

البطن الكبير.. مؤشر على هذه الأمراض القاتلة

الرجال، وبدا من 80 سنتيمترا لدى النساء. ولتجنب هذه المخاطر الجسيمة، يتعين على الأشخاص، الذين يكون محيط البطن لديهم كبيرا، العمل على خفض كتلة الجسم الكلية بنسبة تتراوح بين 5 و10 في المئة، وذلك من خلال التغذية الصحية والمواظبة على ممارسة الرياضة والأنشطة الحركية، وفق ما ذكرت وكالة الأنباء الألمانية.

والبكرياس، تُعيق إنتاج هرمون الأنسولين، الذي يعمل على خفض مستوى السكر بالدم، كما أن الخلايا الدهنية تتسبب في إفراز هرمونات ومواد ضارة بالجسم، والتي تتسبب على سبيل المثال في تكلس الأوعية الدموية. وأضافت "أبوتكين أو مشاو" أن محيط البطن يعد مؤشر على خطر الإصابة بالأمراض القلبية والسكري، حيث يرتفع معه خطر الإصابة بالسكري وارتفاع ضغط الدم، ومن ثم يرتفع خطر الإصابة بالأمراض القلبية والسكتات الدماغية.

وأوضحت المجلة المعنية بالصحة أن السبب في ذلك يرجع إلى أن الدهون، التي تتراكم في الكبد



بعد فحص أطنان من النفايات.. زوجان يعثران على «كنزهما المفقود»

زوجان في الحاوية القريبة من منزلهما. ونقلت الشبكة التلفزيونية عن متحدث باسم محطة النفايات قوله: "إننا لا نوفر خدمة البحث عن الأشياء في القمامة، إلا أن الزوجين تعرفا على الشاحنة التي كانت تنقل القمامة من الحي الذي يقطنون فيه، وهكذا وجدنا الخواتم بفحص محتويات الشاحنة عند إفراغ حمولتها".

وعقب اكتشافهما للخطأ الفادح، أسرع الزوجان إلى محطة ستونينغتون لنقل القمامة، وشرحا للموظفين العاملين في المنشأة مشكلتهما. وتجابوب العاملون في المحطة مع الزوجين، وقاموا بفحص ما يصل وزنه إلى 30 طنا من النفايات، ليعثروا في نهاية المطاف على الخواتم في كيس للقمامة، ألقاه

نجم زوجان أستراليان في العثور على خواتم زفافهما وخطبتهما الماسية في شاحنة قمامة، وذلك عقب إلقائها عن طريق الخطأ مع النفايات. وأشارت شبكة 9 News الأسترالية، إلى أن الزوجين اللذين لم يكشفهما هويتها، كانا يجدهما منزلهما الواقع في ضاحية "مالفرن" بملبورن، وألقيا عن طريق الخطأ بالخواتم الماسية في القمامة.

الرياض تستضيف أضخم مهرجان موسيقى في الشرق الأوسط



ستشهد العاصمة السعودية، الرياض، أضخم مهرجان للموسيقى في الشرق الأوسط، حيث سيجمع أكثر من 100 فنان عالمي في مجال التنسيق الموسيقي "DJ" بمشاركة موسيقيين محليين وعرب، وفقا لما ذكرت الجهات المنظمة للمهرجان. ويترقب محبو "الهاوس والتكنو ميوزك" وغيرها من الفنون العصرية، العروض الضخمة التي ستراقف مهرجان "مدل بيست" بشغف كبير، بحسب تقارير إعلامية.

ويعتبر مسرح (بيج بيست) والذي يشمل العروض الرئيسية أحد أبرز أركان مهرجان "مدل بيست". وهو أكبر مسرح في المهرجان ويستوعب أكثر من 45.000 شخص من عشاق الموسيقى والفن.

ويضم المهرجان أيضاً مسرح (أندراوند بيست 1 و2) وهما مسرحان يستضيفان أشهر عمالقة الفن العالميين والمحليين.

ومن بين المسارح أيضاً مسرح (داون بيست) لتوفير مساحة استرخاء بعيدة عن ضجج الموسيقى والإيقاعات العالية، حيث يستضيف دي جي وموسيقيين بارزين وعددا من المواهب المحلية. وانطلاقاً من حرص مهرجان (ميدل بيست) ودوره كمنصة تهدف إلى تمكين

بكل حواسهم مع الموسيقى والتجارب التفاعلية.

وأضاف: "بناءً على حرصنا لتأمين أفضل المهرجانات التي تلبي كافة الأنواع الموسيقية، تم بناء خمسة مسارح كبرى توكلت لتطلعاتهم وتلبي رغباتهم، وتم تصميمها لتضاهي أكبر المهرجانات الدولية. ويتميز المهرجان بتقنيات مبتكرة وتجهيزات متطورة وعروض فنية تقدم من جميع أنحاء العالم".

المواهب السعوديين وعرض مهاراتهم أمام الجمهور، فقد تم إنشاء مسرح (سعودي بيست) الذي يصفه المخططون بأنه فخر المهرجان، حيث تم تخصيصه للمواهب السعودية الناشئة. وستستمر فعاليات المهرجان على مدى ثلاثة أيام اعتباراً من 19 ديسمبر الجاري، وفي هذا الصدد قال أحمد العماري، عضو فريق مهرجان «MDL Beast»: "نتيح المهرجان للجمهور فرصة الاستمتاع

26 الجاري في أرض المعارض بمشرف

الزبيدي يجمع أصالة والمطرف في «ليلة من العمر 5»



نصري والتي ستقدم من خلال الحفل عدد من أغانيها القديمة الرائعة مثل سامحتك ومقاش انا ويامجنون وغيرها من اعمالها التي لها مكانة كبيرة في قلوب كل محبيها في الكويت ويصاحب أصالة

”ضمن سلسلة حفلات ليلة من العمر والتي ستقام يوم 26 من الشهر الجاري بقاعة 5 باراض المعارض بمشرف والتي تسع لعدد 4000 مشاهد وسيجيبها كلا من النجمة السورية الكبيرة أصالة

نجاح أي حفل غنائي يتمثل في ثلاثة عناصر "النجوم والتوقيت والمكان بكل التجهيزات" ومتى توافرت هذه العناصر بالتاكيد سيحقق الحفل صدى ونجاح كبير وهذه السياسة التي اعتمدها المنتج الشاب عبد العزيز الزبيدي الذي اشتهر بتقديم أفضل وأجمل الحفلات الغنائية في الكويت، وهو الذي بات معروفاً بأعماله وتنظيماته الدقيقة، وأصبح من أصحاب الخبرة العريضة في هذا المجال مما أكسبه ثقة الفنانين والنجوم، الذين أصبحوا يتعاملون معه بثقة وشفافية.

والذي يحاول دائماً في كل حفلاته التجديد ومتابعة الخطوط العالية في الحفلات وإدخال أفكار جديدة عليها واعتماد فريق متخصص في مجال تنظيم وإقامة الحفلات يجهز حالياً لحفل غنائي جديد يحمل عنوان "ليلة من العمر 5

الصين ترد على «أكاذيب» خدعت أوزيل.. وتدعوه إلى زيارتها



وقال المتحدث باسم الخارجية الصينية قنغ شوانغ في إفادة صحفية "لا أعرف إن كان السيد أوزيل قد زار شينجيانغ من قبل شخصياً لكن الأخبار الكاذبة والتصريحات الباطلة خدعته خداعاً كاملاً وأثرت على حكمه". وأضاف: "نرحب أيضاً بالسيد أوزيل ليزور شينجيانغ إذا سحنت له الفرصة ليتجول ويرى وطالما كان لديه ضمير يمكنه أن يميز الصواب من الخطأ ويمكنه أن يحترم مبادئ الموضوعية والنزاهة فسيري شينجيانغ بشكل مختلف".

وقالت وزارة الخارجية الصينية إن الأخبار الكاذبة "خدعت" مسعود أوزيل لاعب فريق أرسنال الإنجليزي لكرة القدم وذلك بعد أن وجه لاعب خط الوسط انتقادات لسياسة الصين في التعامل مع أقلية الإيغور المسلمة على أراضيها. ونأى نادي أرسنال بنفسه عن تعليقات أوزيل قائلاً إنها تعبير تماماً عن رأيه الشخصي. وفي وقت لاحق، قام التلفزيون المركزي الصيني (سي.سي.تي.في) برفع مباراة أرسنال أمام مانشستر سيتي في الدوري الإنجليزي الممتاز من جدول البث يوم الأحد.

غوغل تطلق «لابتوب» بدقة فائقة ووزن خفيف

وأعلنت شركة غوغل إصدار 4K من اللابتوب Pixelbook Go بسعر يبلغ 1400 دولار أميركي. وأوضح الشركة الأميركية أن اللابتوب Pixelbook Go يأتي بشاشة قياس 13 بوصة تتمتع بدقة وضوح 4K أي 3840 × 2160 بيكسل، مع كثافة بيكسلات عالية تبلغ 331 بيكسل في البوصة.

وأعلنت شركة غوغل إصدار 4K من اللابتوب Pixelbook Go بسعر يبلغ 1400 دولار أميركي. وأوضح الشركة الأميركية أن اللابتوب Pixelbook Go يأتي بشاشة قياس 13 بوصة تتمتع بدقة وضوح 4K أي 3840 × 2160 بيكسل، مع كثافة بيكسلات عالية تبلغ 331 بيكسل في البوصة.

وينبض بداخل اللابتوب Pixelbook Go معالج إنتل Core i7 مع ذاكرة وصول عشوائي سعة 16 غيغابايت، وذاكرة داخلية سعة 256 غيغابايت، وفق ما ذكرت

داخلية سعة 256 غيغابايت، وفق ما ذكرت

بطريقتين غريبتين.. زوجة نائب الرئيس متهمه بمحاولة قتله



ما نقلت "أسوشيتد برس" لاحقاً، نقل أفراد الأمن نائب الرئيس إلى المستشفى. وزعم أنها توجهت إلى المستشفى يوم 8 يوليو، وطلبت من الأمن مغادرة الغرفة، وأثناء تواجدها "وحدها" مع شويينغا، "أزالت قطارة الوريد والقسطرة الوريدية المرتزة" لزوجها، مما تسبب في تزيق غزير، وفقاً للائحة الاتهام الموجهة لها. وأجبرت ماري زوجها على ترك فراش المستشفى وحاولت توجيهه إلى خارج المكان لكن حرسه الأمني اعترض طريقها، حسب ما أوردت الوكالة.

نحو مليون دولار، ونقلها إلى جنوب أفريقيا، بزعم دفعها المبلغ مقابل بضائع، لم تجلبها أبداً إلى زيمبابوي.

حرماته من العلاج الطبي بالإصرار على بقاءه في فندق بدلاً من مستشفى عندما

في واقعة غريبة من نوعها، تشير العديد من علامات الاستفهام، اتهمت زوجة نائب رئيس زيمبابوي بمحاولة قتل زوجها. ومثلت ماري شويينغا، وهي عارضة سابقة وزوجة نائب الرئيس كوستانتينو شويينغا، أمام محكمة القضاة في هراي اليوم الاثنين، حيث اتهمت أيضاً بغسيل الأموال والاحتيال، وسط أنباء عن زواجها المضطرب.

وظهرت شويينغا، مرتدية فستاناً عليه رسوم زهور، لوحث للصحفيين فيما دخلت زنزاة الاحتجاز في المحكمة. وأمر القاضي بأن تظل قيد الاحتجاز على ذمة جلسة كفالة.

وتتهم ماري بمحاولة قتل زوجها في جنوب أفريقيا في يوليو، أولاً عندما حاولت

العثور على أكبر حطام لسفينة رومانية غرقت قبل ألفي عام

عثر علماء على أكبر حطام لسفينة رومانية في قاع البحر المتوسط، التي غرقت قبل نحو ألفي عام، وهي محملة بأوان خزفية تعرف بـ"الأفمورث".

والأمفورة هي جرة خزفية كان اليونان والإغريق يستعملونها في نقل زيت الزيتون والنبثيد.

وعثر علماء الآثار على حطام السفينة التي يعود تاريخها إلى ما بين عامي 100 قبل الميلاد، و100 ميلادية، وقد اعتبروا الحطام "أكبر حطام سفينة كلاسيكي" موجود على الإطلاق في شرق البحر المتوسط.

وتم اكتشاف حطام السفينة التي بلغ طولها 110 أقدام (35 متراً)، إلى جانب شحنتها المكونة من 6 آلاف تراكوتا، خلال مسح بالسونا راقاع البحر قبالة ساحل كيفالونيا، إحدى الجزر الأيونية قبالة الساحل الغربي لليونان.

يشار إلى أن طول معظم السفن في تلك الحقبة الزمنية كان حوالي 50 قدماً، وفق ما ذكر موقع "سي إن إن". وأجرى المسح بواسطة شبكة "Oceanus" التابعة لجامعة باتراس، باستخدام تقنيات معالجة الصور بالذكاء الاصطناعي. وتم تمويل البحث من قبل برنامج "Interreg" التابع للاتحاد الأوروبي. ووفقاً لجورج فيرينتينوس من جامعة باتراس، الذي كشف مع 9 من زملائه هذا الاكتشاف في مجلة "العلوم الأثرية"، فإن حمولة التراكوتا الموجودة في قاع البحر، في "حالة جيدة للغاية"، لافتاً إلى أن حطام السفينة سيساعد في الحصول على "ثروة من المعلومات بشأن طرق الشحن والتجارة وتخزين بدن السفينة وبنائها خلال تلك الحقبة".

حياة مزدوجة.. رجل أعمال ولص بنوك



أخرى تحمل بصمات مكارتري، لتكتشف أنه اللص المسؤول عن عمليات السطو. وكان مكارتري يعود إلى عمله بعد استراحة الغداء وكان شيئاً لم يكن، ليمارس عمله كالمعتاد. وكان ينفق المسروقات على سد ديون القمار الذي كان يمارسه في ذلك الوقت، وتوقف عن سرقة البنوك بعدما أقطع عن ممارسة القمار.

مزيف ويرتدي ملابس تنكرية تخفي ملامسه. لكنه ترك دليلاً، ولو صغيراً، قاد في نهاية المطاف إلى القبض عليه، إذ كان يكتب تهديداً بخط يديه ويشهره في وجوه موظفي البنوك، يطالبهم فيه بتسليمه النقود. واعتمدت السلطات، التي عثرت على هذه التهديد ومقارنة البصمات الموجودة عليه، بأوراق

لعقود طويلة، ظن الناس في أستراليا أن روس مكارتري مجرد رجل أعمال نمونجي، يمارس نشاطاته في البورصة، واستغرق الأمر وقتاً طويلاً، حتى تمكنوا من اكتشاف الجانب الآخر من حياته.

واعترف مكارتري (70 عاماً) أمام محكمة في مدينة سيدني بأنه يعيش حياة مزدوجة، معترفاً بأنه كان متورطاً في عمليات سطو مسلح على بنوك عدة خلال السبعينيات، بحسب ما أفادت هيئة الإذاعة الأسترالية.

وظلت عمليات السطو المسلح لغزاً يحير السلطات التي أخفقت في العثور على الجرم الذي يقف وراءها، إلا أن أعادت فتح التحقيق في أستراليا عام 2018.

واقتر مكارتري بالانذب في 4 من أصل 8 تهم موجهة إليه تتعلق بسرقة بنوك في مدينة سيدني، بمبالغ وصلت إلى 12 ألف و700 دولار.

وقال إنه كان يستغل ساعة الغداء في العمل من أجل سرقة البنوك، إذ كان يهاجم هذه المؤسسات المصرفية بمسدس