

موقع سلوفاكي: دمشق ما زالت مقصداً للسياح

وكالات

أكد موقع «زوزنام» السلوفاكي أن العاصمة السورية دمشق كانت وما زالت مقصداً للسياح الذين يبحثون عن جمال الأمكنة وعيق التاريخ.

وأضاف الموقع في تقرير أعده دافيد ولينكا هارينغ بعد زيارتهما إلى سورية وتضمن صوراً ملونة لمعالم دمشق: «إن الأجواء التي تسود في هذه المدينة مذهلة وتأخذ بألباب كل سائح وزائر». مشيراً إلى غناها بالآثار التي تعود لمختلف الحقب التاريخية منذ بداية تأسيسها قبل آلاف السنين.

ولفت التقرير إلى أن التأثيرات المختلفة للحقب التاريخية تتداخل فيما بينها بشكل منسجم حتى الآن، الأمر الذي يجعل كل من يتجول فيها يشعر بأنه يوجد في مدينة قديمة تعمل بشكل اعتيادي في عصرنا الحالي، فيما الحياة فيها تعبق بألوان مختلفة.

واعتبر التقرير أن دمشق منذ القرون الوسطى تحظى بشعبية عالية بسبب منتجاتها الحرفية وموقعها الجغرافي الذي يعد عقدة ربط بين إفريقيا وآسيا.

عام ٢٠٢٤ الأكثر سخونة بالتاريخ

وكالات

قال خبراء إن عام ٢٠٢٤ قد يشهد ارتفاعاً بدرجات الحرارة يفوق ما شهده عام ٢٠٢٣، وسيكون العام الحالي الأكثر سخونة في التاريخ، وهو ما أكدته عالم المناخ في «جامعة تكساس» أندرو ديسلر.

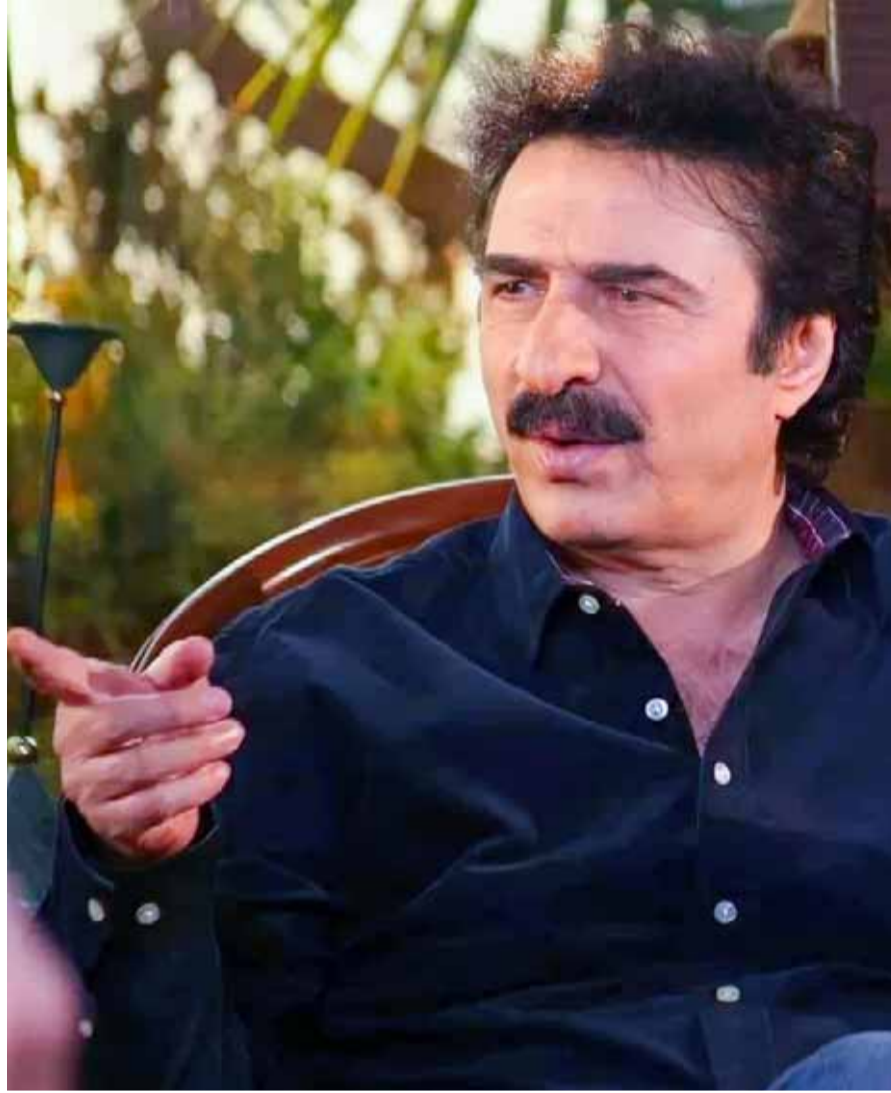
وشهد عام ٢٠٢٣، ارتفاعاً في درجات الحرارة والعديد من الظواهر المناخية في بلدان عدة حول العالم. لكن دراسة حديثة، تقول إن العام المقبل سيكون العام الأشد حرارة على الأرض. عواصف، فيضانات وحرائق، ثلوج هي الأشد وأمطار هي الأغزر، أخبار شهدتها دول عدة من العالم إلى جانب حرارة المحيطات التي حطمت أرقام قياسية هذا العام.

لكن ما هو أسوأ وأشد، لم يأت بعد، فحسب خبراء أن عام ٢٠٢٤ هو الأشد حرارة بسجلات التاريخ، ليضيف التوقع هذا مصداقية على فرضية قالت إن ظاهرة الاحتباس الحراري تتسارع.

وتكمن خطورة هذا التسارع بارتفاع درجات الحرارة والمناخ الجاف، وما قد ينتج عنه المزيد من حرائق الغابات.

وأكد الخبراء أنه منذ بداية الحقبة الصناعية، شهدت درجات حرارة الكرة الأرضية ارتفاعاً بنسبة ١,١ درجة مئوية، ليحذر العلماء من أن الاحترار الذي يتجاوز الحد هذا، قد يدفع الأرض نحو حالة سخونة تجعلها غير صالحة للعيش.

رشيد عساف في دراماها السعودية



الوطن

انضم النجم السوري رشيد عساف إلى قائمة أبطال المسلسل السعودي التاريخي «غالية».

وسيجسد شخصية «أبو جاسر»، إلى جانب الفنانين السعوديين عبد المحسن النمر وإلهام علي، في حين يحل عدد من الفنانين السوريين واللبنانيين ضيوفاً على العمل منهم: سلوم حداد، تيسير إدريس، بيير داغر. يشار إلى أن مسيرة عساف مملوءة بالمسلسلات التاريخية، آخرها مسلسل «حارس القدس» عام ٢٠٢٠، وقبلها أعمال كثيرة مثل: قمر بني هاشم، الأمين والمأمون، العباييد، ممالك النار، الحسن والحسين.

عادات تسرع الشيخوخة

وكالات

يبدو بعض الأشخاص أكبر سنًا من أعمارهم الفعلية على حين يكون هناك أشخاص أكبر سنًا ولا تظهر عليهم الكثير من علامات الشيخوخة لفترة أطول، ويتلخص التفسير لهذه المفارقة في العادات اليومية الجيدة أو السيئة ونمط حياة الشخص.

مع نهاية عام والاستعداد لبداية عام جديد، يهتم الكثيرون بمراجعة أنماط حياتهم وحالتهم الصحية والمزاجية وخياراتهم الغذائية والاسترشاد بنصائح الخبراء للتخلص من العادات السيئة التي يمكن أن تؤدي إلى تسريع ظهور علامات الشيخوخة. ويمكن دائماً عكس الشيخوخة نفسها لأنها جزء طبيعي من الحياة، ولكن تصحيح العادات السيئة يمكن أن يساعد في إبطاء أي شيخوخة مبكرة.

ويمكن التخلي عن العادات التالية لتأخير ظهور علامات الشيخوخة المبكرة وما يمكن القيام به لإبطائها: اتباع نظام غذائي ثابت من الأطعمة غير الصحية، التوتر الشديد أو القلق، عدم كفاية النوم، عادة التدخين، التعرض بكثافة لأشعة الشمس، قلة النشاط أو ممارسة الرياضة، قضاء ساعات طويلة أمام شاشة الكمبيوتر أو التلفزيون، عدم شرب كمية كافية من الماء، ارتفاع مستويات الجلوكوز في الدم.

قتلت طفلها وفبركت عملية سطو

وكالات

مثلت أم من ولاية كولورادو الأميركية يشتبه في قيامها بقتل اثنين من أطفالها الصغار وإصابة ثالث أمام المحكمة، بعدما تم القبض عليها خلال عطلة نهاية الأسبوع.

ومثلت كيمبرلي سينغلر (٣٥ عاماً) أمام محكمة وستمنستر الجزائية، وهي تواجه تسليمها إلى الولايات المتحدة بتهمة قتل من الدرجة الأولى وتهمة محاولة قتل، وثلاث تهمة بإساءة معاملة الأطفال، وتهمة اعتداء واحدة.

واختفت سينغلر على حين كانت شرطة كولورادو تستعد للقبض عليها بمقتل ابنتها البالغة من العمر ٩ سنوات، وابنها البالغ من العمر ٧ سنوات، وقد تم العثور عليهما مقتولين من خلال ما ذكر أنها عملية سطو على منزل العائلة.

وأصيبت سينغلر بجروح طفيفة، وتم نقل ابنة جريحة تبلغ من العمر ١١ عاماً إلى المستشفى لعدة أيام قبل إخراجها من المستشفى.

وتم التعامل مع سينغلر في البداية كضحية جريمة سطو، وتعاونت مع الشرطة، لكن الضباط لم يتمكنوا من تحديد مكانها عندما ذهبوا لاعتقالها.

وألقت الشرطة البريطانية القبض عليها في منطقة كنسينغتون في لندن.

يذكر أن سينغلر تخوض نزاعاً قانونياً مع زوجها السابق منذ فترة طويلة بشأن الأطفال.

هذا ما يحدث إذا مضت العلكة أكثر من ٣ دقائق

وكالات

فجرت طبية الأسنان الروسية بلبينا مارتينوفا مفاجأة عن مضغ العلكة لأكثر من ثلاث دقائق بشكل منتظم حيث قالت إنها قد تسبب مشكلات صحية مختلفة بما فيها التهاب المعدة وتآكلها، وانحراف الأسنان وسوء الإطباق.

وأشارت إلى أن أساس العلكة مادة مطاطية غير صالحة للأكل يضاف لها منكهات ومحليات، مثل: سكر القصب وسكر الشوندر وشراب الذرة ومواد عطرية، وأثناء المضغ عملياً لا يتغير حجمها، ولكن جميع المواد المضافة تذوب تدريجياً وفي النهاية تبقى المادة المطاطية فقط.

ووفقاً لها، فإن أكثر أنواع العلكة خطورة هي المحتوية على السكر، لأنها تساعد على تكاثر البكتيريا المسببة لتسوس الأسنان وتسبب اختلال التوازن البكتيري في تجويف الفم، لذلك يفضل اختيار أنواع العلكة الخالية من السكر.

وقالت: «عند مضغ العلكة، يزداد إفراز اللعاب كثيراً لأن الدماغ يعتبرها طعاماً. وإذا استمر المضغ أكثر من ثلاث دقائق، تفرز المعدة كمية كبيرة من حمض الهيدروكلوريك والعصارة المعدية. وإذا أصبحت هذه العادة منتظمة ويمضغ الشخص العلكة عدة مرات في اليوم، فقد يؤدي ذلك إلى زيادة الحموضة والتهاب المعدة وتآكلها». ونصحت الطبيبة بعدم مضغ العلكة على معدة فارغة. كما أن مضغ كمية كبيرة من العلكة الخالية من السكر يمكن أن يسبب اضطراباً في الجهاز الهضمي.

وإضافة إلى ذلك، يمكن أن يسبب مضغ العلكة بانتظام ولفترات طويلة الصداد لدى الأشخاص المعرضين لنوبات الصداد النصفي. كما غالباً ما يتطور رد فعل تحسسي تجاه النكهات والأصبغ في تركيبها.

سيلينا غوميز تخطط لاعتزال الغناء

وكالات



كشفت النجمة الأميركية سيلينا غوميز أنها تخطط لاعتزال مجال الموسيقى والغناء قريباً، وذلك بعد طرح ألبوم جديد فقط. وأضافت أنها في بداية حياتها المهنية كانت تستمتع كثيراً بالموسيقى، وياتت الجولات الغنائية التي تقدمها ممتعة للغاية.

وأوضحت أنها وجدت متعة كبيرة بتقديم البرامج التلفزيونية والجولات الغنائية معاً، لكنها كلما كبرت في السن شعرت برغبتها في الاستقرار على شيء واحد. وتابعت: أشعر بأن لدي اليوماً آخر بداخلي، لكن من المحتمل أن أختار التمثيل، أريد أن أرتاح لأنني متعبة.

شقيقتان تلقيان بنفسيهما من الشرفة

وكالات

شهدت محافظة سوهاج بصعيد مصر قيام شقيقتين بالقاء نفسيهما من شرفة شقتيهما بالدور التاسع، ما أدى لوفاتهما على الفور. وتبين أن الفتاتين تقيمان مع الأم والأب بالطابق التاسع ولديهما أمراض نفسية منذ سنوات، وتخضعان للعلاج النفسي، ما أدى إلى عدم زواجهما، وإصابتهما بأمراض نفسية خطيرة. وسمع يوم الواقعة صراخ واستنجا من الأم مثل أي يوم، بعد الاعتداء على الأم بالضرب، وإصابتهما بإصابات بالغة بفروة الرأس ما أدى إلى سقوطها على الأرض وإصابتها بحالة إغماء، على حين اعتقدت الفتاتان أن والدتهما لقيت مصرعها، فقررتا الانتحار بالقفز من شرفة منزلهما كنوع من الفرار من الجريمة.

ثعبان في صندوق بندورة

وكالات

اكتشف عامل في مركز لتوزيع الفاكهة والخضراوات في أونتاريو بكندا اكتشافاً صادماً في صندوق من البندورة وصل من المكسيك، تمثل ثعبان كبير الحجم. وقال مركز توروبنتو للحياة البرية: إن موظفاً في محطة لتوزيع الفواكه والخضراوات يدعى تروي، اتصل بالخط الساخن الخاص بالمركز، طلباً للمساعدة، عندما فتح صندوقاً من البندورة وصدم بوجود ثعبان. وأضاف مركز الحياة البرية: «الثعبان بصحة جيدة، ويعمل فريقنا حالياً على خطة لإعادة هذا المسافر إلى بيئته الأصلية». ويبدو أن الثعبان الذي تم تصنيفه على أنه من نوع «القط»، قد اختبأ مع الخضراوات التي شحنت من المكسيك إلى كندا.