

الحرائق تهدد حياة المئات من الكوالا



وكالات

يخشى نشطاء البيئة من نفوق المئات من حيوانات الكوالا في حرائق الغابات التي دمرت الموائل الرئيسية لها على الساحل الشرقي لأستراليا. وعبرت مديرة مستشفى بورت ماكواري للكوالا، سو أشتون، عن أملها أن تسمح السلطات للعاملين في مجال الحفاظ على الحياة البرية البدء في البحث عن منطقة الحريق عن الحيوانات الناجية غذا الخميس.

وأضافت أشتون: إن ثلثي تلك المنطقة كانت موطنًا للكوالا، وحول عدد الحيوانات النافقة قالت: «إذا اعتبرنا أن نسبة الحيوانات التي لا تزال ٥٠ بالمئة، فهذا يعني نفوق نحو ٣٥٠ دب كوالا وهذا أمر مدمر للغاية».

وأضافت: «نأمل إلا يكون الأمر بهذا القدر من السوء، لكن بسبب شدة الحريق والطريقة التي يتصرف بها الكوالا أثناء الحريق، لا تعلق على الكثير من الأمل».

ويصعد الكوالا إلى الأشجار أثناء حرائق الغابات ويبقى على قيد الحياة إذا مرت موجة الحرائق بسرعة أسفلها.

وقالت أشتون: إن مستعمرة الكوالا كانت كثيرة المروج ومتنوعة وراثياً، حيث تفضل حيوانات الكوالا الغابات الساحلية، التي يجري إزالتها لتوسيع المدن. وهو ما جعل مستعمرات الكوالا المعزولة محدودة وتنتشر فيها الأمراض.

ويبدأ موسم الحرائق الهائلة في أستراليا بداية مبكرة في ربيع نصف الكرة الجنوبي بسبب درجات الحرارة فوق المتوسطة وانخفاض منسوب هطل الأمطار الذي تسبب في جفاف الكثير من مناطق الساحل الشرقي.

تدريب الدماغ مفتاح التخلص من الوزن الزائد

وكالات

وجدت دراسة حديثة أن ألعاب تدريب الدماغ يمكنها أن تساعدنا على التخلص من الوزن الزائد غير المرغوب فيه لدينا.

وأظهرت نتائج التجارب المبكرة أن التطبيقات والأنشطة عبر الإنترنت، تعزز قوة الإرادة لدى الشخص، ما يساعد على خفض استهلاك السعرات الحرارية بمقدار ٢٠٠ سعرة حرارية في اليوم، وبالتالي فإنها تدفعه لاختيار الأطعمة الصحية.

وتتمكن المشاركون من خفض نحو كيلوغرام واحد في أقل من شهر، من خلال الاختبارات على استخدام التطبيقات والأنشطة عبر الإنترنت.

وقال البروفيسور كريست تشامبرز من جامعة كارديف: «الهدف الذكية هي الطريقة الواعدة لتقديم تدخلات معززة للتشجيع على الأكل الصحي».

وتعتمد الألعاب البسيطة على دفع المستخدمين للضغط بسرعة على الزر عند عرض الأطعمة الصحية مثل الموز أو الجزر أو غيرها، وتجاهل الأطعمة الدسمة والسكرية مثل الشوكولا أو رقائق البطاطا، ما يجعل الوجبات السريعة أقل جاذبية.

وتعتمد هذه الطريقة المعروفة باسم «التدخل المعزز» إلى مساعدة الناس على اتخاذ القرار الصحيح، ويخطط الباحثون لإجراء تجربة على ٥٠ ألف متطوع في وقت لاحق من هذا العام باستخدام تطبيق يمكن تخصيصه من خلال تضمين الأطعمة التي يرغبون في تناولها بشكل أقل أو أكثر.

عيد ميلاد سعيد



الوطن

الممثلة السورية النجمة كندا حنا تحفل بعيد ميلاد نجلها فارس.

توفي بعد زواجه بـ ٧ ساعات

وكالات

جرت في مستشفى مدينة نورثهامبتون البريطانية مراسم عقد قران غير اعتيادية لمرضى على حافة الموت.

وتفيد صحيفة «ديلي ميل» بأن هاري سمارت (٣٣ سنة) شكا في شهر تموز الماضي سوء حالته الصحية، والاماً في منطقة الصدر، وبدأ يفقد وزنه تدريجياً وساءت نوعية نومه.

واكتشف الأطباء في نهاية شهر أيلول الماضي أنه يعاني سرطان الرئة في مرحلته النهائية، واعتقدوا بأنه سيعيش أياماً محدودة فقط.

فقرر الرجل الرحيل عن هذه الدنيا وهو متزوج، لذلك نظمت له مراسم عقد قران في إحدى ردهات المستشفى بحضور أقربائه وأصدقائه وخفيته لورا (٣١ سنة)، وأعلنهما الكاهن زوجاً وزوجة بعد انتهاء الطقوس الدينية.

وتقول لورا: «لقد نطق قسم الزواج والبيسي الخاتم وقبلتي، وقدت بجانبه وشاهدنا فيلماً بعنوان «سريع وغاضب-٨» لأنه كان مولعاً بالسيارات».

وبعد سبع ساعات رحل هاري إلى الآخرة.

اعتقال شاب تسلل لسجن لمصاحبة صديقه

وكالات

كشفت سلطات السجون في مدينة فشتا شمال غربي ألمانيا، أن مراهقاً تسلق جداراً يبلغ ارتفاعه ٤ أمتار، كي يصل إلى نافذة صديقه السابقة.

واعترض حرس السجن المراهق الذي رفض النزول، ما استدعى طلب خدمات الإطفاء لإحضار سلم لإجباره على النزول. ولم يتبين بعد ما إذا كان المراهق المغامر فاز بقلب صديقه المراهقة هي الأخرى (١٨ عاماً)، والتي أبلغته بالانفصال عنه عبر الهاتف. ويجري التحقيق مع الشاب بتهمة التعدي على ممتلكات الدولة والاتصال بسجين دون تصريح.

قتل زوجته بالرصاص بسبب الملوخية

وكالات

قتل رجل زوجته في إحدى المحافظات المصرية، رماً بالرصاص، بعد أن أعدت له طعاماً غير الذي طلبه منه، في وقت سابق.

وكشفت تحريات الأمن المصري، أن المتهم قتل زوجته، لأنها أعدت له الملوخية، ووقعت مشادة كلامية بين الزوجين، انتهت بإطلاقه الرصاص عليها بسبب الخلاف على وجبة الغداء، ثم حاول الانتحار، قبل أن يتم القبض عليه.

واعترف المتهم بقتل زوجته، لأنه طلب منها يوم الحادث تجهيز الغداء، وطلب منها تحضير وجبة بامية، لكنه فوجئ بأنها أعدت الملوخية.

رمت في المحيط رسالة وتلقت الجواب

وكالات

رمت فتاة من ولاية نيو جيرسي الأمريكية، قنينة بداخلها رسالة في المحيط وبعد مضي عشرة أسابيع وصلت إلى جزيرة نيوفاوندلاند الكندية.

وكانت الفتاة هولي رومانك مع أسرتها في زيارة مدينة ساندي هوك وقررت إرسال رسالة في قنينة فارغة عبر المحيط.

جاء في الرسالة: «رمت هذه القنينة في المحيط الأطلسي بمدينة ساندي هوك بولاية نيو جيرسي. تأمل أن يكون من يعثر عليها بخير وصحة جيدة، وإذا كانت لديه رغبة يمكنه الكتابة في على عنواني الإلكتروني. رمت القنينة في المحيط يوم ٢٠١٩، أمل أن تجلب السعادة لمن يجدها».

تقول الفتاة، إنها قبل فترة استلمت جواباً على رسالتها من رجل يعلمها بأنه عثر على القنينة يوم ٣١ تموز ٢٠١٩ بين صخور في خليج فلاتروك في جزيرة نيوفاوندلاند. أي بعد مضي عشرة أسابيع على رميها في المحيط، وقد قطعت مسافة ١٨٨٥ كيلومتراً.

كاتي برايس تعود لخطيبها



وكالات

ذكرت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية، أن عارضة الأزياء العالمية كاتي برايس ٤١ عاماً، نشرت مجموعة صور عائلية تجمع بين خطيبها كريست بويسون وطفلتها بوني ٥ سنوات لتؤكد عودتها مرة أخرى.

أكدت عودتها بعد فترة صاخبة، وبعد أن خانتها مع عامل بناء يدعى تشارلز دروري ٢٢ عاماً.

ذهب ليتعالج

من السرطان فربح ٢٠٠ ألف دولار!

وكالات

قادت مصادفة سعيدة أحد مرضى السرطان في ولاية كارولينا الشمالية في الولايات المتحدة للفوز بمبلغ كبير في جوائز اليانصيب.

وحول هذه المصادفة قال سعيد الحظ، روني فوستر: «لقد كنت في طريقي لتلقي آخر جرعة كيميائية للعلاج من سرطان القولون، وفي الطريق توقفت عند أحد المحلات وقررت شراء بطاقة يانصيب، لقد اشتريتها بدولار واحد وربحت هذه البطاقة ٥ دولارات، وبالمبلغ قررت شراء بطاقة أخرى بقيمة ٥ دولارات ففازت الثانية بمبلغ ٢٠٠ ألف دولار».

وأضاف: «كنت سعيداً حقاً في ذلك اليوم لأنني في آخر جولة علاج من السرطان، لكن الفوز جعل ذلك اليوم يوم حظي.. لقد رأيت كل تلك الأصفار في مبلغ الجائزة، لم أصدق حتى أعطيت البطاقة للموظفة التي تحققت منها إلكترونياً وطلبت مني التوجه إلى المركز الرئيسي لليانصيب لتسلم الجائزة».

وأشار سعيد الحظ إلى أن قسماً من المبلغ الذي فاز فيه سيذهب لعلاج من المرض، وأن هذه المصادفة جعلت حياته أسهل بكثير، فبالرغم من أن تأمينة الصحي يغطي معظم نفقات العلاج إلا أنه يضطر لدفع بعض التكاليف.

الترجسية تحميك

من اعتلال نفسي قاتل

وكالات

توصلت دراسة حديثة إلى أن النرجسية يمكن أن تؤدي إلى التئمة العقلية، ما يجعل حاملي هذه السمة الشخصية أقل عرضة للإصابة بالتوتر والاكتئاب.

وأجرى الباحثون في جامعة كوينز بلغاست ثلاث دراسات حول النرجسية، شملت أكثر من ٧٠٠ مشارك، لاستكشاف كيف يكون المرء حاملاً لهذه السمة الشخصية ويؤثر على صحته العقلية.

وتتميز الشخصية النرجسية بالإفراط في حب الذات والإعجاب بها، والشعور المبالغ فيه بالأهمية، وتقول الدراسة الحديثة إن السمات النرجسية قد تؤدي إلى نتائج إيجابية، من خلال تعريضهم لمستويات إجهاد أقل.

ويقول الدكتور كوستاس باباجورجيو، المؤلف المشارك في الدراسة: «هناك بعدان رئيسيان للنرجسية، هوس العظمة والنرجسية الحساسة».

وتكون الشخصية النرجسية الحساسة أكثر عرضة للدفاع عن النفس وتتنظر إلى سلوك الآخرين بأنه عدائي، في حين أن هوس العظمة عادة ما يولد لدى الأشخاص شعوراً مبالغاً فيه بالأهمية وانشغالهم بالمكانة والقوة، بحسب الدكتور باباجورجيو.

وأضاف: «النرجسية هي جزء من الثالوث المظلم للسمات الشخصية الذي يشمل أيضاً الميكيفيلية والاعتلال النفسي والسادية».

ويتميز اضطراب الشخصية النرجسية بالاعتقاد بأن هناك أسباباً خاصة تجعل الشخص مختلفاً أو أفضل أو أكثر استحقاقاً من الآخرين، وقد يشعر النرجسيون بالضيق إذا لم يدرك من حولهم إنجازاتهم الواضحة، ويتأهبهم الغضب إذا لم يضع الآخرون احتياجاتهم في المرتبة الأولى.

ولاحظ الباحثون وجود علاقة بين سمات هوس العظمة والرفاهية العقلية، حيث إن السمات الموجودة في هذا النوع من النرجسية، بما في ذلك الثقة بالنفس وتحديد الأهداف وتحدي العقبات وجها لوجه، تقلل من احتمالية تعرض النرجسيين لأعراض الاكتئاب أو التوتر والإجهاد.

وأشار الدكتور باباجورجيو إلى أن نتائج هذه الدراسة تدعو إلى عدم اعتبار الصفات الشخصية المظلمة مثل النرجسية، على أنها جيدة أو سيئة، ولكنها نتاج تطورات وتعبيرات عن الطبيعة البشرية قد تكون مفيدة أو ضارة، اعتماداً على السياق الذي تندرج فيه.

ديانا كرزون تنفي شائعة ارتباطها

وكالات



كشفت الفنانة الأردنية ديانا كرزون عن حقيقة زواجها من رجل أعمال، حدثت أشارت إلى أن كل ما ينشر عن هذا الموضوع شائعات لا أساس لها من الصحة. وأكدت أنها تلقت العديد من عروض الزواج من شخصيات مهمة، لكنها رفضتها لأنها كانت جميعها عرقياً أو بالنس.

نصائح بسيطة لمحاربة متاعب الحيض

وكالات

يمكن للمرأة محاربة متاعب الحيض ببعض الأسلحة البسيطة، أبرزها الزجاجة أو القربة الساخنة، أو بلها منشقة رطبة ثم وضعها على البطن وتغطيتها بأخرى جافة.

ويساعد المغنيسيوم أيضاً في محاربة التقلصات، ولهذا الغرض يجب تناول جرعة تبلغ ٦٠٠ ملغ يومياً، كما يمتاز شاي البابونج بالتأثير ذاته.

ويمكن التخفيف من حدة متاعب الحيض بالمواظبة على ممارسة الرياضة باعتدال، لإمداد الحوض بالدم على نحو كاف، ما يساعد على التخلص من هذه التقلصات، إضافة إلى أخذ قسط كاف من النوم والابتعاد عن التوتر النفسي.

وفاة أكبر معمرة في العالم

وكالات

أفاد مختار قرية البيتشا بمقاطعة أستراخان في جنوب روسيا، المان تكيف، بأن المواطنة الروسية، تزيلا بيسيميبيفا، توفيت في ٢٥ عمر يناهز ١٢٤ عاماً.

ويعتقد أن بيسيميبيفا هي أكبر معمرة في روسيا والعالم، وأدرج اسمها في موسوعة الأرقام القياسية الروسية، وقبل وفاتها بقيت طوال ٣ أشهر ملازمة الفراش، ودفنت في مقبرة بمسقط رأسها، بقرية التفشا، حيث أمضت حياتها.

يذكر أن بيسيميبيفا ولدت عام ١٨٩٦ في الإمبراطورية الروسية، وهي أكبر طفلة سنا في العائلة المكونة من ٨ أطفال، وشهدت الحربين العالميتين الأولى والثانية، وتفكك الاتحاد السوفييتي.

مع ذلك فإن موسوعة غينيس للأرقام القياسية تعتبر أن الفرنسية، جانا كالمان، هي أكبر معمرة سناً في العالم حيث تم التوثيق الرسمي لتاريخي ميلادها ووفاتها، وعاشت، حسب موسوعة غينيس ١٢٢ عاماً و١٦٤ يوماً.

كما تشهد موسوعة غينيس للأرقام القياسية أن اليابانية، كاتي تاناكا، هي أكبر معمرة سناً على قيد الحياة في العالم في الوقت الراهن.