

## صباح العرب

هيثم الزبيدي

طاقة إيجابية  
من طوكيو

فارق التوقيت بين طوكيو ولندن يعمل لصالح هذه الأيام. أنا من المستيقظين المبكرين. الخامسة صباحاً موعد مثالي بالنسبة إلي كي يبدأ يومي. التلفزيون ليس جزءاً من الصباح بالنسبة إلي، إلا بعد الثامنة ويتناقل بجعله لا يدم. هو جهاز تنويع قبلها. قهوة الصباح تساعد على التركيز، ومن العيب أن يضع هذا التركيز على درساتي مقدمي البرامج، بما فيها السياسية. إلا هذه الأيام. التلفزيون مع الكمبيوتر مع القهوة. بمنحك أولياد طوكيو طاقة إيجابية استثنائية. الآلاف من المتنافسين يحملون أصال دولهم، وأحلامهم الشخصية. أغلبهم شباب وشابات لم تسمع بهم. أوجه من الرياضة لم يتم تسميتها بمليارات رجال الأعمال. مزاج النجوم الكبار الذي صاحب النهائيات الأوروبية لكرة القدم يورو 2020، انقلب. أنا الآن مشجع للاسماء. حتى كرة القدم في الأولياد بريئة. خذ مثلاً المرحلة الأخيرة من الغطس التزامن لفئة زوجي السيدات. متعة حقيقية. مراهقان من الصين تغفوقان بفارق كبير على بقية الفرق وتحترزان ذهبية المسابقة. كما قلت لا أهتم بالأسماء لأنني سانساهما مع انتهاء المشاهدة. لكن ما بلغت الأناظر هو إصرار تلك الشابات من دول متعددة بظروف مختلفة على تحقيق الإنجاز. دموع فرح أميركية للفضية ودموع إحياء يابانية بخروج المتسابقين خاليتي الوفاض، رغم أنهما من البلد المضيف وكان ينتظر منهما أن تفرحا جمهورهما. المكسيكيان ستعودان إلى بلادهم بالبرونزية. إنجاز كبير لبلد يغص بالمشاكل ولا تسمع عنه إلا حين تتصارع مافيات المخدرات والهجرة على الحدود مع الولايات المتحدة. تقفز المتسابقات خمس مرات. ويجمعن النقاط في الأداء والتزامن. مقابل هذه الفترات الخمس تكون كل واحدة قد قفزت خمسة آلاف مرة في التدريب. الاقان من أجل التنافس لا يحتمل غير بذل الكثير من الجهد. الفارق بين برونزية المسبك ولا شيء لكننا كان أقل من نقطة. الأقل من نقطة هذا ربما يعادل 100 قفزة تدريب إضافية. هذا ما يجعل الأمر لافتاً واستثنائياً. بعيداً عن كل الأضواء، يتدرب الملايين لإثبات الذات أولاً، ثم للمشاركة في مناسبة رياضية حقيقية مثل الأولياد ثانياً، ومع جهد جهيد قد يعود المنافس أو المنافسة بميدالية. يمكن لشباب لم يسمع أغلب التونسيين باسمه أن يعود بذهبية تفرح قلب شعب تحاصره الأزمات. مثل هذه الطاقة الإيجابية هي التي تجعل للتلفزيون حصة في صباحات هذه الأيام. تنويع محب بلا أسماء ولا بهرجة ولا مبالغاة ولا نجوم. شباب يظهر سريعا ثم يختفون. لكنهم يتركون بصماتهم في نفوسنا.

الصدفة ترزق  
سريلانكياً بأكبر حجر  
ياقوت في العالم

سري جاياواردنا بورا كوتي - عشر مواطن سريلانكي على أكبر حجر "ياقوت أزرق" أو ما يعرف بحجر "قير"، خلال قيامه بالحفر في حديقة منزله الواقع في منطقة "راتانا بورا"، جنوب غرب البلاد. وبحسب شبكة "بي بي سي" البريطانية استخرج الرجل حجر الياقوت لدى حفره بئرًا في حديقة منزله. وأضافت أن وزن الحجر يبلغ قرابة 510 كغ، وتقدر قيمته بنحو 100 مليون دولار، وفقاً لخبراء. وأوضح أخصائي الأحجار الكريمة السريلانكي غاميني زويسا أنه من المتوقع أن عمر الحجر يبلغ نحو 400 مليون عاماً. وتعتبر سريلانكا من أبرز الدول التي تصدر الأحجار الكريمة، مثل الياقوت.



## أفكار لمشاريع برائحة طيبة

التي تعمل في زراعة 12 نبتة عطرية وعشبية وطبيعية لإرسالها إلى المصنع لأغراض الإنتاج. وتقول معروف بينما بدت عليها السعادة بالعمل في هذا المشروع "إن العمل في الماضي كان بالكاد يكسبني 5 دولارات أميركية يومياً، لكن الآن بسبب المشروع أكسب حوالي 30 دولاراً في اليوم". وتضيف السيدة الخمسينية التي توفر المال لإعالة أسرتها أنها فخورة بالعمل داخل المصنع لإنتاج

مستحضرات تجميل فلسطينية  
من البقدونس والنعناع والجرجير

والطبيعية التي قد تكون مناسبة لتصنيع هذه المنتجات. وبحسب طموس تعمل النساء على صنع منتجات جديدة كل أسبوع، حيث بلغ إجمالي عدد المنتجات التي تم تصنيعها 15 منتجاً، بما في ذلك الشامبو والبلم وكريمات البشرة وزيوت الشعر وغيرها. وعادة ما تتضمن عملية الإنتاج عدة مراحل، أولها الحصول على النباتات، ثم فصلها عن الحشائش وغسلها من الأتربة وتوضيع في آلة خاصة لاستخراج زيوت الماء ومن ثم يتم تصنيعها وفقاً للمعايير الصناعية الدولية المعتمدة.

وأعربت السيدة نيفين الخضري عن سعادتها بالانضمام إلى هذا المشروع الرائد الذي ساعدها على تعلم "مهنة" جديدة تؤهلها للحصول على فرصة عمل دائمة.

وتقول الخضري (45 عاماً) التي تعيل 4 أطفال "تخرجت من الجامعة منذ أعوام، لكنني لم أتمكن من الحصول على أي وظيفة ما دفعني للانضمام إلى المشروع لتعلم كيفية صناعة مستحضرات التجميل". وتضيف الخضري بينما تمسك بيدها أحد المنتجات "صنع الشامبو والبلم وزيوت الشعر وكريمات البشرة وغسول الوجه والمقومات للوقاية من الإصابة بفيروس كورونا". معروف (53 عاماً) من بلدة بيت لاهيا،

تقوم مجموعة من النساء الفلسطينيات بصناعة مستحضرات تجميل للبشرة والشعر باستخدام النباتات الطبيعية والعطرية من بينها البقدونس والنعناع والجرجير والورود والقريص وغيرها ضمن مشروع تضامني يتحسس خطاه نحو النجاح.

عزة (فلسطين) - أطلقت مجموعة من النساء في قطاع غزة مؤخراً أول مشروع لإنتاج مستحضرات تجميل للبشرة والشعر باستخدام نباتات طبيعية فقط. وتستخدم السيدات في منتجاتهن حوالي 15 نوعاً من النباتات الطبيعية والعطرية من بينها البقدونس والنعناع والجرجير والورود والقريص وغيرها التي تزرع قرب المكان في بلدة بيت لاهيا شمال قطاع غزة.

وتتم تمويل المشروع الذي يضم حوالي 40 امرأة من قبل أستراليا بالشراكة مع منظمة أكسفام الدولية ومنظمة ملتقى النجد التنموي (غير حكومية).

وتعمل نصف السيدات في المشروع على زراعة النباتات اللازمة لتصنيع منتجات التجميل، فيما تعمل الأخريات في مصنع صغير تم افتتاحه مؤخراً لإنتاج المستحضرات التجميلية.

وتقول رئيسة ملتقى النجد التنموي رفقة الحملاوي لوكاله أنباء شينخوا، إن المشروع يهدف إلى توفير منتجات تجميل طبيعية دون استخدام مواد كيميائية تسبب آثاراً جانبية ضارة.

ويقضي مشرف المشروع حسن طموس الذي يعمل محاضراً في الكيمياء الصناعية في جامعة الأزهر بغزة

## مقهى سوري: مرجبا بكم حين ينقطع التيار الكهربائي

عن الهدوء بعيداً عن صخب المقاهي العامة. وتابع الشاب عمر، الذي عبر عن فرحه بافتتاح المقهى وقدم الزبائن إليه، "هناك إقبال كبير من قبل الطلبة وبعض الأشخاص الذين يعملون على الإنترنت "أون لاين"، مبيناً أن الامتحانات باتت على الأبواب والطلبة يأتون إلى هذا المكان لتوفير الأجواء الهادئة التي تسمح لهم بمراجعة دروسهم وتوفير الكهرباء والإنترنت، وقال "هذا المكان أصبح بينهم الثاني". وأشار عمر إلى أنه مستمر في متابعة هذا المشروع وتطويره عبر رفع سرعة الإنترنت لخدمة أكبر عدد ممكن من الزبائن، مؤكداً أن البداية جيدة ومشجعة.

ومتابعة دراستهم، والبعض الآخر ينفذ بعض المشاريع على أجهزة الكمبيوتر المحمولة، لأن الكهرباء متوفرة بشكل مستمر، الأمر الذي شجع الكثير من الطلبة على الحضور إلى المقهى ليكون فرصة لتحقيق النجاح والتفوق. وقال الشاب عمر الحجار (27 عاماً)، صاحب هذا المقهى، لوكاله أنباء شينخوا إن "الهدف الأساسي من افتتاح هذا المقهى كان بالدرجة الأولى تقديم الخدمات للطلبة في ظل انقطاع التيار الكهربائي المستمر في سوريا"، مؤكداً أن "الفكرة كانت متبلورة في ذهني منذ فترة طويلة ولكن الآن خرجت إلى العلن وباتت حقيقة يرتادها الطلبة ومن يبحث

وساعتين وضلاً، الأمر الذي انعكس سلباً على شريحة طلبة الجامعات الذين بدأت امتحاناتهم منذ أسبوع تقريباً وستستمر حوالي مدة شهر، ليكون هذا المقهى بمثابة بينهم الثاني. المقهى الذي افتتح مؤخراً في مدينة السويداء ليس الوحيد ولكنه الأول من نوعه من حيث الخدمة والهدف الذي افتتح من أجله، فهو لا يقدم الترجيلة، ولا يسمح بلعب ورق، ولكنه يقدم لهم الطاقة الكهربائية والإنترنت وبعض المشروبات الساخنة التي تساعد الطلبة على التركيز أثناء الدراسة. ويشعر الطالب خلال وجوده في هذا المقهى وكأنه في بيته الثاني، فالكل منهمكون بقراءة كتبهم

## السويداء (سوريا) - افتتح

شبابان سوريان مقهى في محافظة السويداء (جنوب سوريا) للطلبة بهدف الدراسة، خاصة في ظل الانقطاع المستمر للتيار الكهربائي في سوريا، وزيادة ساعات التفتيش التي تصل في بعض المناطق إلى أكثر من خمس ساعات انقطاع

## بلقيس فتحي تحتفل بـ«جبار»

حسابها الخاص في موقع التواصل الاجتماعي "جبار" تحقق أرقاماً قياسية وترندا عربياً وعالمياً. شكرًا جزيلًا لفريق العمل الجبار". يذكر أن الفنانة اليمنية لم تتوقع النجاح الكبير الذي حققته أغنية "ممكن"، وأن تبقى متصدرة الترتن على مواقع التواصل الاجتماعي لفترات طويلة.

جاء في المركز الثالث بالبحرين والرابع في السعودية ولبنان والأردن وليبيا، والخامس في تونس، وحل بالمركز الثامن في المغرب والتاسع في العراق والسادس عشر في مصر والجزائر، كما دخل في الترتن العالمي، وحل في المرتبة الثامنة والعشرين.

دبي - احتفلت الفنانة اليمنية بلقيس فتحي بنجاح فيديو كليب أغنيته الجديدة "جبار" التي أطلقتها منذ أيام عبر قنواتها الخاصة على يوتيوب، مؤكدة أنه حقق أرقاماً قياسية باكثر من 2 مليون مشاهدة في ثلاثة أيام. أعلنت بلقيس تصد "جبار" ترندا 1 في الإمارات وسلطنة عمان واليمن، وجاء في المركز الثاني في ترنند الكويت، بينما

كيف ياباني يتقن رياضة  
السكايت بورد الخطرة

طوكيو - يمتلك الياباني ريوسي أوتشي جميع المستلزمات المزخرفة الخاصة برياضي يمارس السكايت بورد (الووج التزلج)؛ القميص الفضفاض والسراويل المنخفضة والمتدلية وقبعة البيسبول ذات القبة المسطحة. لكنه يتزلج أيضاً بشيء آخر: عصا. فقد هذا الشاب (البالغ من العمر 21 عاماً) في المئة من بصره بسبب حالة تسمى التهاب الشبكية الصباغي، إلا أن هذه الإعاقة لم تمنعه من ممارسة رياضة السكايت بورد. ويعتبر أوتشي من المواظين على تقديم عروض في منتزه مخصص لممارسي رياضة التزلج على اللوح في طوكيو، وهو واقف من الحيل التي يجيدها، حيث يضع اللوح على الأرض

