

GES
Gulf English School
مدرسة الخليج للدراسة
Tel : (+965) 25757952 - 25757022
Url : www.ges.edu.kw

الوسط

كلمة صادقة.. لخير الكويت

الخميس 7 صفر 1442 هـ / 24 سبتمبر 2020 - السنة الرابعة عشر - العدد 3679 8 صفحات - 100 فلس رئيس التحرير: عدنان محمد الوزان www.alwasat.com.kw

مواقيت الصلاة	فجر	شروق	ظهر	عصر	مغرب	عشاء
	04:18	05:37	11:40	03:07	05:43	07:00

أعلى مد	أدنى جزر	البحر
03:29	22:08	
17:55	11:08	

الطقس	الغصبي	الصفري
25	46	

بلدية الكويت شاركت «السعودية» احتفالاتها باليوم الوطني الـ 90



اسواق المباركية تزينت باعلام المملكة العربية السعودية

في إطار مشاركة بلدية الكويت لإحتفالات المملكة العربية السعودية الشقيقة باليوم الوطني السعودي، الذي يصادف يوم الثالث والعشرين من شهر سبتمبر من كل عام، قامت إدارة العلاقات العامة ببلدية الكويت ممثلة في مراقبة أعمال الزينة ورفع الأعلام برفع أعلام المملكة العربية السعودية الشقيقة في أسواق المباركية التاريخية، مشاركة منها بهذه المناسبة العزيزة على قلوب الكويتيين في احتفالاتها باليوم الوطني التسعين.

نفوق مئات الحيتان الطيارة في أكبر حدث من نوعه بتاريخ أستراليا

كشفت مسؤولون أن 380 من الحيتان الطيارة نفقت على شريط رملي قبالة الساحل الغربي في أستراليا، وأنقذ 50 منها، في أكبر حادث من نوعه بتاريخ الدولة.

وتمكنت فرق الإنقاذ من إنقاذ 50 حوتا، عن طريق جرهما إلى المياه العميقة، حيث أطلق سراحها، بينما ظل نحو 30 من الحيتان على الشاطئ، تقاوت من أجل حياتها حتى بعد ظهر الأربعاء.

وقال نيك ديكا، المدير الإقليمي للمتنزّهات والحياة البرية في تسمانيا: "إذا كانت ما تزال على قيد الحياة وفي الماء، فمن المؤكد أن هناك أملا لها، ولكن مع مرور الوقت يزداد إجهادها وتقل فرص بقائها على قيد الحياة".

وليس من الواضح سبب تقطع السبل بالحيتان في المنطقة المسماة Macquarie Head، لكن الأنواع هذه عرضة للوصول للشاطئ مع عدم القدرة على النجاة.

واكتشفت المجموعة الأولى المكونة من 270 حوتا صباح الإثنين، بينما رصدت مجموعة أخرى من 200 حوت عن طريق الجو، يوم الأربعاء، ليصل العدد الإجمالي إلى 470. ونفقت جميع حيوانات المجموعة الثانية. ويُقال إن هذا هو أكبر حدث من نوعه في تاريخ أستراليا.

يذكر أن الحوت الطيارة هو نوع من دلافين المحيطات، التي يصل طولها إلى 7 أمتار ووزنها 3 أطنان.

في الصميم

ما ذكره الناطق الرسمي باسم الرئاسة الفلسطينية نبيل أبو رديّة، عن خطاب الرئيس الفلسطيني في الأمم المتحدة، الذي يؤكد على حقوق الشعب الفلسطيني كاملة في إقامة دولته المستقلة على حدود 1967، التي أقرتها الأمم المتحدة، وعاصمتها القدس الشريف. الكيان الصهيوني لا يأبه بقرارات الأمم المتحدة طالما هو ضامن الدعم الأميركي ويستفيد من الوقت الذي يعطيهم الفرصة لجلب المزيد من اليهود لتمكين الاحتلال.. اليهود قوم مطل هكذا وصفهم الله وعلى استعداد أن يفاوضوا لزم طويل دون أن تحصل على شيء من حقوقك، فما لهم إلا الحرب.. فلتتوب منظمة التحرير إلى رشدها وتعود إلى تحكيم السلاح فيهم مهما كانت النتائج، وهذا ما يمنح المهاجرين اليهود من القوم إلى فلسطين ويقرب النصر.

اشترك في خدمة الوسط واتس المجانية

إرسال كلمة اشتراك، على الرقم 96735079

Retweet

AhdiAlmarzouq @AhdiAlmarzouq عهدي فهد المرزوق

الأخ العزيز سمو رئيس الوزراء بوخالد، لا أحد يشك ببقاء سريرتك وطيبتك ونظافة يدك، جميل أن تتمتع بهذه المواصفات الأخلاقية التي يعرفها القاضي قبل الداني ولكن هذه الميزة وحدها لا تكفي، يجب أن تفرج عن الهيكل التنظيمي الجديد وتتخلص من الطاقم الفاشل والغير مؤهل لإدارة البلد، وأن تعتمد الحزم

abdulaa53149706 @abdulaa53149706 عبدالله

مطار الكويت بحري فاتح اول امس واصلين من باكستان عماله لاحظر ولا شي

Q1Q2Q3Q4Q5Hm @Q1Q2Q3Q4Q5Hm الفيلسوف

المطالب الخمس
1- العفو الشامل
2- تغيير الأجهزة الرقابية
3- تغيير قانون الانتخابات
4- الإصلاح الاقتصادي
5- مؤتمر مصالحة وطنية
#نؤله

salah.aljemaz @salah.aljemaz صلاح الجيماز

نصيحة للأجيال القادمة علموا اولادكم الادخار في #الفضة نصيحة لوجه الله علموا اولادكم كل شي عن معدن الفضة واهمية لان زمنهم يعتمد على معدن الفضة بشكل كبير

DrFatemaAlazmi @DrFatemaAlazmi د.فاطمة اللميع

البعض يعرف أنه مستواه العلمي ضعيف ولا يبذل أي مجهود إضافي مع ذلك يجادل ويكابر أنه مستحق للامتياز!! ابذل مجهود اظهر سلوك الالتزام والمسؤولية راجع التكليف قبل التسليم وتأكد من اتباع التعليمات ثم سلم بالوقت دون تأخير وبعدها تستحق الـ A بجدارة لا يجوز مساواة المجتهد بغيره

dr.naseer @dr.naseer د. نصير العمري

الولايات المتحدة ترسل رسالة قوية وواضحة للصين في مساندةها الإستراتيجية لتايوان. الدعم الأمريكي الصريح لتايوان خط أحمر رسمته الولايات المتحدة للصين في تصعيد واضح بين الطرفين

@Alwasatkuwait

تناول «الفاصل الحار» يعزز صحة القلب



الفلفل الحار

تتعدد فوائد الفلفل الحار بالنسبة لصحة الجسم، فهو جيد لحل مختلف المشكلات الصحية والأمراض، والتي من الممكن أن يعاني منها الأفراد، منها فوائد للقلب.

إن من أبرز الفوائد التي ترتب على تناول الفلفل الحار هي تعزيز صحة القلب، وفيما يأتي ذكر لبعض الدراسات التي أجريت لتأكيد فوائد الفلفل الحار للقلب وفقاً لويب طب:

التقليل من خطر الإصابة بأمراض القلب، وخفض الكوليسترول، كما أظهرت دراسة أخرى أن تناول الفلفل الحار من الممكن أن يعزز صحة القلب بطريقتين مختلفتين، هما: العمل على تقليل مستويات الكوليسترول من خلال التقليل من تراكم الكوليسترول في الجسم وزيادة تكسيده وإفرازه.

ومنع عمل الجين المسؤول عن انقباض الشرايين، وهذا الذي بدوره يحد من تدفق الدم إلى القلب، والأعضاء الأخرى، وهذا يساهم بشكل كبير في زيادة تدفق المزيد من الدم عبر الأوعية الدموية.

كما أن الفلفل الحار يمنع حدوث انقباض الشرايين عن طريق الحد من نشاط الجين المسؤول عن إنتاج إنزيمات الأكسدة الحلقية، فهي المادة التي تسهم في انقباض العضلات الموجودة حول الأوعية الدموية.

لا بد من الإشارة إلى أنه مهما كانت فوائد الفلفل الحار للقلب عديدة وجيدة، إلا أنها من غير الممكن أن توضع أو حتى تستبدل بالأدوية التي تستخدم لأمراض القلب والحالات الصحية المرتبطة بالقلب، وارتفاع الكوليسترول أيضاً. أي أنه من الممكن اعتبار الفلفل الحار من الأطعمة الغذائية المفيدة التي ينصح بضمها في النظام الغذائي الخاص بالأفراد من أجل الحد من التعرض لبعض المشاكل الصحية للقلب بشكل عام.

وعلى الرغم من الفوائد العديدة التي يتضمنها الفلفل الحار، إلا أنه لا بد من التنويه إلى بعض المحاذير والاحتياطات اللازمة قبل القيام بتناوله واستخدامه، ومن هذه الاحتياطات والتحذيرات: الحمل والرضاعة، والأطفال صغار السن، واضطرابات النزيف، والجلد التالف أو المتشقق وخلال الجراحة.

عيادات المواساة الجديدة NEW MOWASAT CLINICS

مستوصف عيادات المواساة الجديدة NEW MOWASAT CLINICS

فرع المنقف MANGAF BRANCH

- Internal Medicine clinic
- Obstetrics and Gynecology Clinic
- Diabetes & Family Medicine Clinic
- ENT Clinic
- Ophthalmology Clinic
- Orthopedics Clinic
- Urology Clinic
- General Medicine clinics
- Dental Clinics
- Dermatology & Cosmetic Clinics
- Pediatric Clinics
- Physical Medicine Department
- Radiology Department
- Laboratory Department
- Pharmacy

FOR MORE INFORMATION 23711707

(965) 2371 1707 @newmowasathospital new mowasat hospital www.newmowasat.com

(965) 5082 6666 @nmowasat new mowasat hospital newmowasat