

إنهيار برج أثري بغزنة الأفغانية



□ غزنة - وكالات - قال مسؤولون محليون في أفغانستان (إن برجا قديما يعود تاريخه إلى ألفي عام أنهار منذ أيام في مدينة غزنة الأفغانية التاريخية مما أثار مخاوف بشأن التراث الثقافي للبلاد وقدرة الحكومة على حمايته).

وكانت القلعة العتيقة المعروفة باسم قلعة غزني تتألف في الأصل من 36 برجا ولكن أنهار برجا في السنوات الأخيرة 14 بسبب عقود الحرب والأمطار الغزيرة والإهمال. والقلعة واحدة من عشرات المواقع التاريخية الفريدة التي تحتاج إلى حماية عاجلة في أفغانستان. وفي المركز البوذي السابق على عهد الإسلام في وادي باميان إلى مئذنة جام الواقعة بمنطقة نائية في إقليم غور والتي تعود للقرن الثاني عشر. وأضافوا في تصريح (إن) البرج انهيار في أعقاب هطول أمطار غزيرة، ويظهر تسجيل

فيديو قصير على وسائل التواصل الاجتماعي البرج وهو ينهار لكن سكانا يقولون (إن) انهياره ساهم أيضا في رحمان القائم بأعمال مدير هيئة الثقافة والإعلام في غزنة (إن) الأمطار الغزيرة والقتال ساهما في انهيار البرج (و) إضافة (إن) الحكومة تعكف على وضع وتنفيذ خطة لحماية الموقع من الدمار الكامل).

غزنة مركز استراتيجي يقع على الطريق السريع بين كابول وجنوب أفغانستان، وتضم مجموعة من الأعمال الثقافية والأثرية بعضها يعود لفترة ما قبل الإسلام. وكانت المنظمة الإسلامية للدراسات والعلوم والثقافة (إيسيسكو) قد أعلنت رسميا إقليم غزنة وإرثه الثقافي عاصمة أسبوعية للثقافة الإسلامية في عام 2013.

نجم الكوميديا يعتذر من النساء



القاهرة - مصطفى عمارة تعرض الفنان المصري محمد هندي، لانتقادات حادة خلال الساعات الماضية بسبب تعليقه على إحدى التغريدات واتهمه البعض بالسخرية من المرأة. وكان محمد هندي، قد رد على تغريدة للمغني العالمي جاستن بيبير، والتي أعلن من خلالها دعواته للفنان توم كرون، لخوض تحد في حلبة قتال، ضمن سياق منظمة الفنون القتالية المختلطة، قائلا: (أريد أن أتحدى توم كرون في قتال في حلبة، وإذا لم توافق على هذا التحدي يا توم، فانت خائف، من يريد أن يراهن على هذا القتال؟). محمد هندي، رد على هذا الأمر كاتباً: (منظمة الفنون القتالية المختلطة لا تسمح بقتال بين رجل وامرأة، أسف)، وهو ما اعتبره البعض إهانة للمرأة. وبعد الانتقادات التي تعرض لها محمد هندي، قام بحذف

الرد، وغرد قائلا: (لحيايبي اللي زعلوا بسبب رد جاستن بيبير أكيد عمرنا ما هنسخر من النساء كلنا فوق راسنا). من ناحية أخرى يعرض للفنان محمد هندي حاليا مسرحية 3 أيام في الساحل على مسرح (موفينديك) في 6 أكتوبر، ويشترك في بطولتها كل من بيومي فؤاد، وأحمد فتحي، ومحمد ثروت، وندا موسى، ومها ابوعوف، ومحمد محمود، وسامية الطرابلسي، ومن إخراج مجدي الهواري. كما يستعد لبطولة فيلم جديد يحمل اسم (كيتنج سايز) والذي يؤدي من خلاله دور عقلة الأصعب وهو من تأليف عمر طاهر وإخراج إسلام خيرى، ومن إنتاج وليد صبري، الذي سبق أن تعاون مع هندي في مسلسل الكارتون (سوبر هندي) وفيلم (يوم ما لوش لازمة).

خطوبة في مباريات السيدات لكرة القدم

الجهاز الفني ينحني أمامها على ركبتيه، على الخط الجانبي للملعب ويطلب يدها للزواج، مقدما لها خاتما ذهبيا جهزه اللحظة الحاسمة، لحظة كشف فيها عن حبه للجوهرة الذهبية في ملعب المونديال أمام عشرات الآلاف من المتفرجين في المدرجات الذين تفاعلوا مع اللقطة الخيرة بالتصفيق، مطالبين اللاعبة جونسون بقبول العرض. وبات طلب الزواج في المباريات الرياضية الكبرى موضة العصر حيث تحفل ملاعب التنس بهذه الظاهرة، ولكن تبقى الحادثة الأبرز تلك التي جرت خلال مونديال روسيا 2018 عندما طلب مساعد الحكم جونتان الزواج من الحسنة كارين على الملعب الذي شهد تخويج فرنسا بلفظ كاس العالم عقب الفوز في المباراة النهائية على كرواتيا.



الأيام في فرنسا مختلفة تماما عن أي مباراة، ففي اللحظة التي أطلقت فيها حكمه اللقطة صافرة النهاية وهمت

باتيرسون وماكسين بايترو، أما على مستوى الأعمال غير الأدبية، فقد تصدر كتاب (تكتيسيل الصحافة) لمارك ليفين القائمة للأسبوع الثاني على التوالي وجاء (تقرير سولر) الذي أعدته جريدة واشنطن بوست في المركز الثاني.

وفي المركز الثالث، جاء كتاب (متعلمة) لنارا وستوفر وحل كتاب (الرواد) لديفيد ماکولووغ رابعا. فيما تراجع كتاب (هوارد ستيرن يعود مجددا) بقلم المذيع والكاتب والشاعر الأمريكي هوارد ستيرن للمركز الخامس والأخير في قائمة نيويورك تايمز لأعلى مبيعات الكتب في الأسبوع الأخير.

حشد من النساء العاريات بحثاً عن رقم قياسي

لندن - الزمان تعرت نحو 1.8 ألف امرأة في إيرلندا للمشاركة في سباق للسباحة في Strip and Dip البحر. و نقلت «روسيا اليوم» عن صحفية «بيلي ميل» البريطانية، أن النساء تعرين بهدف تسجيل رقم قياسي جديد للمشاركة بهذه الظاهرة بهدف جمع الأموال لصالح جمعية خيرية لعلاج السرطان. واتضح لهذه الظاهرة الخيرية النساء اللواتي عولجن من مرض السرطان وأخريات لآزن يكافحن هذا المرض الخبيث، بالإضافة لأقربين وأصدقائهن، اللاتي انضممن أيضا لدعم المشاركات.

في القائمة لـ 38 أسبوعا، وحلت رواية (ملكة النحل) لدوروثيا بنتون فرانك في المركز الثاني. وعلى مستوى الأعمال الأدبية أيضا، جاءت في المركز الثالث رواية (قبل أن تكون لك) لليزا وينجت فيما كان المركز الرابع لرواية (العبوة العروش) لجورج مارتن. وفي المركز الخامس والأخير في قائمة نيويورك تايمز للأسبوع الأخير حلت رواية (الخطاف 18) لجيمس

نيويورك - الزمان احتلت رواية (عندما يغني) لويستر الستنغتون (الأخضر) لداليا أوبنر المركز الأول في قائمة نيويورك تايمز لأعلى مبيعات الكتب في الأسبوع الأخير لتستمر هذه الرواية في القائمة لـ 38 أسبوعا، وحلت رواية (ملكة النحل) لدوروثيا بنتون فرانك في المركز الثاني. وعلى مستوى الأعمال الأدبية أيضا، جاءت في المركز الثالث رواية (قبل أن تكون لك) لليزا وينجت فيما كان المركز الرابع لرواية (العبوة العروش) لجورج مارتن. وفي المركز الخامس والأخير في قائمة نيويورك تايمز للأسبوع الأخير حلت رواية (الخطاف 18) لجيمس

نيويورك - الزمان احتلت رواية (عندما يغني) لويستر الستنغتون (الأخضر) لداليا أوبنر المركز الأول في قائمة نيويورك تايمز لأعلى مبيعات الكتب في الأسبوع الأخير لتستمر هذه الرواية في القائمة لـ 38 أسبوعا، وحلت رواية (ملكة النحل) لدوروثيا بنتون فرانك في المركز الثاني. وعلى مستوى الأعمال الأدبية أيضا، جاءت في المركز الثالث رواية (قبل أن تكون لك) لليزا وينجت فيما كان المركز الرابع لرواية (العبوة العروش) لجورج مارتن. وفي المركز الخامس والأخير في قائمة نيويورك تايمز للأسبوع الأخير حلت رواية (الخطاف 18) لجيمس



توقع من يختار توقيت المواجهة في الخليج؟

بسبب الكذبات الكبرى الشهيرة التي شنّها بها الحرب على العراق العام 2003 باتت مصداقية الولايات المتحدة مهددة حتى اللحظة، حتى لو رأى العالم كفة الحرس الثوري الإيراني وهو ينفذ الهجوم على ناقلتي النفط في خليج عمان، بالرغم من كل التطمينات الدولية في أنه لا توجد حرب ضد إيران مطلقاً، حتى لو جرى ضرب الناقلات البحرية رقم ستين وليس الناقلات السادسة. إيران لا تخشى الضربات العسكرية مثل خشيتها تصعيد الحرب الاقتصادية التي بدأت تؤتي أكلها في بلد لا يحتمل مزيداً من انهيار العملة والعقوبات. ذلك أن الحرب لو حصلت، لن تكون أكثر من ضربات صاروخية بعيدة المدى، لا بد أن تكون إيران قد تصببت لها وحصنت مواقعها واسلحتها الاستراتيجية منذ زمن بعيد حين بدأ الكلام عن حرب وشيكة. إذا صحت الأنباءات في أن إيران وراء الهجمات البحرية، فستكون طهران قد اختارت أصعب التوقيتات على خصومها في الولايات المتحدة والخليج، لسحبهم إلى مواجهة غير مستعدين لها في ظل وضع دولي قلق في الشرق الأوسط بسبب تعثر مؤتمرات وتجاهات صفقة القرن من جهة، وبسبب إمكاناتها في تصعيد نوعي صاروخي ضد المصالح الحيوية في السعودية عبر حلفائها الحوثيين في اليمن من جهة أخرى. كما تلوح إيران بإمكانية استهداف دول خليجية جديدة تمتد على الساحل المقابل لها، لاسيما أن الهجمات البحرية السابقة وقعت قرب الساحل الإماراتي والساحل العماني أيضاً. العالم ينتظر أدلة قوية، ربما هناك من لا يريد إربازها الآن حتى لو كان يمتلكها، إذا لم تخدم توقيتاته في الدخول في حرب أو لنقل مواجهة عسكرية جديدة في المنطقة التي يحبس ذكراها الانفاس في العالم المعتمد في أربعين بالمائة من امدادات الطاقة على ما يأتي عبر مضيق هرمز. برغم ذلك، فإن تصريح الرئيس الأمريكي ترامب في أن هذا المضيق لن يتم حلقه لفترة طويلة يشير إلى حدث مهم مرتقب في الأفق.

يوم 18 أكتوبر. هذا وتشير التسريبات إلى أن سعر (سيتمد على ما إذا بيكسل) 4 كان الهاتف يدعم الجيل الخامس (5G) أم لا. وذكر (تيك أدفايسر) أن الأسعار يتوقع أن تتراوح بين 900 جنيه إسترليني و1000 و1100 (260 دولارا أميركيا). إلى ذلك أعلنت شركة أنها ستشرع في «واتساب» اتخاذ إجراءات قانونية ضد المستخدمين، الذين يرسلون رسائل كثيرة، وفق ما ذكرت صحيفة (إنديبندنت) البريطانية. وفي تحديث على قسم (الأسئلة والأجوبة المتداولة) الخاص بواتساب، قال التطبيق (ستتخذ إجراءات قانونية ضد كل من يشارك أو يساعد الآخرين في سوء الاستخدام الذي ينتهك شروط الخدمة الخاصة بنا). وأضاف أنه ابتداء من السابع من ديسمبر المقبل ستقدم حملة محاسبية (المخالفين) لقوانين الشركة. وتابع أن الحملة تهدف إلى معاقبة كل

غوغل تكشف عن هاتف ذكي جديد لقطع دابر الشائعات

لجهاز.. انتظروا حتى تتعرفوا على مميزات. ووفق ما ذكر موقع (إنبيغادجيت) التقني، فإن (غوغل) اتخذت قرار كمنصف أولى صور الجهاز حتى تضع حدا للتسريبات والشائعات الكثيرة التي رافقت هذا الهاتف. وأوضح أن الملاحظة الأولى التي يمكن رصدها من خلال الصورة المنشورة أن الكاميرا الخلفية تبدو على شكل مربع ثلاثي الأبعاد، بشكل مشابه جدا لنصميم (إيفون XI) القادم. من جهته، قال موقع تيك أدفايسر (إن كشف) الشقاق عن الهاتف سيتم في شهر أكتوبر المقبل، مضمنا أن (بيكسل 4) سيصدر على نظام Android 10 Q الذي يتميز بالابتكار والخصوصية والأمان والرقابية. وكشانت الشركة الأميركية طرحت هاتفها السابق (بيكسل 3) يوم 9 أكتوبر 2018 وبدأت عملية بيعه في الأسواق الأميركية

قليلة. ونشرت (غوغل) على حسابها في تويتر صورة خلفية لهاتف (بيكسل 4) الجديد، هذه أول صورة

أول صورة لهاتفها الجديد (بيكسل 4) المختصر طرحه في الأسواق بعد أشهر



المشمس علاج وقائي فعّال لتصلب الشرايين عصير البنجر يوسع الأوعية الدموية

لندن - الزمان تكمن فائدة المشمش في احتوائه على نسبة عالية من البيوتاسيوم العنصر الذي يلعب دوراً مهماً في تحسين صحة القلب والأوعية الدموية. وبحسب موقع Bujinfo يصبح أطباء القلب والأوعية الدموية كل من يعاني من مشكلات في القلب إدراج المشمش في قائمة نظامه الغذائي، لأنه يحتوي على نسبة عالية جداً من البيوتاسيوم الذي يحافظ على صحة الأوعية الدموية ويحمي الجسم من أمراض عديدة. ويشير الأطباء إلى أنه (بفضل) النسبة العالية من أملاح البيوتاسيوم يصبح للمشمس

تأثير علاجي في حال الخفقان كما يؤثر في عملية التبول، وهذا مفيد لمن يعاني من ارتفاع ضغط الدم وتورم القدمين بسبب مشكلات في عمل الكلى). وفقاً للخبراء، يحسن عنصر البيوتاسيوم حالة الأوعية الدموية وينشط عملية طرد السموم من الجسم بما فيها الكوليسترول الزائد. كما يجب أن نعلم بان المشمش الجفف يحتوي على نسبة أعلى من البيوتاسيوم تعادل أضعاف الموجودة في 5-6 الشمار الطازجة. وتتناول المشمش الجفف يساعد على تحسين الحالة الصحية الناتجة عن مشكلات في الدورة الدموية، والوهن العضلي واضطراب نبضات

تزداد مرونتها وتصبح محمية من تصلب، وهذا بدوره يمنع ارتفاع ضغط الدم وغير ذلك من أمراض القلب والأوعية الدموية. ويرى الخبراء أن تناول عصير البنجر بصورة يومية ومنظمة يساعد في توسيع الأوعية الدموية، علاوة على أنه يساهم في تحسين عمل الجهاز العصبي والهدوء. وينصح المختصون بتناول ميليلتر من عصير البنجر 3-4 مرات في اليوم، للوقاية من أمراض الأوعية الدموية. كما أن تناول عصير البنجر يساهم في الوقاية من أمراض الغدة الدرقية، بفضل ارتفاع نسبة اليود فيه.

القلب. وهناك خاصية أخرى مهمة للمشمس، هي احتوائه على نسبة عالية من البينزاكاروتين. وقد أثبتت نتائج دراسات علمية أن بيتا كاروتين يمكنه بفعالية ليس فقط منع تطور أمراض القلب، بل وحتى السرطان. علاوة على هذا يعتبر المشمش مفيداً لكل من يعاني من خلل التوتر (ديستونيا) لأنه يحتوي على مركبات الفلافونويد وفيتامين. فيما يعد البنجر مادة غذائية رخيصة ومتوفرة، وتؤثر إيجابياً على القلب والأوعية الدموية وأجهزة أخرى في الجسم. يحتوي البنجر على نسبة عالية من الصوديوم والكالسيوم، ما ينعكس على صحة الأوعية الدموية، التي

تأثير علاجي في حال الخفقان كما يؤثر في عملية التبول، وهذا مفيد لمن يعاني من ارتفاع ضغط الدم وتورم القدمين بسبب مشكلات في عمل الكلى). وفقاً للخبراء، يحسن عنصر البيوتاسيوم حالة الأوعية الدموية وينشط عملية طرد السموم من الجسم بما فيها الكوليسترول الزائد. كما يجب أن نعلم بان المشمش الجفف يحتوي على نسبة أعلى من البيوتاسيوم تعادل أضعاف الموجودة في 5-6 الشمار الطازجة. وتتناول المشمش الجفف يساعد على تحسين الحالة الصحية الناتجة عن مشكلات في الدورة الدموية، والوهن العضلي واضطراب نبضات

تأثير علاجي في حال الخفقان كما يؤثر في عملية التبول، وهذا مفيد لمن يعاني من ارتفاع ضغط الدم وتورم القدمين بسبب مشكلات في عمل الكلى). وفقاً للخبراء، يحسن عنصر البيوتاسيوم حالة الأوعية الدموية وينشط عملية طرد السموم من الجسم بما فيها الكوليسترول الزائد. كما يجب أن نعلم بان المشمش الجفف يحتوي على نسبة أعلى من البيوتاسيوم تعادل أضعاف الموجودة في 5-6 الشمار الطازجة. وتتناول المشمش الجفف يساعد على تحسين الحالة الصحية الناتجة عن مشكلات في الدورة الدموية، والوهن العضلي واضطراب نبضات

تأثير علاجي في حال الخفقان كما يؤثر في عملية التبول، وهذا مفيد لمن يعاني من ارتفاع ضغط الدم وتورم القدمين بسبب مشكلات في عمل الكلى). وفقاً للخبراء، يحسن عنصر البيوتاسيوم حالة الأوعية الدموية وينشط عملية طرد السموم من الجسم بما فيها الكوليسترول الزائد. كما يجب أن نعلم بان المشمش الجفف يحتوي على نسبة أعلى من البيوتاسيوم تعادل أضعاف الموجودة في 5-6 الشمار الطازجة. وتتناول المشمش الجفف يساعد على تحسين الحالة الصحية الناتجة عن مشكلات في الدورة الدموية، والوهن العضلي واضطراب نبضات

تأثير علاجي في حال الخفقان كما يؤثر في عملية التبول، وهذا مفيد لمن يعاني من ارتفاع ضغط الدم وتورم القدمين بسبب مشكلات في عمل الكلى). وفقاً للخبراء، يحسن عنصر البيوتاسيوم حالة الأوعية الدموية وينشط عملية طرد السموم من الجسم بما فيها الكوليسترول الزائد. كما يجب أن نعلم بان المشمش الجفف يحتوي على نسبة أعلى من البيوتاسيوم تعادل أضعاف الموجودة في 5-6 الشمار الطازجة. وتتناول المشمش الجفف يساعد على تحسين الحالة الصحية الناتجة عن مشكلات في الدورة الدموية، والوهن العضلي واضطراب نبضات

تأثير علاجي في حال الخفقان كما يؤثر في عملية التبول، وهذا مفيد لمن يعاني من ارتفاع ضغط الدم وتورم القدمين بسبب مشكلات في عمل الكلى). وفقاً للخبراء، يحسن عنصر البيوتاسيوم حالة الأوعية الدموية وينشط عملية طرد السموم من الجسم بما فيها الكوليسترول الزائد. كما يجب أن نعلم بان المشمش الجفف يحتوي على نسبة أعلى من البيوتاسيوم تعادل أضعاف الموجودة في 5-6 الشمار الطازجة. وتتناول المشمش الجفف يساعد على تحسين الحالة الصحية الناتجة عن مشكلات في الدورة الدموية، والوهن العضلي واضطراب نبضات