

٢٢ تموز الجاري الأشد حرارة في التاريخ

وكالات

أعلنت خدمة «كوبرنيكوس» لمراقبة تغير المناخ التابعة للاتحاد الأوروبي أن يوم الإثنين الماضي كان الأشد حرارة على الإطلاق على مستوى العالم ليتجاوز الـ ٢١ تموز الذي كان قد سجل الرقم القياسي في الأيام القليلة الماضية.

ونقلت «رويترز» عن «كوبرنيكوس» قولها: إن متوسط درجة الحرارة العالمية القريبة من السطح ارتفع يوم الإثنين إلى ١٧.١٥ درجة مئوية وهو ما يزيد على ٠.٠٦ درجة عن الرقم القياسي السابق الذي جرى تسجيله يوم الأحد.

الإسعافات الأولية عند التعرض لحروق الشمس

وكالات

قالت طبيبة الأمراض الجلدية الروسية بولينا راجيفا إن شمس الصيف قد تكون خطيرة أحياناً، فحتى عند المكوث في الخارج لفترة قصيرة يمكن أن تصاب بحروق الشمس، وهذه الحروق هي التهاب في الجلد ناجم عن التعرض للأشعة فوق البنفسجية، ويمكن أن تكون سطحية وتؤثر في البشرة فقط، ويمكن أن تكون حروفاً شديدة تسبب ضرراً بطبقة الأدمة أو طبقات الجلد الأخرى، وقد تسبب القشعريرة وارتفاع حرارة الجسم.

وأضافت: «عند التعرض لحروق سطحية يجب الانتقال إلى مكان آمن غير معرض بشكل مباشر لأشعة الشمس فوق البنفسجية، ويوصى باستخدام الكمادات الباردة، ووضع كريم مرطب أو جل الصبار على المنطقة المصابة، وشرب كمية كافية من الماء، وإذا كان الألم شديداً يمكن تناول مضادات الالتهاب غير الستيرويدية».

وأشارت إلى أنه في حال التعرض لحروق شمسية قوية ينصح بتطبيق الإسعافات نفسها التي ذكرت سابقاً، ولكن قد تظهر على الجلد أحياناً بعض البثور بسبب الحروق، وفي حال كانت البثور سليمة وغير مفتوحة يمكن معالجتها بمطهر ووضع ضمادة على الجلد المصاب، كما يمنع تماماً فتح البثور ومعالجتها من دون طبيب، لأن مثل هذا الإجراء قد يزيد من خطر التندب أو العدوى في الجلد.

نيكول سابا تحتفل بأغنيتها الجديدة



وكالات

احتفلت الفنانة نيكول سابا بإطلاق أغنيها الجديدة «الكت كاتي» بحضور مواطنها الفنان وليد توفيق. ونشرت مجموعة من الصور التي توثق هذه المناسبة، حيث أظهرت الأجواء الاحتفالية وكيفية تحمل صورها واسم الأغنية. يذكر أن الأغنية من كلمات مصطفى حسن وألحان مصطفى العسال وتوزيع أماديو وتوزيع رقمي فيرال ويف.

من دفتر الوطن الانحدار إلى (الدستوبيا)

حسن م. يوسف



والمبادئ، في حين تعبر «الدستوبيا» عن حضيض الواقع المرير المنغلت من الأخلاق والمبادئ. صحيح أن الدستور ليست ابنة البارحة، فبعض الباحثين يرون أن جذورها تضرب عميقاً في تاريخ الأدب والفن. وبعضهم يقولون إن مسرحية «أوديب ملكاً» التي كتبها سوفوكليس، وجرى تمثيلها لأول مرة نحو ٤٢٩ ق. م هي من أقدم الأعمال الدرامية التي تتجلى فيها مظاهر الدستور، ومع أن المسرحية تؤكد بأن السعادة وهم زائف، لكنها برأيي «لا تؤكد أن الإنسان كائن مسير ولا حرية له في فعل أي شيء» كما يزعمون، فقد كان أوديب حراً عندما اختار أن يعرف الحقيقة رغم علمه أن معرفته لها ستدمره.

مناسبة هذا الكلام هو أنني لاحظت في أعمال هذا العام حضوراً متزايداً للعناصر الدستورية في أهم أعمالنا الدرامية، والمقلق هو أن الكتاب الذين أبدعوا هذه الأعمال يمزجون الدستور الخيالية بالوقائع التاريخية الحقيقية والممارسات الحياتية اليومية، وهذا أمر ينطوي على مجازفة كبرى، لأن جمهورنا، السوري بشكل خاص، يعتمد على التلفزيون كمصدر شبه وحيد للمعلومات، ما يجعل المشاهد يعتقد أن تاريخنا هو ما يراه على شاشة التلفزيون وخاصة عندما يقدم في الأماكن الحقيقية وفي سياق الوقائع التاريخية.

لست أنكر وجود الفاسدين القساة عديمي الأخلاق في مختلف شرائح مجتمعنا، بل أستطيع القول إن بعضهم يتقنون في انحطاطهم على شخصيات عوالم (الدستوبيا)؛ لكن إجرام وفساد هؤلاء لا ينفي، بل يؤكد وجود قوى خيرة مضادة تصارعهم وتحصد من أترهم. فلو كنا نعيش في دستورنا، كما توحى بعض المسلسلات، لما كان هناك الآن بلد اسمه الجمهورية العربية السورية.

تقوم الإعلانات سياق المسلسل الدرامي وتفتت وحدثه بشكل يلب عليه التعسف وعدم الدراية حيث يصل إلى المتلقي متبلاً بالمنظفات ومختلف المواد الاستهلاكية، ولهذا السبب لم أر أي مسلسل خلال الموسم الرمضاني الماضي، بل شاهدت الأعمال مسجلة وخالية من الإعلانات. نعم في كل بلدان العالم تدمج الإعلانات التجارية في سياق المسلسلات، لكن ذلك يتم بشكل مدروس، إذ تعرض الإعلانات عند فواصل محددة ولزمن محدد، ف«الطول القياسي للإعلان التلفزيوني، حسب شركة «thinkbox» المتخصصة في الإعلانات التلفزيونية هو ٣٠ ثانية» أما عندنا نحن العرب فالأمر منغلقت لدرجة الفوضى؛ فالإعلان، في معظم محطاتنا، لا يبرمج عند فواصل مدروسة، بل يزعج به بارتجال في ذروة المشهد الدرامي، وفي بعض الأحيان يأخذ هذا الأمر بعداً كارثياً عندما يعجز ممثل ضعيف الأداء رديء الصوت (مغنياً) كلمات الإعلان على لحن أغنية شائعة!

ثمة مؤشر مقلق ازداد إحساسي بخطورته مؤخراً، هو توجه أهم الأعمال الدرامية السورية التي عرضت هذا العام نحو (الدستوبيا) (Dystopia) بدرجات متفاوتة.

معنى الدستور باللغة اليونانية (المكان الخبيث) ويقصد به في عالمنا المعاصر أدب وفن «المدينة الفاسدة» الذي يركز على الجانب المرير من الواقع ويغوص في نسج المجتمع المنحل والمخيف الذي تسوده الفوضى، والخراب، والقتل، والقمع، والفقر، والمرض، وحكم القوي على الضعيف، ففي عالم الدستور يتجرد البشر من إنسانيتهم ويتحولون إلى مجموعة من الماسوخ المنغلقة التي تتصارع بضاوة. والدستوبيا تشبه اليوتوبيا من حيث إنها خيالية مثلها، فالليوتوبيا تعبر عن حلم الإنسان بعالم مثالي تحكمه الأخلاق

هل تسبب الزبدة أمراض القلب؟

وكالات

أثبت علماء أميركيون أن الزبدة ترفع مستوى الكوليسترول الضار في الدم وتسبب الإصابة بداء السكري والجلطة الدماغية، وينصحون بالتحول إلى الزبدة النباتية للوقاية من هذه الأمراض.

وأشارت الدكتورة ليديا إيونوفا خبيرة التغذية الروسية وعلم النفس، في معرض تعليقها على ذلك، إلا أن المسألة لا تتعلق بمنتهج واحد محدد، بل بمكونات النظام الغذائي للشخص، ولكن فعلاً ليس للزبدة فوائد كثيرة. وقالت: «ليست المشكلة في القطعة الصغيرة من الزبدة، بل في الدهون المشبعة الموجودة في الزبدة، التي تلعب هذه الدهون معاً دوراً كبيراً. أما بنية الزيوت النباتية (عباد الشمس والزيتون والجوز) فمختلفة، وتحتوي على أحماض دهنية متعددة غير مشبعة «أوميغا ٣» و«أوميغا ٦». وتأثيرها مختلف على أجسامنا. والأحماض المشبعة هي الدهون التي في الجسم، في حين لا ينتج الجسم الأحماض المتعددة غير المشبعة بنفسه، بل يحصل عليها من الأطعمة، نعم هذه كلها دهون، إلا أنها مختلفة تماماً وتعمل بشكل مختلف في الجسم، ولكن مع ذلك أحياناً يجب تناول الزبدة إلزامياً».

وأضافت: «يجب على النساء الحوامل تناول الزبدة بكميات معتدلة، لأنها تحتوي على فيتامينات قابلة للذوبان في الدهون». ووفقاً لها، تكمن خطورة الزبدة في احتوائها على نسبة عالية من الدهون المشبعة، التي توجد في النظام الغذائي لبعض الأشخاص وتحفز أمراضاً مختلفة.

ومن جانبها أشارت الدكتورة أولغا تشوخاتشيفا اختصاصية الغدد الصماء والتغذية، إلى أنه لتقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، يجب على كل شخص تناول الدهون المشبعة الموجودة في المنتجات الحيوانية بحذر، بغض النظر عن حالته الصحية.

حورية فرغلي: تمنيت الموت

وكالات



أثارت الفنانة المصرية حورية فرغلي جدلاً كبيراً بعد تصريحاتها التي تطلعت فيها لجوانب في حياتها الشخصية وقولها إنها «تمنت الموت»، لأن ليس لديها أسرة، ولا تنجب أطفالاً مثلما تتمنى. وقالت: «تمنيت الموت لأنني أردت أن تكون لدي عائلة، وأطفال أهتم بهم، وأراهم وهم يكبرون ويتزوجون، ولكن ربنا لم يوفقني لهذا الأمر». وأشارت إلى أنها أحبها في الأطفال حاولت أن تتبنى طفلين، وكان من ذوي الاحتياجات الخاصة، لكنهم لم يسمحوا لها بأخذ الطفلين، لأنه يشترط لذلك أن تكون متزوجة، لذلك اكتفت بأن كفلتهما، إلا أنهما توفيا بعد ست سنوات من كفالتهما لها. وكانت فرغلي قد كشفت عن ارتباطها بقصة حب في الفترة الحالية وأنها ستزوج قريباً.

عادت للحياة قبيل تشييع جنازتها

وكالات

وسط فرحة عارمة من قبل ذويها عادت سيدة مصرية إلى الحياة مرة أخرى في محافظة بني سويف، بعد الإعلان عن وفاتها وتحديد موعد صلاة الجنازة عليها. وتداول رواد مواقع التواصل الاجتماعي في محافظة بني سويف تعليقات وأخبار عن وفاة الحاجة عواطف المقيمة بمنطقة الغمراوي وعودتها للحياة واستيقاظها من غيبوبة عقب إعلان موعد صلاة الجنازة عليها. وجرى إحضار الكفن والمناداة في مكبرات الصوت بالمساجد للإعلان عن موعد صلاة الجنازة عليها، وقرب قدوم موعد صلاة الجنازة أفاقت وعادت إلى الحياة وتحول الحزن إلى فرحة كبيرة داخل منزلها والمنطقة.

تسمم جماعي في أحد المسابح

وكالات

أقادت وسائل إعلام بحوث تسمم هائل بالكولور في أحد المسابح في العاصمة البولندية وارسو. وقالت: «حدث تسمم جماعي في مسبح في وارسو، حيث ظهرت أعراض التسمم بالكولور على ٢٣ شخصاً سبحوا، ونقل رجال الإنقاذ ٢١ شخصاً بينهم أطفال إلى المستشفيات». وأشارت إلى أن جميع الضحايا كانوا في وعيهم وقت دخولهم المستشفى. وفي المجمل، تم إجلاء نحو ٦٠ شخصاً من المسبح. وقد أظهرت عينات المياه التي تم أخذها على الفور من المسبح مستويات زائدة متعددة من الكلور.