

خبراء يكشفون عدد الدقائق التي يفقدها المدخن من حياته مع كل سيجارة



توقف الشخص عن التدخين مبكرا وتجنب المزيد من السجائر، زادت سنوات حياته. وبحسب التحليل الجديد، الذي جاء بتكليف من وزارة الصحة والرعاية الاجتماعية البريطانية، فإن المدخن الذي يستهلك ١٠ سجائر يوميا إذا أقلع عن التدخين في الأول من يناير المقبل، يمكنه بحلول اليوم الثامن من الشهر نفسه «تجنب فقدان يوم كامل من حياته».

التقديرات السابقة، التي أشارت إلى أن كل سيجارة تقصر حياة المدخن بمقدار ١١ دقيقة. وتستند التقديرات الجديدة إلى أرقام محدثة من دراسات طويلة الأمد تبعت صحة السكان، حيث تشير إلى أن كل سيجارة تؤدي إلى فقدان ٢٠ دقيقة من الحياة في المتوسط بين الجنسين. وأشار باحثون من كلية لندن الجامعية إلى أن الضرر الناتج عن التدخين «تراكمي»، وكلما

حثت دراسة المدخنين على الإقلاع عن التدخين مع بداية العام الجديد بعد أن أظهرت تحليلات جديدة عدد الدقائق التي يخسرها كل مدخن من حياته مع كل سيجارة يدخنها. ووفقا للتقديرات الخبراء، يفقد الرجال ١٧ دقيقة من حياتهم مع كل سيجارة، بينما تخسر المرأة ٢٢ دقيقة من حياتها مع كل سيجارة، بحسب وكالة بي إيه ميديا البريطانية. وتعد هذه الأرقام أكبر من

لمخاطرها.. بلجيكا تحظر السجائر الإلكترونية ذات الاستخدام الواحد



تحظر بلجيكا اعتبارا من مطلع يناير، السجائر الإلكترونية ذات الاستخدام الواحد التي تباع بنكهات كثيرة منها التفاح والتفاح والبطيخ والكولا، في قرار يرمي إلى حماية الفئات الشابة. وتشكل هذه الخطوة جزءا من خطة وطنية لمكافحة التدخين وتدرج ضمن الهدف الذي حدده الاتحاد الأوروبي بالوصول إلى جيل خال من التبغ عام ٢٠٤٠، إذ لا يزال أقل من ٥٪ من السكان يستهلكون التبغ. وتعتزم بعض الدول جعل هذا الموعد أقرب.

الواحد، «مقلق جدا». وتفاخر بلجيكا بأنها تحركت سريعا عندما طرحت هذه السجائر في الأسواق قبل خمس سنوات، وعام ٢٠٢١، رفعت الحكومة طلب حظر أولى إلى المفوضية الأوروبية. وموافقة السلطة التنفيذية الأوروبية ضرورية لحظر بيع السجائر في الأسواق، وقد اعطي هذا الضوء الأخضر في مارس ٢٠٢٤، ما مهد الطريق لدخول القانون البلجيكي حيز التنفيذ.

من جانبها، حصلت فرنسا على الموافقة لقانون مماثل في سبتمبر، ويفترض قريبا إصدار قانون سيق أن اقتره البرلمان في أوائل عام ٢٠٢٤، ويشير إلى حظر تصنيع «السجائر الإلكترونية ذات الاستخدام الواحد» أو بيعها أو توفيرها مجانا، تحت طائلة دفع غرامة قدرها ١٠٠ ألف يورو. في فرنسا، كما الحال في بلجيكا، تؤكد السلطات الصحية أن الاستهلاك المزمع للتبغ الإلكتروني يؤثر سلبا خصوصا في الدماغ في مرحلة المراهقة وقد يعزز المعرفة بأنواع مخدرات أخرى.

أظهرت دراسة أجريت في مختلف دول الاتحاد الأوروبي عام ٢٠٢٣ أن غالبية مستخدمي السجائر الإلكترونية اختاروا نموذجًا قابلا لإعادة الشحن، إلا أن «السجائر ذات الاستخدام الواحد» حققت أهم نجاح لها لدى الفئة العمرية التي تتراوح بين ١٥ و٢٤ سنة.

وخلصت دراسة أجريت في مختلف دول الاتحاد الأوروبي عام ٢٠٢٣ أن غالبية مستخدمي السجائر الإلكترونية اختاروا نموذجًا قابلا لإعادة الشحن، إلا أن «السجائر ذات الاستخدام الواحد» حققت أهم نجاح لها لدى الفئة العمرية التي تتراوح بين ١٥ و٢٤ سنة.

الهند.. محاولة إنقاذ طفلة من داخل بئر دخلت يومها السابع

دخلت عملية إنقاذ طفلة علقت على عمق ١٥٠ قدما داخل بئر يبلغ عمقها ٧٠٠ قدم في قرية كوتبولي بولاية راجستان الهندية يومها السابع. سقطت الطفلة شيتا، البالغة من العمر ثلاث سنوات، في البئر يوم الاثنين ٢٣ ديسمبر، ومنذ ذلك الحين تعمل فرق الإنقاذ على مدار الساعة لإخراجها. وفضت الطفلة أكثر من ٩٠ ساعة من دون طعام أو ماء، ويقال إنها ضعيفة للغاية وغير قادرة على الحركة في البئر الواقعة في قرية كوتبولي بولاية راجستان الهندية.

وسابق خدمات الطوارئ الزمن لإخراج شيتا التي تتم مراقبتها باستخدام كاميرا فيديو، ويتم تزويدها بالأكسجين عبر أنبوب.

مغامر سعودي يحقق إنجازا تاريخيا في صحراء الربع الخالي

مميزة على المستويين الجسدي والروحي، وأشعر بالفخر كوني أول سعودي يقطع هذه المسافة ٩٠٠ كم، ومنها إلى «بيض اللحى» على بعد ٤٥ كم إضافية. وخلال المرحلة الثالثة وصل إلى منطقة «القعد» (حد الصبخ)، ليكمل الرحلة بالوصول إلى بحيرة «أم الحيش»، إحدى عجائب الربع الخالي، على بعد ١٦٠ كم، محققا هدفه المتمثل في استكشاف معالم الصحراء وإبراز أهميتها البيئية.

وفي المرحلة التالية اتجه المغامر إلى بئر «أم قرون»، قاطعا مسافة ٩٠٠ كم، ومنها إلى «بيض اللحى» على بعد ٤٥ كم إضافية. وخلال المرحلة الثالثة وصل إلى منطقة «القعد» (حد الصبخ)، ليكمل الرحلة بالوصول إلى بحيرة «أم الحيش»، إحدى عجائب الربع الخالي، على بعد ١٦٠ كم، محققا هدفه المتمثل في استكشاف معالم الصحراء وإبراز أهميتها البيئية.

اختتم المغامر السعودي بدر الشيباني رحلة استثنائية عبر صحراء الربع الخالي، حيث قطع ٦٠٠ كيلومتر سيرًا على الأقدام خلال ١٤ يوما، ليصبح أول سعودي يتم هذه المغامرة، وانطلقت المغامرة من منطقة «أم الحديد» الشهيرة بموقع سقوط نيزك، حيث أقام الشيباني معسكره الأول. ثم واصل رحلته باتجاه منطقة «طويل الخطام»، التي تبعد حوالي ٢٠٠ كيلومتر، وهي مرحلة استغرقت ٥ أيام بمعدل سير يومي بلغ ٤٠ كم.

اكتشاف ناووس من عصر الدولة الوسطى في الأقصر المصرية



اكتشف باحثون فرنسيون ناووسا من عصر الدولة الوسطى في مدينة الأقصر المصرية، في إطار بحوث أطلقت بعد اكتشاف ناوويس في الموقع نفسه خلال عامي ٢٠١٨ و٢٠١٩، حسبما أفاد أحد أعضاء البعثة وكالة فرانس برس.

وحدث الاكتشاف في ١٦ ديسمبر، في نهاية مهمة استمرت شهرين، حسبما أكد لوكالة فرانس برس مدير معهد علم المصريات في جامعة ستراسبورغ في شرق فرنسا فريدريك كولان الذي شارك في المهمة، مؤكدا بذلك معلومات أوردتها صحيفة «لي ديزنيير» نوفيل دالزاس» المحلية اليومية. ونظمت حملة التنقيب بشكل مشترك بين أعضاء من جامعة ستراسبورغ وآخرين من المعهد الفرنسي للأثار الشرقية (IFAO).

واعتبر عالم المصريات أن هذا الاكتشاف «مهم»، من جوانب عدة، إذ يوفر «توضيحا» على سؤال إنثروبولوجي مهم، وهو معرفة كيف تصرف المصريون القدماء تجاه الجثة المحنطة ورفات أسلافهم عندما كانوا

يقع فيها الناووس، وسُتأخذ أعمال التنقيب مع بداية الحملة المقبلة في أكتوبر ٢٠٢٥. وكان الناووس الذي يعود إلى عصر الدولة الوسطى (من أواخر القرن الحادي والعشرين قبل الميلاد حتى أواخر القرن الثامن عشر قبل الميلاد)، «محما في صندوق خشبي مصنوع خصيصا، وستتم دراسة محتواه سنة ٢٠٢٥ بالتعاون مع علماء آثار متخصصين في

كانت المرأة الثلاثينية بصدد إبعاد ابنها عن سكة الحديد لكن عربات القطار القادم من مدينة المهديّة المجاورة لم تمهلها الوقت للنجاة. وتوفيت المرأة، التي تعمل طبيبة بمستشفى مدينة طبلية، على الفور دها تحت العربات بينما أصيب الطفل البالغ من

دعس قطار امرأة وأرداها قتيلة في حادث اليم أمس بعد أن نجحت في إنقاذ ابنها من موت محقق. وقع الحادث صباح أمس في مدينة طبلية التابعة لولاية المنستير على الساحل الشرقي لتونس.

على أن الغيب لا يعلمه إلا الله، داعية إلى عدم المتاجرة بالمشاعر والقلوب. ورحبت كرم بدعوة الفنان المصري هاني شاكر للفنانة سونيا، لكنها أكدت تفضيلها الغناء باللهجة اللبنانية التي تعتبرها الوسيلة الأصغر للتعبير عن مشاعرها. وأوضحت أنها لا تمنع الغناء باللهجة المصرية إذا تلقت التدريب المناسب لضمان الأداء السليم.

وأشارت كرم إلى رغبتها في إحياء حفل مشترك جديد مع الفنانة السورية أصالة نصري، مستذكرة النجاح الكبير لحفلاتهما في ألمانيا، ودعمت جمهورها في دبي إلى دعم شركة «مومنتس إيفنتس» للحفلات بدبي لتبني هذا المشروع الفني. وعن مكانها خلال أدائها أغنية «كبرنا يا بي» على المسرح، قالت كرم إنها استحضرت ذكريات والدها الراحل، مشيرة إلى دور الأهل المحوري في حياة الفنان، وأنها شعرت بروحه تحيط بها على المسرح.

واختتمت نجوى كرم حديثها بالتأكيد على علاقتها الخاصة بجمهور الإمارات، معربة عن سعادتها بمشاركتهم احتفالات نهاية العام، مشيرة إلى حرصها الدائم على تقديم الأفضل في كل إطلالة فنية لها.

وفاة طبيبة تونسية دهسا بعربات القطار بعد إنقاذ ابنها

العمر أربع سنوات في الرأس عندما أبعدته أمه بقوة إلى الحافة. ونقل إلى المستشفى لتلقي العلاج. وتواجه البنية التحتية المتقادمة لسكك الحديد في تونس انتقادات بسبب تواتر حوادث الدهس وجنوح العربات والافتقار إلى معايير صارمة للسلامة.

كانت المرأة الثلاثينية بصدد إبعاد ابنها عن سكة الحديد لكن عربات القطار القادم من مدينة المهديّة المجاورة لم تمهلها الوقت للنجاة. وتوفيت المرأة، التي تعمل طبيبة بمستشفى مدينة طبلية، على الفور دها تحت العربات بينما أصيب الطفل البالغ من

دعس قطار امرأة وأرداها قتيلة في حادث اليم أمس بعد أن نجحت في إنقاذ ابنها من موت محقق. وقع الحادث صباح أمس في مدينة طبلية التابعة لولاية المنستير على الساحل الشرقي لتونس.

على أن الغيب لا يعلمه إلا الله، داعية إلى عدم المتاجرة بالمشاعر والقلوب. ورحبت كرم بدعوة الفنان المصري هاني شاكر للفنانة سونيا، لكنها أكدت تفضيلها الغناء باللهجة اللبنانية التي تعتبرها الوسيلة الأصغر للتعبير عن مشاعرها. وأوضحت أنها لا تمنع الغناء باللهجة المصرية إذا تلقت التدريب المناسب لضمان الأداء السليم.

وأشارت كرم إلى رغبتها في إحياء حفل مشترك جديد مع الفنانة السورية أصالة نصري، مستذكرة النجاح الكبير لحفلاتهما في ألمانيا، ودعمت جمهورها في دبي إلى دعم شركة «مومنتس إيفنتس» للحفلات بدبي لتبني هذا المشروع الفني. وعن مكانها خلال أدائها أغنية «كبرنا يا بي» على المسرح، قالت كرم إنها استحضرت ذكريات والدها الراحل، مشيرة إلى دور الأهل المحوري في حياة الفنان، وأنها شعرت بروحه تحيط بها على المسرح.

واختتمت نجوى كرم حديثها بالتأكيد على علاقتها الخاصة بجمهور الإمارات، معربة عن سعادتها بمشاركتهم احتفالات نهاية العام، مشيرة إلى حرصها الدائم على تقديم الأفضل في كل إطلالة فنية لها.

أحييت النجمة اللبنانية نجوى كرم حفلا غنائيا على مسرح أوبرا دبي ضمن فعاليات الدورة ٣٠١ لمهرجان دبي للتسوق، شهد حضورا كبيرا من مختلف الجنسيات المقيمة بالإمارات. وقدمت كرم خلال الحفل الذي استمر حتى وقت مبكر من صباح أمس مجموعة من أشهر أغانيها، منها «ملعون أبو العشق»، «خلينا بالليل»، وعاشق اسمراني، وسط تفاعل كبير من حضور الحفل الذي نظمته شركة «مومنتس إيفنتس» بدبي.

وكشفت المطربة اللبنانية، لوكالة الأنباء الألمانية (د.ب.أ.) عن أنها تستعد لإطلاق ألبوم غنائي جديد خلال الربع الأول من عام ٢٠٢٥. مؤكدة حرصها على تقديم رسالة أمل وسلام ومحبة لجمهورها، الذي وصفته بأنه شريك نجاحها على مدى مسيرتها الفنية.