

بريانكا شوبرا الأكثر جاذبية في آسيا



حازت النجمة الهندية بريانكا شوبرا لقب «المرأة الأكثر جاذبية في آسيا لعام 2015» وذلك للمرة الثالثة في السنوات الأربع الأخيرة، وتصدرت القائمة التي تضم 50 امرأة آسيوية الأكثر جاذبية على الأرض، في الاستطلاع الذي أجرته صحيفة آسيوية في لندن.

وجاءت سنابا إيراني في المرتبة الثانية، ودراشيتي دامي في المرتبة الثالثة، على حين جاءت ديبিকা بادكون في المرتبة الرابعة، كاترينا كيف في المرتبة الخامسة، كارينا كابور في المرتبة السابعة، وسونام كابور في المرتبة التاسعة.

القهوة مرتبطة بتراجع الوفاة

وجد باحثون أن الأشخاص الذين يتناولون القهوة بانتظام أقل عرضة للوفاة لأسباب كثيرة منها أمراض القلب والسكري مقارنة بمن لا يشربون القهوة على الإطلاق، وكلما تناول المشاركون في الدراسة مزيداً من القهوة كلما قلت مخاطر الوفاة كما أظهر من يتناولون القهوة الخالية من الكافيين نمطاً مماثلاً، وذلك بحسب دراسة أميركية عمرها عشرة أعوام.

وقالت كبيرة الباحثين إريكا لوفتفيلد من المعهد القومي للسرطان في روكفيل بولاية ماريلاند الأميركية: «القهوة تحتوي على العديد من المركبات النشطة بيولوجياً بما في ذلك الأحماض الفينولية والبوتاسيوم والكافيين».

وأضافت لرويتز في رسالة بالبريد الإلكتروني: إن الكثير من الدراسات خلصت إلى أن تناول القهوة يرتبط بوجه عام بانخفاض مخاطر الوفاة بأمراض القلب.

واستخدم الباحثون بيانات من دراسة سابقة شملت 9,0317 شخصاً ليس لهم تاريخ في الإصابة بالسرطان أو أمراض القلب، وجررت متابعة حالات هؤلاء من 1998 وحتى 2009 حيث كانوا يحددون الجرعات اليومية التي يتناولونها من القهوة إلى جانب تفاصيل أخرى صحية ولها علاقة بنظامهم الغذائي.

قط مرشح لمنصب عمدة

بعد أن ضاق السكان ذرعاً بالسياسيين الذين تولوا منصب العمدة في مدينة بارتاوا السبيريّة الروسية اكتسح قط استطلاعات الرأي كمرشح مفضل لمنصب العمدة بإحدى المدن النائية.

وحصد القط بارسيس البالغ من العمر 18 سنة نسبة 91% من أصوات المشاركين في استطلاع رأي على شبكة التواصل الاجتماعية «في كي» الشهيرة في روسيا، وشارك في الاستطلاع أكثر من 5400 شخص، كدليل على الإقبال الكبير لدى السكان، على خلفية قضايا فساد على أعلى المستويات هزت المدينة مؤخراً.

ملكة جمال العالم.. إسبانية



فازت ملكة جمال إسبانيا ميراي لالاغونا رويو بلقب ملكة جمال العالم عام 2015، واختيرت ملكة جمال روسيا وصيفة أولى، والإندونيسية وصيفة ثانية فيما حلت اللبنانية فاليري أبو شقرا ثالثة.

رويو البالغة من العمر 23 عاماً، والتي تعمل عارضة أزياء في برشلونة، خطفت اللقب من 20 متسابقة آتت من أنحاء المعمورة للوصول إلى العالمية.

ندين تحسين بيك تتعرض للظلم



بدأت الفنانة السورية ندين تحسين بيك تصوير مشاهدتها في مسلسل «خاتون»، بشخصية «وداد» زوجة «عز الدين» ابن الزعيم «أبو العز».

وتقع «وداد» بين تاري عائلة زوجها وأبيها إثر الخلافات التي تقع بين الرجلين والفريقين، حول الزعامة، وتتمتع بالطيبة التي تسحق وسط الخلافات، إذ تتعرض للظلم كبير مع تحملها ردود الأفعال من الجهتين.

وكانت تحسين بيك قد انتهت أخيراً من تصوير دورها في «مطر أبول» من تأليف إياد أبو الشامات وإخراج حاتم علي، ضمن الجزء الثالث من «أهل الغرام».

«الندم» جديد الليث حجو

أعلنت شركة «سما الفن» عن اسم الليث حجو مخرجاً لمسلسل «الندم» الذي تعزز إنتاجه لموسم 2016 عن نص لحسن سامي يوسف، على أن ينطلق تصويره قريباً في دمشق.

وهو ثاني مشاريع الشركة المعلن عنها لهذا الموسم بعد مسلسل «أحمر» (نص على وجيه ويامن الحجلي وإخراج جود سعيد) المقرر انطلاق تصويره مطلع العام القادم.

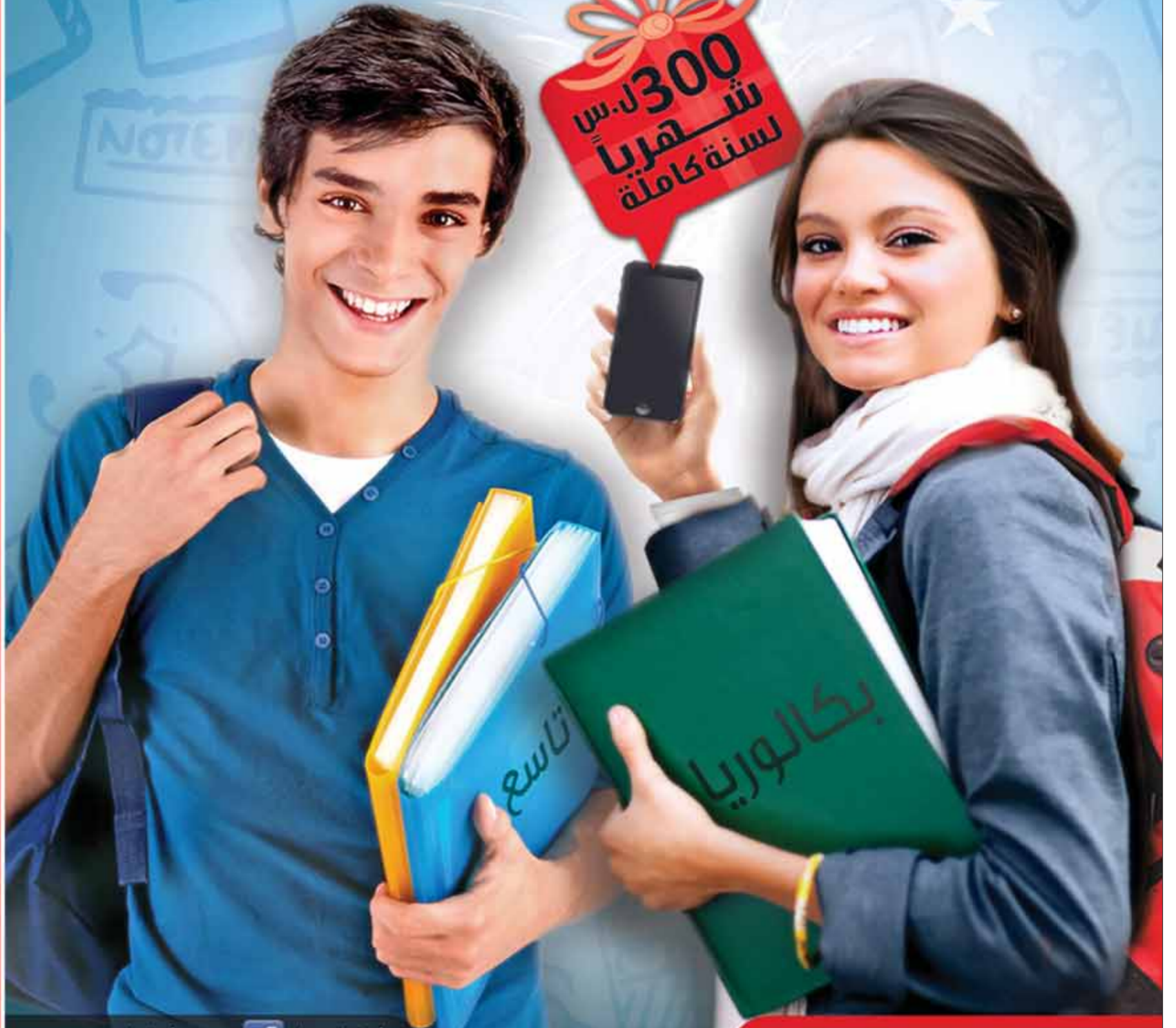
شرب الماء خلال الأكل أو بعده يؤدي المعدة

أشار الأطباء إلى أن شرب السوائل المغذية مثل المياه والشاي عقب تناول الطعام أو أثناء ذلك يمكن أن يسبب أضراراً كبيرة للجهاز الهضمي وخصوصاً المعدة، وتتمثل هذه الأضرار في إبطاء عملية الهضم والامتصاص في الجهاز الهضمي.

ويقول الأطباء إنه عندما يبدأ الإنسان بتناول الطعام تفرز المعدة كمية عصارة تكفي لهضم الطعام، فحين يشرب الإنسان السوائل فور الانتهاء من تناول الطعام فإن تركيز هذه العصارة يتضاءل، ما يتسبب في بطء عملية الهضم.

ويؤكد الأطباء أن أخطر السوائل هي التي تحتوي السكر، وكذلك التي يشربها الإنسان حين يتناول الحلويات.

شهادة بالإيد.. وهدية رصيد



سيريتل تطلق عرضها الخاص بالطلاب الناجحين بالشهادتين الإعدادية والثانوية بكافة فروعها لعام 2015 وتهديههم على اختلاف معدلاتهم 3600 ل.س رصيداً مجانياً موزعاً على 12 شهراً، ليستفيدوا بذلك من 300 ل.س (مرة كل شهر) بعد أول عملية تعبئة شهرية بفترة 200 ل.س أو أكثر.

الرصيد المجاني صالح لمدة 3 أيام من تاريخ الإهداء ويمكن استخدامه للمكالمات الخلوية المحلية.

يمكن للطلاب تفعيل العرض عبر طلب الرمز المجاني #108* من بطاقة ياهلا المسجلة باسمه الشخصي.

أقرب إليك

سيريتل SYRIATEL