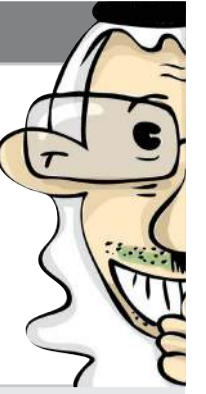




«دراسة»: الحرمان المزمّن من النوم يدمر القلب.

وكيف نعالج القلق والتوتر الذي يعمر العالم؟!

أبو اللطف



# الأنباء



رئيس التحرير: يوسف خالد المرزوق

كويتية يومية سياسية شاملة، تأسست عام 1976 تطبع في مطابع «الأنباء» شركة باب الكويت للصحافة ذ.م.م. الشويخ، طريق المطار، شارع الصحافة ص.ب 23915 الصفاة، الرمز البريدي 13100 الكويت



«المرور» في الإحصائية الأسبوعية: تسجيل 40056 مخالفة متنوعة.

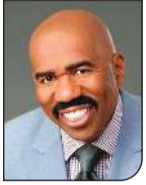
مع كل هالعتوبات.. وللحين في ناس مو ملتزمة!

واحد

alanba.com.kw

22272728 - 22272727 • البدلة 22272728 - 22272727 • التحرير 22272828 - 22272829 • التسويق والإعلان 22272743 - 22272748 - 22272751 • التوزيع والاشتراكات 22272770 - 22272773 • شكاوى التوزيع 22272799

## أبعد من الكلمات



«بعض الناس يظهرون في حياتك لفصل واحد فقط ولا يقفون لنهاية القصة» ستيف هارفي، المذيع الأمريكي، يقول إن علينا أن نتعامل مع بعض من تقابلهم في حياتنا على أن وجودهم مؤقت.



«نصرف مثل الشخص الذي نتمنى أن تكونه مستقبلاً» ميل روبنز، المحاضرة الأمريكية، تنصح بأهمية أن نتصرف في حياتنا اليومية وفق أفضل صورة نتمناها لأنفسنا كي نصير مثل ذلك في المستقبل.



«العقل يشعر بالتهديد عند فقدان وزن الجسم» دفاطيم كودي، الطبيبة الأمريكية المتخصصة في السمنة، تؤكد أن محاولات التخسيس تؤدي بالعقل إلى الشعور بالتهديد مما قد يتسبب في حالات الأرق وصعوبة النوم.



«أحياناً علينا التوقف عن مساعدة من لا يساعد نفسه» جو روغان، المذيع الأمريكي، يؤكد أننا أحياناً قد نحتّم علينا أن نتوقف عن مساعدة من لا يمكنه مساعدة نفسه على النهوض خوفاً من أن يغرقنا معه.

## السعودية: جميع أنواع التأشيرات تتيح أداء مناسك العمرة

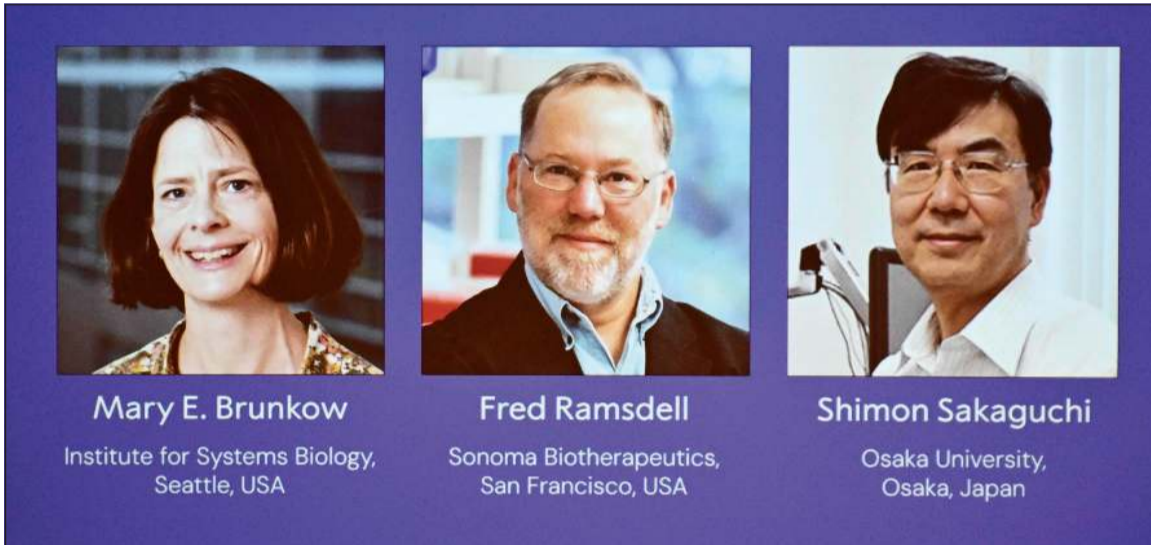


متكاملة تتيح للمستفيدين حجز الخدمات واختيار المواعيد بكل مرونة. وأكدت ان هذه التسهيلات تجسد حرص الحكومة السعودية على تمكين المسلمين من زيارة الحرمين الشريفين وتوسيع دائرة المستفيدين من الخدمات المقدمة في منظومة الحج والعمرة وتمكينهم من أداء مناسكهم في أجواء روحانية آمنة وتقديم أفضل الخدمات التي تترى تجربة ضيوف الرحمن وتيسر رحلتهم الإيمانية.

أنواع التأشيرات الأخرى. وأضافت أن هذه الخطوة تأتي امتداداً لنهج المملكة في تسهيل قديم المسلمين من مختلف أنحاء العالم لأداء الشعائر بكل يسر وطمانينة. وبينت الوزارة أنها استحدثت مؤخراً منصة «نسك عمرة»، وذلك للراغبين في أداء العمرة بشكل مباشر من خلال الدخول إلى المنصة واختيار الباقية المناسبة وإصدار تصريح العمرة إلكترونياً بكل سهولة في تجربة رقمية

جدة - كونا: أكدت وزارة الحج والعمرة السعودية أن جميع حاملي التأشيرات بمختلف أنواعها يمكنهم أداء مناسك العمرة خلال وجودهم في المملكة. وأوضحت الوزارة في بيان أوردته وكالة الأنباء السعودية «واس» أن هذه التأشيرات تشمل تأشيرة الزيارة الشخصية والعائلية وتأشيرة السياحة الإلكترونية وتأشيرة العبور (الترانزيت) وتأشيرة العمل وبقية

## «نوبل» الطب 2025 لأميركيين وياباني عن أبحاثهم في التحكم بالجهاز المناعي



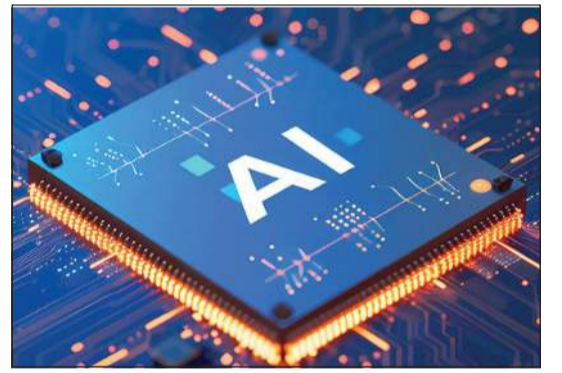
العلماء الثلاثة الياباني شيمون ساكاغوتشي والأميركي فريد رامسدل ومواطنته ماري إي. برونكو الفائزون بجائزة نوبل للطب (أ.ف.ب)

ستوكهولم - أ.ف.ب: منحت جائزة نوبل في الطب لعام 2025 للباحثين الأميركيين ماري إي. برونكو، وفريد رامسدل، والعالم الياباني شيمون ساكاغوتشي، تقديراً لأبحاثهم حول كيفية تحكم الجسم في الجهاز المناعي. وأعلنت لجنة نوبل في بيان أن الجائزة تقدر «اكتشافاتهم المتعلقة بالتحمل المناعي المحيطي». وأوضحت الأستاذة في معهد كارولينا ماري فاهرين-هيرلينوس أن «جائزة نوبل في علم وظائف الأعضاء أو الطب لهذا العام تركز على كيفية تحكمنا في جهازنا المناعي، بما يمكننا من مكافحة أي ميكروب يمكن تخيله مع تجنب أمراض المناعة الذاتية». وشكرت لجنة نوبل أن «جهاز المناعة القوي في الجسم يجب أن يكون منظماً، وإلا فإنه قد يهاجم أعضاء الجسم». وأشارت إلى أن الفائزين بالجائزة اكتشفوا «الخلايا الحارسة للجهاز المناعي، أي الخلايا التائية التنظيمية (أو الكابحة)، التي تمنع الخلايا المناعية من مهاجمة أجسامنا».

ولاحظت اللجنة أن اكتشافات ماري إي. برونكو المولودة عام 1961، وفريد رامسدل البالغ 64 عاماً، وشيمون ساكاغوتشي البالغ 74 عاماً، أرست بالتالي «أسس مجال بحثي جديد، وحفزت التوصل إلى أدوية جديدة، منها مثلاً ما هو للسرطان وأمراض المناعة الذاتية». وتتألف جائزة نوبل من شهادة وميدالية ذهبية وشيك بقيمة 11 مليون كرونة سويدية (ما يقارب 1,17 مليون دولار). وحقق الباحث في علم المناعة بجامعة أوساكا شيمون ساكاغوتشي أول إنجاز في هذا المجال عام 1995. وكان باحثون كثر مقتنعين وقتذاك بأن التحمل المناعي لا ينشأ إلا بفعل القضاء على الخلايا المناعية التي يحتمل أن تكون خطرة في الغدة الزعترية، وهي عضو يقع في الجزء العلوي الأيسر من البطن بالقرب من المعدة، من خلال عملية تسمى «التحمل المركزي». وأوضحت لجنة التحكيم أن الباحث الياباني أثبت أن الجهاز المناعي أكثر

تقديراً، و«اكتشف فئة غير معروفة سابقاً من الخلايا المناعية التي تحمي الجسم من أمراض المناعة الذاتية». أما برونكو، المولودة عام 1961، فحققت اكتشافاً رئيسياً في عام 2001، عندما أظهرت كيف أن نوعاً معيناً من الغرناز معرض أكثر من غيره لأمراض المناعة الذاتية، وأشارت لجنة نوبل إلى أنهما «اكتشفا أن هذه الغرناز تحمل طفرة في جين أطلقا عليه اسم (Foxp3)». وأضافت اللجنة أن الباحثين أثبتا أيضاً أن الطفرات في الجين البشري المكافئ لهذا الجين تسبب مرضاً مناعياً ذاتياً خطيراً يسمى «أبيبيكس». وبعد عامين نجح ساكاغوتشي في ربط اكتشافاته باكتشافات برونكو ورامسدل، إذ أثبت أن جين «فوكسبي3» ينظم نمو الخلايا التي اكتشفها عام 1995. وهذه الخلايا التي باتت تعرف باسم الخلايا التائية التنظيمية «تراقب الخلايا المناعية الأخرى وتضمن تقبل جهازنا المناعي لأنفسنا».

## الذكاء الاصطناعي يفتح آفاقاً وتحديات في مجال الرسوم المتحركة



باريس - (أ.ف.ب): بعد 30 عاماً من طرح «توي ستوري»، أول فيلم رسوم متحركة ثلاثي الأبعاد في التاريخ، تشهد سينما الرسوم المتحركة تطوراً جديداً مع ظهور الذكاء الاصطناعي، الذي يثير الريبة لدى المحترفين في القطاع، بدءاً من الاستوديوهات الكبرى. يقدم استوديو «أنيماج»، الوافد الفرنسي الجديد إلى عالم الرسوم المتحركة والذي تأسس عام 2022، نفسه كرائد في هذا التحول. وقد حصل الاستوديو الذي ينتج مسلسلات مثل «يوكيو» الموجهة للأطفال في سنواتهم الأولى، أخيراً على حقوق شخصية النحلة مايا (المعروفة بالنسخة العربية بـ «زينة» في مسلسل «زينة ونحول»). ويرى مؤسس الاستوديو ورئيسه التنفيذي سيكست دو فويلان أن «هناك طريقة لاستخدام الذكاء الاصطناعي بكفاءة».

طور «أنيماج» نموذجاً قادراً على إنشاء صور متحركة بالاعتماد على «محفزات» prompts (نص أو رسم يعطى للذكاء الاصطناعي) يمكن تعديلها أو تحسينها. وقد استوعبت الأداة أكثر من 300 حلقة من «يوكيو» لإنتاج صور مصممة خصيصاً بما يقرب من رسومات المسلسل. يوضح سيكست دي فويلان أن النموذج الذي طوره الاستوديو «مدرب على قواعد بيانات حقوق الملكية الفكرية الخاصة بنا»، لتجنب أي انتهاك لهذه الحقوق، وهو من العوائق التي تحول دون انتشار هذه التقنية. تهتم أنظمة الذكاء الاصطناعي التوليدي مثل سورا («أوين إيه آي») أو فيو (غوغل ديب مايند) بتجاهل أي امتثال لحقوق الملكية الفكرية، وهو ما أظهره إنتاج صور مستوحاة من أفلام استوديو جيبلي وهاياو ميازاكي.

## ظهور نادر لسيلين ديون مع أبنائها الثلاثة في حفل لمكارتني



سيلين ديون مع أحد أبنائها في حفل بول مكارتني

العربية.نت: تواجدت النجمة العالمية سيلين ديون برفقة أبنائها الثلاثة رينيه تشالز 24 عاماً والتوأم نيلسون وإدي 14 عاماً، في حفل بول مكارتني بمدينة لاس فيغاس، وذلك في مشهد عائلي لفت الأنظار وآثار إعجاب الجمهور. وقد شوهدت النجمة الشهيرة خلال الحفل الذي أقيم في ملعب اليغانت ضمن جولة مكارتني العالمية Got Back Tour أمس الأول، وهي تتفاعل بحماس مع الأغاني مرتدية بلوزة سوداء بياقة عالية وقبعة أنيقة، كما ظهرت تصفق وترفع قبضتها في الهواء أثناء استمتاعها بالموسيقى إلى جانب أبنائها. ويعد هذا الظهور من المرات النادرة التي تطل فيها سيلين ديون علناً منذ إعلان إصابتها بمتلازمة الشخص المتيسع عام 2022. وفي حوار سابق مع مجلة PEOPLE، كشفت سيلين ديون عن أنها تستمد قوتها من أبنائها خلال معركةها مع المرض. وأصبحت ديون في 2022 بـ «متلازمة الشخص المتيسع» وهو أحد أمراض المناعة الذاتية النادرة، ويسبب تشنجات عضلية مؤلمة وصعوبة في الحركة والتنفس.

## أمن

### سرقة 3 بطاريات بـ 1419 ديناراً من شركة اتصالات

عبدالله فيض

انتقل فنيون من «الأدلة الجنائية» إلى محطة تابعة لشركة اتصالات في منطقة المطلاع لرفع الآثار التي يمكن أن يكون لصوص مجهولون قد خلفوها وراءهم. ويحسب مصدر أمني، فإن مسؤولاً عن الشركة قال انه تم رصد خلل في شبكة الاتصالات بمنطقة المطلاع، ولدى فحص المحطات تبين قيام لصوص مجهولين بالاستيلاء على 3 بطاريات من نوع اللدنيوم، مشيراً إلى أن المسروقات تبلغ قيمتها 1419 ديناراً، وتم تصنيف القضية «جنابة»، وجرت إحالتها إلى المباحث.

### 4 مولدات و30 شريحة طاقة شمسية و30 كشافاً

عبدالله فيض

تقدم مواطن إلى أحد مخافر الجهراء ببلاغ فيه مجهولين بالدخول إلى جاحوره الكائن بمنطقة المطلاع البرية، حيث كان الحارس في زيارة إلى صديقه بالمنطقة نفسها، مشيراً إلى ان المسروقات هي: 3 مولدات كهربائية ومولد ماء كهربائي و6 خيام و30 شريحة طاقة شمسية و30 كشافاً و30 شريحة طاقة كهربائية وكذلك حفار. ويسأل المواطن عما إذا كان يتهم أحداً، أجاب بـ «لا»، وسجلت قضية بتصنيف جنح. من جهة أخرى، تقدمت مواطنة إلى أحد مخافر الجهراء ببلاغ عن أن مركبتها نوع سالون موديل 2021، والتي كانت في عهدة صديقها، تمت سرقتها، ولم تكف المبلغه بتسجيل قضية ضد مجهول بل اتهمت طليق صديقها بالسرقه، وجر استدعاء المدعى عليه للتحقيق معه ومعرفة حقيقة ارتكابه واقعة السرقة.

## ثلاثيني بـ «رنق بوكس» ومطواة ومخدرات من الدائري السادس إلى السجن المركزي



المضبوطات من المواد المخدرة والخمر والأدوات الحادة

مبارك التنيب

أحال رجال الإدارة العامة لمكافحة المخدرات شاباً في العقد الثالث من عمره إلى النيابة العامة على خلفية حيازته لأدوات حادة شديدة الخطورة، إلى جانب مواد مخدرة، وبعد انتهاء التحقيق معه من قبل النيابة، تمت إحالته إلى السجن المركزي لمدة 21 يوماً تهديداً لمحاكمته مع احتمالات تورطه في قضايا سلب بالقوة مسجلة ضد مجهول.

وحول تفاصيل ضبط الثلاثيني، قال مصدر أمني إن دورية وخلال جولة لها على الدائري السادس نحو

## مواقيت الصلاة وحالة الطقس

4:25	الفجر
5:44	الشروق
11:36	الظهر
2:57	العصر
5:27	المغرب
6:44	العشاء
العظمى: 39	
الصغرى: 24	
أعلى مد: 11:57 ظ - 11:56 م	
أدنى جزر: 5:56 ص - 6:17 م	

## البقاء لله

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

مطر يوسف محمد البشير: 73 عاماً - الرجال: الغزاء في المقبرة - 50555785 - 99433286 - النساء: السلام - ق 1 - ش 129 م - 39 - ت: 96644002 - تم التشيع. مثال عبدالعزيز أحمد موه: 71 عاماً - الرجال: النزهة - ق 3 - شارع دمشق - م 7 - (الغزاء الاثنين والثلاثاء) - ت: 67766518 - النساء: النزهة - ق 1 - ش 12 - م 21 - (الغزاء من الأحد إلى الثلاثاء) - تم التشيع.

## «الإطفاء» تسيطر على حريق منزل ومطعم

منصور السلطان

استطاع رجال الإطفاء مساء أمس السيطرة على حريق اندلع بأحد المنازل في منطقة الجهراء دون وقوع إصابات. وكان بلاغ قد ورد مساء أمس إلى غرفة عمليات الإدارة العامة لقوة الإطفاء فيقيد بالاندلاع حريق بأحد المنازل في منطقة الجهراء، وعلى الفور

توجه رجال اطفاء مركز الجهراء الى موقع الحريق حيث تبين أن النار اندلعت بالدور الأرضي فتم إخلاء المنزل من السكان ومن ثم مكافحة النار والسيطرة عليها قبل امتدادها إلى الأدوار العلوية، وذلك خلال وقت قياسي دون حدوث إصابات. وفي السياق نفسه، تم إخماد حريق اندلع في أحد المطاعم بمنطقة بنيد

القار دون حدوث إصابات. وكان رجال إطفاء مركز المدينة قد تلقوا بلاغاً صباح أمس فيقيد بالاندلاع حريق في أحد المطاعم بمنطقة بنيد القار، وعلى الفور توجه رجال إطفاء مركز المدينة الى موقع البلاغ حيث اتضح أن النار اندلعت في مدخنة المطعم وتمت السيطرة عليها قبل امتدادها إلى أرجاء المطعم.