

أطباء مركز جراحة العظام بالمستشفى عددوا فوائد ممارسة الأنشطة الرياضية «المواساة الجديد» رعى ماراثون نادي التمويل الإسلامي في جامعة الخليج

◆ الكيمى: ممارسة النشاط البدني بانتظام تساعد في الحفاظ على قوة العضلات وتناسقها وتوازنها
◆ المعتم: الرياضة تساعد في الحفاظ على قوة العظام وتقوية العضلات وتسهيل نوم الفرد ليلاً بصورة جيدة



د. الحسيني المعتم



لقطة جانبية من تقديم الفحوصات الطبية



تكريم مستشفى المواساة لرعاية الماراثون



د. أحمد مختار



د. أشرف إسماعيل



د. علي المكي

◆ مختار: العديد من الدراسات أثبتت دور ممارسة الرياضة في الوقاية من هشاشة العظام

◆ إسماعيل: التمارين الرياضية تقلل من التهاب المفاصل وخطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية

التقليل من التهاب المفاصل ومستوى الدهون الثلاثية غير الصحية، والمحافظة على تدفق الدم بسلاسة مما يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، كما أنها تقلل من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية، ومرض السكري من النوع الثاني، والإكتئاب، وبعض أنواع السرطان.

وأوضح أن أنشطة تقوية العظام تعتبر ذات أهمية خاصة بالنسبة للأطفال والمراهقين حيث أعظم مكاسب كتلة العظام تحدث قبل البلوغ واثناؤه، وتصل

الأنشطة المشي والركض والجري وكرة القدم وكرة السلة والتنس ولقت إلى أن ممارسة التمارين الرياضية بغض النظر عن نوعها تساعد على الإسترخاء، وزيادة عمق النوم كما تعد فرصة للإسترخاء والتمتع بالهواء الطلق والإنخراط في الأنشطة المختلفة وزيادة التواصل مع العائلة والأصدقاء في بيئة اجتماعية ممتعة

أن الشباب البالغين الذين يمارسون الأنشطة البدنية بشكل منتظم يتمتعون بأقصى قدر من كثافة العظام وقوتها أكثر من أولئك الذين لا يمارسون أي نشاط بدني. وبين الدكتور الحسيني المعتم استشاري جراحة العظام أن ممارسة النشاط البدني والتمارين الرياضية بانتظام تساعد في الحفاظ على قوة العضلات وتناسقها وتوازنها لافتاً إلى أن أفضل أنواع الأنشطة البدنية البانية للعظام يعتبر حمل وزن الجسم ومن تلك

الهرمونات التي تعزز قدرة العضلات على إمتصاص الأحماض الأمينية، وبالتالي مساعدها على النمو، والحد من فقدان الكتلة العضلية أثناء التقدم في العمر من جهته قال استشاري العظام وإصابات الملاعب الدكتور علي المكيي للتغيرات الهرمونية والنشاط البدني، وكأي عضو في جسم الإنسان، يستجيب العظم لممارسة النشاط البدني المنتظم فيصبح أقوى ما كان عليه. وأوضح أن العديد من الدراسات أثبتت

الخليج. وأكد استشاري ورئيس قسم العظام في المستشفى الدكتور أحمد مختار في تصريح صحفي أن العديد من الدراسات أثبتت دور ممارسة الرياضة في الوقاية من هشاشة العظام، مشيراً إلى أن هناك أنواع من التمارين الرياضية تعمل على تقوية عظام الجسم والحفاظ على كثافتها. وأشار إلى بعض الفوائد الصحية لممارسة الرياضة منها التحكم بالوزن فضلاً عن دورها في تحفيز إنتاج

انطلاقاً من مسؤوليته المجتمعية وحرصه على تعزيز الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية شارك مستشفى المواساة الجديد في رعايته ماراثون نادي التمويل الإسلامي بجامعة

«التربية» أعلنت نتائج مسابقة الأفلام القصيرة التي أقامته منطقة العاصمة التعليمية

رياض عواد



قياديوا وزارة التربية

تكرت الموجه الفني العام لرياض الأطفال بوزارة التربية ناديه المسلم أن تجرية مسابقة الأفلام القصيرة لأول مرة تعرض على الملا وبهذه الضخامة في إحدى دور السينما الكويتية، لكنها ليست بتجربة جديدة فقد مضى عليها أربع سنوات في منطقة العاصمة التعليمية و ثلاث سنوات في منطقة الأحمدي التعليمية، مشيرة إلى أنها تجربة تستحق الدعم وتوسيع دائرة الاستفادة لذلك أدرجت في الخطة السنوية للعام الدراسي المقبل 2018/2019، وسيتم تنظيم ورش عمل ودورات تدريبية لصناعة الأفلام القصيرة وتوظيفها في الميدان التربوي ليتبعها مسابقات على مستوى المناطق التعليمية.

جاء ذلك خلال حفل إعلان نتائج مسابقة الأفلام القصيرة الذي أقامته منطقة العاصمة التعليمية في إحدى دور عرض السينما الكويتية في مجمع 360 صباح أول أسس الثلاثة.

الفائزة الأولى حيث حصلت روضة اللؤلؤ على المركز الأول وحصلت روضة الدعية على المركز الثاني، فيما جاءت بالمركز الثالث روضة المنصور، وبالمركز الرابع روضة أحمد بن حنبل، أما روضة فهد بورسلي فقد حصلت على المركز الخامس.

صناعة الأفلام القصيرة. مشيرة إلى أن الهدف من هذه المسابقة هو إنشاء مكتبة الكترونية يستفيد منها المعلم لتكون إحدى طرق التدريس الحديثة. يذكر أنه شارك في المسابقة 18 روضة وتم تكريم الخمس رياض

وبدورها قالت الموجه الفني بمنطقة العاصمة التعليمية لرياض الأطفال وصاحبة فكرة مشروع الأفلام القصيرة خلود المقيدي أن فكرة تنفيذ الأفلام القصيرة جاءت من خلال الرغبة في دعم الإعلام بالتربية لمواكبة عصر التكنولوجيا والتطور في

خلال افتتاح مؤتمر الكويت الدولي الثاني لمكافحة السرطان

«الصحة» تولي اهتماماً بدعم قدرات وإمكانيات نظم المعلومات الصحية



د. الخشتي والمشاركون في المؤتمر

رياض عواد

للسرطان في مراحل المبكرة وعلى سبيل المثال البرامج المنفذة للمسح الصحي للاكتشاف المبكر لسرطان الثدي الصحي والمستقيم. كما تولي الوزارة اهتماماً بدعم قدرات وإمكانيات نظم المعلومات الصحية بما تتكمن معه من الرصد الدقيق والتحليل وتزويد المتخصصين والمهتمين وواضعي الخطط والبرامج والسياسات بالإحصائيات والمؤشرات الدقيقة عن معدلات الوفيات والشفاء ومعدلات الإصابة، ومعدلات انتشار عوامل الخطورة ذات العلاقة بالسرطان.

وقال وكيل وزارة الصحة المساعد لشؤون القطاع الأهلي د. محمد الخشتي في كلمته التي ألقاها نيابة عن وزير الصحة الدكتور باسل الصباح: من دواعي سروري أن تلقني مع اليوم لتحفل معاً في افتتاح «مؤتمر الكويت الدولي الثاني لسرطان الثدي والحوض» واسمحو لي في البداية بالأصالة عن نفسي وأضاف الخشتي إن ما قامت به الجان المنظمة للمؤتمر. من حسن التخطيط والدقة في التنظيم ووضع المحتوى العلمي ودعوة واختيار نخبة المتميزة من ضيوف المؤتمر كي يعبر عن الرؤية الواعية. وأكد الخشتي على أن للاكتشاف المبكر

عقدت وزارة الصحة مظلة في مركز الكويت لمكافحة السرطان المؤتمر العالمي الثاني والذي يستمر لأربع أيام والذي سيناقش عدد من المواضيع وورق العمل المعروضة عليه بمشاركة عدد كبير من الأطباء من عدد من الدول العربية والأجنبية بحضور مديرة مركز الكويت لمكافحة السرطان الدكتورة خلود العلي ورئيس مجلس أقسام الجراحات التخصصي ورئيس قسم جراحة الأورام بمركز الكويت لمكافحة السرطان الدكتور مدحت عطيفة.

طالب بإقرار المزيد من المشاريع التنموية والشعبوية

فهد الصانع: القضية الإسكانية هاجس الجميع وعملا على تذليل الصعاب لتوفير الأراضي

رياض عواد

السكنية ومدينة جنوب صباح الاحمد السكنية والمنطقة الإقليمية الثانية وهي «مدينة الحرير وجزيرة بوبيان المشتملة على مشاريع إسكانية. وبين أنه مما لاشك فيه فإن القضية الإسكانية باتت هاجس فئة الشباب في هذا الوطن، ولابد من العمل على إقرار المزيد من الأراضي الإسكانية في شمال وجنوب البلاد. وتمنى الصانع أن يتم التنازل من قبل الجهات الحكومية مثل وزارتي النفط والدفاع عن الأراضي ويتم تسليمها للمؤسسة العامة للرعاية السكنية كي توزع على المواطنين والمواطنات منتظري الرعاية السكنية.

أكد مرشح الدائرة الثالثة لانتخابات المجلس البلدي 2018 فهد الصانع انه يعمل بكل جهد لمواصلة العمل وحمل الأمانة التي حملها له ابناء الدائرة الثالثة خاصة الكويت كافة فيما يتعلق بإقرار المشاريع الإسكانية والتنموية والشعبوية والعديد من اللوائح المنظمة لأعمال البلدية. وأشار الصانع في تصريح صحفي إلى أنه من أبرز إنجازاته في المجلس البلدي خلال ترؤسه اللجنة الفنية طوال فترة المجلس السابق تم إقرار عدة مشاريع إسكانية هي (المشروع الإسكاني لمدينة جنوب عبد الله المبارك



فهد الصانع

جمعية المياه الكويتية توقع مذكرة مع برنامج الأمم المتحدة للبيئة حول ترشيد المياه

والطاقة فضلاً عن تبادل المعلومات وأفضل الممارسات والدروس المستفادة ذات العلاقة بالمياه والطاقة.

وأضاف حسن أن المذكرة تتضمن كذلك بنوداً عن دعم المبادرات لتحقيق الأبعاد البيئية للتنمية المستدامة إضافة إلى نشر تقارير ومطبوعات الأمم المتحدة الخاصة بتقييم وتوقعات البيئة وتقارير حالة المياه.

وكان الملتقى الشبابي الخليجي العربي الأول انطلق في الكويت أمس برعاية وزيرة الشؤون الاجتماعية والعمل ووزيرة الدولة للشؤون الاقتصادية الكويتية منذ الصباح ويختتم غداً ويبحث دور الشباب العربي والخليجي في المحافظة على المياه.

يذكر أن جمعية المياه الكويتية هي غير ربحية أسست وفق القرار الوزاري رقم (87) لسنة 2012 الصادر من قبل وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل وتهدف إلى رفع الوعي بقضايا المياه المختلفة لدى كل شرائح المجتمع في دولة الكويت وخارجها.

إلى الاستدامة المائية وأن التعاون يعزز بناء القدرات ويضمن التنسيق مع برنامج الأمم المتحدة للوقوف أمام التحديات التي تواجه نقص الموارد المائية في دول مجلس التعاون الخليجي والدول العربية الأخرى. ولفت إلى أن الجمعية بكل إمكانياتها داعمة لأدوار برنامج الأمم المتحدة والمشاركة في جهوده لتوعية شباب ومنظمات المجتمع المدني في المحافظة على المياه ووقف الهدر المائي.

وأشار المزييني إلى أهمية تعزيز الدور المجتمعي في الدولة لكل الأجهزة المتخصصة عبر نشر التوعية المائية والتكثيف مخاطب نقص الموارد المائية مستقبلاً.

من جانبه قال المسؤول الاقليمي لبرامج التفاعل بين العلوم والسياسات في إدارة الإنذار المبكر والتقييم البيئي لبرنامج الأمم المتحدة للبيئة الدكتور عبدالمعمر حسن إن الاتفاقية تتضمن في أبرز بنودها البحث العلمي والتوعية لتنمية أجندة المياه

وقعت جمعية المياه الكويتية مذكرة تعاون أمس الأربعاء مع برنامج الأمم المتحدة للبيئة (المكتب الإقليمي لغرب آسيا) تعنى بمكافحة هدر المياه والعمل على استدامتها وتوعية الشباب بهذا الشأن. وقال رئيس مجلس إدارة الجمعية الدكتور صالح المزييني ل (كونا) إثر توقيع المذكرة على هامش الملتقى الشبابي الخليجي العربي الأول الذي تنظمه الجمعية حالياً في مقر المعهد العربي للتخطيط إن المذكرة مدتها سنتان كمرحلة أولى.

وأضاف المزييني أن توقيع المذكرة يندرج في إطار الجهود الرامية إلى مكافحة هدر المياه والعمل على استدامة المياه وتوعية الشباب بمخاطر نقصها والمحافظة عليها والحرص على التعاون مع كل أجهزة الدولة بهذا الخصوص. وأوضح المزييني أن التعاون والتشاور والتنسيق مع آلية برنامج الأمم المتحدة يعد أسلوباً ضرورياً لضمان التعاون للوصول