

## بمشاركة سورية.. انطلاق أعمال منتدى القادة البريديين في مسقط

الوطن

بمشاركة سورية، انطلقت أمس في العاصمة العمانية مسقط أعمال منتدى القادة البريديين. ويهدف المنتدى الذي يحضره أكثر من ٦٠ مشاركاً من ١٨ دولة عربية إلى مناقشة أفضل الممارسات وتبادل الخبرات الخاصة بالتحول الرقمي على المستوى العالمي لإثراء المؤسسات البريدية بالمنطقة العربية، إضافة إلى جمع الأطراف الفعالة في القطاع البريدي في المنطقة.

كما يناقش المنتدى التحول الرقمي والابتكار في المؤسسات البريدية العربية من خلال عدة محاور، أهمها الاقتصاد الرقمي وقطاع البريد والتجارة الإلكترونية والقوة الدافعة وراء التحول الرقمي في هذا القطاع، إضافة إلى البنية الأساسية من أجل الخدمات الرقمية وكيفية القيام بتأمين البنية الأساسية البريدية للتحول الرقمي بالشكل الصحيح. وتشارك سورية في المنتدى من خلال المؤسسة السورية للبريد ممثلة بمديرها العام المهندس حيان مقصود.

## فنانون إسبان وإيطاليون

### يطالبون بوقف العدوان على غزة

وكالات

شهد مهرجانا «غويا» الإسباني، و«سان ريمو» الإيطالي، دعوات فنانين لوقف إطلاق النار في غزة، أبرزهم ألبا فلوريس التي دعت إلى وقف تجارة الأسلحة بعد ارتقاء ٣٠ ألف شهيد في العدوان الذي يشنه الاحتلال الصهيوني على القطاع.

فلوريس وضعت أيقونة على صدرها كتب عليها «أوقفوا تجارة الأسلحة، أوقفوا إطلاق النار في غزة»، وصرحت: «لم أكن أعرف مقدار الفرصة التي ستتاح لي للتحديث، لا أعرف كيف نحتفل وهناك ظروف صعبة أودت بحياة ٣٠ ألف شخص في غزة».

وفي المقلب الإيطالي أدان عدد من الفنانين المشاركين في الدورة الجديدة من مهرجان سان ريمو الموسيقي «إسرائيل» ودعواها لوقف عدوانها فوراً على غزة، ومنهم الممثلة والمغنية آنا بلين والمخرجة أستيلايز والمخرج أليخاندررو مارتن والمغني سالفادور سوبرال.

## سهرة عيد الحب مع ملحم زين في «داما روز»



الوطن

يستمر فندق «داما روز» بدمشق بإحياء سهرات عيد الحب، إذ يستضيف اليوم النجم اللبناني ملحم زين والفنان السوري طوني قوبا في قاعة المنتهي. زين كان قد أحيى عدة حفلات جماهيرية ناجحة في دمشق خلال السنوات الأخيرة، ليضرب موعداً جديداً في عيد العشاق في سهرة اليوم.

## من دفتر الوطن

### دين المال

عبد الفتاح العوض



بمصلحته فقط، لكن من حيث السلوك الأخلاقي فإن الأناثية تعبير عن سلوك غير أخلاقي بالمره.

رجال المال الذين جمعوا ثروات في الأزمة داخل البلد يعتبرون الأكثر تأثيراً في رفع الأسعار من دون مراعاة لحال الناس، ومن الملاحظ عند الجميع أن عملية التحوط التي اتخذها التجار وخاصة في تسعير سعر الصرف كانت هي السبب الأضخم في رفع الأسعار لجميع السلع. كلمة تاجر التي كانت تعبر عن التقوى والأمانة أصبحت مرادفة للجشع والاحتكار والغش.

تعالوا تنتقل للحكومة، فما المعايير الأخلاقية التي تتبعها الحكومة في إدارة الاقتصاد وهي التي تشتري من الموظفين سلعتهم الرئيسية وهي قوة العمل بأجور تكاد لا تذكر في حين تباعهم السلع بأسعار السوق العالمي؟

ما المعيار الأخلاقي التي تعتمد عليه الحكومة عندما يكون الراتب الجيد لا يوازي ٢٠ بالمئة من الحد الأدنى للمعيشة؟

ثأتي أخيراً لسلوك المستهلك مستعينا بمثال معروف، حيث يتم رفع الأسعار بطريقة لا تراعي حالة المستأجرين والضعفاء منهم على وجه الخصوص. وليكن أمثلة كثيرة كيف يأخذ المستهلك حصته من الجشع عندما يتحول هو نفسه إلى صاحب خدمة أو حرفة.

المال لا دين له... الاقتصاد لا دين له.. وأيضاً السياسة لا دين لها.

ليس فقط من ناحية الأخلاق، بل أيضاً من العواطف والمشاعر والتعاطف الإنساني. إذا كانت الأخلاق سلعة فهل يشتريها أحد؟

### أقوال:

– أغلب الناس يعيشون حياة يأس هادئ. – علم الاقتصاد... علم بائس وكئيبي.

## كيف نحمي أنفسنا من الزهايمر؟

وكالات

يعتبر «خرف الشيخوخة» من أكثر المشكلات التي يعاني منها الكبار بالسن، وعاملاً من العوامل التي تؤثر في الصحة النفسية والجسدية، فما الوسائل المتبعة لمنع تفاقم هذا المرض؟

وتبعاً لطبيبة الأعصاب الروسية، ليديا غوزيفا، فإن مرض «خرف الشيخوخة» أو ما يعرف بـ«الزهايمر» هو مرض سببه اضطراب في الدماغ يتفاقم مع مرور الوقت، ويصيب الكبار في السن بشكل رئيسي، ففي مراحله الأولى قد لا تظهر على الشخص أعراض المرض بوضوح، لكنه يبدأ تدريجياً بفقدان قدراته على تذكر المعلومات الجديدة، ولاحقاً تحدث إعاقات في النطق، وقد تتفاقم الحالة إلى فقدان تام بالذاكرة وعدم القدرة على القراءة والكتابة، وقد ترافق هذه الأعراض مشكلات في البصر أيضاً.

وأشارت إلى أن الإحصائيات تشير إلى أن ٥ بالمئة من الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم ما بين ٥٦ و٧٤ سنة يعانون المرض المذكور، وتزداد هذه النسبة لتتراوح ما بين ١٣ إلى ٣٣ بالمئة للفئات العمرية ما بين ٧٥ و٨٤ سنة، وأن الأسباب الرئيسية للمرض ما تزال غير معروفة بدقة حتى الآن، لكنها قد ترتبط بعوامل وراثية، أو بإصابات الدماغ أو الأعصاب أو بعض أمراض الأوعية الدموية.

وأشارت إلى أنه لا توجد علاجات حالياً يمكنها أن تعيد الشخص إلى وضعه الصحي قبل إصابته بالمرض، لكن بعض الأدوية التي توصف للمرضى تساعدهم على ممارسة حياة يومية نشطة. كما توجد بعد العادات والتدابير التي تحد من تفاقم حدة المرض ومنها: الالتزام بنظام غذائي صحي، ممارسة الألعاب الذهنية التي تحسن الإدراك وتنشط الذاكرة مثل الشطرنج وغيرها وتعلم الأشياء الجديدة وتغيير الروتين اليومي وممارسة المشي واختيار أماكن جديدة باستمرار لممارسة الرياضة والنشاط البدني، والمواظبة على القراءة أيضاً.

## سيرين عبد النور: أرفض تقديم المشاهد الجريئة

الوطن



أبدت النجمة اللبنانية سيرين عبد النور رأياً بموضحة النسخ العربية من المسلسلات التركية، وأكدت أن الأصداء كانت قوية، وكل عمل يترك بصمته الخاصة. وعن تقديم مشاهد القبلات في المسلسلات، قالت في لقاء مصور: «الممثل يختار هل يقدم هذه المشاهد أم لا، لكنني أرفض تقديم المشاهد الجريئة، لأن زوجي لا يحب هذه المشاهد، وحتى قبل زواجي والذي لا يحب هذه التفاصيل».

وتابعت: «الفن في حد ذاته جريء ولا بد من تقديم قصص جديدة للجمهور، والمشاهد هو من يختار أي عمل سيصاحبه، واليوم لدينا أشخاص كثيرون تختلف آراؤهم، هناك من يحب الأكلشن وهناك من يحب الرومانسي، والفنان عليه أن يقدم كل شيء، وهناك من يحب القصص الجريئة سواء في الموضوعات أو التمثيل».

## وضعت طفلها على الرصيف

وكالات

بينما كان رجل جزائري يغادر لتوصيل طلب بيتزا على دراجته النارية، وجد امرأة كاميرونية تتلوى من الألم في منتصف الشارع في باريس، بعدما شعرت المرأة الحامل بالانقباض وقررت الذهاب إلى المستشفى بمفردها. وحين رأى حالة المرأة، لم يتردد لحظة في التوقف لمساعدتها وإبلاغ خدمات الطوارئ لنقل الأم إلى المستشفى، بل إن خبرته المهنية مكنته من مساعدة المرأة المعنية أثناء ولادتها على الرصيف حتى قبل وصول المساعدة.

وقال: «من دواعي سروري الكبير اليوم أن أقوم بعمل إنساني، من خلال الترحيب بطفل رضيع على الرصيف، أحسنت أيتها الأم الشجاعة وتهانينا».

## عادات تدمر الكبد

وكالات

هناك ثلاث عادات حياتية يمارسها الكثيرون غير ضارة للصحة ولكنها تدمر الكبد عند المبالغة فيها. وأظهرت دراسات أن إحدى هذه العادات هي الإفراط من تناول الفواكه ما يؤدي إلى الإصابة بمرض الكبد الدهني. والعادة الثانية هي تناول الأدوية بصورة منتظمة ودائمة، بالطبع قد تكون الآثار الجانبية غير كبيرة وخطرة، ولكن إذا كان الشخص يعاني من أعراض فمن الأفضل له استشارة الطبيب.

ويمكن أن يؤدي نمط الحياة الخامل إلى ظهور مشكلات في الكبد، لأن الخمول يؤدي إلى تراكم الدهون في الجسم ليس فقط تحت الجلد، بل أيضاً حول أعضاء الجسم الداخلية، ما قد يؤدي إلى الالتهابات.