

رويدا عطية تعتزل



الوطن

قررت الفنانة السورية رويدا عطية اعتزال الفن والتفرغ لأسرتها وتربية ابنها، وكتبت: «لن أعود لخص، سأكمل مسيرتي كام، الله يحفظ ابني ويحفظ كل أولاد العالم» واعتذرت من جمهورها على قرار اعتزالها الفن، مشيرة إلى أنها فضلت الاهتمام بعائلتها الصغيرة والاستمتاع بلعب دور الأم. وتمنت من الجمهور أن يفهم قرار اعتزالها، ويمنحها المساحة اللازمة لعيش حياتها بالطريقة التي تتناسب مع خياراتها.

موقع سلوفاكي: سورية بلد غني ثقافياً

كالات

أكد موقع «السفرات» السلوفاكي أن سورية بلد غني ثقافياً، مشيراً إلى أن الثقافة السورية مزيج استثنائي من التقاليد والحداثة الأمر الذي يجعل منها مذهلة.

وأشار الموقع المتخصص بالسياحة في أحد تقاريره إلى أن سورية كانت موطناً للعديد من الحضارات عبر التاريخ، الأمر الذي أدى إلى تراكم الإرث الثقافي بشكل واسع فيها، وهذا ما أثر في أسلوب حياة الناس حتى الوقت الحاضر وحولها إلى مقصد للرحالة من مختلف دول العالم.

ولفت إلى أنه لدى سورية ما تعرضه لجميع السياح بدءاً من الآثار الرائعة والأماكن الدينية الفريدة، وانتهاءً بالمطبخ المتنوع والشهي، إضافة إلى الموسيقى والفن والألبسة. وتحدث التقرير بالتفصيل عن أهم المعالم السياحية والأثرية في سورية، ولاسيما دمشق القديمة وحلب وتدمر وبصرى وأفاميا وحماة وأوغاريت ومرمريتا وإيبلا.

باحث روماني: سورية تحمل إرثاً حضارياً مبهراً

وكالات

أكد رئيس مركز الدراسات والحوار في جامعة بوخارست الرومانية إيليه فلانتين أن سورية كانت وما زالت تحمل إرثاً حضارياً مبهراً في الشرق، من خلال ما يحمله تاريخها من إبداع ومميزات ثقافية.

وقال لمراسل «سانا» في بوخارست: إن مركز الدراسات والحوار مهتم جداً بإنشاء علاقات أكاديمية مع الجامعات والمؤسسات السورية، انطلاقاً من أهمية وجدوى التعاون مع سورية التي تمثل مهراً للأديان والحضارات وتتمتع بمكانة تاريخية فريدة، مضيفاً: «إذا فكرنا وأخذنا بعين الاعتبار العلاقات التاريخية بين شعوبنا، فيجب أن يكون هناك جهد للتواصل المشترك والذي يمكن أن يرسخ إلهام بعضنا لبعضنا الآخر في المستقبل».

من دفتر الوطن واحد من الناس!

عصام داري



المفتوح والشرشوح، و«عنوان بيتنا زي ما كان» ومع العنوان أرقام هواتفنا الأرضية والفضائية والبحرية والبرمائية! لكنني وجدت العذر للتقاع، فالمشاغل التي تحتل كامل وقت اتحاد الصحفيين تجعله لا يعطي بالاً للأمور الصغيرة، فالذين ترشحوا إلى عضوية مجلس الشعب يعملون على دعايتهم الانتخابية وملاحقة أخبار غزوة وجنوب لبنان والحرب الروسية الأوكرانية، لذا أعلن على الملأ أنني سامحت نقابتنا فرداً فرداً، وجميعهم أصدقاء وزملاء.

وإذا كنت عاتباً على اتحاد الصحفيين فأنتي مدين لعدد من الأشخاص والجهات التي كان لجهودها الكبيرة الفضل في ما وصلت إليه، ما مكنتني من تجاوز الأزمة القلبية ونجاح العملية الجراحية.

فالشكر بداية للزميل والصديق، بل الأخ وضاح عبد ربه الذي اعتبر قضيتي قضيتته الشخصية وتابع الموضوع من الألف إلى الياء وصولاً إلى هذه اللحظة، ومن ثم أنا مدين بالشكر لمركز جراحة القلب الجامعي ومديره الدكتور حسام خضر الذي تبني وضعي وكان معي لحظة بلحظة حتى خروجي من المركز.

مع الدكتور حسام هناك فريق متكامل من أطباء ومرمضات وممرضين، لم يبدأ لحظة واحدة حتى كنت أتساءل عما إذا كان لديهم الوقت الكافي للراحة.

أخيراً، كلمة شكر للطبيب الجراح الأستاذ محمد بشار عزت الذي لاسمت أنامله قلبي بشكل مباشر ولامس بمشاعره الإنسانية شغاف قلبي.

ختاماً أزمع أنني أكتب من أجل الناس وقضاياهم والدفاع عنهم، اليوم أقف في صف الناس وليس في صف الكاتب والإعلامي، فأنا واحد من الناس، أفلا يستحق هذا «الواحد من الناس» كلمة يعاود بعدها دوره في الدفاع عن كل الناس؟

أشعر بوحدة قاتلة هذه الأيام، بعد أن هجرني الكثير من الأصدقاء والزملاء الصحفيين الذين دخلوا في سباق المسافات الطويلة نحو مجلس الشعب الموقر. كان بودي اللحاق بهم، لكن ظروفنا الخاصة منعتني من ذلك، فاكتمت بالدعاء لهم بالنجاح والتوفيق، وأن يكون زملاء مهنة المتاعب نواباً في برلمان البلد فهو خير، لأن مهمة الصحفي الدفاع عن قضايا المواطنين في أي مكان كان، فكيف إذا كان هذا المكان هو مجلس الشعب الذي يعالج مشاكل وهموم الناس ويحاول حلها.

لذا أتمنى أن يكون عدد أصواتنا في مجلس الشعب كبيراً كي يصل إلى حيث يجب أن يصل من دون حواجز ولا عقبات، وهذه مهمة الصحفيين بعد أن أصبحوا نواباً يتحدثون باسم الشعب كله وليس باسم اتحاد الصحفيين.

فإذا كان اتحاد الصحفيين اليوم هو الراعي الرسمي لجميع الصحفيين السوريين، فسيصبح الراعي الرسمي للمواطن السوري والمتحدث بلسانه والمدافع العنيد عن قضايانا من غلاء ورخاء وما بينهما! هنا دعوني «أشخصن» الموضوع قليلاً، فعندي كلمة عتاب صغيرة لنقابتنا، أي لاتحاد الصحفيين.

ذكرت قبل قليل أن ظروفنا الخاصة منعتني من الترشح لعضوية مجلس الشعب، وتمثلت هذه الظروف بأنه أجريت لي قبل نحو شهر عملية القلب المفتوح، فالعملية لم تكن لوزات أو زائدة أو «نفخ شفايف»، إنها عملية قلب مفتوح، صحيح أنها اليوم صارت مثل أي عملية جراحية وتجري العشرات منها في شهر واحد، إلا أنها دقيقة وجرحة.

المهم في الأمر أن نقابتنا العتيدة لم تكلف خاطرنا وتجري اتصالاً هاتفياً تسأل فيما إذا نجحت العملية، أم إنني توكلت على الله، مع أن اتحاد الصحفيين عنده علم مسبق بأنني سأخضع لعملية القلب

أب يحاول إغراق طفليه

وكالات

في حادثة غريبة شهدتها ولاية كونكتيكت الأميركية، حاول رجل إغراق طفليه في البحر قبل أن تظن الشرطة له وتقتضهما.

ووقع الحادث على الشاطئ في ويست هافن، حيث لاحظ ضابط شرطة سيارة دفع رباعي متوقفة على الشاطئ نحو الساعة الثانية صباحاً وسمع صراخ الأطفال من الماء.

وبعد اقتراب الشرطي من المياه وجد رجلاً يحمل طفلين، ولم يسمح له بالاقتراب منه وحاول إغراق الصبي والفتاة تحت الماء.

وقامت الشرطة بإيقاف الطفلين وإعادتهما عن الرجل ونقلهما إلى المستشفى، وتم فتح تحقيق للتعرف على حيثيات الحادث ودوافعه.

الخضر الورقية الأكثر فائدة

وكالات

عددت الدكتورة يكاتيرينا كاشوخ خبيرة التغذية، الخضراوات الأكثر فائدة للصحة، والطريقة الصحيحة لتناولها.

ووفقاً لها، يعتبر البقدونس أكثرها فائدة لأنه يحتوي على نسبة عالية من فيتامين «سي» تعادل ثلاثة أضعاف نسبته في البرتقال، كما يحتوي على فيتامين «ك»، حيث يكفي تناول ١٠ غ من البقدونس للحصول على حاجة الجسم اليومية منه. وقالت: «يساعد فيتامين «ك» على تخثر الدم، وينظم عمل الأوعية الدموية والقلب، كما يحتوي البقدونس على البوتاسيوم، وهو معدن يدعم عمل الكلى والغدد الكظرية ويقوي العظام، وكذلك على الكالسيوم وعلى فيتامين «أ» وبيتا كاروتين المفيدة للعيون».

وأشارت إلى أن الشبت هو أحد الخضار الخمس الأكثر فائدة للصحة، لأنه يحتوي على المنغنيسيوم والكالسيوم والحديد وفيتامين «سي»، ما يفيد في تسريع عملية التئام الجروح وتساعد على تعزيز منظومة المناعة وهضم الأطعمة الثقيلة وتخفيف الدم من الكوليسترول الزائد، كما يحتوي الشبت على زيوت طيارة لها تأثير مفيد على الأمعاء وتمنع التشنجات».

ويحتل البصل الأخضر المرتبة الثالثة في هذه المجموعة، فهو يعزز منظومة المناعة ويساعد في الوقاية من عواقب أمراض البرد.

وتابعت: «يحتوي البصل الأخضر على نسبة عالية من فيتامين «ك» والبوتاسيوم، وهما عنصران مهمان للقلب والأوعية الدموية، إضافة إلى عنصر الكالسيوم والسيلينيوم، المفيدان لصحة العظام، كما أنه يحتوي على الكثير من عنصر الكوبالت الذي يساعد على امتصاص الحديد وله تأثير جيد على الذاكرة».

ويحتل الجرجير المرتبة الرابعة، وهو غني بالبوتاسيوم والمنغنيسيوم والكالسيوم المسؤولة عن متانة العظام وتنظيم إيقاع القلب، كما يحتوي على حمض الفوليك المفيد للنساء الحوامل.

ووضعت الزعتر في المرتبة الخامسة، إذ يحتوي على البوتاسيوم والكالسيوم والمنغنيز وفيتامينات «أ» و«ب» و«سي»، ويستخدم كتناول مع الأسماك واللحوم والخضراوات ويستخدم كمادة أساسية في تحضير المشروبات، ويعالج السعال ويخفف آلام الحيض.

ماغي بوغصن: تعرضت للخيانة والعنف الزوجي

وكالات



قالت الفنانة اللبنانية ماغي بوغصن إنها عانت في زواجها الأول بعد تعرضها للخيانة والعنف الزوجي ما أدى إلى اتخاذها قرار الانفصال.

وأضافت الفنانة: إنها بدأت بالبحث عن حياة جديدة في بيئة صحية، مشددة على أن تعرض المرأة للخيانة يجعلها تشعر بالوجع أكثر من الرجل. وأوضحت أن الخيانة ليست مقتصرة على الرجل فقط، لكنها أمر مرفوض لكلا الطرفين في العلاقة الزوجية.

وتابعت: إنها تزوجت مجدداً من المنتج جمال سنان، ورزقها الله ببعوض عن أيام صعبة تعرضت لها، والذي وصفته بـ«الصديق المقرب لها».

وبينت أن لديها بعض الخطوط الحمراء في حياتها، وترفض أن يسلبها أحد حقوقها، قائلة: أنا شخصية متساهلة، وأتنازل عن أمور كثيرة، لكن عند حقوقي لا أسمح بالاستهانة بها، ولا يعني أنني ممثلة أن أتنازل عن كرامتي أو شخصيتي.

٣ ذئاب تهاجم امرأة

وكالات

هاجمت ٣ ذئاب امرأة عمرها ٣٧ عاماً وتركوها تصارع الموت، في حديقة حيوان قرب باريس.

وتعرضت المرأة للعض في الرقبة والساق والظهر في حديقة حيوان تويري على بعد نحو ٤٠ كيلومتراً غربي العاصمة الفرنسية.

ويعتقد أن المرأة خرجت بمفردها للركض، بعد أن أمضت وقتاً مع عائلتها في نزل على طراز رحلات السفاري في حديقة الحيوان، وانتهى بها الأمر في المنطقة التي من المفترض أن تكون مقفلة على السيارات، وهو المكان الذي هاجمتها فيه ٣ ذئاب.

وقال مصدر: إن المرأة لا بد أنها اجتازت أنظمة أمنية وخندقاً وسياجاً كهربائياً، من المفترض أن يبقى الحيوانات بالداخل.