

طالبة طب تترجّع على عرش جمال مصر



البلدان لتقديم الدعم المجتمعي، بجانب منظمات حقوق الإنسان من هوياتها المفضلة لعب البولينج والرقص

خضعت رافت لأول جلسة تصوير بإطالة رفيقة اعتمدت فيها على اختيار اللون الأبيض. ورايم رافت هي طالبة بكلية طب الأسنان في جامعة مصر الدولية، وشاركت في العديد من المنظمات الخيرية بكثيرة من

امال رزق رئيسة المسابقة، وطبيب تجميل، وآخر متخصص في تجميل الأسنان، وخبير التحكيم محمود مرشد. فيما أحيا الفنان رامي جمال، حفل اختيار ملكة الجمال، الذي أقيم في أحد فنادق القاهرة وبعده الترويج باللقب، وتكونت لجنة تحكيم المسابقة التي أعلنت النتائج في الساعات الأولى من فجر الجمعة الماضية من الفنانة ريم البارودي، ومصمم الأزياء بهيج حسين، وملكة جمال مصر 2016 نادين اسامة، والدكتورة

من مختلف أنحاء مصر. وتكونت لجنة تحكيم المسابقة التي أعلنت النتائج في الساعات الأولى من فجر الجمعة الماضية من الفنانة ريم البارودي، ومصمم الأزياء بهيج حسين، وملكة جمال مصر 2016 نادين اسامة، والدكتورة

مسابقة للجمال: ريم رافت لحظة تتويجها محاطة بوصفاتها القاهرة - الزمان

الأوبرا الإسبانية تفقد السوبرانو كالباليه

برشلونة وبدات مسيرتها المهنية في بازل عام 1956 عندما أدت دور ميمي في أوبرا البوهيمية (لا بوم) وأدت أغنية (برشلونة) مع فريدي ميركوري، المغني الرئيسي الراحل لفرقة كوين، عام 1987 وأعيد تقديم الأغنية عام 1992 أثناء بيرة الألعاب الأولمبية في برشلونة، أي بعد عام من وفاة ميركوري.

أوبرا (جران تياتر ديل ليسيو) التي توجد في مدينة برشلونة وغنت كالباليه على مسرحها أكثر من 200 مرة بياناً وصفها فيه (بانها أحد أهم مغنيات السوبرانو في التاريخ) ووصفت العائلة المالكة الإسبانية كالباليه بانها سيدة الأوبرا العظيمة وأسطورة الثقافة العالمية والأفضل بين الأفضل. وأضافت في تغريدتها (شخصيتها وصوتها الفريد سيقان معنا دائما، نشعر بالأسى البالغ لرحيلها). ولدت كالباليه في

مريد - وكالات - غيب الموت السبت الماضي السوبرانو الإسبانية ساحتها على مسرحها أكثر من 200 مرة بياناً وصفها فيه (بانها أحد أهم مغنات السوبرانو في التاريخ) ووصفت العائلة المالكة الإسبانية كالباليه بانها سيدة الأوبرا العظيمة وأسطورة الثقافة العالمية والأفضل بين الأفضل. وأضافت في تغريدتها (شخصيتها وصوتها الفريد سيقان معنا دائما، نشعر بالأسى البالغ لرحيلها). ولدت كالباليه في



جدل علمي بشأن مكملات فيتامين دي

توصياتها لا تزال مناسبة) وعارض خبراء مستقلون هذا التوجه أيضاً، وقالوا (في الحقيقة إن مكملات فيتامين دي لا تفيد سوى أولئك الذين يعانون من نقص في الفيتامين في المقام الأول). وقال الأستاذ في جامعة كوين ماري في لندن أدريان مارتينو إن الاستنتاجات لا تقدم أي سبب لإعادة النظر أو إعادة الدراسة في التوصيات القائمة، ويضيف مارتن هيوين، من جمعية علم الغدد الصماء (تقريباً كل التجارب التي تناولت مكملات فيتامين دي أظهرت فعالية المكملات فقط إذا كنت تعاني من نقص في فيتامين د للبدن في تناولها). وتابع قائلاً (بالتالي، كان من الصعب تحديد فوائد مكملات فيتامين دي من خلال تلك الدراسة، على الرغم من أنها شملت عدداً كبيراً من الأفراد).

الأطعمة، فإنه من الصعب الحصول على الكمية الموصى بها من خلالها ولهذا السبب، قال مسؤولون في قطاع الصحة عام 2016 إنه يتعين على الجميع التفكير في تناول قرص فيتامين دي يومياً، وذلك لأنه سيكون في الصعب على البعض توفير 10 ميكروغرامات يومياً من الفيتامين، وهي الكمية التي يوصى بها الخبراء، وقالوا (إن الهدف من التوصيات هو المساهمة في الحفاظ على صحة العظام والععضلات، وأيضاً في الحد من خطر الإصابة بأمراض العظام، مثل هشاشة العظام، والتي تؤثر على كبار السن، وخاصة النساء، حيث أنهن أكثر عرضة للإصابة بهذه الحالة). وأضافت في تغريدتها (شخصيتها وصوتها الفريد سيقان معنا دائما، نشعر بالأسى البالغ لرحيلها). ولدت كالباليه في

لندن - وكالات - ربما تكون قد قرأت من قبل عناوين رئيسية تنفي مساهمة مكملات فيتامين دي في تحسين صحة العظام أو منع الكسور، ورغم ذلك تقول توصيات رسمية إنه يتعين على الجميع التفكير في تناول تلك المكملات، لا سيما في فصل الصيف والخريف والشتاء، ويبرز هنا السؤال الأهم، وهو أين الحقيقة؟ لماذا نحتاج إلى فيتامين دي؟ يقول البعض إن مكملات فيتامين دي تساعد في الحفاظ على صحة



طفلة تعثر في بحيرة على سيف تاريخي

المحلي أكدوا فيما بعد وفقاً لتقرير للبي بي سي أنه يبلغ حوالي 1500 عام. وقال الخبير في المتحف ميكل نورديستروم (إنه أمر لا يحدث كل يوم أن يخطو شخص بقدمه فوق سيف في البحيرة). ونسب الجفاف في انخفاض منسوب مياه البحيرة بشكل كبير، مما ساعد الفتاة ساجا في العثور على السيف القديم. وقاتل الفتاة في تصريحات لرايدو سفيرغيس المحلي (شعرت بشيء في الماء ورفعته، ثم كان هناك مقبض ذهبي وأخبر والدي أنه يبدو وكأنه سيف). وقال والدها اندي فانسيك لموقع ذا لوكال (إنه اعتقد

المحلي أكدوا فيما بعد وفقاً لتقرير للبي بي سي أنه يبلغ حوالي 1500 عام. وقال الخبير في المتحف ميكل نورديستروم (إنه أمر لا يحدث كل يوم أن يخطو شخص بقدمه فوق سيف في البحيرة). ونسب الجفاف في انخفاض منسوب مياه البحيرة بشكل كبير، مما ساعد الفتاة ساجا في العثور على السيف القديم. وقاتل الفتاة في تصريحات لرايدو سفيرغيس المحلي (شعرت بشيء في الماء ورفعته، ثم كان هناك مقبض ذهبي وأخبر والدي أنه يبدو وكأنه سيف). وقال والدها اندي فانسيك لموقع ذا لوكال (إنه اعتقد



ساجا فانسيك

بحيرة فيديسترن، بينما كانت تقضي عطلة الصيف في منزل عائلتها في مقاطعة يوتشوبينغ. وفي البداية، كان يُعتقد أن عمر السيف 1000 عام فقط، لكن الخبراء في المتحف

ساجا فانسيك، التي تحتوي على فيتامين د فهي (الأسماك الزيتية، كالتونة، السلمون، السردين، الكبد، صفار البيض، الأطعمة المدعمة بالعناصر الغذائية، مثل معظم الأطعمة التي تدهن على الخبز وبعض حبوب الألياف).

ساجا فانسيك، التي تحتوي على فيتامين د فهي (الأسماك الزيتية، كالتونة، السلمون، السردين، الكبد، صفار البيض، الأطعمة المدعمة بالعناصر الغذائية، مثل معظم الأطعمة التي تدهن على الخبز وبعض حبوب الألياف).

ساجا فانسيك، التي تحتوي على فيتامين د فهي (الأسماك الزيتية، كالتونة، السلمون، السردين، الكبد، صفار البيض، الأطعمة المدعمة بالعناصر الغذائية، مثل معظم الأطعمة التي تدهن على الخبز وبعض حبوب الألياف).

ساجا فانسيك، التي تحتوي على فيتامين د فهي (الأسماك الزيتية، كالتونة، السلمون، السردين، الكبد، صفار البيض، الأطعمة المدعمة بالعناصر الغذائية، مثل معظم الأطعمة التي تدهن على الخبز وبعض حبوب الألياف).

السمنة تنافس التدخين في التسبب بالسرطان

لندن - وكالات - قال معهد أبحاث السرطان في بريطانيا (إنه من المتوقع أن تصبح السمنة من أكثر العوامل المسببة لمرض السرطان لدى النساء متجاوزاً بذلك التدخين وذلك بحلول عام 2043) وأضاف المعهد (إن 12 في المئة من النساء المصابات حالياً بالسرطان سببها التدخين و7 بالمئة بسبب السمنة الزائدة، إلا أنه من المتوقع اختفاء هذه الفجوة في غضون 35 عاماً بسبب توقع

لندن - وكالات - قال معهد أبحاث السرطان في بريطانيا (إنه من المتوقع أن تصبح السمنة من أكثر العوامل المسببة لمرض السرطان لدى النساء متجاوزاً بذلك التدخين وذلك بحلول عام 2043) وأضاف المعهد (إن 12 في المئة من النساء المصابات حالياً بالسرطان سببها التدخين و7 بالمئة بسبب السمنة الزائدة، إلا أنه من المتوقع اختفاء هذه الفجوة في غضون 35 عاماً بسبب توقع

لندن - وكالات - قال معهد أبحاث السرطان في بريطانيا (إنه من المتوقع أن تصبح السمنة من أكثر العوامل المسببة لمرض السرطان لدى النساء متجاوزاً بذلك التدخين وذلك بحلول عام 2043) وأضاف المعهد (إن 12 في المئة من النساء المصابات حالياً بالسرطان سببها التدخين و7 بالمئة بسبب السمنة الزائدة، إلا أنه من المتوقع اختفاء هذه الفجوة في غضون 35 عاماً بسبب توقع

لندن - وكالات - قال معهد أبحاث السرطان في بريطانيا (إنه من المتوقع أن تصبح السمنة من أكثر العوامل المسببة لمرض السرطان لدى النساء متجاوزاً بذلك التدخين وذلك بحلول عام 2043) وأضاف المعهد (إن 12 في المئة من النساء المصابات حالياً بالسرطان سببها التدخين و7 بالمئة بسبب السمنة الزائدة، إلا أنه من المتوقع اختفاء هذه الفجوة في غضون 35 عاماً بسبب توقع



لوحة لبانكسي تتمزق لحظة بيعها في مزاد

معتقلى خليج جواتانامو وضعتها في أحد متحفات مدينتي لندن. وأصبحت أعمال جدارية ساخرة في الهواء الطلق لها موضوعات سياسية منها رسوم على الجدار العازل الذي بنته إسرائيل.

معتقلى خليج جواتانامو وضعتها في أحد متحفات مدينتي لندن. وأصبحت أعمال جدارية ساخرة في الهواء الطلق لها موضوعات سياسية منها رسوم على الجدار العازل الذي بنته إسرائيل.

معتقلى خليج جواتانامو وضعتها في أحد متحفات مدينتي لندن. وأصبحت أعمال جدارية ساخرة في الهواء الطلق لها موضوعات سياسية منها رسوم على الجدار العازل الذي بنته إسرائيل.

معتقلى خليج جواتانامو وضعتها في أحد متحفات مدينتي لندن. وأصبحت أعمال جدارية ساخرة في الهواء الطلق لها موضوعات سياسية منها رسوم على الجدار العازل الذي بنته إسرائيل.

معتقلى خليج جواتانامو وضعتها في أحد متحفات مدينتي لندن. وأصبحت أعمال جدارية ساخرة في الهواء الطلق لها موضوعات سياسية منها رسوم على الجدار العازل الذي بنته إسرائيل.

معتقلى خليج جواتانامو وضعتها في أحد متحفات مدينتي لندن. وأصبحت أعمال جدارية ساخرة في الهواء الطلق لها موضوعات سياسية منها رسوم على الجدار العازل الذي بنته إسرائيل.

معتقلى خليج جواتانامو وضعتها في أحد متحفات مدينتي لندن. وأصبحت أعمال جدارية ساخرة في الهواء الطلق لها موضوعات سياسية منها رسوم على الجدار العازل الذي بنته إسرائيل.

معتقلى خليج جواتانامو وضعتها في أحد متحفات مدينتي لندن. وأصبحت أعمال جدارية ساخرة في الهواء الطلق لها موضوعات سياسية منها رسوم على الجدار العازل الذي بنته إسرائيل.

معتقلى خليج جواتانامو وضعتها في أحد متحفات مدينتي لندن. وأصبحت أعمال جدارية ساخرة في الهواء الطلق لها موضوعات سياسية منها رسوم على الجدار العازل الذي بنته إسرائيل.