



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

«بوكيمون»: غيرت نمط الحياة في آسيا.

● الله يستر على عالمنا العربي.

أبوالمطف

اسعار الأضاحي تشتعل: الأسترالي بـ 60
ديناراً والمحلي بـ 140.

● يعني نشلون؟ ناخذ قرض عشان نضحى!

واحد

أبعد من الكلمات



«الوالدان الفاسيان هما اللذان يدفغان اولادهما للكذب»
الطبيبة النفسية فيليبيا
بيري تؤكد أن على الوالدين لوم
نفسيهما فقط إذا وضعا أطفالهما
في موقف يخشون فيه من قول
الحقيقة.



«لم نستطع حتى التعرف عليها»
مشاهدو التلفزيون يعربون
عن الشعور بالصمة لدى
رؤيتهم المغنية والممثلة البريطانية
سارة هاردينغ في برنامج «هذا
الصباح» لأنهم لم يستطيعوا
التعرف عليها بالرغم من إنكارها
إجراء أية عملية تجميل.



«صورها العارية السابقة، ومسألة حصولها على
الجنسية، إن تكون من الأشياء التي يمكن
أن ينساما الناخب الأميركي»
تعلق لبعض الصحافيين
الأميركيين حول ماضي ميلانا
زوجة مرشح الرئاسة دونالد
ترامب السلوفينية الأصل.



«كان لابد من نقلني إلى المستشفى بالفعل من
أجل تلقي العلاج اللازم»
الممثل جونا هيل يكشف
كيف تأثر صحياً نتيجة لتعاطيه
الكوكايين من أجل أداء دوره في
فيلم «ذئب وول ستريت».



«الاشك اني سعيد بحق»
السياح الأولمبي إيان ثورب
يتحدث صراحة حول علاقته
العاطفية مع عارضة الأزياء ريان
شاننغ، ويكشف أيضاً انه مثلي
الجنس.

قرية تايلندية توفر حاجتها من الكهرباء بفضل روث الأبقار

اعتمد سكان قرية با دينغ في قلب الإقليم التايلندية
مبادرة رائدة لمواجهة حرمانهم من الاتصال بالشبكة
الكهربائية تقوم على استخدام روث الأبقار كمصدر بديل
للطاقة. وبعد النجاح في انارة منازلهم بواسطة الواح
شمسية ومخزون للغاز الحيوي يتم توفيره بفضل
الروث الحيواني، يحاول أبناء القرية تصدير فكرتهم
إلى مناطق ريفية أخرى في البلاد. ويوضح ويسوت
جانجراي، وهو أحد سكان القرية من موقع قريب من
منزله الخشبي، «في البداية، لم تكن نريد أن تصدق أن
الروث يمكن أن يستخدم كوقود».

أراء

الأهنية



البقاء لله

يايتها النفس المطمئنة أرجعي إلى ربك راضية مرضية
فادخلي في عبادي وادخلي جنتي



عبدالله ماطر بطي جبران العازمي - 52 عاماً - الرجال:
الصباحية - 2ق - 11ش - 96م - ت: 9802111
النساء: عبدالله المبارك - 7ق - 7ش - 726م - 53 -
ت: 99688543
هيا صالح حمود الدمام، ارملة سعد زنيفر حمود
العازمي - 76 عاماً - صباح السالم - 5ق -
الشارع الأول - 9ج - 17م - ت: 99917633 -
50288826
زينب علي حسين كمال، زوجة علي احمد علي
الابراهيم - 65 عاماً - الرجال: غرب مشرف -
مسجد الزان - ت: 99704350، النساء: غرب
مشرف - 3ق - 3ش - 315م - 22م.



الجسر الزجاجي

افتتاح أعلى وأطول جسر زجاجي في العالم بالصين

افتتح أعلى وأطول جسر زجاجي للزائرين وسط الصين أمس
السبت، وفقاً لما ذكرته وكالة أنباء الصين الجديدة «شينخوا».
والممشى، الذي يبلغ طوله 430 متراً وعرضه 6 أمتار وقاعه من
الزجاج 300 متر، معلق فوق واد ضيق في حديقة «تيانمشان
ناشونال فورست» في إقليم هونان وسط الصين.
وبحلول يونيو 2017 سيتمكن الزائرون أيضاً من يتدلو من
الجسر على 3 أرجوحات ضخمة أو القفز من جانبه، وفقاً لما
ذكره جوي شين نائب المدير العام لشركة «تشانجياجي كانيون
توريزم مانجمنت» لمدونة «انهايت».

رسائل الحقد تدفع كثيرين إلى مغادرة خدمة «تويتر»

حرية التعبير لكن يجب اعتماد
قواعد معينة عندما ينتشر
الأمر بهذه الطريقة، مشيرة
إلى أنها عاشت «حجماً»،
وقد كان لندائها صدى هذه
المرّة، إذ أن رئيس مجلس إدارة
«تويتر» قد اتصل بها وقد
تم تعليق حسابات بعض
المتطفلين هؤلاء إلا أن هذه
الإجراءات ليست منتشرة
كثيراً.

على مسؤولية «بولد سكاى»

8 أنواع من الأطعمة تحسن التركيز وتقوي الذاكرة



السالون



عين الجميل

لها فوائد مذهلة في تحسين
الذاكرة والوقاية من فقدانها
مع التقدم في العمر، وإدخال
البنجر في الأنظمة الغذائية
بشكل يومي يعزز من القدرة
على التركيز.

البروكلي

هذه الثمرة الخضراء
لها قدرة هائلة في تحسين
الذاكرة وزيادة القدرة على
التركيز، حيث أنها تعزز من
قدرات المخ بشكل عام.

صفار البيض

أثبتت الأبحاث أن صفار
البيض له قدرة كبيرة على
تحسين الصحة العقلية
للإنسان بشكل عام، خصوصاً
فيما يتعلق بالذاكرة والقدرة
على التركيز.

الشوكولاتة الداكنة

الشوكولاتة الداكنة تعزز
من تدفق الدم بالمخ، لذا فهي
من الأغذية المهمة التي تساعد
على التركيز وتقوي الذاكرة.

الأفوكادو

الأفوكادو يعتبر من
الأطعمة المهمة التي تعزز
من صحة المخ نظراً لأنها
غنية بمضادات الأكسدة.

سمك السالمون

سمك السالمون من
الأطعمة الغنية بأحماض
الأوميغا 3 التي تساعد على
التركيز وتقوي الذاكرة.

البنجر

البنجر من الأطعمة التي

موقع «بولد سكاى»
المعنى بالصحة جمع 8
أنواع من تلك الأطعمة التي
ثبت أنها فعالة ومفيدة جداً
في مجال تعزيز الذاكرة
والتركيز.

الجوز (عين الجميل)

ثمرة الجوز، التي تشبه
مخ الإنسان، لها قيمة غذائية
عالية، وفوائدها كثيرة
لصحة المخ بصفة عامة،
حيث أنها غنية بأحماض
الأوميغا 3 ومضادات
الأكسدة.

السبانخ

أوراق السبانخ الخضراء
لديها قدرة هائلة على تعزيز
القدرة على التركيز وتحسين
الذاكرة بشكل كبير.

إيقاف إعدام أميركي بسبب «طبيب الموت»

بالإعدام دون فحصهم مسبقاً،
ولقب جريجسون باسم
«طبيب الموت» لاستعادته
لشهادة ضد الأشخاص الذين
يواجهون عقوبة الإعدام.
وكان وود ينتظر في
سيارة خارج المتجر أثناء
عملية السطو ولم يكن
مسليحاً. وقال الادعاء إن
وود كان يعرف أنه سيتم
إطلاق النار على الموظف.
لكن المحامين قالوا إنه لم يكن
يعرف أن عملية سطو تجري،
وأدين دانيل رينو زميل
وود في الغرفة في ذلك الوقت
باطلاق النار على الموظف
وأعدم في 13 يونيو 2002،
وبموجب «قانون الفرقاء» في
تexas يمكن اتهام شخص
بالمقتل العمد حتى إذا كانت
هذه الجريمة ارتكبتها شخص
آخر.



الحقنة القاتلة

المستقبل، ويمثل خطراً على
المجتمع.
وقصّل جريجسون من
جميع الأطباء النفسيين
بتexas والجمعية
الأمريكية للطب النفسي
بسبب مخالفتها لأخلاقيات،
حيث كان يقوم بتشخيص
حالات المتهمين المحكوم عليهم

رويترز: أوقفت محكمة
الاستئناف بولاية تكساس
الأمريكية أمس الأول الجمعة،
عملية إعدام كان من المقرر
تنفيذها هذا الأسبوع بحق
رجل أدين كشريك في جريمة
قتل لم يرتكبها في قضية
أثارت تساؤلات بشأن كيفية
تطبيق ولاية تكساس عقوبة
الإعدام.
وكان من المقرر إعدام
جيفري وود (43 عاماً)
الأربعاء المقبل بحقنة قاتلة.
بعد أن أدين بالإشتراك في
عملية سطو على متجر عام
1996 قتل خلالها كريس كيران
الموظف بالم متجر بالرصاص.
وفي قرارها طلبت محكمة
الاستئناف من محكمة أدنى
مراجعة الحكم الصادر ضد
وادعاءات من محامي وود بأن
الحكم جاء بالمخالفة لقواعد



سهيل.. النجم العملاق الأزرق

يقدم الباحث الفلكي:
عادل المرزوق

10

خالد المظفر باجر وياكم في ديوانية «الأنباء»



خالد المظفر

تستضيف ديوانية «الأنباء»، غدا الاثنين،
الفنان الشاب خالد المظفر، للحديث عن مشاريعه
الفنية الجديدة التلفزيونية والمسرحية، وخطته
المستقبلية.
الفنان خالد المظفر بانتظار أسئلتكم للرد
عليها، وذلك من الساعة الـ 6 إلى الـ 7 مساءً
على رقم 2272888.
أو من خلال البريد الإلكتروني: editorial@alanba.com.kw

حظر «البوركيني» يصدّم البلدان الأنجلوسكسونية

أثار حظر «البوركيني» على بعض الشواطئ
الفرنسية موجة انتقادات في البلدان الأنجلوسكسونية
التي اعتبرت منع الملابس التي تحمل دلالات دينية
عائفاً امام الاندماج.

وقال الكاتب ديفيد ارونوفيتش في صحيفة ذا
تايمز انه «هذر فرنسي» معتبراً ان مثل هذا الحظر
لا يمكن ان يكون الا تابعا من «نفوس مريضة»
ويقتصر المزيد من المشاكل.

وتتساءل ريمونا الاي من المنظمة البريطانية
«اكسيلورينغ اسلام فاوندیشن» التي تنشط من
أجل فهم أفضل للإسلام، هل ارتداء البوركيني مهين
فعلا أكثر من اظهار عري جسد شخص متقدم في
العمر بارتداء لباس بحر (مايو) كلاسيكي؟
ورؤية سيدة ترتدي النقاب او البرقع في بعض
المدن والأحياء ذات الغالبية المسلمة في المملكة
المتحدة ليست امرا نادرا ولا يغير الجدل مثلما
يحصل في فرنسا.

واشهر مثال لارتداء البوركيني في البلاد لا يعود
في الواقع الى سيدة مسلمة بل الى نايجلا لوسن
المذيعة الشهيرة على الاذاعة والتلفزيون البريطاني
الذي ارتدته في 2011 على احد شواطئ سيدني..
لتجنب الاسمرار.

مواقيت الصلاة



الفجر 3:55
العصر 3:26
المغرب 6:23
العشاء 7:43
الشروق 5:20
الظهر 11:51

حالة البحر

أعلى مد: 1,57 ص - 1,18 ظ.
أدنى جزر: 7,38 ص - 8,37 م.

حالة الطقس

شديد الحرارة والرياح شمالية
غربية، سرعتها من 6 - 32 كم/س.
العظمى: 48 - الصغرى: 34