الوسط

كلمة صادقة.. لخير الكويت

الخميس 18 من جمادى الأولى 1440 هـ/ 24 يناير 2019 – السنة الثانية عشرة – العدد 3363 | 16 صفحة ـ 100 فلس | رئيس التحرير: عدنان محمد الوزان | www.alwasat.com.kw

خاليولوفا ماتت على خشبة المسرح

فانيا خاليولوفا

لفظت مغنية ومدربة موسيقية تترية أنفاسها الأخيرة على خشبة المسرح، في 20 يناير الجاري، أثناء أدائها أغنية في حفل بمدينة دميتروف غراد الروسية. وانتشر فيديو سقوط المغنية التترية، فانيا خاليولوفا، عبر وسائل التواصل الاجتماعي، أثناء تقديمها لوصلة غنائية في مسرح بمدينة دميتروف غراد بمقاطعة أوليانوف في روسيا. وذكرت صحيفة إزفيستيا أن المغنية خاليولوفا نقلت إثر الحادث إلى المستشفى، لكن الأطباء لم يتمكنوا من إنقاذها، بسبب إصابتها بسكتة قلبية مفاجئة، أدت إلى وفاتها فورا.

وتوفيت خاليولوفا عن عمر ناهز 54 عاما. وعملت الفنانة معلمة موسيقى ومغنية في دار إبداع الطفولة.

مواقيت الصلاة	فجر	شروق	ظهر	عصر	مغرب	عشاء
	05:19	06:41	12:00	02.59	05.19	06:39

البحر	أعلى مد	أدنى جزر
	01:01	19:44
	14:59	08:29

الطقس	العظمى	الصغرى
	17	08

في الصميم

من العيب أن تترك دول التعاون الإسلامي وكالة غوث اللاجئين الفلسطينيين تعاني من العجز بعد أن قطعت الولايات المتحدة دعمها للهيئة بهدف الضغط على الفلسطينيين لقبول بـ «صفعة القرن» التي تمثل حلاً مشوهاً لصالح الكيان الصهيوني وظلماً للشعب الفلسطيني.. 6 ملايين لاجئ يعانون من التشرد ويحتاجون إلى الغذاء والدواء والدراسة لمن نتركهم؟ يجب أن تتحمل الدول الإسلامية مسؤوليتها في إنشاء صندوق لدعم صمود الشعب الفلسطيني وأن تساهم فيه جميع الدول!!

الغالية حصلت على شهادة «غينيس» لمشاركتها في أكبر تجمع عالمي للمبرمجين

شهادة موسوعة «غينيس» التي حصلت عليها الغالية الحيص

حصلت الطالبة الكويتية الغالية الحيص على شهادة موسوعة (غينيس) لمشاركتها ضمن فريق (آي 007) للبرمجيات في (هاكاثون الحج) الذي أقيم في يوليو الماضي في المملكة العربية السعودية.

وقالت الطالبة الحيص في تصريح لـ (كونا) أمس إن الشهادة منحت لمشاركتها في أكبر تجمع عالمي للمبرمجين الذين بلغ عددهم في (هاكاثون الحج) الخاص بتقنية البرمجة والتطوير 2950 مبرمجا.

وكانت الطالبة الحيص قد حصلت ضمن فريق (آي 007) على جائزة التميز في (هاكاثون الحج) وذلك عن مشروع تفويج الحجاج من المخيمات.

يذكر أن مسابقة (هاكاثون الحج) أقيمت بتنظيم من الاتحاد السعودي للأمن السيبراني والبرمجة والدرونز في مدينة جدة وتهدف الى منح الشباب فرصة لاظهار ابداعاتهم في مجال التقنية والتكنولوجيا.

الشاي بالحليب.. خطر على القلب!

الشاي بالحليب قد يؤثر على صحة الإنسان

على الرغم من أن العديد من شعوب العالم تفضل شرب الشاي بالحليب، إلا أن الدراسات الحديثة حذرت من مخاطر هذا المشروب على صحة الإنسان.

وأكدت دراسات الأطباء وخبراء التغذية، أن إضافة الحليب إلى الشاي تشكل خطرا على الصحة، لأن الحليب والشاي يقلصان من فوائد كل منهما على حدة، ويؤثران سلبيا على عمل القلب.

وأثبتت التحاليل المخبرية أن البروتينات الموجودة في الحليب لها تأثير معاكس لتأثير الشاي، الذي يساعد على ارتخاء الشرايين وتمددها، وهذا ما يساعد على المحافظة على ضغط الدم بشكل مثالي، فعند إضافة الحليب، تتوقف فائدة الشاي عن تأثيرها الإيجابي على القلب.

وأثبتت تجربة لعلماء من ألمانيا أن شرب الشاي مع الحليب يسبب عسر الهضم وتكوين الرواسب والحصى في الكلى.

كما أن جزيئات الشاي تولد مادة كيميائية تسمى «أكسيد النتريك»، وتولد جزيئات الحليب «بروتينات الكازينات»، التي يسبب وجودهما معا أضرارا جانبية لدى مرضى الكلى والكبد. ولا ينصح خبراء التغذية بتناول الشاي مع الحليب للأشخاص الذين يعانون من حساسية اللاكتوز، السكر الموجود في الحليب، لأنه يسبب مضاعفات صحية خطيرة.

وينصح الأطباء بتناول هاتين المادتين كل على حدة، ولفترات متباعدة لما فيهما من مواد مفيدة لصحة الإنسان إذا ما تناولهما الإنسان بكميات معتدلة.

Retweet

@DR_FAlazab د.فالح عبدالله العزب

ترك المركبة في حالة التشغيل تسهل عملية السرقة ،،، سرقة مركبة من امام منزل احد المواطنين ،،، والحمدلله الذي لم يصاب صاحب المركبة بأذى ،،، الحذر هذه ليست الحادثة الاولى خلال اسبوع ،،،

@hessahalmulla د. حصه الملا

الكل يتحلطم.. وأوضاع الموظفين في كل الوزارات والقطاع الخاص بدون استثناء ما تسر.. والمواطن مطحون من غلاء المعيشة.. والقوانين تطبق على المزاج.. والتايم لاين يشهد.. في رأيي المتواضع هالديرة ما ينقصها شي.. غير ضمير حي وإدارة واعية.. وكل مشاكلنا تنحل.

@HaifaAlSanousi د.هيفاء السنعوسي

عشق الكراسي يزرع في النفس النفاق وسوء الأخلاق.ما أجمل أن تشعر بهيبة حضورك واحترامك بين الناس خارج إطار الكرسي، فتكون قيمتك قد صُنعت بأخلاقك وأفعالك لا بمنصب وظيفي يضيف لك هيبة مؤقتة تزول بزوال كرسيّك، فلاتساوي شيئاً بعدها، فالقيمة كانت لكرسيك وليست لك. من يدرك هذه الحقيقة؟

@Alwasatkuwait

أول نادٍ لـ «يوغا الضحك» في فلسطين

نادي يوغا الضحك

استطاعت الفلسطينية منال دنديس تأسيس أول نادٍ لـ «يوغا الضحك» في فلسطين، في محاولة منها لرسم البسمة وسط مجتمع يرضخ تحت الاحتلال الإسرائيلي وضغوط مجتمعية واقتصادية.

وعبر «النادي» الذي اتخذ من جامعة بولتكنيك فلسطين (خاصة) في مدينة الخليل جنوبي الضفة الغربية المحتلة مقرا له، تمارس «دنديس» رياضة «يوغا الضحك»، وتعلمها لنحو 10 طلاب وعدد من المتدربين. وتشير دنديس (35 عاما) أن الشخص الممارس بحاجة إلى الضحك من 10ـ15 دقيقة بشكل متواصل في بيئة آمنة (قاعة مغلقة)، مرفقة بتمارين رياضية.

وقالت لـ «الأناضول»: إن ممارسة تلك اليوغا بحاجة إلى تمارين رياضية بسيطة، وضبط النفس بشكل جيد، بحيث يدخل الجسد أكبر كمية من الأكسجين، ثم الضحك دون سبب. وتضيف المدربة: «بحسب الدراسات، فإن الجسد لا يميز بين الضحك الحقيقي والمصطنع، وعادة ما يصاب الشخص بعدوى الضحك دون معرفة سبب الضحك». وتلفت «دنديس» إلى أن تلك اليوغا تقوي جهاز المناعة.

تقنية تركية لتشخيص السرطان عبر حرارة الجسم

البروفيسور نوزت غينجر

ابتكر أساتذة جامعيون بجامعة «الشرق الأوسط التقنية» في أنقرة، تقنية جديدة من شأنها تحديد الخلايا المصابة بالسرطان من سواها، من خلال الاعتماد على درجة حرارة الجسم باستخدام «التيار الكهربائي وكاميرات الأشعة تحت الحمراء».

وتصنف هذه التقنية على أنها تقنية بديلة لطرق تشخيص عدد من أمراض السرطان، مثل «تصوير الثدي الشعاعي»، و»تخطيط الصدى الطبي».

ونجح الأكاديميون الأتراك في نيل براءة اختراع من الولايات المتحدة الأمريكية، لتدخل بذلك التقنية ضمن الطرق المعتمدة في تشخيص مرض السرطان.

وشرح البروفيسور في قسم هندسة الكهرباء والإلكترونيات بالجامعة المذكورة نوزت غينجر، حول تقنية المراقبة الإلكتروحرارية، والتي ابتكرها بالتعاون مع البروفيسور جنكيز بيشيكجي، والأستاذ حمزة فيزا جارلاك.

وقال غينجر إنهم طوروا تقنية للكشف عن السرطان المبكر من خلال استخدام أجهزة تصوير الأشعة تحت الحمراء، والتي تعد بديلة لطرق «تصوير الثدي الشعاعي»، و»تخطيط الصدى الطبي»، والمستخدمة بكثافة في الصناعات الدفاعية.

وأضاف «يمكن بواسطة هذه الكاميرات ملاحظة الاختلافات في درجة حرارة الخلايا المصابة بالسرطان، وخاصة في حالات سرطان الثدي، والغدد، والجلد».

وأردف أن مستوى أداء هذه الكاميرات يزداد مع زيادة حجم الخلايا المصابة ومدى قربها من سطح جلد المريض.

وأشار إلى أن الكاميرا قادرة في حالات سرطان الثدي على تحديد الخلايا المصابة حتى ولو كانت بحجم 3 مليمتر، وتحت سطح الجلد بـ3 سم.

ببالغ الحزن والأسى وبقلوب مؤمنة بالقضاء والقدر

تتقدم أسرة جريدة

الوسط

بخالص العزاء والمواساة من

عائلة الميلم

لوفاة

بدر عبدالله يوسف عبدالهادي الميلم

سائلين العلي القدير أن يتغمد الفقيد بواسع رحمته ويسكنه فسيح جناته

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

إدارة التحرير
هاتف : 25748901 – داخلي : 315– فاكس : 25749612
E-mail: editorial@alwasat.com.kw

إدارة الإعلان
هاتف: 25748905 – داخلي : 269 – فاكس : 25749612
E-mail: advertising@alwasat.com.kw

إدارة التوزيع والاشتراكات
هاتف: 25748905 – داخلي : 269 – فاكس : 25749612
اشتراك الأفراد 40 د.ك - اشتراك الوزارات 75 د.ك

إدارة التسويق والعلاقات العامة
هاتف: 25748905 – داخلي: 269 – فاكس : 25749612
E-mail: marketing@alwasat.com.kw

بدالة: 25748905