AL-SABAH
الصباح
www.alsabahpress.com
يومية سياسية شاملة — تصدر عن شركة الصباح للصحافة والنشر والتوزيع
20 صفحة — 100 فلس

شطحة

العمل المخلص هو المقياس الدقيق للعطاء والولاء وبه يمكن فرز الأفراد في المجتمع .
.. اعملوا .

بطحة

جهود وزارة التجارة في الرقابة على الأسواق رائعة ونتمنى تكثيفها لكبح جماح جشع التجار.
.. يعطيكم العافية .

دراسة: التمارين الرياضية قد تقلل خطر الإصابة بسرطان الرئة لدى المدخنين

«رويترز» : أظهرت دراسة حديثة أن المدخنين الحاليين أو السابقين يمكنهم درء مخاطر الإصابة أو الوفاة بسرطان الرئة إذا مارسوا التمارين الرياضية.

وأخضع الباحثون 2979 رجلا للفحص على جهاز الركض الكهربائي، 1602 مدخنين سابقين و1377 مدخنين حاليين، لتقييم لياقتهم "القلبية التنفسية" أو إلى أي مدى يمكن للجهازين الدوري والتنفسي تزويد العضلات بالأكسجين أثناء الجهد البدني. واستخدموا مقياسا يعرف باسم مكافئات التمثيل الغذائي والذي يعكس كمية الأكسجين المستهلكة أثناء النشاط البدني.

وأتبع الباحثون الرجال لنحو 11.6 عام وخلال هذه الفترة تم تشخيص إصابة 99 منهم بسرطان الرئة توفي منهم 79 جراء المرض.

وقال باروخ فيتشيلبيوم الذي قاد فريق الدراسة "يمكن للمدخنين السابقين والحاليين الحد بشكل كبير من خطر الإصابة والوفاة بسرطان الرئة من خلال زيادة اللياقة القلبية التنفسية".

وأضاف عبر البريد الإلكتروني "التمرينات الهوائية (الأيروبيك) المعتدلة إلى الشديدة، مثل المشي والهرولة والجري وركوب الدراجات لمدة 20 إلى 30 دقيقة ثلاث إلى خمس مرات أسبوعيا يمكن أن يحسن اللياقة القلبية التنفسية".

وقال الباحثون في الدورية الأمريكية للطب الوقائي إن سرطان الرئة هو أكثر أنواع السرطان شيوعا في العالم، حيث تحدث أكثر من مليوني إصابة جديدة و1.8 مليون وفاة سنويا بسبب المرض. ويعتبر التبغ أهم عوامل الإصابة والوفاة بسرطان الرئة.

وتشير تقديرات باحثي الدراسة إلى أن تحسين اللياقة القلبية التنفسية يمكن أن يقلل الإصابة بحوالي 11 في المئة لدى المدخنين السابقين ويحول دون نحو 22 في المئة من الوفيات بسبب المرض لدى المدخنين الحاليين المصابين به.

كينيا تدشن المرحلة الثانية من مشروع سكك حديد بمليار ونصف مليار دولار

«أ ش أ»: دشن الرئيس الكيني أوهورا كينياتا المرحلة الثانية من مشروع ستاندارد جوج للسكك الحديدية أكبر مشروع بنية أساسية في كينيا منذ الاستقلال وذلك بعد عامين من اكتمال المرحلة الأولى من المشروع.

ويربط المشروع بين العاصمة نيروبي ونايفاشا في إقليم ناكورو، حيث تم بدء تشغيل الخط الجديد لحركة الركاب فقط.

وقالت كاثرين دينا المتحدثة باسم الرئاسة إن المرحلة الثانية من مشروع السكك الحديدية تضم أربع محطات وسوف يتم تشغيل القطارات بواقع ثلاث رحلات يوميا.

من جانبه قال رئيس هيئة السكك الحديدية موسميبي موما إنه تم تشييد المرحلة الثانية من المشروع بواسطة شركة صينية وتكلفت مليار ونصف المليار دولار بتمويل من أحد البنوك الصينية الكبرى.

بين السطور

مجرد سؤال !!

هـــذا الـــوطـــن غـــالـــي لـــو نـــمـــوت دونـــه
تـــرخـــص دمـــانـــا لـــلـــوطـــن لـــو عـــرفـــنـــاه
هـــذا الـــبـــلـــد غـــمـــض عـــلـــيـــكـــم عـــيـــونـــه
كـــل يـــبـــي قـــربـــه وكـــل تـــمـــنـــاه
وان تـــســـألـــون ان كـــان تـــســـتـــاهـــلـــونـــه
شـــوفـــوا مـــن الـــلـــي بـــيـــنـــكـــم صـــار ويـــاه !!

المكلماني — meklemany@yahoo.com

طريق الحق

حفظ الأمن

في ظل ماتعانيه دول العالم حولنا من مصائب وانعدام للأمن والاستقرار، فحري بنا أن نأخذ الحذر «بدل المرة ألف»..ويجب علينا أيضا أن نضع خططا استباقية لمواجهة كل حالات الطوارئ دون تأخر وكسل .. خاصة وأن الجانب الأمني لايمكن أن يركن للتوقعات والاحتمالات.

وزارة الداخلية بما هو معهود عنها من عمل جاد ومثابر أعلنت غير مرة عن جاهزيتها واستعدادها كما هو الحال مع باقي الجهات العسكرية الأخرى في تشديد إجراءات التفتيش بالمنافذ الحدودية، واتخاذ كل الاحتياطات الكفيلة لتكريس الأمن والانضباط.

هذه الاجراءات التي اتخذتها وتتخذها الوزارة بتوجيهات من نائب رئيس مجلس الوزراء ووزير الداخلية الشيخ خالد الجراح، وتعليمات وكيل وزارة الداخلية الفريق عصام النهام تؤكد الرؤية الايجابية التي تتمتع بها قيادة هذه الوزارة الحيوية.

وزارة الداخلية كجهة معنية بشؤون الأمن في البلاد ،تحتاج أيضا إلى تعاون المواطن والمقيم معها من خلال الابلاغ عن أي خطوات أو تحركات تثير الريبة أو تصرفات مشبوهة،لأن هذا النوع من التعاون يمكن أن يجنب الحالة الأمنية الكثير من الحوادث.

هنا لابد من التأكيد على ضرورة الالتفات إلى ملاحظات في غاية الأهمية على رأسها تكثيف التواجد الأمني ونشر الدوريات بصورة أكبر على الطرق وتجوال الدوريات في المناطق الداخلية مما يساهم في تعزيز الأمن في أنحاء البلاد ورد كيد من يريد الشر بالبلاد «لاقدر الله».

عبدالرحمن العواد
abdulrahmman@yahoo.com

مهرجان الأضواء.. حدث سنوي يجتذب مليوني سائح بألمانيا

ميدان (ميدل) في وسط برلين

برلين - «كونا»: تشهد برلين هذه الأيام تنظيم (مهرجان الأضواء) السنوي الذي يجتذب نحو مليوني سائح من داخل ألمانيا وخارجها للاستمتاع بمشاهدة تزيين المعالم التاريخية الأثرية بإخراجات ضوئية ولوحات من تصميم فنانين ألمان وعالميين.

وينظم المهرجان في كل عام بين 14 و20 اكتوبر حيث يتم اضاءة معالم تاريخية مثل (بوابة براندنبورغ) و(جامعة همبولت) و(كاتيدرائية برلين) بلوحات ضوئية تعكس تاريخ ألمانيا ومحطات إعادة توحيدها والشخصيات التي أثرت في بناء الدولة الألمانية.

وينظم الى جانب العروض الضوئية فعاليات ثقافية وفنية من اجل اطلاع الزائرين على تاريخ ألمانيا وأوروبا.

حفيد نابليون يتزوج حفيدة إمبراطورة فرنسا.. التاريخ يعيد نفسه

«وكالات»: اجتمع البيت الإمبراطوري السابق في فرنسا وبيت هابسبورج النمساوي مرة أخرى، في مراسم زواج جمعت حفيد نابليون بونابرت وابنة شقيقة زوجة الإمبراطور الفرنسي.

ويعمل الزوج جون كريستوف نابليون بونابرت مديرا لشركة إدارة أسهم تتخذ من لندن مقرا لها، ويعد أحد أحفاد شقيق نابليون بونابرت الأول إمبراطور فرنسا، حسب صحيفة «ديلي ميل» البريطانية.

وتزوج «كريستوف» من الكونتيسة أولمبيا فون أوند زو أركو-زينبربيرج، 31 سنة، حفيدة كارل الأول، في حفل زفاف فخم حضرته الأميرة بياتريس وخطيبها رجل الأعمال إدواردو مابيلي مونتسي.

الزوجان الجديدان تربطهما صلة قرابة بعيدة، لأن الكونتيسة أولمبيا هي ابنة شقيقة زوجة نابليون الإمبراطورة ماري لويز النمساوية.

وأشارت الصحيفة إلى أن الزواج يحمل سمات زواج نابليون من إمبراطورة النمسا ماري لويز النمسا عام 1810، والذي عقده لضمان حليف في حربه ضد بريطانيا وروسيا ووقف الصراع بين البلدين.

لكن الزوجين صرحا من قبل أن ارتباطهما قائم على الحب، ولا يهدف إلى تحقيق أي أهداف سياسية.

حفيد نابليون بونابرت والكونتيسة أولمبيا

مواقيت الصلاة

الفجر	4.33
الشروق	5.53
الظهر	11.32
العصر	14.46
المغرب	17.12
العشاء	18.29

وفاة بريطانية بعد خضوعها للعلاج بـ «الصفع»

«وكالات»: لقيت سيدة بريطانية مسنة مصرعها على يد معالج صيني، وذلك خلال جلسة للعلاج عن طريق الصفع!.

ووفق ما ذكرت صحيفة «ميرور» البريطانية، فقد صدر أمر بالقبض على هونغ تشي شياو البالغ من العمر 56 عاما، بتهمة القتل غير العمد، بعد تسببه بوفاة دانييل كارغوم البالغة من العمر 71 عاما من مدينة ساسكس البريطانية، وذلك أثناء جلسة للعلاج بالصفع.

ولجأت السيدة البريطانية لهذا النوع الغريب من العلاج والذي يقوم على تعريض المريض للصفع، في محاولة منها لعلاج مرض السكري الذي تعاني منه.

ووفق الصحيفة البريطانية، فقد صدر أمر القبض على شياو في محكمة الصلح في سالزبوري يوم 4 أكتوبر، إلا أنه تبين أن الأخير يقيم في كاليفورنيا، لكن شرطة ويلتشير أكدت تعاونها مع الوكالات والهيئات المعنية لتقديمه للمحاكمة. كذلك أطلق سراح شخصين آخرين خضعا للتوقيف والاستجواب وقت وقوع الحادث دون أي إجراء آخر بحقهما، كما لم يتم اتهام الفندق الذي وقعت فيه الحادث وهو كليف هاوس في ويلتشير، بارتكاب أي تجاوزات.

هل تتحول «فيسبوك» لمنصة إخبارية «جديرة بالثقة»؟

«وكالات»: أوضحت شبكة التواصل الاجتماعي «فيسبوك» أن علامة تبويب الأخبار المزمع وصولها إلى المنصة في خريف عام 2019 ستحتوي على عناوين من صحيفة «وول ستريت جورنال» وبعض العناوين الأخرى من شركات نيوز كورب «News Corp»، وغيرها من وسائل الإعلام التابعة لداو جونز «Dow Jones»، وكذلك «نيويورك بوست».

وذكرت «وول ستريت جورنال»، التي نشرت تقارير عن الصفقة لأول مرة أن المنافذ الإخبارية، الواشنطن بوست، وأخبار «BuzzFeed»، و«Business Insider»، قد توصلت أيضا إلى اتفاق مماثل مع «فيسبوك».

ومن المفترض أن تدفع «فيسبوك» رسوم ترخيص للمنظمات الإخبارية في سبيل تزويدها لعلامة التبويب الجديدة بالعناوين الرئيسية، وقد تتراوح رسوم الترخيص هذه بين مئات الآلاف سنويا وملايين الدولارات للمنافذ الإخبارية الكبرى، حسب ما ذكرت صحيفة «وول ستريت جورنال».

ودعا روبرت مردوخ Rupert Murdoch، مؤسس شركة نيوز كورب «News Corp» في العام الماضي، فيسبوك لدفع رسوم نقل للناشرين الموثوق بهم، على غرار النموذج الذي تستخدمه شركات الكابلات.

وسيتم الإشراف على بعض العناوين التي تظهر في قسم الأخبار في «فيسبوك» من قبل فريق من المحررين، بينما سيتم اختيار عناوين أخرى بواسطة خوارزمية الشركة، وفقا لتقرير صحيفة «وول ستريت جورنال».

وقال الرئيس التنفيذي لشركة التواصل الاجتماعي، مارك زوكربيرغ Mark Zuckerberg، في أعقاب انتقادات مفادها أن موقع «Facebook» يتبع منهجا متساهلا في التقارير الإخبارية المزيفة وحملات التضليل المدعومة من الدولة: «إن الشبكة الاجتماعية ستعطي الأولوية للأخبار الجديرة بالثقة في خلاصتها من خلال تحديد منافذ إخبارية عالية الجودة».

مئات الفرنسيات يتظاهرن احتجاجا على العنف الأسري

«وكالات»: شاركت مئات النساء، السبت، في احتجاجات بوسط باريس اتخذن فيها أوضاعا كالموتى، أملا في جذب الانتباه للعنف الأسري ضد المرأة.

وتقول جمعيات محلية إنها تعتقد أن أكثر من 120 امرأة لقين حتفهن كنتيجة مباشرة للعنف الأسري في فرنسا حتى الآن هذا العام. ورفعت المتظاهرات لافتات بأسماء الضحايا وسقطن على الأرض ثم نهضن وهتفن «لا للمزيد». وقالت ساردين بوشيه التي ترأس رابطة لضحايا العنف الأسري لرويترز، إن العدد الإجمالي للضحايا غير مقبول، علما أن شقيقتها كانت قد لقيت حتفها حرقا عام 2017 على يد شريكها وعلى مرأى من ابنتها البالغة من العمر سبعة أعوام.

الوفيات

■ رجاء عبدالعزيز إبراهيم محمد، ارملة ، علي سلطان الشاهين المهيد، 86، شيعت، عزاء الرجال في المقبرة فقط، النساء: السرة ، ق 5 ، ش 1 ، م 111 (العزاء يومي الاحد والاثنين)، ت: 96667060 – 65058005

■ عصام عبدالله محمد الرويح، 57، شيع، الرجال: الشامية ، ديوان الرويح ، ق 9 ، ش 91 ، م 1، النساء: الجابرية ، ق 7 ، ش 103 ، م 38، ت: 99628011 – 99043478

■ سعيد عبدالله حسن عبدالرحمن، 64، شيع، الرجال: الدعية ، ق 3 ، مقابل ديوان العوضي، النساء: الخالدية ، ق 1 ، ش 10 ، م 3

■ أحمد حسن علي الكندري، 83، شيع، الرجال: الشعب ، ق 4 ، ش 40 ، م 10 (ديوان الكنادرة)، النساء: صباح السالم ، ق 13 ، ش 2 ، ج 9 ، م 20، ت: 99377144 – 99288839

■ بدرية السيد محمد الغربللي، زوجة ، حمد عبد الله الهديب، 83، 9 صباح غد الاثنين، رجال: الشامية ، ق 1 ، ش 10 ، م 3 مقابل الدائري الأول، ديوان الغربللي، نساء: ضاحية عبدالله السالم ، ق 3 ، ش 31 ، م 8، ت: 99603078

إنا لله وإنا إليه راجعون

AL-SABAH
الصباح
www.alsabahpress.com

إدارة التحرير:
تلفون: 24554750، 24554850، 24554950
فاكس: 24562200، 24564400
E-mail: editorial@alsabahpress.com

إدارة الإعلان:
تلفون: 24867300، 24554950،110
فاكس: 24867040، 24564400
E-mail: advertising_alsabah@yahoo.com

إدارة التوزيع والاشتراكات:
تلفون: 24867300، 24554950،110
فاكس: 24867040، 24564400
E-mail: distribution@alsabahpress.com

الكويت ص.ب: 588
الصفاة - الرمز البريدي 13006
P.O.Box: 588 Safat, 13006 Kuwait