

وفاة عازف على المسرح

وكالات

شهد حفل الفنان اللبناني صبحي توفيق في البترون حادثة حزينة بوفاة عازف الإيقاع في الفرقة نديم فرح على المسرح إثر أزمة قلبية.

وأوضح توفيق أنه طلب الاستعانة بأطباء بين الجمهور المشارك في السهرة، حيث سعد ثلاثة أطباء لكنهم لم ينجحوا في إنقاذ حياته.

وعلق: «كان خلوقاً ومهذباً وأثناء وصلتي الغنائية في البترون البارحة توقف قلبه على المسرح وانتقل إلى رحمة ربه بمشهد لن ننساه في حياتنا».

مشروبات لا ينصح بتناولها

في الطقس الحار

وكالات

أوضح الدكتور أندريه تياجولينيكوف، كبير خبراء وزارة الصحة بموسكو، لم لا ينصح بتناول القهوة والشاي المركز والمشروبات الغازية المحلاة وجميع أنواع المشروبات الكحولية في الطقس الحار.

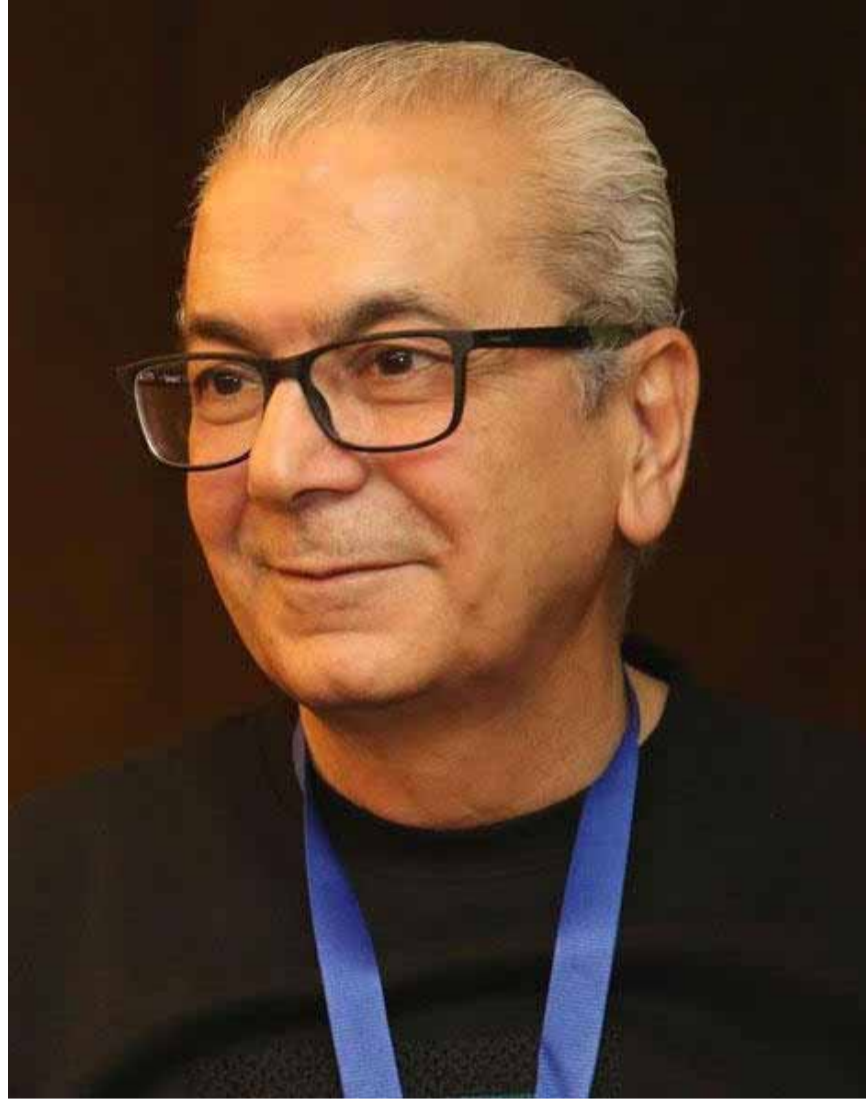
وقال: «لا ينبغي في الطقس الحار، تناول المشروبات الغازية المحلاة لأن السكر الذي تحتويه لا يروي العطش بل يؤدي فقط إلى زيادة الجفاف إضافة إلى ذلك، يحصل الشخص على الكثير من السعرات الحرارية الإضافية. كما لا ينبغي الإكثار من تناول القهوة والشاي المركز لأن لهما تأثيراً مدمراً للبول، ما يؤدي إلى خروج المعادن القيمة مع السوائل».

ووفقاً له، يمنع منعاً باتاً تناول المشروبات الكحولية بجميع أنواعها لأنها تزيد العبء على القلب والأوعية الدموية وعلى الجسم بصورة عامة الذي يعمل بأقصى طاقة. كما أن تناول المشروبات الكحولية في الحر يمكن أن يؤدي إلى الإصابة بنوبات قلبية وغيرها من العواقب الوخيمة للصحة. كما ينصح المدخنون بالامتناع عن التدخين لأن التأثير السام للتبغ يزداد في الحررة مرات.

وأضاف: «يزداد حجم المياه المستهلكة في درجات حرارة الهواء المرتفعة. ولكل شخص معياره المائي الخاص به، اعتماداً على وزنه ونشاطه ودرجة حرارة الهواء، لكن التوصية العامة هي شرب ما لا يقل عن ٢,٥ لتر يومياً. ويجب شرب الماء في كل ساعة نحو ١٠٠ مل ليتر، حتى لا يزداد العبء على الكلى، ويجب زيادة هذه الكمية أثناء النشاط البدني المكثف».

ووفقاً له، يمكن إضافة عصير الليمون أو النعناع إلى الماء. وقال: «يمكن شرب شاي الأعشاب وعصير الفواكه غير المحلى. أما المياه المعدنية فيجب تناولها بجرعات لأنها تحتوي على أملاح».

غنام غنام ضيف المعهد العالي



الوطن

اجتفاءً بمشواره الفني وتجربته الإبداعية الرائدة، يحل الفنان المسرحي الأردني - الفلسطيني غنام غنام ضيفاً على المعهد العالي للفنون المسرحية ضمن احتفالية «ملتقى الإبداع» وذلك في الرابعة من عصر اليوم علي خشبة مسرح سعد الله ونوس.

وسبق للمعهد أن احتفى بعدد من النجوم منهم منى واصف وأسعد فضة وغسان مسعود وتيم حسن وباسم ياخور ونضال الأشقر وزيناتاى قديسية.

سورية تشارك في المهرجان الخيري الدولي «سحر الطفولة» في بيلاروس

وكالات

شاركت السفارة السورية في بيلاروس بالمهرجان الخيري الدولي «سحر الطفولة»، الذي نظمه نادي مينسك الدبلوماسي للسفراء والدبلوماسيين والممثلين الأجانب في حديقة الأطفال المركزية في العاصمة البيلاروسية مينسك بمناسبة اليوم العالمي لحماية الطفل.

وتضمن الجناح السوري أطباقاً من المأكولات السورية والبضائع والملابس التقليدية والحرفية، إضافة إلى تقديم هدايا للمشاركة في اليانصيب الخيري الذي رافق المهرجان الذي سيتم تخصيص ريعه لمساعدة الأطفال الأيتام والمعاقين في بيلاروس.

وحظي الجناح السوري في المهرجان بتغطية من وسائل الإعلام البيلاروسية، كما زاره عدد كبير من المواطنين البيلاروسيين والأجانب الذين أبدوا إعجابهم بمعروضاته. كما زارت الجناح عقيلة وزير الخارجية البيلاروسي، حيث أبدت إعجابها بما تضمنه، وأعربت في حديث لها مع السفير محمد العمري عن شكرها للسفارة السورية لوجودها ومشاركتها الدائمة في كل الفعاليات والأنشطة الثقافية والخيرية التي يتم تنظيمها في بيلاروس. وإلى جانب هذه الفعالية الخيرية، شاركت السفارة السورية أيضاً في الفعالية الخيرية التقليدية التي دعت إليها وزارة الخارجية البيلاروسية بمناسبة اليوم العالمي لحماية الطفل، حيث قدمت السفارة هدايا إلى مدارس خاصة بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، وإلى دور الأيتام والأطفال المعاقين في بيلاروس.

يوم ثقافي واجتماعي سوري في بلجيكا

وكالات

نظم المغتربون السوريون المقيمون في بلجيكا ومحيطها بالتنسيق مع البعثة السورية الدائمة لدى الاتحاد الأوروبي في بروكسل، يوماً ثقافياً واجتماعياً سورياً لتعزيز أواصر الترابط والانتماء مع الوطن سورية. وبدأ هذا اليوم الذي حضره رئيس البعثة السورية الدائمة لدى الاتحاد الأوروبي في بروكسل عمار العرسان وأعضاء البعثة بالوقوف دقيقة صمت حداداً وإجلالاً لأرواح الشهداء في سورية وفلسطين، ومن ثم عزف النشيد الوطني لسورية.

وقدمت إحدى الفرق الفنية السورية معزوفات لموسيقا من التراث السوري، كما تم عرض عدد من اللوحات والصور لتاريخ سورية وآثارها، إضافة إلى تخصيص مساحات للأطفال لممارسة بعض النشاطات الترفيهية والاجتماعية لتعزيز تواصلهم مع أبناء وطنهم في المغرب.

وتخلل هذا اليوم أيضاً تبادل الأفكار والآراء حول مختلف قضايا الشأن الاغترابي وأجندة النشاطات الثقافية والاجتماعية السورية المستقبلية، إضافة إلى آخر التطورات السياسية المتعلقة بسورية وأوروبا والمنطقة.

الإفراج عن حليلة بولند

وكالات



أصدرت المحكمة في الكويت قراراً بإخلاء سبيل الإعلامية حليلة بولند بعد تنازل الشاكي عن الدعوى، كما قامت حليلة أيضاً بالتنازل عن شكواها ضده. القضية بدأت عندما تقدم شاب كويتي بشكوى ضد بولند، مدعياً أنها حرصته عبر صورها وفيديوهات خاصة بها على الفسق والفجور. وهذا ما نفتته محامية حليلة، مؤكدة أنها وقعت في الفخ بسبب علاقة عاطفية نشأت بين حليلة والمدعى، بعد تعرفه إليها من خلال تطبيق «واتس أب»، وأعداً إياها بالزواج، ليتبدلاً إرسال صورهما الخاصة، وبعد مضي أشهر على العلاقة، شعرت بولند أنه غير صالح للزواج، بسبب غيرته الزائدة، ومحاولته التحكم بها، ومنعها من الكثير من الأمور العادية اليومية فقررت تركه، مؤكدة أن الصور تم الحصول عليها من هاتف حليلة بولند.

الشرطة تغرم عريساً

وكالات

أفادت وسائل إعلام إيطالية بأن الشرطة غرمت مواطناً بمبلغ قدره ٢٠٠ يورو، بعد أن «ارتدى زي يسوع المسيح» في حفل لتوديع العزوبية. وقام العريس المستقبلي، الذي كان يرتدي زي المسيح وأصدقائه بإعادة إنشاء مشهد حمل الصليب من أيام المسيح، أمام مئات السياح وسكان مدينة جيسولو القريبة من البندقية. وظهر الشاب وهو يرتدي عباءة بيضاء ويحمل على كتفيه صليبا خشبياً. إلا أن هذا المشهد لم يكن محل إعجاب لدى شرطة المدينة، التي اعتبرت تصرفات المشاركين في حفل توديع العزوبية تجديفاً. وعند وصول الشبان إلى المركز التاريخي للمدينة، تمت مصادرة الصليب، وتم تغريم العريس بمبلغ ٢٠٠ يورو.

عوامل تفسد الرؤية

وكالات

كشفت البروفسور ستانيسلاف إيونوف من كلية الطب بجامعة التعليم الروسية عوامل غير واضحة تسبب ضعف البصر. وقال: «لا ينصح العديد من الأطباء بارتداء النظارات إذا كان قصر النظر بسيطاً وأقل من «ديوبتر» واحد، لأن العدسة تتكيف بسرعة، ويتغير تحديدها، ومن ثم يصبح من الصعب جداً التخلص من عيب الرؤية هذا. وإذا كان فقدان الرؤية يبلغ اثنين أو ثلاثة «ديوبتر»، فيجب ارتداء نظارات، لتجنب إرهاق العينين، ولكن حتى في مثل هذه الحالة، لا ينصح بارتداء النظارات طوال الوقت، لأنه يجب تدريب العدسة. علاوة على ذلك، مع التقدم في السن، قد يختفي قصر النظر ببساطة». ويمكن أن تسبب القراءة في وسائط النقل ضعف الرؤية. وخاصة إذا كانت الشاشة صغيرة، والخط صغير لأن عدسة العين لا يمكنها مواكبة الحركة المفاجئة دائماً ويصعب التركيز والعبء على شبكية العين. ووفقاً له، العامل الآخر المسبب لضعف الرؤية هو الإجهاد لأنه يؤدي إلى اضطراب تغذية شبكية العين بسبب تشنج الأوعية الدموية نتيجة إفراز الأدرينالين. أي بزيادة الإجهاد يزداد ضعف الرؤية. وأضاف: «يمكن أن تتدهور الرؤية مع تقدم العمر بسبب تكوين لويحات الكوليسترول في الأوعية الدموية للعين. كما أن التغيرات المرضية في الأوعية الدموية للشبكية تكون مصاحبة بشكل متكرر لمرض السكري، عندما تصبح الأوعية متصلبة بسبب ارتفاع نسبة السكر في الدم، والتي تتحول إلى دهون والتي بدورها تشكل لويحات تستقر وتسد الأوعية الدموية». ووفقاً له، يمكن أن يؤدي استخدام الرموش الصناعية إلى ضعف الرؤية، لأن المواد الكيميائية تسبب احمرار وتهيج القرنية ورد فعل تحسسي وتشنج الأوعية الدموية في العين.

انتقم من

حلاقه بطريقة

غريبة

وكالات

كشفت موظف بمركز شكاوى حكومي في السعودية، عن تلقي المركز سيلاً من البلاغات بحق صالون حلاقة. وفي التفاصيل، نقم صاحب البلاغ على حلاق لأنه حلق شاربه عن طريق الخطأ، ليتقدم ببلاغ بحقه على مدى شهر، من بينها أن الصالون غير مرخص أو ملترم بقواعد النظافة وغيرها من البلاغات المتكررة. وقرر الموظفون التقصي عن سبب سيل البلاغات اليومي، وكانت المفاجأة عندما تبين أن الزبون غاضب من الحلاق بعد أن حلق شاربه عن طريق الخطأ، وقرر الانتقام بتلك الطريقة.