

رئيس الفلبين يكشف سبب مضغه للعلكة

كشف الرئيس الفلبيني رودريغو دوتيرتي الذي يعرف عنه أنه يمضغ العلكة باستمرار حتى في الاجتماعات الرسمية، أن هذه العادة تساعد على تسكين آلام ظهره. ودوتيرتي البالغ من العمر «72 عاماً» والذي وصل إلى سدة الرئاسة في العام 2016، مختلف عن نظرائه بالكثير من العادات والسلوك، مثل حديثه المباشر من دون مواربة والفاظه النابية وملابسه الغربية، وأيضا مضغ اللبان باستمرار. وعلق دوتيرتي على

بكين تصدر أول تحذير من الضباب الدخاني

أصدرت العاصمة الصينية بكين أول تحذير رئيسي من الضباب الدخاني في الشتاء الحالي، ما أدى لبدء تطبيق سلسلة إجراءات لتقييد إنتاج الصناعات الثقيلة حيث رفع انخفاض درجات الحرارة الطلب على التدفئة بينما بدأت الحكومة مجموعة جديدة من الفحوص البيئية. ويأتي التحذير البرتقالي، وهو ثاني أعلى مستوى ضمن 4 مستويات، بعدما أعلنت بكين أنها حققت تحسناً كبيراً في جودة الهواء العام الماضي مع انتقال النشاط الصناعي بعيداً عن العاصمة.

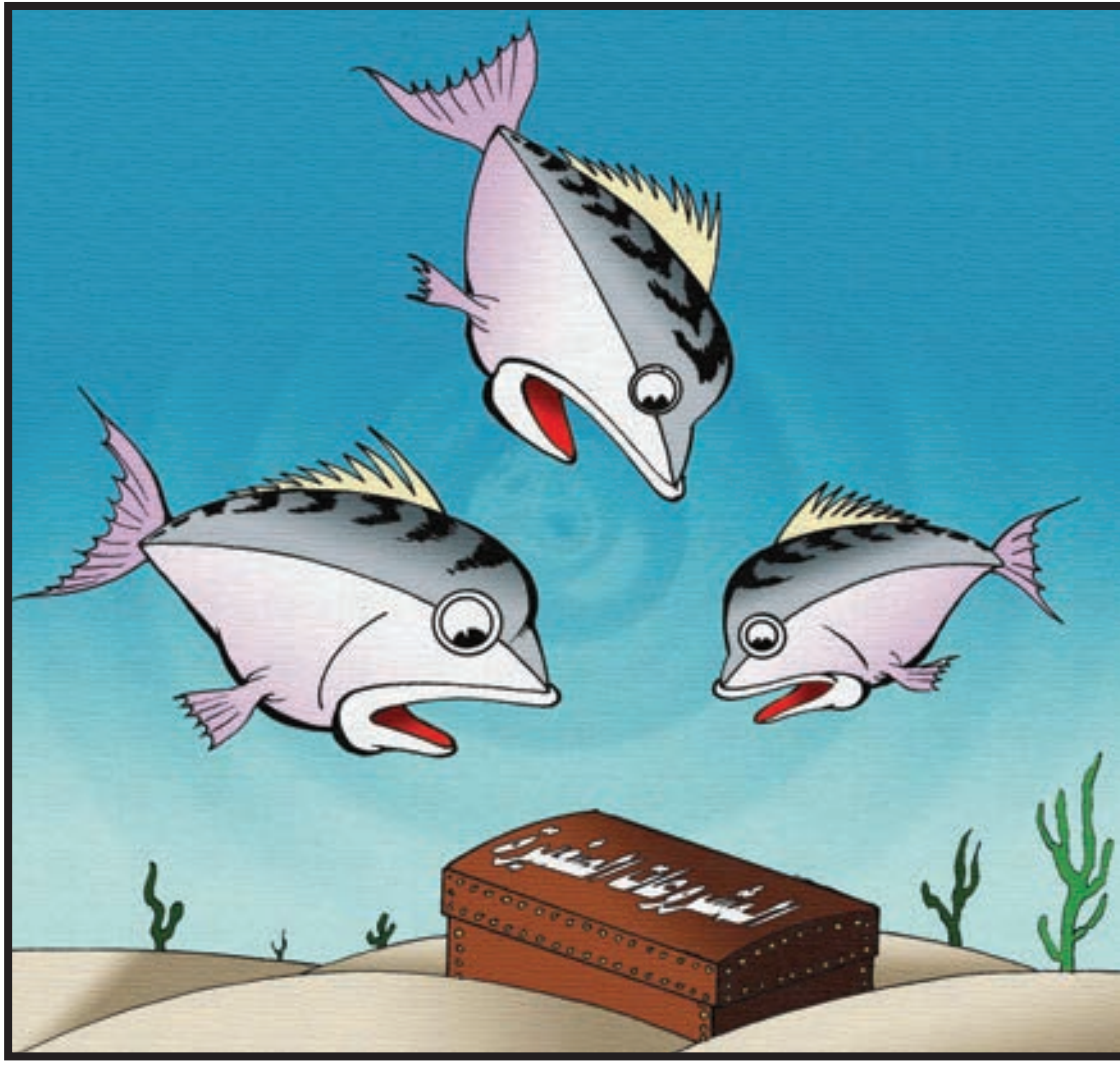
العصفورة

فشل!

وكيل مساعد فشل في مهمة أسندت إليه، وسيحال إلى التقاعد قريباً.

دائرة خارجية

نائب سابق في دائرة خارجية، بدأ حملة عنيفة ضد نائب حالي، قد تصل إلى مرحلة تكسير عظم!



مواقيت الصلاة: الفجر 5.20 الشروق 6.44 الظهر 11.57 العصر 2.51 المغرب 5.10 العشاء 6.31

طايح... حظاً!

نال «خنزير قبيض هارب» ما ناله من ردود جعلته لا يسوى فلساً، ومسح به كل من شاهده الأرض، ليكون عبيرة لغيره من المرشقة، جراء ما اقترفته يدها من طعن وهمز ولمز لا يصدر إلا من معنوه.

فالخنزير الهارب، الذي ظن نفسه النجم الأول، والأكثر تأثيراً بالغاية الاستوائية، اعتاد على أن يعيش في أجواء ملوثة، لينفث سمومه، فهو يرقص على كل الجهات وحسب الدفع، حتى سقط بشر أعماله وانفضح أمره، والتزم الصمت وبلغ لسانه!

... خل ينفعونك.

• جحا

دراسة: العيش بالقرب من المطاعم يجعلك سميناً

حتى المحيط الذي تعيش فيه، قد يحدد درجة رشاقتك أو سمنتك. فقد كشفت دراسة بريطانية أن من يعيشون بالقرب من الصالات الرياضية يتمتعون بوزن أقل وخصر أنحف، على عكس أولئك الذين يعيشون بالقرب من مطاعم الوجبات السريعة. هناك أكثر من 1.9 مليار بالغ يعانون الوزن الزائد أو السمنة، بحسب تقديرات منظمة الصحة العالمية وحلل الباحثون بيانات خاصة بالوزن وقياس الخصر ونسبة الدهون لأكثر من 400 ألف رجل وامرأة تتراوح أعمارهم بين 40 و70 عاماً. كما استخدموا بيانات جمعت بين عامي 2006 و2010 مثل دخل الأسرة وأنواع الطعام والخيارات المتاحة لممارسة الرياضة في أماكن قريبة من المنازل مثل الصالات الرياضية والمساح والملاعب. ووجدت الدراسة أنه في المتوسط، أتاحت للمشاركين منشأة واحدة لممارسة التمارين تقع على مسافة لا تزيد عن كيلومتر واحد من المنزل، وأن نحو ثلث المشاركين لا يجدون مكاناً لممارسة الرياضة بهذا القرب من منازلهم.

أفضل ريجيم في العالم

توصل خبراء معهد التقارير الأميركية إلى اختبار أفضل نظام حماية غذائية من بين 38 نظاماً معترفاً بها في العالم، إذ وقع اختيارهم على نظام باسم DASH «المنهج الغذائي لوقف ارتفاع ضغط الدم»، ويتلخص في تقليص استخدام ملح الطعام أو التخلي عنه تماماً، واجتناب الأطعمة ذات النسب العالية من الدهون المشبعة والسكر. وتقاسم المركز الأول مع «داش»، نظام حماية البحر المتوسط، الذي يساعد على تقليل الوزن وتحسين عمل القلب والدماغ وكبح السكري، إضافة لتجنب السرطان، فيما جاء في المركز الثاني «النظام الغذائي النباتي المرن» الذي يخفف الوزن بنسبة 15% أكثر ممن يتناولون اللحوم.

الحكومة الفرنسية تؤكد تعاملها مع فضيحة حليب الأطفال الملوث

المنتجات «غير مقبولة» وتقتضي فرض عقوبات. أما الرئيس الفرنسي ايمانويل ماكرون الموجود في إيطاليا حالياً، فقال: «سيكون هناك عقوبات لمن يستحقون ذلك»، متعهداً لمواطنيه ببذل كل الجهود الممكنة لضمان سلامة المواد الغذائية في فرنسا. ووفقاً لتقارير إخبارية فإنه تم بيع ما يقرب من 400 صندوق من حليب الأطفال بالرغم من أمر استدعاء وسحب منتجات «لاكتاليس» ما أدى إلى مرض العديد من الأطفال.

المختلفة ولكن ظهر هذا الأسبوع أن عدداً من هذه المحلات لإسيما الكبرى منها استمرت في بيع المنتجات الخطرة بعد أمر الاستدعاء والسحب. من جانبه قال وزير المالية الفرنسي برونو ليمير في تصريح للتلفزيون الفرنسي إن شركة «لاكتاليس» هي وحدها المسؤولة عن جودة منتجاتها وإن إدارة الشركة فشلت بالقيام بواجبها في هذه الفضيحة. وأوضحت أن تصرفات الشركة خلال الفضيحة والمحلات التي تباع هذه

قالت الحكومة الفرنسية أنها تتعامل مع تداعيات فضيحة مرتبطة ببيع منتجات حليب أطفال ملوث بمرض السالمونيلا الخطر الذي قد يتسبب بموت الأطفال. وكانت الحكومة الفرنسية قد أمرت في بداية شهر ديسمبر الماضي باستدعاء وسحب عدة أنواع من منتجات حليب الأطفال الرضع التي تحمل العلامة التجارية «لاكتاليس» بعد تلوث العديد من الأطفال وإصابتهم بأمراض خطيرة. وكان من المقرر سحب جميع منتجات الحليب فوراً من الرفوف في المحلات

إن الله وإنا إليه راجعون

- فاطمة علي عوض محمد أرملة يوسف عبدالله علي العوضي - 67 عاماً - شيعت - مبارك الكبير 5 ق 4 ش 2 م، ت: 99321119، 66050325.
- علياء محمد يوسف العمر - 34 عاماً - شيعت - الرجال: ديوان العمر، الدعية 4 ق شارع حمزة بن عبدالمطلب 23 م، النساء: كيفان 6 ق 64 ش 10 م، ت: 22516751، 24813909.
- عزيز شلاح عايض الظهيري - 87 عاماً - شيع - صباح الناصر 2 ق 7 ش 28 م، ت: 99888307.
- محمد ماجد سلطان السيد أحمد - 80 عاماً - شيع - الرجال: مبارك الكبير 4 ق 34 ش 14 م، النساء: خيطان 10 شارع ناصر الجبري 56 م، ت: 67750070، 90088552.
- دلال صالح محمد الحميد - 71 عاماً - شيعت - الرجال: المنصورية، حسينية المشوم، النساء: الشعب 6 ق 61 ش 8 م «العزاء»
- عصراً فقط للنساء»، ت: 96663262.
- عبدالله صالح الحلبي - 92 عاماً - شيع - الرجال: حطين 2 ق 217 ش 9 م، النساء: العدان 2 ق 7 ش 3 م، ت: 98021250، 66001855.
- سامية عبدالجليل إبراهيم أرملة فهد محمد الهاجري - 60 عاماً - شيعت - صباح السالم 9 ق 4 ش 19 ج 44 م، ت: 97733377.
- سيرة علي عبدالله أرملة حسين علي صالح الحداد - 83 عاماً - شيعت - الرجال: المنصورية، حسينية آل ياسين، النساء: الرميثية 2 ق 23 ش 16 م، ت: 60044800.
- شمة فلاح عبيد الصواغ أرملة عبدالله عايض العازمي - 72 عاماً - التشيع الساعة التاسعة من صباح اليوم بمقبرة صباح - سلوى 5 ق 10 ش 16 م، ت: 99660668، 50279927.
- محمد عيد حشاش العازمي - 103 أعوام - شيع - الظهر 4 ق 3 ش 6 ج 4 م، ت: 55435235.

30 دقيقة في الساونا تعالج ارتفاع ضغط الدم

قال فريق طبي فنلندي جديد إن أخذ حمام بخار «ساونا» لمدة 30 دقيقة يساعد على خفض ضغط الدم المرتفع على الفور. وتعرّز هذه النتيجة ما توصلت إليه دراسات سابقة عن فوائد الساونا للقلب والوقاية من الزهايمر والخرف. بعد 30 دقيقة ينخفض الضغط على الفور وتستمر القراءة الجديدة لفترة وبحسب الدراسة التي أجريت في جامعة إيسترن فينلاند انخفض ضغط الدم لدى المشاركين في تجربة الساونا من متوسط 137/82 إلى 130/75 بعد تضييقهم ونشرت نتائج الدراسة في مجلة «يوروبيان بيريفينتيف كارديولوجي»، وشارك في التجربة 100 شخص يعانون من ارتفاع ضغط الدم، وتم قياس تدفق الدم في الشريان السباتي والفخذي قبل وبعد الساونا، وصدت النتائج تحسن تدفق الدم، وانخفاض الضغط بعد جلسة الساونا مباشرة.

الإكزيما تجعل الجلد أكثر عرضة للإصابة

قال طبيب الأمراض الجلدية الألماني مارتين كاتز إلى أن الإكزيما تعتبر أحد الأمراض التأتبية مثل الحساسية من القش والربو التحسسي والحساسية من الطعام، وأضاف الطبيب الألماني أن بعض المرضى تتنقل لديهم الحساسية من الجلد إلى الجهاز التنفسي والأغشية المخاطية. فيما قالت طبيبة الأمراض الجلدية أنا هونديجورث أن الإكزيما تتسبب في جفاف الجلد، وتصبب الجلد بالضعف مع اختلال في وظيفة الحماية، ويعتبر الجلد الجاف عرضة للمؤثرات البكتيرية بشكل خاص، والتي تسبب الحكة، كما تظهر الإكزيما بسبب عوامل أخرى. وأضافت أن الإكزيما قد تحدث بسبب الأمراض المعديّة

العين ... أفضل من يخبرك عن حالتك الصحية



• اختبار للعين

مع زيادة خطر الإصابة بالأمراض الجلدية. وتتشعب مشاكل في أعضاء أخرى مثل هذه الحالة. ارتفاع مستوى الكوليسترول يدل ظهور حلقة باللون الأصفر الفاتح حول القرنية على وجود خلل في حرق الدهون، كما أن وجود نسبة عالية من الدهون في الدم يمثل خطراً على الصحة العامة، وعادة ما يرتبط ذلك

كوارث الطقس والمناخ كلفت أميركا 306 مليارات

قالت الوكالة الوطنية الأميركية للمحيطات والغلاف الجوي، «إن الكوارث المتصلة بالطقس والمناخ كلفت الولايات المتحدة مبلغاً قياسياً في عام 2017 وهو 306 مليارات دولار. ويسلط تقرير هذه الهيئة الاقتصادية الضوء على المخاطر الاقتصادية المصاحبة للكوارث من هذا النوع وإن كانت إدارة الرئيس دونالد ترامب تلقي بظلال من الشك على أسبابها وبيدات عملية انسحاب الولايات المتحدة من اتفاق عالمي لمكافحة تغير المناخ. وذكرت الوكالة أن حرائق الغابات في الغرب والأعاصير هارفي وماريا وإرما ساهمت في أن يصبح عام 2017 الأعلى تكلفة بين الأعوام المسجلة. وكان الرقم القياسي السابق في عام 2005 الذي بلغت تكلفته 215 مليار دولار حين اجتاحت الأعاصير كاترينا وويلما وريتا ساحل الخليج الأمريكي ومنذ فترة طويلة خلص العلماء إلى أن ثاني أكسيد الكربون وغيره من الانبعاثات الناتجة عن الوقود الأحفوري والصناعة هي التي تحرك تغير المناخ، ما يؤدي إلى الفيضانات وموجات الجفاف وتكرار العواصف العاتية بمعدل أكبر. واعد ترامب زيادة إنتاج الولايات المتحدة من النفط والغاز والفحم.

حالة البحر	التوزيع والتوزيع	التوزيع والاشتراكات	ادارة الاعلان	القسم الرياضي	مدير التحرير	هاتف
أعلى مد 10.35 أدنى جزر 04.05	صباحاً	22412014 22458460	22457800	102 القسم الأمني	سكرتير التحرير	22460500
أعلى مد 09.16 أدنى جزر 03.12	مساءً	22412017 22412015	داخلي	107 القسم البرلماني	رئيس قسم المحليات	فاكس
الغضبي 18 الصغرى 7	الطقس	22458163 22458170	113	115 القسم الفني	رئيس قسم الاقتصاد	22450700

رئيس التحرير صباح محمد صباح سعود الصباح

إيميل رئيس التحرير: Sabah@alshahedkw.com