



من دفتر الوطن

## عقل للإيجار!!

عصام داري

حاصرتني المشكلات من كل حدب وصوب، مثلي مثل ملايين المواطنين السعداء، الأمر الذي جعلني أصاب بالصداع منذ أكثر من شهر. هي مشاكل عادلة تنتعرض لها يومياً، لكن التفكير فيها يشغلاً بالإحباط وخيبات الأمل ووجع الرأس، لذا من الأفضل الابتعاد قدر الإمكان عن التفكير. لذا قررت وضع عقلي على وضعية التشغيل الآلي، كما يحدث فيقيادة الطائرات، وما عليه إلا أن يبحث عن أفضل الحلول لهذه المشكلات فقد تفديني، وبالتالي سأنشر الفوائد المرتاجة فربما يستفيد منها الناس أصحاب المشكلات المشابهة فنان الأجر والثواب.

بالفعل توصل عقلي لحلول الكثير من المشكلات اليومية، فقررت أن أذكر بعضها بغرض اطلاع الجماهير الكادحة عليها.

عن مشكلة الحصول على الخبز توصل عقلي وهو في وضع «التشغيل الآلي» إلى حل مذهل، فاما أن أتناول الكاتو بدلاً من الخبز، أو أعود نحو مئة سنة إلى الوراء، حيث يتم عجن الطحين في البيت وخبزه على فرن بدائي كما كانت تفعل الجدات، وهو خبز شهي وأفضل ألف مرة من الخبز الذي نشتريه من أفران مؤسسات الخبز والطحين والعجين!.

بالنسبة للغلاء الفاحش فالحل يأتي من السيد السياسي الذي قال: إذا كانت السلعة غالية فلا نشتريها، وننفع الحل يا سيدي الرئيس!.

وعن المشكلات المتعلقة بالسيارة من توفير البنزين والزيت والصيانة، فالحل هو أن نبيع سياراتنا ونستعيض عنها إما بالدراجات الهوائية أو تلك التي تعمل على البطارية، أو العودة إلى حصر الدواب والحبيب، وهي وسيلة تنقذ مضمونة.

نأتي إلى مشكلة كل شتاء، أي التتفاق، وبما أن الخمسين ليتراً التي توفرها لكم الحكومة لا تكفي سوى أيام معدودات، فإن عقلي اقترح عليكم الحلول: فاما أن تعودوا إلى عصر الطحبي والتقطيب ومدافن القونط التقديمة، أو اللجوء إلى وسيلة مجربة وهي البطانيات والثياب الثقيلة، والطاقة الشمسية إن استطعتم إليها سبيلاً.

لا شك أن مشكلة تأمين السكن من المشكلات العويصة، فالبيت يعني الوطن ومن لا يملك بيته لا وطن له، كما قال الرحال محمد الماغوط، وأسعار البيوت صارت بالمليارات وليس بالملايين، لذا فقد توصل عقلي إلى حل عبقري، وهو أن تجتمع عدة أسر وتستأجر بيتها بتوسيعها من غوائل الدهر.

وهذا حل بديل هو أن يقوم الناس بشراء خيم «جمع خيمة» ونصبها في محيط المدن، وعندنا والحمد لله أراضٍ كثيرة صالحة لإقامة مخيمات مؤقتة أو دائمة بانتظار إيجاد حل ثئابي لازمة السكن بعد عمر طويل جداً.

لا تنسوا أن هذه الحلول المبدلة توصل إليها عقلي في ساعة من الزمن وهو في وضعية التشغيل الآلي، أي إنني لست مسؤولاً عن هذه النتائج الخنفساوية التي قد تجرب بعض الناس.

وإذا أتي غير قادر على التفكير في الحالة العادي، ولا في حالة تشغيل عقلي آلياً، فإنه أعلم عرض عقلي للبيع، وأعد من يود أن يشتريه بأنني سأكون متلهواً في السعر، مع ملمسة.

## أمل عرفة: ابنتاي جزء مهم من حياتي



الوطن

تحدث النجمة أمل عرفة عن العلاقة المميزة التي تجمعها بابنتيها سلمى ومريم ووالدهما التجم عبد المنعم عماري، واصفةً إياه بأنه جزء من العائلة رغم انفصالهما منذ سنوات. وقالت خلال برنامج «إخلاء سبيل»: «ابنتاي جزء مهم من حياتي، وأحاول أن أسعدهما بكل الوسائل، نحن متقاربات في كل شيء حتى في الشكل والحجم، إذ نتبادل الملابس كاننا صديقات».

كما استرجعت ذكريات نصيحة والدها لها بالتسجيل في المعهد العالي للفنون المسرحية، وقد دربها النجم الرحال طلحت حمدي، حيث قالت: «تقدمت لامتحان وثبتت المرتبة الأولى وأتنى لو أن في إمكاني استرجاع شهر واحد من تلك المرحلة».

## علامات قد تكون دليلاً على الإصابة بالسرطان

وكالات

أكد تقرير طبي أن هناك أعراضًا وعلامات عدة قد تكون دليلاً على إصابة الشخص بمرض السرطان، ومن الضروري التنبه لها ومراجعة الطبيب، لأن علاج أي مرض يكون أسهل عند اكتشافه مبكراً.

وأكَّد التقرير أنه يمكن العديد من حالات الاكتئاب إلى الإنفلونزا، أن يجعلك تشعر بجوع أقل، ويمكن أن يكون للسرطان هذا التأثير من خلال تغيير عملية التمثيل الغذائي لديك، وهي الطريقة التي يحول بها جسمك الطعام إلى طاقة.

كما يمكن لسرطان المعدة والبنكرياس والقولون والمبيض أن يضغط على المعدة، ويجعلك تشعر بالشبع الشديد لدرجة تمنعك من تناول الطعام.

ويمكن أن تزحف الأورام السرطانية، ولكن قد يحدث الشيء نفسه مع مجموعة من المشاكل الصحية الأخرى، مثل القرحة والبواسير والالتهابات أو الجروح. وبالتالي واحدة من الطرق المستخدمة لمعرفة مصدر الدم تكون من خلال لونه الغاتق أو الداكن. فاللون الأحمر الداكن قد يعني أن التزيف يحدث في المستقيم أو نهاية الأمعاء، وغالباً ما يكون في مكان ما في الجهاز الهضمي، أي المريء أو المعدة أو الأمعاء. أما اللون الداكن فيعني أن التزيف قد يأتي من الأعلى، مثل قرح المعدة.

أما الدم في البول فقد يكون علامة تحذيرية لوجود مشكلة في المسالك البولية، كما قد يسبب سرطان الكلى أو المثانة هذه الأعراض.

وبالنسبة للسائل الدائم فيمكن أن يسببه البرد أو الإنفلونزا، ولكنه أيضاً أحد الأعراض المحتملة لسرطان الرئة، إلى جانب علامات تحذيرية مثل الصرد وفقدان الوزن وبحة الصوت والتعب وضيق النفس.

بدوره فإن التعب الشديد هو أحد أكثر أعراض السرطان شيوعاً، ويرتبط بالإرهاق الدائم.

وأخيراً فإن الكلمة في الرقبة قد تكون عدوى بسيطة، ولكنها أيضاً تحذير مبكر من سرطان الغدة الدرقية.

## رمي زوجته الدامل من الطابق الرابع

وكالات

قتل جزائري زوجته بالقائمة من الطابق الرابع في ولاية تيبازة غرب العاصمة الجزائر، ورغم أنها لفظت أنفاسها على الفور فإنه نزل مسرعاً لإحراق جثتها لولا منهعه من طرف الجيران.

وبعد رميها، لفظت الضحية أنفاسها على الفور، غير أن زوجها لم يكتف بذلك ولكنه حاول الحاق بها بإحراق جثتها، غير أن عناصر مصالح الحماية المدنية والأمن وصلوا لنقل الجثة.

## عرس يتحول لجناء

وكالات

شهدت محافظة الإسكندرية شمال مصر، واقعة مأساوية، راح ضحيتها شخص وأصيب 5 آخرون بجراح في مشاجرة خال حل زفاف على باب أحد قاعات الأفراح، وتدين حدوث مشاجرة بين طرف أول توقي بين طرف أول توقي في حين أصيبت زوجته بجروح متفرقة إلى جانب خطيبته، وأما الطرف الثاني فيتناهى من سبعة أشخاص، أربعة منهم مصابون بجروح وكسور متفرقة، واعتدى كل من الطرفين على الآخر بالأسلحة البيضاء الحديثة ما بهم من إصابات بسبب معاكسة اثنين من الطرف لسيدتين من الطرف الأول.

## فوائد لقصص ما قبل النوم للأطفال

وكالات

تكمِّن إحدى أهم مزايا قراءة القصص قبل النوم في قدرتها على تعزيز الرابطة العميقية بينك وبين طفلك، كما أن قراءة القصة معاً، تقدم فرصة ثمينة لقضاء وقت جيد.

فضلاً عن ذلك، تعلم حكايات ما قبل النوم كمحفز لتنمية خيال طفلك وابداعه، فهي تعرضه لأفكار جديدة وتساعده في فهم تعقيدات العالم.

وتعزز القراءة المنتظمة للأطفال شغفهم بالمطالعة، وتشجعهم على أن يصبحوا قراءً يعتمدون على أنفسهم، كما يمكن أن تعزز هذه العادة فهمهم للقراءة وطلاقة لسانهم وقدرتهم على حمو الأمية العامة.

ومفرданه، من خلال التعرض لكلمات جديدة.

ويمكن لطفلك أن يتعلم التعرف على هذه المشاعر والتعاطف معها، والتي يمكن أن تكون أداة قيمة في تعزيز الذكاء العاطفي لدى طفلك، من خلال قراءة القصص التي تعرض مجموعة من الشخصيات التي تختبر مشاعر مختلفة.

وتلعب القصص دوراً حيوياً في تعزيز خيال طفلك والتفكير الإبداعي، ويلهم التعرض لمجموعة متنوعة من الشخصيات والأطفال لاستخدام خيالهم لصياغة حكاياتهم وشخصياتهم الخاصة.

كما تلعب القراءة دوراً محورياً في تعزيز تطور الكلام وقدرات الصوت لدى طفلك، وتعرضه لمجموعة أوسع من الكلمات والأصوات التي قد لا تكون جزءاً من محادثاته اليومية، وبالتالي المساعدة في توسيع المفردات وتعزيز مهارات اللغة.

ويتطلب الاستماع إلى القصص من الأطفال التركيز من أجل فهم السرد، وبالتالي تحسين تركيزهم وانتباهم، مما يساعد في التفاعلات الاجتماعية والتواصل.

وتعتبر قراءة القصص فرصة للأباء لتعريف أطفالهم لقصص وشخصيات جيدة، إضافة إلى إعادة مشاركة الحكايات المحبوبة من حفلاتهم.

ونقدم القصص دروساً وقيماً ومقاهيم أخلاقية مهمة لطفلك. كما يمكن أن تتطور رواية القصص إلى طقوس عائلية جيدة، وروتين يلي للقراءة معًا يعزز الشعور بالاتساق والأمان لدى الأطفال.

## شاكيرا تعود إلى عالم الحيوانات

وكالات



تعود النجمة الكولومبية شاكيرا إلى عالم الحيوانات في الجزء الثاني من فيلم «زوتوبি�ا».

وقالت في الفيديو الذي تضمن لقطات من الجزء الأول من الفيلم وهي تؤدي مع راقصيها الاحتياطيين من التمور: «هذا صحيح، لقد عادت «غازيل» ولديها مظهر جديد وأغنية جديدة وبالطبع حركات رقص جديدة، فقط انتظروا حتى تروا ما كانت تعلم عليه هي وراقصاتها التمور. أعلم أنكم ستحبونه، هذا كل ما يمكنني مشاركته الآن، ولكنني أخطل إلى روبيكم جميعاً في جولتي العام المقبل وسأراكم في السينما العام المقبل».

ولعبت شاكيرا دور «غزال» في الجزء الأول من الفيلم الذي عرض عام 2016، ومن المقرر عرض الجزء الثاني في 26 تشرين الثاني عام 2025.

## أجبروه على ارتداء ملابس نسائية!

وكالات

أقدم عدد من الأشخاص على إهانة أحدهم وتصويره أثناء اجباره على ارتداء الملابس النسائية في صعيد مصر، وأنشر مقطع فيديو للأشخاص حيث تصوّر آخر أجباره على ارتداء ملابس نسائية لإهانته وتهديه أمام أعين الجميع لسبب غريب.

مرتكب الواقعه هم 3 عمال، حيث قاموا بالتعدي بالضرب على الشخصية بمقطعي الفيديو وتجريده من ملابسه، ولكتني أخطل إلى روبيكم جميعاً في جولتي العام للانقسام منه بسبب خلافات أسرية بينهم.

وبعد ضبط المتهمين الثلاثة، أقرّوا بارتكابهم الواقعه، مطلين ذلك بقيام المجنى عليه بالتعدي بالضرب على زوجة أحدهم في وقت سابق.