

نهاية مأساوية لشاب كان يبحث عن الآثار

وكالات

كشفت الداخلية المصرية تفاصيل وفاة شاب في حلوان متأثراً بإصابته بجرح قطعي بالظفر والكف الأيمن وسحجات متفرقة إثر صعق كهربائي. وأظهرت التحقيقات بالانتقال وسؤال صديق المتوفي قرر بأنه حال قيامه وصديقه المتوفي بالتنقيب عن الآثار في عقار كائن بدائرة القسم صعقه التيار من موتور الغطس وسقط أرضاً داخل حفرة بالطابق الأرضي نتجت عنه إصابته المنوه عنها، والتي أودت بحياته. وكشفت التحقيقات وجود حفرة بالعقار محل الواقعة بعمق ٩ أمتار بالطابق الأرضي وأدوات الحفر والتنقيب، كما تم ضبط مالك العقار، وبمواجهته أيد ما سبق، وتم اتخاذ الإجراءات القانونية.

الشذوذ يقتل عجوزاً

وكالات

تمكنت الأجهزة الأمنية في مصر من كشف ملابس مقتل مسن تم العثور على جثته ملقاة في مكب للنفايات. وتبين أن المتوفي جاء إلى أحد الشباب في المنطقة لممارسة الشذوذ معه، لكن جسد المسن لم يحتمل، فأصيب بأزمة قلبية أثناء ممارسة الشذوذ الجنسي. واستعان الشاب الذي كان يمارس معه المتوفي الشذوذ، بشقيقه وحمل جثة الخمسيني داخل بطانية وألقيا جثته بالشارع.

فقدت وظيفتها بسبب تناول الطعام

وكالات

في عام ٢٠١٨، واجهت موظفة بريطانية موقفاً صعباً مع مديرتها الغاضب، لمجرد أنها كانت تتناول وجبة الإفطار في مكان العمل. والآن، وبعد مرور ٤ سنوات، تمكنت الموظفة المفصولة من تعويض جزء من الأضرار التي لحقت بها إذ حصلت على تعويض قدره ١٣ ألف دولار. وكانت الموظفة قد رفعت قضية على المؤسسة التي كانت تعمل بها، ضد إنهاء خدماتها التي أكدت أنه أمر غير مشروع. واعتبر المدير تناول وجبة الطعام خيانة للشركة ودليل على أنها لم تركز نفسها للوظيفة التي تحتلها.

الفرحة.. أرجنتينية



وكالات

مشجعة أرجنتينية تحتفل بفوز بلدها بلقب كأس العالم على شاطئ كوباكابانا في ريو دي جانيرو بالبرازيل بعد الفوز على فرنسا بفارق ركلات الترجيح، لتحقق الأرجنتين ثالث ألقابها المونديالية.

رحلة فوضوية لسائق قطار مخمور

وكالات

قبضت الشرطة الألمانية على سائق قطار مخمور بعد رحلة فوضوية عبر مدينة شتوتغارت جنوب غربي البلاد، أعرب خلالها عبر مكبر الصوت عن خيبة أمه في وظيفته ورب العمل. الرجل البالغ من العمر ٤٣ عاماً قوّت عدداً من المحطات التي كان من المفترض أن يتوقف فيها قطار الضواحي. ووفقاً للمتحدث باسم الشرطة، فإن السائق لم يفتح الأبواب في حالات أخرى، أو أنه قام بفتحها، لكن بعدما تجاوز الوقت المحدد. كذلك، أصدر السائق عدة بيانات عبر مكبرات الصوت تحدث فيها عن وظيفته وعن صاحب العمل. وكانت امرأة تنتظر ابنتها التي كانت على متن القطار، أبلغت الشرطة عندما انطلق القطار متجاوزاً محطة روتسهايم. وتمكن السائق من الماضي في رحلة أخرى غير مجدولة قبل أن تتمكن الشرطة من إلقاء القبض عليه. وأظهر فحص السائق أن مستوى الكحول في دمه يعادل حوالي ٠,٢٨ بالمائة. يجري التحقيق مع الرجل للاشتباه في تسببه بمخاطر كبيرة في حركة السكك الحديدية.

قتلت والدتها بمساعدة صديقتها

وكالات

أقدمت فتاة مصرية على قتل والدتها في محافظة بورسعيد بمصر، بمساعدة صديقتها داخل منزلها. ونجحت الشرطة في كشف أن القاتلة كانت بصحبة صديقتها داخل المنزل بمفردهما، وعندما دخلت الأم ووجدتهما كذلك، اتخذت القرار بقتلها وطلبت منها أن يتركها لتتلقى الشهادة، ولم يرحمها وقاما بقتلها، وسكبت الابنة الماء الساخن عليها للتأكد من وفاتها. وأمرت أجهزة التحقيق بحبس الابنة المتهمه بقتل والدتها داليا سمير التي تبلغ من العمر ٤٢ عاماً وصديقتها، وذلك لمدة ٤ أيام على ذمة التحقيقات، بعدما ثبت اتهامهما في الواقعة. ونفى زوج المجني عليها ووالد المتهمه دفاعاً عن ابنته المتهمه، وأكد أنه يريد حق زوجته الضحية من القاتل أياً كان، وأشار إلى أنه منذ بداية الواقعة، وهو في أجهزة التحقيق ولم يتحدث مدافعاً عن ابنته. وقال: إن هدفه الرئيسي هو حق زوجته، ووجه رسالة للمجتمع بأنه لا يمكن أن يدافع عن تلوثت يده بالدماء، وأن ابنته لو ثبت أنها القاتلة فهو يطالب بإعدامها، ولن تسقط منه الدموع عليها.

قواعد للتخلص من حرقة المعدة

وكالات

قدمت خبيرة التغذية البينا كوميساروفا نصائح للتغلب على حرقة المعدة، وأشارت إلى خمس قواعد تتعلق بالتغذية تقيد في ذلك. وكتبت: «أوصي بتناول وجبات خفيفة خلال فترات متقاربة، وعدم شرب السوائل خلال تناول الطعام، والابتعاد عن المشروبات الكحولية، والامتناع عن تناول الطعام قبل النوم بـ٣-٤ ساعات، كما يتوجب الابتعاد عن الأطعمة التي تسبب حرقة المعدة مثل القهوة والشوكولا والنعناع والبندورة والمكولات الحارة واللحوم والمقبلات الدسمة. وأضاف: «لا داعي لاتباع نظام غذائي يقوم على تناول الأطعمة المسلوقة أو المطبوخة على البخار لأن هذا من مخلفات الماضي ولا يخفف الحرقة».

أطعمة تسبب «متلازمة التعب المزمن»

وكالات

يشعر الكثير من الأشخاص أحياناً بالإرهاق والتعب الناتج عن الأنشطة البدنية المفرطة أو الضغط الزائد على الصحة العقلية، ولكن هل تعلم أن بعض الأطعمة غير الصحية يمكن أن تؤدي أيضاً إلى خفض مستوى الطاقة والتسبب في حالة تعرف باسم «متلازمة التعب المزمن»؟ ذكر تقرير مجموعة من الأطعمة غير الصحية والتي يمكن أن تستنزف الطاقة طوال اليوم، ويجب تجنبها أو التقليل منها. رغم أن تناول اللحوم وإضافتها إلى النظام الغذائي من الأمور الصحية، إلا أن هناك لحوماً صحية مثل الدجاج والديك الرومي ولحم البقر، تحتوي على نسبة عالية جداً من الدهون التي ترتبط بشكل مباشر بتطوير «متلازمة التعب المزمن»، وبالتالي فعند تناول اللحوم الحمراء، يفضل أخذ قطع صغيرة الحجم. وهناك أيضاً الخبز الأبيض، الذي يصنف على أنه منخفض التغذية ويحتوي على نسبة أقل من الألياف، وبالتالي إذا اتبع الشخص نظاماً غذائياً قليل الألياف فهو يعاني من أعراض متلازمة التعب المنخفض، وفي المقابل إذا اخترنا خبز الحبوب الكاملة الذي يحتوي على نسبة عالية من الألياف فالجسم يكون مرتاحاً وصحياً أكثر من تناول الخبز الأبيض المكرر. كما أن استهلاك الحلويات وأي طعام مليء بالسكر الزائد دفعة واحدة سيؤدي بالتأكيد اندفاعاً عالياً وطاقة قوية بسبب الارتفاع المفاجئ في مستوى الجلوكوز بالدم، ولكن بعد زوال تأثير السكر، سيشتعر الشخص بالتعب والركود يليه انهيار محتمل. أيضاً المشروبات الغازية تحتوي على نسبة عالية جداً من السكر، وبعد زوال السكر وما يرافقه من نشاط وحيوية يصبح الجسم متعباً. قال الفنان النيجيري أساكي إنه محطم وغارق في الحزن بعد وفاة امرأة إثر حشد جماهيري خارج حفلته الموسيقية. والفتاة تدعى ريبكا إيكوميلو، ٣٣ عاماً، من نيوهام بشرق لندن، توفيت في المستشفى بعد إصابتها بجروح خطيرة في التدافع الذي حدث خلال الحفل. وقالت شرطة العاصمة إن امرأتين أخريين، تتراوح أعمارهم بين ٢١ و٢٣ عاماً، ما زالتا في حالة حرجة، وقال الفنان إنه يصلي من أجل المصابين.

لطيفة: هذا أفضل قرار اتخذته

وكالات



كشفت النجمة التونسية لطيفة عن أفضل قرار اتخذته في حياتها مؤكدة أنها تفخر بالكثير من محطاتها الفنية خلال مسيرتها التي تجاوزت ٤٠ عاماً. وقالت: «أفضل قرار اتخذته هو أول محطة في مسيرتي وهو قرار الذهاب إلى مصر ودراسة الموسيقى أكاديمية الفنون»، وأوضحت أنها تسلمت بدراستها للموسيقا في مسيرتها العملية. وأشارت إلى أن ثاني محطاتها الفنية التي تعزز بها هو تعاونها مع المبدعين الراجلين بلوغ حمدي وعمار الشريعي، وأيضاً تعاونها مع المخرج الكبير يوسف شاهين في فيلم «سكوت حنصور»، ثم تعاونها مع منصور الرحباني في المسرح الغنائي بعمل مهم جداً هو «حكم الرعيان»، ومن بعده تعاونها مع الموسيقار زياد الرحباني في ألبوم «معلومات مش أكيدة».

أقصر رجل في العالم

وكالات

تم تسجيل الشاب الإيراني أفشين إسماعيل غدير زاده البالغ من العمر ٢٠ عاماً في موسوعة «غينيس» للأرقام القياسية، كأقصر رجل في العالم حيث بلغ طوله ٦٥,٢٤ سنتيمتراً. وكشفت موسوعة «غينيس» عن هوية أقصر رجل في العالم، وهو الإيراني، أفشين إسماعيل قادرزاده، حسب ما تم توثيقه بطول يعادل ٦٥,٢٤ سم. وُلد أفشين في قرية نائية في مقاطعة بوكان في أذربيجان الغربية في إيران. وقد حطم الرقم القياسي السابق إدوارد نينو هرنانديز، الذي ولد في ١٠ أيار ١٩٨٦ في بوغوتا الكولومبية، وبلغ طوله ٧٢,١ سم، حسب ما تم توثيقه يوم ٢٩ شباط ٢٠٢٠.