

مواقيت الصلاة	فجر	شروق	ظهر	عصر	مغرب	عشاء
	03:41	05:10	11:54	03:30	06:38	08:03

أعلى مد	أدنى جزر
00:22	06:29
12:16	18:53

**البحر**

الطقس	الغصمى	الصفري
الطقس	46	38

## في الصميم

غالبية الكويتيين معتادين على السفر في الصيف وجاءت هذه الجائحة ولخطبت خططهم في السياحة وأعدتهم جيبسي المنازل.. مئات الآلاف من العوائل يملكون بيوت وشقق في الخارج، يقبت خاوية هذا العام دون استعمال، فهل تبقى وقت للاستمتاع بالسفر؟ السفر للسياحة جزء من حياة معظم الكويتيين بسبب حرارة الصيف ويسر الحال حتى أصبح السفر جزء من حياة المواطن.. حتماً ستعود الحياة إلى طبيعتها وسيعود الاستمتاع بالسياحة والسفر.. نسأل الله أن يكون قريباً.

**الوسط** اشترك في خدمة الوسط واتس المجانية

إرسال كلمة اشتراك، على الرقم 96735079

## Retweet

**hudaalmedlij @almedlij**  
اطالب شخصياً بإجابه وتخليد ذكرى شهديات وشهداء الغزو، بالطلاق اسماءهم على شوارع أو مدارس الكويت... فهم من رفعا هامة هذا البلد وهم مصدر فخرنا.. اعزوا اسماءهم حتى لا ننسى بطولاتهم العظيمة ونستمر في سرد تضحياتهم لأجيال قادمة علم الكويت  
#ذكرى\_الغزو\_العراقي #هدى\_المدالج

**Dr.Binessa @Dr.Binessa**  
د. داود بن عيسى  
سها من سكاكينا حادة ومشهورة على إخواننا!!  
عجا لينا فقد وعيه بسبب جهله ومنهجه  
فيحارب أخوته!!  
هلا تفرغت لتقوم نفسك من أعوجاج وفساد في صدرك!

**Dr.FatemaAlazmi @Dr.FatemaAlazmi**  
د. فاطمة اللميع  
وزارة التربية بين إشكاليات ضخمة تحتاج لخطط بمرور عالية... لكن للأسف ما نعايشه حالة من التخبط والفضى في إدارة الأزمة والسؤال: ماهو نتاج العمل القيادي طول فترة التعطيل الخمس أشهر الماضية؟

**alabashi @alabashi**  
المحامي ناصر الأربش  
القانون الكويتي نص على وجوب علم الجاني بان الاموال متحصلة من جريمة (مما يلزم اثبات العلم وليس افتراضه)  
القانون القطري نص على ان يعلم الجاني او كان ينبغي ان يعلم او لديه اشتباه بان الاموال متحصلة من جريمة (يعني الفاشنستا لازم تثبت انها كانت غيبية وما فهمت انها #غسل\_الاموال)

**mubarak\_almutaw @mubarak\_almutaw**  
مبارك المطوع  
منذ 30 عاما مضت جاءت من الشمال فيروسات بشرية بأسلحتها ودباباتها محاولة احتلال البلاد وبالتضرع إلى الله أزيحت الغمة، وفي هذه الأيام العصبية ينتاب المواطنون نفس الشعور بسبب تفشي فيروس كورونا لكن علينا أن نتذكر درس #الغزو ونبجنا ونضرع إلى الله ليزيح عنا هذا البلاء

**Fatimaalsalem @Fatimaalsalem**  
د. فاطمة السالم  
علموا أبناءكم عن الغزو و بطولات الشهداء وعن أبناء الكويت المخلصين  
علموهم معنى التضحية والاخلاص في حب الوطن.. علموهم أسماء الشهداء والأسرى.. علموهم قصص المقاومة وملحمة بيت القرين وكيفان الصمود و  
علموهم حب هذا الوطن وأن لا وجود كالوطن ولا وطن كالكويت

**MajedaDr @MajedaDr**  
د/ماجدة الصالح  
الله يرحم الشهيد الشاعر الكويتي فايق عبدالجليل وكل شهداء الكويت  
دماؤكم كانت القربان لتحرير الكويت

**@Alwasatkuwait**

## في «نيويورك».. صالون حلاقة للرجال في الهواء الطلق!



حلاقة في الهواء الطلق

بالأمان أكثر بالمجيء إليه، لأنهم يكونون في مكان مفتوح ويتجدد الهواء بالطبع باستمرار.  
ولا يمكن إنكار أيضاً أن التغطية الإعلامية بشأن ما يقدمه جيمس من خدمات تساعده أيضاً.  
وكان جيمس يعمل في صالون حلاقة، ويعرض خدماته في ظل جائحة كورونا في المتنزّه الشهير الواقع بمهنازن نظير أي مبلغ.

بمعدات قص الشعر للقيام بموظفيتها. ويقول إنه اضطر إلى الانتظار عشر دقائق قبل أن يأتيه أول زبون عندما نصب معداته في منتصف مايو الماضي.  
والآن صار عادياً رؤية طوابير طويلة من الأشخاص تنتظر لأن يقص جيمس شعرهم، برغم أن مراكز تصفيف الشعر فتحت أبوابها قبل عدة أسابيع.

ويقول الحلاق إن الأشخاص يشعرون بدأ الأشخاص في «نيويورك» الذين يتوقون إلى قص شعرهم برغم جائحة كورونا العالمية الاضطراب في منتزه سنترال بارك أمام حلاق يعرض خدماته وسط الخضرة.  
ويساعد هيرمان جيمس سكان «نيويورك» على تزيين ما تسبب فيه الحجر الصحي من شعر أشعث بينما يرتدي هو نفسه كاماة، ويستعين بمقعده وحقيبة مليئة

## الإنسان قد ينقل عدوى «كورونا» إلى القطط والكلاب



هل ينتقل «كورونا» من الإنسان إلى القطط

أكدت دراسة حديثة أن الإنسان من الممكن أن ينقل العدوى بفيروس كورونا المستجد للحيوانات المنزلية مثل القطط والكلاب.  
وأجرى باحثون إيطاليون الدراسة في شمال إيطاليا، خاصة في مقاطعة لومبارديا، وشملت 540 كلباً و 277 قطة كانت تعيش في منازل بها مصابون بكورونا أو مناطق ذات كثافة عالية من حالات الإصابة.  
وتبين من خلال الدراسة أن 4% من 3% من الكلاب و 9% من 3% من القطط كوّنت أجساماً مضادة للفيروس. وذكر رئيس معهد «فريدريش لوفر» الألماني لصحة الحيوان، توماس ميتنلايتز، أن نتائج الدراسة ليست مفاجئة، وقال: «إنها تؤكد ما نعرفه بالفعل.. نفترض أن الفيروس ينتقل عادة من البشر إلى الحيوانات»، مضيفاً أن الدراسة تؤكد التقييم الحالي للمعهد بأن الكلاب أو القطط لا تلعب حتى الآن دوراً في نشر فيروس كورونا المستجد، موضحاً أن العامل المؤثر هو انتقال الفيروس من شخص لآخر.

## أغنية UNO لفرقة موسيقية روسية تحصد 138 مليون مشاهدة

حطمت فرقة Little Big الموسيقية الروسية رقماً قياسياً لمسابقة «يوروفيجن» الأوروبية على الرغم من الغناء المسابقة الأخيرة في روتردام في مايو الماضي.  
وذلك بعد أن حصدت أغنيتهما UNO والفيلم الموسيقي القصير المصور على أساسها ما يزيد عن 138 مليون مشاهدة على يوتيوب وتقدمت بذلك على أغنية «تو» للمغنية الإسرا ئيلية، نيتا، والتي جنت على يوتيوب منذ مارس عام 2018 إلى حد الآن 134.5 مليون مشاهدة.  
أعلن ذلك الموقع الرسمي لمسابقة «يوروفيجن» الأوروبية الموسيقية. ويرى الموقع أن الأغنية الروسية يمكن أن تجني بحلول نهاية العام الجاري نحو 150 مليون مشاهدة على يوتيوب.

وأعاد الموقع إلى الأذهان أن الفيلم الموسيقي المصور على أساس أغنية UNO أصبح أكثر مقاطع الفيديو الموسيقية شعبية بين كل المشاركين في مسابقة «يوروفيجن» بعد أن جنى 10 ملايين مشاهدة بعد يومين من نشره على يوتيوب.  
يذكر أن مسابقة «يوروفيجن» - 2020 الموسيقية الأوروبية تاجلت إلى مايو عام 2021 لتفشي وباء فيروس كورونا في العالم وستقام في روتردام الهولندية.

## «الشي» ساعة كل يوم قد يقي من الموت المبكر



الشي مفيد لجسم الإنسان

توصلت دراسة حديثة إلى أن هناك طريقة بسيطة لتعزير متوسط العمر المتوقع، والتي تكمن في المشي لمدة ساعة تقريباً كل يوم.

فقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن مفتاح العيش لفترة أطول يكمن في اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن، بالإضافة إلى ممارسة التمارين الرياضية بانتظام، حسب ما نشرت صحيفة «إكسبريس» البريطانية وفق صحيفة الشرق الأوسط.

وتنقل عن الصحيفة، فقد أشارت هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية إلى أن طريقة المشي توصف بـ«العلاج المعجز» الذي كنا نتخبطه جميعاً، حيث يمكن أن يساعد إجراء بعض التغييرات في النظام الغذائي أو نمط الحياة على تجنب الموت المبكر بسبب الأمراض المختلفة، ما يعزز زيادة متوسط العمر المتوقع.

وتكمن إحدى أسهل الطرق وأفضلها لتحسين الصحة العامة وتعزير طول العمر في المشي بسرعة كل يوم، وفقاً للهيئة. وقال أندرو ميرل اختصاصي التغذية: إنه على الجميع التفكير في المشي بسرعة لمدة 60 دقيقة كل يوم، مؤكداً أنه ليس

ضرورياً استكمال هذه الصورة دفعة واحدة، ويمكن توزيع هذا التمرين طوال اليوم، لجعله أكثر راحة.  
مضيفاً أنه يجب أيضاً الجمع بين المشي وتارين القلب والأوعية الدموية الأكثر كثافة، وكتب على مدونته: لقد وجدت أن التمرين هو محسن قوي للاداء على أساس يومي، وأنا الآن أعرف كيفية التمرين لزيادة

العمر الصحي. وتؤكد الدراسة أنه إذا لم تكن لديك القدرة على ممارسة ساعة كاملة من المشي كل يوم، فهناك بدائل سهلة أيضاً، بينها 15 دقيقة فقط من التمارين كل يوم يمكن أن توفر لك بعض الفوائد. ومقابل كل 15 دقيقة إضافية من النشاط اليومي الذي تقوم به كل يوم، وينخفض خطر الوفاة المبكرة بنحو 4%.

## شركة الصابرية للمساعد والسلام ذ.م.م

نرتقي بكم لأفضل

قوة | متانة | سرعة بالإنجاز | كفاءة

Tel. : +965 24645150 Fax : +965 24645171  
Email: sales@aisabriyahelev.com

KONE Authorized Distributor