



نائبة أسترالية في حالة حرجة

بعد صدمتها عمدا بسيارة

دخلت هيلين هاينز، وهي نائبة مستقلة في البرلمان الأسترالي، في حالة حرجة أمس الاثنين بعدما صدمتها سيارة عمدا خارج مكتبها. وقال رئيس الوزراء أنتوني ألبانيزي إن فريق عمل معنيا بالإرهاب سيجقق مع مشتبه فيه اعتقاله السلطات فيما يتعلق بالواقعة. وأضاف ألبانيزي في مؤتمر صحفي أن من السابق لأوانه تحديد الدافع وراء الهجوم، لكنه أشار في وقت لاحق إلى تغيرات طرأت بسبب وسائل التواصل الاجتماعي زادت من حدة التوتر المشهد السياسي في بلد نادرا ما يشهد مثل هذه الأعمال العنيفة. وقالت شرطة ولاية فيكتوريا إن رجلا يبلغ من العمر 43 عاما تم اعتقاله عقب الهجوم على هاينز في مدينة وانجاراتا، التي تبعد حوالي ثلاث ساعات بالسيارة شمال شرقي ملبورن. وذكر آشلي ميسون القائم بأعمال قائد شرطة فيكتوريا في مؤتمر صحفي أن هاينز تعرضت للصدمة بسيارة بيضاء قرب مكتبها، وأن أحد المارة احتجز السائق عندما شاهد الواقعة، مشبيرا إلى العثور على سكين داخل السيارة. وذكر ألبانيزي أن هاينز (65 عاما) نقلت جوا إلى المستشفى. وأكد آشلي عدم وجود أي تهديد آخر للجمهور بعد الواقعة التي تعامل على أنها منفردة.



الإفطار والنوم والحركة.. ما

علاقتها بالتكيف مع الضغوط؟

ربطت دراسة قادتها جامعة بينغهامتون الأمريكية بين انتظام تناول الإفطار والنشاط البدني والنوم الكافي ومستويات أفضل من المرونة النفسية والقدرة على الصمود أمام الضغوط. واستند البحث إلى استبيان شمل نحو 400 طالب جامعي، تناول عاداتهم الغذائية ونومهم وممارستهم الرياضية، إلى جانب مؤشرات تتعلق بكيفية تعاملهم مع التحديات وتغير الظروف. وتشير النتائج إلى ارتباط بين هذه العادات والسمات النفسية، لكنها لا تثبت أن تناول الإفطار أو ممارسة الرياضة يؤديان مباشرة إلى تحسين القدرة على مواجهة الضغوط. وبحسب عرض الجامعة للنتائج، ارتبط تناول الإفطار 5 مرات أسبوعيا أو أكثر بقدرة أفضل على الصمود النفسي، مع دور محتمل للمرونة النفسية في تفسير هذا العلاقة. ودرس الباحثون الإفطار ضمن مجموعة من العادات اليومية، من دون اختبار طعام محدد أو برنامج غذائي لتحسين الحالة النفسية. ولا تعني النتيجة أن تناول الإفطار بهذا المعدل يمثل وصفة ثابتة للجميع، أو أن تخطي وجبة واحدة يضعف القدرة على التعامل مع المواقف الصعبة. وتصف المرونة النفسية القدرة على تعديل الأفكار والسلوك والاستجابة للمشاعر عندما تتغير الظروف، بدلا من التمسك بنمط واحد في التعامل معها. وقدمت الباحثة الرئيسية ليندا بيغداتش الأستاذة المشاركة في دراسات الصحة والعافية مثال شخص تفوتته رحلة طيران، فيشعر بالضيق لكنه يتمكن من التفكير في البدائل والتكيف مع الموقف. فالمرونة، وفق هذا التفسير، لا تعني غياب التوتر أو تجاهل المشاعر، بل القدرة على استيعابها وإعادة تقييم الموقف واختيار استجابة مناسبة. وركزت الدراسة ارتباط النوم أقل من 6 ساعات بمستويات أدنى من المرونة النفسية والصمود، بينما ارتبط الثمرين مدة 20 دقيقة أو أكثر بمؤشرات أفضل لهما. كما ارتبط تكرار تناول الوجبات السريعة وعدم عقاية النوم بمزيد من الجمود في التفكير والسلوك.



ماسك يقول إنه سيمنح كل طفل في الولايات المتحدة حصة في «سبايس إكس»



أعلن الملياردير الأمريكي إيلون ماسك أمس الاثنين أنه سيمنح كل طفل في الولايات المتحدة حصة في شركة «سبايس إكس» التابعة له. وقال أغنى رجل في العالم في منشور عبر إكس: «العام المقبل، سأمنح سهما من حصتي في شركة سبايس إكس لكل طفل في الولايات المتحدة»، مضيفا: «ستكون هذه واحدة من بين العديد من الخطوات» المستقبلية، من دون ذكر مزيد من التفاصيل حول آلية تطبيق المبادرة.

ويبلغ عدد الأطفال دون سن الثانية عشرة في الولايات المتحدة نحو 73 مليوناً، وفقاً لبيانات مكتب الإحصاء الأمريكي لعام 2024. وبحسب مجلة فوربس، يملك ماسك 38 في المائة من أسهم شركة «سبايس إكس». وتأتي تصريحات ماسك بعدما تعهد الرئيس الأمريكي دونالد ترامب بمنح كل بالغ أمريكي مبلغ 5 آلاف دولار في حال نجاح حزبه بالسيطرة على الكونجرس في انتخابات التجديد النصفي المقرر في نوفمبر. وفي يونيو، طرحت «سبايس إكس» أسهمها في البورصة في أكبر عملية اكتتاب في

التاريخ، جمعت الشركة بموجيها نحو 85.7 مليار دولار. وفي 28 سبتمبر بلغ صاروخ «ستارشيب» الذي طورته

«سبايس اكس» مدار الفضاء للمرة الأولى ونشر فيه 26 قمرا اصطناعيا لشبكة «ستارلينك» للإنترنت قبل

الهبوط في المحيط الهادئ، في خطوة إضافية للتقدم في مشروع غزو كوكب المريخ.



سيندي كروفورد «مفجوعة»

بعد وفاة ابنها عن 27 عاما

قالت عارضة الأزياء الأمريكية الشهيرة سيندي كروفورد يوم الأحد إنها وعائلتها «مفجوعون» بعد شهر على وفاة ابنها بريسلي غرير. وريسلي هو ابن كروفورد ورجل الأعمال راندي غرير. وتوفي في 20 سبتمبر عن 27 عاما في مركز لإعادة التأهيل في ولاية كاليفورنيا. وكتبت كروفورد في منشور على إنستغرام باسم العائلة: «إننا مفجوعون بفقدان ابننا وشقيقنا». وأرقت المنشور بصورة لبريسلي بالأبيض والأسود. وأضافت: «نحن فخورون جدا بالطريقة التي عاش بها في هذا العالم، بلطفه وانفتاحه على إظهار مشاعره». كما رثت كايا غرير، شقيقة بريسلي، أخاها في منشور على إنستغرام قائلة: «أنت تعرف كم أحببت أن أكون شقيقتك. لطالما كان ذلك، وسيظل إلى الأبد، أكثر ما أحبته في نفسي». ولد بريسلي غرير في كاليفورنيا عام 1999، وسار على خطى والدته وشقيقته في مجال عرض الأزياء، وظهر لأول مرة على منصة العرض لصالح العلامة التجارية الإيطالية موسكينو وهو في السادسة عشرة من عمره. وفي السنوات الأخيرة كان بريسلي يتحدث بصراحة على وسائل التواصل الاجتماعي عن معاناته مع الصحة النفسية وتعاطي المخدرات.



ارتفاع حصيلة ضحايا الفيضانات

في إسطنبول إلى ثمانية أشخاص

أيضاً إنه من الممكن هدم المباني غير القانونية على مجاري الأنهار. وفي وقت سابق دعت غرفة المخططين الحضريين في إسطنبول إلى إبقاء مناطق الفيضانات خالية من المباني وإعادة فتح مجاري الأنهار المغلقة لاستعادة تدفق المياه الطبيعي. وقالت الغرفة إن عزل التربة يعني أن مياه الأمطار لا يمكن تصريفها بشكل كاف، ما يتسبب في حدوث فيضانات. وتسببت الأمطار الغزيرة في حدوث فيضانات وانهيارات أرضية وارتفاع منسوب المياه في إسطنبول الأسبوع الماضي، وانتشر عشرات الآلاف من عمال الطوارئ في المناطق المتضررة وقاموا بإنقاذ مواطنين من منازلهم أو سياراتهم.

قال محافظ إسطنبول داود جول أمس الاثنين إن حصيلة قتلى الفيضانات الغزيرة في إسطنبول والمحافظات المجاورة ارتفعت إلى ثمانية أشخاص. وقال جول إن ستة أشخاص لقوا حتفهم في المدينة، بينما توفي اثنان آخران في محافظة كوجالي المجاورة في الشمال الشرقي وجرحتهما المياه إلى إسطنبول. وأضاف أن شخصا واحدا لا يزال مفقودا وجار البحث عنه. وفي حديثه للصحفيين في ساريير، المنطقة الأكثر تضررا، قال جول إن حوالي 3 آلاف شقة ومبنى تجاري تعرضت لأضرار بالغة. وأعلن أنه سيتم البدء في صرف التعويضات اعتبارا من يوم الاثنين. ولا تزال أعمال التنظيف مستمرة. وقال المحافظ

مصنح الكلام



حضور

طفلة الخليفة tefla.kh@aakgroup.net

المراة البحرينية تحقق الإنجاز تلو الإنجاز على المستوى المحلي والعربي والعالمي، وتتفوق على نفسها وتواصل تحقيق طموحاتها وإسهاماتها لبلدها وللمنطقتنا ولوطنها العربي وللعالم أجمع. وقد سجلت البحرين حضورا متميزا في التشكيل الجديد لمجلس سيدات الأعمال العرب للدورة الثامنة -2026- 2030، وذلك خلال اجتماع الهيئة العامة للمجلس الذي عقد بمقر الجامعة العربية في القاهرة بمشاركة سيدات أعمال وقيادات اقتصادية من عدد من الدول العربية.

وشهد الاجتماع إعلان التشكيل الجديد للمجلس برئاسة سمو الشیخة الدكتورة حصة سعد العبدالله السالم الصباح رئيس مجلس سيدات الأعمال العرب، في خطوة تهدف إلى مواصلة تعزيز دور المرأة العربية في الاقتصاد وريادة الأعمال وتوسيع مجالات التعاون والشراكات بين سيدات الأعمال في الدول العربية. وحظيت الكفاءات البحرينية بتمثيل نوعي في عدد من المناصب القيادية والاستشارية والتنظيمية، بما يعكس الخبرات التي تمتلكها المرأة البحرينية وإسهاماتها في مجال الاقتصاد والأعمال والعمل المؤسسي.



توقعات بأن يصبح سكان بكين

«فائتي الشيخوخة» بحلول 2035

ذكرت صحيفة «بيكين ديلي» الصينية الرسمية أن من المتوقع أن تصبح العاصمة الصينية مدينة «فائقة الشيخوخة» بحلول 2035، إذ من المتوقع أن يبلغ عدد السكان الذين تبلغ أعمارهم 60 عاما فأكثر نحو ثلث إجمالي عدد سكانها.

وجعل صانعو السياسات الصينيون التخطيط السكاني جزءا رئيسيا من الاستراتيجية الاقتصادية للبلاد، وخلصت تقديرات رويترز إلى أن الحكومة تواجه هذا العام كلفة محتملة إجمالية تبلغ نحو 180 مليار يوان (26.92 مليار دولار) لتعزيز المواليد. وذكرت الصحيفة يوم السبت أن

واحدا من كل ثلاثة من سكان العاصمة الصينية سيبلغ عمره 60 عاما فأكثر بحلول 2035. وقالت الصحيفة إن بكين كان بها 5.29 ملايين مقيم دائم تبلغ أعمارهم 60 عاما فأكثر في نهاية العام الماضي، بما يعادل قرابة ربع سكان المدينة. وأضاف التقرير أن حكومة المدينة تكثف الدعم للمقيمين المسنين، بما في ذلك زيادة المعاش الأساسي.

يذكر أن عدد سكان الصين يشهد انخفاضا منذ 2022 إلى جانب تسارع شيخوخة السكان، ما يضع تحديات كبيرة أمام خطة بكين لتعزيز الاستهلاك المحلي وكبح جماح الدين، إذ من المقرر أن يغادر مئات الملايين سوق العمل في وقت تواجه فيه ميزانيات المعاشات التقاعدية ضغوطا كبيرة.

ويرى خبراء في التركيبة السكانية والاقتصاديون أن انخفاض عدد الأطفال اليوم قد يعنى عددا أقل من الأسر ونمو أبطأ للاستهلاك بمرور الوقت.