



جدول زمني لإنشاء 3 جامعات حكومية.

● أتمنى تكون وحدة الزمن بالجدول السنة  
العادية مو السنة الضوئية!

واحد

نصيحة نجمة أميركية: اضحكوا..  
تزول كل الهموم.

● أزيلوا همومنا ونعدكم بأننا سنضحك!!

أبوالمطف

## أبعد من الكلمات



«عشق مهنتي لكوني امرأة»

عارضة الأزياء الشهيرة هايدي كلوم  
كاشفة عن شعار أحدث تشكيلات  
الملابس النسائية التي أطلقتها بالتعاون مع  
إحدى الشركات، وذلك خلال تصريحات  
أدلت بها لصحيفة «الدايلي تلغراف»،  
فقلت: «إن شعاري هو إبراز مفاصل الأثني  
دون ابتذال، فرغم التناقص بين الجسد وما ترتديه  
العارضة إلا أنك لابد أن تسمو بغرائزك من شدة  
الأنهار.



«باركوا لي.. فقد تخليت المليون»

الفنانة نجوى كرم بعد أن تخلفت  
أغنياتها «حبيبي مين» المليون مستمع،  
بعد أقل من أسبوع على طرحها الأغنية من  
كلمات الشاعر وائل أشقر، والحن ملحم  
أبو شديد، وتتحدث كرم لإطلاق الفيديو  
كليب الخاص بالأغنية، الذي صورته تحت  
إدارة المخرج فادي حداد في الأيام المقبلة بالتزامن  
مع عيد الحب.



«جيل غريب.. بس دمه زي العسل»

نجم كرة القدم وحارس مرمى المنتخب  
المصري عصام الحضري لبرنامج  
«معكم» على «سي بي سي» مع الإعلامية  
منى الشاذلي، متحدثاً عن علاقته أثناء  
البطولة الإفريقية في الجابون مع جيل  
الشباب من لاعبي المنتخب، أمثال محمود  
كهربا وسعد سمير ورمضان صبحي، مبدياً  
دهشته من هذا الجيل المولع بمواقع التواصل  
الاجتماعي، حيث تعرض الحضري لمقالب كثيرة  
وطريقة منهم جعلته يشعر بأنه أصغر من عمره  
بعشرين عاماً.

«أنا اسلم بذلك وهم محقون. نحن نتوقع عانداً  
على استثنائنا»

بيتمسي ديفوس وزيرة التربية  
الأميركية الجديدة في تعليق على معلومات  
عن تقديمها نحو 900 ألف دولار لأعضاء  
في مجلس الشيوخ صوتوا بالموافقة على  
ترشيحها للمنصب، وأضافت ديفوس أنها  
تنتظر تطبيق سياسة حكم محافظة تتكون من  
تقليص دور الحكومة واحترام الفضائل الأميركية  
التقليدية.



«لا أصدق أنها لي»

العارضة الشهيرة جيجي حديد بعد  
تعاونها مع دار تومي هيلفيغر التي  
كشفت عن دمية جديدة مصممة عن  
العارضة، وتم الكشف عن صورتين للعبتين  
جيجي وباربي وهما على الشاطئ يلتقطان  
صوراً شخصية في فينيسيا بأزياء مطابقة  
للابس تومي من مجموعته ربيع 2017، جيجي  
نشرت الصورة وعلقت: «لا أصدق أنها لي».



«من حق الزوجة شرعاً الحصول على أجر مقابل إرضاع طفلها»

د. أمّة نصير استاذ الشريعة وعميدة  
كلية الشريعة بجامعة الأزهر في  
حوار على أحد المواقع الإلكترونية، مؤكدة  
أن من حق المرأة المسلمة شرعاً أن تأخذ  
أجراً مقابل إرضاع طفلها، موضحة اتفاق  
المفسرين والفقهاء على أن الرضاعة عملية  
تتحمل فيها الأم مشقة كبيرة، ما يعرضها لكثير  
من المتاعب الجسمانية والمعنوية أيضاً، وبالتالي  
فقد اجمعوا على حقها بأن يعوضها زوجها عن  
هذه المشقة بالأجر الذي يرضيها.

## أطعمة لتقوية عضلات المسنين

وكالات: خلصت دراسة أميركية حديثة إلى أن تناول  
البروتين النباتي أو الحيواني مهم لتقوية العضلات  
مع تقدم العمر.

وأكدت الدراسة التي قامت بها جامعة ماساتشوستس  
في لويل تمتع الأشخاص ممن يتناولون أطعمة تحتوي  
في مجملها على معدل أكبر من البروتين بكتل عضلية  
أكبر.

واعتمد الباحثون في دراستهم على تحليل استبيان  
النظام الغذائي لنحو 2986 رجلاً وامرأة تتراوح أعمارهم  
بين 19 و 72 عاماً في الفترة بين عامي 2000 و 2005.  
وبينت الدراسة حصول 82٪ منهم على القدر اليومي  
الموصى به من البروتين من الوجبات السريعة ومنتجات  
الألبان والأسماك واللحوم الحمراء والدواجن والحليب  
قليل الدسم والبقوليات.

وأوصى معهد الطب الأميركي البالغين بتناول 0,8  
غرام من البروتين لكل كيلوغرام من الجسم يومياً أو  
نحو 56 غراماً يومياً لشخص قليل النشاط يزن 70  
كيلوغراماً.

## البقاء لله



يا أيها النفس المطمئنة

ارجعي إلى ربك راضية مرضية  
فادخلي في عبادي وادخلي جنتي

شقيقة عبدالرحمن الإبراهيم، أرملة عبدالرزاق جراح الإبراهيم  
- 80 عاماً - الرجال: القاسية - 7ق - ش بدر (ديوان  
الإبراهيم) - ت: 22547625 - النساء: كيفان - 3ق - 36  
- 13ق - ت: 24844022.

كريمة بخت الظاهر السعدون، أرملة عبدالعزيز عبدالرحمن  
الدوسري - 77 عاماً - الرجال: الروضة - 2ق - 24  
- 43ق - ت: 67677679 - النساء: الظهر - 1ق - 1ش - 34م -  
ت: 99497896.

مدي سعود عبدالعزيز الشامان، زوجة خالد حبيب الكندري - 60  
عاماً - الرجال: الخالدية - 1ق - شارع عبداللطيف البرجس  
- 1م - ت: 99597375 - النساء: العدان - 7ق - 10ش - 29م.  
يوسف صالح عبدالجليل الكندري - 78 عاماً - الرجال: الشعب -  
ديوان الكنادرة - ت: 97569563 - النساء: بيان - 3ق -  
4ش - 23م - ت: 99559881.

فاطمة حسن ملك الكندري، أرملة مصطفى علي الكندري - 89  
عاماً - الرجال: الشعب - ديوان الكنادرة - ت: 99972777  
- النساء: الروضة - 5ق - شارع البارودي - 11م - ت:  
99192123.

عبدالرزاق حامد عشوي الغلاطي - 45 عاماً - العيون - 3ق -  
5ش - 24م (الديوان من الخلف) - ت: 66252664 -  
99034979 - 99558083.

سلمان مطر السويو الشمري - 82 عاماً - الرجال: سعد العبدالله  
- 5ق - 520ش - 7م - ت: 99646334 - النساء: سعد  
العبدالله - 2ق - 206ش - 12م - الدفن بعد صلاة العصر  
بمقبرة الجهراء.

## آراء



أرقام الجريدة - البداية: 22272727 - 22272728 - إدارة التحرير: 22272828 - 22272829 -

إدارة التسويق والمبيعات: 22272743 - 22272746 قسم حجوزات الإعلان: 22272750 - 22272751 -

إدارة التوزيع والاشتراكات: 22272770 - 22272737 - قسم الشكاوى 22272737

## مواقيت الصلاة

5.11	الفجر
6.31	الشرق
12:02	الظهر
3.11	العصر
5:34	المغرب
6:52	العشاء

## حالة البحر

اعلى مد: 1,05 ظ  
ادنى جزئ: 6,24 ص - 6,31 م

## حالة الطقس

الرياح شمالية غربية الى  
مقلبة الاتجاه سرعتها من  
8 - 30 كم/س.

العظمى: 24 - الصغرى: 10



## بلوتشي: ضحكتي سر رشاقتي

وقالت مونيكا ردا على سؤال أحد المصورين: كيف  
تحافظين على رشاقتك وجمالك رغم أنك تخطبت  
الخمسين؟ فقالت: الأمر بسيط... واختصره لك في كلمة  
واحدة: اضحك.. حتى وانت حزين!

حضرت النجمة مونيكا بيلوتشي العرض الأول  
لاوبرا La Traviata في إسبانيا.  
مونيكا البالغة من العمر 53 عاماً بدت فائقة الجمال  
والجاذبية.

## مئات الحيتان تغزو أحد شواطئ نيوزيلندا

ويلينغتون - أ.ف.ب: جنح أكثر من 400 حوت الى احد  
شواطئ نيوزيلندا ونفق أكثر من ثلاثة أرباعها، بحسب  
ما أعلنت السلطات المعنية بحماية البيئة في الوقت الذي  
كان عدد من المتطوعين يحاول إنقاذ ما تبقى منها على  
قيد الحياة.

وقالت السلطات ان هذا الجنوح الجماعي هو ثالث  
أكبر جنوح للحيتان يسجل في نيوزيلندا، حيث تتكرر  
هذه الحوادث.

ففي ليل الخميس الجمعة، اقترب الى الشاطئ في  
اقصى شمال الجزيرة الجنوبية، إحدى الجزيرتين اللتين  
تشكلان نيوزيلندا، 416 حوتاً من النوع الذي يطلق عليه  
اسم الحوت القبطان أو «غلوبيسيفالا ماكورونيشوس».



## شكراً على تعازي

## عائلة السردى

تتقدم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان إلى

مقام حضرة صاحب السمو أمير البلاد

الشيخ / صباح الأحمد الجابر الصباح

وسمو ولي العهد الأمين

الشيخ / نواف الأحمد الجابر الصباح

ومعالي رئيس مجلس الأمة

السيد / مرزوق علي الغانم

وسمو رئيس مجلس الوزراء

الشيخ / جابر المبارك الحمد الصباح

ونائب رئيس مجلس الأمة

السيد / عيسى أحمد الكندري

والى السادة الشيوخ والوزراء وأعضاء مجلسي الأمة والبلدي

ولكل من تفضل بمواساتها في وفاة فقيدنا الغالي المغفور له بإذن الله تعالى

## داود سليمان محمد السردى

سواء بالحضور شخصياً أو بالاتصال هاتفياً أو برقياً أو بالتشريف في الصحف

سائلين الله العلي القدير ألا يريهم مكروهاً بعزير

اللهم صل على خير أمة أخرجت للناس

لنحميا  
بالتقرآن

ندعوكم أخواتنا لحضور حروس تفسير

سورة الأنبياء

تلقيها كل أحد بإذن الله  
أ. نواف خالد يوسف المرزوقالعنوان: مسجد فاطمة محمد إبراهيم الجسار  
ضاحية جنوب السرة - منطقة الشهداء  
قطعة 5 - شارع 505

أوقات الحرس: بعد صلاة المغرب مباشرة

الدرس مجاناً

للاستفسار والتسجيل

96971200