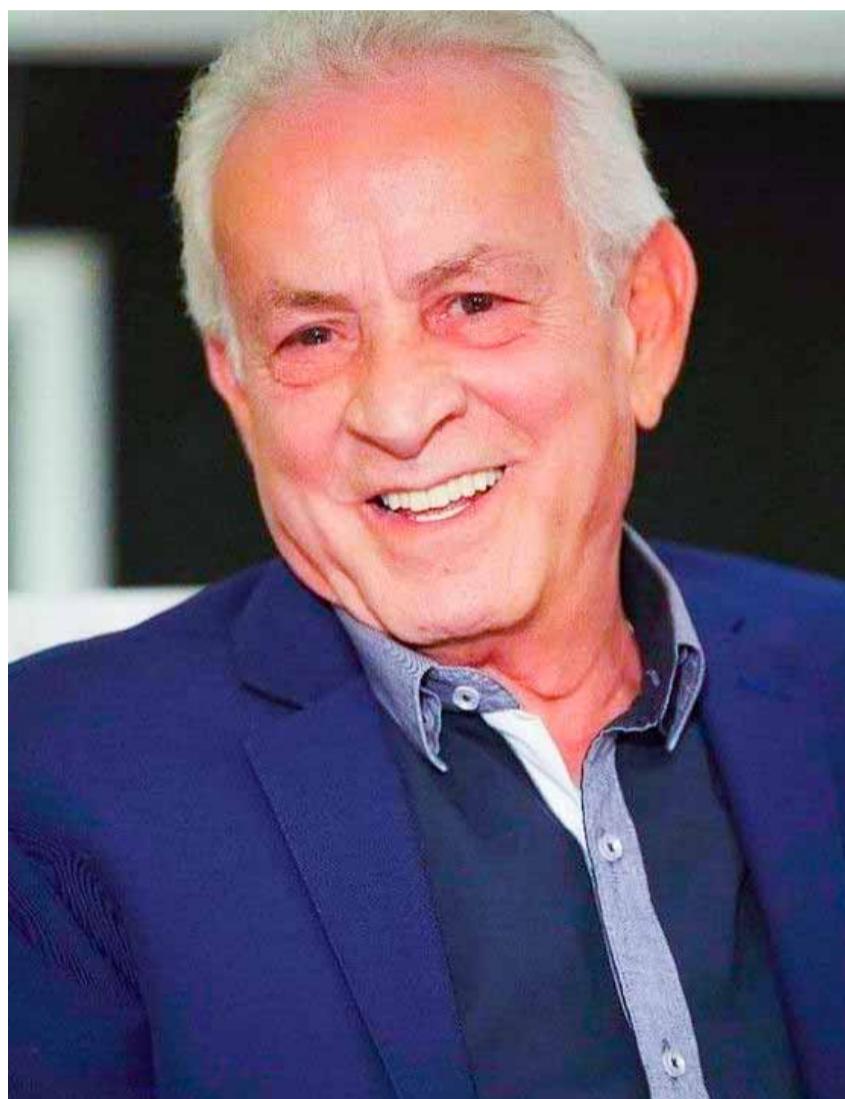
أكدت الأمم المتحدة أن التغيرات المناخية للدول المتعلقة بالانبعاثات ومواجهة تغير المناخ ما زالت بارتفاع درجات الحرارة في العالم نحو ثالث درجات مئوية خلال القرن الحالي، وأشار تقرير فجوة الانبعاثات السنوي للأمم المتحدة إلى أن العالم في طريقه ليشهد ارتفاعاً بدرجات الحرارة بين ٢,٥ و٢,٩ درجة مئوية وهي أعلى من مستويات ما قبل عصر الصناعة إذا لم تعمل الحكومات على دعم العمل المناخي، وذكر التقرير أن انبعاثات الغازات الناتجة للاحتباس الحراري يجب أن تختفي بنسبة ٤٢ بالمائة على مستوى العالم بحلول عام ٢٠٣٠ لمنع درجات الحرارة من تجاوز عتبة ١,٥ درجة، ويتوقع العلماء أن يشهد العالم عدة كوارث عند ارتفاع درجات الحرارة بمقدار ٣ درجات مئوية بدءاً من ذوبان الصفائح الجليدية إلى جفاف غابات الأمازون المطيرة.

الاحتيال على لاعب برشلونة في تركيا

وكالات

يمر أردا توران، اللاعب السابق في صفوف برشلونة وأتلتيكو مدريد، بواحدة من أكثر اللحظات صعوبة في حياته، بعدما تعرض لعملية احتيال كبيرة في تركيا، واعتزل الدولي التركي العام الماضي بقصد غلطة سراي، بعدما خاض أكثر من ٥٠٠ مباراة في الدوري التركي والإسباني، إضافة إلى ١٠٠ مباراة دولية بقميص تركيا، وأوضحت صحيفة «موندو ديبورتيفو» الكاتالونية في تقرير أن توران لا يمر بأفضل لحظة في حياته الشخصية والمادية، بعدما تعرض لعملية احتيال من بيتك في بلده، ليخسر ما يصل إلى ١٣ مليون يورو.

أحمد الزين: «مدین للدراما السورية»



الوطن

قال النجم اللبناني أحمد الزين في لقاء تلفزيوني: إنه مدین للدراما السورية، مشيراً إلى أنه حين غادر للعمل في سوريا كان مقللاً محترفاً، وعاد منها إلى لبنان ليصبح نجماً عربياً، واعتبر أن النجمة مني واصف هي قائمة الدراما العربية، وأنها كانت ملعمته بكل ما تعنيه الكلمة من معنى، وأنه استفاد من تجربتها بالتمثيل، وقدّمت له النصائح والمساعدة فنياً في بعض المشاهد.

طرد نجمة أميركية من عملها لدعمها فلسطين

وكالات



حرصت النجمة الأمريكية سوزان سارandon على دعم الشعب الفلسطيني منذ سنوات، إذ أن وقوفها في وجه الظلم كان له عاقب وخيمة على مسيرتها الفنية، على ما يبدو.

ووفقًا لبعض التقارير الأجنبية، أقدمت وكالة UTA على طرد سارandon من الوكالة التي تتخلّ عدداً ضخماً من النجوم العالميين من بينهم تشالرليز ثريون وجوني ديب وويس اندرسون، وغيرهم.

وجاء قرار الطرد بعد اتهام الممثلة بمعاداة السامية والتحريض على الكراهية، خلال وجودها في تظاهرات مؤيدة للشعب الفلسطيني.

شابة تدخل «غينيس» بعد أسنانها

وكالات

دخلت امرأة هندية موسوعة غينيس للأرقام القياسية بعد التأكد من أنها في سنه ٣٨ سنة، أي لديها ستة أسنان أكثر من عدد الأسنان الطبيعي لدى معظم البشر، وقد انتصت أن الشابة فهنا السفلوي وثنين في فكها العلوي، وبدت الأسنان الزائدة، الزائدة تنمو في صغرها، ولم يزعجها الألم، لكن والديها أصرّا على مراعاة طبيب الأسنان لخلع الأسنان الزائدة، إلا أنها خافت وقررت ترك كل شيء كما كان، ويعتقد الخبراء أن فهو الأسنان الإضافية يحدث بسبب خلل في عملية تقويتها، على الرغم من أن هذه المسألة لم تدرس جيداً ولا تزال غامضة.

لا تسخنوا هذه الأطعمة

وكالات

أكد خبراء التغذية أن إعادة تسخين بعض أنواع المأكولات تؤدي إلى التسمم الغذائي، وفي أحيان أخرى إلى الإصابة بمرض السرطان. بيدأة، يجب عدم تسخين الخضروات الغنية بالنيتروتات مثل السبانخ، أو الخضروات الورقية بشكل عام مثل اللفت أو الكرفس أو الجزر، لأن النيتروتات يمكن أن تصبح سامة وتطلق خصائص مسببة للسرطان. وتشتهر السبانخ باحتوائها على كمية كبيرة من الحديد، لذا فإن إعادة تسخينها تؤكسد الحديد الموجود فيها، وتتسرب أكسدة الحديد في تكوين الجذور الحرة الخطيرة، التي تسبب الكثير من الأمراض، بما في ذلك العقم والسرطان. كما يدخل الرز في قائمة الأطعمة التي لا ينبغي إعادة تسخينها لأنه يمكن أن يسبب التسمم الغذائي، ويعود ذلك إلى وجود بكتيريا شديدة المقاومة تسمى «البكتيريا العضوية الشمعية»، التي يمكن أن تنمو عند تخزين الرز المطبوخ بشكل صحيح أو تخزينه لفترة طويلة جدًا. أما البيض المطبوخ أو المسلوق فيمكن أن يكون ضاراً بالصحة إذا تعرض للحرارة بشكل متكرر، لأنه يحتوي على نسبة عالية من النيتروجين، ويمكن أن يتآكسد هذا النيتروجين بسبب إعادة تسخينه، ما يزيد خطراً الإصابة بالسرطان. كما لا ينبغي بإعادة تسخين الدجاج بعد طبخه وتخزينه في الثلاجة، لأن التسخين يغير في التركيب البروتيني للدجاج، ما يؤدي إلى مشاكل في الجهاز الهضمي. وما يتعلق بالبطاطا فهي مصدر مهم للعديد من العناصر الغذائية، إلا أنها من الأطعمة التي لا ينبغي إعادة تسخينها أبداً، لأن ذلك يمكن أن يؤدي إلى تكاثر نوع من أنواع البكتيريا التي تسبب التسمم الغذائي، وهي «البكتيريا المطحية الوشقية». ويمكن إنتاج هذه البكتيريا إذا تركت البطاطا المطبوخة في درجة حرارة الغرفة، ولذلك يفضل تخزينها في الثلاجة أو التخلص منها إذا لم يتم تناولها خلال يوم أو يومين.