



# البعث

يومية سياسية ناطقة باسم حزب البعث العربي الاشتراكي تأسست عام ١٩٤٦

الاثنين ٢٢ شباط ٢٠٢١ العدد ١٦٨٦٥

- تواضع المخازين في "السورية للتجارة" لا يخدم التدخل الإيجابي
- غياب الكتب والمختصين أجبط مستوى طلبة اللغة الروسية
- الجهاز الطبي السوري في مرمى الاستهداف؛ أعباء وضغوط اقتصادية
- المختلف في توزيع الدفعة الـ 16 لخريجي "الوطني للإدارة"؟!

## الشعب الحزبية تواصل عقد مؤتمراتها

### الهلال: الابتعاد عن الطروحات التجميلية وملامسة هموم المواطنين

واصلت الشعب الحزبية في فروع الحزب بالمحافظات والجامعات عقد مؤتمراتها السنوية بحضور الرفيق الأمين العام المساعد المهندس هلال الهلال والرفاق أعضاء القيادة المركزية. وأشار الرفيق الهلال إلى إيجابيات الحوارات والنقاشات التي سادت المؤتمر، والتي تشكل الأساس لتطوير عملنا الحزبي ونستفيد منها جميعاً، مع أن بعض الطروحات منفصلة عن الواقع، ومازلنا في الشعب نفتقد ثقافة المؤتمرات، ونحن بحاجة للارتقاء بعملنا، فالمؤتمرات محطات تقييمية لسلاسلنا ومازلنا في طور التجميلي، ونحن يجب أن نقتصر ما نفذ وما لم ينفذ، ولم يرد في التقارير، وما ورد من مقترحات وتوصيات تحتاج إلى إمكانيات كبيرة ليست موجودة حالياً وقد تكون هناك أسباب موضوعية وأخرى لا موضوعية يجب أن تحاسب عليها القيادات.

التفاصيل ص ٢ - ٣



بحضور عزوز.. شعب السويداء الحزبية تعقد مؤتمراتها

## افتتاح ممر في ترنية لاستقبال الأهالي

### الراغبين بالعودة إلى مناطقهم المحررة من الإرهاب

وقال محافظ إدلب محمد نتوف إنه تم تجهيز طاقم طبي كامل مع عيادة متنقلة وسيارة إسعاف مجهزة لاستقبال الأهالي الراغبين بالعودة وتقديم الخدمات الطبية اللازمة عند المرور إضافة إلى تجهيز الهلال الأحمر العربي السوري فرقا ستكون مهمتها تقديم المساعدة للراغبين بالعودة.

وأوضح أن الأمانة العامة لمحافظة إدلب جهزت مركزاً للإقامة المؤقتة للعائلات والأشخاص الراغبين بالعودة في حي السبيل بمدينة حماة وسوف يتم تقديم كل التسهيلات اللازمة لضمان عودة الأهالي إلى منازلهم في القرى المحررة من الإرهاب.

من جانبه قال محمد وتي رئيس فرع الهلال الأحمر العربي السوري في إدلب وحماة إنه تم تجهيز ٣ فرق تابعة للمنظمة لتقييم وضع الأسر العائدة عند المرور وتقديم الخدمات الإنسانية إضافة إلى تأمين وصولها إلى مركز الإقامة المؤقتة بمدينة حماة.

وكانت وحدات الجيش العربي السوري بالتعاون مع محافظة إدلب فتحت الممر في العام الفائت لاستقبال الطلاب الراغبين بالخروج لتقديم امتحانات شهادتي التعليم الأساسي والثانوية العامة لكن التنظيمات الإرهابية منعت الطلاب من الخروج.



بهدف استقبال الأهالي الراغبين بالخروج من مناطق سيطرة التنظيمات الإرهابية إلى بلداتهم وقراهم التي تم تحريرها من الإرهاب.

أنهت محافظة إدلب، بالتنسيق مع وحدات الجيش العربي السوري والهلال الأحمر العربي السوري، تحضيراتها لفتح ممر ترنية في منطقة سراقب بريف إدلب الشرقي صباح غد

## بمساندة الاحتلال الأمريكي ميليشيا قسد تختطف ثلاثة مدنيين من الشدادي



واصلت ميليشيا "قسد" المرتبطة بالاحتلال الأمريكي ممارساتها الإرهابية بحق المدنيين في مناطق انتشارها بالجزيرة السورية واختطفت بمساندة من حوامات الاحتلال ثلاثة مدنيين من مدينة الشدادي بريف الحسكة الجنوبي.

وذكرت مصادر محلية أن مجموعات مسلحة من ميليشيا قسد داهمت تجمعا للسيارات والآلات الهندسية الثقيلة في مدينة الشدادي بريف الحسكة الجنوبي واختطفت ثلاثة مدنيين واقتادتهم إلى مقر قاعدة الاحتلال الأمريكي في المدينة.

وأشارت المصادر إلى أنه رافق حملة المداهمة تحليق مكثف لطيران الاحتلال الأمريكي المروحي والمسير على ارتفاع منخفض ما أثار حالة هلع وخوف بين السكان.

في الأثناء، أقدم مسلح من ميليشيا قسد المرتبطة بالاحتلال الأمريكي على قتل امرأة رماً بالرصاص في مخيم الهول الذي تسيطر عليه الميليشيا شرق مدينة الحسكة.

وبينت مصادر محلية من المخيم أن خلافاً نشأ بين امرأة من قاطني المخيم وأحد مسلحي الميليشيا على خلفية مطالبته بمبلغ مالي كانت دفعته له ليهربها خارج المخيم وكانت ردة فعله بإطلاق النار عليها مباشرة فأصابها بعدة عيارات نارية ففارت الحياة.

وفي إطار حملات المداهمة التي تنفذها الميليشيا في المخيم لفتت المصادر إلى أن مجموعات مسلحة تابعة للميليشيا داهمت القسم الأول من المخيم وسط معارضة قاطنيه ما دفع أحد مسلحيها إلى إطلاق النار ما تسبب بمقتل رجل وإصابة امرأة.











## فقد . . الكتب!

قهر يتملكني، ويشق عليّ، ويبعثر روعي هنا وهناك، كلما سمعت أن أديبا أو كاتباً اضطرته ظروف الحياة وشجونها لبيع مكتبته كي تغدو الكتب طعاماً وشراباً وثياباً وسترة حال، بعد أن أنفق أجمل سنوات عمره وهو يجمعها لتصير مرجعية له، وأصدقائه وزهوية لا يشعر بجمالها إلا من جالسها وتعلم منها، وقد بادلت الأجوبة بالأسئلة، والامتلاء بالحيرة، والصواب بالتوهان، والرضا بالسخط، والهدأة بالشغب.

ليس من شيء أعلى وأهم وأبدى، عند الكاتب، من مكتبة تجاوره وتحيط به حتى لتصيرها حاضرة حضور أولاده، وأمانيه، وكلما تنفّس أو نادى أو سأل أو أنهمم، أو اختنق كانت هي فرجه ونافذته ودبره إلى كل مرتجي ومأمول، والأخبار والقصص والحكايات (القديمة والحديثة) الدائرة حول الكتب التي يسمع بها الكاتب، أو التي تقرّظ أمامه، أو التي يحتاج إليها.. كثيرة جداً، وليس المجال متاحاً الآن لاستعراض بعضها، وفيها الكثير من العبرة والدروس، مثلما فيها الكثير من المشاق والمتاعب والمساهرة، ولعل قصة الحصول على كتاب (كليلة ودمنة) قصة مشهورة يعرفها الكثيرون، وفيها المعاني النقال التي تبذل من أجل الحصول على كتاب ذاع صيته، وانتشرت شهرته في بلاده وما حولها.

أقول هذا عن الكتب ومكتبات الأديباء، لأن أديبا ناقداً، ومتقفاً ملء العين وال خاطر، في بلد مجاور لنا، أعلن عن بيع مكتبته التي جمعها في أمكنة الاغتراب التي عاش اجتماعها كتاباً كتاباً، وكان استحواده على كل كتاب ابتغاه نصراً وفرحاً وتعزيزاً لروح الكاتبة، أعلن عن بيع مكتبته، وأشار إلى أنها تشمل ثلاثة آلاف من الكتب العزيزة لأن شؤون الحياة ومتطلباتها لتحصره، وأنه مكره على فعل هذه الفعلة غير الحميدة، لأن كتبه عاشت معه وقائع حياته من جهة فخرت أفراده وأحزانه، وكانت أول من يشعر بانأته وغصاته وزفراته وأشواقه إليها مثلما عرفت وقائع تأليفه لكل الكتب التي أصدرها من جهة أخرى، لهذا فإن العلاقة بينهما علاقة انتظار وخصب وعودات، لا بد منها للاستزادة المعرفية والامتلاء العقلي، أي علاقة استقرار تقف بوجه هذا الصخب الثقافي الذي لا يفضي إلى شيء، وبوجه هذا التهافت السياسي والارتقاء في أحضان الأعداء، وبوجه غياب المعايير الأخلاقية مما جعل السواد يندلق على البياض فيصير الرمادي مهوى للنفوس والعقول والخطا التي لم تعرف نعمة الإصدار.

الكتب بالنسبة للكاتب قلعة الأوفى، وحصنه المكين، ومن دونها يشعر بأنه ضعيف، وبلا سند، وبلا أصدقاء، وبلا عزوة، خطوطه وتعليقاته على حواشيتها وهوامشها هي مساراته الثقافية ودروبه التي مشتها خطاه وخواطره وأحلامه الإبداعية والكتابية، إنها، وعلى نحو ما، هي سيرته التي يعتز بها ويفتخر، ولكن تأتي لحظة ملأى بالعجز والحيرة تجعله يعلن عن بيعها، وهو بذلك يعلن مكرها تخلية عن تلك اللحظات الحميمة التي جمعتها بكل كتاب من كتب مكتبته، وبكل فكرة نبيلة بحث عنها كما يعلن عن تخلية عن قصص شرائها أو اقتنائها، ومن أي مكان، ومن أي يد وصلت إليه، وكيفية هذا الاقتناء، والأفراح التي سكنت روحه حين سكنت تلك الكتب بين يديه أو فوق رفوف مكتبته، ألا يعني أمر كهذا الإعلان عن بيع روحه وحياته وثقافته وأصدقائه وسعادته وقلعته الأوفى وحصنه المكين؟! بلى يعني هذا، وأكثر، لهذا قال غوته، نجمة الألمان، الكتب حياتنا، وفقدنا فقد الحياة. فهل من عين ترى، أو أذن تسمع، أو بصيرة تعي الآم الفقد، فقدت الكتب التي تعادل في غيابها فقد الأعزاء من حولنا؟.

حسن حميد

Hasanhamid55@yahoo.com

## خطأ في تحضير العصائر يهدد السلامة



السرعة العالية والاحتكاك، وهذا على الأرجح هو السبب في أن العصائر المخلوطة تحتوي على أقل كمية من المركبات المفيدة. ووفقاً للدراسة، فإن صنع العصير بسرعات منخفضة يقلل من الحرارة، ووجد أنه ينتج أكبر كمية من هذه المركبات الصحية. ووجد الباحثون أن العصائر التي تحتوي على كمية كبيرة من الألياف والمخلوطة بسرعات منخفضة (أو اليدوية)، تحتوي على أكبر قدر من مثبطات "α-amylase"، التي تلعب دوراً في التحكم بمستويات السكر في الدم بعد الأكل، وأشار الباحثون إلى أن تقنيات العصر المختلفة يمكن أن تنتج فوائد صحية مختلفة وفريدة من نوعها في نهاية المطاف.

حذر باحثون من أن هناك بعض الطرق الخاطئة في تحضير العصائر تؤثر على صحتهم، ونشرت الجمعية الكيميائية الأمريكية دراسة جديدة ركزت على طرق وأساليب تحضير العصائر المنزلية، أشارت خلالها إلى وجود بعض العادات المنزلية، إضافة إلى اتباع بعض طرق التحضير، التي تفقد هذه العصائر قيمتها الغذائية والصحية. وبيّنت الدراسة أن اتباع أساليب العصر الحديثة مختلف تماماً عن أساليب العصر التقليدية القديمة، حيث كانت تعصر ثمار البرتقال والليمون من خلال عصارة اليد المنزلية، أما اليوم فيتم شراء العصارات الكهربائية السريعة التي تستطيع تنفيذ مهمة العصر بسرعة فائقة.

وقام باحثون من جامعة تكساس "إيه أند إم" بتقييم تأثير العديد من تقنيات العصر المنزلي، بما في ذلك استخدام الخلاط، وعصارة الطرد المركزي العالية السرعة، ومقارنتها مع مستخلصات العصير الناتجة عن أدوات عصر منخفضة السرعة، وأشارت النتائج إلى أن الأجهزة السريعة جداً (الأجهزة التي تحول جميع المواد في الفاكهة والخضار إلى مادة مفرومة من خلال السرعة العالية) تنتج حرارة عالية تتسبب بفقدان العصائر لأغلب خصائصها الصحية، بحسب موقع "slashgear". وتنتج الخلاطات كميات كبيرة من الحرارة بسبب

## النوم أقوى سلاح لمحاربة الاكتئاب

بعد المدرسة الطبية، من أيام عمل مكثفة طويلة، وجدول عمل غير منتظم، والتي هي السمة المميزة لهذا الوقت في التدريب الطبي، وهذه العوامل التي تتغير من يوم لآخر غيرت قدرتهم في الحصول على جداول نوم منتظمة. وتستند الورقة البحثية الجديدة إلى البيانات التي تم جمعها من خلال تتبع نوم المتدربين والأنشطة الأخرى من خلال الأجهزة التي يتم ارتداؤها على المعصم، ومطالبتهم بالإبلاغ عن مزاجهم اليومي على تطبيق هاتف ذكي، وإجراء اختبارات ربع سنوية بحثاً عن علامات الاكتئاب، وأولئك الذين أظهرت أجهزتهم أن لديهم جداول نوم متغيرة كانوا أكثر عرضة لتحقيق درجات أعلى في الاستبيانات المعيارية لأعراض الاكتئاب، ولديهم تقييماً مزاجية يومية أقل، وأولئك الذين ظلوا مستيقظين بانتظام ليلاً أو حصلوا على ساعات قليلة من النوم سجلوا أيضاً درجات أعلى في أعراض الاكتئاب، وانخفاض المزاج اليومي.

وقال يوفانغ، رئيس فريق الإدارة، والمؤلف الرئيسي للدراسة، واختصاصي بحث في معهد ميشيغان لعلوم الأعصاب: "النتائج التي توصلنا إليها لا تهدف فقط إلى توجيه الإدارة الذاتية لعادات النوم، ولكن أيضاً لإعلام هيكل الجدولة المؤسسية". ويأمل الباحثون أن يتم درس مجموعات سكانية أخرى باستخدام أجهزة وأساليب مماثلة لمعرفة ما إذا كانت النتائج المتعلقة بالتباين في جداول النوم متشابهة.



توصلت دراسة جديدة إلى أن جدول النوم غير المنتظم يمكن أن يزيد من خطر إصابة الشخص بالاكتئاب على المدى الطويل، وحتى عندما يتعلق الأمر بالمزاج في اليوم التالي فقط، فإن الأشخاص الذين يختلف وقت استيقاظهم من يوم لآخر قد يجدون أنفسهم في حالة مزاجية سيئة مثل أولئك الذين سهرروا في وقت متأخر من الليلة السابقة، أو استيقظوا في وقت مبكر من ذلك الصباح، بحسب ما ذكر موقع "uofmhealth".

أجرى الدراسة فريق من المركز الطبي الأكاديمي بجامعة ميشيغان، واستخدموا بيانات من قياسات مباشرة للنوم والمزاج لأكثر من ٢١٠٠ شاب في بداية حياتهم المهنية على مدار عام كامل، وعانى المتدربون جميعاً، في السنة الأولى لتدريب الإقامة

## كورونا تختفي قريباً . . لهذه الأسباب



وخبراء آخرين غير متفائلين، حيث قال البعض: إن مناعة القطيع قد لا يتم الوصول إليها إلا في وقت لاحق من العام. وتحدثت مناعة القطيع عندما يصبح عدد كاف من الناس محصنين ضد الفيروس، ما ينهي انتشاره، وأضاف مكاري بأنه عندما يتم كسر سلسلة انتقال الفيروس في أماكن متعددة، يكون من الصعب انتشاره، وهذا يشمل السلالات الجديدة.

قال أستاذ وجراح في جامعة جونز هوبكنز الأمريكي: إن فيروس كورونا قد يختفي في الغالب بحلول نيسان.

وقال مارتني مكاري، الأستاذ في كلية الطب في الجامعة، وكلية بلومبيرغ للصحة العامة: إن الإصابات اليومية انخفضت بنسبة ٧٧٪ منذ كانون الثاني، ووفقاً لفوكس نيوز الأمريكية.

وكتب مكاري يقول: هناك سبب للاعتقاد بأن البلاد تتسابق نحو مستوى منخفض للغاية من العدوى مع إصابة المزيد من الأشخاص، ومعظمهم يعانون من أعراض خفيفة أو من دون أعراض، وهناك عدد أقل من الأمريكيين المصابين، وأضاف: في المسار الحالي، أتوقع أن يختفي COVID في الغالب بحلول نيسان، ما يسمح للأمريكيين باستئناف حياتهم الطبيعية.

وقال مكاري: إن التطعيمات للعدد الكبير من الأشخاص الذين أصيبوا بالفعل في الولايات المتحدة، أكثر من ٢٨ مليوناً، يمكن أن تساهم بمناعة القطيع في الربيع، لكن البيت الأبيض