



رئيس التحرير
يوسف خالد المرزوق

كويتية يومية سياسية شاملة، تأسست عام 1976
تطبع في مطابع «الأنباء»
تصدر عن شركة باب الكويت للصحافة (ذ.م.م)
الشويخ، طريق المطار، شارع الصحافة
ص.ب 23915 الصفاة، الرمز البريدي 13100 كويت
editorial@alanba.com.kw

الجامعة العربية تعقد اجتماعا عاجلا لزيادة
الدعم العربي.
• عاجل في قاموس الجامعة
يعني أن الأمر لن ينتهي قبل 15 عاما

أبو اللطف

تقرير: بورصات عالمية تغلق منخفضة خشية أزمة
الدين الأميركي.
• لا تخافون بورصتنا ما لها شغل بالأحداث العالمية
'تحضر' مني ماني و'تحمر' مني ماني وهالشهرين
مزاجها أحمر.

واحد

الشرطة تعتقل أكثر من 100 شخص بعد أعمال شغب ونهب في لندن



اطفائيون يتعاملون مع حريق شب في إحدى العمارات

لندن - رويترز: أعلنت الشرطة البريطانية أمس اعتقال أكثر من 100 شخص خلال أعمال الشغب والنهب التي اندلعت في عدد من أحياء لندن الليلة قبل الماضية، إلى ذلك استعدت العاصمة البريطانية لندن للمزيد من العنف بعد أن شهدت أسوأ موجة من أعمال الشغب منذ سنوات حيث أقت الشرطة وبعض الساسة باللائمة فيها على عصابات إجرامية وعزما سكان إلى توترات محلية والغضب من صعوبة العيش. والقي مفخرو الشغب قنابل البنززين خلال الليل في أحد الأحياء المحرومة اقتصاديا فأشعلوا النار في سيارات للدورية ومبان وحافلة ذات طابقين.

وقال ريتشارد بارنز نائب رئيس بلدية لندن لتتفزيون هيئة الإذاعة البريطانية (بي.بي.سي) «هناك مناقشات على تويتر تفيد بأنه يطلب من الناس التجمع مرة أخرى في توتنتهام لذا فنحن جميعا قلقون لكن من الواضح أننا سنكون أفضل استعدادا هذه الليلة». وقال ادريان هانستوك قائد الشرطة لرويتز أن هناك «الكثير من المعلومات الخاطئة والتكهنات غير الدقيقة على مواقع الشبكات الاجتماعية» وأن من شأن ذلك أن يشعل الموقف. وأضاف «إذا تلقينا أي دلائل تشير إلى إمكان وقوع مزيد من العنف أو الاعتداءات فهناك خطة سريعة للشرطة وسنرد بالشكل اللائم وبالموارد المتاحة لنا».

وقالت الشرطة أن 26 من أفرادها أصيبوا بعد ان قذفهم مفخرو الشغب بالحجارة والقنينات ونهبوا بنايات من بينها بنوك ومناجر ومكاتب تابعة للبلدية وأنشعلوا النار في ثلاث سيارات دورية قرب مركز شرطة توتنتهام بشمال لندن.

أعلى برج في العالم في السعودية خلال 63 شهراً

الرياض - يو.بي.أي: أعلنت شركة المملكة القابضة أن مراحل تنفيذ مشروع برج المملكة (الأعلى في العالم) في جدة ستنتهي خلال 63 شهرا من بداية أعمال الإنشاءات. وقالت الشركة في بيان إن المشروع الذي سينفذ مع مجموعة بن لادن بمبلغ 4,6مليارات ريال سعودي سيتم عبر ثلاث مراحل. وأوضحت أن «المرحلة الأولى بناء برج المملكة والمرحلة الثانية إنشاء البنية التحتية لكامل أرض المشروع والمقدرة بـ 5,3 ملايين متر مربع فيما لم يتم الانتهاء من كامل تفاصيل المرحلة الثالثة».

وقالت الشركة إن «مدة تنفيذ البرج 63 شهرا من بداية أعمال الإنشاءات».

وأشارت إلى أنه «سيتم تمويل المشروع عن طريق رأسمال نقدي بقيمة 1,5 مليار و تمويل نقدي من قبل البنوك والإيرادات الناتجة من المشروع».

وكانت المملكة القابضة أعلنت الأسبوع الماضي عن توقيع شركتها (جدة الاقتصادية) عقد تنفيذ مشروع برج المملكة في جدة.

صحتك

وصفة أسرار سهلة وبسيطة للعيش مدة أطول..
أهمها الامتناع عن التدخين



إيلاف: خالص الباحثون إلى أن هناك أربع نصائح تساعد - إن تم اتباعها - على تقليل بشكل كبير من مخاطر التعرض للوفاة المبكرة، هي: تجنب التدخين، والانتظام في ممارسة التمرينات الرياضية، والهروب من الضباب، واتباع نظام غذائي على الطراز المتوسطي. وهذه هي المرة الأولى التي يتمكن فيها الباحثون بشكل دقيق من حساب عدد السنوات التي يمكن أن يضيفها هذا النمط الحياتي إلى متوسط العمر. ولفتوا في هذا الصدد إلى أن السيدات هن أكثر المستفيدين من هذا النمط، وتبين أنهم قد يعيشن لمدة تصل إلى 15 عاما، وأن الرجال قد يعيشن أيضا مدة أطول تصل إلى ثمانية أعوام ونصف العام. واهتمت الدراسة، التي أجريت على مدار 25 عاما، بمراقبة خيارات نمط الحياة ومعدلات وفاة الباحثين، حيث تم تتبعهم لنظام غذائي صحي وانتظامهم في ممارسة التمرينات الرياضية، يحتفظون بوضعية صحية أفضل كلما تقدموا في العمر. وتبين أيضا أن الأشخاص الذين التزموا بتناول حمية البحر الأبيض المتوسط - التي تحتوي على مستويات مرتفعة من الخضراوات والفواكه والمكسرات والأسماك والحبوب الكاملة مع التقليل من تناول اللحوم والمشروبات الكحولية - أبلوا بلاء حسنا. وأكد الباحثون أن تلك الحمية كانت أكثر ارتباطا بانخفاض معدل الوفاة لدى النساء. وقال جولي كلارك، اختصاصي تغذية «يعتمد كل شيء متعلق بجسمك على ما تدخله إليه، وهو ما يجب الانتباه إليه في حقيقة الأمر».

بيت فان دين برانند، أستاذ علم الأوبئة في جامعة ماستريخت في هولندا، التي أجرت الدراسة: «هذه هي أول مرة تنظر فيها دراسة بحثية في تأثير نمط الحياة والمداخول الغذائي الشامل على طول العمر. كما أنها أول دراسة تميز بين الرجل والمرأة في التأثيرات التي يحظى بها نمط الحياة على معدلات الوفاة». وتم أخذ أوزان الأشخاص الذين شاركوا في الدراسة لحساب مؤشر كتلة الجسم الخاص بهم، حيث كان يعتبر المؤشر الذي يتراوح ما بين 18,5 و25 مؤشرا طبيعيا وصحيا. واتضح - طبقا للدراسة - أن الأشخاص الذين لا يدخنون ويحفظون بوزن صحي مع اتباعهم لنظام غذائي صحي وانتظامهم في ممارسة التمرينات الرياضية، يحتفظون بوضعية صحية أفضل كلما تقدموا في العمر. وتبين أيضا أن الأشخاص الذين التزموا بتناول حمية البحر الأبيض المتوسط - التي تحتوي على مستويات مرتفعة من الخضراوات والفواكه والمكسرات والأسماك والحبوب الكاملة مع التقليل من تناول اللحوم والمشروبات الكحولية - أبلوا بلاء حسنا. وأكد الباحثون أن تلك الحمية كانت أكثر ارتباطا بانخفاض معدل الوفاة لدى النساء. وقال جولي كلارك، اختصاصي تغذية «يعتمد كل شيء متعلق بجسمك على ما تدخله إليه، وهو ما يجب الانتباه إليه في حقيقة الأمر».



ملصق الفيلم

«كوكب القردة» يتصدر الإيرادات في أميركا

لوس انجيليس - رويترز: أظهرت تقديرات لشركات الإنتاج أن فيلم الخيال العلمي «كوكب القردة» تصدر الإيرادات في مطلع الأسبوع محققا 54 مليون دولار في دور العرض السينمائي بالولايات المتحدة وكندا.

وحقق فيلم «سميرفس» مفاجأة باحتلال المركز الثاني بإيرادات بلغت 21 مليون دولار خلال ثلاثة أيام وتلاه فيلم الخيال العلمي والغرب الأميركي «رعاسة بقر وغزاة من الفضاء» بعد أن حقق 15,7 مليون دولار.

وجاء الفيلم الكوميدي «التبديل» في المرتبة الرابعة حيث حقق 13,5 مليون دولار. وأنتج فيلم «كوكب القردة» شركة فوكس القرن العشرين إحدى وحدات كورب. أما فيلم «سميرفس» فمن إنتاج شركة كولومبيا إحدى وحدات سوني كورب.

المسنون يهتمون بأداء أجسامهم أكثر من مظهرها

واشنطن - يو.بي.أي: وجدت دراسة أميركية جديدة أن الأشخاص يركزون على أداء الجسم وصحته مع التقدم في السن أكثر من التركيز على المظهر.

وذكر موقع «هلت داي نيوز» الأميركي أن الباحثين في جامعة باليلور وجدوا أن التحسن في وظائف الجسم لدى المتقدمين في السن نتيجة القيام بتمارين رياضية مدة 6 أشهر يبدو أكثر إرضاء لهم من أي تغيير في المظهر. وقال العلماء إن الأمر يبرهن على أنه مع التقدم بالسن يكون للجسم المؤدي لوظائفه جيدا امتيازاً على الجسم المثير.

وقالت الباحثة المسؤولة عن الدراسة رين امستاد انه «كان بإمكاننا أن نجعل المسنين أكثر نشاطا فيزيائيا فسيكون لذلك منافع أخرى تتعلق بنوعية حياتهم».

وشملت الدراسة 1800 رجل وامرأة يبلغ معدل أعمارهم 69 عاما في 12 مكانا حول الولايات المتحدة لم يجر أي منهم أي تمارين رياضية منتظمة من قبل. وقد شارك هؤلاء خلال الدراسة في جلسات تحفيزية عبر الهاتف أو في الصف وطلب منهم أن يمارسوا الرياضة المعتدلة مدة 30 دقيقة في أغلب أيام الأسبوع عبر أي أنشطة يختارونها بينها المشي وذلك لمدة 5 إلى 6 أشهر.

وقال أغلبهم في البداية إنهم «غير راضين قليلا» عن مظهرهم لكن في نهاية الدراسة أحب المشاركون أجسامهم أكثر أو على الأقل لم يكرهوها.

مقتل 6 أشخاص في صراع بين العصابات الإجرامية وسكان إحدى القرى المكسيكية

مكسيكو سيتي - د.ب.أ: لقي ستة أشخاص حتفهم بينهم امرأة وطفل في معركة بين من يعتقد أنهم أعضاء عصابات إجرامية وسكان قرية جنوب المكسيك.

ونقلت صحيفة «إل يونيفرسال» المكسيكية عن السلطات في ولاية وهاكا الجنوبية أن هذه المناسبة وقعت مساء الجمعة الماضي بتوقيت المكسيك في قرية سانتا كروز.

وكان أهل القرية الأصليون قرروا في اجتماع لهم لمواجهة إحدى الجماعات التي يشتبه في أنها تمارس الجريمة، حيث اتهم العديد من أبناء القرية أعضاء هذه العصابة بارتكاب جرائم قتل واغتصاب وسرقة مواش.

وأضاف تقرير الصحيفة أن المدعي العام المكسيكي مانويل دي جيسوس لوبين قال إن زهاء 100 فرد من أبناء القرية توجهوا وهم مدججون بالسلاح إلى المنطقة التي يقطنها أعضاء العصابة وأسروهم، إلا أن هؤلاء قاموا بإطلاق النار عليهم على الفور. وبين التقرير أن عاصفة من الطلقات النارية بدأت إثر ذلك، ما أدى إلى إشعال أهل القرية النار في مساكن العصابة.

السايرزم



www.salahsayer.com

صلاح السايير

لا سقف للإصلاح ولا خواتيم، فالتحديث ومراجعة الذات ونقدنا عملية مستمرة باستمرار المجتمعات والدول، فما كان جيدا في أمس قد لا يكون نافعا اليوم، وربما يكون ضارا في الغد، ولكل زمن تحدياته ومشاكله، لذلك فإن نظام الحكم المتوارث في الخليج نظام إصلاح، بالضرورة، لأنه يجعل من كل حاكم مشروع إصلاح يسعى إلى التطوير، فالإصلاح أو التحديث مصلحة عليا للدولة لا تعيبها، ولا تجرح الحكم الرشيد فيها، بل تكون علامة على رشاده وصلاحه.

غير أن الحديث عن الإصلاح والتطوير في الخليج لا يبرر الجنوح والعبث والمطالبة بالحكومة الشعبية المنتخبة، فذلك حديث متهور وقفرة باتجاه المجهول وتفرطي في الحقائق المحسوسة والوقائع الملموسة، والحكم الرشيد المجرب عبر العهود المتعاقبة أكثر خبرة وأمانا وأمانة مما تفرزه صناديق الانتخاب غير المحصنة من المغامرين أو حملة الافكار الطوباوية أو المتطرفين.

فالعقل يقي المرء من أمراض الاستيراد والتقليد والانزلاق، حيث لا عاقل يفرط في جدول الماء ليهربول وراء السراب الخداع، بل يتمسك بمصدر الماء مثلما يتمسك ببقاء خاتم الحكومة في عهدة بيت الحكم الذي خبره الناس عبر السنوات الطويلة، خاصة أن بيوتات الحكم الخليجية هي التي قادت التحولات الكبرى والانجازات العظيمة، فمن يترك الأفياء ليدج تحت الشمس الحارقة!؟

سيوف مجرّبة

وكالات: فوجئ الشيخ د.سعد البريك في موقف طريف بمضيفة طيران تفتح صدرها من أجل أن يقوم بالقراءة عليها «رقية شرعية»، بعد مشاهدتها للبريك وهو يقرأ على زميلها المضيف.

بعد مشاهدتها للشيخ يقرأ على زميل لها أجهش بالبكاء البريك يفاجأ بمضيفة تفتح صدرها أمامه من أجل «الرقية الشرعية»!

وهي وحدها معي، واتضح لي أنها كانت تشاهد عن بعد وأنا أقرأ عليه، ولما أقدمت على فتح صدرها قلت لها «معلمش»، فردت عليه: «لايد، فهذه قرصتي»، قلت إذا كان ولايد، أحضري أختا ثانية من المضيفات، لتجلس حتى لا تكون خلوة، ونادي على المضيف بعد، وضعي البطانية على رأسك»، وعلق الشيخ سعد البريك على القصة قائلا: «هي الرقية الأولى والأخيرة».

يذكر أن برنامج «جواز

وقال الشيخ سعد البريك في برنامج «جواز سفر»، الذي يبث على قناة دليل، إنه كان في المدينة المنورة وكانت الرحلة متأخرة، ولم تقلع إلا الساعة الثانية بعد منتصف الليل، فقام بالركوب في درجة الأفق، وكان وحده فقط، فقام أحد المضيفين بالنظر إليه والإقتراب منه، وسال الشيخ أنت «فلان».. فرد عليه الشيخ نعم تفضل.. أي خدمة؟ فطلب المضيف من الشيخ القراءة عليه، لأنه يعاني من اكتئاب وضيقة صدر، فرحب الشيخ البريك بذلك.

وحسب «سبق» أضاف الشيخ: «جلست على مقعدي، وجلس المضيف أمامي وفتح صدره وقرأت عليه وبكي، فلما انتهت فوجئت بمضيفة تاتي وتفتح صدرها وقالت لله بجزاك خير يا شيخ اقرأ علي».

وأضاف: «كنت وحدي في درجة الأفق، والمضيف ذهب



د.سعد البريك

خبراء: الدب القطبي الذي قتل بريطانيا في سفالبارد كان يتضور جوعاً

أوسلو - د.ب.أ: قال خبراء إن دبا قطبيا تسبب مؤخرا في مقتل أحد أعضاء بعثة استكشافية بريطانية في أرخبيل سفالبارد شمالي النرويج، كان يتضور جوعا على ما يبدو.

وكان الهجوم الذي وقع تسبب في مقتل البريطاني هوراثيو تشابيل (17 عاما) فيما أصيب أربعة من أعضاء فريق الكشافة. وقال إريك نيجارد، من مكتب حاكم سفالبارد لمحطة «إن آر كيه»، إنه بفحص جثة الدب القطبي الذي اكتمل الماضي تبين أن طبقة الشحم التي يكتسي بها جسم هذا الدب ضئيلة وأن معدته كانت خالية من الطعام ما يرجح أنه كان يتضور جوعا.

وخضع المصابون الأربعة لجراحة في مستشفى

25 صينياً يشهرون إسلامهم بالسعودية

الدمام - أ.ش.أ: أشهر 25 صينياً إسلامهم بمسجد عمرو بن العاص بمدينة الجبيل الصناعية (بالمناطق الشرقية بالسعودية) بعد أن تم تعريفهم بالإسلام من قبل الدعاة والمتخصصين من رجال الدعوة بكتابة توعية الجاليات وإقناعهم بتعاليم الإسلام.

وفي السياق نفسه يقوم مكتب الدعوة والإرشاد

انتحار أقدم سجين في فرنسا

باريس - أ.ش.أ: انتحر أقدم سجين في فرنسا اليوم الأحد الماضي ان قضى 48 عاما خلف القضبان في السجن بجزر المارتينيخ الفرنسية في منطقة الكاريبي.

وصرح مصدر أمني بأنه تم العثور على السجن

ببير جوست مارني (68 عاما) فاقد اللوعي بينما كان يجلس على الكرسي داخل زنزانته. وكان السجن المنتحر يقضي عقوبة السجن مدى الحياة تنفيذاً لحكم محكمة جنائيات باريس في عام 1969 لتلوعه في عدة حوادث قتل.