

رئيس التحرير
يوسف خالد المرزوقكويتية 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

يا أظاف الله

ترامب ينفي في تغريدة الاتهامات
بشأن صحته العقلية ويقول إنه شديد
الاعتزان.
● الاعتزان واضح والدليل ما يحدث
في العالم!
أبوالمطف

خوشحجي

الهيئة العامة للرياضة: خروج معظم
المصابين جراء حادثة التدافع بسناد جابر.● خطاكم السوء بالجمهور العماني..
وأجر وعافية.

واحد

حرائق الغابات تدمر مباني في أستراليا



حرائق الغابات خرجت عن السيطرة

مشاهدة الفيديو
يمكن استخدام QR كود أووتابع في مؤتمر صحافي:
«هذا ما أشارت إليه التوقعات،
وعندما تندلع حرائق يشكّل ذلك
بالطبع مشكلة لنا».
وأنقذت الكهرياء عن نحو
400 منزل وتكرت تقارير أن 50
درجة مئوية.(رويترز): أتت حرائق غابات
في أستراليا على مباني وهددت
أرواحا أمس السبت في الوقت
الذي رفعت فيه موجة ساخنة
تحتاح 3 ولايات درجات الحرارة
على نحو أذاب القار على طريق
سريع.
وخرج حريق عن السيطرة
ما أدى إلى اشتعال النيران في
عدد من الهياكل على مشارف
ملبورن، ثاني أكبر مدينة في
البلاد وعاصمة ولاية فكتوريا
في الجنوب الشرقي.
وقال كريج لابسلي مسؤول
إدارة الطوارئ بالولاية إن
درجات الحرارة المرتفعة
والأحوال الجوية الجافة
والرياح العاتية وتغير مسار
الرياح تجمعت ما سبب أوضاعا
خطيرة.مشاهدة الفيديو
يمكن استخدام QR كود أو

عبد المحسن العمر:

أراهن على مسرح «شرق».. وسيكون
علامة بارزة في المستقبل القريب 20«الطفل القاتل» أمام القضاء
البريطاني مجددا(إ.ف.ب.): وجه القضاء البريطاني تهما تتعلق بحيازة
صور إباحية لأطفال إلى جون فينابلز أحد «الطفلين القاتلين»
في ليفربول، الذي سبق أن أُدين بتعذيب طفل وقتله في
العام 1993. بحسب ما أعلنت النيابة العامة يوم الجمعة
الماضي. وأوقف جون فينابلز في نوفمبر الماضي على ذمة
التحقيق، وسُجّل إلى المحكمة قريبا بعدما وجهت التهمة
رسميا إليه. وجاء في بيان للنيابة العامة أن «الرجل المعروف
باسم جون فينابلز منهم بارتكاب مخالفات قانونية تتصل
بصور إباحية لأطفال وهو سيحال إلى المحكمة». وكان جون
فينابلز وشخص آخر يدعى روبرت تومسون في العاشرة
من العمر حين خطفا طفلا في الثانية من العمر وعقباه ثم
قتلاه في ليفربول عام 1993.

12 الأهمية

17 آراء

«كوكو» يعزف على الوتر الصحيح في بلدة صنع الجيتار

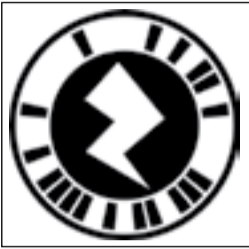


لقطة من فيلم «كوكو»

مشاهدة الفيديو
يمكن استخدام QR كود أوبقلبتها 30 ألف شخص لقرون.
وتقول الأسطورة إن قسا جاء
مع الغزاة الإسبان ارتأى أن
يتعلم سكان القرية مهنة
محور القصة.
وظلت آلة الجيتار التي
تعود للقرن السادس عشر
مصدر رزق في القرية التي(رويترز): عزف فيلم
الرسوم المتحركة (كوكو)
من إنتاج شركة بيكسار
التابعة لوالث دي زني النوات
الصحيحة في قرية باراتشو
المكسيكية الصغيرة.. منشأ
الجيتار المكسيكي التقليدي
الذي ذاع صيته بعد الفيلم.
فألقرية الواقعة في سييرا
مادري تشهد ازدهارا في
مبيعات الجيتار بعد النجاح
الذي حققه فيلم (كوكو) على
مستوى العالم.
ويدور الفيلم حول صبي
تأخذه المصادفة لعالم الموني
خلال احتفالات المكسيك
بيوم الموتى الذي يندكر فيه
المكسيكيون أسلافهم وذويهم
الذين فارقوا الحياة. والجيتار
الذي يعزف عليه الصبي هو

ثول مرة في الكويت

شاهد الصفحة بتقنية الواقع المعزز



حمل تطبيق Zappar

أبعد من الكلمات

التحدث مع نفسي عادة

بهذا الرد أجاب الرئيس ترامب على
سؤال مضيئه المذيع جو سكاربيورو
من قناة «إم إس إن بي سي» التلفزيونية،
عندما سأله عن الشخص الذي يستشير
عادة قبل الإدلاء بتصريحات علنية.يبدو أن علي الاستعانة برجال الأمن لحماية نفسي'
المثلة الاسترالية مارغو روبي تكشف
أن هناك من يلاحقها، بل وياتت تتلقى
تهديدات بالموت، بعد أن أدت دورا رئيسيا
في فيلم «الفرقة الانتحارية».الجزء الأصعب من فترة الحمل بالنسبة لي هي
الفترة التي أتوقف فيها عن امتطاء الأوهام'
خبيرة التزلج على أمواج البحر بيتاني
هاملتون، التي فقدت ذراعها الأيسر بعد
أن عضها قرش كبير عام 2003، تلن
توقفها عن ممارسة هذا النوع من الرياضة
مع دخولها شهرها السابع من الحمل.«لم اتساءل من قبل أبدا حول قدراته العقلية»
وزير الخارجية الأمريكية
ريستيليرسون خلال دفاعه عن
الرئيس ترامب، بعد أن ذكر الصحافي
الأميركي مايكل وولف في كتابه «نار
وغضب»، أن تيليرسون وصف ترامب
مرة بـ «المغفل».

النوم الجيد ليلاً علاج لاضطرابات القلق والاكتئاب

واكتشفوا أن انخفاض ساعات النوم ليلاً
عن 8، يرتبط بصعوبة في تحويل انتباه
الشخص بعيدا عن المعلومات السلبية.
وأضاف الفريق أن النتائج تشير إلى أن عدم
حصول الإنسان على كفايته من النوم ليلاً
يجعل الأفكار السلبية تتداخل في حياته،
ويتعزز لديه الشعور باضطرابات
مثل القلق والاكتئاب.وأشار الباحثون إلى أن
نتائج الدراسة يمكن أن
تمكن أخصائيي علم
النفوس من معالجة
مرضى القلق
والاكتئاب عن طريق
تعزير عدد ساعات
النوم للمرضى ليلاً،
ما يسهم في طرد
الأفكار السلبية لديهم.
ولفت الفريق إلى أن قلة
عدد ساعات النوم لا ترتبط
وحدها بالمشاعر السلبية، بل إن
طول فترة النوم عن 8 ساعات أيضاً يرتبط
بنفس الأعراض، لذلك يفضل الحصول
على القسط الكافي من النوم ليلاً دون
زيادة أو نقصان للوقاية من اضطرابات
القلق والاكتئاب.نصحت دراسة أميركية حديثة، خبراء
الصحة النفسية بإدماج النوم الجيد ليلاً
كعلاج لاضطرابات ومنها القلق والاكتئاب.
الدراسة أجراها باحثون بجامعة
بينجهايمتون الأميركية، ونشروا نتائجها
في العدد الأخير من دورية (ScienceDirect)
العلمية.وأوضحت الدراسة التي
تأتي استكمالات للأبحاث
التي تجرى حول فوائد
الحصول على قسط
كاف من النوم ليلاً،
أن النوم أقل من 8
ساعات ليلاً، يمكن
أن يزيد فرص
الإصابة بالتفكير
السلبى المتكرر الذي
يرتبط باضطرابات القلق
والاكتئاب.وللوصول إلى نتائج
الدراسة، أخضع الباحثون مجموعة
من المشاركين الذين ناموا ساعات أقل أو
أكثر من 8 ساعات ليلاً، إلى النظر لمجموعة
من الصور المختلفة التي تحفز الاستجابات
العاطفية.
وتتبع الباحثون حركات العين للمشاركين،

مواقيت الصلاة

الفجر 5.19
الشرق: 6.43
الظهر 11.54
العصر 2.46
المغرب 5.05
العشاء 6.27

حالة البحر

أعلى مد: 2.33 ص - 4.25 م
أدنى جزر: 9.52 ص -
10.07 م

حالة الطقس

غانم جزنيا مع فرصة سقوط
أمطار متفرقة والرياح شمالية
غربية سرعتها من - 42
كم/ ساعة.
العظمى: 23 - الصغرى: 9

تابعونا وتواصلوا معنا



alanbaa.newspaper



alanba_news_kw



alanbanews

البقاء لله

منيره معنوق البخيت، زوجة عبدالله سعد المريخي - 79 عاماً - الرجال: أبوفطيرة
- 5 ق - 217 ش - 15 م - ت: 99608282 - النساء: سلوى - 8 ق - 7 ش - 40 م -
ت: 25632639.دارين ناصر احمد العجيري - 23 عاماً - الرجال: في المقبرة فقط - ت: 99020145
- النساء: النزهة - 2 ق - ش سليمان العمر - 6 م - ت: 99043865.خديجة محمد عباس العباسي، أرملة عبدالله عيسى عباس العباسي - 74 عاماً -
الرجال: مسجد البحارنة - الدعية - ت: 66611653 - النساء: صباح السلام -
5 ق - 1 ش - 29 ج - 39 م - ت: 99659379.ابراهيم محمد ابراهيم المرشد - 59 عاماً - الرجال: الشامية - 6 ق - 63 ش - 15 م -
ت: 99776681 - النساء: كيفان - 4 ق - ش يوسف بن تاشفين - 1 م - ت:
97564440.خوله محمد حسن بوالبنا، أرملة فاضل علي نجم السناني - 81 عاماً - الرجال:
غرب مشرف (مبارك عبدالله الجابر) - 3 ق - 3 ش - 320 م - ت: 99069999
- النساء: مشرف - 2 ق - 4 ش - 20 م.محمد جابر جعثن الشوايه الشمرى - 17 عاماً - الرجال: الجهراء القديمة - 2 ق -
ش عبدالله بن جعدان - 32 م - ت: 66266656 - النساء: الجهراء - العيون
- 3 ق - 7 ش - منزل الأزرق - 7 - قسيمة - 89 - 65979806 - الدفن التاسعة
صباحا بمقبرة الجهراء.علي عبد العزيز علي الزاير - 74 عاماً - الرجال: العدان - 7 ق - 20 ش - 55 م - ت:
9914520 - 99974513 - الدفن بعد صلاة العصر.خبره ابراهيم حسين - 79 عاماً - الرجال: صباح السلام - 11 ق - 2 ش - 13 ج -
39 م - ت: 90050995 - 55889494 - النساء: المنصورية - 2 ق - 24 ج - 10 م -
65123884 - الدفن التاسعة صباحا.