

مواقيت الصلاة						
عشاء	مغرب	عصر	ظهر	شروق	فجر	
06:37	05:21	02:52	11:34	05:47	04:29	

أعلى مد	
17:52	11:14
05:52	23:48

الغصلى	الصغرى
36	23

الطقس





في الصميم

تحمس الشباب التونسي في دعم المرشح الرئاسي قيس سعيد والذي يبدو أنه من الفئة الفقيرة في المجتمع دليل على انتصار الربيع العربي في التخلص من الدكتاتوريات العسكرية والتي حلت محل الاستعمار وأخرت بلادنا لقرون.. تونس أول من ثار على الظلم وعبرت إلى عالم الديمقراطية الجميل وحتماً ستكون مثلاً يحتذى به.. لا يهم من سيفوز لأن الشعب هو الفائز!!



اشترك في خدمة
الوسط واتس
المجانية

على الرقم
96735079






Retweet



@AdbMdshsh *فُدْهَشْ*

إبتعد عن كل شيء تكره ، وتمسك بكل شيء تحبه ، لا تاجمل كذباً ، ولا توافق خجلاً ، ولا ترفض كبرياء .. إعمل المكالة التي تزعجك ، وأحذف الرسائل التي تؤذيك .. وتذكر فقط .. لم يمنحك الله هذه الروح لتعذبها.



@alfalah.a *عبدالله الفلاح*

لا تحترم فنان، كاتب، شاعر، مثقف، إعلامي، لا يقف مع الشعوب وقضايا المجتمع ويشاركهم أوجاعهم ...





hussainalqabas *حسين عبدالرحمن*

في هذا الجو الحار وتحت رطوبة خانقه يقف هذا الرجل الخيـاز امام التتور من اجل 20 فلس يحصل عليها قيمة خبزِه واحده ،ترك أسرته ليعيش بيننا من اجل لقمة عيش كريـمة وان تطلب ان يقف امام نار التتور الحار ، فراعوهم ولا تقسوا عليهم واتركوا بعض الفلوس المتبقية لهم ، الانسانية تعني الرحمة





@Madi *ماضي الخميس*

الكل فجأة صاح يطالب بضرورة وجود قانون لوسائل التواصل الإجتماعية .. والحسابات الوهمية .. وفجأة الكل صمت ونسي القانون !!!





@captinaasamkw *كابتن عصام المذن*

وزير التربية يجب السماح لجميع الطلبة باستخدام الحقايب الجـر بدلا من حملها على الظهر لأن بعض المسؤولين والمسؤولات يمنعون ذلك حفاظا على صحة الأبدان ارجو استخدامها





@rsbebehani *رائد بهبهاني*

كثير من العمليات يتم الغائها و المرضى يشكون و لكن لا يستطيع الوم زملائنا في التخدير و الباطنية ! الجو العام هو ضد الاطباء و يتم التخلي عنهم «القائهم تحت الباص» في كل مرة تحدث بها مشكلة . الطب الدفاعي واقع و نتاج السياسة المتبعة و الفراغ القانوني و التضريعي الذي يحمي الاطباء





@baderalduwaila *بدر الدويلة*

فكرة اقتراح الان عندنا في الكويت مزارعين لهم انتاج طيب و بكميات ممتازة .. لماذا الحكومه من خلال وزارة الشؤون لا تفرض علي الجمعيات التعاونيه ان تخصص محلات او صالات عرض وبيع هذه المنتحات وفوائد هذا الامر : 1/ تفعيل التنافس 2/ كسر الاسعار 3/ امن غذائي 4/ تنمية النشاط الزراعي بالكويت





@hanan_alhajeri *Hanan Alhajeri*

الهجوم العنصري على الوافدين في الكويت من قبل بعض السياسيين، و الذي أخذ ينتشر على لسان العامة مثل مرض خبيث، ما هو إلا عبث ساذج. البحث عن الأصوات الانتخابية يشغى الطرق حتى الدنيئة منها أمر مكشوف و مقزز. الوافد قد وصل للكويت بطرق قانونية، فإذا كان الخلل في القانون فهذا ليس ذنبه.



@Alwasatkuwait

في الإمارات.. «قف آلية» لحماية أطفال المدارس



الذراع تعمل كاميرات على رصد المخالفين، كما أن هناك تنبيه صوتي يبينه الطالب إلى وجود مركبة كي يحذر. وأوضح أن عدم التزام السائق بالتوقف عند فتح الذراع سيعرضه للمخالفة، موضحا أن قيمة المخالفة هي 1000 درهم و10 نقاط مرورية.

يهدف تعزيز سلامة الأطفال، من خلال إلزام السائقين بالتوقف الكامل عند فتح ذراع «قف» الجانبية للمخالفة المدرسية في كلا الاتجاهين بمسافة لا تقل عن خمسة أمتار لضمان عبور الطلبة بسلامة وأمان. وأوضح أن ذراع «قف» هو نظام ضبط آلي للمركبات المخالفة، بحيث عندما تفتح

كشفت القيادة العامة لشرطة أبو ظبي خلال مشاركتها في معرض جيتكس 2019 الذي اختتمت فعالياته الخميس الماضي عن مشروع ذراع «قف» للحافلات المدرسية. وقال النقيب أحمد ناصر من شرطة أبو ظبي لصحيفة «البيان» إن المشروع أنجز بالتعاون مع دائرة النقل في أبو ظبي،

زيادة الراتب تحميك من أمراض خطيرة

كشفت دراسة جديدة، خلص إلى نتائجها فريق بحث من مستشفى بريغهام والنساء، ومدرسة هارفارد الطبية، إلى أن زيادة وخفض الراتب تؤثران على صحة القلب. وبحسب صحيفة «الديلي ميل» البريطانية، فإن الدراسة أكدت أن الحصول على زيادة في الراتب قد تحمي من أمراض القلب والسكتات الدماغية، وعلى العكس إذا انخفضت الرواتب تؤدي إلى ارتفاع الخطر. وأكدت الدراسة، أن المشاركين الذين انخفض دخلهم زاد لديهم خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة 17%، لأن انخفاض الدخل يؤدي إلى اتباع نظام غذائي سيء، مثل تناول المزيد من الأطعمة الرخيصة المصنعة والمليئة بالدهون والسكر، مما يؤدي إلى الإصابة ببنوية قلبية أو سكتة دماغية. وشملت الدراسة نحو 9 آلاف مشارك من أربعة مجالات عمل مختلفة في الولايات المتحدة، وقام الفريق بتتبعهم على مدى 17 عاما في المتوسط. وأوضحت الصحيفة بحسب الدراسة، أن خطر الإصابة بالسكتات الدماغية والنوبات القلبية، ارتفع بنسبة تقارب 20% لدى الرجال والنساء الذين انخفض دخلهم.

اصطحاب الكلاب إلى العمل يحارب التوتر!

أماكن عمل أكثر سعادة.

وقال 20% من المشاركين في الدراسة بأن وجود الكلاب في موقع العمل، يلقي استحساناً أكثر من الموظفين، ويؤثر على صحتهم النفسية إيجاباً مقارنة مع المزايا المكتسبة الأخرى، مثل وجبات الإفطار أو رعاية الأطفال المجانية. وبحسب عالم النفس السلوكي البارز، جو همينغز، فإن وجود الكلاب في مكان العمل، من أكثر الأشياء التي تساعد على تعزيز المزاج وتخفيف ضغوط العمل على الموظفين.

وبحسب الدراسة، فإن البريطانيين الذين يصطحبون كلابهم بانتظام إلى العمل أكثر ارتياحاً في وظائفهم بنسبة 22% مقارنة مع الآخرين، بحسب ما نقلت صحيفة ديلي ستار البريطانية.



اصطحاب الكلاب إلى العمل يحارب التوتر

العمل. كما كشف البحث بأن أربعة أخماس البريطانيين (81%) يعتقدون أن أماكن العمل التي توجد فيها حيوانات اليفة هي

التي أجريت في جامعة لينكولن، بأن شيئاً بسيطاً مثل اصطحاب الكلاب الأليفة إلى مكان العمل يمكن أن يكون أبسط طريقة لتحسين الصحة العقلية أثناء

كشفت دراسة حديثة بأن ما يقرب من 15 مليون يوم من العمل في المملكة المتحدة تضع كل عام بسبب التوتر أو القلق أو الاكتئاب. ومع ذلك، فقد أظهرت الدراسة

ببالغ الحزن والأسى وبقلوب مؤمنة بالقضاء والقدر

تتقدم أسرة جريدة الوسط

بالتسليم

بخالص العزاء والمواساة من عائلة المنيع

لوفاة المغفور له بإذن الله

عبد اللطيف سعود عبدالعزيز المنيع

سائلين العلي القدير أن يتغمد الفقيد بواسع رحمته ويسكنه فسيح جناته

إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

