

متحف «نوفغورود» الروسي مستعد لترميم الأيقونات السورية

وكالات

أعرب المتحف الوطني في مدينة نوفغورود الروسية عن استعداده لترميم الأيقونات وغيرها من آثار الحضارة المسيحية في سورية.

وقال مدير عام المتحف والعضو في الجمعية الفلسطينية الإمبراطورية الأرثوذكسية سيرغي بريون في مؤتمر «قراءات عيد الميلاد»: «نعمل الآن على تحقيق مشروع من شأنه نقل آثار الحضارة المسيحية السورية إلى نوفغورود الروسية من متحف دمشق الوطني والقيام بترميمها محلياً». وأضاف: «لدينا خبراء أصحاب كفاءة كبيرة في ترميم الأيقونات باستطاعتهم إنجاز هذا العمل، وبعد الانتهاء من ترميم الآثار ستتم إعادةها إلى سورية».

يشار إلى أن متحف «الارميتاج» في بطرسبورغ ومتحف «عمان الوطني» وقعا في منتدى «بطرسبورغ» الثقافي الدولي اتفاقية سيقوم الجانبان بموجبها بترميم نحو ٢٠٠ أثر تاريخي من سورية، بما في ذلك آثار تدمر، أما معهد تاريخ التاريخ الهادي في بطرسبورغ ومتحف «الارميتاج» فقد وقعا مؤخراً اتفاقية إنشاء متحف القرن الـ٢١ في منطقة تدمر التاريخية.

مسافر ينتقم بطريقة لا تخطر على البال

وكالات

انتقم مسافر هندي من موظفي المطار، بعدما منعه من الصعود إلى الطائرة، نظراً لوصوله متأخراً عن مواعده، فحاول تعطيل الرحلة كلها بطريقة لا تخطر على البال.

فقد أعلنت الشرطة الهندية القبض على شاب أجرى مكالمات كاذبة، ادعى فيها وجود قنبلة على متن رحلة طيران من بيهار إلى دلهي، انتقاماً من موظفي الرحلة. وعلقت السلطات حالة تأهب كاملة في مطار دلهي، خاصة أن الطائرة كانت قد أطلعت بالفعل، فتم إبلاغ الطاقم بالعودة للمطار من جديد، وإنزال جميع ركاب الرحلة البالغ عددهم ٢١٠ ركاب، ثم نقلت الطائرة إلى منطقة معزولة.

وبعد انتهاء التفتيش، تم التأكد من أن التهديد بوجود قنبلة على متن الطائرة مجرد خدعة وتم اعتقال الشاب البالغ ٢٥ عاماً بتهمة الترهيب الإجرامي.

أيمن زيدان مكرم في سلطنة عمان



الوطن

كرم مهرجان «سينيماا الدولي» في نسخته الخامسة الذي انطلق في محافظة مسندم في سلطنة عمان، الفنان أيمن زيدان على الفيلم الروائي الطويل «أيام الرصاص» من إنتاج المؤسسة العامة للسينما، وإخراج وتأليف وبطولة أيمن زيدان إلى جانب نخبة من الفنانين السوريين. وشهد اليوم الأول للمهرجان عرض الفيلم الذي تروي أحداثه قصة رجل أراد استعادة مكانته الاجتماعية بعد إحالته إلى التقاعد لكنه في تلك اللحظة، واجه تحديات عدة، أبرزها هروب ابنته ليلة زفافها، ليدخل في رحلة بحث عنها بغية قتلها لكن خلال تلك الرحلة، تتغير الأحداث وتجبره على تقديم التضحيات ليدفع ثمن قسوته وجبروته.

من دفتر الوطن

نصائح مجانية!

عصام داري



من التقنين تقديم أفضل الخدمات للمواطن، فبالدرجة الأولى تعمل الحكومة على توفير نقودك، فلو جاءت الكهرباء ٢٤ على ٢٤ عجز المواطنون عن دفع الفواتير حكماً، وهذا سيؤدي إلى قطع التيار عنهم بالكامل.

ثم إن قطع التيار الكهربائي لسبع أو ثماني ساعات سيحوي حياة المواطنين، وخاصة الأطفال منهم الذين قد يتعرضون لخطر التعرض للتيار، أو الصدمة الكهربائية، إضافة إلى السعادة التي تنشرها عودة التيار بعد ساعات التقنين الطويلة.

النصيحة الثالثة هي: علينا أن نشكر الحكومة لأنها رفعت سعر لتر البنزين إلى عشرة آلاف ليرة فقط، مع أنها قادرة على رفع السعر إلى عشرين ألفاً مثلاً، فهل لاحظت كم وفرت عليك بهذه الخطوة الشجاعة؟! التوفير لا يقتصر على ذلك، بل أنك ستوفر كثيراً من الأموال عندما تترك سيارتك ولا تمشي بها إلا للشديد القوي، ومن جهة أخرى هذا الرفع سيدفعك إلى استبدال السيارة ووسائل النقل الأخرى بالمشي، مع كل ما يعنيه ذلك من الفوائد الصحية، واسألوا الخبراء عن فوائد المشي كل يوم.

عندي الكثير من النصائح المجانية الأخرى، لكنني سأكتفي بذلك اليوم، وسأقدم النصائح المأجورة لمن يرغب، فلم يعد هناك شيء مجاني حتى الهواء، وسأختم مقالتي بنصيحة أوجهها لي شخصياً فأقول: اصمت يا رجل و«سد بوزك» فلا أحد يسمعك أو يسمع من يتكلمون ويتقنون، فالسيد سماع «مو هون» فقد انتقل إلى رحمة تعالى منذ زمن طويل، ولم يبق في الميدان سوى حديدان، وكان ياما كان!

يقولون: إن النصيحة كانت بجمل، لذا سأقدم لكم مجموعة نصائح مجانية وأسامحك بالجمل بما حمل، فأرجو أن تلتزموا بهذه النصائح لأنها ستجلب لكم السعادة والفرح، والأهم راحة البال.

النصيحة الأولى تتعلق برغيف الخبز الذي قالوا سابقاً إنه خط أحمر، فتبين أنه ليس كذلك من قريب ولا من بعيد، ونصيحتي هي: عندما تدفع ثلاثة آلاف أو أربعة آلاف ليرة ثمن ربة الخبز فعبّر عن سعادتك واضحك من قلبك، فقد ضربت عدة عصافير بحجر واحد: فأولاً أنت نجوت من الازدحام القاتل أمام الأفران وكوتات بيع الخبز، والعصفور الثاني أنك وفرت مبلغاً محترماً كنت ستدفعه لو أنك اشترت الخبز السياحي، فسعر الربة هنا عشرة آلاف ليرة.

ولا تنس أن الخبز السياحي مخصص أصلاً للسياح الذين يأتون إلى بلدنا لمشاهدة آثار الحضارات التي مرت على سورية وللتعرف على المعجزة السورية المتمثلة بقدرة المواطن السوري على العيش براتب لا يتجاوز العشرين دولاراً مع أن مصروفه يتعدى مئات الدولارات.

العصفور الثالث أنك عندما تشتري الخبز من الأطفال والنساء وحتى الرجال الذين يحيطون بالأفران إحاطة السوار بالمعصم، فإنك بذلك تسهم مع الحكومة الرشيدة في توفير فرص عمل لكل بائعي الخبز وللعاقلين عن العمل، ومساعدة الفقراء بتوفير بعض الطعام لهم.

أما النصيحة الثانية فهي: أرجوك افرح عندما ينقطع التيار الكهربائي وفق التقنين الذي تظن أنه جائر وظالم، وهو غير ذلك تماماً، فالغرض

أحلام تتعرض للسرقة في باريس

وكالات



تعرضت الفنانة الإماراتية أحلام للسرقة من أمام مسكنها في حي «باسي» الراقي المطل على برج إيفل بباريس، فسارعت لتقديم بلاغ إلى الشرطة، مؤكدة أنها فقدت مقتنيات بقيمة ١٠٠ ألف يورو، بعد أن تركت حقيبتين أمام محل إقامتها، وعندما عادت لم تجدهما.

وبدأت الشرطة تحقيقاتها وقامت بفحص كاميرات المراقبة المحيطة بالمكان لمعرفة ما حدث، ما قد يساعد في الكشف عن السارق.

يذكر أنها ليست المرة الأولى التي تتعرض فيها أحلام للسرقة في باريس، ففي عام ٢٠١٦ فقدت ساعتها الثمينة من نوع «رولكس» التي تبلغ قيمتها ١٠٠ ألف يورو، إضافة إلى حجر ياقوت، في حين كانت تجلس في أحد المطاعم بالعاصمة الفرنسية.

الصين تنجح

بأول استنساخ في العالم لسلاسل أبقار

وكالات

نجحت الصين في أول عملية استنساخ بالعالم لسلاسل أبقار مهددة بالانقراض جنوب غرب البلاد.

ونقلت وكالة «شينخوا» عن علماء قولهم: «إن عملية الاستنساخ تمت لأبقار تشانغمو وأبيجاتسا، وهما سلالتان مهددتان بالانقراض تعيشان في منطقة شيتسانغ جنوب غرب الصين».

ولفت العلماء إلى أنه تمت ولادة أربعة عجول ذكور مؤخرًا من كل سلالة في محافظة يونيانغ ببلدية تشونغتشينغ، ما يمثل أول استنساخ ناجح في العالم للأبقار.

فوائد جمّة لفاكهة البابايا

وكالات

تتمتع فاكهة البابايا إلى جانب طعمها المميز بفوائد صحية جمّة، إذ تساعد في إنقاص الوزن، فضلاً عن غناها بالفيتامينات والمعادن.

وأوضح المركز الاتحادي للتغذية أن البابايا تساعد في إنقاص الوزن والتمتع بالرشاقة، إذ إنها غنية بالألياف الغذائية التي تعمل على تنشيط الهضم، وسعراتها الحرارية قليلة، حيث يحتوي ١٠٠ غرام منها على ٣٥ سعراً حرارياً فقط.

وتعد البابايا كنزاً من الفيتامينات والمعادن، إذ تزخر بفيتامين «إيه» وفيتامين «بي» وفيتامين «سي»، كما أنها غنية بالبوتاسيوم والكالسيوم والمغنيسيوم والصوديوم والحديد والزنك.

ويمكن استخدام البابايا في مجموعة واسعة من العصائر وسلطات الفواكه، كما تستخدم في بعض وصفات الطعام الهندية والآسيوية.

وإضافة إلى ذلك، تحتوي الفاكهة على إنزيم «باباين» الذي يعمل على تقوية جهاز المناعة وتحفيز عملية الأيض، ويمتاز بتأثير مثبط للالتهابات ومضاد للأكسدة.

كما يتمتع إنزيم «باباين» أيضاً بتأثير إيجابي على الجهاز الهضمي، حيث إنه يساعد في مواجهة مشاكل الهضم مثل الانتفاخ والشعور بالامتلاء، فضلاً عن تأثيره الإيجابي في الأشخاص الذين يعانون عدم تحمل الغلوتين.

وتنتشر البابايا في عدد من دول العالم، أبرزها الهند والبرازيل والمكسيك وإندونيسيا ودومينيكان، فيما تعد الولايات المتحدة الأميركية وجنوب إفريقيا من أكبر مستورديها.

أضرار البطاطا

المقلية على الدماغ

وكالات

كشفت خبيرة التغذية الروسية الدكتورة يلينا سولوماتينا، الأضرار التي يسببها تناول البطاطا المقلية للدماغ.

وأشارت الخبيرة إلى أن الإفراط في تناول البطاطا المقلية يمكن أن يؤثر سلباً في الجسم، لأنها تحتوي على مؤشر مرتفع لنسبة السكر في الدم، أي إنه بعد تناولها يرتفع مستوى الغلوكوز في الدم بشكل حاد، وتناولها بصورة متكررة يمكن أن يؤدي إلى ضعف الدورة الدموية.

وقالت: «تناول البطاطا المقلية دائماً يؤدي إلى تفاعل الجسم مع التهاب متكرر، حيث تتغطى بطانة الأوعية الدموية بالكوليسترول، ما يؤدي إلى حدوث اضطرابات في الدورة الدموية، ويبدأ الدماغ بتلقي كمية أقل من الأوكسجين والمواد المغذية، ونتيجة لذلك تموت العديد من الخلايا العصبية».

العديد من الخلايا العصبية».