

بريتني سبيرز تنهي زواجها



وكالات

بعد تسوية نزاعها القانوني مع والدها، وبعد أن طلب منها تغطية فواتيره القانونية الباهظة، عادت بريتن سبيرز لتثير مخاوف المتابعين وشكوكهم حول صحتها النفسية. وتحدثت تقارير عن أنها معرضة لخطر الإفلاس، بعد ظهورها المتكرر بشكل وصف بغير الطبيعي. ووفقاً لخبير طبي، تحتاج بريتن إلى المساعدة العاجلة، ومن الممكن أن تساعد بعض الأمور مثل «الأدوية» و«الوصاية الجديدة».

من ناحية ثانية، توصلت سبيرز إلى تسوية لإنهاء طلاقها من زوجها سام أصغري باتفاق تم تقديمه إلى محكمة لوس أنجلوس بعد زواجهما مدة ١٤ شهراً.

رحالة تشيكي: سورية تمتلك تاريخاً مذهلاً

وكالات

أكد الرحالة التشيكي أوندريه هافليكا أن سورية تمتلك تاريخاً مذهلاً تمتد جذوره إلى بدايات التاريخ النقابي للبشرية نفسها، لافتاً إلى أنها تزخر بالمعالم الأثرية الفريدة وبالغنى الثقافي والديني الاستثنائي. وفي ريبورتاج مصور نشره الرحالة في موقع «سينزام» الأوسع انتشاراً في التشيك، وتضمن ٢٠ صورة ملونة التقطها لمختلف المعالم الأثرية والدينية والحضارية في دمشق ومعلولا وقلعة الحصن وتدمر وحماة، قال هافليكا: إن سورية هي الدولة المفضلة لديه الآن من بين دول الشرق الأوسط كلها، لافتاً إلى أن السوريين يتصفون بكرم الضيافة والترحيب الودي بالزوار.

وتحدث بالتفصيل عن تاريخ وأهمية الجامع الأموي وعن منطقة الفرات ومدينة معلولا وعن جمال الأحياء والشوارع القديمة في مدينة دمشق وعن المعالم الأثرية في تدمر وحماة وقلعة الحصن وحب، واصفاً حلب بأنها واحدة من أقدم المدن وأكثر غنى ثقافياً في العالم.

«اليونيسكو» تمنح جائزتها للصحفيين الفلسطينيين الذين يغطون العدوان على غزة

وكالات

أعلنت منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة «اليونيسكو» أنها منحت جائزتها العالمية لحرية الصحافة إلى جميع الصحفيين الفلسطينيين الذين يغطون العدوان «الإسرائيلي» على غزة. رئيس لجنة التحكيم الدولية للإعلاميين ماوريسيو ويب، قال: «في هذه الأوقات من الظلام والقوضى، نود أن نرسل رسالة تضامن واعتراف قوية للصحفيين الفلسطينيين الذين يغطون هذه الأزمة في ظروف مأساوية».

وتابع: «إن الإنسانية مدينة لهم بدين هائل، لشجاعتهم والتزامهم بحرية التعبير».

ويأتي منح «جائزة اليونسكو/غيرمو كانو العالمية لحرية الصحافة» للصحفيين الفلسطينيين، بالتزامن مع الاحتفال بـ«اليوم العالمي لحرية الصحافة».

غزة تصوغ العالم

حسن م. يوسف



يكاد يكون ما يجري في أميركا عصبياً على الفهم، فقد كرر بايدن تهمة «معاداة السامية» التي وجهها النتن ياهو للمحتجين على الحرب من طلاب الجامعات الأميركية! كما أثنى ترامب على حملة الاعتقالات الواسعة في صفوف الطلبة ووصفهم بأنهم «طاشون غاضبون ومتعاطفون مع حماس»، وهذه من الأشياء النادرة التي تتفق فيها قبلة الجمهوريين مع حمير الديمقراطيين!

تختلف مطالب الطلبة الأميركيين من جامعة إلى أخرى، لكنهم جميعاً يطالبون «بإنهاء أي استثمارات لجامعاتهم مع إسرائيل». قال في أحد القراء مندهشاً: استثمارات! وهل الجامعات

مصارف كي تستثمر أموالها! مالا يعرفه الكثير من القراء أن الجامعات الأميركية تتلقى تبرعات هائلة لدرجة أن ميزانية بعضها أكبر بعدة أضعاف من ميزانيات بعض الدول الصغيرة!

من المعروف تاريخياً أن اليهود يربحون من البيع بقدر ما يربحون من الشراء، وأكثر ما تتجلى براعتهم الخبيثة في شراء البشر، لذا فهم يسيطرون على الأغلبية الساحقة ممن يعملون في السياسة الأميركية، ولديهم اليد خفية في كل مكان كخليفة بسحق من لا يبيعون أنفسهم. لقد زرعت الصهيونية رجالها في جل المناصب المفتوحة في المؤسسات الإعلامية والمالية القائمة في الغرب، وهناك من يعتقد أن أصابعهم الخفية تسيطر على «فيسبوك» و«يوتيوب» و«غوغل» وغيرها، وقد طرد «غوغل» مؤخراً ٢٨ من العاملين لديه لدعمهم غزة، بحجة أن «مكان العمل ليس مخصصاً للسياسة». لكن هذه السيطرة بدأت تتآكل، وقد عجزت إغراءات الصهاينة عن شراء الكثير من شباب الجيل الجديد، الذين يتشكل وعيهم الآن.

المفاجئ حقاً هو أن حركة دعم غزة الطلابية انطلقت من جامعة كولومبيا التي تضم أبناء نخبة الطبقة السياسية والاقتصادية الحاكمة لأميركا، أي إن الطلاب الذين اعتقلتهم الشرطة الأميركية يوم أمس قد يخرج من بينهم رئيس أميركا غداً.

الطريف في الأمر هو أن رئيسة جامعة كولومبيا، نعمت شفيق المصرية الأصل التي تحمل الجنسيين البريطانية والأميركية قد التزمت الصمت في البداية، لكنها غيرت رأيها بعد أن استدعت هي وزملاؤها رؤساء جامعات «هارفرد» و«بنسلفانيا» و«معهد ماساشوستس للتكنولوجيا»، إلى جلسات استجواب أمام لجنة التعليم في الكونغرس، فأدانت «اللغة المعادية للسامية وسلوك التهيب والمضايقة» وبررت اقتحام الشرطة لحرم جامعتها بوجود «أفراد لا ينتمون إلى جامعة كولومبيا، ممن جاؤوا لمتابعة أجدانهم الخاصة»، إلا أن خضوعها لم ينعفها، إذ استمرت الأصوات المطالبة باستقالتها، من قبل الأطراف المختلفة! وقد كان اعتقال قادة الطلبة بمثابة صب للزيت على النار، إذ امتدت الاحتجاجات لمختلف الجامعات مطالبة بوقف تسليح الكيان وإنهاء الاستيطان وتفكيك نظام الفصل العنصري.

الشيء المؤكد هو أن الكيان السرطان استخدم كل أزرعه، الخفية منها والعلنية، فقد هدد جهاز الموساد الطلبة، من خلال حسابه الرسمي على موقع «إكس»، توتير سابقاً، بأنه يستطيع من خلال التقنية «التعرف على وجوه كل من يشاركون في الاحتجاجات المؤيدة لحماس في الجامعات»، مهدداً هؤلاء بـ«خسارة فرص التوظيف».

لا شك أن ما يقوم به طلبة الجامعات في أميركا وخارجها له أهمية بالغة، لكن الفضل الأول وما قبل الأخير هو لصمود أبطال غزة على أرضهم ووقوف إخوتهم، داخل فلسطين وخارجها، إلى جانبهم. بحيث يمكننا القول إن غزة تعيد صياغة العالم.

أهدى عروسه نجمة من السماء

وكالات

أثار عريس جزائري، ضجة كبيرة على مواقع التواصل الاجتماعي بعدما أعلن إهداء عروسه في حفل زواجهما نجمة من السماء.

ورصد فيديو ملتقط داخل إحدى قاعات الحفلات

في الجزائر، لحظة إعلان العريس أمام المدعوين

عن الهدية التي فضل منحها لعروسه، والتي

قال إنها نجمة اشتراها لها، لكونه كان يبحث عن

هدية مميزة ليست كباقي الهدايا.

وقال في الفيديو ذاته إنه

بحث طويلاً عن هدية

جميلة، وفي النهاية اهتدى

إلى فكرة شراء نجمة.

وأضاف: إن هذه النجمة

سجلت باسم زوجته حيث

أصبح اسمها حالياً إيمان

بن يخلف (اسم زوجته).

فوائد وأضرار القهوة الصباحية

وكالات

قالت الطبيبة يكاتيرينا كاشوخ اختصاصية أمراض الجهاز الهضمي في حديث لصحيفة «إزفيستيا»: «تحتوي القهوة على الكافيين وهو منبه نفسي طبيعي، يساعد في الصباح على البهجة ويحفز النشاط العقلي والجسدي، كما يمنع تكوين حصوات المرارة، ويقوي الأوعية الدموية، ويقلل من خطر الإصابة بداء السكري، كما اتضح أنه يساعد في التغلب على الاكتئاب ويقلل من خطر الإصابة بمرض الزهايمر وأنواع معينة من السرطان، مثل سرطان الجلد والثدي والبروستات.

ووفقاً لها، يجب الأخذ بالاعتبار أن حساسية الكافيين تختلف من شخص لآخر، فقد يعاني البعض الصداع والغثيان وسرعة ضربات القلب حتى بعد تناول كوب واحد فقط من القهوة، لذلك يمكن لكل شخص تحديد كمية الكافيين التي يمكنه تناولها تجريبياً، من دون أن ينسى توصيات منظمة الصحة العالمية.

وأضافت: «يفضل الكثيرون شرب القهوة على معدة فارغة، لكن هذا المشروب لا يمكن أن يحل محل وجبة إفطار كاملة، وإذا كان الشخص يعاني مشكلات في الجهاز الهضمي، فإن تناول القهوة في الصباح على معدة فارغة يمكن أن تزيد من الأعراض المزعجة مثل حرقة المعدة والارتجاع وآلام البطن، لذلك لتجنب الانزعاج، من الأفضل شرب القهوة بعد تناول الطعام».

وأشارت إلى أن شرب القهوة مع الحليب أو كريمة قليلة الدسم أفضل للمعدة، لكن يجب أن نأخذ بالاعتبار أنهما مصدر للكوليسترول، لذلك يجب إضافة كمية قليلة منها إلى القهوة، أما القهوة مع السكر والحلويات فمن الأفضل تجنبها لأنها تؤثر سلباً في الرشاقة وصحة الأسنان.

ووفقاً لتوصيات منظمة الصحة العالمية، يمكن للشخص السليم تناول ما لا يزيد على ٤٠٠ ملغم من الكافيين في اليوم (٢-٤ فناجين من القهوة)، كما يجب أن نأخذ بالاعتبار أن الكافيين موجود في مشروبات أخرى، مثل الشاي بنوعيه والكاكاو والمثمة وغيرها.

يسرا اللوزي: أعالج نفسياً منذ سبع سنوات

وكالات



أعلنت الممثلة المصرية

يسرا اللوزي لجوءها

لطبيب نفسي على

مدار السنوات السبع

الماضية، موضحة أنها

تعلمت من تردها على

الطبيبة المعالجة لها

الكثير من الأمور التي

أفادتتها في مسلسلها.

وقالت اللوزي: «أعالج

نفسياً منذ سبع

سنوات، وأتعامل مع

طبيبة نفسية على

مدار هذه السنوات،

وتعلمت منها الكثير».

وكانت يسرا اللوزي

قد شاركت في موسم

رمضان الماضي، في

مسلسل «صلة رحم».

وهو من بطولة إياد

نصار، وضم العمل

مجموعة كبيرة من

الفنانين، أبرزهم:

أسماء أبو اليزيد،

محمد جمعة، سلوى

محمد علي، عابد

عتاني، بتول الحداد،

صفاء جلال.

ذبح طفله ذات الـ ٣ أعوام

وكالات

أقدم أب مصري على ذبح

طفله ذات الـ ٣ أعوام،

داخل غرفتها بقرية ديروط

الشريف بمحافظة أسيوط

في الصعيد، على حين ألقى

الجهات الأمنية القبض

على المتهم بعد تلقيها بلاغاً

بالواقعة.

وفي تفاصيل الجريمة

المروعة التي هزت محافظة

أسيوط، تلقى مدير أمن

المنطقة إخطاراً من المباحث

الجنائية بمرکز ديروط،

يقيد بمصرع الطفلة «قمر»

٣ سنوات داخل منزلها

مذبوحة ووجود شبيهة

جناثية.

وأشارت التحريات الأولية

إلى قيام الأب بذبح طفله

تحت تأثير تعاطيه المواد

المخدرة.

وألقت الجهات الأمنية

القبض على المتهم

وتحفظت على السلاح

المستخدم «سكين» في

الجريمة.