

مواقيت الصلاة الاثنانيين 21 من رجب 1441 هـ/16 مارس 2020 – السنة الثالثة عشرة – العدد 3645

12 صفحة ــ 100 فلس

رئيس التحرير: عدنان محمد الوزان

www.alwasat.com.kw

11:56

05:57

في الصميم

الحرب النفطية المشتعلة اليوم لها أثر سلبي على

الأسعار ومشاريع التنمية في الدول المنتجة.. بعد أن

خفضت دول أوبك وروسيا الانتاج اليومي من 36 مليون

برميل إلى 27 مليوناً للحفاظ على سعر البرميل بين

50 إلى 55 دولار، قامت أميركا بإنتاج النفط الصخرى

والرملى وأغرقت السوق بالمخزون لديها وهي خطة ذكية

جعلت تحديد السعر بيد المستهلك وليس المنتج .. عودة

الأسعار إلى سابق عهدها تحتاج خطة مواجهة لخطة

ترامب وصبر وتضحية!!

05.57

10:29

05:01

16:05

«الشمام».. يساعد على حماية الجسم من الجفاف



يعتبر الشمام من الفواكه التي تحتوي على نسب كبيرة من الماء تساعد في ترطيب الجسم ووقايته من الجفاف، خصوصاً في أجواء الصيف الحارة، ليس هذا فحسب لكنها غنية أيضاً بالمواد المفيدة.

ويحتوي الشمام على مضادات الأكسدة ويقوم بفلترة الجسم من المواد الضارة والتي تسهم في منع الشيخوخة المبكرة، كما أنه يقلل من خطر الإصابة بالربو ويقل عند الأشخاص الذين يتناولون مواد غذائية معينة، إحدى هذه الأطعمة هي التي تحوي على كميات من البيتا كاروتين والتي تتواجد بكثرة في الفواكه الصفراء والبرتقالية مثل الشمام، اليقطين والجزر.

كما يحتوي الشمام على الألياف، والبوتاسيوم، وفيتامين ج، سى، وجميعها تساعد فى بقاء القلب صحياً، حيث تناول الأطعمة التي تحتوي على بوتاسيوم عال يساعد في خفض ضغط الدم.

الكويت ستشهد اليوم تساوي الليل والنهار

قال الفلكي عادل السعدون إن دولة الكويت ستشهد اليوم الاثنين تساوي الليل والنهار على غرار الدول التي تكون على نفس دائرة العرض. 5و أضاف السعدون أمس أن الشمس تشرق الساعة 57ر

وتغيب الساعة 57ر5 مساء ويكون طول النهار والليل ذاته أي 12 ساعة وبعد ذلك يطول النهار على حساب الليل. وأوضح أن تساوي الليل والنهار في العالم عموما سيكون في 21 مارس عند تعامد الشمس على خط الاستواء وتبدأ بعد ذلك بالصعود شمالا نحو مدار السرطان.

وذكر أن كل بلد له يومه الخاص بالتساوي بين الليل والنهار والذي يختلف من بلد إلى بلد حسب موقعه من دائرة خط الاستواء وسبب ذلك أن الأرض وهي تدور حول الشمس فإن مدارها له شكل إهليجي وليس دائريا وعموما فالدول التي تقع شمال الكرة الأرضية يتساوى الليل والنهار بها قبل 21 مارس بعدة أيام.

وبين أن الدول التي تقع جنوب خط الاستواء يتساوى فيها الليل والنهار بعد تاريخ 21 مارس وفي 22 يونيو المقبل سيحدث الانقلاب الصيفى ويكون النهار في غاية الطول والليل في غاية القصر وتكون الشمس في غاية صعودها عن خط الاستواء حيث ستقع على مدار السرطان 5ر23 درجة شمالا وتكون فوق الرأس بارتفاع 85 درجة



أصغرمولود في العالم مصاب ب « كورونا »

شمال ميدلسكس أثبتت إصابتهم بالفيروس

نقلت سيدة حامل أول أمس مصابة بالالتهاب الرئوي إلى مستشفى في لندن وتم وضعها في مستشفيات منفصلة لتلقى العلاج بعد التّأكد من إصابتها بفيروس كورونا المستجد والجنين.

وصدرت تعليمات للعاملين بالمستشفى الذين اتصلوا بالأم والوليد بالعزل الذاتي

للتأكد من عدم انتقال العدوى لهم. التاجي. تم نقل أحدهم إلى مركز متخصص ولم يتم إثبات ما إذا كان الطفل قد أصيب والآخر يعالج في غرفة عزل». بالفيروس في الرحم أو أثناء المخاض. وتابع: سلامة مرضانا وموظفينا هي وقالت مستشفى NHS Trust أولويتنا القصوى، نقوم بإنتظام بتنظيف University NHS Trust في بيان: المناطق التى يتم فيها رعاية المرضى «اثنان من المرضى في مستشفى جامعة والموظفين الذين كانوا على اتصال وثيق مع



NEW MOWASAT CLINICS عيادات المواساة الجديدة



فرع المنقف MANGAF BRANCH

• عيادة الأمراض الباطنيــة • Internal Medicine clinic

• عيادة أمراض النســاء والــولادة Obstetrics and Gynecology Clinic

• عيادة السكري وطب العائله • Diabetes & Family Medicine Clinic

• عيادة الأنف والأذن والحنجرة

• عيادة العيــون Ophthalmology Clinic

• عيادة العظـام Orthopedics Clinic

• عيادة المسالك البولية Urology Clinic • عيادات الطب العـــام General Medicine clinics

• عيادات الأسنـــان Dental Clinics

• عيادات الجلديــة والتجميــل Dermatology & Cosmetic Clinics

• عيادات الأطفال Pediatric Clinics

• قسم الطب الطبيعي Physical Medicine Department • قسم الأشعــة Radiology Department

> • قسم المختبـر Laboratory Department

• الصيدليــة Pharmacy



للحجيز والإستفسار FOR MORE INFORMATION

23711707

www.newmowasat.com AppStore Cook play newmowasat

new mowasat hospital new mowasat hospital

@newmowasathospital @nmowasat

(965) 2371 1707 (965) 5082 6666



خبيرة تجميل عراقية تثيرجدلأ

بعد اقتراحها «مكياج كورونا»

تسببت خبيرة التجميل العراقية، فاطمة الديوان، في جدل بين رواد مواقع التواصل الاجتماعي،

عقب نشرها مقطع فيديو تحدثت فيه عن كيفية وضع مساحيق تجميل عند ارتداء كمامة واقية من

وارتدت الديوان كمامة، وشرحت كيفية استخدام أدوات التجميل للظهور بمكياج كامل أثناء ارتدائها،

كشفت دراسة حديثة أجراها فريق من الباحثين في جامعة لوس أنجلوس بكاليفورنيا أن تناول الطعام ببطء يساعد على تخفيض وزن الجسم، وذلك لأن هذه .. الطريقة تجعل الإنسان يتناول كميات أقل من الطعام وتتيح له فرصة الاستمتاع به. وأشار الباحثون إلى أن الدراسة التي نشرتها

مجلة لانست، شملت 30 امرأة صغيرة السن قدموا لهن وجبة من المكرونة مع صلصة مكونة من طماطم وخضراوات وجبن بعد أن تناولن في وجبة الإفطار أغذية تحتوى على نحو 400 سعر حرارى.

وبعدها قسموا المجموعة إلى فريقين: الأول طلبوا منه تناول الطعام بسرعة، والفريق الثاني طلبوا منه وضع الشوكة إلى جانب الطبق بعد تناول كل لقمة وتناول الطعام ببطء، ولاحظ الباحثون أن المجموعة الأولى أتمت الوجبة في تسع دقائق التهمن خلالها 646 سعراً حرارياً، أما أفراد المجموعة الثانية فقد تناولن 579 سعراً حرارياً في 29 دقيقة.

Retweet

Dr. Fatima M. Khajah@doctorfatima المطالبات باجلاء الوافدين الى بلدانهم ليست حكيمه لا اخلاقيا ولا

بما انهم في الكويت فلهم حق الرعايه الصحيه ان كانوا مرضى

وبما اننا في مرحلة وباء عالمي فبقاء كل شخص في البلد الذي هو فيه هو الاجراء الاسلم من اجل سلامة البشريه (صحيا وشرعيا) لايجوزان نصحح خطأ المتسببين بخطأ آخر



#الصين: نجحنا في عزل الفايروس

#إيران: نحاول صنع مضادات للفايروس من دم شخص تعافى #أمريكا: نختبر لقاحاً جديد للفايروس

#الخليج: بس شوي الجو يصير حار يموت بروحه



وزير الصحة الفرنسي، وهو طبيب أعصاب بالأصل، غرد بنصيحة مبنية على ملاحظات وليس دراسات بأن استخدام مضادات الالتهاب مثل (ايبوبروفين والكورتيزون) قد تفاقم حالة المصاب بفيروس كورونا ونصح باستخدام البنادول لخفض الحرارة في



سعادة السفير المصري المحترم

نلفت انتياه سيادتكم لعدم جواز مخاطبة العامة في البلاد إلامن

خلال وزارة الخارجية الكويتية او بالطلب منها

فالعمل الدبلوماسي له قواعد يجب الالتزام بها كما ان الاشقاء المصريين في الكويت يخضعون للاجراءات المقررة طبقا للنظام القانوني الكويتي ومن سلطاتها فقط







أكثر قرار راح يساهم بإقناع المجتمع بالبقاء بالبيت هو إغلاق الصالونات الرجالية والنسائية ...القرار أقوى حتى من حظر التجول

Bin_7egri@فالح بن حجري



طلال الكشتى @Talal_Alkashte طلال الكشتى

حالها حال الصالونات كلها فيروسات @Alwasatkuwait

الوسط

الناشر: دار الأخبار للصحافة والنشر والتوزيع «ذ.م.م.»

E-mail: editorial@alwasat.com.kw

إدارة التوزيع والاشتراكات هاتف: 25748905 – داخلى : 269 – فاكس : 25749612 اشتراك الأفراد 25 د.ك - اشتراك الوزارات 75 د.ك

إدارة التسويق والعلاقات العامة ھاتف: 25748905 – داخلی: 269 – فاکس : 25749612 E-mail: marketing@alwasat.com.kw