

أبعد من الكلمات



كانت لدي تحفظات كثيرة عندما طلبوا مني وضع صورتي على غلاف مجلة مخصصة للجميلات وملكات الجمال. لكنني عدت وفكرت في كل النساء اللاتي يعتبرنني نموذجاً بحذو، واللاتي يطرحن علي دائماً السؤال المعتاد: «لماذا نفقد جمالنا بتقدم العمر؟»

● تينا نولز لاوسون (61 عاماً)، والدة المغنية الأميركية بيونسيه، عن صورتها مؤخراً على غلاف مجلة «إبوني».



عندما أزهو بلدا بنعم بالسلام أتساءل ماذا ينقصنا لتكون مثل تلك الدول؟

● النجمة اللبنانية هيفاء وهبي في حديث فني - سياسي لجريدة النهار اللبنانية.



كنت عابزاً أقدم حاجة خفية للشعب؟

● وائل الصديقي مخرج وبطل كليب «سبب ايدي» المثير للجدل قال ان هدفه من الكليب كان تقديم حاجة خفية تتماشى مع جو الصيف، مشيراً الى ان الأغنية عالية وترجمها الى اللغة العربية. وقال في مداخلة هاتفية في برنامج «العاشرة مساء» انه لم يعرف بطله الكليب الا من اسبوع قبل التصوير ولم يكن يعلم انها متهمه في قضايا دعارة.



مشاهدي الجريدة مع قصي خولي وغضب زوجي منها لم يكونا من أسباب انسحابي من الجزء الثاني من «سرايا عابدين».

● الممثلة المصرية غادة عادل تؤكد ان أسباب انسحابها من العمل كانت بغية تقديم الجديد فقط.



عبدالحليم حافظ باق في دماء المصريين وهو شريك في كل قصة حب؟

● الإعلامي المصري الخضرم مفيد فوزي متحدثاً على هامش إزاحة الستار عن تمثال العنكبوت بدار الأوبرا المصرية: أغاني عبدالحليم الوطنية كانت تذاق في ثورة 25 يناير وحفر قناة السويس الجديدة، فهي عاشت مع الناس وكبرت في الوجدان.



بلاز شخص غير مرغوب فيه على الأراضي النيوزيلندية؟

● المدير التنفيذي للاتحاد النيوزيلندي اندي مارتن يمنع بلاز من حضور نهائي كأس العالم للسيدات لكرة القدم بسبب فضيحة الفساد.



نيمار لاعب لا يصدق ويمر بفترة أكثر من رائعة ولكنه بفقره لا يمكنه التغلب على المنتخب الكولومبي؟

● النجم الكولومبي خاميس رودريغيز يحذر من نيمار قبل موقعة اليوم في كوبا أميركا.



25 سنة في ريال مدريد وما تعلمته اول يوم بالنسبة الي لاندال هو الأهم، وإن أردت الفوز يجب ان تقاوم للنهائية؟

● حارس مرمى ريال مدريد الإسباني ايكو كاسياس في جملة كتبها في حسابه على انستغرام للرد على من يطالبه بالاعتزال او ترك الريال.



لقد ساعدني العلاج بالتبريد في تخفيف آلام مفاصلي كما ان نومي أصبح أفضل؟

● الممثلة لينزي لوهان في تغريدة بعد ان أمضت فترة من الوقت داخل غرفة درجة الحرارة فيها أدنى من الصفر. ومعروف ان هذا النوع من العلاج يتبعه عادة الرياضيون للشفاء السريع من إصابتهم.

سلاحف عملاقة تقف في حب النباتات الدخيلة



رويترز: عادة ما تسبب الأنواع الدخيلة مشاكل للبيئة لكن في جالاباجوس وهي مجموعة من الجزر قبالة سواحل الإكوادور والتي نسب إليها العالم البريطاني تشارلز داروين الفضل في الهامة نظرية النشوء والتطور وقعت السلاحف العملاقة في حب نباتات وفاكهة دخيلة لا تنتمي إلى المنطقة يبدو أنها تسعدها وتحافظ على صحتها.

وقال د. ستيفن بليك العالم الذي يجوب العالم ويكرس حياته المهنية للحفاظ على الأنواع المهددة بالانقراض «رغم أن الأنواع الدخيلة هي بشكل عام سلبية بالنسبة للنظام البيئي في جالاباجوس وأي نظام بيئي آخر هناك جوانب تجعل هذه المسألة أكثر تعقيداً».

فالنباتات الدخيلة وأنواع من الفاكهة منها الجوافة وثمرة فاكهة تعرف باسم فاكهة زهرة العاطفة أو الآلام قد جعلت السلاحف فيما يبدو أكثر نشاطاً في مشيتها.

وبليك هو منسق مشارك في برنامج الحركة البيئية لسلاحف جالاباجوس، ولا حظ هو وزملاؤه أن السلاحف العملاقة وبعضها يصل وزنه إلى أكثر من 500 رطل تخرج باحثة عن الأنواع الغازية وتسير مسافات لتحصل على وجبة غذاء شهية.



يوم عالمي لـ «العافية»

الصحة والعلاجية، بما توفره من برامج تديك شاملة ومجموعة من المنتجات المترفة التي تجذب الزوار الدوليين من أنحاء العالم، وأضافت جوثابرون قائلة: «نحن نشجع السياح لاكتشاف ملامح الحياة التايلاندية المسماة «تاينيس» المصممة خصيصاً لتحسين صحتهم في عموم البلاد كافة».

وتعد الخبيرة في السبا التركي بلجين أكسوي المؤسس لليوم العالمي للعافية، حيث انطلق هذا الحدث غير الربحي أول مرة في عام 2012، لمساعدة الناس على تعلم قواعد الصحة المثالية بما في التمارين الرياضية ونظام التغذية عبر ورش عمل

الفعالية شملت 15 نشاطاً من العروض والمواضيع الصحية بشكل يوضح طرق التغذية السليمة



بانكوك - رويترز: عقدت هيئة تاييلند للسياحة الحدث السنوي المميز، وهو اليوم العالمي للعافية 2015، وذلك في كوين سيريكيت (مركز المؤتمرات الوطني)، حيث عززت الهيئة من خلاله نمط الحياة الصحية والعيش الكريم في جميع أنحاء تاييلند.

وبهذه المناسبة، قالت السيدة جوثابرون رينغروناسا، نائب محافظ هيئة تاييلند للسياحة لشؤون التسويق الدولي في أوروبا وأفريقيا، الشرق الأوسط والأميركيين: إن تاييلند هي المكان المثالي للاحتفال باليوم العالمي للعافية، حيث كانت دائماً مركزاً عالمياً للسياحة

صورة «سيلفي» أوقفت طياراً يابانياً

لم تكشف عن هويته، انتهب القوانين المتبعة التي تقضي بضرورة إبقاء الطيارين يقظين داخل قمرة القيادة، وفقاً لصحيفة نيويورك دايلي نيوز.

وفي التفاصيل، عندما كانت الرحلة متجهة من شمال اليابان إلى أوساكا، استدعى الطيار المضيفة لالتقاط صورة لهما بهاتفه، بينما كان مساعده في الحمام، ما يعني انه

حملة توعية لمرضى السكري للصيام في رمضان



بيروت - وكالات: مع قدوم شهر رمضان المبارك، الذي يعتبر محطة دينية مركزية للعديد من المسلمين في لبنان وفي العالم ولمرضى السكري الذين اختاروا أن يصوموا خلال هذه الفترة، حثت الجمعية اللبنانية لأمراض الغدد الصم والسكري والدهنيات على مضاعفة الجهود للحد من المخاطر الصحية خلال هذه الفترة، عبر إطلاق برامج توعوية حول الصوم الصحي أثناء رمضان.

الجمعية اللبنانية لأمراض الغدد الصم والسكري والدهنيات، من خلال ندوة أقيمت في فندق «Le Vendome» في بيروت لمناقشة آخر التطورات المحلية والإقليمية والوسائل الجديدة المتاحة للمرضى للحد من مضاعفات السكري خلال رمضان.

وفي مداخلة له في الفعالية أشار د. إبراهيم سلطي، رئيس قسم الغدد الصم في المركز الطبي للجامعة الأميركية في بيروت: «حسب EPIDIAR وهي دراسة إحصائية للسكري وعوارضه، أُنجزت أثناء شهر رمضان في 13 بلداً، تم تسجيل نسبة عالية من مرضى السكري (43٪ من النوع الأول 86٪ من النوع الثاني)، الذين يصومون خلال شهر رمضان المبارك على الرغم من نصيحة أطباهم بعدم الصوم».

إن الامتناع عن الأكل والشرب خلال النهار واستهلاك وجبة مسائية غنية بعد ذلك، يرفع المخاطر الصحية لدى مرضى السكري، ومنها انخفاض أو ارتفاع نسبة السكر في الدم لمرضى السكري بنوعيه 1 و2. أما الذين يعدلون جرعات دوائهم فهم الأكثر عرضة لمشاكل صحية.

بإدوره، أكد د. منذر صالح، رئيس الجمعية اللبنانية لأمراض الغدد الصم والسكري والدهنيات، أن: «صوم مرضى السكري يعتبر قراراً شخصياً مهماً، ويجب أن يتخذ على ضوء معرفة دقيقة مسبقة بالمخاطر المتعلقة بمرض السكري وطرق علاجه. إن توعية المرضى الذين يرغبون في الصوم رغم إصابتهم بالسكري هو مفتاح لعيش صوم صحي، إذ يتطلب ذلك توافر الموارد والتقنيات الصحية، ومنها الوقت والفرق المتخصصة، ونصح الصائمين الذين يختارون الصوم خلال رمضان أن يستشيروا طبيبهم المختص لتنظيم خطة فردية بشكل وقائي».

تسعينية تبني سبعينية



كاليفورنيا - وكالات: تتعامل امرأتان مع بعضهما على انهما أم وابنتها منذ عقود، وقد فُتحتا هذه العلاقة رسمياً، إذ عمدت موريل كلاتون البالغة 92 سنة، إلى تبني ماري سميث البالغة 76 سنة في محكمة دالاس، بحسب صحيفة «دايلي ميل» البريطانية. وقالت كلاتون: «لطالما كانت ابنتي والجميع يعرف ذلك، حتى إننا نشبه بعضنا قليلاً».

بشار إلى أن كلاتون، وهي أم له أولاد، فاجت سميث بفكرة التبني، وكانت الابنتسامة العريضة التي ارتسمت على وجهها هي الجواب.

بريطانية تخاف على بصرها فتنام مفتوحة العينين



لندن - وكالات: تخاف امرأة بريطانية تدعى «داون نايت»، وتبلغ من العمر 47 عاماً، من أن تغلق عينيها حتى أثناء نومها خوفاً من أن تفقد بصرها، بعد خطأ طبي وقع فيه الأطباء أثناء إجراء عملية في عينيها.

وفي التفاصيل، فإن داون خضعت لعملية تجميلية في عام 2012 على يدي الجراح الإيطالي أرنالدو باغانيللي لرفع جفون العينين، إلا أن الطبيب أزال الكثير من الجلد من الجفن السفلي، وهذا يعني أن الجزء الداخلي من العين الذي يكون مغلي بالعادة أصبح مفتوحاً على الهواء.

فاصبحت السيدة نايت مضطرة إلى استخدام قطرة لتخفيف الألم في عينيها كل ساعتين، ولحقت أضرار شديدة بعينيها اليسرى، كما نصحتها الأطباء باستخدام مرهم خاص سميك في كلتا عينيها أثناء النوم بمنعها من الرؤية إلى أن تغسل وجهها وعينيها في الصباح، وفقاً لموقع «مترو» البريطاني.

وتجدر الإشارة إلى ان «داون» تعيش مع زوجها غراهام وابنتها برادلي ولويس في مدينة دورهام، ومنذ أن أجرت العملية تعيش في كابوس من الألم والخوف من فقدان البصر بشكل كامل، لدرجة أنها فكرت مرات عديدة بوضع حد لمعانيتها بالانتحار.

الانباء

اشترك بـ 20 د.ك واحصل فوراً على كوبون بقيمة الاشتراك

الشروط

- يحصل كل مشترك جديد أو من يجدد اشتراكه في جريدة «الانباء» لمدة ستة بليعة 20 د.ك على هدية فورية عبارة عن كوبون مطعم بقيمة 20 د.ك، وذلك خلال الفترة من 14/6/2015 إلى 29/6/2015.
- لا يحق للمشارك في هذا العرض إلغاء أو إيقاف اشتراكه مهما كانت الأسباب ولا يحق له استبدال قيمة الهدية الفورية نقداً.
- لا يحق للمشارك الاشتراك أكثر من مرة باسمه (اشترك واحد فقط) ولعدة ستة واحدة.

للاشتراك

22272770

www.alanba.com.kw



للاشتراك عبر الجوال