# الوطن

عينٌ على الوطن...

سورية يومية سياسية مستقلة

www.alwatan.sy

الأحد 6 تشرين الأول 2024 | الموافق 3 ربيع الآخر 1446 هـ | العدد 4331 السنة الثامنة عشرة


## فيلم «فوتوغراف» يشارك في مهرجان باكو السينمائي

**الوطن**

تشارك المؤسسة العامة للسينما من خلال الفيلم السوري الروائي القصير «فوتوغراف» للمخرج المهند كلثوم ضمن مسابقة «مواهب آسيوية» لمهرجان باكو السينمائي الدولي بدورته الخامسة عشرة في باكو عاصمة جمهورية أذربيجان.
ويتنافس الفيلم الذي ألفته بثينة نعيسة مع تسعة أفلام روائية على جوائز مسابقة مواهب آسيوية من عدة دول منها سورية وفلسطين وتركيا وباكستان وكوريا وقيرغيزستان وإيران.
وتدور أحداث الفيلم حول تأثيرات الحرب السورية وما بعد الحرب على الطفل السوري والعمالة التي تفرض عليهم للوقوف إلى جانب عائلاتهم لتقديم الدعم المالي لهم مقابل الاستغناء عن حقوقهم التعليمية.
ويتحدث عن الأثر الذي تعرضوا له فيما بعد الحرب، إضافة إلى أنه يطرح منعكسات الأزمة وصراع الإنسان من أجل البقاء.
يذكر أن الفيلم من بطولة كل من الفنانين سليمان الأحمد وغالب شندوبة وجمال العلي وصفوح ميماس وعتاب أبوسعدة.

## خصائص صحية فريدة للرمان

**وكالات**

أكدت الطبيبة أوكسانا ميخاليفا، اختصاصية الغدد الصماء وخبيرة التغذية أن للرمان خصائص صحية فريدة ويمكن أن يكون مفيداً في حالة الإصابة بالعديد من الأمراض.
ووفقاً لها، تحتوي ثمار الرمان وبذوره على العديد من المركبات النشطة بيولوجياً، ما يزيد من اهتمام العلماء والباحثين به.
وقالت: «تشير نتائج دراسات علمية مختلفة إلى أن للرمان خصائص قوية مضادة للأكسدة والميكروبات والسرطان، وهناك معلومات تشير إلى فائدته في حالة متلازمة التمثيل الغذائي وأمراض القلب والأوعية الدموية والغدد الصماء والروماتيزم وحتى الأورام وأمراض تجويف الفم، كما يؤثر إيجابياً في حالة الجلد».
وأشارت إلى أنه يمكن تناول حبات الرمان الفتية مع بذورها، لأنها تحتوي على ألياف غذائية ما يزيد من فوائد الرمان وقيمته الغذائية. وللألياف الغذائية التي غالباً ما يفتقر لها النظام الغذائي للكثيرين فوائد عديدة بما فيها الوقاية من سرطان الأمعاء، وإخراج المواد الضارة من الجسم وتحسين عمل الجهاز الهضمي.

## ماجدة الرومي: من يساند لبنان يشهد لإنسانيته وضميره

**وكالات**

عبّرت النجمة اللبنانية عن ألمها وحزنها وتضامنها مع أبناء بلدها ضد وحشية العدوان الصهيوني في رسالة صوتية نشرت عبر مواقع التواصل الاجتماعي.
وما جاء في الرسالة: «إذا كانت هذه هي ديمقراطيتهم واحترامهم لحقوق الإنسان، وإذا كانت عدالتهم أن يهدموا بيوتاً على رؤوس الأطفال والعزل والشيوخ من دون رحمة وبوحشية لم يمارسها حتى هتلر، أن يبيدوا قرى عن وجه الأرض.. من يساند اليوم لبنان ويقف معه، يشهد لإنسانيته وضميره».
وأضافت: «من يساندنا اليوم فإنه يساند السماء والأرض، ويساند الكرامة العربية. في هذه الليلة الحزينة، ورغم معرفتي بألا شيء يمكن أن ينال من صمود اللبنانيين، إلا أنني أيضاً أضم حزني لحزنهم ودموعي لدموعهم وصلاتي لصلاتهم».

من دفتر الوطن

## دين القوة

**حسن م. يوسف**

أعتقد أن عقائد وقناعات كل كائن تشبهه، ومن يتأمل في التاريخ يجد أن اليهود قد كوّنوا إلههم على صورتهم ومثالهم، وجعلوه يبيح لهم ممارسة مختلف أشكال العنف ضد الآخر، لا كحق وحسب، بل كأمر إلهي مقدس. وهذا يتبدى بجلاء في أسفار اليهود، خاصة الخمسة الأولى منها التي تدعوهم مباشرة لممارسة الإبادة بحق الـ«الأغيار»– الـ«غوييم». والـ«غوييم» كلمة عبرية معناها الحشرات التي تزحف في جموع كبيرة، وقد أطلقها العنصريون اليهود منذ القدم على بقية البشر. وبمرور الوقت ركزوا في هذه الكلمة كل عنصريتهم إذ باتت «غوييم» تعني الآن «المنحطون السفلة الموغلون في القذارة المادية والروحية والفكرية».
وقد بنى الصهاينة منظومتهم الفكرية على أساس أساطير اليهود القديمة، خاصة «أرض الميعاد». و«شعب الله المختار». وهم ليسوا وحدهم الذين تلقوا مثل هذا الوعد المقدس، فالنصوص القديمة في هذه المنطقة تكشف أن جميع الشعوب تلقت وعوداً شبيهة من آلهتها، تسمح لها بسكن الأرض، بدءاً من بلاد النهرين إلى مصر مروراً بالحثيين. ففي مصر وعلى مسلّة الكرنك التي أقامها تحوتمس الثالث بين «1480 – 1475 ق. م» نجد وعداً على لسان الإله: «إني أمنحك بقرار، هذه الأرض، بالطول والعرض. إني جئت وأعطيت الحق في سحق أراضي الغرب». غير أن اليهود وحدهم يعتبرون وعدهم الأسطوري بمنزلة صك ملكية شرعي صادر عن دائرة المصالح العقارية السماوية!
وقد غالى الصهاينة في استثمار الأساطير المقدسة التي ورثوها عن قدماء اليهود حتى باتوا يظنون أنهم خلقوا من عنصر الله: «أنا قلت إنكم آلهة، وبنو العلي كلكم». «مزمور 82». وهم لم يغالوا في تقديس أنفسهم وحسب، بل غالوا في تحقير بقية شعوب العالم، إذ وصفوها بأنها مخلوقات حيوانية لا قيمة لها! وهذا ما تجلى في كلام وزير الحرب الصهيوني غالانت في بداية الحرب الإجرامية على غزة: «نحارب حيوانات بشرية.. لا كهرباء ولا طعام إلى قطاع غزة».
صحيح أن البشر كائنات عنيفة، والتاريخ يشهد بوضوح على ذلك، غير أنه، بحدود معلوماتي، لا يوجد في تاريخ الأديان عبارة تدعو لإبادة «الآخرين» بوحشية، كما جاء في «سفر التثنية» حيث جاء بالحرف: «فَضَرْباً تَضرب سكّان تلك المدينة بحدّ السيف/ وتحرّمها بكلّ ما فيها مع بهائمها بحدّ السيف/ تجمع كلّ أمتعتها إلى وسط ساحتها/ وبالنار تحرق المدينة وكلّ أمتعتها كاملة للربّ إلهك/ فتكون خرابا إلى الأبد لا تُبنى بعد».
والأمر الشنيع الذي لا يريد الإنبطاحيون العرب فهمه هو أن الصهاينة يقدسون هذه الممارسات الوحشية ويصورونها على أنها بطولات يجب استعادتها! لذا يلقنونها لأطفالهم كوقائع لا كأساطير، وقد شاهدت قبل كتابة هذه الكلمات بقليل فيديو لأب صهيوني يقرأ قصة لطفله يزعم فيها أن لبنان لهم، تكريساً لما جاء في سفر «التثنية 11/23»: «ويهوه يطرد جميع الشعوب من أمامكم، فترثون شعوباً أكبر وأعظم منكم. كل مكان تدوسه بطون أقدامكم يكون لكم، من البرية ولبنان، ومن نهر الفرات إلى البحر الغربي يكون تخمكم». ولهذا لا يعترف الكيان السرطان بوجود حدود نهائية له!
تمر اليوم الذكرى الحادية والخمسون لحرب تشرين التحريرية، التي داس فيها الجندي العربي على رأس الأفعى الصهيونية. من المعروف أنه بعد حرب تشرين اتخذت الأمم المتحدة قراراً في عام 1975 باعتبار الصهيونية «صورة من صور التمييز العنصري». لكن اختراق الصهاينة للجسد العربي وتخاذل الحكام جعلا الأمم المتحدة تلغي ذلك القرار في عام 1991.
يثبت هذا لمن لديه عقل أن المقاومة هي السبيل الوحيد لاسترداد الحقوق، وأننا نعيش في عالم لا دين له سوى القوة والغلبة.

## خنق جده حتى الموت

**وكالات**

أقدم شاب على قتل جده المسن بعد سرقته في محافظة الإسماعيلية، وفرّ هارباً.
وكشفت التحريات أن آخر من كان في مكان الجريمة، هو حفيد الضحية، وهو شاب معروف بسوء السلوك، وبمواجهته بتحريات المباحث الجنائية اعترف بسرقة جده بعد توصيله إلى منزله.
وقال الحفيد: إنه قام بتوصيل جده إلى منزله قبل أيام، وبعد توصيله أقدم على سرقة أمواله، واكتشف الجد الأمر، فدارت بينهما مشاجرة، انتهت بخنق الشاب لجده حتى الموت، وبعد تأكده من أن جده لفظ أنفاسه الأخيرة فر هارباً من المنزل بعد إغلاقه كأن شيئاً لم يكن، حتى لا ينكشف أمره.

## عارضة أزياء تصعّد مواجهتها مع نيمار

**وكالات**

كشفت عارضة الأزياء المجرية السابقة، جابرييلا جاسبار، تطورات جديدة في قضيتها ضد نجم الكرة البرازيلي نيمار دا سيلفا جونيور، لاعب نادي الهلال السعودي، فيما يتعلق بدعوى إثبات أبوة ابنتهما جازمين، البالغة من العمر 10 سنوات، حيث طالبت بإجراء اختبار الحمض النووي لنيمار لإثبات النسب.
وصرحت بأنها لم تتلق أي رد من نيمار أو عائلته، على الرغم من إرسالها صوراً متكررة للطفلة جازمين. كما أكدت أن محاميها حاول التواصل مع النجم البرازيلي من دون جدوى، ما اضطرها للجوء إلى الإعلام بعد إخفاق محاولاتها حل القضية خارج نطاق القضاء.
ورغم التصعيد الإعلامي، أكدت جاسبار أنها ما زالت تزال تفضل التوصل إلى حل ودي مع نيمار بعيداً عن القضاء، لتجنب تأخير الحلول، وضمان التواصل بين ابنتها وعائلة والدها.

## بدائل سهلة للتخلص من إدمان السكر

**وكالات**

في إطار إيجاد حلّ لمشكلة إدمان السكريات التي يعاني منها الكثير من الأشخاص، وجد الباحثون أن السكر يقلل من توفر مستقبلات المواد الأفيونية والدوبامين في أدمغتنا. وبالتالي ينشط السكر مراكز المكافأة والمتعة في أدمغتنا بالطريقة نفسها التي تعمل بها المواد المسبّبة للإدمان.
وفي هذا السياق، عدَّد خبراء الصحة مجموعة من الأطعمة التي يمكن أن تساعد في كبح الرغبة بتناول السكريات، منها:
– الفواكه: عندما يشعر الناس بالرغبة الشديدة في تناول السكر، فإنهم يلجؤون إلى الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية، ولكن استبدال الوجبات السريعة بالفاكهة عندما تشتهي السكر قد يمنحك الحلاوة التي تحتاج إليها، ويكبح رغبتك في تناولها.
– الشوكولا الداكنة: الشوكولا من أكثر الأطعمة التي يفضّلها الناس عندما يشتهون الحلويات وبالتالي إذا كنت تشتهي الشوكولا، يمكنك اتخاذ خيار صحي أكثر من طريق تناول الشوكولا الداكنة، التي تحتوي على نحو 5 مرات من مادة البوليفينول أكثر من الحليب والشوكولا البيضاء، في حين تحتوي على كمية أقل بكثير من السكر.
– التمر: على الرغم من أن التمر يحتوي على نحو 70 بالمئة من السكر، فإنه مغذ جداً، وقد يساعد في كبح الرغبة بتناول السكر.
– البطاطا الحلوة: من الخضار المغذية والغنية بالكربوهيدرات والألياف، وعدد من الفيتامينات والمعادن، بما في ذلك الفيتامينان «إي» و«سي» والبوتاسيوم.
قد تساعد إضافة البطاطا الحلوة في وجباتك، في مكافحة إدمان السكر، عن طريق إضافة السعرات الحرارية إلى وجباتك وجعلها أكثر توازناً.

## طالب يقتل أستاذه طعناً

**وكالات**

أقدّم طالب عشريني في جامعة مؤتة بالأردن على طعن أحد أعضاء هيئة التدريس بوساطة أداة حادة، عقب خروجه من المسجد، في حين أكد مصدر أمني أن القاتل يعاني أمراضاً نفسية.
ووقعت الحادثة عقب خروج الضحية من صلاة الفجر في مسجد داخل الجامعة، ورغم محاولات إسعاف الدكتور أحمد صالح الزعبي، فإنه فارق الحياة في المستشفى متأثراً بجروحه.
وسلّم المتهم نفسه للمركز الأمني، وضبطت الأداة الحادة التي استخدمها لارتكاب جريمته، في حين تبين بعد التحقيق أن المتهم يعاني من أمراض نفسية ويراجع عيادات نفسية.