

شطحة

احتفالات الأعياد الوطنية الكويتية
تملاً الدنيا بهجة وسروراً عبر
سفاراتنا .
كل عام وأنتم بخير .

بطحة

نتمنى أن تكون قضية «الأشغال»
الأولى الأيام المقبلة هي سرعة إصلاح
الطرق .
نرجو ذلك ونريده .



هاري وميغان: « ملكي » ليست ملك الملكة



الأمير هاري وميغان ماركل

«وكالات»: قال الأمير هاري وزوجته ميغان ماركل إنهما لن يستخدمتا مجددا كلمة « ملكي » في علامتهما التجارية بعد بدء حياة جديدة في كندا، مشددتين على أن الملكة إليزابيث لا تملك كلمة « ملكي ».

وأتفق الزوجان، الشهر الماضي، مع الملكة إليزابيث (جدة هاري) على أنهما لن يواصلتا عملهما كقريين في العائلة المالكة بعد إعلانهما المفاجئ عن رغبتها في السعي «لحور تقديسي جديد».

بإسناد يتناول نفسيهما من خلاله.

ونقل موقع «فوكس نيوز» عن المتحدث باسم الزوجين قولها

«وكالات»: ذكرت صحيفة «إندبندنت» البريطانية رصد علماء لعدد غير مسبوق من الحيتان الزرقاء في المياه الساحلية حول جزيرة جورجيا قرب القارة القطبية الجنوبية، وبين مسح شامل تقوم به «البحلة البريطانية في القطب الجنوبي» نحو 36 مساهمة منفصلة للحيتان الزرقاء في المنطقة، بلغ عددها الإجمالي نحو 55 حوتا استطاع العلماء التعرف عليها. وأشار فريق البحث إلى أن ذلك العدد من المشاهدات لهذا الصنف النادر يدل على أن «مياه جورجيا الجنوبية تبقى منطقة مغذية جاذبة خلال الصيف لهذا الصنف النادر وغير المعروف كثيرا».

ونقلت أعداد كبيرة من الحوت الأزرق خلال القرن التاسع عشر وبداية القرن العشرين، بسبب الكثير من العوامل منها الصيد والتغير المناخي، مما أدى إلى تراجع أعدادها بنسبة تقدر بنحو 97% بحسب بعض التقديرات.

وكان مسح تم في عام 2018 للمناطق المحيطة بالقطب الجنوبي، قد نتج عنه تسجيل حوتين فقط، من هذا الصنف الهادئ بالانقراض وهو الحيوان الأكبر حجما الذي يعيش حاليا على كوكب الأرض.

الإفطار « الكبير » يساعد على حرق الدهون وفقا لدراسة جديدة

«سكاي نيوز عربية»: كشفت دراسة جديدة عن أهمية وجبة الإفطار، في حرق الدهون وإنقاص الوزن، ونوهت إلى أن وجبة الإفطار «الكبيرة»، تعود بالفائدة أكثر من الوجبة الصغيرة.

وانضمت الدراسة الجديدة لسلسلة من الدراسات التي ربطت تناول الطعام صباحا بإنزال السمنة، وبال فوائد الصحية الأخرى.

ووجدت الدراسة الجديدة التي نشرت في دورية « جورنال أوف كلينيكال إيندوكرينولوجي أند ميتابوليزم » المختصة إن حرق السعرات الحرارية أعلى بكثير عند تناول وجبة الإفطار مقارنة بالعشاء، وأشارت الدراسة أن مفتاح الفائدة هو عملية تسمى التوليد الحراري الناتج عن التمثال الغذائي (DIT)، والتي تشير إلى كمية الطاقة (السعرات الحرارية) التي يستخدمها الجسم عند هضم الطعام ونقل المواد الغذائية، وفقا لموقع «سلاش غير».

وأوضحت جوليان ريكتر، مؤلفة الدراسة: «نظهر نتائجنا أن الوجبة التي يتم تناولها في وجبة الإفطار، بغض النظر عن كمية السعرات الحرارية التي تحتوي عليها، تخلق ضعف التوليد الحراري الناتج عن التمثال الغذائي، مقارنة بالوجبة نفسها التي يتم تناولها لتناول العشاء. هذه النتيجة مهمة لجميع الناس لأنها تؤكد على قيمة الأكل الكافي في وجبة الإفطار».

وتضمنت الدراسة ما مجموعه 16 مشاركا من الذكور، قضاوا الجولة الأولى من الدراسة يتناولون وجبة إفطار منخفضة السعرات الحرارية وعشاء عالي السعرات الحرارية، وغيرت الجولة الثانية من الدراسة ذلك، حيث قدمت لهم وجبة إفطار عالية السعرات الحرارية وعشاء منخفض السعرات الحرارية.

على الرغم من تلقي كميات متساوية من السعرات الحرارية خلال الدراسة، وجد الباحثون أن تناول وجبة ذات سعرات حرارية عالية في الصباح أدى إلى قياس DIT أعلى بمقدار 2.5 مرة.

كما اكتشفت الدراسة أن تناول وجبة إفطار كبير وعشاء أصغر، يساعد على الحد من الشهية طوال اليوم، بينما يؤدي تناول وجبة إفطار صغيرة إلى زيادة شهية الطعام خلال اليوم، وخاصة بالنسبة للأطعمة السكرية.

تعليق كل الرحلات من وإلى جزر الكناري بسبب عاصفة رملية

«رويترز»: علقت الشركة المسؤولة عن إدارة المطارات الإسبانية كل الرحلات الجوية من وإلى جزر كناريا الكبرى وكل الرحلات من تريفلي مساء أمس الأول بعد أن اجتاحت عاصفة محملة برمال حمراء من الصحراء الكبرى في أفريقيا جزر الكناري وحدثت بشكل كبير من مدى الرؤية، وقالت متحدثة باسم شركة (إيه.إي.إن.إيه) إنه تم تحويل ما لا يقل عن 19 رحلة جوية إلى كناريا الكبرى لكنها لم تحدد شركات الطيران التي تأثرت بذلك.

وحذرت هيئة الأرصاد الجوية الوطنية الإسبانية من أن رياحا تصل سرعتها إلى 120 كيلومترا في الساعة ستجتاح جزر الكناري حتى اليوم الاثنين.



الحيتان الزرقاء

عودة غير مسبوقة للحيتان الزرقاء في مياه جورجيا الجنوبية



الحيتان الزرقاء

مواقيت الصلاة

الفجر	5.00
الشروق	6.21
الظهر	12.02
العصر	15.16
المغرب	17.43
العشاء	19.13

نيوزيلندا تتحرك لحظر إعلانات السجائر الإلكترونية وبيعها للقصر

«رويترز»: قالت الحكومة النيوزيلندية أمس إنها ستطبق قوانين تحظر كل إعلانات السجائر الإلكترونية وبيع مثل هذه المنتجات لمن يقل عن 18 عاما في خطوة لتقليل سوق تواجه ضغوطا على التصعيد العالمي.

وأعلنت عن سلسلة من حالات الوفاة المرتبطة بالسجائر الإلكترونية وأضرار مرتبطة بها في الولايات المتحدة مما أدى إلى إقامة دعاوى قضائية وفرض قيود. ويسعى أيضا مشروع القانون في نيوزيلندا والذي نشرته وزارة الصحة على موقعها الإلكتروني إلى حظر السجائر الإلكترونية في المناطق المحظورة فيها التدخين وفرض قيود على من يمكنهم بيعها ومنح الحكومة سلطات سحب تلك المنتجات وتعليق بيعها.

وعلى الرغم من انخفاض عدد المدخنين بشكل مطرد في نيوزيلندا فطبقا للبيانات الرسمية فإن واحدا بين كل ثمانية بالغين تقريبا أو ما يقرب من نصف مليون شخص مدخنون للسجائر بشكل منتظم.

«وكالات»: ذكرت قناة «روسيا اليوم»، أن سكان مدينة روسية صغيرة في جمهورية كاريليا، وهي جمهورية مُستقلة ذاتيا في الاتحاد الروسي، تعجبوا من سطوع ضوء أرزق في سمانها لجرم سماوي غامض.

وقالت القناة إن الضوء يرجح أنه

كان عبارة عن حجر نيزكي «جرم» سقط في المنطقة.

وأظهرت لقطات الفيديو مدارا متوهجا يعبر السماء فوق المدينة ليلا، والذي اختفى في وضعية مع سطوع الضوء الأزرق، ولا يزال من غير الواضح ما إذا كان قد تفكك

« كورونا » يسيطر على آمنيات إمبراطور اليابان في عيد ميلاده

«وكالات»: أعرب الإمبراطور الياباني ناروهيتو عن تعاطفه مع المصابين بفيروس كورونا المستجد، متعبا في عيد ميلاده 60. بأن ينتهي انتشار العدوى سريعا.

واحتفل الإمبراطور الياباني، أمس، بعيد ميلاده الأول منذ اعتلائه عرش الأخوان العام الماضي.

وكانت وكالة رعاية القصر الإمبراطوري الياباني قررت الأسبوع الماضي إلغاء حفل عيد ميلاد ناروهيتو بسبب مخاوف من فيروس كورونا.

جرم سماوي غامض يسقط من سماء روسيا

في الجو أم سقط على الأرض.

وقال نائب رئيس الرابطة الروسية لعلم الفلك والجيو فزيكا، سيرجي سميرونوف، للصحفيين إن الأجسام النيزكية لا تشكل تهديدا لأي شخص لأنه على الأرجح تفكك أو تحترق في الجو.

محاولة تهريب 60 قطعة أثرية لأستراليا عبر مطار بيروت



مطار بيروت

«العربية.نت»: ضبطت سلطات مطار بيروت 60 قطعة أثرية مخبأة داخل حقائب مسافرين كانوا متجهين إلى أستراليا على متن رحلة لشركة «الاتحاد» الإماراتية، بحسب ما أفادت الوكالة الوطنية للإعلام الرسمية أمس الأول.

وذكرت الوكالة أن فصيلة التفتيشات في سرية فوى الأمن الداخلي في المطار ضبطت هذه القطع الأثرية بحوزة اثنين من ركاب الطائرة الإماراتية كانوا متجهين إلى أستراليا عن طريق أبوظبي، والتحقيق جار من جانب فصيلة الضابطة الإدارية والعدلية في المطار، بإشراف القضاء المالي المختص.

ويحتل لبنان بعدد كبير من الآثار، كثير منها شرق أثناء الحرب اللبنانية (1975-1990) ومنها ما هُرب إلى الخارج.

وتضم المواقع الأثرية في لبنان عددا كبيرا من القطع العائدة إلى عصور مختلفة، بدءا من العصر الحجري القديم ومرورا بالعهود الفينيقية والرومانية والبيزنطية والإسلامية وبعضها المختلفة الأموية والعباسية والعثمانية وغيرها.

الوفيات

- العميد صالح مصلح الشلاحي، 76، شيع، الغراء في المفرة، ت: 99650969
- جاسم طالب علي الحمد، 53، شيع، الرجال غرب مشرف، ق 1، ش 111، ت: 97، النساء فرعية، ق 4، ش 5، ج 1، م 13، ت: 66538080
- فاطمة عبدالكريم محمد الصغير، زملة، أحمد يوسف المليم، 91، شيعت، الرجال: العدلية، ق 1، بيون الميم، النساء: العدلية، ق 1، شارع عبدالعزيز الراشد، ج 14، م 7، ت: 97333372
- صالحه مبروك عبدالهادي العبدلهادي، 77، شيعت، الرجال: العدلية، ق 1، بيون الميم، مقابل الطالبة: النساء: العدلية، ق 1، شارع عبدالعزيز الراشد، ج 14، م 7، ت: 55000258
- فؤاد محمد جواد الشيخ حبيب الفريخي، 75، شيع، الرجال: المنصورية، ق 2، حسيمة آل بس، النساء: الشعب، ق 6، ش 68، م 1، حسيمة القاطنة (البياني)، (ملاحظة: عزاء النساء عصرا فقط)، ت: 99330070 - 90002226
- أحمد حسن عبدالله البلوشي، 25، قاتسة صباح يوم غد الاثنين، (بمقبرة صهيان)، الرجال: السرة، ق 4، ش 15، م 27، النساء: للظهر، ق 5، ش 6، م 2، ت: 55767282 - 94778813 - 60928585
- منصور علي حسن الصغار، 88، شيع، الرجال: الدعية، حسيمة أبو الفضل (الصار)، النساء: الجارية، ق 3، ش 13، م 4، ت: 66791313
- يوسف السيد عمر يوسف الربيع، 75، بعد صلاة عصر يوم غد الاثنين، الرجال: بالمفرة فقط، النساء: جابر الأحمد، ق 7، ش 732، م 1009، ت: 99726400

إدارة التوزيع والإشراف

إدارة الإعلان

تلفون: 24554950.110.24867300
فاكس: 24564400، 24867040
E-mail: distribution@alsabahpress.com

إدارة التحرير

تلفون: 24554950.110.24867300
فاكس: 24564400، 24867040
E-mail: advertising_alsabah@yahoo.com

إدارة التوزيع

تلفون: 24554750.24554850.24554950
فاكس: 24564400.24562200
E-mail: editorial@alsabahpress.com

AL - SABAH

الصباح