



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

«الوطنى»: تعرفه الكبرياء والماء الجديدة  
ترفع الأسعار في 2017.

● بعد أكثر من جدي؟

واحد

جراحة عاجلة لـ «باندا» من حديقة حيوان  
سميثسونيان في واشنطن.

● وآلاف البشر مجروحين نفسياً ودينياً  
ولا يجدون حتى مجرد التفاتة!

أبوالمطف

## أبعد من الكلمات



«طبعاً لا.. ده الأهل مش أي فريق!»  
المعلق والمذيع الرياضي  
خالد الغندور متحدثاً  
عما قاله حكم مباراة الأهلي  
والمقاصة حين قال للاعب  
المقاصة أحمد الشيخ قبل أن  
يسدد ركلة جزاء في آخر  
ثانية من وقت المباراة: إذا  
ارتدت الكرة من الحارس  
فلا تلعبها ثانية لأن الوقت  
انتهى.. ونحن سألناه رئيس  
لجنة الحكام: لو كانت الركلة  
للأهلي كنت قلت كده..  
فاجاب: «لا طبعاً ده الأهلي!».



«إنه تنافس مشير وغير سهل بالتأكيد»  
تعليق لبعض الصحافيين  
حول المعركة التي  
تخوضها الشقيقتان جيجي  
وبيللا حديد، وتتفاقتان فيها  
للفوز بلقب «عارضة الأزياء  
الأفضل في العالم».



«في الحقيقة لا أبحث عن أحد الآن»  
المغني جاستن بيبير يؤكد  
أنه سعيد بكونه عازياً هذه  
الأيام لأن هذا يوفر له مساحة  
أكبر من الحرية للعيش على  
هواه في حياته.



«سوف يكون هناك الكثير من الحيوانات  
المفترسة وأعمال العنف والتعذيب»  
الممثل الإنجليزي ألفي  
الين خلال حديثه إلى محبيه  
حول الموسم السابع من  
مسلسل «لعبة العروش»،  
ويعددهم برؤية المزيد من  
المشاهد المثيرة.



«لقد فاق ذلك كل توقعاتي»  
نجمة تلفزيون الواقع  
سكارليت موفات بعد  
فوزها بلقب «ملكة الغاية» في  
برنامج «أنا من المشاهير».  
أخرجني من هنا».



«من هذه الدجالة؟»  
تساؤل آلاف المشاهدين  
عبر التويتر عندما ظهرت  
المغنية الأمريكية ليدي غاغا  
بوجه مختلف جداً عما ألفوه  
في برنامج «إكس فكتور».



«كنت أصلي دوها، ولم يهدأ لي بال»  
أيقونة أغاني «البوب»  
كليف ريتشارد (76)  
سنة) يكشف خلال لقائه  
بالصحافة مدى ما كابده من  
ألم بعد اتهامه زوراً بالتحرش  
الجنسي.

## كيت أبتون: «السوشي» سر نجاحي!



تعد عارضة الأزياء الأميركية «كيت أبتون» من أهم وأبرز الأسماء في عالم الأزياء والموضة وذلك رغم أن عمرها 24 عاماً فقط، ولم تترك كيت فرصة

لتضع بصمة واضحة إلا واتخذت حيث دخلت مجال التمثيل وشاركت بعدد من الأعمال السينمائية وذلك بعد أن كانت محط أحاديث المواقع والمجلات

المعنية بالجمال والموضة وتقول أبتون: «السوشي» وجبتي المفضلة وهذه الأكلة التي اتناولها مرة واحدة أسبوعياً هي سبب رشاقتي ونجاحي في عالم الأزياء.

## نساء فنزويلا يعبن «شعورهن» لشراء الطعام



نساء من فنزويلا في اقتحام للحدود مع كولومبيا لشراء الطعام

فنزويلا – رويترز: تعبير نساء من فنزويلا التي تعيش أزمة الحدود بشكل جماعي ويعبن شعورهن في بلدة حدودية كولومبية في مسعى منهن لسد حاجاتهن من الضروريات الأساسية الشحيحة في بلادهن مثل الطعام والأدوية وحفاضات الأطفال.

ويعد هذا التوجه – الذي بدأ شيعه في الأسابيع الأخيرة – علامة جديدة على تفاقم أزمة البلد الغني بالنفط في ظل وجود عجز وتزايد في معدلات التضخم مما يدفع الملايين إلى الغاء وجبات والتخلي عن العلاج المرتفع التكلفة.

ويقف العشرات من السماسرة – الذين يعرفون باسم «دراجز» – على جسر بربط بين سان أنتونيو في فنزويلا ولا بارادا في كولومبيا ينادون بصوت عال «نحن نشتري الشعر!».

وتحسب تقديرات لعدة سماسرة، تستجيب يوميا حوالي 200 امرأة لعروضهم عبر 7 مواقع مؤقتة تنتشر في لا بارادا. وتباع خصلات الشعر بعد ذلك لاستخدامها كوصلات شعر في مدينة كالي الواقعة غرب كولومبيا. ووقفت سيلينا جونزالس

– وهي تعمل بائعة متجولة وتبلغ من العمر 45 عاماً – في صف لمدة ساعة لتبيع شعرها البني المتوسط الطول مقابل 60 ألف بيزو كولومبي (حوالي 20 دولاراً) وهو ما يعادل الحد الأدنى للأجر الشهري. وقالت جونزالس – التي لم

تخبر أسرته بما كانت تفعله: «أعاني التهاباً في المفاصل واحتاج لشراء دواء. لن يكون هذا كثيراً لكن يمكنني على الأقل شراء مسكنات للألم» وتلقي حكومة فنزويلا اليسارية بمسؤولية الأزمة على «حرب اقتصادية» يشنها رجال الأعمال لإسقاطها.

## نصيحة لمرضى السكر: عليكم بالقرفة والحلبة



القاهرة: أكد د. ياسر عبد الرؤوف أستاذ السكر والغدد الصماء بطب طنطا في مصر أن نظام حياة مريض السكر قد يؤثر في ضبط نسبة الجلوكوز بالدم، وهناك الكثير من المرضى يتناولون العصائر والمياه الغازية بكميات كبيرة، وتعتبر المياه الغازية من أسوأ ما يكون لمريض السكر، في حين أن القرفة والحلبة من المشروبات التي تساعد على زيادة عمل الأنسولين. وقال حسب موقع «اليوم السابع»: يسمح لمريض السكر بتناول 2 إلى 3 أكواب أسبوعياً من المياه الغازية «الدايت»، موضحاً بالنسبة للعصائر أن العصائر الطازجة المعدة بالمنزل، التي لا يضاف إليها السكر، تعتبر الأفضل للمريض، وأنه يجب ألا تزيد الكمية على كوب واحد كبديل لإحدى تمرتي الفاكهة التي يسمح للمريض بتناولها يومياً، كما يمكن إضافة كوب من عصير الليمون أو الكركديه البارد المحلى بالسكر الصناعي في نظام غذاء المريض، خصوصاً في الجو الحار، وهناك بعض المشروبات الساخنة التي يفضل لمريض السكر تناولها، كالحلبة الحصى، والقرفة موضحاً أنه يسمح بتناول كوب من كل منهما يومياً بشرط ألا تتم تحليتهما بالسكر. وأكد أنهما يزيدان من فعالية الأنسولين بالجسم، كما يسمح للمريض بتناول ما بين كوب واثنين من الشاي، وكذلك كوب من القهوة يومياً بشرط عدم تحليتها بالسكر الطبيعي. وأوضح أن الشاي والقهوة من المشروبات الغنية بمضادات الأكسدة التي تساعد على حيوية أنسجة الجسم المختلفة، إلا أننا يجب ألا نغفل المشروب الأهم وهو الماء، حيث يجب على المريض تناول 2 إلى 4 لترات يومياً من الماء، حسب درجة حرارة الجو، موضحاً أن الماء يساعد على تنشيط الدورة الدموية والحفاظ على وظيفة الكليتين.

## بعد الطلاق.. أنجيلينا جولي تحلم بمنصب رفيع بالأمم المتحدة



أنجيلينا جولي

لندن – وكالات: أورد موقع فني نقلاً عن مصدر مقرب من النجمة أنجيلينا جولي بأنها ترغب في الحصول على منصب رفيع في الأمم المتحدة وهي تحلم بهذا الأمر منذ فترة طويلة، كما أنها تنوي السفر إلى لندن لتستقر هناك مع أبنائها الستة، لكن المصدر أشار إلى أن جولي لا تستطيع السفر حالياً قبل أن تحصل على الحضانة الكاملة للأطفال.

وكان كل من أن النجمين براد بيت وأنجيلينا جولي قد توصلا لاتفاق بشأن الحضانة، وهو أن تظل حضانة الأطفال من حق أنجيلينا على أن يزورهم بيت ويحضر معهم جلسات العلاج النفسي، كما سيخضع لعدد من اختبارات للكشف عما إذا كان يتعاطى أي نوع من أنواع المخدرات. الاتفاق أتى بعدما أغلق «مكتب التحقيقات الفيدرالية» قضية إساءة «بيت» لأطفاله تماماً، وتمت تبرئته من ضرب ابنه مادوكس، وهو ما اتهمته به أنجيلينا.

## البقاء لله

يايتها النفس مطمئنة ارجعي إلى ربك راضية مرضية  
فادخلي في عبادي وادخلي جنتي



عبيد ضيدان علي الشمري – 59 عاماً – الرجال: القصر – 2 ق ش – 4 م – 32 م: ت: 97949993 – النساء: النسيم – 2 ق ش – 14 م – 21 م:

بدر محمد متوق العسلاوي – 65 عاماً – الرجال: العارضية – 1 ق – الشارع الأول – منزل 44 – ت: 99879727 – النساء: العارضية – 1 ق – الشارع الأول – منزل 43 – ت: 90021600

عبدالله عيسى سلمان العطار – 86 عاماً – الرجال: غرب مشرف – مسجد الزوان – مقابل المؤسسة العامة للتأمينات الاجتماعية – ت: 50502200 – 99020166 – النساء: الفنتاس – 4 ق – ش – 26 م – ت: 97993443

## بيكام يتضامن مع أطفال الحروب بالوشم!



بيكام

دبي- سي.ان.ان: تضامن نجم كرة القدم الإنجليزية فيفيد بيكام، مع الأطفال الذين يعانون من العنف والحروب حول العالم، وذلك في فيديو نشره عبر صفحته الرسمية على موقع «إنستغرام». وظهرت الوشوم التي تملأ جسد بيكام وهي تتحرك على جسده مشكلة لوحات متحركة توضع معاناة الأطفال حول العالم من الحروب والعنف. وكتب الجناح الإنجليزي السابق عبارة أرفقها بالفيديو قال فيها: «قد يترك العنف أثره في الطفل مدى الحياة، لقد التقيت رفقة منظمة اليونيسيف بأطفال عانوا من العنف

بيكام يتضامن مع أطفال الحروب بالوشم! ويحسب تقديرات لعدة سماسرة، تستجيب يوميا حوالي 200 امرأة لعروضهم عبر 7 مواقع مؤقتة تنتشر في لا بارادا. وتباع خصلات الشعر بعد ذلك لاستخدامها كوصلات شعر في مدينة كالي الواقعة غرب كولومبيا. ووقفت سيلينا جونزالس

## فرنسا تجذب السياح الهنود بأفلام «بوليوودية»

باريس، وعلى سطح اوبرا «غارنييه»، وعلى شواطئ كوت دازور في الجنوب الفرنسي، ومشاهد في فندق «غراند أوتيل ويست إن» قرب ساحرة فنديم. يصور الفيلم في هذه المواقع الفرنسية السياحية قصة حب بين دهارام الذي يؤدي دوره النجم الهندي

يحمل الفيلم اسم «بيفيكر» (أي الهائون باللغة الهندية)، وهو يخرج إلى صالات العرض الهندية الجمعة، وقدمه منتجوه على أنه أول فيلم من إنتاج «بوليوود» يصور بالكامل في الأراضي الفرنسية. ويتضمن رقصات صورت عند جسر الكسندر الثالث في

نيودلهي - أ.ف.ب. تامل فرنسا من خلال فيلم من إنتاج «بوليوود» حول قصة حب بين شاب وشابة هنديين تدور أحداثها بين باريس وكوت دازور، تنشيط حركة الزوار الهنود إليها بعد الركود السياحي الذي ضربها اثر الهجمات الأخيرة.

الصاعد رانفير سينغ، وشيرا التي تؤدي دورها فاني كوبور. ويخبر هذا العمل حماساً السفير الفرنسي في الهند الكسندر زيغلر الذي يرى ان فيلماً كهذا «يضاهي كل الحملات» الترويجية للسياحة، كما يقول لوكالة فرانس برس.

أرقام الجريدة – البدلة: 22272727 – 22272728 – إدارة التحرير: 22272828 – 22272829 – إدارة النسوي والمبيعات: 22272743 – 22272746 – قسم حجوزات الإعلان: 22272750 – 22272751 – إدارة التوزيع والإشتراكات: 22272770 – 22272737 – قسم الشكاوى 22272737

## أراء

alanbaa.newspaper alanba\_news\_kw alanbanews

تابعونا ونقرأ معنا

f t

QR codes

### مواقيت الصلاة

الفجر 5:05  
الشروق 6:29  
الظهر 11:39  
العصر 2:31  
المغرب 4:50  
العشاء 6:12

### حالة البحر

أعلى مد: 3:22 ص 5:46 م  
أدنى جزر: 11:05 ص 11:53 م

### حالة الطقس

شمس مع ظهور بعض السحب والرياح شمالية غربية سرعتها من 15 – 45 كم/س.  
العظمى: 18 – الصغرى: 11